

なぎなみ



支えあい共につくる
安全で活力あるみどりの住宅都市 杉並

発行/杉並区
編集/広報課
〒166-8570杉並区阿佐谷南1-15-1

区の代表電話 ☎3312-2111
FAX3312-9911 (広報課直通)
http://www.city.suginami.tokyo.jp/

| | |
|---------------------------------|---------|
| ご存じですか？ | 2 |
| ひとり親家庭子育て支援 | 2 |
| ご意見ありがとうございました | 3 |
| 「区住宅マスタープラン」の改定 | 3 |
| (仮称)「Picoナーサリ久我山保育園」を6月1日に開所します | 3 |
| 杉並区特定不妊治療費助成の制度改正のお知らせ | 4 |
| 「コミュかる」が折り込まれています。 | |

子どもたちの夢を育てる 次世代育成基金

杉並区次世代育成基金は、創設から2年が経過しました。この間、皆さんからのご寄附による応援の下、約300名の子どもたちが、基金を活用したさまざまな体験・交流事業へ参加しています。これらの事業に参加した子どもたちは、普段では得難い貴重な体験をしており、保護者の皆さんからもわが子の成長ぶりに喜びや驚きを感じる声が数多く寄せられています。そこで、その一部を紹介します。——問い合わせは、児童青少年課☎3393-4760へ。

杉並区・名寄市・東吾妻町子ども交流会

【参加者・日にち】小学4～6年生男女▷杉並区・名寄市子ども交流会=25年7月28日～31日(3泊4日/北海道名寄市)、8月5日～8日(3泊4日/杉並区)▷杉並区・東吾妻町子ども交流会=8月18日～20日(2泊3日/杉並区〈隔年で交互に交流〉)

- 仲良くなった名寄市の友達と別れるのはすごく辛かったけれど、これからは、手紙でもっと交流を深めていきたいです。(小学4年生・女子)
- 最初は誰も知り合いがいなくて不安だったけど、交流会を通して仲良しになり、遊ぶ約束をしました。今度は家族で訪れたいです。(小学5年生・男子)
- 初めて会ったとは思えないほど、皆と仲良く楽しい時間を過ごせたようです。仲間と一緒に生活を共にし、たくましくなって帰ってきたように思います。(参加者の親)



▲小笠原自然体験交流

名寄自然体験交流

【参加者・日にち】小学5・6年生男女。12月26日～28日(2泊3日/北海道名寄市)

- 若田光一さんが乗っている国際宇宙ステーションを、肉眼で見ました。すごく速いスピードで真っ暗な夜空を通りぬけました。世界の代表に日本人が選ばれたのは、すごいと思いました。(小学5年生・女子)
- 家族旅行では経験できない事ばかり体験させていただき、たくさんの事を吸収し、感じたと思います。これから先の人生で今回の交流体験が役に立つと信じています。(参加者の親)



▲交流自治体親善野球大会

小笠原自然体験交流

【参加者・日にち】中学1～3年生男女。7月23日～28日(5泊6日/小笠原村)

- 外来種問題の深刻さと、必死に環境保全に取り組んでいる小笠原の方々を見て、僕たちも、身近な自然を大切にすべきだと、あらためて思いました。(中学2年生・男子)
- 美しい自然、素晴らしい仲間に出会い、現地の中学生とも交流し、自然のことについてたくさん考えさせられました。驚きと感動にあふれた素晴らしい機会でした。(中学2年生・女子)

交流自治体親善野球大会

【参加者・日にち】中学2年生男子。12月26日～29日(3泊4日/台湾台北市)

- 台湾の文化、歴史、野球が学べたことはもちろんのこと、目に見えない感謝の気持ち、友情の大切さを強く感じました。(選手)
- 台湾の中学生たちと言葉はほとんど通じませんが、ニーハオ(你好)とシエシエ(謝謝)、身ぶり手ぶりで親しくなることができました。福島県南相馬市、北海道名寄市の選手たちとも仲良くなり、野球というスポーツを通じてたくさんの友人ができたことを大変うれしく感じました。(選手)



▲海外留学
(オーストラリア・ウィロビー市)

海外留学

【参加者・日にち】中学1～3年生男女。10月17日～29日(12泊13日/オーストラリア・ウィロビー市)

- 今まで海外では言葉が通じないという先入観から、なかなか海外に目が向きませんでした。でも、英語を話せるようになれば一気に視野が広がり世界が近い存在になり、できることも増えると思い、日本に帰ってきてから今まで以上に英語を勉強するようになりました。(中学3年生・男子)
- 英語を使ってコミュニケーションをすることが楽しくてしかたがないようです。帰国してすぐに、自分から積極的にホームステイ先やお友達に英語でメールを書いていた。(参加者の親)

今後、各取り組みの実施状況については、区ホームページの「ほっと情報局」や「次世代育成基金」で紹介していきます

次世代育成基金事業報告パネル展

子どもたちの活動の様子が分かる写真パネルや、学習成果物などを展示します。
【日時】3月31日(月)～4月3日(木)午前8時30分～午後5時(4月3日は午後4時まで)
【場所】区役所1階ロビー

ご寄附ありがとうございました (25年12月16日～26年2月28日のご寄附(寄附順・敬称略))

【個人】小林範子=5000円▷氏名のみ公表9件=5万7000円(薬師寺誠、松山小太郎、平出とよじ、小美濃英幸、仲井志乃、齊藤美佐子、藤川ゆり、井口彰夫、石井千華)▷匿名15件=12万8000円【団体・事業者】杉並区商店会連合会=4万3000円▷永福自治協力会=1万円▷名寄自然体験交流実行委員会=1万3840円▷杉並明るいみんなの会=10万円▷桜美会=5000円▷杉並区立中学校校長会=2万3000円▷団体・事業者名のみ公表10件=108万8000円(日大二中軟式野球部保護者の会、グリーン住建(株)、仁寿会、下井草クラブ、阿佐谷寿クラブ連合会、天沼中学校教職員・PTA、(株)泉商会、荻窪中学校教職員一同、和泉中学校教職員一同、杉並第九小学校教職員一同)

★25年度のこれまでの寄附の累計(2月28日現在) 188件 583万2843円

次代を担う子どもたちの夢を応援してください

次世代育成基金応援寄附金の募集

区では、今後とも、子どもたちの夢を育てるさまざまな取り組みに次世代育成基金を活用していくため、多くの区民の皆さんの応援寄附を得て、この基金を、大きく育てていきたいと考えています。引き続き次世代育成基金へのご支援をよろしくお願ひします。

次世代育成基金へのご寄附は、税額控除の対象となる「ふるさと寄付金」と同様の扱いになります(税額控除に関するお問い合わせは、区役所課税課または所轄の税務署へ)。

次世代育成基金へご寄附される場合は、区役所や区民事務所に備えてある応援寄附募集チラシの郵便振替用紙(払込手数料不要)をご利用ください。

ご存じですか？ ひとり親家庭子育て支援

区内にお住まいのひとり親家庭等（離婚、死別、父または母の重度の障害など）の方の子育てを支援するため、次のような制度があります。手当や医療費助成の制度は申請をしないと受けることができません。各制度の対象要件に該当する方で、まだ申請していない方は、早めに手続きをしてください。また、悩み事の相談やホームヘルプサービス、休養ホームもご利用ください。

——問い合わせは、①②③は子育て支援課子ども医療・手当係 ☎5307-0785、④⑤は子ども家庭支援センター ☎5929-1902へ。

① 児童育成手当

18歳に達する日以後の最初の3月31日までの、表1のいずれかに該当する児童を養育している方で、所得限度額未満であれば、児童1人につき月額1万3500円の手当が申請のあった翌月分から支給されます。

② 児童扶養手当

18歳に達する日以後の最初の3月31日（中度以上の障害がある場合は20歳未満）までの、表1のいずれかに該当する児童を養育し、公的年金などを受けていない父または母、養育者で、所得限度額未満であればその額に応じて月額9710円～4万1140円までの手当（平成26年3月現在。物価スライドにより改定されることがあります）が支給されます。児童2人目は5000円、児童3人目以降は1人につき3000円が支給されます。支給は申請に必要な書類が全て揃った翌月分からです。*要件に該当した日から平成15年4月1日で5年以上経過していると、受給対象とならない場合があります（父子家庭を除く）。

③ ひとり親家庭等医療費助成

18歳に達する日以後の最初の3月31日（中度以上の障害がある場合は20歳未満）までの、表1のいずれかに該当する児童と、その児童を養育し、国民健康保険、社会保険等に加入している方で、所得限度額未満であれば、助成が受けられます。ただし、生活保護を受けているとき、医療費が他の公費等で賄われるとき等の場合は、助成は受けられません。
▷助成の範囲＝健康保険証を使って医療機関で診療などを受けた時に、窓口で支払う医療費の保険診療に係る自己負担分を助成します。ただし、申請者または扶養義務者等のいずれかが住民税を課税されている場合は、一部負担金をお支払いいただきます。

〈表1 児童の状態〉

- 父母の離婚後、父または母と生計を異にしている
- 父または母が死亡している
- 父または母に重度の障害（おおむね身体障害者障害程度等級2級以上）がある
- 父または母が生死不明
- 父または母に引き続き1年以上遺棄されている
- 父または母が配偶者からの暴力（DV）で裁判所から保護命令を受けている
- 父または母が法令により引き続き1年以上拘禁されている
- 婚姻によらないで生まれ、父または母と生計を異にしている

〈表2 所得限度額（3月21日現在）〉

| 扶養人数 | ①児童育成手当 | ②児童扶養手当 | | ③ひとり親家庭等医療費助成 | |
|------|-----------|---------|----------|---------------|-----------|
| | 申請者 | 申請者 | 扶養義務者配偶者 | 申請者 | 扶養義務者配偶者等 |
| 0人 | 360万4000円 | 192万円 | 236万円 | 192万円 | 236万円 |
| 1人 | 398万4000円 | 230万円 | 274万円 | 230万円 | 274万円 |
| 2人 | 436万4000円 | 268万円 | 312万円 | 268万円 | 312万円 |
| 3人 | 474万4000円 | 306万円 | 350万円 | 306万円 | 350万円 |

- ⑦扶養人数が4人以上の場合は、所得限度額に1人増すごとに38万円を加算します（限度額が上がります）。
- 扶養人数は、所得審査対象年の12月31日現在の所得税法上の扶養人数で、扶養控除の対象とならない16歳未満の扶養親族も含みます。
 - 扶養義務者とは、申請者と同居の直系血族および兄弟姉妹です。
- 扶養人数に所得税法に規定する次の方がいる場合は、所得限度額に以下の金額を加算します（限度額が上がります）。
- ⑧老人扶養親族（1人につき）
 - 申請者の場合＝10万円
 - 扶養義務者・配偶者等で扶養人数が2人以上いる場合（扶養親族が老人扶養親族のみの場合は、1人目は加算対象とはなりません）＝6万円
 - ⑨特定扶養親族および16～19歳未満の控除対象扶養親族（1人につき）
 - 申請者の場合のみ（①児童育成手当）＝25万円
 - （②児童扶養手当・③ひとり親家庭等医療費助成）＝15万円

①②③共通事項～所得限度額未満であるかは、このように計算します

(1)A 所得限度額を計算します

①②③とも表2の税法上の扶養人数から該当する限度額に、表2の⑦⑧⑨の該当する金額を加算した金額が所得限度額となります。

(2)B 所得額を計算します

①は平成24年中の所得金額から、表3の該当控除額（当該所得金額に対し受けた控除）を差し引いた後の金額が所得額となります。②③は平成24年中の所得金額と平成24年中に児童の父または母から申請者と対象児童が受け取った養育費の8割相当額を合算し、表3の該当控除額を差し引いた後の金額が所得額となります。

(3)AよりBが小さい場合、手当・助成の対象となります。

ただし、②③で扶養義務者や配偶者がいる場合は、その方の所得についても同様に計算し、AよりBが小さいことが必要となります。

*所得金額とは、確定申告をした方は確定申告書の「所得金額」、給与所得のみの方は源泉徴収票の「給与所得控除後の金額」です。

*所得の判定時期について、児童育成手当は5月分まで、児童扶養手当は7月分まで、ひとり親等医療費助成は12月末日までが「平成24年中」となり、その後は「平成25年中」となります。

④ ひとり親家庭等ホームヘルプサービス

ひとり親家庭等の父または母が、就労等何らかの事情で日常生活にお困りの場合、家事などを手伝えるホームヘルプサービスを利用できます。

◇対象家庭（義務教育終了前の児童がいるひとり親家庭等で、次のいずれかに該当する家庭）

- ひとり親家庭となってから2年以内
- 小学3年生以下の児童がいる
- 親が傷病または義務教育終了前の児童が一時的な傷病
- 日常の家事や育児を行っている同居の祖父母などが一時的な傷病

☑食事の世話・住居の掃除・洗濯・育児など

▷利用回数・時間＝月12回以内。午前7時～午後10時の間で、2～8時間まで1時間単位

▷費用＝所得に応じて費用負担があります

⑤ ひとり親家庭休養ホーム

ひとり親家庭等の親と子（20歳未満）が休養やレクリエーションのために区の指定施設を利用するとき、利用料金の一部を助成します。

☑宿泊施設＝年度内1人2泊まで、1人1泊6500円を限度に助成します。ただし、入湯税・冷暖房料・特別料理などは利用者の負担となります▷日帰り施設＝東京ディズニーランドまたは東京ディズニーシー。年度内1人1回1500円分の利用補助券を交付します

〈表3 所得からの控除額（3月21日現在）〉

| 種類 | 控除額 |
|---------------------------|-------|
| 一律控除 | 8万円 |
| 勤労学生控除 | 27万円 |
| 寡婦・寡夫控除（※） | 27万円 |
| 特別寡婦控除（※） | 35万円 |
| 障害者控除（1人につき） | 27万円 |
| 特別障害者控除（1人につき） | 40万円 |
| 雑損・医療費・小規模企業共済等掛金・配偶者特別控除 | 控除相当額 |

*寡婦・寡夫控除と特別寡婦控除は、②児童扶養手当③ひとり親家庭等医療費助成は、申請者が父または母の場合は控除できません。

まずはご相談ください

ひとり親家庭等の皆さん 仕事・家事などで悩んでいませんか？

ひとり親家庭等に対し、子ども家庭支援センターや福祉事務所の母子自立支援員が日ごろの悩みや問題等の相談をお受けするとともに、ひとり親家庭のサービスをご案内します。また福祉事務所では、家庭相談員が養育費や親権などの相談をお受けします。

- (1)ひとり親家庭の父または母の子育てなどの相談
- (2)ひとり親家庭の父または母が、より自分にあった仕事に就くための就労支援など
- (3)ひとり親家庭の父または母が、資格を取得し、収入増やスキルアップするための自立支援教育訓練給付金または高等技能訓練促進費などの相談
- (4)ひとり親家庭の仲間づくりのための支援事業の紹介
- (5)ひとり親家庭でお住まいにお困りの方への母子生活支援施設入居支援等の案内
- (6)20歳未満のお子さんを扶養している母子家庭の母等が経済的に自立して、安定した生活が送れるように、母の技能習得資金、お子さんが高等学校・専門学校・大学等に進学する際に利用できる修学資金等（12種類）の母子福祉資金貸付の相談（貸付の決定は、福祉事務所が行います）

☎(1)～(4)は子ども家庭支援センター ☎5929-1902

(5)(6)は福祉事務所（荻窪 ☎3398-9104、高円寺 ☎5306-2611、高井戸 ☎3332-7221）

ご意見ありがとう
ございました

「杉並区住宅マスタープラン」を改定しました 区民等の意見提出手続の結果をお知らせします

区では、「広報すぎなみ」25年12月21日号などで「杉並区住宅マスタープラン」の改定(案)を公表し、「杉並区区民等の意見提出手続に関する条例」に基づき、皆さんからご意見を伺いました。いただいたご意見の概要と区の考え方は、以下のとおりです。

——問い合わせは、住宅課管理係へ。

〈いただいたご意見の概要と区の考え方〉
◇意見提出期間=25年12月21日～26年1月20日◇意見提出件数=1件(延1項目)

| 該当項目 | ご意見の概要 | 区の考え方 |
|---------------------|--|---|
| 住宅確保要配慮者向けの住まい環境の整備 | 高齢化の進行により老々介護者が増加している。収入に応じて入居できる施設の建設が必要である。また、医療費負担が大きく、治療が十分受けられない低所得者に対する施設も必要である。 | ご指摘の内容については、高齢者等が経済状況や身体状況等に応じて、住まいや施設の選択ができるよう、住まい環境の整備を図ることとし、今回の住宅マスタープランに記載しています。 |

改定した計画の全文といただいたご意見の概要と区の考え方は、区ホームページ(トップページ「区民等の意見提出手続き」)のほか、住宅課(区役所西棟5階)、区政資料室(西棟2階)、区民事務所・分室、駅前事務所、図書館で4月20日まで閲覧できます(各閲覧場所の休業日を除く)。

善福寺川「水鳥の棲む水辺」創出事業

行動方針を策定しました



区では、善福寺川「水鳥の棲む水辺」創出事業に取り組んでいます。このたび善福寺川の将来像を見据え、今後の目標や取り組みを示す行動方針を策定しました。区は、この行動方針に基づき本事業のコンセプトである「区民がつくる、カワセミの棲む自然豊かな水辺」の実現に向けた取り組みを進めていきます。

——問い合わせは、土木計画課施設整備係へ。

行動方針では3つの基本方針に基づき、5つの目標と9つの取り組みを定めています

- 目標1 美しい川を守る
- 目標2 雨水を地中にもどす
- 目標3 水とみどりが一体となった河川環境をつくる
- 目標4 自然豊かな水辺・流域を整備する
- 目標5 善福寺川に関連する活動を進める



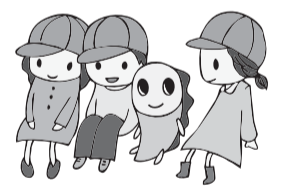
行動方針は、区ホームページのほか、土木計画課(区役所西棟4階)、区政資料室(西棟2階)でもご覧になれます。

善福寺川「水鳥の棲む水辺」創出事業とは…

区を代表する河川である善福寺川において、良好な水辺環境の指標となる「水鳥」に着目し、多様な動植物が生息・生育・繁殖できる潤いと安らぎのある水辺環境を再生・創出することを目的に区民の皆さんとともに取り組む事業です。

6月1日

私立認可保育園 (仮称)「Picoナーサリ久我山保育園」を開所します



——問い合わせは、保育課保育相談係へ。

施設概要

【所在地】久我山3-37
【運営】社会福祉法人 風の森
【保育時間】

午前7時～午後6時
(日曜日、祝日、年末年始は休園)
※延長保育あり(午後7時まで)。

【定員・募集予定人数】

| | 0歳 | 1歳 | 2歳 | 計 |
|----|----|-----|-----|-----|
| 定員 | 3名 | 10名 | 18名 | 31名 |

※年齢基準日は26年4月1日。

【その他】給食あり

入園児を募集します

●申込用紙の配布・受付場所

- ①保育課保育相談係(区役所東棟3階)
- ②杉並福祉事務所(荻窪=荻窪5-15-13あんさんぶる荻窪1階 ☎3398-9104/高円寺=高円

寺南2-24-18 ☎5306-2611/高井戸=高井戸東3-26-10 ☎3332-7221)

申込用紙は、区ホームページからも取り出せます。

●申込方法

◇新規申し込み

保育園入園申込書に必要書類を添えて受付場所へ持参または保育課保育相談係へ簡易書留で郵送してください。

※25年11月30日以前に保育園の入園申し込みをした方は、有効期間が切れてしまうため新規の申し込みとなります。

◇転園申し込み

保育園転園申込書に必要書類を添えて受付場所へ持参または保育課保育相談係へ簡易書留で郵送してください。

※現在認可保育園に在籍中で転園を希望する方。

※区内保育園の在園児は、現在の保育園に6カ月以上在籍している場合に申し込みます。

◇希望保育園の変更

希望園変更届に必要な事項を記入の上、保育課保育相談係へ持参または簡易書留で郵送してください。

※25年12月以降に保育園の入園申し込みをしている方で希望保育園を変更したい方。

●申し込み締め切り

4月23日(水)午後5時(必着)まで

※締め切り間際は窓口が混み合います。余裕を持ってお申し込みください。

●内定発表

内定者にのみ、5月中旬に郵送で連絡する予定です。

●その他

(1)内定発表後、辞退等で空きができた場合は、通常の6月入所の選考会議(5月19日ごろの予定)で追加選考を行います。

(2)延長保育については、入園内定後に園に直接お問い合わせください。

杉並区特定不妊治療費助成の制度改正のお知らせ

区では、経済的負担の大きい特定不妊治療（体外受精および顕微授精）費の一部を助成しています。4月1日から区は国および東京都の特定不妊治療費助成制度の改正を受け、助成制度の改正を予定しています。主な改正内容は以下の通りです。

——問い合わせは、杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015へ。

年齢別助成回数

- ① 4月1日以降に新規（通算1回目）の申請をする方
 - ▷39歳までの方＝通算6回まで（助成期間の制限なし）
 - ▷40歳以上の方＝年度ごとに2回（初年度3回）まで（27年度まで）
- ※年齢は助成制度における治療開始日時点の年齢です。
- ② 25年度までに助成を受けたことがある方
 - 現行の制度（通算10回／5年間）が27年度まで延長されます。
 - ※25年に厚生労働省は、「不妊に悩む方への特定不妊支援事業のあり方に関する検討会報告書」を作成し、28年度にその助成内容の見直しが予定されています。詳細は、厚生労働省 <http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000016911.html> をご覧ください。

対象者

- 次の(1)～(4)全てに該当する方（申請年度は東京都の承認決定の年度と同じとします）。
- (1) 東京都事業の承認決定を6カ月以内に受けている
 - (2) 治療開始時に配偶者と婚姻の届出をしている
 - (3) 区の助成の申請時に杉並区に住民登録がある
 - (4) 配偶者が他の区市町村から特定不妊治療助成を受けていない

申請期限

東京都の承認決定を受けた日から6カ月以内（申請年度は東京都の承認決定の年度と同じとします）。

助成額

- ① 治療終了日が4月1日以降の場合
 - 治療1回につき、東京都の助成金額を差し引いた額に対して、以下の金額を助成します。
 - ▷治療ステージ（※）A・B・D・E＝5万円
 - ▷治療ステージ（※）C・F＝2万5000円
- ② 治療終了日が3月31日までの場合
 - 治療1回につき、東京都の助成金額を差し引いた額に対して5万円を助成します。

| 治療ステージ | 都 | | 区 | |
|--------|------|---------|-----|---------|
| | 現行 | 変更後 | 現行 | 変更後 |
| A | 15万円 | 20万円 | 5万円 | 5万円 |
| B | 15万円 | 25万円 | 5万円 | 5万円 |
| C・F | 15万円 | 7万5000円 | 5万円 | 2万5000円 |
| D・E | 15万円 | 15万円 | 5万円 | 5万円 |

- ※治療ステージ
 - A＝新鮮胚移植を実施
 - B＝採卵から凍結胚移植に至る一連の治療を実施（採卵・受精後、胚を凍結し、母体の状態を整えるために1～3週間程度の間隔を空けた後に胚移植を行う治療方針に基づく、一連の治療を行った場合。OHS S〈卵巢過剰刺激症候群〉等を含む。）
 - C＝以前に凍結した胚による胚移植を実施
 - D＝体調不良等により移植のめどが立たず治療終了
 - E＝受精できず、または胚の分割停止、変性、多精子受精などの異常受精等による中止
 - F＝採卵したが卵が得られない、または状態のよい卵が得られないため中止

申請方法などの詳細は、区または東京都福祉保健局のホームページなどでご確認ください

妊娠を望む方・不妊に悩む方へ 基礎講座等を開催しています

近年、日本では夫婦の10組に1組が不妊で悩んでいると言われていています。区では、妊娠を望んでいる方や不妊で悩んでいる方に講座や相談を行っています。

| 講座名 | 内容 | 開催月 | 対象者 | 定員 |
|----------------|---|-----|--------------|------|
| 妊娠を望む方のための基礎講座 | 妊娠の仕組みや不妊について専門講師による基礎的な講座と体験プログラムや参加者同士の交流や情報交換のための「お話し」を行います。 | 奇数月 | 妊娠を望む方（夫婦も可） | 15名 |
| 不妊専門相談 | 不妊についての専門的な相談に個別に応じます。 | 偶数月 | | 1回4名 |

※詳しい開催日時等は、「広報すぎなみ」や区ホームページをご覧ください。

4月不妊専門相談

不妊についての専門相談に応じます。
 時 4月16日(水)午後1時30分～4時（予約制）
 場 杉並保健所（荻窪5-20-1）
 対 区内在住・在勤の方 無料(申込) ☎電話で、杉並保健所健康推進課へ

妊娠や不妊に関する相談を各保健センターで行っています。
 また、区では特定不妊治療費の助成をしています。詳細は、お問い合わせください。
 場 杉並保健所健康推進課、各保健センター

区内の空間放射線量等測定結果

区は、下記のとおり区内の空間放射線量等の測定を実施しました。測定結果は、区ホームページでもご覧になれます。
 ——問い合わせは、各担当課へ。放射線量測定に関する一般的なことについては環境課放射能対策担当 ☎3312-2111(区代表)、放射線量測定の方法については杉並保健所生活衛生課 ☎3391-1991へ。

区立小中学校・保育園等の給食食材

場 学務課、保育課

3月14日現在、区立小中養護学校、保育園の給食食材、計1448検体を測定した結果、健康に影響を与えるものではありませんでした。

区内3カ所（定点測定）

場 環境課放射能対策担当

(測定日3月11日) 単位：マイクロ・シーベルト/h

| 測定場所 | 測定高さ(1m) |
|-------------------------|----------|
| 杉並区役所青梅街道側(阿佐谷南1-15-1) | 0.07 |
| 杉並保健所前駐車場西側(荻窪5-20-1) | 0.06 |
| 衛生試験所玄関前駐車場(高井戸東3-20-3) | 0.07 |

※測定機器は、シンチレーションサーベイメーター TCS-172Bです。

ご協力ください

使用済みインクカートリッジ・水銀体温計などの拠点回収

◇プリンター用の使用済みインクカートリッジ

回収された使用済みインクカートリッジは、ボールペンの材料などにリサイクルされるほか、回収されたカートリッジ1個につき3円が国連環境計画(UNEP)へ寄付され、森林保護など環境保護活動に活用されます。この拠点回収は、区が、プリンターメーカー6社が行う「インクカートリッジ里帰りプロジェクト」に参加し、ごみの減量と資源のリサイクルを促進するために実施するものです。

▷回収対象メーカー＝キャノン、エプソン、デル、ヒューレット・パッカード、ブラザー、レックスマーク（これ以外のメーカーのものは回収しません）

▷回収拠点＝区役所（中杉通り側入り口付近）、杉並清掃事務所（成田東5-15-20）・同事務所方南支所（方南1-3-4）・高円寺車庫（高円寺南2-36-31）、図書館11館

（高円寺・成田を除く）、あんさんぶる荻窪（荻窪5-15-13）

※設置している回収箱に入れてください。
 ※杉並・荻窪・杉並南・高円寺駅前郵便局に設置してある回収箱も引き続きご利用ください。

◇水銀を含む体温計、血圧計など

水銀を含む廃棄物の適正管理のため、家庭で不用になった「水銀体温計」「水銀血圧計」「水銀温度計」は集積所には出さずに回収拠点にお持ちください。

回収拠点がお近くにない場合は、管轄の清掃事務所にご連絡ください。

※水銀を含まない電子体温計などは、不燃ごみとして出してください。

▷回収拠点＝ごみ減量対策課（区役所西棟7階）、杉並清掃事務所（成田東5-15-20）、同事務所方南支所（方南1-3-4）、高円寺車庫（高円寺南2-36-31）、あんさんぶる荻窪（荻窪5-15-13）

場 区ごみ減量対策課事業計画係、杉並清掃事務所 ☎3392-7281・同事務所方南支所 ☎3323-4571

外食も、楽しく おいしく バランスよく!

区では、皆さんの健康づくりを応援している飲食店をヘルシーメニュー推奨店として、「健康チラシのある店」、「カロリーの分かる店」、「認証ヘルシーメニュー推奨店」の3段階で登録・認証しています。今回新たに登録・認証されたお店を紹介します。このほかの推奨店は、杉並ウエストサイズ物語 <http://www.suginami-waistsize.jp/> で検索できます。おいしい食事を食べて、糖尿病などの生活習慣病予防にも役立つ健康情報をキャッチしませんか？
——問い合わせは、杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015へ。

●健康チラシのある店(下表参照)

料理を待つ間に気軽に読める、食事に関する豆知識や健康情報などを紹介している健康チラシを置いている店です。今回は、朝ごはんや食事をよくかむことのメリットなどを紹介しています。お食事の際にぜひご覧ください。

●カロリーの分かる店(下表※印店参照)

健康チラシに加え、メニューのエネルギー・栄養素などを表示している店として、区に登録しました。

●認証ヘルシーメニュー推奨店(右表参照)

上記ヘルシーメニュー推奨店の中でも、バランスのとれた健康食(ヘルシーメニュー※)があるお店を新たに10店認証しました。

※ヘルシーメニューとは

主食(ご飯・パン・麺)・副菜(野菜・きのこ・芋・海藻)・主菜(肉・魚・卵・大豆)が揃っていて、1食で1日に必要な栄養素のおよそ3分の1が摂取できるメニューのことです。



このステッカーを目印に、ぜひご利用ください!

〈新たに認証されたヘルシーメニュー推奨店〉

| 店名 | 所在地 | 電話番号 | ヘルシーメニュー名 |
|----------------------|--------------------|-----------|------------------------------------|
| 陽光ラーメン航海屋 | 阿佐谷北 2-15-2 | 3310-1261 | あんかけえびそば |
| 裕とん | 阿佐谷北 3-28-21 | 6383-0723 | 長崎ちゃんぽん、肉野菜炒め定食 |
| ぶどうヶ丘 | 阿佐谷北 4-7-5 | 5356-7521 | ゴロゴロ野菜のカルダモンカレー |
| 阿佐ヶ谷 Jazz Cafe Misty | 阿佐谷南 1-35-21 | 3317-8647 | 牛肉の赤ワインストロガノフ |
| はなまるうどん 阿佐ヶ谷店 | 阿佐谷南 1-47-10-1階 | 5305-6870 | こくうまサラダうどん |
| café spile | 阿佐谷南 3-4-22 | 6317-7282 | 彩り野菜のチキンカレー・サラダ |
| らーめん一兆 | 阿佐谷南 3-44-1 | 5397-1706 | 味噌ラーメン |
| 李房 | 荻窪 5-24-9 タケサキビル1階 | 5335-7155 | 野菜たっぷりタンメンセット、冷し中華(醤油ダレ・ゴマダレ/夏季限定) |
| 西荻・まちレス トラン「かがやき亭」 | 西荻北 4-4-4 三益ビル | 5303-5085 | さしみ定食 |
| 醸カフェ | 西荻北 4-35-6 カーサ藤江1階 | 6913-5888 | 発酵づくしセット |

〈新たに登録された健康チラシのある店とカロリーの分かる店(※が付いている店)〉

| 地域 | 店名 |
|------|---|
| 阿佐谷北 | 珈琲店 アウル、ベジcafé和み |
| 阿佐谷南 | 鮎 一心、宝寿司、※デリス |
| 天沼 | いづみ家 |
| 和泉 | 家帝大原店、Petit HASHIYA、ランチョンクラブ家、Asian Dinning & Bar Hungry eyes |
| 今川 | カフェ&ゲームバーことぶき |
| 永福 | café445 |
| 大宮 | つり堀 武蔵野園 |
| 荻窪 | Tea Room Leaf&Leaf、レストランハシモト、一膳めし屋すずらん、Yappy Birth、Elmo Cielo、パンとcaféえだおね、北京遊膳、コマダ珈琲荻窪南口店、手打ちうどん弓 |

| 地域 | 店名 |
|------|--|
| 上荻 | アルペロ、食事処マツダ、八荻家、一圓、VEGE Kitchen LUMINE 荻窪店 |
| 久我山 | 中華料理萬壽園 |
| 高円寺北 | テシゴトカフェ星ノ夜ノポート |
| 善福寺 | さんすい |
| 高井戸西 | ※高井戸天然温泉「美しの湯」 |
| 高井戸東 | 寿し神田川 |
| 西荻北 | 3丁目café nico-nico、喜味家 |
| 西荻南 | かむかむhygge |
| 方南 | アキッチョ方南町店 |
| 桃井 | タイレストラン トムヤムクン |

4月からの「公園から歩く会」

歩くことから認知症予防を始めませんか。ウォーキングを習慣化するためには、仲間と会ったり、歩く楽しみを感じる機会を持つことが大切です。区内10カ所の公園から約4~6kmの距離を歩きます。
——問い合わせは、高井戸保健センター ☎3334-4304へ。

時・場右表のとおり。いずれも時間は、午前10時~正午(9時30分から受付開始) 区内在住で65歳以上の自力で歩ける方 無料(申込当日、直接会場へ他歩きやすい服装で、リュックサック、飲み物・帽子(無い場合は参加不可)を持参してください

〔公園から歩く会〕会場と開催日

| 会場 | 集合場所 | 開催日(毎月) |
|-----------------------|----------|---------|
| 善福寺公園(善福寺2・3丁目) | ポート乗り場前 | 第1火曜日 |
| 善福寺川緑地(成田東2丁目・成田西3丁目) | 杉二小前広場 | 第1金曜日 |
| 蚕糸の森公園(和田3-55-30) | 管理事務所前広場 | 第1金曜日 |
| 富士見ヶ丘運動場(久我山2-2-1) | 管理事務所前広場 | 第2水曜日 |
| 井草森公園(井草4-12-1) | 管理事務所前広場 | 第2木曜日 |
| 読書の森公園(荻窪3-39-16) | 正門 | 第3火曜日 |
| 和田堀公園(大宮1・2丁目) | 大宮八幡宮大鳥居 | 第3火曜日 |
| 妙正寺公園(清水3-21-21) | 遊具広場 | 第3金曜日 |
| 馬橋公園(高円寺北4-35-5) | 管理棟前広場 | 第4火曜日 |
| 柏の宮公園(浜田山2丁目) | 遊具広場 | 第4水曜日 |

※①8月は休みです。②開催日が祝日の場合は休みです。③雨天の場合は中止です。④夏の猛暑日などは、距離の短縮や中止することがあります。

区からの お知らせ

採用情報

SUGINAMI INFORMATION

●なのはな生活圏
看護師(嘱託員)

●内重度身体障害者の健康管理など▽勤務期間 4月1日～27年3月31日(年度単位で5回まで更新可。ただし、65歳に達した年度末で退職)▽勤務日時 月16日勤務(土・日曜日、祝日を除く)。午前8時30分～午後5時15分▽勤務場所 なのはな生活圏▽資格 看護師免許を有する方▽募集人数 11名▽報酬 月額20万8200円程度(年齢・経験年数により異なります)▽その他 有給休暇あり。社会保険加入。交通費支給(上限あり) ④履歴書を、なのはな生活圏(〒168-0008 1宮前2-22-14)へ郵送または持参 ⑤同園 ☎3335-10415

杉並区シェイクアウト訓練(自主参加型一斉防災訓練) ご参加ありがとうございました

区では、大震災の教訓を忘れず、地震発生時にいち早く身の安全を確保することができるよう、3月11日(火)午前11時に杉並区シェイクアウト訓練(自主参加型一斉防災訓練)を行いました。訓練には、小中学校、保育園等の区立施設や民間企業など、298団体4万2009名が参加しました。

☎防災課

その他

26年度杉並区食品衛生監視指導計画の策定

食品衛生監視指導計画を策定しましたので、食品衛生法に基づき公表します。

この計画は、区民の皆さんの意見を取り入れ策定しました。

計画の概要

- 基本方針
- 主な監視指導事業
- 立入検査および収去検査等
- 自主的な衛生管理の推進
- 区民、事業者、行政間の情報および意見の交換

◇閲覧場所 杉並保健所(荻窪5-20-1)、保健センター、区政資料室(区役所西棟2階)、区民事務所・分室、駅前事務所、図書館、消費者センター(荻窪5-15-13)、区ホームページ

◇閲覧期間 4月3日(木)まで(杉並保健所・区政資料室・区ホームページでは期間を過ぎてもご覧になれます)

◇杉並保健所生活衛生課 ☎391-1991

不動産総合相談会

調査・売買・登記など、不動産に関するあらゆる問題に、区内の関係団体の専門家がお答えします。

④ 4月4日(金)午前10時～午後4時 ⑤ 区役所1階ロビー(無料) ⑥ 申当日、直接会場へ ⑦ 各団体の杉並支部事務局(土地家屋調査士会 ☎5875-3780、宅地建物取引業協会 ☎3311-4937、司法書士会 ☎6765-0004) または区政相談課(関係資料がある場合は、持参してください)

都市計画下高井戸公園 基本計画案の説明会

都市計画下高井戸公園(東京電力総合グラウンド跡地を含む約4.8ha)の基本計画策定にあたり、公募区民による「東京電力グラウンド跡地の公園づくり」ワークショップと、学識経験者で構成する「都市計画下高井戸公園基本計画専門検討委員会」を開催してきました。

このたび、区では公園基本計画(案)をまとめましたので、下記のとおり説明会を開催します。

- 【日時】 3月30日(日)午前10時～正午
- 【場所】 高井戸第三小学校(下高井戸4-16-24)
- 【申し込み】 当日、直接会場へ
- 【問い合わせ】 みどり公園課公園整備係
- 【その他】 車での来場はご遠慮ください

国民年金保険料の免除制度等が変更になります

① 保険料の免除申請できる対象期間が拡大されます

の審査を行い決定されます。 ※ご注意ください

- ◆ 国民年金保険料を納めることが経済的に困難な場合、本人の申請により、保険料の納付が免除または猶予される次の制度があります。
- ◆ 保険料免除制度
- ◆ 若年者納付猶予制度
- ◆ 学生納付特例制度

現在国民年金保険料の免除(猶予)は、申請前直近の7月(学生納付特例制度は4月)以降の月が対象となつていますが、4月から、申請時の2年1カ月前の月分までさかのぼって申請ができるようになります。

なお、免除(猶予)の承認年度は7月～翌年6月(学生納付特例制度は4月～翌年3月)までの1年間で、申請は承認年度ごとに必要です。また、各年度ごとに前年所得等

4月から、法定免除の期間であっても国民年金保険料を通常納付できる「納付申出制度」が始まります。詳細はお問い合わせください。

【問い合わせ】 国民年金課国民年金係(区役所中棟2階) または杉並年金事務所 ☎3312-1511

カラスによる被害を減らしましょう

毎年4～7月ごろにかけてはカラスの繁殖期にあたります。この時期の親鳥は非常に警戒心が強く、区民の方からカラスに威嚇や攻撃を受けたなどの相談が数多く寄せられます。このような被害を減らすため、身近なところからカラス被害の対策をしましょう。 — 問い合わせは、環境課生活環境担当 ☎5307-0665へ。

カラス被害の対策4つのポイント

- ① 巣の材料になる針金ハンガーは片付ける
都会のカラスの巣の材料は、ほとんどが針金ハンガーで作られています。カラスにとって調達しやすい針金ハンガーは、使った後に必ず片付けましょう。
- ② 巣が掛けやすい枝をなくしましょう
ご自宅の敷地内に葉や枝が多い樹木などがある場合は、適宜剪定を行い、枝に巣が掛けにくいようにしましょう。以前に巣を作られたことのある木は、早めに剪定をしましょう。
- ③ カラスの餌場をなくす
都会のカラスにとって栄養豊富な食べ物を簡単に得ることができるごみ集積所は格好の餌場です。ごみ集積所では、カラスネットやごみ収集ボックスを利用するなど、ごみ集積所が餌場とならないようにごみの出し方を工夫し、しっかりと管理しましょう。



④ カラスの餌付けはやめる

カラスが人の身近なところに巣を作り、人を襲う原因の一つに、カラスの餌付けが考えられます。カラスは人から餌をもらうことで人を恐れなくなり、より一層人と身近な環境で生活することになります。また、餌付けは生態系のバランスを崩す行為ですから絶対にやめましょう。

カラスに襲われそうになったら

カラスに襲われそうになったら、巣の場所を確認し、そこを避けて迂回路を通るようにします。迂回ができない場合は帽子をかぶるか、傘をさして通るようにします。カラスは背後から頭をねらい、脚で蹴ってきます。区では、民有地にカラスの巣があり、人に危害を加える恐れがある場合に、卵やヒナの捕獲(その際に巣の撤去)を行っています。

ご相談は、環境課 ☎5307-0665 (月～金曜日午前8時30分～午後5時(祝日を除く))へ。

なお、民有地以外(都立公園や電柱・鉄塔など)にあるカラスの巣については、各施設管理者へご相談ください。

アンネ・フランクに関する書籍などの寄贈を受けました

区はアンネ・フランクの記述がある書籍の引き裂き被害に対する本などの寄贈を、2月27日(休)にイスラエル大使館(右写真)から、3月8日(出)にアンネ・フランク・ハウス財団(左下写真)から受けました。



この被害発覚後、今回のほかにも全国の多くの方から寄贈を受けています。



なお、寄贈された100冊を超える本とアンネ・フランク・ハウス財団からのミニチュア・ハウスなどを3月31日(月)まで中央図書館(荻窪3-40-23)に、アンネ・フランクコーナーを設けて展示しています。

☎中央図書館 ☎3391-4800

杉並名誉区民の訃報



能楽子方太鼓金春流の二十二世宗家の重要無形文化財保持者(人間国宝)で杉並名誉区民の金春惣右衛門(こんぱる・そうえもん/本名:金春惣一(左写真))氏が、3月11日、逝去されました。89歳。

謹んでご冥福をお祈りいたします。

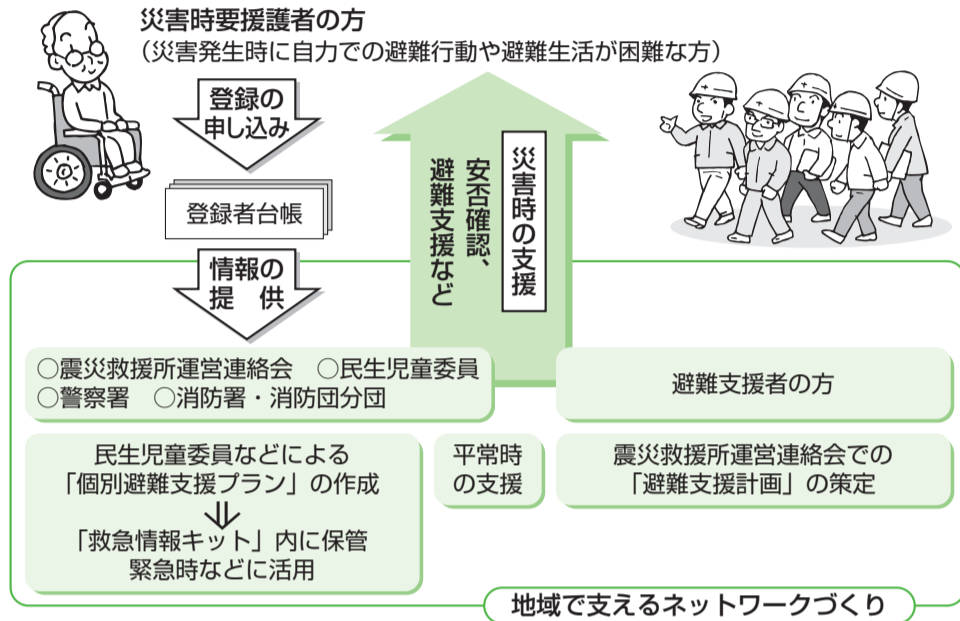
☎総務課

地域のたすけあいネットワーク(地域の手)

区では、災害が発生した時に、高齢や障害などにより自力での避難行動や避難生活が困難な方(災害時要援護者の方)の支援体制づくりを進めています。「地域のたすけあいネットワーク(地域の手)」は、発災時における災害時要援護者の方々の安否確認等の支援を、地域の方々のご協力で行っていただく制度です。支援を希望する方は、ぜひご登録ください。

—問い合わせは、保健福祉部管理課地域福祉係へ。

地域のたすけあいネットワーク(地域の手)のしくみ



制度のしくみ

要介護状態にある方や障害者手帳をお持ちの方で災害時に自力避難が困難な方、避難生活に何らかの配慮や支援が必要な方の情報をあらかじめ区に登録し、災害発生時に地域の方々の協力による安否確認や避難支援に役立つための制度です。登録された方には、民生児童委員などがお宅に訪問して個別避難支援プランを作成します。また、登録者台帳は、ご本人の同意を得て、平常時から震災救援所運営連絡会、民生児童委員、警察署、消防署、消防団分団に提供されます。

震災救援所での支援

震災救援所運営連絡会の方々の協力を得て、登録者の安否確認や避難支援を行うため、「避難支援計画」を策定し、災害に備えた地域のネットワークを作ります。

地域の皆さんへ

災害時に、地域においてより良い「たすけあい」ができるよう、登録者の方への避難支援や震災救援所運営連絡会へのご協力をお願いします。

また、災害から身を守るために、住まいの安全性の確認や非常持ち出し品の準備など、日頃から各家庭で備えをしておきましょう。

登録の対象

要介護認定者や障害者手帳所

持者、一人暮らしの高齢者など、災害時に安否確認や避難のための支援を必要とする方にお勧めしています。これ以外にもご心配な方は登録できます。(特別養護老人ホーム等の福祉施設に入所している方などは登録できません)

登録の手続き

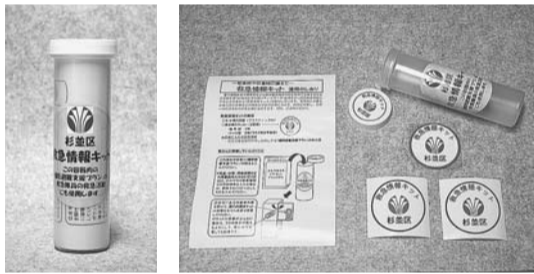
所定の登録申込書に記入し、次の受付窓口へ提出してください。申込書は受付窓口にあります。また、区ホームページからも取り出せます。

受付窓口

保健福祉部管理課地域福祉係(区役所東棟3階)、杉並福祉事務所(荻窪II荻窪5-15-13/高円寺II高円寺南2-24-18/高井戸II高井戸東3-26-10)、ケア24(地域包括支援センター(区内20カ所))

※救急情報キットとは

緊急時や災害時に必要な支援内容や救急医療などの情報をまとめて専用の容器に入れたものです。自宅の冷蔵庫に保管し、救急隊員などによる迅速な支援を行うために使用します。



▲外観

▲ステッカーなどが収納されています

杉並区狂犬病予防定期集合注射の 実施などに関するお知らせ

実施などに関するお知らせ

26年度の杉並区狂犬病予防定期集合注射を、東京都獣医師会杉並支部所属の協力動物病院で実施します。

会場により、接種できる曜日・時間が異なりますので、個別に送付する「注射のお知らせ」をご覧ください。なお、これから犬の登録をされる方はお問い合わせください。

—問い合わせは、杉並保健所生活衛生課 ☎ 3391-1991へ。

犬の飼い主の皆さんへ

犬の飼い主は、犬の生涯に一度の登録と、年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。また、狂犬病予防法により、鑑札・注射済票は犬に付けることになっていきます。これらを犬に付けておくと、逃げてしまった際に飼い主に連絡が付きやすくなります。

散歩に出かけるときはフンを始末する道具を必ず携帯し、家に持ち帰り、きちんと処理しましょう。また、尿もそのままにせず、水で流したり消臭剤をかける等の心遣いをお願いします。

でも必ずリードにつなぎ、長さは短めに持ってください。道路には犬が苦手な人も歩いているので、思わぬ事故を避けるためにも、道路・公園等では周辺との安全な距離を保ち、すぐに犬を制御できるようにしてください。人も犬も安心して歩けるようにしましょう。

●犬が人を咬む事故(咬傷事故)が増えています

「自分の飼い犬だけは大丈夫」と思わないでください。犬の習性として人になつきやすい面がありますが、一方で自分の縄張りを持ち、警戒心が強く攻撃的な面もあります。

【費用】

犬一頭につき、注射料3000円、注射済票550円(即時交付)。新規登録の場合は別途、登録料3000円。

【その他】

各会場への車での来場はご遠慮ください。

●外に出たときは散歩のときは小型犬であったり、

●犬が人を咬んでしまったときは、応急処置や医療機関の手配など、誠意を持って対応してください。また、すぐに最寄りの保健所にも連絡してください(東京都条例により、犬の飼い主には事故の届出義務があります)。



就労相談受付中

◇就労支援センター

阿佐谷南3-2-19産業商工会館2階
▷開館時間=午前9時~午後5時(土・日曜日、祝日を除く)

【若者就労支援コーナー】

仕事の経験がない方、アルバイトからの転職希望の方など相談者の状況に応じた就労準備相談をキャリア・カウンセラーが行います。
時・内・外 午前10時~午後4時終了(予約制)。4月から水曜日のみ午前10時~午後8時終了(午後6時~8時の相談予約は、前日午前中まで)▷①就労準備相談=月~金曜日②臨床心理士による心としごとの相談=第2・4月曜日(無料)▷電話で、若者就労支援

コーナー ☎3398-1136へ
【ハローワークコーナー】

職業相談と職業紹介を行います。
無料(申込)開館時間内、直接就労支援センターへ(同センターハローワーク専用 ☎3398-8619)

◇就労支援センター ジョブトレーニング室

桃井4-3-2 勤労福祉会館2階
▷開館時間=午前9時~午後5時(土・日曜日、祝日を除く)

生活習慣改善に向けた社会適応力訓練や区内企業等での就労準備訓練を実施しています。
44歳以下の方(無料)▷電話で、ジョブトレーニング室 ☎5311-3200へ

◇シニアの就労・創業・地域活動の個別相談

時 4月5日(出)午前9時~午後5時(1人45分) 場 柳うゆう高円寺南館(高円寺南4-44-11)
師 キャリアカウンセラー・中村康雄ほか(区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方(無料)▷電話で、柳うゆう高円寺南館 ☎5378-8179へ(求人募集についてもご相談ください)

◇区内在住・在勤・在学の方向け就労相談

時 毎週月曜日(祝日を除く)午前10時と11時から1人50分 場 西荻図書館師 キャリアカウンセラー・藤井毅弘ほか(無料)▷電話または直接、前日までに西荻図書館(西荻北2-33-9 ☎3301-1670)へ(手書きの履歴書を持参してください)

※以下、具体的な仕事のあっせんは行いません。

◇シルバー人材センター高井戸分室~個別就労相談

時 4月8日(火)・15日(火)・22日(火)午後1時~4時 場 高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) 内 区内在住の60歳以上で臨時的・短期的な仕事を希望の方に、センターでの働き方(仕事と入会)を案内します(無料)▷当日、直接会場へ(杉並区シルバー人材センター ☎3317-2217)

◇障害者のための就労相談

時 月~金曜日(祝日を除く)午前9時~午後5時 場 ワークサポート杉並(高井戸東4-10-26) 内 区内在住で障害のある方(障害の種類は問いません)とその家族(無料)▷電話で、ワークサポート杉並(杉並区障害者雇用支援事業団) ☎5346-3250へ

区民の声から

区民の皆さんからいただいた声と、それに対する区からの回答の一部を掲載します。問い合わせは、区政相談課へ。

◇子ども・子育て支援新制度へのお願い

現在、第1子を妊娠中です。出産後の子育てや各種サービスについて、子育てサイトをみていたところ、「子ども・子育て支援新制度」について区の取り組みが掲載されていました。そこで、子ども子育ての新たな計画策定について、妊婦やその家族の意見も聞く機会を設けてください。

◇回答

27年4月からの実施が予定されている「子ども・子育て支援新制度」は、保育の量的拡大・確保、教育・保育の質の向上や子育て相談などの充実を目指しており、各区市町村は、これらを着実に推進するため、27年度から5年間を計画期間とする「子ども・子育て支援事業計画」を、26年度中に策定する必要があります。区では、この計画を、より実態に即したものにするため、昨年11月に、子育て中の保護者や子育て支援サービスの事業者などで構成する「子ども子育て会議」を設置し、同年12月には0歳~小学6年生の保護者8400名を対象にした子育て支援施策に係るニーズ調査を実施するなどの取り組みを進めてきました。今後の計画の策定と推進についても、同会議での意見聴取のほか、計画案に対する区民等の意見を聞き、多くの方々からのご意見をお聞きしながら進めていきます。(担当課=子育て支援課)

区政への主なご意見・ご要望と区からの回答の概要は、区ホームページ(「ご意見・ご要望」→「主な意見と回答」)でご覧になれます。

杉並区就労支援センター

すきJOBだより

若者就労支援コーナー就労準備相談時間延長のお知らせ

夜しか相談できる時間がない方のご要望にお応えして、4月から就労準備相談の時間を延長します。毎週水曜日は従前の午前10時・11時・午後1時・2時・3時の時間帯に加え、午後6時・7時も相談できます。「新しい仕事にチャレンジしたいなぁ」「正社員をめざそうかな」「働いているけど、悩みを聞いてほしい」など、就職に関する心配ごとや不安なこと、どんなことでも相談にお越しください。専門スタッフが状況に応じた就労準備の支援を行います。なお、夜の時間帯の予約は前日の午前中まで受け付けています(完全予約制)。

また、第2・4水曜日(予約不要)は生活にお困りの方向けに福祉事務所の相談員が福祉サービスの相談を行っています(午前9時~午後4時)。

☎杉並区就労支援センター(阿佐谷南3-2-19産業商工会館2階 ☎3398-1136)

5月の休日パパママ学級

時 5月10日(出)午前・午後、25日(日)午前・午後(いずれも半日で、同内容) ※午前=9時30分~午後0時30分、午後=1時30分~4時30分 場 杉並保健所3階(荻窪5-20-1) 内 もく浴室、パパの妊婦体験、お産に向けての話など(師)助産師ほか(区内在住で、開催日現在妊娠24週以上37週未満の初産のカップル)各24組(無料)▷結果は4月24日ごろに通知します②応募者多数の場合は出産予定日などで調整します

【申し込み】

往復ハガキに2人の氏名(フリガナ)・住所・電話番号・出産予定日・希望日と午前または午後(第3希望まで)を書いて、4月15日(必着)までに誕生学協会杉並区休日パパママ学級担当(〒151-0066 渋谷区西原3-17-15Sパティオ)へ

【問い合わせ】

3月31日まで 区子育て支援課休日パパママ学級担当
4月1日から 誕生学協会杉並区休日パパママ学級担当 ☎5738-5761

※保健センターでの母親学級とパパママ学級は下表「4月の各種健康相談」をご覧ください。
※6月から新たに休日母親学級を開催します。第1回は6月8日(日)です。申し込み方法など詳細は、区ホームページをご覧ください。

急病診療と医療情報案内

まず、電話で確認！保険証・医療証を忘れずに
小児科・内科・外科・耳鼻咽喉科・歯科

☎3391-1599 休日等夜間急病診療所
受付は終了30分前まで(荻窪5-20-1杉並保健所内)

【小児科】 平日：午後7時30分~10時30分
【内科・小児科・外科・耳鼻咽喉科】
土曜日：午後5時~10時 日曜・祝日：午前9時~午後10時

☎3398-5666 歯科保健医療センター
(荻窪5-20-1杉並保健所内)

【歯科】 日曜・祝日：午前9時~午後5時(受付は4時まで)

その他の医療機関案内、急病対応の説明

☎3423-9909 杉並区急病医療情報センター
土・日曜日と祝日は24時間、平日は午後8時~翌日午前9時

☎5272-0303 東京都医療機関案内(ひまわり)
コンピューターによる自動応答サービス。毎日24時間対応。

◆4月の各種健康相談◆ 申し込みは、各保健センターへ。

| 保健センター名 | 子育て相談・交流 …直接会場へ | 母親学級…直接会場へ (母子健康手帳持参) | 平日パパ・ママ 学級(予約制) | 離乳食講習会 …直接会場へ | 乳幼児歯科 相談(予約制) | 栄養・食生活相談 (予約制) | ものわずれ 相談(予約制) | 心の健康相談 (予約制) |
|------------------------------------|------------------------------|--------------------------|--------------------------|---|--|---------------------------|--|--|
| 荻窪 (荻窪5-20-1) ☎3391-0015 | 17日(木) 午前9時15分~ 10時15分 | 2日(水)・9日(水)・ 16日(水) | 4月は ありません | 23日(水) 午後1時30分 ★3月24日から電話で 申し込み(30名。申込順) | 午前 11日(金) 25日(金) 午後 10日(木) 24日(木) | 11日(金) 午前9時~ 10時30分 | 17日(木) 午前9時30分~ 28日(月) 午後1時30分~ | 3日(木)・9日(水) 午後1時30分~ |
| 高井戸 (高井戸東3-20-3) ☎3334-4304 | 7日(月) 午前9時15分~ 10時 | 4月は ありません | 4月は ありません | 16日(水) 午前10時30分~ 午後0時30分 | 午前 7日(月) 21日(月) 午後 4日(金) 18日(金) | 10日(木) 午前9時~ 10時30分 | 11日(金) 午後1時30分~ | 15日(火) 午後1時30分~ 28日(月) 午前9時30分~ |
| 高円寺 (高円寺南3-24-15) ☎3311-0116 | 24日(木) 午前9時30分~ 10時15分 | 4日(金)・11日(金)・ 18日(金) | 21日(月) 午後1時30分 ~4時 | 28日(月) 午後1時30分~ 3時30分 | 午前 1日(火) 15日(火) 午後 3日(木) | 1日(火) 午前9時~ 10時30分 | 25日(金) 午前9時~ | 4日(金)・10日(木) 午後1時30分~ |
| 上井草 (上井草3-8-19) ☎3394-1212 | 23日(水) 午前9時~10時 | 4月は ありません | 4月は ありません | 22日(火) 午前10時30分~ 午後0時30分 | 午前 10日(木) 23日(水) 午後 9日(水) | 8日(火) 午前9時~ 10時30分 | 7日(月) 午前9時30分~ | 25日(金) 午前9時30分~ |
| 和泉 (和泉4-50-6) ☎3313-9331 | 18日(金) 午前9時15分~ 10時15分 | 4月は ありません | 4月は ありません | 17日(木) 午後1時30分~ 3時30分 | 午前 16日(水) 午後 14日(月) | 16日(水) 午前9時~ 10時30分 | 17日(木) 午後1時45分~ | 1日(火) 午後1時30分~ |

歯の健康相談
12日(土)午後2時~4時30分
問い合わせは、杉並区歯科医師会
(阿佐谷南3-34-13 ☎333933-0391)へ

※1. 杉並区に転入し、妊婦・乳幼児健診受診票、予防接種受診票が必要な方は、各保健センターまたは保健福祉部管理課地域福祉係(区役所東棟3階)へ。
2. ベビーカー等の盗難が発生しています。会場は狭いためベビーカーで回ることができません。チェーン錠をつけるなど各自でご注意ください。

民営化宿泊施設の予約・宿泊料金など

⇨ご予約は、直接各施設へ。

| 施設名 (所在地) | コニファーいわびつ (群馬県吾妻郡東吾妻町) | 富士学園 (山梨県南都留郡忍野村) | 弓ヶ浜クラブ (静岡県賀茂郡南伊豆町) |
|-----------------|---|---|--|
| 申し込み先 (受付時間) | ☎0279-68-5338 (午前9時～午後8時) FAX0279-68-5417 | ☎0120-844-891 ☎0555-84-7031 (午前9時～午後5時) | ☎0120-412-224 ☎0558-62-3187 (午前10時～午後5時) |

各施設ともインターネットからも申し込みができます。
区ホームページ「生涯学習・余暇活動」からご案内しています。

| 宿泊料金 (1泊2食付) | 平日 | 大人 | 区民=8505円～ | 小学生以上=7000円～ ◆冬季割引◆3月31日まで (小学生以上=6000円～) | 5歳以上=7770円～ ◆冬季割引◆ 4月30日まで (5歳以上=5985円～) |
|-----------------|-----|-----------|-----------|---|---|
| | | 子供 | 区民=6300円～ | | |
| | 休前日 | 大人 | 区民=9555円～ | 小学生以上=8000円～ ◆冬季割引◆3月31日まで (小学生以上=6000円～) | |
| | | 子供 | 区民=7350円～ | | |
| 入湯税 | | 12歳以上150円 | | 12歳以上130円 | |

補助 区民(区内在住者)の方は、上記料金に2000円(65歳以上または障害のある方は3000円)の宿泊補助が適用されます。区内在住を証明するもの(コピー可)を持参してください。お持ちにならない場合は宿泊補助は適用されません。また、払い戻しはしません。

注意 ※1. 申込開始日は宿泊開始日の6カ月前の日からです。2. パンフレットを区民生活部管理課、区民事務所などで配布しています。3. 利用人数や季節(年末年始等)により料金が変わる場合もあります。4. 予約の変更・取消はキャンセル料がかかる場合があります。5. 富士学園・弓ヶ浜クラブは小学校移動教室で利用するため、5月～10月(夏季期間を除く)は利用できない日があります。

直営施設「杉並区秋川研修室」予約・料金など

ご利用ください

あきる野市五日市 ☎042-596-0693

～ 4月1日利用分から、申込方法などを下記のとおり変更します ～

料金 ▷宿泊(1泊2日、1名)=1200円。宿泊を伴う研修で宿泊しない方は300円▷日帰り=1室1時間=600円▷休館日=毎週水曜日、年末年始、施設点検日

対象 5名以上40名以下の団体で研修や勉強会などを行う際に利用できる施設です。
※18歳未満の方が利用する場合は、保護者または監督者の同行が必要です。

申込方法 ①電話または窓口で予約してください。区民等(区内在住・在勤・在学者)が3分の2以上を占める団体で利用する場合は、利用希望日の3カ月前から予約できます。それ以外の団体は利用希望日の2カ月前から予約できます②予約後、申請書をお渡し(電話で予約の方には郵送)しますので、必要事項を記入し、利用開始日の2週間前までに区へ提出してください③申請書が区に到着後、区から承認または不承認決定通知書を送付します。承認決定通知書が届いた場合は、忘れずに現地施設に持参してください。利用料金などは現地施設でお支払いください。

注意 ※1. 食事の提供は行いません。2. 宿泊の利用限度は2泊3日までです。3. 持ち込んだ物品やごみは必ずお持ち帰りください。4. 予約の変更・取消はキャンセル料がかかる場合があります。

(申込)・区民生活部管理課(区役所西棟7階)

4月1日から

「湯の里 杉菜」は 民間施設になります

民営化宿泊施設として皆さんにご利用いただいている「湯の里 杉菜」(右写真)は、4月1日から(株)フォレストが運営する民間施設になります。

区民料金を設定(下表参照)し皆さんをお待ちしていますので、引き続きご利用ください。



▲湯の里 杉菜

【所在地】

神奈川県足柄下郡湯河原町宮上279

【申し込み先・受付時間】

湯の里 杉菜

☎0120-465-002、☎0465-62-4805

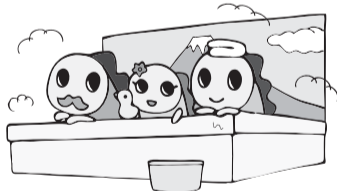
(午前9時～午後8時)

〈「湯の里 杉菜」の宿泊料金(1泊2食付き、2名利用時)〉

| 区分 | 利用形態 | 平日 | 休前日 | 年末年始 |
|---------------|---------|-------------|--------|---------|
| | | 高年齢・障害者(大人) | 6000円 | 7050円 |
| 区民 | 障害者(子供) | 4200円 | 4940円 | 5670円 |
| | 一般 | | | |
| 区外 同 在住 | 大人 | 7000円 | 8050円 | 9100円 |
| | 子供 | 4900円 | 5640円 | 6370円 |
| 区外 同 在住 | 大人 | 8800円 | 1万800円 | 1万3800円 |
| | 子供 | 6160円 | 7560円 | 9660円 |

※上記宿泊料金は消費税およびサービス料を含みます。
※12歳以上の方は、上記料金のほか、1泊につき150円の入湯税がかかります。
※子供料金は3～11歳まで。
※杉並区民料金でご利用いただく場合は、区内在住を証明するもの(コピー可)を持参してください。

まちの湯 健康事業



身近なまちのお風呂屋さんで 楽しく健康づくり

60歳以上の方を対象に、区が杉並浴場組合に委託して行う健康事業です。参加した方は、当日100円で入浴できます。
時・場・内下表のとおり(杉並区シルバー人材センターほか)会場により異なります(先着順) 費無料(申込)当日、直接各公衆浴場へ(各公衆浴場(午後1時以降)) 他①★印は予約制②てぬぐい体操はてぬぐいを持参してください③満員の場合には、安全上お断りすることもあります④定休日・営業時間は、各浴場によって異なりますので、お問い合わせください⑤長寿応援対象事業です

〈26年4月からのまちの湯健康事業〉

| 浴場名 | 所在地 | 電話番号 | 内容・日時 |
|--------------|-------------|-----------|--|
| 弁天湯 | 高円寺南3-25-1 | 3312-0449 | てぬぐい体操★=4月6日(日)、5月4日(祝)、6月1日(日)午後2時 |
| なみのゆ | 高円寺北3-29-2 | 3337-1861 | 元気塾椅子に座って健康体操★=4月20日(日)、5月4日(祝)・18日(日)、6月15日(日)午後1時30分 |
| 小杉湯 | 高円寺北3-32-2 | 3337-6198 | てぬぐい体操★=4月2日(水)、5月7日(水)、6月4日(水)午後2時30分 |
| 玉の湯 | 阿佐谷北1-13-7 | 3338-7860 | 太極拳★=4月16日(水)、5月21日(水)、6月18日(水)午後1時45分 |
| 平和湯 | 阿佐谷北4-17-11 | 3337-3232 | 気功太極拳★=4月24日(水)、5月22日(水)、6月26日(水)▷健康体操(自主事業)★=5月8日(水)／いずれも午後1時45分 |
| 杉並湯 | 梅里1-13-7 | 3312-1221 | 健康エアロビクス=4月9日(水)、5月14日(水)、6月11日(水)午後2時30分 |
| ゆ家とごころ吉の湯 | 成田東1-14-7 | 3315-1766 | 健康エアロビクス★=4月5日(土)、5月3日(祝)、6月7日(土)▷てぬぐい体操★=4月20日(日)、5月18日(日)、6月15日(日)／いずれも午後0時30分 |
| さくら湯 | 和田3-11-9 | 3381-8461 | 健康エアロビクス★=4月26日(土)、5月24日(土)、6月28日(土)午後2時15分 |
| 亀の湯 | 本天沼1-2-8 | 3399-6472 | 太極拳★=4月24日(水)、5月22日(水)、6月26日(水)午後1時50分 |
| 第二宝湯 | 本天沼2-7-13 | 3390-8623 | 気功太極拳★=4月13日(日)、5月11日(日)・25日(日)、6月8日(日)午後2時 |
| 秀の湯 | 桃井4-2-9 | 3399-6112 | てぬぐい体操=4月11日(金)、5月9日(金)、6月13日(金)午後2時 |
| 文化湯 | 西荻北4-3-10 | 3390-1051 | 自強(じきょう)術=4月13日(日)、5月11日(日)、6月8日(日)午後2時30分 |
| 天徳湯 | 西荻北4-24-5 | 3390-1561 | 自強術=5月11日(日)▷健康エアロビクス=4月13日(日)、5月25日(日)、6月8日(日)▷てぬぐい体操=4月27日(日)、6月22日(日)／いずれも午後0時30分 |
| 銭湯Gokurakuya | 上荻2-40-14 | 3399-0276 | 気功太極拳★=4月20日(日)、5月18日(日)、6月15日(日)午後2時45分 |
| 湯の楽代田橋 | 和泉1-1-4 | 3321-4938 | てぬぐい体操=4月1日(火)・15日(火)、5月20日(火)、6月3日(火)・17日(火)午後1時30分 |
| 大黒湯 | 和泉1-34-2 | 3328-2137 | てぬぐい体操=4月13日(日)・27日(日)、5月11日(日)・25日(日)、6月8日(日)・22日(日)午後1時30分 |
| 大和湯 | 和田1-71-18 | 3381-3452 | 健康エアロビクス=4月13日(日)・27日(日)、5月11日(日)・25日(日)、6月8日(日)・22日(日)午後1時45分 |



競技大会

●**杉並区ターゲットバードゴルフオープン競技大会**

時 4月18日(金)正午～午後5時(区後援)
場 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区内在住・在勤・在学で高校生以上のターゲットバードゴルフ経験者50名(申込順) 費500円(申込)往復ハガキ(11面記入例参照)で、4月4日(必着)までに管敏昭(〒168-0073下高井戸5-20-9)へ 福 田 ☎3303-7083(午前8時～午後8時)

スポーツ教室

●**個人フットサルナイトI**
当日集まった人々をチーム分けし、ゲームを楽しみます。

時 4～7月の第2・4火曜日、午後7時～9時 場 下高井戸運動場(下高井戸3-26-1) 井口真 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 各回50名(先着順) 費各回500円(申込)当日、直接会場へ 同運動場 ☎5374-6191 タオル・飲み物を持参してください。スパイクは使用禁止です

●**飛び込み講習会**

競泳の飛び込みスタートやターンを含む練習会です。(区後援)
時 ①4月23日(水)午後5時～7時②7時～9時③28日(月)午後5時～7時④7時～9時 場 高井戸温水プール(高井戸東3-7-5) 区水泳連盟指導員 区内在住・在勤・在学・在区内スポーツクラブの小学生以上で、50m以上の泳力があり定期的に水泳の練習をしている方 各回30名(抽選) 費各回500円(当日) (申込) 申込書(スポーツ振興課〈区役所東棟6階〉、スポーツ振興財団〈阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル8階〉、各スポーツ施設〈区体育施設は除く〉)で配布。区水泳連盟 ☎http://www.sugisuiren.com/からも取り出せます)を、4月8日(必着)までに区水泳連盟(〒168-8799杉並南郵便局留)へ 郵送 区水泳連盟・競技部 ☎090-1201-9960

●**高円寺体育館の教室**

◇**楽しく健康タイム(4～6月)①背骨コンディショニング基礎編②背骨コンディショニング実践編**

時 4月1日～6月17日の第1・3火曜日 ①午前11時～正午②正午～午後1時 師 藤井聖司 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 各回70名程度(先着順) 費各回300円(①②の連続受講500円) (申込) 当日、直接会場へ 長めのタオル・飲み物・上履きを持参してください

◇**トータルスポーツ教室I「苦手にチャレンジ」鉄棒・とび箱・マットコース**

マット運動やとび箱、鉄棒にチャレンジして運動の基礎を作ろう!

時 4月27日、5月11日・25日、6月8日・22日・29日/いずれも日曜日、午前9時～11時。計6回 師 TiAmo 区内在住・在学の小学1～4年生 55名(抽選) 費4800円(申込) 往復ハガキ(11面記入例参照)に学年・性別も書いて、3月31日(必着)までに同体育館へ 上履き・タオル・飲み物を持参してください

——(いずれも)——

場 高円寺体育館(〒166-0003高円寺南2-36-31) ☎3312-0313 他車・バイクでの来館はご遠慮ください

●**荻窪体育館の教室**

◇**楽しく健康タイム(4～6月)①リセットエクササイズ②ナチュラルヨガ**

時 4月2日～6月25日の毎週水曜日(第3水曜日を除く) ①午前11時～正午②正午～午後1時 師 大西恵美子 区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心者 各回70名(先着順) 費各回300円(①②の連続受講500円) (申込) 当日、直接会場へ

◇**小学生 集まれ!ソフトバレー**
アドバイザーや友達と遊びましょう。

時 4月6日(日)午前9時～11時 師 区ソフトバレーボール連盟 区内在住・在学の小学生 15名(先着順) 費100円(申込) 当日、直接会場へ ①体育館履きを持参してください ②当日の同時帯に3面を個人利用として開放します

◇**HIPHOPスクール**

時 4月17日～27年3月19日の毎週木曜日 ①プライマリークラス=午後5時～6時②ジュニアクラス=午後7時～8時/いずれも計40回 師 emi ①区内在住・在学の小学

3～4年生②区内在住・在学の小学5年生～中学生 ①14名②若干名/いずれも抽選 費各月4000円(別途ユニフォーム代) (申込) 往復ハガキ(11面記入例参照)に①②の希望も書いて、3月28日(必着)までに同体育館へ

——(いずれも)——
場 荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2) ☎3220-3381)

●**永福体育館の教室**

◇**楽しく健康タイム春教室 骨盤&肩甲骨ストレッチ①腰痛・膝痛改善ストレッチ②骨盤ウォーキング五十肩・股関節痛に着目!**

時 4月2日～6月18日の第1・3水曜日 ①午後1時～2時②2時～3時 師 小島敬子 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 各回50名(先着順) 費各回300円(①②の連続受講500円) (申込) 当日、直接会場へ 動きやすい服装で、室内用運動靴・タオル・飲み物を持参してください

◇**楽しく健康タイム 大人の休日ヨガ**
心地よい時間を過ごしませんか?

時 4月5日～11月15日の第1・3土曜日、午後7時10分～8時40分 師 山本美也子 区内在住で16歳以上の方 各回50名(先着順) 費各回500円(申込) 当日、直接会場へ 上履き・タオル・飲み物、お持ちの方はヨガマットを持参してください

◇**コアキッズ体操**

遊びの中で体幹を刺激して、動きやすい体を作ろう!

時 5月2日～6月20日の毎週金曜日 ①チューリップ組=午後3時～4時②ひまわり組=午後4時～5時/いずれも計8回 師 木村幸治 区内在住・在学の①4・5歳②5・6歳で保護者が送迎できる就学前のお子さん 各25名(抽選) 費各4800円(申込) 往復ハガキ(11面記入例参照)にお子さんの名前(フリガナ)・性別・年齢、①②の希望も書いて、4月11日(必着)までに同館へ

——(いずれも)——
場 永福体育館(〒168-0064永福3-51-17) ☎3328-3146)

●**杉十小温水プールの教室**

◇**アクアピクス**

水中運動でバランスの取れた体力作りをして、運動不足を解消しましょう。

時 4月3日(木)・17日(休)午前10時～11時 師 金田光世、松井仲子 区内在住・在勤・在

学で16歳以上の方 各日30名(先着順) 費各日500円(申込) 当日、直接会場へ

◇**個人向け泳法ワンポイントレッスン**

1人5分間。マンツーマンで教えます。

時 4月6日～20日の毎週日曜日、午前10時～11時 師 区水泳連盟講師ほか 区内在住・在勤・在学の方(小学3年生までは水着着用の保護者同伴) 各日10名(先着順) 費無料(入場料別) (申込) 当日、直接会場へ

◇**水中運動(初心者向き・入門編)**

①**ウォーキングタイム**

水中での基礎的な歩き方を学びます。

時 4月14日(月)・28日(月)午前10時～11時 師 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 各日30名(申込順) 費無料(入場料別) (申込) 各開催日の6日前から電話で、同プール(午前9時～午後5時)へ

②**アクアピクスタイム**

水の中での動き方を学びます。泳げない方でも大丈夫です。

時 4月14日(月)・28日(月)午前11時～正午 師 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 各日30名(申込順) 費無料(入場料別) (申込) 各開催日の6日前から電話で、同プール(午前9時～午後5時)へ

——(いずれも)——

場 杉十小温水プール(和田3-55-49) ☎3318-8763 他車での来場はご遠慮ください

その他

●**杉並区フットサルリーグ参加チーム募集**

時 5月～27年3月の午後9時～11時 場 高円寺体育館(高円寺南2-36-31) ①リーグ総当たり制 ②16歳以上のさざんかねつと登録要件を満たす団体 ③8チーム(抽選) 費1チーム3万円(別途会場費) (申込) ファクスまたはEメール(11面記入例参照)に代表者の氏名・電話番号、チーム名も書いて、4月20日までに杉並区フットサル委員会事務局 ☎5929-9527 ☎sato-akira@assist-co.com へ 同事務局 ☎5929-9527(午前10時～午後5時) 他 ①帯同審判で試合を行います。2回目以上の参加チームは、1名以上の有資格審判員が必要です ②詳細は、同リーグ ☎http://www.suginami-futsal.com をご覧ください

訂正とおわび 3月11日付広報7面情報ぽけっと「『レクイエム』演奏会」の杉並公会堂の電話番号は ☎5347-4450 の誤りでした。

情報ぽけっと

区の後援・その他の催し・講座など

——申し込みは、各団体へ——

催し

★**アメリカン・ジャズ、ポピュラーの「クラシックス」を聴く会** 時 4月5日(出)午後6時 場 MANHATTAN(阿佐谷北2丁目) ①1925～45年の演奏者・曲・時代などをテーマにオリジナル音源で聴くプログラム ②30名程度(先着順) 費無料(ドリンク代500円(希望者)) (申込) 当日、直接会場へ 同会 七井 ☎3312-2410

★**春爛漫の善福寺川ウォーキング～春に目覚めた植物たちを訪ねて**

時 4月12日(出)午前9時～正午(雨天中止) 場 あんさんぶる荻窪(集合)～済美橋(約3.5km) ①自然の生態系と河川のかたちの観察 ②環境カウンセラー・山室京子 区内在住・在勤・在学の方(小学生以下は保護者同伴) ③30名(申込順) 費300円(当日)。小学生無料 (申込) 電話で、みどりの善福寺川を愛でる会・重久 ☎3318-7172 へ 他 共催=杉並環境カウンセラー協議会

講演・講座

★**中国語講座** 時 4月7日(月)・12日(出)・21日(月)・26日(出)・28日(月) ①**初級**=月曜日は午前9時10分～10時25分、土曜日は午後1時～2時30分 ②**中級**=月曜日午前10時30分～11時45分 場 阿佐谷地域区民センターほか 師

上芝寿理 各日20名(申込順) 費各日、月曜日は1000円。土曜日は1500円(区外在住の方は2000円) (申込) ファクス(11面記入例参照)に希望日と①②の希望も書いて、グローバル商工研究会 ☎5377-9952 へ 同会 ☎5377-9951

★**貯筋運動「すわって脳力・筋力アップ教室」**

時 4月10日～27年3月の毎月第2・4木曜日、午前10時～11時15分(8月休み) 場 高井戸地域区民センター ①ボール・てぬぐいを使った椅子体操 ②NPO法人グループあいびー・山崎美貴子 区内在住の60歳以上で、介助の必要がない方 各回20名(先着順) 費各回500円(申込) 当日、直接会場へ 同 NPO法人グループあいびー・山崎 ☎050-3658-9856 へ 飲み物を持参してください

★**てぬぐい体操～てぬぐいを使った体操とストレッチ**

時 4月14日～27年3月23日の第2・4月曜日、午前10時30分～11時30分(8月休み) 場 高井戸地域区民センター ①フレッシュの会 ②区内在住の60歳以上で、介助の必要がない方 各30名(先着順) 費各300円(申込) 当日、直接会場へ 同フレッシュの会・佐野 ☎3303-5668 へ 運動しやすい服装で、飲み物を持参してください

★**健康エアロピクス～高齢者向け**

時 4月14日～27年3月23日の第2・4月曜日、午後1時30分～3時(8月休み) 場 高井戸地域区民センター ①ラビアンローズ ②区内在住で60歳以上の方 各40名(先着順) 費各300円(申込) 当日、直接会場へ 同ラビアンローズ・高嶋 ☎080-6533-2141 へ 動きやすい服装で、飲み物を持参してください

善福寺川 鯉のぼりの川渡し

堀ノ内一・二丁目町の「鯉のぼりの川渡し」(右画像)が今年も善福寺川に設置されます。平成11年から始まったこの催しでは、済美養護学校屋上から対岸の済美教育センター内の桜の木にロープを渡し、約60匹の鯉のぼりをあげます。数多くの鯉のぼりが川の上を泳ぎ、地域の子供たちの憩いの行事になっています。熊野橋の下流で、紅葉橋からの眺めが最高です。ぜひ皆さんでご覧ください。



【日にち】 4月19日(出)～5月6日(休)
【場所】 善福寺川(済美養護学校、済美教育センター付近)
【問い合わせ】 玉村 ☎090-2623-6148
【その他】 毎年の使用で鯉のぼりの傷みが多くなってきました。不用になった鯉のぼりのご寄付をお願いします

ご協力をお願いします シリア人道危機救援金の受け付けを延長します

◇**日本赤十字社での受け付け**
【受付期間】 9月30日(火)まで
【入金方法】 郵便振替で「00110-2-5606 日本赤十字社」(通信欄に「シリア救援」と明記)へ振り込み
※郵便局窓口での取り扱いの場合、振替手数料は無料。受領証の発行を希望する方は、通信欄にその旨を記入してください。
◇**区役所にも救援金箱を設置しています**
【設置期間】 9月30日(火)まで
【設置場所】 月～金曜日(祝日を除く)=保健福祉部管理課地域福祉係(区役所東棟3階)▷土曜日(祝日を除く)=区民課区民係(東棟1階)
同保健福祉部管理課地域福祉係

ハガキ・ファクス・Eメール 申し込み記入例

(1) 行事名・教室名
(2) 郵便番号・住所
(3) 氏名(フリガナ)
(4) 年齢
(5) 電話番号
1人1枚

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

※往復ハガキ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、お子さんの氏名と年齢も記入。

催し EVENT

■大田黒公園「春のお茶会」①茶室②休憩室
春の庭園を眺めながらおいしいお茶を味わいませんか。

時 3月29日(土)①午前10時・11時・午後1時・2時・3時②午前10時～午後4時 場 大田黒公園(荻窪3-33-12) 内 抹茶、お茶菓子の提供 定 ①各回10名(申込順) 費 ①各回500円②300円 申 込 ①は電話で、箱根植木・北村 ☎3303-2215(月～金曜日、午前9時～午後5時30分)へ。②は当日、直接会場へ 圃 箱根植木

■杉並アニメーションミュージアムミニ展示会「絵の世界で遊ぼう!～手作りおもちゃと原画展」

区内在住の5人のクリエイターが、手作りの絵本・紙芝居・アニメおもちゃ・パペットなどの展示を行います。



時 3月29日(土)～4月13日(日) 午前10時～午後6時(入館は5時30分まで。月曜日休館)

圃 杉並アニメーションミュージアム(上荻3-29-5杉並会館3階) 費 無料 申 込 当日、直接会場へ 圃 同ミュージアム ☎3396-1510 他 4月5日(土)・6日(日)は、いろいろなワークショップを開催します

■春の草花・植木・野菜等の展示即売会

区内産のトマト、カブ、ネギ、小松菜、ホウレンソウなどの各種野菜と春を告げる草花・植木を農家が直売します。園芸相談も行います(無料)。

時 4月5日(土)・6日(日)午前10時～午後3時(売り切れ次第終了) 圃 区役所中杉通り側入り口前および青梅街道側広場 申 込 当日、直接会場へ 圃 産業振興センター都市農業係 ☎5347-9136 他 出品物は、生育状況により変更する場合があります

■プラネタリウム投映「今夜の星空+15周年のすばる望遠鏡」

前半は「今夜の星空」を解説します。後半は、ハワイにある日本の巨大望遠鏡「すばる」を特集します。

時 4月19日(土)①午前11時②午後2時(各回60分程度) 圃 科学館(清水3-3-13) 定 各回140名(先着順) 費 無料 申 込 当日、直接会場へ 圃 科学館 ☎3396-4391 他 ①中学生以上の方向きの内容です②途中入退場はできません③5歳未満の乳幼児は入場はご遠慮ください④エレベーター・エスカレーターはありません⑤車での来館はご遠慮ください

すぎなみ環境情報館

◇おもちゃの公開クリニック

こわれたおもちゃをなおしてもらおう。
時 4月5日(土)午後1時～4時(受け付けは3時まで) 圃 杉並おもちゃドクターズ 圃 区内在住・在勤・在学の方 定 10名(申込順。1人1点まで) 費 無料(部品代は実費) 申 込 電話で、同館へ

◇我が家の屋根に乗せるなら…太陽光発電or太陽熱温水器

太陽の恵みを利用する太陽光発電と太陽熱温水器。それぞれの特徴・価格・助成金などの情報からあなたの家庭にぴったりのものを探しましょう。

時 4月12日(土)午後2時～4時 圃 NPO法人太陽光発電所ネットワーク・田中稔 圃 区内在住・在勤・在学の方 定 30名(申込順) 費 無料 申 込 電話で、同館へ 他 ①2歳～就学前の託児あり(事前申込制。定員あり。保険料100円) ②模型を使ったワークショップあり

◇フリーマーケットの開催と出店者募集

時 4月20日(日)午前10時～午後1時 圃 区内在住・在勤の方(業者出店は不可) 定 募集区画=15区画(抽選) 費 無料 申 込 往復ハガキ(記入例参照。グループ・家族は1枚)で、4月7日(必着)までに同館へ
——(いずれも)——

圃 あんさんぶる荻窪 圃 すぎなみ環境情報館(〒167-0051荻窪5-15-13あんさんぶる荻窪4階) ☎3398-3191

リサイクルひろば高井戸

①石けん作り体験

時 4月4日(金)午前10時30分～正午 圃 10名(先着順) 費 無料 申 込 当日、直接会場へ(電話での申し込みも可)

②着物や洋服のリメイク

時 4月21日(月)午後1時30分～3時30分 圃 10名(申込順) 費 600円 申 込 電話で、同ひろばへ
——(いずれも)——

圃 区内在住・在勤・在学の方 圃 リサイクルひろば高井戸(高井戸東3-7-4) ☎3331-4360/午前10時～午後6時。水・木曜日休館) 他 ②は長寿応援対象事業

講演・講座

■杉いき連大学受講者募集

杉並区内の老人クラブの連合会、杉いき連連盟の杉いき連大学の受講生を募集します。4つの科目のうち、国文学では軍記物の最高傑作といわれる「太平記」を学びます。

時・内・定 下表のとおり 圃 ①～③高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) ④ゆうゆう高円寺北館(高円寺北3-20-8) 圃 区内在住で60歳以上の方 費 各年1万2000円(いきいきクラブ会員1万円。前期・後期で分納) 申 込・圃 電話で、太田 ☎3332-2272 他 日時は変更する場合があります。見学後の受講もできます

(杉いき連大学 講座内容)

| 科目 | 内容 | 定員 |
|-------|------------------------------|------|
| ① 国文学 | 第1・3(土)午後1時～3時 | 20名 |
| ② 日本画 | 第1・3(火)午後1時～3時 | 若干名 |
| ③ 書道 | 第2・4(土)①午前10時～正午 ②午後1時～3時 | 各若干名 |
| ④ 俳句 | 第4(水)午後1時～4時 | 若干名 |

※定員はいずれも申込順です。

■若者就労支援コーナー・就労支援セミナー「自己理解～自分のやりたい仕事を見つけるために」

今までの仕事や経験を振り返りながら、自分のやりたい仕事は何かを考えます。

時 4月10日(木)午後1時30分～4時30分 圃 産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 圃 伊藤那美 圃 求職中の方 定 20名(申込順) 費 無料 申 込・圃 電話で、就労支援センター ☎3398-1136 へ

(ゆうゆう館協働事業)

ゆうゆう館は高齢者向け施設ですが、圃に指定がなければ区内在住・在勤・在学の方ならどなたでも参加できます。

| ゆうゆう館名 | 内容 | 日時 |
|-----------------------------------|---------------------------|---|
| 大宮堀ノ内館(堀ノ内1-27-9) ☎・FAX3317-9156 | 茶道をしませんか(裏千家)★ | 4月11日から毎月第2・4金曜日、午前10時～午後1時30分 費 月2回2000円 |
| 堀ノ内松ノ木館(松ノ木2-38-6) ☎・FAX3315-7760 | フラワーアレンジメント花のある暮らしを★ | 4月1日から毎月第1火曜日、午後2時～4時 費 500円(別途花材費) |
| 西田館(荻窪1-57-4) ☎・FAX3391-8747 | 気軽に、楽しむ、川柳教室★ 圃 市川一 | 4月14日から毎月第2月曜日、午後1時30分～3時30分 費 3回4000円 |
| 高円寺東館(高円寺南1-7-22) ☎・FAX3315-1816 | ジャズとコーヒーで午後のひとときを★ 圃 杉本栄一 | 4月5日～9月6日の毎月第1土曜日、午後1時30分～3時30分 費 1回300円(コーヒー・ブチスイーツ付き) |
| 天沼館(天沼2-42-9) ☎・FAX3391-8540 | ゆうゆう天沼寄席 出演=柳家一琴 | 3月31日(月)午後2時30分～3時30分 圃 40名(申込順) 費 500円(入場料) |
| 阿佐谷館(阿佐谷南3-2-19) ☎・FAX3391-8345 | お茶の間英語サロン～会話や歌を楽しもう★ | 4月9日から毎月第2・4水曜日、午後6時～8時30分 費 1回700円 |

※申し込み・問い合わせは、各ゆうゆう館へ。第3日曜日は休館です。★は長寿応援対象事業です。

■杉並でくらす外国人のためのほんご教室

日常生活を送るのに必要な基本的な日本語の会話や読み書きを学ぶ、レベル別クラスレッスンです。

時 4月15日～27年3月20日の火・金曜日、午後6時30分～8時30分(計20回) 圃 セッション杉並 圃 ほんご学習すぎなみの会 圃 区内在住・在勤・在学の方 費 1カ月2000円×3回(別途テキスト代) 申 込 往復ハガキ(記入例参照)で、4月10日(必着)までに社会教育センター(〒166-0011梅里1-22-32セッション杉並内)へ 圃 ほんご学習すぎなみの会・天坊 ☎090-7212-7909、社会教育センター ☎3317-6621 他 ①1歳～就学前の託児あり(事前申込制。定員あり) ②クラス分けのための面接を4月11日(金)午後6時30分からセッション杉並で行います

■身体活き活き、たのしく出来るここちヨガ

無理なく楽しくできるヨガと一緒に体験し、心身ともにリフレッシュして元気な体を作りましょう。

時 4月16日(水)午後2時～3時30分 圃 八区市民集会所(井草1-3-2) 圃 ヨガインストラクター・土井麻希 圃 区内在住・在勤の方 定 20名(申込順) 費 無料 申 込・圃 3月24日から電話で、ケア24井草 ☎5303-5341 へ

■パソコンインストラクター養成講座(入門～中級)

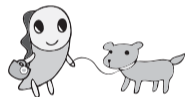
高齢者の方向けにパソコンの入門～中級を教えるための基本知識を学びます。パソコンの基本操作を理解している人が対象です。

時 4月19日(土)・22日(火)・26日(土)・29日(祝)、午前10時～正午(計4回) 圃 ゆうゆう高円寺南館 圃 区内在住・在勤で就業を希望する55歳以上の方 定 15名(抽選) 費 無料 申 込 ハガキ(記入例参照)に受講理由も書いて、4月9日(必着)までにゆうゆう高円寺南館(〒166-0003高円寺南4-44-11)へ 圃 同館 ☎5378-8179

■犬のしつけ方・ふれあい方教室に参加しませんか

◇犬のしつけ方教室～フードを使わないしつけ方

初歩的なしつけ方(リーダーウオーク、排せつコントロールなど)を、飼い犬と一緒に学びます。



時 4月26日(土)①午前10時②午後1時(各回1時間程度) 圃 中学生以上の飼い主1人につき飼い犬1頭 圃 各回15名(申込順) 他 参加犬の条件=(1)生後6カ月以上(2)1年以内に狂犬病予防接種・混合ワクチンを接種済である(当日確認できる物を持参)(3)鑑札の交付を受けている(当日持参)(4)生理中のメス犬は除く

◇犬と友だち・はじめて教室

犬との触れ合い方を学びます。
時 4月26日(土)午前11時30分(30分程度) 圃 犬を飼っていない小学生までのお子さん(就学前のお子さんは保護者同伴) 圃 10名(申込順)

——(いずれも)——

圃 荻窪系の森公園(和田3-55-30) 圃 NPO法人日本同伴犬協会 費 無料 申 込 往復ハガキに①住所②氏名(フリガナ)③生年月日④昼間の連絡先⑤教室・会場名、しつけ方教室希望の方は⑥参加時間⑦犬の名前・犬種・性別・年齢(月齢)を書いて、4月11日(消印有効)までにみどり公園課公園利用係へ 圃 同係 圃 見学も可

警察官・銀行協会を名乗る詐欺に気をつけて
第⑩話おちついて警察に連絡じゃ!



『○○警察署の○○です。あなたの口座が振り込め詐欺の犯人に悪用されています。今から、銀行協会の人々がキャッシュカードを自宅まで預かりに行きます。』

このような手口のオレオレ詐欺が発生しています。

犯人はキャッシュカードを受け取った後、「暗証番号を変更するので、今の暗証番号を教えてください。」など巧みに暗証番号を聞き出し、騙し取ったキャッシュカードで口座からお金を引き出します。



警察や銀行協会がキャッシュカードを預かることは絶対にありません!!

荻窪警察署のご協力により、4コマまんがを連載しています。毎月21日号に掲載する予定です。ぜひ、ご覧ください。
問危機管理対策課

蚕糸の森まつり

【日時】 3月30日(日)午前10時～午後3時
【会場】 蚕糸の森公園・杉並第十小学校 (和田3-55-49)
【内容】 フワフワトランポリン、SL、似顔絵、阿波おどり、蚕糸太鼓、模擬店・バザー、
防災施設体験見学、無料健康診断、献血ほか
【申し込み】 当日、直接会場へ
【問い合わせ】 蚕糸の森まつり協議会事務局・浜田 ☎3315-5960
【その他】 車での来場はご遠慮ください

*** 交流自治体合同物産展 ***

区の国内交流自治体のうち5自治体による合同物産展を開催します。
時午前10時30分～午後3時(なくなり次第終了) 因新潟県小千谷市(魚沼産コシヒカリ・へぎそば・笹だんごなど)、福島県北塩原村(温泉から作る「山塩」・花豆缶詰など)、福島県南相馬市(各種漬物など)、青梅市(青梅せんべいなど)、静岡県南伊豆町(伊勢海老の味噌汁販売など)
申込当日、直接会場へ問文化・交流課交流推進担当問買い物袋を持参してください



▲おいしい物がたくさんあります

*** マイバッグキャンペーン ***

未来の事と思わずに、環境に良いことを「マイバッグキャンペーン」で一人一人が、今、行動してみませんか。
時午前10時～午後3時 場蚕糸の森公園運動場費無料申込当日、直接会場へ問環境課活動推進係

●なみすけスタンプラリー＝スタンプをそろえた方には、なみすけグッズを差し上げます(数に限りがあります)。

| 催し | 内容 |
|--------------|---|
| パネルクイズ | 環境に関するクイズに答えて、なみすけスタンプを集めましょう!(3カ所) |
| イレンジャークイズに挑戦 | マイバッグ推進のため活躍する杉並戦隊イレンジャーが出題するクイズに挑戦してみませんか? |
| 風呂敷の包み方講座 | 風呂敷は素敵なエコバッグ! 結び方などで、いろいろなバッグに変身します |
| パネル・ポスター展示 | オヤジマイバッグ作品ポスター・レジ袋削減優良店舗パネルを展示します |



▲杉並戦隊イレンジャーが登場!



毎月21日号は、「すぎなみ学倶楽部」からちょっといい話をお届けします。

まちと人をつなぐ コミュニティカフェ



すぎなみ学倶楽部HPへ

区内には、小説にも登場する老舗の喫茶店や、子ども連れでも安心してくつろげるカフェなど、まちの雰囲気合った個性的な喫茶店がたくさんあります。中でも、「地域で何か始めたい」という方にぜひ訪れてほしいのが「コミュニティカフェ」と呼ばれる地域密着型の喫茶店です。おしゃれな空間でコーヒーを楽しみながら、まちづくりや地域活動の情報を得られる、そんなお店を2軒紹介します。

進めるグループの活動拠点でもあります。大きな窓から木漏れ日の差す店内でパスタのランチを味わってみませんか。

もう一軒は「with遊」。荻窪駅南口、荻窪体育館の近くにある、家庭的な味のチーズケーキが魅力の喫茶店です。その前身はなんと56年続いた老舗の銭湯。「地域の遊び場でありたい」との思いから作った30人収容の多目的ホールは、いつも音楽・文化サークルやボランティア団体の活動でにぎわっています。友人宅を訪ねるような気軽な気分でカフェスペースに寄れば、気の合う地域活動仲間に出会えるかもしれません。



ウェブサイトもあるよ!

まずは、西武新宿線井草駅南口から3分ほど歩いた所にある「genro & cafe」。やわらかな雑木の緑に包まれたスタイリッシュな外観で、2006年に杉並「まち」デザイン賞を受賞しました。オーナーは文具デザイナーで、カフェにはしゃれた和テイストの文具ショップを併設。株立ちの雑木を植えて緑のまちづくりを

ウェブサイトで「杉並の喫茶店」コーナーで、選りすぐりのカフェを紹介しています。その数、30店舗以上。お気に入りのお店を探してください。(な)

すぎなみ学倶楽部ホームページ▷B級雑学▷杉並の喫茶店▷(4)地域密着型喫茶・コミュニティカフェ 問産業振興センター産業観光係 ☎5347-9138

世帯と人口 (住民基本台帳) 26年3月1日現在 ()は前月比

| 世帯数 | 日本人のみの世帯 | | 合計 | 人口(人) | 男 | | 女 | | 小計 | 合計 |
|-----|--------------|-------------|---------------|---------------|-------------|---------------|-------------|---------------|---------------|----|
| | 外国人のみの世帯 | 日本人と外国人の世帯 | | | 日本人 | 外国人 | 日本人 | 外国人 | | |
| | 292,833 (1増) | 6,474 (52減) | 301,589 (42減) | 255,893 (44増) | 5,235 (16減) | 276,609 (30増) | 5,511 (29減) | 532,502 (74増) | 543,248 (29増) | |
| | 2,282 (9増) | | | | | | | 10,746 (45減) | | |