

9ぎなみ



申告書は正しくお早めに! ... 2・3

「(仮称)杉並区地域エネルギービジョン」の策定について 4

「小学生名寄自然体験交流」学習成果発表会10

区基本構想小中学生作文コンクールの受賞作品が決まりました12

「コミュかる」が折り込まれています。

発行/杉並区編集/広報課 〒166-8570杉並区阿佐谷南1-15-1 http://www.city.suginami.tokyo.jp/ 区の代表電話 ☎3312-2111 FAX3312-9911 (広報課直通)

80年の歩み つなげよう、未来へ

0歳の赤ちゃんのいるご家庭の皆さんへ

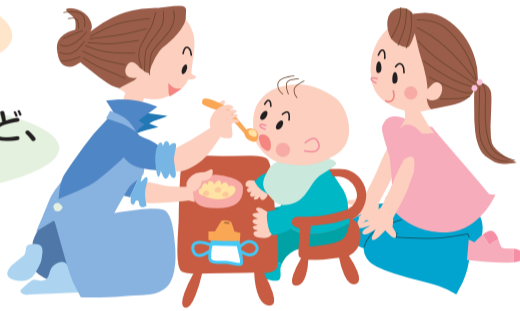
訪問育児サポーターをご存じですか?

子育てって分からないことがいっぱい…。こんな時は訪問育児サポーターをご利用ください!

こんなに泣きやまないのはどこか具合が悪いの?

赤ちゃんがハイハイしそうだけど、家の中に危ないところはある?

この服の着せ方は厚着? それとも薄着?



訪問育児サポーターは、少し先の子育ての見通しを立てていただくことで、保護者の方の気持ちが楽になるよう、区の専門研修を受けたサポーターが、ご自宅を訪問し子育ての悩みや、心配ごとの解決をお手伝いします。—問い合わせは、杉並区社会福祉協議会☎5347-1018 (区委託事業 月～金曜日(祝日を除く)。午前9時～午後5時)へ。

対象者

区内在住で1歳未満のお子さんがある家庭 (お子さんの満1歳の誕生日の末日まで)

利用回数・訪問日時

1回2時間。3回(多胎児の場合は6回)まで 月～金曜日、午前9時～午後5時(祝日・年末年始を除く)

費用

無料

申し込み方法

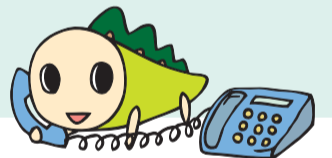
①電話で、杉並区社会福祉協議会☎5347-1018へ申し込んでください



②コーディネーター(社会福祉協議会職員)が訪問し、サポート内容などの確認をします



③サポーターが、ご自宅を訪問します



利用者の声と利用例

Sさん38歳2人目の出産の場合(家族構成:夫42歳、長男2歳)

子どもが一人から二人になった時の大変さが想像できず、里帰り後から続けて利用しました。利用後は気持ちが楽になりました。

- 1回目(1カ月)家事と育児(長男含め)が両立できなくて…。
- 2回目(2カ月)お風呂の入れ方や買い物時の対応を知りたい
- 3回目(3カ月)生活リズムの整え方を知りたい

Kさん33歳初めての出産の場合(家族構成:夫35歳)

日々成長し変化していくわが子の子育てが分からなくなった時に、利用しました。地域の先輩ママであるサポーターの助言に救われました。

- 1回目(2カ月)赤ちゃんとの生活に慣れず、話し相手が欲しくて…。
- 2回目(6カ月)離乳食を始めたけどどうまくいかない
- 3回目(10カ月)地域で利用できる子育てサービス情報を知りたい

ファミリーサポートセンター事業

—問い合わせは、杉並ファミリーサポートセンター☎5347-1021 (月～土曜日(祝日を除く)。午前9時～午後5時)へ。

地域の中で子育てを助け合う会員組織です。緊急時や買い物などの外出の際に、協力会員宅で利用会員のお子さんをお預かりします。詳細は、お問い合わせください(子育て応援券利用可)。

協力会員も募集しています

保育施設・学校施設への送迎やそれに伴う子どもの預かり、保護者の急用時の子どもの預かり等(基本的には協力会員の自宅)で子育て家族を応援します。詳細は、お問い合わせください。

【謝礼】1時間800円(早朝・夜間は1時間1000円)

【資格】心身ともに健康な20歳以上の方

【その他】会員登録後、研修会に参加していただきます

産前・産後支援ヘルパー事業

産前・産後の家事や育児の支援が必要な家庭にヘルパーを派遣します。詳細は、お問い合わせください。

—問い合わせは、子ども家庭支援センターゆうライン(相談専用窓口)☎5929-1901(月～土曜日(祝日を除く)。午前9時～午後7時)へ。

【対象者】

区内在住で、次の①と③または、②と③に該当する方

- ①妊娠中の方
- ②出産後、退院した翌日から2カ月以内の方。ただし、多胎出産の場合は退院した翌日から1年以内の方
- ③日中、家族などから支援が受けられず、身の回りのことや家事、育児が困難となっている状態にある方

【実施場所】利用者宅

【費用】1時間1500円(住民税非課税世帯は無料。子育て応援券利用可)

3月15日(金)です お早めに!

お問い合わせ先

- ◆個人住民税
区課税課 ☎3312-2111 (区代表)
- ◆所得税・贈与税・個人事業者の消費税
杉並税務署 ☎3313-1131
荻窪税務署 ☎3392-1111
- ◆個人事業税・法人住民税
新宿都税事務所 ☎3369-7151

※税務署への車での来署はご遠慮ください。杉並税務署へは、便利な南北バスすぎ丸をご利用ください。

住民税の申告 区役所へ

個人住民税の申告が必要な方

- ◆今年の1月1日現在、区内に住所がある方
ただし、次の①～④に該当する方は、必要ありません。
① 所得税の確定申告をした方
② 昨年の所得が給与所得のみで、給与支払報告書が勤務先から区に提出されている方
③ 昨年の所得が公的年金等のみで、公的年金等支払報告書が支払先から区に提出されている方
④ 昨年の合計所得金額が135万円×(控除対象配偶者+扶養親族の数+1)+21万円以下の方(21万円の加算は控除対象配偶者または扶養親族がいる方の場合のみ)
- ※④に該当する方でも、非課税証明書が必要とする方などは、申告が必要です。国民健康保険・後期高齢者医療制度・介護保険に加入の方は、下欄の記事もお読みください。
- ◆今年の1月1日現在、区内に事務所・事業所・家屋敷がある方
区内に住所がなくても、均等割額が課税されます。該当する方は申告する必要があります。
- ◆ご注意ください
(1) 次の①②に該当する方は、所得税の確定申告の必要はありませんが、一定の場合を除き、住民税の申告が必要となります。
① 給与所得者で、昨年の給与所得および退職所得以外の所得金額が20万円以下の方
② 昨年の公的年金等の収入金額が400万円以下で、かつ、公的年金等以外の所得金額が20万円以下の方
(2) 昨年の所得が給与所得のみ

〈住民税の生命保険料控除〉

区分	支払った保険料の金額(A)	計算式
①24年1月1日以後に契約をした保険契約等	1万2000円以下	Aの全額
	1万2001円～3万2000円	A×2分の1+6000円
	3万2001円～5万6000円	A×4分の1+1万4000円
②23年12月31日以前に契約をした保険契約等	5万6001円以上	2万8000円
	1万5000円以下	Aの全額
	1万5001円～4万円	A×2分の1+7500円
①と②の両方を支払った場合	4万0001円～7万円	A×4分の1+1万7500円
	7万0001円以上	3万5000円

①と②の両方を支払った場合
①で求めた金額と②で求めた金額の合計(控除限度額2万8000円)
※控除額は一般の生命保険料、介護医療保険料、個人年金保険料のそれぞれを上表で算出した金額の合計(控除限度額7万円)。

で、雑損控除・医療費控除などを受けようとする方、公的年金等のみで各種控除(社会保険料・生命保険料・地震保険料・配偶者特別・雑損・医療費など)を受けようとする方は、確定申告や住民税の申告をすることで、所得税が還付されたり、住民税が軽減される場合があります。

◆住民税の主な改正点
一定の生命保険料、介護医療保険料および個人年金保険料を支払った場合には、一定の金額の所得控除(生命保険料控除)を受けることができます。(左表)
※24年1月1日以後に締結した保険契約等に係る保険料と23年12月31日以前に締結した保険契約等に係る保険料では、生命保険料控除の取り扱いが異なりますので、ご注意ください。

確定申告をする方へ

確定申告書第二表の「住民税に関する事項」欄に、16歳未満の扶養親族の方について記入することになります。これは、16歳未満の扶養親族に対する扶養控除は廃止されましたが、住民税の算定(非課税限度額の算定)の際に必要であるため申告していただくものです。

◆国民健康保険・後期高齢者医療制度・介護保険に加入の方へ
所得が基準額(非課税)以下で住民税の申告が必要のない方でも、杉並区国民健康保険・東京都広域連合後期高齢者医療制度・杉並区介護保険に加入している方は、高額療養費の支給を受ける場合や保険料の算出などのために、申告が必要です。詳細は、各担当へお問い合わせください。

◆保険料年内納付済額のお知らせを送付します
24年1月～12月の間に区へ納めた国民健康保険料・後期高齢者医療保険料・介護保険料額のお知らせを1月末に発送します(一枚のハガキに納付済額の合計と保険料ごとの内訳を記載します)。このお知らせに記載されている納付済額は、確定申告や住民税の申告の際に、お支払いになったご本人の社会保険料控除として申告することができます。

国民健康保険・国保年金課国保資格係・国保給付係・国保収納係/後期高齢者医療制度/国保年金課高齢者医療係/介護保険(65歳以上の方) / 介護保険課資格係

国民健康保険・国保年金課国保資格係・国保給付係・国保収納係/後期高齢者医療制度/国保年金課高齢者医療係/介護保険(65歳以上の方) / 介護保険課資格係

〈医療費控除の対象になる介護保険サービス〉

サービス名	医療費控除対象額
訪問看護 介護予防訪問看護 訪問リハビリテーション 介護予防訪問リハビリテーション 居宅療養管理指導 介護予防居宅療養管理指導 定期巡回・随時対応型訪問介護看護(一体型事業所で訪問看護を利用する場合に限る) 通所リハビリテーション(デイケア) 介護予防通所リハビリテーション(デイケア)	サービス利用の際の自己負担額(食費を含む) ※保険給付の支給限度超過分(全額自己負担となった部分)も控除の対象となります。
短期入所療養介護(医療型ショートステイ) 介護予防短期入所療養介護(医療型ショートステイ)	
訪問介護(身体介護が中心の場合・通院等乗降介助) ※生活援助中心型の場合は対象外 夜間対応型訪問介護 介護予防訪問介護 訪問入浴介護 介護予防訪問入浴介護 通所介護(デイサービス)	1割自己負担額と滞在費・食費にかかる自己負担額 1割自己負担額 ※居宅サービス計画(ケアプラン)または介護予防サービス計画に位置づけられ医療系サービスと一緒に利用していることが前提です。
認知症対応型通所介護 小規模多機能型居宅介護 介護予防通所介護(デイサービス) 介護予防認知症対応型通所介護 介護予防小規模多機能型居宅介護 短期入所生活介護(ショートステイ) 介護予防短期入所生活介護(ショートステイ) 定期巡回・随時対応型訪問介護看護(一体型事業所で訪問看護を利用しない場合及び連携型事業所に限る)	
介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム) 地域密着型介護老人福祉施設 介護老人保健施設 介護療養型医療施設	1割自己負担額と滞在費・食費にかかる自己負担額の合計の2分の1 1割自己負担額と滞在費・食費にかかる自己負担額

介護保険サービスと税金

◆サービス利用料

サービスを利用したときの自己負担額は、サービスの種類などにより、一部または全部が医療費控除の対象になる場合があります(左表参照)。申告には次のことが記載された領収証が必要です。

- ▷居宅サービスの場合=①居宅サービス計画(ケアプラン)を作成した介護支援事業者名②医療費控除対象金額
- ▷施設サービスの場合=①施設の種類②医療費控除対象金額
☎介護保険課給付係/領収証については各事業者

◆おむつにかかる費用

介護保険の認定(申請中を含む)を受けている方は、医師の証明書のかわりに区が発行する確認書で医療費控除が受けられる場合があります。

- ▷対象(次の①②の要件を満たしている方)
①おむつ代の医療費控除を受けるのが2年目以降である
②寝たきり状態で尿失禁があることが介護認定資料(主治医意見書)で確認できる

☎介護保険課認定係

高齢者の障害者控除

障害者手帳などをお持ちでなくても、次の全てに該当する方は、区が交付する「障害者控除対象者認定書」で、障害者控除を受けられる場合があります。介護保険課認定係(区役所東棟3階)窓口のほか郵送での申請もできます。

詳細は、お問い合わせください。

▷対象(次の①②③の全てに該当している方)

- ①65歳以上で区内に住所がある
- ②介護保険の要支援・要介護認定を受けている
- ③区の障害者控除対象者認定基準に該当する

☎介護保険課認定係

住民税・所得税の申告期限は 申告書は正しく

所得税等の申告 税務署へ

◆申告書は自分で作成して、提出はお早めに
確定申告書は、ご自身で作成するか、税理士に依頼して早めの提出をお願いします。

◆申告・納付期限
所得税は、
2月18日(月)～3月15日(金)
贈与税は、
2月1日(金)～3月15日(金)
個人事業者の消費税は、
1月4日(金)～4月1日(月)までです。

◆申告期間中は、税務署の相談窓口が大変混雑します。税務署に出かけなくても、申告書等の作成ができる国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」をご利用ください
「確定申告書等作成コーナー」の画面の案内に従って金額等を入力すれば、税額などが自動計算され、所得税、贈与税、消費税の申告書や青色申告決算書などが作成できます。東日本大震災などに係る寄附金控除を受け

◆申告期間中は、税務署の相談窓口が大変混雑します。税務署に出かけなくても、申告書等の作成ができる国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」をご利用ください
「確定申告書等作成コーナー」で作成したデータを利用してe-Tax(電子申告)により提出することもできます(電子証明書の取得などの事前準備が必要です(5面参照)。また、電子証明書の有効期限(3年間)にもご注意ください。e-Taxを利用して所得税の申告をした

◆所得税の確定申告はe-Taxをご利用ください
「確定申告書等作成コーナー」で作成したデータを利用してe-Tax(電子申告)により提出することもできます(電子証明書の取得などの事前準備が必要です(5面参照)。また、電子証明書の有効期限(3年間)にもご注意ください。e-Taxを利用して所得税の申告をした

◆還付がスピーディー
e-Taxで申告した還付申告は、還付金を早期に受け取ることができます。
●24時間いつでも利用可能
所得税の確定申告期間中は、24時間e-Taxの利用が可能です。
手続きなどの詳細はe-Taxホームページ<http://www.>

◆納税は便利な口座振替で
申告所得税、個人事業者の消費税および地方消費税の納税には口座振替をご利用ください。申告所得税は4月22日(月)、消費税および地方消費税は4月24日(水)が口座振替日です。
◆贈与税
24年中に個人から土地、建物、現金、株式、債券などの財産の贈与を受けた方で、その財産の価額の合計額が110万円を超える方や「相続時精算課税」を選択した方は、申告が必要となります。
◆所得税の納税証明書(その2)
24年分納税証明書(その2・所得金額用)の交付を早急に希望する方は、申告書の提出時に申し出てください。
提出後に請求した場合は、整理の都合上、4月中旬以降の発行になります。
◆「にせ税理士」にご注意を
税理士資格のない者が、税理士業務を行うことは法律で禁止されています。
◆所得税の主な改正事項等
◆生命保険料控除の改組

◆所得税の主な改正事項等
◆生命保険料控除の改組

◆生命保険料控除の改組

◆生命保険料控除の改組

◆生命保険料控除の改組

◆生命保険料控除の改組

〈税務署の管轄区域〉	
杉並税務署	荻窪税務署
阿佐谷北・阿佐谷南・和泉・梅里・永福・大宮・上高井戸・高円寺北・高円寺南・下高井戸・高井戸西・高井戸東・成田西・成田東・浜田山・方南・堀ノ内・松ノ木・和田	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・西荻北・西荻南・本天沼・南荻窪・宮前・桃井

〈確定申告期の杉並・荻窪税務署の開庁時間等〉	
開庁時間(会場の利用時間)	午前8時30分～午後5時
相談開始時間	午前9時15分

(注)混雑している場合には、受け付けを早めに終了することがあります。

〈申告書の提出〉		
税目	窓口受付期間	提出先
所得税	2月18日(月)～3月15日(金)(還付申告は窓口受付期間前でも提出できます)	杉並税務署・荻窪税務署(提出は、上記お住まいの管轄税務署へ)
個人事業者の消費税および地方消費税	4月1日(月)まで	2月24日(日)、3月3日(日)は申告用紙の配布、申告書等作成のアドバイスと受け付けのみを行います。
贈与税	2月1日(金)～3月15日(金)	
個人住民税(確定申告をする方は不要)	3月15日(金)まで	課税課(区役所東棟2階) ※区民事務所・分室、駅前事務所では、作成済申告書をお預かりしますが、申告相談は行っていません。
個人事業税(確定申告または個人住民税の申告をする方は不要)		新宿都税事務所

(注)1. 申告書は、提出用・控えとも必ずボールペンなど(鉛筆は不可)で記入してください。

2. 原則として土・日曜日、祝日は休みです。

〈税理士会による無料申告相談〉

●東京税理士会杉並支部

月日	会場
2月7日(木)・8日(金)	永福和泉地域区民センター(和泉3-8-18)
2月4日(月)・5日(火)	セシオン杉並(梅里1-22-32)
2月13日(水)・14日(木)	浜田山会館(浜田山1-36-3)

▼小規模納税者のための無料申告相談

2月19日(火)～21日(木)	永福和泉地域区民センター(和泉3-8-18)
2月26日(火)・27日(水)	セシオン杉並(梅里1-22-32)
2月26日(火)～28日(木)	浜田山会館(浜田山1-36-3)

●東京税理士会杉並支部・荻窪支部共催

2月19日(火)～22日(金)	区役所2階区民ギャラリー
3月4日(月)～8日(金)	

●東京税理士会荻窪支部

▼公的年金受給者のための無料申告相談

2月12日(火)～15日(金)	久我山会館(久我山3-23-20)
2月7日(木)・8日(金)	西荻地域区民センター(桃井4-3-2)
2月4日(月)・5日(火)	井草地域区民センター(下井草5-7-22)
2月13日(水)～15日(金)	東京税理士会荻窪支部(荻窪5-16-12荻窪NKビル3階)

▼小規模納税者のための無料申告相談

2月18日(月)～20日(水)	久我山会館(久我山3-23-20)
3月1日(金)・4日(月)・5日(火)	
2月21日(木)・22日(金)	西荻南区民集会所(西荻南3-5-23)
2月25日(月)・26日(火)	井草地域区民センター(下井草5-7-22)
2月18日(月)・19日(火)・2月25日(月)～3月1日(金)・4日(月)・5日(火)	東京税理士会荻窪支部(荻窪5-16-12荻窪NKビル3階)

(注)1. 受付時間は、いずれも午前9時30分～11時30分、午後1時～3時30分(4時終了)。正午～午後1時は行っていません。2. 混雑状況により、受け付けを早めに終了する場合があります。3. 小規模納税者の所得税および消費税、年金受給者および給与所得者の所得税の申告(土地、建物および株式などの譲渡所得のある場合を除く)を対象としています。4. 譲渡所得のある場合、住宅借入金等特別控除を受けられる場合、複雑な計算のある場合は、税務署で指導を受けていただくか、税理士による有料相談を受けてください。5. 筆記具、計算器具、印鑑、関係書類などを持参してください。また、前年申告された場合は、前年分の申告等の控えを持参してください。6. 各会場とも車での来場はご遠慮ください。7. 各相談会場では、申告書の受け付けも行います。

「(仮称)杉並区地域エネルギービジョン」 の策定を目指しています

区では、区民の暮らしを守り、生活の安全・安心を確保するとともに、住宅都市としての特性を活かした、区のエネルギー政策の基本指針となる「(仮称)杉並区地域エネルギービジョン」の検討を進め、中間のまとめを行いました。そこで、皆さんのご意見、アイデアなどを伺い、ビジョンの策定に活かしていくため、「区民意見交換会」と「再生可能エネルギー普及についてのアイデア募集」を行います。

——問い合わせは、環境部地域エネルギー対策担当へ。



「(仮称)杉並区地域エネルギービジョン中間のまとめ」は、環境課(区役所西棟7階)、区民事務所・分室、駅前事務所、区ホームページでご覧になれます。

再生可能エネルギー普及についての アイデアを募集します

これからの区のエネルギー政策を考える上で、災害時の安全・安心を確保する観点から、区内でのエネルギー創出を充実させることが必要になっており、住宅都市の特性を活かした再生可能エネルギー(※)の普及・促進は欠かせません。

そのため、皆さんから再生可能エネルギーの普及・促進についてのアイデアを募集します。多くの皆さんからの応募をお待ちしています。

- 募集期限=2月15日(金)(消印有効)
- 募集内容=再生可能エネルギーの普及・促進について、誰がどのように、何を
するのか、具体的にアイデアをお書きください
- 申し込み方法=用紙(書式自由。記入用紙は区ホームページからも取り出せます)に、氏名(フリガナ)・住所・電話・提案するアイデアを書いて、環境部地域エネルギー対策担当(区役所西棟7階FAX3312-2316)へ郵送、ファクスまたは持参

※再生可能エネルギー=太陽光・太陽熱・水力・風力・バイオマス・地熱など、一度利用しても比較的短期間で再生が可能で、資源が枯渇しないエネルギー。

エネルギーに関する 区民意見交換会

「今後、区が取り組むべきエネルギー施策」をテーマに、幅広く区民の皆さんからご意見を伺うため区民意見交換会を開催します。

この区民意見交換会は、事前は無作為に抽出した18歳以上の300名の区民の方のうち、参加を希望した方に少人数のグループ討議を行っていただくものです。

公開で行いますので、傍聴(見学)を希望する方は、お越しください。

※傍聴する方は直接議論に参加することはできません。

【日時】1月27日(日)午後1時~4時(予定)

【場所】区役所第4会議室(中棟6階)

【申し込み】当日、直接会場へ

「外環の地上部街路に関する話し合いの会」

☎東京都都市整備局都市基盤部街路計画課外かく環状道路係 ☎5388-3279または区都市計画課

◇外環の地上部街路(外環の2)

外環の地上部街路(外環の2)は、高速道路の東京外かく環状道路(外環)のルート上に都市計画決定されています。

平成19年に高速道路の外環が高架方式から地下方式に都市計画変更されたことを踏まえ、東京都は、外環の地上部街路について、広く意見を聴きながら検討を進め、都の方針を取りまとめているとして、都は、公募による地域住民、都市計画線にかかる町会・商店会の代表、外環P1委員、都・国・区で構成する「外環の地上部街路に関する話し合いの会」を開催しています。

◇第6回「外環の地上部街路に関する話し合いの会」を開催します

今回は、「外環の地上部街路の必要性(整備効果)」などについて、話し合いを行う予定です。傍聴を希望する方は、当日、直接会場へお越しください。なお、傍聴は杉並区在住の方を優先させていただきます。会場の都合により、傍聴者多数の場合は、入場をお断りさせていただくこともありますので、ご了承ください。

【日時】2月5日(火)午後7時~9時(6時30分開場)

【場所】あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13)

【申し込み】当日、直接会場へ

【その他】公共交通機関をご利用ください。第5回までの資料は、東京都都市整備局ホームページ <http://www.toshiseibi.metro.tokyo.jp/kiban/gaikaku/gairo-suginami.htm>と区ホームページに掲載しています



区からの お知らせ

SUGINAMI INFORMATION

税金

住民税(特別区住民税・都民税) 夜間電話相談

やむを得ず期限までに納付できない方や昼間に納税課へ連絡できない方を対象に、住民税の納付相談を受け付けます。

時 1月30日(水)午後5時15分～8時30分
電話 納税課 ☎53071063457

相続等に係る生命保険契約等に基づく年金に関する特別区民税・都民税について

相続等に係る生命保険契約等に基づき年金の税務上の取り扱いが変更され、区では対象者に13年度分・19年度分の特別区民税・都民税で納めすぎとなっている額に相当する金額の支給を行っています。

税務署に特別還付金の請求を

特別区民税・都民税第4期分の納期限は1月31日(木)です

区役所・区民事務所・分室・駅前事務所、金融機関、コンビニエンスストアなどで納付してください。
口座振替の方は、1月31日(木)に指定の口座から振り替えます。預金残高をお確かめください。

☎納税課

された方も、あらためて区への申請が必要です。

申請手続に必要な書類など、詳細はお問い合わせください。

時 申請期間 1月30日(月)まで

課税課区民税係または納税課管理係(他)国の特別還付金の請求手続は、24年6月29日をもって請求期間が終了しています

年金

国民年金保険料の納付は口座振替がお得です

国民年金保険料の納付は、日本年金機構からお送りする納付書により納めていただくほか、便利で安心、確実な口座振替がご利用になれます。

口座振替には、当月分保険料を当月末に引き落とすことにより月々50円割引される早割制度や、さらに割引額が多い6カ月前納や1年前納もあり、現金納付よりもお得です。

口座振替を希望する方は、納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印を持参の上、ご希望の金融機関または年金事務所へお申し出ください。なお、4月～9月までの6カ月前納を希望する場合は、2月28日までにお申し込みください。

☎杉並年金事務所 ☎33121511

施設情報

中央図書館臨時休館

中央図書館(荻窪3-40-23)は、特別整理(蔵書点検)を行うため、2月18日(月)～22日(金)(定例休館日含む)まで臨時休館します。なお、臨時休館中は、中央図書館の本なども通常

採用情報

区立障害者施設の非常勤職員(障害者支援)

区勤務期間 4月1日～26年3月31日(5回まで更新可)

65歳に達した年度末まで退職) 勤務日時 月16日勤務。月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分 勤務場所 杉並障害者福祉会館(高井戸東4-10-5) 資格 4月1日現在65歳未満で、障害者施設で障害者支援の実務経験を有する方 募集人数 若干名 報酬 月額17万4000円(24年度実績)

その他 有給休暇あり。社会保険加入。交通費支給(上限あり) 申込書(障害者生活支援課管理係(区役所中棟2階)で配布。区ホームページからも取り出せます)を、2月1日(必着)までに障害者生活支援課管理係へ郵送または持参(同係) 詳細は、募集案内をご覧ください 応募書類は返却しません

☎消費生活に関する相談および普及啓発業務 勤務期間 4月1日～26年3月31日(5回まで更新可) 勤務日時 月16日勤務。月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分 勤務場所 消費者センター 資格 消費生活アドバイザー・消費生活コンサルタントのいずれかの資格を有し、パソコンが使える方 募集人数 若干名 報酬 月額20万1700円(24年度実績) 〇その他 有給休暇あり。社会保険加入。交通費支給(上限あり) 履歴書に作文テーマ「最近の消費生活に関するトラブル事例を一つとりあげ、相談員としてどのように対応すべきか、あなたの考えを述べてください」(A4判、横書き1000字程度)と資格を確認できる書類の写しを添えて、2月4日(必着)までに消費者センター(〒167-0005 荻窪5-15-13 あんさんぶる荻窪3階)へ郵送または持参(同センター) ☎339813141

募集します

杉並区スポーツ振興財団 事務職員

勤務期間 4月1日～26年3月31日 勤務日時 土・日曜日、祝日を含む月18日勤務で、午前8時30分～午後9時15分のうち7時間45分(交代制)。夜間延長の場合、午後10時15分までの勤務あり 勤務場所 区体育施設(高円寺・妙正寺・永福・荻窪・大宮前体育館、松ノ木・下高井戸運動場、杉十小温水プール、スポーツ振興財団本部) 募集人数 若干名 報酬 月額17万5000円程度 〇その他 有給休暇あり。社会保険加入。交通費支給(上限あり) 申込書(同財団本部、前記勤務場所)で配布。財団ホームページからも取り出せます)を、2月1日(必着)までに財団本部(〒166-0004 阿佐谷南1-14-2 みなみ阿佐ヶ谷ビル8階)へ郵送または持参(同財団) ☎530516161

公証役場移転のお知らせ

2月12日(火)から杉並公証役場(荻窪5-27-6 中島第1ビル6階)が下記へ移転します。

【移転先】
天沼3-3-3 渋澤荻窪ビル4階
※電話番号、ファクス番号の変更はありません。

☎杉並公証役場 ☎3391-7100 FAX3391-7103

その他

電子証明書の発行を希望する皆さんへ

毎年2月から3月までの所得税の確定申告時期は、e-Tax(国税電子申告・納税システム)を利用して申告・納税等をするため、多くの方が公的個人認証サービスの電子証明書を区に申請します。今年も、電子証明書が有効期限(3年間)を迎え更新する方や新規取得の方で窓口が混雑しますので、早めにご予約をお済ませください。

受付窓口 区民課(区役所東棟1階) 受付時間 午前8時30分～午後4時30分(月～金曜日(祝日を除く)) ①3月9日まで土曜日にも受け付けます(午前9時～午後4時30分) ②区民事務所分室、駅前事務所では受け付けできません。

土曜交通事故・防犯相談

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

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いただけます。

—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、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

1月10日現在、区立小中養護学校、保育園の給食食材、計816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。

◆区内3カ所(定点測定)

☎環境課放射能対策担当
単位: マイクロ・シーベルト/h

施設名	測定日(1月)	測定場所	測定高さ
			1m
杉並区役所(阿佐谷南1-15-1)	8日	区役所青梅街道側	0.07
	15日		0.07
杉並保健所(荻窪5-20-1)	8日	保健所前駐車場西側	0.06
	15日		0.06
衛生試験所(高井戸東3-20-3)	8日	試験所玄関前駐車場	0.07
	15日		0.06

※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。

訂正とおわび

1月11日付広報、7面情報「ぼけつと」NPO法人一休会「ユニバーサルアート展」の開催日は、「1月29日(火)」、9面催し「平和」はみんなの願い「平和のためのポスターコンクール」入賞作品展」の記事に掲載した作品は、「竹間陽奈子さんの作品」の誤りでした。

- フラダンス/マラマアイナ 時火曜日午前10時～正午(月4回程度)場主に高井戸地域区民センター(費)月5000円程度(角すみ) ☎ FAX5930-0302
- フラダンス/ハイビスカス 時木曜日午前10時～正午(月4回)場下高井戸区民集会所(費)入会金1000円、月2000円 ☎ 平井 ☎ FAX6765-1937
- フォークダンス/サークルライラ 時金曜日午前9時30分～正午または午前11時～午後1時場主に方南会館(費)入会金1000円、月2000円 ☎ 淡路 ☎ FAX3312-8706
- 社交ダンス(初心者歓迎～初級・中級) / シクラメンの花 時日曜日午前10時～正午場セシオン杉並(費)入会金1000円、月3900円 ☎ 佐藤 ☎ FAX3382-3996
- 社交ダンス(初心者歓迎) / スイングダンスクラブ 時木曜日主に午後3時～5時場主に荻窪地域区民センター(費)入会金1000円、月3回3500円、月4回4000円 ☎ 小池 ☎ FAX090-2655-4855
- 社交ダンス/G & L (ジーアンドエル) ~フリーダンス見学無料 時月曜日午後6時～8時30分場永福和泉地域区民センター(費)1回500円 ☎ 原 ☎ FAX090-5761-1341

- (午後6時以降)
- ソーシャルダンス(初級・中級) / ニュースター 時土曜日午後3時30分～6時場永福和泉地域区民センター(費)入会金1000円、月3000円 ☎ 伊藤 ☎ FAX3321-2273
- ソーシャルダンス/ニュードリーム 時金曜日午後7時～9時場阿佐谷地域区民センター(費)入会金1000円、月3000円 ☎ 宮本 ☎ FAX3392-0901
- 社交ダンス/ファースト・ステップ 時土・日曜日午後5時～7時場主に荻窪体育館(費)入会金1000円、月3000円 ☎ 国定 ☎ FAX3399-6764
- カントリーダンス(初心者歓迎) / カントリーダンスの会 時土曜日午前10時～正午(月1回)場下高永福会議室(費)入会金1000円、月1500円 ☎ 岡部 ☎ FAX3333-3608
- フラメンコを楽しむ会(子供から大人) 時月・土曜日①午前10時30分～正午②午後3時～5時場主に天沼会議室(費)1時間1000円 ☎ 前川 ☎ FAX090-6014-3399
- ベリーダンスを楽しむ会(子供から大人) 時水・木曜日午後3時～5時(自由選択)場阿佐谷地域区民センター(費)1時間1000円 ☎ 前川 ☎ FAX090-6014-3399

- スクエアダンス/東京スクエアダンスクラブ 時土曜日午後6時～9時(3月2日見学会)場方南会館(費)8000円(講習15回、テキスト代等含む) ☎ 和田 ☎ FAX3316-4418
- 硬式テニス(中級以上) / パラゴテニス 時土・日曜日・祝日ほか場区営コート(費)1回2～4時間500円～800円 ☎ 倉澤 ☎ FAX5344-1050
- 硬式テニス/気楽な仲間 時水曜日午後3時～5時場上井草スポーツセンター(費)1回200円程度 ☎ 松沢 ☎ FAX5932-3450
- ラージボール卓球/杉並ラージボールクラブ 時月・木曜日午後1時～3時場高円寺体育館(費)入会金1000円、月1000円 ☎ 稲垣 ☎ FAX3397-5522
- 古武道(合気・杖術・一刀流ほか) / 自主グループ古武道 時第2・4日曜日午後3時～5時(月2回程度)場荻窪体育館(費)入会金2000円、6カ月6000円(前納) ☎ 津村 ☎ FAX080-3122-0426

「なかま集まれコーナー」に掲載を希望する方へ(掲載申込方法のご案内)

【掲載対象】

- ※次のようなものを除く活動。
- 営利を目的とするもの
 - 主な活動場所が杉並区外のもの(登山・ハイキングなどの活動を除く)
 - 活動内容が政治・宗教活動であるもの
 - 講師などが主催して月謝をとる教室の生徒募集
 - 掲載申し込み者と講師が同じもの
 - 団体の事業、社会貢献・ボランティア活動、NPOの活動(これらは同好会ではありませんので、「なかま集まれ」の趣旨とは異なるため)
 - 多額の費用を必要とするもの(掲載申し込みの受付時に、確認をすることがあります)

- 売名行為と考えられるもの
- 特定の個人または団体を誹謗・中傷するもの
- その他公序良俗に反することなど、区が不適当と判断したもの

【掲載時期】

申し込みの先着順に掲載しますので、掲載時期の指定はできません。また、掲載は原則として暦年(1月～12月までの間)1回とします。

【その他】

掲載した内容は、区ホームページと区教育委員会ホームページに掲載されますので、ご了解の上お申し込みください。

掲載の申し込み 問い合わせ

「生涯学習・芸術・文化・その他」 社会教育センター

(〒166-0011梅里1-22-32 ☎3317-6621 FAX3317-6620)

「スポーツ(ダンス・健康的運動を含む)」 スポーツ振興課施設管理係

(住所・電話は区役所あて。FAX5307-0693)

書き損じハガキ募集中

皆さんの手でネパールに学校を!

杉並区の皆さんから送っていただく「書き損じハガキ」や「未使用切手」を活用して、ネパールに学校を建てることを目的としたキャンペーンです。前回のご支援を受けて建設中のブメタン小学校はもうすぐ完成します! 第3弾となる今回もぜひご協力をお願いします。



▲第1回の支援を受けて開校したサラウオティ小学校の先生と生徒たち

【送付先】

チャイルド・ファンド・ジャパンすぎなみ係(〒167-0041善福寺2-17-5)

【問い合わせ】

NPO法人チャイルド・ファンド・ジャパン ☎3399-8123 ☒childfund@childfund.or.jp

地域福祉活動費助成金事業の募集

歳末たすけあい運動の募金をもとに、世代を超えた「地域でのつながり」をつくるための地域福祉を推進する活動(事業)に助成します。

【助成対象期間】 4月1日(月)～26年3月31日(月)に実施する事業

【対象団体】 区内で地域福祉活動を行っているか、または活動開始を予定している民間非営利団体およびグループ

【対象事業】 地域福祉活動を推進する事業で、特定の組織の会員・構成委員等に限定されない発展性のある事業

【種類・上限金額】 ①チャレンジ応援助成(50万円)
②定例活動活性化助成(20万円)

【申し込み】 2月1日から申請書(2月1日から杉並ボランティア・地域福祉推進センターで配布)を、3月1日午後5時までに杉並ボランティア・地域福祉推進センター(荻窪5-15-13あんさんぶる荻窪5階)へ持参

【その他】 詳細は、2月1日から配布する募集要項などをご覧ください

☎杉並ボランティア・地域福祉推進センター ☎5347-3939

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)	湯の里「杉菜(すぎな)」(神奈川県足柄下郡湯河原町)	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)	☎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)	
宿泊料金(1泊2食付)	平日	大人 区民=7980円～ 子供 区民=5565円～	大人 区民=8505円～ 子供 区民=6300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～)	
	休前日	大人 区民=9030円～ 子供 区民=6615円～	大人 区民=9555円～ 子供 区民=7350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～)	
	夏季	大人 区民=9030円～ 子供 区民=6615円～	大人 区民=9555円～ 子供 区民=7350円～	小学生以上=8900円～	5歳以上=7770円～ ◆冬季割引◆4月30日まで(5歳以上=5985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、上記料金に2000円(65歳以上または障害のある方には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

施設	あきる野市五日市 ☎042-596-0693
料金	宿泊(1泊2日) 1200円(食事の提供は行いません)。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
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、区から決定通知書を送付します。決定通知書は、忘れずに現地施設にご持参ください。利用料金等は現地施設でお支払いください。
休館日	毎週月曜日、年末年始、施設点検日
申込	☎区民生活部管理課(区役所西棟7階)

なかま集まれ!

芸術 ● 生涯学習 ● スポーツ ● 文化

活動に区は関与していませんので、問い合わせは、直接各掲載団体へお願いします。

このコーナーでは、区民の皆さんによる地域での自主的な活動が盛んになるように、また皆さんがそうした活動に参加する機会が豊かになることを目的として、サークルなどのメンバー募集情報を年4回掲載しています(1・4・7・10月の21日号を予定)。

時・場などの内容は変更になることがあります。詳細は、各団体にご確認ください。

生涯学習・文化・芸術

- 50歳からの英会話初級(英国人講師) 時水曜日午前10時~11時場西荻南区民集会所ほか費入会金500円、月4000円岡松山 ☎090-8497-1290
- 旅行英会話で楽しいひとときを(50歳以上・初心者~上級者) 時月曜日午前10時~11時30分(月3回)場永福和泉地域区民センター費月5900円岡東島 ☎6671-5540
- 中国語/張(ちょう)先生の会 時第1~3日曜日午前10時~正午場永福和泉地域区民センター費月3500円岡武井 ☎3302-1386
- フランス語会話/ボンジュール・ラ・フランス 時第1・3水曜日=初級、第2・4木曜日=中級いずれも午前10時~正午場西田ゆうゆうハウス費月3000円程度岡木下 ☎3247-9152
- 外国人講師とフリー英会話(中級)/SESS(セス) 時金曜日午前10時~正午(月4回)場主にセシオン杉並費入会金1000円、月5000円岡小松原 ☎3312-7021
- 55歳以上の基礎から学ぶ初めての旅行英会話 時金曜日午後2時20分~3時20分(月3回)場高井戸地域区民センター費月4000円岡井上 ☎080-2390-5614
- ネイティブと学ぶ身につく英会話/チャレンジ 時木曜日午前10時~正午場主に阿佐谷会議室費入会金2000円、月6500円岡小松 ☎090-7428-9680
- ドラマで学ぶ英会話(初級~上級)/サマンサ 時第1~3日曜日午前または月曜日(月3回)場久我山会館費月6000円岡木村 ☎070-6475-0882
- 60歳以上話して覚える初心者の易しい英会話 時火曜日午前11時~正午(月3回)場阿佐谷地域区民センター費入会金1000円、月4000円岡田中 ☎090-2142-3825
- 中国語で話してみよう/黄河会 時第1~3金曜日午前10時~正午場永福和泉地域区民センター費月3000円岡藤重 ☎3334-7320 ☎5346-1852
- 疲れるほどの英語漬け(初~中上級)/英語トレーニング会 時月曜日または木曜日の午前または午後150分岡佐藤宅(浜田山1丁目)費入会金1000円、1回1100円~1300円岡佐藤 ☎090-8330-9689
- 中国語勉強(初級)/あすなろ中国語会 時金曜日午前10時~正午(月3回)場主に西荻地域区民センター費月3000円岡にし ☎090-1742-6266
- 韓国語入門(初級・中級)/韓流会(はんりゅうかい) 時火曜日午後1時15分~2時45分(月3回)場主にあんさんぶる荻窪費月3300円岡鈴木 ☎090-2754-4760
- アネット先生とドイツ語を勉強する会 時木曜日午前10時~正午場主にゆうゆう荻窪東館費1回1100円程度岡井上 ☎3334-4783
- イタリア語入門(初級)/ヴィヴァーチェドウエ 時木曜日午前10時~11時30分(月3回)場あんさんぶる荻窪費月4000円岡鈴木 ☎090-2754-4760
- 超入門ギリシア語会(占い・詩・グルメ等) 時第1・3・5水曜日午後2時30分~4時場天沼会議室費1回200円岡井場 ☎s-iba@jcom.home.ne.jp ☎090-8455-8097
- 初級英会話とギリシア語/スピーチを学ぶ会 時第2・4水曜日午前10時30分~正午場阿佐谷地域区民センター費1回500円岡井口 ☎090-6033-3313

- シナリオ創作/杉並シナリオワークショップ 時第3土曜日午後2時~5時場主に阿佐谷地域区民センター費月2000円、公演積立金月1000円岡中山 ☎090-9386-3201
- 俳句/荻句会 時第3日曜日午後1時30分~4時場主に荻窪地域区民センター費月850円岡渡辺 ☎3392-4564
- 俳句/句会・あじさい 時第3日曜日午後1時~5時場主に高井戸地域区民センター費入会金1000円、月1500円岡品田 ☎3388-3043
- 原文で読む「源氏物語」/源氏物語むらさき会 時第2・4火曜日午前10時~正午場永福和泉地域区民センター費月1500円岡田口 ☎3322-2516
- キルトサークル蘭の会 時第2・4月曜日午後1時~3時場阿佐谷地域区民センター費月2500円(材料費別)岡神宮 ☎3398-0583
- 水墨画/水墨画撫(ぶな)の会 時第1・3木曜日午後1時30分~4時30分場主に西荻地域区民センター費月2500円(写生会費別)岡村上 ☎3399-3579
- 手描き染・彩(あや)の会 時金曜日午後1時30分~5時(月2回)場阿佐谷地域区民センター費入会金1000円、月3000円岡飯野 ☎3398-2283
- 木彫で野鳥を作る/NT(エヌティー)バードカービング 時水曜日午後1時~4時(月4回)場阿佐谷地域区民センターほか費月2500円岡土田 ☎3396-0256
- 室内模型飛行機を飛ばそう/ウイング 時主に第1・3日曜日午後1時~3時場主にセシオン杉並費1回200円岡加藤 ☎3330-6628
- 消しゴムスタンプ/遊び印(いん)の会 時第1木曜日・第2水曜日午後1時30分~3時30分場主に阿佐谷地域区民センター費月1000円、雑費3カ月1000円岡近藤 ☎3395-3691
- 絵手紙/絵手紙ひまわりの会 時第4水曜日午前10時~正午、午後1時30分~3時30分場セシオン杉並費月1000円岡山崎 ☎3318-2522
- 水墨画/まどか会 時第2・4火曜日午前10時~正午場上高井戸区民集会所費月2000円岡中村 ☎3329-7472
- 書道(硬筆・毛筆)/高南クラブ 時第2・4土曜日午後1時~4時45分場高円寺中央会議室費月1500円(初級)岡飯田 ☎090-9240-2245
- 書道/書研会 時第2・4月曜日午前場阿佐谷地域区民センター費3カ月6000円、テキスト代月1000円岡伊東 ☎3315-3751、池田 ☎5934-9492
- 書道/耀墨會(ようぼくかい)(杉並) 時第1・3土曜日午後6時~8時場セシオン杉並費入会金2000円、月3000円岡伊藤 ☎3311-4990
- 洋蘭を自分で育て咲かせる/セシオン蘭友会 時主に第4日曜日午後1時30分~場セシオン杉並費年7000円(材料費別)岡近藤 ☎3316-9222
- 着付け&帯手前(茶道)/みやび会 時第1・3水曜日①着付け=午後1時15分~3時15分②茶道=午後3時50分~5時場セシオン杉並費入会金2000円①1回600円②1回700円岡泉 ☎3311-9107 ☎090-3814-4460
- 着付け/百合の会 時第1・3土曜日午前10時~正午場セシオン杉並費月2500円岡荒川 ☎3398-6388
- コーラス/メイクリスタル 時第1~4金曜日午前10時~正午場主に永福和泉地域区民センター費入会金1000円、月5000円岡柴川 ☎5936-2961
- 女声コーラス/コール紫苑 時第1・2・4木曜日午前10時~正午場荻窪地域区民センター費入会金1000円、月2000円岡鈴木 ☎3333-4886
- コーラス/女声コーラス・ハツキ 時第2・4土曜日午前10時~正午場ギャラリー久(きゅう)(高円寺北3丁目)費月3000円岡吉田 ☎3316-2550
- 女声コーラス/コールハーモニー 時主に第2・4金曜日午後1時~2時40分場主に杉並公会堂費入会金1000円、月3000円岡中川 ☎090-4026-0529
- 女声コーラスやよい会 時水曜日午後、金曜日午前

- (隔週月4回)場川崎宅(阿佐谷南2丁目)費月4000円岡古沢 ☎5370-8610
- 弦楽アンサンブル/すぎなみ弦楽会 時第1・3火曜日午前9時45分~11時45分場主に杉並公会堂費月3500円岡杉原 ☎080-1609-1541
- 女声コーラス/アンサンブル桃花(ももか) 時主に木曜日午後1時~4時場主に荻窪地域区民センターほか費入会金1000円、月4500円岡井上 ☎3399-6549 または同会ホームページ参照
- 混声合唱団/あだーじょ 時第4火曜日午後1時~4時場主に浜田山会館費月1000円岡池田 ☎3321-1644
- カラオケ/ゆきの会 時第2・4水曜日午後5時~8時場荻窪地域区民センター費月3500円、教材費月1000円岡井上 ☎090-6319-1064
- カラオケ/スワンの会 時主に第1・3土曜日午後1時~4時場主にセシオン杉並費月3500円岡米津 ☎3315-0669
- カラオケ/ちどり会 時第2・4火曜日午後2時~4時場主に高井戸地域区民センター費入会金1000円、月3600円岡渡部(わたなべ) ☎3302-3018
- 吟詠(漢詩・和歌・短歌)/帛鵬(はくほう)吟詠会(朝翠流) 時金曜日午後(原則月2回)場西荻地域区民センター費月2500円岡坂谷(さかたに) ☎3393-2661
- 歌謡曲・懐メロなど合唱/杉並はみんく合唱団 時火曜日午後7時~9時(月3回)場主にセシオン杉並費入会金1000円、月4000円岡大八木 ☎6677-0572
- カラオケ/双葉会 時第1・3土曜日午後6時~8時30分場四宮区民集会所費入会金1500円、月1500円岡田山 ☎3395-8850
- 囲碁の勉強会(講師による)/棋理クラブ 時木曜日午前10時~正午場四宮区民集会所費月500円岡四ツ橋 ☎3396-5675
- 囲碁/ゴー碁サークル 時火曜日午前9時~正午場荻窪地域区民センター費月300円岡浅川 ☎3394-3880
- 囲碁同好会(初級者歓迎)/囲碁の土日会 時土・日曜日午後1時~5時(月4回)場荻窪地域区民センター費入会金1000円、月500円岡桑原 ☎3311-5055
- クジビキ民主主義を学ぶ会/ギリシヤ好き会 時第2・4水曜日午後2時~4時場阿佐谷地域区民センター費1回200円岡井場 ☎s-iba@jcom.home.ne.jp ☎090-8455-8097

スポーツ・健康

- 初めての気功太極拳/気功太極拳クラブ 時第1・2・4水曜日午前9時30分~11時場荻窪体育館費各月1000円岡長岡 ☎3398-4481
- 体にやさしい太極拳/古伝太極拳118式(こでんたいきょくけんひゃくじゅうはちしき) 時第1・3日曜日午後2時30分~4時30分場永福和泉地域区民センター費月2000円岡近野 ☎090-9323-4590
- 健康体操/自強術(じきょうじゅつ)産商会 時木曜日午後6時30分~8時場産業商工会館費入会金2000円、月2500円岡小林 ☎3312-5931
- 体操/ストレッチコスモスの会 時主に第1・2・4水曜日午前10時~正午場四宮区民集会所費月3000円岡木村 ☎3394-3998
- まんだらヨーガ(初心者歓迎)/そよかぜの会 時金曜日午前、昼または午後(月4回)、夜(月2回)場阿佐谷地域区民センター費入会金2000円、午前・昼・午後1回2000円(回数券あり)、夜1回1500円岡芝田 ☎3318-0626
- ヨガ/高井戸ヨガ同好会 時火曜日午後1時30分~3時(月3回)場主に高井戸地域区民センター費入会金2000円、月4000円岡清田(せいた) ☎3332-6594

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・因 午前10時~午後4時(予約制)

▷①就労準備相談(34歳以下)=月~金曜日(臨床心理士による心理相談=月曜日)②一般就労準備相談(35歳以上)=火曜日/①②とも祝日を除く 無料申込・問い合わせも電話で、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、ハローワークの専門スタッフが職業相談と職業紹介を行っています。全国の求人情報を検索できるパソコンを5台設置していますので、職種や勤務地など、希望に沿った求人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 同センターハローワーク専用 ☎3398-8619

※以下、具体的な仕事のあっせんは行いません。

◇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 西荻図書館キャリアカウンセラー・藤井毅弘ほか 無料申込・☎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

◇シニアの就労・創業・地域活動の個別相談

時 2月9日(土)午前9時~午後5時(1人45分) 陽うゆう高円寺南館(高円寺南4-44-11) カリヤカウンセラー・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・☎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

◇シルバー人材センター個別就労相談

時 2月5日(火)・12日(火)・19日(火)・26日(火)午後1時~4時 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 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 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(障害の種類は問いません)とその家族 無料申込・☎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(毎月21日号)。

◇ごみの回収業者について

資源ごみの回収日に、深夜から委託業者でないトラックが近所を何回も周り、その騒音で迷惑しています。正規の委託業者のトラックとの区別もわからないので、何か対策をしてください。

◇回答

現在、区で行っている資源の回収は午前8時から始めていますが、古紙(新聞)については、持ち去り防止対策として、午前6時から回収を始めています。

車両には、「杉並区清掃事業」のプレートを貼り、区の委託業者であることがわかるようにしています。

ご希望がありましたら、深夜から走る車両についての対策ですが、区は資源を朝に出していたことにはしていません。夜に資源を出すことは、深夜に持ち去り業者が出没し

騒音問題となるとともに、放火の恐れもあり、危険な状況になります。

区では、区民の皆さんに、当日の朝に資源やごみを出していただくことを引き続きご理解いただき、深夜に持ち去り業者が現れないような状況を作っていくことを進めて行きます。

(担当課 Ⅱごみ減量対策課)

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。

献血のお知らせ

~冬の献血にご協力ください~

献血は200ml献血と400ml献血があります。200ml献血は16~64歳まで、400ml献血は18~64歳までの方ができます。60歳を過ぎて献血の経験がある方は、69歳までご協力いただけます。

寒い季節は、献血数が落ち込みますので、皆さんのご協力をお願いします。

なお、条件により、お受けできない場合がありますので、ご了承ください。

【日 時】 2月4日(月)午前10時~正午
午後1時30分~4時

【場 所】 区役所1階ロビー

2月28日まで
「はたちの献血」キャンペーン実施中!

岡杉並保健所地域保健課 ☎3391-1355

3月の 休日パパママ学級

時 3月9日(土)午前・午後、24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 杉並保健所3階(荻窪5-20-1) 因もく浴実習、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22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2月22日頃に通知します 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、2月15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「2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。

◆2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	21日(木) 午前9時15分~ 10時15分	6日(水)・13日(水)・ 20日(水)	2月は ありません	5日(火)午前10時30分 27日(水)午後1時30分 ★1月23日から電話で 申し込み(30名.申込順)	午前 8日(金) 22日(金) 午後 14日(木) 28日(木)	8日(金) 午前9時~ 10時30分	21日(木) 午前9時45分~ 25日(月) 午後1時30分~	4日(月)・7日(木) 午後1時30分~
高井戸 (高井戸東3-20-3) ☎3334-4304	4日(月) 午前9時15分~ 10時	6日(水)・13日(水)・ 20日(水)	2月は ありません	4日(月)午前10時 30分~正午(生 後9カ月頃からの 離乳食の展示)	午前 4日(月) 18日(月) 午後 1日(金) 15日(金)	14日(木) 午前9時~ 10時30分	5日(火) 午後1時30分~	19日(火) 午後2時~ 25日(月) 午前9時30分~
高円寺 (高円寺南3-24-15) ☎3311-0116	28日(木) 午前9時30分~ 10時15分	1日(金)・8日(金)・ 15日(金)	18日(月) 午後1時30分 ~4時	4日(月) 午後1時30分~ 3時30分	午前 5日(火) 19日(火) 午後 7日(木) 21日(木)	5日(火) 午前9時~ 10時30分	15日(金) 午前9時30分~ 22日(金) 午前9時~	1日(金)・14日(木) 午後1時30分~
上井草 (上井草3-8-19) ☎3394-1212	27日(水) 午前9時~10時	7日(木)・14日(木)・ 21日(木)	28日(木) 午後1時30分 ~4時	26日(火) 午前10時30分~ 午後0時30分	午前 14日(木) 27日(水) 午後 13日(水)	12日(火) 午前9時~ 10時30分	4日(月) 午前9時30分~	14日(木) 午前9時30分~
和泉 (和泉4-50-6) ☎3313-9331	15日(金) 午前9時15分~ 10時15分	2月は ありません	2月は ありません	21日(木) 午後1時30分~ 3時30分	午前 6日(水) 20日(水) 午後 4日(月)	28日(木) 午前9時~ 10時30分	21日(木) 午後1時30分~	4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

9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

うつ・ひきこもり・精神疾患・思春期問題・依存症の
保健相談も行います



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。

アニメのまちすぎなみ

日本が世界に誇る文化であるアニメーション。上荻にある「杉並アニメーションミュージアム」は、アニメ全般を総合的に紹介する日本唯一の場所であることをご存じでしょうか。区内には、「ガンダム」シリーズで有名なサンライズや、「鋼の錬金術師」シリーズを手がけたボンズをはじめ、アニメーション制作会社が数多くあります。

上井草駅前にはガンダムの銅像が見られ、東京高円寺阿波おどりのポスターに「アクセル・ワールド」のキャラクターが採用されるなど、杉並はまさに「アニメのまち」といえます。

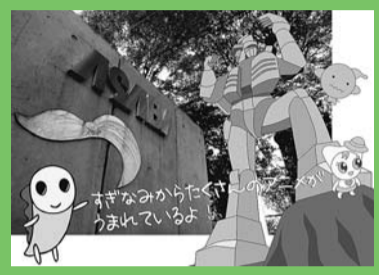
区内には、アニメーション制作を担う次世代の育成に力を入れている学校もあります。和田にある女子美術大学では、アート・デザイン表現学科でアニメーション制作の実習を行っています。同校では地域との交流の場を積極的に設けており、高円寺フェスをはじめ

とした区内のイベントでは、粘土を使ったコマ撮りアニメのワークショップを行っています。親子で参加できるイベントですので、学生さんと一緒にアニメ制作を体験してみたいかがでしょうか。

また、地下鉄新高円寺駅近くの阿佐ヶ谷美術専門学校では、本年度新設したキャラクターデザイン科の中でアニメーションを学ぶことができ、総合的にアニメーションプロジェクトの知識を持った人材を育成し業界に送り出すことを教育目標にしているそうです。

杉並区をあげてアニメーションを盛り上げていく熱意ある行動が、未来のアニメーション界を支えていくのかもしれない。

すぎなみ学倶楽部のウェブサイトでは、「杉並とアニメーション」と題して特集記事を掲載しています。ぜひご覧ください。(ひ)



ウェブサイトもあるよ!

産業界振興センター産業観光係

区の広報番組 「すぎなみニュース」を ご覧ください

「すぎなみニュース」では、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ています。番組は全て手話付きです。



▷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15分、午後0時15分、午後8時の1日3回(各15分)

区広報課

TOKYO MX チャンネル9 をご覧ください

TOKYO MX は東京スカイツリーへの送信所移転に伴い放送周波数が変わりました。デジタルテレビの多くは自動的に放送周波数の再設定を行う機能があり、ほとんどの世帯での対応は不要です。

しかし、一部の自動再設定がないテレビの場合は再設定が必要になります。

詳細は、TOKYO MX ホームページ <http://www.w.mxtv.co.jp> をご覧ください。お問い合わせください。

区TOKYO MX 東京スカイツリー移転コールセンター ☎0570-00-1400

高円寺演芸まつり

【日にち】2月8日(金)～17日(日)
【場所】座・高円寺(高円寺北2-1-2)、高円寺界限のお店など

◆会場(町中40カ所、54公演以上)

神社にお寺、お風呂屋さん、お寿司屋さん、ライブハウス、そして葬祭場までもが寄席に早変わり。寒い冬の温かい行事で、みんな笑って幸せになりました。



▲お店での寄席の様子

氷川神社ほか内出演=柳家紫文ほか費500円～申込会場により異なります

◆演芸まつり大前夜祭

時2月8日(金)午後7時 場カフェ&レストラン アンリ・ファブル(座・高円寺2階) 費3000円(食事、ワンドリンク付き) 申込電話で、座・高円寺チ

ケットボックス(なみちけ利用可) ☎3223-7300(月曜日を除く)へ

◆座・高円寺寄席

時①2月16日(土)②2月17日(日)いずれも午後5時 場座・高円寺内①四派しのぎ合いで大団円▷出演=春風亭柳好、林家彦いち、立川談笑、三遊亭兼好②芸にくぎ付け、一夕の夢▷出演=古今亭志ん輔、三遊亭歌武蔵、林家二楽、春風亭正太郎 費3000円。中学生以下1000円(全席指定) 申込電話で、座・高円寺チケットボックス(なみちけ利用可) ☎3223-7300(月曜日を除く)へ

◆かりゆし演芸まつり

時2月17日(日)午後1時 場座・高円寺内出演=藤木勇人ほか 費3000円。中学生以下1000円(全席自由)

申込電話で、座・高円寺チケットボックス ☎3223-7300(月曜日を除く)へ

◆林家二楽紙切り作品展

時2月5日(火)～3月3日(日)、午前9時～午後10時 場Gallery アンピバ(座・高円寺地下2階) 費無料 申込当日、直接会場へ

— (いずれも) —

区座・高円寺 ☎3223-7500 詳細は、演芸まつりホームページ <http://www.koenji-engei.com/> をご覧ください

「24年度東京都地域の底力再生事業助成対象事業」です。



スポーツのある暮らし
健康の第一歩

スポーツ教室

●小学生 集まれ!～ソフトバレー

アドバイザーやお友達とソフトバレーで遊みましょう。

時2月3日(日)午前9時～11時 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 区内在住・在学の小学生 定50名(先着順) 費100円 申込当日、直接会場へ 荻窪体育館 ☎3220-3381 ①体育館履きを持参してください②当日の同時時間帯は3面を個人利用として開放しています

●フェンシング体験会

大宮前体育館で通年教室として行っている「めざせオリンピック!はじめてのフェンシング」の体験会を行います。

時2月9日(土)・20日(水)午後5時～7時 場大宮前体育館(宮前2-11-11) 杉並フェンシング協会 区内在住・在学の小学生 定各10名程度(申込順) 費無料 申込・区電話で、大宮前体育館 ☎3334-4618 へ

●エンジョイアква(初心者向け)

水中で行うエアロピクス。パンチやキックなどのかんたんな動きでリズムに乗って運動します。

時2月11日(祝)午前11時～11時45分 場上井草スポーツセンター 向山品也 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定20名(申込順) 費600円 申込・区電話または直接、上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) ☎3390-5707 へ ①2月1日(金)以降、定員に空きがあれば区外の方も申し込み可②持ち物=水着・水泳帽子・タオル③写真・ビデオ(携帯電話含む)などの撮影はできません

●初心者弓道教室

時2月18日(月)・25日(月)・3月4日(月)・11日(月)・18日(月)・25日(月)午後1時30分～5時(計6回。区共催) 場上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区内在住・在勤・在学の方 定25名(抽選) 費2000円 申込往復ハガキ(11面記入例参照)で、2月8日(必着)までに区弓道連盟・横山賢次(〒167-0052南荻窪1-13-11) へ 区横山 ☎3334-5664(午前8時～午後8時) 他弓道具は貸与します

●杉小温水プールの教室

◇個人向けワンポイントレッスン

1人5分程度のレッスンです。個々にポイントを絞って教えます。

時2月3日～24日の毎週日曜日、午前11時～正午 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の保



護者同伴) 定各日10名(先着順) 費無料(入場料別)

◇ウォーキングタイム

水中での正しい歩き方を学び、腰痛・膝痛を予防、ダイエットを目指します。

時2月4日(月)・18日(月)・25日(月)午前10時～11時(午前9時30分受け付け開始) 区区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定各日30名(先着順) 費無料(入場料別)

◇アクアピクスタイム

水の特性を生かした有酸素運動です。泳げなくても大丈夫です。

時2月4日(月)・18日(月)・25日(月)午前11時～正午(午前10時30分～10時45分受け付け) 区区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定各日30名(先着順) 費無料(入場料別)

◇シェイプアップアква

テンポの良い音楽に合わせて一緒に水中エクササイズをしてみませんか?

時2月14日(木)・28日(木)午前10時～11時 区区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定各日30名(先着順) 費各日500円

— (いずれも) —

申込当日、直接会場へ 場・区杉小温水プール(和田3-55-49) ☎3318-8763 他駐車場はありません

●永福体育館の教室

◇楽しく健康タイム「大人の休日ヨガ・winter」

土曜日の午後、ゆったりと一週間の疲れをリセットしましょう。

時2月2日(土)・16日(土)午後1時10分～2時40分 場山本美也子 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定50名程度(先着順) 費各日500円 他空調設備がないため、体温調節のできる服装、手袋や厚手の靴下、ブランケットなどの防寒対策をしてください

◇小学生放課後チャレンジスポーツ

ボクシングにチャレンジ!

時2月6日(水)午後3時～5時 場白井・具志堅スポーツジム 区内在住・在学の小学生 定50名(先着順) 費無料 他動きやすい服装で、軍手・体育館履き・タオル・飲み物などを持参してください

— (いずれも) —

申込当日、直接会場へ 場・区永福体育館(永福3-51-17) ☎3328-3146

その他

●中・高齢者対象「健康運動セミナー2月」

健康運動指導士による「安全に運動を行うための講義」と「フライングディスクとダンベル体操」を実施します。運動後は管理栄養士の話を聞きながら、昼食(お弁当)を取ります。

時2月11日(祝)午前10時～午後1時 場上井草スポーツセンター 区内在住・在勤の中・高齢者で医師から運動を止められていない方 定25名(申込順) 費900円 申込・区電話または直接、上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) ☎3390-5707 へ 2月1日(金)以降、定員に空きがあれば区外の方も申し込みできます

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

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。

1人1枚

※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

■年中行事「節分」

古民家で、節分行事の豆まきを行います。また、鬼のお面などを作る体験も行います。節分について楽しく学んで、悪い鬼を追い払いましょう。



▲やっかがし

時 2月3日(日)午後2時～3時30分
場 郷土博物館(大宮1-20-8) 内
出演 = すぎなみ昔話紙芝居一座「すかい」
費 100円(観覧料。中学生以下無料) 申込当日、直接会場へ 郷土博物館 ☎3317-0841

■阿佐谷図書館開館20周年記念イベント第1弾

①阿佐ヶ谷文学講座～阿佐ヶ谷会への誘い(いざなひ)
「阿佐ヶ谷会」に集った文士の横顔を分かりやすく紹介します。

時 2月11日(祝)午後1時30分～3時 師 吉祥女子中等高等学校教諭・萩原茂 対 中学生以上の方 定 40名(先着順)

②阿佐ヶ谷・荻窪界隈文士村ガイドマップ配布

内 配布開始日 = 2月11日(祝)(なくなり次第終了)
他 「谷川五男原画展」=同ガイドマップに掲載したイラストの原画を館内に展示します

③中学生がえらんだおすすめ本リスト2013配布

内 配布開始日 = 2月11日(祝)(なくなり次第終了)
他 同リスト掲載の本を図書館で展示します

④紙芝居で知ろう!阿佐ヶ谷の昔話

阿佐ヶ谷界隈に伝わる昔話を手作りの紙芝居でお届けします。親子で楽しめます。

時 2月16日(出)午後2時～3時 内 口演 = すぎなみ昔話紙芝居一座「すかい」 対 5歳以上の方 定 30名(先着順)

— (いずれも) —

費 無料 申込当日、直接会場へ 場・内 阿佐谷図書館(阿佐谷北3-36-14) ☎5373-1811

■天文の夕べ 観望会

科学館の望遠鏡で、夜空の星や月を観望しましょう。雨天・曇天の場合は天文の話を行います。

時 2月16日(出)午後6時～8時 場 科学館(清水3-3-13) 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) 費 無料 申込当日、直接会場へ 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

すぎなみ環境情報館

◇フリーマーケットの開催と出店者募集

時 2月17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、2月6日(必着)までに同情報館へ 群馬県東吾妻町の農産物の販売もあります(午前10時から。売り切れ次第終了)

◇バス見学会「エネルギーの未来を体感しよう！」

午前は国立科学博物館で見学と昼食、午後から東京ガスの最先端エネルギー技術の実証・実験施設を歩いてめぐります。

時 2月7日(木)午前7時50分～午後5時 場 国立科学博物館(台東区上野公園7-20)、東京ガス千住テクノステーション(荒川区南千住3-13-1) / 集合・解散場所 = あんさんぶる荻窪 対 区内在住・在勤・在学の方 定 30名(申込順) 費 1000円(保険料、昼食代

を含む。別途、国立科学博物館入館料600円。(65歳以上の方・18歳未満の方は無料。年齢が分かる証明書等が必要です) 申込電話で、同情報館へ ①現地まではバスで移動します ②筆記用具と防寒・雨対策の準備をしてください

— (いずれも) —

場 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

◇石けん作り体験

時 2月1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)

◇デニムで作るトレー

時 2月5日(火)午後1時30分～3時30分 定 10名(申込順) 費 300円 申込 電話で、同ひろばへ 他 長寿応援対象事業

◇包丁研ぎを習おう

時 2月9日(出)①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①②の希望も書いて、1月28日(必着)までに同ひろばへ 他 長寿応援対象事業

◇着物や洋服のリメイク

時 2月18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 他 長寿応援対象事業

— (いずれも) —

対 区内在住・在勤・在学の方 場・内 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

講演・講座

■「よく噛む」から始めよう健康生活～噛むこと・食べること・生きること

噛むことの効果、噛みごたえをアップする調理のコツなどのお話と噛むかむ料理のレシピの紹介もします。



時 2月6日(水)午後2時～3時30分 場 杉並保健所(荻窪5-20-1) 師 歯科医師・田沼敦子(右写真) 対 区内在住・在勤・在学の方 定 80名(申込順) 費 無料 申込・内 電話で、杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015 へ 他 参加した方に歯ブラシを差し上げます

■クリーニングの活用とプロが教える洗濯の技!

ドライクリーニングの仕組みや、家庭でも洗える衣類の洗濯・お手入れ・管理など専門家が詳しくお話します。

時 2月8日(金)午後2時～4時 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 師 東京都クリーニング生活衛生同業組合経営技術部部长・宮下英男 対 区内在住・在勤・在学の方 定 60名(申込順) 費 無料 申込・内 電話で、消費者センター ☎3398-3141 へ

■スマートライフ 野菜の効用・がん予防の食生活

いま話題の健康情報や新しい学説などの科学的根拠を学び、あなたの健康度アップにつなげていくための講座です。

時・内・師 ① 2月14日(木)午前10時～正午 = 今注目

(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
下高井戸館(下高井戸3-31-11) ☎・FAX3302-2161)	シニアのための～エアロピクス	2月12日から毎月第2・4火曜日、午後2時～3時30分 定20名(申込順) 費1回300円
西田館(荻窪1-57-4) ☎・FAX3391-8747)	絵手紙を描いて楽しむ～初級クラス	2月15日から毎月第3金曜日、午前10時～11時30分 定各回12名(申込順) 費1回400円
堀ノ内松ノ木館(松ノ木2-38-6) ☎・FAX3315-7760)	バイオリンコンサート▷出演 = 松原督	2月12日(火)午前11時～正午 定20名(申込順) 費500円
高円寺北館(高円寺北3-20-8) ☎・FAX3337-2266)	日曜卓球教室(プロコーチ付き、自由練習あり)	3月3・10・24・31日 / いずれも(日)午後2時～4時(計4回) 対 区内在住・在勤で55歳以上の方 定12名(申込順) 費3200円
四宮館(上井草2-28-3) ☎・FAX3396-7692)	おしゃべりサロンで逢いましょう!(傾聴)	2月5日から毎月第1(火)、午後1時30分～3時30分 対じっくりお話をしたい方 定各日3名(要予約) 費無料
高円寺南館(高円寺南4-44-11) ☎・FAX5378-8179)	案外かんたん～はじめてのスマートフォン体験	2月12日(火)・13日(水)午前10時～正午(計2回) 対40歳以上の方 定20名(申込順) 費1000円
荻窪東館(荻窪4-23-12) ☎・FAX3398-8738)	学び直そう中学校英語基礎の基礎で上達します	毎月第3(出)午前10時～11時30分、第4(出)午後1時30分～3時 定各回15名(申込順) 費1回500円(教本代別)

※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。いずれも長寿応援対象事業です。

されている野菜の新しい働き～がんやその他の生活習慣病予防に対して▷大妻女子大学名誉教授・池上幸江②22日(金)午後2時～4時 = ここまでわかった!がん予防のための日ごろの食生活▷国立がんセンターがん予防・検診研究センター予防研究部室長 岩崎基 場① 方南会館(和泉4-42-5) ② 西荻地域区民センター(桃井4-3-2) 対 区内在住・在勤の方 定各200名(申込順) 費 無料 申込・内 電話で、杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015 へ

■40歳からの「男のカラダ・マネジメント術」

おなか回りなど体の変化が気になる男性が、魅力ある体を無理なく手に入れるための食事と運動のコツを学び実践する2日間の限定講座です。

時・内・師 ① 2月16日(出)午前10時～午後1時 = ここがポイント!! 食事でカラダは変わる～正しい外食・食事術を学ぶ(試食付き)▷管理栄養士・平野美由紀②21日(休)午後7時30分～9時 = コアの筋肉を鍛え、魅せるカラダづくり～効果的なカラダづくりをスポーツジムで体験▷コナミスポーツクラブ・スポーツインストラクター 川上達仙 / 計2回 場① 杉並保健所3階(荻窪5-20-1) ② コナミスポーツクラブ荻窪南口店(荻窪5-30-17) 対 区内在住・在勤で40～64歳の体型が気になる男性 定25名(申込順) 費 無料 申込・内 電話で、荻窪保健センター ☎3391-0015 へ

■シニア向け就業支援講座「副業と複業のすすめ～新しい出発のために」

時・内・師 ① 2月16日(出) = 春からの新しい出発に向けての確実な準備▷キャリアカウンセラー・中村康雄②23日(出) = 仕事を始める前に考えておきたいこと～家族・年金・法律など▷社会保険労務士・諸橋菜奈 / いずれも午前10時～正午。計2回 場 ゆうゆう高円寺南館 対 区内在住・在勤で就業を希望する55歳以上の方 定20名(抽選) 費 無料 申込 ハガキ(記入例参照)で、2月6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 内 同館 ☎5378-8179

■落語で笑って、食べて、動いてメタボ予防!

内臓脂肪は、ちょっとした生活スタイルの改善によって減らすことができます。スリムダンディーをめざして、夜間の生活スタイルを楽しく学びませんか。

時・内 ① 2月20日(水) = 落語で笑って、メタボ予防!～健康づくりは笑いから②27日(水) = 残業で遅くなる人のメタボ予防食～日本料理実演と試食(お酒とおつまみ&内臓脂肪の関係)③3月6日(水) = こんなに簡単!美味しいヘルシー献立を作ろう～調理実習と試食④13日(水) = 短時間でスリムに!～ジムで脂肪減少を実践しよう / いずれも午後7時～8時30分。計4回 場① 高齢者活動支援センター②③ 高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) ④ ヴィムスポーツアベニュー(宮前2-10-4) 師① 真打・落語芸術協会 三笑亭夢花②③ 西東京調理師専門学校日本料理講師・發知嗣雄④ ヴィムスポーツアベニュー健康運動指導士・馬場歩美 対 区内在住・在勤で65歳までの内臓脂肪が気になる方 定①100名②③④各30名(男性優先) / いずれも申込順 費 無料 申込・内 電話で、高井戸保健センター ☎3334-4304 へ 他③は、エプロン・三角巾・布巾を持参してください



「杉並区基本構想小中学生作文コンクール～10年後の杉並、私の夢」 の受賞作品が決まりました

杉並区区制施行80周年記念事業として行われた杉並区基本構想小中学生作文コンクールは、「広報すぎなみ」7月11日号と区ホームページなどで作品を募集しました。応募いただいた小学生1047点、中学生935点、計1982点の中から審査の結果、区長賞・優秀賞・佳作の各賞が決定し、12月16日(日)に表彰式を行いました。たくさんのご応募ありがとうございました。なお、コンクール受賞者の作文は、区ホームページでご覧いただけます。——問い合わせは、企画課へ。

杉並区基本構想小中学生作文コンクール受賞者(敬称略)

小学生の部

- ◇区長賞(1名)
井荻小学校 6年 伊藤亜海
- ◇優秀賞(5名)
桃井第三小学校 5年 吉本優子
荻窪小学校 5年 渡邊真由
新泉小学校 5年 藤木まな
新泉小学校 6年 須藤陸
和泉小学校 5年 高木杏
- ◇佳作(10名)
杉並第七小学校 5年 青木泰樹
東田小学校 5年 寺林佑馬
桃井第三小学校 6年 小田薫
桃井第三小学校 6年 嶋田夏美
井荻小学校 6年 平林勇斗
堀之内小学校 6年 鶴見冨耶
和田小学校 6年 中島聖斗
清美小学校 6年 伊東小町
和泉小学校 6年 伊藤大器
天沼小学校 6年 飯田未夢

中学生の部

- ◇区長賞(1名)
井荻中学校 1年 中詩織
- ◇優秀賞(5名)
東田中学校 3年 野中成美
井荻中学校 1年 末松愛菜
井荻中学校 2年 野口大智
神明中学校 2年 岸本ゆい
神明中学校 2年 吉本晶
- ◇佳作(10名)
天沼中学校 2年 島田清香
神明中学校 1年 村上麻帆子
神明中学校 2年 渡部菜々子
神明中学校 3年 佐藤百合
松ノ木中学校 3年 関根有紀
松ノ木中学校 3年 庭野雪音
大宮中学校 3年 宮本匠太郎
西宮中学校 1年 辰己怜史
西宮中学校 2年 石森志歩
西宮中学校 2年 鈴木光太郎

区長賞◇小学生の部

十年後の杉並区の夢
井荻小学校 6年
伊藤 亜海



私は、十年後の杉並区が今よりも自然でいっぱいな所になってほしいです。
私たちの学校には善福寺川が流れています。善福寺川は、昔は人が泳げるほどきれいな川だったのですが、今はコンクリートに囲まれていて生き物もほとんどくらしにくいようになっています。川になつてしまいました。なので、私たちは、清掃活動をしています。
清掃活動は、週に一回行っています。週に一回という少ない回数でも善福寺川は少しずつきれいになっていきます。

しかし、善福寺川には大雨がふると下水が流れ出してしまい、せつかく清掃活動をして、トレットペーパーなどが、川に生えているアシなどにこびりついてしまいます。なかなか取れなくなってしまうのです。なので、これからは私たち子どもも清掃活動をがんばりますので大人たちにも協力していただいで、杉並区に来てくれた人みんなが「この川つきれいだな。」と言ってくれるような川にしたいです。
そして、この私の作文を読んでくださった方々に私たちが井荻小の生徒からお礼があります。それは、雨がふっても下水が流れこまないようにすることです。これは、少し大変なことですがお願いします。
私は、この善福寺川がきれいになるまでずっと清掃活動を続けていきたいです。

区長賞◇中学生の部

未来の杉並
井荻中学校 1年
中 詩織



十年後……遠いようで意外と近い未来。私は十年後、二十三年。もう成人して大人になっている。その時私が住むまちは、どんなまちであってほしいか考えてみた。
一、自然や緑を大切にすまちは今、私の家の近くには、樹齢何十年にもなるような木が何本も立っている場所がある。夏の暑い日、そのそばを通るととても涼しく、風で葉っぱがゆれる音も心地良い。でもたまに、もしかしらこの木がいつか切られて無くなってしまふのではないかと心配になる。実際、私の家の前の畑の作物や樹林が植えられていたが、ある時あつという間に緑が切り倒され、やがて道路と宅地になってしまった。私は家の前の緑の風景が好きだったため、とても悲しかった。以前、杉並区は二三区の中で一番緑が多い区だと聞いたことがある。それはとても誇れることだと思ふ。そんな杉並の良いところを十年後もなくさないでほしい。
二、商店街での買い物を楽しめるまち

私のお家の最寄駅には商店街があり、そこには個人の商店がいくつある。私が好きな店は、たまに買い物をする文具屋だ。そこには、専門店らしくいろいろな種類の文房具が売られている。前に、ほしい文房具について聞いたところ、メーカーに問い合わせを取り寄せてくれた。友達にプレゼントする物にはかわいくラッピングをしてくれる。電車に乗っていけば、デパートや大型スーパーで少し安い値段で買い物をすることもできるが、わざわざ遠くに出かけても笑顔で「いらっしゃい。」と言ってくれたら嬉しいと思う。
三、人と人とのつながりが感じられるまち
私は通学の途中などいつも通る道で、たまに近所の方に話しかけられることがある。先日、「夏休みは何日までなの？」と聞かれたり、部活に行く途中には、「いつてらっしゃい。」と言われたりした。そんな時は、地域の方に見守られていると感じる。都会では、隣にどんな人が住んでいるか分からないことも多い。そんな状況では、災害など何が起こった時に助け合うことができないだろう。これから高齢化社会が進む、一人暮らしのお年寄りも増える、いっそう近所の人々が気にしてあげる必要があるのではないだろうか。私は、十年後のまちは、近所の人たちとあいさつを交わすことができる温かい雰囲気のあるまちであってほしいと思う。

私の家の最寄駅には商店街があり、そこには個人の商店がいくつある。私が好きな店は、たまに買い物をする文具屋だ。そこには、専門店らしくいろいろな種類の文房具が売られている。前に、ほしい文房具について聞いたところ、メーカーに問い合わせを取り寄せてくれた。友達にプレゼントする物にはかわいくラッピングをしてくれる。電車に乗っていけば、デパートや大型スーパーで少し安い値段で買い物をすることもできるが、わざわざ遠くに出かけても笑顔で「いらっしゃい。」と言ってくれたら嬉しいと思う。
三、人と人とのつながりが感じられるまち
私は通学の途中などいつも通る道で、たまに近所の方に話しかけられることがある。先日、「夏休みは何日までなの？」と聞かれたり、部活に行く途中には、「いつてらっしゃい。」と言われたりした。そんな時は、地域の方に見守られていると感じる。都会では、隣にどんな人が住んでいるか分からないことも多い。そんな状況では、災害など何が起こった時に助け合うことができないだろう。これから高齢化社会が進む、一人暮らしのお年寄りも増える、いっそう近所の人々が気にしてあげる必要があるのではないだろうか。私は、十年後のまちは、近所の人たちとあいさつを交わすことができる温かい雰囲気のあるまちであってほしいと思う。

いろいろな人が、それぞれに住みたいまちのイメージをもっているだろう。十年後の杉並は、そんなイメージがたくさんあったら素敵だと思ふ。

杉並区基本構想(10年ビジョン)パンフレットを無料配布しています

基本構想のパンフレット(左下写真)は、区政資料室(区役所西棟2階)、企画課(区役所東棟4階)、図書館、区民事務所・分室、駅前事務所、地域区民センターで配布しています。また、DVD(放送時間約12分)の貸し出しを企画課と図書館で行っています。



関企画課

作文コンクールによせて 杉並区長 田中 良



▲同コンクール受賞者の皆さん。おめでとうございます

応募作文には、みどりの保全、災害対策、地域の絆づくりなど、小中学生の皆さんが日々感じている地域の課題やそれに対する自分の意見がしっかりと書かれていました。杉並区を愛し、さらに住みよいまちにしていきたいという思いがひしひしと伝わってきて、大変うれしく、また心強く感じました。
私は、こうした夢や思いをしっかりと受け止め、皆さんが将来にわたって杉並区に住み続け、地域の担い手として大いに活躍してもらえよう、基本構想の実現に向けて全力で取り組んでまいります。

世帯数	日本人のみの世帯		合計	人口(人)		小計	合計
	日本人のみの世帯	外国人のみの世帯		日本人	外国人		
25年1月1日現在 ()は前月比	291,182 (275減)	6,327 (48減)	299,714 (319減)	254,658 (50減)	5,044 (19減)	529,532 (143減)	540,021 (203減)
	2,205 (4増)			274,874 (93減)	5,445 (41減)	10,489 (60減)	