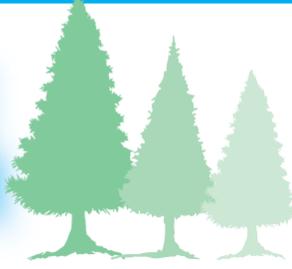


# 9ぎなみ



支えあい共につくる  
安全で活力あるみどりの住宅都市 杉並

- 区民意見を募集します～杉並区 地域防災計画の修正について ..... 4
- 区民等の意見提出手続の結果をお知らせします ..... 5
- 生活の安心「国民年金」 ..... 6
- 11月は児童虐待防止推進月間です ..... 9
- 杉チャリ！2013 杉並チャリティー感謝祭 ..... 16

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/

待機児童対策  
緊急推進  
プラン

## 「待機児童ゼロ」の実現に取り組んでいます

待機児童対策緊急推進プランに基づき、26年4月の開所に向けた多様な保育施設の整備を進めています。

——問い合わせは、保育課へ。

〈26年4月開所予定の保育施設一覧〉

施設名称	場所	対象・定員
1 認可保育所(仮称)「アスク荻窪保育園」	清水1-18	0～5歳 計100名
2 認可保育所(仮称)「パピーナ本天沼保育園」	本天沼3-35	0～5歳 計73名
3 認可保育所(仮称)「ういず阿佐ヶ谷駅前保育園」	阿佐谷北1-15	0～5歳 計80名
4 区保育室(仮称)「荻窪第五」	荻窪2-34-20 荻窪地域区民センター1階	1～2歳 計15名
5 区保育室(仮称)「上井草西」	今川4-8-22 現上井草会議室1階	1～2歳 計16名
6 区保育室(仮称)「下井草北」	下井草4-30-2 現下井草会議室	1～2歳 計30名
7 区保育室(仮称)「高井戸北」	高井戸西2-5-10 現高井戸会議室1階	1～5歳 計40名
8 区保育室(仮称)「浜田山東」	浜田山4-15-12 現浜田山会議室	1～5歳 計40名
9 区保育室(仮称)「和田南」	和田1-41-10 現和田会議室	1～2歳 計24名
10 区保育室(仮称)「和泉北」	和泉4-44-6 旧和泉北学童クラブ	3～5歳 計20名
11 区保育室「若杉」 ※定員増	天沼3-15-20 旧若杉小学校内	3～5歳 計70名 (定員20名増)
12 認証保育所(仮称)「荻窪コスモ保育園」	荻窪5-6	0～5歳 約40名
13 小規模保育所(仮称)「ふたばクラブ浜田山保育園」	浜田山2-8	0～2歳 約19名
14 小規模保育所(仮称)「マグハウス西荻窪」	西荻南2-8	0～2歳 約17名



26年4月入園の受付期間は  
11月13日(水)～12月5日(木)です  
(2・3面参照)

## 「保育施設検索マップ」をご利用ください

区ホームページの「保育ホットナビ」に、区内の保育施設を検索して地図上に表示するサービスを11月1日(金)から開始します。

認可保育所や認証保育所など施設の区分、対象年齢、開所時間などの条件を設定すると、条件にあった保育施設が表示され、さらに保育施設の詳細情報もご覧になれます。

入園を希望する保育施設を選ぶ際に、ぜひご利用ください。



保育ホットナビ

▲区ホームページのトップページに「保育ホットナビ」のバナーがあります



▲施設区分(認可保育園・グループ保育室など)や対象年齢にチェックを入れると、該当する保育施設が地図上にピンで表示されます



▲自宅周辺の保育施設を確認でき、また自宅から検索した施設へのルートや所要時間も検索できます

# 26年4月入園希望の 私立・区立保育園児を募集します

—問い合わせは、保育課へ。

私立・区立の保育園に、26年4月から入園を希望するお子さんの申し込みを受け付けます。区外の保育園を希望する場合も、杉並区に申し込んでください。

**◆受付期間**

11月13日(水)～12月5日(木)

9月30日以前に入園申し込みをした方は改めて申し込みをしてください(10月1日以降に申し込みをした方は改めて申し込みの必要はありません)。障害や発達遅延など気になる症状のあるお子さん、通院中のお子さんなど、特別な配慮を要する保育が必要であると思われる場合は12月3日(火)までに申し込んでください。

出産予定日が11月13日～26年2月18日の方で、4月入園を希望する場合は、仮申し込みを受け付けます。事前に保育課までご相談ください。

**◆申込用紙の配布・受付場所**

①保育課(区役所東棟3階)

②杉並福祉事務所(荻窪Ⅱ荻窪5-15-13 ☎3398-199)

③高井戸Ⅱ高井戸寺南2-24-18 ☎5306-261

④高井戸Ⅲ高井戸東3-10 ☎3332-7221

③区立保育園(公設民営保育園を除く) 11月25日(月)～29日(金)、午前10時～午後4時 事前に各保育園に予約してください

④私立保育園・公設民営保育園(申込用紙の配布のみ、受け付けはしません)

26年度保育園入園のご案内と申込用紙は、区ホームページからも取り出せます。

※福祉事務所と区立保育園では、申込書類をお預かりしますが、質問や相談をしたい方は、保育課へお越しください。

※郵送でも申し込みができません。記入漏れや必要書類を確認の上、11月29日までに簡易書留で保育課へ郵送してください。

**◆臨時申込窓口**

11月16日(土)～30日(土) 午前9時～午後4時 区役所1階ロビー

**◆募集予定人数**

下表は、10月の在園状況をもとに、4月入園可能な人数を予測したものです。今後の入園などにより入園できる人数は変わります。

26年4月1日現在の満年齢(0歳については月齢)が入園年齢となります。障害等のあるお子さんの入園については、事前にご相談ください。

**◆延長保育**

区立保育園では、満1歳からのお子さんを対象に、午後6時30分～7時30分まで延長保育を実施しています。希望する場合は、入園申し込みとは別に、延長保育の申し込みが必要です。

私立保育園と公設民営保育園で延長保育を希望する方は、直接各保育園に申し込んでください。また、募集人数・延長保育時間は、各園にお問い合わせください。

**◆結果発表**

入園の内の有無に関わらず、26年2月13日(木)ごろに結果を郵送で通知する予定です。電話でのお問い合わせは、ご遠慮ください。

(私立・区立保育園児の募集予定人数)

保育園名	年齢(月齢)	年齢					計	延長	障害
		0歳	1歳	2歳	3歳	4・5歳			
私立									
杉並さゆり(注①)	7週目以上	10	0	0	-	-	10	※	
杉並さゆり保育園幼児分園(注②)	-	-	-	-	0	10	10	※	
杉並の家保育園 浜田山駅前分園	7週目以上	13	0	-	-	-	13	※	
杉並の家	-	-	-	1	0	0	1	※	
阿佐谷		15	9	0	0	0	24	※	
(仮称)アスク荻窪		6	20	20	20	34	100	※	
(仮称)ういず阿佐ヶ谷駅前		6	14	15	15	30	80	※	
佼成育子園		9	21	6	4	0	40	※	
小学館アカデミーにしおぎ南		6	4	6	0	0	16	※	
上水		22	14	-	-	13	49	※	
上水保育園西荻分園		12	3	-	-	-	15	※	
杉並大宙みたけ	9週目以上	9	6	3	2	13	33	※	
杉並ゆりかご		12	2	1	1	0	16	※	
Nicot井荻(注②)		6	4	1	0	11	22	※	
野のはな空のとり		9	3	0	-	-	12	-	
(仮称)パピーナ本天沼		6	10	12	15	30	73	※	
ピノキオ幼児舎桃井		6	4	2	1	0	13	※	
方南隣保館(注③)		6	4	0	-	2	12	※	
むさしの		15	7	2	6	5	35	※	
むさしの保育園 方南分園		8	2	1	-	-	11	※	
頌栄	4カ月以上	6	2	-	-	0	8	-	
聖心	6カ月以上	9	1	0	1	0	11	-	
アスク荻窪保育園 天沼分園		-	15	0	-	-	15	※	
上水保育園清水分園	1歳以上	-	8	1	2	0	11	※	
杉並の家保育園 浜田山第二分園		-	7	0	0	0	7	※	
のほら		-	10	2	6	1	19	※	
公設民営									
荻窪北	9週目以上	11	1	3	2	1	18	※	
高円寺北		9	5	0	2	0	16	※	
高円寺南		12	6	2	6	0	26	※	
高井戸		11	3	1	2	0	17	※	
堀ノ内東(注④)		12	0	6	0	0	18	※	
区立									
阿佐谷東	9週目以上	12	4	4	2	0	22	12	-
井荻		11	4	0	1	0	16	13	-
永福北		12	3	2	0	0	17	8	-
大宮		9	6	2	0	0	17	10	-
荻窪東		9	1	2	1	0	13	18	-
高円寺東		12	4	3	1	0	20	6	-
下井草		12	2	6	1	0	21	14	-
松庵		9	7	4	1	0	21	12	-
中瀬		12	4	2	0	0	18	7	-
浜田山(障)		12	3	2	1	0	18	12	1
堀ノ内東		12	0	6	0	0	18	16	-
宮前		12	4	1	0	0	17	11	-
阿佐谷北(障)		9	6	1	2	0	18	10	1
今川(障)		9	5	3	0	0	17	10	2
永福南		11	6	2	1	0	20	8	-
荻窪		6	5	0	0	0	11	6	-
上井草		9	7	3	2	0	21	5	-
上荻		12	4	6	4	0	26	7	-
久我山(注⑤)	8カ月以上	6	9	4	1	0	20	6	-
久我山東(障)		9	6	1	0	0	16	12	2
善福寺(障)		9	6	3	0	0	18	11	2
高井戸東		11	5	2	0	0	18	16	-
堀ノ内		11	5	0	0	0	16	13	-
本天沼(注⑤)		6	6	0	2	0	14	13	-
阿佐谷南(注⑥)	9週目以上	0	15	2	2	0	19	5	-
井草(注⑦)(障)	8カ月以上	0	14	4	2	0	20	6	1
西荻北(注⑥)		0	14	3	0	0	17	15	-
天沼		-	16	3	3	0	22	8	-
和泉		-	12	1	2	0	15	7	-
大宮前		-	13	1	1	0	15	12	-
荻窪南(障)		-	14	1	1	0	16	12	2
四宮		-	13	1	2	0	16	4	-
下高井戸(注⑧)	1歳以上	-	12	4	7	12	35	13	-
杉並		-	14	0	1	0	15	9	-
成田		-	15	1	0	0	16	13	-
西田		-	12	0	4	0	16	16	-
松ノ木		-	15	2	0	0	17	10	-
馬橋		-	12	1	2	0	15	11	-
和田(障)		-	12	3	1	0	16	10	3

(注)①杉並さゆり保育園は、26年1月に分園が開所し3～5歳児の受け入れが可能になります。②26年1月に新規開所する杉並さゆり保育園幼児分園及びNicot井荻の募集については、「広報すぎなみ」10月21日号などご案内しています。申し込みの締め切りは11月15日(金)午後5時(必着)です。③方南隣保館は園舎建て替えのため26年4月から仮園舎(渋谷区笹塚3-24-5かねみつビル2階)で保育を行う予定のため、0歳児の募集人数を6名に変更します。④堀ノ内東保育園は、26年4月から公設民営化します。⑤久我山保育園は、昨年4月から0歳児の募集人数を6名に変更しています。本天沼保育園についても、26年4月から0歳児の募集人数を6名に変更します。⑥阿佐谷南保育園は耐震補強工事により、0歳児保育室を撤去したため、0歳児クラスは募集しません。また、西荻北保育園は当面の間、1歳児の待機児対策として受入枠を確保するため、0歳児クラスを募集しません。⑦井草保育園は、障害児保育指定園へ移行のため、0歳児クラスを廃止します。⑧下高井戸保育園は建替工事のため、26年4月～28年3月まで下高井戸4-19に仮園舎を設置し、保育を実施します。それに伴い定員数(受け入れ人数)を変更します。⑨私立保育園及び公設民営保育園の延長保育の募集予定人数(※)は、各園にお問い合わせください。⑩(障)は、障害児保育指定園です。受け入れ可能人数は、3～7名です。その他の区立保育園でも、可能な範囲で2名まで受け入れています。

# 26年4月入所希望の 区保育室入所者の募集

区保育室に、26年4月から入所を希望するお子さんの申し込みを受け付けます。  
受付期間・申込用紙の配布・受付場所は、「私立・区立保育園児の募集」と同様  
です。  
——問い合わせは、保育課へ。

### ◇申込資格

区内在住で区内私立・区立の認可保育園に入所していない方(区外在住の方は、入所希望月の前月末までに転入予定があり賃貸借契約書等で確認できる方)が申し込みできます。

### ◇申込方法

私立・区立保育園の申込書類一式に保育室入所申込書を添えて提出してください。保育室のみの申し込みはできません。

### ◇募集予定人数

左表は、10月の在籍状況をもとに、4月入所可能な人数を予測したものです。今後の入退所などにより

### ◇注意

①延長保育はありません。  
②私立・区立保育園の内定に至らなかった方の中で  
選考を行います。

### ◇結果発表

入所の可否は、26年2月13日(木)ごろに郵送で通知する予定です(正式な内定発表は3月13日(木)の予定です)。

電話でのお問い合わせは、ご遠慮ください。

〈区保育室の募集予定人数〉

形態	保育室名	0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	計	備考
直営型	荻窪	-	7	-	-	-	-	7	-
	下高井戸	-	7	-	-	-	-	7	給食なし 弁当持参
	清菴中通	-	7	-	-	-	-	7	-
	善福寺	-	14	-	-	-	-	14	-
	堀ノ内	-	10	-	-	-	-	10	-
	南阿佐ヶ谷	-	14	-	-	-	-	14	-
	(仮称)和泉北	-	-	-	-	20	-	20	-
委託型	若杉	-	-	23	10	1	-	34	-
	今川北	8	2	-	-	-	-	10	0歳の 月齢 9週目 以上
	荻窪第二	6	6	-	-	-	-	12	
	荻窪第三	6	5	-	-	-	-	11	
	荻窪第四	6	6	0	0	-	-	12	
	高円寺	13	0	0	-	-	-	13	
	下井草南	8	0	-	-	-	-	8	
	高井戸西	12	0	0	-	-	-	12	
	南阿佐ヶ谷第二	6	4	-	-	0	-	10	
	宮前北	6	0	-	-	-	-	6	
	(仮称)荻窪第五	-	15	-	-	-	-	15	
	(仮称)上井草西	-	16	-	-	-	-	16	
	(仮称)下井草北	-	30	-	-	-	-	30	
	(仮称)高井戸北	-	10	10	-	-	20	40	
	西荻窪	-	6	0	0	0	6	12	
	(仮称)浜田山東	-	10	-	-	30	-	40	
	ほりまつ	-	20	-	-	-	-	20	
	(仮称)和田南	-	24	-	-	-	-	24	

## 26年4月からの認証保育所などの園児募集

区内には、認可保育園のほかに次の保育施設があります。お預かりできるお子さんの年齢・保育時間は、施設により異なります。希望する方は各施設と十分話し合い、契約書をよく読んで申し込んでください。  
——申し込み・問い合わせは、直接、各施設へ。

〈家庭福祉員(保育ママ)・家庭福祉員グループ  
保育士資格などを持つ家庭福祉員が、自宅などで保育します

氏名	住所	電話番号	定員
村岡 幸江	高円寺南3-48-14	5378-1207	5名
小澤かおる	上井草1-33-6 メゾン・ド・芝102	3301-2498	3名
高梨由紀枝	下井草3-3-15 サンセール下井草103	6805-8310	5名
藤枝みえ子	和泉4-42-20	3316-8507	5名
竹澤 春江	和泉4-44-33 和泉サンハイツ104	5377-3632	3名
大木ひとみ	阿佐谷北3-26-8	3338-5505	3名
中田 美香	成田東2-9-6	6762-1122	5名
西澤 芳	清水1-16-10-102	6913-5048	5名
石川 禎子	高円寺南3-7-6	5377-7451	5名
土屋 直子	今川4-13-17	6762-9050	5名
「もりのいえ」 上田 和子	桃井4-3-2 西荻地域区民センター内	5310-2601	9名
「アレーズ」 今井七津子	高円寺北2-14-2 マンションカメイ102	3337-4337	6名
「小鳥の詩」 佐藤久仁子	堀ノ内2-6-21 パークハイム杉並D103	3315-1008	9名
「ぴーかーぶ」 森田美智子	和泉4-42-5 方南会館2階	3311-4141	9名
「なないろ」 福地かおる	下井草3-34-13 下井草グリーンハイツ101	070-5468-7579	6名
「picoナーサリ」 学校法人野上学園 理事長・野上宏	久我山3-37-24	3333-8822	9名

▷対象=生後7週目~3歳未満。

〈認証保育所〉東京都の定める一定の設置運営基準を満たした民間保育施設です

施設名	住所	電話番号	定員
ゆらりんMOMOの家保育園	阿佐谷南3-1-21-2階	5335-5667	30名
ピノキオ幼児舎荻窪園	上荻1-18-7-1階・2階	3393-1988	34名
アスク永福保育園	永福1-39-24-2階	3327-1951	36名
コンビプラザ桃井保育園	桃井3-7-3-1階	5311-3255	40名
にじいろ保育園サクセス杉並	上井草1-29-16-1階	6666-9606	30名
ポピンスナーサリースクール阿佐ヶ谷	阿佐谷北1-4-2	5327-2108	35名
にじいろ保育園サクセス荻窪	荻窪5-30-3	5397-3974	30名
ココファン・ナーサリー浜田山	浜田山3-18-8-1階	5305-6133	40名
チャイルドルームパピーナク我山園	久我山3-1-24	5941-9022	45名
小学館アカデミーにしおぎ駅前保育園	松庵3-35-15	5336-7861	60名
ほっぺるランド東高円寺	高円寺南1-4-41-1階	5305-4557	30名
京王キッズプラッツ永福町	永福2-60-31-3階	5376-1555	30名
マミーズエンジェル高円寺駅前保育園	高円寺北3-20-4	3223-8882	40名
保育園 夢未来 井荻園	上井草1-23-15-1階	6913-8691	33名
ピノキオ幼児舎新高円寺園	梅里1-13-12-1階	5929-1522	28名
ピノキオ幼児舎井草園	井草3-17-14-202	5303-2735	35名
マリア保育園※1	高円寺北2-41-6	3338-9634	29名
梅里保育園※1	梅里1-2-15	3313-8401	24名
保育室コアラハウス※2	天沼3-23-23-106	3398-0085	15名
こぶし保育室※2	浜田山1-23-14	3303-2295	11名

▷対象=A型=産休明け~就学前。B型=※1.産休明け~3歳未満。※2.産休明け~2歳未満。

〈グループ保育室〉保育士資格などを持つ区民の保育者グループが運営する保育施設です

施設名	住所	電話番号	定員
桃井グループ保育室	桃井1-35-2	3399-5188	21名
高円寺グループ保育室	高円寺南2-32-5	3316-5041	24名

▷対象=生後7週目~3歳未満。

〈小規模保育所〉区の定めた基準を満たし、6~19名の定員で保育を行う民間保育施設です

施設名	住所	電話番号	定員
こどもヶ丘保育園 成田西園	成田西3-19-6-1階	6279-9218	19名

# 区民意見を募集します

## 杉並区地域防災計画の修正について

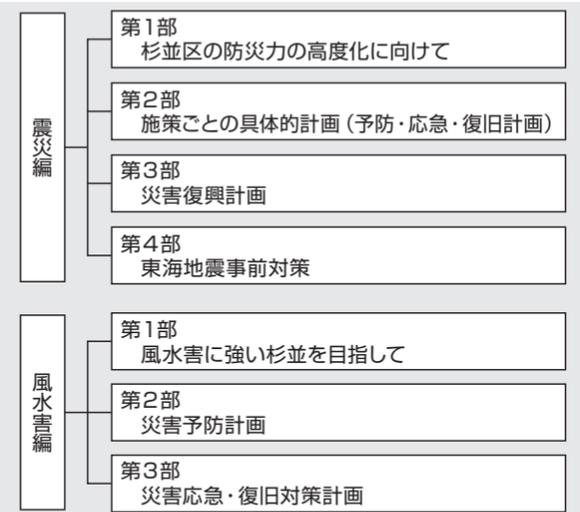
区では、杉並区地域防災計画（平成25年修正）（案）を作成しました。その概要をお知らせするとともに、「杉並区区民等の意見提出手続に関する条例」に基づき、皆様のご意見を伺います。——問い合わせは、防災課へ。

### 地域防災計画の概要と修正方針

#### 杉並区地域防災計画とは

災害対策基本法（昭和36年法律第223号）第42条の規定に基づき、杉並区防災会議が作成する計画のことです。杉並区は、「支えあい共につくる 安全で活力あるみどりの住宅都市 杉並」を目指しています。本計画は、区の地域にかかる災害に関し、区および防災関係機関が、その全機能を有効に発揮して、区民の協力のもとに災害予防対策、災害応急対策および災害復旧・復興対策を実施することで、区民の生命、身体および財産を災害から保護することを目的としています。

#### 杉並区地域防災計画の構成（案）



#### 杉並区地域防災計画（震災編）の修正方針

##### 1. 国や都、区における最新の検討状況を反映します

現在の計画に反映されていない下記の検討結果を踏まえた最新の計画とします。

- ・国の検討動向（災害対策基本法の改正点、首都直下地震帰宅困難者等対策協議会最終報告などの関連資料）
- ・都の検討動向（首都直下地震による東京の被害想定※、東京都地域防災計画等）
- ・区の検討動向（杉並区基本構想、杉並区災害時における相互支援に関する条例等）

##### 2. 施策ごとに、時系列に整理し、わかりやすい防災計画にします

従来の計画は、時系列（災害予防・応急・復旧）ごとに施策を整理しておりました。今回、東京都の新しい計画は、施策ごとに時系列整理とする構成に変更したため、区の計画も構成を変更し、わかりやすくします。

※23年3月の東日本大震災の発生を経て、都は首都直下地震等による被害想定を修正を行いました。杉並区では、最大で556人の死者が出ると想定されています。

●風水害編については、都が今年中に大幅な見直しを行う予定であることから、今回は、24年版のデータ更新等の修正に留めています。

### 杉並区地域防災計画（震災編）の目標及び主な修正の視点

#### 杉並区地域防災計画（震災編）修正案の目標

##### 〈減災目標〉死者0（ゼロ）を目指す

- 東京湾北部地震M7.3、朝5時のケースで、住宅倒壊や家具類の転倒を原因とする死者227人を0（ゼロ）にする。
- 東京湾北部地震M7.3、夕方18時、風速8m/秒のケースで、火災を原因とする死者416人を0（ゼロ）にする。

#### 主な修正の視点

##### ①地域防災力の向上

###### 防災意識・共助体制の強化

- 防災意識の啓発、防災教育訓練、軽可搬消防ポンプやスタンドパイプ等を活用した実践的な訓練指導を行い、防災市民組織による共助体制の強化を推進します。
- 地域防災の担い手である防災市民組織に対し、防災マップを作成するための専用ソフトの導入を行い、地域防災力の向上を図ります。
- 杉並区中学生レスキュー隊は、中学生の豊かな人間性の育成をめざし、防災意識、社会貢献意識及び自己有用感を高める目的で全区立中学校に編成されています。震災救援所の防災訓練への参加など、地域防災活動の一端を担っています。

##### ②安全な都市づくり

###### 防災まちづくりの推進

- 都の木造密集地域不燃化10年プロジェクト等と連携しながら、整備地域において市街地の不燃化を促進し、延焼による焼失ゼロの「燃えないまち」を実現するとともに、主要な道路の整備により、延焼遮断帯の形成を促進し、「燃え広がらないまち」を実現します。
- 既存建築物の耐震診断、耐震改修費用の助成等の耐震化支援事業を引き続き実施し、耐震化の促進に努めます。

##### ③医療救護対策

###### 医療救護体制の強化

- 超急性期（発災後72時間まで）に、災害拠点病院及び災害拠点連携病院等の近接地等あらかじめ指定する場所に緊急医療救護所を設置します。
- 区災害医療コーディネーター、医療関係者及び

行政等関係者で構成される、「杉並区災害医療運営協議会」を設置します。

##### ④帰宅困難者対策

###### 駅前滞留者対策の推進

- 鉄道事業者、駅周辺の事業者及び防災関係機関等が構成団体となり、平成25年7月に荻窪駅前滞留者対策協議会を設置しました。災害時における荻窪駅周辺の滞留を防止するため、情報の収集・提供及び安全な場所に向かって誘導するためのルールなど、協議会の構成団体が協力して滞留者対策を推進します。

##### ⑤避難者対策

###### 災害時要援護者支援対策の強化

- 震災救援所への避難を原則とする考え方から、自宅が火災や建物倒壊等の危険性のある場合を除き、在宅避難生活を原則とする考え方に転換します。

- 地震等で停電の場合、在宅で人工呼吸器を使用している方に、災害時の個別支援計画を作成します。

##### 女性の視点に配慮した避難者支援

- 震災救援所に、男女別更衣室、授乳室等の女性専用スペースの確保や女性の声を代表するリーダーを設置するなど、女性の視点に配慮した震災救援所の運営を行います。

##### ⑥その他

###### 自治体間連携の推進

- 災害時相互援助協定先等からの応援がより円滑に行われるよう、事前に調整し支援の体制を構築します。

###### 放射性物質・原子力災害対策

- 区内において原子力災害による放射性物質等の影響が懸念される事態が発生した場合、より迅速かつ機能的に対応できる体制として、(仮称)放射能対策チームを構築します。

### ご意見をお寄せください

案の詳細は、区ホームページ（トップページ「区民等の意見提出手続」）のほか、閲覧場所でご覧いただけます（各閲覧場所の休業日を除く）。

①ハガキ、封書、ファクス、Eメールまたは閲覧場所にある意見用紙に書いて、11月30日（必着）までに防災課FAX3312-9402☎bosai-k@city.suginami.lg.jpへ。

②ご意見には、住所・氏名（在勤の方は勤務先の名称と所在地、在学の方は学校名と所在地、事業者は事業所の名称と所在地、代表者の氏名）を記入して

ください。

③区ホームページの電子掲示板に、ご意見を書き込むこともできます。

④いただいた主なご意見の概要とそれに対する区の考え方などは、「広報すぎなみ」などで公表する予定です。

【開設期間】11月1日(金)～30日(土)

【閲覧場所】防災課（区役所西棟6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

**ご意見ありがとうございました 区民等の意見提出手続の結果をお知らせします**

**子育て支援施設（保育所等）の設置に関する  
住環境指導要綱の改正等を行いました**

区では、「広報すぎなみ」9月1日号などで「子育て支援施設（保育所等）の設置に関する住環境指導要綱の改正（案）等について」を公表し、「杉並区区民等の意見提出手続に関する条例」に基づき、皆さんからの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、以下のとおりです。 —問い合わせは、都市計画課建築調整係へ。

〈いただいた主なご意見の概要と区の考え方〉  
◇意見提出期間＝9月1日～30日◇意見提出件数＝6件（延9項目）

主なご意見の概要	区の考え方
協議対象を50戸以上の集合住宅に拡大することについては、賛成である。 【他、同趣旨意見3件】	大規模集合住宅の建設後は、施設規模等に応じて新たな保育需要が発生することとなります。こうした実態を踏まえて、協議対象を従来の「100戸を超える」から「50戸以上」に拡大して、保育施設等の整備推進を図る考えです。
協議対象について、住戸数の条件は不要ではないか。	
子どもを職場まで電車で連れて来るのは大変なので、事業所内保育所の効果に疑問を感じる。地域にも開かれた保育施設にすべきである。 【他、同趣旨意見1件】	国の事業所内保育施設の設置・運営助成要件では、地域の待機児童の受入れを積極的に行うとする考えが示されています。区としても、こうした考えに沿って今後の協議を図っていきます。
案には反対しないが、大規模住宅の建設への対応として保育所だけを考えることについては、疑問である。家庭保育をしたい人や、幼稚園に通わせたい人へのフォローや、小学校のことも考える必要がある。	区では、女性の社会進出の本格化等により、平成26年度以降も、当分の間、保育需要の増加傾向が続くものと見込んでいます。このため、引き続き保育施設の計画的な整備を進めていく考えです。今回の取組は、これに加えて、新たな保育需要の発生につながる大規模集合住宅等の建設事業者のより一層の協力を得て的確な対応を図るものです。
建設事業者による子育て支援施設の設置を待っていても時間が掛かる。既にある企業等の1階のスペースを開放してもらい、高齢者等の雇用にも役立つ「地域保育園」を設置した方が、区民のためになる。	なお、区としては、「杉並区総合計画・実行計画」等に基づき、今後とも、保育のみならず、子育て支援施策や教育施策等の総合的な推進に取り組んでいきます。

杉並区建築物の建築に係る住環境への配慮等に関する指導要綱（住環境指導要綱）と、杉並区大規模集合住宅等の建設に係る子育て支援施設の設置に関する協議要領の全文と、いただいたご意見と区の考え方は、区ホームページ（トップページ「区民等の意見提出手続」）のほか、都市計画課（区役所西棟5階）、保育課（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11月30日までご覧になれます（各閲覧場所の休業日を除く）。

**災害義援金にご協力をお願いします 日本赤十字社では義援金を受け付けています** 区保健福祉部管理課地域福祉係

**①伊豆大島等台風26号災害  
東京都義援金**

【受付期間】26年1月31日(金)まで  
【入金方法】「郵便振替 00160-5-695434 日赤東京都支部伊豆大島台風26号災害義援金」へ振り込み  
※郵便局窓口への振込手数料は無料。受領証の発行を希望する方は、その旨通信欄に記入してください。

**②鹿児島県奄美南部台風第24号  
災害義援金**

【受付期間】12月17日(火)まで  
【入金方法】「鹿児島銀行鴨池支店 普通預金 664155 日本赤十字社鹿児島県支部長」へ振り込み。通知書に「奄美南部台風災害」と明記してください。  
※同一金融機関の本支店間(窓口のみ)の振込手数料は無料。受領証の発行を希望する方は、その旨通信欄に記入してください。

**③京都府台風18号災害義援金  
(期間延長)**

【受付期間】11月29日(金)まで  
【入金方法】郵便振替で「00960-6-303241 日赤京都府支部京都府台風18号災害義援金」へ振り込み  
※郵便局窓口での取り扱いの場合、振替手数料は無料。受領証の発行を希望する方は、通信欄にその旨を記入してください。

**区役所にも義援金箱を設置します**

【設置期間】①26年1月31日(金)まで②12月17日(火)まで③11月29日(金)まで  
【設置場所】月～金曜日＝保健福祉部管理課地域福祉係（区役所東棟3階。祝日を除く）▷土曜日＝区民課区民係（東棟1階。祝日を除く）

**ご存じですか？杉並区の喫煙ルール**

区では、「杉並区生活安全及び環境美化に関する条例」により区内全域で、歩きタバコ（自転車乗車中を含む）や吸い殻のポイ捨てを禁止しています。これからも、駅周辺など、人通りの多い場所を中心に巡回・指導を行い、喫煙ルールの周知と喫煙マナーの向上を呼びかける啓発活動にさらに力を入れていきます。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

—問い合わせは、環境課生活環境担当へ。

**路上禁煙地区（重点地区）**

駅周辺や商店街など人通りの激しい地区では、歩きタバコが原因で、やけどをしたり服を焦がされたりするなどの被害もあります。こうした危険度の高い場所（JR西荻窪駅・JR荻窪駅・JR阿佐ヶ谷駅・JR高円寺駅・西武新宿線上井草駅・京王井の頭線高井戸駅の6駅周辺）を重点地区としています。

- 過料は原則直接その場でお支払いいただきます。徴収は、区職員が行います。
- 路上禁煙地区内では路面標示を設置するなど、路上禁煙地区であることをわかるよう工夫しています（下図参照）。

〈杉並区の喫煙ルール〉

範囲	区内全域	路上禁煙地区（重点地区）
内容	歩きタバコ・吸い殻のポイ捨て禁止（自転車乗車中を含む）	喫煙行為を禁止（自転車乗車中を含む）
罰則	なし	あり。過料2000円 区職員の路上喫煙防止指導員が徴収
サイン	区内全域歩きタバコ・ポイ捨て禁止のサイン 	路上禁煙地区のサイン 

**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。 —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環境課放射能対策担当☎3312-2111（区代表）、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。

**◆区立小中学校・保育園等の給食食材** 区学務課、保育課

10月24日現在、区立小中養護学校、保育園の給食食材、計1246検体を測定した結果、健康に影響を与えるものではありませんでした。

**◆区立保育園・小中学校等（定点測定）**

（測定日10月28日） 区環境課放射能対策担当

測定場所	測定高さ	
	地上1cm	地上1m
桃井第五小学校校庭(芝生) (下井草4-22-4)	0.04	0.04
久我山小学校校庭(久我山5-18-7)	0.05	0.04
松ノ木中学校校庭(松ノ木1-4-1)	0.04	0.04
高円寺東保育園園庭(高円寺南1-28-4)	0.05	0.05
妙正寺公園砂場(清水3-21-21)	0.04	0.04
塚山公園砂場(下高井戸5-23-12)	0.05	0.06
荻窪南保育園砂場(荻窪1-1-6)	0.07	0.05
松ノ木保育園砂場(松ノ木2-33-6)	0.07	0.07

**◆区内3カ所（定点測定）**

（測定日10月22日） 区環境課放射能対策担当

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

定点測定値の単位はマイクロ・シーベルト/h、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。

# 生活の安心

# 「国民年金」

国民年金は、老齢になったときだけでなく、重い障害や死亡といった万が一のときに、生活の安定が損なわれることのないよう、みんなで前もって保険料を出し合い、経済的に支えあう制度です。日本に住む20歳から60歳未満の全ての方が加入します。

——問い合わせは、国保年金課国民年金係へ。

## 国民年金の保険料（第1号被保険者）

保険料は月額1万5040円（25年度）です。毎月の保険料の納付期限は翌月の末日です。日本年金機構から送付される納付書により金融機関やコンビニエンスストア等の窓口で納めるほか、口座振替やクレジットカードを利用する方法もあります。また、まとめて前払いすると割引になる前納制度があります。

●保険料の納付等について＝杉並年金事務所 ☎3312-1511

### 〈保険料の納付が困難なとき…保険料の免除・猶予制度〉

申請して承認されると保険料が免除または猶予になる制度があります。

◇申請免除（全額免除・一部免除）…本人・配偶者・世帯主の所得によって保険料の全額または一部が免除になります。

◇若年者納付猶予…30歳未満の方が対象。本人・配偶者の所得によって保険料の納付が猶予になります。

◇学生納付特例…大学（院）、短期大学、高等専門学校、専修・専門学校および各種学校等（夜間を含む）の学生（一部対象外校有り）の方は、保険料の納付が猶予になります（学生本人の所得制限があります）。

※一部免除は期限までに部分納付額を納めないと、未納期間となります。

※退職や災害などの特例的な事情がある場合は、お問い合わせください。

※免除・猶予が承認された期間は、基礎年金受給資格期間に算入されますが、保険料を全額納付した場合と比べて、将来受け取る年金額が少なくなります。これらの期間が10年以内であれば、あとから追納することができます（経過期間に応じて一定の額が加算されます）。

●免除・猶予について＝国保年金課国民年金係

●追納について＝杉並年金事務所 ☎3312-1511



## ～国民年金保険料の後納制度～

### 過去10年以内の未納保険料が納付できます

これまで、国民年金保険料を納め忘れたまま2年を超えると保険料を納めることができなくなりましたが、27年9月30日までの間に限り、過去10年以内の納め忘れた保険料を納めることができる、後納制度があります。

過去10年以内の保険料を納めることで、将来の年金額を増やしたり、年金の受給資格につなげることができるようになります。ただし、すでに老齢基礎年金の受給権をお持ちの方は、納めることはできません。

後納制度の利用には、事前申し込みが必要です。審査の結果、後納制度を利用できない場合があります。詳しくはお問い合わせください。

●国民年金保険料専用ダイヤル ☎0570-011-050

●杉並年金事務所 ☎3312-1511

## こんな時は日本年金機構 杉並年金事務所へ

国民年金の業務は、区役所の国民年金係と国から業務を委任・委託された杉並年金事務所の二つに分かれています。次の内容については、杉並年金事務所ですべて扱っています。

### ◇国民年金保険料に関すること

納付の確認、保険料納付書の請求、口座振替に関すること

### ◇年金を受け取っていた方が亡くなったとき

（ただし障害基礎年金などの受給者が亡くなった場合は区役所です）

### ◇年金加入記録の確認や受取年金額の計算などの年金相談

### 〈国民年金保険料納付案内の民間委託〉

日本年金機構では、電話や手紙・戸別訪問等による国民年金保険料の納付や保険料免除等の案内について、民間委託を実施しています。

●委託事業者＝日立トリプルウィン(株) ☎0120-211-231

## 日本年金機構の年金相談窓口

※お問い合わせの際は、基礎年金番号がわかるものをご用意ください。

①ねんきん定期便・ねんきんネットに関する専用ダイヤル  
☎0570-058-555（050または070で始まる電話からは☎03-6700-1144）

②一般の年金相談は、ねんきんダイヤル  
☎0570-05-1165（050または070で始まる電話からは☎03-6700-1165）

③杉並年金事務所 ☎03-3312-1511

## 国民年金に加入する人とその手続き ～20歳になったら全員加入～

### 〈必ず加入が必要な方〉

国民年金の加入種別は次の3つに分かれており、加入や種別変更の時などは届出が必要です。

●第1号被保険者＝日本在住の20歳以上60歳未満で、自営業者・学生・アルバイト・無職の方など、次の第2号被保険者・第3号被保険者以外の方。加入手続きは区役所で行います。保険料は、左記のとおりです。

●第2号被保険者＝会社員・公務員など厚生年金や共済組合に加入している方。加入手続きは勤務先で行います。保険料は給料から天引きされます。

●第3号被保険者＝第2号被保険者に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者。扶養者の勤務先に届出が必要です。個人での保険料負担はありません。

### 〈希望により加入できる方(任意加入)〉

●日本国籍を持ち国外在住の20歳以上65歳未満の方

●日本在住の60歳以上65歳未満の方

●65歳以上70歳未満で、老齢基礎年金などの受給権のない方

※任意加入は、申し出のあった日からの加入となります。

## 国民年金の給付

これらの給付は、受け取る資格があっても請求をしなければ支給されませんので、忘れずに手続きをしましょう。

### ◇老齢基礎年金

国民年金の保険料納付済期間、免除・猶予期間、厚生年金等の加入期間および合算対象期間などが合計25年以上ある方が、原則65歳から受給できます。

25年度（10月以降）の年金額は、77万8500円（40年間保険料納付済で、65歳受給開始の場合）。

●加入期間の全てが国民年金の第1号被保険者のみの方

＝国保年金課国民年金係

●上記以外の方＝杉並年金事務所 ☎3312-1511

### ◇障害基礎年金

国民年金加入中または20歳前もしくは60～64歳に初診日のある病気やけがによって重い障害を持ち、日常生活に著しい支障のある方が受けられます。原則65歳になる前までの請求が必要で、保険料の納付などの要件があります。

25年度（10月以降）の年金額は、97万3100円（1級）、77万8500円（2級）。

### ◇遺族基礎年金

国民年金加入者または老齢基礎年金の受給資格を満たした方が亡くなったとき、生計を維持されていた子のいる妻または子が受けられます。受給期間は、子が18歳に達した日以降の最初の3月31日まで（子に障害があるときは20歳に達するまで）。保険料の納付など要件があります。

#### 〈第1号被保険者の独自給付〉

### ◇付加年金

第1号被保険者・任意加入被保険者が定額保険料に付加保険料（月額400円）をプラスして納付すると、老齢基礎年金に付加年金が上乘せされます。付加年金の額は、200円×付加年金納付月数（12カ月納付すれば、年2400円が上乘せ）。

### ◇寡婦年金

第1号被保険者の納付済期間などが25年以上ある夫（婚姻期間10年以上）が老齢基礎年金や障害基礎年金を受けずに亡くなったときに、生計を維持されていた妻が60歳から65歳になるまでの間受給できます。

### ◇死亡一時金

第1号被保険者として保険料を3年以上納めた方が、老齢基礎年金や障害基礎年金を受けずに亡くなったとき、生計が同一だった遺族が受けられます。

#### 〈その他〉

### ◇特別障害給付金制度

65歳未満の方で、平成3年3月以前に学生だった方、昭和61年3月以前に厚生年金・共済組合加入者の配偶者だった方で、国民年金に任意加入しなかった期間に初診日があり、現在、障害基礎年金の1、2級相当の障害の状態にあり、障害年金などが受給できない方が受けられます（所得制限など要件があります）。

#### 【受付時間】

①＝月～金曜日、午前9時～午後8時／第2土曜日、午前9時～午後5時  
②③＝月曜日（祝日の場合は火曜日）、午前8時30分～午後7時／火～金曜日、午前8時30分～午後5時15分／第2土曜日、午前9時30分～午後4時。（いずれも祝日、12月29日～1月3日は除く）

●日本年金機構ホームページ <http://www.nenkin.go.jp>での電子申請、または、ID・パスワードによる年金個人情報提供サービスも利用できます。

**区からのお知らせ**  
SUGINAMI INFORMATION  
住まう・まち

**都営住宅入居者を募集**

**◆募集戸数**

①一般募集住宅 (家族向・単身者向) 1500戸

②定期使用住宅 (若年ファミリー向) 740戸

③定期使用住宅 (多子世帯向) 10戸

④若年ファミリー向 50戸

◆申込書・募集案内の配布期間  
11月5日(火)～14日(木) (各配布場所の休業日を除く)

◆申込書・募集案内の配布場所  
住宅課(区役所西棟5階)、区役所1階ロビー、福祉事務所、

**11月11日～30日**  
**区立施設の再編整備および使用料等の見直しに関する区民アンケートを実施します**

区立施設の再編整備については企画課施設再編・整備担当、使用料等の見直しに関することは財政課

「区立施設の再編整備」および「使用料等の見直し」について、区では本年9月に素案(中間のまとめ)を作成し、議会等での意見を踏まえたうえで、現在、「杉並区立施設再編整備計画(第一期)(平成26～33年度)・第一次実施プラン(平成26～30年度)(素案)」および「使用料等の見直し(素案)」を作成しています。

この2つの素案について、区民の皆さんの幅広いご意見をお聞きし、今後も計画案策定の参考とさせていただきます。上記アンケートを区ホームページで実施します。ぜひ、ご回答ください。

【実施期間】11月11日(月)～30日(土)

詳細は、区ホームページ「区からのお知らせ」をご覧ください。

※同内容のアンケートは無作為に抽出した区民1000名にも郵送で依頼します(11月8日発送予定)。

区民事務所・分室、駅前事務所(平日夜間と休日は区役所の夜間・休日受付で配布します)。  
また、申込書の配布期間中のみ、J-K区東京(東京都住宅供給公社)ホームページ <http://www.to-kousya.or.jp/>からも取り出せます。

―(いすれも)―

◆申込書を募集案内添付の専用封筒に入れて、11月18日(必着)までに郵送(渋谷郵便局留)

◆J-K区東京(東京都住宅供給公社)募集センター都営募集課  
☎349818894。配布期間中は、☎057010108

10(いずれも土・日曜日は除く)または住宅課住宅運営係

住宅の耐震無料相談会

◆内建物の耐震診断や耐震改修の無料相談会  
11月13日(水)午後1時～4時(毎月1回。次回は12月11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)区役所1階ロビー(当日、直接会場へ)まちづくり推進課耐震改修担当(他)①図面などがある場合は持参してください②木造住宅の耐震診断や耐震改修を強く勧める業者がいますが、区とは一切関係がありません。不審に思ったら早めに区へお問い合わせください

**採用情報**

**●特別区立幼稚園職員**

妊娠出産休暇・育児休業補助教員採用候補者(登録者)

内臨時的任用教員(幼稚園)

▽勤務場所  
特別区の区立幼稚園(大田区を除く)▽資格  
①次

幼稚園教諭普通免許状を有する②国公私立幼稚園の正規任用教員(特別区の区立幼稚園臨時的任用教員は含むが非常勤講師は含まず)として1年以上の経験がある③昭和28年4月2日以降に生まれた▽選考  
書類・面接選考(面接は新規募集者と区立幼稚園の臨時的任用教員として最近5年間に勤務実績のない方のみ)④12月2日(月)・3日(火)に必要書類(募集案内を参照)を、特別区人事・厚生事務組合教育委員会事務局人事企画課採用選考担当へ本人が持参。更新する方で過去5年間に応募職種の仕事実績がある方のみ郵送可(11月22日の消印有効)▽募集案内の配布場所  
同担当または23区の教育委員会事務局(特別区人事・厚生事務組合教育委員会事務局人事企画課採用選考担当(〒102-0072千代田区飯田橋3-15-1東京区政会館17階 ☎5210-98857))

**募集します**

ファミリーサポートセンター協力会員

内保育施設等への送迎やそれに伴う子どもの預かり、保護者の外出時などの子どもの一時的な預かり(預かりは、基本的に協力会員の自宅)等▽謝礼  
1時間800円(早朝・夜間1000円)対心身ともに健康な20歳以上の方  
☎電話で、杉並区社会福祉協議会杉並ファミリーサポートセンター ☎53471021へ(会員登録後、11月19日(火)の研修会に参加していただきます)

**施設情報**

ケア24松ノ木の一時移転は終了しました

ケア24松ノ木は建物工事のため一時移転していましたが、10月28日(月)から、松ノ木3-3-4に戻りました(電話番号は変更ありません)。

ケア24松ノ木 ☎3318-8530

上荻四丁目公園ができました

上荻ひかり緑地(上荻4-14-54 面積125.30㎡)を新たに開園しましたので、ご利用ください。

園みどり公園課管理係

**税金**

住民税(特別区民税・都民税) 夜間電話相談

やむを得ず期限までに納付できない方や昼間に納税課へ連絡できない方を対象に、住民税の

**いじめ専用電話相談の無料電話番号新設**  
10月15日から、「すぎなみいじめ電話レスキュー」(いじめ専用電話相談)にこれまでの番号(有料)に加え、無料電話番号を新設しました。ご相談の際はこちらの無料電話番号も併せてご利用ください。  
無料電話 ☎0120-949-466  
月～金曜日 午前10時～午後7時(祝日、年末年始を除く)

納付相談を受け付けます。  
時11月25日(月)午後5時～8時  
30分間納税課 ☎53071063457  
年末調整・給与支払報告書などの説明会

事業所の給与事務の担当の方などを対象に、年末調整・法定調書・給与支払報告書についての説明と諸用紙の配布を行う説明会を開催します(右下表参照)。諸用紙は、各会場で説明開始の30分前から配布します。対象地域の日時に出席できない方は、都合のよい会場にお越しください。

園当日、直接会場へ園杉並税務署 ☎33131131、荻窪税務署 ☎33921111 または区課税課特別徴収係(他)車の来場はご遠慮ください

**その他**

国の手当の額が改定されました

10月分からの手当について、支給額が改定されました。手続きは必要ありません。

①特別児童扶養手当(1級) 5万500円  
②特別児童扶養手当(2級) 3万3300円  
③特別障害者手当

〈年末調整・給与支払報告書などの説明会〉

●杉並税務署

日時	会場	対象地域
11月18日(月)	セシオン杉並(梅里1-22-32)	阿佐谷北・阿佐谷南 大宮・高円寺南 成田西・松ノ木
19日(火)		和泉・梅里・高円寺北 成田東・方南・堀ノ内 和田
22日(金)	高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5)	上高井戸・下高井戸 高井戸東・高井戸西 永福・浜田山

●荻窪税務署

日時	会場	対象地域
11月20日(水)	久我山会館(久我山3-23-20)	久我山・宮前・松庵
21日(木)	勤労福祉会館(桃井4-3-2)	今川・上井草・上荻 清水・善福寺・西荻北 南荻窪・桃井
22日(金)		天沼・井草・下井草 荻窪・西荻南・本天沼

④障害児福祉手当 2万6080円  
⑤福祉手当(経過措置分) 1万4180円  
⑥児童扶養手当 9710円～4万1140円

園①～⑤は障害者施策課障害者福祉係⑥は子育て支援課子ども医療・手当係

小児用肺炎球菌ワクチンの切り替えについて

法令改正により11月1日接種分から13種類の肺炎球菌に予防効果のあるワクチンに変わります。ワクチンが変わっても従前どおりのスケジュールで接種してください。

園杉並保健所保健予防課 ☎39111025

11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。時11月16日(土)午後1時～4時

園区政相談課(区役所東棟1階) 園土地・建物・相続・その他法

律上のこと定6名(申込順。1人30分) 費無料(11月11日(月)～15日(金)の午前8時30分～午後5時までに、専門相談予約専用電話 ☎530710617 または区政相談課窓口で予約) 園区政相談(他)法律相談は、月～金曜日午後5時実施しています(事前予約制)

書類と手続き・社会保険・行政に関する相談会

①相続、金銭問題などの法的書類の作成手続きを行政書士が②年金・社会保険の相談を社会保険労務士が③国の仕事に対する要望・苦情を行政相談委員がお受けします。

時11月8日(金)午後1時～4時

園区役所1階ロビー(行政相談は区政相談課(東棟1階) 費無料) 園当日、直接会場へ(園東京都行政書士会杉並支部 ☎0120-5671537、東京都社会保険労務士会中野杉並支部 ☎34113080 または区政相談課(他)関係資料がある場合は持参してください

もったいない! 捨てちゃう前に! 買う前に!  
**杉並区リサイクルひろば高井戸**

リユース、リサイクルを応援します!

**\*家具のリユース\***

リユースできる家具を引き取ります。  
 引き取った家具は、補修などを行い、展示販売します。  
 1階=食器棚、ダイニングテーブルなど  
 2階=タンス、学習机、ベッドなど  
 ぜひ、ご来場ください。  
 有料で、区内配送を行っています。

**\*食器などのリユース\***

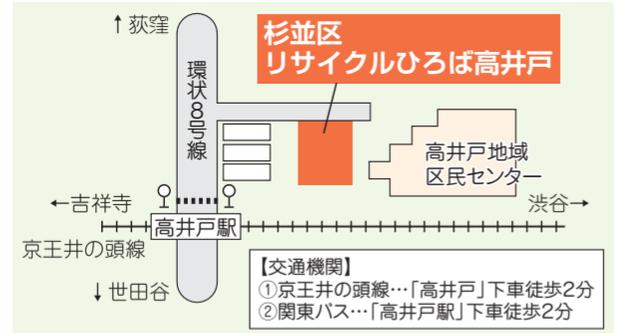
不用品の持ち込みの際には、ひび割れや汚れ等が無いものをご持参願います。  
 1階にて、お鍋、お皿、コーヒーカップ、グラス、花瓶など、さまざまな家庭用品を展示しています。

**\*衣類・雑貨などのリユース\***

衣類の持ち込みに関しましては、季節ものを受け付けています。  
 3階にて、季節の衣類を展示しています。着物や子ども服、靴、バッグなど、さらには、布地、毛糸、アクセサリ、文具などの雑貨類も展示しています。

区とNPO法人との協働で、ごみの削減を図り、  
**環境保全を目的とします**

不用になった家具や衣類・雑貨などのうち、まだ使えるものは、ぜひご提供ください! また、気に入った品物の購入もできます。



〒168-0072高井戸東3-7-4  
 ☎3331-4360 FAX5336-7351  
 ▷営業時間=午前10時~午後6時(3階は4時まで)  
 ▷休館日=水・木曜日

●こちらをご利用ください●  
**【不用品情報コーナー】** <http://www.ecosuginet.jp/>  
 譲りたい方、譲ってほしい方が、それぞれ登録し、ご活用いただく不用品斡旋のシステムです。  
**【高井戸以外にも…】** あんさんぶる荻窪(荻窪5-5-13)4階衣料・雑貨を扱う第二店舗工コマーケッ荻窪もご利用ください。(水・木曜日休館 午前10時~午後4時営業)  
 ☎NPO法人すぎなみ環境ネットワーク ☎5347-2255

食の安心・安全 消費生活特別講演会

~えらぶ・つくる・たべる~  
**五感でやさいを知りつくす**  
**プロからのおいしいメッセージ**

健康な食生活に欠かせない野菜。旬の野菜をおいしく食卓に取り入れるための「学び」がぎっしり詰まった「やさい塾」の出張講座です。農業の現状をはじめ、野菜の知識、目利き方法、調理のワザ、レシピなど、毎日の食生活にすぐに役立つヒントをお伝えします。



▲内田悟氏

☎12月3日(火)午後1時30分~3時30分(場)座・高円寺(高円寺北2-1-2) (師)やさいのコンサルタント・内田悟(18歳以上の方)定250名(申込順) (費)無料(申)込・☎電話で、消費者センター ☎3398-3141へ

**旧料金の事業系ごみ処理券は**  
**新しい券と交換できます**

事業系有料ごみ処理券は、料金改定に伴い、11月1日(金)以降新しいごみ処理券のみ使用できます。旧料金の事業系ごみ処理券が残っている場合、新料金との差額をお支払いの上、新しい券と交換します(1枚単位で交換できます)。交換場所は以下のとおりです。

▷交換場所=ごみ減量対策課管理係(区役所西棟7階)、杉並清掃事務所(成田東5-15-20)、杉並清掃事務所方南支所(方南1-3-4)

〈事業系有料ごみ処理券の料金〉

券種	旧料金	新料金	差額
10ℓ券(1セット10枚)	610円	690円	80円
20ℓ券(1セット10枚)	1220円	1380円	160円
45ℓ券(1セット10枚)	2740円	3100円	360円
70ℓ券(1セット5枚)	2135円	2415円	280円

☎ごみ減量対策課、杉並清掃事務所 ☎3392-7281・同方南支所 ☎3323-4571

仕事と家庭の両立を支援する積極的な取り組みや、子育て支援に関する積極的な地域貢献を行っている区内企業・事業者を、「子育て優良事業者表彰」候補者として推薦してください(自薦・他薦を問いません)。  
 募集要件など詳細は、募集案内をご覧ください(区ホームページ)からご覧になれます。  
 なお受賞者には、表彰を称えるステッカー(右下図)を区が作成しますので、掲示をお願いいたします。  
 また、すぎなみ子育てサイト <http://www.suginanikosodate.jp/>の「コラム」では、昨年度の受賞事業者の取り組みや表彰式の様子をご覧いただけます。

◆候補者を募集する各賞  
 ①最優良賞:以下の(1)(2)が、他の模範であると認められる事業者など  
 (1)仕事と育児・介護が両立できる制度を持ち、多様でかつ柔軟な働き方を社員などが選択できるような取り組みを積極的に行っている事業者など  
 (2)地域貢献その他子育て支援に関し、有益な取り組みを行っている事業者など  
 ②優良賞:前述の(1)に当てはまる事業者など  
 ③特別奨励賞:前述の(2)に当てはまる事業者など  
 ◆応募方法  
 所定の応募用紙(子育て支援課(区役所東棟3階)で配布。区ホームページからも取り出せます)を、12月2日(必着)までに子育て支援課管理係 FAX 530710686へ郵送またはファクス。



▲受賞者には表彰を称えるステッカーを区が作成します

**「杉並区子育て優良事業者表彰」候補者募集**

子供・子育てにやさしい事業者の普及促進を目指し、「杉並区子育て優良事業者表彰」候補者を募集します。

問い合わせは、子育て支援課管理係へ。



▲オレンジリボンには、児童虐待防止のメッセージが込められています

児童虐待は社会全体で解決すべき問題です 11月は児童虐待防止推進月間です

# さしのべた その手がこどもの命綱

—問い合わせは、子ども家庭支援センター（阿佐谷南1-14-8 ☎5929-1902）へ。

## 虐待の背景には子育ての孤立があります

### 子育て中のお母さん・お父さんへ～ひとりで抱え込まないで



子育てが思いどおりにいかずにイライラしてしまう、子どもをかわいいと思えない…こんな気持ちで不安な方はいませんか。それは決してあなただけではありません。一人で悩まず、ご相談ください。

### 子ども家庭支援センター相談専用窓口（ゆうライン）

## ☎5929-1901

月～土曜日（祝日・年末年始を除く）午前9時～午後7時 電話または面接で相談できます

### 発達や教育、生活に関する悩みなどは、次の機関でも相談できます

- ◇子どもの心身の発達の遅れやその心配について
- 子ども発達センター ☎5317-5661
- 児童発達相談係 ☎5307-0371

月～金曜日（祝日、年末年始を除く）午前9時～午後5時

- ◇子どもの教育に関する悩みや心配事について  
特別支援教育課（済美教育センター内）
- 来所教育相談（予約制） ☎3311-1921  
月・水・金曜日、第2・4土曜日午前9時～午後5時  
火・木曜日午前9時～午後7時
- 電話教育相談（匿名可） ☎3317-1190  
午前9時～午後5時

- ◇妊娠・出産・子育て・健康について  
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）
  - ◇生活にお困りの方は  
福祉事務所（荻窪 ☎3398-9104 / 高円寺 ☎5306-2611 / 高井戸 ☎3332-7221）
- 月～金曜日（祝日、年末年始を除く）午前8時30分～午後5時



## 虐待を発見した・虐待かもしれない～子育てを地域で支えましょう

保護者にとっては「しつけ」のつもりのようなことも、子どもにとって有害ならば「虐待」です。

### 「悪いことをしたらたたく」

暴力は歯止めがきかなくなったり、大きなケガにつながる可能性があります。

### 「言葉によるおどし」

子どもに恐怖感を植えつけ自尊心を奪ってしまいます。

ほかにこんなことも…

- 衣食住の世話をしない。
- 学校に行かせない。
- きょうだいで差別をする。
- 子どもの前でDVを行う・見せる
- 子どもに性的行為をする・させる



相談・連絡先

**子ども家庭支援センター**  
☎5929-1902  
月～土曜日（祝日、年末年始を除く）  
午前8時30分～午後7時

**東京都杉並児童相談所** ☎5370-6001  
平日（午前9時～午後5時）  
**東京都児童相談センター** ☎5937-2330  
上記以外の土・日曜日、祝日、夜間

緊急・夜間

警察 110番  
杉並警察署 ☎3314-0110  
高井戸警察署 ☎3332-0110  
荻窪警察署 ☎3397-0110

連絡は匿名で行うことも可能です。連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。あなたの相談・連絡が子どもを守るとともに、子育てに悩む保護者を支援するための大きな一歩となります。

## 子ども家庭支援センターでは次の事業も行っています

### ひとり親家庭への支援

母子自立支援員やひとり親自立支援プログラム策定員等が支援します。  
★ひとり親相談 ★就労支援 ★ひとり親家庭等ホームヘルプサービス  
★ひとり親家庭休養ホーム ★母子福祉資金の申請案内等  
【相談・問い合わせ】子ども家庭支援センター ☎5929-1902

### 訪問育児サポーター

1歳未満のお子さんのいる家庭をサポーターが訪問し、お話を聞いたり育児技術のアドバイスをします。杉並区社会福祉協議会に委託しています。  
【申し込み・問い合わせ】杉並区社会福祉協議会 ☎5347-1018

### 子どもショートステイ

保護者の方が病気・出産・冠婚葬祭などで一時的にお子さんを養育できない時に、区内の児童養護施設、乳児院で宿泊でお預かりします。  
【対象】0歳～12歳  
【期間】1回7日まで（年度内の合計は、子ども1人につき28日以内）

### 産前・産後支援ヘルパー

産前・産後の家事や育児の支援が必要な家庭をヘルパーが訪問します。利用条件などはお問い合わせください。

### ファミリー・サポート・センター

短時間のお子さんの預かりや送迎等について、援助を希望する利用会員と、援助を提供する協力会員との相互援助事業です。杉並区社会福祉協議会に委託しています。  
【申し込み・問い合わせ】杉並ファミリー・サポート・センター ☎5347-1021

【申し込み・問い合わせ】ゆうライン ☎5929-1901

## ◆ 25年度区民健康診査・がん検診などのお知らせ ◆

問い合わせは、杉並保健所健康推進課(荻窪5-20-1 ☎3391-1015)へ。

全ての健(検)診の対象年齢は、25年度(25年4月～26年3月)中に誕生日を迎えた満年齢です。各健(検)診とも、実施医療機関等(受診券(票)に実施医療機関一覧表を同封)で実施します。また、区ホームページで実施医療機関一覧がご覧になれます。

◇**区民健康診査**◇ 健康の維持・増進には、適度な運動や健全な食生活とともに、健康状態をチェックすることが大切です。健康づくり、生活習慣の改善に区民健康診査をお役立てください。生活習慣病などで入院・加療中の場合は、受診する必要はありません。

健診区分	対象者	受診期間	健診内容と費用	最終申込締切(必着)
①成人等健診 ※1	30～39歳で職場などの健診を受ける機会がない区民の方	【10月～3月生まれ】 26年1月31日まで (受診券は9月末に郵送しました)	<b>★全員に実施(無料)</b> ■問診 ■計測(身長・体重・腹囲) ■血圧測定 ■血液検査 ■尿検査 <b>★医師が必要と認めた場合に実施</b> ■貧血検査 ■心電図 ■眼底検査(65歳未満の方は実施基準があります) <b>★希望する方に有料で実施</b> ■胸部X線検査(300円)…30～64歳(65歳以上の方は無料で実施。肺炎や結核などを調べます) ■大腸がん検診(200円)…40歳以上 ■前立腺がん検査(500円)…50・55・60・65・70歳(区内の指定医療機関でのみ実施)	12月13日(金)
②特定健診 ※2	40～74歳で杉並区国民健康保険に加入している方			ハガキ等による申し込みは必要ありません
③後期高齢者健診 ※3	後期高齢者医療制度に加入の区民の方			

※1.成人等健診で22～24年度中の受診期間中に1回以上受診した方は、ハガキ等による申し込みは必要ありません。  
 ※2.40～74歳で杉並区国民健康保険以外の医療保険に加入の方は、各医療保険者(健康保険組合・協会けんぽ・国保組合など)が実施する特定健診を受診してください。ご不明な点は、各医療保険者または事業所などにご確認ください。  
 ※3.25年度中に75歳の誕生日を迎える方で杉並区国民健康保険に加入していない方は、杉並保健所健康推進課へお問い合わせください。

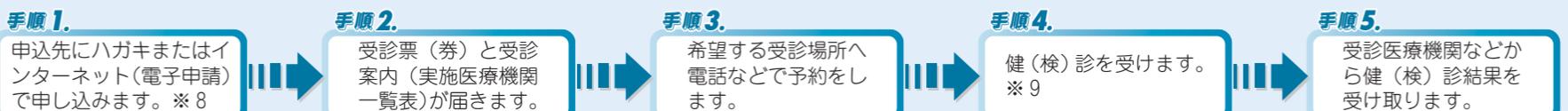
◇**がん検診**◇ がんの早期発見と早期治療のために、各種がん検診を実施しています。職場などで受診の機会がない方が対象です。がん検診は、異常の有無を判断するものです。自覚症状のある方は、診察をお勧めします。なお、今年度から、各がん検診が500円以下で受診できるようになりました。

検診名	対象者	受診期間	検査内容	費用	申込方法・締切日(必着)など	最終申込締切(必着)
胃がん検診 ※4	35歳以上	杉並保健所3階実施分 26年3月15日までの木・金・土曜日(祝日等を除く) 指定医療機関実施分 26年1月31日まで	胃X線検査	500円	<b>■申込方法</b> 次のいずれかの方法でお申し込みください。 ①インターネット(電子申請) または ②ハガキ ③窓口(杉並保健所健康推進課) <b>■締切と受診票の発送</b> 締切日=毎週金曜日 【翌週水曜日に受診票を郵送します】	杉並保健所3階実施分 26年1月24日(金)
肺がん検診	35歳以上	26年1月31日まで	胸部X線検査 喀痰細胞診検査 ※5	500円		12月13日(金)
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	26年2月28日まで	視診・内診 頸部細胞診検査	500円	26年1月24日(金)	
乳がん検診 ※6	40歳以上の女性		視診・触診、マンモグラフィ検査	500円		
大腸がん検診 ※7	40歳以上	26年1月31日まで	便潜血検査(2日法)	200円	<b>〈申込方法〉</b> 検査を希望する方は、受診期間内に杉並区内の実施医療機関へ直接お申し込みください(ハガキ等による申し込みは必要ありません)。受診時に保険証をお持ちください。 ※実施医療機関は、区ホームページでもご覧になれます。	
前立腺がん検査 ※7	50・55・60・65・70歳の男性		採血によるPSA検査	500円		

※4.次の方は申し込みをご遠慮ください①胃の手術を受けたことがある②現在、胃および十二指腸の疾病治療中または経過観察中③妊娠中または妊娠の可能性がある。  
 ※5.肺がんのリスクが高いと医師が判断した方のみ実施。  
 ※6.次の方は申し込みをご遠慮ください①乳腺科の疾病治療中・手術後・経過観察中②妊娠中・授乳中・断乳直後(6カ月以内)③豊胸術および水頭症シャント術をしている④心臓ペースメーカーを入れている。  
 ※7.区民健診受診対象の方は、区民健診と同時受診となります。区民健診予約の際、併せて医療機関(前立腺がん検査は杉並区内の医療機関のみ)にお申し込みください。ハガキ等による申し込みは必要ありません。

### ◆ 申し込みから受診まで(成人等健診 / がん検診) ◆

【ハガキ申込先】杉並保健所健康推進課(〒167-0051荻窪5-20-1)  
 【インターネット(電子申請)】右下の「インターネット(電子申請)による申込方法」をご覧ください  
 【記載事項】(1)住所(2)氏名(フリガナ)(3)生年月日(4)年齢(5)性別(6)電話番号(7)希望健(検)診名



※8.ハガキは1人1枚。がん検診はまとめて1人1枚で申し込みます(ハガキ等の申し込みが必要ない健(検)診があります)。※9.各健(検)診の費用は、受診する窓口でお支払いください。なお、生活保護または中国残留邦人等の生活支援給付を受給している方は費用が免除されます。受診前に免除の申請が必要です。杉並保健所健康推進課へお問い合わせください。※各がん検診ごとに対象年齢などが違います。確認の上、記入してください。対象外の方が申し込みをした場合、受診票は送付しませんのでご注意ください。

◇**成人歯科健康診査・眼科検診**◇ 成人歯科健康診査は歯周疾患の早期発見・治療や口腔の健康保持・改善のために、眼科検診は緑内障と加齢黄斑変性の早期発見・治療を目的に実施しています。対象者には受診券を郵送しますので、ハガキ等による申し込みは必要ありません。

健(検)診名	対象者	受診期間	費用	検査内容など
成人歯科健診	20・25・30・35・40・45・50・60・70歳	12月28日まで	無料	問診、口腔内診査、健診結果判定に基づく指導(1回) 昨年度の歯科健診がどのように役立てられたかを調査(聞き取りなど)し、歯科保健指導を行います。受診した医療機関から連絡します
成人歯科健診再評価調査	24年度に成人歯科健診を受診した方(60・70歳受診者を除く)			
眼科検診	40・45・50・55・60歳	26年1月31日まで (受診券は9月末に郵送しました)	300円	問診、眼圧測定・眼底検査、細隙顕微鏡検査

### がん検診推進事業(乳がん・子宮頸がん・大腸がん検診)のお知らせ

この事業は、がん検診受診率50%以上を目標とした国の施策に基づき、区が行う検診です。以下の対象年齢の方に無料クーポン券をお送りします。年齢は前年度に迎えた年齢です。区が従来より行っている健(検)診と年齢の数が違います。

検診名	対象年齢	生年月日	乳がん・子宮頸がん検診	大腸がん検診
子宮頸がん検診(女性のみ)	20歳	平成4年4月2日～5年4月1日	対象の方にはがん検診無料クーポン券などを5月末に郵送しました。ハガキ等による申し込みは必要ありません。	①対象年齢で、区民健診の対象の方(杉並区国民健康保険加入) ▷がん検診無料クーポン券は、区民健診の受診券とあわせてお送りします。区民健診と同時に大腸がん検診を受診する際にご利用ください。 ②対象年齢で、区民健診の対象ではない方(社会保険加入など) ▷がん検診無料クーポン券を5月末に郵送しました。実施医療機関へ直接お申し込みください。受診時に保険証をお持ちください。 ※①②ともハガキ等による申し込みは必要ありません。 受診期間は26年1月31日までです。
	25歳	昭和62年4月2日～63年4月1日		
	30歳	昭和57年4月2日～58年4月1日		
	35歳	昭和52年4月2日～53年4月1日		
乳がん・子宮頸がん検診(女性のみ) 大腸がん検診	40歳	昭和47年4月2日～48年4月1日	受診期間は26年2月28日までです。	
乳がん検診(女性のみ) 大腸がん検診	45歳	昭和42年4月2日～43年4月1日	受診期間終了間際は大変混み合います。お早めの予約、受診をお勧めします。	
	50歳	昭和37年4月2日～38年4月1日		
	55歳	昭和32年4月2日～33年4月1日		
	60歳	昭和27年4月2日～28年4月1日		

※検査内容は、上記の杉並区がん検診と同じ内容です。なお、4月20日以降に転入した方で前住所で受診できなかった方、加入保険の変更等でクーポン券が届いていない方は、杉並保健所健康推進課へご連絡ください。

### インターネット(電子申請)による申込方法

がん検診・成人等健診は、24時間インターネットを利用してパソコン、携帯電話などから申し込みができます。このサービスは、「電子申請サービス(e-tokyo)」を利用して実施しています。

- **パソコンからの申込方法**  
区ホームページ「インターネットによる申込など」から電子申請(がん検診・介護保険関連など)からアクセスしてください。
- **携帯電話、スマートフォンからの申込方法**  
QRコードからアクセスしてください(一部対応していない機種があります)。  
【利用方法の問い合わせ】  
電子申請・届出サービスコールセンター ☎0570-00-5353(平日午前8時30分～午後5時15分)



● ○ ● **これから妊娠を望む方、不妊に悩む方へ** ● ○ ●

**妊娠に関する講座や専門相談と特定不妊治療費の助成のご案内**

不妊に悩むカップルは10組に1組といわれています。現代において、不妊は特別なことではなく誰にでも起こりうることです。区では、不妊に悩む区民の方が気軽に受けられる相談と特定不妊治療費の助成制度を行っています。ひとりで悩まず、まずは気軽にご相談ください。

——問い合わせは、各保健センターまたは杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015へ。

**特定不妊治療費の助成**

区では、「東京都特定不妊治療費助成」の承認決定を受けている方に対して、特定不妊治療費の一部を助成しています。  
 ▷助成内容=治療1回につき5万円を限度に、初年度3回まで、次年度以降は2回まで通算5年度計10回まで(東京都の助成制度と同じ)

対象者・申請方法等については区ホームページ等でご確認ください。

東京都福祉保健局 不妊治療費助成  
 杉並区 不妊治療費助成

**不妊・不育症ホットライン**

東京都が行っている体験者などによる電話相談です。

☎3235-7455  
 毎週火曜日 午前10時～午後4時  
 (祝日、年末年始を除く)

**妊娠を望む方・不妊に悩む方へ講座などを開催しています**

詳しい開催日時などはお問い合わせまたは、区ホームページをご覧ください。11月開催の講座の詳細については、右記をご覧ください。

**妊娠を望む方のための基礎講座**

☎11月20日(休)午後1時30分～4時30分 杉並保健所(荻窪5-20-1) 内・師妊娠力アップのための基礎知識(妊婦クリニック・看護師)、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)、お話し(PICA不妊ピア・カウンセラー) 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) 定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)

**11月の不妊専門相談**

不妊についての専門的な相談に応じます。  
 ☎11月27日(休)午後1時30分～4時(予約制) 杉並保健所 区内在住・在勤の方 定4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)

**杉並区シルバー人材センター パソコン教室**

時・場・内・定・費 下表のとおり 年齢制限なし。全回参加できる方。2名以下の場合には中止することがあります(0107・2107・4109はデジタルカメラとUSBケーブルを持参できる方。7072・7073・7172・7173はWindows 8 がインストールされたパソコンを持参できる方) 申込ハガキ(15面記入例参照)に教室名・コース番号(第2希望まで)・

昼間の連絡先・キャンセル待ちの有無も書いて、12月分は11月15日、26年1月分は12月13日(いずれも消印有効)までに杉並区シルバー人材センター清水分室(〒167-0033 清水3-22-4-2階)へ 同分室 ☎3394-2253 他 自宅パソコンでの個人指導や各種設定の出張サービスを1時間1980円で受け付けています

●清水教室(清水3-22-4-2階) 定各7名(抽選)			
分類	コース名・内容・費用	月日/時間	番号
入門	入門1・楽しいぞ!パソコン(7・V)▷パソコンをこれから始める方向け 費8900円	11月26日～12月17日 毎週(火)の午前	1201
	入門2・できるぞ!イラスト入り文書(7・V)▷文字入力を習います 費各8900円	11月28日～12月19日 毎週(木)の午前 26年1月7日～28日 毎週(火)の午前	1202 0102
ワード	ワード入門(7・V)▷初めてワードを使う方向け 費8900円	26年1月9日～30日 毎週(木)の午前	0105
	ワード初級(7・V)▷簡単な編集、文書作成 費各8900円	26年1月6日～2月3日 毎週(月)の午後(1月13日除く) 26年1月7日～28日 毎週(火)の午後 26年1月10日～31日 毎週(金)の午後	0110 0130 0160
	ワード中級(7・V)▷ワードのさまざまな機能を使い、文書作成 費8900円	11月29日～12月20日 毎週(金)の午前	1215
	エクセル初級(7・V)▷住所録の作成、グラフの作成 費各8900円	11月27日～12月18日 毎週(水)の午後 26年1月6日～2月3日 毎週(月)の午前(1月13日除く) 26年1月10日～31日 毎週(金)の午前	1206 0106 0126
エクセル	エクセル中級(7・V)▷データベース、関数と数式 費各8900円	11月27日～12月18日 毎週(水)の午前 26年1月8日～29日 毎週(水)の午後	1216 0116
	インターネット(7・V) 費8900円	26年1月8日～29日 毎週(水)の午前	0103
趣味	初めてのデジカメ(7・V)▷デジカメ写真をパソコンへ取り込み・印刷 費8900円	26年1月9日～30日 毎週(木)の午後	0107
	パソコンで年賀状を作ろう(ワード、7・V) 費各6700円	12月2日～16日 毎週(月)の午後 12月3日～17日 毎週(火)の午後	1211 1231
	筆ぐるめで作る年賀状(7・V) 費各6700円	12月2日～16日 毎週(月)の午前 11月28日～12月12日 毎週(木)の午後	1217 1237
	家族に贈るおしゃれなクリスマスカード(7・V) 費各2300円	12月6日(金)の午後	1244
		12月13日(金)の午後	1245
		12月19日(木)の午後	1246
	楽しいぞ!パソコンで麻雀(7・V) 費2300円	12月20日(金)の午後	1271

●阿佐谷教室(阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル7階) 定各7名(抽選)			
分類	コース名・内容・費用	月日/時間	番号
入門	入門1・楽しいぞ!パソコン(7・V) 費各8900円	11月30日～12月21日 毎週(土)の午後 26年1月12日～2月2日 毎週(日)の午後	3201 2101
	入門2・できるぞ!イラスト入り文書(7・V) 費8900円	26年1月11日～2月1日 毎週(土)の午後	2102
ワード	ワード初級(7・V) 費8900円	11月30日～12月21日 毎週(土)の午前 11月26日～12月17日 毎週(火)の夜間 26年1月11日～2月1日 毎週(土)の午前 26年1月12日～2月2日 毎週(日)の午前	3210 3215 2115 2135
	ワード中級(7・V) 費各8900円	26年1月7日～28日 毎週(火)の夜間 11月27日～12月18日 毎週(水)の夜間	2106 3216
	エクセル初級(7・V) 費8900円	26年1月10日～31日 毎週(金)の夜間	2107
	インターネット(7・V) 費8900円	26年1月8日～29日 毎週(水)の夜間	2103
趣味	パソコンで年賀状を作ろう(ワード、7・V) 費6700円	12月1日～15日 毎週(日)の午後	3211
	筆ぐるめで作る年賀状(7・V) 費各6700円	11月29日～12月13日 毎週(金)の夜間 12月1日～15日 毎週(日)の午前	3217 3237
	家族に贈るおしゃれなクリスマスカード(7・V) 費2300円	12月20日(金)の夜間	3244
	デジカメ活用(写真の取り込み・修整・ムービー作成(7・V))▷お気に入りの写真で、スライドショー・ムービー作り 費8900円	26年1月10日～31日 毎週(金)の午前	4109

●方南教室(方南1-3-4-2階) 定各5名(抽選)			
分類	コース名・内容・費用	月日/時間	番号
入門	入門2・できるぞ!イラスト入り文書(7・V) 費各8900円	11月29日～12月20日 毎週(金)の午後 26年1月6日～2月3日 毎週(月)の午前(1月13日除く)	5202 4102
	ワード入門(7・V) 費8900円	26年1月10日～31日 毎週(金)の午後	4105
ワード	ワード中級(7・V) 費8900円	26年1月6日～2月3日 毎週(月)の午後(1月13日除く)	4115
	デジカメ活用(写真の取り込み・修整・ムービー作成(7・V))▷お気に入りの写真で、スライドショー・ムービー作り 費8900円	26年1月10日～31日 毎週(金)の午前	4109
趣味	パソコンで年賀状を作ろう(ワード、7・V) 費6700円	11月29日～12月13日 毎週(金)の午前	5211
	筆ぐるめで作る年賀状(7・V) 費6700円	12月2日～16日 毎週(月)の午前	5217
	家族に贈るおしゃれなクリスマスカード(7・V) 費各2300円	12月9日(月)の午後	5244
		12月16日(月)の午後	5245
12月20日(金)の午前		5246	

※1. Windows 7 または Windows Vista を使用する場合は (7・V) と表記しています。  
 ※2. Windows 7 は Microsoft Office「2010」を、Windows Vista は「2007」を使用します。  
 ※3. 午前=10時～正午、午後=1時～3時、夜間=6時30分～8時30分。  
 ※4. 受講料はテキスト代を含みます。

# 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

★杉並ねっこワーク「和田堀プレーパーク」  
 11月10日(日)午前10時30分～午後4時  
 (雨天中止) 都立善福寺川緑地・緑陰広場(成田東2丁目) 木工、ロープワーク、たき火など 高校生以下の方 無料(申込)当日、直接会場へ 杉並ねっこワーク・小林 ☎070-6512-2672 (午後7時～9時) 汚れてもいい服装で、着替え・飲み物・お弁当などを自由に持参してください

★プロップK文化祭～老若男女！老いも若きもみんな一緒に楽しみましょう  
 11月10日(日)午前11時～午後4時 浴風会(高井戸西1丁目) 内 ゆうゆう館協働事業活動の発表、地域協賛団体の出演鑑賞▷特別出演はシャンソン歌手・渡邊靖子定250名(先着順) 無料(申込)当日、直接会場へ 関NPO法人プロップK ☎3332-2011

★いずみまつり 11月16日(土)午前10時～午後3時 杉並いずみ第一(和泉4丁目) 内 イベント(鉛細工師の実演、マジック)、焼きそば・豚汁などの模擬店やバザーほか(申込)当日、直接会場へ 関NPO法人杉並いずみ ☎5377-2121

★駅からお散歩「西荻窪」 11月16日(土)午前10時～午後1時30分 集合場所＝JR西荻窪駅北口 主な散策場所＝駅周辺商店街、地蔵坂、縁結び童子、善福寺公園など 関NPO法人すぎなみムーサ ☎30名(抽選) 500円(保険料含む) (申込)ファクス(15面記入例参照)で、11月8日までにすぎなみムーサ・野田 ☎5382-4566 へ 関同団体・野田 ☎090-2912-6486

★ミュージック・ランチ 11月22日(金)10時30分 杉並公会堂 内 出演＝新納益夫(コントラバス)、新納洋介(ピアノ)▷曲目＝クーセヴィツキー「コントラバス協奏曲 嬰へ短調 作品3」ほか 小学生以上の方 1000円(申込)チケット販売＝杉並公会堂 ☎5347-4450 関ピティナ ☎3944-1583

★魔法陣作品展 11月23日(土)午後1時～5時、24日(日)午前11時～午後4時＝魔法陣(阿佐谷南3丁目) ②11月23日(土)午後1時～5時＝mahoujin(阿佐谷北2丁目) 内 機織り製品等の展示・即売、イトインほか 無料(申込)当日、直接会場へ 関①魔法陣 ☎3393-5522 ②mahoujin ☎5356-6221

★杉並ワールドカフェ・サロン～もし、杉並区の100人と“ともだち”だったら  
 11月24日(日)午後2時～5時 永福和泉地域区民センター 内 世代・立場・国籍を超えた交流▷テーマ＝杉並区や身近な生活に関すること 区内在住・在勤・在学の方ほか 関40名(申込順) 300円(茶菓子代含む) (申込)Eメール(15面記入例参照)に性別・国籍も書いて、ISP ☎info@i-suginami-project.org へ 関同団体・山ノ内 ☎090-9248-7322 関ホームページ ☎http://www.w.i-suginami-project.org/

★西高の夕べ TALK&MUSIC 11月24日(日)午後2時～4時30分 杉並公会堂 内 講演＝DREAM夢があるから強くなる(日本サッカー協会名誉会長・小倉純二)▷演奏＝「杉並から世界へ」(西高OB吹奏楽団) 区内在住・在勤・在学の方および西高関係者定1000名(先着順) 無料(申込)当日、直接会場へ 関西高会 ☎3332-1688

★家庭教育講座・障害について知ってほしい～映画「ぼくはうみがみたくなりました」  
 12月7日(土)午後2時～4時 産業商工会館 内 地域の保護者、教育関係者ほか 関

150名(申込順) 無料(申込)Eメールに行事名、氏名と電話番号を書いて、12月3日までにハッチの会・奥村 ☎miyuokumura@yahoo.co.jp へ 関同会・菅野 ☎3301-9778 (午後7時～9時)

★コア・アブラス2013コンサート 12月8日(日)午後2時～4時30分 杉並公会堂 内 出演＝コア・アブラス(合唱)▷曲目＝ブームス「ドイツ・レクイエム」op.45 オケストラ伴奏版定900名(申込順) 3000円(前売り。学生2000円) (申込) 関電話で、12月6日までにオフィス・アブラス 木田 ☎3612-1318 へ

★おもちゃのシンフォニー・はじめてのオーケストラ 12月8日(日)午後2時30分～3時10分 杉並公会堂 内 0歳から楽しめるオーケストラによるコンサート、オーケストラやおもちゃの楽器体験コーナーほか 関日本サロンコンサート協会 関区内在住の方定190名(申込順) 2700円(前売り2500円。子育て応援券利用可) (申込)Eメール(15面記入例参照)に子育て応援券利用の有無も書いて、杉並親子劇場 ☎suginamiyakegekijou@jcom.home.ne.jp へ 関杉並親子劇場・渡辺 ☎3331-4381 関3歳以下は大人の膝の上の場合チケット不要

## 講演・講座

★音楽体験 きて、みて、さわって 11月10日(日)～26年3月26日(水)午後1時30分～4時(計10回) 東田中学校ほか 内 箏・尺八・三味線・鼓や唄の体験と発表 関高市雅風ほか 小学生～高校生ほか 定25名(申込順) 2200円(申込) 関電話で、音楽プロジェクトここふた杉並・村上 ☎5347-0830(午後8時以降) へ

★放射能が心配な子育て世代のための料理教室 11月10日(日)午後1時～4時30分 永福和泉地域区民センター 内 小椋優子 関区内在住の方定22名(申込順) 1500円(材料費込み。高校生以下無料) (申込) 関電話で、NPO法人てんぐるま ☎6379-4022(火～土曜日午後2時～7時) へ

★杉並憲法の夕べ 11月15日(金)午後6時35分～9時 杉並セシオン杉並 内 ①講演＝「武装解除人」が語る集団的自衛権のほんとう(東京外語大学院教授・伊勢崎賢治) ②ヨーデルをうたう(熱田健) 関区内在住の方定550名(申込順) 1000円(前売り800円) (申込) 関電話またはファクス(15面記入例参照)で、2013杉並・憲法の夕べ実行委員会事務局 塩谷 ☎ FAX3396-3997 へ

★マンション管理セミナー～マンションの耐震診断と耐震改修 11月16日(土)午後1時30分～3時30分 阿佐谷地域区民センター 内 講演と個別相談会 関一級建築士・呼子政史ほか 関杉並区マンション管理組合役員・区分所有者ほか 定40名(申込順) 無料(申込)ファクス(15面記入例参照。年齢不要)で、11月14日までに荻窪マンション管理士会事務局 ☎5397-0686 へ 関同事務局 ☎5397-0686

★中央大学学術講演会 中国政治体制100年～民主主義は中国に適用しているか 11月16日(土)午後3時～4時45分 産業商工会館 内 中央大学経済学部教授・深町英夫 関区内在住の方および同大学卒業生定130名(先着順) 無料(申込)当日、直接会場へ 関中央大学学員会東京杉並支部・峯岸 ☎3311-2492

★榊島病院公開講座「腰の痛みにさようなら～日本を代表する脊椎外科医たちの最新治療」 11月17日(日)午前10時～午後4時 榊島病院(浜田山4丁目) 内 腰痛に対する最新の治療方法と予防方法 関榊島病院院長・小瀬忠男定300名(先着順) 無料(申込)当日、直接会場へ 関同院総務企画部 ☎3311-1198

★清川病院肝臓病市民公開講座「みんなで学ぼう 肝臓病～増えている！生活習慣病としての肝臓病」 11月17日(日)午前10時～正午 阿佐谷地域区民センター 内 関①

## 女子美からのメッセージ 作品展

# 「人とつながる・社会とつながる」～アート&デザイン活動を通して

## ヒーリングとファッション テキスタイルのちから

大学が取り組む社会連携活動から「癒し」と「衣服」に焦点をあてて、展示を中心にご紹介します。

11月21日(休)までの午前9時～午後5時(日曜日、祝日を除く) 関区役所2階区民ギャラリー 無料(申込)当日、直接会場へ 関女子美術大学企画グループ ☎5340-4556



あなどれない脂肪肝(清川病院肝臓専門医・小林稔) ②生活習慣を見直し肝臓病を予防する(清川病院院長・安田清美) 関60名(先着順) 無料(申込)当日、直接会場へ 関清川病院総務課 ☎3312-0151

★歌人「与謝野晶子」講演会 11月17日(日)午後2時～4時 関かどや小泉ふとん店内ゆかりサロン(南荻窪1丁目) 内 テーマ「晶子と白秋」 関吉祥女子中学・高等学校教諭 萩原茂ほか 定40名(申込順) 500円(申込) 関電話で、小泉 ☎3333-6778 へ

## ★杉並青色申告会

①ケガ予防のための健康体操セミナー 11月25日(月)午後2時～3時30分 産業商工会館 内 要介護予防対策運動の実践 関北見裕史 関区内在住の方定50名(申込順) 1500円(動きやすい格好で、タオルを持参してください)

②労働保険制度説明会 11月27日(水)午後2時～3時 杉並青色申告会(阿佐谷南3丁目) 関同会事務局職員 関区内在住の方定30名(申込順) 無料

③個人事業主向け弥生会計セミナー 11月28日(木)・29日(金)午前9時30分～11時30分＝事業所得の方、28日(木)午後1時30分～3時30分＝不動産所得の方 杉並青色申告会(阿佐谷南3丁目) 関事業所得または不動産所得のある方 定各回13名(申込順) 各回1000円(会員500円) 関長寿応援対象事業。弥生会計はWindowsのみの対応です

—〈いずれも〉—

(申込) 関電話またはファクス(15面記入例参照)で、①11月22日②11月26日③11月27日までに 同会 ☎3393-2831 FAX3393-2864 へ

★易しい経済講演会～米国の出口戦略とアベノミクス 11月30日(土)午後1時30分～3時30分 高井戸地域区民センター 内 元大和証券常務取締役・川口碩保 関区内在住の方定90名(先着順) 200円(申込)当日、直接会場へ 関杉の樹大学同窓会・塩澤 ☎090-5499-5712

## その他

★無料調停相談会を開催します 11月16日(土)午前10時～午後4時 西武百貨店池袋本店(豊島区) 内 離婚・子どもの養育などの家庭内の問題、金銭貸借・契約などの問題 関民事調停員、家事調停員(申込)当日、直接会場へ 関東京民事調停協会 ☎080-8898-3323

★税を考える週間(11月11日(月)～17日(日))の催し

◇講演会 11月8日(金)午後3時～4時 産業商工会館 内 税の役割と税務署の仕事～税務雑感を交えて 関杉並税務署長・荒川政明 定160名(先着順) 無料(申込)当日、直接会場へ 関杉並税務署総務課 ☎3313-1131

◇税理士による無料相談会 11月11日(月)～14日(木)午前10時～正午、午後1時～4時(1人40分) 関東京税理士会杉並支部(阿佐谷南3丁目) 内 税金の相談(事業・相続・贈与など)・帳簿の記入方法などの相談(申込) 関電話で、開催日の前日までに東京税理士会杉並支部 ☎3391-1028 へ

◇税金なんでも相談会 11月16日(土)・17日(日)午前9時～正午、午後1時～4時 関東

## すぎなみフェスタ2013

## キーワード④



11月9日(土)・10日(日)にすぎなみフェスタ2013を開催します。「広報すぎなみ」10月1日号～11月1日号および区ホームページ「すぎなみフェスタ2013特設ページ」に掲載される4つの文字を集めて、当日広報課のテント「広報すぎなみ特別号編集局」で伝えると、素敵なプレゼントが…(なくなり次第終了)。ぜひ、文字を集めて会場へお越しください。

関すぎなみフェスタ実行委員会事務局(広報課内)

京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目) 無料(申込) 関電話で、東京税理士会荻窪支部 ☎3391-0411(平日午前9時30分～午後5時(正午～午後1時除く)) へ 関①相談時間は1人45分②詳細は、同支部ホームページをご覧ください

★シルバー人材センターリサイクル自転車の販売 11月18日(月)～20日(水)午前11時～午後4時 関リサイクル自転車作業所(永福2丁目) 内 販売価格＝6500円～(申込)当日、直接同作業所へ 関同作業所 ☎3327-2287

★相続、離婚、金銭問題等書類・手続無料相談会 11月25日(月)午後1時～4時 高円寺北庚申通り商店街庚申文化会館2階(申込)当日、直接会場へ 関東京都行政書士会杉並支部 ☎0120-567-537

★女性の人権ホットライン ☎0570-070-810～強化週間

女性をめぐる人権問題の解決を図るため、相談活動を強化します。

11月18日(月)～24日(日)午前8時30分～午後7時(土・日曜日は午前10時～午後5時) 関電話相談担当者＝人権擁護委員および法務局職員 関東京法務局人権擁護部第三課 ☎5213-1234

★ホームヘルプサービス協力会員募集 内 日常生活を行うのが困難な高齢者や障害のある方への家事の援助・外出時の付き添いなど▷謝礼＝1時間800円(家事)、1時間1000円(介護) 関心身ともに健康な18歳以上70歳未満の方(申込) 関電話で、杉並区社会福祉協議会ささえあい係 ☎5347-3131 へ 関会員登録後、登録時研修に1回参加していただきます。次回は11月19日(火)です

★生徒募集！「陸上自衛隊高等工学校」

内 コース名＝①高等工学校生徒(一般)②高等工学校生徒(推薦)▷受付期間＝①26年1月10日(金)まで②12月6日(金)まで▷資格＝26年4月1日現在15歳以上17歳未満の男子で中学校卒業(見込み含む)または中等教育学校の前期課程修了者(見込み含む)／②は中学校校長の推薦などが必要 関自衛隊東京地方協力本部高円寺募集案内所 ☎3318-1358 または ☎3318-0818 関詳細は、お問い合わせください

就労を支援  
するため

### 社会適応力訓練・就労準備訓練 プログラムを開始します

杉並区就労支援センターの就労準備相談利用者で相談だけでは就職活動に自信の持てない方を対象に、日常生活習慣改善に向けた社会適応力訓練プログラムや区内協力企業などでの就労準備訓練プログラムを11月から開始します。

「昼夜逆転の生活を改善したい」「コミュニケーションや人づきあいの苦手意識を改善したい」「自立のために動き出すきっかけがほしい」そんな若者に提供するプログラムです。一人一人の状況に応じて訓練プログラムを設定し、支援員のサポートのもと継続的なメニューに取り組むことにより、少しずつステップアップしながら就労を目指します。

就労準備訓練生には、働くことを体験していただくための訓練であることから賃金はお支払いしませんが、働くことに対する対価について学んでもらうために若干の報奨金をお支払いします。

#### 〈プログラム開始までの流れ〉

就労準備相談

就労支援センターでの就労準備相談  
(就職活動に自信の持てない方が対象)

事前相談

訓練希望者と面接し、プログラムの詳細を説明します。

体験

支援員と一緒にプログラムを体験します。

登録

訓練参加の同意・登録をします。

プログラム開始

個人の支援計画に基づいて支援員のサポートのもと、実際に訓練を開始します。

- 就労準備訓練** 区内企業等での就労訓練など
- 社会適応力訓練** ボランティア活動など

【費用】 無料

【対象】 44歳以下で就労支援センターの就労準備相談を利用している方

【問い合わせ】 杉並区就労支援センタージョブトレーニング室  
桃井4-3-2 勤労福祉会館2階 ☎5311-3200  
(午前9時～午後5時。土・日曜日、祝日を除く)

【その他】 訓練期間は3～6カ月程度

### 「阿佐谷クラブ」が8人制バレーボール ウィンテージ8's(エイツ)で全国優勝しました

「阿佐谷クラブ」が、10月11日(金)～13日(日)、北海道帯広市で行われた8人制バレーボール大会「第4回全国ウィンテージ8'sバレーボール交流大会」で優勝しました。

ウィンテージ8'sは、高齢社会にむけた生涯スポーツの振興のための新たな試みとして、中高齢者が誰でも手軽に楽しめるよう、9人制バレーボールをベースに、8人制バレーボールにしたスポーツです。50歳以上の部に36チームが参加し、「阿佐谷クラブ」は決勝Bトーナメントで頂点に立ちました。おめでとうございます。

☎スポーツ振興課



▲10月16日(水)、優勝した「阿佐谷クラブ」のメンバー5名が区を表敬訪問しました

### シニアのための就業&ボランティア合同説明会

これから就業やボランティア等の社会参加を希望する高齢者を対象に、自分にあった働き方や社会参加の提案のため、講演会と杉並区シルバー人材センターとNPO法人竹箒の会による合同説明会・個別相談を行います。

時11月27日(水)午前10時～正午 陽ゆうゆう高円寺南館(高円寺南4-44-11) 内講演会「これからの生きがいを考える上でのヒントについて」、合同説明会、個別相談 師キャリアカウンセラー・中村康雄 区内在住でおおむね55歳以上の方 定30名(先着順) 費無料 申込当日、直接会場へ 高年齢者施策課いきがい活動支援係



▲中村康雄

### 11月9日(土)～15日(金) 秋の火災予防運動

#### 杉並消防署の催し

◇防火・防災のつどい 時11月8日(金)午後1時30分～4時 場セシオン杉並(梅里1-22-32) 内火災予防行政の推進功労者へ感謝状等贈呈式、明治大学チアリーディングチーム・ジャガーズによる演技、都立杉並高等学校吹奏楽部による演奏 定30名(申込順) 費無料 申込・☎電話で、杉並消防署予防課防火管理係 ☎3393-0119へ

#### 荻窪消防署の催し

◇防火のつどい 時・内11月14日(木)①午後1時～2時=火災予防行政の推進功労者へ感謝状等贈呈式②2時～4時=東京消防庁音楽隊による避難訓練コンサートおよび消防演習 場杉並公会堂(上荻1-23-15) 定②200名(申込順) 費無料 申込①当日、直接会場へ②電話で、杉並公会堂 ☎5347-4450へ 荻窪消防署予防課防火管理係 ☎3395-0119



スポーツのある暮らし  
健康の第一歩

#### 競技大会

##### ●ソフトテニス シニア・ミックス大会

時12月7日(土)午前9時～午後5時(予備日=12月14日(土)。区後援) 場松ノ木運動場庭球場(松ノ木1-3-22) 区内在住・在勤または区ソフトテニス連盟加盟クラブ員で大会当日満45歳以上の男女ペア 費1ペア3000円(当日) 申込ハガキ(15面記入例参照)で、11月21日(必着)までに区ソフトテニス連盟・田中達三(〒167-0021井草2-18-12)へ 田中 ☎3397-6239(午後7時～9時)

##### ●フレンドシップソフトバレーボール大会

時12月8日(日)午前9時～午後7時(区共催) 場上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区内在住・在勤で中学生以上の方 定36チーム(抽選) 費1チーム3000円(当日) 申込申込書(区体育施設で配布)を、11月23日(必着)までに区ソフトバレーボール連盟事務局・亀山米子(〒167-0042西荻北5-7-11-410)へ 郵送 亀山 ☎5938-8331(午前8時～10時)

##### ●区民体育祭

###### ◇キンボール交流大会

時26年1月26日(日)午前10時～午後4時 場高円寺体育館(高円寺南2-36-31) 内種目=ジュニアの部(小学生)、フレンドリーの部(中学生以上。コート内に女性2名以上が入ること) / 1チーム4名。登録は8名まで 区内在住・在勤・在学の方 費無料 申込申込書(スポーツ振興課事業係(区役所東棟6階)、区体育施設で配布)を、

③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11月1日午前8時30分からハガキ締切日まで。

11月20日(必着)までにスポーツ振興課事業係 ☎5307-0693へ 郵送、ファクスまたは持参 同係

#### スポーツ教室

##### ●親子で歩こうノルディック・ウォーク体験

時11月23日(祝)午前10時 場集合場所=スポーツハイツ(堀ノ内2-6-21) 師全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員 3km程度歩ける健康な親子(子供は5歳～小学生) 定15組(申込順) 費3000円(ボールレンタル代含む。子育て応援券利用可) 申込・☎電話で、スポーツハイツ ☎3316-9981へ 子1名につき保護者1名

##### ●荻窪体育館の教室

###### ①ピラティスナイトⅢ教室

時11月26日～26年3月11日の毎週火曜日(1)午後7時～8時(2)8時～9時 / 12月17日・24日・31日、26年2月11日を除く。各計12回 師小澤純子 費各6000円

###### ②ヨガⅡ

時12月3日～26年3月18日の毎週火曜日(1)午前10時～11時(2)11時～正午 / 12月17日・24日・31日、26年2月11日を除く。各計12回 師畑ひろみ 費各6000円

###### ③ZUMBAⅢ～ラテンのリズムに乗って

時12月4日～26年3月12日の毎週水曜日(1)午後7時～8時(2)8時～9時 / 第3水曜日、12月25日、26年1月1日を除く。各計10回 師鈴木夢子 費各5000円

場・荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2 ☎3220-3381) 区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心者の方 定各20名(抽選) 申込往復ハガキ(15面記入例参照)に(1)(2)の希望も書いて、①は11月11日、②

は11月12日、③は11月14日(いずれも必着)までに同体育館へ 定2歳～就学前の託児あり(事前申込制。1回500円。定員あり)

##### ●下高井戸運動場の教室

###### ◇冬のかけっこ番外編マラソンクリニック

③教室番号「1609」  
バルセロナ五輪400m代表・渡辺タカヒロ氏が丁寧に指導します。

時12月4日～26年1月22日の水曜日、午後5時15分～7時 / 計6回。予備日1月29日(水)、2月5日(水) 区内在住・在学の小学生 定50名(抽選) 費6000円 補助=パオパオスポーツクラブ

###### ◇ヴェルディサッカースクール短期教室Ⅱ

③教室番号「1610」  
時12月4日～26年1月22日の水曜日、午後5時15分～6時30分 / 計6回。予備日=1月29日(水)、2月5日(水) 師ヴェルディ東京コーチ 区内在住・在学で小学1～4年生 定60名(抽選) 費9000円

場・下高井戸運動場(〒168-0073下高井戸3-26-1 ☎5374-6191) 申込往復ハガキ(15面記入例参照)で、11月11日(必着)までに同運動場へ タオル、飲み物を持参してください

##### ●杉小温水プールの教室

###### ◇水中運動・入門①ウォーキングタイム②アクアビクスタイム

時12月2日(月)・16日(月)①午前10時～11時②11時～正午 師区水泳連盟講師 定各日各回30名(申込順) 費無料(入場料別) 申込各開催日の6日前から電話で、同プールへ  
◇大人のための水泳教室①泳力アップ初級コース②泳力アップ中・上級コース  
時①12月1日(日)・8日(日)・15日(日)②12月

22日(日) / いずれも午前11時～正午 ①クロール・平泳ぎ②全泳法(バタフライ・背泳ぎ含む)で泳力を伸ばし、4種目完泳を目指す 定各日10名(申込順) 費無料(入場料別) 申込各日ごとに①は開催日の1週間前から、②は11月24日から、電話で同プールへ

— (いずれも) —  
場・園杉小温水プール(和田3-55-49 ☎3318-8763(午前9時～午後5時)) 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 駐車場はありません

##### ●杉並少年・少女ラグビー教室

時11月17日(日)午後1時～3時(区後援) 場井草森公園(井草4-12-1) 区内在住・在学の幼児～中学生 定100名(先着順) 費無料 申込当日、直接会場へ 園杉並少年ラグビースクール・上西 ☎090-8685-0160(午前10時～午後10時) 区ssrs@sugami-rs.com 運動ができる服装で参加してください

##### ●弓道・アーチェリー認定講習会

弓道場を利用するには利用者証(一定の技量を認定)が必要です。安全に利用するために、段位などをお持ちでない方は講習会に参加し、認定を受けてください。認定を受けた方には技量に応じた利用者証を発行します。

時アーチェリー=11月16日(日)▷弓道=11月30日(土) / いずれも午前9時～午後1時 場上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区弓道またはアーチェリー経験がある16歳以上の方 定各36名(申込順) 費無料 申込・☎電話で、上井草スポーツセンター ☎3390-5707へ 器具一式と、弓道は道衣、アーチェリーは運動着を持参してください

## 吾妻の朝市

区の交流自治体である群馬県東吾妻町から新鮮な高原野菜などを直送販売します。

時11月14日(木)午前10時～午後1時 場区役所中杉通り側入り口前 野菜(カボチャ、ジャガイモ、ホウレンソウ、青トマトなど)、農産品(米、味噌、梅干し、蜂蜜、リンゴなど)ほか 申込当日、直接会場へ 文化・交流課 買い物袋を持参してください。混雑緩和のため、入場制限あり

### ■はじめてのボランティア説明会

これからボランティア活動を始めたい方を対象にした基本的な説明会です。

時11月26日(火)①午前10時～11時30分②午後1時30分～3時③7時～8時30分 場あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 定各回7名(申込順) 費無料 申込・ 問電話で、11月25日までに杉並ボランティア・地域福祉推進センター ☎5347-3939へ

### ■子育て支援者のスキルアップ講座

子育て支援をしていく中で、悩んだり迷ったりしていませんか? 杉並区の地域子育て支援について一緒に考え学ぶ講座です。

時12月3日(火)・4日(水)午前10時～正午 場区役所分庁舎(成田東4-36-13) 内・ 師3日=「杉並区の地域子育て支援」(子育て支援課長)、「地域での実践から学ぶ」(子育て支援団体から)▷4日=分科会「利用者の気持ちの受け止め方」(利用者の立場から子育て支援者に求めるもの)ほか 区内で子育て支援に携わっている方 定30名(申込順) 費無料 申込電話またはファクス(15面記入例参照)に所属がある場合は団体名も書いて、11月25日までに子育て支援課管理係 ☎5307-0686へ 問係

### ■小児救急普及事業～赤ちゃんの病気とホームケア

急病時の適切な対処方法、お医者さんへのかかり方、薬のことなどをお話しします。

時11月28日(木)午前10時～11時30分 場高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) 師大宮の杜小児科小児科医師・服部圭太 定1子が1歳前までの保護者 定30名(申込順) 費無料 申込・ 問電話で、高井戸保健センター ☎3334-4304へ

### ■秋の読書週間記念講演会～ことばと文字の容易ならざる関係

語源、文法・単語の区切り、読みやすさ、書くときの効率などいろいろな要求を表現している文字の働きぶりについてお話しします。

時11月30日(土)午後2時～3時30分 場西荻図書館 師大妻女子大学教授・原田龍二(右写真) 定30名(申込順) 費無料 申込・ 問電話または直接、西荻図書館(西荻北2-33-9) ☎3301-1670へ



### ■めざせ「美ママ」産後ママのためのセルフケア

赤ちゃん中心の毎日は大変ですが、産後の今だからこそ、自分の体に目を向けてみませんか。

時①11月29日(金)②12月5日(木)、いずれも午後1時30分～3時30分(計2回) 場和泉保健センター(和泉4-50-6) 内・ 師①体組成・骨密度の測定、講義「産後の体とヘルスケア」(林医院院長・稲葉貴子)②講義と試食「簡単・栄養満点ごはん」(新渡戸文化短期大学非常勤講師・堀理佐) 定産後4カ月未満の母子(申込日現在) 定20名(申込順) 費無料 申込・ 問電話で、和泉保健センター ☎3313-9331へ

### ■どう働きたい?どうありたい?カップルで取り組むワークライフバランス

バランスボールエクササイズで体も脳もほぐし、子育てしながら働くことについて考えます。

時11月30日(土)午前10時～正午 場西荻地域区民センター(桃井4-3-2) 師NPO法人マドレボニータ・白石あすかほか 妊・ 孕・ 子育て中のカップル(区内在住・在勤の方優先) 定10組20名(申込順) 費1組1000円 申込ハガキ(15面記入例参照)で、11月20日(必着)までに男女平等推進センター(荻窪1-56-3)へ。Eメールはマドレボニータ事務局 ☎info@madrebonita.comへ 問男女平等推進セン

## すぎなみフェスタ2013で安心・安全な北塩原のお米を販売します

区の交流自治体・福島県北塩原村は11月9日(土)・10日(日)に開催する「すぎなみフェスタ2013」に出店します。

東日本大震災以降、福島第一原子力発電所事故による風評被害の影響で北塩原村の特産品である高原野菜やお米などの消費量が落ち込んでいますが、福島県では、農林水産物の正確な放射性物質検査と世界で唯一の米の全量全袋検査を実施するなど、安全で安心な流通体制を整え消費者の皆さんへお届けしています。検査結果は、「ふくしま新発売。」ホームページ <http://www.new-fukushima.jp/>で確認できます。

すぎなみフェスタ2013では交流自治体物産展の一員として、新鮮でおいしい高原野菜やお米などの特産品を販売します。どうぞお立ち寄りください。



▲食べ物の安心・安全を表す放射性物質検査済シール

問文化・交流課

ター ☎3393-4410 生後210日までのお子さんは同伴可。生後211日～就学前の託児あり(事前申込制。定員あり)

### ■12月「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。ウォーキングの習慣化と歩く楽しみを見つけるための入門講座です。

時・ 内①12月4日(水)=ウォーキングを始めよう～認知症予防とウォーキングの効果②11日(水)=効果的な歩き方を体験しよう～ミニウォーキング(約2km)③18日(水)=続けるコツを知ろう～目標づくり・楽しみ方・質疑応答/いずれも午前10時～正午。全3回要出席 場産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 師NPO法人杉並さわやかウォーキング 区内在住の65歳以上で、日常生活で介助の必要がない方 定20名(抽選) 費無料 申込ハガキ(15面記入例参照)で、11月14日(必着)までに高井戸保健センター「始めたいひとのウォーキング講座」担当(〒168-0072高井戸東3-20-3)へ 問同担当 ☎3334-4304 ①ウォーキング記録ノートを差上げます②長寿応援対象事業

### ■支援者のための高次脳機能障害講座～入門編

高次脳機能障害・失語症の方とのコミュニケーションについて学び体験する入門講座です。

時12月7日(土)午後1時30分～4時30分 場産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 内①高次脳機能障害・失語症について②グループによるロールプレイ③意見交換 師帝京平成大学准教授・廣實真弓 師ヘルパー・ケアマネジャー・施設職員等の支援者 定25名(申込順) 費無料 申込電話またはファクス(15面記入例参照)で、11月29日までに障害者生活支援課地域生活支援担当係 ☎3332-1817 ☎3332-1826へ 問係

### ■誰でも簡単 チャレンジ! 健口測定

噛みごたえをアップするコツから歯周病のリスクがわかる唾液検査や口臭測定など、お口の健康に役立つ情報が満載です。

時①11月26日(火)②12月3日(火)、午前10時～正午(計2回) 場高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) 内・ 師①口の中からキレイになろう～よりよく歳を重ねるための、野菜たっぷり! 噛む噛むレシピの紹介(試食あり)/ヘルシーレシピ研究会管理栄養士・彦坂陽子②来て・見て・やって! いろいろお口のチェック～歯医者さんから聞けるお得な健口情報～上手な歯みがきグッズの選び方/エダ歯科医院院長・江田尚弘 区内在住・在勤で65歳未満の方 定20名(申込順) 費300円(食材料費) 申込・ 問電話で、高井戸保健センター ☎3334-4304へ

### ■家族介護教室

◇自分らしい人生と歯の関係～いつまでも自分の口から食べるために

時11月11日(月)午後2時～3時30分 場産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 師杉並区歯科保健医療センター歯科医師・福井智子 区内在住・在勤の方 定60名(申込順) 費無料 申込・ 問電話で、ケア24成田 ☎5307-3822へ

### ◇高齢者のための口腔ケア

時11月16日(土)午後2時～4時 場和田ふれあいの家(和田3-52-4) 師洋歯科クリニック・草川洋 定15名(申込順) 費無料 申込・ 問電話で、和田ふれあいの家 ☎3312-9556へ

### ◇感染症対策について

時11月17日(日)午後2時～3時30分 場上荻ふれあいの家(上荻2-26-7) 師上荻ふれあいの家看護師・山田裕一 区内在住の方とデイスサービス利用者およびその家族 定20名(申込順) 費無料 申込・ 問電

話で、上荻ふれあいの家 ☎3301-2256へ

### ◇もっと上手に、携帯電話を使いましょう

時11月19日(火)午後2時～4時 場阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 師NPO法人竹箒の会 区内在住・在勤で、初めて参加する方 定30名(申込順) 費無料 申込・ 問電話で、ケア24阿佐谷 ☎3339-1588へ 当日は、携帯電話を持参してください

◇認知症予防ウォーキング「和田堀一帯を紅葉を楽しみながら大宮八幡宮まで散策」～神職さんのお話が聞けます

時11月20日(水)午後1時～3時30分 場集合場所=老人保健施設グレイス(和田1-40-15) 師NPO法人杉並さわやかウォーキング・金子功巳 区内在住の65歳以上で、2時間程度のウォーキングができる方 定15名(申込順) 費無料 申込・ 問11月5日から電話で、ケア24和田 ☎3380-0024へ

### ◇栄養バランスの良い食事とは

時11月21日(木)午前10時30分～正午 場デイホーム高円寺北ふれあいの家(高円寺北3-20-8) 師イフスコヘルスケア管理栄養士 区内在住・在勤の方 定20名(申込順) 費無料 申込・ 問電話で、デイホーム高円寺北ふれあいの家 ☎3330-4903へ

◇栄養満点!らくらく調理～みんなで支える介護・一緒に楽しめる食習慣を

時11月28日(木)午後2時～4時 場グループホームなごみ方南(方南2-6-28) 師管理栄養士 区内在住の方 定20名(申込順) 費無料 申込・ 問電話で、ケア24方南 ☎5929-2751へ

### ■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(1人1点まで)。

時11月17日(日)午後1時～4時(受け付けは3時まで) 場リサイクルひろば高井戸(高井戸東3-7-4) 区内在住・在勤・在学の方 定10名(申込順) 費無料(部品代は実費) 申込・ 問電話で、リサイクルひろば高井戸 ☎3331-4360(午前10時～午後6時。水・木曜日は休館)へ

## すぎなみ環境情報館

### ①古布からぞうり作り～楽しく編んでリサイクル!

時11月27日(水)午前10時30分～午後3時30分 場あんさんぶる荻窪 定10名(抽選) 費1000円 申込往復ハガキ(15面記入例参照)で、11月13日(必着)までに同館へ ①昼食持参②2歳～就学前の託児あり(事前申込制。保険料100円)

### ②江戸の名勝 浜離宮を知る

浜離宮恩賜庭園の歴史的背景を味わいながら、冬鳥や樹木の観察後、芳梅亭でお茶を愉しみます。

時11月29日(金)午前10時～午後3時 場浜離宮恩賜庭園(中央区浜離宮庭園1-1)▷集合・解散場所=JR新橋駅汐留口改札前 師自然観察の会・杉並山室京子ほか 定20名(抽選) 費1000円(入園料、保険料ほか。65歳以上850円) 申込往復ハガキ(15面記入例参照)で、11月13日(必着)までに同館へ ①防寒、雨対策をしてください②昼食・飲み物持参

③かんきょう講演会「使用済み小型家電を回収しよう」

区では、使用済み小型電子機器の再資源化事業を始めました。回収の流れや制度を勉強します。

時11月30日(土)午後2時～4時 場あんさんぶる荻窪 師環境省大臣官房リサイクル推進室小電リサイクル係長・阿部賀代ほか 定40名(申込順) 費無料 申込電話で、同館へ 2歳～就学前の託児あり(事前申込制。保険料100円)

— (いずれも) —

区内在住・在勤・在学の方 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 ①③は長寿応援対象事業

### 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○○課(〒166-8570阿佐谷南1-15-1)へお申し込みください。

※往復ハガキの場合は返信用の宛先も記入。  
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

■杉並アニメーションミュージアム企画展「テレビアニメ放送50周年展Vol.2」に「機動戦士ガンダム」参戦!

現在開催中の「テレビアニメ放送50周年展～ロボットアニメの50年」に、杉並区ゆかりのロボットアニメの一つでもある「機動戦士ガンダム」の展示が加わります。また、11月9日(土)・10日(日)には「機動戦士ガンダム(TVシリーズ)」の特別上映も行います。



©創通・サンライズ

11月1日(金)～12月15日(日)午前10時～午後6時(入館は5時30分まで。12月15日は4時で閉館。毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は開館し、翌平日)休館)場杉並アニメーションミュージアム(上荻3-29-5) 費無料(申込)当日、直接会場へ 同ミュージアム ☎3396-1510 詳細は、同ミュージアムホームページ <http://www.sam.or.jp/> をご覧ください

■ビジネスフェアfromTAMA

地域を越えた中小企業の皆さんに、産学官連携による「出会いの場」と「ビジネスチャンス創出の場」を提供する、企業展示・マッチング会です。

11月7日(木)午前10時～午後5時 場新宿NSビル(新宿区西新宿2-4-1) 内展示コーナー(起業、ビジネスコラボレート、産学官連携、グローバル、東北地方支援) 対中小企業の方 費無料(申込)当日、直接会場へ 同西武信用金庫阿佐谷支店 ☎3337-3221 または産業振興センター中小企業支援係 ☎5347-9182

■すぎのき生活園「杉実祭」

すぎのき生活園の活動や取り組みを地域の皆さんに紹介、交流を深めていくため開催します。

11月16日(土)午前10時30分～午後2時30分 場すぎのき生活園(井草3-18-14) 内作品の展示・即売、バザー、焼き芋販売、アトラクション、ゲーム、模擬店ほか 費無料(申込)当日、直接会場へ 同すぎのき生活園 ☎3399-8953

■杉並郷土芸能大会

区指定の無形民俗文化財「里神楽」や祭囃子、獅子舞など、古くから伝わる郷土芸能を公開します。

### みんなで銭湯に行こう!

## 区内銭湯でりんご風呂を実施します

りんご風呂は、温まり、美肌効果があると言われていて、お湯に区の交流自治体である群馬県東吾妻町産のりんごを丸ごと入れたぜいたくなお風呂です。この機会に、広い湯船でゆったりと手足を伸ばしながら、りんごの香りを楽しんでみてはいかがでしょうか。

11月10日(日)場区内公衆浴場 費450円、小学生180円、幼児80円(申込)当日、直接各公衆浴場へ 同杉並浴場組合・平松 ☎3337-6198 (午後1時以降) 各銭湯によって営業時間が異なります

11月17日(日)午後1時～6時 場セッション杉並(梅里1-22-32) 定568名(先着順) 費無料(申込)当日、直接会場へ 同生涯学習推進課文化財係

■南荻窪図書館開館20周年記念 らくご会

落語二席をお楽しみください。  
11月23日(日)午後2時 場南荻窪図書館内 出演=柳家喬之進、柳家さん若 対小学生以上の方(12歳以下は保護者同伴) 定40名(申込順) 費無料(申込) 11月2日から電話または直接、同図書館(南荻窪1-10-2) ☎3335-7377)へ

## 講演・講座

■博物館特別展「甲州道中へのいざない」関連行事  
郷土博物館では開催中の特別展(12月8日まで)関連行事として、講演会と展示解説を行います。

◇講演会

時・内・師 ①11月9日(土)午後2時～4時=「御案内!江戸時代の甲州(食)の旅」(東京女子大学准教授・高橋修) ②11月30日(土)午後2時～4時=「首都江戸と甲州道中」(東京学芸大学教授・大石学) 定各60名(先着順。午後1時から整理券配布)

◇展示解説

11月16日(土)・23日(日)午後2時～2時30分 同館 学芸員

— (いずれも) —

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

■今日から始める元気づくり講座～体操して、歌って…脳に刺激を! 心に力を!

運動と発声で、体も心もリフレッシュさせましょう。

11月13日(水)午後1時30分～3時30分 場高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) 対区内在住の65歳以上で、日常生活で介助の必要のない方 定20名(申込順) 費無料(申込) 同電話で、ケア24高井戸 ☎3334-2495へ 長寿応援対象事業

■若者就労支援コーナー・就労支援セミナー～「あなたをプレゼンする面接対策」

面接・問い合わせのマナー、面接の意義、質問への応答の仕方などを学びます。

11月15日(金)午後1時30分～4時30分 場産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 師伊藤那美 対求職中の方 定20名程度(申込順) 費無料(申込) 同電話で、就労支援センター ☎3398-1136へ

■スイーツデコのストラップを作ろう

粘土を使ってかわいいストラップを作ります。

11月17日(日)午後3時～4時 場成田図書館 対中高生 定15名(申込順) 費無料(申込) 同電話または直接、成田図書館(成田東3-28-5) ☎3317-0341 (11月7日(木)は休館)へ

■たたかない、どならない子育て

体罰が法律で禁止されているスウェーデンでの取材経験を交え、参加者と共に考えます。

11月23日(日)午前10時～正午 場あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 師子育てマガジン「miku」編集長・高相常子 定60名(申込順) 費300円(申込) 往復ハガキ(記入例参照)で男女平等推進センター(〒167-0051荻窪1-56-3)または電話、ファクス、

(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
阿佐谷北館(阿佐谷北6-26-13) ☎・FAX3338-0436	パソコンでオリジナル年賀状に挑戦!	11月13日(水)・27日(水)午後1時30分～3時30分(計2回) 対文字入力のできる方 定15名(申込順) 費3200円(テキスト代含む)
高井戸東館(高井戸東3-14-9) ☎・FAX3304-9573	初めてのiPad～超入門 アイパッドを体験しよう	11月29日(金)、12月6日(金)午前10時～正午 定各5名(申込順) 費各2000円 他最少催行人数3名
四宮館(上井草2-28-3) ☎・FAX3396-7692	初めてのiPad～超入門 アイパッドを体験しよう	11月16日(土)・23日(日)午前9時30分～11時30分 定各5名(申込順) 費各2000円 他最少催行人数3名
天沼館(天沼2-42-9) ☎・FAX3391-8540	大人のぬりえ教室 師黒川よしたね	11月20日(水)から毎月第3水曜日、午後1時30分～3時 費1回300円(材料費含む)
和泉館(和泉4-16-22) ☎・FAX3323-5663	障子張り体験講習会～プロが親切丁寧に指導!	11月29日(金)午後3時～5時 定20名(申込順) 費無料
和田館(和田1-41-10) ☎・FAX3384-3751	携帯電話・スマートフォン講座	12月1日(日)午後1時～3時 定30名(申込順) 費500円

※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。いずれも、長寿応援対象事業です。

## 続々更新! 「すぎなみフェスタフェイスブック」をご覧ください

11月9日(土)・10日(日)に行われるすぎなみフェスタ2013に参加するステージやテントの出演者や団体を、写真を交えて紹介しています。当日がもっと楽しくなるように、美味しい情報やお楽しみ情報など、着々と準備が進んでいる様子を続々更新しています。

どうぞご覧ください。  
すぎなみフェスタフェイスブック <https://www.facebook.com/suginami.festa>



同すぎなみフェスタ実行委員会事務局(広報課内)

Eメール(記入例参照)で cre o (くれお) ☎・FAX3397-6884 [info@creo-kosodate.com](mailto:info@creo-kosodate.com)へ 同男女平等推進センター ☎3393-4410 または cre o 同託児あり(事前申込制、定員あり)

■「核の世紀」から「非核の世紀へ」～〈ATOMS for PEACE〉から60年

世界各地の核関連施設を広く取材し、多数の著書を持つ豊崎博光さんのお話です。

11月24日(日)午後1時～4時 場中央図書館 対中学生以上の方 定60名(申込順) 費500円(高校生以下無料) (申込) 同電話または直接、中央図書館(荻窪3-40-23) ☎3391-5754)へ

■与謝野晶子～荻窪の家と教育者としての晶子

11月24日(日)午後2時～4時 場南荻窪図書館 師萩原茂 対中学生以上の方 定30名(申込順) 費無料(申込) 11月2日から電話または直接、南荻窪図書館(南荻窪1-10-2) ☎3335-7377)へ

■思春期の子育てに「コーチング」～思春期の子育て、困っていませんか?

子供の気持ちを引き出す言葉かけのコツ…それがコーチングです。毎日の子供とのやりとりを、ちょっと見直してみませんか?

11月25日(月)、12月2日(月)・16日(月)午前10時30分～正午(全3回要出席) 場子ども家庭支援センター(阿佐谷南1-14-8) 師コミュニケーション・ファーム代表 高野まゆみ 対区内在住で小学5年生～中学生の保護者 定20名(申込順) 費無料(申込) 同電話で、子ども家庭支援センター ☎5929-1902 (日曜日、祝日を除く。午前9時～午後7時)へ 同お子さんの同席はできません

■英語教育講座「家庭でできる英語遊び」

11月26日(火)午前10時～11時30分 場宮前図書館 師JUN INTERNATIONAL PRESCHOOL 校長・榎谷都 定30名(申込順) 費無料(申込) 同電話または直接、宮前図書館(宮前5-5-27) ☎3333-5166)へ

■「はるはなメソッド」歌と表情筋トレーニング～秋のつどい

心も体も健康にしましょう。

11月27日(水)午前10時～11時30分 場高井戸地域区民センター 師二期会会員・常岡治恵 対区内在住で60歳以上の方 定85名(申込順) 費300円(申込) 11月2日から電話または直接、高井戸地域区民センター総合受付(高井戸東3-7-5) ☎3331-7841)へ

# 11月23日 杉チャリ!2013 杉並チャリティー感謝祭



杉並区NPO支援基金チャリティー講演会&シンポジウムと平成25年度杉並区NPO活動資金助成事業中間報告会

寄附やチャリティー（社会貢献活動）の輪をもっと広げ、NPOの活動を活性化させるにはどうしたらよいか、基調講演やシンポジウム、杉並区NPO支援基金助成団体の活動報告をとおして考えます。

——問い合わせは、杉並区NPO支援基金普及委員会（すぎなみNPO支援センター内） ☎3314-7260または協働推進課 ☎3312-2381へ。

**日時**

11月23日(祝)午前10時30分～午後4時30分

**申し込み**

当日、直接会場へ

**場所**

セシオン杉並（梅里1-22-32）

**内容**

下記のとおり

①（下表参照）は電話、ファクスまたはEメール（15面記入例参照。連名可）に人数と団体の場合は団体名も書いて、すぎなみNPO支援センター（〒166-0004阿佐谷南1-47-17 ☎3314-7260 FAX3314-7265 ☒info@nposupport.jp）へ  
②（右下記事参照）は電話またはEメール（15面記入例参照）で、NPO法人NPOカタリバ・石黒 ☎5327-5667 ☒k-univ@ml.katariba.netへ



▲早瀬昇

〈セシオン杉並3階8・9・10集会室の催し〉

時間	内容・講師・定員
第1部（事前申込制①） 午前10時30分～午後0時30分	(1)講演「寄附は参加、寄附は共同作業」 講師 大阪ボランティア協会・早瀬昇（右上写真） (2)シンポジウム「寄附が進める信じ合える社会づくり」 出演者 パネリスト=チャイルド・ファンド・ジャパン 細川敦子、マドレポニータ・太田智子、未来をつなぐ子ども資金・宇治川敏夫 定員 150名（申込順）
第2部 1時30分～3時10分	平成25年度杉並区NPO活動資金助成事業中間報告会 発表団体=ウィッシュ・プロジェクト、久我山から一、すぎなみムーサ、たすけあいワーカーズさざんか、TenVまちづくりネットワーク機構、まちの塾フリービー、Life Bridge Japan、プロップK、Street Culture Rights、傾聴サークル・こもれ陽 定員 150名（先着順）

**その他のイベント**

- ◇3階6・7集会室
  - 企業のCSR活動紹介  
 時間 午前10時30分～午後3時
  - 杉チャリ交流会  
 時間 3時20分～4時30分 定員 50名（先着順） 費 500円
- ◇3階5集会室
  - 交流サロン  
（体験型ワークショップも予定）  
 時間 午前10時30分～午後3時
- ◇地下体育室
  - NPOカタリバによるカタリバ大学（事前申込制②）  
 時間 11時30分～午後1時30分

## 協働提案の公開プレゼンテーションを開催します

区は、協働を推進するため、区民の日常生活を取り巻く諸課題の解決策について、地域活動団体（NPO法人、事業者など）から協働提案を募集しました。このたび、下記の内容で公開プレゼンテーションを実施します。公開プレゼンテーション後は、区民や有識者で構成する杉並区NPO等活動推進協議会の評価を経て、12月に事業化の方向性を決定していく予定です。——問い合わせは、協働推進課 ☎3312-2381へ。

【日時】 11月12日(火)午後1時15分～2時30分

〈公開プレゼンテーション実施団体〉

【場所】 区役所分庁舎3階（成田東4-36-13）

【内容】 右表のとおり

【申し込み】 当日、直接会場へ

提案団体名	協働提案名
(株)パワーウーマンプラス	親になったら、もう一度自転車を学ぼう！ おやご自転車プロジェクト
NPO法人リトルワズ	家庭から出る生ごみを減量する施策の普及・拡大

## 福祉のおしごとフェア

11月25日(月)午前11時～午後4時  
セシオン杉並（梅里1-22-32）

### ●身近な地域で福祉の仕事をしてみませんか？

杉並区・ハローワーク新宿・東京都福祉人材センターが主催する

区内の福祉施設・介護事業者などが参加する就職相談会です。

多くの人手を必要とする福祉の仕事について、正規職員やパートなどの就職相談・面接会と福祉の仕事に関する総合相談・福祉資格相談を開催します。また、面接対策セミナーも開催します。

【費用】 無料 【申し込み】 当日、直接会場へ 【問い合わせ】 介護保険課または産業振興センター 【その他】 入退場自由、服装自由



▲おとしのセッション杉並での就職相談の様子

◆ 就職相談 ◆

事業者の個別ブースによる就職相談・面接会を行います。面接を希望される場合は、「履歴書」をお持ちください（会場でも配布）。

【時間】 午後1時～4時（受け付けは3時30分まで）

【会場】 1階展示室

【問い合わせ】 介護保険課

◆ 面接対策セミナー ◆

面接時に役立つ、ワンポイントアドバイスなどを行います。

【時間】 午前11時～正午（受け付けは午前10時30分から）

【会場】 3階第6・7集会室

【講師】 ハローワーク新宿就職支援ナビゲーター

【定員】 50名（先着順）

【問い合わせ】 産業振興センター ☎5347-9187

※参加事業所および求人内容は「ハローワーク新宿」のホームページ <http://tokyo-hellowork.jsite.mhlw.go.jp/list/shinjuku.html> に11月上旬から掲載する予定です。区ホームページ「イベント情報」からもご覧になれます。

