

すぎなみ



10月27日(木)～11月9日(水)は
読書週間です …… 2

区内の空間放射線量測定結果 …… 3

長寿応援ポイント
～2周年を迎えました …… 8

身近な文化財を楽しみませんか …… 8

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8時～午後8時(粗大ごみ受付 午前8時～午後7時)

10月30日(日)～11月15日(火)は

「景観週間2011」です

区では、期間中さまざまな催しを開催します。この機会に杉並の良さを生かした新たな景観づくりについて見て、聴いて、触れて、考えてみませんか。
——問い合わせは、まちづくり推進課景観係へ。

11月9日(水) 景観シンポジウム

中杉通り・けやき並木を生かした景観デザイン



中杉通り

建物の外観や色彩などがどのような影響を与えるのか、けやき並木との関係性も含めて、中杉通りの景観まちづくりについて考えます。

時11月9日(水)午後2時30分～4時30分 場産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 司 コーディネーター=工学院大学建築学部まちづくり学科教授・倉田直道▷パネリスト=杉並区まちづくり景観審議会委員・田邊学、日本花の会・和田博幸ほか定100名(先着順) 費無料申込当日、直接会場へ 区まちづくり推進課景観係

11月3日(祝)

大田黒公園周辺地区景観まちづくりイベント

場大田黒公園(荻窪3-33-12) 区まちづくり推進課景観係

◇大田黒のピアノの音色を楽しむ秋のサロンコンサート

時11月3日(祝)午後2時～3時30分 内出演=大原亜子(ピアノ)、青柳いづみこ(トーク)▷曲目=シューベルト「楽興の時」より第3番ほか定40名(抽選) 費2000円(申込往復ハガキ(5面記入例参照。参加希望者全員分<2名まで。年齢不要)を記入。応募後は人数の変更はできません)で、10月20日(必着)までにまちづくり推進課景観係へ



▲大田黒氏愛用のピアノ

◇大田黒公園周辺ガイドツアー

時11月3日(祝)午前10時30分～正午(10時から受付開始) 定20名(先着順) 費無料申込当日、直接会場へ

◇野点(のたて)

時11月3日(祝)午後1時～3時30分(30分ごとに計6回開催。0時30分から受付開始) 定各回12名(先着順) 費各回200円(申込当日、直接会場へ) 他席主=神津紀子

◇荻窪の残したい風景写真展withみんなの青空写真展

展示希望者は荻窪の残したい風景写真(2Lサイズ。作品は返却しません)または、展示したい写真(サイズ自由。写真を置ける展示用品を持参)を持ってお越しください。

時展示=11月3日(祝)午前11時30分～午後4時 費無料(申込鑑賞=当日、直接会場へ) 展示希望者=当日午前10時～11時に、直接会場へ 荻窪の風景写真は、まちづくり推進課景観係、その他の写真は、草の根っこの写真の会・斉藤☎090-3686-7544

10月30日(日)

角川庭園すぎなみ詩歌館まつり

費無料 角川庭園・幻戯山房(荻窪3-14-22 ☎6795-6855)

◇角川庭園見学ツアー

時10月30日(日)午前11時(9時30分から受付開始) 場角川庭園・幻戯山房 司 工学博士・淀川正進、建築家・松本裕介 定15名(先着順) 申込当日、直接会場へ

◇荻窪南まち歩きツアー

時10月30日(日)午前11時30分(9時30分から受付開始) 場角川庭園・幻戯山房 司 ①みどりコース=東京農業大学客員教授・松田輝雄 ②俳句コース=俳人・俵木陶光 定各15名(先着順) 申込当日、直接会場へ

◇「風の道」句会

時10月30日(日)午後1時(0時30分から受付開始) 場集合場所=角川庭園・幻戯山房(シャレール荻窪(旧荻窪団地) 集会所で行います) 司「俳句ゆきの会」主宰・日下野由季 定16名(先着順) 申込当日、直接会場へ

景観週間ロビー展示「残したい風景展～杉並区の景観行政紹介」



NPO法人東京を描く市民の会が描き、撮影した、杉並の残したいと思う印象深い風景を展示します。また、区の景観行政の取り組みを紹介します。

時11月7日(月)～10日(木)午前8時30分～午後5時(10日は午後4時まで) 場区役所1階ロビー・2階区民ギャラリー 費無料(申込当日、直接会場へ) 区まちづくり推進課景観係 他 NPO法人東京を描く市民の会との共催事業です

◀NPO法人東京を描く市民の会・土屋始彦氏の作品～残したい風景展より(科学館)

高円寺の魅力をデザインする～工学院大学展示・発表

◇工学院大学学生による高円寺のまちづくりへの提案の発表会

時11月11日(金)午後6時～8時30分 場セッション杉並(梅里1-22-32)

◇上記提案のパネル・模型の展示

時・場①11月7日(月)～10日(木)午前8時30分～午後5時=区役所2階区民ギャラリー ②12日(土)～15日(火)午前8時30分～午後9時=セッション杉並(7日・12日は午後1時から、15日は午後3時まで)

——〈いずれも〉——

費無料(申込当日、直接会場へ) 区まちづくり推進課景観係

プレミアム付区内商品券～なみすけ商品券第2回販売日が決まりました

——問い合わせは、杉並区商店街振興組合連合会 ☎3220-1221へ。同会ホームページ ☎http://www.sugishoren.com/ もご覧ください。

【販売日時】12月3日(土)午前10時から(売り切れ次第終了)

【販売場所】区内商店街で「のぼり旗」の出ている販売所・区役所など(販売所は「広報すぎなみ」11月21日号でお知らせします)

【発行冊数・総額】5万冊・5億円(5億5000万円分)

【価格・購入限度額】1冊1万円(500円券・22枚つづり<1万1000円分>)・1人5冊まで

区内事業者の皆さんへ～商品券取扱店への参加をお願いします

商品券が区内のどこでも使えるような魅力あるものとするために、区内事業者の皆さんに取り扱っていただくようご協力をお願いします。

「すぎなみくらしの便利帳 平成23年度版」と「すぎなみガイドマップ」(地図)を各ご家庭の郵便受けなどへ直接お配りしています。10月31日(月)を過ぎてもお手元に届かない場合は、区コールセンターまたは広報課へご連絡ください。

10月27日(木)～11月9日(水)は読書週間です

昭和22年に「読書の力によって、平和な文化国家を創ろう」の決意のもと、第1回「読書週間」が開催され、今年で第65回を迎えます。読書の楽しみや本に親しんでいただくため、杉並区内の図書館でも講演会や本の展示などさまざまな催しを行います。ぜひ、図書館へおでかけください。

——問い合わせは、各図書館（下表）へ。



〈読書週間の図書館 イベント一覧〉

表中に、申し込み方法の記載がないものは当日、直接各図書館へお越しください。費用の記載がないものは無料です。

図書館	日時	内容など	図書館	日時	内容など
中央 (荻窪 3-40-23 ☎3391-5754)	10月19日(木)まで	「図書館の福袋」テーマごとに3点1セットとなった福袋を用意します。何が入っているかは借りてからの楽しみに	阿佐谷 (阿佐谷北 3-36-14 ☎5373-1811)	10月16日(日) 午後1時30分～3時	第4回阿佐ヶ谷文学講座「二閑人」上林暁と濱野修の友情物語 〓吉祥女子中学・高等学校教諭・萩原茂 〓40名(先着順)
永福 (永福 4-25-7 ☎3322-7141)	10月27日(木)～11月9日(水)(4日(金)は休館)	「図書館スタッフがおすすめするこの1冊」永福図書館スタッフお気に入りの1冊を紹介・展示します		11月3日(祝) 午後1時30分～3時	大人向け折り紙教室「箸袋をつくろう」 〓20名(先着順)
柿木 (上井草 1-6-13 ☎3394-3801)	11月6日(日)まで (10月20日(木)は休館)	本の展示「京都」		11月12日(土) 午後2時～3時	「紙芝居で知ろう!杉並の昔話」▷〓演=すぎなみ昔話紙芝居一座「すかい」 〓30名(先着順)
	11月13日(日)～15日(火)	子供の本のリサイクル		11月16日(水) 午後1時～4時	第5回阿佐ヶ谷史跡散歩 〓行程=阿佐谷図書館→蓮華寺→天沼八幡神社→西郊ロッジ→大田黒公園→かつら文庫(現地解散) 〓15名(申込順) 〓10月24日から電話または直接、同図書館へ
高円寺 (高円寺南 2-36-25 ☎3316-2421)	11月6日(日)まで (10月20日(木)は休館)	本の展示「防災対策～危機管理とは」	南荻窪 (南荻窪 1-10-2 ☎3335-7377)	11月6日(日) 午前10時～11時30分	読書週間記念～環境講演会「日本のフェアブル先生」のお話し、「虫たちのおもしろせかい2011」 〓日本のフェアブル・須田孫七 〓小学生以上の方 〓30名(申込順) 〓10月17日から電話または直接、同図書館へ
	11月12日(土)午後2時	茜舎公演の人形劇 〓幼児と小学生		下井草 (下井草 3-26-5 ☎3396-7999)	10月22日(土) 午後2時～2時30分
宮前 (宮前 5-5-27 ☎3333-5166)	10月16日(日)午後2時30分～3時30分	「紙芝居と人形劇がはじまるよ」▷上演=おはなしたまご	10月29日(土)～11月3日(祝)		本のリサイクル「リユースブックフェスタ2011」図書館の本がもらえるチャンス!!ひとり10冊までもらえます。子供向けの本から大人向けの本まで揃えています(児童書は「読みもの」のみを提供します。絵本はありません)
成田 (成田東 3-28-5 ☎3317-0341) ※	11月3日(祝)まで (10月20日(木)は休館)	読書週間記念展示「あなたにススメたい一冊」主に平成以降の国内の文学賞受賞作品を展示します	高井戸 (高井戸東 1-28-1 ☎3290-3456)	10月27日(木) 午後1時～4時	製本講座 〓高校生以上の方 〓25名(申込順) 〓700円(申込)電話または直接、同図書館へ
	11月5日(土) 午後1時30分～3時	「高齢期の生活設計～これだけは知っておきたいお金の話」 〓ファイナンシャルプランナー・畠中雅子 〓30名(申込順) 〓電話または直接、同図書館へ	10月29日(土)～11月6日(日)	秋の美術展「本読む姿は美しい」浮世絵から現代美術まで、本を読む女性の絵は多い。図書館ならではの切り口で楽しむ美術展です	
西荻 (西荻北 2-33-9 ☎3301-1670) ※	10月25日(火)～11月12日(土)(4日(金)は休館)	絵本の展示「コールデコット賞受賞作品」	方南 (方南 1-51-2 ☎5355-7100)	10月27日(木) 午前10時30分	講演会「子どもが本を好きになるために(案読事始)」 〓ボプラの会代表・神保和子 〓小学生の保護者、子供の本に興味のある方 〓25名(申込順。お子さんの同伴可) 〓電話または直接、同図書館へ
	10月29日(土)午後2時	講演会「子どもの目で絵本を楽しむ」 〓学習院女子大学非常勤講師・山口雅子 〓30名(申込順) 〓10月15日から電話または直接、同図書館へ			
今川 (今川 4-12-10 ☎3394-0431)	10月18日(火)～31日(月) 午前9時～午後7時 (20日(木)は休館)	絵本原画展「ありがとう もぐらのゲンさん」～絵本作家・古川麻澄さんの作品の原画展			

※成田図書館は、10月25日(火)～28日(金)、西荻図書館は、10月11日(火)～14日(金)に、特別整理のため休館します。

◇レファレンスサービスもご利用ください

図書館では、時事問題に対応した最新の資料や、行政資料・地域資料など杉並区に関する資料、行政ホームページや有料データベースなどの電子情報など、各種資料や情報源の充実を図り、情報をお探しの方に「必要な資料や情報」を提供しています。

区内在住で65歳以上の方向けの講座

——問い合わせは、高齢者施策課介護予防事業係へ。

■11月の始めたいひとのウォーキング講座

認知症予防に効果のあるウォーキングを始めませんか。3日間の講座でウォーキングの習慣化を目指します。

時・場 ①11月8日(火)・15日(火)・22日(火)午前10時～正午=セシオン杉並(梅里1-22-32) ②11月10日(木)・17日(木)・24日(木)午後1時30分～3時30分=西荻地域区民センター(桃井4-3-2) / いずれも全3回要出席 〓1日目は講義「ウォーキングと認知症予防」ほか▷2日目は実技「ミニウォーキング(約2km)」ほか▷3日目はまとめ 〓NPO法人杉並さわやかウォーキング 〓区内在住で65歳以上の方 〓各20名(申込順) 〓無料(申込)10月12日から電話で、区コールセンター ☎#8800または ☎3372-8800へ 〓歩きやすい靴と服装で、筆記用具とお持ちの方は歩数計・ウォーキングノートを持参してください / 長寿応援対象事業

■65歳からの噛む噛むクッキング～口から始まる健康生活

おいしく食べるためには、まずお口の健康が大切です。年齢と共に起きる口腔機能の低下を予防し、あわせてバランスの取れた食事の調理実習を行います。

す。今回は、男性を対象とした講座です。

時・場 下表のとおり(全6回要出席) 〓荻窪地域区民センター(荻窪2-34-20) 〓区内在住の65歳以上の男性で、日常生活で介助の必要がない方 〓20名(抽選) 〓初回無料、2回目以降毎回300円(申込) 10月12日～26日に電話で、区コールセンター ☎#8800または ☎3372-8800へ 〓長寿応援対象事業



〈65歳からの噛む噛むクッキング〉

日程	内容
11月8日(火)	口腔・栄養の基礎講座
15日(火)	お口の中をきれいに保つメリット 楽チン短時間料理にチャレンジ
22日(火)	噛む、飲み込む力を鍛える口腔体操 惣菜・市販食品の上手な利用のコツ
29日(火)	咀嚼力をアップするための食生活
12月6日(火)	口腔体操を楽しく続けるために安くて、簡単、美味しいメニュー
13日(火)	復習・まとめと季節の料理にチャレンジ

※時間は午前10時～午後1時。11月8日(火)は正午まで。

■12月の足腰げんき教室

普段あまり運動する機会のない方、介護予防のための運動を体験してみませんか。

時・場 下表のとおり 〓ボールを使った体操を中心に、栄養や口腔機能などの介護予防に関する情報提供 〓健康運動指導士 〓区内在住の65歳以上で介護保険の要支援・要介護認定を受けていない方 〓各15名(抽選) 〓無料(申込)10月12日～24日に電話で、区コールセンター ☎#8800または ☎3372-8800へ 〓長寿応援対象事業

〈12月の足腰げんき教室〉

会場	番号	日時(週1回、4回コース)
杉並保健所4階運動室(荻窪5-20-1)	31	12月6日～27日の毎週(火) 午前9時30分～11時30分
杉並保健所4階機能訓練室(荻窪5-20-1)	32	12月7日～28日の毎週(水) 午後2時～4時
久我山会館(久我山3-23-20)	33	12月1日～22日の毎週(木) 午後2時～4時
四宮区民集会所(上井草2-28-13)	34	11月30日～12月21日の毎週(金) 午前9時30分～11時30分
浜田山会館(浜田山1-36-3)	35	12月5日～26日の毎週(月) 午前9時30分～11時30分

区内の空間放射線量測定結果

区は、6月から区内8カ所(区立保育園・小中学校等)で空間放射線量の測定を実施しています。今回の測定の結果、健康への影響は心配ないレベルであることを確認しました。——問い合わせは、危機管理対策課へ。

◇区立保育園・小中学校等の空間放射線量(測定日9月27日) 単位:マイクロ・シーベルト/h

施設名	測定場所	空間放射線量		
		地上1cm	地上50cm	地上1m
桃井第五小学校(下井草4-22-4)	校庭(芝生)	0.07	0.06	0.06
久我山小学校(久我山5-18-7)	校庭	0.05	0.06	0.06
松ノ木中学校(松ノ木1-4-1)	校庭	0.07	0.07	0.07
高円寺東保育園(高円寺南1-28-4)	園庭	0.07	0.08	0.07
妙正寺公園(清水3-21-21)	砂場	0.05	0.06	0.06
塚山公園(下高井戸5-23-12)	砂場	0.06	0.06	0.07
荻窪南保育園(荻窪1-1-6)	砂場	0.09	0.08	0.08
松ノ木保育園(松ノ木2-33-6)	砂場	0.11	0.10	0.10

◇四宮森児童館の空間放射線量

区は、放射線量が高いとの情報があった、四宮森児童館裏(上井草2-41-11)の土壌の空間放射線量の測定を9月27日に行いました。測定結果は地上1cmで0.33マイクロ・シーベルト/hでした。当該地について、試行的に土の除去を行う予定です。

※測定機器はいずれも、シンチレーションサーベイメーターTC S-172Bです。

「広報すぎなみ」10月1日号2面に掲載した「10月下旬に『子ども手当』申請書を発送します」の支給対象に誤りがありました

「中学校3年生(平成9年4月2日以降生まれ)」と掲載しましたが、正しくは「中学校3年生(平成8年4月2日以降生まれ)」でした。お詫びして訂正します。

外環の地上部街路に関する話し合いの会

東京都都市整備局都市基盤部街路計画課外かく環状道路係 ☎5388-3279 または区都市計画課

外環の地上部街路(外環の2)は、昭和41年、高架式高速道路の東京外かく環状道路(外環)とともに、そのルート上の地上部に都市計画決定されています。高速道路の外環は平成19年に地下方式に都市計画変更されましたが、外環の地上部街路については、現在も都市計画道路として位置付けられています。

都は地上部街路の都市計画について、広く意見を聴きながら検討を進め、都の方針をとりまとめていくとしています。その一環として、都は、沿線の皆さんの意見を伺うため、公募による地域住民、地上部街路の計画線にかかる町会・商店会の代表、外環PI委員、都・国・区で構成する「外環の地上部街路に関する話し合いの会」を開催しました。

話し合いの会は、平成23年7月27日に第1回を開催しました。第2回「話し合いの会」を開催します。「杉並地域に関する現状・課題」、「外環の地上部街路の概要、経緯」について、話し合いを行う予定です。傍聴を希望する方は、当日、直接会場へお越しください。なお、傍聴は杉並区在住の方を優先とさせていただきます。会場の都合により、傍聴者多数の場合は、入場をお断りさせていただきます。ご了承ください。

第1回(7月27日開催)では、「東京の都市計画道路の概要」や「外環の地上部街路の概要、経緯」について都から説明がありました。構成員からは、都市計画決定時の議事に関する事や、高速道路の外環と地上部街路に関するこれまでの経緯などについて質問がありました。

また、「杉並地域に関する現状・課題」の一部について、都から説明がありました。第1回の資料は、東京都都市整備局ホームページ、区ホームページに掲載しています。

午後1時15分～2時45分②小学3、4年生クラス=午後3時～4時30分区内在住・在学の小学1～4年生各30名(申込順) 費各500円

◇女性のためのサッカー教室
サッカーの基本技術トレーニングを中心に行い、最後は試合を行います。

◇個人フットサルナイトin高円寺体育館
一人でも気軽に参加できます。

◇親子タグラグビー体験教室
親子でタグラグビーを楽しもう。

◇ジュニアサッカー教室
各年代に応じた基本技術トレーニングを中心に行い、最後は試合を行います。

◇ジュニアサッカー教室
各年代に応じた基本技術トレーニングを中心に行い、最後は試合を行います。

◇ジュニアサッカー教室
各年代に応じた基本技術トレーニングを中心に行い、最後は試合を行います。

◇ジュニアサッカー教室
各年代に応じた基本技術トレーニングを中心に行い、最後は試合を行います。

ラグビー部主将・石川安彦区内在住・在学の小学生とその親30組60名(抽選) 費無料(申込) ☎電話で、10月30日までに杉並区スポーツ振興財団 ☎3312-2111(区代表)へ

●ジュニア育成アーチェリー教室
11月13日・27日、12月11日・25日、24年1月8日・22日/いずれも日曜日の午前9時～正午(計6回) 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1)ほか区内在住の小学生(4年生以上)、中学生、高校生15名(抽選) 費無料(申込)往復ハガキ(5面記入例参照)に学年も書いて、11月4日(必着)までに区アーチェリー協会・小杉英雄(〒167-0042西荻北4-33-12)へ ☎小杉 ☎3390-6839(午前9時～午後9時) ☎①弓具の無い方には貸し出します ②東京都・東京都体育協会・東京都アーチェリー協会主催の事業です

●現役プロスポーツ選手が教えるボディセルフケア
自分自身で肩こり・腰痛・骨格のゆがみなどを改善し、体調を整える方法を習得します。

●スマートな健康生活の秘訣講座と水中ウォーキング体験
健康な毎日は適度な運動・栄養・休養が大切です。



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

◇バウンドテニス

11月13日(日)午前9時～午後5時 荻窪体育館(荻窪3-47-2) 内種目=午前=ダブルス(男子・女子)、午後=シングルス(男子・女子) 区内在住・在勤・在学の方定70名(申込順) 費500円(申込)協会会員は所定の用紙で、その他の方は、ハガキまたはファクス(5面記入例参照)に希望種目も書いて、10月29日(必着)までに区バウンドテニス協会・福岡富美子(〒166-0003高円寺南3-30-7 FAX5932-4691)へ ☎福岡 ☎5932-4691 ☎①運動のできる服装で、上履きを持参してください ②ラケットのない方には貸し出します

◇フォークダンス

説明付きで誰でも楽しく踊れます。 11月19日(土)午前10時～午後2時30分 荻窪体育館(荻窪3-47-2) 区内在住・在勤・在学の方定140名(先着順。先着100名にはパン・ドリンク付き) 費無料(申込)当日、直接会場へ ☎区フォークダンス連盟・野田 ☎3394-2300 ☎動きやすい服装で、かかとが低い靴を持参してください

●さわやかスポ・レク大会

誰でも参加できる楽しいレクリエーションスポーツ大会です。

11月3日(祝)午前9時～午後5時(種目により時間が異なります。当日はスタンブラリー方式で好きな種目に参加できます。下表参照) 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 費200円、中学生以下100円(保険料含む。全種目に参加可能) (申込)当日、直接会場へ ☎杉並区スポーツ振興財団 ☎3312-2111(区代表)

スポーツ教室

●上井草スポーツセンターサッカー教室

◇放課後エンジョイフットボール

当日集まった子供たちでチームを作り、試合を行います。

11月1日(日)午前9時～午後5時 ①小学1、2年生=11月10日(木)午後4時～5時 ②小学3～5年生=11月24日(木)午後4時～5時 ③小学6年生・中学生=11月10日(木)・24日(木)午後5時30分～6時45分 区内在住・在学の小学生各回40名(申込順) 費各回500円

◇プレキッズ&マミーサッカー教室

親子で体を動かす楽しさやボールを蹴るおもしろさを体感できます。

●ジュニアサッカー教室

各年代に応じた基本技術トレーニングを中心に行い、最後は試合を行います。

11月5日(土)①小学1、2年生クラス=

11月10日(木)②2歳児クラス=午前10時～10時50分 ③3、4歳児クラス=午前11時～11時50分 区内在住・在勤・在学で2～4歳のお子さんとその保護者定各回20組40名(申込順) 費各回1組500円(子育て応援券利用可)

◇ジュニアサッカー教室

各年代に応じた基本技術トレーニングを中心に行い、最後は試合を行います。

■育児講座「みて、うごいて、パントマイム!!」
リズム体操など、親子で身体を使って遊びます。
時10月22日(土)午前10時～正午 子育てサポートセンター宮前(宮前2-24-38宮前保育園内) 師パントマイミスト・山本さくら 対2歳～就学前のお子さんとその保護者 定15組(申込順) 費無料(申込) 問電話で、子育てサポートセンター宮前 ☎3333-4699へ 他①動きやすい服装でお越しください②車での来場はご遠慮ください

■ブックトーク「おいしいお話」
おいしい食べ物が登場する物語・小説と、レシピが掲載された本などを紹介します。
時10月29日(土)午後2時～3時 中央図書館(荻窪3-40-23) 対中学生以上の方 定40名(先着順) 費無料(申込)当日、直接会場へ 問中央図書館 ☎3391-5754

■はじめてのタブレット型PC体験会
画面を直接触って操作する平板型の携帯情報端末の解説と、実際に触って使い勝手を体験します。
時10月29日(土)午前10時～11時30分 永福図書館 師 Avec Plaisir・工藤靖 定15名(申込順) 費無料(申込) 問電話または直接、永福図書館(永福4-25-7 ☎3322-7141)へ

■食の安全を考える討論会～食肉の生食を考える
今年発生した腸管出血性大腸菌による集団食中毒を受けて、国は生食用食肉の規格基準を設定しました。食肉の生食についてのリスクを考えます。
時11月3日(祝)午後1時30分～4時 高円寺(高円寺北2-1-2) 内・師基調講演=国立保健医療科学院・豊橋肇▷討論会=消費者・事業者・行政による意見交換 対区内在住の方 定150名(先着順) 費無料(申込)当日、直接会場へ 問杉並保健所生活衛生課食品衛生広域班 ☎3391-1991 他質問や聞きたい内容などがある方は、ハガキに住所・氏名・電話番号、質問などを書いて、10月20日(必着)までに同班(〒167-0051荻窪5-20-1)へ

■児童虐待防止講演会「子どもは変わる・大人も変わる～児童虐待からの再生」
虐待予防のための親子の心の絆の結び直しと地域で、できる支援についてのお話をうかがいます。
時11月9日(水)午前10時～正午 産産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 師お茶の水女子大学名誉教授・内田伸子 定100名(申込順。席に余裕があれば当日参加も可) 費無料(申込) 問電話で、子ども家庭支援センター ☎5929-1902(午前9時～午後7時(日曜日・祝日を除く))へ 他お子さんの同席はできません

その他

★税金なんでも相談会 時10月26日(水)午後1時～4時 東京税理士会荻窪支部 定6名(申込順) 費無料(申込) 問電話で、10月21日までに東京税理士会荻窪支部 ☎3391-0411へ 他①相談時間は1人45分程度②詳細は同支部のホームページをご覧ください

★杉並青色申告会
◇e-Tax説明会 時・場①10月27日(木)=産産業商工会館②28日(金)=高井戸地域区民センター/いずれも午後2時～3時 師杉並税務署職員ほか 対区内在住の方 定各25名(申込順) (申込)電話で、10月25日までに同会へ
◇改正税法説明会 時10月31日(月)午後2時～3時30分 産産業商工会館 内①22年度改正で23年分から適用されるもの②23年分所得税の主な改正 師杉並税務署・森暢雄 対区内在住の方 定50名(申込順) (申込)電話で、10月27日までに同会へ
◇健康セミナー「手軽なセルフマッサージで関節痛や肩こりを解消しましょう！」 時11月4日(金)午後2時～3時30分 産産業商工会館 師北見裕史 対区内在住の方 定50名(申込順) (申込)電話で、10月31日までに同会へ 他当日は動きやすい服装で、飲み物を持参してください
—— 〈いずれも〉 ——
費無料 師杉並青色申告会 ☎3393-2831 他長寿応援対象事業

★杉並清掃工場見学会 時10月22日(土)午後1時30分～3時 杉並清掃工場 定50名(申

■相続と遺言の知恵～相続を「争続」にしないために
さまざまな事例の解決を手がけてきた弁護士から学びます。

時11月12日(土)午後1時30分～3時30分 場あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 師弁護士・中村久瑠美 対区内在住・在勤・在学の方 定35名(申込順) 費無料(申込)往復ハガキまたはファクス(5面記入例参照)で、11月1日(必着)までに男女平等推進センター(〒167-0051荻窪1-56-3 ☎3393-4716)へ 問同センター ☎3393-4410 他1歳～就学前の託児あり(事前申込制)

■リトミック教室
リトミックは体の動きを音楽に結びつけてリズム感覚を育てるものです。いろいろな珍しい楽器を鳴らしてみましょ。

時11月13日(日)、12月11日(日)、24年1月22日(日)、2月26日(日)午前10時30分～正午(計4回) 場杉並障害者福祉会館 師音楽療法士・鈴木涼子 対区内在住・在勤・在学で障害のある方とその介助者 定15名(抽選) 費無料(申込)往復ハガキ(5面記入例参照)に障害の状況、在勤・在学の方は勤務先または学校名も書いて、10月31日(必着)までに杉並障害者福祉会館運営協議会事務局(〒168-0072高井戸東4-10-5)へ 問事務局 ☎3332-6121 ☎3335-3581

■家族介護教室
◇災害が起きたときの対処法・被害を最小限に抑えるための安全点検

時10月25日(火)午後1時30分～3時 場高円寺北区民集会所(高円寺北3-25-9) 師区防災課地域防災係職員 対区内在住・在勤の方 定30名(申込順) 費無料(申込) 問電話で、ケア24高円寺 ☎5305-6151へ
◇知らなかった在宅サービス～高齢者福祉サービス

時10月25日(火)午前10時～正午 場方南区民集会所
(ゆうゆう館協働事業)

ゆうゆう館は高齢者向け施設ですが、対に指定がなければ区内在住・在勤・在学の方ならどなたでも参加できます。

ゆうゆう館名	内容	日時
堀ノ内松ノ木館(松ノ木2-38-6 ☎ FAX3315-7760)	「成年後見制度」で老後の生活・財産を守ろう	10月22日(土)午後2時～4時 対区内在住の方 費1回500円
馬橋館(高円寺南3-16-14 ☎ FAX3315-1249)	ネイティブによる英会話～英語で日本文化を紹介	10月27日(木)から毎月第2・4木曜日、午後1時30分～4時 費1回700円
高円寺南館(高円寺南4-44-11 ☎ FAX5378-8179)	なにができる?～スマートホンに触ってみよう	10月24日(月)午後1時30分～3時30分 費500円
桃井館(桃井1-35-2 ☎ FAX3399-5025)	セミナー「糖尿病」①専門医に聞く②食事③運動	①11月5日(土)②22日(火)③29日(火)午後2時～3時30分(計3回) 費1500円
大宮堀ノ内館(堀ノ内1-27-9 ☎ FAX3317-9156)	折り紙で、今年のクリスマスツリーをつくろう!	10月24日(月)、26日(水)午前10時～11時30分 費1回500円(折り紙代含む) 他はさみ・のりは各自持参

※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。全て長寿応援対象事業です。

★サンフレンズ上井草～施設見学会
◇「特別養護老人ホーム上井草園」の施設見学 時10月30日(日)～11月5日(土)午前10時～午後4時 費無料(申込)電話で、同園本部事務局へ
◇「特別養護老人ホーム上井草園」の昼食試食会 時10月31日(月)～11月5日(土)正午～午後1時 定各日5名(申込順) 費各日805円(申込)電話で、同園本部事務局へ

◇「デイサービス上井草ふれあいの家」の公開プログラム 時10月31日(月)～11月5日(土)午前10時～午後4時 費無料(申込)電話で、上井草園本部事務局へ
◇フリーマーケット 時10月30日(日)午前10時～午後2時(申込)当日、直接会場へ
—— 〈いずれも〉 ——
場サンフレンズ上井草園上井草園本部事務局 ☎3394-1094

区と交流のある自治体の催し

★吾妻の朝市

区の友好都市・群馬県東吾妻町の新鮮な農産物を販売します(区後援)。
時10月27日(木)午前10時～午後1時(雨天実施。売り切れ次第終了) 場区役所中杉通り側入り口前(申込)当日、直接会場へ 問文化・交流課 他買い物袋を持参してください



★福島県北塩原村・産直大市

杉並区と「まるごと保養地協定」を結んでいる福島県北塩原村の農家が、特産品の大根やキャベツなどの高原野菜など安全で安心な新鮮野菜を販売します。
時10月20日(木)午前10時～午後3時(雨天実施。売り切れ次第終了) 場区役所中杉通り側入り口前(申込)当日、直接会場へ 問福島県北塩原村農林課 ☎0241-23-1334

★東吾妻の紅葉満喫ツアー

区の友好都市・群馬県東吾妻町で紅葉真っ盛りの榛名湖周辺を巡るバスツアーです。ノルディックウォーキングの体験もできます。
時11月2日(水)午前7時45分集合～3日(木)午後6時解散(1泊2日4食付) 場群馬県東吾妻町▷集合・解散場所=区役所中杉通り側入り口前 対区内在住・在勤の方 定40名(申込順) 費1万5000円(申込) 問電話で、10月28日までに東吾妻町国民宿舎榛名吾妻荘 ☎027-374-9711へ 他区ホームページからチラシを取り出せます

ハガキ・ファクス・Eメール

申し込み記入例

(1) 行事名・教室名
(2) 郵便番号・住所
(3) 氏名(フリガナ)
(4) 年齢
(5) 電話番号

1人1枚

※往復ハガキには返信用のあて先も記入。
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

■郷土博物館分館 区民参加型展示「上林暁と阿佐ヶ谷会の仲間たち」

文士たちの集まり「阿佐ヶ谷会」の会員で、天沼をついのすみかとした作家・上林暁と濱野修との交遊や上林暁が描いた杉並の風景などを紹介します。「上林暁の文学資料を公開し保存する会」による展示です。

開催期間＝24年1月22日(日)まで▷開館時間＝午前9時～午後5時▷休館日＝月曜日と第3木曜日(祝日・休日の場合は開館し翌日休館)、年末年始(12月28日～1月4日)

◇展示解説・ギャラリートーク

時・内・師①10月23日(日)「上林暁文学の魅力」▷案内＝上林暁の文学資料を公開し保存する会代表・萩原茂、ゲスト＝濱野安生②12月18日(日)「上林暁の風景」を描く▷案内＝同保存する会会員・谷川五男、ゲスト＝徳廣睦子、大熊平城/いずれも午後1時30分～3時定各日30名(先着順)

無料申込当日、直接会場へ場・郷土博物館分館(天沼3-23-1天沼弁天池公園内)☎5347-9801

■福祉車両体験乗車で妙法寺を散策

障害や高齢のために一人での外出が困難な方、初めての福祉車両利用体験をしながら秋の妙法寺を散策してみませんか。

時10月29日(土)午後1時30分～4時30分集合・解散場所＝JR高円寺駅南口・福祉車両乗降場内行程＝妙法寺(境内散策と車椅子介助指導)→高円寺障害者交流館区内在住・在勤・在学で福祉車両によ

る外出経験のない、障害・高齢のため外出が困難な方と家族など定16名(申込順)費無料(自宅からの送迎が必要な方は1000円)申込・問電話で、杉並区移動サービス情報センター「もびーる」☎5347-3154へ

■郷土博物館 特別展「将軍家の鷹場と杉並」

鷹場であった江戸時代の杉並区域を中心に、当時の村の生活などや、現代に継承されている鷹狩りを紹介します。

開催期間＝11月23日(祝)まで▷開館時間＝午前9時～午後5時▷休館日＝月曜日と第3木曜日(祝日・休日の場合は開館し翌日休館)

◇講演会「江戸城と鷹場システム」

時10月23日(日)午後2時～4時師東京学芸大学教授・大石学定60名(先着順。1時から整理券配布)

◇「将軍家の鷹場と杉並」展示解説

時10月30日(日)午後2時～2時30分
——(いずれも)——

場郷土博物館(大宮1-20-8)費100円(観覧料。中学生以下無料)申込当日、直接会場へ郷土博物館☎3317-0841

■東京の森を体験しよう! 檜原都民の森

森林館で「檜原都民の森」のお話を聞いたあと、秋の山を3時間トレッキングします。

時11月9日(休)午前8時～午後6時場檜原都民の森(西多摩郡檜原村数馬7146)▷集合・解散場所＝あんさんぶる荻窪(バスで移動)区内在住・在勤で3時間程度山歩きができる方定30名(抽選)費1500円(昼食・保険料などを含む)申込往復ハガキ(記入例参照)で、10月24日(必着)までに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)へ問同情報館☎3398-3191高低差397mの山歩きに適した服装と靴で、雨具などを持参してください

リサイクルひろば高井戸

◇フリーマーケットinリサイクルひろば高井戸

時11月5日(土)・6日(日)午前10時～午後2時区内在住・在勤の方(業者出店不可)定募集区画＝各日12区画(抽選)費1区画1000円申込往復ハガキ(記入例参照)に参加希望日も書いて、10月20日(必着)までに同ひろばへ車での搬出入・来場はできません

◇ちりめん細工のスカートフリング作り

時11月7日(月)午前10時30分～午後0時30分区内在住・在勤・在学の方定12名(申込順)費300円申込電話で、同ひろばへ問長寿応援対象事業

無料申込当日、直接会場へ場・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)

杉並区みどりの基金キャンペーン

みどりを保全するため、基金へのご協力をお願いします。なお、当日は「南相馬市義援金」も受け付けています。

時10月21日(金)午前10時、午後1時30分場区役所中杉通り側入り口前費無料申込当日、直接会場へ花苗をプレゼントしますので、マイバッグを持参してください

問みどり公園課みどりの計画係

講演・講座

■杉並区体育指導委員制度50周年記念講演会「東海道五十七次の魅力とみどころ」～頭の健康にもなる「歴史街道ウォーキング」

区民の自主的なスポーツ活動を支援するスポーツ推進委員(旧名称:体育指導委員)が、50周年を迎えました。記念講演会を開催します。

時11月26日(土)午後2時～4時場センオン杉並(梅里1-22-32)師東海道の町民生活歴史館館長・志田威定区内在住・在勤・在学の方定70名(申込順)費無料申込往復ハガキ(記入例参照。2名まで連記可)で、10月24日(必着)までに社会教育スポーツ課社会体育係へ問同係

■すぎなみ地域大学 公開講座

◇認知症の医学的理解と対応

認知症の基本的医学知識と認知症介護の留意点についての講演です。

時10月29日(土)午後1時30分～3時30分場永福和泉地域区民センター(和泉3-8-18)師浴風会病院精神科医師・須貝佑一(右写真)定80名(先着順)

◇心の発達～子どもへのまなざし

人格形成の基盤となる乳幼児期の心の発達についてお話をうかがいます。

時11月1日(火)午前10時～正午場センオン杉並(梅里1-22-32)師川崎医療福祉大学特任教授・佐々木正美(右写真)定50名(先着順)

無料申込当日、直接会場へ問すぎなみ地域大学☎3312-2381



情報ぽけっと

区の後援・その他の催し・講座など

催し

★杉並大宮菊花展 時10月21日(金)～11月23日(祝)午前9時～午後5時場大宮八幡宮内大宮三本盆養仕立・けんがい仕立・盆栽仕立など費無料申込当日、直接会場へ問事務局(大宮八幡宮内)☎3311-0105

★谷川俊太郎と絵本の仲間たち展～堀内誠一・長新太・和田誠 時10月26日(水)～24年1月29日(日)午前10時～午後5時(月曜日と12月26日(月)～1月1日(祝)は休館)場ちひろ美術館・東京(練馬区)費800円、高校生以下無料申込当日、直接会場へ問ちひろ美術館・東京☎3995-0612

★コリアンまつり 時10月30日(日)午前11時～午後3時(雨天実施)場東京朝鮮第9初級学校(阿佐谷北1丁目)内コリアンフードのブース・チョゴリ撮影会・民芸品コーナーなど申込当日、直接会場へ問実行委員会事務局☎3338-9525

★新宿御苑菊花壇展覧会 時11月8日(火)午前10時～正午(小雨実施)場新宿御苑(新宿区)▷集合場所＝新宿御苑新宿門内師環境省自然公園指導員・山室京子ほか区内在住・在勤・在学の方(小学生以下は

保護者同伴)定30名(抽選)費無料(入料は自己負担)申込往復ハガキ(記入例参照。親子などで参加の場合は連名)で、10月25日(必着)までにPWすぎなみ事務局(〒166-0001阿佐谷北6-17-12漆原方)へ問事務局・漆原☎3337-1952働動きやすい服装と靴で参加してください

★新宿～青梅43kmかち歩き大会 時11月13日(日)午前8時集合場集合場所＝新宿西口中央公園水の広場①青梅コース(43km)②東村山コース(23km)問健康に問題のない方(10歳以下は保護者同伴)費①1800円②1500円/いずれも中学生以下1000円申込行事名、住所、氏名、年齢、電話番号、希望コースと参加人数を書いた用紙と参加費を、11月8日(必着)までに青少年交友協会(〒171-0014豊島区池袋3-30-8みらい館大明305)へ現金書留で郵送問同協会☎5391-1901

講演・講座

★憲法講演会「ヒロシマとフクシマから問われていること～原発問題を考える」 時10月23日(日)午後2時～4時場メルセス会修道院(高円寺南5丁目)師千葉大学教授・三宅晶子定80名(先着順)費500円(高校生以下無料)申込当日、直接会場へ問高円寺南9条の会・小林☎090-2226-4106

★青魚料理教室～最高のバランス食品「青魚」を食べよう 時10月25日(火)午前10時～午後2時場荻窪地域区民センター師栄養士・坂井幸子区内在住の方定40名(申込順)費500円申込・問電話で、杉の樹大学同

窓会・橋本☎090-8741-9873へ

★障害を知って、まちを歩こう!～音が物言う世界とは? 時10月27日(木)午後1時30分～4時場あんさんぶる荻窪師サウンドスケープデザイナー・武者圭定60名(先着順。障害者、区内在住・在勤・在学者優先)費無料申込当日、直接会場へ問障害福祉サービス就労継続支援B型施設「チャレンジ」・高橋☎5310-5052(平日午前9時～午後5時)問詳細は視覚障害者支援総合センターのホームページをご覧ください

★ボーイスカウト「指導者講習会」 時10月30日(日)午前9時～午後5時場堀ノ内松ノ木会議室師日本連盟リーダー・トレーナー・井垣光弘18歳以上の方定30名(申込順)費3500円(昼食、資料代ほか)申込・問電話で、10月29日までに日本ボーイスカウト東京連盟あすなろ地区トレーニング委員長・佐藤☎090-1827-4091働動きやすい服装と靴で参加してください

★絵手紙講演会「絵手紙 言葉の笑顔～添える言葉を音感から」 時11月6日(日)午後1時30分～3時場センオン杉並師武蔵野美術大学客員教授・上野茂都定140名(申込順)費1000円申込往復ハガキ(記入例参照)で、10月25日(消印有効)までに上田慶次郎(〒166-0002高円寺北3-35-31)へ問上田☎3339-8807筆記用具を持参してください

★郷土史講座「見学会～お江ゆかりの史跡(増上寺周辺)を訪ねて」 時11月3日(祝)

午前8時45分～午後0時30分(雨天実施)場集合場所＝都営大江戸線「大門」駅A6番出口前内行程＝芝大御宮→大門→芝東照宮→増上寺→御成門→愛宕山→愛宕神社→東京メトロ銀座線「虎ノ門」駅(解散)師杉並郷土史会会長・新村康敏ほか区内在住の方定30名(抽選)費1000円申込往復ハガキ(記入例参照。2名まで連記可)で、10月21日(必着)までに杉並郷土史会・服部建人(〒168-0064永福2-44-13)へ問服部☎3322-1412

★パソコン入門・デジカメ入門講習会 時・内11月7日(月)～11日(金)①午前10時～午後0時30分＝パソコン入門②午後1時30分～4時＝デジカメ入門/いずれも計5回場済美教育センター師1.Tスクエア杉並定各15名(抽選)費各7000円(テキスト代含む)申込往復ハガキ(記入例参照)に希望講座名も書いて、10月26日(必着)までに1.Tスクエア杉並(〒168-0063和泉3-17-15)へ問同団体☎090-4722-2574

★海外文化セミナー2011～アイルランド 時11月12日(土)午後1時～4時30分場産業商工会館内講義や音楽演奏、アイルランド料理の試食や民芸品の展示・販売など師駐日アイルランド大使館広報・文化担当官アッシュリン・プレーデンほか定120名(申込順)費700円申込Eメールに行事名・住所・氏名(フリガナ)・電話番号・お持ちの方はファクス番号を書いて、杉並区交流協会☎info@suginami-kouryu.orgへ問同協会☎5378-8833問後援＝駐日アイルランド大使館/協賛＝アイルランド政府観光庁

名称・会場	内容／講師	開催日・時間	定員	費用	申込／締切	
●阿佐谷地域区民センター協議会 (〒166-0004阿佐谷南1-47-17 阿佐谷地域区民センター内 ☎3314-7215)						
催	コミュニティすくーる 東運寺・大圓寺・大宮八幡宮方面の歴史散歩	祖父徳川家康に次ぐ政治家・人格者といわれた保科正之をご存じですか? 明暦の大火での活躍、江戸城にはなぜ天守閣が無いのか? また義経はなぜ奥州目指して落ち延びたのか? 楽しいお話の中に答えを探しましょう/日本の歴史・史跡探訪会 安永嘉治▷長寿応援対象事業	11月12日(土)午前9時~午後0時30分(少雨実施)▷集合時間・場所=①9時・阿佐ヶ谷駅バス停②9時30分・方南町駅前	30名	50円(保険料) 交通費自己負担	10月29日(集合時間・場所の希望も記入)
	土ようえほんとおはなしの会 場阿佐谷地域区民センター	秋も深まって来ました。絵本の読み聞かせや紙芝居で楽しいひと時を過ごしましょう/ORCAわーるど	11月19日(土)午後3時~4時	20名	無料	当日直接
講	SPレコード時代の名歌手を聴く 場阿佐谷地域区民センター	SP(78回転)時代の名歌手をガリ・クルチ記念コンサートを基に懐かしい歌声を聴きます/柴沼隆▷長寿応援対象事業	10月30日(日)、11月6日(日) 午後2時~4時(計2回)	25名	200円(資料代)	10月22日
	「忠臣蔵」で識(し)る歌舞伎 場阿佐谷地域区民センター	歌舞伎のイロハが詰まっている「仮名手本忠臣蔵」を通して歌舞伎を解明します/馬場順▷長寿応援対象事業	11月5日~26日の毎週土曜日 午前10時~正午(計4回)	40名	200円(資料代)	10月22日
	太極拳入門 場阿佐谷地域区民センター	太極拳を通じて若さを保つ秘訣を学びます/NPO健康太極拳協会理事長・楊進▷長寿応援対象事業	11月7日~28日の毎週月曜日 午後2時~4時(計4回)	35名	200円(保険料)	10月22日
	東京の秋を探そう	新宿御苑と郊外の高尾を散策して東京の秋を楽しみます/松田輝雄▷長寿応援対象事業	11月11日(金)=新宿御苑、18日(金)=高尾/いずれも午前10時~正午(計2回)	25名	100円(保険料) 入園料・交通費自己負担	10月29日

名称・会場	内容／講師	開催日・時間	定員	費用	申込／締切	
●高井戸地域区民センター協議会 (〒168-0072高井戸東3-7-5 高井戸地域区民センター内 ☎3331-7980)						
催	上高井戸集会所まつり 場上高井戸区民集会所(上高井戸1-15-5)	11月6日(日)午前10時~午後3時(雨天実施) 高井戸ばやし、野菜・草花・つきたて餅・その他模擬店、自主グループ作品展示、民謡、ギター・落語(三遊亭上楽)、各種演芸などを予定しています				当日直接
	コミュニティすくーる 「あなたの身近な歴史を歩いてみませんか」パート3	行程=上高井戸区民集会所(集合)→医王寺→石碑→長泉寺→世田谷文学館→蘆花恒春園→八幡神社→上高井戸区民集会所(解散)(4.5km)を散策します▷対象=20歳以上の方	11月12日(土)午前9時~午後1時頃(昼食後解散)	40名	500円(昼食代・入館料・保険料含む)	10月22日(夫婦・親子連記可)
講	中国文化に親しむ 場上高井戸区民集会所	①京劇の紹介②故宮博物院について/兵頭和美▷長寿応援対象事業	①11月22日(火)②29日(火)午後1時30分~午後3時(計2回)	20名	100円	11月14日

名称・会場	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協議会 (〒168-0063和泉3-8-18 永福和泉地域区民センター内 ☎5300-9412)						
催	土曜日の音楽会「秋の夜長をジャズの生演奏で♪」 場下高井戸区民集会所(下高井戸3-26-1)	ライブ気分でゆったりとジャズ、ラテン、映画音楽などおなじみの名曲をジャズ・カルテットで演奏します▷出演=ナカジマ・カオリ カルテット▷曲目=「いそしぎ」、「枯葉」ほか	11月12日(土)午後6時30分	80名	無料	当日直接
	朗読・劇 場永福和泉地域区民センター	現役俳優が魅せます。聴かせます。森鷗外「高瀬舟」そのほか時代劇の面白こぼし/原口剛▷長寿応援対象事業	11月13日(日)午後1時30分~3時	60名	無料	11月3日
講	「書」のアート インテリア書入門 場永福和泉地域区民センター	親しい人にアナタの個性がヒカル「辰」をデザインした年賀状を送りませんか? 書道用具を持参してください/三好淳子▷長寿応援対象事業	11月26日(土)、12月3日(土) 午前10時~正午(計2回)	24名	1400円(材料費)	11月16日

「区民ギャラリー」を利用してみませんか?

区役所 2階!

- ◇募集期間=①24年1月16日(月)~27日(金) ②2月13日(月)~24日(金) ③2月27日(月)~3月9日(金)
- ◇募集区分=北~西壁面(中棟北西側)
- ※利用条件など詳細は、お問い合わせください。

区内在住・在勤の方を中心に構成している非営利団体または個人(費無料)申込ハガキまたはファクスに希望する期間、団体または個人名(フリガナ)、代表者の住所・電話番号、展示内容を書いて、10月31日(必着)までに文化・交流課FAX5307-0683へ同課結果は11月中旬に連絡します

杉並区商店会連合会青年部創立40周年 記念公演「シャッター通り商店街」

商店街の持っている社会的機能、人の温もり、つながりの大切さをもう一度考えてみませんか?

場11月22日(火)午後6時30分~9時15分 場セシオン杉並(梅里1-22-32) 内公演=劇団青年劇場定550名(申込順) 費3000円(申込)チケット販売窓口=杉並区商店会連合会事務局(阿佐谷南3-2-19産業商工会館内) 同杉並区商店会連合会青年部・櫻本☎3311-2851 ①収益金の一部を、被災地の商店街振興に役立てます②「シャッター通り商店街」を題材に、11月24日(木)、12月5日(月)に「シャッター通り商店街」脚本家である高橋正岡氏や消費社会研究家・三浦展氏、区内商店主などによる討論会を開催します。詳細は、後日「広報すぎなみ」などでお知らせします



●住民は地域社会の主人公

荻窪川南町会は、今から52年前、当時はまだ環状八号線が川南交差点までしか開通していませんでした。現在は環状八号線を挟み、南荻窪1丁目、荻窪1・2丁目と広い範囲で町会が構成されています。この地域には、荻窪小学校、西田小学校、松浜中学校が隣接し、文教地域でもあります。近年、環状八号線沿線はマンションなどの集合住宅が増えましたが、幹線道路から一步入ると閑静な住宅街となります。私も、25名の役員で構成し、活動にはボランティアの方々に参加していただいたり、年に一度、レクリエーションを企画し、好評の日帰り旅行を行います。



▲地域をパトロールしています

し、各丁目ごとに毎週防犯パトロールを行っています。また、年末には恒例の商店街と合同の

い、日頃より地域でのコミュニケーションを大切にしています。このコミュニティーを活用

夜警を行っています。さらに、3年に1度、普通救命救急の講習を受け、30名以上の方々が認定証を交付され、地域の防災活動などに活かされています。

地域の中には、荻窪公園があり、そこにはD級ポンプの管理委託をうけています。そのため、公園内にある貯水槽の点検、D級ポンプの点検・作動方法などを含めた防災訓練を行っています。

このように、さまざまな活動を行っています。今後の課題としては、町会の会員や非加入の方々に対して、町会活動の理解と協力を進めるなど、普及・啓発活動に努めてまいります。

いつ起こるか分からない災害に対し、地域の中で支え、助け合える「絆」を大切に、子供たちや高齢者の方々が安心して、「安全に暮らせるまち」をめざして活動してまいります。

(会長 樽松幸代)

荻窪川南町会

安心・安全のまちをめざして

コミュニティ通信

地域区民センター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)までに直接該当の地域区民センター協議会へ(抽選)。記載は右記入例を参照。詳しい内容は、直接該当の地域区民センター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

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供の氏名・年齢

各地域区民センター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(祝日、年始年末を除く)

★協働事業とは、地域課題の解決に向けて、地域のさまざまな団体と企画段階から連携して実施する事業です。

名称・会場	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協議会 (〒167-0022下井草5-7-22 井草地域区民センター内 ☎3301-7723)						
	「音楽とマジック」で楽しいひとときを 場井草地域区民センター	「音楽とマジック」で心温まる秋のひとときはいかがですか。皆さんでのコーラスもあります/キーボード・今村友子、マジシャン・ANXRA(アンギュラ)▷長寿応援対象事業	10月29日(土)午後2時～4時 (震災のため3月の予定を延期した公演です)	60名	100円	10月21日
催	八成まつり 場八成分集会所(井草1-3-2)	11月6日(日)午前10時～午後3時 地域の皆さんと行く秋を楽しみましょう。作品展示、芸能発表、工作教室、模擬店(地元産の野菜、鉢花は毎年大好評です)など				当日直接
	おもちゃの病院 場井草地域区民センター	こわれたおもちゃを修理します(実費がかかります)／長凡ほか	11月12日(土)・26日(土) 受付=午後1時30分～3時	—	無料	当日直接
	ばそこん寺子屋 場井草地域区民センター	初心者を対象としてパソコンのよろず相談に応じます。気軽にお越しください(パソコンあり、持ち込みも可)／NPOわくわくネット・児玉洗ほか	11月13日(日)午後1時30分～3時30分	—	無料	当日直接
●西荻地域区民センター協議会 (〒167-0034桃井4-3-2 西荻地域区民センター内 ☎3301-0815)						
	映画上映会「武士の家計簿」 場西荻地域区民センター	幕末から明治、激動の時代を誠実に生き抜いた加賀藩ご算用者(経理係)の下級武士一家のつましい堅実な生き方を、実在の家計簿から読み解き、現代にも通じる親子の絆と家族愛を描いた物語です▷小学生以下は保護者同伴	10月29日(土)午後2時～4時10分	366名	無料	当日直接
催	★協働事業 「スポーツ健康フォーラム2011」 場西荻地域区民センター	健康吹き矢・ユニカール・ダーツ・キンボールなど、ニュースポーツを紹介し、体験を通して体を動かすことの楽しさを知っていただき、交流を深めます	11月5日(土)午前10時～午後4時	—	無料	当日直接
	コミュニティすくーる～今川氏の遺跡を訪ねて	ガイドの説明を聞きながら寺院・史跡を回ります(約4km)。また、各寺院等では直接、史跡の由来などを聞く予定です▷行程=荻窪八幡神社(集合)→観音寺→井草八幡宮→善福寺公園(解散)▷対象=小学生以上の方(小学生は保護者同伴)▷長寿応援対象事業	11月13日(日)午前9時～午後0時30分 (雨天実施(荒天中止))	45名	30円 (保険料)	10月31日
講	江戸と杉並を学ぶ～玉川上水の暗渠(あんきょ)を歩く	江戸時代には、江戸の人々に貴重な飲み水を提供した玉川上水。現在杉並区の浅間橋から下流部は暗渠となっています。この暗渠部分を2回に分けて回ります/江戸東京博物館学芸員・眞下祥幸▷対象=各回5km程度歩くのに支障がなく、2回連続で参加できる方▷長寿応援対象事業	10月25日(火)、11月2日(水) 午後1時～4時30分(計2回) (少雨実施(雨天の場合、西荻地域区民センターで座学))	25名	500円 (保険料含む) 交通費自己負担	10月20日
	親子体操でスキンシップ! 場西荻地域区民センター	2、3歳の時期は手で直接肌に触れたり、表情を見ながらのスキンシップがとても大切です。体操を通して、一緒にお子さんの新しい発見をしましょう/相原みどり▷対象=2、3歳までのお子さんとその親▷1歳～就学前の託児あり(事前申込制。子育て応援券利用可)	11月1日～15日の毎週火曜日 午前10時30分～11時45分(計3回)	15組 (30名)	300円 (保険料含む)	10月20日
●荻窪地域区民センター協議会 (〒167-0051荻窪2-34-20 荻窪地域区民センター内 ☎3398-9127)						
催	本天沼集会所まつり 場本天沼区民集会所(本天沼2-12-10)	10月16日(日)午前10時～午後4時 元気いっぱい、園児の作品展や楽しいアトラクション多数、先着300名に空くし無しの抽選会があります。群馬県吾妻産の直送農産物の販売、包丁研ぎ、その他模擬店(焼きそば・おでん・ビールなど)もあります				当日直接
講	美しく身体を動かそう! ～ストレッチ&リズム体操 場荻窪地域区民センター	美しさの秘訣は健康な身体づくりと、日常生活を快適に過ごすことです。無理なく身体を動かすストレッチとリズム運動に挑戦してみませんか。動きやすい服装・室内用運動靴・ヨガマットまたはバスタオルを持参してください/後藤鈴香▷長寿応援対象事業	11月2日～23日の毎週水曜日 午前9時30分～11時30分(計4回)	30名	200円	10月23日
	杉並の自然に親しむ 場荻窪地域区民センター	樹木医で野鳥にも詳しい講師の解説を聞きながら、自然を観察します①オリエンテーション(荻窪地域区民センター)②フィールドワーク(井草八幡宮～善福寺公園)/松田輝雄▷長寿応援対象事業	①11月25日(金)②12月2日(金) 午前10時～正午(計2回)	35名	200円	10月23日
	★協働事業 町の景観、気になりませんか 場荻窪地域区民センター	緑の多い優良住宅地を目指す杉並にとって、町の景観は大切な要素です。「杉並『まち』デザイン賞」の選考委員が町の景観の大切さを語ります/大嶋信道▷長寿応援対象事業	11月27日(日)午後2時～4時	60名	200円	10月23日
●高円寺地域区民センター協議会 (〒166-0011梅里1-22-32 高円寺地域区民センター内 ☎3317-6614)						
催	★協働事業 コミュニティすくーる「多摩の歴史を歩く・武蔵国分寺跡からお鷹の道」	縄文遺跡から奈良時代・天平文化へ、時代を追うように史跡めぐりの路。湧水と紅葉の道をのんびりと歩きます/ NPO法人杉並さわやかウォーキング▷長寿応援対象事業	11月25日(金)午前10時～午後0時30分 ▷集合時間・場所=9時30分・JR西国分寺駅南口広場(小雨実施)	60名	300円 (保険料含む)	10月20日
講	★協働事業 講演会「幸せいっぱい 愛情いっぱい 絵本の世界」 場高円寺地域区民センター	子供の言葉と心を育み、豊かな愛情をそそぐことのできる絵本の素晴らしさを語ります(図書館職員によるお話し会同時開催)/児童文学者・松居直▷長寿応援対象事業▷託児あり(事前申込制)	11月5日(土)午後1時～3時	80名	無料	10月20日
	浴風会病院精神科医長「古田伸夫講演会」 場高円寺地域区民センター	「シニアライフを元気に過ごす為に…」老化は身体だけの問題ではなく、心・知能にも起こります。病気になる前に元気に楽しく暮らすためのコツなどについて伺います/古田伸夫▷長寿応援対象事業	11月13日(日)午後2時～4時	100名	無料	10月22日



長寿応援ポイント～2周年を迎えました

平成21年10月からスタートした高齢者の社会参加を応援する「長寿応援ポイント事業」は、今月で満2周年を迎えました。登録されている活動数は1125件になり多くの高齢者が参加しています。皆さんもぜひ、参加してください。

——問い合わせは、高齢者施策課長寿応援ポイント担当へ。

長寿応援ポイント事業は、区が事前に認定した地域貢献活動やいきがい活動に高齢者が参加した場合にポイントシールが配られます(右表参照)。ためたポイントは区内共通商品券との交換および長寿応援ファンドへの寄付に活用できます。

参加者からは、「活動に参加しながらポイントがもらえるので張り合いがある。」「寄付をして社会の役に立てるとはとても良いことだと思う。」「活動をしていない人たちに参加を呼びかけるきっかけになり参加者が増えた。」など喜びの声が寄せられています。

「広報すぎなみ」では、長寿応援ポイントが配られる講座などを紹介しています。該当講座には、「長寿応援対象事業」との記載をしています。

ポイントが配られる活動

活動の種類	対象者	ポイント数
地域貢献活動	区内在住で60歳以上の方	5ポイント
いきがい活動	区内在住で75歳以上の方	1ポイント
区が実施する健康増進・介護予防活動、地域貢献学習など	区内在住で60歳以上の方	1ポイント

※1ポイントは50円に換算します。

身近な文化財を楽しみませんか

文化の秋です。区内にはいろいろな種類の文化財があり、楽しみ方はさまざまです。史跡散歩もよし、博物館を訪ねるもよし。この時期「文化財」の魅力を見つめ直す催しが、身近なところで開催されます。自分流の楽しみ方をつくってみませんか？

——問い合わせは、社会教育スポーツ課文化財係へ。

◇プチ展示「こんなに楽しい文化財・その魅力を再発見～富士山、みえますか？」

ちょっと昔まで、杉並のいたるところで富士山が見えていました。今、お住まいの場所から、富士山は見えますか？今年度のロビー展示では、人が眺める行為である「眺望」という見方で、杉並と富士山の関係を探ってみました。すると富士山が目に見えるというだけでなく、杉並の地域の歴史を読み解くキーワードの一つとなることもわかります。

【日 時】10月18日(火)～21日(金)午前9時～午後5時

【場 所】区役所1階ロビー 【費 用】無料

◇23年度版「杉並区史跡散歩地図」ができました～今年度は、プチ展示期間中限定600部の「富士見コンパス」のおまけ付き

昨年、区内寺院の鐘の音をきくことができる工夫をして、好評をいただいた散歩地図。新しい地図では、富士山が立体的に見える工夫をし、区内の富士山が見える場所を地図に示しました。10月25日(火)から配布しますが、上記プチ展示会場では先行配布します。

▷10月25日(火)からの配布場所＝社会教育スポーツ課文化財係(区役所東棟6階)、区政資料室(西棟2階)、区民事務所・分室、駅前事務所、地域区民センター、郷土博物館本館・分館



◇「東京文化財ウィーク2011」

11月30日(水)まで、文化財の公開や文化財めぐり、講座などが都内全域で開催されます。区内では上記プチ展示のほか、妙法寺の鉄門・祖師堂・仁王門の公開、杉並郷土史会の見学会、郷土芸能大会、郷土博物館特別展・分館企画展などが行われます。

上記プチ展示会場では、これらの事業の紹介や、都内全域の事業を紹介したガイドブックの配布なども行います。ガイドブックは、郷土博物館本館・分館でも配布しています。

子どもが主役のおどりの祭典



▲子どもたちが元気いっぱいに踊ります

すぎなみ舞祭2011

がんばろう！日本
がんばろう！南相馬市

〒3393-4760 (児童青少年課内)

「すぎなみ舞祭」は、子どもが主体のダンスや踊りのチームが、ポップな音楽にあわせて、ヒップホップ、チアダンス、フラダンスなど、いろいろなジャンルの踊りを踊る、子どもたちが主役のおどりの祭典です。

今年は東日本大震災で被災した、杉並区と災害時相互援助協定を結んでいる福島県南相馬市への復興支援イベントとして、被災地への支援の輪をひろげるために開催します。子どもたちの元気な踊りをご覧いただき、被災された方たちが一日でも早く元気になれるように、応援していきましょう。

【日 時】10月23日(日)午前9時30分～午後4時

【場 所】杉並第十小学校・蚕糸の森公園(和田3-55)

【参加費】無料

【申し込み】当日、直接会場へ

【その他】やきそば・フランクフルト・綿菓子・ポップコーンなどの模擬店のほか、南相馬市の物産展・被災者へのメッセージカードコーナーや義援金の募金活動など、被災地を支援するプログラムも用意しています



杉並区友好提携 杉並公会堂シリーズ

◇フレッシュ名曲コンサート～日本フィルニューイヤーコンサート

区内在住の若手バイオリニスト、尾池亜美さん(右写真)を迎え、新年を彩るプログラムをお届けします。

時24年1月28日(土)午後4時15分 出演＝藤岡幸夫(指揮)、尾池亜美(バイオリン)▷曲目＝チャイコフスキー「バイオリン協奏曲」ほか 申込チケット発売開始日＝10月18日(火)午後2時から▷チケット販売窓口＝杉並区文化協会 ☎5347-4366(初日は電話予約のみ)、杉並公会堂、コミュかるショップ、各地域区民センター 開演当日午後4時から藤岡幸夫さんと尾池亜美さんによるコンサート前の楽しいお話があります



◇日本フィルホームタウン・シリーズ～首席指揮者ラザレフが描く、晩秋の情景

時11月18日(金)午後7時15分 出演＝アレクサンドル・ラザレフ(首席指揮者)、ピーター・ウィスperlウェイ(チェロ)▷曲目＝ドボルザーク「チェロ協奏曲」ほか 申込チケット販売窓口＝日本フィル・サービスセンター ☎5378-5911 同センター

——〈いずれも〉——

●杉並公会堂(上荻1-23-15) ●S席5000円ほか ①就学前のお子さんは入場できません ②託児あり(マザーズ ☎0120-788-222へ事前申込)

第6・7回杉並区基本構想審議会を開催します

第6・7回杉並区基本構想審議会をそれぞれ下記日程で開催します。傍聴を希望する方は、当日、直接会場へお越しください。

【日 時】第6回審議会＝10月14日(金)午後5時30分～7時30分

第7回審議会＝10月25日(火)午後6時30分～8時30分

【場 所】区役所第4会議室(中棟6階)

【内 容】①基本構想案の検討②その他

区企画課

(発行日)毎月1日、11日、21日

