

民営化宿泊施設（富士学園および弓ヶ浜クラブ）の在り方についてご意見をお寄せください

区は、区政経営改革推進計画に基づき、民営化宿泊施設の在り方について検討を進めています。このたび、「中間まとめ」として、富士学園を4年度末に、弓ヶ浜クラブを5年度末に廃止することとしましたが、最終的な方針は区民の皆さんのご意見も参考に、5年1月をめどに決定します。アンケートへのご協力をお願いします。

—— 問い合わせは、企画課へ。

施設の概要

富士学園は昭和39年に、弓ヶ浜クラブは昭和55年に、区立小学校の移動教室の施設として開設し、毎年約7000人の児童が訪れています。移動教室で使用していない時期は区民のリフレッシュや余暇の場として、区民の皆さんにご利用いただいています。

●富士学園

山梨県南都留郡忍野村忍草2997



●弓ヶ浜クラブ

静岡県賀茂郡南伊豆町湊781



施設を取り巻く主な状況

- ・富士学園は改築後31年、弓ヶ浜クラブは築42年を経過し、老朽化が進んでいます。
- ・区立小学校の移動教室としての利用が全体の約6割を占めていますが、富士学園の利用を令和4年度末に、弓ヶ浜クラブの利用を令和5年度末に終了し、その後は他の施設を利用して移動教室を実施することとしています。
- ・各部屋にトイレ・洗面所がないなど一般的な宿泊施設と設備が異なり、老朽化も進んでいることなどから、区民の利用は著しく減少しています。
- ・運営は、区から施設の無償貸与を受けた事業者が行っていますが、こうした状況下での事業継続は困難として、契約を更新しない旨の申し出がありました。

皆さんのご意見をお聞かせください

期 間 10月30日まで

対 象 区内在住の方

回答方法 LoGoフォーム（右2次元コード）から回答
※LoGoフォームを利用できない方は、企画課（区役所東棟4階）へお越しください。



「中間まとめ」や検討に使用したデータもこちらからご確認いただけます

宿泊予約停止のお知らせ

富士学園の5年3月31日以降の宿泊については、方針決定までの間、予約を停止します。
区民生活部管理課庶務係

杉並のまちづくりを一緒に考えましょう

区の将来の都市のイメージとまちづくりの目標を明らかにした「杉並区まちづくり基本方針（杉並区都市計画マスタープラン）」の改定に向けて検討を進めています。このたび、改定の方向性を示した「骨子案」をまとめましたので、皆さんからのご意見をお聞かせください。

また、西荻・高円寺地域では、区民と区長の対話集会「さとことブレスト」の開催を予定しています。それぞれのご意見は、杉並区まちづくり基本方針改定の参考にさせていただきます。

杉並区まちづくり基本方針「骨子案」についてご意見をお寄せください

区都市整備部管理課

詳細は、区ホームページ（右2次元コード）をご確認ください。骨子案の説明が必要な方は、お問い合わせください。

募集期間 10月17日まで

閲覧方法・場所 区ホームページ、都市整備部管理課（区役所西棟5階）

意見提出方法 LoGoフォーム（区ホームページ内にリンクあり）にご意見を書き込めます。または、意見用紙（都市整備部管理課で配布。区ホームページからも取り出せます）を、同課企画調査係 ☎5307-0689 ☒ toshi-kikaku@city.suginami.lg.jp へ郵送・ファクス・Eメール



まちづくりの中で道路を考える対話集会「さとことブレスト」を開催します

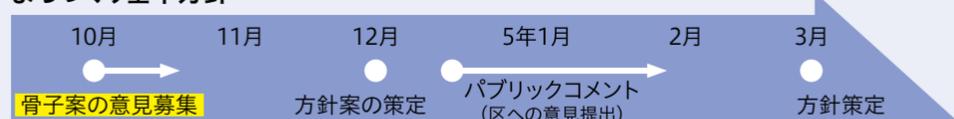
区都市整備部土木計画課

西荻・高円寺地域では、道路整備など重要な取り組みについて、杉並のまちづくりの中で考える、区長との対話集会を開催します。さまざまな方を対象に、年度内10回程度を予定しています。

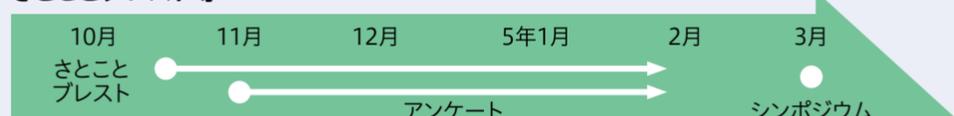
また、アンケートの実施も予定しており、頂いたご意見や集計結果を公表するシンポジウムも計画しています。

※ブレスト=ブレインストーミングの略。あるテーマについて数人で自由なアイデアを出し合う会議の方法。

まちづくり基本方針



さとことブレスト等



「対話」を大切にしたまちづくりを皆さんと共に進めていきます!



杉並区長・岸本聡子



一人一人ができることから始めましょう

10月は食品ロス削減月間です

食品ロスとは、本来食べられるにもかかわらず、捨てられてしまう食べ物のことです。日本では、年間522万トン（2年度推計値）の食品ロスが生じています。食品ロスは、ごみが増えるということだけでなく、貧困・水資源・温室効果ガスなどさまざまな地球規模の問題を引き起こしています。

—— 問い合わせは、ごみ減量対策課管理係へ。

食品ロスを減らすための3つのコツ

買いすぎない

作りすぎない

食べ残さない

食品ロス削減に関するパネル展示

📅10月3日(月)～8日(土)午後2時～4時（8日は午前10時～午後3時）
 📍農福連携農園すぎのこ農園（井草3-19-23）

期限表示（賞味期限・消費期限）を確認！

- ・利用予定と照らして、期限表示を確認しましょう
- ・すぐに食べる・調理する食品を購入する時は、棚の手前から取りましょう

フードドライブを活用！

戸棚に眠っている食品は、家庭で使いきれない食品（未利用食品）を持ち寄り、福祉団体や施設などに提供するフードドライブを活用しましょう。

食べのこし^{ゼロ}応援店を活用！

外食では、小盛りメニュー等を活用し、食べきれない分だけ注文しましょう。小盛りメニューや持ち帰りメニューの提供等で、区と一緒に食品ロスの削減に取り組む「食べのこし^{ゼロ}応援店」（区ホームページ参照）を活用しましょう。



フードシェアリングサービスを活用！

区は、店頭で売り切れない食品を必要としている人に割引価格で提供するアプリ「TABETE」を運営する事業者と協定を締結しています。



TABETE▶

9～11月は杉並区健康づくり推進期間です

体を動かして生活習慣病予防！

生活習慣病とは、がん、脳血管・心疾患、糖尿病など生活習慣に起因する病気の総称です。食事、運動などの生活習慣を改善することで予防できます。

—— 問い合わせは、杉並保健所健康推進課☎3391-1355へ。

● 適正体重の維持が大切です

体重は多すぎても少なすぎても健康に影響があるといわれています。若い女性の低栄養による痩せは、妊娠・出産や生まれた子どもの将来の生活習慣病にも影響を与える場合があることが分かっています。

● BMI（体格指数）を計算してみましょう

$$BMI = \text{体重 (kg)} \div \{\text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)}\}$$

年齢	目標とするBMIの範囲（18歳以上）
18～49歳	18.5～24.9
50～64歳	20.0～24.9
65歳以上	21.5～24.9

※「日本人の食事摂取基準（2020年版）」より引用。

肥満や痩せは食事（摂取エネルギー）と運動（消費エネルギー）のバランスが崩れることが主な原因です。適正な量を食べて、しっかり体を動かしましょう。



運動のススメ

普段から体を動かすことで生活習慣病のリスクを下げ、健康寿命を延ばすことができます。

今日からできる一工夫！

- ・エレベーターは使わずに階段で上り下り
- ・テレビを見ながら筋トレやストレッチ
- ・歩幅を広くして早歩き

生活習慣病予防イベント

糖尿病など生活習慣病に関するパネルや、バランスの良い食事のサンプルの展示などを行います。

📅10月11日(火)・12日(水)午前9時30分～午後4時 📍区役所1階ロビー
 📍国保年金課医療費適正化担当

自宅でできるオンライン運動教室

🕒時内下表のとおり

日程	内容
10月26日(水)	「リカバリーストレッチ」～柔軟性の向上、姿勢の改善が期待できる全身をほぐすストレッチ
11月2日(水)	「やさしいピラティス」～インナーマッスルを鍛え、骨から体を整え、スムーズな体の動かし方を習得！
11月9日(水)	「リフレッシュヨガ」～独特なポーズをとることで全身を刺激、健康増進や疲労回復の効果を期待！

※いずれも午後1時45分～2時45分。

📍オンラインで実施 📍ヴィムスポーツアベニューインストラクター ☑区内在住・在勤の40～74歳で医師から運動制限を受けていない方 定各20名(申込順) 📍LoGoフォーム(右2次元コード)から、10月21日までに申し込み 📍杉並保健所健康推進課健康推進係☎3391-1355



いつ来るか分からない地震に備えよう

震災救援所訓練にご参加ください

区では、区立小中学校等を震災救援所（震災時の避難・救援活動の拠点）とし、震災時に備えて訓練を実施しています。



—— 問い合わせは、防災課へ。

場所	日時
阿佐ヶ谷中学校（阿佐谷南1-17-3）	10月8日(土)午前10時～正午
高円寺みんなの体育館（高円寺南2-36-31）	10月10日(祝)午前10時30分～午後0時30分
松ノ木小学校（松ノ木1-2-26）	10月15日(土)午後0時10分～1時15分
東田中学校（成田東3-19-17）	10月22日(土)午前8時30分～正午
杉並第三小学校（高円寺南1-15-13）	10月22日(土)午前9時35分～11時30分
杉並第六小学校（阿佐谷南1-24-21）	10月29日(土)午後2時～4時

区制施行90周年記念事業

まいまつり
すぎなみ舞祭



この日のために練習を重ねてきた子どもたちがその成果を披露します。約40チーム750名の子どもたちの元気に踊る姿と笑顔を、ぜひ会場でご覧ください。また、会場内にはおいしい屋台やキッズカーのほか無料で遊べるキッズエリアもあります。

日時 10月16日(日)
午前11時30分～午後3時30分(荒天中止)

場所 下高井戸おおぞら公園
(下高井戸2-28-23) ※車での来場不可。



- **舞祭ステージ**
24チーム参加の舞祭大会(ダンスコンテスト)、ゲストイベント
- **オープンステージ**
17チームによるダンス披露、ちびっこから大人まで楽しめる参加型ダンス企画
- **キッズエリア**
キックターゲット、モンキーブリッジ、車にお絵かき、しゃぼん玉など
- **すぎなみ舞祭公式グッズ販売**
舞祭オリジナルなみすけのイラストが入ったTシャツ・トートバッグなどの販売
- **すぎなみプレフェスタエリア**
園すぎなみ舞祭実行委員会事務局(児童青少年課青少年係内) ☎3393-4760

すぎなみプレフェスタ

平成25年から始まったすぎなみフェスタ。区制施行90周年の節目となる今年は、すぎなみ舞祭の開催に併せ、「すぎなみプレフェスタ」を開催します。

時10月16日(日)午前11時30分～午後3時30分(荒天中止) 場①下高井戸区民集会所(下高井戸3-26-1) ②下高井戸おおぞら公園(下高井戸2-28-23)
 図①モルック体験、相馬野馬追展、パラパラマンガ作画体験②クリケット体験、交流自治体・ホストタウンの特産品の販売ほか 園文化・交流課すぎなみフェスタ担当 他車での来場不可。詳細は、すぎなみフェスタホームページ(右2次元コード)参照



区制施行90周年記念

すぎなみ5ストーリーズ展

杉並区が誕生してから、10月1日で90周年を迎えました。区民や区に大きな影響を与えた5つの出来事を「すぎなみ5ストーリーズ」として、次世代へ継承していくため、時代を切り開いた先人たちの歩みを紹介します。



時10月17日(月)～31日(月)午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日を除く) 場区役所1階ロビー・2階区民ギャラリー 図すぎなみ5ストーリーズ(内田秀五郎のしごと、原水爆禁止署名運動、東京高円寺阿波おどり、東京ごみ戦争、3.11自治体スクラム支援等の活動)のパネル展示等 園総務課記念事業担当



▲区ホームページ
すぎなみ5ストーリーズ

あなたのおき、すぎなみ推しスポット

**すぎなみ魅力発掘
フォトコンテスト**

区内の京王井の頭線・西武新宿線沿線をテーマにしたInstagramフォトコンテストを開催中! 皆さんのとっておき穴場スポットをInstagramで発信してみませんか?

参加方法 Instagramで「#わたしだけのすぎなみ」をつけて投稿

その他 入賞者には賞品あり。入賞者の発表は、12月下旬以降に、特設サイト(右2次元コード)で公表

園産業振興センター観光係 ☎5347-9184



開催期間
11月30日(水)まで

あなたの地域にミュージアムがやってくる!

**出張! アニメーションミュージアム
in 勤労福祉会館**

アニメーションミュージアムによる巡回展を実施します。「すぎなみとアニメーション」をテーマとして展示やアニメ制作体験ワークショップを行います。ぜひお立ち寄りください。



▲ホームページ



▲ツイッター

展示「すぎなみとアニメーション」

区とアニメの歴史や関わりが分かるパネルの展示を行います。
時10月7日(金)～11月10日(木)午前9時～午後9時(毎月第2水曜日を除く)

アニメ制作体験ワークショップ

時図①10月22日(土)・23日(日)▶受け付け=午前11時～午後3時30分=アフレコアニメ②29日(土)・30日(日)▶受け付け=午前11時～午後3時30分=コマドリクエスト③11月5日(土)・6日(日)午前10時～午後3時30分(6日は3時まで)=紙アクアリウム&動画トレース



なみすけカードプレゼント!

来場者特典で「なみきおじさん」カードを先着500名に配布します! また、11月5日(土)・6日(日)は先着1000名に特別カードも配布します!



▲「なみきおじさん」カード



▲特別カード

..... いずれも
場勤労福祉会館(桃井4-3-2) 園東京工芸大学 杉並アニメーションミュージアム ☎3396-1510 他車での来場不可

※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。

異文化に触れてみよう

海外文化セミナー ウクライナ in すぎなみフェスタ



日時 11月5日(土)・6日(日)
午前10時～午後3時30分
(6日は3時まで)

場所 桃井原っぱ公園
(桃井3-8-1)
桃井第一小学校
(桃井2-6-1)



桃井原っぱ公園

メインステージ

時 11月5日(土)午前10時40分～11時10分=ウクライナ民謡とダンス (NPO法人日本ウクライナ友好協会KRAIANY) ▶ 6日(日)午後2時～2時15分=チェロの演奏 (テチアナ・ラヴロフ、ヤーナ・ラヴロフ)

ナタリアかあさんのボルシチ

ウクライナから避難して来られたナタリアさんのレシピでボルシチを販売します。売上げの一部をウクライナ支援に寄附します。

時 11月5日(土)・6日(日)午前10時～ (売り切れ次第終了〈各100食限定〉) 伝 伝統工芸品・物品の販売、展示あり

食べてウクライナを支援しよう!



桃井第一小学校

講演「ウクライナ人の生の声：母国の過去、現在、未来」

時 11月6日(日)午前11時～正午 演 NPO法人日本ウクライナ友好協会KRAIANY理事・イェブトウシュク イーゴル ▶ 司会=杉並区交流協会理事・ペトル ホリー 関 区内在住・在勤・在学の方 定 40名(抽選) 申 杉並区交流協会ホームページから、10月13日までに申し込み

..... いずれも

関 杉並区交流協会 ☎5378-8833 ✉info@suginami-kouryu.org (午前8時30分～午後5時15分〈土・日曜日、祝日を除く〉) ▶ 協力=NPO法人日本ウクライナ友好協会KRAIANY、日本財団 関 車での来場不可。詳細は、杉並区交流協会ホームページ(右二次元コード)参照



東京都青梅市 物産展

区の交流自治体である青梅市による物産展を開催します。特産品の青梅せんべいや農産品を販売します。

時 10月17日(月)～19日(水)午前10時～午後3時(売り切れ次第終了) 場 区役所中杉通り側入り口前 関 青梅市秘書広報課交流担当 ☎0428-22-1111 関 マイバッグ持参



東京都最低賃金のお知らせ

東京都最低賃金は、10月1日から時間額1072円に改正されました。都内で働く全ての労働者に適用されます。

関 東京労働局労働基準部賃金課 ☎3512-1614、東京働き方改革推進支援センター ☎0120-232-865



みんなで銭湯に行こう!

10月10日は銭湯の日 区内銭湯でラベンダー湯を実施します

ラベンダー湯はヨーロッパで広く行われているハーブ浴の一つです。香りのもとになっている精油成分には、安眠を誘う成分などが豊富に含まれており、心身のリラックス、免疫力の向上など優れた効果が知られています。和らぐ香りで心身ともにリラックスしませんか。

時 10月10日(祝) 費 500円。小学生200円。未就学児100円 関 杉並浴場組合加盟銭湯(午後1時以降) 関 実施日の異なる銭湯あり

10月1日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは



区制施行90周年記念特別展 杉並激動の昭和戦前史展

区は昭和7(1932)年10月1日に誕生し、今年で区制施行90周年を迎えます。日本は区制施行から10年も経たない間に太平洋戦争へと突き進んでいきました。今回は郷土博物館の特別展を通して、杉並区激動の昭和戦前史をたどっていきます。



● 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・10時から毎日放送)

関 広報課

