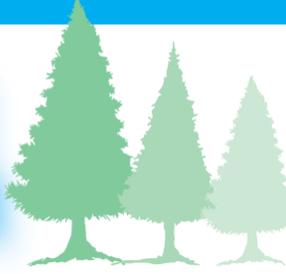


すぎなみ



| | |
|-----------------------|---------|
| 第5期介護保険事業計画を策定... 2・3 | しました |
| 国民健康保険料・国保保養施設 | 4 |
| などのご案内 | |
| 杉並区暴力団排除条例を施行し | 5 |
| ます | |
| 春の食育イベント |12 |

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/

平成24年10月1日、杉並区は
区制施行80周年を迎えます。

4月1日特集号「杉並区基本構想(10年
ビジョン)」をあわせて発行しています

区制施行80周年記念 キッチフレーズ ロゴマーク が決まりました

10月1日に杉並区は区制施行80周年を迎えます。これを記念してさまざまな事業を実施する予定です。記念事業を区内外にPRするため、「広報すぎなみ」2月1日号や区ホームページなどを通じて、キッチフレーズを募集しました。このたび、応募いただいた472名、延べ1011件の中から厳正な審査の結果、最優秀賞、入賞、80周年特別賞が決定しました。たくさんのご応募ありがとうございました。——問い合わせは、総務課記念事業担当へ。

★ キッチフレーズ ★

最優秀賞

「80年の歩み つなげよう、未来へ」

藤崎美穂さん(宮前在住)

入賞

「みんなの「80」つなげよう 杉並の未来」

吉田志穂さん(今川在住)

「ずっと一緒にいたい、この街と。」

酒井もと子さん(下井草在住)

「歴史に感謝 未来に希望」

本間なつ実さん(井草中3年生)

80周年特別賞

「緑がいっぱい みんな大好き 杉並区」

原田智さん(沓掛小2年生)

「笑顔と笑顔でつながる街杉並」

高家直希さん(宮前中3年生)

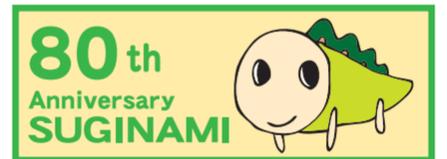
★ ロゴマーク ★

記念事業を積極的に推進し、より効果的にPRするため、杉並区の公式アニメキャラクター「なみすけ」を使用したロゴマークを3種類作成しました。今後、最優秀賞キッチフレーズとロゴマークを杉並区区制施行80周年記念事業のシンボルとして広く活用していきます。

ロゴマーク1



ロゴマーク2



ロゴマーク3



キッチフレーズとロゴマークは、区制施行80周年記念事業のPRと杉並区のイメージを高めることを目的とするものであれば、企業、団体、区民の皆さんなどにも積極的にご利用いただきたいと考えています。利用希望の際は、総務課記念事業担当へお問い合わせください。

今後の記念事業の詳細は、「広報すぎなみ」や区ホームページで随時お知らせしていきます。

なみすけ商品券の 販売日が決まりました

BUY☆すぎなみ

区内の消費拡大を図るため、プレミアム付き区内共通商品券(なみすけ商品券)を販売します。なみすけ商品券を使って区内でのお買い物をお楽しみください。

〒166-8570杉並区商店街振興組合連合会 ☎3220-1221

- 【販売日時】 4月21日(出)午前10時(売り切れ次第終了)
- 【販売場所】 「広報すぎなみ」4月11日号でお知らせします
- 【発行総額・冊数】 5億円(5億5000万円分・5万冊)
- 【価格】 1冊1万円(500円券・22枚つづり、1万1000円分)
- 【購入限度】 1人1回限り5冊まで
- 【その他】 杉並区商店街振興組合連合会ホームページ <http://www.sugishoren.com/> もご覧ください

区制施行80周年記念事業

推薦してください! 「後世にのこしたい杉並の屋敷林」募集

まとまった緑であり、区民共有の貴重な財産である屋敷林は、清浄な空気の供給や武蔵野の面影を今に伝えるなど、さまざまな恩恵を私たちに与えてくれます。あなたが後世にのこしたいと思う杉並の屋敷林を教えてください。

- 【募集期間】 4月1日～8月31日(必着)
- 【応募資格】 区内在住・在勤・在学の方(自薦・他薦は問いません)
- 【募集対象】 あなたが後世にのこしたいと思う杉並区内の屋敷林
※屋敷林とは、戸建て住宅と一体となった敷地内にあるおおむね高さ3m以上の樹木(自然仕立て:樹木本来の樹形を損なわないもの)が30本以上ある樹林のことです。ただし、集合住宅の敷地にあるものやお寺・神社の林などは除きます。

【応募方法】 用紙(書式自由)に①応募者の連絡先(住所・氏名・電話番号またはEメールアドレス)②屋敷林の所在地③推薦理由(状況がわかる写真などあれば添付)を書いて、みどり公園課みどりの計画係(区役所西棟5階FAX5307-0697)☎koen-k@city.suginami.lg.jp(受信専用)へ郵送、持参、ファクスまたはEメールで送信。※応募書類等は返却しません。

【選考・発表】 選考委員会(有識者による外部委員)により、10件程度の表彰対象を選考し、25年3月(予定)に「広報すぎなみ」や区ホームページ、パンフレットなどで発表します。
【記念品・賞】 応募者=記念品(応募件数にかかわらず1人1品)
受賞した屋敷林の所有者=賞状・記念品
【問い合わせ】 みどり公園課みどりの計画係

24、26年度 第5期介護保険事業計画を策定しました

介護保険事業計画は、介護保険サービスの利用量や事業費の見込みを明らかにするなど、介護保険事業運営の基本となる計画です。今期は在宅介護支援体制の充実・強化や高齢者の施設・住まいの整備促進などに重点を置きました。第1号被保険者保険料については、さらなる多段階化や被保険者の所得に応じた保険料率の設定を行いました。

——問い合わせは、高齢者施策課または介護保険課へ。

重点項目

1 在宅介護支援体制の充実・強化を図ります

① **在宅サービスの充実**
今回新たに設けられた24時間対応型訪問サービスなどの事業の参入を進めます。また、区独自の在宅生活支援サービスや見守りを目的としたサービスの充実に努めます。

② **在宅療養支援体制の強化**
地域の医療機関や訪問看護などの在宅医療事業者とケアマネジャーなどの介護関係者が、在宅者個々の事情に合った支援ができるよう連携を強化します。

③ **認知症対策の充実**
高齢者の権利擁護、相談体制の強化、医療との連携を進めます。また、認知症ケアの普及啓発に努めます。

④ **介護者支援の充実**
介護者の休息の確保や負担軽減を図る区独自のサービスを充実します。

⑤ **地域包括支援センターの機能強化**
潜在的なニーズを早期に発見し、適切な支援ができるよう地域包括支援センターの相談対応力を一層強化します。また、医療と介護の連携強化やネットワークの構築を進めます。

2 高齢者の施設・住まいの整備を促進します

特別養護老人ホームなど入所施設の整備を重点とし、認知症対応型グループホームなどの整備を行います。また、介護が必要となっても、所得や要介護度に応じて安心して住み続けられる住宅を確保するため、住宅施

介護保険事業に要する費用と財源構成

策の所管と共同して計画的にサービス付き高齢者向け住宅などの整備を進めます。

第5期計画では、今後3年間の費用の見込みを1045億円と算出しました。この額は、第4期(21～23年度)と比べ、188億円の増額となっています。(表1)

増額の要因は、高齢化の進展によるサービス利用者の増加、介護報酬のプラス改定、24時間対応型訪問サービスの創設や特別養護老人ホームなどの施設整備の進展によるものです。

見込んだ1045億円を国・都・区で50%、65歳以上の方(第1号被保険者)で21%、40歳～64歳(第2号被保険者)で29%の財源を負担する仕組みとなっています。(図1)

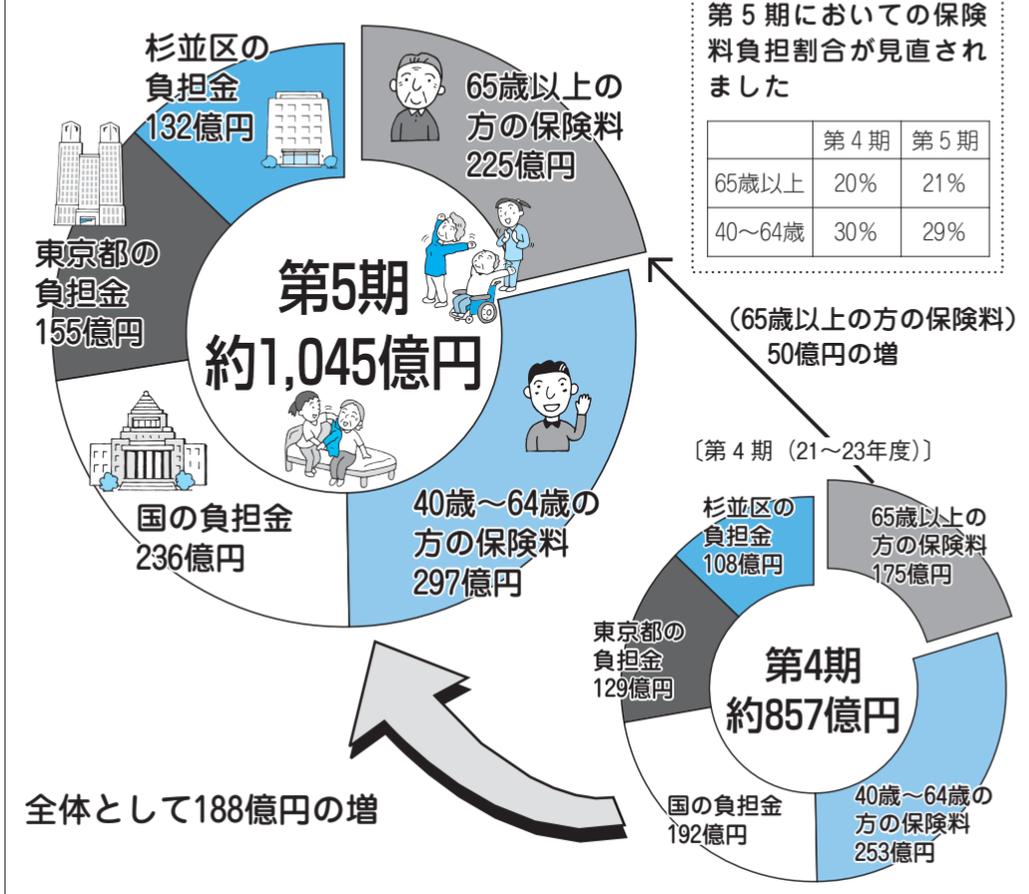
〈表1 介護保険事業費の推計〉 (単位：百万円)

| 区分 | 24年度 | 25年度 | 26年度 | 合計(第5期計画額) | 第4期計画額 |
|---------|--------|--------|--------|------------|--------|
| 保険給付費 | 31,837 | 33,738 | 35,845 | 101,421 | 83,185 |
| 地域支援事業費 | 954 | 1,011 | 1,074 | 3,038 | 2,505 |
| 合計 | 32,791 | 34,749 | 36,919 | 104,459 | 85,690 |

※四捨五入しているため、合計と合わないものがあります。

〈図1 介護保険事業のおおまかな財源構成〉

〔第5期(24～26年度)〕



高齢者・要介護等認定者の推計と主なサービス利用者の見込み

●高齢者と認定者数の推計

推計の基となる高齢者人口については、団塊世代が65歳以上になる25年から急増します。(図2) 26年度の総人口に対する第1号被保険者数は、23年度の19.6%より1.1ポイント上がり20.7%になると推計されました。これに伴い、認定者数も増加し、65歳以上人口に対する認定者の割合は26年度には23年度の19.7%より0.4ポイント上がり20.1%になると推計しました。(表2)

● **主なサービスの見込み**
居宅サービスは24時間対応型訪問サービス量を見込むとともに、訪問介護、通所介護、ショートステイ、小規模多機能型居宅介護などのサービス量の増加を見込んでいます。施設・居住系サービスでは特別養護老人ホームや老人保健施設の整備、認知症対応型グループホームの整備によりサービス量が増加すると見込んでいます。(表3)

●地域支援事業の見込み

地域支援事業では、二次予防事業対象者を高齢者人口の9%と見込んでいます。また、介護や医療を必要としながら在宅で暮らし続ける高齢者が増加することから、総合相談等の包括的支援事業や在宅生活を支える家族介護支援事業の増加を見込んでいます。

〈表2 要介護等認定者の推計〉

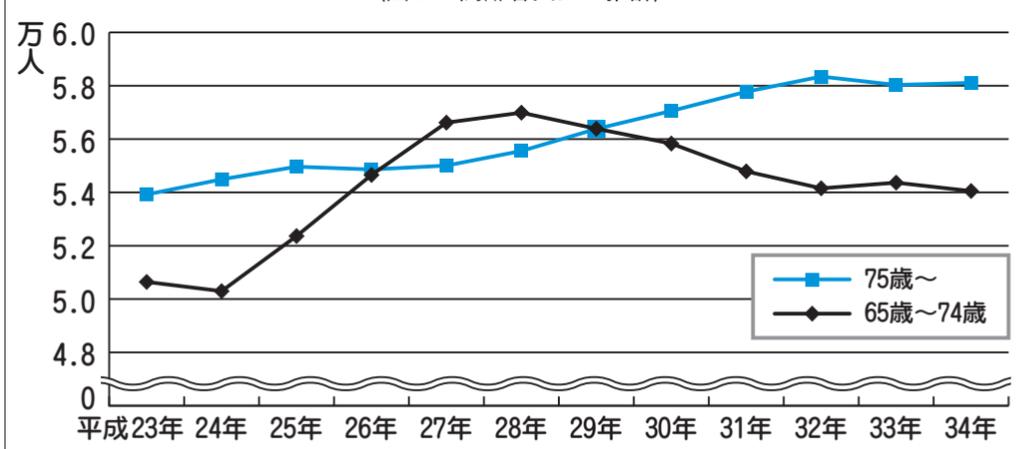
| 区分(単位) | 24年度 | 25年度 | 26年度 |
|--------------------------|---------|---------|---------|
| 総人口(人) | 540,476 | 540,727 | 541,129 |
| 第1号被保険者(人) | 107,688 | 109,958 | 112,081 |
| 高齢化率(%) | 19.9 | 20.3 | 20.7 |
| 要介護等認定者(人) | 21,814 | 22,196 | 22,565 |
| 内訳 | | | |
| 要支援1～要介護1(人) | 10,118 | 10,272 | 10,411 |
| 要介護2～要介護5(人) | 11,696 | 11,924 | 12,154 |
| 第1号被保険者に対する要介護等認定者の割合(%) | 20.3 | 20.2 | 20.1 |

※第1号被保険者とは、65歳以上の区民です。

〈表3 サービス利用者数の推計〉 (単位：人)

| 区分 | 24年度 | 25年度 | 26年度 |
|-------------|--------|--------|--------|
| 要介護等認定者 | 21,814 | 22,196 | 22,565 |
| 介護保険サービス利用者 | 18,243 | 18,839 | 19,437 |
| 内訳 | | | |
| 施設サービス利用者 | 2,536 | 2,606 | 2,740 |
| 居住系サービス利用者 | 2,278 | 2,489 | 2,690 |
| 居宅サービス利用者 | 13,429 | 13,744 | 14,007 |

〈図2 高齢者人口の推計〉



〈表4 新しい介護保険料段階と保険料額〉

| 段階 | 該当条件 | 料率 | 年額 | 月額 |
|----|---|------|----------|---------|
| 1 | 生活保護受給の方または世帯全員が区民税非課税で本人が老齢福祉年金受給の方 | 0.44 | 27,600円 | 2,300円 |
| 2 | 世帯全員(一人世帯を含む)が区民税非課税で本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方 | 0.44 | 27,600円 | 2,300円 |
| 3 | 世帯全員(一人世帯を含む)が区民税非課税で本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円を超え、120万円以下の方 | 0.65 | 40,800円 | 3,400円 |
| 4 | 世帯全員(一人世帯を含む)が区民税非課税で本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計が120万円を超える方 | 0.79 | 49,200円 | 4,100円 |
| 5 | 本人が区民税非課税で他の世帯員が区民税課税であり、本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方 | 0.85 | 52,800円 | 4,400円 |
| 6 | 本人が区民税非課税で他の世帯員が区民税課税であり、本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円を超える方 | 1.00 | 62,400円 | 5,200円 |
| 7 | 本人が区民税課税の方(合計所得金額125万円未満) | 1.07 | 66,600円 | 5,550円 |
| 8 | 本人が区民税課税の方(合計所得金額125万円以上200万円未満) | 1.20 | 75,000円 | 6,250円 |
| 9 | 本人が区民税課税の方(合計所得金額200万円以上300万円未満) | 1.40 | 87,600円 | 7,300円 |
| 10 | 本人が区民税課税の方(合計所得金額300万円以上500万円未満) | 1.60 | 99,600円 | 8,300円 |
| 11 | 本人が区民税課税の方(合計所得金額500万円以上700万円未満) | 1.81 | 112,800円 | 9,400円 |
| 12 | 本人が区民税課税の方(合計所得金額700万円以上1,000万円未満) | 2.00 | 124,800円 | 10,400円 |
| 13 | 本人が区民税課税の方(合計所得金額1,000万円以上1,500万円未満) | 2.20 | 137,400円 | 11,450円 |
| 14 | 本人が区民税課税の方(合計所得金額1,500万円以上) | 2.40 | 150,000円 | 12,500円 |

※保険料率は、小数点第3位で四捨五入しています。



65歳以上の方(第1号被保険者)の介護保険料

第5期の保険料は、次のような考え方で設定しました。(表4)

- ◇基金(介護給付費準備基金と財政安定化基金)の活用による保険料の引き下げ
- ◇保険料段階のさらなる多段階化(11段階から14段階へ)
- ◇所得に応じた保険料率の設定(低所得者への一定の配慮など)
- ※第5期でも、第4期に引き続き、生計困難な方に対して、区独自の保険料減免制度を継続します。

基金を活用して、保険料の上昇を抑えています

保険料基準月額を、次のとおり算出しています。

$$\frac{\text{第5期における杉並区で介護サービスに必要な費用の総額} \times \text{65歳以上の方の負担分21\%}}{\text{第5期における杉並区の65歳以上の方の総数}}$$

$$= \frac{\text{一人あたりの基準年額66,193円(基準月額5,516.1円)}}{\text{基金より13億円投入}} = \text{一人あたりの基準年額62,400円(基準月額5,200円)}$$

基金より13億円投入

普通徴収者の方へ 24年度4～7月分の介護保険料通知書を発送します

介護保険料のお支払い方法が納付書払い・口座振替(普通徴収)の方に、24年度4～7月分の納入通知書を4月9日(月)に発送します。

※今回は、特別徴収の方には通知書を発送しません。保険料改定に伴い、6・8月の年金からの引き落とし額を調整する方には、6月初旬に通知書を発送します。

☎介護保険課資格保険料係

区民等の意見提出手続の結果をお知らせします

第5期(24～26年度)介護保険事業計画(案)について、概要をお知らせし、「杉並区区民等の意見提出手続に関する条例」に基づき広く皆さんからご意見を伺いました。いただいた主なご意見の概要と区の考え方は下記のとおりです。

〈いただいた主な意見の概要と区の考え方〉

◇意見提出期間=23年12月1日～30日 ◇意見提出件数=48件(延120項目)

| 分類 | 主な意見の概要 | 区の考え方 |
|----------------|--|---|
| 在宅サービスの充実 | 新しい事業計画で在宅サービスの充実を図ろうとしていることは賛成で期待している。新たなサービスである定期巡回・随時対応型訪問介護看護サービスについても、「中重度者」のさらなる具体的な対応のためにも充実強化してほしい。 | 在宅介護支援体制の充実・強化を重点事項とし、在宅介護を支えるサービス、在宅医療との連携、認知症に対する地域ケア、相談窓口機能の強化により在宅介護体制を充実強化します。また、定期巡回・随時対応型訪問介護看護サービスは、サービス開始に当たり、多くの方が利用できるよう区民や関係者への周知に努めます。 |
| 在宅療養支援体制の強化 | 「高齢者の自立支援」にあたり、地域の医療機関との相談体制や連携関係を強化してほしい。 | 現在も、在宅医療相談調整窓口で必要な情報提供や適切な医療機関および制度の利用につなげる等の支援・調整を行っています。あわせて在宅医療推進協議会で関係機関同士の情報交換や医療・介護の連携強化に向けた施策や取り組みを推進します。 |
| 介護者支援の充実 | 「高齢者の自立支援」にあたり、介護者の安らぎの確保を強化してほしい。また、区独自サービスを例示するとともに、サービスの充実をしてほしい。 | 区独自サービスとしては、家族の負担軽減を目的とした家事代行サービス「ほっと一息、介護者ヘルプ」や「おむつ等介護用品の支給」などがあります。また、認知症高齢者の家族支援として「認知症高齢者家族安らぎ支援」や「徘徊高齢者探索システム」があり、引き続きサービスの充実に努めていきます。 |
| 高齢者の施設住まいの整備促進 | 認知症になっても住み慣れた杉並区に住み続けられるよう、80歳以上で身寄りのなく判断能力のない人や在宅で重度の認知症の人を集め、住み慣れた場所の空いているアパート等を借りて集団で面倒を見てくれるようなところをつくったらどうか。 | 認知症の方を介護するためには、人的な体制や設備など、安定した介護環境が必要であり、認知症高齢者グループホームなどの施設整備を計画的に進めていきます。 |
| 介護人材の確保定着支援 | 介護保険利用の拡大が見込まれている現在、介護人材の確保・定着(離職の防止)は深刻な問題と考えている。区で開催される就職相談会や講習会等の回数を増やしシステム作りを今後も取り組んでいただきたい。 | 介護人材の確保・定着支援のため、ハローワークや東京都福祉人材センター等の協力により就職相談会を開催します。また、離職を防止するため、講習会など開催し、職員の定着支援にも取り組んでいきます。 |

いただいたご意見と区の考え方は、区ホームページのほか、高齢者施策課(区役所東棟1階)、高齢者在宅支援課(西棟2階)、介護保険課(東棟3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。

杉並区国民健康保険に加入している方へ

保険料・保養施設などのご案内

国民健康保険料はこのように計算します

◇下表A・B・Cを合計した金額が世帯の年間保険料です

保険料は、A：医療分、B：後期高齢者支援金分、C：介護保険分の合計で、それぞれが「①均等割額」と「②所得割額」の合計です。A・B・Cごとに保険料を計算し、その合計が世帯の保険料となります。

◇加入する方の人数・年齢を確認します（※ここでは、加入者全員の加入期間が同じとして、まとめて計算します。）

- 40歳未満の方=AとBがかかります ●40～64歳の方=AとBとCがかかります
- 65～74歳の方=AとBがかかります

◇賦課標準額の求め方

- 「賦課標準額」は、23年度と同様、「前年中の総所得金額等」から「基礎控除額（33万円）」を引いた金額の「旧ただし書き所得」を使用します（23年度からの賦課標準額の算出方法の変更に伴い、経過措置があります。詳細は、国保年金課国保資格係へお問い合わせください）。
- 「賦課標準額」は、世帯の国民健康保険加入者の合計を使用します（ただし、「C.介護保険分」の場合は、40歳～64歳の国民健康保険加入者の合計を使用します）。

◇24年度 保険料簡易計算表

（※A・B・Cごとに「最高限度額」が定められています。下記「③合計額」が最高限度額を超えた世帯は、最高限度額が保険料です。）

| A. 医療分 | B. 後期高齢者支援金分 | C. 介護保険分 <small>(40～64歳の加入者のみ該当)</small> |
|--|--|--|
| ①均等割額 1人年間 加入者数 3万円 × <input type="text"/> 人 <small>(23年度3万1200円)</small> = <input type="text"/> 円 | ①均等割額 1人年間 加入者数 1万200円 × <input type="text"/> 人 <small>(23年度8700円)</small> = <input type="text"/> 円 | ①均等割額 1人年間 加入者数 1万4100円 × <input type="text"/> 人 <small>(23年度1万3200円)</small> = <input type="text"/> 円 |
| ②所得割額 賦課標準額 所得割料率 <input type="text"/> 円 × 6.28% <small>(23年度6.13%)</small> = <input type="text"/> 円 | ②所得割額 賦課標準額 所得割料率 <input type="text"/> 円 × 2.23% <small>(23年度1.96%)</small> = <input type="text"/> 円 | ②所得割額 賦課標準額 所得割料率 <input type="text"/> 円 × 1.38% <small>(23年度0.98%)</small> = <input type="text"/> 円 |
| ③合計額=①+② 計 <input type="text"/> 円/1年 <small>(最高限度額51万円/1年) (23年度と同額)</small> | ③合計額=①+② 計 <input type="text"/> 円/1年 <small>(最高限度額14万円/1年) (23年度と同額)</small> | ③合計額=①+② 計 <input type="text"/> 円/1年 <small>(最高限度額12万円/1年) (23年度と同額)</small> |

合計 A+B+C=世帯の年間保険料 円

24年度

国民健康保険料の

お知らせ

今年度の賦課標準額は、23年度と同様、「旧ただし書き所得※」を使用します（料率などは左図のとおり）。

※旧ただし書き所得は前年の総収入ー必要経費等ー基礎控除（33万円）

国民健康保険料額通知書は、6月中旬に送付します。4月～25年3月までの1年分の保険料を、6月期～翌年3月期の計10回に分けて納付していただきます。4・5

月は納付時期ではありません。月納税の申告にご協力をお願いします。

各世帯の国民健康保険料は、加入者全員の所得をもとに算定します。確定申告または住民税の申告が済んでいない方は申告が必要です。

申告した内容は①保険料の所得割の算定②経過措置の適用判定③保険料の均等割額の減額判定④高齢受給者証の一部負担金の割合判定に必要な資料となります。

申告がない場合は、所得の少ない世帯に適用される保険料の減額等が受けられません。

住民税の申告は、お早めに課税

課（区役所東棟2階）へお願いします。

◇社会保険に加入された方へ
就職などによりお勤め先から保険証を受け取った方は、国民健康保険の脱退手続きが必要です。新しい保険証と国民健康保険証の両方を持参して、国保年金課（東棟2階）、または区民事務所・分室、駅前事務所へお越しください。

◇納付のご案内
保険料は、杉並区の国民健康保険に加入している方が、病気やケガなどで医療機関等にかかった時

の医療費に充てられる大切な財源です。

国民健康保険制度を安定的に運営するため、保険料は納期限までに必ず納付していただくようお願いいたします。

◇口座振替をご利用ください
納め忘れの心配がない口座振替をご利用ください。ご希望の方はご連絡ください。

◇納付書での納付
銀行などの金融機関（ゆうちょ銀行・郵便局を含む）、コンビニエンスストア、国保年金課（区役所東棟2階）、区民事務所・分室、駅前事務所で納付できます。ただし、30万円を超える納付書はコンビニエンスストアでは使用できませんのでご注意ください。また、「24年3月31日までコンビニエンスストアでご利用になれます」と記載がある納付書は、4月1日以降、コンビニエンスストアではご利用できません。期限が過ぎた納付書をお持ちで、コンビニエンスストアでの納付を希望する方はご連絡ください（金融機関、区役所などでは使用できません）。

納付書で保険料を納めている方は、携帯電話を利用した納付もできます。

詳細は、区ホームページまたは、保険料額通知書に同封したお知らせ（ちらし）をご覧ください。

◇ご相談ください
倒産や失業など、やむを得ない事情で保険料を納めることが困難になった方、保険料を滞納しているお困りの方は、国保年金課国保係へお越しいただくか、電話でお早めにご相談ください。

ご事情により、納付額を分割して納めるなどの対応をします（口座振替で納付する場合も分割して納付することができます）。

国保年金課国保係

国保温泉センター割引利用券・夏季保養施設をご利用ください

国保年金課管理係

◆国保温泉センター割引利用券

国民健康保険加入者を対象に、割引利用券を配布しています。

【施設・料金など】下表のとおり【開設期間】4月1日～25年3月31日

【その他】①国民健康保険証を持参してください。②利用券1枚で3名まで利用できます。詳細は、割引利用券をご覧ください。③障害者割引が適用される場合もあります。詳細は、各施設にお問い合わせください。

◆国民健康保険・後期高齢者医療制度「夏季保養施設」

ご利用やお申し込みの詳細を記載したちらしを配布しています。なお、6月の「広報すぎなみ」に募集記事を掲載する予定です。

●温泉センター割引利用券、夏季保養施設のお知らせ（ちらし）配布場所
国保年金課管理係（区役所東棟2階）、区民事務所・分室、駅前事務所

〈国保温泉センター割引利用券対象施設〉

| 施設名 | 檜原温泉センター「数馬の湯」 | 奥多摩温泉「もえぎの湯」 | 秋川渓谷「瀬音の湯」 | ひので三ツ沢「つるつる温泉」 |
|------|---|---|--|--|
| 定休日 | 月曜日（祝日の場合は翌日） | | 3・6・9・12月の第2水曜日 | 火曜日（祝日の場合は翌日） |
| | 年末年始の休館日は、直接施設にご確認ください。 | | | |
| 利用料金 | 中学生以上400円、小学生200円、就学前のお子さん無料 湯税1名50円 | 2時間まで＝中学生以上400円、小学生200円、就学前のお子さん無料 超過料金（1時間）＝中学生以上200円、小学生・就学前のお子さん無料／12歳以上は別途入湯税1名50円 | 3時間まで＝中学生以上600円、小学生200円、就学前のお子さん無料 超過料金（1時間）＝中学生以上200円、小学生100円、就学前のお子さん無料 | 3時間まで＝中学生以上600円、小学生200円、就学前のお子さん無料 超過料金（1時間）＝中学生以上200円、小学生・就学前のお子さん無料 |

杉並区暴力団排除 条例を施行します

—問い合わせは、危機管理対策課地域安全担当へ。

区、区民および警察等との連携・協力により推進することを理念として掲げた杉並区暴力団排除条例を、4月1日から施行します。

区では、区の事務事業のうち、契約行為、給付金等の交付、各種証明書の交付および区立施設の利用などに関し、暴力団の活動を助長し、または暴力団の運営に資する行為と判断された場合、暴力団の関与を排除するよう必要な措置を行うこととなります。



また、区民の皆さんには、暴力団排除の基本理念に基づき、暴力団排除に関する情報を知った場合には、区や警察等に当該情報を提供するとともに、区が実施する暴力団排除活動に関する施策にご協力いただくようお願いいたします。

施行する条例の概要は、次のとおりです。条例の全文は、区ホームページをご覧ください。

杉並区暴力団排除 条例の概要

〈目的〉

杉並区における暴力団排除活動に関し、基本理念を定め、区及び区民等の責務を明らかにするとともに、暴力団排除活動を推進するための措置等を定めることにより、区民の安全で平穏な生活を確保し、及び事業活動の健全な発展に寄与することを目的とします。

〈基本理念〉

暴力団が区民の生活及び区の区域内の事業活動に不当な影響を与える存在であるとの認識の下、次の四つを基本理念とします。

①暴力団と交際しないこと

- ②暴力団を恐れないこと
- ③暴力団に資金を提供しないこと
- ④暴力団を利用しないこと

〈区民等の責務〉

区民等は、四つの基本理念に基づき、次のような行為に努めていただきます。

- ①暴力団排除活動に資すると認められる情報を知ったときは、区又は警察等に情報を提供すること。
- ②区が実施する暴力団排除活動に関する施策に参画又は協力し、自主的かつ相互に連携して取り組むこと。

〈区の行う暴力団排除措置〉

区は、暴力団の活動を助長し、又は暴力団の運営に資すると認められるときは、次の事務・事業に関し、必

要な排除措置を講じます。

- ①区が締結する売買、貸借、請負その他の契約金などの交付
- ②補助金、給付金又は貸付金などの交付
- ③区立施設の利用
- ④各種証明書の交付

〈区民等に対する支援〉

区は、区民等が暴力団排除活動に自主的かつ相互に連携して取り組むことができるよう、警察等と連携し、区民等に対し、情報の提供、助言その他の必要な支援を行います。

〈協力依頼〉

区は、必要な排除措置を講ずるため必要があると認めるときは、警察等に照会し、又は協力を求めていきます。

区内の空間放射線量等測定結果

区は、下記のとおり区内の空間放射線量等の測定を実施しました。測定結果は、区ホームページでもご覧になれます。なお、今回の測定結果は、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、各担当課へ。放射線量測定に関する全般的なことについては放射能対策担当、放射線量測定の方法については、杉並保健所生活衛生課☎3391-1991へ。

◆区立保育園・小中学校等(定点測定)

☎放射能対策担当

(測定日 3月21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(芝養生シート上) | 0.05 | 0.05 | 0.05 |
| 久我山小学校(久我山5-18-7) | 校庭 | 0.05 | 0.05 | 0.05 |
| 松ノ木中学校(松ノ木1-4-1) | 校庭 | 0.06 | 0.05 | 0.05 |
| 高円寺東保育園(高円寺南1-28-4) | 園庭 | 0.06 | 0.06 | 0.06 |
| 妙正寺公園(清水3-21-21) | 砂場 | 0.04 | 0.04 | 0.05 |
| 塚山公園(下高井戸5-23-12) | 砂場 | 0.05 | 0.06 | 0.06 |
| 荻窪南保育園(荻窪1-1-6) | 砂場 | 0.07 | 0.07 | 0.07 |
| 松ノ木保育園(松ノ木2-33-6) | 砂場 | 0.09 | 0.08 | 0.08 |

*測定機器は、シンチレーションサーベイメーター TCS-172Bです。

◆区内3カ所(定点測定)

☎放射能対策担当

単位：マイクロ・シーベルト/h

| 施設名 | 測定日(3月) | 測定場所 | 測定高さ |
|-------------------|---------|-----------|------|
| | | | 1m |
| 杉並区役所(阿佐谷南1-15-1) | 21日 | 区役所青梅街道側 | 0.08 |
| | 27日 | | 0.08 |
| 杉並保健所(荻窪5-20-1) | 21日 | 保健所前駐車場西側 | 0.06 |
| | 27日 | | 0.07 |
| 衛生試験所(高井戸東3-20-3) | 21日 | 試験所玄関前駐車場 | 0.08 |
| | 27日 | | 0.08 |

*測定機器は、シンチレーションサーベイメーター TCS-172Bです。

◆区立小中学校・保育園等の給食食材

☎学務課、保育課

3月19日現在、区立小中養護学校、保育園の給食食材、計342検体を測定した結果、健康に影響を与えるものはありませんでした。測定結果は、区ホームページをご覧ください。

住宅用太陽エネルギー利用機器・省エネルギー機器導入助成

区では、住宅用太陽エネルギー利用機器・省エネルギー機器を導入する際に助成を行っています。これから導入をお考えの方は、ぜひご利用ください。

—問い合わせは、地域エネルギー対策担当へ。

必ず設置工事前に申請してください。

▷内容=下表①②のとおり

▷対象=区内在住で、区内に所有する建物に、対象機器を自ら購入し設置する方。既に設置済みの方は除きます。また過去に、同じ種類の機器助成を受けた方は同一種類の申請はできません。今年度から太陽光発電システムについて、(1)区内賃貸住宅を所有している区民の方(2)区内の共同住宅管理組合(3)区内中小事業者も対象としています

▷申請=4月5日(木)から受付開始(郵送不可。先着順)

▷その他=申請書類は、地域エネルギー対策担当(区役所西棟7階)で配布しています。また、区ホームページからも取り出せます。国や都の同機器設置補助との併給は可能です

〈住宅用太陽エネルギー利用機器・省エネルギー機器導入助成〉

①太陽エネルギー利用機器

| 機器 | 補助額(千円未満は切り捨て) | 上限額 |
|-----------|--------------------------------|------|
| 太陽光発電システム | 4万円×太陽電池モジュール公称最大出力数(kW) | 12万円 |
| ソーラーシステム | 2万円×太陽熱集熱器の面積(m ²) | 6万円 |
| 太陽熱温水器 | 1万円×太陽熱集熱器の面積(m ²) | 2万円 |

②省エネルギー機器

| 機器 | 補助額(定額) |
|-------------------------------------|---------|
| CO ₂ 冷媒ヒートポンプ給湯器(エコキュート) | 5万円 |
| 燃料電池(エネファーム) | 6万円 |

区民相談 ☎3312-2111 (区代表)



| | 相談名 | 内容 | 日時 | 場所 |
|-------------------------|--|---|--|---|
| くらし・法律・行政など | 一般区民相談 | | 月～金曜日午前8時30分～午後5時 / 第1・3土曜日午前9時～午後5時 | 区政相談課 |
| | くらしの相談 | 日常生活の悩みや区政のことなど | 月・火・木・金曜日午前9時～正午、午後1時～4時 | |
| | 外国人相談 | | 英語＝火曜日午前9時～正午 / 木曜日午後1時～4時 中国語＝火曜日午後1時～4時 / 木曜日午前9時～正午 | |
| | 外国人サポートデスク | 外国人相談ボランティアによる通訳・相談 | 英語＝月曜日午後1時～4時、金曜日午前9時～正午 中国語＝月曜日午前9時～正午、第1・3・5金曜日午後1時～4時 韓国語＝第2・4金曜日午後1時～4時 | 区政相談課 ■杉並区交流協会(みなみ阿佐ヶ谷ビル5階) ☎5378-8833 FAX5378-8844 |
| | 交通事故・防犯相談 | 示談の進め方など、防犯に関すること | 月～金曜日、第1土曜日午前9時～正午、午後1時～4時 | 区政相談課 |
| | 人権相談 | 人権が侵されたとき | 第3金曜日午後1時～4時(受け付けは3時まで) | |
| | 行政相談 | 国など行政機関への苦情や要望 | 第2金曜日午後1時～4時(受け付けは3時まで) | |
| | 犯罪被害者相談 | 犯罪被害を受けた方の生活上の問題や悩みなど | 月～金曜日午前8時30分～午後5時 | 犯罪被害者総合支援窓口 相談専用電話☎5307-0620 FAX5307-0681 |
| | 生活相談 | 病気や失業などで経済的に困りのことなど | 月～金曜日午前8時30分～午後5時 | 杉並福祉事務所(荻窪☎3398-9104 / 高円寺☎5306-2611 / 高井戸☎3332-7221) |
| | 住宅手当相談 | 退職によって住居を喪失またはそのおそれのある方の相談 | 月～金曜日午前8時30分～午後5時 | |
| 法律相談(電話予約制) | 土地・建物・相続・その他法律上のこと | 月～金曜日午後1時～4時(先着12名) / 第3土曜日午後1時～4時(先着6名) | 区政相談課専門相談予約専用電話☎5307-0617 | |
| 税務相談(電話予約制) | 贈与税・相続税などの助言・指導 | 木曜日午後1時～4時(先着6名) | ●予約受付開始日＝相談希望日の1週間前の同一曜日から当日まで、法律相談の第3土曜日は、同一週の月～金曜日まで(予約受付日が休日の場合は翌開庁日から) ●予約受付時間＝午前8時30分～午後5時(ただし、相談当日は午後3時まで、第3土曜日の当日受付はありません) | |
| 司法書士相談(電話予約制) | 不動産登記や商業登記の手続き、裁判所へ提出する書類の作成・手続きなどの助言・指導 | 第2・4水曜日午後1時～4時(先着6名) | | |
| 家事相談(電話予約制) | 夫婦・親子の家庭内の悩みなど | 火曜日午後1時～4時(先着4名) | | |
| 家庭 | 家庭相談 | 離婚・男女関係・家庭内の悩みなど | 月・水・金曜日午後1時～5時 | 杉並福祉事務所(荻窪☎3398-9104 / 高円寺☎5306-2611 / 高井戸☎3332-7221) |
| | ひとり親家庭相談 | ひとり親家庭への支援など ひとり親家庭への支援・就労支援など | 月～金曜日午前8時30分～午後5時 月～土曜日午前9時～午後7時 | |
| 住宅・建物 | 住まいの修繕・増改築相談 | 住まいの修繕・増改築などに関する相談 | 月・金曜日午後1時～4時(年末年始等は変更あり) | 区役所1階ロビー■住宅課 |
| | 耐震相談会 | 建物の耐震診断や耐震改修に関する相談 | 毎月1回午後1時～4時 ※「広報すぎなみ」毎月1日号に掲載 | 区役所1階ロビー■建築課 |
| 高齢者 | 介護保険苦情・相談 | 介護保険による介護サービスへの苦情・意見・相談 | 月～金曜日午前8時30分～午後5時 | 介護保険課 |
| | 健康相談(予約制) | 高齢者の疾病予防と健康に関する相談 | 4月26日まで火～金曜日午前10時～午後3時 / 5月7日から月～金曜日午前10時～午後5時(第3月を除く) | 高齢者活動支援センター☎3331-9211 |
| | 高齢者の総合相談窓口 | 介護に関する相談、介護保険の申請受付、介護予防や生活支援の相談・申請受付 | 月～金曜日＝午前9時～午後7時 / 土曜日＝午前9時～午後1時 | 地域包括支援センター(ケア24)20カ所 ※「すぎなみくらしの便利帳」参照 |
| | 在宅支援・高齢者福祉の相談 | 在宅支援や高齢者の福祉に関する相談 | 月～金曜日午前8時30分～午後5時 | 高齢者在宅支援課 |
| | 介護者の心の相談(予約制) | 臨床心理士による介護者の悩みや心の葛藤についての相談 | 毎月2回金曜日午後 | |
| 在宅医療相談調整窓口 | 高齢者等の在宅医療に関する相談 | 月～金曜日午前8時30分～午後5時 | | |
| 障害者 | 生活相談 | 地域生活、自立に向けての相談 | 火～日曜日午前9時30分～午後6時 | 障害者地域自立生活支援センターやなぎくぼ☎3331-2510 FAX3335-3581 |
| | | | 午前9時30分～午後7時30分(第1土曜日・第3日曜日を除く) | 杉並障害者自立生活支援センターすだち☎5310-3362 FAX5310-3561 |
| | | | 月～金曜日午前10時～午後6時 | すぎなみ障害者生活支援コーディネートセンター☎3315-2110 FAX3315-2119 / いたる相談室☎3868-2113 FAX3868-2114 / 相談支援事業所なでしこ☎5345-6741 FAX3388-5279 / 相談支援事業所リリーフ☎5335-1233 FAX5335-1228 |
| | | | 月～金曜日午前8時30分～午後5時 | 杉並福祉事務所(荻窪☎3398-9104 FAX3398-9598 / 高円寺☎5306-2611 FAX5306-2620 / 高井戸☎3332-7221 FAX3335-5641) |
| 高次脳機能障害の相談 | 高次脳機能障害に関する相談 | 月～金曜日午前9時～午後5時 | 地域生活支援センター「オブリガード」(杉並保健所内)☎3391-1976 | |
| 経済 | 商工相談(電話予約制) | 資金繰り・創業その他経営についての相談 | 月～金曜日午前9時45分～午後3時30分 | 産業振興センター中小企業支援係 |
| 就労 | 就労相談(予約優先) | 職業選択、就職・再就職活動の進め方など(具体的な就職あっせんは行わない) | 火曜日午前10時から1人約50分、1日6回(正午～午後1時を除く) | |
| 消費者 | 消費者相談 | 商品やサービスの契約トラブルなど消費生活に関する相談・苦情 | 月～金曜日午前9時～午後4時 | 消費者センター 相談専用電話☎3398-3121 |
| 教育・保育・児童 | 学校教育に関する相談 | 子どものいじめなど学校教育に関する相談 | 月～金曜日午前9時～午後5時 | 済美教育センター教育SAT☎3311-0023 |
| | 来所教育相談(電話予約制) | 園・小中学校生活(不登校・情緒・行動・学業など)、発達・進路、育て方に関する悩み | 月・水・金曜日午前9時～午後5時 / 火・木曜日午前9時～午後7時 / 第2・4土曜日午前9時～午後5時 | 特別支援教育課(済美教育センター内)☎3311-1921 |
| | 障害児等の就学相談 | 障害児等の入学・転学、その他就学に関する相談 | 月～金曜日午前9時～午後5時 | 特別支援教育課(済美教育センター内)☎3317-1190 |
| | 電話教育相談 | 子どものいじめ、不登校、教育上の悩みに関する相談 | 月～金曜日午前9時～午後5時 | |
| | 子育て相談 | 乳幼児の生活習慣・しつけなど | 月～金曜日午前9時～午後5時 | 区立保育園(40園)■保育課 |
| | | | 月～土曜日午前9時～午後5時 | 子育てサポートセンター(3カ所)■保育課 |
| | 就園前の子育ての悩みなど | 月～金曜日午後1時～4時 | 区立子供園(下高井戸☎3303-9485 / 堀ノ内☎3313-3437 / 高円寺北☎3330-0340 / 成田西☎3311-3876)▷区立幼稚園(高井戸西☎3332-9020 / 西荻北☎3399-0848) | |
| 子どもの相談 | 心身の発達の遅れやその心配など | 月～金曜日午前9時～午後5時 | こども発達センター☎5317-5661 | |
| ゆうライン(子どもと家庭に関するなんでも相談) | 子ども自身の悩みと、子育ての悩みなど子どもと家庭に関する相談 | 月～土曜日午前9時～午後7時 | 子ども家庭支援センター 相談専用電話☎5929-1901 | |
| | 医師による児童精神相談(予約制) | 第2・4火曜日午後2時15分～4時30分 | | |
| | 家族心理士による家族心理相談(予約制) | 第2・4木曜日午前9時30分～正午 / 第3木曜日午後2時～4時30分 | | |
| みどり | みどりの相談 | 木や草花の育て方、花の咲かせ方など | 土・日曜日午前9時～正午、午後1時～4時30分 | みどりの相談所(塚山公園内)☎3302-9387 |
| 女性 | 一般相談 | 女性のさまざまな悩み事(夫婦や親子の家庭の問題、人間関係、生き方、心身の不安など) | 火～日曜日午前10時～午後4時(月曜日が祝日の場合は相談を実施し、翌日が休み) | 男女平等推進センター(ゆう杉並)相談室☎3393-4713 |
| | 法律相談(予約制) | 女性がかかわる法的な問題(離婚・養育・財産分与・相続・労働など) | 木曜日午後1時30分～4時30分(月1回夜間あり) | |
| | 女性相談 | 配偶者等からの暴力の相談など | 月～金曜日午前8時30分～午後5時 | 杉並福祉事務所(荻窪☎3398-9104 / 高円寺☎5306-2611 / 高井戸☎3332-7221) |
| 保健福祉 | 保健福祉サービス苦情調整委員制度(予約制) | 保健福祉サービス苦情調整委員への相談(施設や在宅などで提供される保健福祉サービスに関すること) | 週1回(水、木または金曜日)午後1時30分～4時(受け付けは3時まで) | 保健福祉部管理課保健福祉支援担当 |
| | 医療安全相談窓口 | 医療機関に関する悩み事など | 月～金曜日午前9時～午後5時 | 杉並保健所地域保健課専用電話☎3391-0874 |
| | 健康相談 | 健康に関する相談(子育て・乳幼児歯科・もの忘れ・こころ〈自殺予防を含む〉・食生活など) | 月～金曜日午前8時30分～午後5時 ※各種健康相談の日程は、「広報すぎなみ」毎月21日号に掲載 | 各保健センター(荻窪☎3391-0015 / 高井戸☎3334-4304 / 高円寺☎3311-0116 / 上井草☎3394-1212 / 和泉☎3313-9331) |

(注) 1. 区政相談課(区役所東棟1階)には、水曜日の午前9時～午後5時、福祉事務所には、水曜日(高井戸＝第1・3)・木曜日(荻窪＝第1・3、高円寺＝第2・4)の午後1時～4時に手話通訳者がいます。2. いずれの相談も、祝日(振替休日を含む)・年末年始(12月29日～1月3日)・各施設の休館日はお休みです。3. 区政相談課のファクス番号はFAX3312-3531です。

区からののお知らせ

子育て・教育

就学援助のお知らせ

就学援助制度は、区内在住で公立の小中学校に通学している児童・生徒の保護者に対し、学用品や給食など学校に必要な費用の一部を区が援助する制度です。

- 対象 杉並区に住居登録がある児童・生徒と同居の保護者で、次のいずれかに該当する方。
 - ①現在、福祉事務所の生活保護を受けている
 - ②23年4月1日以降に、生活保護が停止・廃止になった
 - ③23年中の世帯員全員の総所得金額の合計が、教育委員会が定める認定基準額以下の世帯

●申し込み 区立小中学校に通学している児童・生徒の保護者は、申請書(区立小中学校または学務課就学奨励担当(区役所東棟6階)で配布)を、在学学校または同担当へ提出。区外の学校に通学している児童・生徒の保護者は、お問い合わせください。

●学務課就学奨励担当

ありがとうございました

1~2月のご寄付(敬称略・順不同)

【みどりの基金】「落ち葉感謝祭2011活動報告展」来場者有志=2638円 【NPO支援基金】(株)イトーヨーカ堂食品館阿佐谷店=6864円

年金

24年度の国民年金保険料

24年度の国民年金保険料は、月額1万4980円です。4月上旬に日本年金機構から送付される納付書により、金融機関、郵便局、コンビニエンスストアで納付してください。

保険料は納付書のほか、納め忘れの心配がない口座振替やクレジットカードでの納付もできます(事前の申し込みが必要です)。

国民年金保険料のお問い合わせ、口座振替などの申し込みは、杉並年金事務所まで受け付けています。

●杉並年金事務所 ☎3312-1511

住まい・まち

共同住宅に関する法律が一部改正されました

「マンションの建替えの円滑化法」に基づくマンション建替え組合設立認可等に関する申請の受付・決定等の事務および、「特定優良賃貸住宅の供給の促進に関する法律」に基づく供給計画の認定・変更、認定事業者の地位の承継の承認等の事務は、24年4月から区が実施することになりました。

●住宅課

住宅の耐震無料相談会

●時・内建物の耐震診断や耐震改修の無料相談会 4月11日(水)午後1時~4時(毎月1回。次回は5月9日(水)に開催予定) 建築総合無料相談会 毎週火曜 日午後1時~4時(祝日を除く) 場 区役所1階ロビー(申当日、直

募集します

身の回りの自然 アンケート調査員

区は、区内の自然環境を把握するために、昭和60年から5回にわたり動物・植物生息状況調査を専門の研究会へ委託し実施してきました。このたび第6回目の調査を行います。「身の回りの自然アンケート」にご協力をいただきながら、珍しい草花や昆虫、クモ、知らなかった鳥たちと出会うチャンスです。アンケート調査員に応募してみませんか。

●登録した調査員の方に「すぎなみの街と自然」を年4回郵送します。同封の回答用紙に確認できた動植物の種類、場所、日時などを回答用紙に記入し、返送していただきます(区内在住・在勤・在学中で小学生以上の方) 300名(申込順) 費無料 記入例参照)で、4月16日(必着)までに環境課活動推進係 ☎3312-2316へ同封係

採用情報

●学校司書

●内 学校図書館の運営業務、授業支援など 勤務期間 6月1日(予定)~25年3月31日 勤務日時 週5日勤務。午前8時~午後5時までのうち6時間勤務 勤務場所 区立小学校(区立中学校の場合もあり) 資格 司書(司書補)の資格を有する方など 募集人数 22名程度 時給 1330円 その他 区役所東棟1階(内)土地・建物・

健康

子宮頸がん予防ワクチン接種の助成期限を延長します

子宮頸がん予防ワクチン接種の助成期限を延長します。対象者や延長期限などは下表をご覧ください。

また、新中学1年生には、予防票を5月下旬に発送します。現在2種類のワクチンがありますが、必ず3回とも同じワクチンを接種してください。

●杉並保健所健康推進課 ☎39111015

その他

●行政相談

国の仕事などについての苦情や要望を、行政相談委員がお受けします。

●時 4月13日(金)午後1時~4時 場 区政相談課(区役所東棟1階) 内 年金・保険・福祉・道路・郵便・旅客運輸関係などの苦情・相談(費無料)申当日、直接会場へ 区政相談課

●4月の土曜法律相談

毎月第3土曜日に弁護士による法律相談を実施しています。 4月21日(土)午後1時~4時(事前予約制) 場 区政相談課(区役所東棟1階) (内)土地・建物・

〈子宮頸がん予防ワクチン接種助成対象者〉

| 新学年 | 生年月日 | 延長期限等 |
|-------|--|--|
| 中学1年生 | 平成11年4月2日~12年4月1日生まれ | 5月下旬に予防票を発送します |
| 中学2年生 | 10年4月2日~11年4月1日生まれ | 25年3月31日まで延長(既に送付してある予防票をそのまま使用してください。差し替えの必要はありません) |
| 中学3年生 | 9年4月2日~10年4月1日生まれ | |
| 高校1年生 | 8年4月2日~9年4月1日生まれ | |
| 高校2年生 | 7年4月2日~8年4月1日生まれ(24年3月31日までに1回以上接種を受けた女子に限る) | |

4月の不妊専門相談

専門の相談員が、不妊に関する治療や検査、心の悩みなどの相談をお受けします。 4月25日(水)午後1時30分~4時(予約制) 杉並保健所(荻窪5-20-1) 区内在住の方 4名(申込順) 費無料(申込電話で、各保健センターへ

妊娠をのぞむ方のための基礎講座

4月17日(水)午後1時30分~3時30分 杉並保健所(荻窪5-20-1) 内・外「妊娠力アップのための基礎講座」(虹クリニック・佐々木幸子)、「ヨガで妊娠力をアップ!」(ヨガインストラクター・出口真知子) 区内在住・在勤で妊娠を希望している女性(カップルでの参加も可) 15名(申込順) 費無料(申込電話で、杉並保健所健康推進課または各保健センターへ

妊娠や不妊に関する相談を各保健センターで行っています。一人で悩まず電話などで、お気軽にご相談ください。 各保健センターまたは 杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015

「東日本大震災義援金」の受付期間を延長しています

◆東日本大震災義援金

内 受付期間=9月30日(日)まで▷入金方法=郵便振替で「00140-8-507 日本赤十字社 東日本大震災義援金」(通信欄に「東日本大震災義援金」と明記)へ振り込んでください(他期間中の手数料は無料です。振替用紙の半券(受領証)が受領証です

◆区役所にも義援金箱を設置しています

場 設置場所=保健福祉部管理課地域福祉係(区役所東棟3階。土・日曜日、祝日を除く)または区民課区民係(東棟1階。日曜日、祝日を除く) 内 受付期間=9月28日(金)まで

保健福祉部管理課地域福祉係

撤去した放置自転車の保管・返還場所がかわります

●福祉係

宮前五丁目自転車集積所(宮前5-5-31)を4月30日(休)に廃止することに伴い、4月2日(月)から京王電鉄井の頭線高井戸・久我山・富士見ヶ丘の各駅周辺の放置禁止区域から撤去した放置自転車の保管・返還場所が、高井戸自転車集積所(高井戸西1-9-24)になります。 3月31日(土)までに高井戸・久我山・富士見ヶ丘の各駅周辺の

訂正とおわび

3月21日付広報6面「ひととき保育上萩」の開所時間は、ひととき保育・つどいの広場ともに「第1水曜日は正午まで」の誤りでした。

ご利用
ください

防災行政無線電話応答サービス 杉並区防災アプリケーション

区では、杉並区の防災行政無線で放送された内容を電話で確認できるサービスと災害時に活用できるスマートフォン用のアプリケーションの提供を開始しました。ぜひご利用ください。

防災行政無線電話応答サービス

◇利用方法

- 「03」から始まる一般電話・IP電話からは ☎0120-170-100 (通話料無料)
- 市外からの電話、携帯電話、PHSからは ☎03-5378-8221 (通話料がかかります)

◇ご注意

- 放送終了後から利用できません
- 放送内容は、12時間経過すると再生させません。放送があった場合、放送開始時間のメッセージ後に放送内容が流れます。新しい放送内容から順に再生されます
- 12時間放送が無かった場合、保存されている放送がない旨のメッセージが流れます
- 夕方の「夕焼け小焼け」のチャイムは、聞くことができません



杉並区防災アプリケーション

携帯端末(スマートフォン)に対応したアプリケーション「杉並区防災マップ」を作成しました。防災マップや防災ガイドなどの文字情報がダウンロードでき、いざという時もオフラインでの使用が可能になっています。

災害時に必要な「震災救援所」「医療救護所」「後方医療機関」の地図情報を呼び出し、目的地を探すことができます。

また、文字情報では、「災害に備えた情報」「地震に備えた情報」「水害に備えた情報」を得ることができます。

アプリケーションソフトは、App StoreやGoogle Play Stationから無料でダウンロードすることができます。



阿佐谷南地区浸水対策事業が 完成しました

J R阿佐ヶ谷駅南口広場の一部を工事基地として東京都下水道局が平成20年から実施していた浸水対策事業は、23年12月に完了しました。

大雨時に、約2400㎡(小学校のプール約8杯分)の雨水を中杉通りの地下に整備した下水道管へ一時的に貯めることで、浸水被害の軽減を図ります。

事業完了の催しを行いますので、ぜひご参加ください。



▲下水道局キャラクター「アース君」

時 4月11日(水)午前10時30分～午後3時 場 J R阿佐ヶ谷駅南口広場 内容 東京消防庁音楽隊演奏、下水道模型実演ほか 費 無料(申込当日、直接会場へ) 問 東京都下水道局第二基幹施設再構築事務所工事第二課 ☎3366-6948

杉並区 友好提携 日本フィル 日本フィル 杉並公会堂シリーズ 第2回

詩情とロマン 夏の夜のクラシック・ファンタジー

時 7月18日(水)午後7時 場 杉並公会堂(上荻1-23-15) 内容 出演=藤岡幸夫(指揮)、横山幸雄(ピアノ)▷ 曲目=ショパン「ピアノ協奏曲第1番」、ストラヴィンスキー「バレエ組曲『火の鳥』(1919年版)」ほか 費 S席5000円、A席4000円、B席3000円(申込)・問 杉並公会堂 ☎5347-4450



©Megu. 藤岡幸夫



©Eiji.Kikuchi 横山幸雄

SPORTS スポーツのある暮らし 健康の第一歩

競技大会

●杉並区新人戦(卓球)

時 5月13日(日)午前9時～午後9時(区後援) 場 荻窪体育館(荻窪3-47-2) 内容 種目=シングルス、ダブルス(区内在住・在勤・在学の方で一般(全国大会出場経験のない方、区市町村大会で優勝経験のない方)◎ 初級(初級で優勝経験のない方)◎ 300名(申込順) 費 シングルス800円(高校生以下400円)、ダブルス1600円(申込)参加費を、4月28日(必着)までにクニヒロ卓球(〒167-0043上荻1-18-13地下1階)へ現金書留で郵送または持参。もしくは杉並区卓球連盟役員へ 問 横尾 ☎3315-4862(午前10時～午後5時)

スポーツ教室

●春季初心者ソフトテニス教室

時 5月12日～6月30日の毎週土曜日、午後3時～5時(計8回。区共催) 場 妙正寺体育館(清水3-20-12) 内容 区内在住・在勤・在学で小学4年生以上の方◎ 30名(抽選) 費 3000円(申込)往復ハガキ(11面記入例参照)に性別、経験年数も書いて、4月25日(必着)までに小島晃(〒166-0016成田西3-6-4)へ 問 小島 ☎3312-0385(午後7時～9時)

●初心者硬式テニス教室 ◎教室番号「1240」

時 5月12日～6月30日の毎週土曜日、午前9時～11時(計8回。予備日=7月14日・21日) 場 松ノ木運動場 内容 区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心者◎ 44名(抽選) 費 6500円(申込)往復ハガキ(11面記入例参照)で、4月11日(必着)までに松ノ木運動場(〒166-0014松ノ木1-3-22)へ 問 同運動場 ☎3311-7410



◎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4月1日午前8時30分からハガキ締切日まで。

●杉十小温水プール幼児・小学生向け教室

①幼児水なれ水泳教室シリーズⅠ・Ⅱ
水なれから、段階的に楽しく水泳の基礎練習を行います。

時 Ⅰ期=5月8日～6月26日の毎週火曜日、午後4時～5時(5月29日、6月5日を除く。計6回)▷Ⅱ期=9月11日～10月30日の毎週火曜日、午後4時～5時(10月2日を除く。計7回) 内容 区内在住で就学前の5、6歳のお子さんとⅠ・Ⅱ期とも受講できる方◎ 21名(抽選)

②小学生めざせ25水泳教室シリーズⅠ・Ⅱ
水泳の基礎を習得し泳力25mをめざします。

時 Ⅰ期=5月8日～6月26日の毎週火曜日、午後5時～6時(5月29日、6月5日を除く。計6回)▷Ⅱ期=9月11日～10月30日の毎週火曜日、午後5時～6時(10月2日を除く。計7回) 内容 区内在住・在学の小学1～3年生でⅠ・Ⅱ期とも受講できる方◎ 24名(抽選)

—— 〈いずれも〉 ——

場 杉十小温水プール 費 Ⅰ期5000円、Ⅱ期5500円(申込)往復ハガキ(11面記入例参照)に①②の教室名も書いて、4月14日(必着)までに杉十小温水プール(〒166-0012和田3-55-49)へ 問 同プール ☎3318-8763 他 保護者の送迎が必要です。駐車場はありません

●杉十小温水プールの教室

◇大人のための水泳教室～泳力アップ初心・初級コース

時 4月8日(日)・15日(日)・22日(日)午前10時～11時 内容 クロール・平泳ぎ(区内在住・在勤・在学で16歳以上の方)◎ 各10名(申込順) 費 無料(入場料別) 申込 各日ごとに開催日1週間前の日曜日から電話で、同プールへ 他 定員に余裕がある場合は当日参加もできます

◇ウォーキングタイム

水中での正しい歩き方を学び、腰痛・膝痛を予防、ダイエットを目指します。

時 4月9日(月)・16日(月)・23日(月)午前10時～11時 内容 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方◎ 各日30名(先着順) 費 無料(入場料別) 申込 当日、直接会場へ

◇アクアビクスタイム

水の特性を生かした有酸素運動です。泳げなくても大丈夫です。

時 4月9日(月)・16日(月)・23日(月)午前11時～正午 内容 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方◎ 各日30名(先着順) 費 無料(入場料別) 申込 当日、直接会場へ

◇シェイプアップアクア

音楽に合わせて水中で、楽しく有酸素運動をしましょう。

時 4月12日(木)・26日(木)午前10時～11時 内容 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方◎ 各日30名(先着順) 費 500円(申込)当日、直接会場へ

◇個人向けワンポイントレッスン

時 4月8日～29日の毎週日曜日、午前11時～正午 内容 小学生以上の方(小学3年生までは水着着用の保護者の付き添いが必要)◎ 各日10名(先着順) 費 無料(入場料別) 申込 当日、直接会場へ

—— 〈いずれも〉 ——

場・問 杉十小温水プール(和田3-55-49) ☎3318-8763 他 駐車場はありません

●下高井戸運動場の教室

◇サッカーゴールキーパースクールⅠ

ゴールキーパー専門講習会で正しい技術を身につけよう。

時 4月10日(火)・24日(火)、5月8日(火)・22日(火) 内容 いずれも午後7時～9時 内容 中学生以上の方◎ 各回20名(先着順) 費 各回400円(申込)当日、直接会場へ 他 中学生は保護者・所属チームに同意が必要です

◇個人フットサルナイトⅠ

当日集まった人々をチーム分けし、ゲームを楽しみます。



時 4月10日・24日、5月8日・22日、6月12日・26日、7月10日/いずれも火曜日の午後7時～9時 内容 区内在住の方◎ 各回60名(先着順) 費 各回500円(申込)当日、直接会場へ

◇女性のためのサッカー教室Ⅰ ◎教室番号「1218」

初めての方も安心して参加できます!
時 5月10日～6月14日の毎週木曜日、午前11時～午後1時(計6回) 内容 区内在住・在勤・在学で16歳以上の女性◎ 35名(抽選) 費 3000円(申込)往復ハガキ(11面記入例参照)で、4月21日(必着)までに同運動場へ 他 2歳～就学前の託児あり(事前申込制。有料)

—— 〈いずれも〉 ——

場・問 下高井戸運動場(〒168-0073下高井戸3-26-1) ☎5374-6191

●荻窪体育館の教室

◇ヨガ

時 5月8日～7月24日の毎週火曜日①午前10時～11時②午前11時～正午(各計12回) 内容 畑ヒロミ(区内在住・在勤・在学で16歳以上の方)◎ 各20名(抽選) 費 各6000円(申込)往復ハガキ(11面記入例参照)に①②の希望も書いて、4月11日(必着)までに同体育館へ

◇現役プロスポーツ選手が教えるボディセルフケア!

内臓機能を高め燃焼系の体づくりを目指します。骨格のゆがみを改善し自分自身で体調を整える方法を習得しましょう!

時 5月10日～7月26日の毎週木曜日、午後7時～8時30分(計12回) 内容 鈴木義道(区内在住・在勤・在学で16歳以上の方)◎ 各30名(抽選) 費 9000円(申込)往復ハガキ(11面記入例参照)で、4月16日(必着)までに同体育館へ

—— 〈いずれも〉 ——

場・問 荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2) ☎3220-3381 他 2歳～就学前の託児あり(事前申込制。有料)



池田 克彦さん



前編は2月21日号に掲載しています。3月11日開催の「3・11を忘れない～南相馬市復興支援事業」での講演の一部を掲載しました。

さまざまな分野で活躍された後も、自分の個性を発揮していきいきと活動されている杉並区にお住まいの方を紹介していきます。

昭和28年兵庫県生まれ。和田在住。前警視總監。阪神・淡路大震災を大阪府警察警備部長として、また、東日本大震災を警視總監として指揮に当たりました。

最近、危機管理という言葉をよく耳にしますが、危険が発生した時にどう対処するかという危機管理も重要ですが、どのように危険を回避するかという「リスク管理」もそれに劣らず重要だと思っています。

東京では、江戸時代から災害に対するいろいろなリスク管理が、特に「防火」の面で行われてきましたが、それでも関東大震災では最大の被害は火災によるものでしたし、「明日起こるかもしれない」東京湾北部地震でも、死者1万1千人の被害想定のうち、6千人以上が火災によるものと試算され、火事の脅威は決して過去のことでありません。杉並区にも木造密集地域がありますので、火災の危険が大きいことを忘れないでいただきたいと思えます。

それでは、地震が起こったときにどうすればよいか。まず自らを守ることです。特に、頭を守るのが第一です。次に脱出口を確保する。そして火を消す。停電となっても、その後通電した時の火災を防ぐため、電化製品のスイッチをオフにしていた方がいいと思います。こうしたことを基本として、普段からどうすればよいかを考えておくことが大切です。そして同時に、社会全体の

ことを考えるよう、お願いします。1年前の震災当日、交通渋滞の最中、もし火事が発生したら、大変な事態になったでしょう。消防車などの緊急車両は動けず、さらに自動車のガソリンに火がつくと次々と誘爆し、火災旋風が起り、延焼が無くとも、非常に高温による自然発火をしていきます。地震のときには自動車を使わないという原則を守ってください。避難する時の対応については、自分が火事を上げる原因になり、社会全体がマヒすると結局、自分自身が被害を被ることになります。最後に、少し辛抱すれば必ず助けが来ますので、決してパニックにならないでいただきたい。震災後の人々の気持ちには本当につらいものがあると思えますが、こういう時だからこそお互いの絆が大切で、お互いに助け合う気持ちがあれば必ず立ち直れます。平成の二つの地震は、戦後の個人主義を見直す大きな契機となったと思います。世界を感動させた日本の「互助の精神」を今後引き継ぐことが、地震で犠牲になられた方に報いる、唯一の道ではないかと、私は思います。

(了)

情報ぽけっと

区の後援・その他の催し・講座など
— 申し込みは、各団体へ —

催し

★スプリング チャリティー コンサート
4月14日(出)午後1時30分 西荻草地区民センター 入場料 500円(小学生以下300円) 出演 西荻草地区民センター吹奏楽団、ソフィア・シニア・ギター アンサンブルによる日本の歌、ラテン音楽 申込先 西荻草地区民センター 電話 3396-8871

★杉並公会堂の催し 7月5日(木)午後7時 杉並公会堂 出演 ファジル・サイ(ピアノ) 作曲 モーツァルト「ピアノソナタ第11番『トルコ行進曲付き』」ほか 入場料 4500円(小学生以下2500円) 申込先 杉並公会堂 電話 5347-4450

★ニュージーランドの留学生と日本料理を作ろう 4月12日(木)午前10時～午後3時 荻窪地区民センター 申込先 荻窪地区民センター 電話 5378-8833

★杉並野草展 4月20日(金)～22日(日)午前10時～午後4時(22日は午後3時まで) 大田黒公園 申込先 杉並野草の会 電話 3399-5634

★杉並区 街並みの写真展示会 5月9日(水)～18日(金)午前8時30分～午後5時(13日(日)を除く。9日は午後1時から。18日は正午まで) 区役所2階 申込先 杉並区 電話 090-5136-8954

★阿佐谷スウィングウオーク 4月8日(日)午後1時～5時 阿佐谷パルクセンター 申込先 阿佐谷パルクセンター 電話 3312-6181

★ハーモニカの巨匠・佐藤秀郎と宮田東峰をたどる 5月5日(日)午後2時～4時50分(1時30分開場) 申込先 セシオン杉並 電話 5388-1379

＝間中働ほか▷曲目＝「荒城の月」ほか 入場料 568円(小学生以下300円) 申込先 西荻草地区民センター 電話 3331-7320

講演・講座

★東京女子大学杉並区内大学公開講座「ともに生きる」ための経済思想～ベル・エポックのフランス社会から学べること 5月11日(金)・18日(金)・6月1日(金)・8日(金)・15日(金)・22日(金)午後2時55分～4時25分(計6回) 申込先 東京女子大学 電話 5382-6470

★高千穂大学の講座 ①区民のための授業公開～総合科目A「日本の経済と金融」 5月8日～7月17日の毎週火曜日、午前10時40分～午後0時10分(計11回) 申込先 高千穂大学 電話 3313-0146

②高千穂大学授業公開～経営学特別講義の授業公開「食にかかわる様々な企業の活動」 4月26日～7月5日の毎週木曜日、午前10時40分～午後0時10分(5月3日を除く。計10回) 申込先 高千穂大学 電話 3313-0146

★緑のボランティア指導者等育成講座(基礎講習) 自然観察・体験活動や緑地保全活動の指導者およびサポート・レンジャーを目指す方のための講習です。 6月23日(土)～9月1日(日)のうち8日 申込先 緑のボランティア活動の経験が1年以上ある方 電話 1万4400円(申込書) 申込先 東京都環境局ホームページから取り出せます。5月11日(当日消印・受信有効)までに郵送、ファクスまたはEメールで送信 電話 163-8001

★杉並青色申告会 ①個別記帳指導会 4月9日(月)～13日(金)午前9時～午後5時(1人1時間程度) 申込先 杉並青色申告会 電話 567-537

②会計ソフト「やよいの青色申告12」を使用した記帳セミナー 4月18日(水)・19日(木)▷事業所得者対象=午前9時30分～11時30分▷不動産所得者対象=午後1時30分～3時30分 申込先 杉並青色申告会 電話 567-537

tokyo.jp) 申込先 ファクス、Eメールで申し込んだ方は電話で受信確認をしてください

★フェイスブックを活用した地域活性化セミナー 4月13日(金)午後7時30分～9時30分 申込先 産業商工会館 電話 3399-4227

★超初心者向け ①パソコン②デジカメ入門講習会 5月8日(火)～11日(金)午後1時30分～4時30分 申込先 高齢者活動支援センター 電話 090-3349-2923

★不妊夫婦の心理学～赤ちゃんを望むご夫婦のために 4月14日(出)午後2時30分～4時40分 申込先 阿佐谷地区民センター 電話 3391-1028

その他

★相続、離婚、金銭問題等書類・手続無料相談会 4月7日(出)午後1時～4時 申込先 JR阿佐ヶ谷駅ビル「ダイヤ街」1階 電話 3391-1028

★杉並青色申告会 ①個別記帳指導会 4月9日(月)～13日(金)午前9時～午後5時(1人1時間程度) 申込先 杉並青色申告会 電話 567-537

★杉並文化村 南相馬市支援コンサート「祈り」～天満敦子 5月25日(金)午後6時30分 申込先 杉並公会堂 電話 5347-4450

Windowsのみ対応(2)長寿応援対象事業
— (いずれも) —
杉並青色申告会(阿佐谷南3丁目) 電話 3393-2831

★税理士による無料相談会 4月10日(火)午前10時～正午、午後1時～4時 申込先 東京税理士会杉並支部 電話 3391-1028

★杉並区シルバー人材センターリサイクル自転車の販売 4月16日(月)～18日(水)午前11時～午後4時 申込先 リサイクル自転車作業所(永福2丁目) 電話 3327-2287

★子育てフリーマーケットin産業商工会館 5月13日(日)午前10時30分～午後3時 申込先 産業商工会館 電話 3391-1028

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

申込先の住所・ファクス番号・Eメールアドレスは、各記事の申込でご確認ください。住所が記載されていないものは、区役所〇〇課(〒166-8570阿佐谷南1-15-1)へお申し込みください。

※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

■ 方南・永福図書館「のまりんの紙芝居劇場」
関西弁で紙芝居をする「のまりん」こと野間成之さんによる公演です。
時・場 4月21日(土)①午前10時30分～11時30分＝方南図書館(方南1-51-2)②午後2時30分～3時30分＝永福図書館(永福4-25-7) 定各60名(先着順) 費無料申込当日、直接会場へ ①方南図書館 ☎5355-7100 ②永福図書館 ☎3322-7141

科学館

◇ プラネタリウム投映「『杉並から宇宙へ～ペンシルロケットの生誕地～』+今夜の星空」

杉並から始まった日本のロケット開発について、糸川博士たちの挑戦を中心に追う映像です。

時 4月28日(日)①午前10時30分(60分程度。星空の解説・通常版)②午後4時(35分程度。星空の解説・短縮版) 定各回140名(先着順) 費無料申込当日、直接会場へ ①途中入退場はできません②5歳未満の方はご遠慮ください

◇ 小学校科学教室「全期クラブ6年生」

実験・工作を通して、楽しく学習しましょう。
時 5月12日～6月30日の毎週土曜日。午後2時～4時(うち計6回。5月12日は1時45分から) 因科学(炭づくり)・物理(プザー)・生物(植物のつくりの観察)・地質(赤土)・天文(黄道十二星座)・課題研究 区内在住・在学で国立・私立学校の小学6年生(区立小学校の方は学校を通して募集します) 定120名(抽選) 費無料申込往復ハガキ(記入例参照)に学校名も書いて、4月16日(必着)までに科学館へ ②5月2日(日)に研究発表会を行います

◇ 中学校科学教室「全期クラブ」

分野別に学習しましょう。
時・内 下表のとおり 区内在住・在学で国立・私立学校の中学生(区立中学校の方は学校を通して募集します) 定各40名(地質のみ30名。いずれも抽選) 費無料申込往復ハガキ(記入例参照)に学校名と希望する分野(第2希望まで。両コースに参加も可)も書いて、4月16日(必着)までに科学館へ

〈中学校科学教室「全期クラブ」〉

両コースとも5月12日(日)午後2時30分～4時に開室式・課題研究を、12月15日(日)午後2時～4時に研究発表会・閉室式を行います。

| | Aコース | | |
|----------|------------|----------------|------------|
| | 化学 | 地質 | 天文・気象 |
| 5月19日(日) | 再結晶 | オリエンテーション | 太陽 |
| 27日(日) | | 現地学習 | |
| 6月9日(日) | ガラス細工 | | 惑星 |
| 23日(日) | 化学反応と熱の出入り | 地形図と地質図 | 天気図を書く |
| 7月7日(日) | イオンの性質 | 石のペーパーウエイトを作ろう | 銀河系の模型を作ろう |
| | Bコース | | |
| | 生物 | 物理 | |
| 5月26日(日) | 顕微鏡観察 | 音の性質 | |
| 6月16日(日) | クロマトグラフィー | スペクトルの観察(1) | |
| 6月30日(日) | 目のしくみ | スペクトルの観察(2) | |
| 7月14日(日) | 細胞分裂 | 電子工作 | |

※いずれも時間は、午後2時～4時(Aコース「地質」の現地学習の5月27日(日)は午前7時～午後6時(予定))。

夕方のチャイムが6時になります

4月1日(日)から「タヤけこやけ」の放送時刻が午後6時になります。

区広報課

◇ 天文の夕べ 観望会

科学館の望遠鏡で月や惑星を観望します。雨天・曇天の場合は天文の話をします。

時 4月28日(日)午後6時30分～8時30分 区内在住・在勤・在学の方(中学生以下は保護者同伴) 定140名(先着順) 費無料申込当日、直接会場へ
— (いずれも) —

場・区科学館(〒167-0033清水3-3-13 ☎3396-4391) ①エレベーター・エスカレーターはありません②車での来館はご遠慮ください

講演・講座

■ 座談会「子どもと絵本の架け橋となつて」

家庭文庫での実践活動を通して見えてきた、子どもたちと本との関わりをお話した後、参加者と一緒に「絵本の楽しさ」について語り合います。

時 4月26日(木)午前10時～11時30分 場 西荻図書館(西荻北2-33-9) 師 ちいさいおうち文庫代表・坪内美津子 定20名(先着順) 費無料申込当日、直接会場へ 西荻図書館 ☎3301-1670

■ 消費者講座 楽しく・賢くスーパーマーケットを活用する術

「いいものを楽しく、安く、賢く買うための知恵」をプロがお話します。

時 4月26日(木)午前10時～正午 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 師 ショッピングアドバイザー・今野保 区内在住・在勤・在学の方 定60名(申込順) 費無料申込・☎電話で、消費者センター ☎3398-3141 へ ②2歳～就学前の託児あり(4月18日までに事前申し込み。先着6名)

■ 家族介護教室～認知症「認知機能が低くなつても住み慣れた地域で暮らしていけるように」

時・因 ①4月23日(月)＝認知症の予防・初期症状と受診へのつなぎ方②5月7日(月)＝認知症の方への介護について～ご家族へのメッセージ/いずれも午後2時～4時 場 河北総合病院西館地下講堂(阿佐谷北1-6-25) 師 浴風会病院内科医長・西村敏樹 区内在住・在勤で認知症介護に関心のある方 定各50名(申込順) 費無料申込・☎4月2日午前9時から電話で、ケア24阿佐谷 ☎3339-1588 へ ①1回のみの参加も可

リサイクルひろば高井戸

◇ おもちゃのクリニック～故障したおもちゃを、おもちゃドクターが修理します

時 4月15日(日)午後1時～4時(受け付けは3時まで) 定10名(申込順) 費無料(部品代は実費。1人1点まで) 申込電話で、同ひろばへ

◇ マカロンポーチ作り

時 4月24日(日)午後1時30分～3時30分 定12名(申込順) 費300円 申込電話で、同ひろばへ ②長寿応援対象事業

〈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、区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 |
|-----------------------------------|--------------------------|--|
| 四宮館(上井草2-28-3 ☎・FAX3396-7692) | カードゲームで語り合おう～アンゲーム・サロン | 4月21日(日)午後6時～8時 費500円 定10名(要予約) |
| 上高井戸(高井戸東2-6-17 ☎・FAX3306-0441) | 地域バザー「もったいないの心と被災地支援」 | 4月22日(日)午前10時～午後2時30分 売上金の一部は杉並区社会福祉協議会に寄付します。申し込み不要 |
| 和泉館(和泉4-16-22 ☎・FAX3323-5663) | ボディーケアと身体のほぐし方教えます★ | 4月20日から毎月第3金曜日、午後3時～4時30分 費1回500円 |
| 西荻北館(西荻北2-27-18 ☎・FAX3396-8871) | 楽習塾～文芸・教養・社会、体育、地域探索など★ | 4月26日～25年3月の毎週木曜日、午後1時30分～3時30分 区内在住の方 費年間4000円 |
| 井草館(井草2-15-15 ☎・FAX3390-9672) | お気軽に茶迎サロンへ/傾聴ボランティアもいます★ | 毎週水曜日の午前10時～正午 費1回50円(お茶代) |
| 阿佐谷北館(阿佐谷北6-26-13 ☎・FAX3338-0436) | いちからのパソコン～操作方法と基礎を学びます★ | 4月11日(水)・25日(水)の午後1時30分～3時30分(計2回) 区未経験者・初心者 費3200円(テキスト代含む) |

※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。★は長寿応援対象事業です。

和田さくらの坂公園 開園式

和田1丁目に面積約2130㎡の和田さくらの坂公園が開園します。式典終了後、参加者に鉢花を差し上げます。



時 4月7日(日)午後1時30分 場 和田1-54 区内在住の方 申込当日、直接会場へ ②車での来場はご遠慮ください

区みどり公園課管理係

◇ 着物で作業衣作り

時 5月8日(火)午前10時30分～午後3時30分(昼食持参)・22日(火)午後1時30分～3時30分(計2回) 定10名(抽選) 費1000円 申込往復ハガキ(記入例参照)で、4月19日(必着)までに同ひろばへ ②長寿応援対象事業

— (いずれも) —

区内在住・在勤・在学の方 場・区リサイクルひろば高井戸(〒168-0072高井戸東3-7-4 ☎3331-4360/午前10時～午後6時。水・木曜日休館)

杉並障害者福祉会館

◇ 初心者向け点字講習会

時 5月12日～25年3月16日の原則毎月第1・3土曜日、午後2時～4時(計20回) 師 高橋雅枝 区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 定20名(抽選) 費2000円

◇ 障害者のための各種教室

時・内・師・費 下表のとおり 区内在住・在勤・在学で障害のある方とその介助者 定各15名(抽選)

— (いずれも) —

場 杉並障害者福祉会館 申込往復ハガキ(記入例参照)に希望講座名と在勤・在学の方は勤務先または学校名も書いて、4月20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 区事務局 ☎3332-6121 FAX3335-3581

〈障害者のための各種教室〉

| 教室名 | 日時・費用 | 講師 |
|------------|---|-----------------------|
| 絵画 | 5月6日～10月21日原則毎月第1・3日曜日、午後1時～3時 費2500円 | 絵画講師・松崎千尋 |
| 陶芸 | 5月5日～10月20日原則毎月第1・3土曜日、午後1時30分～3時30分 費2000円 | 陶芸家・高橋朋子、足立夏代 |
| エンジヨイススポーツ | 5月13日～25年3月10日原則毎月第2日曜日、午後1時30分～3時30分 費無料 | 日本障害者スポーツ協会上級指導員・山本明子 |

※①いずれも8月を除く各計10回。②聴覚障害者には手話通訳者がつきます。

ご利用ください！ ゆうゆう館の目的外使用

一般の方も利用できます

ゆうゆう館(旧敬老会館)は、区内にお住まいの60歳以上の方に、「憩い」「いきがい学び」「ふれあい交流」「健康づくり」の場としてご利用いただく施設です。

60歳以上の方の利用以外に「目的外使用」として、会議や趣味のためにお部屋を使用することができます。ぜひ地域にある高齢者施設をご活用ください。

——問い合わせは、各ゆうゆう館または高齢者施策課施設担当へ。

● ゆうゆう善福寺館の協働事業者が変わりました ●

区内に32カ所あるゆうゆう館は、23年4月から全ての館で協働事業を行っています。24年4月から、ゆうゆう善福寺館(善福寺2-26-18 ☎・FAX 3394-8963)の協働事業者が変わりました。

◇ ゆうゆう善福寺館協働事業者=NPO法人おでかけサービス杉並

NPO法人おでかけサービス杉並は、移動サービスや、移動サービス情報センター「もび〜る」、ゆうゆう桃井館の運営を行ってきました。

ゆうゆう善福寺館では「こころ寄せ合う地域家族」を合言葉に、学生や子どもとも交流しながら、知的好奇心を満足させる企画、健康促進の場、また、いざという時に助け合える災害にも強い地域づくりの拠点となるよう事業を行っています。

＊ 初回イベント～ゆうゆう善福寺館 桜まつり ＊

アルパ(ハーブ)演奏、人形劇、春からの協働事業を紹介します。
 時 4月8日(日)午前10時30分～正午 場 ゆうゆう善福寺館 近隣にお住まいの方 費 無料(申込当日、直接会場へ) 同館(善福寺2-26-18 ☎・FAX 3394-8963) 他 採れたて野菜を先着50名に差し上げます

◆ 目的外使用をするには…

ゆうゆう館にある洋室などに空枠がある場合に、利用することができます。ただし、政治活動・宗教活動・営利活動の目的では利用できません。



- ▷ 使用料 = 各ゆうゆう館の部屋ごとに異なります。ご利用になりたい館へお問い合わせください
- ▷ 申し込み = 使用を希望する日の1カ月前から3日前までに直接各ゆうゆう館へ

春の食育イベント

食べて、育てて、食を考える！ 目指せ健康家族

☎杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015

★「スギナミランチBOX～杉弁」をワンコイン(500円)で予約販売

保健所が認証したヘルシーメニューを提供する「ヘルシーメニュー推奨店」の有志約30店の店主が春の食材を使って「美味しさ」「価格」「健康」などを考えて、杉弁メニューの開発をします。

時 受渡日時 = 4月21日(土)午前10時～正午 場 下表のとおり 定販売数 = 各店30個(申込順) 費 1個500円 申込各店舗にお申し込みください 他 ①杉弁に添付された食育クイズとアンケートに答えて購入店へ持参した方に、食事割引券を進呈します(先着500名) ②食育シンポジウム実行委員会の主催です



★親子で育てる「ミニトマトベランダ菜園」と食育講座

家族みんなでトマトの苗を育てて、食べ物や食事の大切さを家庭で話題にすることも大事な食育。ミニトマトの成長をとおして、子供もお父さん、お母さんも食べることや健康に関心を持ってもらうきっかけの場とします。

時 4月22日(日)▷ Aコース = 午前9時～10時30分 ▷ Bコース = 午前11時30分～午後1時 ▷ Cコース = 午後2時～3時30分 場 杉並保健所1階エントランス(荻窪5-20-1) 内 ミニトマト苗の植え付け、育て方、食べ方アドバイス 師 四宮小学校長・小山浩 5歳～小学3年生のお子さんとその保護者で、栽培記録を1回以上ハガキなどでお知らせいただける方 定 各コース30組(申込順) 費 無料(申込) 電話で、杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015へ 他 土をいじってもよい服装で、手袋などを持参してください

〈スギナミランチBOX～杉弁販売店舗〉

商店街などでチラシを配布しています

| 西荻地域 (所在地) | 弁当名 |
|-------------------------------------|-------------------------------------|
| かがやき亭(西荻北4-4-4) | からだかがやけ!胡・豆・昆・乾・麴が入った健康満載弁当 |
| お食事処 魚又(西荻北5-22-9) | ぶりの幽庵焼き・旬の野菜えびあんかけと具沢山牛丼 |
| わしや 西荻店(西荻南3-24-1) | 五穀米グリーンピースご飯とカジキの酒粕漬弁当 |
| お惣菜 はましん(西荻南3-4-1) | 春のちらしずし |
| 高円寺・阿佐谷地域 (所在地) | 弁当名 |
| カレーハウスコロポ(高円寺北2-41-15) | *萌黄色カレー*グリーンピースウコンライスのチキンと春キャベツのカレー |
| レストランDAIGO(高円寺北3-24-10-2階) | 真鯛のムニエルと春野菜のトマト煮/新キャベツの炊合せ |
| カフェ・ドラブリ(高円寺南4-5-4) | サワラの香草焼き&春野菜とホタルイカ・アサリの香りピラフ |
| 手しおごはん玄 阿佐ヶ谷店(阿佐谷北1-26-6) | 春の旬菜たっぷりヘルシー弁当 |
| 千倉屋(阿佐谷北1-34-3) | 菜の花そばろ弁当 |
| カレーハウス番紅花(阿佐谷北3-12-9) | 鶏団子とたっぷり春野菜のカレー |
| 川名肉店(成田東1-38-9) | 四元豚しょうが焼きと春野菜のサラダ弁当 |
| グランパ東高円寺(高円寺南1-7-2 東高円寺ステーションプラザ1階) | 梅肉と蒸し鶏とほうれん草と筍の青じそパスタ |
| honohono cafe(高円寺南3-21-19) | 杉弁限定 レモングラス香る、旬野菜のカラフル豚ひき肉カレー |
| ブース記念病院内カフェテリア5つのパンと2匹の魚(和田1-40-5) | サーモンのマスタード焼き菜の花添えと春の7品目サラダ |

| 荻窪地域 (所在地) | 弁当名 |
|------------------------------------|--------------------------|
| おにぎりのさんかく山(荻窪5-29-9石井ビル1階) | 鶏肉塩こうじの蒸し焼きと彩り野菜のトマト煮 |
| 中華 新京(荻窪5-9-17) | タラの甘酢煮と春野菜ときくらげの玉子炒め |
| わしや タウンセブン店(上荻1-9-1地下1階) | 五穀米グリーンピースご飯とカジキの酒粕漬弁当 |
| FikaFika井草店(下井草5-7-22井草地域区民センター1階) | 鯖の豆板醤ソースかけとほうれん草と舞茸の菜種和え |
| ラシエット(天沼3-2-2 荻窪勤業ビル1階) | 鶏胸肉のロースト春キャベツのブランドニ工風 |
| とんかつ かつ源(成田東5-35-12) | 春キャベツ・肉・野菜・青椒肉絲ソース炒め |

| 浜田山・永福町・方南町地域 (所在地) | 弁当名 |
|--------------------------------------|--|
| 大千元(浜田山2-20-16) | 鶏の唐揚げカレー風味 若竹の子とフキのカキソース炒め |
| もりやま(浜田山2-20-16) | 鶏天丼と旬野菜弁当 |
| 蓮花(浜田山2-22-17) | 春畑弁当 |
| パリ21区(浜田山3-23-6) | 塩麹漬け本鯖のオープン焼き |
| 中華私房菜 千客万来白馬(永福2-60-22) | 季節野菜の麻婆丼 |
| FikaFika永福町店(和泉3-8-18永福和泉地域区民センター1階) | 総州古白鶏と春野菜の黒酢あん |
| 町の洋食屋さん グリルマリノ(和泉3-30-6) | 菜の花のノルウェーサーモン巻き ソテー ブラッドオレンジと粒マスタードの爽やかソース |
| サナあわじ方南町店(方南2-20-5 鈴力第2ビル1階) | 淡路島 春色弁当 |
| 一枝軒II一杉並・方南町店一(和泉3-63-8) | ～縁あって～築地のマグロ丼と季節の野菜 et cetera |

(発行日) 毎月1日、11日、21日

