

広報 すぎなみ

Suginami



みどり豊かな 住まいのみやこ

{ 11/1 }

令和8年(2026年)
No.2439

SNSに潜む詐欺に ご注意ください！

対面することなく相手を信頼させ金
銭をだまし取る詐欺の手口を、特殊
詐欺と言います。近年、SNSを使っ
た特殊詐欺が巧妙化し、20・30代
などの若い世代の被害が拡大してい
ます。今号は、特に被害の多い3つ
の特殊詐欺の手口を紹介します。

詳細は、8・9面へ



特集

この瞬間、あなたはだまされている！？ ～ SNSを使った詐欺が増加中

発行：杉並区 | 〒166-8570 杉並区阿佐谷南1-15-1 代表TEL：3312-2111 | 編集：広報課 TEL：5307-0339 FAX：3312-9911



「広報すぎなみ」は月2回（1・15日）発行。新聞折り込みでの配布のほか、区施設・区内各駅などの広報スタンドに置いています。入手が困難な方には個別配布をしています。ご希望の方は、電話・ファクス・申し込みフォームからお申し込みください。

詳細は、区HP
(右2次元コード)を
ご覧ください。



区からのお知らせ

SUGINAMI INFORMATION

保険・年金

社会保険料（国民年金保険料）控除証明書の発行

国民年金保険料は、所得税・住民税の申告において、全額を社会保険料控除の対象とすることができます。当該年の1月1日～12月31日に納付した保険料が対象です。

1月1日～9月30日に保険料を納付した方には、10月下旬から、順次「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」を日本年金機構より発送しています。また、マイナポータルとねんきんネットを利用すると、e-Taxで利用可能な電子版の控除証明書を受け取ることができます。年末調整・確定申告のときに、この控除証明書（または領収証）を添付してください。

なお、家族の保険料を納付した方が社会保険料控除として申告することもできます。家族宛てに送られた控除証明書を添付の上、申告してください。

☎ねんきん加入者ダイヤル☎0570-003-004（050で始まる電話は☎6630-2525）

税金

年末調整関係書類・給与支払報告書の配布

☑配布場所=年末調整・法定調書の関係書類=国税庁[HP]、杉並税務署（成田東4-15-8）、荻窪税務署（荻窪5-15-13）、区課税課（区役所東棟2階）▶給与支払報告書=区課税課、区[HP]同案内 ☎課税課区民税係☎5307-0632

健康・福祉

HIV・梅毒即日検査の実施

☎11月29日(日)午前9時～午後1時 ☎杉並保健所（荻窪5-20-1） ☎60名（申込順） ☎申し込みフォーム（区[HP]同案内参照）から、11月4日～27日に ☎杉並保健所保健予防課☎3391-1025

带状疱疹予防接種はお済みですか

8年度同予防接種の接種期限は9年3月31日です。ワクチンによっては接種完了までに原則2カ月かかります。接種を希望する方は、早めに契約医療機関で接種をしてください。対象などの詳細は、区[HP]同案内をご覧ください。

☎杉並保健所保健予防課☎3391-1025

全国ひとり親世帯等調査の実施

ひとり親世帯などの生活実態を把握し、福祉対策の充実を図るための基礎資料を得ることを目的としています。対象者の中から無作為抽出した世帯に、通知を送付します。ご協力をお願いいたします。

☎母子・父子世帯、父母のいない児童のいる世帯 ☎子ども家庭部管理課ひとり親家庭支援担当☎5307-0343 ☎調査結果は9年10月ごろにこども家庭庁[HP]などで公開



阿佐ヶ谷駅北東地区土地区画整理事業

旧河北総合病院跡地の河北医療財団による解体工事に関する説明及び意見交換の会の開催

阿佐ヶ谷駅北東地区では、地権者・河北医療財団・区の3者で土地区画整理事業を進めています。現在、河北医療財団が旧病院跡地（杉一小移転用地）の解体工事を行っていますが、同財団は学校建設に支障とならない地下埋設物などは存置するとしています。

つきましては、この間の経緯を説明するとともに、その取り扱いについて区民の皆さんのご意見を伺う会を開催します。詳細は、区[HP]（右2次元コード）をご覧ください。



日時 11月8日(日)午前10時～正午

場所 区役所第4会議室（中棟6階）

☎企画課事業調整担当、学校運営課

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▶受け付け=午後1時～3時45分（祝日、11月27日を除く） ☎区役所1階ロビー	☎杉並区小規模建設事業団体連絡会事務局（東京土建杉並支部まちづくりセンター内）☎3317-0450、区住宅課☎5307-0661
住宅の耐震無料相談会・ブロック塀無料相談会★	☎11月11日(水)午後1時～4時 ☎区役所1階ロビー ☎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などを持参	☎市街地整備課耐震改修担当
マンション管理無料相談	☎11月12日(木)午後1時30分・2時30分・3時30分 ☎区役所1階ロビー ☎区内在住のマンション管理組合の役員・区分所有者ほか ☎各1組（申込順） ☎他1組50分	☎申込書（区[HP]同案内から入手可）を、杉並マンション管理士会事務局☎3393-3652へファクス。同会[HP]からも可 ☎同会事務局☎3393-3680、区住宅課空家対策係
行政相談★	☎11月13日(金)午後1時～4時 ☎区政相談課（区役所東棟1階） ☎国の仕事など（年金・福祉・道路など）の苦情・相談 ☎関係資料がある場合は持参	☎区政相談課☎5307-0728
書類と手続き・社会保険に関する相談会★	☎11月13日(金)午後1時～4時 ☎区役所1階ロビー ☎関係資料がある場合は持参	☎東京都行政書士会杉並支部☎0120-567-537、東京都社会保険労務士会中野杉並支部☎6825-2774、区政相談課☎5307-0728
建築総合無料相談会・ブロック塀無料相談会★	☎11月17日(火)、12月1日(火)午後1時～4時 ☎区役所1階ロビー ☎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などを持参	☎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
専門家による空き家の総合無料相談	☎11月19日(木)午前9時20分・10時15分・11時10分 ☎①オンラインで実施 ②住宅課（区役所西棟5階） ☎区内の空き家などの所有者ほか（親族・代理人を含む） ☎各1組（申込順） ☎他1組45分	☎電話で、住宅課空家対策係。申込書（区[HP]同案内から入手可）を、同係☎5307-0689へ郵送・ファクス。申し込みフォーム（区[HP]同案内参照）からも可／期限=①11月12日②17日 ☎同係
不動産に関する無料相談	☎11月19日(木)午後1時30分～4時30分 ☎区役所1階ロビー	☎☎電話で、東京都宅地建物取引業協会第10ブロック☎6407-9152（午前9時～午後5時〈土・日曜日、祝日を除く〉）
弁護士による土曜法律相談	☎11月21日(土)午後1時～4時 ☎相談室（区役所西棟2階） ☎12名（申込順） ☎他1人30分。月～金曜日午後1時～4時にも実施（事前申込制）	☎電話で、専門相談予約専用☎5307-0617（午前8時30分～午後5時）。直接、区政相談課（区役所東棟1階）も可／期間=11月16日～20日 ☎同課☎5307-0854
杉並区 ^{あきや} 空家等利活用相談窓口個別相談会	☎11月27日(金)・28日(土)午前10時～午後4時 ☎井草地域区民センター（下井草5-7-22） ☎区内にある空き家・空き家となる恐れがある建築物を所有している方、区内在住で空き家（区内・区外）を所有している方（いずれも親族・代理人を含む） ☎1組1時間	☎電話・Eメール（10面記入例）で、同窓口☎5397-7717✉suginami-akiya@hosoda.co.jp（午前8時30分～午後5時30分〈水・日曜日を除く〉）。直接、住宅課空家対策係・申し込みフォーム（区[HP]同案内参照）からも可 ☎同係 ☎協働=細田工務店
火に強い家づくり！建替え無料相談会	☎11月27日(金)午前10時～正午 ☎区役所1階ロビー ☎1級建築士・ファイナンシャルプランナーへの相談 ☎各4組（申込順） ☎他1組20分	☎電話で、市街地整備課不燃化推進係。申し込みフォーム（区[HP]同案内参照）からも可／期限=11月25日 ☎同係☎5307-0316

※★は当日、直接会場へ。

募集します

8年度杉並区スポーツ栄誉顕彰の推薦

国際・全国・関東・都のスポーツ大会などにおいて優秀な成績を収め、区のスポーツ振興に寄与された方に対し、その栄誉をたたえ顕彰します。顕彰候補者の推薦期限は12月11日です。詳細は、区HP同案内をご覧ください。
☎スポーツ振興課事業係☎5307-0765

杉並区スポーツ推進委員

☑スポーツ活動の企画・運営、スポーツに関する相談対応▶**任期**=9年4月1日～10年3月31日▶**募集人数**=12名程度(選考)▶**報酬**=月額1万円 ☑区内在住で18歳以上の方(9年4月1日時点) ☑申込書類(区体育施設で配布。区HP同案内からも入手可)を、スポーツ振興課へ郵送・持参。申し込みフォーム(区HP参照)からも可／**期限**=1月6日 ☑同課事業係☎5307-0765

都営住宅入居者

☑**募集戸数**=一般募集住宅(世帯向け)=3050戸▶定期使用住宅(若年夫婦・子育て世帯向け)=450戸▶居室内で病死などがあった住宅=302戸▶**申込書・募集案内の配布期間**=11月2日～11日(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(月～金曜日夜間、土・日曜日は区役所休日・夜間受付で配布)。JKK東京HP)か

らも入手可 ☑申込書を専用封筒で郵送。同社HP)からも可／**期限**=11月17日 ☑同社☎5467-9269、☎0570-010-810(受付期間外は☎3498-8894。土・日曜日、祝日を除く)、区住宅課住宅運営係

ささえあいサービス協力会員

☑日常生活を送ることが困難な高齢者・障害のある方のための掃除・食事作りほか▶**謝礼**=1時間1000円 ☑18歳以上の方 ☑☎電話で、11月16日までに杉並区社会福祉協議会生活支援課ささえあい係☎5347-3131 ☑**説明会**=11月17日(火)午前9時30分～11時30分(ウェルファーム杉並〈天沼3-19-16〉)

子ども支援活動費助成申請団体

杉並区社会福祉協議会では、全ての子どもたちが健やかに育つことを目的に、子どもの福祉向上に資する活動の主催団体に、活動に係る経費の一部を助成します。詳細は、同会HPをご覧ください。
☑対象活動=4月1日～9年3月31日に区内で実施し、次の①～③のいずれかに該当する非営利活動①子ども食堂などの子どもの居場所②子どもの学習支援③その他、子どもの貧困対策▶**助成額**=1団体上限10万円▶**申請期間**=11月2日～30日 ☑同会☎5347-1010

その他

特別養護老人ホーム「エクレシア南伊豆」個別入所相談窓口の開設
☎11月16日(月)・17日(火)午前10時～正午・午後1時～4時 ☑区役所1階ロビー ☑高齢者施策課施設整備

推進係

「わがまちの警察官」の決定

犯罪の抑止活動に顕著な成果を上げた警察官を「わがまちの警察官」として表彰しています。選考の結果、8年度の実績者を次のとおり決定しました。
☑杉並警察署=古別府佑法、原香子▶高井戸警察署=安孫子慶一、小泉太輔▶荻窪警察署=堀美佐穂、下田雄太 ☑危機管理対策課地域安全担当☎5307-0616

官公庁からのお知らせ

検察審査会をご存じですか

選挙権を有する国民の中からくじで選ばれた11人の検察審査員が、検察官が罪を犯した疑いがある者を裁判にかけなかったことの善しあしを審査する制度です。検察審査員に選ばれた場合は、協力をお願いします。
☎東京第一検察審査会事務局☎3621-3151

審議会などのお知らせ

杉並区地域公共交通活性化協議会

☎12月14日(月)午後2時～4時 ☑場産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) ☑都市整備部管理課交通企画係☎5307-0793

区役所で非常勤職員として働いてみませんか

区の常勤職員を補助する職として、非常勤職員(会計年度任用職員)を採用しています。事務補助・保育士・児童指導・教育現場などのさまざまな仕事があり、職種によっては未経験の方も応募できます。「区役所の仕事に興味がある」「地域のために経験を生かしたい」などの思いをお持ちの方をお待ちしています。採用情報は、区HP(右2次元コード)・「広報すぎなみ」に随時掲載しています。



☎人事課人事係☎5307-0721

採用情報 申込方法などの詳細は、区HPをご覧ください。

職種	内容ほか	申し込み・問い合わせ
産休・育休代替等事務職員	☑窓口・電話応対、各種入力事務ほか▶ 期間 =9年4月1日～10年3月31日▶ 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 =区役所、区内の出先事業所▶ 募集人数 =30名程度▶ 報酬 =月額22万8864円ほか	☑ 期限 =11月16日まで ☑人事課人事係☎5307-0721
区立保育園・小規模保育事業所・子供園①栄養士②保育士・子供園保育職③看護師	☑ 期間 =9年4月1日～10年3月31日▶ 勤務日時 =月16日。原則、①午前8時30分～午後5時15分②③午前7時30分～午後7時45分(②③の子供園は6時45分)のうち実働7時間45分(②③は土曜勤務あり)▶ 報酬 =月額①24万7296円②22万8864円③25万2288円	☑ 期限 =12月2日 ☑保育課管理係☎5307-0659
ゆりかご面接員	☑妊産婦などの保健指導・母子保健事業の事務処理ほか▶ 期間 =9年4月1日～10年3月31日▶ 勤務日時 =月16日以内。原則、月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分のうち実働7時間45分▶ 勤務場所 =保健センター、地域子育て支援課のいずれか▶ 報酬 =時給1921円	☑ 期限 =12月11日 ☑同課母子保健係☎5307-0787

区議会を開会します

第4回区議会定例会を開会します。

日程(予定)

第4回区議会定例会
11月16日(月)～12月7日(月)(午後1時開会)

本会議のライブ配信・録画配信、常任・特別委員会の録画配信を実施しています(会議終了からおおむね24時間後に公開)。詳細は、杉並区議会HP(右2次元コード)をご覧ください。



☎区議会事務局☎5307-0320



11月1日～12月1日は犯罪被害者月間です

犯罪被害は、いつ・誰にでも起こりうる身近な問題です。被害にあった後は、心身の不調・医療費などの経済的負担・周囲の人の心ない言動などのさまざまな困難（二次的な被害）に直面することがあります。被害者の状況を理解し、気持ちを大事にした接し方・言葉を心掛けましょう。

区では、犯罪被害者総合支援窓口を開設するなど、被害者支援に取り組んでいます。詳細は、区HPをご覧ください。



▲区HP

▶犯罪被害者等支援シンボルマーク・ギュっとちゃん



犯罪被害者総合支援窓口（区役所西棟7階）

相談専用☎5307-0620（月～金曜日午前8時30分～午後5時〈祝日・年末年始を除く〉）

支援内容 相談・情報提供、一時利用住居の提供、資金の貸し付け、手続きなどの補助・付き添い、日常生活での支援ほか

犯罪被害者支援のつどい

時12月13日(日)午後2時30分～4時30分 場区役所第4会議室（中棟6階）
内師講話「交通事故に遭わないためには」（杉並警察署）、講演「交通犯罪被害者遺族の声～娘を交通事故で奪われて」（被害者支援都民センター自助グループ・佐藤清志）、警視庁音楽隊ミニコンサート
定80名（申込順）申申し込みフォームから 他託児・手話通訳あり（定員あり。12月2日までに申し込み）



▲申し込みフォーム

図区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係☎5307-0326

11月10日～16日はアルコール関連問題啓発週間です

不適切な飲酒は、臓器障害・精神疾患などのアルコール健康障害の原因となります。保健センターでは、アルコール健康障害に関する相談を受け付けています。



相談・問い合わせ先

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〈いずれも月～金曜日午前8時30分～午後5時。祝日、年末年始を除く〉）

セミナー「どうして飲酒が止まったのか？」

時12月3日(木)午後2時～4時30分 場杉並保健所（荻窪5-20-1）定50名（申込順）図電話で、AA永福グループ・西☎090-4530-6139。申し込みフォームからも可／期限＝12月2日



▲申し込みフォーム

図杉並保健所保健予防課保健予防係☎3391-1025

9～11月は杉並区健康づくり推進期間

11月14日は世界糖尿病デーです

糖尿病は自覚症状がないまま進行し、放置すると脳梗塞・心筋梗塞などの合併症・網膜症による失明を引き起こすほか、腎不全により人工透析が必要となる場合もあります。いつまでも健康でいるために、正しい生活習慣を身に付けるとともに、年1回は健康診断を受けて糖尿病を予防しましょう。

ブルーサークルでつながる
世界糖尿病デー
11.14



●食生活を整えよう

主食だけではなく主菜・副菜をバランスよく、ゆっくりよく噛んで食べると血糖値の上昇を抑えられます。



●体を動かそう

運動を継続することで血糖値を一定に保つ働きがあるインスリンの効きが良くなり、高血糖になりにくい体づくりができます。有酸素運動・筋力トレーニングを組み合わせると効果的です。



YouTubeすぎなみ健康チャンネル

食事・歯・生活習慣病など、無理なく続けられる身近な健康のヒントを動画で分かりやすく解説しています。



▲YouTubeすぎなみ健康チャンネル

図杉並保健所健康推進課健康推進係☎3391-1355

11月11日(水)午前11時ごろ

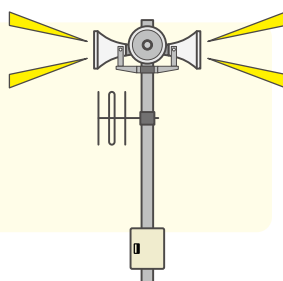
防災行政無線を用いた情報伝達試験を実施します

全国瞬時警報システム（Jアラート）の情報伝達を確実に行うため、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回繰り返し）
- ③「こちらは、ぼうさいすぎなみです。」
- ④チャイム音



図危機管理対策課危機管理対策担当☎5307-0729



11月は秋のこどもまんなか月間です

こども家庭庁では、子ども・子育て世帯を社会全体で応援するため、5・11月をこどもまんなか月間として、さまざまな取り組みを実施しています。



パネル展を開催します

同月間に合わせて、「杉並区子どもの権利に関する条例」に基づく取り組みについて紹介するパネル展を開催します。

時 11月24日(火)～27日(金)午前9時～午後5時(27日は4時まで)
場 区役所2階区民ギャラリー

子どもの権利相談・救済窓口の愛称が決まりました

子どもの権利相談・救済窓口は、子どもの権利救済委員が、子ども・子どもに関係する大人からの相談を受け、子どもの権利の侵害に対して解決に向けた支援などを行います。

親しみやすい窓口とするため、子どもからの愛称募集・投票により、「なみすけの子ども相談室」に決定しました。詳細は、区HPをご覧ください。



▲区HP

区子ども家庭部管理課子どもの権利推進担当

11月12日～25日は女性に対する暴力をなくす運動期間です

暴力はその対象・間柄を問わず、決して許されるものではありません。DV(配偶者・パートナーからの暴力)は、殴る・蹴るなどの身体的暴力だけでなく、大声で怒鳴るなどの精神的暴力、生活費を渡さないなどの経済的暴力も含まれます。悩みがある方は一人で抱え込まず、相談機関などにご相談ください。詳細は、区HPをご覧ください。



▲区HP

「女性に対する暴力をなくす運動」パネル展を開催します

時 11月18日(水)～20日(金)午前8時30分～午後5時(20日は4時まで)
場 区役所1階ロビー

区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係 ☎5307-0326

11月30日は「年金の日」です

詳細は、各HPをご覧ください。



国民年金について

国民年金は、老齢になったときだけでなく、重い障害・死亡など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。



▲区HP

国民年金の種別・対象者など

加入種別は3種類あり、国籍を問わず、日本に住む20～59歳の全ての方が加入する必要があります。加入・種別変更などのときは届け出が必要です。また、海外在住者・60歳以上の方などは、任意加入制度に加入できる場合があります。

- 第1号被保険者＝日本在住の20～59歳で、自営業・学生・アルバイトなど、第2号・第3号被保険者以外の方。加入は国保年金課国民年金係、区民事務所、杉並年金事務所で行ってください。
- 第2号被保険者＝会社員・公務員など厚生年金に加入している方。加入は勤務先が行い、保険料は給与・賞与から差し引かれます。
- 第3号被保険者＝第2号被保険者に扶養され国内に住居登録がある20～59歳の配偶者(海外特例あり)。加入は扶養者の勤務先に届け出が必要です。個人での保険料負担はありません。

区国保年金課国民年金係 ☎5307-0646、杉並年金事務所 ☎3312-1511

便利な機能をご利用ください

スマートフォンなどで手続きができます。

●マイナポータル

第1号被保険者は、資格取得・種別変更の届け出、保険料免除・猶予・学生納付特例の申請、口座振替の申し込み、審査結果の確認などができます。



▲日本年金機構HP

●ねんきんネット

年金記録の確認・年金見込額の試算のほか、各種書類の再交付申請・電子申請などが行えます。また、納付書が手元にない場合でも、インターネットバンキングなどを利用してPay-easyによる納付も可能です。



▲日本年金機構HP

区日本年金機構 ☎0570-058-555 (050から始まる電話からは ☎6700-1144)

こんなときは杉並年金事務所へご相談ください

相談などの内容によっては、予約が必要です。

- 要予約(予約受け付け専用 ☎0570-05-4890 (IP電話からは ☎6631-7521))
 - ・年金受け取りの手続き
 - ・年金を受け取っていた方が亡くなった時の手続き
 - ・年金加入記録の確認・年金見込額の試算などの相談
 - ・各種年金に関する相談

●予約不要

- ・保険料納付書の請求、クレジットカード納付・口座振替に関すること
- ・追納の申し込み

区杉並年金事務所 ☎3312-1511

11月は「ねんきん月間」です

年金制度を身近に感じ、理解を深めていただくため、杉並年金事務所ではさまざまな催しを実施します。
時 11月14日(土)午後3時＝ねんきんネット操作説明会
▶4時＝ミニ演奏会(洗足学園音楽大学生) 場 同事務所(高円寺南2-54-9)





お知らせします 7年度（2025年度）の決算報告



詳細は、区HP（右2次元コード）をご覧ください。



7年度決算のあらまし

——問い合わせは、会計課☎5307-0742へ。

7年度の決算額について右表のとおりお知らせします。

7年度の一般会計と3つの特別会計の合計歳入決算額は3896億4562万2千円で、6年度と比べ6.9%増となりました。

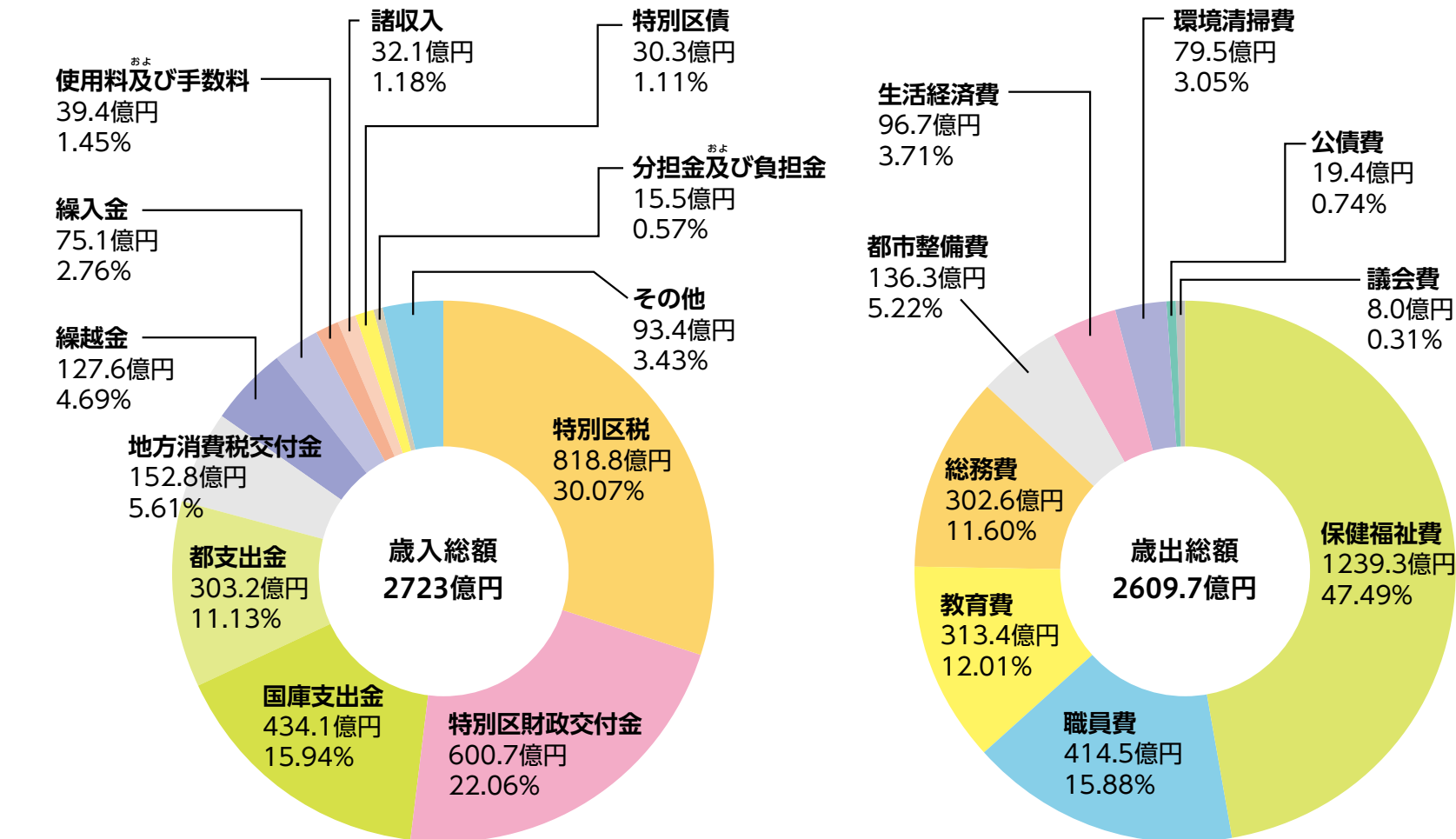
また、合計歳出決算額は3758億7173万3千円で、6年度と比べ7.5%増となりました。

7年度の決算額

		歳入	歳出
一般会計		2723億 225万7554円	2609億7290万3444円
特別会計	国民健康保険事業会計	531億6000万7507円	523億7472万1624円
	介護保険事業会計	474億1946万5874円	458億3435万5536円
	後期高齢者医療事業会計	167億6389万 761円	166億8975万2491円
合計		3896億4562万1696円	3758億7173万3095円

一般会計の内訳

——問い合わせは、会計課☎5307-0742へ。



※端数処理の関係で合計金額などが一致しない場合があります。

「令和7年度杉並区各会計歳入歳出決算書」「令和7年度区政経営報告書」は、区政資料室（区役所西棟2階）、図書館、区民事務所のほか、区HPでもご覧になれます。

7年度に実施した主な取り組み

——問い合わせは、財政課☎5307-0711へ。

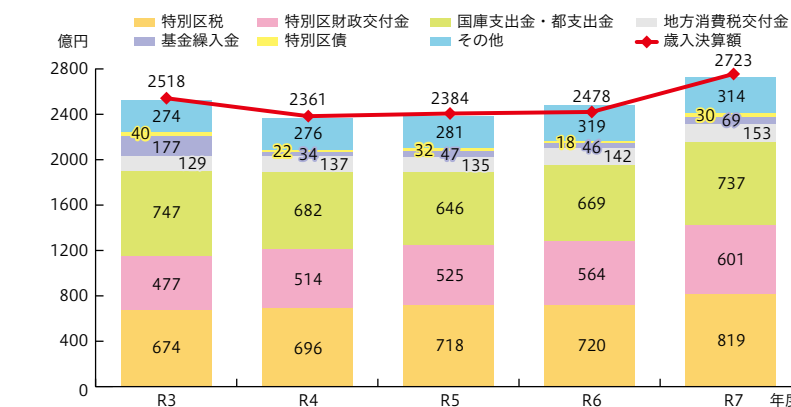
7年度に実施した「杉並区基本構想」に掲げる8つの分野における主な取り組みは以下のとおりです。

【防災・防犯】みんなでつくる、災害に強く、犯罪を生まないまち		【福祉・地域共生】すべての人が認め合い、支え・支えられながら共生するまち	
耐震化・不燃化促進、狭あい道路の拡幅整備・突出電柱の移設促進	14億7856万6千円	区内介護事業所等における介護人材の定着・育成支援	712万5千円
防災・防犯用品カタログの配付、感震ブレーカーの設置促進	7億3634万5千円	ひきこもり支援推進事業の開始	1883万4千円
【まちづくり・地域産業】多様な魅力と交流が生まれ、にぎわいのある快適なまち		【子ども】すべての子どもが、自分らしく生きていくことができるまち	
家賃助成制度等による居住支援	1296万円	「杉並区子どもの居場所づくり基本方針」に基づく取組	5億8957万3千円
新たなモビリティサービスの実証実験・実証運行	2521万6千円	子どもの権利擁護	808万5千円
【環境・みどり】気候危機に立ち向かい、みどりあふれる良好な環境を将来につなぐまち		【学び】共に認め合い、みんなでつくる学びのまち	
公園等の整備	8億6160万3千円	教育の質の向上・体制の拡充	3億9571万円
再生可能エネルギー電力を活用した「コンテナ型公衆喫煙場所」の整備	3396万6千円	いじめ対策の充実	1552万7千円
【健康・医療】「人生100年時代」を自分らしく健やかに生きることができるまち		【文化・スポーツ】文化を育み継承し、スポーツに親しむことのできるまち	
ライフステージに応じた健康づくりの推進	2333万1千円	多文化共生基本方針に基づく取組	1300万8千円
地域医療体制の更なる充実	3345万2千円	平和への想いを世代を超えてつなぐ取組	746万8千円

一般会計 歳入・歳出決算額の推移

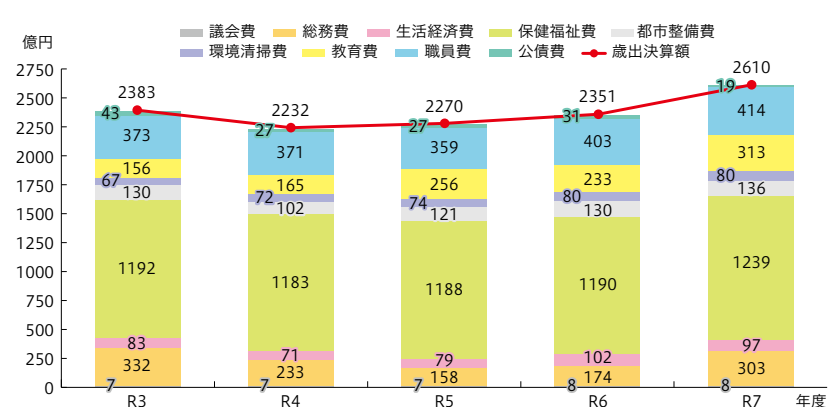
——問い合わせは、会計課☎5307-0742へ。

歳入決算額の推移



区の基幹的な歳入である特別区税・特別区財政交付金の増などにより、歳入は前年度と比して245億円（9.9%）の増となりました。

歳出決算額の推移



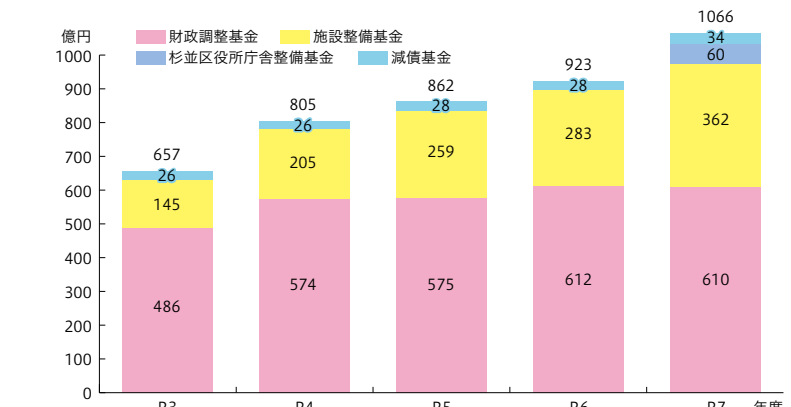
施設整備基金積立金の増や中瀬中学校、富士見丘小・中学校などの改築費用の増などにより、歳出は前年度と比して259億円（11.0%）の増となりました。

※科目（款）毎に金額の端数処理をしているため、合計と合わない場合があります。

基金・区債残高の推移

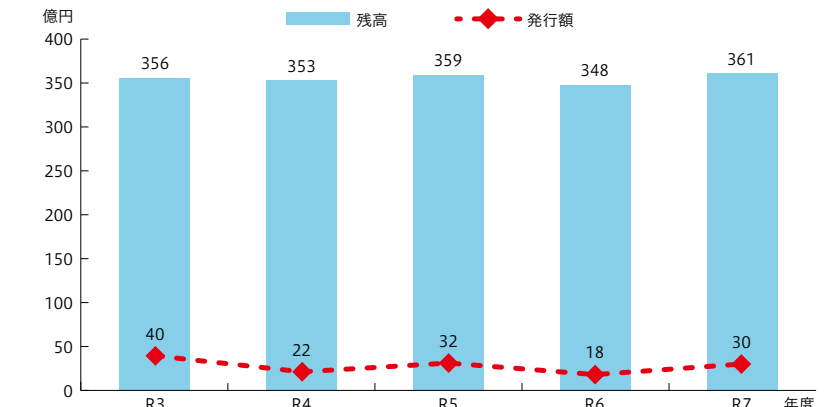
——問い合わせは、財政課☎5307-0711へ。

主な基金残高の推移



7年度は、区の貯金にあたる主な基金について、施設整備基金・新たに設置した杉並区役所庁舎整備基金などへの着実な積み立てにより、前年度と比して143億円の増となりました。

区債残高の推移



7年度は、学校施設の改築・区立児童相談所の整備のため30億円の区債を発行しました。区の借金にあたる区債残高は前年度と比して13億円の増となりました。

財務書類でみる区財政の状況

——問い合わせは、会計課☎5307-0742へ。

現金の収支を示す従来の地方公共団体の会計では見えにくい資産・負債・コストを明らかにするため、企業会計的手法を取り入れた財務書類を総務省が示す「統一的な基準」により作成しています。7年度財務書類（※）を作成しましたので、概要をお知らせします。

※一般会計（歳入歳出外現金を含む）と特別会計（国民健康保険事業会計、介護保険事業会計、後期高齢者医療事業会計）が対象です。

貸借対照表

貸借対照表は、年度末における財政状況を明らかにするもので、行政サービスを提供するために区がどのくらい資産を持っているか、その資産をどの世代の負担で賄っているかを表したものです。

8年3月31日現在

（単位：億円）

資産の部 （将来の世代に引き継ぐ資産）		負債の部 （将来の世代が負担する債務）	
有形・無形固定資産 （学校、施設、道路など）	7133	1年を超えて返済時期が到来する負債（特別区債、退職手当引当金など）	641
投資等 （出資金、基金など）	606	1年以内に返済する負債（特別区債、預り金など）	113
		負債の合計	754
流動資産 （現金預金など）	822	純資産の部 （これまでの世代が負担した額。資産と負債の差額）	
		純資産の合計	7808
資産の合計	8562	負債・純資産合計	8562

※端数処理の関係で合計金額が一致しない場合があります。

区民一人当たりの資産の額	146万5千円（前年度142万9千円）
区民一人当たりの負債の額	12万9千円（前年度11万7千円）

財務書類には、貸借対照表のほか、行政コスト計算書、純資産変動計算書、資金収支計算書があります。7年度の全ての財務書類は、区政資料室、図書館、区民事務所のほか、区HPでもご覧になれます。

7年度健全化判断比率の公表

——問い合わせは、財政課☎5307-0711へ。

「地方公共団体の財政の健全化に関する法律（財政健全化法）」に基づく7年度の杉並区の健全化判断比率は右表のとおりです。4つの指標の数値は、いずれも基準を下回り健全でした。

※「杉並区の数値」が「－」と表記されているのは、実質赤字・連結実質赤字がないこと、将来負担額を充当可能な財源が上回っていることから、将来負担がないことを表します。

〈健全化判断比率〉

	杉並区の数値			早期健全化基準	財政再生基準
	5年度	6年度	7年度		
実質赤字比率	－	－	－	11.25%	20.00%
連結実質赤字比率	－	－	－	16.25%	30.00%
実質公債費比率	△4.6	△3.7	△2.2	25.0%	35.0%
将来負担比率	－	－	－	350.0%	

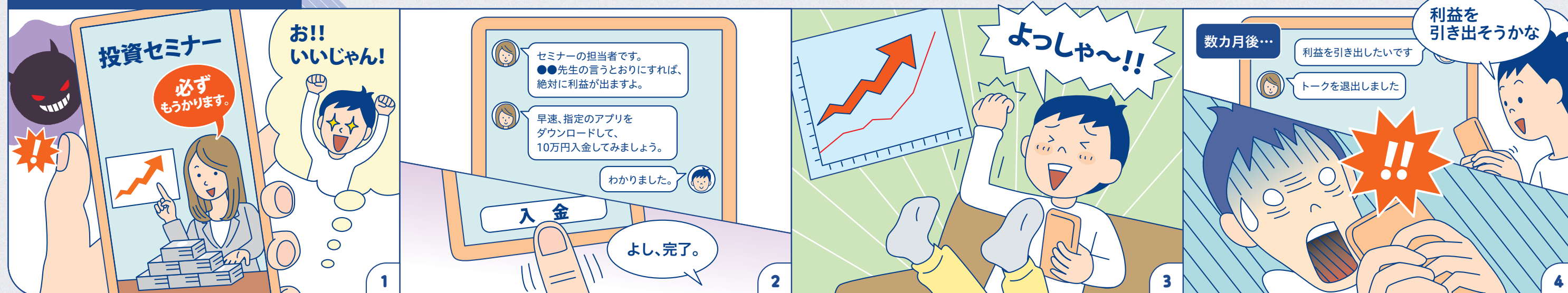
この瞬間、あなたはだまされている!? ～SNSを使った詐欺が増加中

電話・SNSなどを利用して、対面することなく相手を信頼させて金銭をだまし取る詐欺のことを、特殊詐欺と言います。8年1～6月には、全国で2万2031件（総額1816億2000万円）、杉並区で93件（総額21億780万円）もの特殊詐欺による被害が発生しました。近年、特殊詐欺の手口が巧妙化し、20・30代などの若い世代の被害が拡大しています。被害を防ぐためには、手口を知ることが重要です。今号では、特に被害が増加している3つの特殊詐欺の手口を紹介します。

——問い合わせは、危機管理対策課地域安全担当 ☎5307-0616へ。

SNS型投資詐欺

SNS上などで「必ずもうかる」などと投資を勧め、投資金などの名目で金銭をだまし取る詐欺



ちょっと待った!!

この言葉が出た瞬間…

それは、詐欺です!

電話・メッセージで、下記のような言葉が出てきたら、怪しんでください。

- ☒ 今すぐ・時間がない・急いで
- ☒ 誰にも言わないで
- ☒ 還付金がある・カードを預かる
- ☒ 絶対にもうかる・元本保証
- ☒ あなただけの特別な情報
- ☒ 有名人も利用している
- ☒ 逮捕状が出ている
- ☒ 口座が不正利用されている
- ☒ かばんを無くした・のどの手術をした

あれ? 詐欺かも?
と思ったら、すぐにご相談ください

●特殊詐欺の対策・被害の相談・不審な着信などの通報を受け付けています。

図 杉並警察署 ☎3314-0110、高井戸警察署 ☎3332-0110、荻窪警察署 ☎3397-0110

●安全パトロール隊・区職員が、特殊詐欺に関する相談に応じます。

図 杉並区振り込め詐欺被害ゼロダイヤル ☎5307-0800（24時間対応）

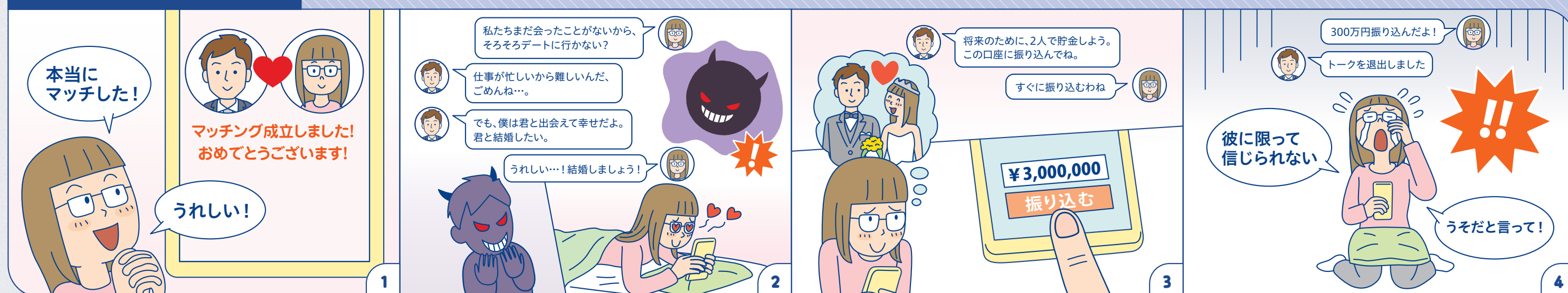
警視庁防犯アプリ
「デジポリス」もご活用ください

「+」マークから始まる国際電話からの着信をブロックするほか、各地域で発生した犯罪発生情報などをお知らせするスマートフォン向けアプリです。詳細は、警視庁[HP]（右2次元コード）をご覧ください。



SNS型ロマンス詐欺

SNS・マッチングアプリなどで出会った相手と連絡を重ね、恋愛感情を抱かせて、金銭をだまし取る詐欺



ニセ警察詐欺

警察官をかたって不安をあおり、捜査名目で金銭をだまし取る詐欺





催し

11月11日は介護の日 ロビー展

時11月10日(火)午前9時～午後4時 場 区役所1階ロビー 内KAiGO PRiDE ポートレート展、短編映画「もう一步」上映 関高齢者施策課

明るい選挙啓発ポスターコンクール 受賞作品展示会

時①11月12日(木)～18日(水)午前9時～午後9時②12月7日(月)～11日(金)午前8時30分～午後5時③14日(月)～21日(月)午前9時～午後9時(①16日③15日を除く。いずれも初日は正午から。最終日は①③正午②4時まで) 場①高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5)②区役所2階区民ギャラリー③永福和泉地域区民センター(和泉3-8-18) 関選挙管理委員会事務局☎5307-0767

成田西ふれあい農業公園「麦の種まき体験」

時11月14日(土)午前10時～正午(うち1時間程度) 場同農業公園(成田西3-18-9) 対区内在住の方(小学生以下は保護者同伴) 定20組(先着順) 関産業振興センター都市農業係☎5347-9136 他軍手・長靴持参

ひと棚図書館

一つの棚にお勧めの本を並べることができます。

時11月15日(日)午後1時～3時 場高円寺図書館 定21組(申込順) 申関電話・直接、同図書館(高円寺南2-40-24☎3316-2421)

年中行事「荒神さまのお帰り」

時11月21日(土)～29日(日)午前9時～午後5時(24日を除く) 場郷土博物館(大宮1-20-8) 費100円(中学生以下無料) 関同博物館☎3317-0841

企画展「農村に生まれた小さな西洋」学芸員による展示解説

時11月22日(日)、12月6日(日)、9年1月17日(日)午後2時～2時30分 場郷土博物館分館(天沼3-23-1天沼弁天池公園内) 関同分館☎5347-9801

杉並公会堂クリスマスツリー点灯式

時11月22日(日)午後6時～6時40分 場同施設(上荻1-23-15) 関同施設☎5347-4451

わくわくフィールドSUGINAMI みんなでわくわくキャンプ体験

時11月29日(日)午前11時～午後3時 場 柏の宮公園(浜田山2-5-1) 内テント設営体験・ロープワーク・ホットドッグ作りほか 対小学5年生～高校生 定30組(申込順) 申申し込みフォーム(区HP)同案内参照)から、11月18日まで 関児童青少年課青少年係☎3393-4760

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、各記事の申関でご確認ください。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、子どもの氏名・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

見えない・見えづらいことでお悩みの方の交流会

時11月29日(日)午後1時30分～3時30分 場高円寺障害者交流館(高円寺南2-24-18) 内テーマ=生活向上のヒント 対区内在住・在勤の方ほか 定20名(申込順) 申関電話で、障害者地域相談支援センターすまいる(高円寺☎5306-6381/高井戸☎3331-2510/荻窪☎3391-1976(いずれも休館日を除く))

杉並区学びとつながりフォーラム

時11月29日(日)午後1時30分～3時30分 場区役所第4会議室(中棟6階) 定50名(申込順) 内テーマ=不登校

グループ読書会「ジョン・エイキン」の世界を楽しむ

時11月30日(月)午後2時～4時 場今川図書館(今川4-12-10) 対高校生以上の方 関同図書館☎3394-0431 他共催=地域・家庭文庫「ちいさいうち文庫」

クリスマスお楽しみ会

時12月13日(日)午後1時30分～3時30分 場杉並障害者福祉会館 対区内在住・在勤・在学で障害のある方 定50名(抽選) 費300円 申往復はがき(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・手話通訳を希望の方はその旨も書いて、11月20日までに同会館(〒168-0072高井戸東4-10-5) 関同会館☎3332-6121☎3335-3581

講演・講座①

居住支援セミナー

時11月20日(金)午前10時～11時30分 場区役所第5・6会議室(西棟6階) 関ハウスメイトマネジメントほか 対賃貸物件所有者、不動産・管理会社 定30名(申込順) 申関電話で、杉並区居住支援協議会(区住宅課管理係)☎5307-0661。申し込みフォーム(区HP)同案内参照)からも可/期限=11月19日

すぎなみデジタルライフアップセミナー

時場11月24日(火)=高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5)▶25日(水)=高円寺地域区民センター(梅里1-22-32)▶26日(木)=西荻地域区民センター(桃井4-3-2)▶27日(金)=井草地域区民センター(下井草5-7-22)、荻窪地域区民センター(荻窪2-34-20)▶28日(土)=阿佐谷地域区民センター(阿佐谷北1-1-1)▶29日(日)=永福和泉地域区民センター(和泉3-8-18)/いずれも、午前10時～11時 内区健幸アプリ「なみチャレ」 定各15名(申込順) 申電話で、すぎなみデジタルなんでも相談窓口受付専用☎0120-219-040。申し込みフォーム(区HP)同案内参照)からも可 関情報管理課デジタル戦略担当☎5307-0808

コミュニティふらっとの講座・催し

コミュニティふらっとでは、さまざまな講座・多世代交流イベントを開催しています。申し込み・問い合わせは、各コミュニティふらっとへご連絡ください。

施設	内容	日時など
馬橋(高円寺南3-29-5 ☎3315-1249)	映画「オレンジ・ランプ」鑑賞会	時11月23日(祝)午前10時・午後1時 定各25名(先着順)
阿佐谷(阿佐谷北2-18-17 ☎5364-9360)	クリスマス ワークショップ&マーケット	時11月29日(日)午前10時～午後3時 申一部申込制 他詳細は、区HP)同案内参照
方南(方南1-27-8 ☎3322-4225)	ボイストレーニング	時11月～9年1月の第1・3木曜日、午後7時15分～8時15分 師神農友貴 対中学生以上の方 定各15名(申込順) 費各1000円 他(長寿)
永福(永福3-51-17 ☎3322-7141)	人類の美を楽しむ 美術講座	時11月～9年3月の第3水曜日、午前10時30分～正午 師谷岡清 対中学生以上の方 定各50名(申込順) 費各1000円 他(長寿)
東原(下井草1-23-23 ☎3397-7225)	大人も子供も楽しめる クリスマスマーケット	時12月5日(土)午前10時30分～午後2時30分 内コンサート、ワークショップ、雑貨・食品の販売ほか 費一部有料(子育て応援券利用可〈カード版を除く〉)
本天沼(本天沼2-12-10 ☎5310-4633)	コミふら本天沼 ノエルフェスティバル	時12月13日(日)午前10時～午後2時 内音楽イベント・オーナメント作り・屋台ほか 費一部有料
高円寺南(高円寺南2-40-24 ☎3316-2421)	キャリア形成講座	時12月13日(日)午後1時30分～3時 師Box Japan社長執行役員・佐藤範之 対区内在住・在勤・在学の方 定100名(申込順) 費1000円(高校生以下無料)
成田(成田西1-28-18 ☎3318-2061)	クリスマス交流会アフリカハーブ コラ演奏会	時12月19日(土)午後5時30分～7時 師杵淵ちひろ 定45名(申込順) 費1500円ほか

消費者講座「AIに惑わされない！ ネット・スマホトラブル回避術」

時11月25日(水)午後2時～4時 場ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 師ECネットワーク・原田由里 区内在住・在勤・在学の方 定32名(申込順) 申問電話で、11月2日から消費者センター☎3398-3141 他長寿

ユネスコのつどい～みんなが輝く未来のために

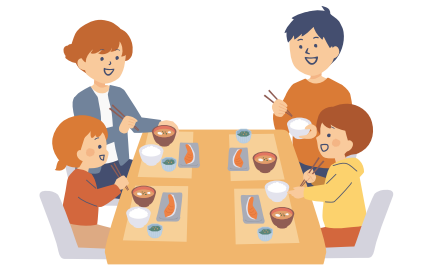
時①11月27日(金)～30日(月)午前10時～午後7時②28日(土)午後2時～4時30分③29日(日)午後2時～4時(①30日は4時まで) 場セッション杉並(梅里1-22-32) 区師①展示ほか②講演「Dr.コルチャック子どもの権利・尊厳の探求とその生涯」(名寄市立大学特命教授・塚本智宏)③講演「元イスラエル兵士の気づき～次世代に手渡したい“対話”の力」(平和活動家 ダニー・ネフセタイ) 区②中学生以上③小学生以上の方 定②③60名(②先着順③申込順) 費②500円(学生無料) 申③Eメール(10面記入例)で、11月16日までに杉並ユネスコ協会 区社会教育センター☎3317-6621、同協会✉unescosuginami@gmail.com

家族介護教室 老後2000万問題 介護のことは元気なうちに

時11月27日(金)午後1時30分～3時 場産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 師SOMPOケア・黒田恵美子 区内在住・在勤・在学の方 定50名(申込順) 申問電話で、ケア24成田☎5307-3822

家庭教育講座 親子が笑顔になる食卓のづくり方

時11月28日(土)午前10時～11時30分 場セッション杉並(梅里1-22-32) 師ビストロパパ代表取締役・滝村雅晴 区内在住・在勤の保護者ほか 定40名(申込順) 申問電話で、地域の学び推進課地域・学校協働係☎5307-0759。申し込みフォーム(区HP)同案内参照)からも可/期限=11月23日



省エネ・再エネ講座 手軽な断熱対策&太陽光のある暮らし

時11月28日(土)午前10時～正午 場下高井戸おおぞら公園(下高井戸2-28-23) 師東京土建杉並支部まちづくりセンター会員ほか 定30名(申込順) 申申し込みフォーム(区HP)同案内参照)から、11月25日まで 区同センター☎3317-0450、環境課温暖化対策係☎5307-0672

ゼロからはじめる小説の書き方

時11月29日(日)午後1時30分～3時 場永福図書館 師小説家・折原みと 区小学生以上の方 定30名(申込順) 申問電話・直接、11月4日から同図書館(永福3-51-17☎3322-7141)

おはなしとワークショップ

時11月29日(日)午後2時～3時30分 場西荻図書館 師出口かずみ 区4歳～小学生(就学前の子どもは保護者

同伴) 定20名(申込順) 申問電話・直接、同図書館(西荻北2-33-9☎3301-1670)

マンガで考えるALLYアクション LGBTQの人たちのためにできること

時12月6日(日)午前10時～11時30分 場区役所第5・6会議室(西棟6階) 師TIEWA代表・合田文 定40名(申込順) 申問電話で、区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係☎5307-0347。申し込みフォーム(区HP)同案内参照)からも可 他生後7カ月～就学前の託児あり(事前申込制。定員あり。11月25日までに同係)

“福島いま”作家・川内有緒さん、著書「ロココ・キッチン」を語る

時12月6日(日)午後2時～3時30分 場中央図書館(荻窪3-40-23) 区小学5年生以上の方 定40名(抽選) 申申し込みフォーム(区HP)同案内参照)から、11月15日まで 区同図書館事業係☎3391-5754 他手話通訳あり

グループホームだけではなく障害者の住まい

時12月7日(月)午後1時30分～3時30分 場区役所第5・6会議室(西棟6階) 師NPO法人あおば福祉会・小佐野啓、佐藤弘一郎 区障害のある方・その家族ほか 定50名(申込順) 申問電話で、障害者施設支援課施設整備担当☎5307-0359。申し込みフォーム(区HP)同案内参照)からも可

プロに学ぶ吹奏楽ワークショップ

時12月20日(日)午前10時～午後4時 場高円寺学園(高円寺北1-4-11) 師日本フィルハーモニー交響楽団ほか 区区内在住・在学の中高校生ほか 費2000円 申申し込みフォーム(区HP)同案内参照)から、11月20日まで 区地域の学び推進課地域・学校協働係☎5307-0756、NPO法人すぎなみ子どもサポート✉suginami_kosapo@yahoo.co.jp 他詳細は、区HP)同案内参照



フレイル予防教室 杉並・げんき応援プログラム

時12月22日～9年1月28日の①火曜日②水曜日、午前10時～11時30分③木曜日、午後2時30分～4時(12月29日～31日を除く。各計5回) 場①特別養護老人ホーム新泉サナホーム(和泉1-44-19)②杉並保健所(荻窪5-20-1)③高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) 区区内在住で65歳以上の方 定①10名②③各15名(いずれも抽選) 申問電話で、ルネサンス☎050-1724-2997。申し込みフォーム(区HP)同案内参照)からも可/期間=11月2日～16日 他長寿

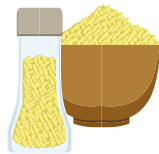


保健センターの講座

保健センターでは、健康づくりに役立つ講座を開催しています。

地域食育推進教室 香りで味わうスパイス減塩講座

スパイスの香りを生かして塩分を控える調理方法などを学ぶほか、試食を行います。



日時 11月16日(月)午前10時～正午

場所 荻窪保健センター(荻窪5-20-1)

師ハウス食品スパイスマスター 区区内在住・在勤・在学で59歳以下の方 定30名(申込順) 申申し込みフォーム(右2次元コード)から 区荻窪保健センター☎3391-0015



睡眠改善教室 快眠のコツ こどもから高齢者まで～みんなで仮眠、スッキリ体験

健康増進・維持に大切な睡眠について学びます。



日時 12月1日(火)午後2時～4時

場所 荻窪地域区民センター(荻窪2-34-20)

師医師・相良雄一郎 区区内在住・在勤・在学で69歳以下の方 定50名(申込順) 申申し込みフォーム(右2次元コード)から、11月27日まで 区荻窪保健センター☎3391-0015 他長寿



家族みんなのむし歯・歯周病予防教室

歯周病・子どものむし歯予防についての講義のほか、口腔ケアグッズを展示・紹介します。



日時 12月4日(金)午前10時～正午

場所 高円寺保健センター(高円寺南3-24-15)

師歯科医師・鈴木宗仁 区区内在住の3歳以下の子どもの保護者 定12名(申込順) 申申し込みフォーム(右2次元コード)から、12月3日まで 区高円寺保健センター☎3311-0116



依存症の理解と対応

依存症は、誰でもなる可能性がある脳の病気です。依存症について正しく理解し、回復に向けた適切な対応を学びます。



日時 12月11日(金)・18日(金)午前10時～正午(計2回)

場所 高井戸保健センター(高井戸東3-20-3)

師精神科医師・肥田明日香、臨床心理士・喜多村真紀 区区内在住・在勤の当事者・その家族、支援者 定40名(申込順) 申申し込みフォーム(右2次元コード)から、12月17日まで 区高井戸保健センター☎3334-4304



講演・講座②

防災課

◆防災リーダー養成講座

時12月7日(月)午前10時～正午 場区役所第4会議室(中棟6階) 師減災と男女共同参画研修推進センター共同代表・浅野幸子 定110名(申込順) 申電話で、同課。申し込みフォーム(区HP)同案内参照)からも可/期限=11月30日

◆女性のための防災講座

時12月12日(土)午前10時～正午 場区役所第3・4委員会室(中棟5階) 師宮城学院女子大学名誉教授・天童睦子 対区内在住・在勤・在学の方 定100名(申込順) 申電話で、同課。申し込みフォーム(区HP)同案内参照)からも可/期限=12月4日

..... いずれも
 閩防災課 ☎5307-0706



文化・交流課多文化共生・交流推進担当

◆多文化共生パネルディスカッション～彩りあうまち すぎなみ

時11月24日(火)午後7時～9時 場セシ

オン杉並(梅里1-22-32) 定40名(抽選) 申申し込みフォーム(区HP)同案内参照)から、11月17日まで

◆日本のお正月を知ろう!

時12月6日(日)正午～午後4時 場区役所第4会議室(中棟6階) ほか 対区内在住・在勤・在学の方(小学生以下は保護者同伴) 定20名(抽選) 申申し込みフォーム(区HP)同案内参照)から、11月25日まで



..... いずれも

閩文化・交流課多文化共生・交流推進担当 ☎3312-9415

就労支援センターすぎJOB

◆ハローワーク職員が解説する「60歳からの再就職」 杉並の事例紹介

時11月18日(水)午前10時～11時30分 対おおむね60歳以上の方

◆アンガーマネジメントに学ぶ、職場でのより良いコミュニケーション

時11月19日(木)午後1時～3時

◆時間と人生を取り戻す2時間 わたしらしく働く未来を実現させよう

時11月21日(土)午後1時～3時

◆ワークで探る適職診断 興味や自己理解から仕事探しをはじめる

時11月24日(火)午後1時～3時30分 対59歳以下の方

◆「職業訓練」活用のススメ ハローワーク職員による解説

時11月25日(水)午前10時～11時30分 対59歳以下の方

..... いずれも

場ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 定18名(申込順) 申閩電話で、就労支援センターすぎJOB ☎3398-1136

高齢者活動支援センター

◆「うたごえサロン」ピアノとバイオリンで歌おう

時11月27日(金)午前10時～11時10分 師久我山クラシックデュオ 対区内在住で60歳以上の方 定80名(先着順) 費300円



◆親子孫三世代料理教室「作りおきできるお正月料理」

時12月13日(日)午前10時～午後0時30分 内メニュー=炊き赤飯ほか 師米養士・奥本典子 対区内在住で60歳以上の方を含む親子孫三世代 定20名(抽選) 費1人900円 申往復はがき(10面記入例。5名まで連記可)に全員の氏名(フリガナ)・年齢も書いて、11月7日～21日に同センター

..... いずれも

場閩高齢者活動支援センター(〒168-

0072高井戸東3-7-5 ☎3331-7841)

環境活動推進センター

◆ソラフラワーで作るホリデーシーズンのアレンジメント

時12月5日(土)午後1時30分～3時30分 対区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 定12名(抽選) 費1500円 申NPO法人すぎなみ環境ネットワーク(HP)から、11月17日まで 他(長寿)

◆子ども海の環境工作教室 貝とシーグラスで作るクリスマスリース

時12月6日(日)午後1時30分～3時30分 対区内在住・在学の小学生(小学3年生以下は保護者同伴) 定12名(抽選) 費1200円 申NPO法人すぎなみ環境ネットワーク(HP)から、11月17日まで

◆和布でつくる通院ファイル

時12月8日(火)午後1時30分～3時30分 対区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 定10名(抽選) 費550円 申NPO法人すぎなみ環境ネットワーク(HP)から、11月23日まで 他(長寿)

◆木片を使って包丁研ぎを習おう

時12月13日(日)午後1時～3時 対区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 定10名(申込順) 費1000円 申NPO法人すぎなみ環境ネットワーク(HP)から 他(長寿)

..... いずれも

場閩環境活動推進センター(高井戸東3-7-4 ☎5336-7352〈水曜日を除く〉)

すぎなみの生き物たち～自然環境調査等の報告、省エネなんでも相談

4～6年度実施の自然環境調査・7年度実施の河川生物調査の概要を展示します。また、節電の工夫・環境に配慮した住宅などの身近な省エネに関する相談会も実施します。

日時 11月16日(月)～20日(金)午前8時30分～午後5時
(20日は4時まで。省エネなんでも相談は午前10時～午後4時)

場所 区役所2階区民ギャラリー

閩環境課温暖化対策係 ☎5307-0672



すぎなみなゾさんぽ in 荻窪

問題用紙の謎を手掛かりにまちを巡り、最後の答えを導く謎解きイベントです。区健幸アプリ「なみチャレ」を利用すると、ヒントの確認・アプリ限定の謎に挑戦ができ、クリアした方は健幸ポイントを獲得できるほか、先着300名になみすけグッズをプレゼントします。詳細は、区HP(右上2次元コード)をご覧ください。

日時

11月16日(月)～12月15日(火)午前9時～午後5時(各施設の休館日を除く)

問題用紙などの配布場所

杉並保健所(荻窪5-20-1)、中央図書館(荻窪3-40-23)、区HP

場荻窪駅周辺 対区内在住・在勤・在学の方 閩杉並保健所健康推進課 ☎3391-1355



地域活動のリアル
～みんなの実践、聴き合おう、語り合おう

地域で活動している方・始めたい方・社会教育士が集まり、個々の活動のヒントを見つけ、つながりを広げます。詳細は、区HP(右2次元コード)をご覧ください。

日時 12月10日(木)午後6時30分～9時 場所 富士見丘中学校(久我山2-20-1)

師東京学芸大学総合教育科学系准教授・倉持伸江 対中学生以上の方 定30名(申込順) 申申し込みフォーム(区HP参照)から、11月29日まで 閩社会教育センター ☎3317-6621



スポーツ

競技大会

杉並区ソフトテニス・シニアミックス大会

時12月5日(土)午前9時～午後5時(予備日=12月12日(土)) 場松ノ木運動場(松ノ木1-3-22) 区ソフトテニス連盟加盟者のペア(当日加盟可) 定45組(申込順) 費1組3000円 申はがき・ファクス・Eメール(10面記入例)にクラブ名、参加ペアの氏名・生年月日・住所も書いて、11月20日までに同連盟・毒島智和(〒168-0071高井戸西1-5-38-403 ☎3332-8038 ☖busujima0303@gmail.com) 同毒島 ☎090-4004-7987 (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13日(日)午前9時～午後7時 場TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区内在住・在勤・在学中で中学生以上の方ほか 定28チーム(抽選) 費1チーム3000円 申申込書(区体育施設で配布)を、11月17日までに区ソフトバレーボール連盟・飯島典子(〒168-0062方南1-52-33-107)へ郵送 同飯島 ☎090-4733-2886

ダブルスだけの大会(卓球)

時12月13日(日)午前9時～午後7時 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 区内在住・在勤・在学の方ほか 定100組(申込順) 費1組3000円。高校生以下1000円ほかをゆうちょ銀行「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。同連盟HP)からも入手可)を、11月20日までに水野睦子(〒166-0012和田2-45-12)へ郵送 同同連盟 ☎090-6330-2684

スポーツ教室

弓道・アーチェリー認定講習会

時①11月8日(日)②28日(土)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①アーチェリー②弓道 定16歳以上の経験者 定①36名②20名(いずれも申込順) 申同電話で、各実施日3日前までに同センター ☎3390-5707

丈夫な足腰をつくろう教室

時12月9日～23日の水曜日、午前10時～11時15分(計3回) 場ヴィムスポーツアベニュー(宮前2-10-4) 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 申同電話で、11月20日までに同施設 ☎3335-6644 (午前11時～午後5時)

のびのび水泳教室

時12月6日(日)・20日(日)、9年1月10日

(日)・24日(日)、2月14日(日)・28日(日)午後1時～2時55分 場杉並第十小学校温水プール(和田3-55-49) 区区内在住・在勤・在学・通所の小学生以上で知的障害のある方(小学生は水着着用保護者同伴) 定各10名(抽選) 費各250円 申杉並区スポーツ振興財団HPから 同同プール ☎3318-8763

親子チャレンジ体操教室

時12月12日～9年1月23日の土曜日①午前9時～10時②10時～11時(1月2日を除く。各計6回) 場高円寺みんなの体育館 区区内在住で①3歳半～4歳②2歳半～3歳半の子どもとその保護者 定各12組24名(抽選) 費各1組4500円 申往復はがき(10面記入例)に子どもの氏名(フリガナ)・年齢・性別も書いて、同体育館(〒166-0003高円寺南2-36-31)。同体育館HP)からも可/期限=11月13日 同同体育館 ☎3312-0313

日高少年スキー教室冬季キャンプ

時12月25日(金)午後7時～28日(月) 場かたしなスキー場(群馬県) ▶集合・解散=JR阿佐ヶ谷駅 区区内在住・在勤・在学中で小学2年以上の方(高校生以上は経験者) 定40名(申込順) 費小学生6万1000円ほか 申詳細は、日高スキー研究所HP参照/期限=12月16日 同市川 ☎090-8879-3148

スポーツ振興課事業係

ビーチスポーツイベント

障害者のためのわいわいスポーツ教室「ボールで遊ぼう」

日本フィル公開リハーサル

指揮者と日本フィル楽団員の音楽づくりを間近で体験できます。

日時 12月3日(木)午後1時～2時

場所 杉並公会堂(上荻1-23-15)

区小学生以上の方 定560名(申込順) 申申し込みフォーム(右上2次元コード)から、11月2日～20日に。車いす席を希望の方は電話で、文化・交流課文化振興担当 ☎5307-0734 同同担当

安心・安全・役に立つ!

杉並区の情報をお知らせしています

フォローしてね

X

イベント情報・区からのお知らせ・日々のちょっとした出来事などをお届けします。

★アカウント名=杉並区広報課

同広報課報道係 ☎5307-0614

なみすけInstagram

なみすけが区を探検して見つけた区の魅力を紹介します。

★アカウント名=[公式] なみすけ(杉並区公式アニメキャラクター)

同産業振興センター観光係 ☎5347-9184

見てね

YouTube

広報番組「すぎなみスタイル」「すぎなみビトMOVIE」、区長記者会見動画・各課作成の動画などを配信しています。

★アカウント名=杉並区公式チャンネル

同広報課報道係 ☎5307-0614

登録してね

杉並区メールニュース

区HPに新規掲載する区からのお知らせ・イベント情報などを、毎月1日・15日に配信しています。

同広報課広報係 ☎5307-0846

いいね!してね

Facebook

区からのお知らせなどを発信しています。

★アカウント名=杉並区広報課

同広報課報道係 ☎5307-0614

スポーツ②

荻窪体育館

◆タイ式ヨガ ルーシーダットン

📅9年1月12日～3月23日の火曜日①午前9時30分②10時30分③11時30分(祝日を除く。各50分。各計10回) 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各18名(抽選) 費各8000円

◆ピラティス①Morning②筋膜リリース③基本

📅9年1月13日～3月24日の水曜日①午前9時30分②10時30分③11時30分(第3水曜日を除く。各50分。各計8回) 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各18名(抽選) 費各6400円

◆水曜ヨガ①代謝アップヨガ②リラックスストレッチ

📅9年1月13日～3月24日の水曜日①午後1時30分～2時20分②2時30分～3時20分(第3水曜日を除く。各計8回) 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各16名(抽選) 費各6400円

◆体幹エクササイズ

📅9年1月13日～3月24日の水曜日①午後6時②7時③8時(第3水曜日を除く。各50分。各計8回) 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各20名(抽選) 費各6400円

◆バレエ①②入門③初級④中級

📅9年1月14日～3月18日の木曜日①午前9時30分②11時③午後0時30分④2時(各1時間20分。各計10回) 区内在住・在勤・在学の15歳以上の女性で①初めての方②初心・入門者③入門クラス経験者で初級者④入門・初級クラス経験者で中級者(いずれも中学生を除く) 定各16名(抽選) 費各1万2500円

◆ヨガ①③ベーシック②アクティブ

📅9年1月15日～3月19日の金曜日①午前9時30分②10時30分③11時30分(各50分。各計10回) 区内在住・在勤・在学の15歳以上で①③初心者②経験者 定各16名(抽選) 費各8000円

◆転倒防止イス体操

📅9年1月15日～3月19日の金曜日、午後1時30分～2時30分(計10回) 区内在住・在勤の60歳以上で医師から運動制限を受けていない方 定23名(抽選) 費8000円 他(長寿)

◆日本舞踊のいろは

📅9年1月16日～3月20日の土曜日、午後5時30分～7時(日程の詳細は、区HP)同案内参照。計6回) 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定12名(抽選) 費6000円

◆土曜ヨガ①スリミング②リラックス③スローフロー

📅9年1月16日～3月20日の土曜日①午前9時30分②10時30分③11時30分(1月30日を除く。各50分。各計9回) 区

区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各20名(抽選) 費各7200円

◆はじめての合気道

📅9年1月17日～3月21日の日曜日、午後5時～7時(計10回) 区内在住・在勤・在学で12歳以上の方(小学生を除く) 定20名(抽選) 費1万円

◆脳トレリズム体操①単体操②エクササイズ

📅9年1月18日～3月15日の月曜日①午前11時～11時50分②正午～午後0時50分(各計9回) 区内在住・在勤で

60歳以上の方 定各15名(抽選) 費各7200円 他(長寿)

◆ピラティスナイト

📅9年1月18日～3月15日の月曜日、午後6時45分～7時45分・7時50分～8時50分(各計9回) 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各20名(抽選) 費各7200円

..... 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(10面記入例)で、同体育館。同体育館HPからも可/期限=11月15日

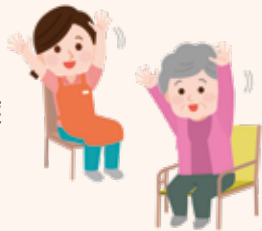
介護予防サポーター養成講座

介護・フレイル予防に関する講義のほか、介護予防サポーターの活動について紹介します。

日時 12月11日(金)午後2時～4時30分

場所 阿佐谷地域区民センター(阿佐谷北1-1-1)

師 東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター副センター長 植田拓也 定40名(抽選) 申 問電話で、高齢者在宅支援課フレイル予防推進係 ☎5307-0311。申し込みフォームからも可/期間=11月2日～13日



▲申し込みフォーム

「広報すぎなみ」の特集記事がスマートフォンでも読みやすく！ もっと知る すぎなみをご利用ください

「広報すぎなみ」で特集している区の施策や「すぎなみビト」の記事が、スマートフォン・パソコンからウェブテキストでご覧いただけます。また、防災・安全、子ども・教育、スポーツ・文化など、カテゴリーごとに読みたい特集記事を探すことができます。

閲覧はこちらから！



▲もっと知る すぎなみ



図 広報課広報係 ☎5307-0339

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

ボール de 歩こう会 ①11月11日(水)②20日(金)③26日(木)午前10時～正午/①桃井原っぱ公園②蚕糸の森公園③柏の宮公園/各20名(先着順)/図①鈴木 ☎090-1420-2149②飯島 ☎090-4733-2886③横倉 ☎080-5016-0939/長寿 リュックサック、お持ちの方はボール持参
喜劇「芝居で見せるあづま通り物語」
11月14日(土)午後2時・6時・15日(日)午前11時・午後3時(各1時間30分)/座・高円寺/各250名(申込順)/各2500円ほか/国ふる里劇団演劇なかま高円寺HPから/図高円寺あづま通り商店会 ☎090-7228-9255
西荻茶散歩 11月14日(土)・15日(日)/西荻窪駅周辺/茶の無料提供・飲食時の割引ほか/図西荻茶散歩実行委員会 ☎info@chasampo.com/詳細は、同催しHP参照
東京土建まつり 住宅デースペシャル
11月15日(日)午前10時～午後3時/蚕糸の

森公園ほか/図東京土建一般労働組合杉並支部 ☎3313-1445
わくわくフィールドSUGINAMI in 浜田山 11月15日(日)午後1時～4時/柏の宮公園/5歳～小学生とその保護者/20組(申込順)/申 問電話で、ボーイスカウト杉並第4団・荒谷 ☎080-5722-2145。申し込みフォーム(区HP)同案内参照からも可/期限=11月14日
ボーイスカウト秋まつり 11月22日(日)午前10時～午後2時/杉並第一小学校/図ボーイスカウト杉並第12団育成会・山本 ☎090-9965-9938
働く人の湯の実施 11月23日(祝)/杉並浴場組合加盟銭湯/600円ほか/図同加盟銭湯/詳細は、区加盟銭湯へ問い合わせ
フルートオーケストラセドルリアンオータムコンサート 11月29日(日)午後2時～4時/杉並公会堂/194名(先着順)/図同催し事務局 ☎090-9141-0877
晩秋の樹木観察会 12月4日(金)午前10時～正午(荒天中止)/善福寺公園上の池/環境カウンセラー・田口文昭ほか/区内在住・在勤・在学の方/15名(申込順)/500円(小学生以下無料。保険料を含む)/申 問電話・Eメール(10面記入例)で、11月28日までにNPO法人杉並

環境カウンセラー協議会 ☎3392-0606 ✉seca@canvas.ocn.ne.jp(月～金曜日午前10時30分～午後3時30分)/長寿
音楽と絵画とお話でつづるブレメンの音楽隊 12月6日(日)午前11時～正午・午後2時～3時/杉並公会堂/160名(申込順)/2000円ほか(1歳以下膝上無料。子育て応援券利用可<カード版を除く>)/申 テケトHPから/図ヒロミュージックスクール ☎6804-0807
講演・講座
歴史講演会「荻窪に響いた与謝野晶子その情熱の歌」 11月14日(土)午後1時30分～3時30分/阿佐谷地域区民センター/与謝野晶子研究家・小清水裕子/80名(先着順)/700円/図杉並郷土史会・幸田 ☎090-2436-1962
剪定講習会～キンモクセイ・モチほか 11月15日(日)午後1時～4時30分/柏の宮公園/柏の宮植木応援団/区内在住・在勤・在学中で中学生以上の方/20名(申込順)/300円(保険料を含む)/国往復はがき(10面記入例)で、11月9日までに同団事務局・川浪(〒167-0022下井草2-22-8)/図川浪 ☎080-6519-6859
①大家さんのための帳簿の書き方②インボイス対応の記帳方法 ①11月16日(月)

～18日(水)②19日(木)・20日(金)・24日(火)午前10時15分・11時15分・午後2時15分・3時15分・4時15分(各45分)/荻窪青色申告会(荻窪5丁目)/個人事業主/各2名(申込順)/各500円/申 問電話で、同会 ☎3393-1951
認知症と共に地域で暮らす グループホーム見学会 11月18日(水)午前10時～11時30分/もえぎ西荻北(西荻北1丁目)/区内在住・在勤・在学の方/15名(申込順)/申 問電話で、ケア24荻窪 ☎3391-0888
認知症とうまく付き合うための対応方法について～すぐに実践できる接し方 11月21日(土)午後2時30分～4時/上高井戸大地の郷みたけ(上高井戸2丁目)/区内在住・在勤・在学の方/10名(申込順)/申 問電話で、同施設 ☎3334-6655
本がつなぐ日本とアイスランド ①11月22日(日)午後1時30分～3時=杉森中学校②23日(祝)午前10時～正午=セシオン杉並/①角田光代②荻田康永ほか/①80名②100名(いずれも申込順)/国 問電話・Eメール(10面記入例)で、11月21日までに高円寺本の街商店会 ☎070-6430-2603 ✉cocktailbooks@live.jp

スポーツハイツ

◆チャレンジフィットネスday

時 内 12月8日(火) マスターズ成人水泳
(初・中・上級) = 午前10時・午後1
時・7時30分(各1時間15分) ▶ アクア
エクササイズ = 1時15分～2時15分 対
高校生以上の方 定 各5名(申込順)
費 各2000円



◆はじめてメディカルノルディック・ウオーク講座

時 12月8日(火) 午前10時15分～11時30
分(雨天中止) 対 18歳以上で介助を
必要としない方 定 5名(申込順) 費
1650円(別途ポールレンタル550円)

..... いずれも

場 間 スポーツハイツ(堀ノ内2-6-21 ☎
3316-9981) 申 間 電話で、12月6日ま
でに同施設 他(長寿)

杉並区スポーツ振興財団

◆はじめよう!ユニバーサルスポーツ「ウオーキングフットボール教室」

時 11月22日(日) 午前11時～午後1時 師

日本ウオーキングフットボール連盟 対
区内在住の方、区内在住・在勤・在学・
通所で障害があり簡単な指示のもと集
団行動ができる方(小学生以下は保護
者同伴) 定 30名(先着順) 他 上履き
持参。配慮が必要な方は要連絡(実施
日前日・当日は高円寺みんなの体育館 ☎
3312-0313)

◆スポーツ・レクリエーション指導者養成講習会

時 9年1月10日(日)・24日(日)、2月11日
(例)、3月14日(日) 午前9時30分～午後5
時40分(計4回) 対 立教大学特別専
任教授・松尾哲矢ほか 対 区内在住・
在勤・在学で18歳以上の方 定 30名
(抽選) 費 3850円 申 同財団(HP)か
ら、12月3日まで

..... いずれも

場 高円寺みんなの体育館(高円寺南
2-36-31) 間 杉並区スポーツ振興財団
☎5305-6161



11月1日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは

新しく生まれ変わった! 荻窪地域区民センター

地域の交流拠点として親しまれてきた荻窪地域区民センター。リニューアルを経て、明るく開放的になったロビースペースや、さまざまな用途に利用できる多目的室など、より快適で使いやすい施設になりました。今回は、新しくなった施設のポイントを紹介します。

● 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
(正午・午後8時から毎日放送)

間 広報課報道係 ☎5307-0614



杉並郷土芸能大会

区指定無形民俗文化財の里神楽・祭囃子、和太鼓など、古くから伝わる郷土芸能を披露します。

日時 11月15日(日) 午後1時～5時

場所 セシオン杉並(梅里1-22-32)



内出演=井草囃子保存会、大宮前郷土芸能保存会、高井戸囃子保存会、成宗囃子保存会、華鼓、友栄會はやし連中 間 地域の学び推進課文化財係 ☎5307-0367

あなたの知りたい情報を受け取れます!

杉並区公式LINEを ご利用ください



区公式 LINE では、安全・安心、子ども・教育、イベントなど、興味のあるカテゴリを受信設定することで、必要なお知らせだけが届くセグメント配信を行っています。

利用方法



①区公式LINEのトーク画面を開き、「受信設定」を押す



②受信を希望する情報を選択し、「設定」を押す

- 杉並区公式 LINE
- ★アカウント名=杉並区
- ★ID = @suginamicity

友だち追加は
こちらから



区公式 LINE ▶

間 広報課戦略的広報推進担当 ☎5307-0614

ふれあい交流イベント～みて、ふれて、知って、つながるやさしい時間

11月23日(祝)午後2時～4時/ニチケアセンター荻窪(荻窪1丁目)/区内在住・在勤・在学の方/間 同施設 ☎5349-7982

河北健康教室「益々広がるがん放射線治療」 11月25日(水)午後2時～3時/河北サテライトクリニック(阿佐谷北1丁目)/河北総合病院・唐澤久美子/40名(申込順)/申 間 電話で、同病院地域連携課 ☎3339-5724(月～金曜日午前9時～午後5時(祝日を除く))。申し込みフォーム(区(HP)同案内参照)からも可/期限=11月24日

荻外荘と善福寺川緑地を巡る観察会 11月26日(木)午前9時30分～午後2時30分/集合=JR荻窪駅/山室京子ほか/区内在住・在勤・在学の方/20名(申込順)/800円/申 自然観察の会・杉並(HP)から、11月10日まで/間 同会・谷島 ☎090-6144-7494

①スマホ教室～iPhoneのカメラ・写真 ②英会話教室 ①12月4日～25日の金曜日、午前10時～正午②12月7日～21日の月曜日、午後7時30分～8時45分(計①4回②3回)/杉並区シルバー人材センター本部(阿佐谷南1丁目)/①8名②2名

(いずれも申込順)/各5000円/申 間 電話・ファクス(10面記入例)で、11月25日までに同センター清水分室 ☎3394-2253 ☎3394-5004(月～金曜日午前9時～午後5時(祝日を除く))

石けん作り体験 12月4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 NPO法人すぎなみ環境ネットワーク(HP)から/間 同法人 ☎5941-8701(午前9時～午後5時(水曜日を除く))

子どもドキュメンタリー映画制作ワークショップ 12月5日(土)～9年1月11日(祝)のうち7日(詳細は区(HP)同案内参照)/高円寺近辺/映画監督・加瀬澤充/小学4年生～高校生/15名(抽選)/1万円/申 申し込みフォーム(区(HP)参照)から、11月15日まで/間 座・高円寺ドキュメンタリーフェスティバル実行委員会 ☎5570-3551

聴覚障害者向けスマートフォン活用支援プログラム ①12月9日(水)②16日(水)③9年1月6日(水)午後2時～5時/高円寺障害者交流館/①基礎②応用③相談会/都内在住で聴覚障害のある方/①②6名③9名(いずれも抽選)/申 間 電話で、都アクセンビリティ向上支援事業事務局 ☎6868-

8990(月～金曜日午前9時～午後5時)。申し込みフォーム(区(HP)同案内参照)からも可/期限=11月30日/手話通訳あり 杉並に咲いた教育の花～堀之内学園創設者・岡田日帰上人をめぐって 12月12日(土)午後1時30分～3時/東京立正短期大学(堀ノ内2丁目)/同大学名誉教授・北川前肇/区内在住・在勤・在学で18歳以上の方/100名(申込順)/申 申し込みフォーム(区(HP)同案内参照)から、12月11日午後2時まで/間 同大学 ☎3313-5101 ●杉並青色申告会

◆フリーランス勉強会 知らなきゃ損する 税制改正 11月20日(金)午後8時～9時/同会本部(阿佐谷南3丁目)/区内在住・在勤の方/12名(申込順)/申 電話・Eメール(10面記入例)で、11月19日までに同会

◆葬祭セミナー「令和のお葬式事情 備えて安心」 11月27日(金)午後2時～4時/産業商工会館/JA東京中央セレモニーセンター・丹野浩成/区内在住の方/30名(申込順)/1000円/申 電話で、11月26日までに同会/長寿

◆初めて確定申告するフリーランス・不動産貸付の方向けセミナー 12月4日(金)午前10時～11時30分/産業商工会館/

区内在住・在勤の個人事業主/20名(申込順)/申 電話・Eメール(10面記入例)で、12月2日までに同会/長寿

..... いずれも

間 杉並青色申告会 ☎3393-2831 ☎seminar@aioiro.org

その他

杉並区シルバー人材センター入会相談会 11月12日(木)・26日(木)午前10時～11時30分・午後2時～3時30分/同センター本部(阿佐谷南1丁目)/各10名(申込順)/申 間 電話で、同本部 ☎3317-2217(月～金曜日午前9時～午後5時(祝日を除く)) 分譲マンション管理無料相談会 11月14日(土)午前10時～11時50分/産業商工会館/間 東京都マンション管理士会杉並支部 ☎3325-2714

相続、離婚、金銭問題等書類・手続無料相談会 11月23日(祝)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/間 東京都行政書士会杉並支部 ☎0120-567-537

税金なんでも相談会 11月25日(水)午後1時～4時/東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目)/9名(申込順)/申 間 電話で、同支部 ☎3391-0411(月～金曜日午前9時30分～正午・午後1時～5時)/1人45分程度



▲区(HP)



区政を話し合う会

聴

っくオフ・ミーティング

参加者募集

区長と区民の皆さんが、行政課題をテーマに直接意見交換を行う第35回目の「聴っくオフ・ミーティング」の参加者を募集します。当日は、テーマについて説明した後、グループトーク・区長を囲んでの全体トークを行います。さまざまな意見やアイデアを伺い、今後の区政の参考にしていきます。

テーマ

認知症のある方もない方も
安心して暮らせる地域づくりについて考える

日時

12月12日(土) 午前9時30分～午後0時30分



- 参加者は本募集によるほか、無作為抽出で案内した2000名の中から応募した方を対象に抽選により選出します。
- ミーティングの様子を、後日YouTube杉並区公式チャンネルなどで配信するほか、報告書の作成などのために撮影します。
- 当日の見学・傍聴をお断りしています。

場 区役所第5・6会議室(西棟6階) 対 区内在住で18歳以上の方 定 20名 申 はがき・Eメール(10面記入例)にテーマに関する意見も書いて、区政相談課 sodan-k@city.suginami.lg.jp。申し込みフォーム(区HP)〈右2次元コード〉参照)からも可/期限=11月16日 問 同課 ☎5307-0728 他 1歳～就学前の託児あり(事前申込制)



大田黒公園紅葉ライトアップ

幻想的にライトアップされた紅葉が、小川・池の水面に映り込む景色は息をのむ美しさです。ぜひお楽しみください。詳細は、区HP(右下2次元コード)をご覧ください。

日時

11月27日(金)～12月6日(日)

金・土曜日=午後5時～9時(入園は8時30分まで)
日～木曜日=午後5時～8時(入園は7時45分まで)



場 大田黒公園(荻窪3-33-12) 費 300円。小中学生100円(就学前の子ども無料) 問 同公園 ☎3398-5814 他 車での来園不可。一脚使用可

関連イベント

ライトアップ写真撮影会

時 11月26日(木)午後5時30分～8時
(入園は7時30分まで) 費 500円

問 大田黒公園 ☎3398-5814 他 三脚使用可



日中の訪問には!

グリーンスローモビリティをご利用ください

大田黒公園・荻外荘公園などをゆっくりと巡ります。運行状況の詳細は、区HP(右2次元コード)をご覧ください。

時 午前9時～午後5時 費 100円(就学前の子ども無料)
問 都市整備部管理課交通企画係 ☎5307-0793



交流自治体の催し



■ 青梅市①写真展②物産展

区の交流自治体である青梅市の風景写真を展示するほか、団子などの特産品を販売します。

日時

①11月9日(月)～13日(金)午前8時30分～午後5時(13日は4時まで)
②16日(月)午前10時～午後2時(売り切れ次第終了)

場 ①区役所2階区民ギャラリー②中杉通り側入口
問 青梅市秘書広報課 ☎0428-22-1111

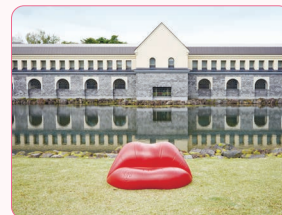
■ ダリと旅する北塩原村 in 高円寺マシタ

区の交流自治体である福島県北塩原村の魅力のほか、同村にある諸橋近代美術館の協力のもと、世界有数のサルバドール・ダリの作品コレクション・美術館の見どころを紹介します。

日時

11月21日(土)・22日(日)午前11時30分～午後5時(22日は4時まで)

場 高円寺マシタ(高円寺南3-70-1)
問 福島県北塩原村観光課 ☎0241-32-2511



▲諸橋近代美術館

世帯と人口
(住民基本台帳)
10月1日現在。()は前月比

世帯数	合計
	342,247(152増)

人口(人)	男	女	合計
	281,599(35減)	303,873(90増)	585,472(55増) (うち外国人) 26,579(355増)