

生活の安心 国民年金 …… 2

成人祝賀のつどい …… 3

コミュニティ通信 …… 6・7

「区議会だより」が折り込まれています。

すぎなみ

歩きながら、元氣と文化が、すぎなみ
生まれる街。

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/

暮らしのちょっとしたお問い合わせは
☎#8800または☎3372-8800
区役所いつでも電話サービス

区役所いつでも電話サービス



杉並区コールセンター

区役所いつでも電話サービス

杉並区コールセンターを ご利用ください

区では、「24時間365日の区役所サービス」の実現に向けて、年中無休で午前7時～午後11時まで、区役所のサービス内容や手続き・施設の案内・催しの情報など、暮らしのちょっとしたお問い合わせにお答えする「区役所いつでも電話サービス（杉並区コールセンター）」を開設しています。区から委託された事業者の専門オペレーターが、皆さんからのお問い合わせに対し、その場でお答えします。内容によっては、すぐにお答えできないこともあります。その場合は、開庁時間内であれば、区役所の担当者へ電話を転送します。また、粗大ごみの収集申し込みの受け付けも行っています。

——問い合わせは、区政相談課コールセンター担当へ。

電話で簡単！☎#8800または☎3372-8800へ

※最近、番号のかけ間違いが多くなっています。ご利用の際は再度、番号をお確かめください。

▶お気軽にご利用ください

区役所のサービスや施設の案内、催しなどでわからないことがある時は、お気軽にお問い合わせください。



たとえば…

- 日曜日に印鑑証明を発行しているところはどこかしら
- 郵送で住民票を取るにはどうしたらいいの
- 婚姻手続きに必要な書類は何ですか
- 不燃ごみの収集日はいつかしら
- 図書館の休館日はいつだろう
- テニスコートやグラウンドの申し込み方法を教えて

ご利用方法

【お問い合わせ】受付時間は、午前7時～午後11時（年中無休）

▶携帯電話・PHS・プッシュホン回線をご利用の方＝☎#8800

▶ダイヤル回線・IP電話をご利用の方＝☎3372-8800

▶ファクスをご利用の方＝FAX3372-8810

▶Eメールをご利用の方＝✉call@8800.city.suginami.tokyo.jp

※ファクス・Eメールで午後11時～午前7時までいただいたお問い合わせの回答は、午前7時以降になりますので、ご了承ください。

【粗大ごみ収集申し込み】受付時間は、午前8時～午後7時
(12月30日～1月3日は除く)

※「杉並区コールセンター」のお問い合わせ受付時間とは異なります。
※年末の粗大ごみ収集の申し込みは例年混み合いますので、お早めにお申し込みください。

▶携帯電話・PHS・プッシュホン回線をご利用の方＝☎#8800

▶ダイヤル回線・IP電話をご利用の方＝☎3372-8800

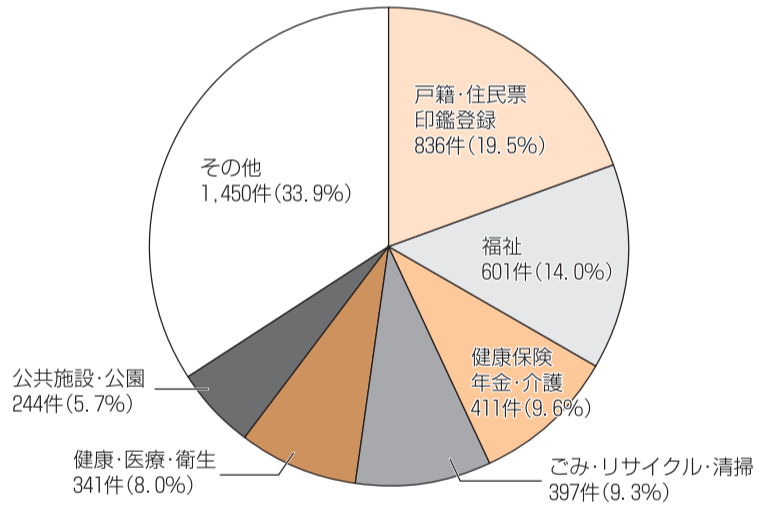
▶インターネットをご利用の方＝http://www.seisou.city.suginami.tokyo.jp/

▶ファクスをご利用の方＝FAX3372-8810

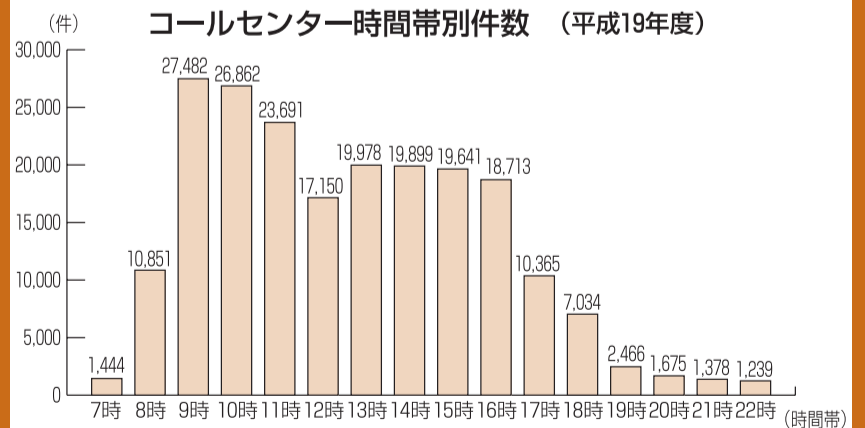
※インターネット・ファクスは、24時間受け付けています。ただし、ファクスでの申し込みは、受け付け完了が翌日になる場合があります。インターネット・ファクスとも受け付け完了の返信をしますので、必ずご確認ください。

コールセンターへのお問い合わせ内容の内訳

問い合わせ 9月分 合計4,280件



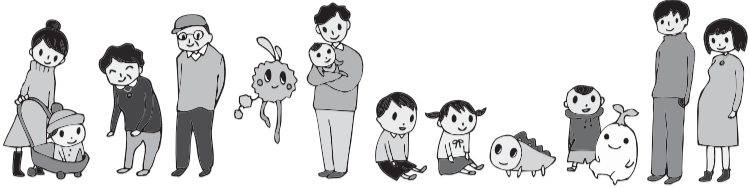
時間帯別の状況は下グラフのとおりです。曜日・時間によっては電話が集中することがあります。電話対応をする人員については、適正な人数配置を心掛けておりますが、つながりにくい場合は、時間をおいておかけ直してください。



こんな時は直接、区役所へ

- ▶ご自身の住民税額や国民健康保険料のことなど、個人情報にかかわるもの
- ▶区から届いた通知書などに関するお問い合わせ
- ▶区への要望や苦情にかかわるもの

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、老齢給付の受給者約2400万人の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

▼**第一号被保険者** 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。20年度の保険料は月額一万四四一〇円です。まとめて前納すると割引になります。

▼**第二号被保険者** 会社員・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。

▼**第三号被保険者** 第二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す。

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。

なお、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。

※免除・猶予が承認された期間は、基礎年金受給資格期間に算入されます。なお、免除や猶予が認められた期間が一〇年以内ならば、あとから追納することができ(経過期間に応じた一定の利率が加算さ

れます)。ただし、一部免除は期限までに部分納付額を納めないで未納期間となります。※退職などの特例的な事情がある場合は、別途審査となります。

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(※)が合計二五年以上ある方が、原則65歳から受給できます。20年度の年金額は、七九万二一〇〇円(四〇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36年4月以降海外に住んでいた期間、などがあります。

▽65歳になられる方へ
20歳〜60歳までの間、加入したことのある年金が国民年金だけで、第一号被保険者期間のみの方が、老齢基礎年金を受給するには、区役所で手続きが必要です。受け付けは誕生日の前日からです。

◇必要書類

①年金手帳②年金受け取り希望先の金融機関の通帳③印鑑(ご本人が自署する場合(不要))

◇障害基礎年金

国民年金加入中または20歳前もしくは60歳〜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。20年度の年金額は、九九万一〇〇円(一級)、七九万二一〇〇円(二級)。

※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。

◇遺族基礎年金

国民年金加入者または老齢基礎年金の受給資格を満たした方が亡くなったとき、扶養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、障害基礎年金の一、二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

第一号被保険者・任意加入被保険者が定額保険料に付加保険料(月額四〇〇円)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、二〇〇円×付加年金納付月数(12カ月納付すれば、年二四〇〇円上乗せされます)。

◇寡婦年金

第一号被保険者の納付済期間などが二五年以上ある夫(婚姻期間一〇年以上)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歳から65歳になるまでの間支給されます。

◇死亡一時金

第一号被保険者として保険料を三年以上納めた方が、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。

こんなときには 杉並社会保険事務所へ



国民年金の業務は、区役所の国民年金係と国の機関である杉並社会保険事務所の二つに分かれています。次の内容については、杉並社会保険事務所へお問い合わせください。

◇国民年金保険料に関すること

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)

◇厚生年金に加入したことがあるか、第三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

年金加入記録は問い合わせ先①〜④で確認できます。また、確認後、疑問のある場合は、社会保険事務所へ調査を依頼し、後日回答が送られてきます。結果に対して審議を申し立てるときは、社会保険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あります。詳細は、杉並社会保険事務所にお問い合わせください。

◇問い合わせ先

①ねんきん特別専用ダイヤル ☎0570-058155
②IP電話・PHSからは ☎03-6700-1144

(通話料金は一般の固定電話の場合、市内通話料金と同額です)

②一般の年金相談は、ねんきんダイヤル ☎0570-058155、IP電話・PHSからは ☎03-6700-1165

③杉並社会保険事務所(高円寺南2-54-9) ☎3312-1511

④社会保険庁ホームページ <http://www.sia.go.jp/>での電子申請、または、ID・パスワードによる年金個人情報提供サービス

◇受付時間

①は、月〜金曜日 午前9時〜午後8時
②は、月曜日(祝日の場合は火曜日) 午前8時30分〜午後7時
③は、月曜日(祝日の場合は火曜日) 午前8時30分〜午後5時
④は、月曜日(祝日の場合は火曜日) 午前8時30分〜午後5時

午後4時(時期により時間変更があります。詳細は、杉並社会保険事務所にお問い合わせください)

いずれも、祝日・12月29日〜1月3日は実施していません。

◇国民年金推進員(非常勤の国家公務員)

制度のPR、保険料納付などについて、区内の国民年金加入者宅を訪問しています。写真付きの身分証明書を携帯しています。不審に思われたときは杉並社会保険事務所までご確認ください。

区からの お知らせ
SUGINAMI INFORMATION
区議会

土曜議会を開催します

第4回定例会を11月22日(土)午前10時に開会します。本会議場で生の議会をご覧ください。本会議や委員会、定員の範囲内でどなたでも傍聴できます。

■22日(土)は直接、区役所中棟五階へ▽22日(土)以外、区議会事務局(中棟三階)へ
区議会事務局(他)①手話通訳を希望する方は、希望日の四日前までにお申し込みください②本会議の様子は区議会ホームページ <http://www.gikai.city.sugina mi.tokyo.jp/>で録画中継しています(会議終了からおおむね二四時間後に「速報版」を掲載します。また、一週間後には内容や質問者ごとにご覧になれます)

10月から杉並区納付センターを開設しました

区は、区民税などの徴収率の向上のため「杉並区納付センター」を設置し、住民税や国民健康保険料などを納め忘れていた方に対して、民間事業者の専門オペレーターによる電話での納付案内を行います。納付センターの電話番号は☎3311-1150です。

◇納付案内の時間帯
平日=午前9時～午後5時(原則毎週火曜日は午後5時～8時まで延長)▷土・日曜日=午前9時～午後5時(原則毎月最終の土・日曜日。12月は第3土・日曜日)詳細は、区ホームページをご覧ください

☎納税課納付センター担当

税金

住民税(特別区民税・都民税) 夜間電話相談

納期内に納付ができない、納め忘れた税金がある、分割で納付したいなど、住民税の納付についての相談を受け付けます。

■11月27日(木)午後5時15分～7時30分
☎電話で、納税課 ☎5307-0634、0637へ

高齢者など

高齢者インフルエンザ予防接種

区では、高齢者を対象に予防接種費用の一部を公費負担しています。

接種を希望する方は、契約医療機関に連絡の上、予約票(9月末に郵送済)を持参して接種を受けてください。

■接種期間 21年1月10日(土)まで

■自己負担額 二二〇〇円(生活保護等受給中の方は免除。事前に福祉事務所・保健センターまたは杉並保健所保健予防課で予約票に「免除」のスタンプを受けてから医療機関へ持参してください)

■対象 区内在住で①接種当日に満65歳以上の方(昭和18年12月31日以前生まれ)②接種当日に満60歳以上65歳未満で、心臓・じん臓・呼吸器の機能障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害のある方(身体障害者手帳一級相当)

◇問い合わせ 杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025 または各保健センター

募集します

査掛小学校・永福小学校の学校運営協議会委員

地域運営学校(コミュニティ・スクール)は、地域の方や保護者が学校運営協議会を通じて学校運営に参画し、地域に開かれ信頼される学校づくりの実現を目指す仕組みです。

■協議会への出席(月一回程度)▽募集校 ①査掛小学校(清水3-1-9)、永福小学校(永福2-16-33)▽資格 ①募集校の通学区域または隣接する通学区域に在住・在勤・在学中で、現在20歳以上の方▽募集人数 各校四名以内▽報酬 二六〇〇円(協議会に出席した場合)■応募用紙(区ホームページまたは教育改革推進課(区役所東棟六階)と募集校で配付)と作文(これからの学校運営のあり方について「八〇〇字程度」を、11月28日(必着)までに教育改革推進課へ郵送または持参■同課へ一次は書類審査、二次は面接(12月上旬予定)。応募書類と作文は返却しません

その他

書類と手続き・社会保険に関する相談

相続や金銭に関する法的書類の作成や、年金・社会保険の相談を行政書士・社会保険労務士がお受けします。

■11月14日(金)午後1時～4時
場 区役所一階ロビー(費無料)■当

特別慰労品の請求はお済みですか

恩給欠格者・戦後強制抑留者・引揚者ご本人に、内閣総理大臣名の「特別慰労品」を贈呈しています(過去に内閣総理大臣名の書状などを受けた方も対象となります)。

■請求期限は21年3月31日まで。未請求の方は早急に手続きをしてください。

■資格要件など ①独立行政法人平和祈念事業特別基金 ☎0120-234-9333 ②請求書の配付 ③保健福祉部管理課地域福祉係(区役所東棟三階)

住基ネットの職員用ICカードの所在不明

平成14年当時に使用した住基ネットの職員用ICカード一枚の所在が不明となりました。

このカードは既に登録を抹消し、個人情報漏えいの心配はありません。また、過去の不正使用の記録はありませんので、具体的な被害がなかったとはいえ、こうしたことは、深くお詫び申し上げます。

■今後は、このようなことが決して起こらないようカード管理の厳格化を図るとともに、一層のセキュリティ強化に努めてまいります。

■なお、詳細は、区ホームページの「お知らせ一覧」をご覧ください

■区民課住民記録係

成人祝賀のつどい

お住まいの地域ごとに決められた時間(下表)にお越しください。

【対象】昭和63年4月2日～平成元年4月1日生まれで区内在住の方
※該当者へは、12月中旬に案内状を送付する予定です

【お問い合わせ】児童青少年課 ☎3393-4760

時間	お住まいの地域(町名)
午前10時30分～11時30分	天沼・井草・今川・荻窪・上井草・上荻・清水・下井草・松庵・善福寺・西荻北・西荻南・本天沼・南荻窪・桃井
午後1時～2時	阿佐谷北・阿佐谷南・梅里・高円寺北・高円寺南・成田西・成田東・堀ノ内・松ノ木・和田
3時30分～4時30分	和泉・永福・大宮・上高井戸・久我山・下高井戸・高井戸西・高井戸東・浜田山・方南・宮前

もしも急病のときは…

○24時間対応の医療情報
杉並区急病医療情報センター
☎3423-9909
言語・聴覚障害などの方は…
FAX3423-9933

24時間無休で病院・診療所の案内、急病対応の説明、小児急病相談を行っています。
(通話内容は録音します。3カ月保存)

●急に熱が出た…
◇休日等夜間急病診療所(杉並保健所2階)
☎3391-1599
FAX3391-6099
(まず、電話でご相談ください)
※診療受付は診療終了時間の30分前までです。

内科、小児科、外科、耳鼻咽喉科
▷月～金曜日夜間(小児科のみ):午後7時30分～10時30分
▷土曜日:午後5時～10時
▷日曜日・祝日・年末年始:午前9時～午後10時

◇当番医
急病医療情報センターがご案内します。
☎3423-9909

※診療受付は診療終了時間の30分前までです。
内科、小児科
▷日曜日・祝日・年末年始:午前9時～午後5時
往診は行いません。いずれも受診の際は、健康保険証・その他の医療証(コピー不可)を必ずお持ちください。

杉並保健所(荻窪5-20-1)

ご存じですか 犯罪による被害者のための相談窓口

区や都では、犯罪被害にあった方やその家族・遺族の皆さんからの相談に応じるため窓口を設置しています。犯罪被害にあつてお困りの方は、まずご連絡ください。相談は無料で秘密は厳守します。

区の犯罪被害者総合支援窓口
☎5307-0620
FAX5307-0681
■時 月～金曜日午前8時30分～午後5時(祝日・年末年始を除く)

都の犯罪被害者総合相談窓口
(社)被害者支援都民センター
☎5287-3336
FAX5287-3387
■時 月・木・金曜日午前9時30分～午後5時30分、火・水曜日午前9時30分～午後7時(祝日・年末年始を除く)
※制度に関する情報は、都総務局人権部被害者支援連携担当
☎5388-2589

名称	内容/講師	開催日・時間	定員	費用	申込/締切	
●高円寺地域区民センター (〒166-0011梅里1-22-32 高円寺地域集会施設運営協議会 ☎3317-6614)						
講	つるし雛を作りますか	ひな祭りに向けて、かわいいつるし雛を作ってみませんか/小野田千栄子	21年1月16日~30日の毎週(金) 午前10時~正午(計3回)	20名	3000円	11月24日
	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×2.5cm1枚、運動しやすい服装、靴・タオルを持参)/ティップネス中野▷対象=15歳以上で中学校を卒業している方	12月12日(金)午後6時15分~8時15分	10名	100円(保険料含む)	12月1日
●和田区民集会所 (和田2-31-21 申し込みは、高円寺地域区民センターへ)						
催	あわてんぼうのクリスマス2008	今年も明るく楽しいクリスマス会を開催します。お土産もあります(要事前申込)▷内容=和田中学校吹奏楽&ハンドベル、防犯教室、マジックショー▷対象=3歳~小学生(就学前のお子さんは保護者同伴)	12月6日(土)午後1時~3時	150名	無料	11月20日(2名まで連記可)
●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)						
催	おはなしひろばクリスマススペシャル	親子で楽しむ音泉(おんせん)コンサート~うたとピアノでほんわか・あったか・ポッカポカ▷出演=松林良晴(うた)、松林潤子(ピアノ)▷対象=小学生とその家族	12月13日(土)午後2時~3時30分	20組	無料	11月13日から図書室で受付(先着順)
講	おはなしひろば	絵本の読み聞かせ、手遊びなど/ポエム、ムーミン母親クラブ▷対象=幼児・小学生。幼児は保護者同伴	12月4日(木)・11日(木) 午後3時30分~4時	-	無料	当日直接
	12月トレーニング機器講習会	トレーニング室を利用するための事前講習会(写真3cm×2.5cm1枚、運動しやすい服装、靴、タオル持参)/高橋悦子▷対象=15歳以上で中学校を卒業している方	12月17日(水)午前10時~午後1時	10名	120円	12月4日
●上高井戸区民集会所 (上高井戸1-15-5 申し込みは、高井戸地域区民センターへ)						
講	アートフラワー教室	クリスマスの素敵なリースとお正月にお部屋を彩るゴージャスで上品な雰囲気をお花で演出しましょう/栗原宣子	12月2日(火)・16日(火)午前10時~正午	15名	4100円(保険料含む)	11月20日
●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)						
催	フルートとギター「心のふるさと」	フルートとギターで親しみのある名曲の数々を演奏します。「千の風になって」「川の流れるように」や古賀メロディなどを奏でます▷出演=山下兼司(フルート)、富川勝智(ギター)▷託児あり(事前申込制)	12月7日(日)午後1時30分~3時30分	90名	100円	11月24日
講	エコライフを始めよう~アクリルたわしを作ろう	環境にやさしいアクリルたわし作りと活用法を学びます/布澤好子	12月2日(火)午前10時~正午	20名	1個100円	11月18日
	トレーニング機器講習会	トレーニング室を利用するための事前講習会(写真3cm×2.5cm1枚、室内履き、タオル持参)/山崎妙子▷対象=15歳以上で中学校を卒業している方	12月6日(土)午前9時30分~11時30分	12名	100円(保険料含む)	11月26日
	トレーニング相談	トレーナーが指導と相談に応じます/山崎妙子▷対象=講習会修了者	12月6日(土)正午~午後1時	10名	100円(使用料)	当日受付(先着順)
●下高井戸区民集会所 (下高井戸3-26-1)						
催	土曜日の音楽会「師走のジャズライブ」	スタンダードナンバーやポピュラーを中心にインストルメンタル曲とボーカル曲を織り交ぜて演奏します。アットホームなライブをお楽しみください▷出演=夏実ちゃんバンド、おじさんズとゆかいな仲間たち▷曲目=「テネシーワルツ」「オールザシングズユーアー」ほか	12月13日(土)午後6時開演	80名	無料	当日直接(先着順)

●住民は地域社会の主人公
緑豊かで安全なまちづくりは
地域の絆から

上井草地区親和会(上井草地区町会連合会)

緑豊かな上井草地区は、区の北西部に位置し閑静な住宅街を形成しています。地区内には観音寺や井草八幡宮のような大きな寺や神社があり、特に井草八幡宮は、地域の氏神様としてその圧倒的な存在感を漂わせています。

上井草地区親和会は、九つの町会・自治会(善福寺町会・新町自治会・三谷町会・今川親和会・上井草自治会・宿町町会・井荻自治会・井荻三丁目会・さくら町会)から成り立っています。各町会・自治会は、お祭りなどの伝統行事を大切に、地域の活性化のために会員相互の親睦を深める活動を行っています。

また、青少年育成の活動にも積極的に参加しています。「少年野球大会」、「青少年スポーツ大会」、児童館と上井草青少年育成委員会との共催事業である「もちつき大会」などの事業を各町会が担当し、青少年の健全育成の一端を担っています。先月13日には、踊りを通じて子どもたちの健やかな成長を目指す「第一回すきなみ舞祭(すきなみ舞祭)実行委員会主催・杉並区町会連合会ほか共催」が開催されました。



▲善福寺公園

「まちの絆防犯講座」を主催するが、「まちの絆防犯講座」を開催します。この講座をきっかけに、町会・自治会の活動内容をご理解いただき、町会加入促進につなげていきたいと考えています。

上井草地区親和会は、今後も地道で着実な活動を続け、地域の安全とふれあいの輪を広げていきます。(会長・本橋又藏)

また、今年度は区の「まちの絆向上事業助成」を受け、初めての試みですが、「まちの絆防犯講座」を開催します。この講座をきっかけに、町会・自治会の活動内容をご理解いただき、町会加入促進につなげていきたいと考えています。

上井草地区親和会は、今後も地道で着実な活動を続け、地域の安全とふれあいの輪を広げていきます。(会長・本橋又藏)

- ①ミニコミ誌の魅力ある「町会報」の発行
 - ②重点的な清掃活動・防犯活動
 - ③地域の高齢者施設への協力
 - ④日帰りバス旅行
 - ⑤町内在住の高齢者への記念品贈呈
 - ⑥歳末の巡回パトロールなど。
- これらの活動は、安全で住みよいまちづくりをしていくという強い共通の意志に基づいて行われます。

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

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。

【マークのみかた】 **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

往復ハガキ記入例

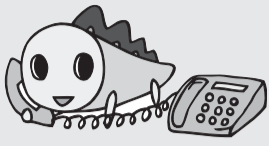
〈1人1枚〉

- 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

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
●井草地域区民センター (〒167-0022下井草5-7-22 井草地域集会施設運営協議会 ☎3301-7723)					
	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	12月13日(土) 受付=午後1時30分～3時	—	無料 当日直接
催	コミュニティ・すくーる「井草昔ばなし」	地域で育った方々が、今昔体験談を織りまぜて語ります	12月13日(土)午後2時～4時	50名	200円 12月1日
	クリスマス・コンサート	忙しい年の瀬、チェロとマリンバの美しいハーモニーで、くつろぎのひとときをお過ごしください▷出演=チェリンバ・山崎史子(マリンバ)、井上真那美(チェロ)	12月23日(祝)午後1時30分～3時30分	80名	100円 12月8日
講	今年こそパソコンでMy年賀状	Wordでデジタルカメラ写真やイラストを入れて、オリジナル年賀状を1日で仕上げます(ノートパソコン持ち込み可) / NPOわくわくネット・児玉洗	①11月29日(土) ②12月5日(金) 午後1時～3時	各10名	各500円 11月18日(参加希望日を記入)
●西荻地域区民センター (〒167-0034桃井4-3-2 西荻地域集会施設運営協議会 ☎3301-0811)					
催	西荻ウインターコンサート～3つの楽器によるアンサンブル	新日本フィルで首席奏者を長年務めたチェリスト・松波恵子さん、読売日本交響楽団コンサートマスターのバイオリニスト・小森谷巧さん、ピアノ伴奏・小森谷裕子さんの共演です▷曲目=メンデルスゾーン「ピアノトリオ」、ベートーベン「魔笛の主題による7つのバリエーション」ほか▷チケット販売窓口=①地域区民センター②杉並区文化協会☎5347-4366③同協会ウェブ予約④区役所1階「コミュかるショップ」⑤杉並公会堂	12月20日(土)午後5時～7時	366名	1000円 チケット販売中
	戸塚フランス刺しゅう～クリスマスの飾りを手作り	布地に糸を刺し、絵画や文様を描く手法の刺しゅうです。小学生1人でも挑戦できます。親子そろっての参加もいかがでしょうか / 川村厚子▷対象=小学生以上の方	12月6日(土)午後1時30分～3時30分	20名	1点1000円 11月24日
講	子どもが喜ぶクッキング講座⑨～親子で作るクリスマスケーキ	小学生は料理作りに参加、就学前の幼児は託児後、親子で試食(1家族1台。持ち帰り可) / 篠田幸恵▷対象=小学生以下の親子▷託児あり(事前申込制。子育て応援券利用可)	12月13日(土)午前10時～午後0時30分	15組	1500円 応援券 11月24日
	木工工作～木のクリスマスツリーを作ろう	ペニヤ板や丸棒を使いクリスマスツリーを作成します。小学生(低学年を除く)1人でも挑戦できます。親子そろっての参加もいかがでしょうか / 城谷邦男▷対象=小中学生(小学校低学年は保護者同伴)	12月14日(日)午後1時30分～3時30分	20名	1000円 11月27日
募	センターまつり 展示作品・出演者	展示作品=絵画・書道・写真・工芸・手芸・生け花など▷会場は体育室(地下2階)になります。ホール出演者=舞踏・コーラス・演奏など	センターまつり=21年3月7日(土)・8日(日)午前10時～午後4時	—	無料 12月4日
●荻窪地域区民センター (〒167-0051荻窪2-34-20 荻窪地域集会施設運営協議会 ☎3398-9127)					
	杉並の川歩き(善福寺川)※1	杉並の環境と歴史、河川の変遷を、講習や善福寺川緑地の野外実習で楽しく勉強します / 鈴木富雄	11月21日(金)午前10時～午後3時	30名	200円 11月17日
講	楽しい朗読※2	初歩的な発声練習を含めて、谷川俊太郎の詩や宮澤賢治の童話ほか、さまざまな文学作品を教材に、朗読表現を楽しみませんか / 岡根子	11月28日～12月19日の毎週(金)午後1時30分～3時30分(計4回)	30名	200円 11月19日
	家庭で楽しめる中華料理※3	NHKにテレビ出演などされた講師と中華料理のフルコースを作ります。調理後、全員で試食します / 雨宮広和	12月4日(木)午前10時～午後2時	30名	2000円 11月23日
	センターカレッジ 他人ごとでないです「認知症」	認知症を理解し、介護の実情をお聴きします。申し込みの際に、よろしければ参加動機も書いてください / 浴風会ケアスクール校長・服部安子	12月6日(土)午後2時～4時	60名	200円 11月23日
※1 野外実習の解散は和田堀公園。雨天の場合は屋内講習。※2 全員に朗読を体験していただきます。※3 持ち物=エプロン・三角きん・ふきんなど					
●阿佐谷地域区民センター (〒166-0004阿佐谷南1-47-17 阿佐谷地域集会施設運営協議会 ☎3314-7215)					
	土ようえほんとおはなしの会	お子さんと楽しい時間をすごしましょう / ORCAわーるど	11月22日(土)午後2時～3時	—	— 当日直接
催	土ようえほんとおはなしの会 クリスマススペシャル	人形劇や紙芝居を用意しています。皆さんお誘い合わせてお越しください。お菓子のプレゼントもあります / 三つのりんご、こうばの会、ご本・お話しすき会、ORCAわーるど▷うた=吉田寛子	12月13日(土)午後2時	90名	— 当日直接
講	心に響く手作り年賀状講座	①作って楽しい消しゴム版画で年賀状②墨と筆、和紙でひと手間かけて年賀状③ペンなどで個性あふれる年賀状 / 岡田紀子	①12月2日(火)午前10時～正午 ②4日(木)午後1時30分～3時30分 ③12日(金)午後1時30分～3時30分(計3回)	40名	1300円 11月18日
募	春まつり展示会作品出品者	展示作品=写真・書道・絵画・手芸・彫刻・生け花・短歌・陶芸など	説明会=12月10日(水)午後1時30分～3時30分▷春まつり=21年2月14日(土)・15日(日)	—	— 11月30日

電話相談 など



全国一斉

「女性の人権ホットライン」強化週間

法務省の人権擁護機関は、「女性の人権ホットライン」を設置し、夫・パートナーからの暴力、職場などにおけるセクシュアル・ハラスメントやストーカ

「女性の人権ホットライン」 ☎0570-070-810 (全国共通) 11月17日(月)～23日(木)午前8時30分～午後7時

司法書士無料相談会 「全国一斉労働トラブル110番」

人事労務管理の個別化や雇用形態の多様化などに伴い、労働者と使用者間のトラブルは毎年大幅に増加しており、19年度に全国の総合労働相談コーナーに寄せられた相談件数は約100万件にのぼりました。

簡易裁判所における民事訴訟の代理権をもち、従来から、賃金やアルバイト代金の未払いなどの労働関係の法律相談に応じ、紛争解決にあたってきた司法書士が、賃金未払い・サービス残業・職場内のいじめやセクハラ・解雇などの幅広い相談に応じます。

くゆうゆう館 (旧敬老会館) の催し

Table with 4 columns: ゆうゆう館名, 内容/講師, 日時, 費用. Lists various activities like health exercises, origami, and lectures.

※申し込み・問い合わせは、各ゆうゆう館へ。各ゆうゆう館とも第3日曜日は休館です。

21年1月の足腰げんき教室

ボールを使った簡単な体操で、体を動かしましょう。 時・場 下表のとおり筋力強化やバランス能力の向上のための体操、介護予防

Table with 2 columns: 会場, 日時 (週1回半日、4回コース). Lists venues like 杉並保健所 and 高円寺障害者交流館.

情報ぽけっと

区の後援・その他の催し・講座など

催し

★東京土建まつり～住宅デスベシャル 11月16日(日)午前10時～午後2時 杉並第十小学校グラウンド・体育館と蚕糸の森公園

★島唄口マン紀行～オキナワノウタコンサート 21年2月28日(土)午後6時 杉並公会堂



★手織り展 11月22日(土)～24日(月)午前11時～午後4時 (24日は午後3時まで) 杉並第四いずみ福祉作業所・工房「手と手」

★杉並フィルハーモニー管弦楽団「ベートーベン特集」 11月24日(土)午後2時 七喜センター

◇区民100名無料招待 往復ハガキ(5面記入例参照)で、11月16日(必着)までに社会教育センター

★区内産野菜・草花・植木などの即売とバザー 11月22日(土)・23日(日)午前9時～午後4時

★杉並親子劇場～杉並わんぱく寄席パート4 12月7日(日)午後2時～3時20分 杉並公会堂

講演・講座

★日本フィルメンバーによる「60歳からの楽器教室」 12月～21年11月(月2回、2時間程度。計20回)

★脳卒中を知る会 11月26日(水)午後3時～4時 四宮区民集会所

★家庭学級「あなたの大切なものはなんですか?から始まるブックトーク」 11月

27日(木)午後3時30分～5時 松溪中学校 本の紹介、読み聞かせ

★福祉講座「自分で治せる健康講座～東洋医学と均整術を組み合わせた健康法」 11月28日(土)午前10時～正午

★講演会・赤羽末吉「スーホーの白い馬」を画く 11月29日(日)午後1時～3時

★地域ふれあいペット教室 11月29日(日)午後2時～3時30分 方南会館

★家庭教育講演会～がんばっているお母さん、家族にどんな心とどけてますか? 12月2日(火)午前9時55分～正午

★親子料理教室～元気な冬野菜をおいしく食べよう! 12月6日(日)午前9時30分～午後0時30分

食育推進ボランティア・館野由利 区内在住の方親子15組(申込順)

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

その他

★社杉並区シルバー人材センター・公開体力測定 11月26日(水)午後1時～3時

★看護職員復職支援研修(東京都看護協会受託事業) 12月1日(月)～9日(火)午前9時30分～午後4時

(発行日)毎月1日、11日、21日

