

広報すぎなみ

Suginami



みどり豊かな 住まいのみやこ

{ 2/1 }
令和5年(2023年)
No.2346

新型コロナウイルスに関する
最新情報はこちらで
ご確認ください

区では、区ホームページやツイッターで、
随時情報をお伝えしています。



新型コロナウイルス
感染症情報
(区ホームページ)



杉並区公式ツイッター
(地震・水防情報等)
@suginami_tokyo



特集

子どもたちに本の楽しさを伝える 地域・家庭文庫

〒166-8570 杉並区阿佐谷南1-15-1 | ☎ 3312-2111(代表) FAX 3312-9911(広報課直通) | 🌐 区ホームページ: <https://www.city.suginami.tokyo.jp/> | 📰 発行: 杉並区 | 📝 編集: 広報課

お知らせ

新型コロナウイルスの感染状況によっては、本紙掲載の催し等が変更・延期または中止になる場合があります。
最新情報は、区ホームページをご確認ください。

広報すぎなみは月2回(1・15日)発行。新聞折り込みのほか、区の施設・駅・コンビニエンスストアなどの広報スタンドに設置しています。

子どもたちに本の楽しさを伝える 地域・家庭文庫

おうち空間で読書!



皆さんは「地域・家庭文庫」をご存じですか。区民の方が、自宅などを利用して、地域の子どもたち等に本の楽しさを伝え、読み聞かせや本の貸し出しなどを行っています。今号では、アットホームな空間で子どもたちの読書活動を推進している「地域・家庭文庫」についてお知らせします。

—問い合わせは、中央図書館事業係 ☎3391-5754へ。

地域・家庭文庫って?

地域・家庭文庫は、自宅等を開放して、地域の子どもたち等に家庭的な空間の中で読書の場を提供しています。また、図書の閲覧・貸し出しだけでなく、読み聞かせや人形劇など、それぞれの文庫でさまざまな文化活動も行っています。

区では、地域・家庭文庫へ図書を貸与するなど、活動を支援しています。

それぞれの文庫ごとに
さまざまな催しを開催!



区の支援文庫
7カ所!

子どもだけでなく、地域の皆さんの居場所でありたい。

— 地域・家庭文庫の活動を始めたきっかけを教えてください。

坪内：子育てが一段落して、「何か始めよう」と思ったときに浮かんだのが絵本と子どもでした。子どもの頃はとにかく絵本が好きで、絵本作家にも憧れていました。素晴らしい絵本と子どもたちを結び付けるきっかけになれば、と活動を始めて、ちょうど20年になります。



神保：大学で幼児教育を専攻していて、ゼミでは絵本について学んでいました。荻窪にある「かつら文庫」の存在を知って、「いつか家庭文庫を開きたい」という夢をずっと持っていたんです。夫の転勤先の香港で絵本の会を始め、杉並区に引っ越したときにポプラ文庫を引き継ぎました。その後シンガポールに転勤し、向こうでも文庫活動を続けました。帰国後、しばらくして自宅で「ちゅうりっぷ」を立ち上げました。

澁川：大学で図書館学を学んでいたのですが、たまたま家庭文庫のお手伝いをしていて、子どもたちと接することがとても楽しかったんです。どこかにその記憶が残っていたんでしょうね。子育てをして家に本が増えていくうちに、ふと文庫を開こうと思いついたんです。もうすぐ46年目です。



左から、神保さん(子どもの本の家ちゅうりっぷ)、澁川さん(パンビぶんこ)、坪内さん(ちいさいおうち文庫)

— やりがいや喜びを感じるのはどんなときでしょうか?

神保：文庫に来て、肩の力を抜いてほっとしている子どもの姿を見ると、この場所をつくって良かったと感じます。子どもたちにとって、親でも先生でもない、「干渉しない大人」って必要な存在だと思うんです。干渉はしないけれど、しっかり見守られている。子どもたちにとって、そんな安心感のある居場所になればと願っています。

坪内：地域の子どもの成長を見守ることができるのがうれしいです。ずいぶん昔ですが、友達に連れられて来た男の子がいました。本にはあまり興味がないみたいで、友達としゃべったり、遊んだり。学校はあまり好きじゃないみたいだったんですが、文庫で何かイベントをやるとなるとすごく張り切って手伝ってくれました。その子が今はもう社会人なんです。道で会うとあいさつをしてくれて、「お世話になりました」と声をかけてくれます。あの男の子がこんなに立派になったのか…と感慨深いですね。

澁川：45年間も文庫を続けていると、子どもの頃に通っていたお母さんが、お父さんを連れて通ってくださるようになるんです。「これ、お母さんも読んでんだよ」「私もこの場面が一番好き」なんて、世代を超えて同じ本を読み、しかも同じ場面を共有しているのを見たりするのはとてもうれしいですね。

— 心に残っている一言やエピソードがあれば教えてください。

神保：親子で一緒に来る方が多いんですが、大人がくつろげるお部屋もあるので、子どもはお母さんやお母さんで別々に過ごすことができるんです。お母さんから離れたところで、ぼろっと本音話してくれるお父さんもいます。一方、お母さんもゆっくり本をめぐって自分の時間を過ごしていて…。帰ると





「出前文庫」として
あちこちへ本を届けています。

① ジルベルト文庫
高井戸西3-6-22
毎週水曜日、第3土曜日/
午後2時~5時 ☎090-3697-6270



半地下があって、
まるで隠れ家のような雰囲気です。

② ちいさいおうち文庫
今川3-4-9
毎週水曜日/午後2時~5時
☎3301-3035



手作り遊びなどのレクリエーション
も随時行っています。

③ パンビぶんこ
高井戸東4-19-1
毎週水曜日/午後2時~5時
☎3334-7881



絵本に限らず、
さまざまなジャンルの本があります。

④ ポケット文庫
天沼1-24-7
毎週火曜日/午後3時~5時
☎3391-5743



1974年から地域で
引き継がれている文庫です。

⑤ ポプラ文庫
井草1-52-2 第3木曜日/午後3時
~5時30分 ☎3396-0937
※開催場所はランドメゾン杉並シーズン
(井草2丁目)。



絵本翻訳家が運営している
家庭文庫です。

⑥ このあの文庫
本天沼1-27-5
毎週土曜日/午後2時~5時
☎konoano_bunko@yahoo.co.jp



おはなし会や、わらべうたの会を
開いています。

⑦ 子どもの本の家ちゅうりっぷ
下井草2-23-12 月2回土曜日、
月1回水曜日/午前10時~午後4時
☎tulibrary@gmail.com



子どもたちが本と触れ合える
環境づくりを目指します!

※開いている時間等に変更がある場合があります。詳細は、各文庫までお問い合わせください。

※開いている時間等に変更がある場合があります。詳細は、各文庫までお問い合わせください。

— 活動の課題や、これからの目標を教えてください。

坪内：今、世界中で本当にいろいろなことが起こっていて、大人だって不安ですよ。子どもたちも同じです。文庫というささやかな場所ではありますが、平和で、幸せや喜びを感じられる場所であり続けたいと思っています。

神保：乳幼児から小学生にかけては、言葉の力が育っていく大切な時期です。その時期に、しっかり子どもたちに寄り添える場所でありたいと思っています。文庫は小さな存在ですが、一人一人に寄り添うことができるのが強みです。来てくださる一人一人の顔を見て、その人に合う本を渡していくことを大切にしていきたいです。

澁川：もともと本が大好きな子どもばかりではありません。その子にあった本を薦める場合はありますが、偶然手に取った本が面白かった、もっと読みたい…。文庫でそんな本との出会いをつくれたらと願っています。

Check!

「地域・家庭文庫」の 新規登録を受け付けています



内容：中央図書館からの図書の貸与など
 対象：自宅などで、地域の子どもたち等に無償で図書の閲覧・貸し出しと、クリスマスおはなし会などの文化活動を既に行っており、これらの活動実績（登録者数・利用者数・貸出冊数等）を報告することができる個人または団体
 申し込み・問い合わせ：電話または直接、中央図書館事業係（荻窪 3-40-23 ☎3391-5754）

区からのお知らせ

SUGINAMI INFORMATION

採用情報 ※応募書類は返却しません。

会計年度任用職員

杉並子ども家庭支援センター 相談員

☑児童虐待・子どもと子育て家庭からの相談、在宅サービスの提供に関することほか▶**勤務期間**=4月1日～6年3月31日(5回まで更新可)▶**勤務日時**=月16日。原則、月～土曜日の午前8時30分～午後5時15分▶**勤務場所**=同センター▶**資格**=次のいずれかに該当する方①教員、保育士、保健師、社会福祉士、精神保健福祉士、公認心理師のいずれかの資格を有する②大学などで、心理学、教育学、社会学を専攻するいずれかの課程を修めた③子どもと子育て家庭に関する相談援助経験がある▶**募集人数**=若干名▶**報酬**=月額18万5856円～22万2528円(4年度実績)▶**その他**=期末手当支給。有給休暇あり。社会保険加入。交通費支給(上限あり)☑申込書(同センターで配布。区ホームページからも取り出せます)を、2月15日までに同センター(〒166-0004阿佐谷南1-14-8)へ簡易書留で郵送・持参 ☑同センター☎5929-1902 ☑書類選考合格者には面接を実施

すぎのき生活園 障害者支援業務(心理技術)

☑**勤務期間**=4月1日～6年3月31日(5回まで更新可)▶**勤務日時**=月16日。原則、月～金曜日の午前9時～午後5時45分▶**勤務場所**=同生活園▶**資格**=公認心理師等の資格を有し、知的障害者の支援に関する相談等の専門的業務ができる▶**募集人数**=若干名▶**報酬**=月額21万5424円(4年度実績)▶**その他**=期末手当支給(要件あり)。有給休暇あり。社会保険加入。交通費支給(上限あり)☑申込書(区ホームページから取り出せます)を、2月15日までに同生活園(〒167-0021井草3-18-14)へ簡易書留で郵送・持参 ☑同生活園☎3399-8953 ☑書類選考合格者には面接を実施

総務課 筆耕等業務

☑表彰状や感謝状などの筆耕と事務補助▶**勤務期間**=

① 基本的感染防止対策

下記の対策等にご協力をお願いします

- 小まめな換気
- 手洗い・手指消毒
- 3密の回避
- マスクの着用

4月1日～6年3月31日(5回まで更新可)▶**勤務日時**=月16日。原則、月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分▶**勤務場所**=同課▶**募集人数**=1名▶**報酬**=月額18万5856円～22万2528円(4年度実績)▶**その他**=期末手当支給。有給休暇あり。社会保険加入。交通費支給(上限あり)☑申込書(同課総務係(区役所東棟4階)で配布。区ホームページからも取り出せます)に段位等を証明する書類の写しを添えて、2月15日までに同課へ簡易書留で郵送・持参 ☑同課☑書類選考合格者には面接と筆耕実技試験を実施(2月下旬予定)

杉並保健所生活衛生課衛生検査係 検査補助(短時間)

☑**勤務期間**=4月1日～6年3月31日(5回まで更新可)▶**勤務日時**=週2日程度。月～金曜日の午前9時～午後4時▶**勤務場所**=同係▶**資格**=臨床検査技師▶**募集人数**=若干名▶**報酬**=時給1605円(4年度実績)▶**その他**=有給休暇あり。交通費支給(上限あり)☑申込書(同係で配布。区ホームページからも取り出せます)を、2月17日までに同係(〒168-0072高井戸東3-20-3)へ簡易書留で郵送・持参 ☑同係☎3334-6400 ☑書類選考合格者には面接を実施

募集します

都営住宅入居者

☑**募集戸数**=①ポイント方式による募集(家族向けのみ)=1290戸(車いす使用者世帯向け28戸を含む)②単身者向け=258戸(車いす使用者世帯向け8戸を含む)③シルバーピア(高齢者集合住宅。単身者または2人世帯向け)=78戸④居室内で病死等があった住宅(単身者向け・車いす使用者向け・シルバーピア)=136戸▶**申請書**・**募集案内の配布期間**=2月9日まで(各配布場所の休業日を除く)▶**配布場所**=区役所1階ロビー、住宅課(区役所西棟5階)、子ども家庭部管理課(東棟3階)、福祉事務所、区民事務所(平

掲載の催し等の中止について

新型コロナウイルスの感染状況によって、本紙掲載の催し等の中止が決定した場合には、区ホームページでお知らせします。または問い合わせ先へご確認ください。



日夜間と土・日曜日は区役所の休日・夜間受付で配布)。配布期間中のみ、JKK東京(東京都住宅供給公社)ホームページからも取り出せます☑申込書を、専用封筒で郵送。または都営住宅入居者募集サイトから申し込み/申込期限=2月15日(郵送の場合①は午後6時まで)☑JKK東京☎0570-010-810(申込受付期間外は☎3498-8894。土・日曜日、祝日を除く)、区住宅課

高齢者・介護者向けサービス実施事業者

◆高齢者いっときお助けサービス事業

☑心身機能の一時的な低下で日常生活に支障がある高齢者の居宅にホームヘルパーを派遣し、日常的な家事等を代行

◆ほっと一息、介護者ヘルプ事業

☑要介護高齢者等と同居して在宅で介護している家族の方の休息を目的として、ホームヘルパーを派遣し、介護者が行う日常的な家事等を代行

…………… いずれも ……………

☑**委託期間**=4月1日～6年3月31日▶**資格**=区内に事業所があり、介護保険法による指定介護予防サービスおよび指定居宅サービスの訪問介護事業所の指定を受けている☑申込書(高齢者在宅支援課管理係(区役所西棟2階)で配布。区ホームページからも取り出せます)に訪問介護重要事項説明書の写しを添えて、2月15日までに同係へ郵送・持参 ☑同係☑詳細は、募集要項参照

ファミリーサポートセンター協力会員

☑保育園・学童クラブなど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など(会員宅・児童館などで)▶**謝礼**=1時間800円(早朝・夜間1000円)☑区内または区に隣接する区市在住の20歳以上で、研修に参加できる方☑☑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☎5347-1021 ☑会員登録後、3月1日(水)に研修会あり

各種相談

内容	日時・場所・対象・定員ほか	申し込み・問い合わせ
住まいの修繕・増改築無料相談★	☑月・金曜日、午後1時～4時 ☑場区役所1階ロビー	☑東京土建杉並支部☎3313-1445、区住宅課
住宅の耐震無料相談会・ブロック塀無料相談会★	☑2月8日(水)午後1時～4時 ☑場区役所1階ロビー ☑他図面などがある場合は持参。ブロック塀無料相談会は、ブロック塀の現況写真等を持参	☑区市街地整備課耐震改修担当
マンション管理無料相談	☑2月9日(木)午後1時30分～4時30分 ☑場区役所1階ロビー ☑対区内在住のマンション管理組合の役員・区分所有者等 ☑定3組(申込順)	☑杉並マンション管理士会ホームページから申し込み。または申込書(区ホームページから取り出せます)を、同会事務局☎3393-3652へファクス ☑同会事務局☎3393-3680、区住宅課空家対策係
行政相談★	☑2月10日(金)午後1時～4時 ☑場区政相談課(区役所東棟1階) ☑内国の仕事等(年金・福祉・道路など)の苦情・相談	☑区政相談課
行政書士による相談	☑2月10日(金)午後1時～4時 ☑場相談室(区役所西棟2階) ☑相続・遺言・離婚・金銭問題等書類手続きに関すること ☑定6名(申込順) ☑他1人30分	☑☑電話で、2月3日から東京都行政書士会杉並支部☎0120-567-537(午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日を除く))
専門家による空き家等総合無料相談	☑2月16日(木)午前9時20分・10時15分・11時10分 ☑場住宅課相談室(区役所西棟5階) ☑区内の空き家等の所有者等(親族・代理人を含む) ☑定各1組(申込順) ☑他1組45分	☑☑電話で、住宅課空家対策係。または申込書(区ホームページから取り出せます)を、同係☎5307-0689へ郵送・ファクス/申込期限=2月14日 ☑同係
不動産に関する無料相談	☑2月16日(木)午後1時30分～4時30分 ☑場区役所1階ロビー	☑☑電話で、東京都宅地建物取引業協会杉並区支部☎3311-4937(午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)) ☑同支部、区住宅課
弁護士による土曜法律相談	☑2月18日(土)午後1時～4時 ☑場相談室(区役所西棟2階) ☑定12名(申込順) ☑他1人30分	☑☑電話で、専門相談予約専用☎5307-0617(午前8時30分～午後5時)。または直接、区政相談課(区役所東棟1階)/申込期間=2月13日～17日 ☑同課
建築総合無料相談会・ブロック塀無料相談会★	☑2月21日(火)、3月7日(火)午後1時～4時 ☑場区役所1階ロビー ☑他図面などがある場合は持参。ブロック塀無料相談会は、ブロック塀の現況写真等を持参	☑東京都建築士事務所協会杉並支部☎6276-9208、区市街地整備課耐震改修担当

※★は当日、直接会場へ。

凡例 ☑日時 場場所 内内容 師講師 対対象 定定員 費参加費(記載のないものは無料) ☑申し込み(記載のないものは直接会場へ) ☑問い合わせ 他その他 ☑Eメールアドレス ☑HPホームページアドレス

子育て・教育

外国人学校に通学する児童生徒の保護者へ

区では、外国人学校に通学する児童生徒の保護者に、授業料などの負担を軽減するために補助金を交付しています。

◆要件 次の全てを満たすこと①学校教育法に基づく認可を受けた外国人学校に、義務教育年齢に該当する児童生徒を通学させている②児童生徒および保護者が区内に住所を有し、同一世帯である③児童生徒または児童生徒の父もしくは母が日本国籍を有していない④授業料を納付している⑤所得額が限度額未満である(詳細は区ホームページ参照)

◆申請期限 2月28日

◆補助対象期間・申請方法 今回は下半期分です。学校ごとに期間・申請方法が異なりますので、詳細はお問い合わせください。

◆補助金額 月額7000円×下半期のうち授業料を支払った月数

☎区民生活部管理課庶務係

保険・年金

国民年金保険料は前納がお得です

毎月の国民年金保険料の納付期限は翌月末日ですが、まとめて前払いすると割引となる「前納制度」があります。

例えば、4～9月分(6カ月分)をまとめて現金やクレジットカードで納付する場合、毎月納付するよりも810円割引になります。また、前納制度と口座振替をセットにすることでさらに割引額が大きくなります。

2年分、1年分、6カ月分(4～9月分)を口座振替で前納を希望する場合は、2月末日までに杉並年金事務所にお申し込みください。郵送での手続きも可能です。☎杉並年金事務所☎3312-1511

生活・環境

衣類の拠点回収

毎月第2土曜日に回収拠点で、古着として着用できる破れや汚れのないきれいな衣類を回収しています。食器類、ハンガーなどの混入により、回収作業中の事故が多発しています。また、毛布など衣類以外のものは回収できません。中身の見える袋に入れ、回収時間以外の持ち込みはご遠慮ください。

☎午前10時～正午(雨天中止) 場回収拠点(各施設屋外)=区役所中杉通り側、宮前図書館、方南会館、本天沼区民集会所、地域区民センター(井草、永福和泉、荻窪、西荻)、リサイクルひろば高井戸 ☎ごみ減量対策課事業計画係、雨天中止の問い合わせはNPO法人すぎなみ環境ネットワーク☎5941-8701(当日午前9時以降) ☎各回収拠点の休止情報は区ホームページをご確認ください

バッジが目印!

「にせ税理士」「にせ税理士法人」にご注意ください

税理士資格のない者が税務相談、税務書類の作成、税務代理をすることは、法律で禁じられています。また、専門的知識が欠けているなどのために、依頼者(納税者)が不測の損害を被る恐れがあります。

税理士は、税理士証票を携帯し、税理士バッジを着用しています。☎東京税理士会☎3356-4461



▲税理士バッジ

「東京外かく環状道路」工事現場視察会



東京外かく環状道路(関越～東名)は、区内の善福寺全域、西荻北4丁目、久我山4丁目地域に、大深度地下トンネル方式で整備されます。視察会では、工事中のシールドトンネル内を見学できます。

☎3月5日(日)午前9時・10時・11時・午後1時・2時・3時 場大泉側本線会場(練馬区大泉町4-9) ☎各15～20名(抽選) ☎ファクス・Eメールで、2月22日正午までに国土交通省関東地方整備局東京外かく環状国道事務所☎3707-3648☎ktr-gaikan@mlit.go.jp ☎同事務所☎0120-34-1491(月～金曜日午前9時15分～午後6時(祝日を除く)) ☎詳細は、東京外環プロジェクトホームページ(右上2次元コード)参照

5年度杉並区食品衛生監視指導計画(案)の意見募集



食品衛生法の規定に基づき、区民の皆さんのご意見を募集します。

閲覧場所

杉並保健所、高円寺保健センター、区政資料室(区役所西棟2階)、消費者センター。区ホームページ(右上2次元コード)でもご覧になれます。

意見提出方法

封書・ファクス・Eメール(8面記入例)で、2月15日までに杉並保健所生活衛生課食品衛生広域班(〒167-0051荻窪5-20-1☎3391-1926☎SYOKU-EI@city.suginami.lg.jp)

※後日、頂いたご意見(原則、全文)は、区ホームページで公表するほか、ご意見の概要とそれに対する区の考え方などは、区ホームページ等で3月に公表する予定です。ご意見の全文公表を望まれない方はその旨を書き添えてください。住所・氏名を公表することはありません。

☎杉並保健所生活衛生課食品衛生広域班☎3391-1991

区議会を開会します

第1回定例会は、5年度予算案を審査します。

—— 問い合わせは、区議会事務局へ。

日程

第1回区議会定例会

(初日は午前10時開会の予定)

2月9日(木)～3月15日(水)(予定)

本会議は、杉並区議会ホームページ(右下2次元コード)でライブ中継と録画中継を行っています。予算特別委員会は、録画中継のみ行っています。

録画中継は会議終了からおおむね24時間後に「速報版」を、おおむね1週間後に内容や質問者ごとの「詳細版」をご覧になれます。



2月15日(水)午前11時ごろ

防災行政無線を用いた情報伝達試験の実施



全国瞬時警報システム(Jアラート)の情報伝達を確実にするため、防災行政無線を用いた全国一斉の情報伝達試験を行います。

※Jアラートとは、国から緊急情報(地震・武力攻撃など)が発信されると、区の防災行政無線から自動的に放送されるシステムです。

放送内容

- ① チャイム音
- ② 「これは、Jアラートのテストです」(3回繰り返す)
- ③ 「こちらは、ぼうさいすぎなみです」
- ④ チャイム音

☎危機管理対策課、防災課

お忘れなく!

「さざんかねっと(集会施設利用の方)」の更新手続き



さざんかねっと利用者登録カードの有効期限が3月31日となっている方で、4月以降も引き続き集会施設を利用する方は更新の手続きが必要です(更新の手続きは3年ごとに必要)。

☎更新手続き期限=3月31日▶更新対象=さざんかねっと利用者登録カードの有効期限が「令和5年3月31日」となっている方▶必要書類等=新規登録時と同じ▶その他=詳細は、区ホームページ(右2次元コード)参照 ☎地域課地域施設係



※申し込みは「広報すぎなみ」の発行日からとなります。
※申込期限に(消印有効)の記載がない場合は必着です。
※紙面上では市外局番「03」の表記を省略しています。

おめでとうございます

杉並区功労表彰

1月19日(木)、4年度杉並区功労表彰式を行い、区に多大な功労のある56名を表彰しました。

——問い合わせは、総務課総務係へ。



(敬称略)

役職等	氏名
阿佐谷元六丁目町会会長	秋山晴男
堀ノ内一、二丁目町会会長	澁谷達雄
高円寺北二丁目町会会長	槻木克美
堀ノ内自治協力会会長	末田正敏
杉並区法律相談員	垣鏑公良
杉並区人権擁護委員	横山正
杉並区人権擁護委員	今里恵子
元杉並区議会議員	樽松幸代
元杉並区長	田中良
元杉並区副区長	宇賀神雅彦
元杉並区副区長	吉田順之
杉並消防団副団長	野村敏子
杉並消防団副団長	八ツ代浩一
杉並消防団副分団長	齋藤貴士
杉並消防団副分団長	山田太郎
杉並消防団副分団長	松尾文治
荻窪消防団部長	北出肇
荻窪消防団部長	市川眞啓
荻窪消防団部長	小張春望
荻窪消防団班長	渡邊幸生

役職等	氏名
杉並火災予防協会常任理事	三村義昭
杉並防火女性の会副会長	廣田民江
杉並防火防災協会理事	佐々木博
杉並防火管理研究会常任理事	野口憲一
杉並防火管理研究会監事	齋藤統一
荻窪間税会常任理事	榊原昭
杉並法人会理事	内田幾雄
荻窪法人会副会長	矢澤規充
杉並青色申告会理事 高円寺支部長	高山康雄
荻窪青色申告会監事	小美野勝義
東京税理士会理事(杉並支部所属)	十川稔
東京税理士会理事(荻窪支部所属)	田子周一
保護司	山田祐子
保護司	山崎幸男
保護司	田中盛雄
民生委員・児童委員	安藤雅子
民生委員・児童委員	榎本智恵美

役職等	氏名
特別職専門非常勤職員(医員)	氏家久
特別職専門非常勤職員(医員)	牧野総治郎
特別職専門非常勤職員(医員)	窪田茂比古
特別職専門非常勤職員(医員)	足立嘉樹
杉並区食品衛生協会常任理事	藤澤廣美
学校医(内科)	桑川好男
学校医(内科)	西沢久美
学校医(内科)	千木良淳
学校医(内科)	多村幸之進
学校医(内科)	柳垣繁
学校医(眼科)	菊池亨
学校医(眼科)	高野馨
学校医(精神科)	大橋雄二
学校歯科医	横川明弘
学校歯科医	高宮真里子
学校歯科医	藤村長久
学校歯科医	木村晴生
杉並区私立幼稚園連合会理事長	井口容宏
元すぎなみ地域大学学長	木原秋好

5年度(2023年度)版

「ごみ・資源の収集カレンダー 分け方・出し方」を全戸配布します

お住まいの地域ごとに順次、全世帯(事業所を含む)のポスト(マンション・アパートの各部屋を含む)へ直接投函します。なお、収集曜日等の変更はありません。

- ・1世帯(1事業所)につき1部配布します(ポストや表札の数で判断)。
- ・新たに区外から転入する方には、転入の手続きの際に区役所・区民事務所などで「ごみ・資源の分け方・出し方(転入者用)」をお渡しします。

図配布について=トーカンエクスプレス☎3364-8566(月~金曜日午前9時~午後5時<祝日を除く>)。3月31日まで) ▶内容について=ごみ減量対策課、杉並清掃事務所☎3392-7281、同事務所方南支所☎3323-4571、同事務所高円寺車庫☎3317-6771

地域・管轄の清掃事務所別配布期間

配布期間	杉並清掃事務所	杉並清掃事務所方南支所
2月7日(火)~13日(月)	阿佐谷北・阿佐谷南・梅里2丁目・荻窪・上荻・成田西・成田東	和泉・梅里1丁目・大宮・方南・堀ノ内・松ノ木
2月14日(火)~20日(月)	上高井戸・久我山・松庵・高井戸西・西荻北・西荻南・南荻窪・宮前	永福・下高井戸・高井戸東・浜田山
2月21日(火)~27日(月)	天沼・井草・今川・上井草・清水・下井草・善福寺・本天沼・桃井	高円寺北・高円寺南・和田



申請期限が迫っています!

子育て世帯生活支援特別給付金の申請はお済みですか

申請期限 **2月28日**

低所得の子育て世帯を対象とした本給付金の支給要件に該当する方で、まだ受け取っていない方は、期限までに申請してください。なお、2月末までに新たにお子さんが生まれて区へ児童手当の申請をされた方のうち、申請不要で給付金の支給対象となる方へは、区からお知らせを送付します。支給要件等の詳細は、区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。

図子ども家庭部管理課子ども医療・手当係☎5307-0785



税務署からのお知らせ

スマホでも納付が可能になりました



スマートフォン決済専用のウェブサイトから、納税者が利用可能なPay払いを選択して納付できます。事前手続きが不要でいつでも納付が可能です。詳細は、国税庁ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。



図杉並税務署☎3313-1131、荻窪税務署☎3392-1111



区民等の意見提出手続き（パブリックコメント）の結果をお知らせします

マイナンバー制度 予防接種に関する事務の「特定個人情報保護評価書（案）」

「行政手続における特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律（マイナンバー法）」に基づき、「広報すぎなみ」9月1日号などで「特定個人情報保護評価書（案）」を公表し、皆さんからご意見を伺いました。

- 対象事務=予防接種に関する事務
- 意見提出期間=4年9月1日～10月1日
- ご意見はありませんでした

結果報告書等は、杉並保健所保健予防課保健予防係（荻窪5-20-1）、区政資料室（区役所西棟2階）、区民事務所、図書館で3月3日まで閲覧できます（閲覧場所の休業日を除く）。また、区ホームページ（右2次元コード）でもご覧になれます。



〒杉並保健所保健予防課保健予防係 ☎3391-1025

女性が生涯健康でいるために

3月1日～8日は女性の健康週間

—— 問い合わせは、杉並保健所健康推進課 健康推進係 ☎3391-1355へ。

思春期からの健康づくり

20代の女性の5人に1人が痩せすぎといわれています。体脂肪から分泌されるレプチンが不足して女性ホルモンがつくられにくくなるため、月経異常や不妊症の原因にもなるといわれています。また、骨粗しょう症予防のためには、思春期からのバランスの良い食事や運動が重要です。

更年期の体と心の変化

閉経の前後約10年を更年期といいます。卵巣から分泌される女性ホルモンの低下が原因で、さまざまな症状があり、早い人では40代で自覚する人もいます。婦人科などでは、生活習慣の見直し、ホルモン補充療法や漢方薬など体質に合った治療ができます。また、気になる症状があれば安易に「更年期だから」と見過ごさず、他の疾患との鑑別のためにも医療機関等の受診をお勧めします。

女性特有のがんに注意

女性特有のがんのうち、子宮頸がんは20代後半から、乳がんは40代から患者数が増えています。早期発見の場合、5年相対性生存率（※）が子宮頸がんでは95%、乳がんでは99%と高く、治療の選択肢も増えてきます。そのため区では2年に1回、子宮頸がん検診は20歳から、乳がん検診は40歳から受診するよう案内しています。 ※5年相対性生存率=がんと診断された人のうち5年後に生存している人の割合が、日本人全体で5年後に生存している人の割合に比べてどのくらい低いかを表す。

女性の健康パネル展示会

時3月1日(水)～3日(金)午前8時30分～午後5時（3日は4時まで） 場区役所1階ロビー 区杉並保健所健康推進課健康推進係 ☎3391-1355

骨盤エクササイズ

時3月6日(月)午前10時～11時・11時30分～午後0時30分 場ティップネス下井草（下井草2-40-17） 師青木佳乃 区区内在住・在勤で16歳以上の女性 定各10名（申込順） 費各1100円 申電話で、3月3日までにティップネス下井草 ☎3301-7667（午前11時～午後5時。月曜日を除く） 他上履き持参

測って得する 骨の健康とお口のチェックイベント

時内3月6日(月)午前10時～午後3時30分=女性の健康パネル展示・ミニ動画上映・パタカ（口の機能）チェック▶①午前10時～11時30分②午後1時30分～3時=骨密度測定 場杉並保健所（荻窪5-20-1） 区区内在住・在勤で20～74歳の女性 定①60名②80名（いずれも申込順） 申①②Eメールに氏名・年齢・電話番号・希望時間帯を書いて、☎kouza-tantou@city.suginami.lg.jp。またはLoGoフォーム（右2次元コード）から申し込み/申込期限=2月23日 区杉並保健所健康推進課健康推進係 ☎3391-1355 他骨密度測定は30分ごとに時間を指定して2月末にEメールで通知。骨密度測定後に栄養相談あり



やさしいピラティス

時3月8日(水)午後1時～1時45分 場ヴィムスポーツアベニュー（宮前2-10-4） 区区内在住・在勤で20～64歳の女性 定20名（申込順） 費1100円 申電話で、3月1日までにヴィムスポーツアベニュー ☎3335-6644（午前11時～午後5時）

教育現場の今をお届けします

すぎなみ教育だより



第1号

しあわせって
なんだらう？

杉並の教育の基本的な考えを示した「杉並区教育ビジョン2022」。そこに掲げた理念「みんなのしあわせを創る杉並の教育」について理解を深めるため、小中学校で意見交換会を実施しています。

「みんなのしあわせのためにルールは必要か?」「ルールが多いと自由がない。しあわせじゃない!」「多い少ないではなく、納得できるルールが大事!」など白熱した議論が今まさに学校で行われています。

詳しくは、杉並区教育委員会ホームページ ▶▶▶



区教育委員会事務局庶務課

日本フィル楽員による出張コンサート先を募集します

日本フィル楽員による演奏を希望する団体・施設等を募集します。



区募集日時=6月24日(土)、11月27日(月)、6年1月31日(水)/いずれも午前11時・午後2時（演奏時間は40分程度）▶編成=楽員4人による室内楽（予定） 区区内事業所、区内福祉施設等（営利目的等を除く）▶過去の実施先=私立幼稚園、グループホーム、ふれあいの家など 申ファクス・Eメールに希望日時（第3希望まで）、住所、団体名、電話番号、担当者氏名を書いて、2月20日までに文化・交流課 ☎5307-0683 ☎bunka-k@city.suginami.lg.jp 区同課 他申し込み多数の場合は過去の実施状況を考慮した後、抽選。結果は3月中に通知。音出しできる控え室を用意してください

イベントひろば

EVENT PLAZA

はがき・ファクス・Eメール申し込み記入例

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

※往復はがき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・年齢・性別も記入。

- ①行事名・教室名
(希望日時・コース名)
- ②郵便番号・住所
- ③氏名(フリガナ)
- ④年齢
- ⑤電話番号
(ファクス番号)

1人1枚

① 基本的感染防止対策

右記の対策等にご協力をお願いします

- 小まめな換気
- 手洗い・手指消毒
- 3密の回避
- マスクの着用

掲載の催し等の中止について

新型コロナウイルスの感染状況によって、本紙掲載の催し等の中止が決定した場合には、区ホームページでお知らせします。または問い合わせ先へご確認ください。



催し



平和展 東京大空襲と今、ウクライナで起きていること

2月3日(金)~3月1日(水)午前9時~午後8時(2月13日~17日を除く。日曜日、祝日は5時まで) 中央図書館(荻窪3-40-23) 区民生活部管理課平和事業担当



©Sergey Mikhailchuk

太陽光発電データ・小中学生環境サミットパネル展、省エネなんでも相談

2月13日(月)~17日(金)午前8時30分~午後5時(省エネなんでも相談は午前10時~午後4時。17日は4時まで) 区役所1階ロビー 環境課環境活動推進係



シニアのための 就業・起業・地域活動個別相談

2月15日(水)午前9時~午後5時 場 ゆうゆう高円寺南館(高円寺南4-44-11) 師 相談員・久野哲、小川裕子ほか 区 区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方 申回 電話・ファクス・Eメール(記入例)で、ゆうゆう高円寺南館 ☎ 5378-8179 ✉ takebouki_suginami@tempo.ocn.ne.jp 他 1人45分程度



グループ読書会 松岡享子の世界を楽しむ

2月27日(月)午後2時~4時 場 今川図書館(今川4-12-10) 同 同図書館 ☎ 3394-0431 他 共催=ちいさいおうち文庫

外国人による日本語スピーチ大会 観覧者募集

2月3日(土)午後1時30分~5時 場 区役所第4会議室(中棟6階) 定 100名(申込順) 申回 Eメール(記入例)で、2月26日までに杉並区交流協会 ✉ info@suginami-kouryu.org 同 同協会 ☎ 5378-8833



郷土博物館

◆年中行事 桃の節供 2月17日(金)~3月15日(水)午前9時~午

後5時(月曜日を除く)



◆博物館でひなまつり お箏の演奏会

2月26日(日)午後1時~1時30分・2時30分~3時 内 演奏=玉慶会



..... いずれも

場 同郷土博物館(大宮1-20-8 ☎ 3317-0841) 費 100円(中学生以下無料)

講演・講座

介護予防・フレイル予防のための 65歳からの身体能力測定会

2月14日(火)▶受け付け=午後2時~2時40分 場 荻窪体育館(荻窪3-47-2) 内 基本チェックリスト、身体能力測定(身長・筋肉量・握力・5m通常歩行)、

フレイルチェックほか 区 区内在住の65歳以上で当日に介助の必要がない方 同 荻窪保健センター ☎ 3391-0015 他 上履き、お持ちの方は「はつらつ手帳」持参。長寿応援対象事業

◆すぎなみで働くセミナー

2月15日(水)午後1時~4時 場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 同 区内企業の経営者・担当者 区 49歳以下で求職中の方 定 20名程度(申込順) 申回 電話で、2月14日までに就労支援センタージョブトレーニングコーナー ☎ 6383-6500

◆太陽光発電機器 情報交換会

2月18日(土)午後2時~4時30分 場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 内 太陽光発電基礎講座ほか 同 NPO法人太陽光発電所ネットワーク・田中稔、牧野電設工業・川島秀幸 区 区内在住・在勤・在学の方 定 40名(申込順) 申回 ファクス・Eメール(記入例)で、2月15日までに杉並エネルギー会議・樋口 ☎ 3390-1025 ✉ ace_office@machiyume.com 同 樋口 ☎ 3390-1025、区環境課環境活動推進係

◆消費者講座 しっかり睡眠とれていますか?よい睡眠と寝具の選び方

2月21日(火)午後2時~4時 場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 同 日本寝具寝装品協会・池田努 定 30名(申込順) 申回 電話で、消費者センター ☎ 3398-3141 他 長寿応援対象事業

ゆうゆう館の催し

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どなたでも参加できます。



ゆうゆう館名	内容	日時等
久我山館(久我山5-8-8 ☎ 3332-2011)	杉並区ダーツ協会指導 初めてのダーツ体験 これがダーツだ	毎月第1・3火曜日、午後1時~2時30分 定 各15名(申込順) 費 各700円(8回目からは550円) 他 かかとのある上履き持参
高井戸東館(高井戸東3-14-9 ☎ 3304-9573)	だれでも簡単にひと味違う芸術作品「大人のぬり絵」	毎月第2・4火曜日、午前10時~正午 定 各15名(申込順) 費 各600円
西田館(荻窪1-56-3 ☎ 3391-8747)	指先を使って脳の活性化 紙細工でかわいいお雛様を作しましょう	2月8日(水)・22日(水)午前10時~正午(計2回) 定 5名(申込順) 費 1500円
永福館(永福2-4-9 ☎ 3321-6632)	みんなで歌おう~春に向けて	2月10日(金)午後1時30分~3時 定 15名(申込順) 費 500円
井草館(井草2-15-15 ☎ 3390-9672)	8050問題の対策を考える「ひきこもり就活支援」	2月12日(日)午後1時~2時30分 師 岡本二美代 定 13名(申込順)
高円寺東館(高円寺南1-7-22 ☎ 3315-1816)	土曜の夜のデッサンアート教室	2月25日から毎月第4土曜日、午後6時~7時30分 師 河原拓巳 定 各15名(申込順) 費 各800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。いずれも長寿応援対象事業。

◆大田黒公園 いけばな講習会

2月25日(土)午前10時~午後1時30分 場 同公園(荻窪3-33-12) 区 小学生以上の方(小学生は保護者同伴) 定 各10名(抽選) 費 各2000円 申回 Eメール(記入例)で、2月14日までに同公園管理事務所 ✉ otaguro1@cyber.ocn.ne.jp 同 事務所 ☎ 3398-5814

◆「わが子」の自立・就職のための 保護者向けセミナー

2月25日(土)午後1時~3時 場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 同 NPO法人育て上げネット家族相談士・墓田薫 区 15~49歳のお子さんの保護者ほか 定 25名程度(申込順) 申回 電話で、産業振興センター就労・経営支援係 ☎ 5347-9077。またはLoGoフォーム(区ホームページ同講座案内にリンクあり)から申し込み 他 個別相談あり(定員あり(先着順))

凡例 時日時 場場所 内内容 師講師 対対象 定定員 費参加費(記載のないものは無料) 申申し込み(記載のないものは直接会場へ) 同問い合わせ 他その他 ✉Eメールアドレス HPホームページアドレス

杉並区社会福祉協議会創立70周年記念事業

地域と共に共助を考えるつどい「そのとき、つながるために」



共助について考えるパネルディスカッションと浪曲の口演を行います。

時内師 2月23日(祝)①午後1時30分～2時50分=パネルディスカッション「そのとき、つながるために」(進行・ファシリテーター=鈴木まり子)②3時～3時30分=浪曲「内田秀五郎一代記」(玉川太福) 場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 対 区内在住・在勤・在学の方 定 ①60名(申込順)②60名(先着順) 申 電話・ファクス・Eメール(件名「地域と共に共助を考えるつどい」)に氏名(フリガナ)・電話番号を書いて、2月20日までに杉並区社会福祉協議会 ☎5347-1010 ㊟5347-2061 ㊟fukushi@sugisyakyo.com 他 区制施行90周年記念事業

地域とつながるっておもしろい! ~大人塾って知ってる?

時 2月25日(土)午後2時～4時30分 場 産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 対 区内在住・在勤・在学で18歳以上の方 定 50名(申込順) 申 Eメール(8面記入例)で、2月20日までにすぎなみ大人塾連 ㊟suginamitonajuku.ren@gmail.com ㊟社会教育センター ☎3317-6621

フランス文学から世界文学へ

時 2月26日(日)午後2時～4時 場 宮前図書館 師 フランス文学者・野崎歎、光文社古典新訳文庫創刊編集長・駒井稔 対 中学生以上の方 定 25名(申込順) 申 電話または直接、2月6日午前9時から宮前図書館(宮前5-5-27 ☎3333-5166)

杉の樹大学 スマートフォン講座

時内 ①3月2日(木)=体験講座②9日(木)=基礎講座③16日(木)=活用講座/いずれも午後1時30分～4時 場 高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) 対 区内在住で60歳以上の方 定 各20名(抽選) 申 往復はがき(8面記入例)で、①2月16日②21日③3月2日までに高齢者施策課いきがい活動支援係 ㊟同係 ㊟貸出機(主にらくらくスマートフォン)を使用



親子孫3世代料理教室「お弁当をもってお花見 春の陽だまりうきうき」

時 3月5日(日)午前10時～午後0時30分 場 高齢者活動支援センター 対 メニュー=手まり寿司、お花の豚肉巻き、りぼんニンジンのサラダ、春キャベツのナムル、ピンチョス、マシュマロのチョコムース 師 すぎなみ栄養と食の会管理栄養士・中村直美 対 区内在住で60歳以上の方を含む親子孫3世代(5名まで。推奨対象年齢3歳以上) 定 30名(抽選) 費 500円 申 往復はがき(8面記入例)に参加者全員の氏名(フリガナ)・年齢も書いて、2月8日までに高齢者活動支援センター(〒168-0072高井戸東3-7-5) ㊟同センター ☎3331-7841 ㊟エプロン・三角巾・布巾持参。結果は2月9日以降に通知

キレイな口もと応援教室～あなたは大丈夫?静かに進む歯周病

時 3月10日(金)午前10時～正午 場 高円寺保健センター(高円寺南3-24-15) 師 歯科医師・伊藤明子 対 区内在住・在勤・在学で69歳以下の方 定 18名(申込順) 申 電話で、高円寺保健

センター ☎3311-0116。またはLoGo フォーム(区ホームページ同講座案内にリンクあり)から申し込み/申込期限=3月9日

ジェンダーってなんだろう?～地域で誰もがいきいき活躍するために

時内 3月11日(土)=アニメから学ぶ・考える「ジェンダーはじめの一歩」▶25日(土)=今こそジェンダーについて語ろう!(ワークショップ) /午後1時30分～3時30分(計2回) 場 区役所第5・6会議室(西棟6階) 師 武蔵大学名誉教授・国広陽子 対 区内在住・在勤・在学の方 定 30名(申込順) 費 500円 申 Eメール(8面記入例)に在住・在勤・在学の旨も書いて、すぎなみ協働プラザ ㊟sanka@nposupport.jp ㊟同プラザ ☎5335-9540、区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係 ☎5307-0326 ㊟生後1年～就学前の託児あり(定員あり(申込順)。3月1日までに同プラザ)

すぎなみ詩歌館(角川庭園)講座

時内 師 下表のとおり 場 角川庭園 対 区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 定 各16名(抽選) 費 各6000円 申 はがき(8面記入例)で、角川庭園。または申込書(同庭園で配布)を同庭園(〒167-0051荻窪3-14-22 ☎6795-6855)へ郵送・ファクス・持参/申込期限=2月28日 ㊟同庭園 ☎6795-6855

Table with 2 columns: 講座名, 日程等(4月～6年3月。各計12回)

※いずれも午前10時～正午。

家族介護教室

◆介護者交流会～介護中の方も、介護を終えた方も一緒に語りましょう

時 2月14日(火)午後1時30分～3時 場 産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 師 ケア24松ノ木職員 対 区内在住・在勤の方 定 20名(申込順) 申 電話で、ケア24松ノ木 ☎3318-8530

◆わたしたちの人生会議～明日家族が倒れたら、延命処置を望みますか?

時 2月17日(金)午前10時～11時30分 場 阿佐谷地域区民センター(阿佐谷北1-1-1) 師 河北総合病院認知症看護認

定看護師・八木裕実子、精神看護専門看護師・松本奈央 対 区内在住・在勤の方 定 40名(申込順) 申 電話で、ケア24阿佐谷 ☎3339-1588

◆家族だけで頑張らない!仕事と介護を両立するためのコツ

時 2月18日(土)午後2時～3時30分 場 オンラインで実施 師 ウィントリア・堤円香 対 区内在住・在勤の方 定 20名(申込順) 申 Eメール(8面記入例)で、ケア24南荻窪 ㊟care24minamiogikubo@sugisyakyo.com ㊟ケア24南荻窪 ☎5336-3724

◆納得できる高齢者施設の選び方～コロナ禍での注意点

時 2月21日(火)午前10時～11時30分 場 コミュニティふらっと永福(永福3-51-17) 師 あいらいふ・中村由紀子 対 区内在住・在勤の方 定 20名(申込順) 申 電話で、ケア24永福 ☎5355-5124

◆身近なところで転倒予防～福祉用具相談員に何でも聞いてみよう

時 3月7日(火)午後1時30分～2時30分 場 にんじん荻窪ふれあいの家(荻窪2-29-3) 師 福祉用具専門相談員・小山淳平 対 区内在住・在勤・在学の方 定 10名(申込順) 申 電話・Eメール(8面記入例)で、にんじん荻窪ふれあいの家 ☎3220-9637 ㊟ogikubo@ninjin.or.jp

環境活動推進センター

◆おもちゃのクリニック

時 2月19日(日)▶受け付け=午後1時～3時 場 同センター 対 区内在住・在勤・在学の方 定 10名(申込順) 費 部品代 申 電話で、2月2日～12日に同センター 他 1人1点

◆講演会「いまさら聞けないSDGsって!～日本の達成率をご存じですか」

時 3月5日(日)午後2時～4時 場 同センター 師 学習院大学名誉教授・諏訪哲郎(右写真) 対 区内在住・在勤・在学の方 定 30名(申込順) 申 電話・Eメール(8面記入例)で、2月2日から同センター 他 長寿応援対象事業



◆身近な森の見方 石神井公園

～三宝寺池周辺の森観察会

時 3月26日(日)午前10時～正午 場 集合=石神井公園ふるさと文化館(練馬区石神井町5-12-16) 師 樹木研究者・秋山好則 対 区内在住・在勤・在学で

小学生以上の方(小学生は保護者同伴) 定 20名(抽選) 費 200円 申 NPO法人すぎなみ環境ネットワークホームページから、2月9日までに申し込み 他 歩きやすい靴(サンダル不可)で参加

..... いずれも

場 環境活動推進センター(高井戸東3-7-4 ☎5336-7352 ㊟kouza@ecosuginet.jp (水曜日を除く))

就労支援センター

◆シニア女性の自立支援 自身の強みを活かせる仕事への取り組み方

時 2月17日(金)午後1時～3時30分 師 プロフェッショナルコーチ・伊藤一枝 対 おおむね55歳以上で求職中の女性 定 18名(申込順)

◆フェイスメソッドで印象力アップ 面接や仕事でキラリとひかる表情を

時 2月18日(土)午後1時～3時 師 就職・採用コンサルタント 高橋かな 対 求職中の方 定 18名(申込順)

◆経験者に聞いてみよう 定年前後の再就職 想定される各種不明点の整理

時 2月28日(火)午後1時～4時 対 おおむね55歳以上で求職中の方 定 6名(申込順)

..... いずれも

場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16)

申 電話で、就労支援センター若者就労支援コーナー ☎3398-1136

杉並障害者福祉会館

◆料理教室 知って便利な非常食「パッキング」を作ってみよう

時 3月19日(日)午後1時～3時 師 管理栄養士・麦田圭子 対 区内在住・在勤・在学で障害のある方とその介助者 定 8名(抽選) 費 600円 申 往復はがき(8面記入例)に障害の状況、在勤・在学の方は勤務先・学校名、介助者も参加の場合は介助者名、手話通訳を希望の方はその旨も書いて、2月22日までに同会館運営協議会事務局

◆手話講習会

時 屋間部=4月1日～6年2月17日の土曜日、午前10時～11時40分▶夜間部=4月6日～6年2月15日の木曜日、午後7時～8時40分 対 定 下表のとおり 費 教材費 申 往復はがき(8面記入例)に在勤・在学の方は勤務先・学校名・所在地も書いて、2月17日までに同会館運営協議会事務局 他 初級クラスは抽選。中級・通訳者養成クラス(基本・応用)は、3月11日(土)に選考面接を実施

Table with 3 columns: クラス, 対象(※), 定員

※いずれも区内在住・在勤・在学で高校生以上の方。

..... いずれも

場 杉並障害者福祉会館(〒168-0072高井戸東4-10-5 ☎3332-6121)

※申し込みは「広報すぎなみ」の発行日からとなります。
※申込期限に(消印有効)の記載がない場合は必着です。
※紙面上では市外局番「03」の表記を省略しています。

スポーツ

競技大会

区民体育祭 スケート競技会

開 3月5日(日)午前7時45分～9時30分
 場 明治神宮アイススケート場(新宿区霞ヶ丘町11-1) 内 種目=男性(中学生・高校生・一般)=500m▶女性(中学生・高校生・一般)=300m▶小学生(男女別、低高学年別)、45歳以上男性、60歳以上男性、35歳以上女性=200m▶ファミリーリレー(小学生1人100mとその家族1人200mの2人組)▶1000m選手権 区内在住・在勤・在学の方(公認登録者を除く) 定 60名(申込順) 費 500円(高校生以下無料) 申 申込書(区体育施設で配布)を、区スケート連盟・池上園美(〒167-0034桃井1-15-25)へ郵送。または申し込みフォーム <https://onl.sc/681xj8V> から申し込み/申込期限=2月28日 同連盟 ☎090-8111-0227(午後7時～9時) 他 帽子・手袋・スケート靴(貸し出しあり)を持参

杉並区バウンドテニス親善交流大会

開 3月26日(日)午前9時～午後5時 場 荻窪体育館(荻窪3-47-2) 内 団体戦(男子、女子、混合ダブルス(いずれも6人1チーム)) 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定 50名(申込順) 費 1000円 申 申込書(区体育施設で配布)を、2月26日までに区バウンドテニス協会事務局・手塚順子(〒167-0021井草2-12-3-103 ☎3397-0132)へ郵送・ファクス 同手塚 ☎3397-0132 個人での申し込み可。上履き・昼食持参。車での来場不可

都民体育大会予選会

◆ソフトボール(ファーストピッチ)

開 3月12日(日)午前9時(予備日=3月19日(日)) 場 和田堀公園野球場(大宮1-6) 区内在住・在勤の18歳以上の方で編成されたチーム 申 Eメール(8面記入例)で、2月22日までに区ソフトボール連盟事務局 ssbrgim@gmail.com 同事務局 ☎080-8431-8056 他 代表者会議を2月26日(日)午後7時から荻窪体育館(荻窪3-47-2)で実施

◆卓球

開 3月12日(日)▶受け付け=女子=午前9時▶男子=午後1時 場 TAC杉並区上

井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 内 種目=シングルス(一般・40代・50代・60代・70歳以上(一般のみ順位トーナメントあり)) 区内在住・在勤・在学の方 費 1500円。連盟登録者1000円。高校生以下500円をゆうちょ銀行「00160-8-694963杉並区卓球連盟」へ振り込み 申 申込書(区体育施設で配布。区卓球連盟ホームページからも取り出せます)を、2月9日～19日に同連盟・三浦弘子(〒168-0065浜田山2-11-9)へ郵送 同連盟事務局・倉持 ☎3390-8845

スポーツ教室

弓道・アーチェリー認定講習会

開 2月18日(土)=アーチェリー▶25日(土)=弓道/いずれも午前9時～午後1時 場 TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区 16歳以上の弓道またはアーチェリー経験者 定 各36名(申込順) 申 同電話で、TAC杉並区上井草スポーツセンター ☎3390-5707 他 弓具一式・弓道は道衣・アーチェリーは運動着持参

ふれあいフットサル教室

開 2月26日(日)午前11時～午後1時 場 高円寺みんなの体育館(高円寺南2-36-31) 同杉並区サッカー連盟 区内在住・在勤・在学・通所で知的障がいのある方(簡単な指示の下、集団行動ができる方。小学生は保護者同伴) 定 30名(申込順) 申 同電話で、杉並区スポーツ振興財団 ☎5305-6161(実施日前日・当日は高円寺みんなの体育館 ☎3312-0313) 他 上履き持参

障害者スポーツ・レクリエーションイベント ふれあい「スポ・レク」体験会

開 3月5日(日)午前10時～午後1時 場 高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) 内 eスポーツ、車いすラグビー、テニス体験、卓球バレー 同杉並区スポーツ振興財団 ☎5305-6161 ☎5305-6162 他 障害の有無にかかわらず参加可。出入り自由

区民スキー 週末スキー&スノーボード管平教室

開 3月10日(金)午後7時30分～12日(日)午後8時頃 場 菅平高原スノーリゾート(長野県)▶集合・解散=JR阿佐ヶ谷駅南口 区内在住・在勤・在学または区スキー連盟会員で、小学生以上の初心～上級者(小学生は保護者同

伴) 定 40名(申込順) 費 3万1500円。小学生2万7500円をゆうちょ銀行「10060-8-0494621杉並区スキー連盟」へ2月27日までに振り込み(通信欄にイベント名を記載) 申 ファクス(8面記入例)に性別、Eメールアドレス、スキーレンタル希望の有無(身長・ブーツサイズ)、技術レベル、バジテスト希望の有無も書いて、区スキー連盟・新美 ☎3783-3204。または同連盟ホームページから申し込み/申込期限=2月26日 同新美 ☎3783-3204(午前9時～午後7時)

杉並第十小学校温水プール

◆ビギナーズスイム

蹴伸び・バタ足・クロールの初歩 開 2月8日(水)・15日(水)・22日(水)午前10時～10時55分 同 HIKARU 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定 各8名(申込順) 費 入場料 申 電話で、各実施日7日前の午前10時から同プール

◆バタフライナイト

開 3月3日(金)・17日(金)①午後7時～7時50分②午後8時～8時50分 内 ①初心者対象のバタフライ②フォーム完成と泳力アップ 同篠原昇一 区内在住・在勤・在学で15歳以上の①泳法によらず25m②バタフライで25m泳げる方(いずれも中学生を除く) 定 各10名(申込順) 費 入場料 申 電話で、各実施日7日前の午前10時から同プール

◆①もうすぐ小学生

②にがてにチャレンジ水泳教室

開 3月14日(火)・21日(祝)・28日(火)①午後4時15分～5時15分②5時35分～6時35分(各計3回) 同ニッセイファシリティ 区内在住・在園・在学の4年度①5・6歳児②小学1・2年生(いずれも要保護者送迎) 定 各20名(抽選) 費 各3000円 申 往復はがき(8面記入例)で、2月15日までに同プール

…… いずれも ……

場 同杉並第十小学校温水プール(〒166-0012和田3-55-49 ☎3318-8763) 他 車での来場不可

ヴィムスポーツアベニュー

◆丈夫な足腰をつくろう教室

開 3月1日～22日の毎週水曜日、午前10時～11時15分(計4回) 内 筋力アップトレーニング、有酸素マシンで

の運動 区 65歳以上で医師から運動制限を受けていない方 定 15名(申込順) 費 6000円

◆運動不足改善

カラダ若がえろう教室

開 3月4日～4月22日の毎週土曜日、午前10時30分～11時15分(計8回) 内 バランス・体幹トレーニング 区 20～64歳の方 定 16名(申込順) 費 1万円 …… いずれも ……

場 同ヴィムスポーツアベニュー(宮前2-10-4 ☎3335-6644(午前11時～午後5時)) 申 電話で、2月20日までに同施設

スポーツハイツ

◆ここからはじめよう運動習慣

開 内 下表のとおり 同 スポーツハイツインストラクター 区 16歳以上の女性 定 ①各5名(申込順) 費 各1100円(①のみ各550円) 申 ①②は電話で、同施設 他 参加日前日までに要登録

クラス名	日時
①骨盤エクササイズ	3月1日(水)・8日(水) 午後1時～1時30分
②流水ウォーキング	3月2日(木)・6日(月) 正午～1時
③アクアエクササイズ	3月2日(木)・6日(月)午前10時15分～11時15分、3日(金)午前11時15分～午後0時15分、7日(火)午後1時15分～2時15分
④はじめて水泳	3月5日(日)午前11時30分～午後0時45分
⑤成人水泳(初・中・上級)	3月1日(水)～8日(水)午後1時～2時15分(3月5日を除く)

◆健康ウォークで足腰げんきノルディック・ウォーク体験

開 3月21日(祝)午前10時30分～11時45分(雨天中止) 同 全日本ノルディック・ウォーク連盟講師 大方孝 区 3km程度歩ける方 定 20名(申込順) 費 1100円(保険料を含む。別途ポールレンタル料550円) 申 電話で、3月19日までに同施設 他 ウエストバッグまたはリュックサック持参。長寿応援対象事業

…… いずれも ……

場 同スポーツハイツ(堀ノ内2-6-21 ☎3316-9981)

地方との関わり方を見つける

南伊豆町への 1泊2日の旅

区の交流自治体・静岡県南伊豆町で暮らす人々との交流や暮らしを体験しながら、まちや地域の魅力を感じる1泊2日のツアーを開催します。

—— 問い合わせは、静岡県南伊豆町企画課地方創生室 ☎0558-62-1121へ。

日時 2月25日(土)正午～26日(日)午後3時

- 集合・解散 伊豆急下田駅
- 定員 15名(抽選)
- 内容 体験住宅見学や移住者の生活紹介、先輩移住者や地元の方と交流等
- 費用 集合場所までの交通費は自己負担
- 対象 区内在住・在勤・在学の方
- 申し込み 南伊豆町ホームページ(上2次元コード)から、2月13日までに申し込み
- その他 結果は当選者に後日通知。詳細は、南伊豆町ホームページ参照



▲上賀茂 田舎暮らし体験住宅



▲南伊豆町 みなみの桜と菜の花まつり

※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。

荻窪体育館

◆子どもHIPHOP

①プライマリー②ジュニアクラス

4月6日～6月22日の木曜日①午後5時～6時②6時～7時(4月20日、祝日を除く。各計10回) 師emi、Aya 区内在住・

在学の5年度

①小学2～4

年生②小学5

年生～中学生

定各若干名

(抽選) 費

各1万3500円

◆bjジュニアバスケットボールスクール

4月6日～6月22日の木曜日、午後5時～7時(4月20日、祝日を除く。計10回) 師bjアカデミーコーチングスタッフ 区内在住・在学の5年度小学3～6年生 定若干名(抽選) 費1万

4500円



◆なぎなた Kids&Junior教室

4月8日(土)・15日(土)、5月13日(土)・27日(土)、6月3日(土)・17日(土)午後1時～

2時・2時～3時

(各計6回) 師杉

並区なぎなた連盟

区内在住・在学

の5年度小中学生

定各若干名(抽

選) 費各5700円

◆①火②金曜日チアリーディング

4月11日～6月20日の火曜日▶午後4時～5時=年長・小学1年生▶5時～6時=小学2・3年生▶6時～7時=小学

4・5年生(5月2日を除く)②4月7日～6月23日の金曜日▶午後4時～5時=年長・小学1年生▶5時～6時=小学2・3

年生▶6時～7時=小学4・5年生▶7時～8時=小学6年生、中学生(4月21日、祝日を除く) / いずれも各計10回 師



諏訪千尋、濱名和美 区内在住・在園・在学の5年度年長～中学生 定各若干名(抽選) 費各1万3500円(別途ユニフォーム代ほか)

..... いずれも

場 荻窪体育館 (〒167-0051荻窪

3-47-2 ☎3220-3381) 申往復はがき(8面記入例)で、同体育館。または同体育館ホームページから申し込み/申込期限=2月22日

2月1日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは

生誕130年 詩人・尾崎喜八と杉並



自然を愛し、人を愛した詩人、尾崎喜八。杉並の地で叙情豊かな詩を多く詠みました。生誕130年を記念する企画展を通し、その魅力に迫ります。

● 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)

場 広報課



アニメ好きの中学生、高校生が企画しました!

officialアニメプレゼンツ

「みんなききたい声優の世界」 in ゆう杉並

ゆう杉並に集うアニメが好きなお中高生グループ (officialアニメ) による企画で、声優・三木眞一郎さん (代表作:「ポケットモンスター」シリーズ・コジロウ役) による「声優の仕事」についての講演会です。

対中学生、高校生 定50名(申込順) 申直接、2月7日から児童青少年センター 場同センター ☎3393-4760 師講師への質問がある場合には、2月17日までに申し込み

日時 3月4日(土)午後2時～3時30分

場所 児童青少年センター (ゆう杉並) (荻窪1-56-3)

講師 声優・三木眞一郎 (右写真)



区の後援・その他の催し・講座など 情報ぽけっと

申し込みは、各団体へ

催し

荻窪音楽祭・冬の交流コンサート 2月16日(木)午後7時～9時/杉並公会堂/出演=町田秀樹ほか▶曲目=ビゼー「カルメン」ほか/小学生以上の方/190名(申込順)/3000円/申チケット販売窓口=直接、杉並公会堂/場同音楽祭事務局 ☎5347-0244

座の市 2月18日(土)午前11時～午後5時(売り切れ次第終了)/座・高円寺/杉並でとれた野菜や交流自治体の物産品、地方の逸品などの販売/場座・高円寺 ☎3223-7500

人形劇「ねずみのよめいり」腹話術「ねずみのチュー吉」 2月23日(祝)午後2時～2時50分/浜田山会館/出演=劇団にぎょう畑/区内在住の方/150名(申込順)/2000円。3～15歳1000円(2歳以下膝上無料。子育て応援券利用可)/申Eメール(8面記入例)にお子さんの氏名(フリガナ)・年齢も書いて、2月22日までに杉並親子劇場 ☎suginamiyokogekijou@jcom.home.ne.jp/場同団体・渡辺 ☎3331-4381

みんなで銭湯に行こう 区内銭湯で「ボンタン湯」を実施します 2月26日(日)/杉並浴場組合加盟銭湯/500円。小学生200円。未就学児100円/場各銭湯(午後1時以降)/実施日が異なる銭湯あり。ボンタンアメプレゼント(先着順) 玉川上水ウォーク 3月14日(火)午前9時

30分～午後1時(雨天中止)/集合=JR三鷹駅南口▶解散=高井戸公園/区内在住・在勤で65歳以上の方/45名(申込順)/300円(保険料を含む)/申往復はがき(8面記入例)で、2月28日までにNPO法人杉並さわやかウォーキング・横倉雅啓(〒168-0071高井戸西2-16-20)/場横倉 ☎080-5016-0936/健康保険証・帽子・手袋持参

講演・講座

石神井公園で野鳥観察 2月16日(木)午前9時30分～午後0時30分/同公園(練馬区石神井台1丁目)/自然観察の会・杉並 八木雄二ほか/区内在住・在勤・在学の方/20名(抽選)/500円(保険料を含む)/申往復はがき(8面記入例)で、2月7日までに自然観察の会・杉並事務局(〒167-0051荻窪5-26-3-302石原方)/場同事務局・石原 ☎3392-5998

自宅を空き家にならないための「終活相談会」 2月18日(土)①午前10時～午後5時=個別相談②午前11時～11時45分=セミナー/アタリギヤラリーカフェ&バー(高円寺南3丁目)/弁護士・小畑明彦ほか/区内に空き家を所有している方ほか/①5組②20名(いずれも申込順)/申場 ☎電話・Eメール(8面記入例)で、ミライエ ☎6773-9058/office@miraie-tokyo.jp

認知症サポーター養成講座 2月21日(火)午後1時30分～3時/方南区民集会所/キャラバン・メイト/区内在住・在勤・在学の方/30名(申込順)/申場 ☎電話で、ケア24方南 ☎5929-2751/認知症サポーターの証し「オレンジリング」を差し上げます

野鳥観察会 善福寺公園の自然と冬鳥 2月25日(土)午前10時～正午(雨天中止)/集合・解散=同公園ボート乗り場前広場/六車貴美子ほか/区内在住・在勤・在学の方/20名(抽選)/400円(小学生以下無料)/申往復はがき(8面記入例)で、2月10日までにNPO法人杉並環境カウンセラー協議会(〒167-0051荻窪5-15-7白鳳ビル202)/場同協議会 ☎3392-0606(午前10時30分～午後3時30分)/お持ちの方は双眼鏡持参/長寿応援対象事業

富士山から善福寺の歴史を考える 2月25日(土)午後1時30分～3時30分/西荻地域区民センター/元郷土博物館館長・寺田史朗/区内在住・在勤・在学の方/50名(申込順)/300円/申ファクス(8面記入例)で、2月15日までにNPO法人善福寺水と緑の会・川田 ☎3220-3047/場川田 ☎090-3298-6948

石けん作り体験 3月3日(金)午前10時30分～正午/環境活動推進センター/区内在住・在勤・在学で高校生以上の方/10名(申込順)/申場 ☎電話・Eメール(8面記入例)で、2月2日～23日にNPO法人すぎなみ環境ネットワーク ☎5941-8701/kouza@ecosuginet.jp(午前9時～午後5時(水曜日を除く))

トーク&ライブ 老後は明るく元気に 3月8日(水)午後5時30分/大宮八幡宮(大宮2丁目)/介護に関する講演、ミニライブステージ▶出演=今陽子(歌手)、仁科愛(ピアノ)/区内在住・在勤の方/120名(申込順)/1000円/申Eメール(8面記入例)で、2月10日までに杉並法人会 ☎sugiho@ce.mbn.or.jp/場同

会 ☎3312-0912

その他

税金なんでも相談会 2月8日(水)午後5時～8時/東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目)/申場 ☎電話で、同支部 ☎3391-0411(月～金曜日午前9時30分～午後5時(正午～午後1時を除く))/1人45分程度

杉並区シルバー人材センター入会説明会 2月9日(木)・10日(金)、3月9日(木)・10日(金)・14日(火)/同センター(阿佐谷南1丁目)/区内在住のおおむね60歳以上で臨時的、短期的または軽易な仕事を希望の方/申場 ☎電話で、同センター ☎3317-2217/実施時間はお問い合わせください シルバー人材センターリサイクル自転車の販売 2月20日(月)～22日(水)午前11時～午後4時/リサイクル自転車作業所(永福2丁目)/販売価格=7000円～/申20日のみ往復はがき(8面記入例)で、2月8日(消印有効)までに同センター(〒166-0004阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル6階)/場リサイクル自転車作業所 ☎3327-2287(月～金曜日午前11時～午後4時(祝日を除く))

税理士による税務相談 税理士記念日 2月23日(祝)午前10時～正午・午後1時～4時/東京税理士会杉並支部(阿佐谷南3丁目)/申場 ☎電話で、2月21日までに同支部 ☎3391-1028/1人35分程度

相続、離婚、金銭問題等書類・手続無料相談会 2月27日(月)午後1時～4時/庚申文化会館(高円寺北3丁目)/区内在住・在勤・在学の方/場東京都行政書士会杉並支部 ☎0120-567-537

広告



紹介施設は全国多数! 紹介実績19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

株式会社バーソンスブリッジ

※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。

高円寺演芸まつり

タイトル題字：橘右女次

2月10日(金)～19日(日)

「千客万笑。」
福と笑いの10日間

プログラムの一部をご紹介します

演芸まつり寄席@堀之内

時 2月11日(祝)午後2時30分 場 堀之内妙法寺(堀ノ内3-48-8) 内 出演=笑福亭希光、三遊亭吉馬、春風亭昇咲 定40名(申込順) 費500円
申 電話で、堀之内妙法寺 ☎3313-6241

紙切り・二楽劇場 in 高円寺

時 2月12日(日)午後2時 場 長善寺(高円寺南2-40-50) 内 出演=林家二楽(左写真)、林家八楽 定40名(先着順) 費1000円(当日売りのみ)

北地区町会寄席

時 2月13日(月)午後2時 場 庚申文化会館(高円寺北3-34-1) 内 出演=柳家小もん、伊藤夢葉 定40名(先着順) 費500円(当日売りのみ)

寒い季節だから、みんなで笑って心も体も温まりましょう。高円寺の街中の神社や仏閣、ギャラリーなどのあちこちが寄席に早変わり。福と笑いの10日間。落語だけでなく、講談、浪曲、紙切り、太神楽、マジック、漫才なども楽しめます。

場 座・高円寺、庚申文化会館、高円寺北区民集会所、堀之内妙法寺、氷川神社、長仙寺、長善寺ほか(全18会場) 申 一部必要
問 高円寺演芸まつり実行委員会 ☎050-3551-5569 他 詳細は、高円寺演芸まつりホームページ(右2次元コード)参照



漫才大行進 高円寺エトアール通り商店街編



時 2月18日(土)午後2時 場 長仙寺(高円寺南3-58-4) 内 出演=宮田陽・昇(左写真)、おちもり、マリア、おせつときょうた、春組織、さくらだモンスター 定40名(申込順) 費1500円 申 そば信濃 ☎3314-0248(午後3時以降)

座・高円寺寄席

時 2月18日(土)午後5時、19日(日)午後1時・5時 場 座・高円寺(高円寺北2-1-2) 内 出演=古今亭志ん輔(右写真)、神田愛山、桂文治、林家彦いち、玉川奈々福、三遊亭萬橋ほか 定各235名(申込順) 費各3500円。区民各3000円(窓口のみ取り扱い。区民である証明書持参) 申 チケット販売=電話または直接、座・高円寺チケットボックス ☎3223-7300(午前10時～午後7時(電話は6時まで)。月曜日を除く)。座・高円寺ホームページ(右2次元コード)からも申し込み可



無料PCR検査を実施しています



JR高円寺北口駅前広場、JR阿佐ヶ谷南口駅前広場のほか、下記区内4カ所で、無料PCR検査(都の無料PCR等検査事業)を実施しています。希望者は、検査事業者である川崎重工業自治体無料PCR検査ホームページ(右上2次元コード)から予約してください。ホームページからの予約が難しい方は、川崎重工業PCRコールセンターへお問い合わせ、または直接会場へお越しください。

検査対象者(下記の全てに該当する方)

- 都内在住
- 氏名・住所・生年月日が確認できる身分証明書の提示に協力できる
- 発熱等の症状がなく、下記の全てに該当する
 - ・ 現在、新型コロナウイルス感染症と診断されていない
 - ・ 濃厚接触者と認定されていない
 - ・ 息苦しさや強いだるさ(倦怠感)を感じていない
 - ・ 37.5℃以上の発熱や、4日以上続く微熱や風邪の症状がない
 - ・ 綿棒を使った唾液採取に協力できる
※唾液を約3分間綿棒に染み込ませ検査します。
- 飲食後10分以上の時間が空いている(食後30分を推奨)

時 ①午前10時～午後4時 ②午前11時～午後3時30分 ③午前11時～午後4時 ④午前10時30分～午後4時(いずれも最終受け付けは終了20分前)
問 川崎重工業PCRコールセンター ☎0120-758-167(午前9時～午後6時)

① 下高井戸おおぞら公園 下高井戸2-28-23

② 柏の宮公園 浜田山2-5-1

③ 蚕糸の森公園 和田3-55-30

④ 井草森公園 井草4-12-1

※会場により、検査休止日が異なるためコールセンターへお問い合わせ、または川崎重工業自治体無料PCR検査ホームページをご確認ください。

世帯と人口

(住民基本台帳)
1月1日現在。()は前月比

世帯数	日本人のみの世帯	312,183(234減)	合計 325,953 (349減)
	外国人のみの世帯	11,086(118減)	
	日本人と外国人の世帯	2,684(3増)	

人口	男		女		小計 553,865(276減)	合計 570,786 (371減)
	日本人	265,485(142減)	288,380(134減)			
	外国人	8,575(38減)	8,346(57減)			