

9ぎなみ

歩きながら、元氣と文化が、すぎなみ生まれる街。

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

杉並区住宅マスタープランを改定しました 2

決まりました
～19年度指定・登録文化財 2

4月からスタートした「新しいごみの分別方法」に寄せられた質問 8

杉並ウエストサイズ物語 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/

新緑の季節 公園に出かけよう!

5/17 (土)

柏の宮公園で「みどりのイベント2008」を開催



みどり豊かな柏の宮公園 (4・35 ha)

「みどりのイベント2008」は、あそびを通じて、身近にあるみどりに親しみ、みどりと遊び、みどりについて考えてもらうというイベントです。草地広場・疎林広場・池・茶室などがある区内で最も大きな「柏の宮公園」で、みどりと触れ合いませんか?
—— 問い合わせは、みどり公園課みどりの計画係へ。

地域の緑化活動に取り組みボランティア団体や区内の造園事業者有志をはじめ、みどりのボランティア杉並・浜田山町会・浜田山商店連合会・区みどり公園課による、みどりと親しむ楽しい企画がいっぱいです。ぜひ、お越しください。

時 5月17日(土)午前10時～午後4時
場 柏の宮公園(浜田山2-5) 内下表のとおり
当日、直接会場へ。せんだい講座と植物の育て方・管理方法講座は、事前に電話でみどり公園課みどりの計画係へ(各先着20名)
同 係

〈みどりのイベント2008〉

わかば色の新緑が繁る、気持ちいい季節になりました。区内には柏の宮公園(上写真)、下写真の4公園、そのほか馬橋公園(高円寺北4-35-5)や井草森公園(井草4-12-1)などの公園があります。さわやかな風に吹かれて、公園に出かけてみませんか?

杉並児童交通公園 成田西1-22-13



大田黒公園 荻窪3-33-12



蚕糸の森公園 和田3-55-30



塚山公園 下高井戸5-23-12

催し名など	内容
植木応援団と一緒に作ろう	竹細工・火の体験コーナー
おしえてピオトープ	身近なピオトープと、そこに住む生き物たちの紹介・ザリガニ釣り
柏の宮公園の自然と田んぼ(展示)	公園の特徴や柏の宮公園自然の会の活動紹介、不耕起稲作のビデオ上映
杉並冒険遊び場☆のびっぴひろっぴ inみどりのイベント	ロープによる遊具、工作、リヤカー遊び、火の体験コーナーなど
特定外来生物法の紹介	害を与えそうな動植物の紹介や、帰化植物の観察会(午前11時～正午、午後2時～3時)など
ワラや葉っぱで工作しよう!	ワラを使ったリースや、シュロの葉でバッタやかえるをつくります
みどりの相談コーナー、せんだい枝葉のチップ化デモンストレーション	造園全般の相談や、枝葉のチップ化と無料配布
みんなで遊び隊	紙ヒコーキ・お手玉づくり、ボールすくい
せんだい講座(午前10時30分～正午)、植物の育て方・管理方法講座(午後1時30分～3時)	室内での講座、ディスカッション。電話で、みどり公園課みどりの計画係へ(各先着20名)
その他の催し	
草花・植木の販売とプラ鉢の無料配布/焼きそばやジュースの販売/犬のしつけ教室(事前申し込み終了)	

※①車での来場はご遠慮ください。②購入した花木や、枝葉チップを持ち帰るためのマイバッグ・袋を持参してください。③ごみの持ち帰りにご協力ください。④一部の企画は材料が無くなり次第終了。⑤雨天の場合は内容に変更あり。

■犬と利用できる公園での利用マナー■

現在、区内で犬を連れて利用できる公園は、区立の井草森公園・馬橋公園・蚕糸の森公園・塚山公園・柏の宮公園の5カ所と、都立の和田堀公園・善福寺川緑地・善福寺公園の3カ所です。これらの公園の一般利用者の方から、犬を放す、フンをそのままにしておくなど一部のマナーの悪い飼い主に対して、苦情・要望が寄せられています。公園を利用する方の中には、犬の苦手な方や、小さいお子さんも多いことを忘

れないでください。マナーを守っている飼い主の方も迷惑しています。犬を連れて利用する際は、犬を常に制御できる短い引き綱(リード)でご利用ください。また、隣接区市の公園をご利用になる場合は、その自治体の公園規則を厳守してください。
☎みどり公園課公園利用係



■柏の宮公園の茶室をご利用ください■

柏の宮公園には日本庭園と茶室があります。茶室は寛永年間、若狭小浜藩主酒井忠勝が新宿区矢来町にあった酒井家の江戸下屋敷内の池畔に、小堀遠州に命じ造営したものです。昭和34年に移築復元され、その時に「林丘亭」と名付けられたとされています。茶会以外にも落ち着いた環境の中で生花や書道などに、ぜひご利用ください。ご利用の予約は「さざんかねっと」で申し込みをお願いします。使用料＝午前(9時～正午)5600円、午後(1時～5時)7500円、全日(午前9時～午後5時)1万3100円※登録団体には減額措置あり
☎みどり公園課公園利用係

杉並区住宅マスタープラン (平成20～29年度)を改定しました

ともにつくり ともに暮らす すぎなみの いえ・まち・ひとの実現に向けて

問い合わせは、住宅課住宅施策推進係へ。



少子・高齢化の進行や単身世帯の増加、量の確保から質の向上への政策転換を明確にした住宅基本法の制定など、住宅政策をめぐる環境は大きく変化しています。こうした社会環境の変化に対応した住宅施策を推進するため、区民等の意見提出手続きを踏まえて、従来の住宅マスタープランを改定し、20年度～29年度の間を計画期間とする新しい住宅マスタープランを策定しました。

住宅政策の基本理念

区民が安心して、豊かな住生活を実現できる住宅政策を実現するために、「ともにつくり ともに暮らす すぎなみの いえ・まち・ひと」を基本理念とします。

基本方針

(1)安心して住める快適な住まいの確保
(ともにつくり ともに暮らす「いえ」)

住宅ストック(既存住宅)は、個人の資産であると同時に、まちを構成する社会的な財産でもあることから、良質な住宅の供給を進めることとあわせて、耐震性や耐久性、バリアフリー化、分譲マンション

の適正管理など、様々な面から住宅ストック全体の質の向上を目指します。また、バランスの良い人口構成・世帯構成による地域コミュニティの醸成を図るため、それぞれの世帯がライフステージに応じて快適な住まいを確保できるように住宅施策を推進します。

(2)豊かな住環境の実現
(ともにつくり ともに暮らす「まち」)

ゆとりと潤いのある良質な街並みの住環境を維持・保全していくとともに、都心に近接した住宅地として、商業・子育て・医療・文化などの生活支援機能の集積が図られるよう、立地特性を活かした利便性の高い住宅市街地を形成していくことを目指します。

また、土地利用転換や住宅団地の建替えにあたっては、周辺の居住環境に配慮するよう誘導し、まちづくりの視点から、良質な住まいや住環境づくりを推進します。

(3)公的住宅の活用と住宅セーフティネット機能の重視
(ともにつくり ともに暮らす「ひと」)

すべての区民にとって、住宅は健康で文化的な生活を実現する上で不可欠な基盤です。公的住宅の供給にあたっては、低所得者・高齢者・障害者・ひとり親家庭・被災者・犯罪被害者など、住宅確保要配慮者を支援するため、公平性・経済性・効率性・有効性などとともに住宅セーフティネットとしての機能を重視します。

〈住宅施策の目標〉

指標	現状値	5年後の目標値(24年)	10年後の目標値(29年)
新耐震基準が求める耐震性を有する住宅ストックの割合	74.3%(18年)	80.0%	90.0%以上
高齢者の居住する住宅のバリアフリー化率	50.7%(15年)	65.0%	75.0%
生活環境について良いと感じる区民の割合	88.0%(18年)	90.0%	92.0%
最低居住面積水準未達の住宅に住む世帯の割合	11.0%(15年)	8.0%	ほぼ解消

施策の体系

(1)「安心して住める快適な住まいの確保」のために
●耐震性の向上(重点)

(2)「豊かな住環境の実現」のために
●時代やニーズに対応した住宅ストックの形成誘導(重点)
●みどり豊かなゆとりある住宅市街地の魅力向上
●利便性の高い安全な都市型住宅地の整備・誘導など

(3)「公的住宅の活用と住宅セーフティネット機能の充実」のために

- 区営住宅の管理・運営の適正化(重点)
 - 区民住宅(ベル・サラ)の管理・運営の適正化
 - 高齢者住宅(みどりの里)の管理・運営の適正化 など
- ※改定後のプランの全文と改定案に関する区民等の意見については、区ホームページのほか、住宅課(区役所西棟五階)、区政資料室(西棟二階)、区民事務所・分室、駅前事務所、図書館で閲覧できます。

〔杉並区住宅マスタープラン改定案〕に寄せられた主な意見と区の考え方
意見提出期間=3月1日～15日、意見提出件数=7件(延23項目)

意見の要旨	区の考え方
まちづくり・住まいづくりに関する住情報提供体制の整備が必要である。	住まいに関する情報の提供について、第3章5(1)に1項目加え、修正します。(追加した文)住宅施策部門と消費者施策部門等との円滑な情報交換により、住宅関連相談業務の質の向上を図ります。また、消費者が適切な住宅の建設・取得・改築等を行えるよう事業者団体を指導します。
市街地再開発事業等による災害に強い市街地の整備を促進してほしい。	住宅マスタープランの上位計画として、まちづくり基本計画があります。このまちづくり基本計画の中で、「防災まちづくり方針」を掲げ、防災都市基盤の整備や延焼遮断帯の形成、近隣住区の防災機能の強化など、防災まちづくりを総合的に進めています。住宅マスタープランでは、そのうち住宅に密接に関わる一部の施策を記載しています。
街路事業による延焼遮断帯の整備を促進してほしい。	
建替えによる不燃化の促進を推進してほしい。	
「(2)豊かな住環境の実現」に、生産緑地の減少などへの対応策が必要と考える。	まちづくり基本方針のなかで「みどりと水のまちづくり方針」を掲げ、みどりの基本計画に基づいてみどりの保全について取り組んでいます。生産緑地法に基づいた緑地の保全については、今後も検討していきます。なお、都市の緑を守るために、国や都に「緑化対策の推進」を要望しています。

決まりました

19年度指定・登録文化財

問い合わせは、社会教育スポーツ課文化財係へ。

杉並区指定文化財

●福相寺木造大黒天像、大黒天信仰関係等版木、石造物一式 福相寺(堀ノ内3-48-58)



▲神使鼠像



▲木造大黒天像

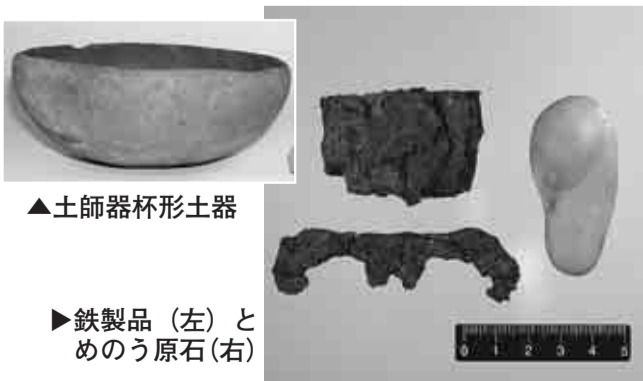
福相寺は昭和12(一九三七年)に、駒込(現文京区白山)から移転してきた寺院で、ここで祀られている大黒天像は、江戸時代から「願満大黒天」と呼ばれ信仰を集めていました。大黒天像は大づかみで大振りな彫りくちで、室町時代から江戸時代初期の特徴が見られます。版木には、大黒天像の由来を説く「願満大古久天神縁の記」のほか、護符や駒込時代の境内図の多色刷り団扇絵などが残っています。また石造物では大黒天碑・神使鼠像・幟立石柱・燈籠があり、特に神使鼠像は彫刻が精緻である上、国内でも古例に属するものです。

大黒天像、版木、石造物は江戸期の「大黒天信仰の隆盛を示すもの」として重要であり、これらが一括して伝えられていることで、互いの意義を強調しており、大変貴重なものです。で、本資料はこの古墳を位置付けるものとして重要なものです。

杉並区登録文化財

◇高千穂大学大宮遺跡円墳出土遺物
五ヶ点 高千穂大学(大宮2-19)

平成14年、高千穂大学の増改築に伴って行われた埋蔵文化財発掘調査で、区内では初めて古墳の周溝が発見されました。古墳は墳径約一三mの円墳で、古墳の墳丘や埋葬部分はすでに失われてしまっていたものの、周溝からは土師器杯形土器二点、鉄製品二点、めのう原石一点が発見されました。特に土師器杯形土器の出土によりこの古墳が古墳時代中期のものであることがわかりました。区内には数箇所の古墳があったという伝承があるものの、調査によりそれが実証されたのは初めてのことで



▲土師器杯形土器

▶鉄製品(左)とめのう原石(右)

区からの お知らせ

環境・清掃

旧料金の事業系ごみ処理券について

事業系有料ごみ処理券については、5月1日(木)以降新しいごみ処理券しか使用できません。旧料金の事業系ごみ処理券が残っている場合、清掃管理課(区役所西棟七階)・杉並清掃事務所(成田東5-15-20)・同事務所(方南支所(方南1-3-4))で、新材料との差額をお支払いの上、新しい券との交換をお願いします。ご理解とご協力をお願いします。

清掃管理課

ペットボトル回収容器の申し込み

4月からペットボトルを資源として集積所で収集しています。回収容器が必要な集積所に容器をお貸しします。

④大きさⅡ底部四〇cm×四〇cm、高さ七〇cm、容量一〇二ℓ
⑤容器を管理できる集積所(一

5月18日(日)午前9時30分～作業終了まで調布市で交通規制が行われます

調布市国領町1-42-7で発見された不発弾処理作業のため、京王線調布駅～つつじヶ丘駅間は運行休止します(新宿⇄つつじヶ丘、調布⇄八王子、調布⇄橋本で折り返し運転)。また、国領町付近や国道20号線、旧甲州街道などで、交通規制が行われます。詳細は、調布市ホームページをご覧ください。

調布市不発弾処理対策本部(総合防災安全課) ☎042-487-2880

集積所につき一個(申)集積所の代表者がハガキまたはファクス(5面記入例参照)で、清掃管理課リサイクル推進係 FAX 3312-2306へ(同)関係または杉並清掃事務所 ☎3392-17281、同事務所方南支所 ☎3323-4571(他)①容器は代表者の自宅へ配付します②申し込みが多い場合は配付に日数がかかることがあります

家庭用生ごみ処理機の購入費を補助します

生ごみ処理機とは、生ごみを温風乾燥や微生物分解などで減量・消滅させる機械式または手動式の機器で、たい肥化できるものがあります。

③補助額Ⅱ本体購入価格の二分の一(上限二万円) ④区内販売店で19年12月1日以降購入または購入予定で、次の要件をすべて満たす方①区内在住②購入した生ごみ処理機を区内で継続して使用する③20年度中にコン

ポスト容器購入費の補助を受けない▽補助予定件数Ⅱ五五件(抽選) ④ハガキ(5面記入例参照)に購入(予定)機種と購入理由も書いて、6月10日(必着)までに清掃管理課リサイクル推進係へ(同)係他当選通知を受けた後に領収書ほか必要書類を添えて申請してください

カラス対策「黄色いごみ袋」のモニターを募集します

同じ集積所を使用している世帯の皆さんに、カラス対策に効果のある区推奨「黄色いごみ袋」を無料で配付します(一世帯四五ℓの袋一〇枚)。一カ月の試用後、簡単なアンケートに答えていただきます。カラスの被害にお困りの方は、この機会にぜひ

お試ください。

⑤カラス被害でお困りの五(一)五世帯程度の集積所で、利用者のおおむね全員が参加しアンケートに協力できること⑥五〇カ所(申)集積所の代表者が往復ハガキ(5面記入例参照)に日中の連絡先・集積所を使用している世帯数も書いて、5月19日(消印有効)までに清掃管理課清掃計画係へ(同)係

採用情報

特別区立幼稚園妊娠出産休暇・育児休業補助教員

①職種Ⅱ臨時的任用教員(幼稚園)▽勤務地Ⅱ二十三区の区立幼稚園▽資格Ⅱ幼稚園教諭普通免許状をもち、国公私立幼稚園の正規任用教員(特別区の区立幼稚園の非常勤講師は含まず)として一年以上の経験があり、昭和23年4月2日以降に生まれの方▽選考Ⅱ書類・面接選考(面接は新規応募者と最近五年間に募集職種の勤務実績がない方のみ) ④6月2日(月)・3日(火)に申込書(募集案内を参照)を特別区人事・厚生事務組合教育委員会事務局人事企画課採用選考担当(〒102-0072千代田区飯田橋3-5-1東京都政

会館一七階)へ本人が持参。更新する方で過去五年間に募集職種の勤務実績がある方のみ郵送可(5月26日消印有効) ⑤同担当 ☎5210-9751(他)募集案内は同担当または二十三区の教育委員会事務局で配付

募集します

区委託法人の産前・産後支援ヘルパー募集

⑥育児・家事の援助と相談(も

〈産前・産後支援ヘルパー委託法人〉

NPO法人名	住所	電話・ファクス
八成ヘルパステーション和(のどか)	井草2-27-13-201	☎5303-5775 FAX5303-5776
たすけあいワーカーズ さざんか	荻窪5-18-11-401	☎5347-1234 FAX5347-1180
レインボー・ブリッジ・アソシエーション	上荻1-11-3-401アベイユ神秋	☎5347-0368 FAX3398-1910
(社)友愛の灯協会 友愛ヘルプ	松ノ木3-16-12 鎗田ビル	☎5377-4703 FAX5377-4701

※勤務条件などの詳細は、お問い合わせください。

く浴の補助・兄弟の世話・食事の支度・衣類の洗濯・居室の掃除および整理整頓など)▽資格Ⅱ①ホームヘルパー・保育士・介護福祉士など有資格者(事業所により異なる)または②乳幼児の養育の経験がある方(区の研修があります)②は不可の事業所があります) ④☎電話で、各委託法人(右表参照)へ(他)資格・勤務条件などの詳細は、各委託法人にお問い合わせください

杉並第一小学校 学校運営協議会委員

地域運営学校は、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。

⑥協議会、学校行事への出席など(月一、二回)▽資格Ⅱ杉並第一小学校(阿佐谷北1-5-27)の通学区と隣接する通学区に在住・在勤・在学する現在20歳以上の方▽募集人数Ⅱ四名以内▽報酬Ⅱ六〇〇〇円(協議会に出席した場合) ④応

募用紙(区ホームページから取り出せます。または教育改革推進課(区役所東棟六階)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、5月21日(必着)までに教育改革推進課へ郵送または持参 ⑤同課(他)一次は書類審査、二次は面接。応募書類と作文は返却しません

NPO法人すぎなみ環境 ネットワーク事業委員

⑥環境・リサイクルに関する企画・立案・実施と広報活動。月二回程度の委員会活動その他ボランティア活動(区内在住で環境問題に関心がある方)定若干名(申)「環境について考えていること」を八〇〇字までにまとめ、た作文に必要な事項(5面記入例

5月12日(月)は「民生委員・児童委員の日」 民生委員・児童委員は、地域の身近な相談相手です

民生委員・児童委員は、厚生労働大臣から委嘱されています。現在区では、四二九名の民生委員・児童委員(うち主任児童委員二八名)が活動しています。

⑥地域の身近な相談窓口として 民生委員・児童委員は、生活上で気がかりなこと、子育て、介護などの悩みごとをお伺いし、その内容に応じて、福祉事務所や子ども家庭支援センター、地域包括支援センター(ケアア24)などの関係行政機関への橋渡しをしています。また、地域の児童館などで子育て支援活動に参加しています。

⑥秘密は守られます 東京都の非常勤・特別職の公務員である民生委員・児童委員、

参照)を書いて、5月31日(必着)までにすぎなみ環境ネットワーク事務局(〒167-0005荻窪5-15-13あんさんぶる荻窪内)へ郵送または持参(同)事務局 ☎5347-2255

「明るい選挙啓発ポスターコンクール」作品

皆さんの「選挙」に対する夢や希望をポスターにしてみませんか。

⑥明るく楽しい選挙をイメージするもの▽大きさの基準Ⅱ四ツ切か八ツ切の画用紙(四ツ切画用紙は差し上げます)でご連絡ください(区)区内在住・在学の小学生・高校生(申)作品の裏側に、学校名・学年・名前(フリガナ)を書いて、9月5日(必着)までに選挙管理委員会事務局

★地域の民生・児童委員から 私たちは、皆さんが住みなれた地域で安心して暮らすことができますよう、住民の立場に立った相談、援助を心がけています。高齢者や障害のある方などに心の援助をすることが民生委員の役割と考えています。

推進する制度です。 地域の方が情報をくださると、訪問や連絡をすることができますが、新しく地域に引越してきた方や近所のお付き合いの少ない方の情報は、なかなか得ることができません。

⑥高齢者や障害のある方のごと、子どもや子育てのことなどで相談したいことがあるときは、ひとりで悩まずに、まずはお電話ください。 私たちは皆さんの地域の身近な相談相手です。

⑥保健福祉部管理課地域福祉係

その他

未成年者の喫煙防止の取り組み「ICカード「タスポ」

区内では7月から、自動販売機でタバコを購入する際、成人のみに発行するICカード「タスポ」が必要になります。申込書は、たばこ販売店などにあります。

⑥なお、申し込みに必要な本人確認書類には、杉並区民証の利用が可能です。

⑥タスポダイヤル ☎0120-222-180(月～金曜日午前9時～午後5時)

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

★往復ハガキには返信用のあて先も記入を

★あて先は各記事の申込先(住所が記載されていないものは区役所)

★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

■食と住まいのふれあい広場

食品表示の見方や室内換気のコツ、さらに栄養バランスの良い食事など、生活に役立つ情報を提供する催しを開催します。

時 6月4日(水)午前10時～午後2時 場 区役所前青梅街道側広場(雨天時は区役所1階ロビー) 内 ①食と住まいのクイズ(景品でお米を差し上げます) ②食品衛生=食中毒の予防方法(食品衛生協会のパンフレット配布) ③栄養=あなたの食事バランス、大丈夫?(働きざかりの健康を応援する食生活、ヘルシーメニュー推奨店の紹介) ④環境衛生=快適住まいの豆知識(ダニの顕微鏡観察と発生予防・目で見ると正しい換気方法) 費 無料 申 当日、直接会場へ 圃 杉並保健所生活衛生課食品衛生広域班 ☎3391-1991

■省エネ! 次の一手

あなたの暮らしに役立つ省エネアイデアを紹介します。地球温暖化防止にご協力ください。すでに省エネに取り組んでいる方も、これから始める方も、どうぞお立ち寄りください。

時 5月21日(水)午前10時～午後3時 場 あんさんぶる荻窪1階ロビー(荻窪5-15-13) 費 無料 申 当日、直接会場へ 圃 すぎなみ環境力エルくらぶエネルギー部会・寺田 ☎・FAX3223-7367 他 家電機器の消費電力を測定できるワットアワーメーターを無料で貸し出します

■福島県北塩原村「物産展」・裏磐梯「写真展」

北塩原村は、会津磐梯山や五色沼・桧原湖など、裏磐梯高原として親しまれている日本有数の観光地です。区は同村と「まるごと保養地協定」を締結し、区内在住・在勤・在学の方(同行者を含む)が協定に賛同する旅館やホテルなどを利用する場合、2泊以上連泊の場合は2割引、1泊でも1割引以上のサービスを受けることができます。また、みやげ物や諸施設利用料などの割引サービスもあります。

この「まるごと保養地協定」と村の観光PRを兼ねて、恒例の物産展と裏磐梯の写真展を開催します。

◇物産展

時 5月29日(木)・30日(金)午前10時～午後3時 場 区役所前青梅街道側広場 内 北塩原村の特産品の販売 圃 2日間とも、先着100名に同村の野菜を差し上げます。買い物袋(マイバッグ)を持参してください

◇写真展

時 5月27日(火)～30日(金)午前9時～午後5時(最終日は正午まで) 場 区役所1階ロビー 内 裏磐梯の四季折々の写真展示

— (いずれも) —

申 当日、直接会場へ 圃 福島県北塩原村総務企画課 ☎0241-23-3112 または 区役所区民生活部管理課

(ゆうゆう館(旧敬老会館)の催し)

ゆうゆう館名	内容	日時	費用
高円寺北館(高円寺北3-20-8 ☎・FAX3337-2266)	すまいるヨガ(講師=北原ゆう子)	第1・3水曜日午後6時～7時15分	1回1000円
梅里堀ノ内館(堀ノ内3-37-4 ☎・FAX3313-4319)	ヨガでいきいき(講師=加藤薫)	第2・4水曜日午後1時～2時30分	1回300円
西田館(荻窪1-57-4 ☎・FAX3391-8747)	デジタルカメラ入門講座～いい写真を撮る	6月13日(金)・27日(金)、7月11日(金)・25日(金)午後1時30分～4時(計4回)	4000円
馬橋館(高円寺南3-16-14 ☎・FAX3315-1249)	誰でもできる「ヨーガ」と、楽しくおしゃべり	5月22日～毎月第4木曜日午前10時30分～午後0時30分	500円(茶菓代含む)
今川館(今川4-12-10 ☎・FAX5303-1501)	コミュニティカフェ「いこかふえ」開設	5月28日～毎月第4水曜日午前9時～午後3時30分	1000円～

※申し込み・問い合わせは、各ゆうゆう館へ。

■吾妻の朝市

時 5月22日(木)午前10時～午後1時(雨天実施。売り切れ次第終了。区後援) 場 区役所中杉通り側入口前 内 水菜、小松菜、ほうれん草、春菊、生しいたけ、なめこなどの新鮮野菜や、米(こしひかり)、大豆、みそ、もち、きょうろふぎ、おから入りかりんとう、赤飯、梅干し、梅肉エキス、リンゴジャム、リンゴジュースなどの農産加工品の産直市(品物は、育成状況により変更となる場合があります) 申 当日、直接会場へ 圃 文化・交流課交流推進担当

郷土博物館

◇企画展「昔のあかりとマッチ箱」

博物館収蔵の様々な照明器具を一堂に集め、あかりを得ることが難しかった時代の先人の知恵を紹介します。

また、区民の方から寄贈されたマッチ箱のコレクションも展示します。今ではあまり使われないことがなくなったマッチ。マッチを使ったことがない世代の方も、意匠を凝らしたマッチ箱のラベルをお楽しみください。

時 5月24日(土)～8月31日(日) 費 観覧料100円(中学生以下は無料) 申 当日、直接会場へ

◇昔のあかり体験

古民家の雨戸を開けて、ろうそくや提灯などのあかりを体験します。

時 6月14日(土)①午前10時②午後1時30分③3時 圃 各20名程度(先着順) 申 当日、直接会場へ 他 この日は古民家の囲炉裏に火をいけません

◇古文書講座

江戸時代の庶民にかかわる史料を中心に、区内の史料を交えて読む、初心者向けの講座です。

時 6月1日～22日の毎週日曜日、午後2時～4時(計4回) 圃 共立女子大学講師・齋藤悦正 圃 区内在住・在勤・在学で全回参加できる方 圃 30名(抽選) 費 400円 申 往復ハガキ(記入例参照)で、5月20日(必着)までに郷土博物館へ

— (いずれも) —

場 圃 郷土博物館(〒168-0061大宮1-20-8 ☎3317-0841)

リサイクルひろば高井戸

◇きものや洋服をお気に入りの小物や洋服によみがえらせましょう。

時 6月2日(月)・16日(月)午後1時30分～3時30分 圃 各10名 費 各600円 申 電話で、リサイクルひろば高井戸へ(先着順)

◇フリーマーケット

時 6月7日(土)・8日(日)午前10時～午後2時 圃 区内在住・在勤の方(業者出店不可) 圃 募集区画=各日14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、5月22日(必着)までにリサイクルひろば高井戸へ 圃 車での搬出入・来場はできません

— (いずれも) —

場 圃 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)

すぎなみ環境情報館

◇自然と遊ぼう! ネイチャーゲーム～柏の宮探検隊初夏の生き物の知恵を感じ、観察しましょう。

時 6月1日(日)午前10時～午後0時30分 圃 集合場所=柏の宮公園管理事務所前(浜田山2-5-1) 圃 区内在住・在学で4歳以上の方(小学3年生以下は保護者同伴) 圃 30名 費 100円(保険料)

◇かんきょう講演会「江戸の河川に学び、杉並のまちの底力を呼び起こそう」

水辺の記憶をたどり、自然との共生を考えます。

時 6月1日(日)午後2時～4時 圃 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 圃 法政大学工学部教授・陣内秀

信 圃 区内在住・在勤・在学の方 圃 40名 費 無料 圃 2歳～就学前の託児あり(事前申込制。保険料100円)

— (いずれも) —

圃 圃 電話で、すぎなみ環境情報館 ☎3398-3191へ(先着順)

講演・講座

■NPOパワーアップ講座～人が集まる! 行列ができる! 講座とチラシの作り方

ワークショップと講習で、人を集める技をお伝えします(3月に実施した講座と同内容です)。

時 5月29日(木)午前10時～午後5時 圃 産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 内 実例で学ぶ「こんな講座、チラシはダメだ」ほか 圃 NPO法人男女共同参画おた理事・牟田静香 圃 NPO・市民活動団体の広報活動担当者、自治体職員など 圃 30名(抽選) 費 800円 圃 圃 郵送、電話、ファクスまたはEメール(記入例参照)にあればファクス番号、Eメールアドレスも書いて、5月26日(必着)までにすぎなみNPO支援センター(〒166-0004阿佐谷南1-47-17 ☎3314-7260 FAX3314-7265 圃 info@nposuginami.jp)へ

■フォーラム「障害者とICT 2008」

障害のある方のICT(情報コミュニケーション技術)活用について、国内外の情勢と具体的課題について報告します。

時 5月24日(土)・25日(日) 圃 セッション杉並(梅里1-22-32) 内 講演「ともに生きる喜びと気づき～技術支援の実践を通して」ほか 圃 早稲田大学人間科学学術院教授・畠山卓朗 圃 各150名 費 2000円 圃 圃 電話で、こども発達センター ☎5317-5661へ

■消費者講座「若さを保つお肌のお手入れ法と化粧品選び方」

肌の基礎知識と化粧品の役割、化粧品の選び方や使い方などを専門家が解説します。

時 5月26日(月)午後1時30分～3時30分 圃 あんさんぶる荻窪4階(荻窪5-15-13) 圃 日本化粧品工業連合会広報委員 圃 区内在住・在勤・在学の方 圃 60名 費 無料 圃 圃 電話で、消費者センター ☎3398-3141へ(先着順) 圃 2歳～就学前の託児あり(5月19日までに事前申込)

■高齢者施設を契機としたまちづくりワークショップ「花いっぱいしよう」

これからの高齢者ケアを推進するまちづくりのためのワークショップです。地域に根ざした施設を目指し、地域の皆さんと協力して植栽作業を行います。

時 5月18日(日)午後1時～4時 圃 方南2丁目福祉施設(方南2-6-28) 圃 区内在住の方 圃 30名 費 無料 圃 圃 電話で、方南2丁目福祉施設 ☎5929-2753へ

■小児救急・普及事業～新米ママパパへ小児科医からのメッセージ

赤ちゃんに多い病気とその手当て、急病時の適切な対処方法、小児科かかりつけ医を持つことの重要性についてお話しします。

時 5月29日(木)午後1時30分～3時 圃 荻窪保健センター(荻窪5-20-1) 圃 小児科医・楊康子 圃 0歳児(第1子)の保護者 圃 30組 費 無料 圃 圃 電話で、5月19日までに荻窪保健センター ☎3391-0015へ(先着順)

杉並障害者福祉会館

◇障害者のためのカラオケ教室(初心者向け)

時 6月7日(土)・14日(土)・22日(日)・29日(日) 圃 いずれも午後1時30分～4時(計4回) 圃 クラス分けをし、教室は各1時間 圃 ピクチャーミュージックスクール講師・青山敏子、神谷幸彦 圃 30名(抽選) 費 無料

◇料理教室「三色ぼたもち」にチャレンジ!

今年2月に大雪で中止になった「ぼたもち教室」を、多くのご要望におこたえして、開催します。

時 6月8日(日)午後1時～3時 圃 吉川勝子 圃 15名 費 500円

— (いずれも) —

圃 杉並障害者福祉会館 圃 区内在住・在勤・在学で障害のある方とその介助者 圃 往復ハガキ(記入例参照)に障害の状況、区外在住者は勤務先または学校名と所在地も書いて、5月28日(必着)までに障害者福祉会館運営協議会事務局(〒168-0072高井戸東4-10-5)へ 圃 事務局 ☎3332-6121 FAX3335-3581

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)					
催	開館20周年記念 セシオン杉並まつり2008	6月7日(土)・8日(日)午前10時～午後4時(8日は午後3時まで。雨天実施) ▷7日=ジャグリング・バルーン、消防署によるイベント、なつかしのシネマ「ザ・三船敏郎・ワールド『風林火山』」午前10時～ ▷8日=映画「東京タワー～オカンとボクと、時々、オトン」正午～、太鼓クラブMOMO、方南エイサーむるち組、クイックマッサージ、なつかしのシネマ「ザ・三船敏郎・ワールド『新撰組』」午前10時～、包丁とき・まな板削りなど ▷両日=似顔絵、販売コーナー(社)杉並区シルバー人材センター、障害者団体)、フリーマーケット、グループ発表、展示、高円寺保健センターのメタボ測定、医療福祉相談会、東吾妻農産物産直市、模擬店(焼きそば・パン・団子・肉まん・わたあめ・ジュースなど) ◇ユニカール(室内履き持参)=7日午前10時～午後4時 ◇押し花を使った小物作り(コースター・ハガキ・しおり・クリアケース・カードケースの中から好きな物を選んで作ります)=7日午前10時～午後3時30分(100名 100円) ◇ストラックアウト・コーンわなげ(室内履き持参)=8日午前10時～午後3時 ◇紙ねんどで楽しくつくろう=8日午前10時～午後2時30分(100名 100円)	—	—	当日直接
講	トレーニング機器講習会	きちんとしたやり方で、正しいトレーニングをより詳しく学びましょう/俣野智昭	6月20日(金)午前10時～正午	10名 (保険料含む)	6月2日
	ピラティス	正しい呼吸法で身体の内部を目覚めさせます。簡単ピラティスで本来持つ姿勢を取り戻しましょう/小森聡子	6月16日～30日の毎週(月)午前10時～正午(計3回)	30名 (保険料含む)	6月2日
	自力整体	気持ちよく体を動かしながらコリをほぐし筋肉を脱力させていく健康法。心身ともリラックスできます/松嶋笑子	7月1日～15日の毎週(火)午前10時～正午(計3回)	20名 (保険料含む)	6月16日
	日常パソコンを使用している方向け!Tデジカメ入門講座	デジカメ写真の活用法。パソコンを使って2倍楽しむテクニックを伝授します/ITスクエア杉並・山中義明	6月17日(火)～20日(金)午後1時30分～4時30分(計4回)	15名 1000円	5月26日
●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)					
	大航海時代の人々	日本とヨーロッパを結びつけた戦国時代の大口マン。その国家、人々、今ここに…/伊東秀征	6月5日～26日の毎週(木)午後1時30分～3時30分(計4回)	40名 100円	5月22日
講	6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)/宮田秀幸▷ 対象 =15歳以上で、中学校を卒業している方	6月29日(日)午前10時～午後1時	10名 120円	6月12日
	七夕飾りをつくる	短冊に願いを込めて大きな笹に飾りましょう▷ 対象 =幼児・小学生。幼児は保護者同伴	6月28日(土)午後1時30分～3時	— 無料	当日直接
	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、パンビぶんこ▷ 対象 =幼児・小学生。幼児は保護者同伴	6月5日・12日・26日 いずれも(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・小学校低学年。幼児は保護者同伴	6月14日(土)正午～午後0時30分	— 無料	当日直接
●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)					
講	高齢者もケータイを	電源の入れ方、メールの方法、トラブル防止など、携帯電話の使い方を学びます/竹藪の会・橋詰信子	6月3日(火)午後1時30分～3時30分	30名 無料	5月25日
	暮らしを彩るハーブ料理	体にやさしいハーブ&スパイスで本格的なカレーを作ります/ハーブコーディネーター・相澤栄子	6月5日(木)・12日(木)午前10時～午後0時30分(計2回)	24名 2100円	5月21日
	楽しい布ぞうり作り	地球にやさしい布のリサイクルで履き心地バツグンのぞうりです/大垣正子	6月18日(水)午前10時～午後3時	25名 800円	5月30日
	女性向けゆかたの着付け	手結びで半巾帯を結んでみませんか。すっきりときれいにゆかたをきるようになります/今井昌子	6月19日(木)・26日(木)午前10時～正午(計2回)	20名 100円	6月5日
●下高井戸区民集会所 (下高井戸3-26-1 申し込みは、永福和泉地域区民センターへ)					
催	土曜日の音楽会 「ハワイアン音楽の夕べ」	夏の夜、静かな浜辺、波の音と共に心地よく聞こえるハワイアン音楽。▷ 出演者 =アロハ・レインボーズとサトウマリ▷ 曲目 =「バリバリの浜辺」ほか	6月14日(土)午後6時開演	80名 無料	当日直接(先着順)
講	初級卓球教室	ラケット振って、いい汗流しましょう。初心者もどうぞ(ラケット持参)/横尾文代	6月6日(金)・13日(金)・20日(金)、7月4日(金)午前10時～正午(計4回)	30名 400円 (保険料含む)	5月26日
●方南区民集会所 (方南1-27-8)					
催	方南区民集会所まつり	利用者の絵画などの作品展示、日舞やダンスの発表会です。24日(土)は、落語家・柳家小はん師匠の落語、マドレーヌなどの販売、25日(日)は、野菜などの販売もあります。また、期間中は植木の配布があります	5月24日(土)・25日(日)午前10時～午後3時	— 無料	当日直接

●住民は地域社会の主人公

地域住民の交流の輪を大切に…

一九四五年(昭和20年)敗戦の混乱で治安が乱れ、特に暗がりの犯罪が増し町内は危険な状況となりました。これを解決するため、町内有志九名が神明町電灯会を作り街灯を整備したのが、町会の起源です。

安心安全な町を作るため、地域住民が交流する「場」を作るのが大きな活動目標です。

敗戦から続いた天祖神社のラジオ体操は、青少年育成委員会の共催と、隣接町会の協力を得て、毎年7月下旬に行い参加者は一日二三〇名余、特に子どもが多数参加し、にぎやかです。新年会・懇親バス旅行は回覧で町内に呼びかけ、古紙回収

事業の収益金を活用し毎回盛況です。

町会の中心にあつて、町会と同じ名前の神明中学校は地域の震災救済所であり、中学生パワーが支えて学校との連携は特に重要、学校と町会の共同掲示板を設け相互に情報交流を行っています。「神明中まつり」をはじめ、神明中卒業生の講演会・演奏会など、神明中学校の行事には積極的に参加し地域の楽しみ

となっています。四年前始めた「わんわんパトロール隊」の活動も、防犯のほか犬を仲立ちとして住民交流の輪を広げています。(神明町文化会 会長 光森一誠)



▲天祖神社のラジオ体操

家族介護教室

◇**高齢者の食事と栄養摂取について**
 時5月25日(日)午後2時～3時30分 上荻ふれあいの家(上荻2-26-7) 内 栄養バランス、食中毒、夏バテ防止など 師 東京中央食品管理栄養士・森田満男 定20名 費 無料 申 電話で、上荻ふれあいの家 ☎3301-2256へ(先着順)

◇**高齢者のための水中ウォーキング**
 水中運動を体験して教室終了後も続けることを目指します。
 時5月28日～6月25日の毎週水曜日、午後1時～3時(5月28日は午前10時～11時30分。計5回) 場 上井草園(上井草3-33-10)、上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 師 スポーツプログラマー・菊池ゆかり 区 区内在住・在勤の方 定10名 費 無料 申 電話で、ケア24上井草 ☎3396-0024へ(先着順)

◇**普通救命講習会**
 時5月30日(金)午後2時～5時 場 さんじゅ阿佐谷(阿佐谷北1-2-1) 師 杉並消防署職員 関 高齢者介護に関心のある方 定20名 費 1400円 申 電話で、阿佐谷北ふれあいの家 ☎3338-8630へ 他 上履きを持参してください

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)

講	楽しもう! ボウリング(初心者教室) 会場=荻窪ユアポウル	ストライクをきめてスカッと梅雨を乗り切ろう! はじめての方も、この機会にはじめてみませんか/塩原貴	6月2日~23日の毎週(月) 午前10時~正午(4回)	50名	400円※(保険料含む)	5月22日
	折り紙	千代紙、色紙で六角形・八角形の箱やスワン(ブロック紙)などかわいい物をつくりませんか/石原一二三	6月7日~28日の毎週(土) 午後1時30分~3時30分(計4回)	20名	300円	5月26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	6月14日(土)・28日(土) 午後1時30分~3時	—	無料	当日直接

※別途、貸し靴代300円がかかります。

●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)

講	楽しいジャズ&ポピュラーコーラスパート2~目指せ、ステージ・レビュー!	著名なボーカル指導者を迎え、21年3月のセンターまつりの檜舞台での出演を目指します。年齢、性別を問わず、歌唱の大好きな方、大歓迎です	6月~21年3月の毎月第1火曜日、9月~第3火曜日(12月を除く) 午前10時~正午(計15回)	30名	1万7000円	5月23日
	花による「空間演出」を学びませんか	フラワーアレンジメントや生け花の基本技術を習得して、公共の場を華やかに飾ってみませんか。作品は地域区民センターに展示します(花材は運営協議会で負担)/森田夕麻	6月5日~21年3月5日の毎月第1木曜日午前9時30分~正午(8月と1月を除き計8回)	10名	1万円	5月20日
	地球温暖化問題を考える	地球温暖化対策が人類にとって重要な課題となっています。7月の洞爺湖サミットを前にして、温暖化の問題を多角的、総合的に考えます/岡田幹治	6月10日~24日の毎週(火) 午前10時~正午(計3回)	40名	無料	5月29日
	楽しいウクレレ~入門編	あなたもウクレレを弾いてみませんか。初心者でも丁寧に指導しますので一緒に楽しみましょう。ウクレレは持参してください。ない方は事前にご相談ください/永井高一郎	6月19日(木)・28日(土)、7月10日(木)・26日(土)、8月14日(木)・23日(土)午後1時~3時(計6回)	25名	3000円	6月5日
	子どもが喜ぶクッキング講座⑥~暑さに負けない梅のお料理	暑い夏に備えた梅のお料理です。小学生のお子さんは料理作りに参加し、就学前のお子さんは託児後料理室に移動し一緒に試食します/奥本典子▷対象=小学生以下の子と親	6月28日(土)午前10時~午後0時30分	15組	1500円 応援券	6月11日

※すべての講座に、1歳~就学前の託児あり(事前申込制。子育て応援券利用可)

●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)

催	ユニークダンス	創作されたユニークダンスと一緒に踊り、より深い交流を目指しています。当日は子どもたちを含むフラダンスの出演もあり楽しい交流ができます(上げき持参)	6月1日(日)午後1時30分~3時30分	40名	無料	当日直接(先着順)
講	区民センターカレッジ講演会「ニュースをどう読む」~歴史的転換のとき	今回は、元NHK政治記者で、専務理事だった尾畑雅美さん(右写真)のお話を伺います。いま、内・外とも激動し、日本は大揺れです。そこで、ニュースの「裏側」をわかりやすく話していただきます。	6月8日(日) 午後2時~4時	80名	無料	5月27日
	樹木歩き 集合場所=東京駅丸の内中央口(午前10時集合)	すぎなみ地域大学学長の松田輝雄さんを講師に迎え、今年は、皇居東御苑を散策します(弁当、飲み物、筆記用具、雨具などを持参)	5月22日(木)午前10時~午後2時	30名	200円	5月17日
	健康づくり太極拳	団塊世代が元気になる太極拳~ゆっくりとした動作と自然の呼吸で健康になろう。老若男女お気軽にご参加ください(運動靴、運動のしやすい服装、タオル<汗ふき用>、飲料水持参)/大木良雄	6月4日~25日の毎週(水) 午前10時~正午(計4回)	30名	200円	5月19日
講	古文書入門~御成敗式目(漢文)を読む	鎌倉時代の武家法ですが、全文に仮名を振って寺子屋の習字の手本としても使用されました。古文書読解のポイント、変体仮名と草書が同時に学べます。女性の地位の高さも良く分かります/加藤直道	6月4日~25日の毎週(水) 午後2時~4時(計4回)	40名	200円	5月19日


●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)

催	地域懇談会	各種講座、趣味の教室、各まつりへの出展などで当センターを利用している方の意見を伺い、話し合う会です	5月24日(土)午後2時~4時	90名	無料	5月16日
	土ようえほんとおはなしの会	幼児向けの読み聞かせの会です。おはなしの会でのんびり過ごしてください/三つのりんご	5月24日(土)午後2時~3時	—	無料	当日直接
		幼児向けの読み聞かせの会です。お母さんにもおすすめ、すてきなおはなしの会です/こつばこの会	6月7日(土)午後2時~3時	—	無料	当日直接
講	お楽しみ読書会	今回は夏目漱石の「夢十夜」をとりあげます。講師の先生の解説を楽しみながら、内容について語り合しましょう/青木笙子	6月25日(水)午前10時~正午	30名	無料	6月10日
	おもしろ漢字	漢字の成り立ちから始めて、漢字にまつわるお話を楽しみましょう/藤井迪昭	6月6日~27日の毎週(金) 午後1時30分~3時30分(計4回)	45名	100円	5月20日
	やさしいスクエアダンス	カントリーミュージックに合わせ、スクエアダンスの踊り方をおぼえられます/和田勝	6月12日~7月10日の毎週(木) 午後1時30分~3時30分(計5回)	30名	100円	5月25日

●梅里区民集会所 (梅里2-34-20)

催	土ようえほんとおはなしの会 梅里ミニスペシャル	お話や手遊び・歌で楽しく過ごしましょう。お菓子のプレゼントもあります/ご本・お話だいすき会、ORCAわーど▷音楽=長谷部二郎、知子(ギター)	5月17日(土)午後2時~3時30分	40名	無料	当日直接
---	-------------------------	--	--------------------	-----	----	------

4月からスタートした「新しいごみの分別方法」について寄せられた質問にお答えします。

Q1  のついたプラスチックとはどのようなものですか？

商品を入れる「容器」や商品を包む「包装」で、中身の商品を出したり使ったりした後に不用になるものです。

【例】卵や豆腐のパック、魚や肉のトレー(右写真)、おせんべいの入っていたビニール袋、シャンプーのボトル



これらプラスチック製容器包装は、容器包装リサイクル法で製造者やそれらを使っている販売者に対してリサイクル費用の負担を義務付けています。区ではこの制度を活用して、資源回収をしています。

Q2 不燃ごみとはどのようなものですか？

金属・ガラス・陶磁器などが対象です。

【例】ドライヤーなどの小型家電・アルミ箔・乾

電池・傘・割れた食器・蛍光灯

※プラスチックは不燃ごみではありません。

Q3 中身の見える袋とは、透明な袋を買わなければなりませんか？

これまで使用されている23区推奨袋と同程度で、中身が判別できる半透明の袋でも結構です。

Q4 びんやプラスチック製容器包装にはられた紙のシールやラベルはどうしたらよいですか？無理にはがさず、そのままお出しください。

Q5 可燃ごみにプラスチックや皮製品を一緒に入れて大丈夫ですか？

23区の清掃工場では、すでに処理設備の改善や技術の向上によって、プラスチックを安全に焼却できる設備が整っています。施設の安全性や環境への影響などについての詳細は、東京二十三区清掃一部事務組合のホームページ <http://www.union.tokyo23-seisou.lg.jp/thermal/index.html> をご覧ください。

Q6 収集回数や曜日について教えてください。

ごみ・資源の種類	収集回数
古紙・PET ペットボトル	毎週1回
びん・缶 プラスチック製容器包装	毎週1回
可燃ごみ	毎週2回
不燃ごみ	2週間に1回

※古紙の収集曜日が変更になりました。

収集回数は上表のとおりです。収集曜日は地域によって異なりますので、「収集曜日のお知らせ」または区ホームページをご覧ください。下記へお問い合わせください。

【問い合わせ先】
 清掃管理課
 杉並清掃事務所 ☎3392-7281
 杉並清掃事務所方南支所 ☎3323-4571
 区コールセンター ☎8800、☎3372-8800
 (年中無休・午前7時～午後11時)

20・21年度青少年委員が 決まりました

青少年委員(下表)は、青少年の健全育成を目的とする各種事業を円滑にすすめたり、地域における自主的な青少年活動を支援する活動を行っています。

また、青少年に関わる事業の案内や相談に対する助言なども行っています。小学校区に1名選任されています。

☎社会教育センター ☎3317-6621

(20・21年度青少年委員)

氏名	担当小学校地域	氏名	担当小学校地域
狩野 刀根男	杉並第一	未定	高井戸第二
今井 時代	杉並第二	井原 太一	高井戸第三
樋口 志津子	杉並第三	河口 三千代	高井戸第四
金井 美子	杉並第四	山崎 昭子	松庵
徳山 香衣	杉並第六	行定 多喜子	浜田山
水澤 紀子	杉並第七	貫井 万里子	富士見丘
増田 由巳子	杉並第八	平尾 恭子	大宮
大場 佐江子	杉並第九	吉橋 正美	新泉
菊地 三佳	杉並第十	足立 清子	堀之内
海老沼 美砂子	西田	川原口 ひとみ	和田
高橋 玲子	東田	伊藤 美奈子	方南
大西 百合子	馬橋	村上 久美子	永福
長田 喜子	桃井第一	毛塚 尚明	済美
水野 珠実	桃井第二	西嶋 春美	八成
清水 由美子	桃井第三	小川 文子	三谷
伊藤 清江	桃井第四	有馬 さやか	松ノ木
唐澤 弘子	桃井第五	江口 由利子	和泉
海老沼 富美代	四宮	福田 聡子	高井戸東
伊井 希志子	荻窪	鈴木 千恵子	久我山
高橋 裕美	井荻	未定	永福南
未定	沓掛	田中 一恵	天沼
田中 恭子	高井戸	松沢 万喜子	済美養護

メタボ撃退元年！今年もやります。待望の第3幕開演

内臓脂肪を減らして
家族や仲間の笑顔を増やそう



メタボリックシンドロームにはなりたくない！メタボから脱却したい！でも、一人で苦しみながら頑張るなんていや！
 家族や仲間と一緒に楽しみながら腹囲を減らす。それが杉並ウエストサイズ物語です。18年度から始まったこの取り組みに、多くの方が参加し腹囲・体重の減少はもちろん、検査値が改善するなど成果をあげています。

メタボが気になるあなた、個人で、家族で、仲間同士で参加してみませんか？

——問い合わせは、杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015へ。

6月7日(土) 開幕イベント

【時間】 午前9時～午後0時30分
 【場所】 荻窪体育館(荻窪3-47-2)

☎午前9時～午後0時30分 ☎あなたの体をチェック(体組成測定等)、健康的な腹囲減少を目指すためのポイント(グループ指導)など

◇開幕式

☎午前10時30分 ☎先輩からのチャレンジ成功秘話、参加チャレンジャーによる宣誓式など(司会=元オリンピック水泳選手・長崎宏子)

◇みんなでやっちゃおう！楽しい！簡単！メタボ予防体操

厚生労働省の「新健康フロンティア戦略」を担う健康大使として任命され、テレビ・雑誌で活躍中の中尾和子さんによる講義と実技です。

☎午前11時 ☎運動しやすい服装で、体育館用靴を持参してください



▲長崎宏子

**腹囲減少
チャレンジャー募集**
 期間限定で生活習慣を見直し、腹囲や体重を減らすチャレンジャーを募集します。
 参加者には、メジャーや腹囲減少マニュアルなどの支援グッズを差し上げます。また、チャレンジ期間中は、食事や運動の

実践講座や支援通信、保健センターからの応援コールなどの支援が盛りだくさんです。あなた自身が立てた目標を達成した方には、記念品を差し上げます。
時 6月7日(土)～11月16日(日) ☎
 区内在住・在勤で少しウエストサイズが太いなど思っている20歳以上75歳未満の方。企業・団体・グループも可 ☎**定** 500名 ☎**費**

無料 ☎電話、ファクスまたは郵送(5面記入例参照)で、6月30日(開幕イベント(左記参照)参加希望者は5月30日)までに杉並保健所健康推進課(〒167-0051 荻窪5-20-1) ☎3391-1015 FAX 3391-1027)へ ☎杉並ウエストサイズ物語サイト(左記参照)からも応募ができます

あなたの健康を応援します

★健康チェック

区内53カ所(3月現在)に杉並ウエストサイズ物語コーナーを開設し、血圧計や体組成計を設置しています。実践ダイアリーや腹囲測定テープ、その他の健康情報を提供しています。気軽にお立ち寄りください。

★杉並ウエストサイズ物語サイト

☎<http://suginami-waistsize.jp/>

メタボリックシンドローム予防に関する情報は、このサイトをご利用ください。タイプ別のメタボ解消法やチャレンジャー日記、ヘルシーメニュー推奨店などのほか区からの健康情報を発信していますので、どうぞご利用ください。



道係 ☎ 広報課報

● 広報ビデオ「杉並子ども特捜隊 区役所のひ・み・つ・ぱーと2」
 環境を守る仕事を追え！
 私たちの住むまちの「環境」への取り組みを中心に、区役所の仕事をわかりやすく紹介するビデオ作品を作成しました(15分)。小学校低学年対象。ビデオ(VHSテープ、DVD)は、広報課(区役所東棟五階)で貸し出し可能です。パート1と併せて、ぜひご利用ください。

(発行日) 毎月1日、11日、21日

