

なぎなみ



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/

杉並区コールセンター
☎#8800または☎3372-8800
午前8時～午後8時(相大ごみ受付 午前8時～午後7時)

私立・区立保育園 24年4月入園希望者募集	…… 2
区保育室 24年4月入所者募集	…… 3
特定緊急輸送道沿道建築物 耐震診断等の助成が始まります	…… 3
生活の安心 国民年金	…… 4
区立区民農園の 放射線量測定結果	…… 5



▲オレンジリボンには、児童虐待防止のメッセージが込められています

子どもを虐待から守りましょう 11月は児童虐待防止推進月間です

守るのは 気づいたあなたの その勇気

——問い合わせは、子ども家庭支援センター（阿佐谷南1-14-8 ☎5929-1902）へ。

子ども家庭支援センターは、地域や関係機関からの児童虐待の連絡・相談に対応しています。皆さんからの連絡が子どもや保護者への支援につながります。地域ぐるみで子どもを守りましょう。

子どもへの虐待とは、保護者（親、または親にかわる養育者）によって子どもに加えられた行為で、次のように分類されます。



身体的虐待

- 殴る、蹴る
- たばこの火を押し付ける
- 戸外に長時間閉め出す など

性的虐待

- 子どもにわいせつな行為をすること、させること など

ネグレクト

- （養育放棄または怠慢）
- 衣食住の世話をしない
- 病気なのに受診させない
- 家にとじこめる など

心理的虐待

- 無視、拒否的な態度
- ば声や浴びせる
- 子どもの前でDV（配偶者間暴力）を行う など

緊急

平日（午前9時～午後5時）
東京都杉並児童相談所 ☎5370-6001
上記以外の土・日曜日・祝日・夜間
東京都児童相談センター ☎3208-1121

相談・連絡先

杉並区子ども家庭支援センター
☎5929-1902
月～土曜日（祝日・年末年始を除く）
午前9時～午後7時

緊急・夜間

警察 110番
杉並警察署 ☎3314-0110
高井戸警察署 ☎3332-0110
荻窪警察署 ☎3397-0110

ゆうラインに相談してください

子育て中のお母さん・お父さんへ
子育てが思いどおりにいかにイライラしてしまう、子どもを可愛いと思えない…こんな気持ちで不安な方はいませんか。それは決してあなただけではありません。一人で悩まず、お電話ください。

子どもたちへ
つらい思いをしたり、心と体の不安な思いを抱えたりしていませんか。がまんしないで、おとなに相談してください。



相談専用窓口（ゆうライン）

☎5929-1901

月～土曜日（祝日・年末年始を除く）
午前9時～午後7時
電話または面接で相談できます

子ども家庭支援センターのほか、次の機関でも相談できます

- 子どもの心身の発達の遅れやその心配について
こども発達センター ☎5317-5661
 - 子どもの教育について
済美教育センター
● 来所教育相談（予約制） ☎5378-0961
● 電話相談（いじめ、不登校等） ☎3317-1190
 - 妊娠出産子育てについて
保健センター（荻窪 ☎3391-0015 / 高井戸 ☎3334-4304 / 高円寺 ☎3311-0116 / 上井草 ☎3394-1212 / 和泉 ☎3313-9331）
 - 生活にお困りの方は
福祉事務所（荻窪 ☎3398-9104 / 高円寺 ☎5306-2611 / 高井戸 ☎3332-7221）
- いずれも月～金曜日（祝日・年末年始を除く）午前9時～午後5時

プレミアム付「なみすけ商品券」第2回販売日

——問い合わせは、杉並区商店街振興組合連合会 ☎3220-1221 または 区産業振興課へ。

- 【発売日時】 12月3日(出)午前10時(売り切れ次第終了)
- 【販売場所】 区内商店街の「のぼり旗」の出ている販売所・区役所など（販売所は「広報すぎなみ」11月21日号でお知らせします）
- 【発行総額・冊数】 5億円（5億5千万円分・5万冊）
- 【価格・購入限度額】 1冊1万円（500円券・22枚つづり〈1万1千円分〉）・1人1回限り5冊まで（1冊単位での販売となります）

★第1回なみすけ商品券の有効期限が迫っています。

まだお手元をお持ちの方は、11月30日(木)までに区内に約3800店舗ある「なみすけ商品券取扱店」で買物をお楽しみください。11月30日を過ぎると、利用できなくなります。
詳細は、杉並区商店街連合会ホームページ <http://www.sugishoren.com/> または 発売日当日に配布した取扱店一覧をご覧ください。



▲このスタンプが目印です

24年4月入園希望の 私立・区立保育園児を募集します

—問い合わせは、保育課へ。

私立・区立の保育園に、24年4月から入園を希望するお子さんの申し込みを受け付けます。

区外の保育園を希望する場合も、杉並区に申し込んでください。

◆受付期間
11月24日(休)～12月9日(金)まで

9月30日以前に入園申し込みをした方は改めて申し込みをしてください。10月以降に申し込みをした方は不要です。

障害や発達の遅れなど気になる症状のあるお子さんは、12月2日(金)までに申し込んでください。

◆申込用紙の配布・受付場所
①保育課(区役所東棟3階) 受付場所は第2会議室
②杉並福祉事務所(荻窪) 荻窪5-15-13 ☎3398-19104 / 高円寺 高円寺南2-24-18 ☎5306-2611 / 高井戸 高井戸東3-26-10 ☎3332-7221

③区立保育園(公設民営保育園を除く) 12月1日～9日の月～金曜日、午前10時～午後4時 / 事前に各保育園に予約してください
④私立保育園・公設民営保育園(申込用紙の配布のみ、受け付けはしません)
申込用紙は、区ホームページからも取り出せます。
※福祉事務所と区立保育園では、申込書類をお預かりし

ますが、質問や相談をした方は、保育課へお申し込みください。
※郵送でも申し込みができます。記入漏れや必要書類を確認の上、11月30日までに簡易書留で保育課へ郵送してください。

◆臨時申込窓口
11月26日(土)～12月3日(土) 午前9時～午後5時(区役所1階ロビー)

◆募集予定人数
10月の在園状況をもとに、4月入園可能な人数を予測したものです。今後の入退園などにより入園できる人数は変わります。

◆延長保育
区立保育園では、満1歳からのお子さんを対象に、午後6時30分～7時30分まで延長保育を実施している園があります。希望する場合は、入園申し込みの際に延長保育の申し込みが必要ですが(実施園は下表参照)。

◆内定発表
内定の有無に関わらず、24年2月16日(木)に結果を郵送で通知する予定です。
電話でのお問い合わせは、ご連絡ください。

〈私立・区立保育園児の募集予定人数〉

保育園名	年齢(月齢)	年齢					計	延長	
		0歳	1歳	2歳	3歳	4・5歳			
私立	○杉並さゆり	7週目以上	10	0	0	-	-	10	※
	○杉並の家保育園浜田山駅前分園	7週目以上	13	0	-	-	-	13	※
	○杉並の家	-	-	-	1	0	0	1	※
	○阿佐谷	-	15	3	2	3	0	23	※
	○杉並ゆりかご	-	12	2	1	1	1	17	※
	○上水	-	22	14	-	-	10	46	※
	○上水保育園西荻分園	-	12	3	-	-	-	15	※
	○方南隣保館	9週目以上	9	4	0	-	0	13	※
	○むさしの	9週目以上	12	5	4	-	0	21	※
	○むさしの保育園方南分園	9週目以上	8	2	1	-	-	11	※
	野のはな空のとりに	9週目以上	9	1	0	-	-	10	-
	○校成育子園	9週目以上	6	21	1	4	1	33	※
	頌栄	4カ月以上	6	2	-	-	0	8	-
	聖心	6カ月以上	5	4	0	0	1	10	-
	区立	○上水保育園清水分園	1歳以上	-	8	2	2	1	13
○杉並の家保育園浜田山第二分園		1歳以上	-	7	0	0	0	7	※
○杉並ゆりかご保育園のはら分園		1歳以上	-	10	2	0	0	12	※
○阿佐谷東		9週目以上	12	4	4	2	0	22	6
○阿佐谷南		9週目以上	0	3	3	2	0	8	2
○井荻		9週目以上	12	3	0	2	0	17	11
○永福北		9週目以上	12	3	2	0	1	18	11
○大宮		9週目以上	9	6	2	0	0	17	10
○荻窪東		9週目以上	9	1	2	2	1	15	14
○高円寺東		9週目以上	12	4	4	1	0	21	7
○下井草		9週目以上	12	2	6	1	0	21	13
○松庵		9週目以上	9	7	4	1	0	21	9
○中瀬		9週目以上	12	3	2	1	0	18	7
○○浜田山		9週目以上	12	3	2	1	0	18	7
○堀ノ内東		9週目以上	12	0	6	0	0	18	13
○宮前	9週目以上	12	4	1	0	0	17	6	
区立	○阿佐谷北	8カ月以上	9	6	1	2	0	18	8
	○井草	8カ月以上	9	5	4	2	0	20	9
	○○今川	8カ月以上	9	5	3	0	0	17	12
	○永福南	8カ月以上	11	6	2	1	0	20	5
	○荻窪	8カ月以上	6	5	1	0	0	12	7
	○上井草	8カ月以上	9	7	3	2	0	21	5
	○上荻	8カ月以上	12	4	4	0	0	20	9
	○久我山	8カ月以上	11	4	4	1	0	20	7
	○○久我山東	8カ月以上	9	6	1	0	0	16	12
	○○善福寺	8カ月以上	9	6	3	0	0	18	12
	○高井戸東	8カ月以上	11	5	1	0	0	17	14
	○西荻北	8カ月以上	6	8	4	0	0	18	15
	○堀ノ内	8カ月以上	11	5	1	1	0	18	13
	○本天沼	8カ月以上	9	6	1	1	0	17	13
	○天沼	8カ月以上	-	16	3	3	0	22	8
公設民営	○和泉	1歳以上	-	12	1	2	2	17	8
	○大宮前	1歳以上	-	13	1	1	0	15	7
	○○荻窪南	1歳以上	-	14	1	1	0	16	12
	上高井戸	1歳以上	-	7	2	0	0	9	-
	○四宮	1歳以上	-	13	0	2	0	15	6
	○下高井戸	1歳以上	-	8	2	6	0	16	11
	○杉並	1歳以上	-	14	1	2	3	20	9
	○成田	1歳以上	-	15	1	0	2	18	14
	西田	1歳以上	-	12	0	4	1	17	-
	松ノ木	1歳以上	-	15	2	0	2	19	-
	○馬橋	1歳以上	-	12	1	2	0	15	13
	○和田	1歳以上	-	12	3	1	1	17	-
	○高井戸	9週目以上	11	3	2	0	0	16	※
	○荻窪北	9週目以上	11	2	3	2	3	21	※
	○高円寺北	9週目以上	9	5	0	4	2	20	※
○高円寺南	9週目以上	12	6	4	8	0	30	※	

(注)①○は、延長保育実施園(※印の人数は、各園にお問い合わせください)。②○は、障害児保育指定園。③阿佐谷南保育園は耐震工事のため0歳クラスは募集しません。④24年4月から阿佐谷東保育園は9週目以上のお子さんを受け入れます。

24年4月入所希望の 区保育室入所者の募集

区保育室に、24年4月から入所を希望するお子さんの申し込みを受け付けます。
受付期間・申込用紙の配布・受付場所は、「私立・区立保育園児の募集」と同様です。
問い合わせは、保育課へ。

◆申込資格

区内在住で区内私立・区立保育園に入所していない方(区外在住の方は、入所希望月の前月末までに転入予定があり賃貸契約書等で確認できる方)が申し込みできます。

◆申込方法

私立・区立保育園の申込書類一式に保育室入所申込書添えて提出してください。保育室のみの申し込みはできません。

◆募集予定人数

左表は、10月の在籍状況をもとに、4月入所可能な人数を予測したものです。今後の入退所

により、24年2月16日(木)に郵送で通知する予定です(正式な内定発表は3月16日(金)の予定)。

電話での問い合わせは、ご連絡ください。

電話での問い合わせは、ご連絡ください。

〈区保育室の募集予定人数〉

形態	保育室名	0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	計	備考
直営型	堀ノ内	-	11	-	-	-	-	11	-
	下高井戸	-	5	-	-	-	-	5	給食なし 弁当持参
	荻窪	-	5	-	-	-	-	5	-
	清谷中通	-	5	-	-	-	-	5	-
	善福寺	-	11	0	-	-	-	11	-
	南阿佐ヶ谷	-	13	-	-	-	-	13	-
委託型	荻窪	13	0	2	-	-	-	15	9週目 以上
	荻窪第二	6	4	-	-	-	-	10	
	高井戸西	12	0	0	-	-	-	12	
	今川北	9	1	-	-	-	-	10	
	下井草南	8	1	-	-	-	-	9	
	宮前北	6	0	-	-	-	-	6	
	荻窪第三	6	5	-	-	-	-	11	
	荻窪第四	6	0	0	3	-	-	9	
	桃井	-	7	0	0	7	-	14	
	西荻窪	-	6	0	7	-	-	13	

24年4月からの 認証保育所などの園児募集

〈家庭福祉員〉
保育士資格を持つ家庭福祉員が、自宅などで保育します

氏名	住所	電話番号	定員
小澤かおる	上井草1-33-6-102	3301-2498	3名
三吉波瑠美	高井戸東3-2-25 内藤方	3302-8959	3名
大和君江	阿佐谷北6-17-9	6796-9241	5名
小俣広美	高円寺北3-27-2	3337-4092	3名
竹澤春江	和泉4-44-33-104	5377-3632	3名
高梨由紀枝	下井草3-3-15-103	6805-8310	5名
藤枝みえ子	和泉4-42-20	3316-8507	3名
大木ひとみ	阿佐谷北3-26-8	3338-5505	3名
「もりのいえ」上田和子	桃井4-3-2 西荻地域区民センター内	5310-2601	9名
「タンテの家」村岡幸江	高円寺南3-48-14	5378-1207	6名
「アレース」今井七津子	高円寺北2-14-2-102	3337-4337	6名
佐藤久仁子	堀ノ内2-6-21-D103	3315-1008	6名

▷対象=生後7週目～3歳未満まで。

区内には、認可保育園のほかに次の保育施設があります。お預かりできるお子さんの年齢・保育時間は、施設により異なります。希望する方は各施設と十分話し合い、契約書をよく読んで申し込んでください。

——申し込み・問い合わせは、直接、各施設へ。

〈認証保育所〉

都の定める基準を満たし、都から認証を受けた民間保育施設です

施設名	住所	電話番号	定員
ゆらりんMOMOの家保育園	阿佐谷南3-1-21-2階	5335-5667	30名
ピノキオ幼児舎荻窪園	上荻1-18-7-1・2階	3393-1988	31名
アスク永福保育園	永福1-39-24-2階	3327-1951	36名
コンビプラザ桃井保育園	桃井3-7-3-1階	5311-3255	40名
にじいろ保育園サクセス杉並	上井草1-29-16-1階	6666-9606	30名
ポピンズナーサリースクール阿佐ヶ谷	阿佐谷北1-4-2	5327-2108	35名
にじいろ保育園サクセス荻窪	荻窪5-30-3	5397-3974	30名
ココファン・ナーサリー浜田山	浜田山3-18-8-1階	5305-6133	40名
チャイルドルームパピーナ久我山園	久我山3-1-24	5941-9022	45名
小学館アカデミーにしおぎ駅前保育園	松蔭3-35-15	5336-7861	60名
ほっぺるランド東高円寺	高円寺南1-4-41-1階	5305-4557	30名
京王キッズプラッツ永福町	永福2-60-31 (永福町駅ビル3階)	5376-1555	30名
マミーズエンジェル高円寺駅前保育園	高円寺北3-20-4	3223-8882	40名
保育園 夢未来 荻窪園	上井草1-23-15-1階	6913-8691	30名
マリア保育園※1	高円寺北2-41-6	3338-9634	29名
梅里保育園※1	梅里1-2-15	3313-8401	24名
保育室コアラハウス※2	天沼3-23-23-106	3398-0085	15名
こぶし保育園※2	浜田山1-23-14	3303-2295	11名

▷対象=A型=産休明け～就学前まで。B型=※1産休明け～3歳未満まで。※2産休明け～2歳未満まで。

〈グループ保育園〉

保育士資格を持つ区民の保育者グループが運営する保育施設です

施設名	住所	電話番号	定員
桃井グループ保育室	桃井1-35-2	3399-5188	21名
高円寺グループ保育室	高円寺南2-32-5	3316-5041	24名

▷対象=生後7週目～3歳未満まで。

「東京における緊急輸送道路沿道建築物の耐震化を推進する条例」第7条第1項に規定する特定緊急輸送道路の指定

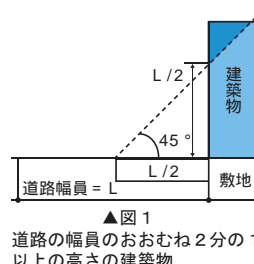


- ①敷地が特定緊急輸送道路に接している建築物
- ②昭和56年6月1日施行の耐震基準改正前に建築された建築物
- ③道路幅員のおおむね2分の1以上の高さの建築物(図1参照)

11月14日(月)から受け付けを開始
特定緊急輸送道路沿道建築物については、東京都都市整備部市街地建築部建築企画課 ☎ 388-3362、助成については、区建築課耐震改修担当

区内の主要幹線道路(左図参照)を都が特定緊急輸送道路に指定し、その沿道の建築物の耐震診断の実施を義務付けたことを受けて、区ではその対象建物について助成を始めます。
まずは、アドバイザー派遣から申し込みください。今後の進め方などを専門家がアドバイスします。アドバイザー派遣をうけ、結果報告書がお手元になり、後述の沿道建築物の所有者は助成確認の申請をすることができます。
特定沿道建築物は、次の①～③全てに該当するものです。

特定沿道建築物は、次の①～③全てに該当するものです。
①敷地が特定緊急輸送道路に接している建築物
②昭和56年6月1日施行の耐震基準改正前に建築された建築物
③道路幅員のおおむね2分の1以上の高さの建築物(図1参照)



▲図1
道路の幅員のおおむね2分の1以上の高さの建築物

11月14日(月)から
特定緊急輸送道路沿道建築物
耐震診断等の助成が始まります

生活の安心 「国民年金」

国民年金制度は昭和36年に創設され、老後の生活を支える柱として、また、万一重い障害を持つことになったときなどの強い支えとして、重要な役割を担っています。そこでこの大切な国民年金のあらましを紹介します。

——問い合わせは、国保年金課国民年金係へ。

20歳になったら全員加入

◆必ず加入が必要な方
▼第1号被保険者Ⅱ日本在住の20歳以上60歳未満で、自営業者・学生・アルバイトの方など。保険料は月額1万5020円(23年度)で、まとめて前納すると割引になります。

▼第2号被保険者Ⅱ会社社員・公務員など厚生年金や共済組合に加入している方。保険料は給料から天引きされます。

▼第3号被保険者Ⅱ第2号被保険者に扶養されている配偶者。保険料納付は不要ですが、扶養者の勤務先に届出が必要で、希望により加入できる方。

▼日本国籍を持ち国外在住の20歳以上65歳未満の方
▼日本在住の60歳以上65歳未満の方

▼65歳以上70歳未満で、老齢基礎年金などの受給権のない方(昭和40年4月1日以前に生まれた方)

保険料の納付が困難なとき

所得が少ないなど経済的な理由で納付が困難な方は、申請して認められると保険料が免除または猶予になる制度があります。内容は下表のとおりです。

若年者納付猶予は30歳未満の方が、学生納付特例は、大学(院)、短期大学、高等専門学校、専修・専門学校および各種学校等(夜間を含む)に在学する学生が対象です(一部対象外校有り)。

また、退職や災害などの特別な事情がある場合は、お問い合わせください。

※免除・猶予が承認された期間中は、基礎年金受給資格期間に入算されません。ただし、一部

免除は期限までに部分納付額を納めないと、未納期間となります。

※免除や猶予が認められた期間から10年以内ならば、あとから追納することができます(経過期間に応じて一定の額が加算されます)。

受け取る年金の種類

◆老齢基礎年金
国民年金に加入して、保険料納付済期間、免除・猶予期間および合算対象期間(※)が合計25年以上ある方が、原則65歳から受給できます。23年度の年金額は、78万8900円(40年間保険料納付済で、65歳受給開始の場合)。

※年金額に反映されないため「カラ期間」と呼ばれています。合算対象期間には①昭和61年3月以前に、国民年金に任意加入できる方が任意加入しなかった期間②平成3年3月以前に、学生であるため任意加入しなかった期間③昭和

65歳未満で、老齢基礎年金を受給資格を満たした方(昭和40年4月1日以前に生まれた方)

36年4月以降海外に住んでいる期間、などがあります。

★65歳になられる方へ
老齢基礎年金の受給手続きやお問い合わせは次の窓口へ。
▽加入したことがある年金が国民年金だけで、第1号被保険者のみの方Ⅱ区国保年金課国民年金係(区役所中棟2階)

▽国民年金の第3号被保険者期間のある方、厚生年金等へ加入したことのある方Ⅱ杉並年金事務所 ☎3312-11511

◆障害基礎年金
国民年金加入中または20歳前もしくは60、64歳に初診日のある病気やけがによって重い障害を持ち、日常生活に支障のある方が受けられます。23年度の年金額は、98万6100円(1級)、78万8900円(2級)。

※原則64歳までの請求が必要で、保険料の納付などの要件があります。

(免除・猶予制度)

免除種類	所得審査が必要な対象者	所得基準	納める保険料額(23年度月額)	年金額の計算	
				21年4月以降	21年3月以前
全額免除	本人 配偶者 世帯主	(扶養親族等の数+1)×35万円+22万円	無	2分の1月	3分の1月
4分の1納付(4分の3免除)		78万円+各種控除	3760円	8分の5月	2分の1月
半額納付(半額免除)		118万円+各種控除	7510円	4分の3月	3分の2月
4分の3納付(4分の1免除)	本人 配偶者	158万円+各種控除	1万1270円	8分の7月	6分の5月
若年者納付猶予		(扶養親族等の数+1)×35万円+22万円	無	0	0
学生納付特例		118万円+各種控除	無	0	0

が亡くなったとき、生計を維持されていた子のいる妻または子が受けられます。受給期間は、子が18歳に達した日以降の最初の3月31日まで。なお、子に障害があるときは20歳に達するまで。

※保険料の納付など要件があります。

◆特別障害給付金制度
65歳未満の方で、平成3年3月以前に学生だった方、昭和61年3月以前に厚生年金・共済組合加入者の配偶者だった方で、国民年金に任意加入しなかった期間に初診日があり、現在、障害基礎年金の1、2級相当の障害の状態にあり、障害年金などが受給できない方が受けられます。

※所得制限など要件があります。

国民年金ならではの制度

◆付加年金
第1号被保険者・任意加入被保険者が定額保険料に付加保険料(月額400円)をプラスして納付すると、老齢基礎年金に付加年金が上乗せされます。

付加年金の額は、200円×付加年金納付月数(12カ月納付すれば、年2400円)上乗せされます。

◆寡婦年金
第1号被保険者の納付済期間などが25年以上ある夫(婚姻期間10年以上)が年金を受けずに亡くなったときに、生計を維持されていた妻が60、65歳になるまでの間支給されます。

◆死亡一時金
第1号被保険者として保険料を3年以上納めた方が、年金を受けずに亡くなったとき、生計が同一だった遺族が受けられます。

結果に対して異議を申し立てるときは、年金事務所を通じて年金記録確認第三者委員会に申立書を提出することができます。詳細は、杉並年金事務所にお問い合わせください。

こんなときは

日本年金機構 杉並年金事務所へ

国民年金の業務は、区役所の国民年金係と国から業務を委任・委託された杉並年金事務所の二つに分かれています。次の内容については、杉並年金事務所が扱っています。

◆国民年金保険料に関する納付の確認、保険料納付書の請求、口座振替に関すること。

◆年金を受け取っていた方が亡くなったとき
ただし、障害基礎年金などの受給者が亡くなった場合は区役所です。

◆厚生年金に加入したことがあるか、第3号被保険者だった期間のある方が年金の受給手続きを行うとき

◆年金加入記録の確認や年金記録確認第三者委員会への申立書の提出と年金相談
年金加入記録は次の問い合わせ先で確認できます。また、確認後疑問のある場合は、年金事務所にて調査を依頼し、後日回答が送られてきます。

結果に対して異議を申し立てるときは、年金事務所を通じて年金記録確認第三者委員会に申立書を提出することができます。詳細は、杉並年金事務所にお問い合わせください。

◆国民年金保険料の納付に関する案内を民間委託しています

日本年金機構では、国民年金保険料が納め忘れとなっている方等に対する「電話や手紙、戸別訪問等による納付案内や保険料の免除案内などの取納業務」について、民間委託をしています。

▽委託事業者名Ⅱ㈱アイヴィジット

区立区民農園の放射線量測定結果

区は、区内の区立区民農園15カ所で空間放射線量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。なお、今回の測定の結果、健康への影響は心配ないレベルであることを確認しました。

——問い合わせは、産業振興課または危機管理対策課へ。

◇区立区民農園の空間放射線量

単位：マイクロ・シーベルト/h

施設名	測定日(10月)	測定場所	空間放射線量 地上1cm
上井草区民農園 (上井草3-25)	17日	耕作地	0.04
上井草第二区民農園 (上井草4-20)	17日	耕作地	0.06
今川区民農園 (今川4-18)	17日	耕作地	0.06
南狹窪区民農園 (南狹窪2-24)	17日	耕作地	0.04
宮前区民農園 (宮前2-24)	17日	耕作地	0.04
井草区民農園 (井草3-19)	17日	耕作地	0.05
井草第三区民農園 (井草2-12)	17日	耕作地	0.05

施設名	測定日(10月)	測定場所	空間放射線量 地上1cm
高井戸東区民農園東側 (高井戸東1-10)	18日	耕作地	0.06
高井戸東区民農園西側 (高井戸東1-10)	18日	耕作地	0.06
久我山第二区民農園 (久我山3-37)	18日	耕作地	0.05
久我山区民農園東側 (久我山3-10)	18日	耕作地	0.05
久我山区民農園西側 (久我山3-10)	18日	耕作地	0.05
下高井戸区民農園 (下高井戸5-4)	18日	耕作地	0.05
浜田山第二区民農園 (浜田山4-32)	18日	耕作地	0.07
成田西区民農園 (成田西2-17)	18日	耕作地	0.06

※いずれも、測定機器=RAE systems製 DoseRAE-2 PRM-1200

「震災関連情報」

宮城・福島県における選挙のお知らせ

宮城・福島の両県では東日本大震災の影響により延期されていた選挙が今後実施されていく予定です。選挙が行われる市町村に住居登録があり、選挙人名簿の登録がある方は、杉並区で不在者投票をすることができますので活用ください。不在者投票の方法については、選挙管理委員会事務局へお問い合わせください。

選挙日程は、下表のとおりです。

☑選挙管理委員会事務局

〈延期されていた自治体の選挙一覧〉

◇11月13日(日)執行

県	市町村名	選挙の種類
宮城県	全市町村	県議会議員選挙
	名取市	市議会議員補欠選挙
	亶理町	町議会議員選挙
	山元町	町議会議員選挙
	女川町	町長選挙・町議会議員選挙

◇11月20日(日)執行

県	市町村名	選挙の種類
福島県	全市町村	県議会議員選挙
	相馬市	市議会議員選挙
	川俣町	町議会議員選挙
	広野町	町議会議員選挙
	川内村	村議会議員選挙
	大熊町	町長選挙・町議会議員選挙
	双葉町	町議会議員選挙
	葛尾村	村議会議員選挙
	新地町	町議会議員選挙

福島県南相馬市への義援金を 24年3月31日まで受け付けています

杉並区は、杉並区町会連合会・杉並区商店会連合会・東京商工会議所杉並支部・杉並産業協会の4団体による「南相馬市義援金募集実行委員会」が実施している義援金の受け付けを、24年3月31日(日)まで行います。引き続き、区民の皆さまのご協力をお願いします。

【24年3月31日まで義援金箱を設置します】

- 区役所中棟1階ロビー（土・日曜日、祝日を除く）
- 区民課区民係（東棟1階。日曜日、祝日を除く）
- 各区立施設・区民事務所など（施設の休業日を除く）

【振り込みによる入金】※別途、振り込み手数料がかかります。

西武信用金庫 阿佐ヶ谷南支店 店番142 普通口座 0836103
南相馬市義援金募集実行委員会 代表 徳田 達介（トクダ タツスケ）
☑地域課または産業振興課

日本赤十字社東日本大震災義援金を 24年3月31日まで受け付けています

☑受付期間=24年3月31日(日)まで▷入金方法=郵便振替で「00140-8-507 日本赤十字社 東日本大震災義援金」(通信欄に「東日本大震災義援金」と明記)へ。期間中の手数料は無料。振替用紙の半券(受領証)が受領証です。義援金箱の設置場所は南相馬市と同じ☑保健福祉部管理課

東日本大震災等により杉並区に避難された方へ

氏名、避難先の住所等に関する情報をご提供ください。「全国避難者情報システム」を通じて、避難元の県や市町村から見舞金等の各種給付の連絡、国民健康保険証の再発行、税や保険料の減免などの情報をお知らせします。詳細は、お問い合わせください。「全国避難者情報システム」については、区ホームページ「東日本大震災関連情報」からご覧になれます。

☑区民課

◆23年度区民健康診査・がん検診などのお知らせ◆

問い合わせは、区コールセンター ☎#8800または ☎3372-8800、杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015へ。

すべての健(検)診の対象年齢は、23年度(23年4月～24年3月)中に誕生日を迎えた満年齢です。各健(検)診とも、指定医療機関等(受診券(票)に実施機関一覧表を同封)で実施します。

◆◆眼科検診が始まりました◆◆

対象者に受診券を9月28日に郵送しました。受診期間は24年1月31日までです。対象者・費用等は、下段「眼科検診」欄のとおりです。

●●10月～3月生まれの方の区民健康診査が始まりました●●

9月28日に受診券を郵送しました。受診期間は24年1月31日までです。

各健(検)診の受診期間にご注意ください。



◇区民健康診査◇ 健康の維持・増進には、適度な運動や健全な食生活とともに、健康状態をチェックすることが大切です。健康づくり、生活習慣の改善に区民健康診査をお役にください。生活習慣病などで入院・加療中の場合は、受診する必要はありません。

健診区分	対象者	受診期間	健診内容と費用	ハガキ申込締切
①成人等健診 ※1	30～39歳で職場などの健診を受ける機会がない方	【10月～3月生まれ】 10月1日～24年1月31日 (年度途中で国民健康保険に加入した方や杉並区に転入された方などは、受診券記載の有効期限になります)	★全員に実施(無料) ■問診 ■計測(身長・体重・腹囲) ■血圧測定 ■血液検査 ■尿検査 ★医師が必要と認めた場合に実施 ■貧血検査 ■心電図 ■眼底検査(65歳未満の方は実施基準があります) ★希望する方に有料で実施 ■胸部X線検査(300円) …30～64歳(65歳以上の方は無料で実施) ■大腸がん検診(200円) …40歳以上 ■前立腺がん検査(700円) …50・55・60・65・70歳の方(区内の指定医療機関でのみ実施)	最終締切(必着) = 24年1月31日(火) ハガキによる申し込みは必要ありません
②特定健診 ※2	40～74歳で杉並区国民健康保険に加入している方			
③後期高齢者健診 ※3	後期高齢者医療制度に加入している方			

※1.成人等健診対象で20～22年度中の間に1回以上受診した方は、ハガキによる申し込みは必要ありません。

※2.40～74歳で杉並区国民健康保険以外の医療保険に加入の方は、各医療保険者(健康保険組合・協会けんぽ・国保組合など)が実施する特定健診を受診してください。ご不明な点は、各医療保険者または事業所などにご確認ください。

※3.23年度中に75歳の誕生日を迎える方で、杉並区国民健康保険に加入していない方は、杉並保健所健康推進課へお問い合わせください。

◇がん検診◇

がんの早期発見と早期治療のために、各種がん検診を実施しています。職場などで受診の機会がない方が対象です。がん検診は、異常の有無を判断するものです。自覚症状のある方は、診察をお勧めします。

検診名	対象者	受診期間	検査内容	費用	ハガキ申込締切日など	最終締切(必着)
胃がん検診 ※4	35歳以上	指定医療機関実施 24年1月31日まで 杉並保健所3階実施 24年3月17日までの木・金・土曜日(祝日等を除く)	胃X線検査	1000円	毎週金曜日 (翌週水曜日を受診票を郵送します)	指定医療機関実施分 12月16日(金)
子宮頸がん検診 ※5	20歳以上の女性	22年度中に受診していない方(21年度中に受診した方には5月末に受診票を郵送しました)	視診・内診 頸部細胞診検査	1000円		杉並保健所3階実施分 24年1月27日(金)
乳がん検診 ※6	40歳以上の女性	24年2月29日まで	視診・触診・マンモグラフィ検査	1000円		24年1月27日(金)
大腸がん検診 ※6	40歳以上	24年1月31日まで	便潜血検査(2日法)	200円		12月16日(金)
前立腺がん検査 ※6	50・55・60・65・70歳	24年1月31日まで	採血によるPSA検査	700円	検査を希望する方は、受診期間内に区内の区民健診実施医療機関へ直接お申し込みください(ハガキによる申し込みは必要ありません)	

※4.次の方は申し込みをご遠慮ください①胃の手術を受けたことがある②現在、胃および十二指腸の疾病治療中または経過観察中③妊娠中または妊娠の可能性がある。

※5.次の方は申し込みをご遠慮ください①乳腺の疾病治療中・手術後・経過観察中②妊娠中・授乳中・断乳直後(6カ月以内)③豊胸術および、水腫症シャント術をしている④心臓ペースメーカーを入れている。

※6.区民健診受診対象の方は、区民健診と同時受診となります。ハガキによる申し込みは必要ありません。区民健診予約の際、併せて医療機関にお申し込みください。

◆申し込みから受診まで(成人等健診 / がん検診)◆

【ハガキ申込先】杉並保健所健康推進課(〒167-0051荻窪5-20-1)

【ハガキ記載事項】(1)住所(2)氏名(フリガナ)(3)生年月日(4)年齢(5)性別(6)電話番号(7)希望健(検)診名

手順1.

申込先にハガキを出して申し込みをします。
※7

手順2.

受診票(券)と受診案内(実施医療機関一覧表)が届きます。

手順3.

希望する受診場所へ電話などで予約をします。

手順4.

健(検)診を受けます。
※8

手順5.

受診医療機関などから健(検)診結果を受け取ります。

※7.ハガキは1人1枚。がん検診はまとめて1枚で申し込みます(ハガキ申し込みが必要ない健(検)診があります)。

※8.各健(検)診の費用は、受診する窓口でお支払いください。なお、生活保護または中国残留邦人等の生活支援給付を受給している方は費用が免除されます。受診前に免除の申請が必要で、杉並保健所健康推進課へお問い合わせください。

◇成人歯科健康診査◇ 成人歯科健康診査は歯周疾患の早期発見・治療や口腔の健康保持・改善のために、眼科検診は緑内障と加齢黄斑変性の早期発見・治療を目的に実施している。対象者には受診券を郵送しましたので、ハガキによる申し込みは必要ありません。

眼科検診

健(検)診名	対象者	受診期間	費用	検査内容など
成人歯科健診	20・25・30・35・40・45・50・60・70歳	11月30日まで	無料	問診、口腔内診査、健診結果判定に基づく指導(1回) 昨年度の歯科健診がどのように役に果たされたかを調査(聞き取りなど)し、歯科保健指導を行います。受診した医療機関から連絡します
成人歯科健診再評価調査	22年度に成人歯科健診を受診した方(60歳・70歳受診者を除く)			
眼科検診	40・45・50・55・60歳	10月1日～24年1月31日	300円	問診、眼圧測定、眼底検査(細隙顕微鏡検査)

がん検診推進事業(乳がん・子宮頸がん・大腸がん検診)のお知らせ

21年度より開始した、がん検診無料クーポン券利用による「乳がん・子宮頸がん検診」に続き、23年度から大腸がん検診も実施することになりました。この事業は、がん検診受診率50%以上を目標とした国の施策に基づき、区が行う検診です。対象年齢は以下のとおりです。年齢は前年度を迎えた年齢です。区が従来より行っている健(検)診と年齢の数え方が異なります。

検診名	対象年齢	生年月日	乳がん・子宮頸がん検診	大腸がん検診
子宮頸がん検診(女性のみ)	20歳	平成2年4月2日～3年4月1日	対象の方にはがん検診無料クーポン券などを6月中旬に郵送しました。ハガキによる申し込みは必要ありません。受診期間は24年2月29日までです。受診期間終了間際は大変込み合います。お早目の予約、受診をお勧めします。なお、4月20日以降に転入した方で前住所で受診できなかった方は杉並保健所健康推進課へご連絡ください。	該当年齢の10月～3月生まれの方には無料クーポン券を9月末に郵送しました。区民健診対象の方(杉並区国民健康保険加入)は区民健診の受診の際、一緒に大腸がん検診を受診してください。ハガキによる申し込みは必要ありません。区民健診の対象でない方(お勤め先の健康保険加入など)は無料クーポン券が届きましたらハガキで杉並保健所健康推進課へお申し込みください。
	25歳	昭和60年4月2日～61年4月1日		
	30歳	昭和55年4月2日～56年4月1日		
	35歳	昭和50年4月2日～51年4月1日		
乳がん・子宮頸がん検診(女性のみ)	40歳	昭和45年4月2日～46年4月1日		
大腸がん検診	45歳	昭和40年4月2日～41年4月1日		
	50歳	昭和35年4月2日～36年4月1日		
	55歳	昭和30年4月2日～31年4月1日		
	60歳	昭和25年4月2日～26年4月1日		

11月の不妊相談・基礎講座

妊娠や不妊に関する相談を各保健センターで行っています。一人で悩まず電話などで、お気軽にご相談ください。

☎各保健センターまたは
杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015

◇不妊専門相談

専門の相談員が、不妊に関する治療や検査、心の悩みなどの相談をお受けします。

☎11月30日(水)午後1時30分～4時(予約制) ④杉並保健所(荻窪5-20-1) ⑤区内在住の方⑥3名(申込順) ⑦無料(申込電話)で、各保健センターへ

◇妊娠をのぞむ方のための基礎講座～妊娠力アップをめざすミニレッスン

☎11月15日(水)午後1時30分～3時30分 ④杉並保健所(荻窪5-20-1) ⑤「妊娠・不妊の基礎講座」(虹クニリコ・佐々木幸子)、「漢方で妊娠しやすい体に体質改善」(吉祥寺東西薬局薬局長・山田哲也) ⑥区内在住・在勤で妊娠を希望している女性(カップルでの参加可) ⑦15名(申込順) ⑧無料(申込電話)で、杉並保健所健康推進課または各保健センターへ

(年末調整・給与支払報告書などの説明会)

●杉並税務署

日時	会場	対象地域
11月15日(火) 午後1時30分～3時30分	セシオン杉並 (梅里1-22-32)	阿佐谷北・阿佐谷南 大宮・高円寺南 成田西・松ノ木
16日(水)		和泉・梅里・高円寺北 成田東・方南・堀ノ内 和田
18日(金) 午後1時30分～3時30分	浜田山会館 (浜田山1-36-3)	上高井戸・下高井戸 高井戸東・高井戸西 永福・浜田山

●荻窪税務署

日時	会場	対象地域
11月14日(月) 午後1時30分～3時30分	久我山会館 (久我山3-23-20)	久我山・宮前・松庵
17日(木)		今川・上井草・上荻井 清水・善福寺・桃井 西荻北・南荻窪
18日(金)		天沼・井草・下井草 荻窪・西荻南・本天沼

区からのお知らせ
SUGINAMI INFORMATION

税金
住民税特別区民税・都民税
夜間電話相談
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。
11月24日(水)・25日(金)午後5時15分～7時30分(納税課) ☎5307-0634・5307-0634・57

住まい・まち
都営住宅入居者の募集
募集戸数
①一般募集住宅 (家族向・単身者向) 1400戸
②定期使用住宅 (若年ファミリー向) 970戸
③定期使用住宅 (多子世帯向) 30戸
④若年ファミリー向 (多子世帯向) 25戸
◆申込書・募集案内の配布期間 11月1日(火)～10日(水) (各配布場所の休業日を除く)
◆申込書・募集案内の配布場所 住宅課(区役所西棟5階・福祉事務所・区民事務所・分室、駅前事務所(平日夜間と休日は区役所の夜間・休日受付で配布します)。また、申込書の配布期間中の

●住宅の耐震無料相談会

◆区・内建物の耐震診断や耐震改修の無料相談会 11月9日(水) 午後1時～4時(毎月1回。次回は12月14日(水)開催予定)▽建築総合無料相談会 毎週火曜日、午後1時～4時(祝日を除く) 区役所1階ロビー(申込書、直接会場へ) 建築課耐震改修担当(他) 図面などがある場合は持参してください ②木造住宅の耐震診断や耐震改修を強く勧める業者がありますが、区とは一切関係がありません。不審に思ったら早めに区へお問い合わせください。

●環境・清掃

「杉並清掃工場建替事業」に関する環境影響評価書の縦覧 閲覧
11月11日(金)～25日(金)午前9時30分～午後4時30分(土・日曜日、祝日を除く) 縦覧① 東京都環境局都市地球環境部環境都市づくり課(新宿区西新宿2-8-1都庁第二本庁舎8階) ②環境課(区役所西棟7階) ③環境課(区役所西棟7階) ④環境課(区役所西棟7階) ⑤環境課(区役所西棟7階) ⑥環境課(区役所西棟7階) ⑦環境課(区役所西棟7階) ⑧環境課(区役所西棟7階) ⑨環境課(区役所西棟7階) ⑩環境課(区役所西棟7階) ⑪環境課(区役所西棟7階) ⑫環境課(区役所西棟7階) ⑬環境課(区役所西棟7階) ⑭環境課(区役所西棟7階) ⑮環境課(区役所西棟7階) ⑯環境課(区役所西棟7階) ⑰環境課(区役所西棟7階) ⑱環境課(区役所西棟7階) ⑲環境課(区役所西棟7階) ⑳環境課(区役所西棟7階) ㉑環境課(区役所西棟7階) ㉒環境課(区役所西棟7階) ㉓環境課(区役所西棟7階) ㉔環境課(区役所西棟7階) ㉕環境課(区役所西棟7階) ㉖環境課(区役所西棟7階) ㉗環境課(区役所西棟7階) ㉘環境課(区役所西棟7階) ㉙環境課(区役所西棟7階) ㉚環境課(区役所西棟7階) ㉛環境課(区役所西棟7階) ㉜環境課(区役所西棟7階) ㉝環境課(区役所西棟7階) ㉞環境課(区役所西棟7階) ㉟環境課(区役所西棟7階) ㊱環境課(区役所西棟7階) ㊲環境課(区役所西棟7階) ㊳環境課(区役所西棟7階) ㊴環境課(区役所西棟7階) ㊵環境課(区役所西棟7階) ㊶環境課(区役所西棟7階) ㊷環境課(区役所西棟7階) ㊸環境課(区役所西棟7階) ㊹環境課(区役所西棟7階) ㊺環境課(区役所西棟7階) ㊻環境課(区役所西棟7階) ㊼環境課(区役所西棟7階) ㊽環境課(区役所西棟7階) ㊾環境課(区役所西棟7階) ㊿環境課(区役所西棟7階)

●募集します

ファミリーサポートセンター協力会員
①保育施設・学校施設への送迎とそれに伴う子供の預かり、保護者の急用時などの子供の預かり(基本的には協力会員の自宅)▽謝礼 1時間800円(早朝・夜間1000円)▽対象 ①心身ともに健康な20歳以上の方 ②区・園電話で、杉並区社会福祉協議会ファミリーサポートセンター ☎5347-11021へ ③会員登録後、11月16日(水)の研修会に参加していただきます

●その他

11月の土曜法律相談
毎月第3土曜日に弁護士による法律相談を実施しています。
11月19日(土)午後1時～4時 区政相談課(区役所東棟1階) ①土地・建物・相続・その他法律上のこと ②6名(申込順。1人30分) ③無料(11月14日(月)～18日(金)の午前8時30分～午後5時までに、専門相談予約専用電話 ☎5307-0617 または区政相談課窓口で予約) ④区政相談課(法律相談は、月・金曜日の午後実施しています(事前予約制))
書類と手続き・社会保険・行政に関する相談会
①相続、金銭問題などの法的書類の作成手続きを行政書士が②年金・社会保険の相談を社会保険労務士が③国の仕事に対する要望・苦情を行政相談委員がお受けします。
11月11日(金)午後1時～4時 区役所1階ロビー(行政相談課) ④区政相談課(東棟1階) ⑤無料(当日、直接会場へ) ⑥東京都行政書士会杉並支部 ☎0120-567-537 または区政相談課(関係資料がある場合は持参してください)

●11月の節電・省エネ

知識豊富な相談員がお答えします。
11月1日(火)午前10時～午後4時 区役所1階ロビー ⑦無料(当日、直接会場へ) ⑧環境都市推進課環境都市推進担当
国土交通省の「都市部官民境界基本調査」の実施について
国土交通省が「都市部官民境界基本調査」によって区内の道路地図の作成などを行います。この成果は、道路台帳整備や地籍調査などへ活用していただきます。
●作業内容 ①道路の現況測量など
●調査期間 11月～24年2月
●対象地域 区内全域
●国土交通省土地・建設産業局地籍整備課 ☎5253-8384 または区都市整備部土木管理課台帳整備係

●落ち葉の季節

落ち葉感謝月間 11月15日(火)～12月14日(水)
日々恩恵を与えてくれる落ち葉に感謝しよう!
区みどり公園課

にお越しください。
①当日、直接会場へ(杉並税務署 ☎3313-1131、荻窪税務署 ☎3392-1111 または区課税課特別徴収係(車での来場はご遠慮ください))
②「すれも」
③「すれも」
④「すれも」
⑤「すれも」
⑥「すれも」
⑦「すれも」
⑧「すれも」
⑨「すれも」
⑩「すれも」
⑪「すれも」
⑫「すれも」
⑬「すれも」
⑭「すれも」
⑮「すれも」
⑯「すれも」
⑰「すれも」
⑱「すれも」
⑲「すれも」
⑳「すれも」
㉑「すれも」
㉒「すれも」
㉓「すれも」
㉔「すれも」
㉕「すれも」
㉖「すれも」
㉗「すれも」
㉘「すれも」
㉙「すれも」
㉚「すれも」
㉛「すれも」
㉜「すれも」
㉝「すれも」
㉞「すれも」
㉟「すれも」
㊱「すれも」
㊲「すれも」
㊳「すれも」
㊴「すれも」
㊵「すれも」
㊶「すれも」
㊷「すれも」
㊸「すれも」
㊹「すれも」
㊺「すれも」
㊻「すれも」
㊼「すれも」
㊽「すれも」
㊾「すれも」
㊿「すれも」

東京都電力総合グラウンドなどの都市計画案説明会
区では東京都電力総合グラウンド(下高井戸2-28-23)などを取得し、公園とするための手続きを進めています。このたび、同グラウンドなどの都市計画の手続きに先立ち、都市計画案の説明会を開催します。
11月13日(日)午後2時～3時 30分(向陽中学校(下高井戸3-24-1)) ①当日、直接会場へ(区みどり公園課(車での来場はご遠慮ください))

子ども手当のご寄付ありがとうございました
【社会福祉基金】23年度(9月分まで) 匿名=7万8000円
子供の健やかな育ちを支援するために、活用しました。
区子育て支援課

グループホーム「グループポエンデ井荻」を開設します
「グループポエンデ井荻」(下井草5-22-4)は、認知症高齢者グループホーム(定員9名)です。このグループホームは、区内で8年間運営している(有)グループポエンデ(上井草4-3-22)の二つ目の事業所です。開設に先立ち、入居利用説明会を行います。
◇開設日 24年2月1日
◇入居・利用説明会 11月6日(日)・12日(土)午後2時～3時(有)グループポエンデ(上井草4-3-22) 区内在住の方、区内在住の要介護等高齢者を介護している家族、介護医療関係者(各日15名、申込順)
◇申し込み・問い合わせ (有)グループポエンデ ☎013601(午前9時～午後5時。土・日曜日、祝日を除く)
◇その他 ①(有)グループポエンデホームページ <http://www.grupoende.co.jp/>
②今回の入居申込受付締切は11月14日(月)までです。

子ども手当のご寄付ありがとうございました
【社会福祉基金】23年度(9月分まで) 匿名=7万8000円
子供の健やかな育ちを支援するために、活用しました。
区子育て支援課

グループホーム「グループポエンデ井荻」を開設します
「グループポエンデ井荻」(下井草5-22-4)は、認知症高齢者グループホーム(定員9名)です。このグループホームは、区内で8年間運営している(有)グループポエンデ(上井草4-3-22)の二つ目の事業所です。開設に先立ち、入居利用説明会を行います。
◇開設日 24年2月1日
◇入居・利用説明会 11月6日(日)・12日(土)午後2時～3時(有)グループポエンデ(上井草4-3-22) 区内在住の方、区内在住の要介護等高齢者を介護している家族、介護医療関係者(各日15名、申込順)
◇申し込み・問い合わせ (有)グループポエンデ ☎013601(午前9時～午後5時。土・日曜日、祝日を除く)
◇その他 ①(有)グループポエンデホームページ <http://www.grupoende.co.jp/>
②今回の入居申込受付締切は11月14日(月)までです。

グループホーム「グループポエンデ井荻」を開設します
「グループポエンデ井荻」(下井草5-22-4)は、認知症高齢者グループホーム(定員9名)です。このグループホームは、区内で8年間運営している(有)グループポエンデ(上井草4-3-22)の二つ目の事業所です。開設に先立ち、入居利用説明会を行います。
◇開設日 24年2月1日
◇入居・利用説明会 11月6日(日)・12日(土)午後2時～3時(有)グループポエンデ(上井草4-3-22) 区内在住の方、区内在住の要介護等高齢者を介護している家族、介護医療関係者(各日15名、申込順)
◇申し込み・問い合わせ (有)グループポエンデ ☎013601(午前9時～午後5時。土・日曜日、祝日を除く)
◇その他 ①(有)グループポエンデホームページ <http://www.grupoende.co.jp/>
②今回の入居申込受付締切は11月14日(月)までです。

(すぎなみくらしの便利帳 正誤表 (10月18日現在))

ページ	項目	訂正箇所	訂正内容
表紙裏・107	杉並区歯科休日急病診療所	電話番号	☎3398-5666
74	ひまわり作業所	所在地	松庵2-22-22
104	町名別所管表	日本郵便	荻窪南→杉並南
113	玉成幼稚園	電話番号	☎3332-5954
144	医療機関名簿：荻窪病院(今川3)	診療科目	眼科を追加
144	医療機関名簿：浴風会病院(高井戸西1)	診療科目	婦人科を削除
145	医療機関名簿：つく内科(阿佐谷南3)	ファクス番号	FW3391-8244
145	医療機関名簿：稲葉クリニック(阿佐谷南3)	ファクス番号	FW3391-6290
146	医療機関名簿：方南クリニック(和泉4)	ファクス番号	FW3311-0668
146	医療機関名簿：松浦クリニック(梅里1)	ビル名	プラムコートワタナベ103
147	医療機関名簿：佐藤眼科医院(荻窪5)	ファクス番号	FW3393-1726
149	医療機関名簿：おおすが内科(久我山5)	ファクス番号	FW6425-8549
150	医療機関名簿：田島眼科クリニック(高円寺南4)	ファクス番号	FW6454-6432
150	医療機関名簿：奏琴会皮膚科(高円寺南4)	ファクス番号	FW3316-1215
153	医療機関名簿：西荻こどもクリニック(西荻南4)	ファクス番号	FW6765-9915
153	医療機関名簿：渡辺医院(堀ノ内3)	ファクス番号	FW3311-7893
154	医療機関名簿：久我山整形外科ペインクリニック(宮前5)	電話番号	☎5344-1388
156	医療機関名簿：たかはた歯科医院(天沼3)	電話番号	☎5397-1848
157	医療機関名簿：西村歯科医院(永福2)	ファクス番号	FW3323-0824
157	医療機関名簿：坂梨歯科医院(永福3)	電話番号	☎3324-0148
157	医療機関名簿：グリーン歯科(荻窪5)	ファクス番号	FW5347-9647
159	医療機関名簿：ノースデンタルオフィス(高円寺北2)	ビル名	KOENJINORTH296 2階
159	医療機関名簿：ヤマモトデンタルクリニック(高円寺南2)	診療所名	ヤマモトデンタルクリニック高円寺
161	医療機関名簿：なぎさデンタルクリニック(成田東5)	ファクス番号	FW5347-0349
162	医療機関名簿：有賀歯科医院(西荻南3)	電話番号	☎3333-1196
162	医療機関名簿：山中デンタルクリニック(浜田山3)	電話番号ファクス番号	☎・FW3304-8217(共通)

「すぎなみくらしの便利帳 平成23年度版」の内容に一部誤りがありました

10月に全世帯にお届けした「すぎなみくらしの便利帳 平成23年度版」の内容に一部誤りがありました。お詫びして、左表のとおりお知らせします。

また、現在お手元に便利帳が届いていない場合は、ご連絡ください。

☎区コールセンター(11月30日まで) ☎#8800、☎3372-8800または広報課



平成23年度版「すぎなみくらしの便利帳」

杉並区シルバー人材センター パソコン教室

●●●●●下表のとおり●●●●●全回参加できる方。コース番号1247、0107、3247、2107はデジカメとUSBケーブルを持参できる方。3名以下の場合には中止することがあります(「リクエスト」の講座は、1名から実施)●●各8900円。1218・1238・3218・3268・5218は各6700円。0171・0172・4171・4172は各4500円。少人数サロンしみずの講座は下表のとおり●●●ハガキ(11面記入例参照)に

教室名・コース番号(第2希望まで)・昼間の連絡先・キャンセル待ちの有無も書いて、12月分は11月15日、1月分は12月15日(いずれも消印有効)までに杉並区シルバー人材センター清水分室(〒167-0033清水3-22-4-2階)●●●同分室☎3394-2253●●●自宅パソコンでの個人指導や各種設定の出張サービスを1時間1980円で受け付けています

●●●●●清水教室(清水3-22-4-2階)●●●各7名(抽選)			
番号	レベル	コース名・内容	月日/時間
1202	入門	パソコン入門2(らくらく文字入力、7・V)	11月29日～12月20日毎週(火)の午前
1211	中級	ワード中級(7・V)	11月29日～12月20日毎週(火)の午後
1201	入門	パソコン入門1(はじめてのパソコン、7・V)	11月30日～12月21日毎週(水)の午前
1203	入門	パソコン入門3(インターネット、7・V)	11月30日～12月21日毎週(水)の午後
1206	初級	エクセル初級(7・V)	12月1日～22日毎週(木)の午前
1205	初級	ワード初級(7・V)	12月1日～22日毎週(木)の午後
1218	初級	パソコンで年賀状を作ろう(7・V)	12月2日(金)・9日(金)・16日(金)の午前
1238	初級	パソコンで年賀状を作ろう(7・V)	12月2日(金)・9日(金)・16日(金)の午後
1247	入門	デジカメ入門(7・V)	12月5日～26日毎週(月)の午前
1223	入門	パソコン入門3(インターネット、7・V)	12月5日～26日毎週(月)の午後
0103	入門	パソコン入門3(インターネット、7・V)	24年1月10日～31日毎週(火)の午前
0106	初級	エクセル初級(7・V)	24年1月10日～31日毎週(火)の午後
0102	入門	パソコン入門2(らくらく文字入力、7・V)	24年1月11日～2月1日毎週(水)の午前
0105	初級	ワード初級(7・V)	24年1月11日～2月1日毎週(水)の午後
0112	中級	エクセル中級(7・V)	24年1月12日～2月2日毎週(木)の午前
0111	中級	ワード中級(7・V)	24年1月12日～2月2日毎週(木)の午後
0107	初級	デジカメ初級(LIVEフォトギャラリー、7・V)	24年1月13日～2月3日毎週(金)の午前
0101	入門	パソコン入門1(はじめてのパソコン、7・V)	24年1月13日～2月3日毎週(金)の午後
0171	リクエスト	セミフリー講座(7・V)です。	24年1月23日(月)・30日(月)の午前
0172	リクエスト	①ハガキ②住所録③名刺④カレンダー作成の中から希望のコースを記載してください。	24年1月23日(月)・30日(月)の午後
●●●●●少人数サロンしみず(清水3-22-4-2階)●●●各3名(抽選)			
7271	リクエスト	フリースタイル講座です。教わりたい内容を自由に記載してください(OSは問いません)。	12月1日(木)・5日(月)・7日(水)・8日(木)の午前
7272	リクエスト		12月12日(月)・14日(水)～16日(金)の午前
7273	リクエスト	●●2300円～1万5840円	12月19日(月)～22日(木)の午前
7274	リクエスト	フリースタイル講座(7・V)です。	12月2日(金)・9日(金)の午前
7275	リクエスト	①ハガキ②住所録③名刺④カレンダー作成の中から希望のコースを記載してください。	12月2日(金)・9日(金)の午後
7276	リクエスト	●●4500円	12月6日(火)・13日(火)の午前
7277	リクエスト		12月6日(火)・13日(火)の午後
7204	入門	短期マスター(一気に習得インターネットまで)(7・V) ●●8900円～2万6700円	12月1日～22日の午後(出・回)と12月2日(金)・6日(火)・9日(金)・13日(火)を除く12回
6104	入門		24年1月10日(火)～2月2日毎週(火)・(水)・(木)の午前(12回)
6171	リクエスト	フリースタイル講座です。教わりたい内容を自由に記載してください(OSは問いません)。	24年1月10日(火)～12日(木)・17日(火)の午後
6172	リクエスト		24年1月18日(水)・19日(木)・24日(火)・25日(水)の午後
6173	リクエスト	●●2300円～1万5840円	24年1月26日(水)・31日(火)・2月1日(水)・2日(木)の午後

●●●●●阿佐谷教室(阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル7階)●●●各10名(抽選)			
番号	レベル	コース名・内容	月日/時間
3203	入門	パソコン入門3(インターネット、7・V)	11月27日～12月18日毎週(日)の午前
3202	入門	パソコン入門2(らくらく文字入力、7・V)	11月27日～12月18日毎週(日)の午後
3256	初級	楽しい表計算(エクセル初級、X P)	11月29日～12月20日毎週(火)の夜間
3218	初級	パソコンで年賀状を作ろう(7・V)	12月2日(金)・9日(金)・16日(金)の夜間
3247	入門	デジカメ入門(7・V)	12月3日～24日毎週(出)の午前
3206	初級	エクセル初級(7・V)	12月3日～24日毎週(出)の午後
3268	初級	パソコンで年賀状を作ろう(X P)	12月7日・14日・21日(水)の夜間
2101	入門	パソコン入門1(はじめてのパソコン、7・V)	24年1月7日～28日毎週(出)の午前
2112	中級	エクセル中級(7・V)	24年1月7日～28日毎週(出)の午後
2105	初級	ワード初級(7・V)	24年1月8日～29日毎週(日)の午前
2103	入門	パソコン入門3(インターネット、7・V)	24年1月8日～29日毎週(日)の午後
2162	中級	使いこなすエクセル(X P)	24年1月10日～31日毎週(火)の夜間
2161	中級	使いこなすワード(X P)	24年1月11日～2月1日毎週(水)の夜間
2107	初級	デジカメ初級(LIVEフォトギャラリー、7・V)	24年1月13日～2月3日毎週(金)の夜間
●●●●●方南教室(方南1-3-4-2階)●●●各5名(抽選)			
5205	初級	ワード初級(7・V)	11月25日～12月16日毎週(金)の午前
5202	入門	パソコン入門2(らくらく文字入力、7・V)	11月28日～12月19日毎週(月)の午前
5212	中級	エクセル中級(7・V)	11月28日～12月19日毎週(月)の午後
5218	初級	パソコンで年賀状を作ろう(7・V)	12月2日(金)・9日(金)・16日(金)の午後
4111	中級	ワード中級(7・V)	24年1月13日～2月3日毎週(金)の午前
4101	入門	パソコン入門1(はじめてのパソコン、7・V)	24年1月13日～2月3日毎週(金)の午後
4171	リクエスト	セミフリー講座(7・V)です。	24年1月23日(月)・30日(月)の午前
4172	リクエスト	①ハガキ②住所録③名刺④カレンダー作成の中から希望のコースを記載してください。	24年1月23日(月)・30日(月)の午後

- ※1. WindowsXPを使用する場合は(XP)、Windows7またはWindowsVistaを使用する場合は(7・V)と表記しています。
- 2. WindowsVistaは、MicrosoftOffice「2007」を、WindowsXPは、「2003」を、Windows7は、「2007」・「2010」を使用します。
- 3. 午前=10時～正午、午後=1時～3時、夜間=6時30分～8時30分

■ひとり親家庭クリスマスグッズ作りと交流会

親子でお部屋に飾れるクリスマスグッズを作った後、参加者同士で交流します。

12月3日(日)午前10時～正午 親子子ども家庭支援センター(阿佐谷南1-14-8) ひとり親家庭の親子10組(申込順) 1組200円(申込) 電話で、子ども家庭支援センター ☎5929-1902へ

■杉並郷土芸能大会

11月20日(日)午後0時30分～6時(区共催) 勤労福祉会館(桃井4-3-2) 366名(先着順) 無料(申込)当日、直接会場へ 社会教育スポーツ課文化財係 ①東京文化財ウイーク参加事業です ②祭ばやしのミニライブを11月2日(水)正午から区役所1階ロビーで開催します

■上映会「100,000年後の安全」

誰にも保障できない10万年後の安全。放射性廃棄物の埋蔵をめぐる、未来の地球の安全を問うかけるドキュメンタリー映画です(区共催)。

12月1日(日)①午前10時30分～11時50分②午後2時～3時20分③7時～8時20分 豊前・高円寺(高円寺北2-1-2) 各回250名(申込順) 豊前売500円、当日600円(申込) 電話で、消費者センター ☎3398-3141へ 杉並区消費者グループ連絡会の主催事業です

講演・講座

■知の散歩道「東海道四谷怪談」の「四谷」はどこか?

歌舞伎「東海道四谷怪談」の舞台である雑司が谷の四谷町は東海道沿いにはありません。作者の鶴屋南北が題名に込めた意図を探ります。



11月19日(土)午後2時～4時 豊中央図書館(荻窪3-40-23) 白百合女子大学文学部国語国文学科講師・光延真哉(右写真) 60名(先着順) 無料(申込)当日、直接会場へ 中央図書館事業係 ☎3391-5754

■すぎなみ地域大学公開講座

◇阿刀田高のプロフェッショナルライター講座～まちなぎの魅力を言葉にかえる基本と応用マスター

読みたくなる文章、そしてわかりやすい文章作成のコツを日本ペンクラブ会長の講師に伺います。



12月10日(土)午後3時～5時 豊区役所分庁舎(成田東4-36-13) 作家・阿刀田高(右写真) 30名(抽選) 無料(申込)ハガキまたはファクス(11面記入例参照)で、11月24日(必着)までにすぎなみ地域大学担当(〒166-0015成田東4-36-13) ☎3312-2387へ 同日担当 ☎3312-2381

◇がんばらない介護

介護する人も、される人も楽になる。そのためには「がんばらない介護生活」が大切です。介護との上手なつきあひのお話です。

11月12日(土)午後1時30分～3時30分 豊西荻窪区民集会所(西荻南3-5-23) 豊近畿大学九州短期大学講師・別府明子 50名(先着順) 無料(申込)当日、直接会場へ すぎなみ地域大学担当 ☎3312-2381

■地域デビューのための定年退職挨拶状作成講座

11月26日(土)午後2時～4時 豊西荻窪図書館コミュニティビジネスプランナー・紙谷清子 30名(申込順) 無料(申込) 電話または直接、西荻図書館(西荻北2-33-9) ☎3301-1670へ

■オリジナル消しゴムはんこを作ろう

自作の消しゴムはんこを使って、手作り感あふれるグリーティングカードを作ってみませんか。

11月26日(土)午後2時～4時 豊永福図書館 中学生以上の方 20名(申込順) 無料(申込) 電話または直接、永福図書館(永福4-25-7) ☎3322-7141へ 彫刻刀を持参してください

■はつらつ! 元気への一歩へのヒント～あなたもここからだのリフレッシュを試してみませんか?

11月26日(土)午後2時～4時 豊柿木図書館 日体柔整専門学校講師・粕谷泰右 25名(申込順) 無料(申込) 電話または直接、柿木図書館(上井草1-6-13) ☎3394-3801へ

■NPO法改正、新寄附税制についての講演会～認定NPO法人・新寄附税制・NPO法人活動分野等

11月21日(月)午後7時～9時 豊産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 豊NPO法人NPO会計事務専門家ネットワーク副理事長・脇坂誠也 150名(先着順) 無料(申込)当日、直接会場へ すぎなみNPO支援センター ☎3314-7260 info@nposupport.jp

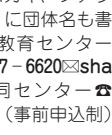
■家庭教育フォーラム「たまり場から生まれる新しい関係づくり～身近な?を解決したら活動が始まった」

12月2日(金)午前10時～午後0時30分 豊セシオン杉並(梅里1-22-32) 豊講演とワークショップ 豊場づくり師・日置真世(右写真) 豊家庭教育・子育てに関わる団体、これから家庭教育・子育て活動に関わりたい方 35名程度(抽選) 無料(申込)ハガキ、ファクスまたはEメール(11面記入例参照)に団体名も書いて、11月21日(必着)までに社会教育センター(〒166-0011梅里1-22-32) ☎3317-6621 sha.kyo-c@city.suginami.lg.jpへ 同日センター ☎3317-6621 1歳～就学前の託児あり(事前申込制)



■笑ってシアワセになれる秘密のエクササイズ

杉並健康づくりリーダーの会が実施します。「笑いヨガ」の癒やし効果でリフレッシュしましょう。



11月25日(金)午後2時～4時 豊セシオン杉並(梅里1-22-32) 豊ラフターヨガ・ティチャー アマゾンなすこ(右写真) 区内在住・在勤の方 50名(申込順) 無料(申込) 電話で、高井戸保健センター ☎3334-4304へ

■親子でクッキング&パパママのエクササイズ

11月20日(日)②27日(日)午前10時～午後1時 豊荻窪保健センター調理実習室(荻窪5-20-1) 杉並保健所3階 豊食を通じた家族の健康と絆について、親子でお洒落&手軽な簡単料理実習・試食、スマートになるための効果的なエクササイズ体験 豊料理家・小山浩子、ピラティスインストラクター・井上里紗 区内在住で4歳～小学3年生のお子さんがある家族 12組(3人1組) 申込順 豊父母500円、子供1人100円程度(申込) 電話で、荻窪保健センター健康づくり担当 ☎3391-0015へ

■免疫力を高める生活術

12月1日(日)午後2時30分～5時 豊免疫力をつける生活～食べ物から笑いで(講演) 12月6日(土)午後2時～4時 豊癒やしのアロマでぐっすり快眠(アロマの楽しみ方&ハンドトリートメント体験) 12月8日(日)午後2時～4時 豊カラダの中から元気になる! 免疫力を高めるバランスの良い食事(講演・実演) / 計3回 豊永福和泉地区民センター(和泉3-8-18) 豊①東京医科歯科大学名誉教授・藤田紘一郎 豊ファミリーアロマセラピスト・沼津せうろう 豊新渡戸文化短期大学非常勤講師・堀理佐 区内在住・在勤で60歳までの共催企画です 豊②のみ200円(材料費) (申込) 電話で、和泉保健センター ☎3313-9331へ 豊長寿応援対象事業

■家族介護教室

◇安心して地域で暮らせるための準備をしましょう～高齢者の制度や施策、地域活動グループについて 11月9日(日)午前10時30分～正午 豊ゆうゆう永福館(永福2-4-9) 豊ケア24永福職員、永福の会会長 区内在住でおおむね60歳以上の方 30名(申込順) 無料(申込) 電話で、ケア24永福 ☎5355-5124へ 豊永福の会の共催企画です 豊◇ご近所なるほど講座～3回シリーズ(2)「災害時にぞなえ地域のたすけあひについて考えよう」 11月11日(金)午後1時～2時 豊ゆうゆう梅里堀ノ内館(堀ノ内3-37-4) 豊社会福祉協議会職員 区内在住・在勤の方 20名(申込順) 無料(申込) 電話で、ケア24梅里 ☎5929-1924へ 豊◇知っておきたいシニアの安全対策～防犯と見守りについて 11月15日(火)午後1時30分～3時30分 豊あんなさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 豊セコムコーポレート広報部部长・安田稔 区内在住の方 50名(申込順) 無料(申込) 電話で、ケア24荻窪 ☎5303-6851へ 豊◇思いを遺す～遺言書や相続について 11月15日(火)午後2時～4時 豊西荻窪区民集会所

(西荻南3-5-23) 豊NPO法人遺言相続サポートセンター司法書士 区内在住・在勤の方 25名(申込順) 無料(申込) 電話で、ケア24西荻 ☎3333-4668へ

◇認知症予防ウォーキング「紅葉を堪能しながら善福寺川～大宮八幡宮を歩こう」

11月16日(水)午前9時30分～正午(雨天延期) 豊集合場所=ブレス記念老人保健施設グレイス(和田1-40-15) 豊郷土博物館の見学ほか 豊NPO法人杉並さわやかウォーキング・ウォーキングリーダー 金子功巳 区内在住の65歳以上でウォーキングに健康上問題のない方 15名(申込順) 豊100円(申込) 電話で、11月11日までにケア24和泉 ☎3380-0024へ



◇あつ地震だ! その時あなたは!?～災害時の対応と応急処置(AEDの使用法)

11月17日(木)午後2時～4時 豊あんなさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 豊荻窪消防署職員 区内在住・在勤の方 30名(申込順) 無料(申込) 電話で、ケア24荻窪 ☎5336-3724へ

◇らくらく介護・実践講習～専門家に学ぶ!! 身体にやさしい介護術

11月26日(土)午後2時～3時30分 豊西荻窪地区民センター(桃井4-3-2) 豊通所介護・介護予防コミュニティ歩歩笑理学療法士・江黒亮介 区内在住の方 15名(申込順) 無料(申込) 電話で、ケア24善福寺 ☎5311-1024へ

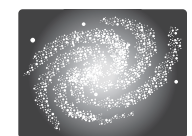
◇50歳から考える～認知症とは

11月28日(月)午後2時～4時 豊ゆうゆう堀ノ内松ノ木館(松ノ木2-38-6) 豊浴風会病院内科医長・西村敏樹 区内在住で50歳以上の方 30名(申込順) 無料(申込) 電話で、ケア24松ノ木 ☎3318-8530へ

科学館

◇プラネタリウム天文講座～天の川銀河の姿と星たちの世界の様子/天体までの距離の測り方

宇宙の観測と探求を、プラネタリウム映像「星空、われらをめぐる宇宙」を題材に科学的に解説します。高校生以上の方向けの講座です。



11月12日(土)午前10時～11時30分 50名(先着順) 豊映写機の入退場はできません。また5歳未満の方はご遠慮ください

◇プラネタリウム放映～今夜の星空+特集「月」

特集では、探査機「かぐや」の探査成果など、月について取り上げます。

11月26日(土)午前10時(60分程度) 豊140名(先着順) 豊(いずれも) 豊無料(申込)当日、直接会場へ 豊豊科学館(清水3-3-13) ☎3396-4391 豊①エレベーター・エスカレーターはありません②車での来館はご遠慮ください

リサイクルひろば高井戸

◇包丁研ぎを習おう

11月12日(土)①午後1時～2時②2時30分～3時30分 豊各回5名(申込順) 豊無料(申込)電話で、同じひろば 豊長寿応援対象事業

◇おもちゃのクリニック

11月20日(日)午後1時～4時(受け付けは3時まで) 豊10名(申込順) 豊無料(部品代は実費。1人1点まで) (申込)電話で、同じひろばへ

◇手縫いで帽子作り(上級編)

11月22日(火)・29日(火)午前10時30分～午後0時30分(計2回) 豊キャスケットまたはクロッシユの作成 豊「手縫いで帽子作り」を受講した方 10名(抽選) 豊1200円(申込)往復ハガキ(11面記入例参照)で、11月10日(必着)までに同じひろばへ 豊長寿応援対象事業

◇生ごみでたい肥を作ろう

11月26日(土)午前10時30分～午後0時30分 豊15名(申込順) 豊無料(申込)電話で、同じひろばへ 豊長寿応援対象事業

(いずれも) 豊区内在住・在勤・在学の方 豊豊リサイクルひろば高井戸(〒168-0072高井戸東3-7-4) ☎3331-4360 水・木曜日休館

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 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。

(2) 郵便番号・住所 住所が記載されていないものは、区役所○○課(〒166-8570阿佐谷南1-15-1)へお申し込みください。

(3) 氏名(フリガナ) ※往復ハガキには返信用のあて先も記入。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。

(4) 年齢

(5) 電話番号 1人1枚

※往復ハガキには返信用のあて先も記入。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

■ やさい大好き！ 食育アドベンチャーワールド～スマート食育応援キャンペーン

園・団・園 11月13日(日) 午前10時～11時(午後2時～3時) = 親子で育てる「スナップえんどう」～ペランダ菜園アドバイス、校長先生の食育ミニ講座(野菜の生育と子供の成長) (四宮小学校校長・小山道) ②(1)午前11時～午後0時30分(午後1時～2時)30分 = 野菜たっぷり朝ごはん食育講座 ③午前10時～午後3時 = 野菜クイズ展示ほか 園・園・園 1階・3階(荻窪5-20-1) ④ 小学生とその保護者で栽培過程を1回以上ハガキなどで報告できる方 ②小学生とその保護者 ①各回30組 ②各回12組 ③無料 ④ 1人100円 ⑤ ①②は電話で、杉並保健所健康推進課へ ③は当日、直接会場へ 園・園・園 杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015 ⑥ ②はエプロン・三角巾・布巾を持参してください

■ すぎのき生活園「杉実祭」

園の活動や取り組みを地域の皆さんに紹介し、交流を深めています。

園 11月19日(土) 午前10時30分～午後2時30分(すぎのき生活園(井草3-18-14) 園 作品の展示・即売、バザー、焼き芋販売、アトラクション、ゲーム、模

ゆうゆう館名	内容	日時
永福館(永福2-4-9 高・FAX3321-6632)	植木屋さんの家庭教師～冬に向けての手入れ	11月15日(木) 午前10時～正午 費1000円▷長寿応援対象事業
高円寺北館(高円寺北3-20-8 高・FAX3337-2266)	写経クラブ	毎週日曜日、午前9時～11時(第3日曜日を除く) 費1回100円(筆用具を持参▷長寿応援対象事業)
荻窪東館(荻窪4-23-12 高・FAX3398-8738)	茶道サロン～裏千家茶道のお点前 園 大林宗正	毎月第2・4土曜日、午後2時～4時30分 費1回2000円▷長寿応援対象事業
阿佐谷館(阿佐谷南3-2-19 高・FAX3391-8345)	介護・転倒予防のためのやさしい健康体操	11月16日(木) 午後6時～8時 園 区内在住の方 費200円▷長寿応援対象事業
上高井戸館(高井戸東2-6-17 高・FAX3306-0441)	ちょっと早い「望年会」	11月30日(木) 午後1時30分～3時30分 費900円(軽食付き)
大宮前館(宮前5-19-8 高・FAX3334-9640)	ラジボール卓球初級教室(中・上級も歓迎)	11月18日～24年1月20日の第1・3金曜日、午後1時～3時 費1回700円▷長寿応援対象事業

※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。

擬店など 申込当日、直接会場へ 園 すぎのき生活園 ☎3399-8953

■ 郷土博物館 特別展「将軍家の鷹場と杉並」の催し

① 放鷹実演

現代の鷹匠による実演で、鷹を飛ばす技を披露します。

園 11月6日(日) 午後2時～2時30分(園) 和田堀調節池壁打ち庭球練習場(大宮1-20)(雨天時は郷土博物館内)▷集合場所=郷土博物館 N P O 法人日本鷹匠協会 40名(先着順。1時から整理券配布)

② 講演会「鷹狩りと環境保全」

園 11月12日(土) 午後2時～4時 園 郷土博物館 園 法政大学人間環境学部教授・根崎光男 60名(先着順。1時から整理券配布)

③ 展示解説

園 11月13日(日) 午後2時～2時30分(園) 郷土博物館 — (いずれも) —

費 ① 無料 ②③ 100円(観覧料。中学生以下は無料) 申込当日、直接同博物館へ 園 郷土博物館(大宮1-20-8) ☎3317-0841)

■ 大人の社会科見学～醤油工場と朝靄浄水場を見学しよう

「水の高度浄水処理」など最新の技術でおいしい水道水作りと、醤油の製造方法と製造工程などの衛生管理を学びます。

園 11月29日(木) 午前8時15分～午後4時45分(園) 集合場所=あんさんぶる荻窪(バスで移動) (園) 見学施設=キョーマン野田工場(千葉県野田市、東京都朝靄浄水場(埼玉県朝靄市) 園 区内在住で20歳以上の方(お子さんの同伴はできません) 園 40名(抽選) 費800円(昼食代・保険料) 申込 往復ハガキ(記入例参照)で、11月11日(必着)までに消費者センター(〒167-0051荻窪5-15-13 あんさんぶる荻窪3階)へ 園 同センター ☎3398-3141 (園) 見学コースは段差があり長い距離歩きます

■ 大人のためのブックトーク～日本に来て2世紀目を迎えた「アリス」

園 11月23日(日) 午後6時～7時30分(園) 中央図書館 園 アカデミーヒルズ六本木ライブラリー・フェロー 園 池川雅俊 園 高校生以上の方 園 20名(申込順) 費 無料(申込)・園 電話または直接、中央図書館事業係(荻窪3-40-23) ☎3391-5754)へ

1) 園 すぎなみネイチャーゲームの会 園 区内在住・在学中で4歳以上の方(小学3年生以下は保護者同伴) 園 30名(申込順) 費 100円(保険料) 申込・園 電話で、すぎなみ環境情報館 ☎3398-3191へ 園 動きやすい靴と服装で、ハンダナ・敷物・飲み物を持参してください

■ 国際交流の美しい

外国から来た小中学生が、これまで勉強してきた日本語で、外国や日本での生活や文化についてスピーチをします。

園 11月19日(土) 午前10時～正午(園) 杉並第四小学校(高円寺北2-14-13) (園) 第1部=外国人小中学生による日本語のスピーチ▷第2部=音楽の鑑賞と日本の歌の合唱(園) 小中学生とその保護者 園 無料(申込) ファクスまたはEメール(記入例参照)で、済美教育センター FAX3311-0402 園 seibi-el@city.suginami.lg.jpへ(当日参加可) 園 同センター ☎3311-0021 (園) ①車での来場はご遠慮ください②上履きを持参してください

■ 商店街若手リーダー養成セミナー

商店街の持っている社会的機能、人の温もり、つながりの大切さをもう一度考えてみませんか。11月22日(火)にセシオン杉並で行われる公演「シャッター通り商店街」を基に討論会を開催します。

園・園・園 11月24日(木) 午後8時～10時 = 「シャッター通り商店街」ってなんだろう？▷パネリスト = 「シャッター通り商店街」脚本家・高橋正園、消費社会研究家・三浦展、南阿佐谷すずらん商店街振興組 園 理事長・榎本正晴 ② 12月5日(月) 午後8時～10時 = 「10年後の商店街はどうなる？」▷司会 = 三浦展、パネリスト = 高円寺フェス実行委員長・佐久間ヒロコ、阿佐谷商和会青年部・平井出高央、HATTIFNATT・高嶋步、倉持商店・倉持久江

— (いずれも) —

園 区役所第5・6会議室(西棟6階) 園 各50名(先着順) 費 無料(申込) 当日、直接会場へ 園 産業振興課産業係 園 11月22日の公演「シャッター通り商店街」の会場整理のボランティアスタッフを募集しています。詳細は、杉並区商店会連合会青年部・榎本 ☎3311-2851にお問い合わせください

商店街若手リーダー養成セミナー

商店街の持っている社会的機能、人の温もり、つながりの大切さをもう一度考えてみませんか。11月22日(火)にセシオン杉並で行われる公演「シャッター通り商店街」を基に討論会を開催します。

園・園・園 11月24日(木) 午後8時～10時 = 「シャッター通り商店街」ってなんだろう？▷パネリスト = 「シャッター通り商店街」脚本家・高橋正園、消費社会研究家・三浦展、南阿佐谷すずらん商店街振興組 園 理事長・榎本正晴 ② 12月5日(月) 午後8時～10時 = 「10年後の商店街はどうなる？」▷司会 = 三浦展、パネリスト = 高円寺フェス実行委員長・佐久間ヒロコ、阿佐谷商和会青年部・平井出高央、HATTIFNATT・高嶋步、倉持商店・倉持久江

— (いずれも) —

園 区役所第5・6会議室(西棟6階) 園 各50名(先着順) 費 無料(申込) 当日、直接会場へ 園 産業振興課産業係 園 11月22日の公演「シャッター通り商店街」の会場整理のボランティアスタッフを募集しています。詳細は、杉並区商店会連合会青年部・榎本 ☎3311-2851にお問い合わせください

SPORTS

スポーツのある暮らし
健康の第一歩

競技大会

● フレンドシップソフトバレーボール大会

園 12月11日(日) 午前9時～午後7時 (区共催) 園 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 園 区内在住・在勤で中学生以上の方 園 25チーム(抽選) 園 1チーム3000円 申込 申込書(区体育施設で配布)と参加費を、11月23日(必着)までに区ソフトバレーボール連盟事務・亀山米子(〒167-0042 西荻北5-7-11-410)へ現金書留で郵送 園 亀山 ☎5938-8331(午前8時～10時)

ア3000円(当日) 申込 ハガキ(記入例参照)で、11月21日(必着)までに区ソフトテニス連盟・田中達三(〒167-0021井草2-18-12)へ 園 田中 ☎3397-6239(午後7時～9時)

スポーツ教室

● 杉並少年・少女ラグビー教室

園 11月13日(日) 午後1時～3時(区後援) 園 井草森運動場(井草4-12-1) 園 区内在住・在学の幼児・小学生 園 100名(先着順) 園 無料(申込) 当日、直接会場へ 園 杉並少年ラグビースクール・上西 ☎090-8685-0160(午前10時～午後10時) 園 srs@suginami-rs.com

● 京劇俳優が教えるやさしい太極拳

園 12月7日～24年3月14日の毎週水曜日 ① 午前10時～11時② 午前11時～正午(第3水曜日を除く。各計12回) 園 荻窪体育館 園 区内在住・在勤・在学中で16歳以上の初心

初級者 園 各20名(抽選) 費 各6000円(申込) 往復ハガキ(記入例参照)に①②の希望も書いて、11月11日(必着)までに荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2)へ 園 同体育館 ☎3220-3381 園 3歳～就学前の託児あり(事前申込制)

● 弓道・アーチェリー認定講習会

弓道場を利用するには利用者証(一定の技量を認定)が必要です。安全に利用するために、段位などをお持ちでない方は講習会に参加し、認定を受けてください。認定を受けた方には技量に応じた利用者証を発行します。

園 アーチェリー = 11月19日(土)▷弓道 = 11月26日(日) いずれも午前9時～午後1時(園) 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 園 弓道またはアーチェリー経験がある16歳以上の方 園 各36名(申込順) 園 無料(申込)・園 電話で、上井草スポーツセンター ☎3390-5707(園) 弓具一式と、弓道は胴着、アーチェリーは運動着を持参してください

その他

● 秋の健康づくりフェスタ 施設開放デー

日頃の運動不足をスポーツ施設で解消しましょう。

園 11月23日(日) ① 午前10時～午後6時 = (1) マジックルームプログラム(膝痛、腰痛改善・初めての筋力トレーニング・メタボ改善) (2) スタジオプログラム(チャートレッツ教室・ゆがみ解消教室・やさしいエアロビクス・リフレッシュヨガ) ② 午後2時～5時 = プール開放・フンポイント泳法レッスン 園 ヴィムスポーツアカデミー(宮前2-10-4) 園 ① 区内在住で16歳以上の方 ② 区内在住で2歳半～中学3年生(小学1年生までは保護者同伴) 費 ① 無料② 400円(保護者は無料) 申込 ①は電話で、ヴィムスポーツアカデミー ☎3335-6644(午前11時～午後6時)へ ②は当日、直接会場へ 園 ヴィムスポーツアカデミー 園 ① 詳細は、ヴィムスポーツアカデミーホームページ▷ http://vimsports.netをご覧ください② 来館者には、健康食品を差し上げます③ 杉並区スポーツ振興財団との共催です

11月9日(水)～15日(火) 秋の火災予防運動

杉並消防署の催し

◇防火・防災のつどい

11月11日(金)午後2時～4時

●セシオン杉並(梅里1-22-32) 内・講義「東日本大震災からの復興～日本の未来と夢を見つめて」(ワタミ取締役会長・渡邊美樹(右写真)) 定員25名(申込順) 無料

申込電話で、杉並消防署 ☎3393-0119へ

◇消防演習

●11月9日(水)午後2時=朝日生命代田橋ビル(和泉1-22-19) ②11月14日(月)午後0時15分=明治大学和泉キャンパス(永福1-9-1)

申込当日、直接会場へ

— (いづれも) —

杉並消防署 ☎3393-0119



荻窪消防署の催し

◇防火のつどい

11月10日(木)午後1時30分～3時30分

●勤労福祉会館(桃井4-3-2) 内消防署の防火・防災への取り組みを紹介するビデオ上映と宮城県気仙沼市に派遣された消防隊員の講話 定員250名(先着順) 無料

申込当日、直接会場へ

◇消防演習

●11月9日(水)午前10時30分 ●岩崎通信機(久我山1-7-41) 申込当日、直接会場へ

— (いづれも) —

荻窪消防署 ☎3395-0119

「杉並区子育て優良事業者表彰」候補者募集

子供・子育てにやさしい事業者の普及促進を目指し、「杉並区子育て優良事業者表彰」候補者を募集します。

問い合わせは、子育て支援課管理係へ。

候補者を募集する各賞

- ①最優良賞：以下の(1)(2)が、他の模範であると認められる事業者など
 - ②優良賞：前述の(1)に当てはまる事業者など
 - ③特別奨励賞：前述の(2)に当てはまる事業者など
- ※今年度から、表彰区分を一部変更しました
- ◇応募方法
所定の応募用紙(子育て支援課管理係)を、11月30日(必着)までに子育て支援課管理係 FAX 530710686へ郵送またはファクス。



▲受賞には表彰を称えるステッカーを区が作成します

合同解説会「長屋門見くらべ聴きくらべ」

旧井口家住宅長屋門(杉並区)と旧谷岡家住宅表門(世田谷区)を見学しながら、都内に存在した長屋門像にせまる、世田谷区との合同解説会です。

11月27日(日)午前10時～午後4時(午前10時から世田谷区。午後2時から杉並区) ●世田谷区立次大夫堀公園民家園(世田谷区喜多見5-27-14)、杉並区立郷土博物館(大宮1-20-8) 定員20名(抽選) 100円(入館料) 申込往復ハガキ(11面記入例参照)で、11月15日(必着)までに郷土博物館(〒168-0061大宮1-20-8)へ 郷土博物館 ☎3317-0841 東京文化財ウィーク2011の事業です



荻窪駅開業120周年 企画展示「荻窪のむかし・今・みらい」

まちづくり推進課都市再生担当



▲昭和27年 荻窪駅

JR荻窪駅が12月21日に開業120周年を迎えることを記念し、「荻窪のむかし・今・みらい」と題した企画展示を行います。「みらいの荻窪駅」や「みらいの荻窪のまち」を描いた絵画コンクールの作品のほか、荻窪駅周辺の懐かしい写真などを展示します。

絵画コンクールの優秀作品は、11月中旬から1カ月程度JR荻窪駅の構内で展示を予定しています。

●11月18日(金)～28日(月)午前9時～午後10時=杉並公会堂(上荻1-23-15) ②12月16日(金)～22日(木)午前8時30分～午後5時(17日(土)は午前9時から)=区役所2階区民ギャラリー(18日(日)は閉庁) 無料 申込当日、直接会場へ

11月18日(金)～20日(日) 東日本大震災チャリティー 荻窪音楽祭

秋空に、荻窪がクラシックに染まる3日間!! 杉並公会堂、JR荻窪駅北口広場やレストラン、喫茶店など各地で演奏が行われます。会場には募金箱を設置し、集まった義援金と入場料の一部は、南相馬市に寄付します。

詳細は、荻窪音楽祭ホームページ <http://www.ongakusai.com/> やコンサートガイド(区役所、区民事務所、図書館、公会堂ほかで配布)をご覧ください。

●11月18日(金)～20日(日) JR荻窪駅周辺3カ所 有料・無料あり 申込当日、直接会場へ(一部、事前申込企画あり) 荻窪音楽祭事務局 ☎5347-0244 FAX 3220-4718



▲5月に行われた荻窪音楽祭(荻窪駅北口広場)

11月12日(土)・13日(日) 高円寺の街の秋の大文化祭。この2日間は街中が熱くなる!

高円寺フェス2011

ストリートでのパフォーマンスやライブハウスでのライブ、ゆるキャラまつりやフリーマーケットなどのイベントが各地で行われ、高円寺の魅力が堪能できる2日間。東日本大震災復興支援を目的としたチャリティバザー、地方物産展も開催します。

高円寺びゅくり100円めぐり&スタンプラリーで街をめぐり、福引に参加しよう。

●11月12日(土)・13日(日) 会場：高円寺、高円寺北公園、南中央公園、杉並第四小学校体育館、JR高円寺駅南北広場ほか、高円寺各商店街、各所のストリート、ライブハウスなど 無料(一部有料あり) 申込当日、直接会場へ 高円寺フェス実行委員会事務局 ☎3313-5589

●詳細は、高円寺フェスホームページ <http://koenji fes.jp/> をご覧ください

◇ワークショップまつり

親子連れや子供でも楽しめるワークショップを各種開催します。「つくる」「みる」「きく」「体験する」いろいろあります。

●11月12日(土)午前11時～午後4時 杉並第四小学校体育館・校庭 ヨガ、工作、クレアアニメほか 申込当日、直接会場へ(一部、事前申込企画あり)



▲昨年も多くの人でにぎわいました

