

なぎなみ



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/

杉並区コールセンター
☎#8800または☎3372-8800
午前7時～午後11時(粗大ごみ受付 午前8時～午後7時)

- 認証保育所等の保育料補助を
変更します 2
- 「子ども手当」で子育て応援券
を購入しよう! 2
- 子供と大人のオアシス
～大人塾まつり 8
- 大田黒公園
ピアノ修復記念コンサート 8

4月12日(月)
から

いきいき元気に生涯現役!

長寿応援ポイントの交換が始まります

「長寿応援ポイント事業」は、現在、約800活動が登録されています。今までにためていただいたポイントの交換が4月12日から始まります。1ポイント50円で換算し、その8割を区内共通商品券に交換し、自分のために利用していただきます。また、2割は、新たに設置する長寿応援ファンドに寄付していただき、さらなる支え合いのために活用します。——問い合わせは、高齢者施策課へ。

● 長寿応援ポイント交換までの流れ ●

ポイント交換の申請方法

ポイントは、25ポイントから交換でき、1年度1人600ポイントが上限です。
21年度シールの有効期限は24年3月31日です。
一人一人が好きなときに、いつでもポイント交換の申請ができます。

◇申請できる方と受付場所

申請時に杉並区民であること。
高齢者施策課(区役所東棟1階)、各ゆうゆう館

◇持参するもの

- ①シールがはられた長寿応援ポイントカード(裏面は申請書です。複数枚まとめて可)
- ②住所・氏名・生年月日を確認できるもの

(保険証・区民証・運転免許証など)

◇区内共通商品券の受け渡し

区役所で申請した場合は、その場で区内共通商品券を渡します。ゆうゆう館で申請した場合は、申請後おおむね3週間後に区内共通商品券を郵送します。繰り越しするポイントがある場合は、新しいカードに記入します。

申請書の書き方

(カード裏面)

カードにはってあるポイント数を記入してください

提出日を記入してください

ここは記入しないでください

⑥の場合は下のA～Cから選んでください

A あしなが育英会
B ユニセフ
C 世界の子どもにワクチンを

平成21年12月作成

※本人が申請できない場合は、代理の方が委任状を持参してください。申請は個人単位とし、団体でまとめた申請はできません。

長寿応援ポイント事業

長寿応援ポイント事業では、区が認定したボランティア活動などの地域貢献活動、いきがい活動、また区が実施する健康増進・介護予防活動などへ高齢者が参加した場合に、ポイントが配られます。事業に参加できるのは杉並区民の方で、活動の種類別に、対象年齢やポイントを定めています(下表参照)。

いきがい 支えあい 健康

シール貼付欄

ポイントは25ポイントから交換できますよ!

長寿応援ファンド

寄付 商品券

〈活動の種類とポイント数〉

活動の種類	対象年齢	ポイント数
地域貢献活動	60歳以上	5ポイント
健康増進活動等	60歳以上	1ポイント
いきがい活動	75歳以上	1ポイント

区役所本庁舎1階の土日開庁業務のお知らせ

※3月21日(日)・22日(月)は祝日のためお休みです。

◆区民課区民係

土・日曜日の午前8時30分～午後5時(祝日と年末年始を除く)

▷主な取扱業務

- 住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍謄・抄本など各種証明書の発行
 - 転入・転出などの届出
 - 国民健康保険・国民年金などの届出、住民税・国民健康保険料などのお支払い
- ☎区コールセンター☎#8800、☎3372-8800または区民課区民係

◆区民課外国人登録係

毎月第3土曜日午前8時30分～午後5時(祝日を除く)

☎区民課外国人登録係☎5307-0627

◆区政相談課

土・日曜日午前8時30分～午後5時(祝日と年末年始を除く)

▷日常生活の困りごとなどの相談を受け付けています。
☎区政相談課

認証保育所等の保育料補助を変更します

4月から、認証保育所等へお子さんを預けている保護者の経済的負担軽減のため、保育料助成制度を改正し、補助額を拡充します。

—問い合わせは、保育課指導係へ。

◇対象

杉並区に住所を有する児童の保護者で、次の保育施設に月160時間以上の契約で入所している方です。

ただし、認可外保育施設入所の方は認可保育園の入園申し込みをしている場合に限ります。

●東京都認証保育所(区内・区外施設を問いません)

- 杉並区グループ保育室
- 杉並区保育室(委託型)
- 認可外保育施設(東京都などが定める認可外保育施設指導監督基準を満たしている施設)

◇補助額

下表のとおりです。保育料補助の申請は、入所後30日以内に行ってください。申請の方法などの詳細は、お問い合わせください。

〈認証保育所等の保育料補助月額〉

年齢は4月1日現在の満年齢です。世帯収入は、21年分の給与収入と事業収入等の合計です。

①認証保育所に入所している場合

児童の年齢/世帯収入	生活保護世帯 特別区民税非課税世帯※	
	700万円未満	700万円以上
0～2歳	上限6万5000円	4万円 2万5000円
3歳以上	上限4万5000円	3万5000円 2万円

②杉並区グループ保育室、区保育室(委託型)に入所している場合

児童の年齢/世帯収入	生活保護世帯 特別区民税非課税世帯※	
	700万円未満	700万円以上
0～2歳	上限5万4000円	3万円 1万7500円
3歳以上	上限3万1000円	3000円 1500円

③指導監督基準を満たした認可外保育施設に入所している場合

児童の年齢/世帯収入	700万円未満	700万円以上
就学前まで	2万円	1万7500円

※21年分所得税が非課税で、かつ21年度特別区民税が非課税の世帯。

区民の声から

区民の皆さんからいただいた声と、それに対する区からの回答の一部を掲載します(毎月21日号)。問い合わせは、区政相談課へ。

区政への主なご意見・ご要望と区からの回答の概要を、区ホームページ(「ご意見・ご要望」→「主な意見と回答」)でご覧になれます。

「子育て応援券の歯科利用」

インフルエンザの予防接種では、子育て応援券が利用できるとも助かりました。自己負担である歯科でのフッ素塗布にも利用できる」と

かります。虫歯となって医療費がかかる前に、予防できれば健康保険の負担も少なくて済むのではないのでしょうか。

【回答】

ご提案いただきました保険適用とならない歯科医院でのフッ素塗布は、21年12月から区内の登録している歯科医院で、「子どもの口腔ケアの健康相談とフッ素塗布」として子育て応援券が利用できるようになりました。

子育て応援券が利用できるサービスは、区主導で特定のサービスを指定する仕組みではありません。サービスを提

した内容を、区が審査し、承認していく仕組みです。今回のフッ素塗布は、杉並区歯科医師会が、企画・申請したサービスです。就学前のお子さんがいる家庭に対する子育て支援サービスとして、フッ素塗布だけでなく、歯の健康相談と併せて二〇分程度、子どもごとに年一回のみという内容で、子育て応援券が利用できるようにしています。

子育て応援券で、このサービスを受けることができる歯科医院の一覧は「すぎなみ子育てサイト」で紹介しています。ぜひ、ご覧ください。(担当課＝子育て支援課)

「子ども手当」で「子育て応援券を購入しよう！」

10月から、現在の無償応援券は、一冊三〇〇〇円で一万円分のサービスが利用できるプレミアム付の有償応援券(購入制)にかわります。また、これに伴い、4月中旬に交付予定の22年度分の無償応援券は、4～9月の半年分となります。問い合わせは、子育て支援課子育て応援券担当へ。

◇「子育て応援券」の在り方を見直しました

22年度から、国の施策として、子ども一人当たり、年額一五万六〇〇〇円(23年度からは三二万二〇〇〇円の予定)の「子ども手当」が支給され、子育て家庭に対する支援が大幅に拡充されます。

◇一冊七〇〇〇円のプレミアムが付きま

有償応援券は、一冊三〇〇〇円で一万円分のサービスに利用できます。

◇10月実施の有償応援券の申込書類は7月に送付します

22年度の申し込みは、二回分をまとめて7月となります。7月中旬に、対象者の方全員に申込書類を送付します。なお、23年度からは毎年4月中旬に申込書類を送付しますので、年間分をまとめて申し込んでください。

◇4月からサービスの一部が見直されます

4月以降に、出生や区内に転入し、新規に無償応援券の申し込みをするときは、お子さんと一緒に住む保護者が区内に三カ月以上住んでいることが要件になります。

「子ども手当」の申請手続きが必要な方に4月中旬に申請書を送付します

現行の児童手当は、「子ども手当」の制度に移行します。対象は、中学卒業(生年月日が平成7年4月2日以降生まれ)までの子どもを養育している区内在住の方で、所得制限はありません。ただし、公務員は今までどおり職場での申請となります。

杉並区では、現在、申請が必要な方に向けた案内の準備を進めています。申請が必要な方には、4月中旬に世帯あて申請書を送付しますので、郵送で申請をしてください。

なお、現在児童手当を受給中の方で、新たに対象となるお子さんがいない場合には、あらためて申請をする必要はありません。

また、お子さんが生まれた場合は、別に手続きが必要です。

子育て支援課子ども医療・手当係

〈①23年度以降の「子育て応援券」購入制度〉

対象/種類	購入できる冊数		
	第1回 6月末引き落とし 7月下旬交付	第2回 10月末引き落とし 11月下旬交付	第3回 2月末引き落とし 3月下旬交付
0～2歳児の保護者	4冊 (4万円)まで	2冊 (2万円)まで	2冊 (2万円)まで
3・4歳児の保護者	2冊 (2万円)まで	1冊 (1万円)まで	1冊 (1万円)まで
5歳児の保護者	2冊 (2万円)まで	2冊 (2万円)まで	購入できません

※有効期限は各回同じで、0～4歳児用は翌年度末、5歳児はその年度末です。

〈②22年度の「子育て応援券」交付〉

対象/種類	無償応援券 (4～9月)	有償応援券		有効期限 (無償も有償も 同じ)
		第1回 10月末引き落とし 11月下旬交付	第2回 2月末引き落とし 3月下旬交付	
0～2歳児の保護者	3万円分	2冊 (2万円)まで	2冊 (2万円)まで	24年3月31日
3・4歳児の保護者	1万5000円分	1冊 (1万円)まで	1冊 (1万円)まで	23年3月31日
5歳児の保護者		2冊 (2万円)まで	購入できません	

また、次のサービスは、一回の利用上限額が五〇〇〇円から三〇〇〇円に引き下げになるとともに、23年4月からは応援券の利用がでなくなり、子育て中の親への健康相談と鍼灸・あん摩マッサージ指圧師、柔道整復師による施術・産後の母へのカイロ・整体師などによる民間療法



身近なまちのお風呂屋さんで楽しく健康づくり♪

銭湯でいきいき
元気に



◇ふれあい入浴

初めて利用する方は、公衆浴場で「ふれあい入浴カード」を発行しますので、年齢の確認できる保険証などを持参してください。

時毎週水曜日(一部火曜日)。時間は各公衆浴場により異なります。場区内公衆浴場区内在住で65歳以上の方費100円申当日、直接公衆浴場へ問高齢者施策課または各公衆浴場

◇まちの湯健康事業

55歳以上の方を対象に、区が杉並浴場組合に委託して行う健康事業です。参加した方は、当日100円で入浴できます。

時・場・内下表のとおり師杉並区シルバー人材センター、NPO法人グループあいびー、ダイヤピックひばり会ほか定会場により異なります(先着順)費無料申当日、直接公衆浴場へ問各公衆浴場にてめぐい体操は、てめぐいを持参してください

浴場名	所在地	電話番号	ふれあい入浴	
			曜日	時間(午後)
弁天湯	高円寺南3-25-1	3312-0449	(水)	4時~6時
第三宮下湯	高円寺南3-54-14	3315-0041	(水)	4時~6時
香藤湯	高円寺南5-1-7	3316-4514	(水)	3時~5時
なみのゆ	高円寺北3-29-2	3337-1861	(水)	6時~8時
小杉湯	高円寺北3-32-2	3337-6198	(水)	5時~7時
観音湯	阿佐谷南3-27-4	3398-5743	(水)	3時30分~5時30分
玉の湯	阿佐谷北1-13-7	3338-7860	(水)	4時~6時
天徳泉	阿佐谷北2-22-1	3338-6018	(水)	3時~5時
平和湯	阿佐谷北4-17-11	3337-3232	(水)	5時~7時
杉並湯	梅里1-13-7	3312-1221	(水)	5時~7時
ゆ家とごころ吉の湯(予約制)	成田東1-14-7	3315-1766	(水)	3時~5時
成宗湯	成田東5-3-19	3391-4957	(水)	4時~6時
さくら湯	和田3-11-9	3381-8461	(水)	5時~7時
林泉湯	天沼1-13-12	3392-2744	(水)	3時~5時
藤乃湯	天沼2-17-20	3391-0504	(水)	4時30分~6時30分
第一宝湯	天沼3-38-12	3398-2392	(水)	4時~6時
亀の湯	本天沼1-2-8	3399-6472	(水)	4時~6時
第二宝湯	本天沼2-7-13	3390-8623	(水)	5時~7時
ゆたか湯	井草5-18-10	5382-1127	(水)	4時~6時
井草湯	下井草5-3-15	5930-6212	(水)	4時~6時
亀の湯	桃井1-35-9	3394-1126	(水)	5時~7時
秀の湯	桃井4-2-9	3399-6112	(水)	5時~7時
文化湯	西荻北4-3-10	3390-1051	(水)	5時~7時
天徳湯	西荻北4-24-5	3390-1561	(水)	4時~6時
天狗湯	西荻南1-21-4	3333-9461	(水)	3時30分~5時30分
銭湯Gokurakuya	上荻2-40-14	3399-0276	(水)	5時~7時
浜の湯	浜田山3-24-4	3303-6665	(水)	4時~6時
湯の楽代田橋	和泉1-1-4	3321-4938	(火)	4時~6時
和泉湯	和泉1-18-1	3321-0929	(火)	5時~7時
大黒湯	和泉1-34-2	3328-2137	(火)	5時~7時
大和湯	和田1-71-18	3381-3452	(水)	5時~7時

まちの湯健康事業(長寿②対象事業)	
てめぐい体操 = 4月4日(日)、5月2日(日)、6月6日(日)午後2時	
実施はありません	
実施はありません	
元気塾いすに座って健康体操 = 4月18日(日)、5月16日(日)・30日(日)、6月20日(日)午後1時30分	
整体体操 = 4月7日(水)、5月12日(水)、6月2日(水)午後2時30分	
健康エアロピクス = 4月25日(日)、5月23日(日)、6月27日(日)午後2時30分	
太極拳 = 4月18日(日)、5月16日(日)、6月20日(日)午後1時45分	
実施はありません	
気功太極拳 = 4月15日(木)、5月20日(木)、6月17日(木)	
健康体操(自主事業) = 5月27日(木)いずれも午後1時45分	
健康エアロピクス = 4月7日(水)、5月5日(祝)、6月2日(水)午後2時30分	
健康エアロピクス = 4月3日(土)、5月1日(土)、6月5日(土)	
てめぐい体操 = 4月18日(日)、5月16日(日)、6月20日(日)いずれも午後0時30分	
実施はありません	
健康エアロピクス = 4月7日(水)、5月5日(祝)、6月2日(水)午後2時15分	
健康体操(自彊「きょう」術) = 4月2日(金)・16日(金)、5月7日(金)・21日(金)、6月4日(金)・18日(金)午後1時15分	
実施はありません	
てめぐい体操 = 4月4日(日)・18日(日)、5月2日(日)・16日(日)、6月6日(日)・20日(日)午後2時30分	
太極拳 = 4月25日(日)、5月23日(日)、6月27日(日)午後2時	
気功太極拳 = 4月11日(日)、5月9日(日)・23日(日)、6月13日(日)午後2時15分	
実施はありません	
実施はありません	
実施はありません	
てめぐい体操 = 4月10日(土)、5月8日(土)、6月12日(土)午後2時	
自彊術 = 4月25日(日)、5月23日(日)、6月20日(日)午後2時30分	
健康エアロピクス = 4月11日(日)、6月13日(日) / てめぐい体操 = 4月25日(日)、6月27日(日) / 自彊術 = 5月9日(日)・23日(日)いずれも午後0時30分	
実施はありません	
気功太極拳 = 4月18日(日)、5月16日(日)、6月20日(日)午後2時45分	
コーラス = 4月7日(水)、5月5日(祝)、6月2日(水)	
太極拳 = 4月21日(水)、5月19日(水)、6月16日(水)いずれも午後2時30分	
てめぐい体操 = 4月13日(火)、5月11日(火)・22日(土)、6月8日(火)午後1時30分	
てめぐい体操 = 4月11日(日)・25日(日)、5月23日(日)、6月13日(日)・27日(日)午後1時	
気功太極拳 = 4月4日(日)・18日(日)、5月2日(日)・16日(日)、6月6日(日)・20日(日)午後1時	
健康エアロピクス = 4月25日(日)、5月23日(日)、6月27日(日)午後1時45分	

※電話は、正午以降にご連絡ください。

民営化宿泊施設の 予約・宿泊料金など

施設名(所在地)	湯の里「杉菜(すぎな)」(神奈川県足柄下郡湯河原町)	コニファーいわびつ(群馬県吾妻郡東吾妻町)	富士学園(山梨県南都留郡忍野村)	弓ヶ浜クラブ(静岡県賀茂郡南伊豆町)
申し込み先(受付時間)	☎0120-465-002 ☎0465-62-4805 (午前9時~午後8時)	☎0279-68-5338 (午前9時~午後8時) FAX0279-68-5417	☎0120-844-891 ☎0555-84-7031 (午前10時~午後6時)	☎0120-412-224 ☎0558-62-3187 (午前10時~午後5時)
インターネット	http://www.yunosato-sugina.com/	http://www.iwabitsu.co.jp/	http://www.fujigakuen.jp/	http://www.yumigahama-club.com/

下記宿泊料金に対して、区民(区内在住者)の方には2000円(65歳以上または障害者には3000円)の宿泊補助が適用されます。宿泊補助の適用を受けるには、運転免許証・杉並区民証・健康保険証・障害者手帳など、区内在住を証明するもの(コピー可)を現地施設で提示し、必要書類に記入してください(お持ちにならない時は宿泊補助は適用されません。また、払い戻しはしません)。

宿泊料金など	平日	大人	区民=7980円~	区民=8505円~	小学生以上=7000円~	5歳以上=7770円~
		子ども	区民=5565円~	区民=6300円~		
休前日	大人	区民=9030円~	区民=9555円~	小学生以上=8000円~	5歳以上=9240円~	
	子ども	区民=6615円~	区民=7350円~			
夏季	大人	区民=9030円~	区民=9555円~	小学生以上=8900円~	5歳以上=9240円~	
	子ども	区民=6615円~	区民=7350円~			
入湯税		12歳以上150円	中学生以上150円		12歳以上130円	

※宿泊料金は1泊2食付で消費税込みです。利用人数や季節(年末年始・夏季など)により、宿泊料金が変わる場合もあります。利用日4日前からの変更や取消はキャンセル料がかかる場合があります。富士学園・弓ヶ浜クラブは小学校移動教室で利用するため、夏季期間を除く5月~10月は、利用できない日があります。なお、夏季期間・宿泊料金は、施設によって異なりますので施設に確認してください。

直営施設 教職員研修所「秋川荘」 予約・宿泊料金など

施設	あきる野市五日市 ☎042-596-0693
料金	大人4400円、子ども2700円 (1泊2食付)
申込方法	5月の利用申し込み=研修使用日以外は4月12日から使用日の原則3日前まで、電話または窓口で受け付けます。なお4月12日は電話のみの受け付け(先着順)となります。予約の取れた方には、使用承認書をお送りしますので、忘れずに現地施設にご持参ください。利用料金などは現地施設でお支払いください。
休館日	5月12日(水)
申し込み問い合わせ	株KNTツーリスト区役所内営業所☎3312-6431(直通)へ (午前8時30分~午後5時。土・日曜日、祝日は除く)。

【凡例】時=日時 場=場所 内=内容 師=講師 対=対象 定=定員 費=参加費 申=申し込み 問=問い合わせ 他=その他 【記号】☎=Eメールアドレス ㊦=ホームページアドレス

区からの お知らせ

SUGINAMI INFORMATION

障害のある方

●障害福祉サービス等をご利用の方へ
4月から利用者負担がさらに軽減されます

◇障害福祉サービス(療養介護 医療を除く)・補装具
利用者負担が、低所得1・2 (区民税非課税世帯)の方は無料になります。障害福祉サービスをご利用の方で、対象となる方には、新しい受給者証を3月下旬に送付します。なお、区民税が均等割のみの世帯には、現行の軽減策を継続します。

◇地域生活支援事業(移動支援・日帰りショートステイ・訪問入浴・日常生活用具など)
利用者負担額は、引き続きサービス費用の3%です。ただし、区民税非課税世帯の方は無料になります。

◇障害福祉サービス(障害者施策課自立支援給付係)▽地域生活支援事業(同課管理係)▽補装具(福祉事務所) (荻窪 3339 819104 / 高円寺 5330 612611 / 高井戸 333 217221)

◇井草地域活動係
井草区民事務所から井草地域区民センター(下井草5-7-1)



3月25日(木)〜31日(水)
飲酒運転させないTOKYOキャンペーン
飲酒運転は、悪質な犯罪です。
乗るなら飲むな! 飲むなら乗るな!
杉並・高井戸・荻窪警察署 杉並区

22 33394-0462 (電話番号は変更なし)へ

◇阿佐谷地域活動係
阿佐谷区民事務所から阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17 333147435)へ

(各施設の設備停止日と一部利用中止日)

内容	期間
冷房・給湯の全面停止(全館)	6月21日(月)〜26日(土)※1
区民センターの音楽室などの利用中止	6月21日(月)〜26日(土)※2 7月3日(土)〜22日(木)
高齢者活動支援センターの臨時休館	6月21日(月)〜28日(月)
高井戸温水プールの臨時休館	6月21日(月)〜7月2日(金)

※1. 7月3日(土)〜22日(木)は冷房・給湯が十分でないことがあります。※2. 6月20日(日)・21日(月)は定例休館日です。

◇阿佐谷地域活動係
阿佐谷区民事務所から阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17 333147435)へ

環境・清掃

省エネなんでも相談窓口

知識豊富な相談員がお答えします。

◇4月6日(火)②20日(火)午前10時〜午後4時(区役所一階ロビー)当日、直接会場へ(環境都市推進課環境都市推進担当)

住まい・まち

JR荻窪駅北口駅前広場修景整備計画案の説明会

JR荻窪駅北口駅前広場整備計画のうち、バス停の上屋設置や植栽などの計画案を作成しましたので、その内容を説明します。

◇3月29日(月)午後7時〜8時30分(あさんぶる荻窪(荻窪5-15-13)当日、直接会場へ(まちづくり推進課拠点整備係(他車での来場はご遠慮ください)

◇3月29日(月)午後7時〜8時30分(あさんぶる荻窪(荻窪5-15-13)当日、直接会場へ(まちづくり推進課拠点整備係(他車での来場はご遠慮ください)

◇3月29日(月)午後7時〜8時30分(あさんぶる荻窪(荻窪5-15-13)当日、直接会場へ(まちづくり推進課拠点整備係(他車での来場はご遠慮ください)

◇3月29日(月)午後7時〜8時30分(あさんぶる荻窪(荻窪5-15-13)当日、直接会場へ(まちづくり推進課拠点整備係(他車での来場はご遠慮ください)

◇3月29日(月)午後7時〜8時30分(あさんぶる荻窪(荻窪5-15-13)当日、直接会場へ(まちづくり推進課拠点整備係(他車での来場はご遠慮ください)

◇3月29日(月)午後7時〜8時30分(あさんぶる荻窪(荻窪5-15-13)当日、直接会場へ(まちづくり推進課拠点整備係(他車での来場はご遠慮ください)

◇3月29日(月)午後7時〜8時30分(あさんぶる荻窪(荻窪5-15-13)当日、直接会場へ(まちづくり推進課拠点整備係(他車での来場はご遠慮ください)

◇3月29日(月)午後7時〜8時30分(あさんぶる荻窪(荻窪5-15-13)当日、直接会場へ(まちづくり推進課拠点整備係(他車での来場はご遠慮ください)

◇3月29日(月)午後7時〜8時30分(あさんぶる荻窪(荻窪5-15-13)当日、直接会場へ(まちづくり推進課拠点整備係(他車での来場はご遠慮ください)

11に移転しました。電話番号の変更はありません。
◇ケア24永福 5355-5124

年金

◇国民年金保険料学生納付特例の申請が始まります

22年度国民年金保険料の学生納付特例申請が4月から始まります。現在申請している方も、毎年申請が必要です。21年度学生納付特例承認者には、3月下旬に申請書を送付します。

また、21年度分が未申請の方は、4月30日までに申請すれば、21年4月にさかのぼって適用できます。

学生証(有効期限が記入されている写しでも可)と年金手帳を持参の上、国保年金課国民年金係(区役所西棟二階)で申請してください(郵送可)。

◇65歳になる方へ
20〜60歳になるまでの間、加入したことのある年金が国民年金(第一号被保険者期間)のみの方が、老齢基礎年金を受給するには、区役所で手続きが必要です。受け付けは誕生日の前日からです。

◇必要書類①年金手帳②年金受け取り希望先の金融機関の通帳③印鑑(ご本人が自署する場合は不要)

◇国民年金の第三号被保険者期間のある方、厚生年金や共済年金に加入したことのある方は、杉並年金事務所へお問い合わせください。

◇杉並年金事務所 333121511または国保年金課国民年金係

医療情報案内と急病診療

☎3423-9909 杉並区急病医療情報センター
FAX3423-9933

24時間無休で病院・診療所の案内、急病対応の説明、小児急病相談を行います。通話記録は録音します(3カ月保存)。

※まず、電話で確認! 保険証・医療証を忘れずに

☎3391-1599 休日等夜間急病診療所
受付は終了30分前まで(荻窪5-20-1杉並保健所内)

【小児科】平日: 午後7時30分〜10時30分
【内科・小児科・外科・耳鼻咽喉科】
土曜日: 午後5時〜10時
日曜・祝日: 午前9時〜午後10時

※当番医のご案内は上記急病医療情報センター ☎3423-9909へ

☎3398-5666 歯科休日急病診療所
(荻窪5-20-1杉並保健所内)
【歯科】日曜・祝日: 午前9時〜午後5時(受付は4時まで)

5月の休日パパママ学級

☎5月9日(日)午前・午後、22日(土)午前(いずれも半日で、同内容) ※午前=9時30分〜午後0時30分、午後=1時30分〜4時30分(杉並保健所3階(荻窪5-20-1)内)もく浴実習、妊婦体験、お産に向けての話など(助産師など)区内在住で、開催日現在妊娠2週以上37週未満の初産のカップル(各26組)無料往復ハガキに2人の氏名(フリガナ)・住所・電話番号・出産予定日・希望日と午前または午後(第3希望まで)を書いて、4月15日(必着)までに杉並保健所健康推進課休日パパママ学級担当(〒167-0051荻窪5-20-1)へ☎同課3391-1015(①結果は4月20日ごろに通知します②応募者多数の場合は出産予定日などで調整します)

保健センターでは、平日に母親学級とパパママ学級を開催しています。日程は5面の「各保健センター4月の各種健康相談」を参照してください。問い合わせは、各保健センターへ。

55歳以上で区内在住・在勤の方の就業相談・講座

☎ゆうゆう高円寺南館(無料)NPO法人竹箒の会(〒166-0003高円寺南4-44-11ゆうゆう高円寺南館内 ☎・FAX5378-8179)

◇シニアのための就労・起業・地域活動個別相談

☎4月3日(土)午前9時〜午後5時(1人45分) ☎キャリアカウンセラー・中村康雄ほか☎電話で、同会へ

◇パソコンインストラクター養成講座

☎4月10日(土)・17日(土)午前10時〜正午(計2回) ☎パソコンの基本操作ができる方☎12名(抽選) ☎ハガキ(7面記入例参照)で、4月1日(必着)までに同会へ

◇就業のためのパソコン教室

☎4月7日(水)・9日(金)・12日(月)・14日(水)午前10時〜正午(計4回) ☎竹箒の会所属講師☎パソコンで文字入力ができる方☎12名(抽選) ☎ハガキ(7面記入例参照)で、4月1日(必着)までに同会へ

募集します

介護保険制度に関する意見

厚生労働省では、介護保険利用者・介護保険事業者・介護事業従事者を対象に介護保険制度への意見を募集しています。

①所定の用紙(厚生労働省ホームページから取り出せます)を、郵送、ファクスまたはEメールで、3月31日(必着)までに厚生労働省老健局総務課(〒100-8916千代田区霞が関1-2-2 FAX 3503-2740)へ

gobosyu@mhlw.go.jp)へ(郵送の場合「介護保険制度への意見募集」と封筒に朱書きで記入してください) ②同課 ☎5253-1111 または区介護保険課

すぎなみ子ども特派員

区ホームページの「キッズ&ユース」ページに、『子ども特派員』として記事を掲載する小学生を募集します。

5月16日(日)に開催する委嘱式で記事の書き方・取材の仕方の講習会を行い、夏休みには、合

新型インフルエンザ業務継続計画を策定しました

区危機管理対策課

区は新型インフルエンザ(強毒性)の流行に備え、「杉並区新型インフルエンザ業務継続計画」を策定しました。新型インフルエンザ(強毒性)の流行時には、感染拡大防止のための応急的な業務の実施と区民生活に必要な行政サービスの提供を両立させる必要があります。そこで、以下の3つの基本方針を基に策定しました。

計画書は、区ホームページに掲載しています。また、4月1日からは、区政資料室(区役所西棟2階)、図書館でご覧になれます。

- 新型インフルエンザの脅威から区民を守る(区民の安全確保)
●区民の生活に不可欠な行政サービスを継続する(区民生活の維持)
●区の業務を支える体制を構築する(職員の安全確保・基盤業務の維持)

同取材会を予定しています。

①活動期間 5月中旬～23年3月31日(区内在住・在学の小学四～六年生) ②名(抽選)

③応募用紙(児童館・ゆう杉並で配布。区ホームページからも取り出せます) または便せんなどに住所・氏名・電話番号・学校名・学年・保護者の同意署名、書きたい記事のテーマを三つ以上(合わせて二〇〇字程度)書いて、4月23日(必着)までに児童青少年課青少年係(〒167-0051荻窪1-56-3 ゆう杉並内)へ郵送または持参(同係 ☎3393-4760)

採用情報

特別区職員I類

時 第一次試験 5月9日(日) 試験区分など 右下表のとおり

▽試験案内(申込書)の配布場所 Ⅱ職員課人事係(区役所東棟五階)、区民事務所・分室、駅前事務所、地域区民センター、図書館、特別区人事委員会事務局

①インターネット 4月1日午前10時～12日(受信有効)までに特別区人事委員会ホームページ

http://www.tokyo23-city.or.jp/saiyou-siken.htm

②郵送 4月1日～12日(消印有効)までに特別区人事委員会事務局任用課(〒102-0072千代田区飯田橋3-5-1)へ

③持参 4月13日(火)14日(水)午前8時30分～午後5時に、東京23区の区役所人事担当課または特別区人事委員会事務局任用課へ

特別区職員Ⅲ類・経験者採用試験・身体障害者採用選考の詳細は、お問い合わせください

その他

狂犬病予防定期集合注射を実施します

接種会場は、杉並区獣医師会所属の協力動物病院です。詳細は、個別送付の「注射のお知らせ」をご覧ください。

飼主は、犬の生涯に一度の登録と、年一回の狂犬病予防注射が義務付けられています。また、狂犬病予防法により、鑑札・注射済票は犬に付けることになっています。

時 4月3日(土)～18日(日) 時間は会場により異なります

注射料 300円、注射済票 550円(新規登録の場合は別途300円) 杉並保健所生活衛生課 ☎3391-1991

22年度杉並区食品衛生監視指導計画の策定

食品衛生監視指導計画を策定しましたので、食品衛生法に基づき公表します。この計画は、区民の皆さんの意見を取り入れ策定しました。

(特別区職員I類)

Table with 3 columns: 試験区分, 採用予定数, 主な受験資格 (23年3月31日現在)

(注) 受験資格などの詳細は、試験案内をご覧ください。

時・場 区政資料室(区役所西棟二階)、区民事務所・分室、駅前事務所、図書館、消費者センター(荻窪5-15-13)、杉並保健所(荻窪5-20-1)、保健センター。区ホームページでもご覧いただけます

期間 3月23日(火)～4月5日(月) (区政資料室・杉並保健所・区ホームページでは期間を過ぎてもご覧いただけます) ①計画の概要、基本方針、主な監視指導事業、立入検査と取去検査など、自主的な衛生管理の推進、リスクコミュニケーション ②杉並保健所生活衛生課食品衛生担当 ☎3391-1991

防犯カメラの届出情報をお知らせします

区は「杉並区防犯カメラの設置及び利用に関する条例」により、防犯カメラの設置利用基準の届出・防犯カメラの設置などについて、区民等からの苦情の処理状況・報告の徴収状況・報告状況を公表することを定めています。

不動産総合相談会

調査・売買・登記など、不動産に関する問題に、区内の関係団体の専門家が答えします。時 4月2日(金)午前10時～午後4時 場 区役所一階ロビー ①無料 ②当日、直接会場へ ③各団体の杉並支部事務局(土地家屋調査士会 ☎3314-4902、宅地建物取引業協会 ☎3311-4937、司法書士会 ☎3392-19620) または区政相談課(関係資料がある場合は持参してください)

◆各保健センター 4月の各種健康相談◆

Table with 5 columns: 保健センター名, 健康相談内容, 実施日時, 備考, 問い合わせ先

※杉並区に転入し、妊婦・乳幼児健診受診票、予防接種受診票が必要な方は、各保健センターまたは区役所東棟3階保健福祉支援係へ。検査を伴う健康相談は区内在住の方が対象です。一般の健康相談は、各保健センターの開庁日に行っています。腸内細菌検査は区内在勤・在学の方も対象とし、全センターで実施します。4月から検査を伴う健康相談は、予約制になります。ベビーカー等の盗難が発生しています。会場は狭いためベビーカーで回ることができません。チェーン錠をつけるなど各自でご注意ください。

■公園で体験！犬のしつけ方・ふれあい方教室

◇犬のしつけ方教室

初歩的なしつけ方(リーダーウォーク・排せつコントロール)を、飼い犬と一緒に学びます。

時 4月24日(土)①午前10時②午後1時(各回1時間程度) 飼主1名につき飼い犬1頭(小学生は保護者同伴。就学前のおさんは不可) 定員15名(申込順) 参加犬の条件=(1)生後6カ月以上(2)狂犬病予防接種・混合ワクチン接種済(確認できる物を当日持参)(3)鑑札の交付を受けている(当日持参)(4)生理中のメス犬は除く

◇犬と友だち・はじめて教室

犬との正しい接し方を、同伴犬協会の犬たちと公園を散歩しながら学びます。

時 4月24日(土)午前11時30分～正午 飼犬を飼っていない児童(就学前のおさんは保護者同伴) 定員10名(申込順)

— (いずれも) —

場 蚕糸の森公園(和田3-55-30) 団 NPO法人日本同伴犬協会 費 無料 往復ハガキに①住所②氏名・フリガナ③生年月日④昼間の連絡先⑤教室名⑥参加時間、しつけ方教室希望の方は⑦犬の名前⑧犬種⑨性別⑩年齢を書いて、4月2日(必着)までにみどり公園課公園利用係へ 同係 見学大歓迎



リサイクルひろば高井戸

◇廃油(てんぷら油)から石けん作り体験コーナー

時 4月2日(金)午前10時30分～正午 定員10名(先着順) 費 無料 当日、直接会場へ

◇アクリルたわし作り体験コーナー

時 4月3日(土)午前10時30分～午後3時30分 定員10名(先着順) 費 1個100円 当日、直接会場へ

◇きものと洋服の簡単リメイク

時 4月5日(月)・19日(月)午後1時30分～3時30分 各回10名(申込順) 費 各回600円 電話で、同ひろばへ

◇古布からぞうり作り

時 4月23日(金)午前10時30分～午後3時30分 定員10名(抽選) 費 1000円 往復ハガキ(7面記入例参照)で、3月29日(必着)までに同ひろばへ 昼食を持参してください

— (いずれも) —

場・同リサイクルひろば高井戸(〒168-0072高井戸東3-7-4 ☎3331-4360/水・木曜日休館)

ちょっと贅沢な春のグルメプラン

湯の里「杉菜」で
自慢の温泉と旬な料理♪

季節感あふれる夕食のグレードアッププランをご用意しました。また、伊勢えびや各種お刺身の舟盛など別注料理も取りそろえています。お気軽にお問い合わせください。



▲料理長自慢の「アサリ釜飯」

それぞれワンコイン(500円)でご用意します

3月	梅にちなんだ「梅釜飯」	4月	旬な「アサリ釜飯」
	桜にちなんだ「春野菜と白魚の桜和え」	※宿泊の前日までにご予約ください。	



ご存じですか？ 湯河原のお湯

湯河原の温泉は、日本最古の歌集「万葉集」でもうたわれた歴史のある温泉です。与謝野鉄幹・晶子夫妻や芥川龍之介など多くの文豪たちも訪れ、創作の疲れを癒やしました。

泉質は、弱食塩泉・弱アルカリ性の肌にやさしいお湯で、肌のあたりが柔らかい、湯冷めをしない特徴があります。古来より「薬師のお湯」と呼ばれ、切り傷・打撲・外傷をはじめ、神経痛や腰痛・婦人病に特に大きな効果があります。

申し込みは、電話で湯の里「杉菜」 ☎0120-465-002または ☎0465-62-4805へ
FAX0465-63-0265 HP <http://www.yunosato-sugina.com/>

湯の里「杉菜」は民営化宿泊施設です。宿泊料金など詳細は、3面をご覧ください。

〈ゆうゆう館の催し〉

ゆうゆう館名	内 容	日 時	費 用	長 寿
天沼館(天沼2-42-9 ☎FAX3391-8540)	天沼杯囲碁トーナメント／金メダルは誰の手に！	3月28日(日)午前10時～午後3時	500円	
西荻北館(西荻北2-27-18 ☎FAX3396-8871)	初心者謡曲教室(観世流)	4月8日から毎月第2・4木曜日、午前10時～正午	月額500円(稽古本実費)	長寿③
四宮館(上井草2-28-3 ☎FAX3396-7692)	みるみる上達！夕方から学ぶ卓球の基本	4月14日から毎月第2水曜日、午後4時30分～6時	1000円	長寿③
高井戸東館(高井戸東3-14-9 ☎FAX3304-9573)	至福の時間～アマンドシヨコラと飲み物の淹れ方	4月25日(日)午後1時～3時	1500円	長寿③
高井戸西館(高井戸西1-17-5 ☎FAX3332-1076)	思い出の名曲サロン～タンゴ・ジャズを中心に	4月7日から毎月第1・3水曜日、午後2時～4時	1回200円	長寿③

※申し込み・問い合わせは、各ゆうゆう館へ。第3日曜日は休館です。

SPORTS
スポーツのある暮らし
健康の第一歩

競技大会

●ターゲットバードゴルフオープン競技大会

時 4月23日(金)正午～午後3時(区後援) 場 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区内在住・在勤・在学の高校生以上でターゲットバードゴルフ経験者 定員50名(抽選) 費 500円 往復ハガキ(7面記入例参照)で、4月9日(必着)までに村上功治(〒167-0031本天沼2-20-9)へ 同村上 ☎3395-2620(午前9時～午後9時)

スポーツ教室

●腰痛・関節痛水中改善講座

水中での腰痛体操・ウォーキング・流水機を利用した運動を行います。

時 4月7日～28日の毎週水曜日、午前11時45分～午後1時(計4回) 場 スポーツハイツ(堀ノ内2-6-21) 肥満による腰痛・関節痛でお悩みの方(重度な疾患がある方は不可) 定員20名(申込順) 費 2000円 同電話または直接、スポーツハイツ ☎3316-9981へ

●ゴールキーパースクール I

ゴールキーパー専門の講習会で正しい技術を身につけよう！

時 4月13日～6月22日の毎月第2・4火曜日、午後7時～9時(計6回) 場 下高井戸運動場 中学生以上の生徒で保護者・所属チームに同意を得た方 定員20名(抽選) 費 1800円 往復ハガキ(7面記入例参照)で、4月2日(必着)までに下高井戸運動場(〒168-0073下高井戸3-26-1)へ 同運動場 ☎5374-6191

⑤の教室は、杉並区公共施設予約システム「さざんかねっと(スポーツ施設)」から申し込みできます。スポーツ施設用の個人利用者登録が必要です。申し込みは3月21日午前8時30分からハガキ締切日まで。

●個人フットサルナイト I

当日集まった人たちをチーム分けし、ゲームを楽しみます。チームでの参加もできます。

時 4月13日～6月22日の毎月第2・4火曜日、午後7時～9時 場 下高井戸運動場(下高井戸3-26-1) 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定員各回40名(先着順) 費 各回500円 当日、直接会場へ 同運動場 ☎5374-6191

●高井戸温水プール

◇未就学児水泳教室「はじめてスイムラッコ I」

水に親しみ恐怖心をなくします。

時 4月26日～6月14日の毎週月曜日、午後3時～4時(5月3日・17日を除く。計6回) 区内在住で健康な就学前の4～6歳児(実施日に年齢が達していること) 定員33名(抽選) 費 6000円 往復ハガキ(7面記入例参照)で、4月1日(必着)までに同プールへ

◇小学生水泳教室「はじめてスイムペンギン I」

25m泳げるように頑張りましょう。

時 4月26日～6月14日の毎週月曜日、午後4時～5時(5月3日・17日を除く。計6回) 区内在住・在学で健康な小学生(3年生以下は保護者の送迎が必要) 定員33名(抽選) 費 6000円 往復ハガキ(7面記入例参照)で、4月1日(必着)までに同プールへ

◇アクアビクス教室

音楽に合わせた水中運動で筋力アップを図り、体脂肪の燃焼を目指します。

時 3月29日(月)、4月5日(月)・12日(月)・23日(金)・26日(月) いずれも午前10時～11時 定員

各回30名(先着順) 費 1回800円 当日、直接会場へ

— (いずれも) —

場・同高井戸温水プール(〒168-0072高井戸東3-7-5 ☎3331-8652)

●春の初級者硬式テニス(日曜コース)

⑥教室番号「0716」

時 4月18日～6月6日の毎週日曜日、午前9時～11時(計8回) 場 妙正寺体育館人工芝庭球場 区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心・初級者 定員40名(抽選) 費 6500円 往復ハガキ(7面記入例参照)で、3月31日(必着)までに妙正寺体育館(〒167-0033清水3-20-12)へ 同体育館 ☎3399-4224 3歳～就学前の託児あり(事前申込制)

●楽しく健康タイム(4月～6月)

これまであまり運動をしたことがない方や高齢者でも大丈夫です。健康づくりの第一歩として参加してください。

時・場・同下表のとおり 区内在住・在

〈楽しく健康タイム4月～6月〉

体育館名	内 容	日 時
荻窪(荻窪3-47-2 ☎3320-3381)	ゆったり気功ヨガ	毎週(水) (第3は除く)
	全身のびのびヨガ	
永福(永福3-51-17 ☎3328-3146)	骨盤フィットネス 用具を使って筋トレタイム	第1・3(水)
	骨盤フィットネス 骨盤体操タイム	
大宮前(宮前2-11-11 ☎3334-4618)	エアロピクス ヨガ	第2・4(土)
妙正寺(清水3-20-12 ☎3399-4224)	ボールを使ったエクササイズ	第2・4(木)
	骨盤体操	
高円寺(高円寺南2-36-31 ☎3312-0313)	姿勢改善体操教室	第1・3(火)
	柔軟性向上体操	

申し込み記入例

あて先は各記事の申し込み先へ

①行事名	★往復ハガキには返信用のあて先も記入を
②郵便番号・住所	★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
③氏名(フリガナ)	★甲に、住所が記載されていないものは、区役所(〒166-8570阿佐谷南1-15-1)へ
④年齢	
⑤電話番号	

(1人1枚)

催し EVENT

■杉並産農産物の即売会

区内で生産したほうれん草・白菜・ネギ・大根などの野菜や、春を告げる草花・植木類を生産者が直売します。

時 4月3日(土)・4日(日)午前9時～午後4時(売り切れ次第終了。雨天実施)場 区役所青梅街道側と中杉通り側広場甲当日、直接会場へ園産業経済課都市農業係乙①品物は育成状況により変更する場合があります②都立農芸高等学校による園芸相談もあります

■マイバッグキャンペーンin蚕糸の森

手作りスタンプを使ったマイバッグの作成と、マイバッグのリユースキャンペーンを行います。お譲りいただけるマイバッグがある方は、当日お持ちください。また、「杉並戦隊イレンジャー」によるマイバッグ持参を呼びかける寸劇もあります。

時 3月28日(日)午前10時～午後3時場 杉並第十小学校(和田3-55-49)費 無料甲当日、直接会場へ園環境都市推進課計画調整係

すぎなみ環境情報館

◇おもちゃの公開クリニック

時 4月3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丙区内在住・在勤・在学の方定10名(申込順)費 無料(部品代実費)甲電話で、同情報館へ

◇野草散策と摘み草料理を試食しよう

あんさんぶる荻窪周辺の野草を観察し、講師が用意した摘み草料理を試食します。

時 4月16日(金)午後1時30分～4時(雨天実施)場 あんさんぶる荻窪とその周辺師環境省自然公園指導員・山室京子丙区内在住・在勤・在学の方定18名(申込順)費 300円(保険料含む)甲電話で、同情報館へ

◇フリーマーケットの開催と出店者募集

時 4月18日(日)午前10時～午後2時場 あんさんぶる荻窪丙区内在住・在勤の方(業者出店は不可)定15区画(抽選)費 無料甲往復ハガキ(記入例参照。グループ・家族は1枚)で、4月6日(必着)までに同情報館へ他東吾妻町の農産物の販売もあります(売り切れ次第終了)

— (いずれも) —

園すぎなみ環境情報館(〒167-0051荻窪5-15-13)あんさんぶる荻窪4階 ☎3398-3191

講演・講座

■歯ッ歯ッ歯ッで免疫力↑大笑いカムカム落語

桜も満開! 笑顔も満開! お花見気分での街の歯医者さんと楽しいひと時を過ごしましょう。

時 3月30日(火)午後2時～4時場 和泉保健センター(和泉4-50-6)師 並川歯科医院院長・立川振志丙区内在住・在勤の方定20名(申込順)費 無料甲園電話で、和泉保健センター ☎3313-9331へ他健康づくり自主グループ「ティースフル」との共同事業です



■ペアレントトレーニング講座「つい叱ってばかり...ということがありませんか?」

ペアレントトレーニングとは、子どもの行動の特徴を理解し、効果的な対処法を学ぶことです。子育てを楽しいものにしませんか。

時 5月7日～7月16日の毎月第1・3金曜日、午前10時～正午(計6回)場 子ども家庭支援センター(阿佐谷南1-14-8)師 まめの木クリニック臨床心理士・河内美恵丙区内在住で年長～小学4年生のお子さんの対応にお困りの保護者定30名(申込順)費 無料甲園3月23日から電話で、子ども家庭支援センター ☎5929-1902へ(月～土曜日の午前9時～午後7時)他お子さんの同席はできません

情報ぽけっと

区の後援・その他の催し・講座など

催し

★武蔵野室内合奏団定期演奏会 時 4月10日(土)午後2時場 杉並公会堂丙曲目=ベートーベン「交響曲第7番」ほか▷出演=佐々木雄一(指揮)費 2000円甲園電話で、同団・大内 ☎042-575-2223へ他区民75組150名を無料招待=ハガキ(記入例参照)で、4月2日(必着)までに大内(〒186-0004 国立市中3-11-1-1015)へ(先着順)

★これぞハーモニカ「テンホールズハーモニカの魅力」 時 5月5日(祝)午後2時30分場 セシオン杉並丙曲目=「ブルース」ほか定568名費 前売り2000円、当日2500円(子育て応援券利用可)甲園電話またはファクス(記入例参照)で、NPO法人パルケ・デ・ボスケ 林 ☎・FAX3331-7320へ他①区民100名を無料招待=ハガキ(記入例参照)で、4月15日(必着)までに同団体・林(〒167-0053西荻南3-20-11)へ(先着順)②午後0時15分から4歳～小学校低学年を対象に「子どもハーモニカ講座」を開催します(定員20名。申込順)

★生誕100年記念マザー・テレサ写真展 時 4月11日(日)まで場 ギャラリーオノマトペ(阿佐谷北4丁目)丙写真家・沖守弘によるマザー・テレサの修道院での活動の紹介費 無料甲当日、直接会場へ園マザー・テレサ写真展実行委員会 ☎6315-8667

★荻窪交通安全フェスティバル 時 3月28日(日)午前10時～11時30分(雨天中止)場 桃

井第一小学校丙腹話術による交通安全教育、白バイ・ミニパト体験乗車ほか費 無料甲当日、直接会場へ園荻窪警察署交通課 ☎3397-0110

★西荻新能2010 時 5月8日(土)午後7時(雨天実施)場 井草八幡宮神楽殿丙演目=能「葵上(あおいのうえ)」▷出演=辻井八郎(シテ)費 前売り3000円、当日3500円甲チケット販売窓口=杉並区文化協会 ☎5347-4366ほか園NPO法人西荻まちメディア・小笹 ☎090-2327-3116



★春爛漫の善福寺川ウォーキング 時 4月11日(日)午前9時場 集合場所=あんさんぶる荻窪丙師植物の説明=環境省環境カウンセラー・山室京子丙区内在住の方定30名(申込順)費 300円(12歳以下は無料)甲ファクス(記入例参照)で、みどりの善福寺川を愛でる会・西野FAX3398-3832へ園同会・重久 ☎3318-7172

★冒険遊び場「のびっばひろっば」に集合 時・場①柏の宮公園=4月7日(水)・17日(土)・25日(日)、5月12日(水)・15日(土)・23日(日)、6月9日(水)・19日(土)・27日(日)②井草森公園=4月4日(日)、5月9日(日)、6月6日(日)いずれも午前10時～午後4時費 無料甲当日、直接会場へ園杉並冒険遊びの会①吉田 ☎090-4413-1235②佐内 ☎090-7248-5819他汚れてもいい服装で飲み物・お弁当、やりたい遊び、たき火で焼きたいものを持参してください

★優れたドキュメンタリー映画を観る会 時・丙 4月23日(金)午後6時30分=フラメンコ・ライブ、7時35分=ドキュメンタリー

映画「ナオキ」上映場 下高井戸シネマ定150名(申込順)費 2000円、60歳以上・障害のある方1800円甲電話で、下高井戸シネマ ☎3328-5441へ園飯田 ☎080-3483-3811

講座

★シニアのための初めてのパソコン・デジカメ講座 時・丙 4月27日(火)～30日(金)①午前9時30分～午後0時30分=超初心者向けパソコン入門②午後1時30分～4時30分=デジタルカメラ入門/いずれも計4回場 高齢者活動支援センター師 I Tスクエア杉並丙区内在住で55歳以上の方定各コース15名(抽選)費 各コース6000円(テキスト代含む)甲往復ハガキ(記入例参照)に希望する講座名も書いて、4月8日(必着)までに I Tスクエア杉並(〒168-0063和泉3-17-15)へ園 I Tスクエア杉並 ☎090-4722-2574

★学校開放公開講座「平家物語パート2」 時 5月6日(木)、6月3日(木)、7月1日(木)、9月2日(木)、10月7日(木)、11月4日(木)午後1時30分～3時30分(計6回)場 向陽中学校クラブハウス師元都立西高等学校教諭・牧野玲子丙区内在住・在勤の方定30名(抽選)費 無料甲往復ハガキ(記入例参照)で、

4月10日(消印有効)までに向陽スポーツ文化クラブ(〒168-0073下高井戸3-24-1)へ園同クラブ ☎3329-3935(日曜日のみ)

★郷土史講座「見学会 深川歴史散歩」 時 5月9日(日)午前9時30分～午後0時30分(小雨実施)場 集合場所=都営大江戸線「森下駅」改札口前丙主な行程=深川神明宮→芭蕉史跡展望公園→富岡八幡宮師杉並郷土史会・原田弘ほか丙区内在住の方ほか定75名(抽選)費 500円(保険料含む。入園料は各自負担)甲往復ハガキ(記入例参照)で、4月15日(必着)までに杉並郷土史会・新村康敏(〒167-0022下井草3-12-9)へ園同会・新村 ☎3397-0908

その他

★自衛官募集 丙受付期間=4月1日(木)～5月10日(月)=①一般・技術幹部候補生②歯科幹部候補生③薬剤科幹部候補生▷4月9日(金)まで=④予備自衛官補(一般)⑤予備自衛官補(技能)丙23年4月1日現在①③20歳以上26歳未満の方②20歳以上30歳未満の方④18歳以上34歳未満の方⑤18歳以上55歳未満の方園防衛省自衛隊高円寺募集案内所 ☎3318-0818

就労でお悩みの方へ 就労相談受付中!		
	区内在住・在勤・在学の方へ	区内在住で60歳以上の方向け
日時	毎週火曜日(祝日を除く) 午前10時から1人約50分、1日6回 (正午～午後1時を除く)	4月6日・13日・27日 いずれも火曜日 午後1時～4時
場所	産業経済課相談室 (区役所西棟10階)	高井戸地域区民センター (高井戸東3-7-5)
費用	無料(希望により職業適正検査可)	無料
申し込み	予約優先(空きがあれば当日可)	当日、直接会場へ
問い合わせ	産業経済課商工係	社杉並区シルバー人材センター ☎3317-2217

【凡例】時=日時 場=場所 丙=内容 師=講師 丙=対象 定=定員 費=参加費 甲=申し込み 園=問い合わせ 他=その他【記号】丙=Eメールアドレス 丙=ホームページアドレス

4月11日(日)午前11時 in セッション杉並(梅里1-22-32)

子供と大人のオアシス～大人塾まつり



大人も生き生き、親子で楽しく、子供も満足。みんなで新しい地域づくりをしていこうとする「すぎなみ大人塾」卒業生の関心と活動とネットワークが結集した催し物です。

この機会に、地域の人や活気と出会いつつ、「大人塾」を体感してみませんか？

——問い合わせは、社会教育センター ☎3317-6621へ。

①チャイルド・オアシス・ピレージ

「歌と食とスポーツ」で、都会と田舎の絆を結ぶなど、子供も大人も心地良い空間を作り出します。

②だがしや楽校

自分の「知恵・特技」などを、屋台形式のお店で「見せ」あい「学び」あう、山形発の仕組みです。

③元気なまちづくり

「すぎなみ大人塾」卒業生の多様な問題意識、人・地域とのつながりから生まれたイベントや展示、物産市です。

テーマ	時間	内容	費用
①チャイルド・オアシス・ピレージ	午後2時30分	チャイルド・オアシス・ライブ ～「やさい」ソングがいっぱい★ キッズシェフのゆかいな 「やさい」クッキング	2000円 子供500円 子育て応援券 申請中
	午前11時～午後5時	Hug Cafe (はぐかふえ) ～学力と楽力・五感コミュニケーションスペース	無料 (一部有料)
	午前11時～午後6時	親子DE簡単！やさしいパステルアート	300～500円
	午前11時～午後2時	北塩原村の「やさい」と苗とネイチャーフードセレクション	100～500円
②だがしや楽校	午前11時～午後3時 ※紙芝居は正午から随時	布あそび～リ・デコバッグとファッションショーほか	100～500円
		貝の根つけ製作体験	100円
		おもちゃのトランク	10円～
		すぎなみ昔話紙芝居一座 「すかい」口演	無料
		輪投げや	10円
		懐かし駄菓子屋	10円～
		美味しい手作り探検隊	無料
		芋煮っこ(山形名物芋煮)	200円

テーマ	時間	内容	費用
③元気なまちづくり	午後2時～4時	映画「鷲宮☆物語」上映 北川敬一監督×鷲宮商工会トークイベント「うちの町が映画になっちゃった」(定員80名/先着順)	1000円 (予定) ※先着50名にプレゼントあり
	午前11時～午後6時	ピンクリボンカフェ	無料～1000円
		ちょこっと気軽に！T相談 絵を描(か)こう！	無料
		すぎなみ公園スケッチ隊作品展 もったいない倶楽部活動展示	無料
	午前11時～午後3時	「すぎなみ大人塾」ひろば	無料
		天沼小学校2年生張りぼて作品 「ゆめのくじら」	無料
	午後2時～3時30分	私は発電機～エコ×健康	無料
		ワセダクラブ合気道体験教室	無料
	午前11時～午後2時 ※インラインスケート体験教室は随時	インラインスケートを体験しよう！ 楽しもう！	無料
		杉並産夏みかんジャムの試食会	50円
どんまい福祉工房のパンなど		100～200円	
Fika Fikaの炊き込みご飯 生産者が元気なまち福井県池田町物産市		200円 150～500円	

★のみ申し込みが必要です、電話またはEメール(7面記入例参照)で、チャイルド・オアシス・プロジェクト ☎5305-1786 ✉child_oasis@ga-kou.comへ。

大田黒公園

ピアノ修復記念コンサート



修復作業の様子

大田黒公園のピアノの修復を記念して、ピアノコンサートを開催します。

時 4月24日(土)第1回=午後2時▷第2回=3時30分
大田黒公園(荻窪3-33-12)内曲目=ドビュッシー「月の光」ほか▷出演=青柳いづみこ(左上写真)定各40名(抽選)費2000円(当日)往復ハガキ(7面記入例参照)で、4月12日(必着)までにみどり公園課管理係へ同係

★新入生に防犯ブザーをお貸しします★

区内在住で、4月から私立・国立の小学校に入学する1年生を対象に、防犯ブザーを無料でお貸しします。

受付期間は、3月23日(火)～4月9日(金)(各受付場所の休業日を除く)です。保険証などお子さんの年齢が確認できるものを持参してください。

受付場所=①区民事務所・分室②駅前事務所③危機管理対策課(区役所東棟5階)④区民課区民係(東棟1階。土・日曜日のみ)⑤危機管理対策課他区立の小学校に入学する方は学校からお貸しします



▲ひもをひくことで大きな音がでます



24

春が来た！ すぎなみさくらお花見情報

毎月21日号は、「すぎなみ学倶楽部」からちょっといい話をお届けします。

朝夕は少し冷え込むものの、昼間の日は春の陽気。いよいよ桜の季節がやってきます。区内には多くのお花見スポットがありますが、今回は公園に注目しましょう。

西武新宿線井荻駅・下井草駅から徒歩10分の妙正寺公園は、妙正寺池を中央に臨む公園。大きな池を縁取るように大きなソメイヨシノが咲き誇ります。JR西荻窪駅から徒歩15分にある善福寺公園は、上と下の2つの池が園内の47%を占めており、池で乗ることができるボートから眺める桜は、なかなかの絶景です。京王井の頭線浜田山駅から徒歩7分の柏の宮公園は、大きな原っぱを半周囲むように桜の木々が並んでいるので、地面に寝そべて青空とともに桜吹雪を眺めるのがおすすめ。

東京メトロ丸ノ内線東高円寺駅に隣接する蚕糸の森公園の園内にある「憩いの広場」は、芝生の上に座って桜を眺めることができます。JR荻窪駅から徒歩10分、日本庭園で紅葉ライトアップが人気の大田黒公園は、遅咲きの八重桜が見事。ソメイヨシノの薄紅とはまた違った美しさを静かに愛でることができます。西武新宿線井荻駅から徒歩8分の井草森公園は、区内最大規模の広さ。「花の名所作り」の名のとおり、ソメイヨシノなどの桜も見事ですが、その前には



ウェブサイトもあるよ！

すぎなみ学

検索

菜の花が一面に広がる光景も楽しめます。すぎなみ学倶楽部では、区内のお花見スポットや、最新の開花情報を写真付きで紹介しています。ぜひご覧くださいね。

☎すぎなみ学倶楽部事務局(すぎなみ地域大学担当) ☎3312-2381

(発行日)毎月1日、11日、21日

