

9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

区民意向調査の結果が
まとまりました …… 3

みんなで築こう 人権の世紀 …… 4

犯罪被害者支援をご存じですか …… 5

●「コミュかる」が折り込まれています
●「杉並区立施設再編整備計画(素案)」
と「使用料等の見直し(素案)」について
の特集号をあわせて発行しています

発行/杉並区
編集/広報課
〒166-8570杉並区阿佐谷南1-15-1

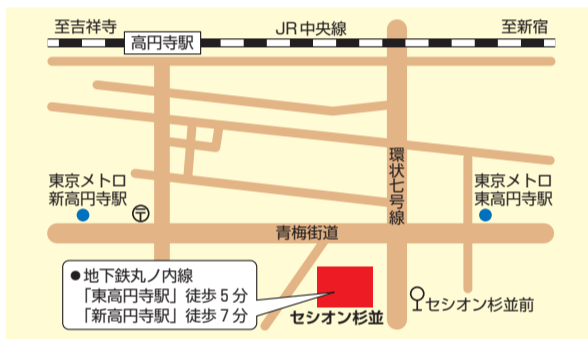
区の代表電話 ☎3312-2111
FAX3312-9911 (広報課直通)
http://www.city.suginami.tokyo.jp/

平成25年度
杉並区
障害者週間記念行事

広げよう！ 思いやりの輪 ふれあいフェスタ2013

セッション杉並での催し

- 日時 ● 12月1日(日)午前10時～午後3時
- 場所 ● セッション杉並 (梅里1-22-32 (下図参照))
- 内容 ● 下表参照
- 費用 ● 入場無料
- 申し込み ● 当日、直接会場へ



〈セッション杉並での催し 12月1日(日)〉

時間	内容	会場
午前10時～ 午後2時	<模擬店・物産販売> 区内障害者団体・施設による焼きそば、とん汁、パン、菓子、コーヒーなどの食べ物、手芸品、カード類などの生産品販売 <野菜直売コーナー> 新潟県小千谷市から採れたての新鮮野菜・ソバ・お米などが、岡山県高梁市からは特産品が届きます <被災地障害者支援販売> 被災地の障害者を応援するため、福島県南相馬市などの障害者作業所の自主生産品を販売します	屋外
午前10時15分～ 11時15分	フラダンス、子供たちのダンスパフォーマンス ▷出演=Hana Aloha, Cedar Youth	中庭
午前10時～正午	バルーン・アート、似顔絵コーナー	屋内
午前11時30分～ 正午	障害者自立生活者および自立支援功労者表彰式	
午後1時～3時	<S-1 2013 INセッション> 障害の有無や種別にかかわらず、各団体がパフォーマンスを披露しあうことで、交流を図り、互いの理解を深めることを目的としたイベントです。 ▷演目=プラスバンド演奏、手話ダンス、フラダンス、手話コーラス、ダンス、バンド演奏、着物着付けパフォーマンス、ゴスペル▷出演=すぎなみ彩楽ウィンドシンフォニー、You & I、メリア、杉の会、みんなのダンスフィールド、テンゴクガクエン、島村豊子きもの学院、久遠ゴスペルクワイアと森崎ペラ	ホール

※当日の天候等により、時間や演目、会場が変更となる場合があります。

11月25日～12月1日は杉並区の障害者週間です。「障害者週間」とは、障害のある方への理解と関心を深めるためのさまざまな催しを実施する期間のことです。区では、この期間を中心に「ふれあいフェスタ2013」を開催します。模擬店・ホールでのコンサート・美術展などの催しを楽しみながら、障害者への理解や思いやりを育むためのお祭りです。皆で楽しみながら、思いやりの輪を広げていきませんか。ぜひ、ご参加ください。

—問い合わせは、障害者施策課管理係へ。



▲みんなのダンスフィールドが演じるパフォーマンス「フィールド2009 共創(つながり)」

区役所・セッション杉並での展示

- 区役所2階区民ギャラリー～障害者団体・施設のパネル展
区内の障害者団体や施設の活動を紹介するパネルを展示します。
時11月25日(月)～29日(金)午前8時30分～午後5時(29日は3時まで)
費無料(申込)当日、直接会場へ
- セッション杉並展示室～ふれあい美術展
区内の特別支援学級・特別支援学校や障害者団体、障害者施設の皆さんが制作した作品を展示します。また、「ふれあい運動会」「ふれあいフェスタ」ポスター原画応募作品も併設展示します。
時11月29日(金)～12月1日(日)午前10時～午後4時(1日は3時まで)
費無料(申込)当日、直接会場へ

11月24日(日)午前9時30分 総合震災訓練を行います！

【場所】遊び場106番(東京電力総合グランド跡地)
(下高井戸2-28-23)

「緊急速報メール(エリアメール)発信」と「防災行政無線放送」のお知らせ

◇緊急速報メール(エリアメール)発信
情報発信訓練として、午前9時に杉並区のエリアに発信します。緊急速報メールとは、特定のエリアにある携帯電話(NTTドコモ・KDDI・ソフトバンク)に一斉にお知らせするサービスです。

◇防災行政無線放送

防災行政無線でも総合震災訓練のお知らせを午前9時に区内全域で放送します。音声聞き取りにくい場合は、「防災行政無線電話応答サービス※」をご利用ください。

※防災行政無線電話応答サービス(防災行政無線の内容を確認できます)
「03」から始まる一般電話・IP電話 = ☎0120-170-100(無料)、それ以外(市外からの電話、携帯電話、PHS) = ☎03-5378-8221(通話料がかかります)

平成26年
(平成25年度)

成人祝賀のつどい

平成26年の成人式は、下記のとおり、対象となる新成人の住所地を、区立中学校の学区ごとにご案内し、2回に分けて式典を行います。

時26年1月13日(祝) 杉並公会堂(上荻1-23-15) 区内在住で平成5年4月2日～6年4月1日生まれの方(該当する方へは12月中旬に案内状を送付する予定です。区内に在住歴がある転出者で参加を希望する方は、事前に担当へご連絡ください) 区児童青少年課 青少年係 ☎3393-4760

(平成26年 成人祝賀のつどい)

開始予定時間	住所	中学校区
第1回 午前10時30分 (9時30分開場)	天沼、井草、今川、荻窪、上井草、上荻、久我山、清水、下井草、松庵、善福寺、高井戸西、西荻北、西荻南、本天沼、南荻窪、宮前、桃井の全域、阿佐谷北(3丁目5～7・11～43番、4丁目2～12・18～28番、6丁目14～25・27～33番)、上高井戸(1・2丁目)、高井戸東(4丁目3～21番)	天沼、井草、井草、荻窪、松深、神明、中瀬、西宮、東原、富士見丘、宮前
第2回 午後2時 (1時開場)	阿佐谷南、和泉、梅里、永福、大宮、高円寺北、高円寺南、下高井戸、成田西、成田東、浜田山、方南、堀ノ内、松ノ木、和田の全域、阿佐谷北(1・2丁目、3丁目1～4・8～10番、4丁目1・13～17・29～30番、5丁目、6丁目1～13・26・34～49番)、上高井戸(3丁目)、高井戸東(1～3丁目、4丁目1・2・22～28番)	阿佐ヶ谷、和泉、大宮、高円寺、高南、向陽、杉森、泉南、高井戸、東田、松ノ木、和田

※開場時間前には入場できません。

新型インフルエンザ講演会

これからどうなる? 新たな感染症の発生に備えて

日頃の準備と感染の拡大防止策

現在、中国における鳥インフルエンザ(H7N9)や中東呼吸器症候群(MERS〈マーズ〉)など、新たな感染症の流行が懸念されています。

今回は、厚生労働省新型インフルエンザ専門家会議委員長を務め、日本の感染症対策の第一線でご活躍の川崎市健康安全研究所長・岡部信彦氏をお迎えし、新たな感染症の現状と日頃の備え、発生した際の感染拡大防止策について分かりやすくお話しします。ぜひ、ご参加ください。

【日時】12月20日(金)午後7時～9時

【場所】区役所中棟6階第4会議室

【定員】100名(抽選)

【費用】無料

【申し込み・問い合わせ】

電話で、12月10日までに杉並保健所保健予防課

☎3391-1025へ

【その他】地下駐車場は利用時間外のためご利用になれません



▲岡部信彦氏

中学校対抗駅伝大会2013の開催と交通規制

次代を担う子供たちに夢と喜びを広めるために、平成12年に開始した杉並区中学校対抗駅伝大会も、今年で14回目を迎えることとなります。都立和田堀公園陸上競技場(済美山運動場)を発着点・中継点として、緑に包まれた善福寺川沿いを周回するコースで開催します。また、交流自治体である福島県南相馬市のチームも招待します。皆さんの温かいご声援をお願いします。——問い合わせは、区中学校対抗駅伝大会2013実行委員会事務局(スポーツ振興課内)へ。

大会概要

【日時】12月8日(日) (荒天中止)

- 開会式 = 午前9時30分
- 女子の部スタート = 午前10時
- 男子の部スタート = 午前11時
- 閉会式 = 午後0時30分

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

【コース】都立和田堀公園陸上競技場(済美山運動場)・荒玉水道道路・善福寺川周辺などを経由する、全長約10kmの特設周回コース

【参加チーム】区内の公立中学校の生徒で構成する男子23チーム・女子22チームおよび招待チーム(福島県南相馬市)が参加予定

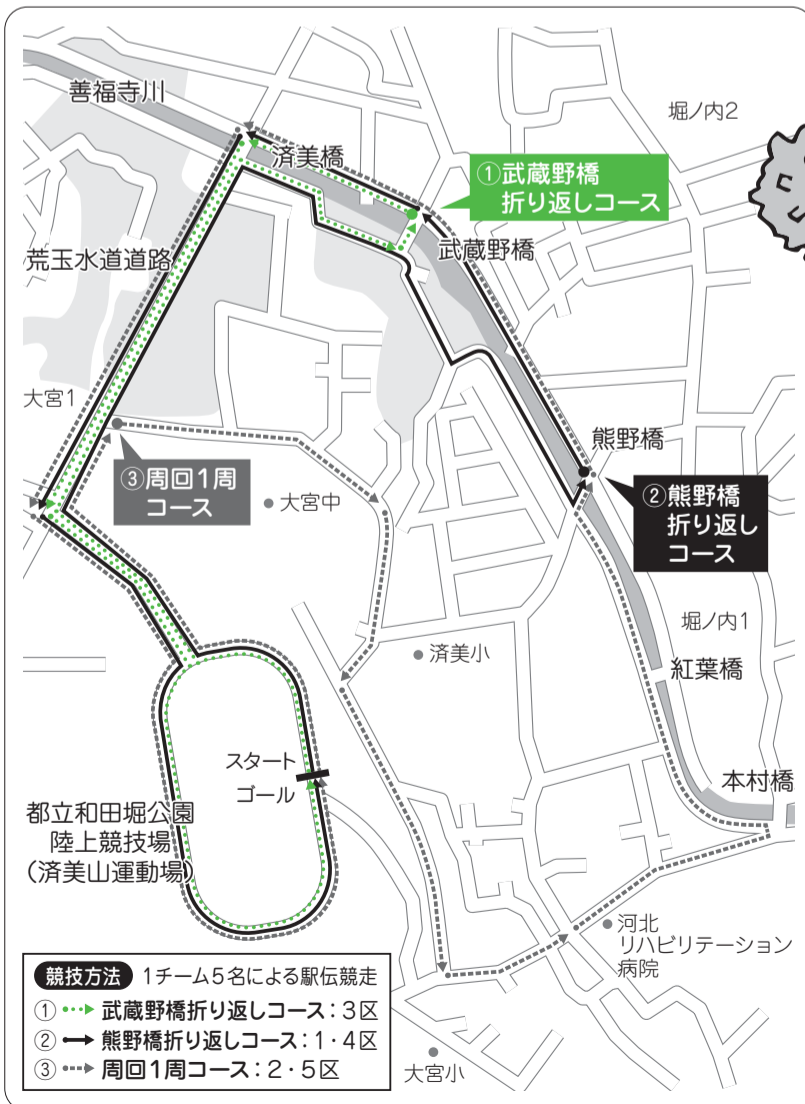
【その他】競技場では、中学生による和太鼓、プラスバンド演奏などの催しも行われます

交通規制にご協力ください

駅伝大会の開催に伴い、当日の午前9時30分～午後1時は、荒玉水道道路とコースになる善福寺川周辺、河北リハビリテーション病院前の通りで交通規制が行われます。

また、荒玉水道道路およびその他駅伝コースに面している駐車場の出入りにはご不便をおかけします。

皆さんにはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。



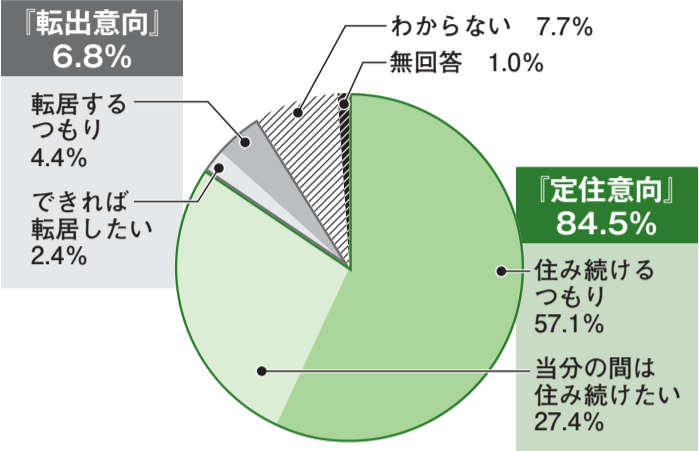
【注意】

- 善福寺川沿いの通行は、極力う回をお願いします。
- 交通規制・う回については、現場警察官・交通誘導員の案内に従ってください。
- 伴走、自転車や車両による応援は禁止します。
- 駐車場はありません。
- 自転車で来場の場合は、係員の誘導に従い駐輪してください。

定住意向

『定住意向』が8割半ば

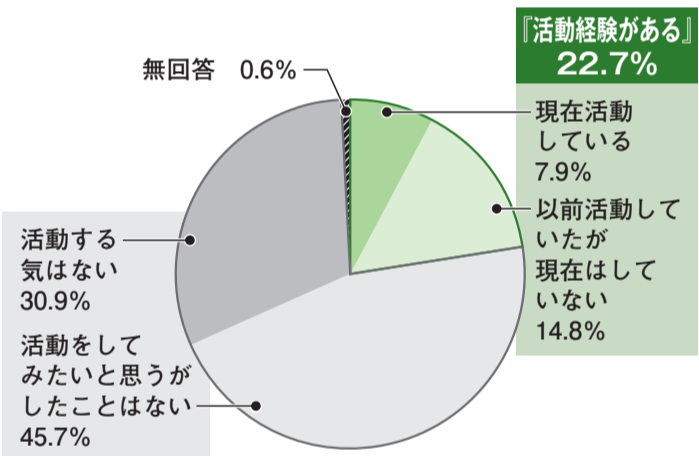
区への定住意向を聞いたところ、「住み続けるつもり」(57.1%)が6割近くと最も高く、これに「当分の間は住み続けたい」(27.4%)を合わせた『定住意向』(84.5%)は8割半ばとなっています。一方、「できれば転居したい」(2.4%)と「転居するつもり」(4.4%)を合わせた『転出意向』(6.8%)はわずかとなっています。



ボランティア活動経験

『活動経験がある』が2割を超える

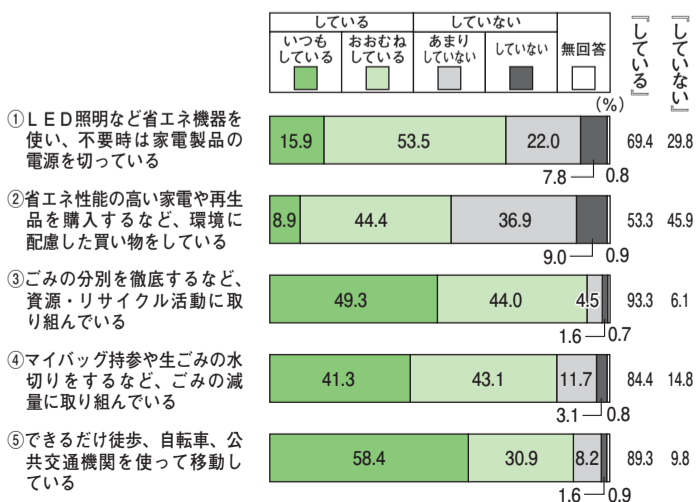
ボランティア活動をした経験があるか聞いたところ、「現在活動している」(7.9%)と「以前活動していたが現在はしていない」(14.8%)を合わせた『活動経験がある』(22.7%)は2割を超えています。「活動してみたいと思うがしたことはない」(45.7%)は4割半ば、「活動する気はない」(30.9%)がほぼ3割となっています。



環境に配慮した行動への取り組み

【ごみの分別を徹底するなど、資源・リサイクル活動に取り組んでいる】を『している』人が9割を超える

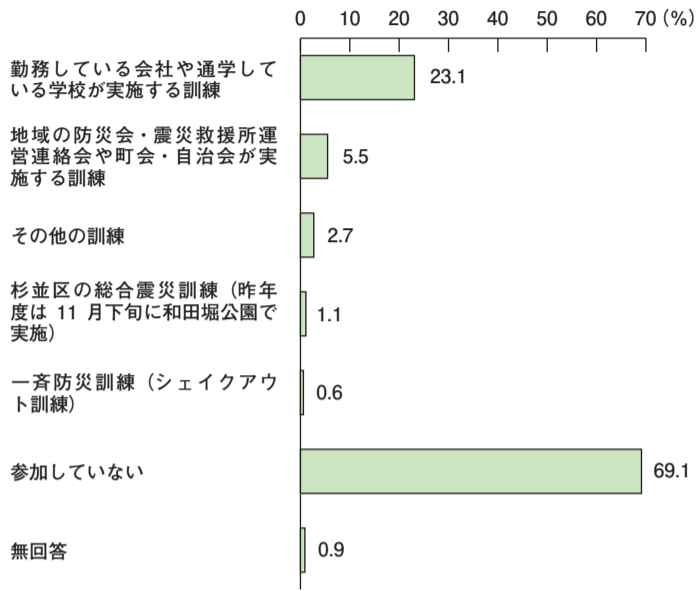
環境に配慮した行動への取り組みについて聞いたところ、「いつもしている」と「おおむねしている」を合わせた『している』と答えた人は、【ごみの分別を徹底するなど、資源・リサイクル活動に取り組んでいる】(93.3%)で9割を超え、【できるだけ徒歩、自転車、公共交通機関を使って移動している】(89.3%)でほぼ9割、【マイバッグ持参や生ごみの水切りをするなど、ごみの減量に取り組んでいる】(84.4%)で8割半ばとなっています。一方、「あまりしていない」と「していない」を合わせた『していない』と答えた人は、【省エネ性能の高い家電や再生品を購入するなど、環境に配慮した買い物をしている】(45.9%)で4割半ば、【LED照明など省エネ機器を使い、不要時は家電製品の電源を切っている】(29.8%)で3割となっています。



防災訓練の参加状況

「勤務している会社や通学している学校が実施する訓練」が2割を超える

この1年の間に参加した防災訓練は何か聞いたところ、「勤務している会社や通学している学校が実施する訓練」(23.1%)が2割を超え最も高く、次いで「地域の防災会・震災救済所運営連絡会や町会・自治会が実施する訓練」(5.5%)などの順になっています。一方、「参加していない」(69.1%)はほぼ7割となっており、何らかの訓練に参加した人は約3人に1人となっています。



杉並区の施策の評価と要望

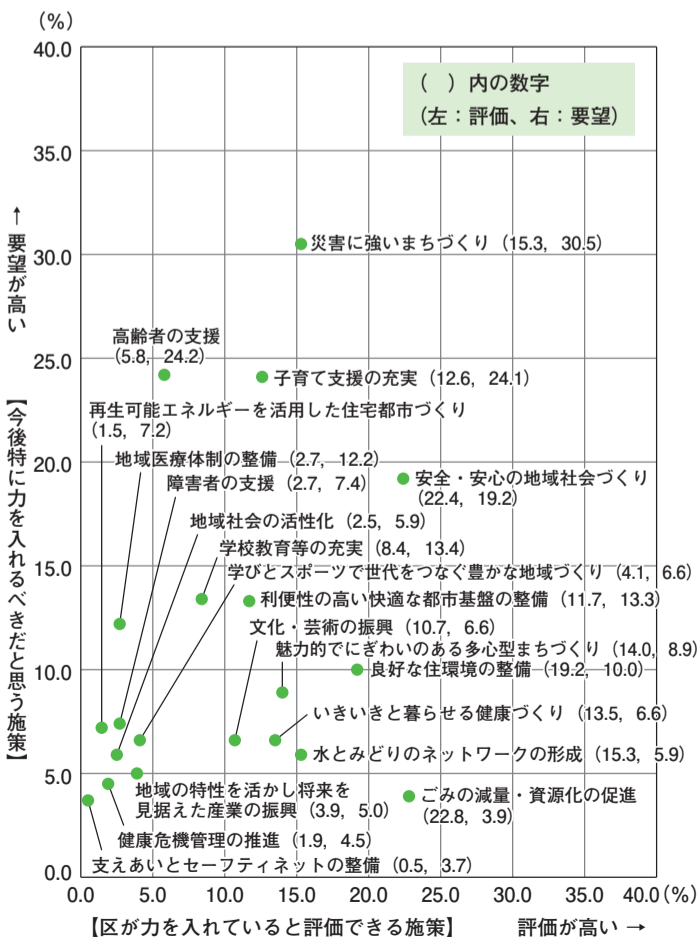
施策の評価では「ごみの減量・資源化の促進」が2割を超える
施策の要望では「災害に強いまちづくり」がほぼ3割

◆杉並区が力を入れていると評価できる施策を聞いたところ、「ごみの減量・資源化の促進」(22.8%)が2割を超え最も高く、次いで「安全・安心の地域社会づくり」(22.4%)、「良好な住環境の整備」(19.2%)、「災害に強いまちづくり」と「水とみどりのネットワークの形成」(ともに15.3%)などの順になっています。

◆杉並区が今後特に力を入れるべき施策を聞いたところ、「災害に強いまちづくり」(30.5%)がほぼ3割と最も高く、次いで「高齢者の支援」(24.2%)、「子育て支援の充実」(24.1%)、「安全・安心の地域社会づくり」(19.2%)などの順になっています。

◆力を入れていると評価できる施策(施策の評価)と今後特に力を入れるべきだと思ふ施策(施策の要望)を相関させた散布図は以下のとおりです。横軸が施策の評価で、縦軸が施策の要望です。

このグラフでは、施策の評価が低く、施策の要望が高い領域(左上方)にある項目が比較的住民ニーズが高いもので、今後の行政課題となるものと考えられます。



区民意向調査の結果がまとまりました

区では、区民の皆さんの意識の変化やニーズを把握し、今後の区の施策に反映していくために、毎年「区民意向調査」を行っています。今年の調査項目は、「定住性と生活環境」、「健康と医療および社会参加活動状況」、「地域防災」、「杉並区基本構想(10年ビジョン)」、「区の情報」、「子育て支援に関する意向」、「商店街」、「高齢者在宅支援」、「環境に配慮した行動」、「運動・スポーツ」、「その他区政」の11項目でした。ご協力ありがとうございました。この中から、主な調査結果をお知らせします。お問い合わせは、区政相談課へ。

育て支援に関する意向、「商店街」、「高齢者在宅支援」、「環境に配慮した行動」、「運動・スポーツ」、「その他区政」の11項目でした。ご協力ありがとうございました。この中から、主な調査結果をお知らせします。お問い合わせは、区政相談課へ。

調査方法・結果報告書

区内在住で、満18歳以上の男女1400人を無作為に抽出し、5月中旬～6月上旬の間に調査を行いました。回収率は82.9%でした。

なお、調査結果報告書は、区政資料室(区役所西棟2階)、図書館、地域区民センターでご覧になれます(区政資料室では800円で販売しています)。また、調査の主な内容をまとめた「要約版」は、区政相談課で無料配布するほか、区ホームページでもご覧になれます。

**12月4日
～10日は
人権週間です**

みんなで築こう 人権の世紀

考えよう 相手の気持ち 育てよう 思いやりの心

人権とは、誰もが生まれながらに等しく持っている人として幸せな生活を営むための権利です。この欠くことのできない権利が尊重される社会を実現するために、家庭・学校・職場・地域社会など、さまざまな場面で一人一人がその意義や重要性を考え、普段から人権への配慮が行える意識を育てていくことが大切です。

——問い合わせは、総務課へ。

12月4日～10日は人権週間です

昭和23年(1948年)12月10日の国際連合総会において「世界人権宣言」が採択されました。これを記念して、12月10日を「人権デー」と定めています。

わが国では、「人権デー」を最終日とする1週間(12月4日～10日)を「人権週間」として世界人権宣言の意義を訴えるとともに人権尊重思想の普及高揚に努めています。

◇小中学生の人権作文や人権の花の絵などの「人権パネル展」

📅12月3日(火)～6日(金)午前9時～午後5時(3日は午前10時から。6日は午後3時まで)📍区役所1階ロビー(申込)当日、直接会場へ📍区政相談課

DV(配偶者、パートナーなどからの暴力)は人権侵害かつ犯罪です

DVは人権を著しく侵害する犯罪です。DVには身体的暴力のみならず、精神的、性的暴力も含まれます。自分がDV被害を受けていてもそれと気づかなかつたり、加害者も罪の意識が薄く、周りの人も単なる痴話げんかとしが思わないことが間々あります。DVは、家庭内だけの問題、当事者間だけの問題ではなく、社会全体で解決すべき問題です。男女が社会の中で対等なパートナーとしてさまざまな分野で活躍するためには、その前提として、暴力行為は絶対にあってはなりません。DV被害者が、引っ越し先の住所を加害者に知られることで危険であると警察等が判断した時は、住民票の写し等の発行を制限できる場合があります。事前にお問い合わせください。

📍相談＝男女平等推進センター ☎3393-4713、福祉事務所、警察署▷住民票等の取り扱い＝区民課

子どもの人権を守ろう

保護者などによる子どもの虐待、子ども間でのいじめ、児童買春や児童ポルノなど子どもの人権が脅かされる状況が数多く発生しています。これらは子どもの健やかな発育・発達を損ない、心身に大変深刻な影響を及ぼします。

家族や周囲の大人から見た子どもの問題行動は、子どもからの「助けて」のサインでもあります。子どもの様子がいつもと違うと感じたり、虐待やいじめかもしれないと思われるときはご相談ください。

◆子どもたちへ

このようなつらい思いをしていたら、我慢しないで相談してください。電話相談は匿名でも相談できます。

📍相談窓口＝子ども家庭支援センター(児童虐待の相談・連絡) ☎5929-1902▷その他子どもや保護者からの相談専用窓口(ゆうライン) ☎5929-1901/特別支援教育課(済美教育センター内)＝来所教育相談(予約制) ☎3311-1921/電話教育相談 ☎3317-1190/済美教育センター＝教育SAT＝主に保護者からの相談専用窓口 ☎3311-0023/すぎなみいじめ電話レスキュー＝主に子どもからの相談専用窓口 ☎080-8825-0119または ☎0120-949-466

高齢者の尊厳ある暮らしを目指して

高齢者虐待とは、単に身体的な暴力による虐待だけではなく、暴言悪口、脅し、嫌がらせ、無視、年金搾取といった行為も含まれます。また虐待の被害を受けやすい傾向にあるのは、介護が必要で、認知症の症状がある高齢の方です。

高齢者虐待には、長い介護負担や家族関係の問題などが理由で、家族等から受ける場合と介護保険施設等において職員から受ける場合があります。

高齢者や介護する方を地域で温かく見守り、孤立を防ぎましょう。虐待を受けたと思われる高齢者を発見した場合は、ご相談ください。

📍家族等からの高齢者虐待の相談・通報窓口＝区高齢者在宅支援課高齢者福祉担当 ☎5307-0648/各地域包括支援センター(ケア24)▷介護保険施設等における高齢者虐待の相談・通報窓口＝区介護保険課相談調整担当

障害のある人もない人も共に生きる社会を目指して

私たちは、障害は誰にでも生じる身近なものであること、内部障害など外ではわからない障害もあること、同じ障害でも一律ではないことを理解するとともに、「障害があるから」と決め付けて特別視するのではなく、一人の人間として接していくことが大切です。障害者が住み慣れた地域で自立した生活が送れるよう、ちょっとした配慮や適切な支援が行える、障害のある人もない人も共に生きる社会を築いていきましょう。

障害者に対して、差別や虐待を見かけた、受けたと思われる場合には、ご相談ください。

📍障害者虐待に関する相談・通報窓口＝障害者施策課地域ネットワーク推進係 ☎5307-0783

犯罪被害者とその家族の人権に配慮しよう

犯罪被害者やその家族・遺族の多くは、その人権が尊重されているとは言い難い状況です。また、被害による精神的な苦痛や身体の不調、周囲の無責任なうわさや中傷等、さまざまな問題に苦しめられ、深刻な状況におかれてきました。

区では、平成18年4月から「総合支援窓口」を開設し、犯罪被害者等へ次のような支援を行っていますのでご相談ください。①相談・情報提供・各種手続の手伝い・付き添い等②一時利用住宅の提供③家事・育児などのホームヘルパーの派遣④応急に資金が必要な場合の相談

📍区政相談専用電話 ☎5307-0620(犯罪被害者支援をご存じですか。5面参照)

部落差別をなくそう わが国固有の人権問題

部落差別は、日本社会の歴史の中で形成された身分差別です。国民の一部の人々が長い間、経済的・社会的・文化的に低位の状態を強いられてきました。今なお、インターネットによる差別的な書き込みや公共施設への落書きなどの事例があり、基本的人権を侵害されているわが国固有の重大な人権問題です。

この問題への正しい理解と認識を深め、偏見や差別をなくすことに努めていくことが大切です。

📍総務課

性同一性障害に対する差別をなくそう

性同一性障害とは、からだの性とところの性が一致しないため、社会生活に支障がある状態を言います。性同一性障害の人々は、周囲の心ない好奇の目にさらされたりして苦しんでいます。性同一性障害、性的指向など性的少数者に対する偏見や差別をなくし、理解を深めることが大切です。

📍総務課

外国人も共に地域の一員

区には1万人を超える外国人が住んでいます。その中には、言葉や文化・生活習慣の相違などによる誤解や行き違いで、偏見を持たれたり、アパート等への入居拒否など、さまざまな差別や嫌がらせを受けている人がいます。

今後、地域の一員として共に生活していくためには、他国の文化を尊重し、その多様性を受け入れることが必要不可欠です。

身近な国際交流を通じて、偏見や差別をなくす努力とお互いを理解し、共に地域で生活する一員であるという気持ちを持つことが大切です。

📍文化・交流課

拉致問題の早期解決を

毎年12月10日～16日は「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です。

区では、拉致被害者全員の早期救出と拉致問題の1日も早い全面解決に向けて、拉致被害者家族の支援を行っています。

拉致は許されない犯罪行為であり、重大な人権侵害です。拉致問題への関心を高め、認識を深めていくことが必要です。

◆北朝鮮拉致被害者家族支援写真パネル展

📅12月7日(土)・9日(月)・10日(火)午前8時30分～午後5時(7日は午前9時から)📍区役所1階ロビー(申込)当日、直接会場へ📍区民生活部管理課

平成25年度人権週間行事

①講演と映画の集い 📅12月6日(金)午後1時30分～4時45分(資料・パネル展のみ午前11時から)📍西東京市保谷こもれびホール(西東京市中町1-5-1)📍講演＝「ソーシャル・インクルージョンって、なに？」/講師＝NPO法人キャリア推進ネットワーク理事・菊池桃子/映画＝パラレル(日本語字幕付き)/資料・パネル展＝人権バスハイク、人権の花育成日誌、展示「読む人権 じんけんのほん」ほか

②「トーク&パフォーマンスと映画の集い」 📅12月10日(火)午後1時30分～4時15分📍タワーホール船堀(江戸川区船堀4-1-1)📍トーク&パフォーマンス＝「いのちみつめて うたをこぼせ」/出演＝村崎修二・村崎耕平(猿舞座)、上島敏昭(浅草雑芸団)/映画上映＝「家庭の中の人権 生まれ来る子へ」(日本語字幕付き)/資料・パネル展＝「読む人権 じんけんのほん」【共通】📍無料(申込)当日、直接会場へ(先着順)📍東京都総務局人権部 ☎5388-2588(☎託児あり(11月28日午後5時までに事前申し込み)。手話通訳・要約筆記あり)

◇ 人権問題でお困りの時はご相談ください ◇

◆区政相談課人権相談 毎月第3金曜日の午後1時～4時(受け付けは3時まで。予約不要)また、人権擁護委員や東京法務局などご利用いただけます。	
◆人権擁護委員	
氏名(住所)	電話番号
安部陽一郎(南荻窪)	☎5211-7361
今里恵子(上荻)	☎5562-0571
大川康徳(荻窪)	☎5367-2286

白石光征(下井草)	☎5283-3818
高石昌子(成田東)	☎5410-6070
田中載枝(本天沼)	☎3399-6430
西村壽一(永福)	☎3328-5689
林伸子(上井草)	☎5932-5441
三浦範子(西荻北)	☎3390-6988
矢澤久美子(阿佐谷北)※	☎3339-8935
横山正(荻窪)	☎3398-6653
吉橋正美(和泉)	☎3321-7660

若杉隆(西荻南)※	☎3332-8928
※子ども人権委員	
◆東京法務局	☎0570-003-110
◆女性の人権ホットライン	☎0570-070-810
◆子どもの人権110番	☎0120-007-110
◆(公財)東京都人権啓発センター	☎3871-0212
◆夜間人権ホットライン(弁護士による無料法律相談) 📅12月9日(月)午後5時～8時📍相談は電話で、☎5808-1442、1443へ(1人10分程度)📍東京都人権啓発センター	

11月25日～12月1日は犯罪被害者週間です

犯罪被害者支援をご存じですか



犯罪によって被害を受けた方やそのご家族・ご遺族の多くは被害後もさまざまな困難に苦しめられています。被害を受けた方が、再び住み慣れた地域で平穏な生活を取り戻すためには、周囲の皆さんの理解と協力が大切です。犯罪被害は、いつ誰の身に起こっても不思議ではありません。区では17年10月に「杉並区犯罪被害者等支援条例」を制定、18年4月から犯罪被害者総合支援窓口を開設し支援を行うとともに啓発活動も行っています。

—問い合わせは、区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係へ。

犯罪被害にあうということ

◆被害後もさまざまな困難(二次的な被害)に直面することがあります



身近な支援を進めるために

◆被害を受けた方が求める支援は

犯罪被害を受けた方、そのご家族・ご遺族の多くは被害直後から、気持ちを添わせ、温かく受け入れてくれる話し相手や相談相手を必要としています。

◆被害を受けた方にどのように接したら

- 何気ない言葉や態度でも時に傷つくことがあります。
- 安易な励まし・慰め
 - 「ほかにも同じような人がいる。あなただけが苦しいのではありません」「強くなって、前向きに」
 - 被害を軽く見る・何かと比較する
 - 「これくらいで済んでよかった」「こんなひどい被害にあった人もいます」
 - 興味本位で事件のはなしを聞きだそうとする
 - 被害当時の被害者の行動を責める
- 周りの方は、被害にあわれた方がそれぞれに直面する困難を理解し、相手の気持ちを尊重しながら接することが大切です。

犯罪被害は、いつ誰の身に起こっても不思議ではありません。自分の家族や友人の身に起こってしまったら…。自分のこととして考え、傷ついた被害者の痛みを理解することが求められています。

犯罪被害者支援員の募集

杉並区には、区が実施する啓発事業などにご協力いただいている「犯罪被害者支援員」(無償ボランティア)がいます。

現在、区では「犯罪被害者支援員」の追加募集を行っています。支援員として登録後は、犯罪被害者や被害者遺族の置かれている状況や心情などについて学んでいただき、現在活動中の支援員とともに区が実施する啓発活動に協力していただきます。詳細は、お問い合わせください。

区の犯罪被害者総合支援窓口をご利用ください

ひとりで悩まないで…

犯罪被害者総合支援窓口

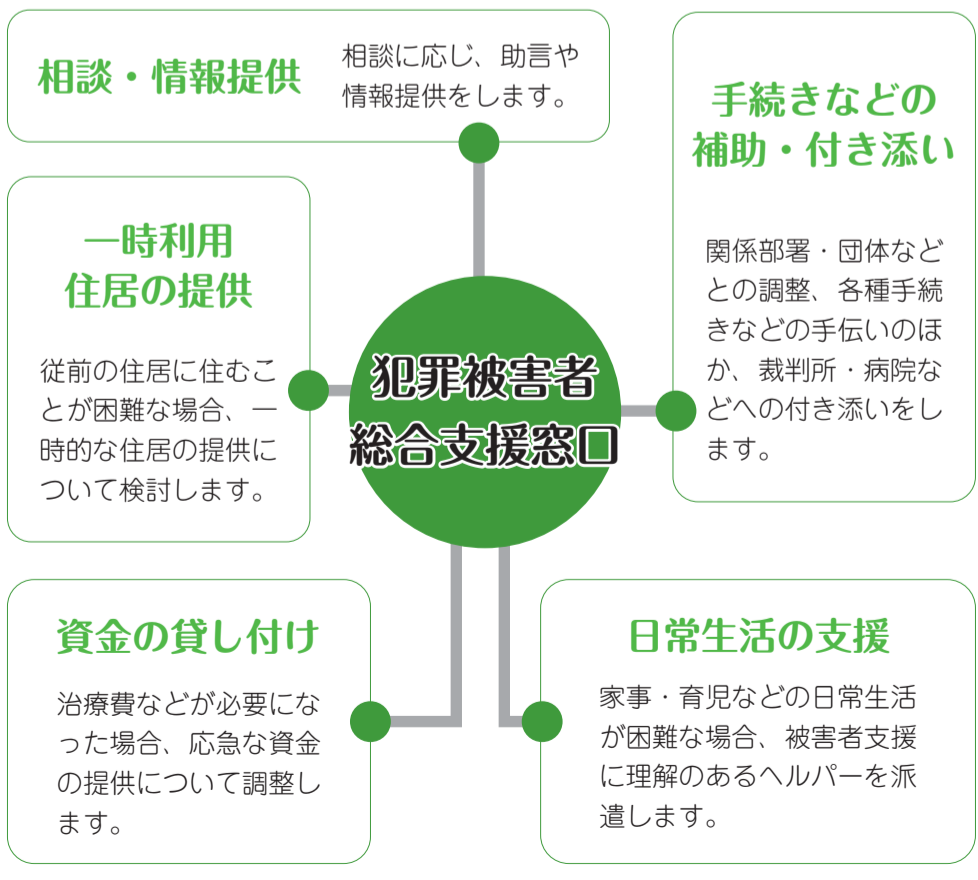
お気軽にご相談を。プライバシーは守ります。

相談専用電話 **☎5307-0620**

月～金曜日の午前8時30分～午後5時(祝日・休日を除く)

閩犯罪被害者総合支援窓口(区役所西棟7階)

- その他の犯罪被害相談窓口**
- 警視庁「犯罪被害者ホットライン」
 - ▷☎3597-7830(午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日、年末年始を除く))
 - ▷FAX3592-6840(24時間)
 - 区内警察署の犯罪被害者支援担当
 - 杉並警察署☎3314-0110
 - 荻窪警察署☎3397-0110
 - 高井戸警察署☎3332-0110



◆◆◆ 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

【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)
▷①就労準備相談(34歳以下)=月～金曜日
②一般就労準備相談(35歳以上)=火曜日
③臨床心理士による心としごとの相談=第2・4月曜日/①～③とも祝日を除く
無料申込・問電話で、就労支援センター ☎3398-1136へ

【ハローワークコーナー】

全国のハローワークで受け付けした求人情報を使い、ハローワークのスタッフが職業相談と職業紹介を行っています。職種や勤務地など、希望の求人情報を探すことができます。

無料申込開館時間内に、直接就労支援センターへ問同センターハローワーク専用 ☎3398-8619

【生活相談】

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います。

時毎月第2・4水曜日午前9時～午後4時
無料申込当日、直接就労支援センターへ

◇シニアの就労・創業・地域活動の個別相談

時12月7日(土)午前9時～午後5時(1人45分) 場ゆうゆう高円寺南館(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 無料申込・問電話で、ゆうゆう高円寺南館 ☎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・在学の方への就労相談

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 無料申込・問電話または直接、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個別就労相談

時12月3日(火)・10日(火)・17日(火)・24日(火)午後1時～4時 場高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) 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 無料申込当日、直接会場へ問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) 区内在住で障害のある方(障害の種別は問いません)とその家族 無料申込・問電話で、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

お近くの震災救援所訓練にご参加ください

お近くの震災救援所(区立の小中学校)で訓練を実施します。12月に訓練を実施する救援所は下表のとおりです。どなたでも参加できます。当日、直接会場へお越しください。



園防災課

(12月の震災救援所訓練)

実施救援所	日時
杉並第三小学校	12月1日(日)午前10時～正午
井荻小学校	12月1日(日)午前10時～正午
高井戸中学校	12月1日(日)午前10時～正午
東原中学校	12月1日(日)午後1時～3時
富士見丘小学校	12月7日(土)午前9時30分～正午
杉並第八小学校	12月7日(土)午前10時～正午
四宮小学校	12月7日(土)午前10時～正午

※終了時間は状況により変更になる場合があります。

杉並区就労支援センター すぎJOBだよ

若者就労支援コーナーでは、就労準備相談のほか就職活動に役立つ各種セミナー、グループワークなどのサポートプログラムも実施しています。

●セミナーはいつやっているの?

▷年間を通して実施しています。

●どんな内容?

▷「自己理解」…今までどんな仕事や経験をしてきたかを振り返り、やりたい仕事を考えます。

▷「自分らしく働く」…自分が望むライフスタイルと働き方を目指します。

▷「応募書類」…応募書類作成の意味、ねらい、ポイント等を学びます。

▷「面接対策」…面接の意義・マナー、応答の仕方など、実際に体験しながら学びます。

次回のセミナー「自己理解」は、12月13日(金)午後1時30分からです。詳細は、下記までお問い合わせください。

問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

26年1月の 休日パパママ学級

時26年1月11日(土)午後、19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) 内もく浴実習、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25週以上37週未満の初産のカップル 各24組 無料申込 ①結果は12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・問い合わせ】

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、12月16日(必着)までに子育て支援課休日パパママ学級担当(〒166-8570阿佐谷南1-15-1)へ

※保健センターでは、平日に母親学級とパパママ学級を開催しています。日程は下表の「12月の各種健康相談」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。

◆12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)	ものわすれ 相談(予約制)	心の健康相談 (予約制)
荻窪 (荻窪5-20-1) ☎3391-0015	12日(木) 午前9時15分～ 10時15分	12月は ありません	12月は ありません	18日(水)午後1時30分 ★11月25日から電話で 申し込み(30名申込順)	午前 6日(金) 20日(金) 午後 5日(木) 19日(木)	13日(金) 午前9時～ 10時30分	16日(月) 午後1時30分～	6日(金) 午前9時30分～ 25日(水) 午後1時30分～
高井戸 (高井戸東3-20-3) ☎3334-4304	2日(月) 午前9時15分～ 10時	4日(水)・11日(水)・ 18日(水)	12月は ありません	18日(水) 午前10時30分～ 午後0時30分	午前 2日(月) 16日(月) 午後 6日(金)	12日(木) 午前9時～ 10時30分	3日(火) 午後1時30分～	11日(水) 午後1時30分～ 24日(火) 午後2時～
高円寺 (高円寺南3-24-15) ☎3311-0116	26日(木) 午前9時30分～ 10時15分	12月は ありません	9日(月) 午後1時30分 ～4時	2日(月) 午後1時30分～ 3時30分	午前 3日(火) 17日(火) 午後 5日(木)	3日(火) 午前9時～ 10時30分	27日(金) 午前9時～	12日(木)・13日(金) 午後1時30分～
上井草 (上井草3-8-19) ☎3394-1212	25日(水) 午前9時 ～10時	5日(木)・12日(木)・ 19日(木)	12月は ありません	17日(火) 午前10時30分～ 午後0時30分	午前 12日(木) 25日(木) 午後 11日(水)	10日(火) 午前9時～ 10時30分	9日(月) 午前9時30分～	13日(金) 午後2時～
和泉 (和泉4-50-6) ☎3313-9331	20日(金) 午前9時15分～ 10時15分	12月は ありません	12月は ありません	19日(木) 午後1時30分～ 3時30分	午前 4日(水) 18日(水) 午後 9日(月)	26日(木) 午前9時～ 10時30分	19日(木) 午後1時30分～	2日(月) 午後2時～

※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。

歯の
健康相談

問14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) ☎33393310391
へ

保健相談も行います
うつ・ひきこもり・精神疾患・思春期問題・依存症の

区からの お知らせ
SUGINAMI INFORMATION
年金

国民年金第3号被保険者の届出は配偶者勤務先へ

第2号被保険者(厚生年金や共済組合に加入している方)に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者は、第3号被保険者として国民年金に加入することになります。加入手続きは、第2号被保険者(配偶者)の勤務先になります。国民年金保険料は、第2号被保険者が加入している年金制度が負担しますの

で、個人で納付することはありません。第3号被保険者に該当したときの届出以外に、左表のような場合に届出が必要になります。詳細は、各手続き先または杉並年金事務所へお問い合わせください。

常勤の公務員として調査に従事し、報酬も支払われることとなります。来年は26年7月1日を調査期日とした、企業・事業所・卸売業・小売業などが対象の調査(経済センサス基礎調査および商業統計調査)が予定されています。

毎月第1土曜日に交通事故・防犯相談員による相談を実施します。12月7日(土)午前9時～正午、午後1時～4時(区政相談課(区役所東棟1階)内)示談の進め方や防犯に関すること(無料)当日、直接会場へ(区政相談課)同相談は、月・水・木・金曜日の午前9時～正午、午後1時～4時も実施しています

募集します

登録統計調査員

統計係では、国が行う各種統計調査に従事する調査員の登録を行っています。登録された方の中から統計調査(およそ2カ月)は非

あなたもスポーツ推進委員になりませんか

スポーツ推進委員は、区民の自主的なスポーツ活動の推進やスポーツによる地域づくりを目指して活動します。

3月31日(身)分教育委員会非常勤職員▽報酬月額8000円(25年度実績)▽募集人数50名(区内在住で地域スポーツに対する熱意と行動力のある方)募集要項(スポーツ振興課、区内体育施設などで配布)にある申込書に小論文を添えて、26年1月9日(必着)までにスポーツ振興課(区役所東棟6階)へ郵送または持参(同課)活動内容や小論文のテーマは募集要項をご覧ください

こんなとき	被保険者の種別	手続き先
配偶者である第2号被保険者が会社を退職したとき	第3号→第1号※	区国保年金課国民年金係(区役所中棟2階)、区民事務所・分室、駅前事務所
配偶者である第2号被保険者の扶養からはずれたとき		
配偶者である第2号被保険者と離婚したとき		
配偶者である第2号被保険者が65歳になったとき		
本人(第3号被保険者)が就職して厚生年金や共済組合に加入したとき	第3号→第2号	勤務先
配偶者である第2号被保険者の加入する被用者年金制度が変わったとき(例)厚生年金から共済組合へ変更	第3号→第3号(種別は変更ないが届出は必要)	第2号被保険者(配偶者)の勤務先
本人の住所や氏名が変わったとき	—	第2号被保険者(配偶者)の勤務先

※第1号被保険者とは、20歳以上60歳未満の自営業、学生、アルバイトの方などで、第2号・第3号被保険者以外の方です。

その他

東日本大震災の被災者の方へ医療費の申請をお忘れではないですか

東日本大震災で被災し、健康保険一部負担金免除証明書をお持ちの方で、医療機関でやむを得ず免除証明書を提示することができなかったときには、健康保険に申請することで支払った一部負担金の還付を受けられ

る場合があります。手続きには医療機関の領収書などが必要となります。※詳細は、加入している健康保険にお問い合わせください。

訂正とわび 11月1日付広報8面「リサイクルひろば高井戸」記事内「高井戸以外にも…」のあんさんぶる荻窪の住所は「荻窪5-15-13」の誤りでした。

障害福祉サービス利用者説明会

障害福祉サービス利用者説明会

「障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律(障害者総合支援法)」の改正により、26年4月1日にサービスの一部が改正されます。改正の概要と手続きについて下記のとおり説明会を開催します。

主な内容は、重度訪問介護の対象者の拡大、ケアホームとグループホームの一元化、障害支援区分への見直しなどについてです。

- 【日時・場所】 下表のとおり(各回とも同内容)
- 【対象】 障害福祉サービスを利用している方や関係機関の方など
- 【定員】 各50名程度(先着順)
- 【参加費】 無料
- 【申し込み】 当日、直接会場へ
- 【その他】 開催日より手話通訳・要約筆記あり(下表参照)

(障害福祉サービス利用者説明会)

日時	場所
① 12月13日(金) 午後2時～3時	高円寺障害者交流館(高円寺南2-24-18) ※手話通訳あり
② 12月17日(火) 午前10時～11時	高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5)
③ 26年1月17日(金) 午後2時～3時	井草地域区民センター(下井草5-7-22)
④ 1月22日(水) 午前10時～11時	あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) ※要約筆記あり
⑤ 1月28日(火) 午後2時～3時	永福和泉地域区民センター(和泉3-8-18)
⑥ 1月30日(木) 午前10時～11時	西荻地域区民センター(桃井4-3-2) ※手話通訳あり

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全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

11月13日現在、区立小中養護学校、保育園の給食食材、計1264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)

(測定日11月12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)	0.07
衛生試験所玄関前駐車場(高井戸東3-20-3)	0.08

※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。



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。



阿佐谷の街のお笑い芸人さん

すぎなみ学倶楽部HPへ

意外かもしれませんが、阿佐谷はお笑い芸人さんと縁が深い街です。多方面の活躍で大人気のお笑いコンビ『爆笑問題』が所属するプロダクションは阿佐谷にあり、地元の小劇場を舞台に、若手・中堅の芸人による「お笑いライブ」を定期的に開催しています。また阿佐谷の街のあちこちにあるライブハウスは、芸人志望の若者たちにとって絶好の修業の場。観客の反応がダイレクトに伝わる小さな空間で、毎夜、互いのネタを競い合いながら、明日のデビューを目指しています。



おすすめジェラートいかがですか!?

ウェブサイトもあるよ!

検索

そして、今、阿佐谷の地元お笑い芸人と言って名前が浮かぶのが、テレビやラジオなどで活躍中の『阿佐ヶ谷姉妹』(上写真)です。10年以上、阿佐谷在住という二人の地元知識はなかなかのもので、北口松山通り商店街にある老舗のお煎餅

屋さんやイタリアンジェラートのお店、舞台衣装を買っている駅前ダイヤ街の婦人服店など、なじみのお店がたくさんあるそうです。ちなみに『阿佐ヶ谷姉妹』のコンビ名を名乗るようになったのも、デビュー前から通っている行きつけのうなぎ屋さんからのアドバイスがきっかけだったとか。商店街を歩けばどこに行っても声をかけられるという二人は、その名の通り、阿佐谷の地元に着する「ご当地」芸人と言えるかもしれません。

ウェブサイトすぎなみ学倶楽部では、特集「阿佐ヶ谷姉妹と阿佐谷を歩く」や、芸能プロダクション社長で、爆笑問題の太田光さんの妻でもある太田光代さんのインタビューなど、阿佐谷とお笑い芸人さんの関わりが分かる楽しい記事を掲載しています。ぜひご覧ください。(な)

問産業振興センター産業観光係 ☎5347-9138

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。

◇区役所への問い合わせ

我が子は重度の食物アレルギーがあり、エビペンを持って小学校へ通っています。入学直後も給食対応に戸惑いと不安がありました。しかし、担任の先生を中心に、一つずつ学校側ができる事、これから取り組める事について話

し合うことができました。このように日々取り組む先生がいることを、入学前に知る機会があればアレルギーを持つ家庭の励みになると思います。

◇回答

区では、23年度から全ての区立学校で「学校生活管理指導表」を活用した食物アレルギー対応を行っています。入学前には、全ての区立学校でアレルギーについてアンケートを実施し、学校での配慮の必要の有無を確認しています。また、具体的な対応については、保護者面談を行っ

た上で、各学校のアレルギー対応委員会で検討し、教職員全員に周知しているほか、緊急時の訓練やエビペンの研修なども実施しています。教育委員会としても、引き続き、各学校での緊急時の対応の定着や、周囲の理解と協力が得られる体制強化に取り組んでいきます。(担当課=学務課)

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。

★「部活動」と活動内容★

部活動名・活動日	活動内容
阿佐ヶ谷部 (イベントを年2回程度企画、運営)	阿佐ヶ谷で、地元のつながりをつくろうと、イベント開催を企画していきます
高円寺部 (毎月最終日曜日・午後)	高円寺初心者大歓迎。高円寺で四季を楽しむ活動をします
水曜夜ごはん部 (隔週の水曜日・夜) ※若干名の募集	区内のお店に食べに行く回と、調理をする回を交互に活動します
笑う育父(いくち)部 (毎月第2木曜日・夜、第4土曜日・午前)	子育てに関心のある男性大歓迎。高円寺地域を中心に父と子の両方が楽しめる空間を作ります
銭湯部 (月1回程度)	銭湯で開催されるダンスやライブなどのイベントと一緒に銭湯仲間をつくります



大人の部活動 CAMOプロジェクト

説明会

問社会教育センター ☎3317-6621

CAMO(かも)プロジェクトは何かやりたい、新しい環境に飛び込みたい、いろんな人と交流したい、そんな思いを応援するプロジェクトです。そのキッカケづくりとして、現在5つの「部活動」が活動中です(右表参照)。今回はこの5つの「部活動」が、それぞれの紹介や活動を通して感じていることをオリエンテーションでお話しします。「部活動」に入りたい方も、「部活動」を立ち上げたい人も地元(すぎなみ)で、部活動(楽しいこと)と一緒にできるチャンスです。

時①12月4日(水)午後8時~9時②12月7日(土)午後1時30分~2時30分 問セシオン杉並(梅里1-22-32) 問区内在住・在勤・在学または杉並区に縁のある20~30歳代の方 問各日20名(申込順) 問無料(申込)電話、ファクスまたはEメール(11面記入例参照)に①②の希望と希望部(右表参照)も書いて、12月2日までに社会教育センター ☎3317-6621 FAX3317-6620 問 shakyo-c@city.suginami.lg.jpへ

米国の新型の核性能実験に抗議しました

区は、アメリカ合衆国が7月~9月に実施した新型の核性能実験に対し、抗議文を10月31日付で米国大使館を通じ、アメリカ合衆国・オバマ大統領宛てに送付しました。区議会は、11月5日付で同内容の要請書を同大統領宛てに送付しました。

問区民生活部管理課
区議会事務局

日本赤十字社 義援金・救援金のご協力をお願いします

①千葉県茂原市台風26号災害義援金

【受付期間】12月31日(火)まで

【入金方法】

郵便振替で「00120-5-790481(日赤)千葉県茂原市台風26号災害義援金」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、その旨を通信欄に記入。

②2013年フィリピン台風救援金

【受付期間】26年2月28日(金)まで

【入金方法】

郵便振替で「00110-2-5606日本赤十字社」へ振り込み
※通信欄へ「2013年フィリピン台風」と明記
※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、その旨を通信欄に記入。

◆◆◆ 区役所にも義援金箱を設置します ◆◆◆

【設置期間】①12月28日(出)まで②26年2月28日(金)まで

【設置場所】月~金曜日=保健福祉部管理課地域福祉係(区役所東棟3階。祝日を除く)
土曜日=区民課区民係(東棟1階。祝日を除く)

問保健福祉部管理課地域福祉係



競技大会

●区民体育祭 **バドミントン**

■26年1月26日(日)午前9時～午後7時
 荻窪体育館(荻窪3-47-2) 内種目=男女混合団体戦 区内在住・在勤・在学の方 定80名(申込順) 費無料(申込往復ハガキ(11面記入例参照)で、12月10日(必着)までに区バドミントン協会・柵山龍男(〒168-0063和泉2-9-4)へ 電話 柵山 ☎5932-5774 (午前10時～午後6時) 他申し込みは個人単位とし、組み合わせは事前に決定します。ラケットのない方は、当日会場へ貸し出します

スポーツ教室

●楽しく健康タイム(12月～3月) ①ベーシックエアロビクス②筋力トレーニング(自分の体重を利用したトレーニング)

■12月12日～26年3月27日の第2・4木曜日 ①午前11時～正午 ②正午～午後1時
 妙正寺体育館(清水3-20-12) 師片山みき 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方

定各50名程度(先着順) 費各回300円(連続受講500円) 申込当日、直接会場へ 妙正寺体育館 ☎3399-4224

●ヒップホップきょうしつ はじめのいっぽ

ヒップホップの基礎の基礎から分かりやすく丁寧に指導します。
 ■12月20日～26年3月14日の毎週金曜日 ①午後3時～4時 ②4時～5時(1月3日を除く。各回計12回) 大宮前体育館 師国沢圭織 区内在住・在学の方 ①年中～小学2年生 ②小学3～6年生 定各20名(抽選) 費各9000円(申込往復ハガキ(11面記入例参照)に①②の希望も書いて、12月2日(必着)までに大宮前体育館(〒168-0081宮前2-11-11)へ 電話 同体育館 ☎3334-4618

●杉小温水プールの教室

◇アクアビクス(上半身強化)～ベーシック 基礎から指導。上半身強化ウオークで背筋を伸ばし、水中気功も行います。
 ■12月5日(木)・19日(木)午前10時～11時 師松井仲子、金田光世 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定各日30名(先着順) 費各日500円
 ◇個人向けワンポイント
 ■12月1日～22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・在学で小学生以上の方(小学3

年生までは水着着用保護者同伴) 定各日10名(先着順) 費無料(入場料別)
 ◇アクアビクス(上半身強化)～シェイプアップ

音楽に合わせて体を動かし、脂肪燃焼させましょう。
 ■12月12日(木)午前10時～11時 師金田光世 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定30名(先着順) 費500円

——〈いずれも〉——
 ■ 園 杉小温水プール(和田3-55-49) ☎3318-8763 申込当日、直接会場へ 他 駐車場はありません

●荻窪体育館の教室

◇小学生 集まれ!～ソフトバレー

■12月1日(日)午前9時～11時 師ソフトバレーボール連盟 区内在住・在学の方 定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当日の同時帯は3面を個人利用として開放しています

◇気軽にフィットネスⅡ(自由参加型)

自然の恵みに学ぶコアストレッチ&リラクゼーションで体幹を鍛えましょう。
 ■12月1日(日)・8日(日)午後1時～2時30分 師金田光世 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定各日20名(申込順) 費各日500円(申込各開催日の6日前から電話で、同体

育館へ
 ——〈いずれも〉——
 ■ 園 荻窪体育館(荻窪3-47-2) ☎3220-3381)

●永福体育館の教室

◇小学生放課後チャレンジスポーツ

鉄棒・マット・跳び箱にチャレンジ!
 ■12月4日(水)午後3時～5時 師TiAmo 区内在住・在学の方 定30名(申込順) 費無料(申込午前9時から電話で、同体育館へ) 他動きやすい服装で、体育館履き、タオル、飲み物を持参してください

◇冬のパーソナルストレッチ教室

新しい年の始まりにストレッチを始めませんか。暖かい部屋での少人数の教室です。


■26年1月8日～2月26日の毎週水曜日 ①午後1時～1時40分 ②1時45分～2時25分 ③2時30分～3時10分(各計8回) 師秦祐子 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定各6名(抽選) 費各4000円(申込往復ハガキ(11面記入例参照)に①～③の希望も書いて、12月4日(必着)までに同体育館へ 他動きやすい服装、室内用運動靴を持参してください

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

民営化宿泊施設をご利用ください

岩櫃山の麓で自然を満喫 コニファーいわびつ

コニファーいわびつの紅葉はまだまだ見頃です。真田の歴史残る岩櫃山も近く、一足伸ばせば美しい自然を満喫できます。野山を散策した後は、ゆっくりとおいしい食事とお風呂でおくつろぎください。



▲施設外観


◇「阿佐ヶ谷駅発着無料送迎バス」の運行日が決定
 乗り換え一切なしの便利な送迎バスをぜひご利用ください。
 ●12月=1日(日)～4日(水)、9日(月)～12日(木)、20日(金)～23日(祝)
 ●26年1月=8日(水)～11日(土)、17日(金)～20日(月)、28日(火)～31日(金)
 ●2月=10日(月)～13日(木)、25日(火)～28日(金)
 ●3月=5日(水)～8日(土)、14日(金)～17日(月)
 ●出発時刻=往路=JR阿佐ヶ谷駅南口午後0時30分発/復路=コニファーいわびつ午前9時30分発
 ●最少催行人数=8名(申込順。定員あり)

◇期間限定 冬期平日マイカー・公共交通機関利用割引
 26年1月6日～3月20日の月～金曜日(祝日を除く)に、マイカーまたは公共交通機関を利用してお越しの方は、宿泊料金を1050円割引します。

◇榛名湖イルミネーションフェスタ2013 開催日決定
 12月6日(金)～25日(水) コニファーいわびつから車で30分
 詳細・申し込みは、電話で「コニファーいわびつ」へ

美しい海岸と豊かな温泉 弓ヶ浜クラブ

伊豆三大美浜のひとつである弓ヶ浜。日本の渚百選のひとつにも選ばれた美しい弓ヶ浜の海岸が印象的です。この地は冬でも温暖な気候で、12月下旬には水仙、2月には菜の花やみなの桜も咲き乱れます。おいしい食事と豊富な湯量の温泉をお楽しみください。



▲弓ヶ浜海岸

◇冬季割引スタート
 26年4月30日(水)まで、冬季割引を実施しています。(年末年始を除く)
 ●料金=1泊2食付き2985円～(宿泊補助金適用後)

◇「阿佐ヶ谷駅発着バスパック」のお知らせ
 4月までの指定日に2泊3日のJR阿佐ヶ谷駅発着バスパックを実施します。暖かな南伊豆の地で、ご家族やお友達とのんびり過ごしませんか。
 ●出発日=11月26日(火)、12月16日(月)・18日(水)、26年1月8日(水)、2月24日(月)・26日(水)、3月4日(火)・6日(木)、4月1日(火)・22日(火)
 ●料金=2泊5食+2日目観光付き1万4800円～(宿泊補助金適用後)
 ●最少催行人数=25名(お申し込みは2名から受け付けます)

◇団体利用プラン
 10名以上で区内からマイクロバス送迎を行います(要相談)。また、カラオケルームの使用料サービスなどの特典があります。
 詳細・申し込みは、電話で「弓ヶ浜クラブ」へ

民営化宿泊施設の予約・宿泊料金など					直営施設「杉並区秋川研修室」予約・料金など	
⇒ご予約は、直接各施設へ。					あきる野市五日市 ☎042-596-0693	
施設名(所在地)	湯の里「杉菜(すぎな)」 (神奈川県足柄下郡湯河原町) ※予約は、26年3月23日分まで	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)	料	金
申し込み先(受付時間)	☎0120-465-002 ☎0465-62-4805 (午前9時～午後8時)	☎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)	▷宿泊(1泊2日)=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=毎週月曜日、年末年始、施設点検日	
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=7980円～	区民=8505円～	小学生以上=7000円～ ◆冬季割引◆26年3月31日まで(年末年始を除く。小学生以上=6000円～)	5歳以上=7770円～ ◆冬季割引◆ 26年4月30日まで(年末年始を除く。5歳以上=5985円～)	対象 区内の団体が、研修や勉強会などで利用する施設です。区内在住・在勤・在学の方が3分の2以上を占める10名以上40名以下の団体が対象です。 ※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利用希望日の2カ月前の月の1日(1日が休日等の場合は直後の休日でない日)から、電話・窓口で受け付けます。 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、利用希望日の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.持ち込んだ物やごみは必ずお持ち帰りください。3.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・園区民生活部管理課(区役所西棟7階)
	休前日	大人 区民=9030円～	区民=9555円～	小学生以上=8000円～ ◆冬季割引◆26年3月31日まで(年末年始を除く。小学生以上=6000円～)		
	年末年始	大人 区民=1万800円～	区民=1万1130円～	小学生以上=9450円～	5歳以上=9240円～	
	子供	区民=6615円～	区民=7350円～			
	入湯税	12歳以上150円	12歳以上150円		12歳以上130円	
補助	区民(区内在住者)の方は、上記料金を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。					
ご注意	※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。					

■新米ママパパへ小児科医からのメッセージ

■12月18日(水)午後2時～3時30分 荻窪保健センター(荻窪5-20-1) 内救急時の対処法など小児救急に関すること 師セキこどもクリニック・関兼英 対0歳児(第1子)の保護者定30組(申込順) 費無料 申込・ 電話で、荻窪保健センター ☎3391-0015へ

■家族介護教室

◇高齢者の栄養と食べやすい食事

■11月28日(木)午後1時30分～3時 ふれあいの家 しみいぐさ正吉苑(下井草4-22-4) 師管理栄養士・長谷川香葉 対区内在住・在勤の方定20名(申込順) 費無料 申込・ 電話で、ふれあいの家しみいぐさ正吉苑 ☎3390-8074へ

◇ドクターに訊く 抱え込まない在宅介護のヒント

■12月4日(水)午後2時～4時 西荻南区民集会所(西荻南3-5-23) 師医療法人社団健友会理事長・山田智 対区内在住・在勤の方定30名(申込順) 費無料 申込・ 電話で、ケア24西荻 ☎3333-4668へ

◇いつでもできる転倒・腰痛予防体操

■12月4日(水)午後2時～3時 日デホーム宮前ふれあいの家(宮前5-17-15) 師介護予防運動指導員・小坂ゆかり 対区内在住の方定20名(申込順) 費無料 申込・ 電話で、日デホーム宮前ふれあいの家 ☎3335-8161へ

◇特別養護老人ホームってどんなところ?～「マイルドハート高円寺」の施設紹介、見学会

■12月6日(金)午後2時～3時30分 特別養護老人ホームマイルドハート高円寺(高円寺北1-28-1) 師マイルドハート高円寺・荻田員世 対区内在住の方定20名(申込順) 費無料 申込・ 電話で、ケア24高円寺 ☎5305-6151へ

◇もっと上手に、携帯電話を使いましょう!

■12月9日(月)午後2時～4時 阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 師NPO法人竹箒の会 対区内在住・在勤の60歳以上で初参加の方定30名(申込順) 費無料 申込・ 電話で、ケア24阿佐谷 ☎3339-1588へ 他当日は、携帯電話を持参してください

杉並区・青梅市交流事業

青梅の森 **ノルディックウォーキング楽校** 森を歩こう 森で歩こう

東京の奥にある「青梅の森」をノルディックウォーキングで散策しながら、青梅市の人たちと交流会をします。皆で楽しみましょう。

■12月7日(出)午前10時30分集合(雨天中止) 陽行程=青梅市永山総合運動場管理棟(集合)→風の子太陽の子広場→青梅の森(解散) 師JNFA公認ベシックインストラクター 対小学生以上でポールを使用できるお子さんと保護者定7組14名(申込順) 費無料 申込・ 電話で、青梅市総合体育館 ☎0428-24-7721へ 他①運動のできる服装でタオル、飲み物、弁当を持参してください②ノルディックポールは無料で貸し出します



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

★東京女子大学クリスマスコンサート・メサイア 12月6日(金)午後7時～9時 杉並公会堂 出演=東京女子大学クワイヤ(合唱)▷曲目=ヘンデル「メサイア」抜粋、クリスマスの讃美歌 定1000名(申込順) 費2500円 申込 往復ハガキ(11面記入例参照)に必要枚数を書いて、11月27日(必着)までに同大学クリスマスコンサート係(〒167-8585 善福寺2-6-1)へ 同大学全学共通教育センター音楽オフィス・藤村 ☎5382-6406 ①駐車場はありません②就学前のお子さんは入場できません③区内中・高校生親子20組、65歳以上の方10名無料招待(抽選)=往復ハガキ(11面記入例参照)に中高生は学年も書いて、11月27日(必着)までに同大学クリスマスコンサート係へ 藤村 ☎5382-6406

★杉並弦楽合奏団定期演奏会 12月7日(出)午後2時～4時 榊シオン杉並 曲目=モーツァルト「ピアノ協奏曲『ジュノム』」、ヤナーチェク「弦楽のための組曲」ほか 対区内在住の方定578名(先着順) 費無料 申込 当日、直接会場へ 同合奏団・鳥井 ☎3334-8434

★クリスマスミュージカル「スクルージ」 12月12日(木)①午後7時、12月13日(金)②午後2時③7時 高円寺 出演=劇団俳優座・関口晴雄、オーサカモノレール・向井志門ほか▷演出=瓜生恭子 各回200名(申込順) 費各回3000円(区内在住の方は各回2800円) 申込 申し込みサイト http://ticket.corich.jp/apply/50284/ から、12月10日までに申し込み 同Pillar of Fire(ピラーオブファイヤー) ☎090-9138-9529 ④特別企画=12月12日(木)午後6時30分～6時45分に、子供たち向けの「楽しいおんがく教室」を開催します

★クリスマスコンサート～オーケストラと合唱で楽しく集いましょう 12月14日(出)午後1時30分～3時30分 高井戸地域区民センター 出演=アンサンブル杉フィル▷曲目=ホワイトクリスマス、花は咲く、きよこの夜(合唱)、シングルベルほか 対区内在住の方定90名(先着順) 費200円 申込 当日、直接会場へ 同杉の樹大学同窓会・塩澤 ☎090-5499-5712

★阿佐谷駅前イルミネーション点灯記念～クリスマス・コンサート 12月22日(出)午後2時～4時 細田工務店(阿佐谷南3丁目) 出演=榎本真美▷曲目=シューベルト「アヴェ・マリア」、フランク「天使の糧」ほか 対区内在住の方定100名(申込順) 費1000円 申込 電話またはファクス(11面記

入例参照)で、細田工務店 ☎0800-170-7700 FAX5397-7772へ 同池川 ☎3391-8253

★いずみkoubou～手しごと ぱたぱた展 12月6日(金)・7日(出)午前10時～午後3時 杉並いずみ第二方南(方南1丁目) 障害者通所施設利用者が制作した手織りの商品、マフラー、袋物、フェルト・手染めの商品などの展示即売会 申込 当日、直接会場へ 杉並いずみ第二方南 ☎3321-4485

★善福寺川フォーラム～善福寺川を里川にしよう 12月8日(出)午後1時30分～5時 善福寺川あんさんぶる 荻窪 水質汚染の改善策の話し合い、行政機関への意見書のまとめ 同東京都河川部の職員ほか 定65名(先着順) 費無料 申込 当日、直接会場へ 同善福寺川フォーラム実行委員会 ☎3392-5231

★Nepal-Japan Children Exchange Program (ネパール・日本 子ども交流会) 12月19日(木)午前10時～正午 同産業商工会館 区内のネパール人学校の生徒と日本人の子供による、英語・音楽を通しての交流 対区内在住で就学前の3～6歳のお子さんとその保護者 定20名(申込順) 費500円 申込 Eメール(11面記入例参照)で、杉並区交流協会 info@suginami-kouryu.orgへ 同同協会 ☎5378-8833 協力=エベレスト・インターナショナル・スクール

講演・講座

★認知症サポーター養成講座 11月30日(出)午後2時～3時30分 同アリア高井戸(高井戸東3丁目) 認知症についての正しい知識の取得 師キャラバン・メイト 対区内在住・在勤・在学の方定20名(申込順) 費無料 申込・ 電話で、アリア高井戸 ☎5336-6611へ

★子ども感性教育研究会セミナー「影と遊ぼう」 11月30日(出)午後2時～4時 女子美術大学杉並キャンパス(和田1丁目) 子供たちとのワークショップ、講演会 師グラフィックデザイナー・花牟禮亜聖 対高校生以上の方定50名(申込順) 費1000円(学生無料) 申込・ 電話で、11月29日までに同大学同窓会事務局 ☎3381-1500へ

★土曜学校「見直そうエネルギー」～機械に頼る前の生(しょう)エネルギーを杉並の住まいに 11月30日(出)午後6時30分～8時30分 同産業商工会館 北海道大学名誉教授・荒谷登、建築家・寺尾信子 定100名(申込順) 費500円(高校生以下は無料) 申込 ファクス(11面記入例参照)で、11月26日までに日本建築家協会杉並地域会・坂野 FAX3220-5593へ 同坂野 ☎3220-5100

★二人目からの高齢出産 12月6日(金)午前10時～正午 同高井戸児童館 ミニ講座、参加者の交流 師出産ジャーナリスト・河合蘭ほか 対35歳以上で、2人目以降の出産を考えている方(初産年齢不問) 定20組(申込順) 費1500円。子供無料(子育て応援券利用可) 申込 Eメール(11面記入例参照)

杉並・荻窪税務署からの お知らせ

「社会保障の安定財源の確保等を図る税制の抜本的な改革を行うための消費税法の一部を改正する法律」により、26年4月1日から消費税(地方消費税を含む)の税率が8%に引き上げられます。

詳細は、国税庁ホームページ http://www.nta.go.jp/shiraberu/ippanjoho/pamph/shohi/kaisei/201304.htm をご覧いただくか、最寄りの税務署までお問い合わせください。

また、政府では、消費税率の引き上げに当たり事業者の方々が円滑かつ適正に転嫁できるように、転嫁や価格表示、便乗値上げなどに関する政府共通の相談窓口「消費税価格転嫁等総合相談センター」を設置しています。

◆消費税価格転嫁等総合相談センター専用ダイヤル ☎0570-200-123 (平日午前9時～午後5時(26年3月・4月は土曜日も受け付け))

にお子さんの参加の有無も書いて、see mom.be mom・木野内 seemombemom@gmail.comへ 同木野内 ☎080-6552-4445 他お子さんは同室参加できます

★河北健康教室 小児のための勉強会「発達障害とは?～パート2」 12月7日(出)午前11時～正午 同細田工務店(阿佐谷南3丁目) 同同病院小児科部長・勝盛宏 対小学生の保護者および関係者 定80名(申込順) 費無料 申込・ 電話で、同病院広報室 ☎3339-5724(午前9時～午後5時(日曜日、祝日を除く))へ

★講演「山川菊栄の思想と生涯」とドキュメンタリー「姉妹よ ますかく疑うことをならえ」の上映 12月8日(出)午後1時30分～4時30分 同中央図書館 師和光大学名誉教授・井上輝子 定60名(先着順) 費300円 申込 当日、直接会場へ 同重藤 ☎080-5033-3371 他1歳～就学前の託児あり(11月22日午前9時から、11月28日までに中央図書館事業係 ☎3391-5768へ 申し込み(定員5名。申込順))

★大人の楽しい折り紙～折り紙で楽しく指を動かして、脳の活性化に役立てましょう 12月11日(出)午後1時30分～3時30分 同高井戸地域区民センター 同サンタクロス、星付きのツリー、紅白鶴、干支の午など 師国際折り紙レタークラブ代表・小野原勝男 対区内在住・在勤の方定30名(抽選) 費500円 申込 往復ハガキ(11面記入例参照)で、11月30日(必着)までに小島明子(〒168-0072 高井戸東3-25-11)へ 同生きがいクラブ杉並・小島 ☎070-5560-1587

その他

★杉並青色申告会 ◇平成25年分給与・賞与年末調整手続き①説明会②個別指導会 ①12月4日(水)午後2時～3時30分②12月16日(月)～26日(木)、26年1月6日(月)～10日(金)午前10時～午後4時(土・日曜日、祝日を除く) 対従業員に給

与を支払っている個人事業者 定延べ600名(申込順) 費500円(従業員が5名を超えた場合、超えた1名ごとに200円) 申込 電話またはファクス(11面記入例参照)で、①は12月3日まで、②は希望日の3日前までに同会へ 同持ち物=(1)25年の従業員ごとの給与、賞与、これらから天引きした金額(社会保険料、源泉税等)の分かるもの(2)25年1月～6月分の源泉徴収納付書(控)(3)年末調整に必要な控除証明書(国民年金、生命保険の控除証明書等) ◇不動産のリフォーム・売買・空室対策のお悩みを専門家に個別相談 12月17日(火)・18日(水)午後1時～5時(1人1時間程度) 対区内在住の方定各日12名(申込順) 費500円 申込 電話で、希望日の前日までに同会へ

— (いずれも) — 同杉並青色申告会(阿佐谷南3丁目 ☎3393-2831 FAX3393-2864)

★税金なんでも相談会 12月4日(水)午後1時～4時 同東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目) 費無料 申込・ 電話で、東京税理士会荻窪支部 ☎3391-0411(午前9時30分～午後5時(正午～午後1時を除く))へ 他①相談時間は1人45分程度②詳細は、同支部のホームページをご覧ください

★杉並区シルバー人材センター ◇公開体力測定 12月6日(金)午後1時～3時 同荻窪体育館 同問診・血圧・身長・体重・足指力・握力・バランス・歩行速度など 対区内在住で60歳以上の方定50名(先着順) 費無料 申込 当日、直接会場へ 同同センター ☎3317-2217

◇エアコンクリーニング 費一般住宅用壁掛け1台8400円～、2台目以降は7400円～(集合住宅など1度に続けて作業可能な場合はこの複数台割引を適用) 申込・ 電話で、同センター方南分室 ☎3323-1420へ 他①幅90cm以上の壁掛け大型・床置き・天井埋め込みは割増料金になります②機種により作業できない場合もあります

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、区役所〇〇課(〒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

■区役所ロビーさざんかコンサート
お昼のひとときを素敵な音楽でお楽しみください。
時11月25日(月)午後0時10分～0時50分 区役所1階ロビー 内出演=日本フィルハーモニー交響楽団弦楽四重奏団▷曲目=ロジャース「サウンド・オブ・ミュージック」ほか定100名(先着順) 費無料申込当日、直接会場へ 問文化・交流課文化振興担当

■大田黒公園「クリスマスリース作り」
園内で採取した自然素材を使い、親子でクリスマスリース(右写真)を作りましょう。
時12月14日(土)①午前9時30分～午後0時30分②1時30分～4時30分 場大田黒公園 対小学生以上のお子さんとその保護者定各回10組(抽選) 費1セット1000円申込往復ハガキ(記入例参照)にお子さんの名前(フリガナ)と年齢も書いて、12月4日(必着)までに大田黒公園管理事務所(〒167-0051荻窪3-33-12)へ 問同事務所 ☎3398-5814 他はさみ、糸、縫い針を持参してください



■フリーマーケットの開催と出店者募集
時12月15日(日)午前10時～午後1時 場あんさんぶる荻窪 対区内在住・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、12月6日(必着)までに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)へ 問同館 ☎3398-3191 他 J A 東京中央杉並中野地区青壮年部による農産物・花苗などの販売もあります(午前10時から。売り切れ次第終了)。

郷土博物館

◇11月の年中行事「荒神さまのお帰り」
荒神さま(右写真)は台所の神様です。10月末に出雲へ旅立った荒神さまのお帰りを11月末日にお迎えする行事とその紹介を行います。
時11月23日(祝)～30日(土)午前9時～午後5時▷休館日=25日(月)



◇12月の年中行事「ヨウカドウ」
今は行われない、魔よけのための年中行事「ヨウカドウ」について古民家で紹介します。
時12月1日(日)～8日(日)午前9時～午後5時▷休館日=2日(月)

◇年中行事ワークショップ「ミニかごを作ろう！」
年中行事「ヨウカドウ」では、魔よけのために家の前の軒に目かごを立てます。かわいい小さなかごを作ってみませんか？
時12月8日(日)午後2時～3時30分
—— 〈いずれも〉 ——

場・問郷土博物館(大宮1-20-8 ☎3317-0841) 費100円(観覧料。中学生以下無料) 申込当日、直接会場へ

リサイクルひろば高井戸

①石けん作り体験
時12月6日(金)午前10時30分～正午 定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ネクタイで作る巾着袋
時12月10日(火)午後1時30分～3時30分 定12名(申

込順) 費400円 申込電話で、同ひろばへ
③包丁研ぎを習おう
時12月14日(土)午前11時～正午(2)午後1時～2時 定各回5名(抽選) 費無料申込往復ハガキ(記入例参照)に(1)(2)の希望も書いて、11月30日(必着)までに同ひろばへ
④着物や洋服のリメイク
時12月16日(月)午後1時30分～3時30分 定10名(申込順) 費600円 申込電話で、同ひろばへ
—— 〈いずれも〉 ——
場・問リサイクルひろば高井戸(〒168-0072高井戸東3-7-4 ☎3331-4360/午前10時～午後6時。水・木曜日休館) 対区内在住・在勤・在学の方 ②～④は長寿応援対象事業です

■学校給食展示会～なみすけも試食にきます！
「生涯を通じて健康な生活を送る基礎を培うための学校給食をめざして」をテーマに、学校給食全般についてのパネル展示と試食会などを行います。
時・内・定12月6日(金)午前10時～午後4時30分▷①学校給食に関する展示②学校栄養士の研究発表③実験教室=午前10時45分～正午④学校給食試食会=午後0時30分～1時30分(午前10時から試食券を配布します。限定50食。なくなり次第終了。一口試食あり)⑤料理教室=午後3時～4時30分(20名。申込順) 場阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 費無料申込①～④は当日、直接会場へ⑤は電話で、学務課保健給食係へ 問同係

講演・講座

■ボランティア応援講座
区内には、いろいろなボランティア活動の場があり、作りだすこともできます。一緒に自分にできることを探してみませんか。
時・内12月2日(月)=ボランティア活動にはどんなものがあるか▷5日(木)=何ができるか、調べて相談しよう▷6日(金)=実際に活動を始めよう/いずれも午前10時～正午。計3回 場ゆうゆう高円寺南館 師 N P O 法人竹藪の会 定20名(抽選) 費無料申込ハガキ(記入例参照)で、11月28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 問同館 ☎5378-8179

■幻の城、西荻城山と太田道灌襲来の謎を解く～わが街を知る
西荻城山の本来の姿はどういったものだったのか、西荻周辺にはなぜ太田道灌伝説が点在するのかなど、独自の切り口からその真実に迫ります。
時12月7日(土)午後2時～4時 場西荻図書館(西荻北2-33-9) 定30名(先着順) 費無料申込当日、直接会場へ 問西荻図書館 ☎3301-1670

■公害健康被害予防事業講演会～子どものアレルギーーとの上手なつきあい方
子供の食物アレルギーやアトピー性皮膚炎について、日常生活での注意点、家庭でできるスキンケアなどについてお話しします。
時12月13日(金)午前9時30分～11時30分 場高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) 師国立成育医療研究センターアレルギー科・二村昌樹 対乳幼児の保護者または家族の方 定40名(申込順) 費無料 申込・問電話で、杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025 へ 他就学前の託児あり(事前申込制。定員15名(申込順))

◇天文の夕べ 観望会
科学館の望遠鏡で、夜空の星を観察しましょう。雨天・曇天の場合は天文の話を行います。
時12月7日(土)午後5時～7時 対区内在住・在勤・在学の方(小中学生は保護者同伴) 定140名(先着順)

◇天文の夕べ クリスマスコンサート
プラネタリウムの星空の下で、リコーダーの演奏によるバロックの名曲をお楽しみください。
時12月21日(土)午後6時30分～8時30分 内出演=野崎剛右(リコーダー)、田宮亮(オルガン) 対区内在住・在勤・在学の方(小中学生は保護者同伴) 定120名(先着順) 他午後5時30分から同館1階ホールで整理券を配布します。5歳未満の乳幼児はご遠慮ください

—— 〈いずれも〉 ——
場科学館(清水3-3-13) 費無料申込当日、直接会場へ 問科学館 ☎3396-4391 他エレベーター・エスカレーターはありません。車での来館はご遠慮ください

〈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、 対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
浜田山館(浜田山4-18-31 ☎・FAX3315-7815)	心静かに水墨画教室～初歩から教えます	毎月第2日曜日、午後1時～2時30分 費1回500円
梅里堀ノ内館(堀ノ内3-37-4 ☎・FAX3313-4319)	みんなで楽しく健康づくり・3B体操講座	12月6日から第1・3金曜日、午後1時30分～3時30分 費1回500円 他手具は用意します
今川館(今川4-12-10 ☎・FAX5303-1501)	四季の花講座「クリスマスのウェルカムリース」	12月11日(水)午後1時30分～3時30分 定10名(申込順) 費2000円(材料費含む)
西田館(荻窪1-57-4 ☎・FAX3391-8747)	おいしいコーヒーの入れ方教室 師 突々啓行	12月13日(金)午後1時30分～3時30分 定20名(申込順) 費900円(材料費含む)
阿佐谷館(阿佐谷南3-2-19 ☎・FAX3391-8345)	お茶の周英語サロン～会話や歌を楽しもう	12月11日から毎月第2・4水曜日、午後6時～8時 費1回700円
善福寺館(善福寺2-26-18 ☎・FAX3394-8963)	手ぬぐい体操 師 志賀恭子	12月2日から毎月第1・3月曜日、午後1時30分～2時30分 費1回300円 他当日参加可

※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。今川館は、第1月曜日・第3木曜日が休館です。いずれも長寿応援対象事業です。

区民の皆さんが主役の情報番組 「すぎなみニュース」をご覧ください

区内での出来事や区の取り組み、イベント情報など、毎週新しい情報をお伝えします。

- 放送局=ケーブルテレビJ:COM東京(デジタル11チャンネル・アナログ2チャンネル)▷
放映時間=午前9時、正午、午後8時の1日3回(各15分)
- 今後の放映予定 11月24日(日)～30日(土)
▷11月9日(土)・10日(日)に行われた「すぎなみフェスタ2013」の様子をたっぷりお届けします!

※区ホームページの動画コーナーでもご覧になれます。内容は変更する場合があります。

問広報課

■ユネスコ親子科学教室「化石・ふしぎな石～木の葉の化石探し体験」

いろいろな化石を見たり、さわったり、岩石との違いは? レプリカも作ってみよう。
時12月14日(土)午前10時～正午 場センオン杉並(梅里1-22-32) 師科学読物研究会・坂口美佳子 対区内在住・在学の小学3～6年生とその保護者 定20名(抽選) 費1名500円 申込往復ハガキ(記入例参照)に保護者とお子さんの氏名(フリガナ)・年齢・学年も書いて、12月6日(必着)までに社会教育センター(〒166-0011梅里1-22-32)へ 問杉並ユネスコ協会・山田 ☎090-6105-6633

科学館

◇区民科学講座「日常生活と科学③」～「うま味」の科学と生活

私たちが普段使っている日用品のなかにも、たくさんの「科学」が潜んでいます。実験などを交えながら、身近な「科学」について考える講座です。
時12月7日(土)午後2時30分～4時30分 師味の素(株)バイオ・ファイン研究所 外内尚人 対区内在住・在勤・在学で小学校高学年以上の方 定40名(先着順) 他講師と参加者の双方向なコミュニケーションを重視したサイエンスカフェ形式で行います

◇天文の夕べ 観望会
科学館の望遠鏡で、夜空の星を観察しましょう。雨天・曇天の場合は天文の話を行います。
時12月7日(土)午後5時～7時 対区内在住・在勤・在学の方(小中学生は保護者同伴) 定140名(先着順)

◇天文の夕べ クリスマスコンサート
プラネタリウムの星空の下で、リコーダーの演奏によるバロックの名曲をお楽しみください。

時12月21日(土)午後6時30分～8時30分 内出演=野崎剛右(リコーダー)、田宮亮(オルガン) 対区内在住・在勤・在学の方(小中学生は保護者同伴) 定120名(先着順) 他午後5時30分から同館1階ホールで整理券を配布します。5歳未満の乳幼児はご遠慮ください

—— 〈いずれも〉 ——
場科学館(清水3-3-13) 費無料申込当日、直接会場へ 問科学館 ☎3396-4391 他エレベーター・エスカレーターはありません。車での来館はご遠慮ください

