

- あなたの住民税が変わります…1面
- 宿泊施設ガイド  
さわやかな風とともに出かけませんか…6面
- すぎなみの輝き度向上だより…8面



●発行/杉並区 〒166-8570 杉並区阿佐谷南1-15-1  
区の代表電話は ☎ 3312-2111  
●編集/広報課 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

## 19年度分から

# あなたの住民税が変わります

—住民税は増えますが、税負担の総額は変わりません—

—問い合わせは、課税課へ。

**問1** 税負担の総額が変わらないって、どういうこと？



住民税の金額は上がっても、所得税を合わせた税負担の総額は変わらないという意味です。ただし、これとは別に定率減税の廃止があります。(1面参照)

**問2** 介護保険料には影響があるの？



介護保険料には、今回の税制改正による直接の影響はありません。しかし、介護サービス利用料などは、税の控除を受けられる場合があります。(2面参照)

**問3** 住民税が上がると国民健康保険料も増えるの？



住民税が上がると国民健康保険料も上がってしまうので、その影響をできる限り抑えるように措置を講じました。(3面参照)

〈表1 19年6月分から適用の住民税率〉

課税総所得金額	特別区民税		都民税	
	改正前	改正後	改正前	改正後
200万円以下	3%	6%	2%	4%
700万円以下	8%		3%	
700万円超	10%			

〈表2 19年1月分から適用されている所得税率〉

改正前		改正後	
課税総所得金額	税率	課税総所得金額	税率
330万円以下	10%	195万円以下	5%
		330万円以下	10%
900万円以下	20%	695万円以下	20%
		900万円以下	23%
1800万円以下	30%	1800万円以下	33%
1800万円超	37%	1800万円超	40%

このため、住民税の税額は多くの方の場合、増加します。しかし、所得税の税率も変わり(左表2)、住民税の増額分が所得税で減額されます。つまり、住民税が上がった分、所得税が下がりますので、住民税と所得税を合わせた税

税源移譲による税率の変更とは別に、平成11年度に景気

**定率減税が廃止になります**

所得税は本年1月分から、住民税は6月分からと、変更される時期が異なります。多くの方は住民税が6月から増えますが、所得税が1月から先行して減っていますので、ご理解ください。

**住民税所得割の税率が一律10%になります**

**税率の変更される時期が異なります**

国が進める三位一体改革の一つとして、国(所得税)から地方(住民税)へ全体で三兆円の税源移譲が行われます。

住民税と所得税とは、控除の仕組み(基礎控除や配偶者控除などの控除額)が異なります。そのために、新しく調整控除制度を創設して、今回の税制改正の前後で負担額に相違がないようにしています。

**国が進める税源移譲で皆さんの住民税が変わります**

**調整控除の創設とは**

負担額は基本的には変わりません。

## 「あなたの住民税が変わります。」を配布しています

今回の税制改正をわかりやすく説明した「あなたの住民税が変わります。」を各世帯に配布しています。

税制改正による影響を、住民税だけでなく、国民健康保険制度や介護保険制度についても紹介しています。こちらをご覧ください。



災害にあたり、生活保護を受けるなど生活が著しく困難になった場合は、申請により、その事情に応じて税負担の軽減・免除をする制度があります。詳細は、お問い合わせください。

## 減免制度について

住民税で限度額二万円の減税を受けていた方の場合は、二万円の増加になります。また、所得税についても、1月分から定率減税が廃止されており、税額の増加になっています。

対策として暫定的に導入された定率減税が廃止されますので、これに伴う税額の増加があります。

# 普通徴収分の納税通知書を送ります

## 住民税の納付はお早めに

### 納期限と納付場所

課税の対象となる所得は、前年(18年1月~12月)の所得です。

- ◇納期限
  - ▽第一期 7月2日(月)
  - ▽第二期 8月31日(金)
  - ▽第三期 10月31日(水)
  - ▽第四期 20年1月31日(木)
- ◇納付場所
  - ① 銀行・信用金庫など
  - ② 郵便局

19年度の住民税(特別区民税・都民税)普通徴収分の納税通知書を6月8日付で送ります。  
 問い合わせは、納付書の送付については課税課、お支払い・口座振替については納税課へ。

- ③ 区役所、区民事務所分室、駅前事務所
- ④ コンビニエンスストア(三〇万円を超える納付書は取り扱えません)

### 納付の方法

事業所得者など個人で納めていただく方(普通徴収)は、納税通知書に記載された税額を納付書により各納期限までに納めてください。  
 なお、給与から住民税が差し引かれる方(特別徴収)は、

### 便利な口座振替をご利用ください

住民税の普通徴収分は、銀行の口座から納めることができます。  
 納期ごとに金融機関に出かけなくても、自動的に口座から振り替えられます。  
 「うっかり納め忘れてしまった」  
 「延滞金がついてしまった」  
 このようなことがないように、口座振替をご利用ください。  
 口座振替を希望される方は、直接、区内の取引先の金融機関窓口で手続きをしてください。

### 〈住民税証明書(課税・非課税・納税)の交付開始日〉

交付開始日	窓口	自動交付機
5月11日(金)	①特別徴収のみの方 (勤務先の給与から住民税が差し引かれる方) ②特別徴収のほか普通徴収で課税される方 (普通徴収課税分が6月8日に賦課決定されるまでは特別徴収分のみの証明書を交付します) ③申告書を提出し非課税の方 ④申告書は提出していないが扶養親族により非課税の方	自動交付機では①に該当する方のみ5月11日から交付しています。 (②~④に該当する方は自動交付機では6月8日から交付します)
6月8日(金)	⑤普通徴収のみの方 (事業所得者など納税通知書により個人で住民税を納める方) ⑥特別徴収のほか普通徴収で課税される方 (上記②の方が6月8日に普通徴収分が賦課決定された後は特別徴収分と普通徴収分を合わせた証明書を交付します)	②~⑥に該当する方

(注)1. 窓口と自動交付機では交付日が異なるものがありますのでご注意ください。  
 2. 証明書を本人以外の方が申請する場合は、本人が書いた委任状が必要です。  
 3. 交付手数料(1通)は、窓口=300円、自動交付機=200円です。

### 住民税証明書の交付

19年度の住民税の証明書の交付開始日は上表のとおりです。  
 証明書交付申請書は、区ホームページからも取り出せます。

# 介護保険と税金について

介護保険料額は、税額から計算する仕組みではないので、今回の税制改正による直接の影響はありません。  
 なお、介護保険料や介護サービス利用料などについて、住民税や所得税の控除を受けられる場合があります。

——問い合わせは、介護保険課または介護予防課へ。

### 〈医療費控除の対象になる介護保険サービス〉

サービス名	控除の対象となる額
訪問看護	サービス利用の際の自己負担額(居住費・滞在費・食費を含む)
介護予防訪問看護	
訪問リハビリテーション	
介護予防訪問リハビリテーション	
居宅療養管理指導	
介護予防居宅療養管理指導	
通所リハビリテーション(デイケア)	
介護予防通所リハビリテーション	※保険給付の支給限度額超過分(全額自己負担となった部分)も控除の対象となります。
短期入所療養介護(ショートステイ)	
介護予防短期入所療養介護	1割自己負担額と居住費・食費にかかる自己負担額
訪問介護(身体介護が中心の場合、通院等乗降介助)	1割自己負担額
夜間対応型訪問介護	
介護予防訪問介護	
訪問入浴介護	
介護予防訪問入浴介護	
通所介護(デイサービス)	
認知症対応型通所介護	
小規模多機能型居宅介護	
介護予防通所介護	
介護予防認知症対応型通所介護	
介護予防小規模多機能型居宅介護	※保険給付の支給限度額超過分(全額自己負担となった部分)は控除の対象となりません。 ※通所介護の食費、短期入所生活介護の滞在費・食費は控除の対象となりません。
短期入所生活介護(ショートステイ)	
介護予防短期入所生活介護	1割自己負担額と居住費・食費にかかる自己負担額の合計の2分の1
介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)	
地域密着型介護老人福祉施設	1割自己負担額と居住費・食費にかかる自己負担額
介護老人保健施設	
介護療養型医療施設	

### 介護保険と税金について

介護保険料額は、まず、本人と世帯員の区民税が、課税が非課税かで区分されます。次に、本人の合計所得金額により決定されます。

従って、税額から計算する仕組みではないので、今回の税制改正による影響はありません。

### 税金の控除関係について

#### ◇介護保険料

介護保険料や介護サービス利用料などについて、所得税・住民税の控除が受けられる場合があります。

1月~12月の一年間に支払った保険料は、全額、社会保険料控除の対象になります。支払った額は次のもので確認できます。

#### ◇サービス利用料

介護保険課資格保険料係サービスを利用したときの自



- 年金から保険料を引かれている方(特別徴収) 〓 社会保険庁または共済組合から送られる「源泉徴収票」(1月中旬送付)
- 納付書でお支払いの方(普通徴収) 〓 保険料の「領収証書」
- 口座振替の方(普通徴収) 〓 〓
- 居宅サービス計画(ケアプラン)を作成した介護支援事業者
- 居宅サービスの場合
- ① 居宅サービス計画(ケアプラン)を作成した介護支援事業者
- ② 医療費控除対象金額
- 施設サービスの場合
- ① 施設の種類の
- ② 医療費控除対象金額

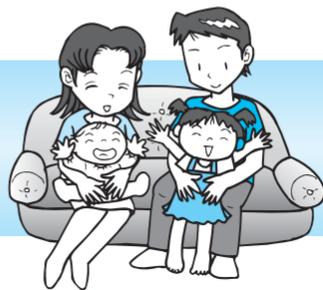
#### ◇障害者控除

65歳以上で一定の障害がある、または寝たきりの方は、障害者控除を受けられる場合があります。

申告には、区が発行する認定書が必要になります。認定書については介護保険の要介護認定のみでは対象となりませんのでご相談ください。

## 住民税増額の影響を緩和します

# 19年度国民健康保険料の計算



—問い合わせは、国保年金課国保資格係へ。

### 住民税増額の影響を緩和します

国民健康保険料は、住民税をもとに計算しています。このため、今回の税制改正により住民税が増えると、比例して保険料負担も増えることとなります。そこで、この影響をできるだけ緩和するため、特別区では独自に、19年度課税総所得金額が七〇〇万円以下の方には、住民税所得割額から、課税総所得金額の2・5%（上限五万円）を控除してから国民健康保険料を計算する措置を講じました（下表1）。

また、保険料医療分所得割率を  
一・八二 ⇨ 一・二四  
介護分所得割率も  
〇・三六 ⇨ 〇・二〇

と、共に料率を引き下げること  
で、より一層、住民税増額の影  
響を緩和することに努めました  
（下表2）。

〈国民健康保険料 緩和措置モデルケース〉

年 収	世帯構成	18年度国民健康保険料 (年額)		19年度国民健康保険料 (年額)	
		18年度	19年度	18年度	19年度
給与収入	250万円	1人世帯 25歳	11万6000円	12万9000円	12万9000円
	500万円	4人世帯 40歳代夫婦 (子ども2人)	31万円	31万1000円	31万1000円
年金収入	250万円	1人世帯 70歳	5万6000円	7万5000円	7万5000円
	300万円	2人世帯 70歳代夫婦	9万5000円	11万1000円	11万1000円

※保険料計算の基礎となる住民税の算定に際し、一定の社会保険料が控除されるものとして計算しています。  
※1000円未満については、端数処理をしています。

### 緩和措置モデルケースを作成しました

一年間の収入から国民健康保険料がどの程度になるのか、モデルケースを作成しました。モデルケースでは、収入から所得を計算し、一定の控除額を差し引いて計算しています（控除額には、個人差があります）。また、国民健康保険料の計算方法については、下表2をご覧ください。

### 通知書・納付書の送付

国民健康保険料は、4月～翌年3月までの一年分を、6月から翌年3月までの一〇回に割り振り通知します。

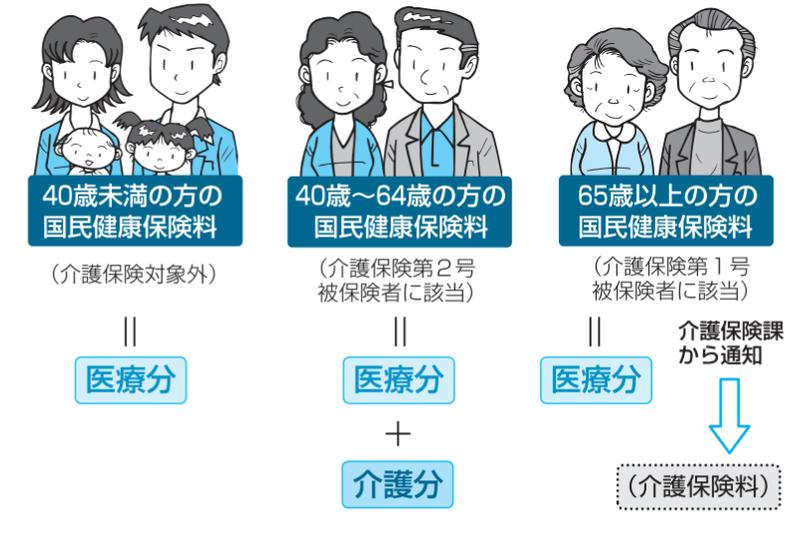
19年度保険料額通知書・納付書は、住民税が決定した後、6月14日(木)に送る予定です。一枚目は保険料額通知書、二枚目は一括納付用納付書、三枚目は6月～8月分の納付書です。9月分以降の納付書は、

9月と20年1月に送ります。また、口座振替利用の方には通知書のみを送ります。以後、保険料の変更がない限り通知書に記載した金額を、毎月口座より引き落とします。

### 均等割額の軽減

所得が一定の基準額以下の方は、保険料均等割額が軽減（七割または五割）されます。そのため、世帯主と国民健康保険加入者全員の所得の確認が必要です。所得が基準以下であっても、確定申告または住民税申告がない方がいる世帯は、所得が確認できないため軽減の判定ができません。

申告をしていない方は、課税課に「特別区民税・都民税申告書」を提出するか、6月中旬に国保年金課が送る「保険料に関する申告書」を提出してください。この申告により所得が確認できたときには、8月下旬に再度保険料を計算し通知します。



〈表1 賦課標準額の求め方〉

保険料所得割額の計算は、住民税が基礎になります。19年度は、税制改正の影響を受ける方に対して、保険料算定の際に緩和措置が適用されます。下記の緩和措置ア、イに該当する場合は、緩和措置適用後の金額が賦課標準額になります。加入者それぞれの賦課標準額を計算した後、世帯合算をして保険料を計算します。

$$\text{賦課標準額} = \text{住民税均等割額} + \left( \text{住民税所得割額} - \text{緩和措置ア} - \text{緩和措置イ} \right)$$

緩和措置 ア (住民税所得割の税率変更に伴う特別区独自の緩和措置)

課税総所得金額 ※	控 除 額
200万円以下	課税総所得金額の2.5%
200万円超700万円以下	5万円

※課税総所得金額とは、所得金額から所得控除を引いた金額です。ただし、山林・退職・分離課税所得は含みません。

緩和措置 イ (住民税公的年金控除の見直し、高齢者控除の廃止に伴う緩和措置)

昭和15年1月1日以前に生まれた被保険者の方が対象です。ただし、合計所得金額が125万円以下の方は、住民税賦課の段階で経過措置がとられているため対象になりません。

	対 象 者	控 除 額
高齢者特別控除	16年中および18年中の合計所得金額が1000万円以下の方	1万6000円 (最大)
公的年金特別控除	16年中および18年中に公的年金を受給している方	18年中の年金所得金額が20万円以上の方 7000円 (最大)
		18年中の年金所得金額が20万円未満の方 年金所得の3.5%

〈表2 19年度国民健康保険の計算式〉

$$\text{年間保険料} = \left[ \text{①所得割額} + \text{②均等割額} \right] \times \frac{\text{加入月数}}{12\text{ヵ月}}$$

※世帯の最高限度額は53万円(18年度と同じ)

医療分	①所得割額	②均等割額
すべての国保加入者にかかる保険料	加入者(被保険者)の所得に応じてかかる	所得、年齢に関係なく加入者(被保険者)全員にかかる
	世帯の加入者(被保険者)全員の賦課標準額 × 所得割率 1.24	世帯の加入者(被保険者)の人数 × 3万5100円 (18年度は3万3300円)
	← 18年度 1.82	

$$\text{年間保険料} = \left[ \text{①所得割額} + \text{②均等割額} \right] \times \frac{\text{加入月数}}{12\text{ヵ月}}$$

※世帯の最高限度額は9万円(18年度は8万円)

介護分	①所得割額	②均等割額
40歳～64歳の加入者にかかる保険料	該当者の所得に応じてかかる	所得に関係なく該当者全員にかかる
	該当者全員の賦課標準額 × 所得割率 0.20	該当者の人数 × 1万2000円 (18年度と同じ)
	← 18年度 0.36	

### 便利な口座振替をご利用ください

簡単な手続きで、保険料を預貯金口座から自動的に引き落とすことができます。

引き落とし日は毎月末日(金融機関休業日の場合は翌営業日)です。世帯主以外の方の口座で申し込むこともできます。

国保年金課国保係に連絡いただければ、口座振替依頼書と返信用封筒を送ります。

また、口座振替依頼書は、国保年金課(区役所東棟二階⑧番窓口)、区民事務所・分室、駅前事務所、区内の金融機関・郵便局の窓口にもあります。通帳・通帳届出印・国民健康保険証を持参すれば、その場で申し込みができます。

手続き完了後、国保年金課国保係から「口座振替の手続き完了のお知らせ」を、世帯主あてに送ります。世帯主以外の口座名義人には通知できませんので、届きましたら口座名義人の方へお知らせください。

### 納付書でお支払いの方へ

金融機関、郵便局、コンビニエンスストア、区役所、区民事務所・分室、駅前事務所まで納付できます。詳しくは納付書の裏面をご覧ください。

なお、コンビニエンスストア店舗における防犯のため、三〇万円を超える納付書は、コンビニエンスストアでは、ご利用いただけません。

また、金融機関、郵便局、コンビニエンスストアでは納付書の再発行はしていませんのでご注意ください。

国民健康保険事業の安定した運営のため、納期限内での納付をお願いします。

国保年金課国保係

SUGINAMI INFORMATION 掲示板

「国民保護計画」のパンフレットを作成しました



棟一階)、区民事務所・分室、駅前事務所、図書館、区民会館、区民集会所、地域区民センター

区議会を傍聴しましょう

第一区議会臨時会は、5月29日(火)に開会される予定です。この臨時会は、4月22日(日)に行われた選挙後、初めて開かれるもので、主に議長・副議長の選出が行われます。

区議会を傍聴しましょう

定員の範囲内で、どなたでも傍聴できます。

当日、直接区議会事務局(区役所中棟三階)へ区民保護課(電話)希望する方は、開催日の四日前までに申し込みください。

証明書自動交付機 利用時間の変更

6月7日(木)は、データ更新作業のため、区内すべての自動交付機の利用は午後8時で終了します。また、

- ①ニューデイズ阿佐ヶ谷駅店
②ニューデイズ高円寺駅店
③西友荻窪店

三方所の自動交付機は、通常は、午前6時30分から利用開始になりますが、翌6月8日(金)は、

8時30分からになります。
国民保護課区民税係または区民課証明係

幼稚園からのお知らせ

区立幼稚園の入園料・保育料を減免します
対象は、生活保護を受けている世帯と区市町村民税の所得割が非課税の世帯です。

申し込みは、幼稚園などを通して申請してください。

私立幼稚園などの園児の保護者に補助金を支給します

園児の保護者に保育料の補助金を、新入園児の保護者には入園料助成金を支給します。

区立幼稚園などの園児の保護者に補助金を支給します

申し込みは、園から配付される申請書で、幼稚園などを通して申請してください。申請書が届かない場合はご連絡ください。

学務課就学奨励係 セシオン杉並ホールの使用休止

セシオン杉並(梅里1-22-32)のホールは、工事のため、20年1月15日(火)〜23日(水)の9日間利用できません。

人権に関する 特設相談所を開設します

6月1日は「人権擁護委員の日」です。その日を記念して、

7月6日(土) 13時〜17時

全国一斉に人権相談特設相談所を開設します。人権問題でお困りの方は、ぜひご相談ください。
6月1日(金)午後1時〜4時(受付は3時まで)
6月8日(土)午後1時〜4時(受付は3時まで)

戦没者等の遺族の皆さんへ

第八回特別弔慰金の請求を受け付けています。戦没者等の死亡当時の遺族で、平成17年4月1日に公務扶助料や遺族年金等を受ける方がいない場合に、額面四〇万円、一〇年償還の記名国債が支給されます。

募集します

区立学校補充教員
研修講師などとして出張を要する教員に代わり、単独で授業を担当する勤務場所(区立小・中学校)勤務期間(6月中旬〜20年3月末日(長期休業期間中を除く))勤務日(週三日程度)勤務時間(午前8時〜午後5時)で六時

8811403
532014077 FAX 53

住民投票制度
杉並区自治基本条例で規定している住民投票の請求に必要な署名数
8,963人 (19年5月1日現在)
区総務課

児童クラブ障害児通所支援ボランティア

障害のあるお子さんの学校から児童クラブへの通所を助けてくださる方を募集します。

非常勤看護職員

介護サービス利用者の健康管理(勤務日)週二〜三日(勤務時間)午前8時30分〜午後4時30分(実働七時間)募集人数二名(資格)准看護師または看護師(時給)一六〇〇円以上。その他手当あり(経験者優遇)電話・FAX

53113631
53113631

SPORTS

スポーツのある暮らし 健康の第一歩

競技大会

春季ソフトテニスクラブ対抗戦
6月17日(日)午前9時〜午後7時(予備日24日(日))
区後援)松ノ木運動場(松ノ木1-3-22)
区ソフトテニス連盟加盟クラブ(新規加盟可)費1チーム(3組対抗戦)4500円(当日会場で納入)
ハガキに事業名・クラブ名・代表者氏名・住所・電話番号を書いて、6月10日(必着)までに区ソフトテニス連盟・小島宛(〒166-0016成田西3-6-4)へ

海の中のすばらしさを体験しましょう。初心者対象の体験講習会です。
6月23日(土)午前7時〜午後7時
伊豆海洋公園(静岡県伊東市)
陸上講習、プール講習、海洋講習(20分前後)
区内在住・在勤・在学で16歳以上の健康な初心者20名(抽選)
費1万1000円(バス代・講習料・用具レンタル代・昼食代などを含む)
往復ハガキ(5面記入例参照。2名まで連記可)に生年月日・性別・身長・体重・胸囲・足のサイズ・視力も書いて、5月31日(必着)までに杉並区スポーツ振興財団(〒166-0004阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル8階)へ

区役所いつでも電話サービス
杉並区コールセンター
<年中無休 午前7時〜午後11時>
#8800
区役所へのお問い合わせ、粗大ごみの申し込みにご利用ください
☎#8800 または ☎3372-8800
FAX3372-8810
☒call@8800.city.suginami.tokyo.jp

敏子(〒166-0004阿佐谷南3-5-8)へ郵送☎33220-9630(他)6月19日(火)午後6時から荻窪体育館(荻窪3-47-2)で代表者会議を行います
●区民体育祭秋季大会
◇軟式野球(社会人の部)
時7月15日〜11月の日曜日、祝日午前9時〜午後5時
松ノ木運動場(松ノ木1-3-22)ほか
種目=連盟加盟1〜4部、一般の部
区内在住・在勤・在学の16歳以上で10〜20名で編成されたチーム
定40チーム
費9000円
申・問電話で、6月19日までに区軟式野球連盟・遠藤☎090-3910-7416(午後1時〜6時)または☎5373-1668(午後6時〜11時)へ(先着順)
他連盟加盟チームには別途通知します
●PTA学校対抗戦(卓球)
時7月8日(日)午前9時〜(区後援)高円寺体育館(高円寺南2-36-31)
区内PTA関係者費1チーム4000円
参加種目、学校名、責任者の氏名・住所・電話番号・参加者氏名(3、4名)を書いて、6月27日(必着)までに参加費を添えて区卓球連盟事務局(〒166-0004阿佐谷南1-7-1)へ現金書留で郵送または連盟役員に依頼
同連盟・田崎☎3314-6624(午前10時〜午後5時)
他2シングル1ダブルスのチーム戦で先生、父親はダブルスのみの出場になります
その他
●初心者体験ダイビング教室



催し

帰国児童・生徒保護者懇談会

小・中学生の帰国後の学校生活や学習に関することなどを話し合い、交流を深めます。

時 6月19日(火)午前10時(場区役所第六会議室(西棟六階) 対) 帰国児童・生徒の保護者(無料) 申・☎電話で、済美教育センター 国際理解教育担当 ☎3311-0021へ

楽しく歩きま専科

健康づくりの自主グループ・青空の会が企画する自由参加のウォーキングです。

(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, 日時, 費用. Includes events at 上荻窪館, 高井戸東館, and 四宮館.

※申し込み・問い合わせは、各ゆうゆう館へ。

(リサイクルひろば高井戸・6月の講習会)

Table with 5 columns: 講習会名, 日時, 費用, 定員, 応募方法. Lists various recycling workshops.

※申し込み・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(水・木曜日休館))へ。募集人数に満たないときは中止する場合があります。また、生ごみたい肥相談は、電話で随時受け付けています(回答には数日かかる場合もあります)。

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

講演・講座

子育てサイトづくりに参加しませんか

子育てサイト「すぎなみ子育てサイト」ワークショップ開催



時 6月19日(火)・7月28日(土) ① 毎週火曜日②毎週土曜日/いづれも午前10時~正午(計六回) ほかに合同ワークショップあり(場あんさんぶる荻窪(荻窪))

5-15-13)、済美教育センター(堀ノ内2-5-26)ほか(内)サイトの企画・取材・記事づくり、ホームページづくりの基礎など(対)区内在住で子育て中の方または子育て支援に関心がある方(定)各一〇名程度(費)無料(申)ハガキ(記入例参照)に、希望コース・志望理由・お子さんがいる方は子どもの年齢も書いて、5月31日(必着)までに子育て支援課管理係へ(☎)同係(他)託児あり(未)就学児まで。無料)

温暖化防止推進リーダー養成講座

地球温暖化防止を中心とする普及啓発と実践行動を広めるリーダーを養成する講座です。時 6月・20年2月の原則火曜日の午前中(計一五回) (対)区内在住・在勤・在学で18歳以上の方(講座修了後、温暖化防止事業を手伝っていただける方) (定)一〇名程度(費)無料(申)住所・氏名・年齢・電話番号と応募動機(四〇〇字程度)を書いて、6月12日(必着)までに環境課環境活動担当(あんさんぶる荻窪内)へ郵送または持参

郷土博物館 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みます。古文書初級者向け

よりよい呼吸のための「一笑健康」教室

自主グループ「杉並いぶきの会」と共催で、呼吸器障害者のための健康教室を開催します。時 6月12日(火)午後1時30分~2時30分(場)高円寺障害者交流館(高円寺南2-24-18) (師)落語家・林家たけ平(呼)呼吸器に障害のある方とその家族または関係者(費)無料(申)☎電話またはファクス(記入例参照)で、6月11日まで障害者福祉会館運営協議会 ☎3332-6121 FAX 3351-3581へ

家族介護教室

いつまでも元気に自分らしく生活してみたい!介護予防事業 時 6月4日(月)午後1時30分~3時 (場)セシオン杉並(梅里1-22-32) (内)若さを保つ秘けつなどの講義・簡単な体操など(対)区内在住の方(定)二〇名(費)無料(申)☎電話で、ケア24梅里 ☎5929-1924へ(先着順)

在宅マッサージのサービス利用について

時 6月7日(木)午後1時30分~3時 (場)河北総合病院西館講堂(阿佐谷北1-6-25) (内)在宅マッサージについて(師)まごの手クラブ・岩垂講(対)区内在住の方(定)一五名(費)無料(申)☎電話で、ケア24阿佐谷 ☎3339-115

耳についての知識を学ぼう

時 6月14日(木)午後2時~3時30分 (場)松ノ木ふれあいの家(松ノ木2-14-3) (内)耳と音の聞こえるしくみなど(師)荻窪補聴器センター・山田朗(対)周辺地域の方、ふれあいの家利用者(定)二〇名(費)無料(申)☎電話で、松ノ木ふれあいの家・堀端 ☎3318-2660へ(先着順)

の講座です。時 6月10日(日)・17日(日)・24日(日)・7月1日(日)のいずれも午後2時~4時(計四回) (場)郷土博物館(師)共立女子大学講師・齋藤悦正(対)区内在住・在勤・在学で全回参加できる方(定)三〇名(抽選) (費)四〇〇円(教材費) (申)往復ハガキ(記入例参照)で、5月31日(必着)までに郷土博物館(〒168-0061大宮1-20-8)へ(☎)同館 ☎3317-0841

すぎなみ環境情報館

古布からぞうり作り 布をさいて、履き心地のよいぞうりを作ります。時 6月6日(水)・13日(水)午後1時30分~3時30分(計二回) (定)一〇名(抽選) (費)五〇〇円(材料実費) (申)往復ハガキ(記入例参照)で、5月28日(必着)までにすぎなみ環境情報館へ

自転車の手入れ方法とバンクの直し方

時 6月16日(土)午後1時~3時30分 (定)二名 (費)二〇〇円(材料実費) (申)電話で、すぎなみ環境情報館へ(先着順)

家族介護教室

いつまでも元気に自分らしく生活してみたい!介護予防事業 時 6月4日(月)午後1時30分~3時 (場)セシオン杉並(梅里1-22-32) (内)若さを保つ秘けつなどの講義・簡単な体操など(対)区内在住の方(定)二〇名(費)無料(申)☎電話で、ケア24梅里 ☎5929-1924へ(先着順)

在宅マッサージのサービス利用について

時 6月7日(木)午後1時30分~3時 (場)河北総合病院西館講堂(阿佐谷北1-6-25) (内)在宅マッサージについて(師)まごの手クラブ・岩垂講(対)区内在住の方(定)一五名(費)無料(申)☎電話で、ケア24阿佐谷 ☎3339-115

耳についての知識を学ぼう

時 6月14日(木)午後2時~3時30分 (場)松ノ木ふれあいの家(松ノ木2-14-3) (内)耳と音の聞こえるしくみなど(師)荻窪補聴器センター・山田朗(対)周辺地域の方、ふれあいの家利用者(定)二〇名(費)無料(申)☎電話で、松ノ木ふれあいの家・堀端 ☎3318-2660へ(先着順)

家族介護教室

いつまでも元気に自分らしく生活してみたい!介護予防事業 時 6月4日(月)午後1時30分~3時 (場)セシオン杉並(梅里1-22-32) (内)若さを保つ秘けつなどの講義・簡単な体操など(対)区内在住の方(定)二〇名(費)無料(申)☎電話で、ケア24梅里 ☎5929-1924へ(先着順)

のある方とその家族または関係者(費)無料(申)☎電話またはファクス(記入例参照)で、6月11日まで障害者福祉会館運営協議会 ☎3332-6121 FAX 3351-3581へ

障害者のためのカラオケ教室(初心者向け)

時 6月17日(日)・24日(日)・7月1日(日)・8日(日)のいずれも午後1時30分~4時(計四回) (場)障害者福祉会館(師)ビクターミュージックスクール講師・青山敏子、神谷幸彦(対)区内在住・在勤・在学で障害のある方とその介助者(定)三〇名(抽選) (費)無料(申)往復ハガキ(記入例参照)に、障害者の状況、在勤・在学者は勤務先または学校名も書いて、6月6日(必着)までに同会館運営協議会事務局(〒168-0072高井戸東4-10-5)へ(☎)同事務局 ☎3332-6121 FAX 3351-3581

7月の休日パパママ学級
時 7月7日(土)・22日(日)(各日半日コース)午前=9時30分~午後0時30分、午後=1時30分~4時30分(場)荻窪保健センター3階(荻窪5-20-1) (内)もく浴実習、妊婦体験、お産に向けての話など(各回同内容) (師)助産師ほか(対)区内在住で、開催日現在妊娠24週以上37週未満の初産のカップル(定)各26組(費)無料(申)往復ハガキに2人の氏名(フリガナ)・住所・電話番号・出産予定日・希望日と午前または午後(第3希望まで)を書いて、6月10日(必着)までにパースセンズ研究所杉並区休日パパママ学級係(〒151-0063渋谷区富ヶ谷1-11-12アルシユ代々木4階)へ(☎)杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015または各保健センター(他)①結果は6月20日ころ通知します②応募者多数の場合は出産予定日などで調整します
保健センターでは、平日に4回コースでの母親学級を開催しています

# さわやかな風とともに出かけしてみませんか ～夏のご予約もお受けしています!～

予約先や料金などの詳細は、下記の宿泊施設ガイドをご覧ください

## ホテル・コニファー いわびつ

JR群馬原町駅から送迎バスあり(要予約)

木々の新芽や山菜たちが顔を出しはじめ、ここ「ホテル・コニファーいわびつ」では、森の息吹を実感できる季節を迎えました。おいしい空気、思いがけないニホンカモシカとの出会い、6月中旬から7月中旬のホタル観賞、夏の昆虫採集など、大自然を満喫してはいかがでしょうか。

ペットと一緒に宿泊できるログハウスや天然温泉の露天風呂など、設備も完備していますので、ぜひご利用ください。

また、この度、地元産のブランド「やまと豚」を使ったメニューをご用意しました。もっちりとした食感とやさしい味です。地元ならではの味わいをお試しください。夕食に「やまと豚」をご希望の場合は、追加料金1050円で変更できます。



▲やまと豚を使った自慢の料理

## 富士学園

富士急行富士吉田駅よりバス「膳棚」下車。送迎バスあり(要相談)

登山やハイキングなど、アウトドアに最適なさわやかな季節を迎えました。富士山の麓、忍野八海や山中湖、河口湖などの雄大な自然を、富士学園をベースに思う存分満喫してください。区民割引を利用すれば、お手ごろな価格で宿泊できます。ご家族・ご友人などをお誘いいただき、ぜひご利用ください。皆さんのお越しを心よりお待ちしております。

また、富士学園は、バスケットボールができる体育館やテニスコート(2面)、研修室などがあり、貸切による使用もできます。スポーツの合宿や研修会に最適な施設ですので、団体でもご利用ください。

### ■これからの催しなど

6月2日・3日=富士・山中湖ぐるりんウォーク▷8月1日=山中湖花火大会「報湖祭」▷8月8日=忍野八海祭り▷8月26日・27日=吉田の火祭り



▲富士の絶景

## 湯の里「杉菜」

JR湯河原駅よりバス「理想郷」下車。送迎バスあり(要相談)

四季折々の自然と情緒あふれる催しにも浸れ、故郷に帰ったような癒しのお宿です。「お帰りなさい」の心でお待ち申し上げております。

15名様以上でのご利用には、貸切宴会場での飲み放題にカラオケをセットした宴会プランがあります。趣味のグループや同窓会などでの利用がお勧めです。また、出発地との間の送迎バス、翌朝仕上げの記念写真も承っていますので、電話でお問い合わせください。ご予約は利用予定日の6カ月前からです。

### ■これからの催しなど

5月下旬～6月上旬=星ヶ山公園「さつき祭り」▷6月1日～17日=万葉公園「螢の宴」▷7月28日=サンバパレード▷7月上旬～8月下旬=湯河原海岸「海水浴場」▷8月2日・3日=湯河原の夏の風物詩「やっさ祭り」▷8月3日=湯河原「海上花火大会」▷8月上旬～下旬=「ちびっこ広場」9月は「敬老月間」です。65歳以上の方には、お料理を1品サービス!



▲「杉菜」自慢の夕食メニュー

## 弓ヶ浜クラブ

伊豆急下田駅よりバス「休暇村」下車。送迎バスあり(要相談)

常春の地、南伊豆の豊かな自然と海の幸・山の幸に恵まれた中に景勝地弓ヶ浜があります。日本観光地百選者の部で1位、白浜青松の海は海水浴場として好適、弓ヶ浜クラブの四季のメニューと新鮮な魚料理、掛け流しの温泉、ハイキングコースなどもあり、大自然の中でゆったりとした時をお過ごしいただけます。

### ■館内サービス

7月21日～8月28日=ヨーヨー釣り・スイカ割りなど

### ■南伊豆の観光イベント(予定)

6月1日～30日=下田城山公園あじさい祭り▷6月1日～9月30日=鮎釣り▷7月8日=下田白浜「海の祭典」▷7月15日=黒潮和太鼓まつり▷8月6日=下賀茂納涼花火大会▷8月8日=弓ヶ浜花火大会▷8月14日・15日=下田太鼓祭り▷8月中旬=弓ヶ浜ビーチバレーボールフェスタ



▲青空広がる弓ヶ浜の浜辺

民間事業者が経営しています。予約・問い合わせは、各申込先へ。				
施設名(住所)	湯の里「杉菜(すぎな)」(神奈川県足柄下郡湯河原町宮上279)	ホテル・コニファーいわびつ(群馬県吾妻郡吾妻町大字原町字岩櫃山4399)	富士学園(山梨県南都留郡忍野村忍草2997)	弓ヶ浜クラブ(静岡県賀茂郡南伊豆町湊781)
電話番号(受付時間)ファクス	☎0120-465-002 ☎0465-62-4805 (午前9時～午後8時、年中無休)	☎0279-68-5338 (午前9時～午後8時、年中無休)	☎0120-844-891 (午前10時～午後6時、年末年始を除く)	☎0120-412-224 ☎0558-62-3187 (午前10時～午後5時、年中無休)
インターネット	各施設の予約ができます(区ホームページの「生活ガイド」からも接続できます)			
URL	<a href="http://www.yunosato-sugina.com/sugina/">http://www.yunosato-sugina.com/sugina/</a>	<a href="http://www.iwabitsu.co.jp/">http://www.iwabitsu.co.jp/</a>	<a href="http://www.anshinyado.com/">http://www.anshinyado.com/</a>	<a href="http://www.yumigahama-club.com/">http://www.yumigahama-club.com/</a>
平日	大人 区民=7980円～ 一般=8400円～ 子ども 区民=5565円～ 一般=5985円～	7980円～ 6300円～	6720円～	7350円～
休前日	大人 区民=9030円～ 一般=9450円～ 子ども 区民=6615円～ 一般=7035円～	9030円～ 7350円～	7350円～	
夏料金	8月10日～15日は休前日料金	7月21日～8月30日は休前日料金	7月20日～8月31日は夏料金(8400円)	7月23日～8月31日は夏料金(8295円)
入湯税	12歳以上150円	中学生以上150円		12歳以上130円
休館日	7月12日・13日	6月13日・14日 9月19日・20日	申し込み先へお問い合わせください	7月19日～22日、 9月7日～9日、 10月15日～17日
上記宿泊料金(消費税込み)に対して、区民(区内在住者)の方には2000円(65歳以上または障害者には3000円)の宿泊補助が適用されます。利用日の1週間前からの変更、取消はキャンセル料がかかる場合があります。宿泊料金は、利用人数・季節等により異なる場合があります。				
申込開始日	宿泊開始日の6カ月前の日			

▶左記の民間施設を利用するにあたっての注意事項◀

①区の宿泊補助の適用を受けるためには、運転免許証・杉並区民証・健康保険証・障害者手帳など区内在住の証明になるもの(コピー可)を現地施設で提示のうえ、書類に記入してください(お持ちにならない時は宿泊補助は適用されません。また、払い戻しはしません)。②富士学園は小学生以上に、弓ヶ浜クラブは5歳以上に宿泊料金が適用されます。③宿泊の予約は、申込先に直接ご連絡ください。ファクスは予約可否の返信をします。近畿日本ツーリスト区役所内営業所では宿泊予約は受け付けません。④利用人数・季節(年末年始、夏季など)により宿泊料金が左記と異なる場合があります。詳細は申込先にお問い合わせください(富士学園・弓ヶ浜クラブは学校優先使用のためご利用いただけない日もあります)。⑤各施設のパンフレットは区役所、区民事務所・分室、駅前事務所、地域区民センター、区民集会所にあります。

直営施設	
施設	教職員研修所「秋川荘」(あきる野市五日市) ☎042-596-0693
料金1泊2食	大人=4400円、子ども=2700円
申込方法	7月・8月の利用申し込み 専用ハガキでの申し込みは、5月15日で締め切りしました。抽選後の申し込みは、6月11日から電話または窓口で受け付けます(11日は電話のみ)。予約の取れた方には使用承認書をお送りします。使用承認書は忘れずに現地施設へお持ちください。利用料金などは現地施設でお支払いください。
休館日	7月4日(水) ※6月、8月の休館日はありません
問い合わせ先	近畿日本ツーリスト区役所内営業所 ☎3312-6431(直通)へ(午前8時30分～午後5時。土・日曜日、祝日は除く)。

# 杉並物語

30

杉並区の地場産業「アニメ」。数多くのアニメスタジオで、どんな人たちがどんな作品を創ってきたのか…。アニメ業界の第一線で活躍するクリエイターが、そんな杉並とアニメのかかわりを描きます。(毎月21日に掲載)

文・金春 智子 イラスト・渡辺 はじめ  
脚本家/阿佐谷在住 キャラクターデザイナー/高円寺在住

企画・監修・大地 丙太郎 (アニメ監督/阿佐谷在住)  
題字・佐藤 竜雄 (アニメ監督/高円寺在住)

「幻魔大戦」を手掛けた後、りんたろうさんはマッドハウスで、「カマイの剣」「火の鳥 鳳凰編」「X」「メトロポリス」などの劇場映画、「帝都物語」「風の名はアムネジア」などのビデオ作品、「SPACE PIRATE CAPTAIN HERLOCK」などのTV作品を監督、時にはプロデューサーも務めた。その間ずっと、杉並でお仕事をなさってきたわけだ。

「昔、東京ムービーがあった頃、阿佐ヶ谷住宅の雰囲気が好きでした。それとパールセンター商店街。生活に密着している感じがいいですね。」

杉並の欠点は、広くて道がわかりづらいから、時々タクシーの運転手さんにいやがられるところかな(笑)。

今は、ご自身のオリジナルストーリーによる3Dの劇場アニメを準備中だ。

3D(スリーディー)とは、「三次元コンピュータグラフィックス(3DCG)」「トイストーリー」や「ファインディング・ニモ」のように立体的なキャラクターを使ったアニメのことで、一方、従来の平面的なキャラクターの作品は「2D」と呼ばれている。

実はりんさんは、最近の2Dアニメに閉塞感を感じておられる。「全部というわけじゃないけど、表現がどんどんリアルな方向にきていて、窮屈になってるんじゃないか?」この言葉を聞いて、「それは、りんさんにも責任が」と、大地丙太郎さんが突っ込んだ。「幻魔大戦」でアニメにリアリズムを持ち込んだ張本人だからだ。

「日本では3Dを作るのに、アメリカのピクサーを追い抜いてダメだと思っただけです。ピクサーというのは、「トイストーリー」などを作ったスタジオだ。「ちょっと大げさに言えば、日本人には、日本の風土に根ざした、DNAのようなものがあると思うんです。俳句の五七五とか歌舞伎のけれん味みたいな…。日本のアニメは、予算と時間のなさを補おうと苦心するうちに、そのDNAを活かした独特の表現をするようになった。今度の3D作品でも、それを活かしたいんですよ。」



「あの作品はリアルな表現が向いていると考えると、ああしたんです。何でもかんでもリアルにしたいわけじゃない」と、りんさんは苦笑した。「僕は、日本のアニメの技法は、80年代までに完成したと、その後、絵の技術は格段に進んだけれど、技法として新しいものはほとんど出てこなくて、昔の財産で食

べてるような状態です。例えば、今は定番になっている、画面に光を合成する「透過光」の技術は、「ムーミン」の時に星の光を表現したくて、りんさんたちが作り出した技法なのだそう。

## 区の後援・その他の催し・講座など

- ★杉並弦楽合奏団 創立20周年記念定期演奏会
 

時 6月9日(土)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 曲目=横山淳「20周年記念委嘱曲」、モーツァルト「交響曲第40番」「珠玉(極め付け)のオペラ・リアの数々」▷出演=山崎滋(指揮)、西野薫(ソプラノ)、加賀ひとみ(メゾソプラノ)、岡本泰寛(テノール)、敷西正道(バリトン)ほか 定 578名(全席自由・先着順) 費 無料(申)当日、直接会場へ 関 杉並弦楽合奏団・鳥井 彦 彦 FAX3334-8434
- ★クラシックギターオーディション入賞者&GFP会員によるギター演奏会
 

時 6月30日(土)午後2時開演(1時30分開場) 場 杉並公会堂小ホール(上荻1-23-15) 内 曲目=J.S.バッハ「パルティータ第2番より『シャコンヌ』」ほか▷出演=佐々木ひとこと、種谷信一、椎野みち子ほか 費 前売1200円(全席自由) 申 チケット発売中▷販売窓口=①杉並区文化協会 5311-7035 ②区役所1階「コミュかるショップ」③地域区民センター④杉並公会堂⑤杉並区文化協会ウェブ予約 http://www.sugibun.com/ 関 ギター友の会・長谷部 3393-3582
- ★小曲による杉並舞踊会
 

時 6月3日(日)午前11時開演(10時30分開場) 場 センオン杉並(梅里1-22-32) 費 無料(申)当日、直接会場へ 関 杉並舞踊連盟事務局・水木 3398-0606
- ★大宮さつきの会展示会
 

時 5月25日(金)~6月3日(日)午前9時~午後5時 場 大宮八幡宮境内特設展示場(大宮2-3-1) 費 無料(申)当日、直接会場へ 関 杉並大宮さつきの会 3311-0105
- ★2007家庭倫理講演会
 

「家庭をよくする」をキーワードに家庭の意義を一緒に考えてみませんか。  
時 6月5日(火)午前10時30分~午後0時15分 場 杉並公会堂小ホール(上荻1-23-15) 師 伊勢田豊 子育中の方 定 199名 費 1000円(申)当日、直接会場へ 関 家庭倫理の会杉並区・太田 3336-5641
- ★マンション管理セミナー「給排水設備の大規模修繕工事!」
 

管理組合における手続き方法や給排水設備に関する具体的な事例や体験談を説明します。  
時 6月9日(土)午後1時30分~4時30分(1時受付開始) 場 阿佐ヶ谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 内 講演会「給水管・排水管の更新工事と問題点」と個別相談会 師 NPO法人住管センター技術理事・菅純一

- 郎、杉並マンション管理士会会長・田村晃清 対 マンション管理組合役員と区分所有者など 定 50名 費 無料(申) 関 電話、ファクス、Eメールまたは郵送(5面記入例参照)で、6月7日(必着)までに杉並マンション管理士会(〒167-0043上荻1-17-5(株)フォーチュン内 3393-3680(土・日曜日を除く) FAX3393-3652 suginamimankan@yahoo.co.jp)へ(先着順)
- ★郷土史講座「江戸幕府の農村統制策」
 

時 6月2日(土)午後1時30分~4時 場 阿佐ヶ谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 師 近代史研究者・真板道夫 定 80名(先着順) 費 500円(杉並郷土史会会員300円) 申 当日、直接会場へ 関 杉並郷土史会・原田 3312-6623
- ★希望の家ミニバザー
 

日用品・雑貨のバザーと模擬店もあります。また、バザーの供出品など、自宅眠っている品物(日用品・贈答品・雑貨(衣類不可))があればお持ちください。  
時 6月3日(日)午前10時~午後3時(雨天実施) 場 杉並希望の家(久我山5-36-17) 申 当日、直接会場へ 関 杉並希望の家 3335-3774
- ★菊作り講習会
 

時 5月27日(日)、6月17日(日)、7月8日(日)、10月7日(日)いずれも午後1時~ 場 大宮八幡宮境内(大宮2-3-1) 費 無料(申)当日、直接会場へ 関 杉並大宮菊の会・五本木 3322-4962(他)希望者には有料で苗を配付します
- ★不登校・ひきこもり無料相談会
 

不登校・ひきこもり・子育てなどで悩んでいる方や家族への相談会です。  
時 6月6日(火)午後1時30分~5時 場 すぎなみNPO支援センター(阿佐谷南1-47-17) 定 20名 費 無料(申) 関 電話で、NPO法人相談室ハーモニー 5338-7581へ(先着順)
- ★税理士による無料相談会
 

時 6月12日(火)午前10時~正午、午後1時~4時 場 東京税理士会杉並支部(阿佐谷南3-1-33サンアサガヤビル201) 内 税金に関する相談(事業・相続・贈与など)、帳簿の記入方法などに関する相談(申) 関 電話で、前日までに東京税理士会杉並支部 3391-1028へ
- ★区歯科医師会による歯の無料街頭相談
 

時 6月3日(日)午後1時~3時30分 場 JR阿佐ヶ谷駅南口広場 費 無料(申)当日、直接会場へ 関 杉並区歯科医師会 3393-0391
- ★パソコン・デジカメ何でも相談コーナー
 

自分のパソコンをお持ちの方は持参してください。  
時 場 ゆうゆう荻窪東館(荻窪4-23-12)=20年3月まで(祝日も実施)▷ゆうゆう永福館(永福2-4-9)=20年3月まで(祝日を除く) / いずれも毎月第2・4日曜日(午前9時30分~午後0時30分、午後1時30分~4時30分) 場 I Tスクエア杉並 関 区内在住で55歳以上の方 定 各回8名(先着順。順次入替) 費

## ★阿佐ヶ谷ジャズストリート 夏休み特別企画 「親子でJAZZに出会う夏」

本場ニューヨーク仕込みの演奏、親子でスウィング、気分はハッピー。「大きな古時計」を、ジャズのアレンジにのって、みんなで歌いましょう。

時 7月25日(水)午後2時~4時(1時30分開場) 場 杉並公会堂大ホール(上荻1-23-15) 内 出演=小林陽一(ドラム・右上写真)、松島啓之(トランペット)、秋山卓(アルトサクソフーン)、三木成能(ピアノ)、高道晴久(ベース)、アンドレア・ホプキンス(歌) ジャズ・ゴスペル・右下写真)▷曲目=シャレード、ムーンリバー、星に願いを、キャラバン、大きな古時計ほか 定 1000名(全席指定) 費 S席=一般3000円、子ども(3歳~中学生)1500円。A席=一般2000円、子ども1000円(3歳未満は保護者の膝上は無料。席が必要な場合は子ども料金) 申 販売窓口=①杉並公会堂 5347-4450 ②区役所1階「コミュかるショップ」③杉並区文化協会 5311-7035 ④地域区民センター⑤阿佐ヶ谷ジャズストリート実行委員会 5305-5075 ⑥チケットぴあ 0570-02-9999(Pコード260-069) 関 阿佐ヶ谷ジャズストリート実行委員会(他)託児希望者はマザーズ 0120-788-222(月~金曜日午前10時~正午、午後1時~5時。「杉並子育て応援券」利用可)



1回500円(申)当日、直接会場へ 関 I Tスクエア杉並 090-4722-2574(他)ゆうゆう館入館時は、受付簿(年代・性別のみ)への記入をお願いします

★社杉並区シルバー人材センター エアコンクリーニング  
内 費用=1台8000円、2台目以降7000円。集合住宅(マンション・アパート・社宅など)で同じ棟の同方同士(1回に続けて作業ができる)なら複数台割引の料金で作業可(申) 関 電話で、(社)杉並区シルバー人材センター方南分室 3323-1420(他)料金は一般住宅用壁掛け90cm幅までの汎用機の料金です。業務用機、床置、天井埋込機は別途割引増し料金になります。また、機種によっては作業できない場合もあります

★障害児放課後グループスタッフ募集  
内 放課後に障害のある子ども(小学生)と遊ぶ▷勤務時間=毎週水曜日午後2時~5時▷勤務場所=高井戸会議室(高井戸西2-5-10)ほか▷時給=800円~1000円(有資格者優遇) 関 大学生~55歳くらいまでの方(申) 関 電話で、ほっぷキッズクラブ代表・船越 090-2422-0972へ

### 歩きながら、 元気と文化が 生まれる街。 すぎなみ

皆さんはこの標語を街で見かけたことありますか？この標語は区が進めている「すぎなみの輝き度向上」の基本理念を表すもので、区施設や区内の歩道橋などに掲示しています。

#### ◆杉並らしきの再発見

「すぎなみの輝き度」を向上させるためには、区民の皆さんに杉並に対する好意度と愛着を高めていただくことが求められます。このため、杉並独自の個性や魅力を政策に活かし、区の内外に分かりやすく発信していくことが重要となります。

区では、杉並の地域特性や資源は何かという視点から検

## 5月31日(木)は世界禁煙デーです

たばこは、喫煙者本人の健康を害するだけでなく、まわりの人や胎児の健康も害します。

区は、受動喫煙の影響や不快感を受けることのない環境づくりを進めるため、「喫煙対策実施施設登録制度」を設けています。現在の登録施設は、全面禁煙の飲食店が四三、その他施設が一〇七、時間禁煙施設が一三



このプレートが目印  
登録店(3月20日現在)は下表

- 禁煙施設が一三の合計一六三施設です。施設名は区ホームページをご覧ください。なお、18年12月以降の新規登録店(3月20日現在)は下表
- 1) または杉並保健所健康推進課 3391-1015
- 2) 12、和泉 3313-933
- 0) 116、上井草 3339-411
- 1) 4304、高円寺 3331-114
- 1) 0015、高井戸 3333-4

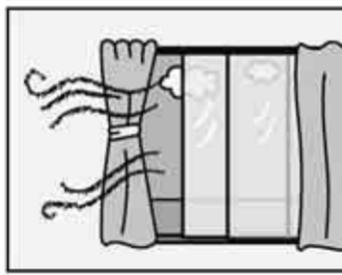
(新規登録した全面禁煙の飲食店)

店名・施設名	所在地
むつみや	荻窪5-29-6
(有)浜田山やぶ	浜田山3-6-15
すばいす	荻窪5-16-20 荻窪ダイヤモンドマンション
ベルソーレ	天沼3-1-8
鳥料理 吉田屋	荻窪5-20-7 吉田ビル2階

の通りです。飲食店・施設の管理者の方、登録をお待ちしています。たばこには依存性があり、一度吸い始めるとなかなかやめられません。また、未成年からの喫煙は、体への影響が大きいです。保健センターでは、たばこをやめたい方の相談を受け付けています。気軽にご連絡ください。

### 禁煙のコツ

- ①吸いたくなったら…冷たい水を飲む、熱い飲み物、歯を磨く、などで気を紛らわす。
- ②時間をかけ、自分のペースで徐々にタール・ニコチンが軽いタバコに変えていき、最後は本数を減らしていく。
- ③市販のガムの禁煙補助材(ニコチンガム)を使う。
- ④医療機関の禁煙外来を受診し、ニコチンパッチをもらう(禁煙外来のある区内医療機関はお問い合わせください)。

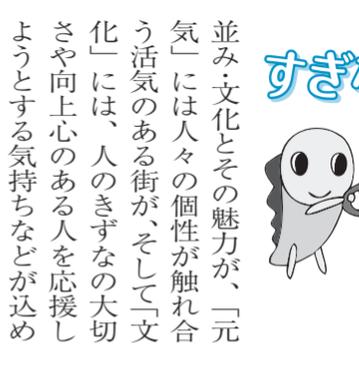


▲換気をしましょう

室内空気中の化学物質による被害  
建材や家具の接着剤から発生するホルムアルデヒドや、カビ、ダニの死がいやフンなどを含むほこりが、アレルギー疾患の原因になることもあります。

最近の住宅は気密性が高く、また生活様式の変化により日中も窓を閉め切った家庭が増え、室内の空気が停滞する傾向にあります。そのため意識的に換気を行わなければ、室内で発生するカビやダニの死がい、各種の化学物質が、室内にたまっていきます。これらの物質が呼吸によって体内に取り込まれると、私たちの身体に様々な健康被害が生じることがあります。

## 上手な換気で快適な生活



▲歩道橋の横断幕にも標語が

「誇りと愛着のあるまちに」現在、区から発信する様々な媒体で、この標語を統一した呼びかけ語として使用するとともに、杉並の魅力を発信する施策への反映に努めています。この取り組みを通じて、「すぎなみの輝き度」を区民の皆さんとともに高め、だれもが誇りと愛着を感じられるまちを創造していきたいと考えています。

討を重ね、この標語が最大公約数的に一番杉並らしきやその魅力を表す言葉として決定しました。  
標語に込められた意味  
標語にある「歩きながら」には、杉並らしい徒歩圏の街

19年5月1日現在、( )は前月比

### 人口と世帯

総人口/53万3013人(1338増)

住民登録	人口	外国人登録	人口
男	25万2099人(1142増)	男	1万0914人(196増)
女	27万0190人(698増)	女	5259人(87増)
世帯	28万7451(1336増)	世帯	5655人(109増)
			8950(172増)

### 医療情報案内と急病診療

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

まず、電話で確認! 保険証を忘れずに

3391-1599 休日等夜間急病診療所  
受付は終了30分前まで(荻窪5-20-1杉並保健所内)

【小児科】平日:午後7時30分~10時30分  
【内科・小児科・外科・耳鼻咽喉科】  
土曜日:午後1時~10時(耳鼻科午後1時~5時は当番医)  
日曜・祝日:午後5時~10時(午前9時~午後5時は当番医)

3398-5666 歯科休日急病診療所  
(荻窪5-20-1杉並保健所内)  
【歯科】日曜・祝日:午前9時~午後5時(受付は4時まで)

### ◆6月の各種健康相談◆

	荻窪保健センター (荻窪5-20-1) ☎3391-0015	高井戸保健センター (高井戸東3-20-3) ☎3334-4304	高円寺保健センター (高円寺南3-24-15) ☎3311-0116	上井草保健センター (上井草3-8-19) ☎3394-1212	和泉保健センター (和泉4-50-6) ☎3313-9331
健康相談(検査は有料)直接会場へ	8・22日 午前9時~10時30分	14・28日 午前9時~10時30分	5・19日 午前9時~10時30分	1・15日 午前9時~10時30分	14・28日 午前9時~10時30分
子育てに関する相談(計測)・子育て交流	7日 午前9時15分~10時30分	1日 午後1時15分~3時	28日 午前9時30分~10時15分	27日 午前9時~10時	18日 午前9時30分~10時30分
母親学級…母子健康手帳を持って直接会場へ	6・13・20・27日 午後1時30分~4時	6・13・20・27日 (荻窪保健センターの13日は午後1時~、20日は午後1時15分~、27日は午前9時30分~、高井戸保健センターの13日は午後1時~、27日は午前9時30分~)	6月はありません	6月はありません	5・12・19・26日
パパ・ママ学級	20日(事前申込制) 午後1時15分~4時	20日(事前申込制)	6月はありません	6月はありません	19日(事前申込制)
離乳食講習会(無料)直接会場へ	27日(電話予約制) 午前10時~正午	21日 午前10時30分~正午	22日 午後1時30分~3時30分	12日 午前10時30分~正午	21日 午後1時30分~3時
乳幼児歯科相談(無料)…電話予約	14・28日 午後1時15分~2時30分 8・22日 午前9時~10時30分	1・15日 午後1時15分~2時30分 4・18日 午前9時~10時30分	7・21日 午後1時15分~2時30分 5・19日 午前9時~10時30分	13日 午後1時15分~2時30分 14・27日 午前9時~10時30分	11日 午後1時15分~2時30分 12・19日 午前9時~10時30分
歯の健康相談(無料)	9日(土午後1時~3時30分)	杉並区歯科医師会(阿佐谷南3-34-3) 問い合わせは、☎3393-0391へ			
ものわずれ相談(無料)…電話予約	6日 午後1時30分~	14・19日 午前9時30分~	15・29日 午後1時30分~	7日午後1時30分~ 13日午後2時~	21日 午後1時30分~
心の健康相談(無料)…電話予約	15・25日 午後1時30分~	8・29日 午後1時30分~	1・28日 午後1時30分~	26日 午前9時30分~	7日 午後1時30分~

うつ・ひきこもり・精神疾患・思春期問題・依存症の保健相談も行います

(注)1. 杉並区に転入し、妊婦・乳幼児健診受診票、予防接種受診票が必要な方は、各保健センターまたは区役所東棟1階保健福祉相談窓口へ。  
2. 荻窪保健センターの離乳食講習会は電話予約制で、申込みは当月の1日(土・日曜日、祝日の場合は最初の平日)からです(先着30名)。  
3. 荻窪保健センターの母親学級は電話予約制で、定員25名・先着順です。