

「知っている!」…のにだまされる!?

特殊詐欺にご注意ください!

—— 問い合わせは、危機管理対策課地域安全担当へ。

犯人はどんな声?

犯人って「怖い声」だと思っていませんか。実際は、優しく、親切に話すので、つい犯人の話を聞いてしまいます。

実際の犯行で使われた、区職員、警察官、銀行員、息子などを装った犯人の声を、特殊詐欺根絶アクションプログラム・東京ホームページ <https://action.digipolice.jp/list/sound> (右2次元コード) で聞くことができます。



詐欺の電話かも…と思ったら

一旦電話を切り、「杉並区振り込め詐欺被害ゼロダイヤル」に相談してください。

杉並区振り込め詐欺被害ゼロダイヤル

24h **5307-0800**
24時間受け付けています

区内在住の65歳以上の方に「自動通話録音機」を無償貸与します

掛かってきた全ての電話に「この電話の通話内容は防犯のため、会話内容を自動録音します。あらかじめご了承ください。」とメッセージを流して警告します。詳細・申し込みは、「自動通話録音機問い合わせダイヤル」までお問い合わせください。

自動通話録音機問い合わせダイヤル

5307-0801

月～金曜日午前9時～午後5時15分

自動録音機▶



区立小・中学校の児童生徒がデザインしたポスターを掲示しています

2年度に、区立小学校5・6年生、区立中学校1・2年生を対象に募集した特殊詐欺被害防止ポスターデザインの入賞作品の中から、8種類のポスターを作成しました。区内掲示板でご覧になれます。



新型コロナワクチン接種に便乗した詐欺にもご注意ください!

認知症を予防できる学びがあります

認知症予防教室「楽しみながら脳を鍛えて認知症予防!」



—— 問い合わせは、荻窪保健センター認知症予防教室担当 ☎3391-0015へ。

脳を鍛える活動やウォーキングなどの有酸素運動を習慣化することは、認知症予防に効果的だといわれています。

この教室では、認知機能を強化する活動とウォーキングを組み合わせたプログラムを通して、仲間と楽しみながら認知症の予防を目指します。

【時場内定費】下表のとおり 【区内在住の65歳以上で、日常生活に介助の必要がない方】 【甲】はがき(12面記入例)に希望の教室番号(第2希望まで)も書いて、8月13日(必着)までに荻窪保健センター認知症予防教室担当(〒167-0051荻窪5-20-1)。または、下記認知症予防講演会での申し込みも可 【乙】抽選結果は8月下旬に送付。長寿応援対象事業

教室番号	日時 (いずれも祝日を除く。各計12回)	教室名・場所・定員・費用
1	9月21日～12月14日の毎週火曜日、午後1時30分～3時30分	お江戸の歴史をウォーキング「みんなで調べて、計画して」 場 区役所分庁舎(成田東4-36-13)ほか 定員16名(抽選)
2	9月8日～12月1日の毎週水曜日、午前9時30分～午後0時30分	仲間とつくりたい おとこの台所&ウォーキング(男性限定) 場 阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17)、荻窪地域区民センター(荻窪2-34-20)ほか 定員12名(抽選) 費 2500円
3	9月16日～12月9日 午前10時～午後0時30分	脳も体も健康! パソコン&ウォーキング 場 区役所分庁舎ほか 定員各15名(抽選) 費各2000円
4	の毎週木曜日 午後1時30分～4時	
5	9月16日～12月9日の毎週木曜日、午後1時～3時	歩いて 学んで 耕して 「仲間と楽しく、健康寿命を延ばしましょう」 場 ゆうゆう梅里堀ノ内館(堀ノ内3-37-4) 定員16名(抽選) 費 1500円

※いずれも交通費等の実費あり。

こちらもCHECK!

認知症予防講演会 「認知症の予防とケアの最前線」 ～今から始める認知症予防

日時 7月30日(金)午後2時～4時

場所 西荻地域区民センター(桃井4-3-2)

講師 東京都健康長寿医療センター研究所・宇良千秋(右下写真)

区内在住・在勤・在学の方 定員120名(申込順)

電話で、荻窪保健センター ☎3391-0015



青年期の発達障害への理解を深めるために

家族教室を開催します

おおむね15～25歳の発達障害の方が社会生活の中で遭遇しやすいことや障害特性を理解し、家族にできるサポートについて考えます。

—— 問い合わせは、障害者施策課へ。

【時】右表のとおり 【場】ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 【区内在住・在勤・在学の方】 定員各15名 【電話】電話で、7月21日までに障害者施策課

日程	内容(ゲスト)
7月26日(月)	青年期の発達障害の理解 (ランディック日本橋クリニック・林寧哲)
8月5日(木)	児童期を抜けた時期の家族や仲間との関係性の変化 (東京家政学院大学准教授・木村文香)
8月19日(木)	杉並区の就労支援について (障害者生活支援課就労支援担当)
8月26日(木)	自立の準備期間の過ごし方、接し方 (東京家政学院大学准教授・木村文香)

※いずれも午後2時～4時。

図書館 8月の子ども向け行事



—— 問い合わせは、各図書館へ。

図書館	日時	内容・対象・定員	申し込み方法		
			①	②	③
中央 (荻窪3-40-23 ☎3391-5754)	8月14日(土) 午後2時～3時	科学の本ブックトーク「石～あんな石、こんな石、どんな石？」 ☎小学生 定10名	● (8月2日)		
	8月21日(土) 午後1時～3時	おはなし会&工作会 ☎小学1～2年生 定10名	● (8月2日)		
永福 (永福3-51-17 ☎3322-7141)	8月1日(日) 午前11時～11時45分	小学生のためのおはなし会・夏 ☎小学生 定10名			●
	8月4日(水) 午前11時～11時45分	ちょっぴりかわいいおはなし会 ☎幼児～小学生とその保護者 定20名	● (7月23日)		
	8月8日(祝) 午前10時～11時30分・午後2時～3時30分	ぷるぷる? べたべた? スライムづくり ☎小学生 定各12名	● (7月23日)		
柿木 (上井草1-6-13 ☎3394-3801)	8月14日(土) 午後3時～4時	夏休み工作会「月齢早見盤をつくろう！」 ☎小学生 定16名	● (7月31日)		
高円寺 (高円寺南2-36-25 ☎3316-2421)	8月7日(土) 午後2時～3時・3時15分～4時15分	科学工作会「セバタクローボールのぶんぶんごま」 ☎幼児～小学生(幼児は保護者同伴) 定各10組	● (7月24日)		
宮前 (宮前5-5-27 ☎3333-5166)	8月18日(水) 午後2時～3時	かわいいおはなし会 ☎幼児～小学生とその保護者 定各15名	● (8月1日)		
成田 (成田東3-28-5 ☎3317-0341)	8月21日(土) 午後4時～4時30分	夏のかわいいおはなし会 ☎小学生 定15名	● (8月6日)		
阿佐谷 (阿佐谷北3-36-14 ☎5373-1811)	8月28日(土) 午後2時30分～2時50分・3時～3時20分	夏のこわ～いおはなし会 ☎5歳以上の方 定各8名			●
南荻窪 (南荻窪1-10-2 ☎3335-7377)	8月12日(木)、13日(金) 午前10時～11時	わたしも ぼくも としょかんいん ☎小学生 定各10名		●	
	8月21日(土) 午前10時～11時・午後2時～3時	なつやすみ工作会「パタパタをつくろう！」 ☎小学生 定各10名		●	
高井戸 (高井戸東1-28-1 ☎3290-3456)	8月1日(日)～31日(火)	読書感想文におすすめの本～夏休みの宿題お助けコーナー ☎小学生			●
	8月21日(土) 午後2時～3時	夏のちびっこシアター ☎幼児～小学生とその保護者 定14名	● (8月7日)		
	8月4日(水)・11日(水)・18日(水)・25日(水) 午後3時～3時30分	中高生による読み聞かせ ☎幼児～小学生 定各7名			●
方南 (方南1-51-2 ☎5355-7100)	8月4日(水) 午後3時～3時20分・3時45分～4時5分	こわ～いおはなし会 ☎小学生以上の方とその保護者 定各10組	● (7月23日)		
	8月25日(水) 午後3時～3時20分・3時45分～4時5分	夏のスペシャルおはなし会「み～んなあつまれ！」 ☎幼児以上の方とその保護者 定各10組	● (8月11日)		
今川 (今川4-12-10 ☎3394-0431)	8月23日(月) 午後3時～3時30分	夏のスペシャルおはなし会 ☎幼児～小学生 定10名			●

申し込み方法

- ①記載の日付から、電話または直接、各図書館へ(申込順)
- ②応募用紙(各図書館で配布)を、8月1日までに直接各図書館へ(抽選)
- ③当日直接会場へ(先着順)

交通ルールやマナーを守り、楽しく過ごしましょう

夏休みも交通事故に気をつけて



大人も子どももヘルメットを着用しましょう

交通事故の被害を軽減するためには、頭部を守ることが大切です。

自転車使用時はヘルメットの顎ひもをしっかり締めましょう。



「ながら」運転は絶対にやめましょう

自転車使用中のスマートフォン・イヤホン・傘などの使用は違反です。

横に並んで走るのはやめましょう

横に並んでの自転車走行は違反です。縦一列で走りましょう。

交差点では安全を確認しましょう

交差点での飛び出しはとても危険です。大きな事故につながります。

必ず一時停止し、左右の安全を確認しましょう。



信号を守り、横断歩道を渡りましょう

信号無視や横断禁止箇所の横断は事故の可能性が高まります。無理な横断は絶対にやめましょう。

閩杉並警察署 ☎3314-0110、高井戸警察署 ☎3332-0110、荻窪警察署 ☎3397-0110、杉並土木事務所 ☎3315-4178

なかま集まれ!

区主催のサークル活動をご紹介します。
活動に区は関与していません。問い合わせは、直接各掲載団体へ。

1・4・7・10月の
15日号に掲載

掲載の申し込み・問い合わせ

生涯学習・芸術・文化・その他
社会教育センター (〒166-0011梅里1-22-32 ☎3317-6621 ☎3317-6620)

スポーツ (ダンス・健康的運動を含む)
スポーツ振興課施設管理係 (住所・電話は区役所宛 ☎5307-0693)

生涯学習・芸術・文化

韓国語会話 (生活文化読本) / 高井戸ハンダルの会 第2・4火曜日午後1時30分～3時 / 高井戸地域区民センター / 月3000円 / ☎070-5545-4389

中国語 / 張先生の会 第2・4日曜日午前10時～正午 / 永福和泉地域区民センター / 月3500円 / ☎武井 ☎

3302-1386

俳句 / アルシュ句会 第1月曜日午後1時～4時 / 長仙寺会館 / 月2500円 / ☎田嶋 ☎3314-2137

俳句 / 七色の会 第2金曜日午後1時～4時 / 荻窪地域区民センター / 月1500円 / ☎齊藤 ☎090-2174-0307

写真 / 杉並写真会 主に第1水曜日午後6時30分～8時 / 主に方南会館 / 月

2000円 / ☎二本柳 ☎5938-5212

絵手紙 / やまもの会 第2・4水曜日午後2時～4時 / ゆうゆう高井戸東館 / 1回1000円 / ☎花崎 ☎080-5863-2382

男声合唱 / ハイ&ロー 第1・2・4木曜日午後1時～4時 / 主に高井戸地域区民センター / 入会金1000円、月4000円 / ☎田中 ☎090-4934-4173

ギター合奏 / シュガー 主に第2・4土曜日午後2時～4時 / 主に産業商工会館 / 月2000円 / ☎川添 ☎080-5679-5195

女声アカペラコーラス (ポップスほか) / DIVA 水曜日午後2時～4時 (月3回) / 川崎宅 (阿佐谷南2丁目) / 1回1000円 / ☎福家 ☎090-5399-3614

女声コーラス / やよい会 金曜日午前10時30分～午後0時30分 (月4回) / 川崎宅 (阿佐谷南2丁目) / 月4000円 / ☎福家 ☎090-5399-3614

三味線 (長唄、初心者歓迎) / 伎音会 主に第2・4月曜日午後1時～3時 / 井草地域区民センター / 月3500円 / ☎糸川 ☎080-1044-4271

囲碁 (初心者歓迎) / 荻窪石心会 月～土曜日午後1時～6時 / 荻窪地域区民センター / 入会金2000円、年3000円 / ☎吉野 ☎3392-0871

スポーツ

太極拳 (初心者・見学歓迎) / 上井草太極拳クラブ 毎週火曜日午後1時～3時 / 上井草スポーツセンター / 入会金1000円、月4000円 / ☎米山 ☎3399-8679

健康体操 / 自彊術南阿佐谷 水曜日午後2時～3時30分 / 東一会館 (成田東4丁目) / 月3250円 / ☎鈴木 ☎090-4843-1797

楽しくフォークダンス / リリィ 月曜日午後3時～5時 (月4回) / 下高井戸区民集会所 / 入会金1000円、月2000円 / ☎大原 ☎3324-2721

フラメンコ / たのしくフラメンコ 木曜日午前11時～正午 / スタジオマイテ (西荻南4丁目) / 1回1000円 / ☎桑原 ☎090-9978-5674

硬式テニス (中上級) / パラゴテンニス 土・日曜日、祝日ほか (1回2～4時間) / 区内コートほか / 1回500～800円 / ☎倉澤 ☎3325-5748

バトントワリング (幼児・児童) / 新泉バトン 土曜日午前9時15分～10時45分 (月2回) / 方南小学校 / 月2500円 / ☎多田 ☎090-7405-9664

文化・芸術を応援! すぎなみアート応援事業

杉並区新しい芸術鑑賞様式助成金 (第2期) 募集を開始します

3密を防ぐ等の新型コロナウイルス感染症対策を講じて区内で実施する文化・芸術活動事業に対し、事業に係る経費の一部を助成します。

—— 問い合わせは、文化・交流課芸術鑑賞助成金担当 ☎5307-0734へ。

対象者 平成31年4月1日～令和3年3月31日に、区内で一般公衆への鑑賞を目的とした事業を、2回以上実施した実績を有する個人または団体
※第1期承認事業者による申請不可。

●個人の要件
申請時点で区に住居登録があること

●団体の要件
次の全てを満たしていること

- ① 団体の意思を決定し、執行する組織が確立していること
- ② 自ら経理し、監査する等の会計組織を有すること
- ③ 団体の本部事務所や本店が杉並区内に存在すること
- ④ ①～③が明記されている定款またはこれに準ずる規約・会則等を有すること

助成金額 1事業当たり40万円 (対象経費合計額の2/3を上限)

予定件数 25件程度

事業実施対象期間 4年3月31日まで

受付期間 7月20日～8月20日 (必着)

申請方法 申請書 (区ホームページから取り出せます) に必要書類を添えて、郵送・Eメールで文化・交流課芸術鑑賞助成金担当 ☎bunka-g2@city.suginami.lg.jp

結果通知 10月上旬 (予定)

注意事項

- ・申請書類の返却はいたしません
- ・募集要項、必要書類等の詳細は、区ホームページ (右2次元コード) を必ずご確認ください



3年度 次代を担う皆さんへ

成人祝賀のつどい

☎4年1月10日(祝) ☎杉並公会堂 (上荻1-23-15) ☎区内在住で平成13年4月2日～平成14年4月1日生まれの方 (該当する方へ11月下旬に案内状を発送予定) ☎児童青少年課 ☎3393-4760

	第1回	第2回	第3回
開場時間	午前9時	正午	午後3時
式典開始時間	午前9時30分	午後0時30分	午後3時30分
住所 (町名・丁目・番地)	荻窪、上高井戸、久我山、松庵、高井戸西、高井戸東、西荻南、南荻窪、宮前、下高井戸 (5丁目全域)、成田西 (1丁目10～30番、2～4丁目全域)、成田東 (1丁目9～51番、2丁目10～39番、3・4丁目全域、5丁目1～11・23～33・36～38・41・42番)、浜田山 (2～4丁目全域)	阿佐谷北、天沼、井草、今川、上井草、上荻、清水、下井草、善福寺、西荻北、本天沼、桃井、高円寺北 (3丁目5～16・26～31・36～42番、4丁目全域)	阿佐谷南、和泉、梅里、永福、大宮、高円寺南、方南、堀ノ内、松ノ木、和田、高円寺北 (1・2丁目、3丁目1～4・17～25・32～35・43～45番)、下高井戸 (1～4丁目全域)、成田西 (1丁目1～9番)、成田東 (1丁目1～8番、2丁目1～9番、5丁目12～22・34・35・39・40番)、浜田山 (1丁目全域)
中学校区	松溪、神明、高井戸、西宮、東田、富士見丘、宮前	天沼、井荻、井草、荻窪、杉森、中瀬、東原	阿佐ヶ谷、和泉、大宮、高円寺、高南、向陽、泉南、松ノ木、和田

※開場時間等は今後変更が生じる可能性があります。詳細は11月下旬に発送予定の案内状をご確認ください。

4年度以降の成人を祝う式典について 民法改正に伴い、4年4月1日から成年年齢が18歳に引き下げられますが、区では成年年齢引き下げ後も20歳を対象に、節目の年に改めて成人であることの自覚と自立を促し、次代を担う成年への期待と励ましを伝えるための式典を開催します。

地域区民センター協議会が企画する催し・講座など コミュニティー通信

詳細・問い合わせは、各地域区民センター協議会へ
(月～金曜日午前8時30分～午後5時〈祝日、年末年始を除く〉)
★は、地域の団体との協働事業です。

毎月15日号に掲載

井草地域区民センター協議会
〒167-0022下井草5-7-22
☎3301-7723
🌐<https://www.igusahome.org/>

消しゴムはんこを作ろう!
📅7月28日(水)午前10時～正午 📍林ゆめ 小学4年生以上の方 定20名(抽選) 費1500円(保険料含む)
世界に飛びだせ!やさしいブラジル
📅7月31日(土)午後1時～2時30分 📍日本ブラジル中央協会理事・儘田哲夫 定20名(抽選)

………… いずれも ………
📍井草地域区民センター 甲往復はがき(12面記入例)で、7月22日(必着)までに、同協議会。または同協議会ホームページから申し込み 他手話通訳あり(事前申込制)。長寿応援対象事業

荻窪地域区民センター協議会
〒167-0051荻窪2-34-20
☎3398-9127
🌐<http://ogikubokyougikai.sakura.ne.jp/>
現代の短編を読む(新潮クレストブックより)

📅8月5日～26日の毎週木曜日、午後1時30分～3時30分(計4回) 📍高志の国文学館事業部長・生田美秋 定20名(抽選) 費300円 甲往復はがき(12面記入例)で、7月25日(必着)までに同協議会
講談鑑賞会
📅8月14日(土)午後2時～4時 📍出演

= 神田山緑、田辺凌天 ▶ 演目 = 「四谷怪談」「姫妃のお百」 定30名(抽選) 費200円 甲往復はがき(12面記入例)で、8月1日(必着)までに同協議会
………… いずれも ………

阿佐谷地域区民センター協議会
〒166-0004阿佐谷南1-47-17
☎3314-7215
🌐<http://www.asagaya-kyogikai.org/>
夏まつり・盆おどり

📅8月7日(土)・8日(祝)午後6時～8時30分(雨天中止) 📍梅里中央公園(梅里2-34-20)



日本古典文学講座「徒然草」
📅8月21日(土)午前10時～正午 📍同センター 国学院大学講師・田中洋子 定40名(抽選) 甲往復はがき(12面記入例)で、8月5日(必着)までに同協議会 他長寿応援対象事業

高井戸地域区民センター協議会
〒168-0072高井戸東3-7-5
☎3331-7980
🌐<http://takaido-kyogikai.sakura.ne.jp/>
キッズテニス 楽しくテニスしよう

📅8月4日(水)・5日(木)午前10時～11時30分(全2回要出席) 📍同センター 師

テニスクラブ所属コーチ・内藤昇一
小学1・2年生(保護者同伴) 定20名(抽選) 費560円(保険料含む)
甲往復はがき(12面記入例)に学年も書いて、7月24日(必着)までに同協議会 他室内用運動靴持参
永福和泉地域区民センター協議会
〒168-0063和泉3-8-18
☎5300-9412
🌐<https://member.sugi-chiiki.com/eifuku-izumi/>
多肉植物のデザート風寄せ植え
📅8月7日(土)午後1時～3時 📍グリーンアドバイザー・吉野華恵 定10名

(抽選) 費2000円 甲往復はがき(12面記入例)で、7月27日(必着)までに同協議会
面白発見!源氏物語
📅9月3日(金)午後1時～3時 📍学習院大学講師・田中洋子 定20名(抽選)
甲往復はがき(12面記入例)で、8月12日(必着)までに同協議会
………… いずれも ………
📍永福和泉地域区民センター 区内在住・在勤・在学の方 他長寿応援対象事業

地域の情報満載! ホームページもご覧ください

各地域区民センター協議会のホームページには、「広報すぎなみ」に掲載した催し・講座の詳細や、その他のイベントのお知らせだけではなく、協議会が発行する会報や、地域の情報も掲載しています。ぜひご覧ください。

7月15日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは

杉並の国登録有形文化財を訪ねて③ ～幻戯山房

歴史的価値のある建造物を後世に残すための国登録有形文化財。杉並区内にも20以上の国登録有形文化財があります。今回はその中から、自由な設計思想に溢れた「幻戯山房(角川庭園内)」をご紹介します。

● 視聴方法 ●

- ・YouTube杉並区公式チャンネル
- ・J:COM東京 地上デジタル11ch(午前9時、正午、午後8時から毎日放送)

📍 閩広報課

区民が創る情報サイト すぎなみ学倶楽部

戦前(戦中)の思い出

昭和39年の東京オリンピックで警備を担当する原田さん
写真提供: 原田弘

昭和2年に杉並町高円寺(現高円寺南)に生まれた原田弘さん。幼少の頃は青梅街道沿いに商店が続き、にぎわっていたそうです。戦時下の消火活動に従事したことや、空襲の影響で下町の相撲部屋が阿佐谷に移ってきたことなどを、生前懐かしそうに語ってくれました。

詳しくは [すぎなみ学 戦前～戦中の思い出](#) または

閩産業振興センター観光係 ☎5347-9184

すぎなみ学倶楽部とは?

区民ライターが区民目線で杉並の魅力を取材、執筆、記事にして公開している区公式情報サイトです。

8つのカテゴリーに分けてすぎなみ情報を紹介しているよ～

- 歴史** 中島飛行機の軌跡や、都電杉並線の思い出など、杉並の気になる歴史を探求
- ゆかりの人々** タレントや作家、知られざる偉人、地域活動者など区にゆかりのある人を紹介
- 食** 老舗の名物、隠れ家的カフェ、ラーメン店など、食の情報も満載
- 文化・雑学** 杉並ゆかりの本、イベント、寺社や建築物、施設など情報満載
- 自然** 荻窪で発見された絶滅危惧種、区内で見られる野鳥、自由研究にも役立つ情報
- 特集** お花見ポイントや公園の紹介、水害・震災対策、教育、対談などの特集記事

他にもこんなコンテンツがあります

- スポーツ** 杉並発祥のスポーツや注目の競技、楽しみ方など幅広く紹介
- 産業・商業** 戦禍を乗り越えた老舗企業・商店、起業家や職人にも注目

詳しくは [すぎなみ学](#) または