

- 12月16日(日)開館 今川図書館、ゆうゆう今川館…1面
- 職員の給与と人事行政の運営状況…2・3面
- 生活の安心「国民年金」、高齢者の障害者控除…4面
- すぎなみNPOのつどい…8面



●発行/杉並区 〒166-8570 杉並区阿佐谷南1-15-1
 ●編集/広報課 区の代表電話は ☎3312-2111
 FAX 3312-9911 (広報課直通)
<http://www.city.suginami.tokyo.jp/>

〈発行日〉毎月1日・11日・21日

12/16(日)
開館

今川図書館 ゆうゆう今川館

今川図書館・ゆうゆう今川館（今川4-12-10）が開館します。今川図書館は区内で13館目で、ゆうゆう館（旧敬老会館）との併設は初めてです。図書館は区民の皆さんの生涯学習や文化活動の拠点として、また、ゆうゆう館は60歳以上の方の「いきがい学び」、「ふれあい交流」、「健康づくり」などの場としてご利用いただけるよう、両施設の特性を活かした生涯現役をテーマとした施設です。皆様のご利用をお待ちしています。



【開館時間】午前9時～午後9時（日曜日、祝日は午後5時まで）
 【休館日】毎月第1月曜日、第3木曜日、12月31日～1月4日、特別整理期間
 【問い合わせ】図書館について＝12月15日までは中央図書館☎3391-5754、16日からは今川図書館☎3394-0431▷ゆうゆう館について＝12月15日までは高齢者施策課、16日からはゆうゆう今川館☎5303-1501

和田堀公園内で毎年開催してきた杉並区中学校対抗駅伝大会は、今年は警察署をはじめ多くの関係者のご協力で、環状八号線や青梅街道など一般道を使つての開催となりました。

今年9日(日)午前10時に、区立中学校の男女各三三チームが和田堀公園をスタートし、白バイの先導のもと、全長約一〇kmを五区間に分けてタイムと勝敗を競います。ひたむきに力を尽くして走りぬく選手たちのドラマチックな姿を見るたびに、毎年私は「じーん」とくもの区民の皆さんに沿道に出迎えていただき、彼らに対して大きなご声援をお願い



区内に

陸上競技場を

杉並区長 山田 宏



「最近、子どもたちの体力低下が叫ばれる中、特にスポーツクラブに入っている子とそうでない子の格差が、かなり広がっているようです。各学校では「走る、跳ぶ、投げる」といった基本的な運動能力を、すべての子どもたちが身につけられるよう取り組んでいます。実は杉並区には四〇〇mトラックのある陸上競技施設がなく、区民の正式の記録測定会や

競技大会は、いつも武蔵野市の陸上競技場をお借りして開催せざるを得ないのが現状です。

そうした中、杉並区体育協会や陸上競技協会より「杉並区にも総合陸上競技場を」との要望もいただいております。

私も区民のジョギングやウォーキング熱の高まりを見ても、また区民の基礎的な運動能力の向上のためにも、そういった施設の整備は五〇万都市・杉並区に必要ではないかと思っております。今後、用地確保や費用など解決しなければならぬ課題も多いのですが、東京でのオリンピック開催を進めているなどにも協力を仰ぎつつ、実現に向け努力していきたいと考えています。

【案内図】



開館記念行事



今川図書館

◇クリスマス特別お話し会
 時12月24日(休)午後2時～費無料(申)当日、直接会場へ(問)12月15日までは中央図書館☎3391-5754、16日からは今川図書館☎3394-0431(特)特別展などの催しもあります。詳細は、お問い合わせください

ゆうゆう今川館

ゆうゆう今川館は、「NPO支援機構すぎなみ」による協働事業実施施設です。

◇ゆうゆう今川「望年会」
 時12月16日(日)午後2時～4時30分(内)ゆうゆう今川館内覧会、パーティー、マジック、パントマイム(定)50名(費)無料

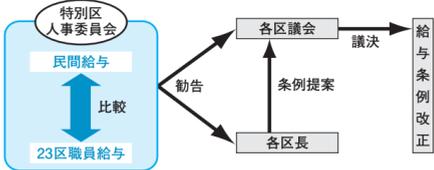
◇自分で作るしめ飾り
 時12月23日(祝)午後1時～4時30分(定)20名(費)500円(材料費) — 〈いずれも〉 —
 (申)・(問)電話で、NPO支援機構すぎなみ☎6674-5986へ(先着順)

お知らせします

職員の給与と人事行政の運営状況

給与決定のしくみ

①一般職
区一般職員の給与は、23区が共同で設置した特別区人事委員会が毎年、民間従業員の給与の実態などを調査し、区職員と民間従業員との給与の較差をなくし、民間給与の実態と合うよう給与を正告しします。この正告を受けて、区は給与に関する条例案をつくり、区議会での審議を経て、一般職員の給与を決定しています。



②特別職
区長や区議会議員などの給与または報酬の額は、杉並区特別職報酬等審議会の意見を聴くなどしたうえで条例案をつくり、区議会での審議を経て決定しています。

職員給与費の状況(19年度一般会計当初予算。退職手当を除く) ※再任用職員を除く

Table with columns: 職員数(A), 給与(B), 1人当たりの給与費(B/A). Total salary for 3,848 staff is 281,427,022 yen.

Table showing the status of general administrative staff by grade (9th to 1st) and position type (standard, important, etc.).

(注) 1. 杉並区職員の給与に関する条例に基づく行政給料表(一)の級区分による職員数です。2. 標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職名をいいます。3. ※は、旧1級、旧2級の合計です(18年に級を統合して、10級制から9級制となりました)。

Table showing the status of shortening the period for salary adjustment (昇給期間短縮の状況) for 18 and 17 fiscal years.

(注) 1. 合計には、一般行政職、技能労務職のほかに医療職、教育職を含みます。2. 昇給期間の短縮には、勤務成績のほか、初任給調整による短縮を含みます。3. 都一般行政職および都技能労務職は、清掃事業に係る都からの派遣職員です。なお、18年度より都技能労務職は、身分切替により区技能労務職になりました。

人事行政の運営状況

★区の人事行政の運営状況

Table showing the trend of new hires (新規採用職員数の推移) from 17 to 19 fiscal years across various departments.

※年度途中の採用職員を含み、他区などからの転入・幼稚園教諭は含みません。

昇任選考の状況

Table showing the status of promotion examinations (昇任選考の状況) for 17 and 18 fiscal years.

※管理職選考のみ23区統一選考で実施。

★特別区人事委員会の業務状況の報告

◇勤務条件に関する措置要求の状況、不利益処分に関する不服申し立ての状況
18年度中に区での措置要求は1件、不服申し立てはありませんでした。

Table showing the trend of resignations (退職者数の推移) from 17 to 18 fiscal years.

※19年度以降は、「団塊の世代」を中心に定年退職者の急増が予想されます。

研修開催と参加の状況

Table showing the status of training sessions (研修開催と参加の状況) for 17 and 18 fiscal years.

Table showing disciplinary actions (懲戒処分) for 17 and 18 fiscal years.

※地方公務員法は、懲戒処分として免職、停職、減給、戒告の4種類を定めています。区は「職員の懲戒処分等の公表基準」を定めて、職員の懲戒処分などを行った場合に公表しています。

公務災害認定件数

Table showing the number of public disaster recognition cases (公務災害認定件数) for 17 and 18 fiscal years.

※地方公務員法の公務上の災害または通勤による災害に対する補償については、地方公務員災害補償法に基づき、すべての地方公務員について統一して実施されています。

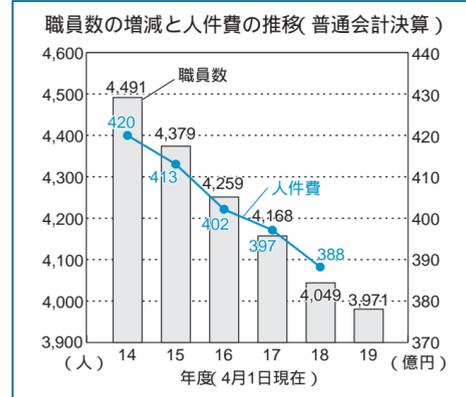
区では、約4000名の職員が区民の皆さんに密着した仕事をしていきます。職員の給与については、区議会で議決される給与条例と、これに基づく規則などにより明らかにされていますが、区民の皆さんに区政への一層のご理解をいただくため、区では、「杉並区人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」を制定しました。そこで、職員

の給与のあらましとともに、前年度の人事行政の運営状況と、23区が共同で設置する特別区人事委員会の業務の状況を区民の皆さんにお知らせします。
—問い合わせは、職員の配置など人事行政の状況については、職員課人事係へ。給与に関することについては、職員課給与係へ。

職員数削減に向けた取り組み

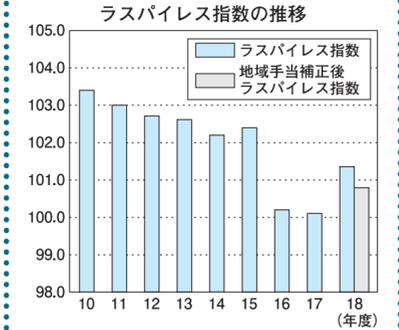
区では現在、「スマートすぎなみ計画」(平成13~22年度)に基づき、1,000人の職員数削減に取り組んでいます。

その結果、13~19年度の7年間で745人を削減しました。この削減目標の達成に向けて、今後3年間(20~22年度)で、聖域のないあらゆる分野において、区民・NPOなどの協働の推進、民営化・民間委託の推進、非常勤職員の活用などに取り組むことにより、職員数の削減を進める一方、職員一人ひとりの能力を高め、事務の効率化を図ることにより、区民の皆さんに満足していただくサービスを提供していきます。
なお、地域区民センター、区民集会所や体育施設は外部委託を行っています。



杉並区と国の給与水準の比較

地方公共団体の給与水準の指標として、ラスパイレス指数があります。これは、国を100として比較したものです。18年の杉並区のラスパイレス指数は101.7でした。また、地域手当補正後ラスパイレス指数は、100.8でした。※地域手当補正後ラスパイレス指数とは、地域手当を加味して比較した指数です。



給与の種類とその内容(18年度実績) ※再任用職員を除く

Table detailing various types of salaries and allowances (給与の種類とその内容) such as base salary, family allowances, housing allowances, etc.

Table comparing total salary and average salary per person for 18 and 17 fiscal years.

Table showing the status of bonuses (ボーナス) by district and month.

※一般職員の例
職員が退職した場合に支給されます

Table showing the average salary per person (1人当たり平均支給額) for 18 and 17 fiscal years.

職員の平均給料月額・平均給与月額・平均年齢の状況(19年4月1日現在)

Table showing average monthly salary and age by district (平均給料月額・平均給与月額・平均年齢の状況).

Table showing average monthly salary and age by district for technical staff (技能労務職).

※「平均給与月額」とは、給料に諸手当(期末・勤続手当を除く)を加えたものの平均月額です。

職員の初任給の状況(19年4月1日現在)

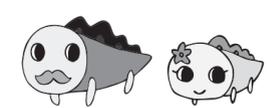
Table showing starting salaries (初任給) for different categories of staff.

職員の経験年数別・学歴別平均給料月額の状況(19年4月1日現在)

Table showing average monthly salary by experience and education level (経験年数別・学歴別平均給料月額の状況).

特別職の報酬等の状況(19年4月1日現在)

Table showing compensation for special positions (特別職の報酬等の状況).



生活の安心

国民年金

昭和36年に創設された国民年金制度は、老齢給付の受給者約二四〇〇万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時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いたします。

——問い合わせは、国民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

①第一号被保険者：日本在住の20歳以上65歳未満で、自営業者・学生・アルバイトの方など。保険料は月額一万四〇〇〇円(19年度)です。まとめて前納すると割引になる制度があります。また、将来の年金額を増やす付加保険料制度(月額四〇〇円増)もあります。

②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。

③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

①日本国籍を持ち国外在住の20歳以上65歳未満の方②日本在住の60歳以上65歳未満の方③65歳以上70歳未満で、老齢基礎年金などの受給権のない方

保険料の納付が困難なとき

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

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)、短大、高等専門学校、専修・専門学校および各種

(国民年金保険料免除・猶予制度)

免除種類	所得審査の対象者	所得基準	保険料(月額)	年金額の計算
全額免除	本人 配偶者 世帯主	(扶養親族等の数+1)×35万円+22万円	無	3分の1ヵ月
4分の3免除(4分の1納付)		78万円+各種控除	3530円	2分の1ヵ月
半額免除(半額納付)		118万円+各種控除	7050円	3分の2ヵ月
4分の1免除(4分の3納付)	本人 配偶者	158万円+各種控除	1万580円	6分の5ヵ月
若年者納付猶予		(扶養親族等の数+1)×35万円+22万円	無	0
学生納付特例	本人	118万円+各種控除	無	0

学校等(夜間・通信制を含む)に在学する学生が対象です。

※免除・猶予が承認された期間には、基礎年金受給資格期間に算入されません。なお、一部納付額を期限まで納めなかった場合は、その期間は免除が無効となり未納期間となります。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ま

受け取る年金の種類

◆老齢基礎年金

国民年金に加入して、保険料納付済期間や免除期間などの合計が二五年以上ある方が、65歳から受給できます。

年金額(19年度)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)です。

◆障害基礎年金

国民年金加入中または20歳前もしくは日本在住の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。

※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。

※利率が加算されます。

◆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。

◆特別障害給付金制度

65歳未満で平成3年3月以前に学生、または昭和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る方のうち障害年金などが受給できない方が受けられます。

◆所得制限など要件あり

国民年金ならではの制度

◆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、妻が受給できます。

◆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。

「現況届」の提出について

年金受給者の皆さんには、現況確認のため、社会保険業務センターから、「年金受給権者現況届」のハガキが郵送されます。「現況届」の提出にあたり、「住民票コード」の記入が求められていますが、現在、区が住基ネットに参加できていないため、未記入で提出することができません。社会保険庁に確認していただきますので、ご安心ください。

区が住基ネットに参加できるまでの間、ご不便をおかけすることもありますが、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

区民課調整担当、住民記録係、証明係

▶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、区の国民年金係と国の機関である杉並社会保険事務所の2つに分かれて行っています。次の内容は、杉並社会保険事務所です。

- ◆国民年金保険料に関すること
- ◆年金を受け取っていた方が亡くなったとき(ただし、障害基礎年金などの受給者が亡くなった場合は区役所です)
- ◆厚生年金に加入したことがあるか、第3号被保険者だった期間のある方が年金の受給手続きを行うとき
- ◆離婚時の厚生年金の分割に関すること
- ◆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および年金相談

年金相談、年金加入記録は下記の①~④へ。確認後、疑問のある場合は、社会保険事務所まで調査を依頼し、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できます。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ねんきんあんしんダイヤル(年金記録照会の専用のフリーダイヤル) ☎0120-657-830
- ②ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165、IP電話・PHSからは、☎6700-1165(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)
- 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(年金個人情報提供サービス)

http://www.sia.go.jp/

【受付時間】

①は、24時間、土・日曜日、祝日も対応。②③は、月曜日(祝日・休日の場合は翌火曜日)は午前8時30分~午後7時、火~金曜日は午前8時30分~午後5時15分、第2土曜日は午前9時30分~午後4時/いずれも12月29日~1月3日を除く

◆国民年金推進員(非常勤の国家公務員)が制度の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。

19年分所得にかかわる高齢者の障害者控除

介護保険の要支援・要介護認定を受けている65歳以上で表1の基準に該当する方は、所得税・住民税(以下、税)の障害者控除の対象となります。申請により「障害者控除対象者認定書」を交付します。

◆手続き方法

税の申告をする方(対象者またはその方を扶養する親族の方)が申請してください。

認定書は、原則当日交付しますが、事情により後日郵送になる場合もあります。

- ◆申請・問い合わせ
- 20年1月4日より受付開始。①窓口申請(対象者本人の介護保険被保険者証持参)
- ②郵送申請(申請書、介護保険被保険者証の写し、80円切手をはった返信用封筒同封)
- 申請書は介護予防課で配付、または区ホームページから取り出せます。
- 区介護予防課高齢者福祉係(区役所東棟1階)

(表2 障害高齢者の日常生活自立度(寝たきり度))

状態	ランク	判定基準
生活自立	J	何らかの障害などを有するが、日常生活はほぼ自立しており独力で外出する①交通機関等を利用して外出する②隣近所へなら外出する
準寝たきり	A	屋内での生活は概ね自立しているが、介助なしには外出しない①介助により外出し、日中はほとんどベッドから離れて生活する②外出の頻度が少なく、日中も寝たり起きたりの生活をしている
寝たきり	B	屋内での生活は何らかの介助を要し、日中もベッド上での生活が主体であるが、座位を保つ①車いすに移乗し、食事、排泄はベッドから離れて行う②介助により車いすに移乗する
	C	1日中ベッド上で過ごし、排泄、食事、着替において介助を要する①自力で寝返りをうつ②自力では寝返りもつたない

※14年8月1日 厚生労働省老人保健福祉局総務課通知。

(表1 障害者控除対象者認定基準)

認定区分	認定基準
特別障害者に準ずる者	身体障害者(1,2級)に準ずる者 知的障害者(重度)に準ずる者
障害者に準ずる者	身体障害者(3~6級)に準ずる者 知的障害者(軽度・中度)に準ずる者

要介護3以上に認定され、かつ、介護保険の認定調査票(注)に記載の「障害高齢者の日常生活自立度(寝たきり度)」(表2)がB以上

要介護3以上に認定され、かつ、介護保険の認定調査票に記載の「認知症高齢者の日常生活自立度(表3)」がⅢ以上

要支援・要介護に認定され、かつ、介護保険の認定調査票に記載の「障害高齢者の日常生活自立度(寝たきり度)」(表2)がA以上※特定障害者に準ずる者を除く

要支援・要介護に認定され、かつ、介護保険の認定調査票に記載の「認知症高齢者の日常生活自立度(表3)」がⅡ以上※特別障害者に準ずる者を除く

(注) 介護保険法第27条第2項の規定に基づく調査。

(表3 認知症高齢者の日常生活自立度)

ランク	判定基準
I	何らかの認知症を有するが、日常生活は家庭内および社会的にほぼ自立している
II	日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが多少見られても、誰かが注意していれば自立できる
IIa	家庭外で上記IIの状態が見られる
IIb	家庭内でも上記IIの状態が見られる
III	日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが見られ、介護を必要とする
IIIa	日中を中心として上記IIIの状態が見られる
IIIb	夜間を中心として上記IIIの状態が見られる
IV	日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが頻繁に見られ、常に介護を必要とする
M	著しい精神症状や問題行動あるいは重篤な身体疾患が見られ、専門医療を必要とする

※14年8月1日 厚生労働省老人保健福祉局総務課通知。

SUGINAMI INFORMATION 掲示板

国民健康保険のお知らせ

国民健康保険料の納付書を送ります

20年1月11日(金)に、1月～3月分の納付書と、1月～3月分が一度に納付できる一括納付書をお送りします。

加入の届出

勤め先の健康保険を脱退したときは、国民健康保険加入の届出が必要です。

12月1日(土)～7日(金) 杉並区TOKYO交通安全キャンペーン 「おもいやり 人に車に この街に」

今年重点 ①高齢者の交通事故防止 ②二輪車の交通事故防止 ③飲酒運転の根絶 ④違法駐車対策の推進 ⑤自転車の安全利用の推進

自転車を利用する方は、交通ルールを守り、安全運転を心がけましょう

福祉事務所の相談

無料家庭相談

家庭相談員があなたと一緒に、次のような問題を考えます。夫婦・親子などの問題 結婚・離婚など 相続・扶養・認知の問題 カードローン・借金による取り立てなどの不安

住宅の耐震無料相談会 時・内建物の耐震診断や耐震改修の無料相談会

「すぎなみニュース」のデジタル放送が始まります

特別区民税・都民税 当初賦課事務のアルバイト 募集します

区役所の省エネ 区役所では、地球温暖化を防止し省エネルギーを促進するため、12月1日～20年3月31日の間、区施設の暖房温度を20℃を目途に設定し、ウォームビズに取り組みます。

区役所の省エネ 区役所では、地球温暖化を防止し省エネルギーを促進するため、12月1日～20年3月31日の間、区施設の暖房温度を20℃を目途に設定し、ウォームビズに取り組みます。

区役所の省エネ 区役所では、地球温暖化を防止し省エネルギーを促進するため、12月1日～20年3月31日の間、区施設の暖房温度を20℃を目途に設定し、ウォームビズに取り組みます。

新設「上井草第二区民農園」(上井草4-20)の利用者を募集します

区内在住で、職場などでの健(検)診の機会がない方が受けることができます

区民健診・がん検診のお知らせ

区内在住で、職場などでの健(検)診の機会がない方が受けることができます



催し

子どもの本リユース市

図書館や家庭でいらなくなつた絵本や児童書をもう一度活用するため、差し上げます(一人一〇冊まで)。

不用になった本は、前日まで中央図書館へ持参してください(名前など書き込み、傷みのある本は不可)。

時12月8日(土)・9日(日)午前10時〜午後4時 中央図書館(荻窪3-40-23) 費無料 申当日、直接会場へ 中央図書館 ☎3391-5754

区役所ロビー クリスマスコンサート

時12月17日(月)午後0時10分〜0時50分 区役所一階ロビー 出演II日本フィルハーモニー金管五重奏団 曲目II「クリスマススクラッカー」ほか 費無料 申当日、直接会場へ 文化・交流課

天文の夕べ

◇観望会「アンドロメダ銀河」 私たちのいる天の川銀河と同規模で、隣にあるアンドロメダ銀河を観望します。 時12月15日(土)午後6時〜8時 他雨天・曇天の場合は、プラネタリウムで天文の話をお願いします

◇クリスマス・コンサート

音楽ユニット Ashieremによる楽しいコンサートです。

ハガキ記入例 (1人1枚)

- ①行事名
②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

時12月22日(土)午後6時30分〜8時30分(5時30分から整理券を配付) 内出演II谷地田みのり(ソプラノ)、左藤博之(クラリネット)、名取かほり(ピアノ) 曲目IIレオンカバッコ「朝」「クリスマスドレ」ほか 定一四〇名(先着順) へいすれも

時12月13日(木)午前10時〜午後3時 会場あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 費無料 申当日、直接会場へ すぎなみ環境カエルくらぶエネルギー部会・寺田 ☎3223-7367 他家電機器の消費電力を測定できる「ワットアワーマーター」を無料で貸し出します

落ち葉感謝祭2007 一万人の落ち葉掃き

落ち葉や樹木への親しみと感謝の気持ちや、落ち葉をゴミとしないで自然の物質循環に戻す「みどりのリサイクル」の考えを広めるため、落ち葉感謝祭を区民有志と協働で開催します。集めた落ち葉は、12月17日(月)から希望者に配付します。詳細は、お問い合わせください。

すぎなみ環境情報館 フリーマーケット

時12月16日(日)午前10時〜午後2時 会場あんさんぶる荻窪 区内在住・在勤の方(業者出店は不可) 定一五区画(抽選) 費無料 申往復ハガキ(記入例参照)。グループ・家族は一枚で、12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)へ すぎなみ環境情報館 ☎3398-3191 他丁A東京中央杉並グリーンセンターの杉並産の農産物・花苗などの販売もあります(売切れ次第終了)

すぎなみ環境カエルくらぶ みんなで省エネ!

あなたの暮らしに役立つ「冬の省エネ」を紹介します。

〈落ち葉感謝祭2007〉

Table with 3 columns: 会場/内容, 申し込み方法, 備考. Includes details for '落ち葉掃き' and '催し'.

(注)1.汚れてもよい服装で参加してください。2.軍手・ほうき・ちりとりをなるべく持参してください。

地域で落ち葉掃きを行っているグループの方など、落ち葉感謝祭の趣旨に賛同していただける方はご連絡ください。

時12月16日(日)落ち葉掃きII 午前9時〜10時 催しII 午前10時〜午後3時(雨天実施) 場 内 申左上表のとおり 園みどり公園 課みどりの計画係

ジャグリング・パーティー

ジャグリング(大道芸)の楽しいパフォーマンスを見にきませんか。講習会にも参加できます(要事前申し込み)。

時12月15日(土)午後2時〜4時 場 高井戸児童館(高井戸西2-5-10) 師 東京大学ジャグリングサークル「マラバリスト」 対 講習会は小学生・高校生 定 講習会は二〇名 費 無料 申 園 電話または直接、高井戸児童館 ☎334-0902 へ

ユニークダンスパーティー

障害のある方とない方で、二人一組になって踊りませんか。初心者の方もすぐに踊れます。

時12月23日(祝)午後1時〜3時 30分 場 障害者福祉会館(高井戸東4-10-5) 対 区内在住の方 費 五〇〇円(飲食代) 申 当日、直接会場へ 園 障害者福祉会館運営協議会事務局 ☎3332-1612 1 FAX 3335-3581 他 手話通訳がつかます

講演・講座

リサイクルひろば高井戸

◇包丁研ぎを習おう 自分で研ぎあげる技能を習得しましょう。 時12月8日(土)①午後1時〜2時②2時30分〜3時30分 定 各回

七名 費 無料 申 電話で、リサイクルひろば高井戸へ(先着順)

◇古布からぞうり作り

古い布を裂いて、履き心地のよいぞうりを作ります。

時20年1月11日(金)・18日(金) 午後1時30分〜3時30分(計二回) 定 一〇名(抽選) 費 五〇〇円 申 往復ハガキ(記入例参照)で、12月13日(必着)までにリサイクルひろば高井戸へ 場 園 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)

アニメワークショップ 「サム」の背景を描こう

杉並アニメーションミュージアムで制作中の、ミュージアムのキャラクター「サム」が主人公のファンタジーアニメ「ふしぎなくにのワンダーサム」の制作に参加しませんか。

時12月22日(土)②23日(祝)いずれも午後2時〜3時30分 場 杉並アニメーションミュージアム(上荻3-29-5) 師 杉並アニメーションミュージアム館長・鈴木伸一 定 各二〇名 費 無料 申 園 電話で、杉並アニメーションミュージアム ☎3396-11510 へ(先着順) 他 http://www.sam.or.jp/



▲主人公のサム ©杉並アニメーションミュージアム

知の散歩道 自由民権期のルソー 明治初年の自由民権期にはフランス一八世紀の啓蒙思想が、

新聞やパンフレットなどで盛んに紹介されました。三多摩の民権運動はよく知られています。が、ここでは「東京日日新聞」が描くルソーと土佐の「土陽新聞」に掲載された宮崎夢柳訳の『懺悔録』を中心に、当時のルソー像についてお話しします。



▲松崎洋

時12月15日(土)午後2時〜4時 中央図書館(荻窪3-40-23) 師 百合女子大学教授・松崎洋 定 六〇名(先着順) 費 無料 申 当日、直接会場へ 園 中央図書館企画サービ担当 ☎3391-5754

女性のための健康講座 女性と喫煙

病院の産科・婦人科の現場で禁煙支援にも積極的に取り組んでいる講師が、将来母親になる若い女性の健康づくりにについてお話しします。

時12月14日(金)午前11時〜午後0時25分 場 東京女子大学二四号館(善福寺2-6-1) 師 順天堂大学医学部附属練馬病院産科・婦人科准教授・中村靖 区内在住・在勤・在学で15歳〜40歳の女性 定 一〇〇名 費 無料 申 当日、直接会場へ 園 杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015

禁煙サポート講座 STOP-IN 高井戸

禁煙のコツを知って、来年こそタバコと「さよなら」しましょう。 時12月13日(木)午後3時〜5時②20年1月17日(木)午後2時〜

4時③2月14日(木)午後3時30分〜5時(計三回) 場 高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) 内 ①最新の禁煙ノウハウ②タバコと歯周病、禁煙後の生活のポイント(試食あり)③禁煙を続けるために(ミーティング) 師 ①東京衛生病院禁煙外来医師・佐々木温子②同病院管理栄養士・嵐雅子 区内在住・在勤の方 定 二〇名 費 無料 申 園 電話で、高井戸保健センター ☎334-4304 へ(先着順)

家族介護教室

◇高齢者の積極的な健康づくり 時12月11日(火)午後2時〜4時 30分 場 井草地域区民センター(下井草5-7-22) 内 師 中国気功にチャレンジ(中国武術健身協会 沢田麗子、口腔ケアの常識) 区内在住で65歳以上の方 または介護者 定 二〇名 費 無料 申 園 電話で、ケア24下井草 ☎5303-5341 へ(先着順) 他 手鏡のある方は持参してください

◇認知症とはどんな病か? 認知症の正しい理解とその対応 時12月15日(土)午後1時〜2時 場 永福ふれあいの家(永福2-14-20) 師 精神科医・窪田勝也 区内在住の方 定 三〇名 費 無料 申 園 電話で、永福ふれあいの家 ☎3327-5811 へ(先着順)

◇快適!排せつケア おむつの正確な使い方を体験します。 時12月20日(木)午後2時〜4時 場 永福和泉地域区民センター(和泉3-8-18) 師 ユニチャームメンリッケ(株)・岩下由美子 区内在住・在勤の方 定 二〇名 費 無料 申 園 電話で、ケア24 永福 ☎5355-5124 へ(先着順)

〈ゆうゆう館 (旧敬老会館) の催し〉

ゆうゆう館名	内容など	日時	費用
今川館 (今川4-12-10 ☎6674-5986 <NPO支援機構すぎなみ>)	パソコンで自分史を書こう	20年1月16日～6月18日の隔週水曜日午前10時～正午(事前説明会=1月9日(水)午前10時～11時)	6カ月分 1万2000円前納 (事前説明会は無料)
浜田山館 (浜田山4-18-31 ☎・FAX3315-7815)	クリスマス・ソングを歌うコーラスの夕べ	12月19日(水)午後4時～6時	300円 (茶菓子付き)
馬橋館 (高円寺南3-16-14 ☎・FAX3315-1249)	論語や漢文を読み解き中国の古典に親しむ読書会	12月22日、20年1月12日、2月9日・23日、3月8日いずれも土曜日午後1時30分～4時(計5回)	1日500円 (茶菓子付き)
高井戸東館 (高井戸東3-14-9 ☎・FAX3304-9573)	IT広場(カレンダー作り体験、続ピスタ体験)	20年1月11日・18日、2月1日・15日・29日いずれも金曜日午後1時30分～4時	1時間500円
荻窪東館 (荻窪4-23-12 ☎・FAX3398-8738)	日本の伝統文化を学ぶ茶道サロン	20年1月26日～毎月第2・4土曜日午後1時30分～4時	3カ月分 1万2000円前納 (第1回は無料)

※申し込み、問い合わせは、各ゆうゆう館へ。



▲大葉ナナコ

●ゆうゆう館ココロサロン
好きのはじまりって何？

ドキドキする気持ちや、彼

彼女のことにについておしゃべりする時間です。新たな自分に気づけるかもしれません。

時12月14日(金)午後4時～6時
場児童青少年センター(荻窪1-56-3 ゆうゆう館内) 師 パーソナル・メンタル代表・大葉ナナコ
対 中高生 定 20名 費 無料 申 直
接、児童青少年センター受付へ
(先着順。空きがあれば当日の申し込み可) 問 児童青少年課 業 係 ☎ 339314760

●支援セミナー
障害者にとつて快適でオシャレなファッション

洋服を実際に作っている講師がお話しします。「私はこんな時に困っている」など、皆さんの声もお聞かせください。

時12月9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) 対 区内在住・在勤・在学の障害者とその家族、支援者 費 無料 申・問 電話またはファクス(6面記入例参照)で、12月8日までに障害者福祉会館 ☎ 33321612 FAX 333513581へ

ありがとうございました

9～10月のご寄付(敬称略・順不同)

【福祉】宮園自動車(株)代表取締役・川村秀利=80,000円▷いきいきクラブ(旧)上荻福寿会=100,000円【NPO支援基金】関谷祐之=20,000円▷匿名=5,000円【みどりの基金】みどりの基金友の会=38,631円▷堀之内小学校こどもフェスティバル参加者有志=45,138円▷杉並の環境をよくする会=6,260円

区の後援・その他の催し・講座など

★杉並芸術会館プレ事業

21年5月、旧高円寺会館跡地に開館予定の杉並芸術会館(高円寺北2-1-2)のプレ事業をお届けします。

①シンポジウム「街が創る劇場(ひろば)・街を創る劇場(ひろば)」

時20年1月8日(水)午後6時30分開演(6時開場) 内 出演=基調講演=井上ひさし、シンポジウム=ねじめ正一、平田オリザ、村上タカシ、吉本光宏(定)194名(抽選) 費 無料

②ドラマ・リーディング「オッペケペ」

時20年1月10日(木)午後2時開演(1時30分開場)、午後6時30分開演(6時開場) 内 出演=渡辺美佐子、結城孫三郎、結城千恵、森一、関口晴雄、清水紘治(費)前売=一般2800円・区民2700円、当日=3500円

③ドラマ・リーディング「カズオ」

時20年1月22日(水)午後2時開演(1時30分開場)、午後7時開演(6時30分開場) 内 出演=三田和代、永井愛、森一(費)前売=一般2800円・区民2700円、当日=3500円

④ドラマ・リーディング「ジルジュ」

時20年1月24日(木)午後2時開演(1時30分開場)、午後7時開演(6時30分開場) 内 出演=竹下景子、真那胡敬二、関本昌平(費)前売=一般3800円・区民3700円、当日=4500円(②～④は杉並区文化協会会員割引あり)

——(いずれも)——

場杉並公会堂小ホール(上荻1-23-15) 申①は往復ハガキ(6面記入例参照)で、12月14日(消印有効)までに杉並芸術会館準備室(〒166-0002高円寺北2-29-14伊藤第二ビル601)へ、②～④チケット販売窓口=杉並区文化協会 ☎5347-4366、同協会ウェブ予約 http://www.sugibun.com/、区役所1階「コミュかるショップ」、地域区民センター、杉並公会堂、チケットぴあ(ぴあは区民料金取扱なし) ☎0570-02-9999 問杉並芸術会館準備室 ☎5876-7731

★杉並弦楽合奏団 定期演奏会

時12月24日(木)午後2時開演(1時30分開場) 場 センオン杉並(梅里1-22-32) 内 出演=藤崎凡(指揮)、小林将(バイオリン)▷曲目=ビバルディ「四季」、コレリ「クリスマス協奏曲」、アレスキー「チャイコフスキーの主題による変奏曲」(定)578名(全席自由。先着順) 費 無料 申 当日、直接会場へ 問 杉並弦楽合奏団・鳥井 ☎3334-8434

★杉並オペラ倶楽部公演「ラ・トラヴィアータ」

ベルディ「椿姫」の訳題で知られたオペラを全3幕字幕付原語上演します。

時20年1月19日(土)午後2時開演(1時30分開場) 場 勤労福祉会館(桃井4-3-2) 内 出演=井田勝大(演出・指揮)、中村香里(ピアノ)ほか(定)340名(費)1000円(全席自由) 申 チケット発売開始=12月4日(水)午後2時▷チケット販売窓口=杉並公会堂、区役所1階「コミュかるショップ」、地域区民センター 問 杉並オペラ倶楽部・堀内 ☎3390-4491 または ☎090-9201-1746

★城西病院ホスピタリティコンサート～クリスマスコンサート

時12月13日(木)午後7時開演(6時30分開場) 場 城西病院(上荻2-42-11) 内 出演=会田道孝(ピアノ)、新居佐和子(ソプラノ)、勝又晃(テノール)▷曲目=「クリスマスソング」、エルガー「愛の挨拶」、ベルディ「歌劇『椿姫』より」ほか(定)70名(先着順) 費 無料 申 当日、直接会場へ 問 城西病院 ☎3390-4166

★ロシアン・プラス「展覧会の絵」

時20年3月14日(金)午後7時開演(6時30分開場) 場 杉並公会堂大ホール(上荻1-23-15) 内 出演=ロシアン・プラス(サンクトペテルブルグ・フィルハーモニー管五重奏団(右写真))▷曲目=ムソルグスキー「組曲『展覧会の絵』」、モーツァルト「『魔笛』より」、ビゼー「『カルメン』より」ほか(費)一般4000円、高校生以下3000円 申 チケット販売窓口=杉並公会堂 ☎5347-4450、杉並区文化協会 ☎5347-4366、同協会ウェブ予約 http://www.sugibun.com/、区役所1階「コミュかるショップ」、地域区民センター、チケットぴあ ☎0570-02-9999/クラシック専用・オペレーター対応 ☎0570-02-9990 問 杉並公会堂



★PW(プロジェクトワイルド)in柏の宮公園

「野生ってなんだろう？」ゲームで遊みましょう。

時12月16日(日)午前10時～午後3時 場 柏の宮公園管理棟2階(浜田山2-5) 師 PW指導員 対 幼児～大人の方(費)無料 申 当日、直接会場へ 問 電話で、PWすぎなみ事務局 ☎3334-6625

★小千谷ふるさと市場

新潟県小千谷市南部の「若栃」集落地域産の、じゃがいも・大根・米・もち・みそなどを販売します。

時12月17日(月)午前11時～午後2時(雨天実施) 場 区役所中杉通り側入口前(申)当日、直接会場へ 問 小千谷市農村都市交流協議会事務局(小千谷市農林課内) ☎0258-83-3510(他)買い物袋を持参してください

★夕焼けサロン特別企画～X'mas ジャズ談義

時12月19日(水)午後6時～9時 場 タパス&タパス阿佐ヶ谷店(阿佐ヶ谷南1-47-12) 師 元高千穂大学教授・神崎浩(定)80名(費)2000円(食事・飲物付) 申・問 電話またはファクス(6面記入例参照)で、ゆうゆう高井戸西館 ☎・FAX3332-1076へ(先着順)

★映画「日本の青空」上映会

日本国憲法ができる歴史的過程をドラマ化した映画です。

時12月20日(木)①午前10時②午後2時30分③6時30分(いずれも30分前に開場) 場 センオン杉並(梅里1-22-32) (定)各578名(費)一般1200円(当日1500円)、障がい者・中高生500円(当日700円) 申・問 電話またはファクス(6面記入例参照)で、映画「日本の青空」上映・杉並実行委員会事務局・深野 ☎・FAX3332-4925へ(先着順。当日、直接会場へ可)

★省エネ家電で地球を助けよう！キャンペーン

12月31日(月)まで「省エネマイスター店」マーク(左図)のある電気店では、電球型蛍光灯をお買得価格で提供します。この機会にぜひ電球型蛍光灯に切り替えて、お得に地球を助けましょう。省エネ型家電の専門知識を持つ「省エネマイスター店」の一覧は、ホームページ http://www.eco-online.org/shouene をご覧ください。

問 地球温暖化防止・省エネ東京連絡会 ☎3265-9191

★あなたの省エネを応援します！

省エネについてのパネルを展示し、皆さんの疑問に専門家が説明・アドバイスをします。

時12月11日(水)・12日(木)・14日(金)午前10時～午後3時 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 費 無料 申 当日、直接会場へ 問 杉並・地域エネルギー協議会・寺田 ☎・FAX3223-7367

★高千穂大学特別講演「問屋という、原点に回帰する」

食に関わる企業の活動および企業の人材活用についてお話しします。

時12月8日(土)午後1時～2時 場 高千穂大学(大宮2

12月1日(土)～31日(月) **歳末たすけあい運動**

今年も町会・自治会などを通じて募金をお願いいたします。皆さんの「たすけあいの心」をお寄せください。昨年は1336万6346円の募金があり、福祉施設・団体の助成など地域福祉活動の推進に活用させていただきました。

問 杉並区社会福祉協議会 ☎5347-3939

-19-1) 師 国分(株)専務取締役・國分晃(問)18歳以上の方(定)50名(抽選) 費 無料 申・問 電話、ファクスまたはEメール(6面記入例参照)で、12月7日(必着)までに高千穂大学「特殊講義」特別講演係 ☎3313-0146 FAX3313-9034 問 koukai@gac.takachiho.ac.jp へ

★杉並区社会福祉協議会 手話通訳者認定試験

区内の聴覚に障害のある方へ手話通訳者を派遣する「杉並区手話通訳者派遣事業」に携わる登録手話通訳者の試験を実施します。

時20年1月27日(日)午前9時～正午 場 あんさんぶる荻窪(内)手話読み取り(書き取り・口頭通訳)、手話表現、面接(問)原則として杉並区手話講習会の手話通訳者養成基本クラス以上、東京都手話通訳者等養成講習会の地域手話通訳者クラス修了者または他の区市町村の同等レベルの養成クラスの修了者(修了見込み可)で、次の条件をすべて満たす方①区内在住・在勤で18歳以上②杉並区の手話サークル会員③試験合格後、研修会に参加するか杉並区手話通訳者連絡会に入会し定例会に参加できる④認定後に手話通訳者派遣事業に協力でき、派遣依頼に応じることができる(他の区市町村との重複登録は不可) 申 往復ハガキ(6面記入例参照)に手話歴(手話講習会修了歴、手話サークル名、経験年数など)も書いて、12月11日～20年1月11日(必着)までに杉並区社会福祉協議会(〒167-0051荻窪5-15-13あんさんぶる荻窪5階)へ 問 同協議会 ☎5347-3939

★杉並区シルバー人材センター リサイクル自転車の販売

時12月17日(月)～19日(水)午前11時～午後4時 場 リサイクル自転車作業所(永福2-1-11 ☎3327-2287) 内 販売価格=1台6500円～1万円 申 当日、直接同作業所へ(先着順) 問 (株)杉並区シルバー人材センター ☎3317-2217

「すぎなみ文化芸術活動助成基金」の助成対象事業募集

文化・芸術の振興のため、個人・団体が実施する文化事業について、事業費の一部を助成します。

内 区内在住・在勤・在学の個人と団体(団体は継続的に活動し責任をもって事業を遂行できるなど、一定条件あり)。既に助成対象事業になっている個人と団体は、その事業が完了し、実績報告後でない応募できません。また、2カ年度中2回の助成を受けた場合、2回目の事業終了日から1年は応募できません▷対象事業=20年4月1日～21年3月31日に区内で広く開催し、文化芸術の創造に貢献する事業(1団体または個人で1事業)▷助成金額=事業終了後の自己負担額のうち助成対象費目(会場借上費、印刷・宣伝費、道具・衣装制作費など)の2分の1の金額(上限は100万円)▷助成の決定=審査の上、内定通知を20年3月中旬に発送予定(申)事前に連絡の上、申請書類(杉並区文化協会ホームページ http://www.sugibun.com/から取り出せます)、20年1月31日(必着)までに杉並区文化協会(〒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(問)同協会 ☎5347-4366(他)寄付のお願い=助成金制度は、基金で運営しています。文化芸術の振興のため、助成基金への寄付をお願いします。詳細は、お問い合わせください



12/21(金)
22(土)

すぎなみNPOのつどい

～創ろう NPOといっしょに笑顔あふれる杉並を～

NPO支援基金チャリティーコンサート&ワークショップ

文化・芸術や高齢者の介護、子育てサポートなど、様々な活動に取り組んでいるNPO団体を紹介し、皆さんが体験できる楽しい催し物をご用意してお待ちしています。

基金チャリティーコンサートの入場チケットは、「杉並子育て応援券」が使えます。また、入場料の一部は、NPO団体の支援を目的とした「杉並区NPO支援基金」に寄付されます。



【開催日】12月21日(金)・22日(土)
【時間・内容】下表のとおり
【場所】セシオン杉並(梅里1-22-32)
【費用】無料(一部有料)
【申し込み】当日、直接会場へ(一部事前申し込み)
【問い合わせ・申し込み】すぎなみNPOのつどい実行委員会事務局 ☎3314-7260(阿佐谷南1-47-17阿佐谷地域区民センター4階・すぎなみNPO支援センター内)

★基金チャリティーコンサート★

オンラインコンサート

21日(金)午後1時30分～2時30分

①コンサート▷曲目は「愛のあいさつ」、「クリスマスメロデー」ほか▷出演=ハッピーエンジェルス楽団(演奏)②リトミック～動いて歌って、音楽を身体全体で楽しもう!▷出演=桐ヶ谷範子(リトミック講師) ☎一般1500円、子ども(小学生まで)500円

天使が舞いおるクリスマスコンサート

22日(土)午後2時～4時

①第1部=ミュージカルより「学生王子のセレナーデ」ほか▷出演=小山田薫(指揮)、片岡敬(ソプラノ)、コーロ・アヴァンティ(コーラス)、ファミリア・アヴァンティ(アンサンブル)▷第2部=「千の風になって」ほか▷出演=ハッピーエンジェルス楽団(演奏) ☎一般2000円、子ども(5歳～中学生)1000円



〈すぎなみNPOのつどい〉

場所	日時	内容、費用など
ホール(568名)	21日(金)午後4時～6時10分	長編ドキュメンタリー映画「終わりよければすべてよし」 ☎前売1200円、当日1500円
	21日(金)午後7時～8時30分	講演会「サッカー監督の環境活動」(元サッカー日本代表監督・岡田武史) ☎一般1000円、子ども500円
	22日(土)午後6時30分～8時15分	演奏会「ファイナルコンサート～彩楽(しゃらく)祭」
音楽室	22日(土)①午前10時～午後1時 ②午後1時～4時	バンド演奏に挑戦! ①どんな楽器でも参加できるポップス楽団体験演奏会②初心者からバンド演奏に挑戦しよう ☎各30名(予約制) ☎500円
	21日(金)午前10時45分～正午 21日(金)午後2時～3時30分	「乳がん座談会」 ☎20歳以上の女性や若い家族 ☎30名(先着順。託児あり) 親子で楽しむアニメ映画会「少年猿飛佐助」 ☎60名(先着順)
展示室	21日(金)午前11時～午後3時	ダンボールを使った巨大クリスマスツリー作りとパーティー ☎100名(先着順) ☎1000円(子育て応援券利用可)
	21日(金)午後6時30分～7時30分	ハーモニカ演奏
	22日(土)午後1時30分	介護予防体操「ケアピクス」/シニアのための健康体操/作って遊ぼう! 創作おりがみ教室
中庭	21日(金)・22日(土)午前11時～11時15分	まゆだまアート「クリスマス・正月飾りを作ろう」 ☎材料費500円/大人も子どもも楽しめる筆遊びコーナー/障害者授産作品展示・販売/いろいろ相談会「年金・創業、アクティブセカンドライフのために」「住まいと町並み、住まいにあなたの感性を活かそう」「結婚相談」「良きパートナーとの出会いのお手伝い」ほか
	21日(金)・22日(土)午後2時～3時30分	野菜の即売/クレープ・豚汁販売/すぎなみ昔話紙芝居&クイズ/和太鼓演奏
和室	講習「生活習慣の改善による免疫力の向上」/健康相談会と免疫力向上の実習体験/展示「ファブリックアート(布と糸を使った作品)」	

SPORTS

スポーツのある暮らし 健康の第一歩

競技大会

●都民体育大会選手選考会兼杉並リーグ

◇サッカー

時20年1月20日～3月30日の日曜日、祝日午前9時～午後5時(場)井草森公園運動場(井草4-12-1)、上井草スポーツセンター(上井草3-34-1)、下高井戸運動場(下高井戸3-26-1) ☎区内在住・在勤で18歳以上の男子(高校生は除く)で編成されたチーム ☎1チーム1万8000円 ☎☎電話で、12月12日までに区サッカー連盟・大槻和広 ☎090-9833-5041(午前9時～午後10時) ☎☎連盟加盟チームには別途連絡します

●区民体育祭スポーツ・レクリエーション大会

◇キンボール交流大会

1チーム4名でゲームをします(登録は8名まで)。時20年1月27日(日)午前10時～午後4時(場)高円寺体育館(高円寺南2-36-31) ☎種目=ジュニアの部(小学生)、フレンドリーの部(制限なし。ただしコート内に2名以上女性が入ること)、シニアの部(男性55歳、女性50歳以上) ☎無料 ☎☎申込書(社会教育スポーツ課社会体育係(区役所東棟6階)、区体育施設にあります)を、12月27日(必着)までに社会体育係へ郵送または持参 ☎☎係 ☎☎初心者可。1月20日(日)午前9時～正午に杉並第十小学校(和田3-55-49)で練習会あり

●区民ロードレース大会(兼区都市対抗都民駅伝予選会)

時20年1月20日(日)午前9時～午後1時(区共催) (場)善福寺池周辺(善福寺4丁目) ☎種目=10kmの部(男子=18～29歳、30～39歳、40～49歳)=10時スタート▷5kmの部(男子=高校生、18～29歳、30～39歳、40～49歳、50～59歳、60歳以上)=11時スタート ☎☎区内在住・在勤・在学で1月20日現在、満15歳以上の方(学連登録の大学生は除く) ☎☎一般1000円、高校生500円を郵便局「00100-2-140811杉並陸上競技協会」に振り込み ☎☎申込書(区体育施設、地域区民センターにあります)を、12月25日(必着)までに河鍋衛(〒166-0016成田西3-12-6) ☎☎河鍋 ☎☎3392-3145

●射初め

時20年1月14日(日)午前9時～午後5時(区後援) (場)上井草スポーツセンター弓道場(上井草3-34-1) ☎☎区内在住・在勤・在学の方 ☎☎40名(抽選) ☎☎無料 ☎☎往復ハガキ(6面記入例参照)で、1月7日(必着)までに穴戸育(〒168-0065浜田山1-7-6-203) ☎☎穴戸 ☎☎3329-4614(午後8時～10時)

スポーツ教室

●エアロビクス ☎☎教室番号「0286」

時20年1月17日～2月21日の毎週木曜日、午後1時

③の教室は、さざんかねつ ☎☎http://www.yoyaku-sports.city.suginami.tokyo.jp/rasgiusr2で申し込みできます。スポーツ施設用の個人利用者登録が必要です。申し込みは12月1日午前8時30分からハガキ締切日まで。定員を超えた場合は、初めて申し込んだ方を優先する場合があります。

～3時(計6回) (場)妙正寺体育館 ☎☎区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心者 ☎☎40名(抽選) ☎☎1400円 ☎☎往復ハガキ(6面記入例参照)に生年月日も書いて、12月12日(必着)までに妙正寺体育館(〒167-0033清水3-20-12) ☎☎同体育館 ☎☎3399-4224 ☎☎☎託児あり(3歳以上の未就学児。事前申込)

●ミニテニス ☎☎教室番号「0312」

時20年1月18日～2月22日の毎週金曜日、午前11時～午後1時(計6回) (場)大宮前体育館 ☎☎区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 ☎☎45名(抽選) ☎☎1800円 ☎☎往復ハガキ(6面記入例参照)に生年月日も書いて、12月13日(必着)までに大宮前体育館(〒168-0081宮前2-11-11) ☎☎同体育館 ☎☎3334-4618 ☎☎☎託児あり(3歳以上の未就学児。事前申込)

●アクアエクササイズ ☎☎教室番号「0362」

時20年1月16日～2月20日の毎週水曜日、午前10時～正午(計6回) (場)高井戸温水プール ☎☎区内在住・在勤・在学で60歳以上の健康な方 ☎☎30名(抽選) ☎☎1800円 ☎☎往復ハガキ(6面記入例参照)に生年月日も書いて、12月13日(必着)までに高井戸温水プール(〒168-0072高井戸東3-7-5) ☎☎同プール ☎☎3331-8652

●杉並第十小学校温水プールの教室

◇レベルアップ水泳教室 ☎☎教室番号「0351」

時20年1月15日～2月26日の毎週火曜日(2月5日は除く)、午後7時～9時(計6回) ☎☎区内在住・在勤・在学で16歳以上でクロールで50m以上泳げる方 ☎☎30名(抽選) ☎☎3700円

◇初心者水泳教室 ☎☎教室番号「0350」

時20年1月17日～2月14日(2月11日を除く)の毎週月・木曜日、午前10時～正午(計8回) ☎☎区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心者 ☎☎32名(抽選) ☎☎5000円

(20年1月2日(水)・3日(木)に開場する体育施設)

施設名	日程	内容・費用など	
		午前10時～午後1時	午後1時～4時
下高井戸運動場(下高井戸3-26-1 ☎☎5374-6191)	両日	個人利用(キャッチボール・サッカー・風揚げ(試合形式は不可。グラウンドゴルフ・パドミントン・ターゲット・ゴルフの貸し出しあり))	
高井戸温水プール(高井戸東3-7-5 ☎☎3331-8652)	両日	個人利用 ☎1時間大人250円、子ども130円	
高円寺体育館(高円寺南2-36-31 ☎☎3312-0313 ☎☎3312-0312)	2日	個人利用(卓球・ラジボール)	個人利用(パドミントン)
	3日	個人利用(パドミントン)	個人利用(バスケットボール)
妙正寺体育館(清水3-20-12 ☎☎3399-4224)	両日	グループ利用 ☎☎おおむね3名以上 ☎☎午前・午後各600円	
	両日	個人利用(ミニテニス・ソフトバレーボール) ※庭球場は営業しません。	
大宮前体育館(宮前2-11-11 ☎☎3334-4618)	2日	個人利用(パドミントン)	個人利用(パドミントン)
	3日	個人利用(パドミントン)	個人利用(バスケットボール)
永福体育館(永福3-51-17 ☎☎3328-3146)	2日	個人利用(卓球)	個人利用(卓球)
	3日	個人利用(パドミントン)	個人利用(パドミントン)
荻窪体育館(荻窪3-47-2 ☎☎3220-3381 ☎☎3220-3516)	2日	個人利用(パドミントン) ※親子限定	個人利用(パドミントン)
	3日	個人利用(卓球) ※親子限定	個人利用(卓球)
小体育室・武道場	両日	グループ利用 ☎☎おおむね3名以上 ☎☎午前・午後各600円	

(注) 体育館の個人利用は、1回につき大人200円、小・中学生100円です。下高井戸運動場は無料です。



古紙配合率100%再生紙を使用しています