

すぎなみ

歩きながら、元気と文化が、すぎなみ生まれる街。

発行/杉並区
編集/広報課
〒166-8570杉並区阿佐谷南1-15-1

区の代表電話 ☎3312-2111
FAX3312-9911 (広報課直通)
http://www.city.suginami.tokyo.jp/

暮らしのちょっとしたお問い合わせは
☎#8800または☎3372-8800
区役所いつでも電話サービス

長寿医療制度(後期高齢者医療制度)のお知らせ 2

杉並区情報化アクションプランを改定しました 8

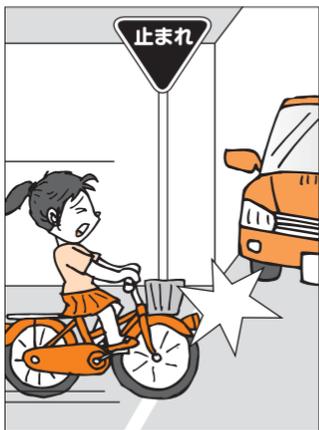
紹介します「我が家の省エネアイデア」 8

もうすぐ楽しい夏休み 交通事故に気をつけて

交通ルールを守って安全運転

昨年の夏休み期間中に、区内で22名のお子さん(中学生以下)が交通事故に遭いました。そのうち17名は自転車利用中の事故でした。大切なお子さんが交通事故に遭わないよう、また、加害者にならないよう、特に自転車利用のルール・マナーについて、ご家庭で話し合ってください。

——問い合わせは、交通対策課または各警察署(杉並☎3314-0110/高井戸☎3332-0110/荻窪☎3397-0110)へ。



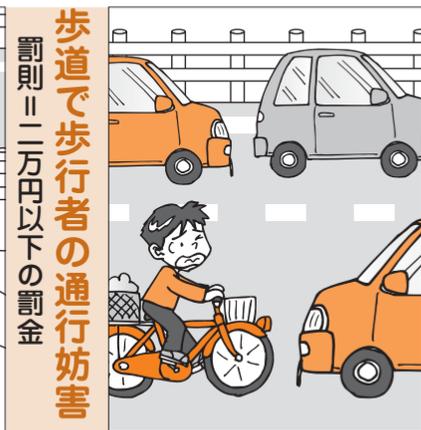
交差点の標識や路面に「止まれ」と書いてあるところでは、必ずいったん止まって安全確認してください。



夜間は自転車のライトを必ず点灯しなければなりません。



自転車が行き通れる歩道は「自転車通行可」の標識のある歩道だけです(例外は下記道路交通法改正のとおり)。歩道は、歩行者が優先です。いつでも止まれるスピードで走りましょう。



自転車は車の仲間です。道路の左端を通行しなければなりません。



違反例と罰則の一部をご紹介します
道路の右側走行(逆走)
罰則=三カ月以下の懲役又は五万円以下の罰金

知っていますか?

自転車利用のルール

道路交通法の一部が改正されました(6月1日施行)

主な改正点は次のとおりです。

- ①後席でのシートベルト着用が義務化されました。
- ②75歳以上のドライバーは車体に高齢運転者標識の表示が義務付けられました。
- ③これまで、聴覚に障害があり、自動車を運転できなかった方も一定の審査に合格すれば、普通免許の取得が可能となりました。

- ①「自転車通行可」以外の歩道でも、13歳未満のお子さんと70歳以上の方、身体の不自由な方は自転車通行できることになりました。また、道路事情などでやむを得ない場合も通行できることになりました。
- ②13歳未満のお子さんの自転車乗車時のヘルメット着用が、保護者の努力義務となりました。

杉並児童交通公園(成田西1-22-13) 利用時間延長のお知らせ

信号機や踏切のある園路を自転車やゴーカートで走ることができます。遊びながら交通ルールが学べる公園です。
延長期間=7月20日(日)~8月31日(日)
利用時間=午前9時~午後5時30分
☎杉並児童交通公園管理事務所 ☎3315-4564
他駐車場はありませんので、車での来園はご遠慮ください。



◇応募方法
ハガキ、ファクスまたはEメールに次の①~③の事項を記入のうえ、7月31日(消印有効)までに交通対策課「南北バス新路線愛称募集」係 FAX 5307-0689 kotuk@city.suginami.lg.jp。なお、応募点数は、応募者一名につき一点までです。

◇賞金および賞品
最優秀賞(一点) 二万円の区内共通商品券と記念品
参加賞(応募者の中から五〇名) 五〇〇円相当の記念品



南北バスすぎ丸

「西荻窪く久我山路線」の愛称を募集します

交通対策課「南北バス新路線愛称募集」係

南北バス「すぎ丸」(けやき路線(阿佐ヶ谷~浜田山)、さくら路線(浜田山~下高井戸))に続く第三番目の路線として、11月に「西荻窪く久我山路線」が運行を開始します。

き路線:けやき並木があるため)

運行は二〇分間隔で、料金は一乗車一〇〇円です。けやき路線、さくら路線と同様に、「みどりの都市」杉並にふさわしい「樹木または植物」にちなんだ素敵な路線の愛称を募集します。たくさんのご応募をお待ちしています。

◇応募愛称の選定と発表
8月上旬に最優秀賞、参加賞を選定します。結果については、選定後すみやかに受賞者へ通知するとともに、最優秀賞については区ホームページと「広報すぎなみ」で発表します。参加賞については記念品の発送をもって代えさせていただきます。

◇賞金および賞品
最優秀賞(一点) 二万円の区内共通商品券と記念品
参加賞(応募者の中から五〇名) 五〇〇円相当の記念品

◇応募方法
ハガキ、ファクスまたはEメールに次の①~③の事項を記入のうえ、7月31日(消印有効)までに交通対策課「南北バス新路線愛称募集」係 FAX 5307-0689 kotuk@city.suginami.lg.jp。なお、応募点数は、応募者一名につき一点までです。

◇賞金および賞品
最優秀賞(一点) 二万円の区内共通商品券と記念品
参加賞(応募者の中から五〇名) 五〇〇円相当の記念品

◇応募方法
ハガキ、ファクスまたはEメールに次の①~③の事項を記入のうえ、7月31日(消印有効)までに交通対策課「南北バス新路線愛称募集」係 FAX 5307-0689 kotuk@city.suginami.lg.jp。なお、応募点数は、応募者一名につき一点までです。

◇賞金および賞品
最優秀賞(一点) 二万円の区内共通商品券と記念品
参加賞(応募者の中から五〇名) 五〇〇円相当の記念品

◇応募方法
ハガキ、ファクスまたはEメールに次の①~③の事項を記入のうえ、7月31日(消印有効)までに交通対策課「南北バス新路線愛称募集」係 FAX 5307-0689 kotuk@city.suginami.lg.jp。なお、応募点数は、応募者一名につき一点までです。

◇賞金および賞品
最優秀賞(一点) 二万円の区内共通商品券と記念品
参加賞(応募者の中から五〇名) 五〇〇円相当の記念品

◇応募方法
ハガキ、ファクスまたはEメールに次の①~③の事項を記入のうえ、7月31日(消印有効)までに交通対策課「南北バス新路線愛称募集」係 FAX 5307-0689 kotuk@city.suginami.lg.jp。なお、応募点数は、応募者一名につき一点までです。

長寿医療制度(後期高齢者医療制度)のお知らせ

問い合わせは、国保年金課高齢者医療係へ。

◇保険料の通知書・納付書

20年度後期高齢者医療保険料額通知書・納付書を7月18日(金)にお送りします。

年間(4月～21年3月) 保険料額は東京都後期高齢者医療広域連合が決定し、区から被保険者一人ひとりあてに①保険料額決定通知書②保険料納入通知書兼特別徴収開始通知書③保険料納付書をお送りします。同封のお知らせ「長寿医療制度(後期高齢者医療制度)の保険料が決まりました」をご覧ください。 ※今回通知する保険料やお知らせは、制度開始当初の内容で作成したものです。見直し方針による保険料などはあらためてお知らせします。

◇納付書での支払い

金融機関、ゆうちょ銀行、郵便局、国保年金課高齢者医療係(区役所東棟二階)、区民事務所分室、駅前事務所でお支払いください(コンビニエンスストアでは利用できません)。

なお、まとめてお支払いになる場合は、お支払いになる分の納付書すべてを納付場所へお持ちください。

◇口座振替が便利です

普通徴収の方は、「後期高齢者医療保険料口座振替依頼書」を区へ提出すると、保険料を指定口座から自動的に引き落とすことができます。介護保険料・国民健康保険料で口座振替をご利用の方も、新規に口座振替依頼の手続きが必要

です。

引き落とし日は毎月末日(金融機関休業日の場合は翌営業日)です。口座振替開始前に口座振替手続き完了のお知らせをお送りします。口座振替が開始される前月までの保険料は、必ず納付書でお支払いください。

◇制度加入直前まで被用者保険の被扶養者だった被保険者の方へは、今回通知書・納付書をお送りしません

被保険者ご本人が制度加入の前日まで会社の健康保険など(国保・

国保組合を除く)の被扶養者だった場合、保険料は軽減措置により9月までは発生しませんので、通知書・納付書は10月にお送りする予定です。今回届いた場合は、ご連絡ください。

長寿医療制度に基づく被保険者証(後期高齢者医療被保険者証)をお持ちの方へ

◇負担割合の判定

後期高齢者医療被保険者証(以下「被保険者証」)の一部負担金の割合を20年度住民税課税所得に基づき再判定します。新しい負担割合は、8月1日(金)から適用されます。負担割合が変更となる方には、7月末までに新しい被保険者証をお送りします。古い被保険者証は、同封の返信用封筒でご返送いただくか、国保年金課高齢者医療係またはお近くの区民事務所・分室、駅前事務所へお返しください。

なお、負担割合が変わらない方には、新たに被保険者証はお送りしません。現在お持ちの被保険者証を引き続きご利用ください。

◇負担割合の変更申請
被保険者の方が一定以上の所得がある場合(住民税課税所得が四五十万円以上)は、同一世帯の被保険者の方全員が三割負担となります。ただし、19年中の収入が基準額(左表)未満の場合は、申請により、申請月の翌月から一割負担に変更することができます。

対象	基準額
1人の世帯	収入の合計額が383万円
2人以上の世帯	収入の合計額が520万円

被保険者が

国民健康保険 高齢受給者証をお送りします

現在、ご利用いただいている国民健康保険高齢受給者証(以下「高齢受給者証」)の有効期限は7月31日です。8月以降ご利用いただく高齢受給者証を7月下旬に世帯主あてにお送りします。今年度から、配達記録郵便で郵送しますので、配達員から直接お受け取りください。

期限の切れた高齢受給者証は8月以降、同封の返信用封筒でご返送いただくか、国保年金課国保資格係(区役所東棟二階)またはお近くの区民事務所・分室、駅前事務所にお返しください。

◇負担割合の判定

医療制度改正に伴い、負担割合の判定方法の一部が変更になりました。判定の対象者は同一世帯の70歳以上の国民健康保険加入者です。

一割負担Ⅱ対象者全員の住民税課税所得が一四五千円未満(三割負担Ⅱ対象者のうち19年中の所得が一定以上の所得)の方(住民税課税所得が一四五千円以上)になる方がいる世帯の方。ただし、19年中の収入が右下表の基準未満の場合、申請により一割負担になります。

◇自己負担限度額の軽減

三割負担の方で、同一世帯の国民健康保険から長寿医療制度(後期高齢者医療制度)へ移った方との収入合計額が五二〇万円未満の場合は、申請により自己負担限度額を軽減することができます。

◇高齢受給者証の有効期限
4月から一割負担の方は二割負担への変更が予定されています。

20年度 介護保険料額をお知らせします

7月17日(木)に納入通知書をお送りします

◇個人でお支払いいただく方(普通徴収)
納入通知書の保険料額(8月～21年3月の8カ月分)は、20年度区民税等をもとに新たに年額を決定し、4月に通知した保険料額(4月～7月の4カ月分)を差し引いて調整したものです。

◇年金から天引きされている方(特別徴収)
納入通知書の10月以降の保険料額は、20年度区民税等をもとに新たに年額を決定し、4・6・8月の天引き分(4・9月分)の保険料額を差し

引いて調整したものです。4・9月分の保険料は、4・6・8月に受給する年金から、仮の特別徴収額として2月と同じ金額で天引きされています。なお、特別徴収額が標準化された方(該当者には5月に通知済)は、6・8月分の天引き額が4月分と異なります。

対象者	基準額
70歳以上健康保険加入者	1人の世帯 収入の合計額が383万円
	2人以上の世帯 収入の合計額が520万円

◇自己負担限度額の軽減

三割負担の方で、同一世帯の国民健康保険から長寿医療制度(後期高齢者医療制度)へ移った方との収入合計額が五二〇万円未満の場合は、申請により自己負担限度額を軽減することができます。

◇高齢受給者証の有効期限
4月から一割負担の方は二割負担への変更が予定されています。

振替でお支払いください。税制改正に伴う保険料激変緩和措置
税制改正により18年度住民税から、17年1月1日現在65歳以上で合計所得金額が一二十五万円以下の方の非課税措置が廃止されました。

区では、この非課税措置廃止に伴う急激な介護保険料額上昇を避けるため、18・19年度に実施した激変緩和措置を20年度も同様に実施し、保険料額の軽減を行います。該当する方には通知書の「通知理由」欄でその旨をお知らせします。

◇「杉並区介護保険料納入通知書」だけが届いた方
年金から天引きされている

方または口座振替をしている方です。区や金融機関などの窓口で直接保険料をお支払いいただく必要はありません。◇「杉並区介護保険料納付書兼領収証書」が同封されている方
区や金融機関などの窓口で保険料をお支払いください。 ※お支払いに便利な口座振替をお勧めします。

介護保険料の納め忘れはありませんか

保険料の未払いがあると、介護保険サービス利用時に、給付制限(サービス費用をいったん全額支払っていただく、一時的に保険給付分の全部または一部が差し止められる、通常一割の利用者負担額が三割に引き上げられるなど)を受ける場合があります。ので、ご注意ください。

いきましたが、凍結策により、21年3月までは一割負担を継続することになりました。21年4月以降については検討が継続されています。このため、今回の有効期限は21年3月31日になっています。ただし、有効期限までに75歳の誕生日を迎える方は誕生日の前日が有効期限になります。

◇保険料の年金天引き(特別徴収)について
世帯員全員が65歳～75歳に達するまでの世帯の世帯主の方は、21年10月からを目途に保険料が年金から天引き(特別徴収)される予定です。詳細は、今後「広報すぎなみ」などでお知らせします。

◇国保年金課国保収納係

■すぎなみ大人塾公開講座「コーポラティブハウスとつながり」

「環境」と「コミュニティ」を使い、人と人、人と自然の魅力的な「つながり」を生み出す手法を伺います。

時7月30日(水)午後7時～9時 場セシオン杉並(梅里1-22-32) 師(株)チームネット・甲斐徹郎 区内在住・在勤・在学の方定20名 費無料 電話またはファクス(5面記入例参照)で、区コールセンター ☎#8800 ☎3372-8800 FAX3372-8810 へ(先着順) 社会教育センター ☎3317-6621 FAX3317-6620 手話通訳、託児の希望は7月18日までに社会教育センターへ

■NPO法人(特定非営利活動法人)を設立しよう

時7月30日(水)午後6時30分～8時30分 場すぎなみNPO支援センター 師すぎなみNPO支援センター職員定20名 費無料 電話、ファクスまたはEメール(5面記入例参照)にあればファクス番号、Eメールアドレスも書いて、7月28日までにすぎなみNPO支援センター(〒166-0004阿佐谷南1-47-17 ☎3314-7260 FAX3314-7265 info@nposuginami.jp)へ(先着順)

すぎなみ環境情報館

◇おいしい豆腐を作りながら地球温暖化を考えよう

時7月22日(火)午後2時～4時 場あんさんぶる荻窪 師「食品と暮らしの安全」団体世話人・鈴木昌代 区内在住・在勤の方定20名 費200円 電話で、同情報館へ(先着順) 2歳～就学前の託児あり(事前申込制。保険料100円)

◇善福寺公園夏の昆虫観察会

時8月2日(土)午前10時～正午(小雨実施) 場集合場所=善福寺公園上池ポート乗り場前(善福寺3-18) 師日本昆虫学会会員・須田孫七ほか 区内在住・在勤・在学の5歳以上の方(小学生以下は保護者同伴)定45名 費100円(保険料) 電話で、同情報館へ(先着順)

◇おもちゃの公開クリニック

時8月2日(土)午後1時～4時 場あんさんぶる荻窪 師杉並おもちゃドクターズ 区内在住・在勤・在学の方定10名 費部品代実費 電話またはファクス(5面記入例参照)で、同情報館へ(先着順)

◇雨の学校杉並分校～雨を知る、雨を活かす、雨の新しい発見(生活の知恵から雨水発電まで)

時8月9日(土)午後2時～5時 場あんさんぶる荻窪 師雨の学校校長・石田幸彦、(株)アルキテクタ代表・黒岩哲彦 区内在住・在勤・在学の方定30名 費無料 電話で、同情報館へ(先着順)

◇親子バス見学会～秋川渓谷で川調べとブルーベリー狩りを体験しよう

時8月20日(水)午前8時～午後5時(小雨実施) 場集合・解散場所=あんさんぶる荻窪正面玄関 区内在住・在学の小学3年生以上とその保護者定15組30名 費500円(保険料含む) 往復ハガキ(5面記入例参照)で、7月26日(必着)までに同情報館へ 7月19日の「善福寺川たんけん」に参加した方が優先となります

— (いずれも) —

問すぎなみ環境情報館(〒167-0051荻窪5-15-13あんさんぶる荻窪内 ☎3398-3191 FAX3398-3193)

家族介護教室

◇女性のための骨盤ケア(排せつの悩みや腰痛など)

(ゆうゆう館(旧敬老会館)の催し)

Table with 4 columns: ゆうゆう館名, 内容, 日時, 費用. Rows include 高円寺北館, 高井戸東館, 高井戸西館, 浜田山館.

※申し込み・問い合わせは、各ゆうゆう館へ。

情報ぽけっと

区の後援・その他の催し・講座など

催し

★杉並区民オペラ「カルメン」～日本語によるオペラ 時8月2日(土)①午後1時②5時30分③3日(日)午後2時 場セシオン杉並 費5000円 チケット販売窓口=チケットぴあ ☎0570-02-9999 ほか 区民オペラ事務局 ☎3380-1042 区民各回10組20名を無料招待=往復ハガキ(5面記入例参照)に希望回も書いて、7月20日(消印有効)までに同事務局(〒166-0012和田1-11-15)へ

★西関東ピアノコンクール・オーディション 時8月10日(日)午前9時30分 場杉並公会堂 費無料 当日、直接会場へ 日本ピアノ研究会 ☎050-3591-4309

★東京ジュニアオーケストラソサエティ演奏会 時8月24日(日)午後2時～4時 場杉並公会堂 指揮=山下一史 費2000円、学生1000円 チケット販売窓口=杉並区文化協会 ☎5347-4366 ほか 東京ジュニアオーケストラソサエティ事務局 ☎3836-3438

★田舎暮らし体験ツアー 時8月29日(金)～31日(日)(2泊3日。貸し切りバス利用) 場福島県南相馬市 区内在住の方定50名 費1万5000円 電話で、8月8日までに南相馬市観光交流課 ☎0244-24-5263 へ(先着順) 詳細は後日文書で通知

★善福寺池近くの林と畑の生き物しらべ 時7月21日(日)午前10時～午後1時30分 場集合場所=善福寺だいかんやま公園 小学生以上の子ども、大人定50名 費500円(軽食付) 電話で、生活クラブ地域協議会 ☎5377-1070 へ(先着順)

★ご近所付き合い広目隊防犯バザー・子ども防犯教室 時7月27日(日)午前10時 場馬橋稲荷神社 区内在住の方 費無料 当日、直接会場へ 同隊事務局・市村 ☎3311-9143

★地域おこし「杉並花座フェスティバル」 時8月3日(日)午前10時30分 場勤労福祉会館 区内在住の方 費無料 当日、直接会場へ 大河原 ☎090-6021-1541

★若手あとおし落語会 桂文月独演会 時7月19日(土)午後2時 場勤労福祉会館 70名 費800円、ペア券1500円 当日、直接会場へ 杉並区文化協会 ☎5347-4366

★「ラストゲーム 最後の早慶戦」試写会 & 生きることの対話会 時7月26日(土)午後2時 場セシオン杉並 凶戦時中の野球にける若者の姿を描いた映画定200名(抽選) 費無料 往復ハガキ(5面記入例参照)で、7月18日(必着)までに(財)杉並区スポーツ振興財団(〒166-0004阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル8階)へ 同財団 ☎3312-2111(区代表)

講演・講座

★家づくり講座「長寿命の家をつくる」となんでも相談会 時7月26日(土)午後1時30分～5時 場産業商工会館 一級建築士・落合雄二ほか 定30名 費500円 電話で、NPO法人家づくりの会 ☎5360-8061(月～土曜日午後1時～6時) へ(先着順)

★杉の樹講座「秩父巡礼路を歩いて」 時7月30日(水)午前10時～正午 場高齢者活動支援センター 師日本経済新聞社編集委員・土田芳樹 区内在住で55歳以上の方定100名(先着順) 費無料 当日、直接会場へ 区NPO法人杉の樹カレッジ ☎3334-0928

★杉並学院「夏休み子どもパソコン&理科実験教室」 時①8月1日(金)②2日(土)午後1時～3時50分(各計2回) 場杉並学院 理科=①炭酸ガス入浴剤作り②電池作り▷パソコン=①パソコンに触れる②コンピューターでアニメ作り 師同学院教員 小学5、6年生 定各20名 費無料 電話で、7月31日までに同学院 ☎3316-3311 へ(先着順)

★郷土史講座「あの戦争を振り返って人々の体験を語る」 時8月9日(土)午後1時30分～4時 場阿佐谷地域区民センター 定80名

(先着順) 費500円 当日、直接会場へ 杉並郷土史会・原田 ☎3312-6623

★東京女子大学夏季特別講座「世界の水問題と国際協力」 時・日・師8月11日(月)①午前=今、世界の水が危ない(古沢希代子)②午後=インドネシアのルヌン川水力発電所建設計画と住民による自然資源管理(安部竜一郎)▷12日(火)③午前=アフガニスタンでのいのちの水を求めて(福元満治)④午後=水問題の解決策(川上豊幸) / いずれも午前=10時～正午、午後=1時～3時 場同大学 定250名 費1回1000円、学生500円 電話で、8月6日までに東京女子大学教育研究支援課 ☎5382-6470 へ(先着順)

その他

★どんまい福祉工房 生活支援員募集 知的、精神に障がいのある方の生活支援▷勤務日時=午前9時～午後4時(週3～5日間)▷資格=保育士、社会福祉主事、社会福祉主事任用資格など▷募集人数=非常勤1名(常勤登用あり)、パート1名▷時給=800円～1100円(経験により応相談) 電話履歴書を、障害者就労支援センターどんまい福祉工房(〒167-0031本天沼1-24-9 ☎3396-2881)へ郵送または持参

★すだちの里すぎなみ(今川2-14-12)職員募集 因職種=夜勤支援員▷勤務時間=午後4時～午前9時45分▷給料など=日給1万5000円 電話で、同施設 ☎5310-3361 へ

★杉並演劇祭上演団体募集 因応募要件=21年3月に区内の民間・区立施設を使用して、命の大切さをテーマとして公演を行う団体または個人。使用する会場により申し込み方法が異なります。詳細は杉並区文化協会 http://www.sugibun.com/ をご覧ください。 杉並演劇祭実行委員会事務局 ☎3393-2721

★手芸用品を募集しています ご家庭で不要になった手芸用品(新品または未使用品)をお譲りください。 因刺しゅう糸・ミシン糸・クロスステッチの刺しゅう布地・ファスナー(12～30cm程度)・パ

イアステープ・アイロン接着布・チロリアンテープ・さらし・糸切バサミ・綿素材の生地(1m程度以上) ※上記以外は受け付けていません 7月25日までにあけぼの作業所(〒167-0023上井草4-3-11)へ郵送または持参 同作業所 ☎3395-1441(午前9時30分～午後5時30分) 竹製品も製作しています。竹林を所有して伐採しても構わない方はご連絡ください

SPORTS スポーツのある暮らし 健康の第一歩

競技大会

●区民体育祭秋季大会 ◇バスケットボール 時8月24日～11月3日の日曜日、祝日 午前9時～午後9時(計9日間) 場区体育館 区内在住・在勤・在学者で編成されたチーム(学連登録チームと高校生以下は除く) 費1チーム2000円(代表者会議で集めます) 往復ハガキにチーム名、男女の別、代表者の氏名・住所・電話番号、ユニホームの色を書いて、7月31日(必着)までに区バスケットボール連盟・鐘尾勉(〒167-0032天沼2-37-3)へ 同連盟・鐘尾 ☎3398-7044 代表者会議を8月7日(日)の午後7時から荻窪体育館(荻窪3-47-2)で行います(全チーム要出席。車での来場は禁止) ◇バドミントン(中学生の部) 時8月22日(金)・24日(日)午前9時 場上井草スポーツセンター(上井草3-34-1)、荻窪体育館(荻窪3-47-2) 因種目=1部は男女単・複、2部は1年生の男女単 区内在住・在学の中学生 費単400円、複800円。郵便局「00130-8-724117杉並区バドミントン連盟」へ振り込み 領申込書(区体育施設にあります)と振替受領書のコピーを、7月23日(必着)までに区バドミントン連盟・宇田川孝(〒166-0015成田東4-38-20ミカドスポーツ内)へ郵送 同連盟・宇田川 ☎3313-8551(午前10時30分～午後5時)



ハガキ記入例

(1人1枚)

①行事名

②郵便番号・住所

③氏名(フリガナ)

④年齢

⑤電話番号

★往復ハガキには返信用のあて先も記入を

★あて先は各記事の申込先(住所が記載されていないものは区役所)

★託児のある行事は託児希望の有無、お子さんの氏名と年齢も記入

催し EVENT

■福祉会館夏まつり～地域の皆さんと一緒に

時 7月27日(日)午前11時45分～午後3時30分 杉並障害者福祉会館(高井戸東4-10-5) 内こどもお囃子(成宗囃子保存会)・フラダンスチーム・盆踊り(杉商連女性部)・阿波踊り(たつのおとし子連)などのアトラクション、模擬店・カラオケ・縁日・クイックマッサージ・作業所製品販売ほか 費 無料 当日、直接会場へ 同会館運営協議会事務局 ☎3332-6121 FAX3335-3581 車での来場はご遠慮ください

■吾妻の朝市

時 7月24日(木)午前10時～午後1時(売り切れ次第終了。雨天実施。区後援) 区役所中杉通り側入口前 内 水菜・ほうれん草・レタス・三つ葉・生しいたけ・なめこ・ブロッコリー・わらび・大根など新鮮野菜、米(こしひかり)・大豆・みそ・もち・きょうろぶき・赤飯・梅干しなど農産加工品(品物は、育成状況により変更する場合あり) 当日、直接会場へ 同文化・交流課交流推進担当 ☎ 買い物袋を持参してください

■朝採り野菜と草花の直売

キュウリ・トマト・じゃがいも・なす・枝豆など区内で採れた新鮮な野菜や、ペンタス・アメリカンブルーなどの草花を区内農家が直売します。
時 7月19日(土)午前10時～午後2時(売り切れ次第終了。雨天実施) 区役所中杉通り側入口前 当日、直接会場へ 同産業経済課都市農業係 ☎ 買い物袋を持参してください

■すぎなみ環境力エルくらぶ・省エネ! 次の一手

暮らしに役立つ、夏の省エネを紹介します。
時 7月20日(日)午前10時～午後3時 会場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 費 無料 当日、直接会場へ 同くらぶエネルギー部会・寺田 ☎ FAX3223-7367 家電機器の消費電力を測定できるワットアワーメーターを無料で貸し出します

■フリーマーケットinリサイクルひろば高井戸

時 8月2日(土)・3日(日)午前10時～午後2時 会場 リサイクルひろば高井戸 区内在住・在勤の方(業者出店不可) 定 各日8区画(抽選) 費 1区画1000円 往復ハガキ(記入例参照)に参加希望日も書いて、7月17日(必着)までに同ひろばへ 同同ひろば(〒168-0072高井戸東3-7-4 ☎3331-4360/水・木曜日休館) 車での搬出入・来場はできません

講演・講座

■講座「世界にたった一つの手づくり絵本」

子どもも大人も、自分だけの絵本を作って読んで、楽しんでみませんか。

◇講演会「世界にたった一つの手づくり絵本」

時 7月23日(水)午後1時～2時 対象 小学生以上の方 定 40名 費 無料 当日、午前11時30分から会場前で整理券配付(先着順)

◇講習会「じゃばら式折り本作り」

時 7月23日(水)午後2時30分～4時30分 対象 小学生以上の方(低学年は保護者同伴) 定 20名 費 300円 電話で、ゆうゆう今川館へ(先着順) 他 のり、はさみ、使いたい素材を持参

— (いずれも) —

場 今川図書館(今川4-12-10) 師 日本手づくり絵本ネットワーク代表・青木珠代 同 ゆうゆう今川館 ☎5303-1501 同 今川図書館とゆうゆう今川館の共同

企画です

■体験講座 手話&要約筆記 きほんの「き」

聴覚障害者とのコミュニケーション方法を、楽しみながら学びます。

◇手話コース

時 ①7月23日(水)②28日(月)③30日(水)④8月4日(月) 午前10時～正午(計4回) 場 ①③高円寺障害者交流館(高円寺南2-24-18) ②④阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 師 手話サークル杉の会

◇要約筆記コース

時 7月24日(木)・31日(木)、8月7日(木) 午前10時～正午(計3回) 場 杉並障害者福祉会館(高井戸東4-10-5) 師 杉並区要約筆記者の会 対象 高校生以上の方 — (いずれも) —

定 各10名(先着順) 費 500円 円 電話またはファクス(記入例参照)で、杉並ボランティア・地域福祉推進センター ☎5347-3939 FAX5347-2063 他 1日のみ、両コース参加も可

科学館

◇ロボット教室(初級コース)

NXTタイプロボットキットとパソコン(貸与)を使い、ロボットの動きの制御やセンサーなどの使い方を習得しライトレースに挑戦します。

時 ①8月5日(火)～7日(木) 午前9時30分～午後0時30分 ②同日午後1時30分～4時30分 ③8月18日(月)～20日(水) 午前9時30分～午後0時30分 ④同日午後1時30分～4時30分 ⑤9月6日(土) 午後1時～4時、7日(日) 午前9時30分～午後0時30分、午後1時～4時(各計3回) 対象 区内在住・在学の小学3年生～中学生でパソコンの簡単な基本操作ができる方 定 各30名(抽選) 費 無料 往復ハガキ(記入例参照)に希望コー

(夏休み子ども教室inリサイクルひろば高井戸(7月・8月))

講習会名	日時	費用	対象・定員	申込方法
子ども理科教室～ダンボールと風船でロケットカーを作ろう	7月20日(日)午前10時30分～午後0時30分	100円	5歳～小学6年生(20名) 小学3年生以下は保護者同伴	電話で、先着順
おもちゃのクリニック(おもちゃの修理見学)	7月20日(日)午後1時～4時(受付3時まで)	部品代は実費	親子で10組20名(1人1点まで)	
親子で廃油(てんぷら油)からの石けん作り	8月1日(金)午前10時30分～正午	無料	小学3年生以上の親子5組10名	当日、直接会場へ
親子でアクリルたわし作り	8月2日(土)午前10時30分～午後3時30分	1個100円	小学3年生以上の親子5組10名	
親子で裂き織りを体験しよう(織り機で、裂いた古布を織ります)	8月18日(月)午前10時30分～午後0時30分	無料	親子5組10名	
親子でリメイクを体験しよう(タオルで作るうさぎ・シャツ型コースターなど)	8月25日(月)午前10時30分～午後0時30分	実費(200円～300円)	親子5組10名	
絞り染めのTシャツを作ろう(染め上がりの驚きをお楽しみに)	8月30日(土)午後0時30分～4時30分	700円	小中学生(12名) 小学4年生以下は保護者同伴	電話で、先着順

※申し込み・問い合わせは、同ひろば高井戸(高井戸東3-7-4 ☎3331-4360 FAX5336-7351(水・木曜日休館))へ。定員に満たない場合は中止となる場合があります。

(社)杉並区シルバー人材センター

パソコン教室& なつやすみ親子教室

時・場・内 右表のとおり 対象 全回参加できる方。親子教室は小学生とその保護者。847、858、867と親子教室①はデジタルカメラとUSBケーブルを持参できる方 定 各10名(抽選。5名以下の場合は中止することがあります)ただし、親子教室は各コース4組まで 費 親子教室は無料。パソコン教室は各8900円 往復ハガキ(記入例参照)に教室名・コース番号(第2希望まで)・昼間の連絡先・キャンセル待ちの有無も書いて、7月25日(消印有効)までに(社)杉並区シルバー人材センター清水分室(〒167-0033清水3-22-4-2階)へ 同 同分室 ☎3394-2253 他 自宅のパソコンでの個人指導や各種設定の出張サービスを1時間1980円で随時受け付けています

●なつやすみ 親子でパソコン 清水教室(清水3-22-4-2階)			
番号	レベル	コース名・内容	月日/時間
8061	体験		8月6日(水)の午前
8062	体験		8月6日(水)の午後
8131	体験	①デジカメで写真を撮ってみよう②インターネットでしらべよう③パソコンで遊ぼう(ゲーム、おえかき)	8月13日(水)の午前
8132	体験		8月13日(水)の午後
8201	体験		8月20日(水)の午前
8202	体験	①～③いずれを選択(無料)	8月20日(水)の午後
●阿佐谷教室(阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル7階)			
832	入門	B パソコンもっと上達	8月2日～23日 毎週土曜日の午前
851	入門	VA 初めてのパソコン(VISTA)	8月2日～23日 毎週土曜日の午後
857	初級	VE 楽しい表計算(Excel)(VISTA)	8月3日～24日 毎週日曜日の午前
858	初級	VF 楽しいデジカメ(写真取り込み/画像加工)(VISTA)	8月3日～24日 毎週日曜日の午後
836	初級	E 楽しい表計算(Excel)	8月5日～26日 毎週火曜日の夜間
847	応用	P パソコンでデジカメ画像を加工しよう	8月8日～29日 毎週金曜日の夜間
●方南教室(方南1-3-4-2階)			
862	入門	B パソコンもっと上達	8月4日～25日 毎週月曜日の午前
865	初級	D 楽しい文書作成(Word)	8月4日～25日 毎週月曜日の午後
861	入門	A 初めてのパソコン	8月8日～29日 毎週金曜日の午前
867	初級	F 楽しいデジカメ(写真取り込み/画像加工)	8月8日～29日 毎週金曜日の午後

※1. WindowsXPとMicrosoftOffice2003を使用。VistaはMicrosoftOffice2007を使用。2. 午前=10時～正午、午後=1時～3時、夜間=6時30分～8時30分

昼ごはん献立コンテストの作品を募集します

「夏バテをふせぐ昼ごはん～休みの日には家族のお昼、バランスよくつくります～」をテーマに、栄養のバランスもよくて簡単に作れる献立を募集します。夏休みを利用して応募してみませんか。



対象 区内在住・在勤・在学の①小学生まで②中学生③高校生以上の方またはグループ 用紙(学務課(区役所東棟六階)、杉並保健所、保健センターで7月15日(火)から配付。区ホームページからも取り出せます)に、子ども(小学校4年生)が作れる昼ごはん献立を書いて、9月12日(必着)までに学務課保健給食係へ郵送または持参 入賞者は食育シンポジウムで表彰します

同学務課保健給食係

スを1つ、学校名・学年も書いて、7月22日(必着)までに科学館へ 同中級コースは10月に開催予定です
◇親子科学教室「パラシュート付水ロケット」
ごみ袋でパラシュートを、ペットボトルでロケットを作ります。

時 8月16日(土)午前10時～午後4時 同科学館指導員 対象 区内在住・在学の小学3年生以上の子どもと保護者 定 20組40名(抽選) 費 300円 往復ハガキ(記入例参照)で、7月31日(必着)までに科学館へ

— (いずれも) —
場・同科学館(〒167-0033清水3-3-13 ☎3396-4391)

名称	内容/講師	開催日・時間	定員	費用	申込/締切	
●永福和泉地域区民センター (〒168-0063和泉3-8-18 方南・和泉地域集会施設運営協議会 ☎5300-9412)						
催	センターまつり ～小千谷市の雪で遊ぼう	「元気と文化の生まれる広場」。地域の皆さんに楽しんでいただける催し物、模擬店などを用意してお待ちしています。 ▷内容=津軽三味線・沖縄太鼓エイサー・木遣り・親子料理教室・クイックマッサージ・健康をチェックしよう・リサイクル本コーナー・模擬店・読み聞かせなど	7月19日(土)・20日(日) 午前10時～午後4時		当日直接	
募	運営協議会委員	永福和泉地域区民センターを活動拠点に下高井戸と方南区民集会所を利用し、地域住民の交流、コミュニティの形成を目的に、まつり・各種講座などを企画・実施します。 ①履歴書と簡単な応募の動機を、郵送または持参②過去に委員を務めた方は応募不可③応募書類は返却しません	任期=10月1日～22年9月30日(1期=2年)。ただし、2期(4年)を限度とします	若干名※	7月24日(必着)	
講	トレーニング機器使用講習会	当センターのトレーニング機器を使用するための事前講習会(写真3cm×2.5cm1枚・室内履き・タオル持参) / 山崎妙子▷対象=15歳以上で、中学を卒業している方	8月2日(土)午前9時30分～11時30分	12名 (保険料含む)	7月23日	
	トレーニング相談	トレーナーが指導と相談に応じます / 山崎妙子▷対象=講習会修了者	8月2日(土)正午～午後1時	10名	当日受付(先着順)	
	ギターと歌と朗読と	舞台女優の鈴木雅とシンガーのMIKIOによる朗読そしてギターと歌のコンサート。オシャレな大人のオフタイムをお楽しみください	8月7日(木)午後1時30分～3時30分	90名	100円	7月20日
	感謝をこめてピザを作ろう	食事を作ってくれるおうちの方のためにピザを焼きます。おうちの方は後から来て一緒に食べましょう / 大瀧幸一▷対象=小学生	8月26日(火)午前10時～午後0時30分	12組	800円	8月5日

※対象=方南・和泉地域(方南1・2丁目、和泉1～4丁目、下高井戸1～4丁目、永福1～4丁目、浜田山1・3・4丁目、堀ノ内1丁目、大宮1・2丁目)にお住まいの方

公園は地域の財産 マナーを守りましょう

—問い合わせは、みどり公園課公園利用係へ。

公園や緑地は、身近な憩いとふれあいの場です。他の利用者や近隣への迷惑、危険を防ぐため、利用マナーとルールを守り、レクリエーションや憩いの場として、みんなが楽しく気持ちよく利用できる公園にしましょう。

■**早朝・夜間は静かに**
サッカーやスケートボード、バスケットボールなどの練習は、振動・騒音を伴いますのでやめましょう。また、最近寄せられるご意見の中で、公園利用者の話し声があります。就寝中の方のために、夜間はもちろん早朝利用の方も静かにご利用ください。

■**ごみ捨て場ではありません**
粗大ごみや家庭ごみを捨てないでください。これは、不法投棄です。ごみ箱のない公園では、必ずごみを各自持ち帰ってください。

■**自転車・バイク置き場ではありません**
通勤・通学などの自転車・バイクを、公園に駐車しないでください。

■**花火は許可が必要です**
住宅と接している公園が多いので、打ち上げ花火や音の出る花火は禁止しています。事前にお問い合わせください。

■**流れ(小川)での水遊び**
夏休み期間を中心に、公園の流れに水を流します。
①幼児には必ず保護者が付き添ってください。②水は消毒していますが飲まないように注意しましょう。③足のけがを防止するため履物を履いてください。

■**犬の散歩利用について**
現在、犬を連れて利用できる公園は、区立の井草森・馬

橋・蚕糸の森・塚山・柏の宮の五カ所と、都立の和田堀公園・善福寺川緑地・善福寺公園の三カ所だけです。

最近、犬に関して多くの苦情が寄せられています。公園内で犬を放す、ふんをそのままにして行くなどです。必ず、短い引き綱(リード)をつける、ふんを持ち帰る、ブラッシングはしない、水道の蛇口から直接水を飲ませない、水遊び場や花壇に入れないなどのルールを守りましょう。

■**その他**
子ども会や町会・学校・幼稚園・保育園などで団体利用する場合、公園占用許可申請の手続きが必要です。また、公園の中で営業行為をすることは禁止されています。公園施設・不審物などお気付きの点がありましたらご連絡ください。

足腰げんき教室

運動経験のあまり無い方も、ボールを使った簡単な体操で、体を動かす楽しみを味わいましょう。

時・場下表のとおり筋力強化やバランス能力の向上の体操や介護予防の情報提供健康運動指導士区内在住の65歳以上で介護保険の要介護の認定を受けていない方(要支援の認定を受けている方は参加可)定員15名(抽選)無料・電話で、8月8日までに介護予防課介護予防推進係へ(申込書を送付します)

(足腰げんき教室 9月開催予定分)

会場	日時(週1回半日、4回コース)
ヴィムスポーツアベニュー(宮前2-10-4)	9月3日(木)・10日(水)・17日(水)・24日(水)午前9時45分～11時45分 9月3日(木)・10日(水)・17日(水)・24日(水)午後1時30分～3時30分
ゆうゆう久我山館(久我山5-8-8)	9月4日(木)・11日(木)・18日(木)・25日(木)午前9時30分～11時30分
ゆうゆう上高井戸館(高井戸東2-6-17)	9月4日(木)・11日(木)・18日(木)・25日(木)午後1時30分～3時30分
荻窪タウンセブン8階会議室(上荻1-9-1)	9月5日(金)・12日(金)・19日(金)・26日(金)午前9時45分～11時45分
高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5)	8月29日(金)・9月5日(金)・12日(金)・19日(金)午後1時30分～3時30分

住民は地域社会の主人公 八月は阿波おどり

高円寺パル商盛会

高円寺パル商盛会は、高円寺駅南口のアーケード街、高円寺パル商店街振興組合に暮らす商人によって構成されている町会です。商店街活動の組合と、祭礼や福祉・美化事業等を担当する商盛会が、両輪となって運営しています。高円寺といえば「阿波おどり」。昭和32年に商盛会に青年部が結成され、これを記念して氏神様の氷川神社の祭礼日に踊ったことに始まります。始めの数年は「ばか踊り」と名乗り、細々と続けていましたが、今では当事者も驚くほどの大盛況、昨年は延べ一六四連が九つある演舞場を歓声でいっぱい

し、延べ一万二〇〇〇人の踊り手と、延べ二二万人の見物客であふれかえりました。三年前から阿波おどり大会を円滑に運営し、地域文化としてますます発展させていくために、周辺自治会や商店街、踊り連を会員としたNPO法人東京高円寺阿波おどり振興協会が設立されました。規模の拡大に伴い、行政や警察などの諸官庁の協力や、各種団体・大学生・専門学校生など一日数百人におよぶボランティアなどの助力が一段と必要になり、多くの方に支えられてこそ今日の隆盛です。



▲阿波おどりの会場になるパル商店街のアーケード

阿波おどりがここに至るまでの間、商盛会にも山谷がありました。わが街を揺るがす事態が起きたのは今から四〇年ほど前のこと。戦後まもなく決まった区画整理案が、各地で発生した反対運動のために縮小され、商店街が整理地区と非整理地区の境目になってしまったのです。東側の対象地域の会員

の大多数は反対の結束を強め、他方西側は対岸の火事を眺めるがごとくで、これでは商店街活動もうまく行くわけがありません。ついには役員は総退陣となりました。この混乱を解決するため多くの方策が講じられ、隣接する水川町会、緑ヶ丘町会の三町会による区画整理評議会の設立もその一つで、情報交換や行政への意見具申を通じて連帯を強くしていきました。そして様々な紆余曲折を経て、区画整理も一応の完成を見て現在に至っており、新しく誕生した高南通りが阿波おどりのメイン会場となっています。南口の三町会では現在も合同で氷川神社の祭礼を執り行っているほか、一〇年ほど前から月に二回、駅周辺の一斉清掃も行っています。これからも、近隣の商店街・町会と協力して、住みよい街づくりのために努力していくつもりです。(会長 鈴木俊男)

コミュニティ通信

地域の集会施設運営協議会が企画する催し・講座など

申し込みは、往復ハガキで、各締切日(必着)までに該当の施設へ(抽選)。記載例は右記入例を参照。詳しい内容や託児の有無は、直接該当の運営協議会へお問い合わせください。

【マークのみかた】 **知**=お知らせ **催**=催し **講**=講座 **募**=募集 **応援券**=子育て応援券利用可

往復ハガキ記入例

〈1人1枚〉

- ①行事名②郵便番号・住所
- ③氏名(フリガナ)④年齢
- ⑤電話番号⑥返信用の宛先
- ⑦託児ありの行事は子どもの氏名・年齢

各運営協議会への問い合わせは、月～金曜日午前8時30分～午後5時

名称	内容/講師	開催日・時間	定員	費用	申込/締切
----	-------	--------	----	----	-------

●井草地域区民センター (〒167-0022下井草5-7-22 井草地域集会施設運営協議会 ☎3301-7723)

講	国宝「源氏物語絵巻」をよむ	現存する絵巻の各場面を読み解き、絵画技法や有職故実の精度の高さなどに触れます。講義はスライドを使用します/女子美術大学短期大学部准教授・鹿島蘭	8月2日(土)・9日(土) 午後1時30分～3時30分(計2回)	40名	100円	7月24日
	ストレッチと水中ウオーキング 会場=ティップネス下井草店	真夏の暑さに負けないように、体力増進とストレス解消をはかります(体験・アクアピックス)※	8月11日～25日の毎週(月) 午前10時～正午(計3回)	40名	300円 (保険料含む)	7月28日
	パラソルの制作 会場=科学館	自分のデザインで、ろうけつ染めのパラソルをつくってみませんか(汚れてもよい服装で、エプロン・ゴム手袋・履物持参)/染色工芸家・佐藤弘幸	8月8日(金)・9日(土) 午後1時30分～4時(計2回)	16名	3300円 (保険料含む)	7月24日
催	おもちゃの病院	こわれたおもちゃを修理します(実費がかかる場合があります)/安井昌徳ほか	8月9日(土)・23日(土) 午後1時30分～3時	—	無料	直接会場へ

※過去に疾病のある方は、かかりつけの主治医の診断書が必要です。

●西荻地域区民センター (〒167-0034桃井4-3-2 西荻地域集会施設運営協議会 ☎3301-0811)

講	続々・平家物語を読む	源平の争いを終息までたどりながら、その際、男女のたれそれがいかに“無常”に直面させられたかを読みといていきます/西沢昇	8月5日～26日の毎週(火) 午後1時～3時(計4回)	40名	500円	7月26日
	子どもが喜ぶクッキング講座 ⑦～かんたん中華	暑い夏でもおいしく食べられる冷しあえ麺と豆のお汁粉を作ります。小学生のお子さんは料理作りに参加し、学齢前のお子さんは託児後料理室に移動し一緒に試食します/古澤滋子 ▷対象=小学生以下の子と親	8月9日(土)午前10時～午後0時30分	15組 ※	1500円 応援券	7月28日

※1歳～就学前の託児あり(事前申込制。子育て応援券利用可)

●荻窪地域区民センター (〒167-0051荻窪2-34-20 荻窪地域集会施設運営協議会 ☎3398-9127)

催	開館30周年記念 おぎくぼセンター祭	7月26日(土)・27日(日)午前10時～午後4時(27日は午後3時30分まで。雨天実施) ▷26日=桃井第二小学校合唱、荻窪小学校ソーラン、フラ・レファ、詩吟岳心会、杉並マジッククラブ、シルバー人材センターファッションショー ▷27日=和太鼓龍、要さんのバルーンショー、ハワイアンソングを歌う会、大正琴杉の実会、日舞筑紫会、杉並マジッククラブ、レッツフィットネスGYMのキックボクシングデモンストレーション ▷両日=工芸品・手芸品展示即売、東吾妻町農産物産地直売、焼そば、かき氷、パン、コーヒーほか各種模擬店 ◇包丁研ぎはお祭特価で行います ◇両日先着300名様空くじなしのスタンプ・ラリーで抽選あり	—	—	—	当日直接
講	区民センターカレッジ講演会 バレーボール「金メダルへの道」	ミュンヘンで銀メダル、モントリオールで金メダルを獲得したエースアタッカー白井貴子さんをお迎えして、彼女の「バレーボール人生」「柳本ジャパンの可能性」などのお話をお聞きます	8月3日(日)午後1時～2時=ビデオ上映、2時～4時=講演会	90名	200円	7月21日

●阿佐谷地域区民センター (〒166-0004阿佐谷南1-47-17 阿佐谷地域集会施設運営協議会 ☎3314-7215)

催	夏まつり・盆おどり 会場=梅里中央公園	恒例の盆おどり大会です。地元各町会・団体が共催・参加します。模擬店・緑日もお楽しみに	8月9日(土)・10日(日) 午後6時～8時30分	—	無料	当日直接
	盆おどりの練習 会場=梅里区民集会所	上記の大会で、より楽しく踊れるよう練習をしましょう	7月28日(月)・30日(水) 午後6時30分～8時(計2回)	—	無料	当日直接
	土ようえほんとおはなしの会	暑くなってきましたね。夏もおはなしの会でゆったり過ごしませんか/三つのりんご	7月26日(土)午後2時～3時	—	無料	当日直接

●高円寺地域区民センター (〒166-0011梅里1-22-32 高円寺地域集会施設運営協議会 ☎3317-6614)

講	楽しいセカンドライフを送るためのマネープラン	備えあれば憂いなし!①知って得するお金の話、ガソリンの高騰が及ぼす生活への影響②相続を考える「残す」から『使う』への切り替え/関口仁	8月22日～9月5日の毎週(金) 午前10時～正午(計3回)	30名	300円	8月4日
	トレーニング機器講習会	トレーニング機器を利用するための事前講習会(写真3cm×2.5cm1枚、運動しやすい服装で、靴・タオル持参)▷対象=15歳以上で、中学校を卒業している方/ティップネス中野	8月29日(金)午前10時～正午	10名	100円 (保険料含む)	8月11日

●高井戸地域区民センター (〒168-0072高井戸東3-7-5 高井戸地域区民センター運営協議会 ☎3331-7841)

講	8月トレーニング機器講習会	トレーニング機器を利用するための事前講習会(写真3cm×2.5cm1枚、動きやすい服装で、靴・タオル持参)/高橋悦子▷対象=15歳以上で、中学校を卒業している方	8月19日(火)午前10時～午後1時	10名	120円	8月7日
	初心者のためのゴルフ体験講座 会場=東京ゴルフ専門学校ショートコース※	ショートコースでゴルフの基本とマナーを楽しく学びましょう(スポーツのできる服装、道具は無料貸出あり)/森本順司▷対象=20歳以上の方	9月6日～27日の毎週(土) 午後2時～3時30分(計4回)	20名	6180円	8月18日

※東京ゴルフ専門学校ショートコースへの直接のお問い合わせはご遠慮ください。

●上高井戸区民集会所 (上高井戸1-15-5 申し込みは、高井戸地域区民センターへ)

講	折り紙教室	日本の伝統的折り紙が初めての方にもかんたんにできます。1枚の紙から素敵な作品を作りましょう/野上操	8月6日・20日、9月3日・17日 いずれも(水)午前10時～正午(計4回)	15名	400円	7月25日
----------	-------	---	---	-----	------	-------

杉並区情報化アクションプラン (20~22年度)を改定しました

改定に先立ち、「杉並区自治基本条例」に基づく区民等の意見提出手続により、「広報すぎなみ」5月1日号などで改定案を公表し、広く皆さんからご意見を伺いました。寄せられたご意見を踏まえ、区は必要な修正を加えて改定を行いました。いただいたご意見と区の考え方は下表のとおりです。

改定後の計画の全文と改定案に対する区民等の意見については、区ホームページのほか、情報システム課(区役所東棟7階)、区政資料室(西棟2階)、区民事務所・分室、駅前事務所、図書館で閲覧できます。

—問い合わせは、情報システム課へ。

情報化アクションプランとは…

今日の情報通信技術の飛躍的な進展や、それに伴うセキュリティ対策など、区の情報化施策を取り巻く環境の変化に的確に対応し、「電子区役所」の構築をさらに推進していくための計画です。

〈いただいた主なご意見〉

▷意見提出期間=5月1日~15日
▷意見提出件数=8件 延11項目

方針	意見の概要	区の考え方
行政サービスの大幅な向上	電子公金収納システムについて、「Pay-Easy」システムや、クレジットカード、デビットカード等でも収納できるようにしてほしい。	収納方法については、区民の利便性をはじめ費用対効果など様々な角度から検討し、電子収納サービスを実現していきます。
地域情報化の推進	地域SNS(会員制の情報連絡網サービス)を既存の地域サイトとどのように関連づけていくかが課題である。また、地域情報化の推進に関する諸施策は、総合的に検討を行う必要がある。	地域SNSの検討など地域情報化の推進については、広い視野に立ち区の既存の関連サイトを検証したうえで、進めていく必要があると考えます。
最適なシステムの運用管理体制の構築	システムを構築する上で重要なのは、①区民の参画②サービスとコスト負担のバランス③データ管理のあり方④技術の進展予測である。	システムの最適化を図るため、「システム調達ガイドライン」を徹底し、区民の利便性を考慮しながら費用対効果に優れたシステムの開発・運用を実現していきます。

- ★電子申請システムの充実
- ★電子収納サービスの実現
- ★区立施設への無線LANの環境整備 など

- ★ホームページの充実・拡充
- ★電子区政資料室の開設
- ★電子区政モニターの実施
- ★SNSの活用の検討 など

目標Ⅰ 顧客志向の行政サービスの実現

目標Ⅱ 区民との情報共有とパートナーシップ

杉並区情報化アクションプラン 20~22年度(2008~2010)

電子区役所の構築

目標Ⅲ 行政経営の革新と基盤整備

目標Ⅳ 人材の育成とセキュリティ対策

- ★校務用パソコンネットワークや校務システムの構築
- ★納付センターの運営
- ★システム調達ガイドラインの徹底
- ★学識経験者や民間専門家等の活用
- ★共通データベース構築と管理体制の検討 など

- ★電子区役所を支える人材育成
- ★全庁セキュリティマネジメントの徹底 など

止めよう温暖化「すぎなみ打ち水2008」

—問い合わせは、環境課へ。

～「緑のカーテン」の体験もできます～

暑い夏がすぐそこに来ています。その上、クーラーの室外機などから排出される熱風などによる都市部のヒートアイランド現象や地球温暖化は、真夏日や熱帯夜増加の一因にもなっています。

区では、「地球を救え すぎなみ省エネ作戦」を展開していますが、こうした現状を解決するために、私たち一人ひとりが取り組める方法として、だれもが手軽にできる「打ち水」を行います。

「打ち水」は雨水やお風呂の残り湯・プールの残り水などの二次用水(水道水はご法度です)を使い、気温を下げるという取り組みです。

今年も区内での一斉打ち水実施日を8月1日(金)正午からに設定しました。皆さんも、ぜひ参加してください。

なお、区役所本庁では、打ち水にあわせ「緑のカーテン」の観賞や涼しさの体験などを行う予定です。

また、NPO法人が計画している打ち水大作戦の期間は、7月22日(火)~8月23日(土)です。詳細は、<http://www.uchimizu.jp/>をご覧ください。

水道の水は手の小指の半分よりも細く出します。なるべく細く出しても充分きれいになります。

キッチンで洗いものをすすぐ時に全部まとめて洗います。油のついた食器・鍋などは、洗うまえに、古い布(いたんで着なくなったTシャツ・下着などを一〇cm四方位にカットしてためておく)でふいておきます。

平澤 紀久子 様

これは一三年前に土壁使用の和風省エネ住宅新築以来の我が家の省エネ流儀です。区内の移動は徒歩か自転車移動し車の使用抑制。未使用の

これは一三年前に土壁使用の和風省エネ住宅新築以来の我が家の省エネ流儀です。区内の移動は徒歩か自転車移動し車の使用抑制。未使用の

夏期は熱帯夜の時しかクーラーを使用しません。暑い日は早々に雨戸をしめ室温上昇を回避。冬期は好天なら、なるべく早く雨戸をあげ陽ざしを取り入れ、室温を高め、ために寝具類を干すようにして、ストーブの使用を最低限に抑制しています。

これは一三年前に土壁使用の和風省エネ住宅新築以来の我が家の省エネ流儀です。区内の移動は徒歩か自転車移動し車の使用抑制。未使用の

夏期は熱帯夜の時しかクーラーを使用しません。暑い日は早々に雨戸をしめ室温上昇を回避。冬期は好天なら、なるべく早く雨戸をあげ陽ざしを取り入れ、室温を高め、ために寝具類を干すようにして、ストーブの使用を最低限に抑制しています。

これは一三年前に土壁使用の和風省エネ住宅新築以来の我が家の省エネ流儀です。区内の移動は徒歩か自転車移動し車の使用抑制。未使用の

夏期は熱帯夜の時しかクーラーを使用しません。暑い日は早々に雨戸をしめ室温上昇を回避。冬期は好天なら、なるべく早く雨戸をあげ陽ざしを取り入れ、室温を高め、ために寝具類を干すようにして、ストーブの使用を最低限に抑制しています。

これは一三年前に土壁使用の和風省エネ住宅新築以来の我が家の省エネ流儀です。区内の移動は徒歩か自転車移動し車の使用抑制。未使用の

紹介します

「我が家の省エネアイデア」

入賞の省エネ行動

区民の皆さんから募集しました「我が家の省エネアイデア」は、四二点のご応募をいただきました。この度、最優秀・優秀アイデア賞を決定したのでご紹介いたします。これぞと思ったアイデアがありましたら、ぜひ実践してみてください。

—問い合わせは、環境課地球温暖化対策担当 ☎ 3398-3195 へ。



○最優秀賞(一点) 「家庭の小働きで省エネ徹底」 佐藤 翠 様

家電機器の電源は切るなど、家族四人全員協力で徹底しています。

○優秀賞(三点) 「雨水の再利用」 志田 和英 様

貴重な水資源の有効利用の観点から、無駄に捨てられていた雨水を有効利用するため、市販の四五ℓ用ポリ容器を六個接続し、洗車と夏の時期には庭の水やりで使用し、月四〇〇円程度の節水を達成しました。最終的には一五個まで増やし、総水量六七〇ℓを計画しています(以下、作成方法などは省略)。

「地球にっこり、ほかほかゆたんぼ」 中川 あかり 様

おふろのときにペットボトルをもつて入ります。出る前におふろのおゆをペットボトルに入れてふたをきっちりしめます。とりあえず、ゆぶねにうかばせておふろのふたをしめます。ねる前にとりだしておふろにいっしょにもつて入ります。ゆたんぼがわりになってあったかいです。

次の日、つめたくなったペットボトルののり水は花のみずやりにつかいます。

「水道水よ スリムになれ」 平澤 紀久子 様

キッチンで洗いものをすすぐ時に全部まとめて洗います。油のついた食器・鍋などは、洗うまえに、古い布(いたんで着なくなったTシャツ・下着などを一〇cm四方位にカットしてためておく)でふいておきます。

(発行日)毎月1日、11日、21日

