

ご理解・ご協力をお願いします



# 杉並区中学校対抗駅伝大会2021の開催と交通規制

平成12年に始まった杉並区中学校対抗駅伝大会も、今年で22回目を迎えます。新型コロナウイルス感染症対策を講じながら、選手・地域の方々、大会関係者等の安全を第一に考えて実施します。

—— 問い合わせは、スポーツ振興課へ。

**日時** 12月12日(日) (荒天中止)  
午前9時45分=女子スタート  
午前10時45分=男子スタート

**スタートゴール** 都立和田堀公園陸上競技場 (済美山運動場 堀ノ内1-15)

**内容** 1チーム5名による駅伝競走  
参加チーム=区内中学校の生徒で構成する男子チーム・女子チーム

**交通規制にご協力ください**

駅伝大会の開催に伴い、当日午前9時30分～午後1時に交通規制を行います。善福寺川沿いの通行は、極力迂回をお願いします。荒玉水道での車の送迎による乗り降りや伴走、自転車や車両による応援は禁止します。



パソコンやスマホでも選手の活躍をご覧いただけます



YouTube (RUNNET channel. 右2次元コード) で大会当日の様を生配信します(アーカイブはありません)。



歯の健康が毎日の楽しい生活につながります!

## 歯科健診はもう受診しましたか?

受診期限が迫っています。お早めの予約・受診をお願いします。  
—— 問い合わせは、杉並保健所健康推進課健診係 ☎3391-1015へ。

健診名	対象者 (4年3月31日時点の年齢)	受診期限
成人歯科健康診査	25・30・35・40・45・50・60・70歳の方	12月28日まで
後期高齢者歯科健康診査	76歳の方	

### 歯周病にご注意ください

歯周病菌や歯肉で生じた炎症物質は、全身に悪影響を及ぼします。



歯周病と関係がある疾患

- 糖尿病
- 狭心症・心筋梗塞
- 脳卒中・脳梗塞
- 肥満

毎日の食事をおいしく楽しみ、はつらつとした生活を送るためには、虫歯や歯周病を早期発見し、予防することが大切です。

つながり ささえあう みんなの地域づくり

## 歳末たすけあい運動募金にご協力をお願いします

期間 12月31日まで

募金は、地域での安心・安全な暮らしを支えるための貴重な資金として、区内の地域福祉活動に役立てられます。

今年度は新型コロナウイルス感染症対策を講じながら、JR4駅での街頭募金を予定しています。詳細は、杉並区社会福祉協議会ホームページをご覧ください。

皆さまの「やさしい気持ち」をお寄せください。

—— 問い合わせは、杉並区社会福祉協議会 ☎5347-1010へ。

活用例

● 福祉教育推進事業



● きずなサロン



地域活動の一步を、ここから。

# すぎなみ地域大学 4年1～3月開講講座の新規受講生を募集します



—— 問い合わせは、地域課すぎなみ地域大学担当 ☎3312-2381へ。

## 〈開講講座一覧〉

講座名	日時・場所・対象・定員(抽選)・費用	申込締め切り日(必着)
<b>地域活動基礎コース</b>		
チャレンジ! ボランティア特別講座「ボランティアって、なんだ?」	時 4年2月19日(土)午後1時30分～4時30分 場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 定 30名	4年1月30日
<b>地域活動実践コース</b>		
食育推進ボランティア講座	時 4年1月11日～2月15日の毎週火曜日、午後2時～4時30分(計6回) 場 農福連携農園すぎのこ農園(井草3-19-23) 対 区内在住の方 定 12名 費 3000円	12月19日
救急協力員講座	時 ①4年1月16日(日)午前9時30分～午後0時45分 ②2月8日(火)午後2時～5時15分 ③3月13日(日)午前9時30分～午後0時45分 対 区内在住・在勤・在学で、救命技能認定証を持っていない16歳以上の方 定 各12名 費 各500円	①12月19日 ②4年1月16日 ③2月17日
日本人英語指導助手養成講座	時 4年1月21日(金)・24日(月)、2月1日(火)・7日(月)・15日(火)・18日(金)・21日(月)・22日(火)午前9時30分～午後0時30分(計8回。2月22日のみ午後1時まで) 定 18名 費 4000円	12月19日
健康づくりリーダー講座	時 4年2月2日～3月16日の水曜日、午前10時～午後0時30分(計6回。2月23日を除く) 定 15名 費 3000円	4年1月10日
救急協力員上級講座	時 4年2月5日(土)午前9時30分～午後5時45分 対 区内在住・在勤・在学で、上級救命技能認定証や応急手当普及員認定証を持っていない16歳以上の方 定 12名 費 1000円	4年1月11日
南相馬ヒューマンライブラリー2021	時 4年2月26日(土)午後1時30分～4時 定 25名	4年1月19日

※ 場 の記載がないものは、区役所分庁舎(成田東4-36-13)。対 の記載がないものは、区内在住・在勤・在学の方。

### すぎなみ地域大学への 申し込み方法

はがき・ファクス・Eメール(12面記入例)に受講動機と修了後の活動目標、在勤・在学の場合は勤務先・学校名も書いて、地域課すぎなみ地域大学担当(〒166-0015成田東4-36-13 ☎3312-2387 ✉tiikidaigaku-t@city.suginami.lg.jp)。またはすぎなみ地域大学ホームページ(右2次元コード)から申し込み 詳細は、募集案内(駅の広報スタンド、区役所、区民事務所、図書館等で配布)参照



## 自分の手で、野菜を育ててみませんか?

# 区民農園の利用者を募集します

—— 問い合わせは、産業振興センター都市農業係 ☎5347-9136へ。



### 農園の概要

- 募集農園 = 下表のとおり
- 利用期間(最長) = 4年3月15日～7年2月15日
- 利用料 = 年間7000円

### 〈募集農園一覧〉

農園名(所在地)	区画数
成田西(成田西2-17)	48
浜田山第二(浜田山4-32)	115
上井草第二(上井草4-20)	151
久我山第二(久我山3-37)	37
南荻窪(南荻窪2-20)	116
久我山(久我山3-10)	163

※区画数は予定数です。

### 対象

- 次の要件を全て満たす方
- ・ 杉並区に住居登録している
  - ・ 区内外を問わず、耕作できる土地を所有していない
  - ・ 当選後の利用説明会に出席し、手続きができる
  - ・ 農園利用のルールを遵守できる

### 申込書配布場所

産業振興センター、区役所1階ロビー、各区民事務所、各図書館(各施設の休業日を除く)

### 申し込み

申込書(往復分の63円切手を貼付。持参の場合切手は返信分のみ)を、12月15日(消印有効)までに産業振興センター都市農業係(〒167-0043上荻1-2-1Daiwa荻窪タワー2階)へ郵送・持参

### その他

複数の申し込みや、同一世帯の方が別名義で申し込んだ場合は、1通の申し込みとみなします。他人の氏名を使用するなどの不正な申し込み、記入の不備があった場合は無効です。

広告



紹介施設は全国多数! 紹介実績18年の豊富な経験と専門知識  
日本老人ホーム紹介サービスセンター



ご相談は「無料」で入居のお手伝い  
www.rojin-home.com

☎ 0120-807-407

※広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。広告掲載のお問い合わせは広報課へ。