

すぎなみ



歩きながら、元気と文化が、すぎなみ生まれる街。

夏の海外旅行で
気をつけたい感染症 …… 2

なかま集まれ! …… 4・5

楽しい夏休み
交通事故には気をつけて …… 8

お待ちしています
区民の皆さんの声 …… 8

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7時～午後11時(粗大ごみ受付 午前8時～午後7時)



▲田中区长は7月13日に初登庁しました

〈杉並区議会議員補欠選挙結果〉

| 順位 | 得票数 | 氏名 | 年齢 | 党派 |
|----|--------|--------|----|----|
| 1 | 52,204 | 脇坂 たつや | 28 | 自新 |
| 2 | 37,835 | 横田 政直 | 41 | み新 |

以上当選

| | | | | |
|---|--------|---------|----|----|
| 3 | 33,024 | 山本 あけみ | 45 | 民新 |
| 4 | 28,351 | 山下 かずあき | 46 | 民新 |
| 5 | 26,665 | 佐々木 浩 | 45 | 創元 |
| 6 | 21,838 | そね 文子 | 41 | ネ新 |
| 7 | 21,030 | 金子けんたろう | 34 | 共新 |
| 8 | 13,665 | 新城 せつこ | 47 | 無元 |

※党派の略称は、自=自由民主党、民=民主党、共=日本共産党、ネ=杉並・生活者ネットワーク、創=日本創新党、み=みんなの党、無=無所属/氏名は届出名、党派は届出時。

区長選挙 区議会議員補欠選挙

◆結果をお知らせします◆



7月11日(日)に杉並区長選挙・区議会議員補欠選挙を執行しました。翌日開票の結果、区長に田中良氏が決まり、区議会議員には脇坂たつや氏、横田政直氏が決定しました。

投票率は、参議院議員選挙と同日に執行されたこともあり、平成19年執行の統一地方選挙と比較し、区長選挙は15・53ポイント上回り57・63%、区議会議員補欠選挙は15・52ポイント上回り57・62%となりました。

開票結果は下表のとおりです。

〈杉並区長選挙結果〉

当選

| 得票数 | 氏名 | 年齢 | 党派 |
|---------|---------|----|----|
| 102,990 | 田中 良 | 49 | 無新 |
| 84,498 | 千葉 なおこ | 49 | 無新 |
| 22,289 | 沢田 俊史 | 59 | 共新 |
| 19,306 | 藤岡 たかお | 33 | 無新 |
| 4,450 | 土田 みつもり | 60 | 無新 |

新区長に

田中

良氏

新しい杉並をつくる。



杉並区長
田中良

このたびの区長選挙におきまして、多くの区民の皆さまから温かいご支援をいただき、杉並区長に就任することとなりました。

区民の皆さまの地域を愛する心、杉並を良くしていこうという熱い思いに後押しされ、そして今回の選挙では区民の皆さまから多くの「杉並の勇気」を賜り、当選させていただきました。区政の舵取り役を任せられたという、その責任の重たさに身が引き締まる思いでいっぱいでございます。

さて、杉並区は、区民の皆さまの長年のたゆまぬ努力によりまして、今では54万区民が暮らす、みどりの豊かな、文化にあふれる住宅都市として発展してまいりました。

私自身この杉並の地に生まれ、暮らし、今日のこうした発展に目を細めつつも、今日からは、少子高齢化の進展、地域経済の安定・強化など、なお懸念される将来への課題に対し、区長として正面から向き合い、積極・果敢に挑戦していくことを改めてお約束いたします。

私はこの選挙期間に、「新しい杉並をつくる」ということをお訴えしながら、区民の皆さまと多くの議論を重ねてまいりました。具体的には、新たな「10年ビジョン(基本構想)」と総合計画、杉並区

版「新しい公共」の発想で区民の皆さまとの協働計画を策定するとともに、これまでの区政について、見直すべきところ、手の届かなかった課題など、「事業仕分け」できつちりと検証していくという、3つのお約束を果たしてまいります。そして、医療・介護・福祉の充実、とりわけ在宅介護に携わる方に対する支援の充実、働きながら子育てできる環境の整備、地域通貨の導入などによる地域経済の充実・活性化、都市計画高井戸公園や済美山グラウンド跡地を活用した総合運動公園の整備、公正な教育行政の確立などについて取り組み、区民の皆さまが安心して暮らしていくことができ、またいつまでも住み続けたいと思う生活第一の杉並区を目指し、邁進してまいります。

これまで区議会、都議会で培ってまいりました経験と知識を活かし、どんな高いハードルであっても職員ともども力を一つにして決してひるむことなく、区民の皆さまの意見を十分にお聴きしながら、杉並区の新たな、そして大きなステップを築き上げていきたいと思っております。

これまで以上に区民の皆さまのご指導、ご協力を心からお願ひ申し上げます。私の区長就任のご挨拶とさせていただきます。

ごみの減量は着実に進んでいます

21年度のごみと資源の量を報告します

21年度のごみ量(可燃ごみ・不燃ごみ・粗大ごみ)は、前年度と比較して1735t減りました。

しかし、21年度の「家庭ごみ組成調査」によると、可燃ごみには19.3%、不燃ごみには7.7%の再生可能な資源が含まれていました。資源を正しく分別すればごみの量をさらに減らせます。引き続き、正しいごみ・資源の分別にご協力をお願いします。

◇生ごみは「ギュウッとひとしぼり」で「におい」もさようなら

生ごみの水を切ることは、ごみの減量だけでなく、においの防止に役立ちます。夏場は特に、においが気になる季節です。においを元から絶ちましょう。

☎清掃管理課清掃計画係

スプレー缶・カセットボンベ・ライターの出し方

スプレー缶・カセットボンベの高圧ガスやライターなどが原因で清掃車両の火災が発生しています。昨年度は6件の車両火災が発生し、そのうち5件がスプレー缶・カセットボンベなどによるものです。出し方を確認して火災防止にご協力ください。

①最後まで使い切り、空にする。

②不燃ごみの日に、他の不燃ごみとは別の中身の見える袋に入れて、集積所に出す。

※空にするために穴を開けることは危険です。中身が残っている場合は製造元または下記問い合わせ先にご相談ください。

☎杉並清掃事務所作業係 ☎3392-7281 または 杉並清掃事務所方南担当作業係 ☎3323-4571

| 区分 | | 種別 | 20年度 | 21年度 | 前年比 |
|----|-------------|----|------------|------------|------|
| ごみ | 可燃 | | 10万1886.73 | 10万0312.52 | 98% |
| | 不燃 | | 4999.73 | 4668.65 | 93% |
| | 粗大 | | 4041.01 | 4211.50 | 104% |
| | 小計 | | 11万0927.47 | 10万9192.67 | 98% |
| 資源 | プラスチック製容器包装 | | 4819.25 | 4573.20 | 95% |
| | ペットボトル | | 1822.51 | 1872.15 | 103% |
| | 古紙 | | 2万4429.15 | 2万5217.88 | 103% |
| | びん | | 5354.64 | 5396.87 | 101% |
| | 缶 | | 2228.00 | 2297.28 | 103% |
| | 小計 | | 3万8653.56 | 3万9357.37 | 102% |
| 合計 | | | 14万9581.03 | 14万8550.04 | 99% |

※1.ペットボトルは、店頭・集積所回収の合計。
2.古紙・びん・缶は集団回収を含む合計。
3.端数処理のため、内訳と合計が一致しません。



緊急経済対策融資制度

中小企業の皆さんへ！当初3年間無利子融資あっせん

お問い合わせは、産業振興課産業支援・相談係へ

全業種(東京信用保証協会の保証対象業種)を対象に、無利子融資(貸付日から3年間)を実施しています。売上高(または売上総利益)が減少している区内中小企業の経営を支援します。

◇対象となる方

①⑤の条件を満たす方。
①区内に主たる事業所(法人は本店登記)を有し、区内で同一の事業を引き続き1年以上(売上発生から1年以上)営んでいる

②最近3カ月または1年間の売上高(または売上総利益)が前年同期と比較して減少している

③申し込みをする日までに納付すべき住民税・事業税を滞納していない

④東京信用保証協会の保証対象業種を営み、許可を必要とする業種の場合には、その許可を受けている

⑤個人の場合には、主たる収入

を事業から受けている

※小口融資資金の対象者は次の⑥⑦の条件も必要です。

⑥従業員数が20人(卸売業・小売業またはサービス業は5人以下)である

⑦東京信用保証協会からの保証付融資残高と融資申し込み予定額の合計額が1250万円以下である

◇限度額
500万円(ただし、現在区

の緊急運転資金を利用している場合は、限度額が異なる場合があります。詳細は、お問い合わせください)

◇資金使途
運転資金に限る

◇返済期間
6年6カ月以内(外据置6カ月以内)

◇本人負担利率
貸付日から3年間無利子
貸付日から3年経過後11年利0.52%(小口融資資金対象融資は年利0.47%)

◇申込受付期間
23年3月31日まで
その他の融資もあります。詳細は、お問い合わせください。

| 就労相談受付中 | 区内在住・在勤・在学の方向け | | 区内在住で60歳以上の方向け | |
|---------|----------------|--|----------------|--|
| | 日時 | 毎週火曜日(祝日を除く) 午前10時から1人約50分、1日6回 正午～午後1時を除く。 具体的な仕事のあっせんは行いません | 日時 | 8月3日・10日・17日・24日 いずれも火曜日の午後1時～4時 |
| | 場所 | 産業振興課相談室 (区役所西棟10階) | 場所 | 高井戸地域区民センター (高井戸東3-7-5) |
| | 費用 | 無料(希望により職業適正検査可) | 費用 | 無料 |
| | 申し込み | 予約優先(空きがあれば当日可) | 申し込み | 当日、直接会場へ (社)杉並区シルバー人材センター ☎3317-2217 |
| | 問い合わせ | 産業振興課産業支援・相談係 | | |

夏の海外旅行で気をつけたい感染症

問い合わせは、杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025 へ。各国の最新の感染症情報は厚生労働省検疫所ホームページ <http://www.forth.go.jp/> をご覧ください。

生活環境の異なる海外では、食事・虫刺され・動物との接触などで思わぬ感染症にかかることがあります。安全で快適に旅行して帰国するためには、感染症に対する正しい知識と予防方法を身に付けることが重要です。

☆出国前は…
渡航先の感染症流行状況を確認しましょう。国によっては、事前に予防接種を受ける必要もあります。持病をお持ちの方は、普段飲んでいる薬を必ず持参し、虫歯がある方は治療を済ませましょう。

☆渡航中は…
滞在地近くで受診できる医療機関を調べておきましょう。海外旅行保険に加入している場合には、保険会社に問い合わせると受診場所や方法を聞くことができます。

☆帰国後は…
帰国時に体調不良がある場合には、空港検疫所健康相談室で相談してください。帰国後は2カ月ほど体調に注意をして、下痢・腹痛・発熱などの症状が出た場合には、速やかに医療機関を受診して、渡航先・期間・食事内容・動物との接触の有無を伝えてください。

★感染しない・させないために
感染予防の基本は手洗いです。特に下痢の症状がある場合は、軽い症状でも菌を保菌し、他人へうつす可能性があります。トイレの後などは石けん等を使いしっかりと手洗いをしましょう。また、せき・くしゃみなどの症状がある場合は、マスクをするなどのせきエチケットを心掛けてください。

国内の感染症情報

- 百日ぜき = 5年前と比較して2倍以上に増えており、特に20歳以上の発生割合が増えていることと、学校などでの集団発生が目立ちます。赤ちゃんがかかると重症になることがあります。患者のせき・くしゃみに含まれる菌を吸い込むことで感染するので、普段からせきエチケットを心掛け、せきが長引く場合には、早めに受診しましょう。
- A型肝炎 = 今年の春以降は国内でも発生数が急増し、過去最多の状況が続いています。主な症状は発熱や強いけん怠感などです。食物(二枚貝など)・飲料水からと、患者の排せつ物に含まれるウイルスから感染する可能性があります。食品の十分な加熱や、手洗いの徹底での予防を心掛けましょう。
- 腸管出血性大腸菌感染症 = 毎年6月以降の高温期に増加します。食物(牛肉・レバーなど)からの感染が多いため、肉などを焼く時には十分に加熱し、焼く用と食べる用のはしを別にしましょう。
- 結核 = 若者や、生活習慣が不規則で体力が低下している方の発病が増えています。せき・たん・微熱などが2週間以上続く場合には、早めに受診してX線検査を受けましょう。

| 感染経路 | 食べ物からうつる病気 | 昆虫などからうつる病気 | 動物からうつる病気 |
|--------|--|---|--|
| 病気 | A型肝炎・E型肝炎・コレラ・赤痢・腸チフス・腸管出血性大腸菌感染症 など | マラリア・デング熱・黄熱・ペスト・日本脳炎 など | 狂犬病・鳥インフルエンザ など |
| 予防・注意点 | 生の食品(不十分な加熱)や現地の水は感染の心配があります。さらに、飲み物に入った氷は現地の水を凍らせて作っていたり、カットフルーツやサラダは水道水で洗ったりしている場合が多いので、注意しましょう。 | 蚊に刺されたり、ダニなどにかまれることによって病気になります。肌を出さないような服装の工夫や虫除けスプレーを利用し、草むらにむやみに入らないようにしましょう。 | 狂犬病は発病すると100%死亡する怖い病気です。アライグマなどの野生動物はもちろん犬や猫にもむやみに触らないようにしましょう。鳥インフルエンザは、感染した鳥との接触でヒトへ感染する可能性があるため、死んでいる鳥には近づいたり触ったりしないようにしましょう。 |

すぎなみ 打ち水2010

～「緑のカーテン」の涼しさ体験もできます
—問い合わせは、環境都市推進課へ。

区では、「地球を救え すぎなみ省エネ作戦」を展開していますが、私たち一人一人が取り組める方法として、だれもが手軽にできる「打ち水」があります。「打ち水」は、雨水やお風呂の残り湯・プールの残り水などの二次用水を使い、気温を下げる取り組みです。

今年も区内での一斉打ち水実施日を7月30日(金)の正午に設定しました。皆さんも、ぜひ参加してください。なお、区役所本庁舎前では、打ち水を行うとともに、「緑のカーテン」の観賞や涼しさの体験を行う予定です(天候により中止する場合あり)。

また、7月23日(金)～8月23日(月)にはNPO法人が「打ち水大作戦」を計画しています。詳細は、<http://www.uchimizu.jp/>をご覧ください。

国民年金保険料追納制度
国民年金保険料の免除(全額・一部)や若年者納付猶予・学生納付特例制度の承認を受けた期間は、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、あとから保険料を納めること(追納)で、年金額を増額することが出来ます。なお、保険料の免除や納付猶予・納付特例制度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、杉並年金事務所へ追納申込書を提出してください。

☎杉並年金事務所(高円寺南1) 54-9 ☎3312-1151

区からの お知らせ

年金

住所が変わると届出が必要になります
日本年金機構では、毎年誕生月に、保険料納付実績や年金の見込み額などを記載した「ねんきん定期便」を送付しています。住所が変わったときに届出をしないと、日本年金機構から「ねんきん定期便」などの通知が届かない場合があります。変更した場合は、変更届を速やかに提出してください。

◇届出先
●国民年金第一号被保険者Ⅱ区役所国民年金課国民年金係
●厚生年金・共済組合加入者とその被扶養配偶者Ⅱ勤務先を経由して、管轄する年金事務所
●年金受給者Ⅱ杉並年金事務所
☎国民年金課国民年金係または杉並年金事務所 ☎3312-1511

健康

医療券(気管支ぜん息)の更新を忘れずに
医療券(気管支ぜん息)の有効期間満了後も引き続き助成を受けるためには更新申請が必要です。必ず有効期間内に更新の

採用情報

区立学校 非常勤職員(臨時職員)

☎ 区内一般用務▽勤務期間Ⅱ9月1日(予定)～23年3月31日▽勤務日時Ⅱ月々金曜日と教育委員会会の指定日①午前7時45分～午後2時45分(実働6時間)②午前7時45分～午後4時30分(実働7時間45分)▽勤務場所Ⅱ区立小中学校▽対象Ⅱ健康で体力に自信がある方▽募集人数Ⅱ若干名▽時給Ⅱ930円▽その他Ⅱ交通費支給(日額500円上限)。社会保険・雇用保険加入。履歴書を、8月5日(必着)までに教育委員会庶務課教職員係(区役所東棟6階)へ郵送または持参。同係他①書類審査後、採用候補者には面接をします。②履歴書は返却しません。

その他

求人情報が満載 ワークインフォメーション

区ホームページ内の「すぎなみワークインフォメーション」
<http://www.work.city.suginami.tokyo.jp/>を利用

| 審議会等のお知らせ | |
|-----------|---|
| 審議会名 | 杉並区まちづくり景観審議会 |
| 日時 | 8月5日(木)午後2時～4時 |
| 場所 | 区役所第1委員会室(中棟4階) |
| 主な内容 | ①まちづくり協議会の認定・まちづくり構想・第10回杉並「まち」デザイン賞の表彰の審議②杉並区景観計画ほか5件の報告 |
| 問い合わせ | まちづくり推進課管理係 |

※日時は変更する場合があります。

省エネなんでも相談窓口

知識豊富な相談員がお答えします。
☎8月3日(火)・17日(火)午前10時～午後4時(場)区役所1階ロビー
☎無料(場)当日、直接会場へ☎環境都市推進課環境都市推進係
シベリア抑留者への特別給付金

シベリア抑留者への特別給付金

「戦後強制抑留者に係る問題に関する特別措置法」に基づきシベリア抑留者への特別給付金を支給します。詳細は、お問い合わせください。
☎独立行政法人平和祈念事業特別基金 ☎5860-2748

耐震化工事を行った住宅に対する税を減免します(23区内)

一定の要件を満たした場合、耐震化のための建て替え・改修を行った住宅に対する固定資産税・都市計画税を減免します。減免を受けるには、申請が必要です。申請期限等があるため詳細は、お問い合わせください。
☎杉並都税事務所 ☎3393-1117

ひとりで悩まないで...
犯罪被害者総合支援窓口
お気軽にご相談を。プライバシーは守ります。

相談専用電話 ☎5307-0620
月～金曜日の午前8時30分～午後5時(祝日・休日を除く)
☎犯罪被害者総合支援窓口(区役所西棟7階)

| 民営化宿泊施設の予約・宿泊料金など | | 直営施設 教職員研修所「秋川荘」予約・宿泊料金など | | | | |
|---|--|--|---|---|---------------|---|
| 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) | ホテル・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) | 施設 | あきる野市五日市 ☎042-596-0693 |
| 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10時～午後6時) | ☎0120-412-224 ☎0558-62-3187 (午前10時～午後5時) | 料金 | 大人4400円、子供2700円(1泊2食付) |
| インターネット | http://www.yunosato-sugina.com/ | http://www.iwabitsu.co.jp/ | http://www.fujigakuen.jp/ | http://www.yumigahama-club.com/ | 申込方法 | 9月の利用申し込み＝研修使用日以外は、8月10日から使用日の原則3日前まで、電話または窓口で受け付けます。なお8月10日は電話のみの受け付け(先着順)となります。予約の取れた方には、使用承認書をお送りします。使用承認書は忘れずに現地施設へお持ちください。利用料金などは、現地でお支払いください。 |
| 宿泊料金など | 平日 大人 区民=7980円～ 子供 区民=5565円～ 休日 大人 区民=9030円～ 子供 区民=6615円～ 夏季 大人 区民=9030円～ 子供 区民=6615円～ 入湯税 12歳以上150円 | 区民=8505円～ 区民=6300円～ 区民=9555円～ 区民=7350円～ 区民=9555円～ 区民=7350円～ | 小学生以上=7000円～ 小学生以上=8000円～ 小学生以上=8900円～ | 5歳以上=7770円～ 5歳以上=9240円～ | 休館日 | 9月1日(水)～3日(金) |
| ※宿泊料金は1泊2食付で消費税込みです。利用人数や季節(年末年始・夏季など)により、宿泊料金が変わる場合もあります。利用日の4日前からの変更や取消はキャンセル料がかかる場合があります。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、夏季期間を除く5月～10月は、利用できない日があります。なお、夏季期間は、施設によって異なりますので施設に確認してください。 | | | | | 申し込み 問い合わせ | (株)KNTツーリスト区役所内営業所 ☎3312-6431(直通)へ(午前8時30分～午後5時。土・日曜日、祝日は除く)。 |

●空手／士衛塾杉並 時火曜日午後6時～7時30分
成田児童館費年3100円 東(あずま) ☎090-5418-4888
●ソフトボール／ミッツ 時日曜日午後1時～5時

(月2回)陽和泉中学校費月250円 陽泉館(いずみだて) ☎3321-5772
●楽しく踊ろうかっぱれ／かっぱれ同好会 時月曜日 午後6時～7時 陽ゆうゆう善福寺館費入会金1000円、

月3500円 陽橋本 ☎・FAX5382-1237
●楽しい球技ベタンク／桜美(おうび)会 時月・木曜日 午前9時～11時 陽下高井戸公園費月100円(貸しボールあり) 陽青木 ☎3290-1280(午後)

「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、確認をする場合があります)

- 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、区ホームページ上で、「広報すぎなみ」インターネット版や生涯学習情報として転載されますので、ご了解の上お申し込みください。

区教育委員会ホームページ <http://www.kyouiku.city.suginami.tokyo.jp/learn/center/learninfo.html>

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)」 社会教育スポーツ課学校開放担当

(住所・電話は区役所あて。FAX5307-0693)

熱中症にご注意を

一日ごろからできる熱中症の予防法

——問い合わせは、各保健センター(荻窪☎3391-0015 高井戸☎3334-4304/高円寺☎3311-0116/上井草☎3394-1212/和泉☎3313-9331)へ。



これからの季節に気をつけたい熱中症。急に気温が上昇した日や梅雨明けの蒸し暑い日など、身体が暑さに慣れていないときに起こりやすく、ヒートアイランド現象や地球温暖化の影響もあり、熱中症のリスクが増大しています。

高温環境下での労働やスポーツ時だけでなく、日常生活においても発症し、高齢の方は、部屋の中での発症も多くみられています。日ごろからできる予防法を取り入れ、夏を快適に過ごしましょう。

◇日常生活での予防

- ①暑さを避け、外出時は帽子をかぶり、日陰を歩く。

- ②吸水性・通気性のよい衣類を選ぶ。
- ③汗で失った水分・塩分を適切に補給するため、こまめな水分補給を心掛ける。
- ④涼しい日が続いたあと、急に暑くなる日に注意する。
- ⑤病み上がりなど体調が万全でないときは無理をしない。
- ⑥団体活動をする時は周囲の人に熱中症患者が出ないように気を配る。
- ⑦すぐに水分を補給できるよう、寝るときにも枕元に水を置き休む。
- ⑧自分で体の不調を訴えられない小さなお子さんには大人が注意して見る。

◇熱中症になったら・まわりの人がなったら

- ①涼しい場所へ避難し、衣服を緩め、体を水や氷で冷やす。
- ②失われた水分・塩分を補給する(よく冷えたスポーツドリンクなどが最適)。
- ③自分で水分などがとれない場合には、すぐ病院へ。体温が高く、意識がないなどの症状がみられる場合には、すぐに救急車を要請する。

◆環境省熱中症予防サイト

暑さ指数(WBGT:湿球黒球温度)や熱中症への対処方法に関する知見など熱中症関連情報をご覧になれます。

<http://www.nies.go.jp/health/HeatStroke/>

◆東京消防庁の公式サイト

熱中症の予防方法についてご覧になれます。

http://www.tfd.metro.tokyo.jp/lfe/kyuu-adv/heat_dis/index.html

〈表1 心身障害者(児)手当等〉

| 手当等の種類 | 対象となる方 | 手当額(月額) |
|-----------------|---|--------------------------|
| 心身障害者福祉手当(◎○△□) | 次のいずれかに該当する20歳以上の障害者①身体障害者手帳1、2級②愛の手帳1～3度③脳性まひまたは進行性筋萎縮症 | 1万7000円 |
| 障害手当(◎○□) | 次のいずれかに該当する障害者①身体障害者手帳3級②愛の手帳4度 | 1万1500円 |
| 介護手当(○△□) | 次のいずれかに該当する20歳未満の児童を養育している方①身体障害者手帳1、2級②愛の手帳1～3度③脳性まひまたは進行性筋萎縮症 | 1万7000円 |
| 特別障害者手当(◎□) | 心身障害者福祉手当受給者または障害手当の対象児童で、寝たきり状態などでいつも介護を必要とする方を介護している方 | 1万500円 |
| 特別障害者手当(◎□) | 在宅の20歳以上で精神や身体に重度の障害(身体障害者手帳1、2級程度と愛の手帳1、2度程度の障害が重複している状態)などがあるため、常時特別な介護が必要な方 | 2万6440円 |
| 障害児福祉手当(◎○□) | 20歳未満で精神や身体に重度の障害(身体障害者手帳1級<2級の一部)程度または愛の手帳1度<2度の一部)程度)などがあるため常時介護が必要な方 | 1万4380円 |
| 特別児童扶養手当(◎○□) | 次のいずれかに該当する20歳未満の児童を養育している方①身体障害者手帳1～3級(4級の一部)程度②愛の手帳おおむね1～3度程度③日常生活に著しい制限を受ける精神または身体上の障害を持つ児童 | 1級=5万7500円 2級=3万3800円 |
| 福祉手当(◎○□) | 昭和61年3月31日で廃止後、経過措置に該当する方のみ | 1万4380円 |
| 重度心身障害者手当(◎○△□) | 次のいずれかに該当する方①重度の知的障害者で、日常生活において常時特別な配慮が必要である②重度の知的障害と重度の身体障害が重複している③重度の肢体不自由者で、両上肢、両下肢の機能が失われ、かつ座っていることが困難である | 6万円 |
| 難病患者福祉手当(◎○△□) | 区が定めた難病疾病(82種類)を有する方 | 1万6500円 |
| 心身障害者医療費助成(◎△) | 次のいずれかに該当する方に、保険診療の自己負担分(後期高齢者医療制度に準じた一部負担金を除く)を助成①身体障害者手帳1、2級(内部障害は3級まで)②愛の手帳1～3度③脳性まひまたは進行性筋萎縮症 | |
| 重度脳性マヒ者介護事業(○□) | 単独で屋外活動することが困難な、20歳以上の重度の脳性まひ者で身体障害者手帳1級の方を介護している家族の方 介護人に支払う手当=1回1日単位で月12回以内。1回6560円 | |

※◎=所得制限あり、○=併給制限あり、△=65歳以上は原則対象外、□=入院・施設入所は制限あり。

障害者・難病患者の皆さんへ

福祉手当等の申請は お済みですか?

心身に障害のある方や難病患者の方に、各種手当の支給や医療費の助成などを行っています。手当等の内容は、表1のとおりです。すでに受給中の方の手続きは不要です。対象となる方で、まだ受給していない方は手続きをしてください。難病手当の対象となる疾病についてはお問い合わせください。

なお、年齢制限、所得制限(表2)、ほかの手当や年金との併給制限、施設入所制限に該当する方は受給できません。

——問い合わせは、障害者施策課障害者福祉係(区役所東棟1階①番窓口)へ。

〈表2 所得制限額〉

- 受給者が20歳以上の場合は本人所得
- 受給者が20歳未満の場合は扶養義務者などの所得

| 扶養親族の数 | 収入額 | 所得額 |
|--------|-----------|-----------|
| 0人 | 518万0000円 | 360万4000円 |
| 1人 | 565万6000円 | 398万4000円 |
| 2人 | 613万2000円 | 436万4000円 |
| 3人 | 660万4000円 | 474万4000円 |
| 4人 | 702万7000円 | 512万4000円 |
| 5人 | 744万9000円 | 550万4000円 |

(注)1.収入額は給与所得者を例として、給与所得控除をする前の金額です。なお、世帯の状況などに応じて各種控除が受けられる場合があります。2.特別児童扶養手当、特別障害者手当、障害児福祉手当は所得制限額が異なります。詳細は、障害者福祉係へお問い合わせください。

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、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

- 中国語会話/好栄会(歴史文化学習あり) 時第1・3・4土曜日午前9時30分~11時30分場高井戸地域区民センターほか費月3000円 圃塚本 ☎ FAX3302-5500
- 仏会話/ジュリアン(初級~中級) 時第2・4土曜日午前10時30分~正午場主に久我山会館費入会金1000円、月4000円 圃立川 ☎ 080-6584-7749
- 英語サークル/パステル 時木曜日午後1時~2時30分ほか(月3回)場久我山会館費入会金2000円、月5000円 圃西本 ☎ 080-5456-5827
- ハンゲル・入門と初級/トラジ会 時木曜日(月3回)▷入門=午前10時30分~正午▷初級=午後1時~2時30分場主に阿佐谷地域区民センター費月4500円 圃阿部 ☎ 090-4387-0767 FAX5930-4061
- 英会話/楽しいアメリカ人と英会話 時水曜日または金曜日午後2時~3時、4時~5時 圃林宅(成田東4丁目)費月5000円 圃ラン ☎ 080-3383-0242
- 英語/小学生の親のための英語会 時火・土曜日午後3時~6時(1時間30分)場浦部ハウス(阿佐谷南1丁目)費入会金1000円、月2500円 圃浦部 ☎ 090-7016-0236
- 川柳/春朗会 時第2・4土曜日午後2時~4時 圃荻地区民センター費5000円(3ヵ月) 圃相良 ☎ FAX5934-7022
- 俳句/山茶花(さざんか)句会 時第2日曜日午後1時30分~3時30分場阿佐谷地域区民センター費月1000円 圃渡辺 ☎ 3392-4564
- 俳句/しおさい句会 時第2土曜日午後1時30分~3時 場ゆうゆう高円寺北館費月1000円 圃福島 ☎ FAX3339-4461(午後6時以降)
- 俳句/若草会 時第2・4火曜日午後1時~4時 場ゆうゆう永福館費月1000円 圃井上 ☎ 3328-4796
- 俳句/萩の会 時第2水曜日午前10時~午後0時30分場主に高井戸地域区民センター費月1500円 圃鈴木 ☎ 3303-2419
- 漢文/漢文を楽しむ会 時第1・3水曜日午後1時30分~3時 場主に高井戸地域区民センター費入会金1500円、月3000円 圃杉本 ☎ FAX3303-8415
- 俳句/高円寺横笛句会 時第1木曜日午前10時~正午 場高円寺庚申文化会館(高円寺北3丁目)費1回1000円 圃小菅 ☎ 3993-3464
- 料理/手作りパスタ&イタリア料理の会 時土曜日または日曜日午前10時~午後0時30分(月1回)場永福和泉地域区民センター費月3800円(材料費込み) 圃藤崎 ☎ 080-5529-6339
- 絵手紙/もみじの会(初心者対象) 時第2木曜日午前10時~正午 場主に阿佐谷地域区民センター費月1000円(材料費別) 圃菊池 ☎ FAX3316-9079
- 絵画/手描き友禅の会 時第3金曜日午前9時45分~11時45分 場下高井戸区民集会所費月1000円 圃須江 ☎ 3321-8366(午後5時以降)
- 水墨画/高水会(こうすいかい) 時第1・3木曜日午前10時~正午 場主に高井戸地域区民センター費入会金1000円、月2000円 圃斎藤 ☎ FAX6762-8238
- 油絵/イーゼル・N 時第2・4土曜日午後1時~5時 場主に阿佐谷地域区民センター費月2500円 圃蠟川 ☎ FAX5932-0363
- 絵画/ピカソ会 時第2・4土曜日午後1時30分~3時30分 場上高井戸区民集会所費月2500円 圃山下 ☎ 3394-2925
- 絵てがみ/若葉の会 時第2・4金曜日午後1時30分~4時 場永福和泉地域区民センター費入会金1000円、月2000円 圃服井 ☎ FAX3327-1603

- 木版画/セシオン木版画グループ 時第2・4火曜日午後1時30分~3時30分 場主に高円寺中央会議室費月2000円 圃鷺森 ☎ FAX3311-9219(午後6時~9時)
- 実用書道/野菊の会 時第2・4火曜日午前10時~正午 場井草地域区民センター費入会金1000円、月2500円 圃又木 ☎ FAX3397-4163
- カラオケ/ピアノで指導/井草コスモス会 時第2・4水曜日午後2時~4時または5時 場井草地域区民センター費入会金1000円、月3000円 圃井口 ☎ 3399-3447
- ポピュラーピアノ同好会/ムーンノーツ 時日曜日(不定期月1回)午前11時~午後4時 場武田宅(西荻北1丁目)費入会金1000円、月2000円 圃武田 ☎ 090-2761-6977
- 男性コーラス/アンサンブル・ハイブリッジ 時土曜日午前10時~11時45分(月2、3回) 場スタジオV.T.I.(南荻窪2丁目)費入会金1000円、月5000円 圃松尾 ☎ FAX5370-7980
- 女声合唱/エルフェ女声合唱団 時金曜日午前10時~正午 場主に荻窪地域区民センター費入会金1000円、月4000円 圃田中 ☎ FAX3317-1598
- ピアノ/はじめてのピアノ・ドレミの会 時主に第1・3金曜日午前10時~正午 場主に阿佐谷地域区民センター費月3000円 圃外ノ池(とのいけ) ☎ 5307-5705
- ウクレレ/和田ウクレレクラブ 時第2・4火曜日午前10時~正午 場ゆうゆう和田館費入会金1000円、1回1000円 圃森下 ☎ FAX3384-4622
- ハワイアンソングを歌う会 時水曜日午後1時30分~3時(月1回) 場荻窪地域区民センター費入会金2000円、1回1500円 圃山本 ☎ FAX3398-2011
- 漢詩・和歌・現代詩を詠う/帛鶴(はくほう)吟詠会 時金曜日午後1時30分(月2、3回) 場西荻地域区民センター費入会金1000円、月2500円 圃坂谷(さかたに) ☎ FAX3393-2661
- 囲碁/高井戸小天狗クラブ 時水曜日午後1時~5時 場高井戸地域区民センター費月2000円 圃中野 ☎ 3315-4357
- 囲碁/あすなろ会 時土曜日午後1時~5時 場四宮区民集会所ほか費1000円(3ヵ月) 圃武田 ☎ FAX3396-8892
- マジック/杉並マジッククラブ 時第1・3・4火曜日午後6時30分~8時30分 場セシオン杉並費月2000円 圃田澤 ☎ FAX5382-0614
- 囲碁/生きがい碁好きの集い ゴー碁一サークル 時火曜日午前9時~正午 場荻窪地域区民センターほか費月300円 圃森田 ☎ 5370-3008
- 野外植物・昆虫観察/みかんの会 時土曜日または日曜日(月1回) 場関東の野山や公園費入会金1000円、年2000円 圃津田 ☎ 080-3520-6582

スポーツ・健康

- 体にやさしい太極拳/古伝太極拳118式 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 圃近野(こんの) ☎ 090-9323-4590
- 護身術 時第2土曜日午後6時~7時 場上井草スポーツセンター費月2000円 圃山崎 ☎ FAX042-953-9051
- 健康体操/自彊(じきょう)術松庵 時金曜日午前10時~11時30分 場西松会館(松庵2丁目)費入会金2000円、月2000円 圃柳浦(やなうら) ☎ FAX3332-8708
- リズム体操・ストレッチ/たんぼぼの会 時水曜日午後1時10分~2時55分 場西京信用金庫上井草支店費入会金1000円、月3000円 圃渡辺 ☎ FAX3396-6890
- 健康体操/まゆの会 時火曜日午前または午後の2時間 場主にセシオン杉並費入会金1000円、月4000円 圃松尾 ☎ FAX3317-0305
- エアロビクス/シンプルエアロ 時主に月・水曜日午前9時~10時(月6回程度) 場永福和泉地域区民センターほか費1回500円 圃横山 ☎ 090-7825-7862

- 健康体操/永福トリムクラブ 時月曜日午後1時~2時30分 場永福体育館費入会金1000円、3ヵ月6000円(前納) 圃磯野 ☎ 3304-5079
- ストレッチとダンベル体操/スマイルクラブ 時月曜日午前10時~正午または午前11時~午後1時 場高円寺体育館ほか費入会金1000円、月2500円 圃山敷 ☎ 3318-6322
- リズムストレッチ&ダンス(託児・体験レッスンあり、初心者歓迎) 時月曜日の午前中 場セシオン杉並ほか費入会金1500円、月2000円 圃鹿野(かの) ☎ 3314-8820
- ストレッチ&リズムダンス(30~50代中心、託児あり) 時金曜日午前中 場主にセシオン杉並費入会金1500円、月2000円 圃中野 ☎ 3398-3108
- ヨーガ/そよかぜの会 時金曜日午前11時~午後0時30分、午後2時~3時30分 場阿佐谷地域区民センター費入会金2000円、1回2000円(回数券あり、体験可) 圃畑 ☎ 090-2738-0130
- リラックスヨーガ/杉並やすらぎヨーガの会 時火曜日午後1時~3時 場荻窪体育館ほか費入会金500円、月3000円(2ヵ月分前納)、お試しレッスン1回800円 圃仁科 ☎ 3336-5936
- タイ式ヨガ/ルーシーダットンの会 時火曜日午前10時~11時 場永福和泉地域区民センター費年1500円、1回1000円 圃田中 ☎ 080-3413-0559
- 若さと健康を保つヨーガ/ヨーガ荻窪 時水曜日午前10時~11時30分 場荻窪地域区民センター費月3000円 圃河合 ☎ 3397-4588
- ヨガ/杉の子会 時土曜日午前9時~11時(月3回程度) 場荻窪体育館費入会金1000円、月2400円 圃青木 ☎ FAX3398-1356
- フラ・ダンス/フラ・ハイビスカス 時木曜日午前中2時間 場下高井戸区民集会所費月2000円 圃宮部 ☎ FAX3302-0701
- ストレッチフラダンス/ハワイアンヴィレッジ 時第2~4金曜日午後7時 場ゆうゆう浜田山館費入会金1000円、月3000円 圃田辺 ☎ FAX3313-6776
- 社交ダンス/さくら 時木曜日午後7時~8時30分 場スタジオシェア(荻窪5丁目)費1回800円(見学無料) 圃真壁 ☎ 090-1775-1167
- 社交ダンス(プロ教師指導、初心者)/赤いバラ 時土曜日午後2時~4時 場主に井草地域区民センター費入会金1000円、月5000円 圃大井 ☎ FAX3390-6285
- 社交ダンス/杉の木ダンスサークル 時火曜日午後7時~9時 場荻窪体育館費入会金1000円、月3500円 圃吉田 ☎ FAX3312-4290
- 社交ダンス/高井戸SDC 時木曜日午後6時50分~8時 場上高井戸児童館費入会金1000円、月3000円 圃高橋 ☎ FAX042-304-3470
- 親子チャダンス/高円寺cheerful drops 時日曜日(月2回程度) 場主に杉並第四小学校費入会金1500円、1回2000円(子育て応援券利用可) 圃上原 ☎ 090-1808-4615
- 水泳/サンワスイミングクラブ 時金曜日午前9時~11時 場杉並第十小学校温水プール費入会金2000円、1回750円 圃佐藤 ☎ 3313-0448
- 水泳/めだか会 時金曜日午後3時~5時 場杉並第十小学校温水プール費月3000円 圃高橋 ☎ 080-3483-6822
- 軟式テニス/あやの会 時水曜日午前11時~午後1時 場妙正寺体育館費入会金1000円、1回200円 圃坂上(さかうえ) ☎ 3394-9303
- ミニテニス/えびね会 時主に金曜日午後1時~3時 場主に西荻地域区民センター費入会金700円、月500円 圃板東 ☎ FAX3324-4367
- 硬式テニス(中上・上級)/サンワテニス同好会 時土・日曜日、祝日を中心に週1回(昼間) 場区内テニスコート費1回(2~4時間)500円~800円 圃深津 ☎ FAX5370-6571

芸
生
涯
学
習
な
か
ま
集
ま
れ
。
ス
ポ
ー
ツ
文
化

■みどりの講座～みどりの風鈴作り

みてもきいても涼しい「みどりの風鈴」(こけ玉型風鈴。右写真)を作ってみませんか。



時8月4日(水)午後2時～4時 場所あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 講師日本家庭園芸普及協会公認グリーンアドバイザー・吉野華恵 対象区内在住・在勤・在学で小学生以上の方(小学生は保護者同伴) 定員20名(抽選) 費用500円(保険料含む) 申込往復ハガキ(7面記入例参照)に小学生は保護者の氏名も書いて、7月28日(必着)までにみどり公園課みどりの計画係へ 電話03-3317-6621

■ユネスコ親子科学教室「紫外線ってなんだろう～UVチェックストラップをつくろう」

紫外線の量で、色が変化するUVチェックビーズなどを使ってストラップを作ります。

時8月15日(日)午前10時～正午 場所セシオン杉並(梅里1-22-32) 講師科学読物研究会・坂口美佳子 対象区内在住で小学3～6年生の親子 定員20組40名(抽選) 費用1人400円 申込ファクスまたはEメール(7面記入例参照)にお子さんの氏名(フリガナ)・学年も書いて、8月4日(必着)までに社会教育センター FAX3317-6620 shakyo-c@city.suginami.lg.jp へ 申込社会教育センター・ユネスコ担当 電話3317-6621 または杉並ユネスコ協会・山田 電話090-1706-8399

■リサイクルひろば高井戸の講習会～きものと洋服の簡単リメイク

時8月16日(月)午後1時30分～3時30分 場所リサイクルひろば高井戸(高井戸東3-7-4) 対象区内在住・在勤・在学の方 定員10名(申込順) 費用600円 申込電話で、リサイクルひろば高井戸 電話3331-4360(水・木曜日休館) へ 申込長寿③対象事業



都心と杉並を結ぶ 東京メトロ「丸ノ内線」

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。

昭和34年3月に、営団地下鉄(現:東京メトロ)にとって戦後初の地下鉄「丸ノ内線」の池袋～新宿間16.6kmが、8年の歳月を費やして開通しました。

その後、旧国鉄(現JR)中央線のバイパスとなる新しい交通機関として37年に開通したのが、新宿～荻窪間と分岐線の中野坂上～方南町間。わずか3年で実現へと導かれた待望の路線でした。杉並区内に唯一2つの始発駅を持つ丸ノ内線は、現在最短1分50秒間隔で運行され、1日の平均利用者数は荻窪駅で約7万人。都心へ向かう多くの人々に利用されています。



た。現在は、銀色の車体に赤い線が鮮やかなアルミニウム製の02系。先代の赤い車両から、平成8年までに交替しました。日本で現役を退いた先代の赤いボディは今も健在で、アルゼンチン共和国のプエノスアイレス市へ渡り、市民の足として活躍しています。

ここで気になるのが、その正式名称。「丸ノ内」それとも「丸の内」? 実は昭和45年に国土地理院が地名表記を「丸ノ内」から「丸の内」に変更したのですが、すでに「丸ノ内線」として親しまれていたため、路線名は変更しなかったのだそうです。

すぎなみ学倶楽部では、区内唯一の鉄道車庫である京王井の頭線の「富士見ヶ丘車庫」など電車にまつわる情報を多数掲載中。ぜひご覧ください。

ウェブサイトもあるよ!

産業界振興課地域産業観光係

55歳以上で区内在住・在勤の方の 就業相談・講座

場 所 ゆうゆう高円寺南館 費用 無料 申込 NPO法人 竹箒の会 (〒166-0003高円寺南4-44-11 ゆうゆう高円寺南館内) 電話 FAX 5378-8179

◇シニアのための就労・起業・地域活動個別相談

就労・起業・地域活動・ボランティア活動などに関する個別相談を行います。

時8月7日(土)午前9時～午後5時(1人45分まで) 講師 キャリアカウンセラー・中村康雄ほか 申込 電話で、同会へ(申込順)

◇就労・起業・地域活動情報コーナー

就労・起業・地域活動に役に立つ情報を用意しています。パンフレットコーナー・情報検索用パソコンもありますので、お気軽にお越しください。

時開館時間=午前9時～午後9時(日曜日、祝日は5時まで。毎月第3日曜日、年末年始休館)

9月の 休日パパママ学級

時9月12日(日)午前・午後、25日(土)午前・午後(いずれも半日で、同内容) ※午前=9時30分～午後0時30分、午後=1時30分～4時30分 場所 杉並保健所3階 内容 もく浴実習、妊婦体験、お産に向けての話など 講師 助産師など 対象 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 定員 各26組 費用 無料 申込 結果は8月23日ごろに通知します ②応募者多数の場合は出産予定日などで調整します

【申し込み・問い合わせ】

往復ハガキに2人の氏名(フリガナ)・住所・電話番号・出産予定日・希望日と午前または午後(第3希望まで)を書いて、8月15日(必着)までに杉並保健所健康推進課休日パパママ学級担当(〒167-0051荻窪5-20-1 電話3391-1015)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「各保健センター8月の各種健康相談」を参照してください。

医療情報案内と急病診療

病院・診療所の案内、急病対応の説明

電話 3423-9909 杉並区急病医療情報センター FAX 3423-9933 24時間無休で病院・診療所の案内、急病対応の説明、小児急病相談を行います。通話記録は録音します(3カ月保存)。

小児科・内科・外科・耳鼻咽喉科

電話 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

歯科休日急病診療所

電話 3398-5666 歯科休日急病診療所(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)

◆各保健センター 8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 | 検査を伴う健康相談(検査は有料)予約制 | 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) | ものわすれ相談(予約制) | 心の健康相談(予約制) | 歯の健康相談 |
|------------------------------|-----------------------------------|-----------------------|-----------------------------|-------------------|--|---------------------------------|----------------|----------------------------|---|
| 荻窪(荻窪5-20-1) 電話3391-0015 | 6日(金)・27日(金) 午前9時～10時30分 電話で申し込み | 19日(木) 午前9時15分～10時15分 | 4日(水)・11日(水)・18日(水) 電話で申し込み | 8月は ありません | 25日(水)午後1時30分～3時30分。 8月2日から電話で申し込み。先着30名 | 午前 6日(金) 27日(金) 午後 5日(木) 26日(木) | 23日(月)午後1時30分～ | 2日(月)・20日(金) 午後1時30分～ | 8月は ありません (阿佐谷南3-34-13 電話3339-3103) へ 8月は ありません 問い合わせは、杉並区歯科医師会 3339-3103 へ |
| 高井戸(高井戸東3-20-3) 電話3334-4304 | 12日(木)・26日(木) 午前9時～10時30分 電話で申し込み | 6日(金) 午後1時15分～2時15分 | 4日(水)・11日(水)・18日(水) | 8月は ありません | 18日(水) 午前10時30分～午後0時30分 | 午前 2日(月) 23日(月) 午後 6日(金) 20日(金) | 3日(火)午後1時30分～ | 9日(月) 午後1時30分～30日(月) 午後2時～ | |
| 高円寺(高円寺南3-24-15) 電話3311-0116 | 3日(火)・24日(火) 午前9時～10時30分 電話で申し込み | 26日(木) 午前9時30分～10時15分 | 6日(金)・20日(金)・27日(金) | 16日(月) 午後1時30分～4時 | 8月は ありません | 午前 3日(火) 24日(火) 午後 5日(木) 19日(木) | 27日(金) 午前9時～ | 5日(木)・13日(金) 午後1時30分～ | |
| 上井草(上井草3-8-19) 電話3394-1212 | | 25日(水) 午前9時～10時 | 8月は ありません | 19日(木) 午後1時30分～4時 | 8月は ありません | 午前 19日(木) 25日(木) 午後 11日(水) | 18日(水)午前9時30分～ | 4日(水) 午後2時～ | |
| 和泉(和泉4-50-6) 電話3313-9331 | | 20日(金) 午前9時15分～10時15分 | 8月は ありません | 8月は ありません | 8月は ありません | 午前 4日(水) 18日(水) 午後 9日(月) | 19日(木)午後1時30分～ | 11日(水) 午後1時30分～ | |

※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保健福祉支援係(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。
3. 一般の健康相談・腸内細菌検査は区内在勤・在学の方も対象とし、全センターで実施します。検査を伴う健康相談は区内在住の方が対象です。



申し込み記入例

あて先は各記事の申し込み先へ

- 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

(1人1枚)

★往復ハガキには返信用のあて先も記入を
 ★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
 ★用紙に、住所が記載されていないものは、区役所(〒166-8570阿佐谷南1-15-1)へ

催し EVENT

■サマーフェスタ

区内の障害者施設が一堂に集まり、手作りの自主生産品などを販売します。

時 8月6日(金)午前11時～午後3時 場 区役所1階ロビー 用 当日、直接会場へ 関 障害者生活支援課

■フリーマーケットの開催と出店者募集

時 8月15日(日)午前10時～午後2時 場 あんさんぶる荻窪 関 区内在住・在勤の方(業者出店は不可) 定 15区画(抽選) 費 無料 用 往復ハガキ(記入例参照。グループ・家族は1枚)で、8月6日(必着)までにすぎなみ環境情報館(〒167-0051荻窪5-15-13あんさんぶる荻窪4階)へ 関 同情報館 ☎3398-3191 他 東吾妻町の農産物の販売もあります(売り切れ次第終了)

■天文の夕べ 観望会「夏の天体、月」

時 8月21日(土)午後7時～9時 場 科学館(清水3-3-13) 関 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 用 当日、直接会場へ 関 科学館 ☎3396-4391 他 ①雨天・曇天の場合はプラネタリウム室で天文の話をします②エレベーター・エスカレーターはありません③車での来館はご遠慮ください

■和田ふれあいの家「夏祭りボランティア募集」

夏祭りの縁日・模擬店のお手伝いをしてくれる方を募集します。半日のみの参加も可能です。

時 8月5日(木)～7日(土)午前11時～午後4時 場 和田ふれあいの家(和田3-52-4) 定 各日3名程度 用 関 電話で、和田ふれあいの家 ☎3312-9556 へ

講演・講座

■企画展「杉並の考古展2010」講演会

時 内・師 ①8月29日(日)=考古学の楽しみ方(女子美術大学名誉教授・加藤修) ②9月5日(日)=堅穴

(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、関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 |
|------------------------------------|------------------------|---|
| 荻窪館(南荻窪2-25-17 ☎・FAX 3335-1716) | これから始める太極拳～お勤め帰りの息抜きに | 8月5日から毎月第1・3木曜日、午後6時30分～8時 費 1回500円 |
| 久我山館(久我山5-8-8 ☎・FAX 3332-2011) | 大人のダーツ!本物の楽しさを認定指導員と共に | 8月3日～24日の毎週火・土曜日、午後1時～2時30分 関 初心者 費 1回525円(テキスト希望者は別途525円) |
| 梅里堀ノ内館(堀ノ内3-37-4 ☎・FAX 3313-4319) | やさしい音色のオカリナ 講座 師 青木ひろみ | 毎月第2・4水曜日、午後1時30分～3時30分 費 1回500円 |
| 高井戸西館(高井戸西1-17-5 ☎・FAX 3332-1076) | 一緒に作って楽しく食べるかんたん料理サロン | 8月25日～23年1月26日の毎月第4水曜日、午前10時～午後1時30分(計6回) 関 40歳以上の方 費 1000円 |
| 阿佐谷北館(阿佐谷北6-26-13 ☎・FAX 3338-0436) | 家族いっしょにパソコンでおりがみ | 7月31日(土)①午後1時30分～3時30分②午後4時30分～6時30分 関 お子さんとその保護者 費 各300円 |
| 井草館(井草2-15-15 ☎・FAX 3390-9672) | 囲碁・将棋、教えたい人、習いたい人集まれ | 8月7日(土)・21日(土)午後1時30分～3時 費 1回200円(お茶・お菓子付き) |
| 大宮堀ノ内館(堀ノ内1-27-9 ☎・FAX 3317-9156) | 脳にも良い健康麻雀を気軽にやってみませんか | 毎週日・月曜日、午後1時～4時 関 区内在住の方 費 1回200円 |

※申し込み・問い合わせは、各ゆうゆう館へ。第3日曜日は休館です。すべて長寿③対象事業です。



スポーツのある暮らし 健康の第一歩

競技大会

●区民体育祭

◇弓道(団体・個人の部)

時・関 ①高校生・中学生=9月5日(日)②一般=10月17日(日) 用 いずれも午前9時～午後5時 場 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 関 区内在住・在勤・在学の方と区弓道連盟会員 費 500円、高校生300円、中学生200円 用 往復ハガキ(記入例参照)で、①は8月20日②は10月8日(いずれも必着)までに区弓道連盟・横山賢次(〒167-0052南荻窪1-13-11)へ 関 同連盟・横山 ☎3334-5664 他 弓道着を着用してください(中学生を除く)

◇バレーボール

時 9月5日～10月10日の日曜日、午前9時(うち4日間) 場 区立中学校、上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 関 種目=①一般男子・女子(6人制)②家庭婦人・PTA(9人制) 関 ①区内在住・在勤の方と区内学校(中学校以上)在学・卒業生②区内在住の方(PTAは女子現会員) 費 1チーム3000円 用 申込書(区体育施設配布)を、8月14日(必着)までに区バレーボール協会・永野明美(〒167-0023上井草2-40-28)へ 郵送 関 同協会・永野 ☎3397-2786 他 ①代表者会議を8月28日午後6時から荻窪体育館で開催します②車での来場はご遠慮ください

◇リズムダンス交流会

時 9月6日(月)午前10時～午後0時30分 場 荻窪体育館(荻窪3-47-2) 師 竹早教員保育士養成所非常勤講師・佐藤真子ほか 関 区内在住・在勤・在学の方 定 100名(申込順) 費 100円 用 ハガキまたはファクス(記入例参照)で、飯島典子(〒166-0013堀ノ内1-8-3-202 FAX 3311-1415)へ 関 東京都女子体育連盟・佐藤 ☎3332-2405 他 ①運動ができる服装で体育館履きを持参してください②車での来場はご遠慮ください

◇バドミントン(レディースの部・高校生の部)

時・関 ①レディース=9月7日(火)・9日(木)②高校生=9月12日(日)・20日(日) 用 いずれも午前9時 場 荻窪体育館(荻窪3-47-2)、上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 関 種目=①1・2・3部複②男女単・複 費 ①1組1600円②単600円・複1200円。郵便局「00130-8-724117杉並区バドミントン連盟」へ振り込み 用 申込書(区体育施設で配布)と振替受領書のコピーを、8月23日(必着)までに区バドミントン連盟・宇田川孝(〒166-0015成田東4-38-20ミカドスポーツ内)へ 郵送 関 同連盟・宇田川 ☎3313-8551(午前11時～午後5時)

スポーツ教室

●杉並第十小学校温水プール

◇幼児水泳教室シーズンI

水慣れから基礎的な泳力の習得を目指す、水泳を始めるきっかけづくりとしての教室です。

時 9月4日～10月9日の毎週土曜日、午前10時～11時(計6回) 関 区内在住で実施日の年齢が4～6歳の就学前のお子さん(保護者の送迎が必要です) 定 48名(抽選) 費 5000円

◇小学生水泳教室アドバンスコース

楽しみながら、泳力別に実力を伸ばします。

時 9月4日～10月9日の毎週土曜日、午前9時～10時(計6回) 関 区内在住・在学で健康な小学生 定 60名(抽選) 費 5000円

場 杉並第十小学校温水プール 用 往復ハガキ(記入例参照)に小学生は学年も書いて、8月6日(必着)までに杉並第十小学校温水プール(〒166-0012和田3-55-49)へ 関 同プール ☎3318-8763 他 車での来場はご遠慮ください

●高井戸温水プール夏休み短期水泳教室

①わんぱくスイム(5日間)

水慣れからクロール習得までを目指しましょう。

時 8月9日(月)～13日(金)午前8時～9時

(計5回) 関 区内在住・在学の健康な小学生 定 33名(抽選) 費 5000円

②ちびっこスイム

プールに慣れ、水に親しみましょう。

時 8月23日(月)～27日(金)午前8時～9時(計5回) 関 区内在住で実施日の年齢が4～6歳の就学前の健康なお子さん 定 16名(抽選) 費 5000円

場 高井戸温水プール 用 往復ハガキ(記入例参照)に希望教室名も書いて、7月28日(必着)までに高井戸温水プール(〒168-0072高井戸東3-7-5)へ 関 同プール ☎3331-8652 他 車での来場はご遠慮ください

情報ぽけっと

区の後援・その他の催し・講座など

催し

★平成25年東京国体開催決定記念行事 時 7月31日(土)午前10時～正午(雨天実施) 場 都庁都民広場 関 競技体験、小学生吹奏楽団の演奏会など 費 無料 用 当日、直接会場へ 関 東京都準備委員会事務局企画課 ☎5388-2497 他 ①スタンプラリーや抽選会で東京国体グッズなどのプレゼントもあります②荒天時は都民ホールでセレモニー・ミニコンサートのみ開催します

講演・講座

★すぎなみ区民講座～日本語教師入門講座 時 ①7月27日(火)、8月3日(火)②7月30日(金)、8月6日(金) 用 いずれも午前10時～11時30分(計2回) 場 勤労福祉会館 関 日本語の教え方実践編ほか 関 区内在住・在勤・在学で外国人との交流を希望する方 定 各15名(申込順) 費 各4000円 用 関 電話で、NPO法人全国日本語教師会 ☎3352-5480 へ

★夏休み自然観察シリーズ

①植物の不思議、発見! 時 8月1日(日)午後1時～3時 関 講義・屋外活動・工作

②セミ博士になろう! 時 8月7日(土)午後1時～3時 関 立体セミ図鑑作成など

場 あんさんぶる荻窪とその周辺 関 NPO法人環境学習研究会 関 区内在住・在学の小学3～6年生とその保護者 定 各15組30名(申込順) 費 無料 用 ファクスに希望講座名・参加者氏名・参加人数・学年・住所・電話番号を書いて、NPO法人環境学習研究会 FAX 6379-7344 へ 関 同研究会 ☎6379-7344

★東京都子供読書フォーラム

時 8月22日(日)午後1時～4時30分 場 東京都多摩教育センター(立川市) 関 師 講演会「137億光年の宇宙へとびだそう」(JAXA・阪本成一)と科学ワークショップ 関 小学生とその保護者。ワークショップは小学生のみ 定 400名(抽選) 費 無料 用 都立図書館ホームページから、8月10日までに申し込み 関 都立多摩図書館 ☎042-524-6428 他 詳細は、都立図書館ホームページをご覧ください

★夏休み工作教室「ロボットを作ろう」

時 8月22日(日)①午前10時②午後1時 場 高円寺 commons(高円寺南3丁目) 関 小中学生 定 各20名(申込順) 費 各2000円 用 関 電話で、8月18日までに子どもの夢創造交流プロジェクト・吉弘 ☎5843-9539 へ

★シニアのための初めてのパソコン・デジ

カム講座 時 内 8月22日(日)・24日(火)～26日(木)①午前9時30分～午後0時30分=超初心者向けパソコン入門②午後1時30分～4時30分=デジタルカメラ入門/いずれも計4回 場 高齢者活動支援センター 師 ITスクエア杉並 関 区内在住で55歳以上の方 定 各15名(抽選) 費 各6000円(テキスト代含む) 用 往復ハガキ(記入例参照)に、①②の希望も書いて、8月10日(必着)までにITスクエア杉並(〒168-0063和泉3-17-15)へ 関 同団体 ☎090-4722-2574



楽しい夏休み **交通事故には気をつけて!**

昨年の8月は、区内で186件の交通事故が発生しています。そのうち、何らかのかたちで自転車に関与した事故は78件になります。事故を起こすと、自転車利用者も刑事上の責任が問われます。また、相手にケガを負わせた場合、民事上の損害賠償責任も発生します。ご家庭でも、交通ルール・マナーについて話し合ってください。

—問い合わせは、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）へ。



夏休みは、外へ出る機会が増える時期です。しっかり安全確認をして、事故にあわないよう、また、加害者にならないよう、交通ルール・マナーを守って外出してください。自転車を利用するときは、周りの歩行者にやさしい運転を心がけましょう。

事故を起こすと、自転車の利用者もドライバーとして責任が問われます

民事上の責任(損害賠償)の例

自転車通学中の高校生が誤って歩行者に衝突し、せき髄損傷の重傷を負わせました。

【賠償金】約6000万円



刑事上の責任の例

国道の交差点を信号無視して横断した自転車を避けようとして、トラックが道路脇の建物に衝突し、トラックの運転手が死亡しました。

【刑事罰】重過失致死罪 禁固1年4カ月 執行猶予3年



お待ちしています 区民の皆さんの声

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を掲載します(毎月21日号)。今回は21年度のご意見・ご要望の手段別件数と4月以降にいただいた声の中からご紹介いたします。

区政へのご意見など区民の皆さんの声は、区のサービス向上や事務改善を進める上で貴重なものです。21年度に寄せられたご意見などの総数は1951件で、20年度の2296件から15%減りました。ご意見をお寄せいただいた手段は、ホームページからもっとも多く半数を超えています。

区民の声から

◇図書館で借りた本の履歴
図書館で借りた本の履歴を過去1年分を自分で閲覧できるようにしてほしい。

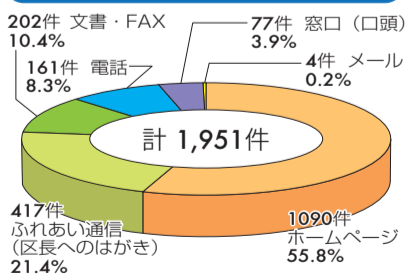
◇回答
区内を問わず多くの図書館では、システムに本の貸出記録を残すことは思想・信条の自由、読書の自由を侵す恐れがあると考え、記録を残していません。

◇公園の木のせん定
わが家の近くにある公園の木の枝々が見るも無残にバッサリと切られてしまいました。

◇回答
区は、公園の樹木は区のみどりの拠点としてとても重要と考えています。

◇回答
区は、区立公園の多くは面積が小さく、密集した住宅地内にあるため隣接にお住まいの方に、日当たりや落ち葉の問題でご迷惑をおかけする場合があります。

21年度 ご意見・ご要望の手段別件数



◇回答
今後、ケヤキの大きさを抑制しながら、樹形を整えるよう手入れを行いますのでご理解をお願いします。

◇回答
区は、公園の樹木は区のみどりの拠点としてとても重要と考えています。

◇回答
区は、区立公園の多くは面積が小さく、密集した住宅地内にあるため隣接にお住まいの方に、日当たりや落ち葉の問題でご迷惑をおかけする場合があります。

区政へのご意見・ご要望などは、郵送、ファクスまたは区ホームページから提出できます。また、区長へのはがき(ふれあい通信)は、区役所、区民事務所・分室、駅前事務所、地域区民センターなどに備えています。

〒166-8570 阿佐谷南1-15-1
杉並区役所 区政相談課FAX3312-3531