

# すぎなみ

歩きながら、元氣と文化が、すぎなみ  
生まれる街。

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)

青梅市写真パネル展 郷土博物館「吉川英治展」	…… 2
3月1日～8日は 「女性の健康週間」です	…… 2
「子育て優良事業者表彰」 受賞者が決まりました	…… 8
家庭で不用になった品を再利用 リサイクルひろば高井戸	…… 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/

## すぎなみ地域大学

# 4月開講講座の受講者を募集します



すぎなみ地域大学の22年度前期講座が4月から開講します。18年4月に開校したすぎなみ地域大学では、この4年間で4000人を超える方が受講し、NPO団体などの活動や区のボランティア事業などの地域活動に参加しています。あなたも地域活動に必要な知識・技術を学び、仲間をひろげ、地域社会に貢献する人材・協働の担い手として、活躍してみませんか。多くの方のご応募をお待ちしています。——問い合わせは、すぎなみ地域大学担当☎3312-2381へ。

募集の締め切りは3月12日(金) (必着) です

①まず「募集案内」(右下写真)を入手します。

募集案内はこちらにあります  
地域課 (区役所西棟7階)、杉並区役所分庁舎 (成田東4-36-13)、区民事務所・分室、駅前事務所、地域区民センター、区民集会所、図書館、あんさんぶる荻窪 (荻窪5-15-13)

すぎなみ地域大学ホームページからも取り出せます

すぎなみ地域大学

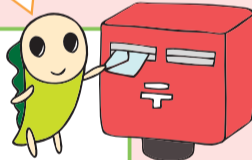
検索

②受講したい講座を選択し、「募集案内」にある申込書に記入します。



講座で学び  
地域活動に参加しよう♪

③郵送またはファクスで応募します。  
すぎなみ地域大学担当 (〒166-8570  
阿佐谷南1-15-1 FAX3312-2387) へ



応募手順(詳細は、募集案内をご覧ください)

### すぎなみ地域大学特別講座

## 定年退職～夢いっぱい的人生

講師：NHKアナウンサー・青木裕子

青木氏は、NHKアナウンサーとして活躍される一方、地域で長年にわたり朗読活動を続けています。そして、定年後も全国でその活動を続けていくという夢をお持ちです。朗読を交えながら、その夢をお話いただきます。



時 2月27日(土)午後2時～4時 場 産業商工会館 (阿佐谷南3-2-19) 定 100名(先着順)費 無料(当日、直接会場へ)①車での来場はご遠慮ください  
②すぎなみ地域大学22年度前期講座募集案内を差上げます

### 【森林ボランティア育成講座開講のお知らせ(予定)】



21年5月に杉並区と青梅市が「杉並区及び青梅市の交流に関する協定」を締結し、さまざまな交流事業を行っていくことになりました。22年度は青梅市と共同で「森林ボランティア育成講座」を開講する予定です。

この講座は、青梅市の森林を守るボランティアとして活動(左写真参照)をするために必要な知識や技術を学び、杉並区民と青梅市民が森林整備を通して、互いの交流を深めていくことを目的としています。講座の募集は、4月ごろを予定しています。詳細が決定次第、「広報すぎなみ」などでお知らせします。

## 4月開講講座一覧

講座の日程などは必ず「募集案内」でご確認ください。

講座名	内容	日程	費用	講座名	内容	日程	費用
障害者ガイドヘルパー講座	障害者が外出する際の移動を支援するガイドヘルパーとしての活動に必要な知識・技術を学びます。	6月12日(土)～ (計3回)	1500円	小学校英語活動サポーター講座	区立小学校での英語活動サポーターとしての活動に必要な知識・技能を学びます。	4月13日(火)～ (計8回)	4000円
学校司書講座	学校司書として活動するために必要な基本的知識を学びます。講座修了後は、選考を経て区立小中学校の図書館で活動することを目指します。	4月5日(月)～ (計3回)	無料	学校介助員ボランティア講座	心身に障害等がある児童生徒の、学校生活上の安全管理や介助を行うボランティア活動に必要な知識・技術を学びます。	5月13日(木)～ (計7回)	3000円
ウォーキング・リーダー講座	認知症予防としての「ウォーキングの習慣化」を、多くの人に広げ推進するリーダーとしての活動に必要な知識・技能を学びます。	4月16日(金)～ (計10回)	5000円	地域の高齢者を見守るあんしん協力員講座	高齢者の見守りの仕組み「地域のたすけあいネットワーク」活動の中心である「あんしん協力員」としての活動に必要な知識・技能を学びます。	4月8日(木)～ (計7回)	無料
介護者応援ボランティア講座	地域で介護する方が集う「介護者の会」の運営や介護者などを応援・支援する活動に必要な知識・心構えを学びます。	5月19日(水)～ (計7回)	無料	救急協力員指導者講座	区などが行う救命講習の指導補助者、地域の救急指導者としての活動に必要な知識・技能を東京消防庁認定の上級救命講習などで学びます。	7月2日(金)～ (計5回)	2500円
健康体操リーダー講座	高齢者向け健康体操「てぬぐい体操」のアシスタントインストラクターとして活動するのに必要な知識・技術を学びます。	5月20日(木)～ (計6回)	3000円	救急協力員講座	東京消防庁認定の普通救命講習や、区の救命救急体制など、いざというときに必要な基礎的知識・技能を学びます。	6月26日(土) 27日(日) 28日(月) 29日(火) いずれか1日	500円
エアロビクス体操リーダー講座	高齢者向けエアロビクス教室のアシスタントインストラクターとしての活動に必要な知識・技術を学びます。	5月13日(木)～ (計6回)	3000円				

※①各講座の詳細は、募集案内をご覧ください。②すぎなみ地域大学は学校教育法等で定める「大学」ではありません。

■ 3月1日～8日は「女性の健康週間」です

女性の健康イベント～女性の元気は杉並の元気

女性は、思春期、妊娠・出産、更年期と、生涯を通じてホルモンバランスが大きく変動します。心身のバランスを保ち、健やかに生活していくためには、自分のからだを理解して、上手に付き合うことが大切です。女性の健康週間は、女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすことを応援するために実施します。女性の明るさは社会の明るさ。女性の活躍は社会の活力。家庭や地域・職場・学校などを通じて、女性のさまざまな健康問題を社会全体で支援しましょう。——問い合わせは、杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015へ。

【時間】 2月27日(土)
【場所】 セシオン杉並(梅里1-22-32)
【対象】 区内在住の女性
【費用】 無料
※健康づくりリーダーの会、すぎなみ大人塾連・ピンクリボン活動部との共催事業です。

【内容】
◇「ストレッチで楽しく身体をほくしましょう(3B体操)」

【時間】 午前10時～正午 講師 脇美恵子 定員30名(先着順) 会場 当日、直接会場へ

◇講演会「聞いて納得!女性の病気」
参加者に「乳がん自己検診用マンモグラフィ」を差し上げます。

①若い女性に増えている子宮がん～ヒトパピローマウイルスと予防接種

【時間】 午後2時～3時45分 講師 女性成人病クリニック副院長・堀口雅子 定員100名(先着順) 会場 当日、直接会場へ

②地域の専門医に聞く～乳がん自己検診と自治体検診の大切さ

【時間】 午後3時45分～4時30分 講師 中村外科小児科医院院長・中村明彦 定員100名(先着順) 会場 当日、直接会場へ

◇①骨密度測定・ミニ健康講座②食品展示「骨を作る食品の効率的な選び方」

【時間】 午前9時30分～11時30分 定員①100名(先着順) 会場 当日、直接会場へ

◇美容のためのストレスケア「リフトバランスでリンパマッサージ」

【時間】 午後1時～2時30分 講師 リライク代表・酒井悦子 定員50名(申込順) 会場 電話で、杉並保健所健康推進課へ

◇気の流れを整えてキレイになる心と身体のセルフケア・ヨガ

【時間】 午後3時～4時 講師 米国クリバルセンター公認ヨガ教師・田中哲生 定員30名(申込順) 会場 電話で、杉並保健所健康推進課へ

◇ハートも若返るアンチエイジング～フェイスマッサージ・スキンケア

【時間】 午前10時30分～正午 講師 山野美容短期大学講師・佐野美恵子 定員20名(申込順) 会場 電話で、杉並保健所健康推進課へ

◇紙芝居「ジェラリン物語～27歳で乳がんが発見された体験者の物語」

【時間】 午後0時30分～1時 講師 リーすぎなみ昔話紙芝居一座「すかい」 会場 当日、直接会場へ

◇①リラックス&ストレスフリーカフェ、②情報コーナー・パネル展示

【時間】 午後0時15分～4時 ①フルーツティーの試飲、乳がん自己検診ビデオ視聴、乳がんモデルによる自己検診②女性の健康に関するパネル展示

女性の健康週間関連イベント～女性を磨く運動実践講座

メタボや運動不足の方を対象に、有酸素運動や骨盤周囲の筋力アップでメリハリのあるカラダづくりを伝授します。

【時間】 3月1日(月)・8日(月)・15日(月)・23日(火) 午後2時～4時(計4回) 会場 杉並保健所(荻窪5-20-1) 講師 東京アスレチッククラブ運動指導士・藤田温史ほか 定員 区内在住で65歳までの女性 定員25名(申込順) 費用 無料 会場 電話で、2月22日までに杉並保健所健康推進課へ



▲2万5000本の梅の木が春の訪れを感じさせてくれます

青梅市写真パネル展 郷土博物館「吉川英治展」

交流協定締結記念

写真パネル展

【時間】 2月23日(火)～28日(日) 午前8時30分～午後5時(28日は午後3時まで) 会場 区役所二階ギヤラ

【費用】 無料 当日、直接会場へ 文化・交流・男女共同参画課 他 区民の方が作成した「杉並区民のための青梅市観光ガイド」を配布します

吉川英治展

大衆と歩んだ作家の素顔

青梅市にある吉川英治記念館の協力のもとに、吉川英治の生涯を写真で振り返りながら、杉並時代を中心とした執筆活動を紹介します。

◇写真展

【時間】 2月20日(土)～4月18日(日)

◇準常設展「杉並文学館」井伏鱒二と阿佐ヶ谷文士

特集「杉並時代の吉川英治」 吉川英治の直筆原稿などを展示します。

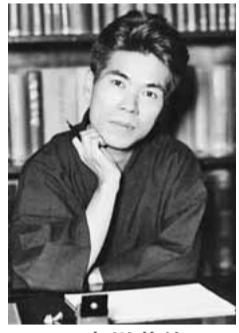
【時間】 2月20日(土)～4月18日(日)

◇講演「川柳家・雉子郎から作家・英治へ」杉並時代の吉川英治

【時間】 2月27日(土) 午後2時～4時 講師 吉川英治記念館学芸員・片岡元雄 定員60名(先着順)

◇講演「吉川英治 伝奇小説の世界」

【時間】 3月14日(日) 午後2時～4時



▲吉川英治

昨年5月、区と青梅市は地域活性化のために交流に関する協定を結び、10月からは青梅市施設利用割引サービスが始まりました。これを記念して区役所と郷土博物館においてイベントを開催します。

22年度区政モニターを募集します

——問い合わせは、区政相談課へ。

区民の皆さんから区政に関するご意見・ご提案をいただき、区政に反映していくために「区政モニター制度」があります。

あなたの声を区政に生かすために、区政モニターとして活動してみませんか。モニター経験のある方も応募できます(ただし、連続して3期まで)。

昨年度までの活動やアンケート結果などは、図書館、区政資料室(区役所西棟2階)、または区ホームページ(区政資料→報告書・アンケート結果→広聴)でご覧いただけます。

〈22年度区政モニター募集要領〉

Table with 2 columns: 一般モニター and 電子モニター (機器や通信費用は自己負担). Rows include 資格, 任期, 主な活動, 定員, 謝礼, 申し込み.

▶長寿①=地域貢献活動(60歳以上の方は5ポイント) ▶長寿②=健康増進活動等(60歳以上の方は1ポイント) ▶長寿③=いきがい活動(75歳以上の方は1ポイント)

ジョイフル杉並(財)杉並区勤労者福祉協会) 会員募集中

区内で働く皆さんへ

安心・楽しむ・癒す♪

【対象】

区内の中小企業にお勤めの方と事業主、個人や家族で商売をしている方など

【会費】

1人につき入会金200円 + 月会費500円

【申し込み・問い合わせ】

ジョイフル杉並 ☎3397-2521

(午前8時30分～午後5時。土・日曜日、祝日、年末年始を除く)

http://www.joyful-suginami.jp



①くらしや遊びに役立つ特典 ②年間8,000円分のポイント利用可能

Table with 2 columns: 内容など (メニューの一例) and ① ②. Rows list benefits like 給付金, 遊園地・観劇・コンサート, 映画鑑賞, etc.

### 区からの お知らせ

税金  
SUGINAMI INFORMATION

軽自動車税は、毎年4月1日現在の所有(登録)者に課税されます。

原動機付自転車やバイク・軽自動車を、処分・譲渡・売却などしたときは、必ず3月中に廃車の申告(届出)をしてください。紛失・盗難などで警察に届け出ている場合でも区役所への申告が必要です。4月1日まで申告がない場合は引き続き課税されますので、早めに手続きをしてください。

なお、22年度の軽自動車税納税通知書は5月中旬に郵送します。

特定保健指導を利用  
国民健康保険に加入している40～74歳で、21年度の杉並区特定健康診査の結果、内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)の疑いがある方を対象に、特定保健指導を行っています。特定保健指導は、積極的支援と動機付け支援の二種類があり、いずれも無料で受けられます。該当する方には利用券を送付していますので、生活習慣病を予防するためにも、ぜひご利用ください。

国民年金第三号被保険者の届出は配偶者勤務先へ  
厚生年金や共済組合に加入している方に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者(国民年金第三号被保険者)の各種届出(資格取得・種別変更・住所・氏名変更など)は、扶養している方の勤務先になります。住所変更などの届出をしない場合、年金加入記録や年金見込み額などの通知文が届かなくなる場合もありますので、ご注意ください。

海外で生活する方も、国民年金に加入できます  
国民年金は、日本国内に住所がある20～60歳までの方が加入する制度ですが、海外留学など海外で生活する方は、希望により国民年金に任意で加入することができます。

採用情報  
郷土博物館  
非常勤学芸員(嘱託員)  
郷土博物館における学芸業務全般▽勤務期間 4月1日～23年3月31日(更新なし)▽勤務日時 月一六日。午前8時30分～午後5時15分(実働七時間)土・日曜日、祝日勤務あり▽資格 学芸員資格(資格取得見込み可)▽募集人数 1名▽報酬 月額一七万四〇〇〇円▽その他 健康保険、厚生年金、雇用保険加入。有給休暇あり。交通費支給(履歴書(専門分野を具体的に記入)、業績目録(論文・学会発表・図録などがある方)と論文(都内における公立博物館の現状を踏まえた上で、「これからの区立博物館における学芸員の役割」四〇〇字詰め原稿用紙三枚以内)を、2月25日(必着)までに郷土博物館(〒168-0061大宮1-20-18)へ郵送または持参(郷土博物館 3317-0841)へ

### 郷土博物館分館巡回展

## 「二・二六事件の現場 渡邊錠太郎邸と柳井平八」展



昨年2月に本館で開催し好評であった特別展を、分館巡回展として開催します。昭和11年2月26日に起こった「二・二六事件」の舞台は杉並にもありました。二・二六事件の現場の一つである荻窪にあった教育総監・渡邊錠太郎邸とその設計者である柳井平八を紹介します。

▲渡邊錠太郎邸  
時 2月20日(土)～5月16日(日)午前9時～午後5時 無料  
場 当日、直接会場へ場・郷土博物館分館(天沼3-23-1天沼弁天池公園内 ☎5347-9801) 毎週月曜日と第3木曜日は休館

### 施設情報

ケア24永福が移転します  
ケア24永福は、3月23日(火)から、永福3-35-11へ移転します。電話番号は変更ありません。  
ケア24永福 ☎5355-5124

区民会館 パートタイマー  
区民会館の受付案内業務(パソコン操作あり)▽勤務期間 4月1日～23年3月31日(更新可)▽勤務日時 区の指定する日(土・日曜日、祝日を含む原則として週五日)。午前8時30分～午後9時15分の間で六時間(交代制)▽勤務場所 区民会館四力所のいずれか▽募集人数 若干名▽時給 1100円

### 募集します

オブリガード  
生活リハビリ事業利用者  
区では、疾病・外傷などにより、心身やコミュニケーションに障害を持った中途障害者を対象に通所サービスを行っています。通所が困難な方は送迎サービスが利用できます。通所場所は杉並障害者福祉会館です。  
内 利用手続き 地域生活支援係「オブリガード」で受付・面接↓利用申請↓利用承認 区内在住で18歳以上65歳未満の疾病・外傷などで心身に障害のある中途障害者 ☎10名 無料

### その他

特別相談  
賃貸住宅トラブル110番  
賃貸住宅に関する相談が、数多く消費者センターに寄せられています。今回、都と共同で無料特別相談を実施します。相談は、相談専用電話 ☎3398-3121 または直接、消費者センターへお越しください。  
時 2月26日(金)午前9時～午後4時 場 消費者センター(荻窪5-15-13 あんさんぶる荻窪3階) 区内在住の方 ☎消費センター ☎3398-3141

### 車座委員会 22・23年度委員

区民(委員)の地域活動経験から捉えた生活課題、地域課題を多角的に検討し、研究や講座などを含めた社会教育活動を行うことで、区民の参画と協働による社会教育の振興を図ります。  
内 任期 4月1日～24年3月31日▽活動日 原則として毎月第四水曜日午後7時。他に課題ごとの会議あり▽選考方法 応募者同士の意見交換会(3月3日(水)午後7時～8時30分(要出席。公開)を経て、選考決定▽その他 交通費程度の謝礼あり。託児あり 区内での地域活動の経験がおおむね三年以上ある方 ☎10名 郵送、ファックスまたはEメール(5面記入例参照)に、地域活動の履歴と「地

### 募集します

区民(委員)の地域活動経験から捉えた生活課題、地域課題を多角的に検討し、研究や講座などを含めた社会教育活動を行うことで、区民の参画と協働による社会教育の振興を図ります。  
内 任期 4月1日～24年3月31日▽活動日 原則として毎月第四水曜日午後7時。他に課題ごとの会議あり▽選考方法 応募者同士の意見交換会(3月3日(水)午後7時～8時30分(要出席。公開)を経て、選考決定▽その他 交通費程度の謝礼あり。託児あり 区内での地域活動の経験がおおむね三年以上ある方 ☎10名 郵送、ファックスまたはEメール(5面記入例参照)に、地域活動の履歴と「地

### 採用情報

郷土博物館  
非常勤学芸員(嘱託員)  
郷土博物館における学芸業務全般▽勤務期間 4月1日～23年3月31日(更新なし)▽勤務日時 月一六日。午前8時30分～午後5時15分(実働七時間)土・日曜日、祝日勤務あり▽資格 学芸員資格(資格取得見込み可)▽募集人数 1名▽報酬 月額一七万四〇〇〇円▽その他 健康保険、厚生年金、雇用保険加入。有給休暇あり。交通費支給(履歴書(専門分野を具体的に記入)、業績目録(論文・学会発表・図録などがある方)と論文(都内における公立博物館の現状を踏まえた上で、「これからの区立博物館における学芸員の役割」四〇〇字詰め原稿用紙三枚以内)を、2月25日(必着)までに郷土博物館(〒168-0061大宮1-20-18)へ郵送または持参(郷土博物館 3317-0841)へ

### 地域課 非常勤職員

内 地域区民センターでの一般事務▽勤務期間 4月1日～23年3月31日(更新可)▽勤務日時 月一六日勤務。午前8時30分～午後5時15分(実働七時間)土・日曜日、祝日勤務あり▽資格 学芸員資格(資格取得見込み可)▽募集人数 1名▽報酬 月額一七万四〇〇〇円▽その他 健康保険、厚生年金、雇用保険加入。有給休暇あり。交通費支給(履歴書(専門分野を具体的に記入)、業績目録(論文・学会発表・図録などがある方)と論文(都内における公立博物館の現状を踏まえた上で、「これからの区立博物館における学芸員の役割」四〇〇字詰め原稿用紙三枚以内)を、2月25日(必着)までに郷土博物館(〒168-0061大宮1-20-18)へ郵送または持参(郷土博物館 3317-0841)へ

### 募集します

オブリガード  
生活リハビリ事業利用者  
区では、疾病・外傷などにより、心身やコミュニケーションに障害を持った中途障害者を対象に通所サービスを行っています。通所が困難な方は送迎サービスが利用できます。通所場所は杉並障害者福祉会館です。  
内 利用手続き 地域生活支援係「オブリガード」で受付・面接↓利用申請↓利用承認 区内在住で18歳以上65歳未満の疾病・外傷などで心身に障害のある中途障害者 ☎10名 無料

### 募集します

区民(委員)の地域活動経験から捉えた生活課題、地域課題を多角的に検討し、研究や講座などを含めた社会教育活動を行うことで、区民の参画と協働による社会教育の振興を図ります。  
内 任期 4月1日～24年3月31日▽活動日 原則として毎月第四水曜日午後7時。他に課題ごとの会議あり▽選考方法 応募者同士の意見交換会(3月3日(水)午後7時～8時30分(要出席。公開)を経て、選考決定▽その他 交通費程度の謝礼あり。託児あり 区内での地域活動の経験がおおむね三年以上ある方 ☎10名 郵送、ファックスまたはEメール(5面記入例参照)に、地域活動の履歴と「地

### 募集します

区民(委員)の地域活動経験から捉えた生活課題、地域課題を多角的に検討し、研究や講座などを含めた社会教育活動を行うことで、区民の参画と協働による社会教育の振興を図ります。  
内 任期 4月1日～24年3月31日▽活動日 原則として毎月第四水曜日午後7時。他に課題ごとの会議あり▽選考方法 応募者同士の意見交換会(3月3日(水)午後7時～8時30分(要出席。公開)を経て、選考決定▽その他 交通費程度の謝礼あり。託児あり 区内での地域活動の経験がおおむね三年以上ある方 ☎10名 郵送、ファックスまたはEメール(5面記入例参照)に、地域活動の履歴と「地

### 募集します

区民(委員)の地域活動経験から捉えた生活課題、地域課題を多角的に検討し、研究や講座などを含めた社会教育活動を行うことで、区民の参画と協働による社会教育の振興を図ります。  
内 任期 4月1日～24年3月31日▽活動日 原則として毎月第四水曜日午後7時。他に課題ごとの会議あり▽選考方法 応募者同士の意見交換会(3月3日(水)午後7時～8時30分(要出席。公開)を経て、選考決定▽その他 交通費程度の謝礼あり。託児あり 区内での地域活動の経験がおおむね三年以上ある方 ☎10名 郵送、ファックスまたはEメール(5面記入例参照)に、地域活動の履歴と「地

1個200円で好評販売中!

## ひたくり防止「すぎなみバンド」

区は、民間企業の協力を得て、自転車の前かごに取り付ける防犯グッズ「すぎなみバンド」を開発しました。ひたくり事件が増えています。ぜひ、ご活用ください。

障 障 害 者 生 活 支 援 課

販売場所

- 障害者のお店「笑顔ステーション」  
午前10時30分～午後3時(区役所1階(土・日曜日・祝日休み))
- 喫茶「FikaFika」  
午前10時～午後4時  
①区役所1階(日曜日、祝日休み)  
②永福和泉地域区民センター(和泉3-8-18)  
③井草地域区民センター(下井草5-7-22)  
※②③は施設の休館日はお休みです。

【凡例】時=日時 場=場所 内=内容 師=講師 対=対象 定=定員 費=参加費 申=申し込み 問=問い合わせ 他=その他【記号】☎=Eメールアドレス ㊦=ホームページアドレス

■ 粋な男の実践料理～早・うま・カラダ改造

時① 2月28日(日)午前10時30分～午後0時30分② 3月13日(土)午後2時30分～4時30分③ 3月17日(水)午後2時～4時 場①②高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5)③高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) 内①作って実感!早・うま料理で肉体改造アンチメタボ(調理実習)②安い・美味しいだけじゃない彼女や仲間をもてなすエコ(調理実習)③新米パパの挑戦!大人もおいしい離乳食(調理実習) 師(株)食デザイナーズ・平野美由紀ほか 区内在住・在勤の男性で20～50歳代の方 定各25名(申込順) 費各300円程度(実費) 申・電話で、高井戸保健センター ☎3334-4304へ

■ ワークサポートセミナー 2009

障害のある方が企業で働くために必要なことや、家庭・作業所の役割や対応をお話しします。 時 2月24日(水)午前10時～正午 場 区役所第4会議室(中棟6階) 内 講演「採用担当が重視していること」、座談会「企業・作業所・家庭それぞれの立場から」ほか 就労支援機関や作業所の職員、障害のある方の家族ほか 定60名(先着順) 費無料 申 当日、直接会場へ 障害者生活支援課相談・就労支援担当

■ ピアカウンセリング公開セミナー

ピアカウンセリングとは、障害者同士がお互いに話を聴きあい、誰もがもともと持っている、生きていく力を取り戻す方法です。 時 3月7日(日)午後1時30分～4時30分 場 杉並障害者福祉会館(高井戸東4-10-5) 師 堀内万起子 区内在住・在勤・在学でピアカウンセリングに関心のある方(障害者・健常者ともに可) 定20名(選考) 費無料 申・電話またはファクス(5面記入例参照)で、2月28日までに障害者福祉会館運営協議会 ☎3332-6121 FAX3335-3581へ(申込書を送付します) 送迎もありません

■ 家族介護教室

◇ リラクゼーションと介護疲労の軽減 時 2月18日(木)午後1時40分～3時 場 ふれあいの家しもいぐさ正吉苑(下井草4-22-4) 区内在住の方 定20名(申込順) 費無料 申・電話で、ふれあいの家しもいぐさ正吉苑 ☎3390-8074へ ◇ ホットタオルで自分の身体をケアしませんか 時 2月26日(金)午後2時～3時30分 場 高円寺北区民集会所(高円寺北3-25-9) 師 東京在宅サービスインストラクター・徳山充徳 区内在住・在勤の方 定30名(申込順) 費無料 申・電話 2月12日から電話で、ケア24高円寺 ☎5305-6151へ



競技大会

● 都民体育大会予選会

◇ ソフトボール

時 3月21日(祝)午前9時(雨天時は28日に順延) 場 松ノ木運動場(松ノ木1-3-22) 区内在住・在勤の18歳以上の方で編成されたチーム 申・電話で、3月11日までに区ソフトボール連盟・永井 ☎3335-1022へ 代表者会議を3月13日午後6時30分から荻窪体育館で開催します



● 春季ゴルフ大会

時 3月16日(火)午前9時30分(区後援) 場 磯子カントリークラブ(横浜市磯子区洋光台6-43-24) 区内18歳ホームストロークプレー(新ペリア方式) 区内在住・在勤・在学の方とその同伴者 定100名(申込順) 費5000円(別途プレー代1万9000円) 往復ハガキまたはファクス(5面記入例参照)に性別・生年月日・HCと交通手段も書いて、2月28日(必着)までに杉並区ゴルフ連盟事務局(〒166-0001阿佐谷北2-33-2 FAX3339-4545)へ 同連盟 ☎3339-8226

● 杉並区バウンドテニス親善交流大会

時 3月20日(土)午前9時～午後5時(区後援) 場 荻窪体育館(荻窪3-47-2) 区内バウンドテニス団体戦(男子ダブルス・女子

ダブルス・混合ダブルスの6人1チームで構成) 区内在住・在勤・在学で18歳以上の協会員(締切日まで登録可) 定80名(申込順) 費1名500円(当日) 申 申込書(各体育館で配布)を、3月3日(必着)までに杉並区バウンドテニス協会(〒166-0003高円寺南3-30-7 FAX5932-4691)へ郵送またはファクス 同協会・福岡 ☎5932-4691 へ 上履きと昼食を持参してください

スポーツ教室

● 上井草サッカー教室

◇ 放課後エンジョイサッカー

当日集まった子どもたちでチームを作り、試合を行います。

時・内① 3月4日(木)＝小学1、2年生② 11日(木)＝3、4年生/いずれも午後4時～5時 定各30名(申込順) 費各500円

◇ 女性のためのサッカー教室

「ボールでエクササイズ」をテーマに、簡単にできるトレーニングメニューを紹介いたします。

時 3月20日(土)午前10時～11時15分 区サッカー未経験・初心者の女性 定20名(申込順) 費500円

◇ プレキッズ&マミーサッカー教室

一緒に体を動かし、親子のコミュニケーションを図ります。

時 3月25日(木)午前11時10分～正午 区3歳以下のお子さんとその親 定15組30名(申込順) 費無料

— (いずれも) —

場 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 師 FC東京コーチ 申・電話で、各教室の実施日の前日までに上井草スポーツセンター ☎3390-5707へ

大人から子どもまで ～「社会教育センター」オススの講座♪

“はじめる”季節ひとりで学ぶより みんなで学ぼう!

■ 高円寺若者雑学塾「一緒に家ごはんしよう!」

一人で食べるご飯はつまらない。会話や笑顔のある「うちごはん」を一緒に作って仲間と出会う!

時 2月28日(日)午後4時～8時30分 師 調理師・太田信司 区内在住・在勤・在学で20～40歳くらいの方 定13名(抽選) 費700円 申 申込書またはEメール(5面記入例参照)で、2月24日までに同センターへ

■ ユネスコ親子科学教室「チリメンモンスターをさがせ!」

「ちりめんじゃこ」に混入している海の生物(たこ・いか・魚の稚魚など)を見つけたり「にぼしの解剖」をします。

時 3月7日(日)午前10時～正午 師 科学読物研究会・坂口美佳子 区内在住の小生ととその保護者 定10組20名(申込



— 場所・問い合わせは、社会教育センター(〒166-0011梅里1-22-32 セシオン杉並内 ☎3317-6621 FAX3317-6620 shakyo-c@city.suginami.lg.jp) へ。

順) 費1組500円 申 申込書またはEメール(5面記入例参照)に学年も書いて、2月28日までに同センターへ 同センターまたは杉並ユネスコ協会・山田 ☎090-1706-8399

■ 車座トーク「地域デビューで何かが変わる～はじめての歩はこうつかめ」

地域活動のヒントを得る絶好の場! 実践者を囲んでお茶を飲みながらみんなで話しましょう。

時 3月17日(水)午後2時～4時 師 区内で地域活動を実践している方 区内在住・在勤・在学の方 定30名(抽選) 費200円 申 ハガキ、ファクスまたはEメール(5面記入例参照)で、3月7日までに同センターへ 内① 1歳～就学前の託児あり(事前申込制)② 杉並ボランティア・地域福祉推進センターと共催

キ(5面記入例参照)で、3月3日(必着)までに科学館へ

— (いずれも) —

場・区科学館(〒167-0033清水3-3-13 ☎3396-4391)

■ 4月の足腰げんき教室

時・場 下表のとおり 内 筋力強化やバランス能力の向上の体操、介護予防の情報提供 師 健康運動指導士 区内在住の65歳以上で介護保険の要介護認定を受けていない方(要支援認定の方は可) 定各15名(抽選) 費無料 申 電話で、2月28日までに区コールセンター ☎#8800または ☎3372-8800へ(申込書を送付します) 区介護予防課介護予防推進係 他長寿②対象事業

〈4月の足腰げんき教室〉

会 場	日 時 (週1回半日、4回コース)
ゆうゆう高円寺東館(高円寺南1-7-22)	4月5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)午前9時30分～11時30分
杉並保健所4階測定室(荻窪5-20-1)	4月5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)午後1時30分～3時30分
	4月6日(火)・13日(火)・20日(火)・27日(火)午後1時30分～3時30分
ゆうゆう堀内松ノ木館(松ノ木2-38-6)	4月7日(水)・14日(水)・21日(水)・28日(水)午後1時30分～3時30分
高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5)	4月9日(金)・16日(金)・23日(金)・30日(金)午後1時30分～3時30分

● ヴェルディサッカースクール

時 4月9日～23年3月18日の毎週金曜日、午後5時～6時30分 場 下高井戸運動場 師 東京ヴェルディコーチ 小学生 定120名(抽選) 費1カ月6000円 往復ハガキ(5面記入例参照)に生年月日・学年も書いて、3月1日(必着)までに下高井戸運動場(〒168-0073下高井戸3-26-1)へ 同杉並区スポーツ振興財団 ☎3312-2111(区代表)

● 健康づくり公開講座～水中運動

健康習慣であなたも活き活き元気! 生活習慣病予防・改善にお勧めのプログラムです。

時 3月1日～29日の毎週①月・木曜日午前10時15分～11時15分②火・金曜日午後2時30分～3時30分/都合の良い日時に4回参加(22日(休)は除く) 場 スポーツハイツイミングスクール(堀ノ内2-6-21) 内 水中歩行・水中体操 師 公認アクアフィットネスインストラクター 区内在住・在勤で40～80歳の自立歩行ができる方(当日の血圧測定値が160/95以上の場合は参加不可) 定20名(先着順) 費4回2000円 当日、直接会場へ(初回の受け付けは24日まで) 同スポーツハイツ ☎3316-9981(午前10時～午後9時(土・日曜日は午後7時まで))

● 荻窪体育館

◇ 「やさしい太極拳体験会」呼吸法で鍛える健康と美容

時 3月3日(水)①午後1時～2時②2時～3時 区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心者 定各回20名(申込順) 費各回500円(当日) 申 電話で、同体育館へ

◇ 古武道体験会

時 3月14日(日)①午後1時～2時②2時～3時 区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心者 定各回20名(申込順) 費各回500円(当日) 申 電話で、同体育館へ

◇ ワクワクスポーツ探検 春の体験

時 3月29日(月)～31日(水)午後3時～5時(計3回) 内 とび箱、マット運動など 区内在住・在学の小学生 定50名(抽選) 費1500円 往復ハガキ(5面記入例参照)に生年月日も書いて、3月4日(必着)までに同体育館へ

◇ サウンドテーブルテニス

鈴の入ったピンポン玉を、音を頼りに打ち合う競技です。

時 2月21日(日)午前9時～午後1時 区内在住・在勤・在学で視覚障害のある方 定20名 費無料 申 当日、直接会場へ

— (いずれも) —

場・区荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2 ☎3220-3381)

● 日高スキー研究所 少年スキー教室

時 3月28日(日)午後7時集合～31日(水)午後7時解散(区後援) 場 集合・解散場所＝JR阿佐ヶ谷駅南口広場▷会場＝菅平スキー場(長野県) 区小学2年生以上の方(兄弟と参加の場合は1年生も可) 定40名(申込順) 費4万1000円(リフト代含む) 申 郵送、ファクスまたはEメール(5面記入例参照)に性別・学校名・学年とスキー歴、用具・ウェアを持参か借りるか(借りる方は身長と靴のサイズ)も書いて、3月20日(必着)までに市川好子(〒167-0031本天沼3-16-9 FAX3395-2843 h-shonenski@jcom.home.ne.jp)へ 同市川 ☎090-8879-3148

## 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

★④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

■郷土博物館 年中行事「ひなまつり」  
区民の方からご寄贈いただいた「ひな人形」を展示します。

時 4月4日(日)までの午前9時～午後5時▷休館日=毎週月曜日、毎月第3木曜日(祝日の場合は翌日)  
場 郷土博物館(大宮1-20-8) 費100円(観覧料。中学生以下無料) 申当日、直接会場へ 阿佐谷郷土博物館 ☎3317-0841 他 2月28日(日)は午前10時から先着70名に甘酒を提供します

■フリーマーケットinリサイクルひろば高井戸  
時 3月6日(土)・7日(日)午前10時～午後2時 場 リサイクルひろば高井戸 区内在住・在勤の方(業者出店不可) 定募集区画=各日12区画(抽選) 費1区画1000円 申往復ハガキ(記入例参照)に参加希望日も書いて、2月22日(必着)までにリサイクルひろば高井戸(〒168-0072高井戸東3-7-4)へ 同ひろば ☎3331-4360(水・木曜日休館) 他車での搬出入・来場はできません

■春の野鳥観察会～すぎなみの野鳥のオアシスを散策しませんか  
時 3月6日(土)午前10時～正午(小雨実施) 場 都立善福寺公園(善福寺3-18) 師 杉並野鳥研究会・竹下信雄ほか 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45名(申込順) 費100円(保険料) 申・ 2月11日から電話で、すぎなみ環境情報館 ☎3398-3191へ

## 講演・講座

■こどものアレルギー  
こどもに多いアレルギー性疾患(食物アレルギー・アトピー性皮膚炎・ぜん息)の基礎知識と予防・治療・日常生活の注意点をお話します。

時 3月8日(月)午後2時～4時 場 杉並保健所(荻窪5-20-1) 師 国立成育医療センターアレルギー科 医長・大矢幸弘 乳幼児の保護者でアレルギー性疾患に関心のある方 定40名(申込順) 費無料 申・ 2月12日から電話で、杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025 他 1歳までの託児あり(事前申込制)

■講座「作って楽しむ人形劇」  
自分だけの人形を作り、動き方の初歩を学びます。キットを使うので簡単に作れます。

時・ ① 3月6日(土)午後1時～3時=人形を作る  
② 13日(土)午後1時～3時=人形を動かす/計2回 場 中央図書館(荻窪3-40-23) 師 人形劇団ブーク・荒川純子 中学生以上の方 定20名(申込順) 費2500円 申・ 電話で、中央図書館 ☎3391-5754へ

■環境講座「家庭でできる省エネ作戦」  
地球温暖化を防ぐために、自分たちでできる「エネルギー・ダイエット」を実践してみませんか。

路上禁煙地区内での  
路上喫煙行為に対して  
過料2,000円  
徴収します。

杉並区

◎路上禁煙地区◎

JR荻窪駅・JR荻窪駅・JR阿佐ヶ谷駅・JR高円寺駅・西武新宿線上井草駅・京王井の頭線高井戸駅の区内6駅周辺

また、区内全域で歩きたばこ・吸い殻のポイ捨てを禁止しています(自転車乗車中を含む)。

環境課生活環境担当

時 2月28日(日)午後2時～3時 場 阿佐谷図書館(阿佐谷北3-36-14) 師 杉並・地域エネルギー協議会 定30名(先着順) 費無料 申当日、直接会場へ 阿佐谷図書館 ☎5373-1811

■貴族社会の裏話～「古事談」の世界  
時 2月20日(土)午後2時～3時30分 場 宮前図書館(宮前5-5-27) 師 白百合女子大学教授・伊東玉美 大学生以上の方 定50名(先着順) 費無料 申当日、直接会場へ 宮前図書館 ☎3333-5166

■講演会「平家物語の魅力」  
時 2月27日(土)午後2時～3時30分 場 成田図書館(成田東3-28-5) 師 法政大学名誉教授・杉本圭三郎 定30名(申込順) 費無料 申・ 電話または直接、成田図書館 ☎3317-0341へ

〈ゆうゆう館の催し〉

ゆうゆう館名	内容	日時	費用	長寿
馬橋館(高円寺南3-16-14 ☎・FAX3315-1249)	ネイティブによるやさしい英会話サロン	3月11日から毎月第2・4木曜日、午後1時30分～4時	1回700円(茶菓付き)	長寿③
高円寺北館(高円寺北3-20-8 ☎・FAX3337-2266)	朗読の会 講師=前田敏子	3月4日から毎月第1・3木曜日、午後6時～8時	1回1000円	長寿③
阿佐谷館(阿佐谷南3-2-19 ☎・FAX3391-8345)	花粉症対策に役立つアロマセラピー	3月14日(日)午後1時30分～4時	1000円(材料費など)	長寿③
天沼館(天沼2-42-9 ☎・FAX3391-8540)	春! 桃や桜を苔玉で飾ろう	2月20日(土)・27日(土)午後4時30分～6時30分(各回同内容)	各回2000円(材料費込み)	長寿③
高井戸西館(高井戸西1-17-5 ☎・FAX3332-1076)	音楽の集い～タンゴ・ジャズ・ポピュラーを満喫	3月3日(水)午後1時～5時	1000円(茶菓付き)	長寿③

※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。

## 情報ぽけっと

区の後援・その他の催し・講座など

### 催し

★矢沢朋子ピアノ・ソロ～現代音楽への誘い 時 2月27日(土)午後7時30分 場 杉並公会堂 内ヨハン・ヨハンソンの初演作品ほか 区内在住の方3000円、一般4500円(前売り4000円)、学生2500円 申・ 電話で、東京コンサーツ ☎3226-9755へ

★0歳からの親子コンサート～音楽のおくりもの 時 5月8日(土)①午前11時②午後3時 場 セシオン杉並 内出演=アンサンブル・ディヴェルターズほか▷曲目=「シプリメドレー」ほか 費2000円、3歳～小学生1000円(子育て応援券利用可) 申チケット発売日=2月19日(金)午後2時▷チケット販売窓口=杉並区文化協会 ☎5347-4366(初日は電話予約のみ)ほか 同協会



★杉並親子劇場「春のほかほかコンサート」 時 3月14日(日)午後2時30分～3時30分 場 杉並公会堂 内出演=音楽とお話の会「レッシュェルン」 3歳以上の方 定190名(申込順) 費4歳以上前売2500円(当日2700円) / 子育て応援券利用可 申ファクス(記入例参照)で、杉並親子劇場・渡辺 ☎3331-4381 へ 同渡辺 ☎3331-4381

★バスで行く「群馬県東吾妻町『椎茸駒打ち』と『蕎麦打ち』体験日帰りツアー」 時 3月29日(月)午前7時15分～午後6時30分 場 集合・解散場所=区役所中杉通り側入り

口 区内在住の方(小学3年生以下は保護者同伴) 定30名(抽選) 費3000円、小学生1500円 申往復ハガキ(記入例参照)に性別も書いて、2月25日(必着)までに杉並区交流協会(〒166-0004阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル5階)へ 同協会 ☎5378-8833

★第25回浜田山おやこ演劇フェスティバル 時 2月28日(日)午後1時30分～3時30分 場 浜田山会館 内人形劇・和太鼓・日本舞踊・パントワリング・劇・手話 定250名 費無料 申当日、直接会場へ 浜田山児童館 ☎3317-5166

■フリーマーケットin産業商工会館 時 3月14日(日)午前10時～午後3時 場 産業商工会館 区内在住の方(業者出店不可) 定20区画(抽選) 費1区画1000円 申往復ハガキ(記入例参照)で、2月25日(必着)までに産業商工会館(〒166-0004阿佐谷南3-2-19)へ 同館運営協議会 ☎3393-1501 他 ①詳細はお問い合わせください②区内農家の生鮮野菜・花・植木鉢の即売も行います

### 講座

★親学講座講演会「言葉で話し、ことばを聞く」 時 2月21日(日)午後2時～4時 場 荻窪タウンセブン8階 師 すぎなみ地域大学学長・松田輝雄 定80名(先着順) 費300円 申当日、直接会場へ 同NPO法人日本児童文化教育研究所・橋 ☎3398-6410

★河北じんぞう病教室 時 2月23日(火)午後2時～3時30分 場 河北総合病院西館講堂 師 同病院腎臓内科医師・青木尚子 定100名(先着順) 費無料 申当日、直接会場へ 同病院企画・広報課 ☎3339-5724(平日午前9時～午後5時)

★リウマチを知る会 時 2月26日(金)午後3

時30分～4時30分 場 下高井戸区民集会所 師 河北総合病院リウマチ膠原病内科医師・鈴木暁岳 定27名(申込順) 費無料 申・ 電話で、同病院企画・広報課 ☎3339-5724(平日午前9時～午後5時)へ

★家づくり講座となんでも相談会～みんなで元気に暮らす家 時 2月27日(土)午後1時30分～5時 場 産業商工会館 内建築家との家づくりとその事例 師 1級建築士・落合雄二ほか 定30名(申込順) 費500円 申・ 電話で、NPO法人家づくりの会 ☎5360-8061(月～土曜日午後1時～5時)へ

★のびっば交流会「なんじゃ・にわたちの子育て対談」 時 2月28日(日)午後1時30分～3時30分 場 柏の宮公園管理棟2階 師 竹迫和代ほか 子育て中の保護者 定30名(申込順) 費500円(子育て応援券利用可) 申・ 電話で、杉並冒険遊びの会・吉田 ☎090-4413-1235 他 託児あり(事前申込制)

★誰でも楽しめる音楽活動②～音楽活動の理論を学び障害児・者の支援へ応用 時 2月28日(日)午後1時～4時 場 永福和泉地域区民センター 師 音楽療法士・鈴木泰子ほか 師 障害者・児の支援に関わる方とその家族 定40名(申込順) 費無料 申・ 電話で、NPO法人かすみ草 ☎3312-9191 FAX3312-9192へ

★環境教育インストラクター養成セミナー 時 3月6日(土)・7日(日)午前10時～午後5時(計2回) 場 あんさんぶる荻窪 師 環境省環境教育推進室職員ほか 師 環境教育指導者を志向する方 定40名(申込順) 費7000円 申・ 電話またはファクス(記入例参照)で、NPO法人杉並環境カウンセラー協議会 ☎・ FAX3392-5231へ

★パソコンステップアップ講習会 時・ ① 3月9日(火)～12日(金)②午前9時30分～正午

=メールとインターネットの活用②午後1時30分～4時=デジタルカメラの活用 / いずれも計4回 場 済美教育センター 師 ITスクエア杉並 定各15名(抽選) 費各6000円(テキスト代含む) 申往復ハガキ(記入例参照)に希望講座名も書いて、2月26日(必着)までにITスクエア杉並(〒168-0063和泉3-17-15)へ 同ITスクエア杉並 ☎090-4722-2574

### その他

★杉並区文化協会非常勤職員募集 内勤務期間=4月1日～23年3月31日(5回まで更新可)▷勤務日時=原則として月～金曜日午前8時30分～午後5時15分(月18日勤務。夜間、土・日曜日もあり)▷募集人数=若干名▷報酬=月額18万2700円～▷その他=社会保険加入、有給休暇あり、交通費支給(上限あり) 申申込書(杉並区文化協会配布)と必要書類を、2月25日(必着)までに同協会(〒167-0043上荻1-19-10上荻ホワイトビル3階)へ 郵送または持参 同協会 ☎5347-4366 他 ①応募書類は返却しません②書類選考後に面接を行います③詳細は募集案内をご覧ください

★荻窪フリーマーケット出店者募集 時 3月14日(日)午前10時～午後4時(雨天時は21日(日)に順延) 場 荻窪タウンセブン8階 上 区内在住・在勤の方(業者出店不可) 費1区画(2m四方)2000円 申往復ハガキ(記入例参照)で、2月24日(必着)までに荻窪フリーマーケット事務局(〒166-0004阿佐谷南2-18-1-1階)へ(抽選) 同事務局 ☎3315-7751

★税理士記念日「税理士による無料相談会」 時 2月23日(火)午前10時～正午、午後1時～4時 場 東京税理士会荻窪支部 内相続・贈与・譲渡に係る税金相談 申・ 電話で、東京税理士会荻窪支部 ☎3391-0411へ

名称	内容/講師	開催日・時間	定員	費用	申込/締切	
●高井戸地域区民センター(〒168-0072高井戸東3-7-5 高井戸地域区民センター運営協議会 ☎3331-7841) ④第1・3(月)、毎月20日						
催	おはなしひろば	絵本の読み聞かせ、手遊びなど/ムーミン母親クラブ、ポエム、シルベルトの会▷対象=幼児・小学生。幼児は保護者同伴	3月4日(木)・11日(木)・25日(木) 午後3時30分~4時	—	無料	当日直接
	英語でおはなしひろば	楽しく英語であそびましょう/スティーヴン・グレイス▷対象=幼児・小学生低学年。幼児は保護者同伴	3月13日(土)正午~午後0時30分	—	無料	当日直接
講	3月 ①トレーニング機器講習会 ②トレーニング相談日	①トレーニング室を利用するための事前講習会(写真3cm×2.5cm 1枚持参)②トレーニングの相談に応じます(①②とも運動しやすい服装・靴・タオル持参)/宮田秀幸▷対象=①平成6年4月1日以前に生まれた方②講習会修了者	3月14日(日) ①午前10時~午後1時 ②午後2時~4時	①10名	①120円 長寿③ ②トレーニング室使用料のみ	①3月4日 ②当日直接
	科学あそび	パタパタ(かわり絵板返し)をつくろう	3月13日(土)午後1時30分~3時	50名	170円 (保険料含む)	2月13日から 図書室で受け付け
募	春まつり リサイクル本	子どもの絵本や童話・マンガ・文庫本・単行本・実用書など。ご家庭に眠っている本がありましたら、ぜひ、お持ちください(雑誌・汚破損本・カセット・CD・事典・辞書・参考書・医学専門書・全集などは除きます)	—	—	3月10日から 図書室で受け付け	
●永福和泉地域区民センター(〒168-0063和泉3-8-18 方南・和泉地域集会施設運営協議会 ☎5300-9412) ④第2・4(木)、毎月15日						
催	こどもまつり	2月21日(日)午前10時~午後3時 地域の小学生の作品展示・演技発表を行います。工作コーナーや鉄道模型展示など楽しく遊べるコーナーもあります。親子そろって遊びに来ませんか。	—	—	—	当日直接
	絵本とともだち	絵本の読み聞かせと手遊びで楽しみましょう/千葉美奈子▷対象=①1~2歳②3歳以上(幼児は保護者同伴)	3月13日(土)①午前10時30分~11時 ②午前11時~11時30分	—	無料	当日直接
	大人のためのよみきかせ	心癒やされる素敵な物語をお聞かせします。ヘミングウェイ「老人と海」、オー・ヘンリー「賢者の贈り物」ほか/真野弘子、小野美伶(小学生以上同伴可。3~6歳の託児あり)	3月21日(祝)午後2時~4時	40名	無料 長寿③	3月10日
講	ヨガとリズムダンスで体ほぐし	癒やしのヨガとリズムダンスで体ほぐしをしましょう/杉並区青空体力づくり指導員協議会・高山治枝	3月4日~25日の毎週(木)午後2時~4時(計4回)	20名	100円 (保険料含む) 長寿③	2月18日
	マクラメで作る「ふくろうのタオルハンガー」	マクラメ編みでお部屋のアクセサリーになる、可愛いタオルハンガーを作ります/石井照子	3月5日(金)・12日(金)午後1時30分~3時30分(計2回)	20名	500円 長寿③	2月22日
	どんな楽器でも気楽に楽しく「ポップス楽団体験」	ブラバン経験者や新しく楽器を始めたい方、みんなで一緒にポップス合奏しませんか/NPO法人ミズ・滝口亮介	3月13日(土)午後2時~4時	20名	1000円 長寿③	3月2日
●下高井戸区民集会所(下高井戸3-26-1)						
催	土曜日の音楽会「早春賦」	10名からなる60歳代シニア男性合唱団です。全員が慶應ワグネル合唱団のOBです▷出演=男性合唱団「コール・ヘリテージ」▷曲目=「早春賦」、「愛と死を見つめて」ほか	3月13日(土)午後6時30分	80名	無料	当日直接 (先着順)

●住民は地域社会の主人公  
まちの絆向上運動推進中  
「向こう三軒両隣」  
地縁法人 成三町会

私どもの町会は、江戸時代以前の古い字名で、「白幡」と呼ばれ、東京オリピックころまではたくさんのお祭りがあり、人口の増加もあまり多くない住宅地でした。管内のほぼ真ん中を五日市街道が東西に走り、南側には善福寺川が流れるのどかな地域で小さな御社「成宗白山神社」のある旧成宗三丁目町会が現在の成三町会です。

住環境に恵まれており、児童館・保育園が各一園、区立公園が二カ所、善福寺川の両岸は緑地公園が整備されています。

当町会の加入率は他町会と同様に低く、ここ一〇年間をみると、最低が51%、最高が65%と単純平均で56%程度となっています。この低さが悩みの種です。

当町会では、転入者の把握をするため、戸建分譲住宅やマンションの建築現場へ出向き、入居開始などの情報収集をしています。入居後、町会PRと加入のお願いチラシを戸別にポストインクなどしています。PRの主な内容は、資源の集団回収とごみの分別収集・管理方法などのお願いで、同時に町会加入の促進も図っています。

活気のある明るいまちにするために、管内の各団体がこれまでに独自で行ってきたさまざまな事業の一部(成三町会・白山睦が核となり、防災会、成田商店会、成宗白山神社氏子総代や白幡ク

ラブなど高齢者グループの活動)と新たな事業(小中学校の保護者など若い世代の活動)をおりませた合同事業の推進をしています。

この事業から生まれる横のつながりの点を増やし、点を線にして、さらに大きな輪にして「おはよう。こんにちは。」や「ご無沙汰しています。お元気でしたか。」と会話のできる雰囲気を作る。これこそ安全・安心で活気のあるまちになるのではないかと考えています。

理想のまちの実現に向けて、成三町会まちの絆向上運動推進協議会を立ち上げて、20年度から全国交通安全週間やわがまちクリーン大作戦への参加、白山神社の秋の例大祭夜店の共同作業、さらに昨年2月15日には境内での「もちつき会」を実施しました。このもちつき会では、白山睦会員と小中学校の保護者など六一名が協力し、四〇〇名以上の参加者でにぎわいました。これに結成されたばかりの「白幡囃子」の協力出演や、JCOMの取材などもあり、楽しいもちつき会となったのはいうまでもありません。

このような事業を毎年続けて拡充できること、また、地域を守るという皆さんの願いがこれからは受け継がれていくことを心から願っています。

(会長 大和田 勲)



★杉並演劇祭★

区内7会場で、29団体によるミュージカルから区民参加の朗読劇まで意欲的な作品を多数上演します。  
「歩きながら、元気と文化が生まれる街。すぎなみ」を感じてください。

■3月1日(月)~31日(水) (一部2月下旬から) 会場: 高円寺、明石スタジオ、ザムザ阿佐谷、遊空間がざびい、勤労福祉会館、アトリエ・カノン、阿佐ヶ谷アルシェ 杉並演劇祭実行委員会事務局(劇団テオリザ内) ☎3393-2721、杉並区文化協会 ☎5347-4366 公演やチケット取り扱い情報は同協会ホームページ <http://www.sugibun.com/> でご覧になれます

座・高円寺 杉並演劇祭参加作品

◇自転車シンクリートSTORE 『富士見町アパートメント』  
「アパートの一室」を舞台に、4人の劇作家が書き下ろした4作品を、1人の演出家によって連続上演します。1回の公演は休憩を挟んで2作品。作品ごとにまったく違って見える劇空間をお楽しみください。

Aプログラム  
■2月27日(土)、3月7日(日)・10日(水)・14日(日)=午後2時▷2月28日(日)、3月2日(火)・3日(水)・5日(金)・6日(土)・8日(月)・11日(木)・13日(土)=午後7時  
『魔女の女』▷作=蓬萊竜太▷出演=山口紗弥加、明星真由美▶『海へ』▷作=赤堀雅秋▷出演=井之上隆志、入江雅人、清水宏、遠藤留奈、久保酎吉

Bプログラム  
■2月28日(日)、3月3日(水)・6日(土)・13日(土)=午後2時▷2月27日(土)、3月1日(月)・4日(木)・7日(日)・9日(火)・10日(水)・12日(金)・14日(日)=午後7時  
『リバウンド』▷作=鄭義信▷出演=平田敦子、池谷のぶえ、星野園美▶『ボン助先生』▷作=マキノノゾミ▷出演=黄川田将也、西尾まり、山路和弘

— (いずれも) —  
■会場: 高円寺 (高円寺北2-1-2)  
■内訳: 鈴木裕美費5000円、A Bセット券8000円(全席指定) ■電話で、座・高円寺チケットボックス ☎3223-7300へ ■座・高円寺ホームページ <http://za-koenji.jp/> から申し込めます

# コミュニティ通信

地域の集会施設運営協議会が企画する催し・講座など

**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返信用の宛先
- ⑦託児ありの行事は子どもの氏名・年齢

申し込みは、往復ハガキで、各締切日(必着)までに該当の施設へ(抽選)。記載例は右記入例を参照。詳しい内容や託児の有無は、直接該当の運営協議会へお問い合わせください。

**知**=お知らせ **催**=催し **講**=講座 **募**=募集 **応援券**=子育て応援券利用可 **長寿①~③**=長寿応援ポイント対象事業

各運営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

名称	内容/講師	開催日・時間	定員	費用	申込/締切
<b>井草地域区民センター</b> (〒167-0022下井草5-7-22 <b>井草地域集会施設運営協議会</b> ☎3301-7723) ④第1・3(木)、第3(木)の前日					
おもちゃの病院	こわれたおもちゃを修理します(実費がかかる場合があります) / 安井昌徳ほか	3月27日(土) 受付=午後1時30分~3時	—	無料	当日直接
<b>催</b> 井伏鱒二著「荻窪風土記」朗読のひとときを	井伏鱒二が、昔の荻窪あたりのことを自伝風の随筆で記した「荻窪風土記」の朗読をお楽しみください / フリーアナウンサー・山川建夫	3月14日(日)午後1時30分~3時30分	50名	100円 <b>長寿③</b>	3月5日 (家族連名可)
ぱそこん寺子屋	初心者のためのパソコンよろず相談です。アドバイザーが親切に個別対応します / NPOわくわくネット・児玉光ほか	3月7日(日)午後1時30分~3時30分	—	無料	当日直接
<b>四宮区民集会所</b> (上井草2-28-13)					
<b>催</b> 春まつり	3月7日(日)午前10時~午後3時 梅の花を見ながら早春の1日を楽しみましょう。 ▷内容=もちつき、作品展示、工作教室、模擬店、お茶席、ピエロ風船、お楽しみゲームなど				当日直接
<b>西荻地域区民センター</b> (〒167-0034桃井4-3-2 <b>西荻地域集会施設運営協議会</b> ☎3301-0811) ④第2・4(木)、2月12日					
<b>催</b> レッツとらい! 西荻センターまつり2010	3月6日(土)・7日(日)午前10時~午後4時 地域の諸団体と協働して開催します。 ▷特別参加=八丈太鼓と物産販売、友好都市(東吾妻・小千谷)の産直野菜や土産物の販売 ▷ワークショップ=東京ガス、彫金、上井草・桃三ふれあいの家、お茶席など ▷模擬店=焼きそば、たこ焼き、福祉作業所製品、ポップコーン、花苗、運協売店など ▷その他=包丁研ぎ、鉄道模型運転など ▷特別企画=7日(日)=アルパ(ラテンハーブ)演奏 / 志賀昭裕				当日直接
<b>講</b> 妻と夫の定年塾 ~もう1度あなたにワクワク	定年後、夫が家庭に戻り戸惑う妻。ぎくしゃくする夫婦関係。その解決方法は? 講演後、意見交換も行います。ぜひ、夫婦でご参加ください / 作家・西田小夜子	3月13日(土)午後1時30分~3時	80名	無料	2月27日
<b>荻窪地域区民センター</b> (〒167-0051荻窪2-34-20 <b>荻窪地域集会施設運営協議会</b> ☎3398-9127) ④第2・4(月)、毎月20日					
<b>催</b> 第31回「アート展」	区民センター同好サークルと一般公募の作品(絵画・写真・彫刻・書・華道・工芸・文芸など)総数1000点を全館に展示します。連日、先着300人にスタンプラリーで、空くじなしの抽選会をお楽しみいただけます。	3月6日(土)・7日(日)午前10時~午後4時(7日は午後3時30分まで)	—	無料	当日直接
日本の子守唄を伝えたい	日本人の心に安らぎを与える子守唄とは何でしょう? 子守唄の役割や多様性など子守唄に見る日本人の原風景について解説します / 女優・高部知子	3月13日(土)午後2時~4時	90名	200円 <b>長寿③</b>	2月22日
<b>講</b> プランターで育てる春・夏野菜	プランター・コンテナなど、身近なスペースで春・夏野菜を育ててみませんか。葉物・ナス・トマトなどの野菜について指導します / 澤地信康	3月18日(木)午前10時~正午	40名	200円 <b>長寿③</b>	3月7日
<b>阿佐谷地域区民センター</b> (〒166-0004阿佐谷南1-47-17 <b>阿佐谷地域集会施設運営協議会</b> ☎3314-7215) ④第2・4(火)、第3(水)					
土ようえほんとおはなしの会 「ひなまつりミニスペシャル」	まだ外は寒いけれど、一緒に春の気配を感じてみましょう / 三つのりんご・こうばこの会 吉田寛子	2月20日(土)午後2時~3時30分	30名	無料	当日直接
<b>催</b> 大人向け朗読とおはなしの会	日差しも春らしくきらきら輝いています。たまには朗読とおはなしでゆったり過ごしてみませんか(作品=藤沢周平、森瑤子ほか) / こうばこの会	3月13日(土)午後2時~3時	30名	無料 <b>長寿③</b>	当日直接
スプリングコンサート	春うらら! 弦楽四重奏とマンドリンアンサンブルの演奏で春のシャワーを浴びましょう。クラシック音楽、ロシア・イタリア民謡、懐かしのメロディー、みんなで合唱 など	3月6日(土)午後2時~4時	90名	無料 <b>長寿③</b>	2月20日
<b>高円寺地域区民センター</b> (〒166-0011梅里1-22-32 <b>高円寺地域集会施設運営協議会</b> ☎3317-6614) ④第2・4(木)、第2(木)の前日					
<b>催</b> ふれあい音楽会フェスタ'10 「ジャズとラテンとポップスと」	70~90年代を彩ったジャズバンドの競演▷出演=ヒロ宮本 & MSQ(カプリシャスメンバー)、ハートトゥハートほか ▷曲目=「オールデイズ」、「黒いオルフェ」ほか ※往復ハガキ到着後、チケット受け渡しについてご案内します。	3月20日(土)午後6時~8時	500名	1000円 <b>長寿③</b>	3月10日 申込順 (2名連記可)
<b>講</b> トレーニング機器講習会	トレーニング機器を利用するための事前講習会(写真3cm×2.5cm 1枚、運動しやすい服装・靴・タオル持参)▷対象=平成6年4月1日以前生まれの方 / 畑弘美	3月2日(火)午前10時~正午	10名	100円 (保険料含む) <b>長寿③</b>	2月22日

【凡例】時=日時 場=場所 内=内容 師=講師 対=対象 定=定員 費=参加費 申=申し込み 問=問い合わせ 他=その他【記号】☎=Eメールアドレス ㊦=ホームページアドレス

「仕事」と「育児」を両立！社員が働きやすい環境整備に取り組んでいます♪

# 「子育て優良事業者表彰」受賞者が決まりました

区では、仕事と家庭の両立支援や地域の子育て団体の支援など、地域貢献を積極的に行っている企業・事業者を表彰することで、区内事業者の子育て支援への取り組みを促すため、「杉並区子育て優良事業者表彰制度」を平成18年度から実施しています。このたび、第4回の受賞者を決定しましたのでお知らせします。——問い合わせは、子育て支援課管理係へ。



▲1月20日(水)に区長から受賞者の皆さんへ表彰状が贈られました。右上のステッカーが優良事業者の目印です

- 21年度 受賞事業者**
- ◆**最優良賞**  
仕事と育児が両立できる制度など、多様で柔軟な働き方ができるような取り組みや、子育て支援に係る地域貢献を積極的に行っている事業者に贈られます。
  - ◆**優良賞**  
仕事と育児が両立できる制度など、多様で柔軟な働き方ができるような取り組みを積極的に行っている事業者に贈られます。
  - ◆**受賞者(所在地)**  
●岩崎通信機(株) (情報通信機器等の製造販売業/久我山)
  - ◆**受賞者(所在地)**  
●(株)タジエール (建築設計事務所/大宮)
  - (株)ハーモニーレジデンス (ひとり親家庭に特化した人材紹介業など/下井草)
  - (株)ミニール (書籍等の編集・デザイン・制作業/阿佐谷)

**【最優良賞の受賞理由】**  
岩通ガーデンの地域への開放、杉並チャリティウォークの企画・運営への参画、職場体験の受け入れなどをとおして、地域の子育て支援へ多大なる貢献を行っています。また、社員に対する支援として、男性社員の有給休暇・育児休業の積極的な取得促進に努めるとともに、女性社員の育児休業も長期取得しやすい環境を整備するなど、社員が働きやすい環境整備に積極的に努め、他の模範となっています。

佐谷北  
◆**地域貢献賞**  
子育て支援に係る地域貢献を積極的に行っている事業者に贈られます。

◆**受賞者(所在地)**  
●(株)いなげや (小売業/立川市※区内に二店舗あります)

## 家庭で眠っている品・不用になった品を再利用

# リサイクルひろば高井戸

たんす・ダイニングテーブル・食器棚・学習机・乳児用ベッドなど……。リサイクルひろば高井戸では、区民の皆さんからご寄附いただいた150点以上の家具に清掃やキズの修理などを施し、廉価で販売しています。気に入った家具が見つければ、どなたでもその場で購入できます。新品の家具をお求めになる前に、ぜひ、一度のぞいてみてはいかがでしょうか。

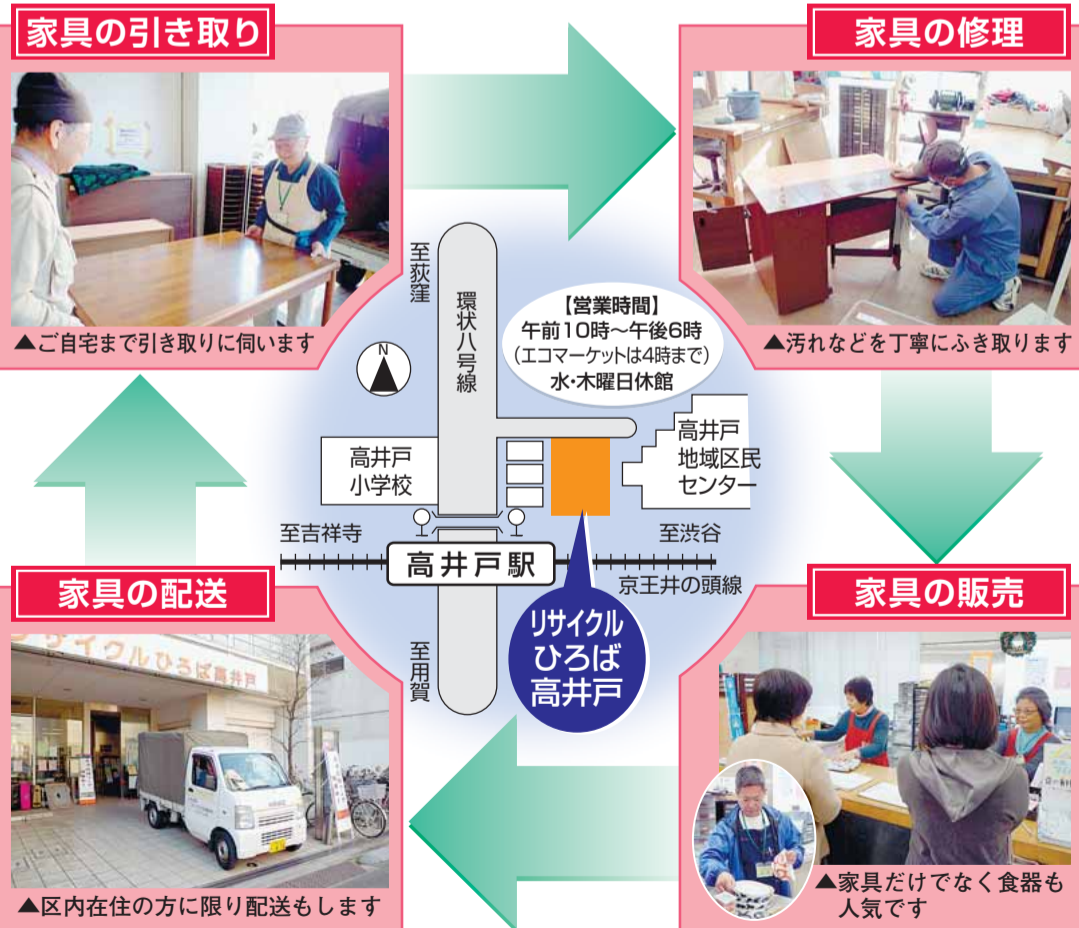
——問い合わせは、リサイクルひろば高井戸 (高井戸東3-7-4 ☎3331-4360) へ。

地球に優しい「エコマーケット」や講座も開催しています！

衣類・雑貨類で、まだ着られるもの・使えるものをご寄附いただき販売しています。家庭で眠っているものがありましたら、ご連絡ください(お受けできない品や状態によりお断りする場合があります)。また、ご家庭で不用になった品を紹介する「不用品情報コーナー」は同ひろばのホームページ <http://www.ecosuginet.jp/> から利用できます。

これらの販売収益は、NPO法人すぎなみ環境ネットワークの運営資金として活用させていただいています。

すぎなみ環境ネットワークでは、使い捨て生活の見直しや、ごみの削減を目指すお手伝いをするため、自然・環境に関するさまざまな講演会や、「和服・洋服のリフォーム」、「古布からぞうり作り」など、家庭で使わなくなったものを工夫とアイデアで作り直す講座を行っています。



ひたたくり防止グッズ第2弾！

## 「すぎなみバッグ」好評発売中！

機能性だけでなくデザイン性も重視した優れもの♪

▲大容量で買い物にも便利です

「すぎなみバッグ」は、ひたたくり被害に備え、バッグの表面に指先を入れ、握ることができる特殊スリットを施してあるほか、肩掛けベルトをバッグの底部分に通して持ち手としても利用できるようになっています。

また、エコバッグとしての利用も可能で、手のひら大のサイズに折りたたんで携帯することもできます。

区役所1階「コミュニケーションショップ」で1000円にて販売しています。ひたたくり被害の防止に、ぜひ、ご活用ください。

▲黒とアイボリーの2色から選べます

図元機管理室地域安全担当課

