

# 9きなみ



24年度上半期 区の財政状況をお知らせします	…… 2
区民意見を募集します 「杉並区男女共同参画行動計画」	…… 3
冬こそ健康になろうDAY	…… 4
青少年表彰	…… 7
高齢者と家族の孤立を 防ぎましょう	……12

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)

## 吸わないよ 断わる勇氣と 強い意志

たばこの煙には多くの有害物質が含まれ、健康に与える影響が大きく、特に妊娠中の女性や子供、ぜんそくなどの病気を持っている人は影響を受けやすくなります。また、未成年からの喫煙は、心身の発育に悪影響を与えます。喫煙習慣は個人の嗜好にとどまらず、吸う人はもちろん吸わない人の健康を考える上でも、たばこ対策は重要な課題となっています。——問い合わせは、杉並保健所健康推進課☎3391-1015へ。

### 喫煙対策実施施設登録制度をご存じですか

**全面禁煙**

ご協力をお願いします  
たばこ対策実施店・杉並区

**完全分煙**

ご協力をお願いします  
たばこ対策実施施設・杉並区

**時間禁煙**

禁煙時間 時 分～時 分まで  
ご協力をお願いします  
たばこ対策実施店・杉並区

区では、受動喫煙防止のための「喫煙対策実施施設登録制度」を設け、たばこ対策を実施しているお店（施設）にこの制度への登録と応援プレートの掲示（全面禁煙・完全分煙・時間禁煙〈上図〉）をお願いしています。現在の登録店（施設）は杉並ウエストサイズ物語ホームページ<http://suginami-waistsize.jp>でご覧になれます。最寄り駅から登録店を検索することもできるので、禁煙・分煙を実施しているお店で食事をしたい方は、ぜひご覧ください。

〈最近の新規登録店（12月4日現在）〉

区分	店舗・施設名	所在地
全面禁煙	ESPRESSO AMERICANO 杉並公会堂店	上荻1-23-15
	スターバックスコーヒーミネ荻窪店	上荻1-7-1 ルミネ荻窪店
	とんかつ丸よし	上荻1-5-9
	ウエストリバー	永福1-39-19
	パン工房&カフェ Puku Puku	南荻窪4-1-15春日屋ビル1階
	イタリア亭コロンブス	荻窪5-29-7 荻窪寺番館
	さとうコロッセ店	天沼3-29-13
完全分煙	ぎょうざの満州	荻窪5-16-21松屋ビル
	中華料理 翠海※	阿佐谷北2-13-2 パサージュ阿佐谷2階
	紫紺杜（しこんず）	荻窪5-22-9 藤ビル1階
時間禁煙	川南 末廣鮨	南荻窪1-42-13
	草花屋	荻窪5-7-11
	とんかつ大黒	久我山2-23-29
	錠鮨	和泉3-13-23

※「中華料理 翠海」は「時間禁煙」にも登録しています。

#### ◇飲食店を営んでいる方や施設を管理している方へ

この制度に賛同いただける方の登録をお待ちしています。非喫煙者の健康への影響をなくす環境を作りだしていきましょう。

### 24年度未成年者の喫煙防止 標語・ポスターの表彰

#### ◇ポスターの部・区長賞



▲西宮中学校2年 長澤亮輔さん

#### ◇標語の部・区長賞

### 吸わないよ 断わる勇氣と 強い意志

▲荻窪中学校2年 細井和奏さん

区では、小学5年生～中学3年生の児童・生徒を対象に、未成年者の喫煙防止を呼びかける標語・ポスターの募集を行いました。

標語の部は応募作品856点の中から区長賞1点・優秀賞5点、ポスターの部は応募作品132点の中から、区長賞1点・優秀賞7点を表彰しました。

また、杉並保健所（荻窪5-20-1）では、12月28日（金）まで入選作品を展示していますので、ぜひ、ご覧ください。

### 未成年者の飲酒喫煙防止啓発イベント

青少年パフォーマンスユニット「Cedar Youth 80」が贈る  
ちょっと早めのクリスマスプレゼント

ダンス&ドラマシアター  
**CY80の軌跡**  
～私たちは変わった～



区制施行80周年を記念して結成したパフォーマンスユニット「Cedar Youth 80」の子どもたちが活動を通して学んだ「仲間や自分が熱中できるものを見つけることの大切さ」と「未成年からの飲酒や喫煙が、いかに自分の将来を台無しにしてしまうか」をダンスと劇で表現します。当事者である子どもたち、子どもを持つ親、身近に子どもがいる大人など、たくさんの方にご覧いただければと思います。

【日時】12月23日（祝）①午後3時30分～5時  
②6時30分～8時

【場所】セシオン杉並（梅里1-22-32）

【定員】各回500名（先着順）

【費用】無料

【申し込み】当日、直接会場へ

【問い合わせ】児童青少年課青少年係 ☎3393-4760



保護者の皆さんへ

**子宮頸がん予防ワクチンの公費助成対象者は、  
早急に接種を受けてください。**

子宮頸がん予防ワクチンは、十分な効果を得るためには、6カ月間に3回の接種が必要です。今年度の助成の対象は、**25年3月末まで**です。接種がまだの方は、早めに受けてください（来年度の公費助成に関しては未定です）。

【対象者】

現在中学1・2・3年生、高校1年生および高校2年生（24年3月31日までに1回以上接種を受けた方）

- 子宮頸がんは、検診とワクチンで予防できます。
- 子宮頸がん検診は20歳以上の方が対象です。
- 子宮頸がんの原因は、HPV（ヒトパピローマウイルス）です。すべての女性の80%が一生涯に一度は感染する、とてもありふれたウイルスです。HPVのなかでも、16型と18型が子宮頸がんの70%の原因となっています。子宮頸がん予防ワクチンは、この2つのウイルス感染をほぼ防ぎます。

岡杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015

**復興の担い手となる福島県南相馬市の  
子供たちが区長を表敬訪問しました**

東日本大震災で、親を亡くした南相馬市の子供たち20名と家族の皆さんが、11月17日(土)に区役所などを訪れました。

区民の皆さんからの2億円以上の義援金は、南相馬市みらい夢基金の原資として南相馬市復興の担い手となる子供たちを育てるために活用されています。今回はその基金を活用し、子供たち、家族の親睦と交流を目的として事業が行われました。

区長は「復興には、今しばらく時間がかかると思いますが、ふるさとを愛する気持ちを持ち続けてほしい」と話しました。

一行は、杉並アニメーションミュージアムなどを見学し、最初は照れていた子供たちも仲良くなり、元気に楽しんでいました。



岡危機管理対策課

24年度  
上半期

**区の財政状況をお知らせします**

区は、条例に基づき年2回財政状況を公表しています。今回は4月から9月までの平成24年度上半期について、お知らせします。  
——問い合わせは、財政課へ。

〈表1 各会計の予算執行状況〉

会計区分	予算現額	収入済額	収入率	支出済額	執行率
一般会計	1552億 68万円	667億7256万円	43.0%	611億8628万円	39.4%
国民健康保険事業会計	517億6641万円	190億5826万円	36.8%	219億8909万円	42.5%
介護保険事業会計	341億9522万円	135億2916万円	39.6%	138億9514万円	40.6%
後期高齢者医療事業会計	117億1394万円	27億8461万円	23.8%	36億9291万円	31.5%
中小企業勤労者福祉事業会計	2億 41万円	1559万円	7.8%	2032万円	10.1%
合計	2530億7666万円	1021億6018万円	40.4%	1007億8374万円	39.8%

※一般会計には繰越明許費繰越額および事故繰越額を含む。

当初予算

一般会計の当初予算は、1546億5900万円、対前年度比3・9%の増でした。

国民健康保険事業会計や介護保険事業会計などの4つの特別会計を含めた総額は、2525億3498万円となりました（対前年度111億2294万2000円、4・6%の増）。

補正予算

一般会計補正予算（第1号）は、24年6月に議決されました。旧南伊豆健康学園の施設解体に要する経費、若者就労支援や緊急雇用創出に要する経費、災害時要援護者支援対策に

要する経費、子ども国内交流や名寄自然体験交流に要する経費、障害児通所給付や障害児利用者負担軽減に要する経費などで、補正額は4億4694万円でした。

これにより24年9月末の特別会計を含む予算総額は、2530億7666万円となりました。（表1）

予算執行状況

9月末の特別会計を含む収入済額は1021億6018万円、支出済額は1007億8374万円です。（表1）

区民税の負担状況

区の収入となるものが確定した9月末現在の特別区民税現年度分調定額は、557億1486万円です。

区民一人あたりでは、10万3473円、一世帯あたりでは、18万5214円の負担額となります。

公有財産等の状況

土地や建物、基金などの公有財産等の9月末現在高は、63億2374万円です。（表2）

〈表2 公有財産等の現在高〉

区分	金額	構成比
土地	4138億7078万円	65.1%
建物	1770億5444万円	27.9%
基金	352億7955万円	5.6%
物品	43億3311万円	0.7%
工作物	34億9325万円	0.5%
出資金	10億5697万円	0.2%
立木	1億9040万円	0.0%
有価証券	4500万円	0.0%
地役権	24万円	0.0%
合計	6353億2374万円	100.0%

※上記のほか、無体財産権があります。

〈表3 基金の内訳〉

基金名	金額	基金名	金額
財政調整基金	223億6016万円	公共料金支払基金	6億5000万円
社会福祉基金	10億4997万円	国民健康保険高額療養費資金及び出産費資金貸付基金	8000万円
区営住宅整備基金	17億7700万円	介護保険高額介護サービス費等資金貸付基金	1000万円
施設整備基金	76億 426万円		
減債基金	0円		
次世代育成基金	7430万円		
介護保険給付費準備基金	16億2948万円		
NPO支援基金	1554万円		
みどりの基金	2884万円		
合計	345億3955万円	合計	7億4000万円

※運用基金とは、資金貸付や区の公共料金の支払事務を円滑かつ効率的に行うためなど、特定の目的のために資金を運用するうえで設置されたもので、その金額は上限額です。

特別区債の現在高

9月末の区債現在高は、145億3104万円となり、前年9月末に比べ12億1177万円の減となっています。（表5）

冊子「財政のあらまし」では、23年度決算の概要についても掲載しています。

〈表4 基金の運用状況〉

年度	積立基金現在高	運用利子額	平均利回り
24年度	345億3955万円	1億 646万円	0.627%
23年度	323億6985万円	1億5080万円	0.836%
差	21億6970万円	△4434万円	△0.209%

〈表5 特別区債の現在高〉

特別区債名	金額
建設事業債（小中学校の改築等）	81億6227万円
杉並南中央公園債（柏の宮公園整備）	49億1537万円
介護サービス事業勘定	14億4294万円
災害援護資金	1046万円
合計	145億3104万円
前年度上半期合計	157億4281万円
差	△12億1177万円

詳しい内容は、冊子「財政のあらましー平成24年度上半期の財政状況ー」をご覧ください。区政資料室（区役所西棟2階）や図書館、区民事務所などのほか、区ホームページでもご覧になれます。



# 区民意見を募集します

# 「杉並区男女共同参画行動計画」

## ～理解・信頼・支えあいの共同参画社会をめざして～ を策定します

「男女共同参画社会をめざす杉並区行動計画」改定案の主な内容をお知らせし、「杉並区区民等の意見提出手続に関する条例」に基づき、皆さんのご意見を伺います。 —問い合わせは、区民生活部管理課男女共同参画担当へ。

### 計画改定の趣旨

新基本構想が掲げる区の将来像「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」の実現に向けて、あらゆる男女が個性や能力を発揮できる男女共同参画社会の実現をさらに推進するため、「男女共同参画社会をめざす杉並区行動計画」を改定します。

名称は新たに「杉並区男女共同参画行動計画」～理解・信頼・支えあいの共同参画社会をめざして～とします。

### 計画(案)の概要

#### ●3つの重点テーマと5つの目標

区における男女共同参画の現状やこれまでの取り組み状況等を踏まえ、特に力を入れるべき3つの重点テーマと5つの目標を定め、男女共同参画社会の実現をめざします。

【重点テーマ1】男女共同参画社会の推進による支えあい共につくる地域社会の実現

●地域社会において仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)が図られ、男女が共に責任と役割を分担し合いながら、地域活動への参画など、多様な生き方を選択できる柔軟な社会の仕組みを構築していきます。

●東日本大震災の経験を踏まえて、男女共同参画の視点から、地域防災力を強化し、誰もが安全・安心に暮らせる地域社会づくりを進めます。

【重点テーマ2】困難な状況に置かれた人々にとっての男女共同参画の推進

●ひとり親家庭、介護や支援が必要な高齢者、定職に就けない若年層等を中心にさまざまな困難な状況に置かれている男女が増加しています。このような特別な配慮を必要とする男女への支援を行い、一人ひとりが尊厳を持ち自立した個人として、個性と能力を十分に発揮できるような男女共同参画社会を実現していきます。

【重点テーマ3】区立男女平等推進センターのさらなる活性化

●区立男女平等推進センターについては、男女共同

参画社会実現のための活動拠点として、関係団体等の創意工夫を活かしながら魅力ある事業を展開するなど、施設のさらなる充実・活性化と周知PRに努めていきます。

●DVをはじめとする相談事業については、福祉事務所、子ども家庭支援センター等との連携を強め、被害者の立場に立ったきめ細やかな対応が迅速に行えるよう庁内体制の整備を行うとともに、東京都や警察など他機関との連絡調整を密にしていきます。

#### ◆目標

- I あらゆる分野で男女が個性や能力を発揮できる社会づくり
- II 仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)の実現
- III 特別な配慮を必要とする男女への支援
- IV 人権が尊重される社会の形成
- V 男女共同参画を推進する社会づくり

### 計画の期間

平成25年度～29年度(5年間)

## お寄せください ご意見を

「杉並区男女共同参画行動計画」の全文は、区ホームページほか、閲覧場所(各閲覧場所の休業日を除く)でご覧になれます。

①ハガキ、封書、ファクス、Eメールまたは閲覧場所にある意見用紙に書いて、25年1月10日(必着)までに区民生活部管理課男女共同参画担当☎5307-0681☒danjo-t@city.suginami.lg.jpへ。

②ご意見には、住所・氏名(在勤の方は勤務先の名称と所在地、在学の方は学校名と所在地、事業者の方は事業所の名称と所在地、代表者の氏名)を記入してください。

③区ホームページの電子掲示板にご意見を書き込むこともできます。

【開設期間】12月11日(火)～25年1月10日(木)

【閲覧場所】区民生活部管理課男女共同参画担当(区役所西棟7階)、区政資料室(西棟2階)、区政相談課(東棟1階)、男女平等推進センター(荻窪1-56-3)、区民事務所・分室、駅前事務所、福祉事務所、保健センター、図書館

## 住民基本台帳の 閲覧状況を 公表します

### 区区民課住民記録係

「住民基本台帳の一部の写しの閲覧」とは、住民基本台帳に記録されている項目のうち、氏名・住所・生年月日・性別を閲覧するものです。

閲覧申請が認められた場合、必要最小限の範囲で閲覧が可能となります。

閲覧が認められる主な理由は次のとおりです。

- ①官公庁が職務で行う場合
- ②公益性の高い調査研究に利用する場合や、公共的団体が公益性の高い活動に利用する場合

商業目的(ダイレクトメールの発送を目的にしたものなど)による閲覧は、認められていません。また、閲覧が行われる際には、区職員が立ち会います。

住民基本台帳法では、住民基本台帳の一部の写しの閲覧状況について公表することとなっています。7～9月の公表分は右表のとおりです。なお、閲覧状況の詳細は区ホームページでご覧になれます。

### 〈住民基本台帳の閲覧状況(7～9月分)〉

#### ◆国または地方公共団体(住民基本台帳法第11条第3項に基づく公表分)

閲覧請求者	請求事由概要
1 自衛隊東京地方協力本部	自衛官等の募集に伴う広報
2 東京都建設局公園緑地部公園課	公有財産に関する現況調査のため
3 東京都福祉保健局総務部総務課	平成24年度福祉保健基礎調査

#### ◆個人または法人(住民基本台帳法第11条の2第12項に基づく公表分)

閲覧申出者(委託者等)	利用目的概要
4 (社)中央調査社(公益財団法人新聞通信調査会)	第5回メディアに関する全国世論調査
5 (社)中央調査社(株式会社野村総合研究所)	日常生活に関するアンケート(生活者1万人アンケート)
6 (社)新情報センター(内閣府大臣官房政府広報室)	障害者に関する世論調査
7 毎日新聞社世論調査室	第66回「読書」「時事問題」世論調査
8 (社)新情報センター(東京大学医学部附属病院緩和ケア診療部)	放射線およびがんの危険度に関する認識調査
9 (株)プランニング・リサーチ・ジャパン(一般財団法人電力中央研究所)	科学技術と安全に関する意識調査
10 (株)アストジェイ(東京都青少年・治安対策本部)	今後の自転車施策の枠組み等に関する意識調査
11 (社)中央調査社(内閣府大臣官房政府広報室)	人権擁護に関する世論調査
12 (社)中央調査社(国立大学法人東京大学、独立行政法人東京都長寿医療センター※)	第8回長寿社会における中高年者の暮らし方の調査
13 (株)サーベイリサーチセンター(内閣府政策統括官共生社会政策担当)	団塊の世代の意識に関する調査
14 (社)新情報センター(学校法人日本大学)	暮らしの安心・信頼・社会参加に関するアンケート調査
15 (社)新情報センター(内閣府経済社会総合研究所※)	消費者動向調査
16 (社)中央調査社(独立行政法人国民生活センター※)	第40回国民生活動向調査
17 (株)日本リサーチセンター調査部(日本銀行情報サービス局※)	生活意識に関するアンケート調査
18 (株)エスピー研(東京都生活文化局広報聴取部都民の声課調査係)	緑・景観・屋外広告物に関する世論調査
19 山下妙子(NHK放送文化研究所世論調査部※)	平成24年11月全国個人視聴率調査
20 (社)中央調査社(内閣府大臣官房政府広報室)	外交に関する世論調査
21 (社)中央調査社(内閣府大臣官房政府広報室)	道路に関する世論調査
22 (社)新情報センター(学校法人上智大学)	都市住民の生活と意識に関する世代比較調査

※は共同申出者です。共同申出者とは、委託により第三者(受託者)に閲覧をさせ、受託者が閲覧で得た個人情報を受託者が受け取る場合の委託者のことをいいます。



# 冬こそ健康に なるうDAY!

アテネオリンピック・金メダリスト 柴田亜衣さんによる指導と講演会を行います。

【日 時】25年1月19日(土)午前9時～午後1時  
【場 所】杉並第十小学校温水プール・体育館(和田3-55-49)

【費 用】無料  
【問い合わせ】スポーツ振興課事業係または高円寺地域区民センター協議会 ☎3317-6614

【会 場】温水プール

【会 場】体育館

## 【講 師】アテネオリンピック・金メダリスト 柴田亜衣

- ①デモンストレーション  
 時午前10時～10時5分定80名(先着順)申込当日、直接会場へ他見学者は水着・水泳帽を着用してください
- ②小中学生のクロール講習  
 時午前10時5分～10時50分定小中学生で25m泳げ、右講演会に参加できる方定20名(抽選)申込往復ハガキ(9面記入例参照)で、12月22日(必着)までに高円寺地域区民センター協議会講座運営部(〒166-0011梅里1-22-32)へ
- ③成人クロール講習  
 時午前11時～11時45分定高校生以上で25m泳げ、右講演会に参加できる方定20名(抽選)申込往復ハガキ(9面記入例参照)で、12月22日(必着)までに高円寺地域区民センター協議会講座運営部(〒166-0011梅里1-22-32)へ

- ④アクアビクス  
 時午前9時15分～9時45分定杉並区水泳連盟定30名(先着順)申込当日、直接会場へ
- ⑤ワンポイントレッスン  
 時正午～午後0時40分定杉並区水泳連盟定30名(先着順)申込当日、直接会場へ

【共 催】高円寺地域区民センター協議会、杉並区教育委員会  
 杉並区水泳連盟  
 【後 援】杉並区スポーツ振興財団  
 【協 力】スポーツハイツ

## 講演会「オリンピックとわたし」



【時 間】午前9時15分～9時45分  
 【講 師】柴田亜衣(左写真)  
 【定 員】110名(先着順)  
 【申し込み】当日、直接会場へ

2004年アテネオリンピック日本代表として出場し800m自由形で優勝。五輪女子自由形で日本人初の金メダルを獲得。

- ⑥骨盤エクササイズ  
 動きながらめりはりのあるボディーを目指しましょう。  
 時午前10時15分～11時15分定JSCA認定スポーツクラブインストラクター・日野嘉子
- ⑦フィットネスウオーキング  
 猫背、ぽっこりお腹を歩いて解消します。  
 時午前11時30分～午後0時30分定健康運動指導士・大方こども  
 ——〈いずれも〉——  
 定区内在住で16歳以上の健康な方定⑥⑦各30名(申込順)申込往復ハガキ(9面記入例参照)に⑥⑦希望(併記可)も書いて、25年1月15日(必着)までに高円寺地域区民センター協議会講座運営部(〒166-0011梅里1-22-32)へ

25年1月10日(木) 受け付け開始

## 杉並区シルバー人材センター 『シルバー孫の手』 事業

# 高齢者世帯のちょっとしたお困りごと 無 料 で お手伝い します!

背中をかくには孫の手が便利ですね。若い時には要らなかったものでも、年とともに必要になるものが出てきます。  
 電球を取り換えたいけど、高い所に登るのは不安で…。そんなとき、ちょっとした困りごとを手伝ってくれる人の手があれば、どんなに助かるでしょう。公益社団法人杉並区シルバー人材センターが新しく始める「シルバー孫の手」事業は、シルバー会員がボランティアで行う高齢者同士の助け合いです。

## シルバーの会員があなたのSOSに応えます

### 【お手伝いできる活動の例】

- 自宅内で
  - 電球や電池の交換
  - ちょっとした家具の移動
  - 天袋の荷物の出し入れ
  - 古新聞や古雑誌のまとめ
  - 電話の代行
- 自宅外で
  - ゴミや古新聞の搬出
  - 花壇やベランダの整理
- 外出して
  - クリーニングの受け取り
  - 病院へ衣類の届け
  - 郵便の投函

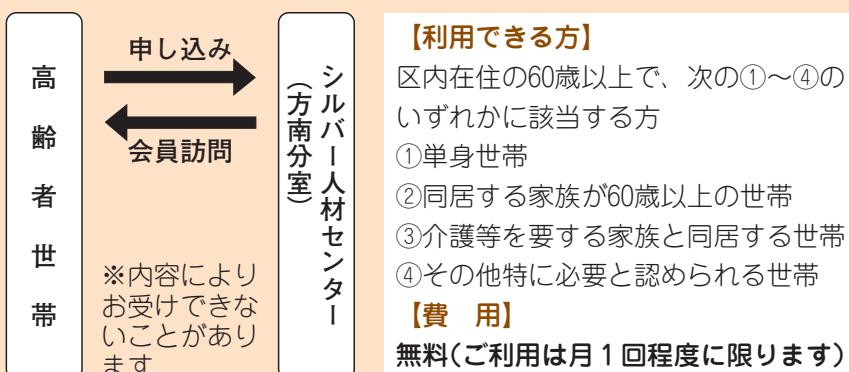
### 【お手伝いの範囲】

- 区内で簡単、軽度で経費の伴わない、おおむね30分以内の作業です
- 高所など危険と判断した場合などはお断りすることがあります
- すぐには、ご要望にお応えできない場合もあります
- その他詳細は、直接お問い合わせください

### 【申し込み・問い合わせ】

杉並区シルバー人材センター(方南分室)  
 (平日 午前9時～午後5時)  
 ☎3323-1420 FAX3322-6184

### お手伝いまでの流れ





# 区からの お知らせ

## 年金

### 国民年金保険料の追納制度をご利用ください

国民年金保険料の免除(全額一部)や若年者納付猶予・学生納付特例の承認を受けた期間がある場合は、保険料を全額納めた時と比べて、将来受け取る年金額が少なくなります。

これらの期間が10年以内であれば、後から保険料を納めることができます。なお、免除などの承認を受けた期間の翌年度から起算して3年度目以降に保険料を追納する場合には、当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされます。

保険料を追納する場合には、納付書が必要となりますので、杉並年金事務所へお申し込みください。

☎杉並年金事務所 33312-1511

## 施設情報

### 杉並区公共施設予約システム「さざんかねっと」年末年始のシステムを休止します

システム機器の保守を行うため、杉並区公共施設予約システム「さざんかねっと」は、集会施設・スポーツ施設ともに、12月29日(土)～25年1月3日(木)まで休止します。

また、12月28日(金)、25年1月4日(金)に、施設に設置されてい

るタッチパネル式パソコンを利用する場合は、各施設の休館日をご確認の上、お越しください。

### 団集会施設II地域課地域施設係、スポーツ施設IIスポーツ振興施設管理係

### ケア24阿佐谷が移転しました

ケア24阿佐谷が12月10日(月)から、阿佐谷北1-3-10 Baum(バウム)1階へ移転しました(電話番号の変更はありません)。

☎ケア24阿佐谷 33391-1588

## 西荻北児童館の休館

西荻北児童館(西荻北1-9-5)は、12月15日(土)～25年2月18日(月)の間、改修工事のため休館します。学童クラブは通常通り運営しています。

なお、日曜日の利用は3月3日から再開します。

☎西荻北児童館 33395-3461

## 採用情報

### 看護師・保健師

☎杉並区医療安全相談窓口の相談員▽勤務期間II 25年4月1日～26年3月31日(5回まで更新可)▽勤務日時II 月々金曜日の内1、2日。午前9時～午後5時▽勤務場所II 杉並保健所地域保健課▽資格II 臨床経験のある看護師または保健師▽募集人数II 1名▽報酬II 時給1570円(予定)▽その他II 有給休暇あり。交通費支給(上限あり)

☎履歴書を、25年1月11日(必着)までに杉並保健所地域保健課地域医療係(〒167-0051 荻窪5-20-1)へ郵送または

持参☎同係 ☎3391-1355 5 他 ①書類選考合格者には面接を実施②応募書類は返却しません

## スクールソーシャルワーカー(SSW)

☎スクールソーシャルワーカー業務▽勤務期間II 25年4月1日～26年3月31日(5回まで更新可)▽勤務日時II 月16日勤務(週4日。水曜日は必須)。午前8時30分～午後5時15分▽勤務場所II 特別支援教育課、区立小中学校▽資格II 次の要件を全て満たす方①福祉・臨床心理学系の専門課程を修了し、スクールソーシャルワーカーの仕事に意欲・経験がある②社会福祉士または臨床心理士の有資格者(取得見込みも可)③25年4月1日現在、20歳以上65歳未満▽募集人数II 若干名▽報酬II 月額20万8200円(24年度実績)▽その他II 有給休暇あり。社会保険加入。交通費支給(上限あり)

☎履歴書に志望動機と相談経験者はその内容を詳細に書いて、12月26日(必着)までに特別支援教育課教育相談係(〒166-0013 堀ノ内2-5-26 済美教育センター内)へ郵送または持参☎同係 ☎3311-1921 他 ①書類選考合格者には25年2月1日(金)に面接を実施②応募書類は返却はしません

## 区立小中学校介助員・支援員(パートタイマー)

☎勤務内容II 区立小・中学校の特別支援学級または通常学級で、知的障害・身体障害・発達障害等のある児童・生徒の学校生活における安全管理および介助▽勤務期間II 25年4月1日～26年3月31日(2回まで更新可)▽勤務日時II 月々金曜日の午前8時30分～午後3時15分/原則、長期休業期間は勤務なし▽対象II 特別支援教育に理解のある方▽募集人数II 若干名▽報酬II 時給1110円(24年度実績)▽その他II 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「志望する動機」ボランティアなどの経験)も書いて、25年1月15日(必着)までに特別支援教育課特別支援教育係(〒166-0013 堀ノ内

2-5-26 済美教育センター内)へ郵送または持参☎同係 ☎3311-0050 他 ①書類選考合格者には面接を実施(面接は2月初旬)②応募書類は返却しません

### 杉並区適応指導教室(さざんかステップアップ教室)教育指導員(嘱託員)

☎教育指導員(小学校全科目は、中学校国語・社会・数学・理科・英語)▽勤務期間II 25年4月1日～26年3月31日(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II 月16日勤務。午前8時30分～午

## 募集します

### 杉並障害者福祉会館 受付職員

☎杉並障害者福祉会館の電話応対や名簿作成などの受付事務▽勤務期間II 25年1月15日～3月31日まで(更新可)▽勤務日時II 月10～13日勤務。午前9時～午後5時(午前、午後の4時間交代制)▽勤務場所II 杉並障害者福祉会館▽資格II 区内在住で障害のある方▽募集人数II 若干名▽報酬II 時給850円(交通費の支給はありません)☎履歴書を、12月26日(必着)までに、杉並障害者福祉会館運営協議会事務局(〒168-0072 高井戸東4-10-5)へ郵送または持参☎同事務局 ☎3332-6121 FAX 3335-3581 他 応募書類は返却しません

### 杉並区子ども読書月間の標語

毎年6月は杉並区子ども読書月間です。本や読書の楽しみを知ってもらい、この月間を広めるための標語を募集します。応募の中から選ばれた作品は来年度のポスターに採用されます。☎募集期間II 25年1月31日(木)まで☎応募数は自由。1人2点まで(未発表のものに限る)☎区内在住・在勤・在学中で小学生18歳の方☎応募用紙(図書館で配布)を、中央図書館(〒167-0051 荻窪3-40-23)へ郵送または持参☎同館事業係 ☎3391-

5754 他 入選作品は図書館ホームページに掲載します

### 荻窪地域区民センター協議会委員

地域住民の交流やコミュニティ形成を目的として、まつり、各種講座の企画・実施、コミュニティ紙の発行、ホームページの運営などの活動を行います。☎任期II 25年4月1日から4年間(1期2年。2期限度)▽対象II 荻窪地域区民センターおよび本天沼区民集会所の地域内にお住まいで健康な方▽募集人数II 若干名☎申込書(荻窪地域区民センター、本天沼区民集会所で配布)を、25年1月21日(必着)までに荻窪地域区民センター協議会事務局(〒167-0051 荻窪2-34-20 荻窪地域区民

# 区内の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。放射線量等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

☎学務課、保育課  
12月3日現在、各学校・園の給食食材、計764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)

☎環境課放射能対策担当  
(測定日12月4日) 単位:マイクロ・シーベルト/h

施設名	測定場所	測定高さ
		1 m
杉並区役所(阿佐谷南1-15-1)	区役所青梅街道側	0.08
杉並保健所(荻窪5-20-1)	保健所前駐車場西側	0.07
衛生試験所(高井戸東3-20-3)	試験所玄関前駐車場	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。

## その他

### 住まいの修繕・増改築 無料相談

高齢者や障害者のためのバリアフリー工事、自宅のリフォーム・増改築など、住宅の修繕や増改築についての相談に、経験豊かな区内建設業者が応じます。☎毎週月・金曜日、午後1時～4時(祝日、年末年始を除く。12月24日(休)・28日(金)・31日(月)、25年1月4日(金)・7日(月)はお休みします)☎区役所1階ロビー☎当日、直接会場へ☎住宅課

センター内)へ郵送または持参☎同事務局 ☎3398-9127 他 ①後日面接を行います②応募書類は返却しません③交通費程度の活動費を支払います





## 写真コンテスト～作品募集

区制施行80周年を記念した写真コンテストを開催しています。入賞者には、特製80周年記念品などをご用意しています。奮って応募をお願いします。

### ●フォトコンテスト概要

- 80にちなんだ写真部門＝一般(大人)  
子ども(中学生以下)
- 杉並区の魅力写真部門＝一般(大人)  
子ども(中学生以下)



### ●申込締め切り日

25年1月31日

### ●審査

コラムニスト・泉麻人さん、「宣伝会議」編集長・田中理沙さんを特別ゲストにお迎えし審査員賞を選定します。

詳細は、杉並区80周年まつりホームページ <http://www.sugi-chiiki.com/suginami80/> をご覧ください

岡広報課

## ハリケーン・サンディ災害に伴う 救援金にご協力をお願いします

### ◇日本赤十字社では救援金を受け付けています

▷受付期間＝12月25日(火)まで▷入金方法＝郵便振替で「00120-5-220 日本赤十字社」へ振り込み(通信欄に「ハリケーン」または「サンディ」と明記してください。郵便局窓口での取り扱いの場合、振替手数料は無料です。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ます

▷設置期間＝12月25日(火)まで▷設置場所＝保健福祉部管理課地域福祉係(区役所東棟3階。土・日曜日、祝日を除く)または区民課区民係(東棟1階。日曜日、祝日を除く)

岡保健福祉部管理課地域福祉係

## 25年版ごみ・資源の収集カレンダーは お手元に届きましたか

11月19日～12月9日に、「平成25年版のごみ・資源の収集カレンダー」を全戸配布しました。お手元に届いていない場合は、ご連絡ください。

岡ごみ減量対策課、杉並清掃事務所 ☎3392-7281、杉並清掃事務所方南支所 ☎3323-4571へ

**平成25年(2013年)版 保存版**  
**ごみ・資源の収集カレンダー**

可燃ごみ・不燃ごみは収集日当日の午前7時30分までに集積所へ出してください。資源は回収日当日の午前8時までに集積所へ出してください。

杉並清掃工場は建て替えのため、ごみの収集時間が前後することがあります。最大ごみは「箱大ごみ受付センター」へ。インターネット <http://sodai.tokyo-kankyo.or.jp/> お住まいの集積所の訂正日が異なる場合は、収集曜日が異なりますので、ご確認ください。

このカレンダーの対象地域は  
1 天沼1・2丁目  
下井草1丁目  
本天沼1・2丁目

この地域の管轄の清掃事務所は、杉並清掃事務所 ☎3392-7281  
お住まいの集積所の訂正日が異なる場合は、収集曜日が異なりますので、ご確認ください。

平成24年(2012年) 12月

日	月	火	水	木	金	土	日
2	3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30			

びん・缶・プラスチック 木  
古紙・ペットボトル 水  
可燃ごみ 火 金  
不燃ごみ 第2・4回目 水

地域によって収集の曜日が異なります。対象地域を必ず確認してください。

12月20日(木)～26日(水)



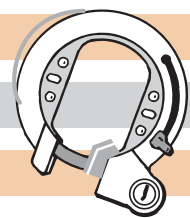
## 飲酒運転させない TOKYOキャンペーン

「飲酒運転 するもさせるも 犯罪者」

- ☆お酒を飲んだら運転しない
- ☆運転する人にはお酒を出さない、すすめない
- ☆お酒を飲んだ人には運転させない、車を貸さない
- ☆飲酒運転の車には乗らない

飲酒運転は重大事故につながる悪質な犯罪です。飲酒運転を容認したり酒類を提供した者も、道路交通法違反で刑事責任が問われます。飲酒運転を「しない」「させない」を徹底して飲酒運転を根絶しましょう。

岡交通対策課または各警察署(杉並 ☎3314-0110/高井戸 ☎3332-0110/荻窪 ☎3397-0110)



# すぎなみ自転車ロック大作戦



## 自転車盗難防止への取り組み

- ◆区では、刑法犯認知件数の約3割を占め犯罪の中で最も多い自転車盗難を減らすために「すぎなみ自転車ロック大作戦」を展開し、12月～25年1月を重点キャンペーン期間として取り組みます。
- ◆特に、無施錠による被害が6割を占めることから、確実な施錠(ロック)を呼び掛けていきます。

## 地域(商店会)との連携

- ◆モデル地域(商店会)である久我山連合商店会の協力でキャンペーンを実施します。12月17日(月)から同商店会会員の店で「なみすけキーホルダー(左写真)」を配布します(数に限りがあります)。
- ◆25年1月13日(日)開催予定の同商店会「ピカピカ祭り抽選会」で、このキーホルダーを自転車の鍵に付けて持参した方に、商品券やお菓子をプレゼントします。

## 女子美術大学との連携

- ◆女子美術大学の学生デザインによる啓発ポスター(右写真)展を開催します。  
【日時】12月13日(木)・14日(金)午前9時～午後5時  
【場所】区役所1階ロビー



岡危機管理対策課地域安全担当または久我山連合商店会 ☎3333-6867



# 青少年表彰 善い行いをした青少年を表彰しました

区では、「善い行い」をした青少年を表彰しています。

24年度の杉並区青少年表彰授与式は、11月4日(日)にセシオン杉並ホールで行われ、次の皆さんが表彰されました(敬称略)。青少年表彰は、年間を通して推薦(推薦書は区ホームページから取り出せます)を受け付けています。24歳までの青少年に親切にしてもらい助かったこと、感心させられたことなどがありましたら、ぜひ推薦してください。

——問い合わせは、児童青少年課☎3393-4760へ。

## ◇個人表彰(96名・敬称略)

社会福祉=加藤香織、佐藤竜、鈴木美帆、鄭泰俊、火物純香、宮地由子、八田はな、窪田幸大、小平卓哉、佐藤幸介、古山圭佑、水谷彰宏、山田旬之介、井田美羽、倉田慧、小林優真、一木奈緒美、一木真梨絵▷隣人愛=千羽凜太郎、執行はるな▷青少年育成および指導=山地友樹、斉藤鷹、高森俊輔、田中夕飛、浅見颯、菊池大誠、清水英介▷生活環境の美化および改善=中村拓樹、佐々木もも、福岡和生、百合田耕平、須田峻介、善浪暉、新井里奈、尾崎桃花、川合優菜▷緊急時貢献=尾西果菜、谷川理子、若松大樹▷その他(地域貢献等)=出井大晴、小林慧大、富樫巧、小澤翔太、伊藤隆徳、立石里織、藤田遼、五十嵐研人、内川うらら、遠藤莉乃、大平天斗、岡田莉奈、古後緋香梨、佐藤世奈、佐野はるか、杉本良貴、平光洋、田村玲奈、中田千尋、中村謙介、根岡仁平、藤井愛乃、穂坂香澄、松江雛、山口梨恵、吉川拓実、吉竹志保美、渡邊愛梨、

渡部春花、綿貫太一、青木日和、五十川正太郎、木田七海、木田玲奈、齋藤貴心、齋藤ひな、境菜、塩田璃奈、竹内駿太、竹内桃香、多賀正江、花島輝陽、花島陽孝、富士原慶、富士原康、水品健、水品純、水品翔、武藤文奈、武藤夏季、安田千歩、柳下海、柳下花、山下優芽 ほか3名

## ◇団体表彰(15団体)

社会福祉=桃井第二小学校早朝合唱合奏クラブ、杉並第八小学校音楽教室、Hana Aloha、天沼小学校有志、荻小ソーランクラブ、武蔵野音楽大学ミュージックセラピー研究部、立教大学どりいむ・ぼっくす、天沼中学校生徒会▷青少年育成および指導=ボーイスカウト杉並第6団▷生活環境の美化および改善=杉並第八小学校6年生、井荻小学校6年生▷国際貢献=和泉中学校第3学年▷その他(地域貢献等)=杉森中学校こども盆おどりボランティア、都立農芸高等学校和太鼓部、西宮中学校生徒会



▲表彰授与式当日の様子

## 【行為の内容(抜粋)】

◇個人=出火があった際、近くに置いてあったペットボトルとバケツの水で、火点直下階の燃えている洗濯物に水をかけて延焼を防ぎ、被害を最小限に食い止めました▷八成分れあいの家で、日本の伝統文化である琴の演奏を披露したり、お年寄りとの交流を行い、ふれあいの家の利用者にとっても喜ばれました  
◇団体=各学校や団体で、飢餓撲滅のための募金、地域の清掃、視覚障害者との交流、地域イベントでのボランティアなどさまざまな活動を行いました

## SPORTS

スポーツのある暮らし  
健康の第一歩

### 競技大会

#### ●射初め

☎25年1月14日(祝)午前9時～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) 区区内在住・在勤・在学の方、区連盟会員各35名(抽選) 費500円(申込)往復ハガキ(9面記入例参照)で、12月25日(必着)までに区弓道連盟・横山賢次(〒167-0052南荻窪1-13-11)へ☎横山☎3334-5664(午前8時～午後8時)

### スポーツ教室

#### ●第1回ポケットビリヤード教室 ジュニアの部

☎25年1月5日(出)午前10時～11時30分 場 サンピリ荻窪店(上荻1-16-16ユアビル7階) 区区内在住の方、区連盟会員各35名(抽選) 費500円(申込)往復ハガキ(9面記入例参照)で、12月21日までに杉並区ビリヤード連盟・有田☎090-8815-4542 goari89@hotmail.co.jpへ☎経験の有無は問いません

#### ●個人フットサルナイトⅢ

当日集まった人でチーム分けをし、ゲームを楽しみます。  
☎25年1月8日(火)・22日(火)、2月12日(火)・26日(火)、3月12日(火)・26日(火)午後7時～9時 場 下高井戸運動場(下高井戸3-26-1) 区区内在住の方各50名(先着順) 費各500円(申込)当日、直接会場へ☎同運動場☎5374-6191

#### ●上井草スポーツセンターの教室

①プレキッズ&マミーサッカー教室  
親子で体を動かす楽しさやボールを蹴るおもしろさを体感できます。

☎25年1月9日(水)・16日(水)・23日(水)12歳児クラス=午前10時～10時50分(2)3、4歳児クラス=午前11時～11時50分 場 F C 東京普及部コーチ 区区内在住・在勤(保護者)・在学で2～4歳のお子さんとその保護者各各回各クラス20組40名(申込順) 費各回1組500円(子育て応援券利用可)

#### ②放課後エンジョイフットボール

当日集まった子供たちでチームを作り、試合を行います。

☎(1)25年1月10日(休)・31日(木)午後4時～5時=小学1・2年生(2)午後5時30分～6時45分=小学6年生・中学生(3)25年1月24日(休)午後4時～5時=小学3～5年生(4)午後5時30分～6時45分=小学6年生・中学生 場 F C 東京普及部コーチ 区区内在住・在勤(保護者)・在学の小学生各各回各クラス30名(申込順) 費各回500円

#### ③なでしこサッカークリニック(1)ピギナークラス(2)アドバンスクラス

☎(1)25年1月20日(日)(2)27日(日)いずれも午後3時15分～4時45分(1)サッカー未経験・初心者の方にサッカーの楽しさとサッカーに必要な技術を教えます(2)サッカー技術向上のためのトレーニングを行い、試合も行います 場 F C 東京普及部コーチ 区区内在住・在勤(保護者)・在学の小学1～6年生の女子各各20名(申込順) 費各500円

#### ④らくらく水中ウォーキング

初心者の方から経験者の方まで水の特性を利用し、ウォーキング中心の水中運動を行います。

☎25年1月14日(祝)午前10時～10時45分 場 潘鎮浩 区区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 15名(申込順) 費600円(当日) (他) (1)写真・ビデオ(携帯電話含む)などの撮影はできません(2)水着・水泳帽子・タオルを持参してください

#### ⑤かんたんアクアビクス

かんたんな動きでリズムに乗って水中で運動するので、気持ちも体もリフレッシュします。初級者向けプログラムです。

☎25年1月14日(祝)午前11時～11時50分 場 高橋リリイ、向山晶也 区区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 15名(申込順) 費600円(当日) (他) (1)写真・ビデオ(携帯電話含む)などの撮影はできません(2)水着・水泳帽子・タオルを持参してください

場 上井草スポーツセンター(申込)・☎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☎①②③は12月26日④⑤は12月22日以降、定員に空きがある場合は区外の方も申し込みできます

#### ●「ノルディック・ウォークを始めましょう」参加者募集

☎①25年1月14日(祝)②2月11日(祝)③3月20日(祝)いずれも午前10時～11時30分 場 スポーツハイツ(堀ノ内2-6-21) 場 全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員 3km程度歩ける健康な方 費1000円(別途、ポールレンタル料500円) (申込)・☎電話またはファクス(9面記入例参照)で、スポーツハイツ☎3316-9981 FAX3316-9982へ☎リュックサック、飲み物、帽子、タオルを持

参してください

#### ●荻窪体育館の教室

#### ◇現役プロスポーツ選手が教えるボディセルフケアⅢ

内臓機能を高め燃焼系の体作りを目指します。骨格のゆがみを改善し自分自身で体調を整える方法を習得しましょう!

☎25年1月10日～3月14日の毎週木曜日、午後7時～8時30分(計10回) 場 鈴木義道 30名(抽選) 費7500円(申込)往復ハガキ(9面記入例参照)で、12月21日(必着)までに同体育館へ

#### ◇チャレンジ卓球教室

卓球を始めて1年未満の方を初心者クラス、基礎および応用を経験者クラスで募集します。

☎25年1月18日～3月8日の毎週金曜日、午後1時～3時(計8回) 場 国広哲弥 ①初心者クラス32名②経験者クラス32名/いずれも抽選 費各6000円(申込)往復ハガキ(9面記入例参照)に希望クラスも書いて、12月21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) 区区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 2歳～就学前の託児あり(託児希望日の1週間前までに申し込み。1回500円)

#### ●第1回週末スキー&スノーボード教室

技術レベルに応じた講習会を実施します。

☎25年1月25日(金)午後7時30分～27日(日)午後8時頃(区後援) 場 湯の丸スキー場(長野県東御市新張)▷集合場所=JR阿佐ヶ谷駅南口噴水横広場▷解散場所=阿佐ヶ谷駅南口中杉通り付近 区区内在住・在勤・在学で小学生以上の方、区連盟会員(小学生は保護者同伴、子供の友人の同行可) 40名(申込順) 費2万7000円、小学生2万4000円(申込)電話、ファクスまたはEメール(9面記入例参照)で、25年1月7日までに区スキー連盟・塚越☎☎ FAX3304-8254 go.tsu-ka@train.oc.ne.jpへ(申込書を送付します) 場 塚越☎3304-8254(午後8時～10時) ☎詳細は、杉並区スキー連盟のホームページ☎http://sas.sugikko.jpをご覧ください

#### ●障害者のためのわいわいスポーツ教室「キックベース&ユニカール」

☎25年1月26日(出)午前9時30分～正午 場 高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) 区区内在住・在勤・在学の15歳以上で障害の程度が重い方 30名(抽選) 費無料(申込)申込書(スポーツ振興課(区役所東

棟6階)、福祉事務所、区体育施設で配布)を、25年1月4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☎①一般の交通機関の利用が困難な方は、リフト付きバスの送迎が利用できます②当日参加者と一緒に楽しんでいただけるボランティアの方を募集しています

#### ●楽しくチャレンジ!入学前に体育の基礎を学ぶ教室

鉄棒・とび箱・マット運動など体育の基礎を学んで自信をつけよう!

☎25年2月2日(出)・10日(日)・16日(出)午前9時30分～11時(計3回) 場 高円寺体育館 場 TiAmo、勝貴嘉 ほか 区区内在住で5、6歳の児童 40名(抽選) 費2400円(申込)往復ハガキ(9面記入例参照)に性別も書いて、12月21日(必着)までに高円寺体育館(〒166-0003高円寺南2-36-31)へ☎同体育館☎3312-0313

#### その他

#### ●中・高齢者対象「健康運動セミナー」

運動と栄養(食事)を組み合わせた健康イベントです。健康運動指導士による「安全に運動を行うための講義」と「自宅でも簡単なチアエクササイズ&ピラティス」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)をとります。

☎25年1月14日(祝)午前10時～午後1時 場 上井草スポーツセンター 区区内在住・在勤で運動ができる方 25名(申込順) 費900円(昼食代含む。当日) (申込)・☎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22日以降、定員に空きがある場合は区外の方も申し込みできます

#### ●水泳指導員養成研修会・基礎検定試験

☎学科=25年2月4日(月)・7日(水)・13日(水)▷実技=2月6日(水)・8日(金)・14日(水)・15日(金)午後7時～9時(計7回。区共催) 場 高井戸地域区民センター・高井戸温水プール(高井戸東3-7-5) 区区内在住・在勤・在学、区内スイミングクラブ在籍の18歳以上で100m個人メドレーが泳げる方 30名(抽選) 費3000円(申込)往復ハガキ(9面記入例参照)に教本「水泳指導教本」(2520円)・「競技役員の手引き」(1000円)の有無(当日購入可)も書いて、25年1月7日(必着)までに区水泳連盟・田代真理子(〒167-0051荻窪1-8-3)へ☎田代☎5335-6785(午後7時～10時) ☎①基礎検定試験(検定料2000円)=25年2月16日(出)午前10時30分～午後3時②詳細は区水泳連盟のホームページをご覧ください



■25年2月の足腰げんき教室

普段運動する機会の少ない方、介護予防の運動を体験してみませんか。

時・場 下表のとおり 筋力強化やバランス能力に効果的なボールを使った体操などの紹介 健康運動指導士 区内在住の65歳以上で、日常生活で介助の必要がなく、介護保険の要介護・要支援の認定を受けていない方 各15名(抽選) 無料 高齢者施策課 足腰げんき教室担当 長寿応援対象事業

〈25年2月の足腰げんき教室〉

申し込みは、ハガキ(9面記入例参照)に希望会場1カ所(下表参照)と番号も書いて、12月21日(必着)までに区役所高齢者施策課足腰げんき教室担当へ

Table with 3 columns: 会場, 番号, 日時(週1回、4回コース). Rows include 介護老人保健施設 シーダ・ウオーク, 方南区民集会所, 杉並保健所 4階機能訓練室, 高齢者活動支援センター, 阿佐谷地域区民センター.

■脂質異常症を撃退～血管のレベルアップをめざして

心臓病と脳卒中は、動脈硬化が原因で起こる血管の病気で、脂質異常症も重大な危険因子の一つです。

時・内・師 ①25年2月1日(金)午前10時～午後1時 = 「食の新常識・時間栄養学のスズメ」を取り入れて、自分の食生活・食事パターンを確認してみませんか、昼食会「自分の適量を知らう」(1食の食事量の確認) / 女子栄養大学栄養クリニック主任・蒲池桂子 ②2月8日(金)午前10時～正午 = しなやかな血管作り「自宅でできる手軽な運動」～運動実習 / 日本レクリエーション協会専任講師・鈴木京子 (計2回) 場 上井草保健センター(上井草3-8-19) 生活習慣病(脂質異常症(コレステロール・中性脂肪等))が気になる方またはその家族で60歳代までの方 各25名(申込順) 費500円(申込) 電話で、上井草保健センター ☎3394-1212へ

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

★新春民謡唄い初め～新春を祝いましょう 時 25年1月12日(土)午後1時30分 場 高齢者活動支援センター 内 三味線と尺八による民謡・合唱 出演 松原伸松ほか 区内在住の方 各90名(先着順) 費 無料(申込当日、直接会場へ) 杉並区樹木同窓会・橋本 ☎090-8741-9873

★国際アマチュアピアノコンクール受賞者演奏会 時 25年1月27日(日)午後1時 場 杉並公会堂 出演 同コンクール受賞者9名 曲目 モーツァルト「ピアノソナタ第13番K.V.333」ほか 各180名(申込順) 費 1500円(申込) 電話またはファクス(9面記入例参照)で、25年1月22日までに日壇文化協会 ☎3271-3966 FAX 3271-3967 へ 地区民10組20名を無料招待(申込順) = 電話またはファクス(9面記入例参照)で、1月15日までに同協会 ☎3271-3966 FAX 3271-3967 へ

★子どもおとなも「絵本コンサート」 時 25年1月14日(祝)午後2時～3時30分 場 浜田山会館 出演 浜島代志子(語り)、安藤由布樹(ピアノ)ほか 作品 絵本・アンデルセン「みにくいあひるの子」、ピアノ・サン＝サーンス「白鳥」ほか 区内在住で3歳以上の方(2歳以下はご相談ください) 各180名(申込順) 費 2500円。中学生以下1500円(子育て応援券利用可) (申込) Eメール(9面記入例参照)に子育て応援券利用の有無と枚数も書いて、子どもの成長を護る杉並ネットワーク ☎info@kodomo-ne

t.org へ 同団体・井原 ☎070-6611-2925

★区内産朝採り野菜と草花の歳末即売会 時 12月22日(土)午前10時(雨天実施。売り切れ次第終了) 場 東京中央農協城西支店(成田東5丁目) 内 キャベツ・小松菜・大根などの野菜、鉢花など(申込当日、直接会場へ) J A 東京中央城西生産部会 ☎5349-8791 他 買い物袋を持参してください

★杉並区交流協会 ◇ジャパン・デイ 時 25年2月2日(土)午後1時～5時 場 産産商工会館 内 日本舞踊、浴衣の着付け、茶道、華道などの体験 区内在住の外国人または区内在住・在学中の中高大学生の日本人 各25名。日本人25名 費 500円(材料費含む) (申込) Eメール(9面記入例参照)に性別・国籍・通訳希望(希望の方は言語も記入)の有無も書いて、同協会 ☎info@suginami-kouryu.org へ 浴衣の着付け体験希望者は、申し込み時に身長と服のサイズをお知らせください ◇第10回日本語スピーチ大会発表者募集 時 25年3月2日(土)午後1時30分～5時 場 産産商工会館 内 テーマ = 日本に来て感じたこと、自分の国のことなど 発表時間 = 5分程度 区内在住の外国人 各10名(選考) (申込) 申込書(杉並区交流協会ホームページから取り出せます)を、25年1月18日(必着)までに同協会へ郵送 ①優秀賞などの他、参加者全員に記念品を差し上げます ②選考結果は1月末までに連絡します

場 杉並区交流協会(〒166-0004阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル5階 ☎5378-8833) 講演・講座 ★杉並区シルバー人材センター囲碁講座 時・内・場 火曜日コース = 25年1月8日～3月26日の毎週火曜日(10級～1級程度)

場 産産商工会館 内 日本に来て感じたこと、自分の国のことなど 発表時間 = 5分程度 区内在住の外国人 各10名(選考) (申込) 申込書(杉並区交流協会ホームページから取り出せます)を、25年1月18日(必着)までに同協会へ郵送 ①優秀賞などの他、参加者全員に記念品を差し上げます ②選考結果は1月末までに連絡します

区と交流のある自治体の催し

小千谷フェア

今年度最後の開催となります。

時 12月23日(祝)午前11時～午後1時30分 場 小千谷学生寮(井草4-16-23) 内 新米魚沼産コシヒカリ、切り餅、笹団子、名物「へぎそば」の試食販売など(申込当日、直接会場へ) 小千谷市総合産業会館 サンプラザ ☎0258-83-4800 他 ①車での来場はご遠慮ください ②買い物袋を持参してください



▲笹団子

名寄市産「ふうれん田舎もち」 期間限定販売!

「ふうれん田舎もち」の原料となるもち米は、柔らかく、硬くなりにくい特徴をもつ厳選した1等米のみを使用しています。また、今話題の北海道のお米「ゆめぴりか」も特別販売します!



▲ふうれん田舎もち

時 12月18日(火)～25日(火)午前9時～午後4時30分(23日(祝)、24日(休)は除く。土曜日は午前10時～午後4時) 場 コミュカルショップ(区役所中棟1階) 文化・交流課 交流推進担当

〈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、区内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。

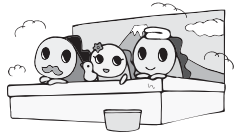
Table with 3 columns: ゆうゆう館名, 内容, 日時. Rows include 井草館, 高円寺東館, 浜田山館, 下井草館, 高井戸東館.

※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。

みんなで 銭湯に行こう!

冬至に区内銭湯で「ゆず湯」を実施します!

12月21日(金)は冬至です。古来、この日に「ゆず湯」に入ると無病



息災で暮らせると言われています。また、血行を促進させる働きがあり、体を芯から温め新陳代謝も活発になるので、疲れや痛みもとれるほか、冷え性にも効果が高いと言われています。銭湯の大きなお風呂で「ゆず湯」はいかがですか。

時 12月21日(金) 場 区内各公衆浴場(営業時間は、最寄りの銭湯へお問い合わせください) 費 450円(小学生以下無料) (申込当日、直接各公衆浴場へ) 杉並浴場組合・平松 ☎3337-6198(午後1時以降) 他 大人はくじ引きあり。景品が当たります

ター ☎3317-2217 へ

★座・高円寺 劇場創造アカデミー「講義コース」受講生募集 時 25年4月～26年3月の毎週月～水曜日、午前10時～正午 場 高円寺 最先端の舞台作品づくりから、演劇教育、社会デザイン、マーケティングなど、第一線の講師陣と学ぶ 師宮沢章夫ほか 各10名 費 15万円(区内在住2年以上の方は受講料の20%を免除) (申込) 電話で、座・高円寺 ☎3223-7500に申請書類を請求の上、25年2月14日までに提出 場 座・高円寺



### 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

※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

■杉並アニメーションミュージアム企画展「アニメーション美術監督 小林七郎展～空を描く美術」  
アニメ美術のトップランナーであり続けた小林七郎氏を紹介する企画展です。小林氏が関わったアニメ背景美術の実物を展示します。  
時12月19日(水)～25年4月14日(日)午前10時～午後6時(入館は午後5時30分まで。4月14日(日)は午後4時で閉館)場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/月曜日(月曜日)が祝日の場合は開館し、翌平日休館)、12月28日(金)～25年1月4日(金)休館。臨時休館あり)費無料(申込)当日、直接会場へ問杉並アニメーションミュージアム ☎3396-1510

■区役所ロビークリスマスコンサート  
区と友好提携を結んでいる日本フィルハーモニー交響楽団の演奏で、素敵なひと時をお楽しみください。  
時12月17日(月)午後0時10分～0時50分場区役所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=パッパ「主よ人の望みの喜びよ」ほか費無料(申込)当日、直接会場へ問文化・交流課文化振興担当

■明るい選挙啓発ポスターコンクール作品展示会  
「明るい選挙」を目指して、区内の小中高校生を対象にポスターコンクールを開催しました。その中から、受賞作品を展示します。  
時12月22日(土)～27日(木)午前8時30分～午後5時(23日(祝)・24日(休)を除く。27日(木)は午後2時まで)場区役所1階ロビー費無料(申込)当日、直接会場へ問選挙管理委員会事務局

■クリスマスフェスタ2012  
区内の障害者施設が一堂に集まり、手作り商品を販売します。年末年始にうれしいグッズも取りそろえて、皆さんをお待ちしています。  
時12月18日(火)・19日(水)午前11時～午後3時場区役所1階ロビー内パン、洋菓子、クリスマスリース、カレンダーなど(申込)当日、直接会場へ問障害者生活支援課相談・就労支援担当

### 〈サイエンス・ウィーク(冬)〉

時間・内容	12月26日(水)	12月27日(木)	25年1月5日(土)	1月7日(月)
プラネタリウム(子供向け) 時午前11時～正午(5歳以上)定140名	『コスミック・キャット』+今夜の星空			
大人講座 時午後1時～3時定20名		とんぼ玉作り	イカの解剖	
科学体験教室 時午後1時～2時30分(小学生4年生以上)定30名	草木染め	モビールを作ろう	ふしぎな箱〈立体万華鏡〉を作ろう	よく上がる凧を作ろう
ジュニア教室 時午後1時～2時30分(5歳～小学3年生)定40名	ひかりのてじな	カタカタおもちゃ	ふしぎなはこ〈クルクルまんげきょう〉をつくろう	ロケット式パラシュート!
プラネタリウム(一般向け) 時午後3時15分～4時15分定140名	『星空、われらをめぐる宇宙(ミス・リーヴィットの天文特別講座)』+今夜の星空			
その他、科学ビデオの上映もあります。時午前10時30分～午後3時30分定220名				

※いずれも先着順です。定員を超えての入場はできません。大人講座、科学体験教室、ジュニア教室は、当日午後0時15分から整理券を配布します(参加者本人1人1枚。代理の方には配布できません)。プラネタリウムは4歳以下は入場できません。

■施設公開 こすもす生活園  
当日は、日常活動の紹介パネルの展示や来園者との交流などを行う予定です。皆さんのご来園をお待ちしています。  
時12月20日(木)・21日(金)・25日(火)午前10時～11時30分、午後1時45分～5時(2時30分以降は展示のみ)場こすもす生活園(堀ノ内1-27-9)費無料(申込)当日、直接会場へ問こすもす生活園 ☎3317-9312

■クリスマス親子映画会  
16ミリの映画会です。今回は、クリスマス为主题にした作品を上映します。上映の間には、16ミリ映写機のしくみを説明します。  
時12月22日(土)午後2時～4時(終了予定)場中央図書館(荻窪3-40-23)対区内在住の親子ほか定50名(先着順)費無料(申込)当日、直接会場へ問中央図書館 ☎3391-5754他主催=ちいさなひとのえいががっこう

■英語絵本で楽しいクリスマス  
楽しく親しみやすい、クリスマスの英語絵本の読み聞かせです。すてきな歌を歌ったり、クリスマスカードも作ってみませんか。  
時12月22日(土)午後2時～2時45分場西荻図書館西荻英語絵本の会対3歳以上の方(就学前のお子さんは保護者同伴)定20名(申込順)費無料(申込)問電話または直接、西荻図書館(西荻北2-33-9 ☎3301-1670)へ

### 郷土博物館

◇年中行事「もちつき」  
もちつき歌にあわせて臼と杵でつくもちつきや、かまどでの蒸しあげ風景の見学、もちつき体験などを行います。先着順でつきたてのもちを召し上がっていただきます。  
時12月22日(土)午前9時30分(雨天実施)定400名(先着順。午前9時から整理券を配布)他ごみ減量のため、おはしとコップを持参してください  
◇準常設展「杉並文学館」  
「荻窪風土記」の作者・井伏鱒二氏と、「阿佐ヶ谷会」の文士を中心に、杉並に住まいを構えた作家や芥川・直木賞作家などを紹介します。  
時12月16日(日)～25年2月17日(日)午前9時～午後5時

—— 〈いずれも〉 ——  
費100円(観覧料。中学生以下無料) (申込)当日、直接会場へ場・問郷土博物館(大宮1-20-8 ☎3317-0841/月曜日・第3木曜日(祝日・休日の場合は翌日)、12月28日(金)～25年1月4日(金)休館)

### 科学館

◇サイエンス・ウィーク(冬)  
時・内・定下表のとおり対区内在住・在勤・在学の方場科学館費無料(申込)当日、直接会場へ  
◇都立農芸高校共催企画「ブルーベリーを育てよう」  
ブルーベリーの栽培の仕方を学び、鉢植えを体験します。  
時25年1月19日(土)午後2時～4時場都立農芸高等学校(今川3-25-1)師都立農芸高等学校園芸科

学科教諭・江原昇対区内在住・在勤・在学で高校生以上の方定30名(抽選)費1000円(申込)往復ハガキ(記入例参照)に在勤・在学の方は勤務先または学校名も書いて、12月25日(必着)までに科学館へ—— 〈いずれも〉 ——  
問科学館(〒167-0033清水3-3-13 ☎3396-4391)他車での来場はご遠慮ください

### リサイクルひろば高井戸

◇フリーマーケットinリサイクルひろば高井戸  
時25年1月12日(土)・13日(日)午前10時～午後1時(内募集区画=各日12区画(抽選)対区内在住・在勤の方(業者出店不可)費1区画1000円(申込)往復ハガキ(記入例参照)に参加希望日も書いて、12月20日(必着)までに同ひろばへ他車での搬入・来場はできません  
◇着物で作業衣作り  
時①25年1月29日(火)午前10時30分～午後3時30分、②2月12日(火)午後1時30分～3時30分(全2回要出席)対区内在住・在勤・在学の方定10名(抽選)費1000円(申込)往復ハガキ(記入例参照)で、12月20日(必着)までに同ひろばへ他(1)①は昼食を持参してください(2)長寿応援対象事業—— 〈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)

## 講演・講座

■すぎなみ夜間塾の開催  
「いじめ」のない杉並区を実現するために、今、学校・家庭・地域の大人ができることを、パネリストの提案とパネルディスカッションにより考えます。  
時12月19日(水)午後6時～8時場阿佐ヶ谷中学校(阿佐ヶ谷南1-17-3)内テーマ「かけがえのない子どもたちを守るために～いじめに対し、今、大人ができることを考える」対区立小中学校および幼稚園・子供の教職員、保護者、地域の方々定50名程度(申込順)費無料(申込)ファクス(記入例参照)で、済美教育センターFAX3311-0402へ問同センター ☎3311-0021

■介護場面における福祉用具の活用「排泄関連用具(おむつ)とは」  
時12月21日(金)午後2時～3時場福祉機器展示センター(阿佐ヶ谷北1-2-1 阿佐ヶ谷ふれあいの家内)師大王製紙社員対区内在住の方定10名(申込順)費無料(申込)問電話で、阿佐ヶ谷ふれあいの家 ☎3338-8630へ

■その聞こえにくさは「突発性難聴」それとも?  
「突発性難聴」と加齢による聞こえにくさの違いや、コミュニケーション方法を学び、より快適に暮らすヒントをみつけましょう。  
時25年1月20日(日)午後2時～4時場杉並障害者福祉会館(高井戸東4-10-5)師井上耳鼻咽喉科院長・井上里可、体験談を語る経験者、補聴器業者対区内在住・在勤・在学で聞こえにくさを感じている方とその家族、支援者定30名(申込順)費無料(申込)問電話、ファクスまたはEメール(記入例参照)で、25年1月15日(必着)までに杉並障害者福祉会館運営協議会事務局 ☎3332-6121FAX3335-3581 yana.gikubo@mbr.nifty.comへ他手話通訳・要約筆記あり

■家庭教育フォーラム「親の生きる力を育てる子育て支援の発想」  
「確かにそうだ!」という子育て支援の発想に気付き、支援者自身が保護者に対して、具体的に何ができるかを考えます。  
時25年1月25日(金)午前10時～午後0時30分場区役所第5・6会議室(西棟6階)内講演およびワークショップ師武蔵大学人文学部教授・武田信子(上写真)対区内で家庭教育や子育てに関わる団体や個人および、これから活動をはじめたい方など定30名程度(抽選)費無料(申込)電話またはEメールに氏名(フリガナ)・電話番号・団体名を書いて、25年1月11日までに学校支援課家庭・地域教育担当 ☎gakkosien@city.suginami.lg.jpへ問同担当 ☎1歳～就学前の託児あり(事前申込制。無料。定員制)





名称・会場	内容／講師	開催日・時間	定員	費用	申込／締切	
<b>●高円寺地域区民センター協議会</b> (〒166-0011梅里1-22-32 高円寺地域区民センター内 ☎3317-6614)						
<b>講</b>	歴史講座 来年大河ドラマのヒロイン「新島八重の生涯」 場高円寺地域区民センター	知られざる男勝りの女傑。「夫をかしくさせる女」として思うままに生きた新島八重。江戸時代末期に生まれ、激動の時代を走り抜けた彼女の人生を夫・新島襄の生涯と共に眺めていきます／山岡昭▷長寿応援対象事業	25年1月18日(金)・25日(金)、2月1日(金) 午後1時30分～3時30分(計3回)	80名	無料	12月27日
<b>●高井戸地域区民センター協議会</b> (〒168-0072高井戸東3-7-5 高井戸地域区民センター内 ☎3331-7980)						
<b>催</b>	ニューイヤーふれあいコンサートin高井戸 場高井戸地域区民センター	演奏は日本フィルハーモニー交響楽団の金管五重奏です(予定)。美しい調べとのふれあいをお楽しみください▷ <b>出演</b> =星野究・中里州宏(トランペット)、伊藤恒男(ホルン)、伊波陸(トロンボーン)、柳生和大(チューバ)▷ <b>曲目</b> =ディズニーメドレー、トランペット吹きの子守唄など▷車でのお来場はできません	25年1月19日(土)午後2時～3時30分 (午後1時30分開場。終演時間は予定です)	350名	—	当日直接
<b>●永福和泉地域区民センター協議会</b> (〒168-0063和泉3-8-18 永福和泉地域区民センター内 ☎5300-9412)						
<b>催</b>	土曜日の音楽会 懐かしのオールディーズを楽しむ夕べ 場下高井戸区民集会所(下高井戸3-26-1)	1950年～1960年代の懐かしのオールディーズをお楽しみください▷ <b>出演</b> =オールディーズバンド・ドリーム▷ <b>曲名</b> =港が見える丘、パヤ・コンディオスほか	25年1月12日(土)午後6時30分	80名	無料	当日直接
<b>催</b>	新春落語・講談会 場永福和泉地域区民センター	お笑いたっぷりの落語と華やかな女流講談師も登場します。新年から笑いでスタートしませんか!／三遊亭鳳志、一龍斎貞徳▷長寿応援対象事業	25年1月20日(日)午後2時～3時30分	100名	無料	1月10日
<b>講</b>	★協働事業 子どもたちに贈る宝物の時間「おりがみ」 場永福和泉地域区民センター	お正月は、「日本」を感じる時期です。日本独特のおりがみを、楽しいお話を聞きながら、親子で楽しみましょう／NPO法人図書館サービスフロンティア	25年1月19日(土) 午前10時30分～11時30分	親子10組	無料	1月11日
<b>講</b>	つるし飾りを作りますよ! 場永福和泉地域区民センター	季節を彩る美しいつるし飾り! 和布を使って自分だけの手作り作品を作ってみませんか?／所洋子▷長寿応援対象事業	25年1月24日～2月14日の毎週(木) 午後1時30分～3時30分(計4回)	24名	1600円(材料費)	1月10日

**●住民は地域社会の主人公**

## 仲よく助け合う心を大切に育てたい

仲よし町会

仲よし町会とはかつて「関根町」と呼ばれていた地域の町会です。善福寺川に架かる「関根橋」という橋や「関根文化公園」「関根プール」という施設の名前に名残りをとめています。

みな仲よく助け合って、「明るく住みよい町を作ろう」ということで、先輩たちがあえて地名をつけず「仲よし町会」と命名しました。

この地域で活動している中で大変残念なのは「古紙回収時の新聞の持ち去り」です。杉並区も平成21年5月から「杉並区廃棄物の処理及び再利用に関する条例」を施行しています。持ち去り違反者の氏名・車のナンバーが公表されていますが、それだけのことで彼らには何の痛みも与えていません。だから相変わらず所沢ナンバー・足立ナンバーの車が横行しています。誠に残念です。資源の回

取に努めている者が口惜しい思いをせず勇んで仕事ができることを望んでいます。

町会の事業で誇れるのは、子どもたちによる年末火の用心です。昭和58年、町内の子どもたちを集めて「仲よし町会少年少女防火隊」を結成し、始めました。12月25日から大晦日まで一週間、「寝たばこ用心火の用心」「戸締まり用心火の用心」「自転車の用心火の用心」などドラマ「イパー」など標語を言いながら町会役員と一緒に約1時間、町内を巡回します。その功績が認められ、荻窪消防署長より昭和62年と平成6年、さらに平成15年と3回感謝状を授与されています。

今後も地域の皆さんと連携しながら、安全で住みよい町づくりを目指して町会活動に取り組んでいきます。

(会長 奥野俱養)



▲仲よし町会少年少女防火隊

## 生活に お困りの方 のために

生活保護制度は、健康で文化的な最低限度の生活を保障する制度です。次のようなことでお困りの時は、まず電話で福祉事務所に相談ください。

**生活保護が受けられる方**

- 世帯全員の収入や預貯金などの資産が、国が決めた基準額以下の場合に、生活保護が受けられます。
- 世帯の一部の方のみでは受けられない場合があります。
- 外国籍の方は在留資格によります。

**生活保護を受けるには**

- 世帯員全員の能力や資産の活用をしていただきます。
- 所有している家や土地、生命保険は、原則として資産として活用していただきます。

**申請にあたって**

まず、一緒に暮らしている

福祉事務所では、世帯の生活状況・収入や預貯金、その他資産の状況をお聞きし、生活保護が受けられるかを一緒に考えます。

- 生活費がなく困っている。
- 病気などで働けない、働いても収入が少ない。
- 年金が少なく生活できない。
- 失業後、就職活動を行ったがどうしても職につけない。

世帯員全員で話し合ってください。

- 申請は、本人または同じ世帯の方に来所していただきます。寝たきりや入院中等はご相談ください。

**その他**

生活保護制度の詳細は、お問い合わせください。また、生活保護制度以外の支援制度もありますのでご相談ください。

**相談・問い合わせ先・受付時間**

- ▽各福祉事務所
- 荻窪II荻窪5-15-13 ☎398-9104 FAX3398-9598
- 高円寺II高円寺南2-24-18 ☎5306-2611 FAX5306-2620
- 高井戸II高井戸東3-26-10 ☎3332-7221 FAX335-5641

いずれも午前8時30分～午後5時(土日曜日、祝日、12月29日(土)・25年1月3日(木)は除く)



# コミュニティ通信

地域区民センター協議会が企画する催し・講座など

申し込みは、往復ハガキで、各締切日(必着)までに直接該当の地域区民センター協議会へ(抽選)。記載は右記入例を参照。詳しい内容は、直接該当の地域区民センター協議会へお問い合わせください。

【マークのみかた】**知**=お知らせ **催**=催し **講**=講座 **募**=募集

## 往復ハガキ記入例

〈1人1枚〉

- ①行事名②郵便番号・住所  
③氏名(フリガナ)④年齢  
⑤電話番号⑥託児ありの行事は子供の氏名・年齢  
※返信用ハガキに宛先を記入してください。

各地域区民センター協議会への問い合わせは、月～金曜日午前8時30分～午後5時(祝日、年始年末を除く)

★協働事業とは、地域課題の解決に向けて、地域のさまざまな団体と企画段階から連携して実施する事業です。

名称・会場	内容/講師	開催日・時間	定員	費用	申込/締切
-------	-------	--------	----	----	-------

### ●井草地域区民センター協議会 (〒167-0022下井草5-7-22 井草地域区民センター内 ☎3301-7723)

<b>催</b>	おもちゃの病院 場井草地域区民センター	こわれたおもちゃを修理します(実費がかかります場合があります)／長凡ほか	25年1月26日(土) 受付=午後1時30分～3時	—	無料	当日直接
----------	------------------------	--------------------------------------	------------------------------	---	----	------

### ●西荻地域区民センター協議会 (〒167-0034桃井4-3-2 西荻地域区民センター内 ☎3301-0815)

<b>催</b>	★協働事業 新春こどもまつり2013 場西荻南区民集会所 (西荻南3-5-23)	25年1月20日(日)午前9時～午後3時 西荻東銀座会と共催です。大宮前郷土芸能保存会による獅子舞とお囃子の上演(①午前9時20分②10時20分)や、昔遊び(かるたなど)を通して、新春らしい縁起物に触れてみませんか。スタンプラリーで景品をプレゼントします(小学生以下)				当日直接
<b>講</b>	親子豆腐作り教室 場西荻地域区民センター	国産大豆ミヤギシロメの豆乳を使って、手作り豆腐を作ります。豆腐ドーナツも作って試食します／NPO法人工房ラルゴ所長・小嶋睦子▷対象=小学生とその保護者▷1歳～就学前の託児あり(事前申込制)	25年1月12日(土) 午後1時30分～3時30分	9組 18名	1組1500円 (別途保険料 1人30円)	12月25日
<b>講</b>	牧野直子のこの冬体を温める 簡単料理 場西荻地域区民センター	NHK「きょうの料理」などで活躍中の講師による料理教室です。突然の来客にも役立つ、簡単でバランスの良い料理を5品作ります／ダイエットコーディネーター・牧野直子▷長寿応援対象事業	25年1月24日(木) 午前10時～午後0時30分	18名	1000円 (保険料含む)	1月10日
<b>講</b>	特別講座 「101歳現役、時代を生き抜く秘訣」 場西荻地域区民センター	明治44年生まれ。農業、漁業、商社マン、兵隊、登山家、そして現在も現役の商人として世界を回り歩く「101歳の安藤さん」に生きるヒントをいただきます／安藤久蔵▷対象=区内在住・在勤・在学で18歳以上の方▷長寿応援対象事業	25年1月26日(土) 午後1時30分～3時30分	70名	無料	1月9日 (同居家族は併記可)

### ●荻窪地域区民センター協議会 (〒167-0051荻窪2-34-20 荻窪地域区民センター内 ☎3398-9127)

<b>催</b>	新春金融経済講演会 「世界経済と私たちの暮らし」 場荻窪地域区民センター	中国を始め、これまで世界経済をリードしてきた国々の経済にも陰りが見られるようになりました。依然として不安の残る欧州経済、これら世界経済の動きが私たちの暮らしにどう影響するか解説します／東京都金融広報委員会金融広報アドバイザー・石森久雄▷長寿応援対象事業	25年1月27日(日)午後2時～4時	80名	200円	12月23日
<b>講</b>	季節の飾り物(3)おひな様 場荻窪地域区民センター	帯地で作るおひな様は気品にあふれ、豪華な出来上がり目に奪われます／宇田川恵美子▷長寿応援対象事業	25年1月17日(木)・31日(木) 午後2時～4時(計2回)	15名	200円 (別途材料費 2000円)	12月23日
<b>募</b>	アート展の作品 場荻窪地域区民センター	アート展=25年2月23日(土)・24日(日)午前10時～午後4時(24日は午後3時30分まで) 募集作品=①絵画=油絵・日本画・水彩画・版画・デッサン・クロッキーなど(サイズは10号以下)②彫刻=木・金属・石など(1㎡以下)③工芸品=陶芸・木工工芸・彫金・染色など④写真(半切以下)⑤書道(半切程度まで)▷同一種目での出品は原則1人1点。上記以外は要相談▷対象=区内在住・在勤・在学の方▷申し込み方法=申込用紙(同センターで配布)に必要な事項を書いて、同センターへ郵送または持参▷その他=作品の搬入出は各自で行ってください				1月13日

### ●阿佐谷地域区民センター協議会 (〒166-0004阿佐谷南1-47-17 阿佐谷地域区民センター内 ☎3314-7215)

<b>催</b>	大人向け朗読会 場阿佐谷地域区民センター	新春のさわやかな一日を朗読の会でお過ごしください▷作品=杉みき子作「わらぐつの中の神様」ほか/こうばこの会▷長寿応援対象事業	25年1月12日(土)午後2時～3時	30名	無料	当日直接
<b>講</b>	伝統芸能「能楽」体験 子供ワークショップ 場阿佐谷地域区民センター	600年の伝統を誇る「能楽」を初歩からわかりやすく教えます／観世流シテ方能楽師・小早川修	25年1月13日・20日、2月10日・24日、3月17日/いずれも日曜日 午前10時～11時30分(計5回)	20名	無料	12月22日
<b>講</b>	楽しい水墨画 場阿佐谷地域区民センター	初心者を対象に、基礎から丁寧に教えます。最終回では学習の成果を色紙に仕上げます／竹澤美知代▷長寿応援対象事業	25年1月17日～2月7日の毎週(木) 午前10時～正午(計4回)	25名	1000円 (材料費)	12月25日
<b>講</b>	バレエストレッチと 育児セミナー 場阿佐谷地域区民センター	3歳児～小学校低学年を子育て中のママを対象に、子育てのコツを中心とした育児セミナーの後、バレエストレッチでのリラックスや、アロマの話を含めたトリートメントを実施します／英国大学講師教育専門家・コーシア郁実	25年1月19日(土)・26日(土) 午前10時～正午(計2回)	25名	200円	1月10日
<b>講</b>	世界の中の日本② 「日本は世界からどのように見られているか～日本の国際文化交流と世界」 場阿佐谷地域区民センター	世界の人々が日本をどのように見ているかを、東日本大震災時の日本人の行動に対する海外メディアの報道や外国における日本人に対するイメージなどについて紹介・解説・分析します／国際交流基金情報センター部長・平野正樹▷長寿応援対象事業	25年1月23日(水)・30日(水) 午後2時～4時(計2回)	50名	200円	1月12日
<b>募</b>	あさがや区民センターまつり 参加出演者・展示作品 場阿佐谷地域区民センター	あさがや区民センターまつり=25年3月9日(土)・10日(日)(説明会は別途連絡) 昨年度から「春まつり」と統合して規模を拡大。今年度から名称を「区民センターまつり」に変更し、時季も春3月に開催します。 ①公演=歌唱、器楽演奏、舞踏など②作品=絵画、書道、写真、生け花、小物作品など▷対象=当センターを利用および当地域で活動している団体(申し込み多数の場合はご希望に添えないこともあります)▷申し込み方法=往復ハガキ(記入例参照)に①②の希望とグループ名も記入				12月21日



## 高齢者と家族の孤立を防ぎましょう

# 気づいてほしい…高齢者虐待

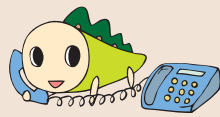
「高齢者虐待」には、暴力行為だけでなく、暴言・無視、必要な世話をしない、年金や財産を勝手に使うなどの行為も含まれます。「高齢者虐待」は、身近に起こりうる問題です。あなたの発見により、深刻化を防ぐことができ、介護者にゆとりが生まれることもあります。「虐待かもしれない…」と思ったら、相談窓口にご連絡ください（匿名で結構です。通報者の秘密は守ります）。

——問い合わせは、高齢者在宅支援課へ。

### 高齢者虐待の種類と例

- 身体的虐待…殴る、蹴る、閉じ込める
- 心理的虐待…怒鳴る、罵る、無視、嫌がらせ
- 性的虐待…罰として裸で放置する
- 経済的虐待…本人の合意なしに預貯金や年金を使用する
- 介護・世話の放棄、放任…食事や水分を与えない、必要な介護サービスを受けさせない

### このような方を見かけたら ご連絡を



- 家の中から家族の怒鳴り声や高齢者の悲鳴が聞こえる。
- 天気が悪いのに、外にじっと座りこんだり、徘徊している。
- 服が汚れていたり、入浴している様子がない。
- 家族が介護でとても疲れているのに、サービスを利用していないようだ。

### 高齢者虐待についての連絡・相談窓口

- 高齢者在宅支援課高齢者福祉担当 ☎5307-0648  
【受付時間】 月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
  - お近くの地域包括支援センター（ケア24）  
【受付時間】 月～金曜日 午前9時～午後7時  
土曜日 午前9時～午後1時
- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| ○ 上井草 ☎3396-0024 | ○ 松ノ木 ☎3318-8530 |
| ○ 下井草 ☎5303-5341 | ○ 高円寺 ☎5305-6151 |
| ○ 善福寺 ☎5311-1024 | ○ 梅里 ☎5929-1924  |
| ○ 上荻 ☎5303-6851  | ○ 和田 ☎3380-0024  |
| ○ 西荻 ☎3333-4668  | ○ 久我山 ☎5346-3348 |
| ○ 清水 ☎5303-5823  | ○ 高井戸 ☎3334-2495 |
| ○ 荻窪 ☎3391-0888  | ○ 浜田山 ☎5357-4944 |
| ○ 南荻窪 ☎5336-3724 | ○ 堀ノ内 ☎5305-7328 |
| ○ 阿佐谷 ☎3339-1588 | ○ 永福 ☎5355-5124  |
| ○ 成田 ☎5307-3822  | ○ 方南 ☎5929-2751  |

### 介護保険施設等（特別養護老人ホーム、老人保健施設等）の職員による高齢者に対する虐待が疑われる場合の連絡・相談窓口

- 介護保険課相談調整担当

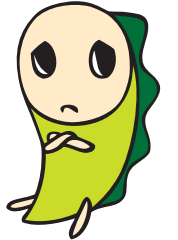
### 在宅医療相談調整窓口

高齢者等の在宅医療に関するさまざまな相談に応じます。  
【相談受付日時】  
月～金曜日、午前8時30分～午後5時（祝日・年末年始を除く）  
【相談・問い合わせ】  
高齢者在宅支援課在宅療養支援担当 ☎5307-0782

### 無理がありませんか？あなたの介護

#### 介護者を地域、家族で支えましょう

高齢者虐待が起ってしまう理由の一つに「介護疲れ」があります。介護を主に行う方の負担は、周囲が考えるより大きい場合があります。介護者が、介護に疲れ果てたり、追い詰められないよう、地域と家族で支えましょう。



#### 介護者の方へ

介護のつらさを一人で抱え込まないようにすることが必要です。ご自分の心身の健康にも配慮し、ご自分の生活も大切にしてください。

#### 介護に疲れたと思ったら…

##### ▷介護者の心の相談

臨床心理士と1対1で話しながら、介護者の抱える問題を見直して、向き合い方を一緒に考えていきます。（予約制・無料）

【申し込み・問い合わせ】 高齢者在宅支援課高齢者福祉担当

##### ▷介護者の会

介護する家族の集まりです。

【問い合わせ】 各ケア24、高齢者在宅支援課地域連携推進係

##### ▷ほっと一息 介護者ヘルプ

要介護3以上の高齢者と同居し介護している65歳以上の家族に代わり、ヘルパーが家事を代行します。

【申し込み・問い合わせ】 高齢者在宅支援課管理係

## ● 高齢者虐待防止普及啓発講演会 ●

### みと 「看取りの作法」

実父を看取った後の喪失感や罪悪感といった自身の体験を踏まえ、精神科医としての知見を交えながら、介護や看取りに向けての心の準備や乗り越え方のメッセージを送ります。



▲香山リカ

【日時】 25年1月5日(土)午後2時  
(1時開場)

【場所】 セシオン杉並（梅里1-22-32）

【講師】 精神科医・立教大学教授  
香山リカ

【定員】 578名（先着順）

【費用】 無料

【申し込み】 当日、直接会場へ

【問い合わせ】

高齢者在宅支援課高齢者福祉担当

【その他】

- ①介護用品（紙おむつ等）の紹介と試供品の頒布があります（無くなり次第終了）
- ②要約筆記・手話通訳があります

精神科医、立教大学教授。臨床経験を生かして、現代人の心の問題を中心にさまざまなメディアで発言を続けています。

（発行日）毎月1日、11日、21日

