



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

主な記事
悪質商法にご用心..... 1面

「区議会だより」を折り込んであります。引き抜いてお読みください。
英語版広報「Hello! SUGINAMI」を8面に掲載しています。

〈発行日〉毎月1日・11日・21日

ねらわれる高齢者

悪質商法にご用心



住宅改修に関する被害が増えています
 ④消費者センター（荻窪5 15 13 あんさんぶる荻窪三階、相談専用ダイヤル ☎33398 31 21 / 月～金曜日午前9時～午後4時）

被害を防ぐのは、近くにいる、あなたです

悪質商法は、言葉巧みに心の隙間に入りこんでまきまき。全国的に被害が発生している中、区内でも多くの被害が発生しています。

特に、被害に遭いやすい認知症高齢者や一人暮らしの高齢者を守るには、地域の方々の協力が必要不可欠です。遠くにいる親戚より、近くにいるあなたが被害を防ぐのです。

区内で発生した被害

被害者・Aさん（親戚がいない一人暮らしの高齢者）
Aさんが5月ごろから銀行に高額のお金を頻りに下

の独立運動に身をささげ投獄されること11回、武力による植民地解放を主張しシンガポールで自由インド仮政府を樹立、日本軍の支援

行機事故にあい48年の生涯を閉じます。その後、様々な経緯を経て蓮光寺でご遺灰が預けられることになり今日に至っています。この



杉並区とインド

杉並区長

山田 名



ガンジーはマハトマ（聖なる方）と呼ばれますが、チャンドラ・ボースはネタージ（偉大なる指導者）と尊称されているインド独立の英雄で、インドの国会議事堂にはガンジー、ネルー、そしてボースの写真が飾られ、全インド国民の敬愛を集めているそうです。そして実はそのボースのご遺灰が、戦後60年間にわたってここ杉並区の蓮光寺というお寺で、二代のご住職のもと丁寧に安置されてきているのです。

チャンドラ・ボースは、カルカッタ市長、国民会議派の議長を務めますが、その後英国植民地から

の間でインド国民軍を率いてインドに侵攻しましたが失敗し、日本の敗戦を迎えます。昭和20年、終戦の三日後の8月18日、再起を期しての途上、台北空港で不慮の飛

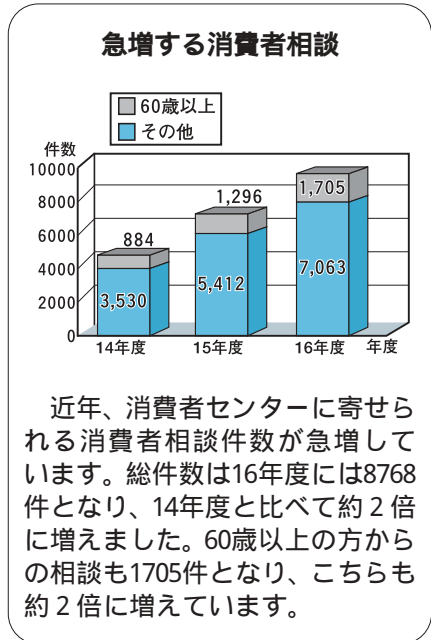
被害の概要

消費者センターで確認したところ、17年1月からの請負契約書や耐震工事代、高圧洗浄、床下工事代など、多数の領収書が見つかりました。中には存在しない会社の領収書や収入印紙をはってないものもありました。

被害に遭わないためには

①むやみにセールスマンを入れない
②不要な工事はきっぱりと断る
③高額な契約は家族や知人とよく相談する
おかしいと思ったら、迷わず消費者センターへご相談ください。

しかし、Aさんは被害に遭っているという認識がなく、このような工事を依頼するようになった経過をよく覚えていません。
住人の不安をあり、不要な契約を結ばせませ
今回のケースでは、①お宅の屋根瓦が割れていて危険ですよ②翌日、さらに「耐震補強工事をしてほしい」と、この家は危険ですよなどと、不安をおおられたことが考えられます。



制度を活用して 被害を未然に防ぎましょう
 ④杉並区社会福祉協議会あんしんサポート（荻窪5 15 13 あんさんぶる荻窪五階 ☎5347 1020 / 月～金曜日午前9時～午後5時）

地域福祉権利擁護事業

判断力の不十分な方のために次のような支援を行っています。

- ①福祉サービスの利用援助
介護サービスの利用や住宅改修などの日常の消費者契約の相談に応じたり手続きのお手伝いをします。
 - ②日常的な金銭管理サービス
預貯金の出し入れや支払いのお手伝い、その通帳や印鑑をお預かりします。
 - ③書類などのお預かりサービス
権利証や日常使用しない預貯金の通帳・実印などをお預かりします。
- 成年後見制度利用支援事業
さらに判断力が低下してきた場合には、財産管理、消費者契約の取り消しなどの法律行為を本人に代わり行います。
制度の利用に結びつけるための援助事業です。

杉並区ひとり暮らし高齢者等 安心ネットワーク

④高齢者在宅サービス課（区役所東棟一階）またはお近くの在宅介護支援センター（ケア24 / 「くらしのガイド」、区ホームページ参照）

地域の皆さん（あんしん協力員やあんしん協力機関）と区が協力しながら、「元気に生活されていますか」「何か困ったことはありませんか」などと、高齢者の方に声をかけを行う見守りサービスがあります。ご希望の方は、お気軽にご連絡ください。また、介護について様々な相談も行っています。

国民健康保険

保険証の更新

今年、保険証の更新の年です。新しい保険証は9月中旬に普通郵便で世帯主あてにお送りします。配達記録郵便を希望される方は、8月15日(必着)までに封書で、二〇〇円分の切手と、「配達記録郵便希望」と書いたメモに、住所、世帯主の氏名、国民健康保険の記号番号、電話番号を書いて、国保年金課国保資格係へお送りください。

なお、保険証の送付先は住民登録地または外国人登録地に限定させていただきます。保険料は加入届出月ではなく資格取得月からです。会社の健康保険を脱退した時は、国民健康保険の加入届出が必要で、届出が遅れると、資格取得月にさかのぼって一時的に多額の保険料がかかることとなりますのでご注意ください。

●国民健康保険・老人保健入院時食事代などの減額
特別区民税・都民税非課税世帯の方が入院したとき、申請により減額認定証が交付されます。各制度とも、減額されるのは申請した月の1日からです。

①70歳未満の国民健康保険加入者の方

表1 70歳以上の方の自己負担額(月額)

| | 一部負担金の割合 | 外来(個人ごと) | 外来+入院(世帯ごと) |
|------------|----------|----------|--------------------|
| 一定以上所得者 | 2割 | 4万200円 | 7万2300円+1%【4万200円】 |
| 一般 | 1割 | 1万2000円 | 4万200円 |
| 特別区民税非課税世帯 | | 8000円 | 2万4600円 1万5000円 |

「+1%」は、医療費の総額が36万1500円を超えた場合に、1%を加算。
【 】内は、年4回以上高額医療費に該当した場合の4回目以降の額。

入院時、医療機関に支払う食事代が減額されます。また、過去一年間の入院日数が九〇日を超えた場合、再度申請をすると翌月の1日からさらに減額されます(表2)。

②前期高齢者の方(14年10月1日以降に70歳になられた方)

入院時、同じ月に同一医療機関に支払う一部負担金の上限と食事代が減額されます。低所得・に該当する方は、事前に申請が必要です。低所得に該当する方で過去一年間の入院日数が九〇日を超えた場合、再度申請をすると翌月の1日からさらに減額されます(表1・2)。

表2 入院時食事代(日額)

| 区分 | 自己負担額 |
|---------|-------|
| 一定以上所得者 | 780円 |
| 一般 | 650円 |
| 低所得II | |
| 低所得II | 500円 |
| 低所得I | 300円 |

一定以上所得者 = 課税所得が145万円以上の方。
低所得II = 国民健康保険加入世帯員が、特別区民税非課税世帯の方(老人医療受給者証をお持ちの方は、世帯員全員が非課税の場合)。
低所得I = 低所得IIのうち、世帯員それぞれの所得が一定基準額以下の世帯の方。
上記3つに当てはまらない方が一般となります。

③老人保健法医療受給者証をお持ちの方
入院時、同じ月に同一医療機関に支払う一部負担金の上限と食事代が減額されます。低所得・に該当する方は、事前に申請が必要です。低所得に該当する方で、過去一年間の入院日数が九〇日を超えた場合、再度申請をすると翌月の1日からさらに減額されます(表1・2)。

秋のポリオ予防接種の日程

日程と会場は、下表のとおりです(個別の通知はしません)。お手元の予防接種冊子の中のポリオ予診票を切り離して、お近くの会場へお越しください。

転入された方、7歳6カ月未満で未接種の方は、各会場に予診票がありますのでご利用ください(母子健康手帳持参)。

受付時間 = 午後1時15分~2時30分(1時30分接種開始・時間厳守)。検温のための番号札は、0時45分から配ります。なお、0時30分以前の入場はご遠慮ください。ポリオ予防接種の流れ = 検温 受付 予診 承認の署名 ワクチン服用(園・杉並保健所保健予防課 ☎3391 1025) ①発熱、下痢、急性疾患など当日の予診結果によっては接種できない場合があります②母子健康手帳、予診票、スリッパ(会場が学校の場合)を持参してください③車でのご来場はご遠慮ください④10月中旬に予備日を設けています(詳しくは「広報すぎなみ」でお知らせします)

秋のポリオ予防接種日程表

| 月日 | 場所 | 所在地 |
|----------|------------------|-------------|
| 9月14日(水) | 高円寺保健センター | 高円寺南3 24 15 |
| | 和泉保健センター | 和泉4 50 6 |
| | 本天沼区民集会所 | 本天沼2 12 10 |
| 15日(木) | 上井草保健センター | 上井草3 8 19 |
| | 方南区民集会所 | 方南1 27 8 |
| | 八成小学校(視聴覚室) | 井草2 25 4 |
| 16日(金) | 和泉保健センター | 和泉4 50 6 |
| | 高井戸第二小学校(プレイルーム) | 久我山4 49 1 |
| | 杉並第二小学校(第2音楽室) | 成田西3 4 1 |
| 20日(火) | 高井戸保健センター | 高井戸東3 20 3 |
| | 桃井第一小学校(体育館) | 桃井2 6 1 |
| | 杉並第十小学校(体育館) | 和田3 55 49 |
| 21日(水) | 上井草保健センター | 上井草3 8 19 |
| | 高円寺保健センター | 高円寺南3 24 15 |
| | 和泉小学校(理科室) | 和泉2 17 21 |
| 22日(木) | 高井戸保健センター | 高井戸東3 20 3 |
| | 高円寺会館 | 高円寺北2 1 2 |
| | 宮前中学校(会議室) | 宮前2 12 1 |
| 26日(月) | 荻窪保健センター | 荻窪5 20 1 |
| | 杉並第一小学校(体育館) | 阿佐谷北1 5 27 |
| | 高井戸第三小学校(第1会議室) | 下高井戸4 16 24 |
| 27日(火) | 堀之内小学校(多目的室) | 堀ノ内3 24 11 |
| | 桃井第三小学校(会議室) | 西荻北2 10 7 |
| | 浜田山小学校(低学年音楽室) | 浜田山4 23 1 |
| 28日(水) | 荻窪保健センター | 荻窪5 20 1 |

各保健センター(印)は例年会場が非常に混雑します。接種までが大変時間がかかる場合がありますので、ご了承ください。

現況届の提出をお忘れなく

児童扶養手当・ひとり親特別児童扶養手当 ひとり親家庭等医療費助成

児童扶養手当・ひとり親家庭等医療費助成を受けている方に、7月下旬に現況届用紙を郵送しました。また、特別児童扶養手当を受けている方には、8月上旬に現況届用紙を郵送しました。

この届は、各制度について引き続き受給要件があるかを確認するためのものです。この届の提出がないと、手当や医療費助成が受けられなくなり、必ず期限までに提出してください。

なお、各制度とも所得制限が設けられています。所得制限額など受給要件の詳細は、

児童扶養手当(提出期限) 8月31日(水)

ひとり親家庭等医療費助成(提出期限) 8月31日(水)

児童が18歳に達する日以後の最初の3月31日(一定の障害を有する児童は20歳未満)まで、離婚などにより父と生計を異にする児童を養育し、公的年金などを受けていない方が対象です。現況届に8月1日における

児童が18歳に達する日以後の最初の3月31日(一定の障害を有する児童は20歳未満)まで、離婚などにより父と生計を異にする児童を養育し、公的年金などを受けていない方が対象です。現況届に8月1日における

児童が18歳に達する日以後の最初の3月31日(一定の障害を有する児童は20歳未満)まで、離婚などにより父と生計を異にする児童を養育し、公的年金などを受けていない方が対象です。現況届に8月1日における

児童が18歳に達する日以後の最初の3月31日(一定の障害を有する児童は20歳未満)まで、離婚などにより父と生計を異にする児童を養育し、公的年金などを受けていない方が対象です。現況届に8月1日における

児童が18歳に達する日以後の最初の3月31日(一定の障害を有する児童は20歳未満)まで、離婚などにより父と生計を異にする児童を養育し、公的年金などを受けていない方が対象です。現況届に8月1日における



行事

語り合おう あなたの想いを ひとり親家庭座談会

区は、ひとり親家庭に対する新たな支援施策を検討しています。ひとり親家庭の皆さんの子育てや仕事の様子をお話しいただく座談会を開催し、ご意見などを新たな施策づくりに反映していきたいと考えています。

天文の夕べ 観望会

●天文の夕べ 観望会
こと座・リング星雲
時8月22日(月)午後6時30分

杉並アニメーションミュージアム

特別企画
杉並区ファミリーアニメコンサート
「名探偵コナン」の毛利小五郎役でおなじみの声優・神谷明さんが企画、出演するファミリーコンサートです。



神谷 明

9月4日(日)午後1時30分
2時30分(1時開場)
並会館(上荻3 29 5)
定各回一〇〇名程度(無料)

郵便八ガキ

- ①行事名
②住所
③氏名(フリガナ)
④年齢
⑤電話番号

(原則1人1枚)
往復八ガキの場合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・年齢も記入



アルプスの少女ハイジ
© ZUIYO

ニメソングを熱唱します。
時8月7日(日)・21日(日)
9月4日(日)午後1時30分
2時30分(1時開場)
並会館(上荻3 29 5)
定各回一〇〇名程度(無料)

すぎなみ環境カエルくらぶ

毎月第二火曜日に、暮らしに役立つ省エネ事例をあなたに紹介しています。
時8月27日(土)午前8時

我が家の省エネに挑戦

毎月第二火曜日に、暮らしに役立つ省エネ事例をあなたに紹介しています。

すぎなみ環境情報館フリーマーケット

時8月21日(日)午前10時

文化・交流協会の催し

アルゼンチンタンゴ演奏会
時8月20日(土)午前10時



エンリケ・クッティ

哀愁の旋律と情熱のリズムが織り成すアルゼンチンタンゴの世界をご堪能ください。
時8月20日(土)午前10時

敬老会・半寿(81歳)顕彰式典

75歳以上の方をお招きして開催します。
時左表のとおり場セシオン杉並(梅里1 22 32)



花村 菊江

区内、喜寿・米寿などの長寿のお祝いのひとつとして、81歳を迎えられた方をお祝いしています。
時8月19日(日)午後7時開演(6時30分開場)

Table with 4 columns: Date, Time, Location, and Performance Group. It lists various events for the elderly community across different districts.

時間は、午前=10時~正午、午後=2時~4時。
花村菊江歌謡ショーはすべての日に開催します。

杉並区演劇人協会
劇団手織座 朗読祭り
最終記念へ深い思いを込めて開催します。親子でお越しください。(区共催)
時9月3日(土)午後1時30分開演(1時開場)

●福祉音楽協会(WMA) 永峰高志&小松勉 DUORECITAL フランス音楽の夕べ

時9月16日(金)午後7時開演(6時開場・区共催)場セシオン杉並(梅里1)22

32(内出演)永峰高志バ イオリン(小松勉ピアノ) 曲目「ラベル・ツイガー

又、フォーレ、バイオリン ソナタ第一番イ長調、ショ

区民を無料招待(ペア券 一〇〇組二〇〇名、一人 券七〇名)

●区民科学教室 藍染めの化学

藍染めを体験しながら、 染色の原理を学びましょ

時9月3日(土)午後1時30 分、4時(場)科学館(区内在

日(必着)までに科学館

(〒167)0033清水3 3(13)へ(同)館番339

6(4391)他①染める材 料(薄手のTシャツ程

手すきハガキの枠作り

牛乳パックからハガキを 作るための枠を作ります。

時8月28日(日)午後1時30 分、3時30分(場)リサイクル

予算を立ててサンド イッチを作ろう!

物の値段やお金のことを 親子で考えてみませんか。

時8月25日(木)午前10時30 分、午後1時30分(場)あんさ

〇組二〇名(親子ペアで一 〇〇〇円(子ども一人追加

杉並でくらす外国人の ための「ほんご」教室

日常生活に必要な基本的 な日本語の会話や読み書き

時9月13日、11月22日 (9月23日を除く)の毎週

火・金曜日午後6時30分、

8時30分(計二〇回)場セ シオン杉並(梅里1)22

32(費用)額二〇〇〇円(テ キスト代別)(往復ハガキ

小児救急に関する普及 事業

赤ちゃんと多い病気とそ の手当、急病時の適切な対

時8月30日(火)午後2時、 3時30分(場)上井草保健セン

転倒予防教室

理学療法士や作業療法士 が、転倒を予防するための

時8月13日(土)午後1時30 分、3時(場)永福ふれあいの

家族介護教室

家族が認知症になったら、 何をすればいいの

時8月13日(土)午後1時30 分、3時(場)永福ふれあいの

転倒予防教室

理学療法士や作業療法士 が、転倒を予防するための

時8月24日(水)午後1時30 分、3時30分(場)天沼会議室

センター(高井戸東3)7

5(11月)から、いづれ も週一回(計二回)対お

おむね65歳以上の介護保 険の認定を受けていない方

緊急危険度判定員講習会

都が震災などの災害時 に被災した建築物の安全性

時9月20日(火)、10月14日 (金)午後1時30分(場)都庁第

家族介護者教室

転ばないために、 今からできること

講義と簡単にできる体操 を行います。

時8月24日(水)午後1時30 分、3時30分(場)天沼会議室

キャリア・セミナー

転職活動を始める前 に、まずやることは?

自分にとって一番必要な ことは何なのか、講義だけ

時9月8日(木)自分 の根っこを知ろう(なぜ転

時9月3日(土)、4日(日)午 後1時30分、4時30分(場)荻

センター(高井戸東3)7

5(11月)から、いづれ も週一回(計二回)対お

おむね65歳以上の介護保 険の認定を受けていない方

耳のことで悩んでい ませんか

病気や加齢で耳が遠くな ったり聞こえなくなった方

時9月3日(土)、4日(日)午 後1時30分、4時30分(場)荻

障害者のためのパソコン講習会

基礎・活用 コース(計20時間)

9月5日(月)~8 日(木)午前10時~ 午後0時30分

活用コース (計20時間)

9月5日(月)~8 日(木)午後1時30 分~4時

3級簿記講座

時9月2日(金)~11月15日 (火)の毎週火・金曜日(一部

時9月2日(金)~11月15日 (火)の毎週火・金曜日(一部

時9月2日(金)~11月15日 (火)の毎週火・金曜日(一部

ありがとうございました

3~7月のご寄付 (敬称略・順不同)

【みどりの基金】杉並野草の 会=25,000円 みどりの基金

Table with 3 columns: Course, Date/Time, Content. Includes details for PC training and bookkeeping courses.

活用コースは文字入力ができる方が対象です。手話を希望する方は、手話歴を申込ハガキに記入してください。



募集します

南北バス「すぎ丸」夏休みの思い出

夏休み中に「すぎ丸」に乗車した時の思い出や町を走る「すぎ丸」を絵にしてお送りください。いただいた絵は、区役所一階ロビー(9月15日(木)～30日(金))とバス車内(10月8日(土)から一カ月程度)に展示します。

内絵のサイズはハつ切り

またはB4判(中学生以下) 裏面に学校(園)名・クラス・住所・連絡先を書いて、8月31日(必着)までに交通対策課(区役所西棟五階)へ郵送または持参(①応募者にはすぎ丸シールをさしあげます②展示終了後に返却しますが、破損などについてはご容赦願います)

温暖化ストップ！我が家の省エネ大作戦！

区では、区民の皆さんと一緒に地球温暖化や省エネルギーを考え、具体的な行動計画としていかしていくため、主に次の項目について皆さんのアイデアや実践例を募集します。

- ① 日ごろから実践している我が家の省エネ
- ② 家庭や地域で取り組んだら良いと思うアイデア

③ 区役所に取り組んでもらいたい対策

④ 省エネ、地球温暖化対策に関する夏休みの自由研究など

温暖化対策や省エネルギーに関連したものであれば結構です。お寄せいただいたアイデアや実践例のうち、一〇件程度に記念品を贈呈します。

【封書】八ガキも可、またはフアクスに住所(団体)の場合は名称・代表者氏名・所在地・氏名・電話番号を書いて、9月2日(消印有効)までに環境課計画係 FAX 3312 2316 へ(同封係)

子育て事例集編集サポータースタッフ

2～6歳の子育て事例集「みんなの子育てvol.4」を作成します。

【時・因】9月13日(火)「自己紹介、事例集・課題について」27日(火)「話し合い、記事案を出す」10月18日(火)「冊子内容について、記事校正/時間は、いずれも午前10時～午後0時30分(場)井草社会教育会館(今川4 12)

【時・因】①〇名程度(無料) ②電話またはEメール(3面記入例参照)で、8月15日までにNPO法人プランニング 遊 6762 8790 planning-yu 01@com.home.ne.jp へ(他託児あり)一五名程度)

杉並区総合文化祭

歌謡大会出演者

【時】10月29日(土)午前10時～午後6時(場)セシオン杉並(梅里1 22) ③〇

名(抽選)費二五〇〇円(往復八ガキ(3面記入例参照)に希望の曲名も書いて、8月15日(消印有効)までに社会教育センター(〒166 0011 梅里1 22 32) へ(同封係)歌謡クラブ・国分 3311 1628

俳句大会の作品

10月23日(日)にセシオン杉並で開催される総合文化祭で作品を発表しませんか。(区共催)

【因題】雑詠二句一組。未発表のものを一組ごとに二〇〇字詰め原稿用紙または便せん(いずれもB5判)で郵便番号・住所・氏名・電話番号も明記(何組でも可) 選者：神蔵器、渡辺

【時・因】9月13日(火)「自己紹介、事例集・課題について」27日(火)「話し合い、記事案を出す」10月18日(火)「冊子内容について、記事校正/時間は、いずれも午前10時～午後0時30分(場)井草社会教育会館(今川4 12)

【時・因】①〇名程度(無料) ②電話またはEメール(3面記入例参照)で、8月15日までにNPO法人プランニング 遊 6762 8790 planning-yu 01@com.home.ne.jp へ(他託児あり)一五名程度)

【時・因】①〇名程度(無料) ②電話またはEメール(3面記入例参照)で、8月15日までにNPO法人プランニング 遊 6762 8790 planning-yu 01@com.home.ne.jp へ(他託児あり)一五名程度)

生活リハビリ事業利用者

杉並区障害者福祉会館では、疾病などにより心身・コミュニケーションに障害のある方を対象に通所サービスを行っています。通所が困難な方は送迎サービスが利用できます。

方〃同会館で受付・面接

同会館へ利用申請 利用承認(本人または扶養義務者の負担能力に応じて利用者負担額をお支払いいただきます) 区内在住の18歳以上65歳未満の心身に障害があり、病院から退院したばかりの方、在宅で家に閉じこもりがちになっている方など、または医師が必要と認める方で、杉並障害者福祉会館に通所可能な方

【時・因】9月13日(火)「自己紹介、事例集・課題について」27日(火)「話し合い、記事案を出す」10月18日(火)「冊子内容について、記事校正/時間は、いずれも午前10時～午後0時30分(場)井草社会教育会館(今川4 12)

【時・因】①〇名程度(無料) ②電話またはEメール(3面記入例参照)で、8月15日までにNPO法人プランニング 遊 6762 8790 planning-yu 01@com.home.ne.jp へ(他託児あり)一五名程度)

【時・因】①〇名程度(無料) ②電話またはEメール(3面記入例参照)で、8月15日までにNPO法人プランニング 遊 6762 8790 planning-yu 01@com.home.ne.jp へ(他託児あり)一五名程度)

【時・因】①〇名程度(無料) ②電話またはEメール(3面記入例参照)で、8月15日までにNPO法人プランニング 遊 6762 8790 planning-yu 01@com.home.ne.jp へ(他託児あり)一五名程度)

【時・因】①〇名程度(無料) ②電話またはEメール(3面記入例参照)で、8月15日までにNPO法人プランニング 遊 6762 8790 planning-yu 01@com.home.ne.jp へ(他託児あり)一五名程度)

住基ネット訴訟コーナー(第六回) 第五回口頭弁論

7月20日(水)午前10時30分、東京地方裁判所において、住基ネット受信義務確認等の請求に関する訴訟についての第五回口頭弁論が行われ、区は、準備書面(2)を陳述し、国および東京都は、準備書面(4)を陳述し、意見書を提出しました。

【時・因】①〇名程度(無料) ②電話またはEメール(3面記入例参照)で、8月15日までにNPO法人プランニング 遊 6762 8790 planning-yu 01@com.home.ne.jp へ(他託児あり)一五名程度)

【時・因】①〇名程度(無料) ②電話またはEメール(3面記入例参照)で、8月15日までにNPO法人プランニング 遊 6762 8790 planning-yu 01@com.home.ne.jp へ(他託児あり)一五名程度)

【時・因】①〇名程度(無料) ②電話またはEメール(3面記入例参照)で、8月15日までにNPO法人プランニング 遊 6762 8790 planning-yu 01@com.home.ne.jp へ(他託児あり)一五名程度)

【時・因】①〇名程度(無料) ②電話またはEメール(3面記入例参照)で、8月15日までにNPO法人プランニング 遊 6762 8790 planning-yu 01@com.home.ne.jp へ(他託児あり)一五名程度)

【時・因】①〇名程度(無料) ②電話またはEメール(3面記入例参照)で、8月15日までにNPO法人プランニング 遊 6762 8790 planning-yu 01@com.home.ne.jp へ(他託児あり)一五名程度)

区政を話し合う会

「人が育ち、人が活きる杉並区」の実現に向けて、区民の皆さんと区長が共に語り、考える「区政を話し合う会」を開催します。

【時・因】①〇名程度(無料) ②電話またはEメール(3面記入例参照)で、8月15日までにNPO法人プランニング 遊 6762 8790 planning-yu 01@com.home.ne.jp へ(他託児あり)一五名程度)

| 回 | 日 | 時 | 場 | 所 |
|---|-----------|---------------|--------|-------------------|
| 1 | 8月23日(火) | 午後2時～4時 | 荻窪地域 | 区民センター(荻窪2 34 20) |
| 2 | 27日(土) | 午前10時～正午 | 西荻地域 | 区民センター(桃井4 3 2) |
| 3 | 30日(火) | 午後2時～4時 | 井草地域 | 区民センター(下井草5 7 22) |
| 4 | 9月5日(月) | 午後6時30分～8時30分 | 杉並区役所 | (阿佐谷南1 15 1) |
| 5 | 10月25日(火) | 午後2時～4時 | セシオン杉並 | (梅里1 22 32) |
| 6 | 11月2日(水) | 午後6時30分～8時30分 | 高井戸地域 | 区民センター(高井戸東3 7 5) |
| 7 | 6日(日) | 午後2時～4時 | 永福和泉地域 | 区民センター(和泉3 8 18) |

都営住宅入居者募集

募集戸数

単身者向 三五〇戸
 対50歳以上の方、身体障害者手帳一～四級の方など
 単身者用車いす使用者向 一〇戸

対住宅内の移動に車いすを必要としている身体障害者手帳2級以上の方
 シルバーピア住宅(高齢者集合住宅)
 ●単身者向 六〇戸
 ●二人世帯 一六戸

対65歳以上の方
 ポイント方式(家族向のみ)
 ●抽せんをせず、住宅に困っている度合いの高い世帯から順に登録されます。
 ●ひとり親世帯
 ●高齢者世帯
 ●心身障害者世帯
 ●多子世帯
 ●特に所得の低い世帯

計一〇〇五戸
 ●車いす使用者世帯一五戸
 ●事業再建者向定期使用住宅
 ●対事業の破綻に伴い、自己の所有する住宅を失った方で、民事再生法による再生計画の認可決定を受けており、都内で事業を行っている中小企業の経営者であることなど

共通の申込資格

都内に三年以上居住する成年者で、そのことが住

民票などで証明できること(ポイント方式の車いす使用者世帯向は、申込日現在都内に居住して住民票などで証明できること) 同居する親族がいること(単身者向を除く) 所得が定められた基準内であること 住宅に困っていること

詳しくは、募集案内をご覧ください。

申込用紙の配布

【内期間】8月1日～10日(各配布場所の休業日を除く) 場所：住宅課(区役所西棟五階)、福祉事務所、区民事務所・分室、駅前事務所。区役所では、夜間と休日も配布します(事業再建者向は、住宅課のみで配布します)

【申込用紙に必要事項を記入し、郵送してください。】8月15日までに渋谷郵便局(ポイント方式・事業再建者向は東京都住宅供給公社募集センター)に届いたものに限り受け付けます(〒東京都住宅供給公社募集センター 0570 0108 10(8月10日まで)、03 498 8894(11日以降)または区住宅課(いずれも土日は除く) 他公営住宅入居あつせんの詐欺が多発していますのでご注意ください

●桃三ふれあいの家
非常勤介護職員

●内 デイサービス利用者の介護業務 勤務日時 午前8時30分～午後5時30分(週三～四日) 勤務場所 桃三ふれあいの家(西荻北2-10-7) 資格など ホームヘルパー2級、介護福祉士(デイサービス経験者優遇)、NPO法人の特質に賛同し熱意のある方 給与 時給一〇〇〇円から 募集人数 若干名(申・岡)

電話で、桃三ふれあいの家(NPO法人ももの会) ☎5311 3631へ

●荻窪の音楽祭
出演者・ポランテア

●内開催期間 11月17日(木)～20日(日)(予定/区後援) 対 プロ・アマ、個人・グループを問わず音楽祭に出

●戦後60年を迎え、今また平和の尊さについて考えよう
平和への祈りを込めて黙とうをささげましょう

まもなく、広島と長崎の60回目の原爆の日を迎えます。戦争や核兵器による惨禍を二度と繰り返さないために、原爆死没者・戦没者のめい福と世界の恒久平和の実現を祈念し、それぞれの時刻に合わせて1分間の黙とうをささげましょう。家庭や地域、職場で平和の尊さを見つめ直し、平和への誓いを新たにしてください。
▷広島 = 8月6日(土)午前8時15分
▷長崎 = 8月9日(火)午前11時2分
▷全国戦没者追悼式 = 8月15日(月)正午

●男女共同参画推進担当課

杉並区平和都市宣言
世界の恒久平和は、人類共通の願いである。いま、私たちの手にある平和ゆえの幸せを永遠に希求し、次の世代に伝えよう。ここに杉並区は、核兵器のなくなることを願い、平和都市を宣言する。
昭和63年3月30日 杉並区

お知らせ

新たな緑化施策の計画書を発行しました

区では「杉並区みどりのベルトづくり計画」「杉並区みどりのリサイクル計画」の二つの新しい緑化施策について、区民の皆さんのご意見を伺いながら検討を進

めてきました。

これら二つの計画の計画書を発行しました。計画書は、公園緑地課(区役所西棟五階)で配布しているほか、図書館でも閲覧できます。

●公園緑地課

●特別区民税・都民税
休日・夜間収納窓口
と夜間電話相談

住民税(特別区民税・都民税)の納付の相談を受け付けます。休日・夜間収納窓口では、住民税のお支払いもできます。

●休日収納窓口 8月7日(日)午前9時30分～午後4時30分
●夜間収納窓口 8月8日(月)～31日(水)、9月26日(月)午後5時15分～8時
●夜間電話相談 9月8日(木)～13日(火)午後5時15分～8時

●場・岡納税課(区役所中棟二階)

ささなかねつとを
ご利用の皆さんへ

勤労福祉会館・西荻地域区民センターの館内整理日の変更
18年3月から館内整理日を変更します。
●内館内整理日 毎月11日(11日が第二水曜日・土曜日・日曜日・祝日と重なる場合は順次繰り延べ)11日が土曜日の場合は、館内整理日は13日の月曜日になります。この際、13日が祝日の場合は、翌日の14日が館内整理日になります。

●高円寺会館の利用休止
18年4月1日から改築のため施設利用を一時休止します。

ため施設利用を一時休止します。

新しい会館は、演劇・舞踊などに利用できる小劇場、区民活動や阿波おどり振興のためのホールの複合施設として、20年度末に開館する予定です。

●地域課地域施設係

8月の出張教育相談室

済美教育センターでは、出張教育相談室を開設しています。お子さんに関する心配事や悩みについて相談を受けられます。教育・心理の専門相談員が対応します。
●時 8月11日(木)午前9時～正午、午後1時～4時
●場 草地区民センター(下井草5-7-22) 対区内の幼児、小・中学生の保護者とその関係者(無料申・岡電話で、前日までに済美教育センター ☎5378 0961へ)当日会場でも受け付けますが、お待ちいただくこともあります

●荻窪地域区民センターの臨時休館

荻窪地域区民センター(荻窪2-34-20)は、ケール取り替え工事のため臨時休館します。期間中は、荻窪地域活動係も含め建物内には一切入れません。
●内休館期間 8月20日(土)～22日(月) 岡事前の問い合わせ ☎3398 9125 または荻窪地域活動係 ☎3398 8261、休館中の問い合わせ ☎地域課地域施設係

●戦没者等の遺族の方へ
特別弔慰金の支給

戦没者等の死亡当時の遺族で、4月1日(基準日)に、公務扶助料や遺族年金などを受ける方がいない場合、次の順番による先順位の遺族のうち一人に額面四〇万円、一〇年償還の記名国債を支給します。
(1) 弔慰金の受給権者
(2) 戦没者等の子
(3) 父母 孫 祖父母 兄 弟姉妹(戦没者等と生計関係を有していた方で基準日に氏を同じくする方)
(4) 上記(3)以外の 父母 孫 祖父母 兄弟姉妹
(5) 上記(1)～(4)以外の三親等内の親族(戦没者等の死亡時まで引き続き一年以上生計関係を有していた方に限る)
●申 岡20年3月31日までに、保健福祉部管理課地域福祉係(区役所東棟三階)へ



●(社)杉並区シルバー人材センター

① 囲碁講座
●時 対火曜日コース(1級～10級程度) 9月6日～11月22日の毎週火曜日
●木曜日コース(簡単なルールわかる15級～25級程度) 9月1日～11月24日の毎週木曜日(11月3日は除く) / いずれも午後1時30分～4時30分(計二回)
●師 シルバー銀の石同好会・有段者(定各二〇名(抽選)費八二〇〇円(教材費含む))
② 手芸(佐賀錦)教室
日本古来からの伝統工芸を学びます。
●時 9月7日～11月30日の毎週水曜日午後1時30分～4時30分(四條徳嘉定八名(抽選)費二万九八〇〇円)

●場 シルバー人材センター 方南分室(八ガキ)3面記

●入例参照)に①は希望コースと棋力も書いて、8月12日(必着)までにシルバー人材センター方南分室(〒168-0062方南1-3-4)へ岡同分室 ☎3323 1420

③ ハウスクリーニング講習会
技能と知識を習得するための講習会です。
●時 9月6日(火)・7日(水)・8日(木)・9日(金)・12日(月)の午前10時～午後4時(6日は午後1時～4時) ●場 シルバー人材センター荻窪分室(荻窪2-29-3) ●師 シルバー人材センター会員(区内在住のおおむね60歳～65歳で、全日程出席し、講習会終了後、同センター会員としてハウスクリーニング関連の仕事ができる方) ●定 一〇名(選考) ●費 無料(申・岡電話で、8月19日までにシルバー人材センター本部事務局 ☎3317 2217へ) ●平日夜間と土曜日の年金相談をご利用ください
本人確認のため、年金手帳や年金証書などをお持ち

●場 シルバー人材センター 方南分室(八ガキ)3面記

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)。
4月1日より、休日等夜間急病テレホンセンターにかわり、当番医のご案内も行います。
※まず、電話で確認! 保険証・医療証を忘れずに
☎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(午後1時～5時耳鼻科のみ輪番医)
日曜・祝日:午後5時～10時(午前9時～午後5時は輪番医)
※当番医の時間帯は上記急病医療情報センター ☎3423-9909へ
☎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)
☎3391-5539 休日等夜間薬局

●打ち水大作戦2005 地球温暖化対策元年
日本には「打ち水」があるじゃないか。

だれもが手軽に楽しく参加できる「打ち水大作戦」で、環境問題解決に取り組みませんか。雨水やお風呂の残り湯などの二次利用水を使い、打ち水をして気温を下げましょう。
●時 8月10日(水)正午から全国いっせいに打ち水をします(区役所も参加します) ●岡環境課庶務係(他)打ち水大作戦ホームページ http://www.uchimizu.jp/

かけない、飲まない、吸わない、健康マージャンの初心者教室です。
●時 9月7日～11月30日の毎週水曜日、午前の部 10時～午後1時、午後の部 1時30分～4時30分(計一三回) ●場 麻雀クラブ東京高円寺南1-10-3 ●師 日本健康麻将協会推薦講師(区内在住で50歳以上のマージャン初心者で全回出席できる方) ●定 各二四名(費一日一五〇〇円、テキスト代二〇〇円) ●テキスト代二〇〇円

肺・喉頭・胃がん検診のお知らせ

区内在住で、職場などに検診の機会がない方を対象に、各種がん検診を行っています。申込方法、対象年齢などは、下表をご覧ください。
入院、加療中の方は、受診できません。

| 問い合わせは、杉並保健所健康推進課 ☎3391 1015 | | | | | |
|------------------------------|----------------------|----------------------------------|--------------|-------|---|
| 検診名 | 対象年齢 (18年3月31日現在) | 受診期間 | 受診場所 | 費用 | 申込方法(ハガキは検診ごとに1人1枚)など |
| 肺がん | 35歳以上 | 7月1日～9月30日 | 指定医療機関 | 1000円 | 【申込締切】ハガキの最終締切=8月15日(月)(必着) 8月末までに受診票を郵送します。窓口受付は受診期間内に杉並保健所へ。 【申込方法】ハガキに① 検診希望②住所③氏名(フリガナ)④生年月日(年齢)⑤性別⑥電話番号を書いて、杉並保健所健康推進課(〒167 0051荻窪5 20 1)へ |
| 喉頭がん | 55歳以上 | | | 1000円 | |
| 9月の胃がん | 35歳以上 | 9月1日～30日(23日を除く)の木・金・土曜日午前9時～午前中 | 杉並保健所3階がん検診室 | 1000円 | X線検査の集団検診。定員40名。 【申込締切】受診希望日の2週間前の火曜日(必着) 【申込方法】ハガキに①胃がん検診希望②住所③氏名(フリガナ)④生年月日(年齢)⑤性別⑥電話番号⑦受診希望日(第3希望まで)を書いて、杉並区医師会胃がん検診担当(〒166 0004阿佐谷南3 48 8)へ |

次の方は申し込みをご遠慮ください
①胃の手術を受けたことがある②現在、胃および十二指腸の疾病治療中または経過観察中③妊娠中または妊娠の可能性がある④おおむね1年以内に胃がん検診(血清ペプシノーゲン検査を含む)を受けた

がん検診を受診する場合の費用は、受診する窓口でお支払いください。なお、生活保護世帯の方は、費用が免除されますので、事前に健康推進課へお問い合わせください(要申請)

アスベスト(石綿)問題の相談窓口

区ではアスベスト対策会議を立ち上げ、関係部署が連携し、区民の安全と安心を確保するよう努めています。
国では、石綿被害に関する調査や石綿を取り扱う事業場に対する監督指導を強化するとともに、過去に石綿を取り扱う作業に従事していた方に対して健康診断を受診するよう呼びかけています。また、次の相談窓口を設置しています。
石綿ばく露歴のある方、その家族の方、開業医などからの診断・治療・健康診断に関する相談=東京労災病院 ☎3742 7301
石綿に関する健康管理手帳、健康診断、労災補償などに関する相談=東京労働局労働衛生課 ☎3814 5317、新宿労働基準監督署 ☎3361 3974
産業保健関係者、石綿による健康被害を受けた労働者とその家族からの健康に関する相談=東京産業保健推進センター ☎3519 2110
区の相談窓口
建築物からのアスベストの除去・飛散防止に関すること=環境課公害対策係
健康に関すること=保健予防課 ☎3391 1025、保健センター(荻窪 ☎3391 0015、高井戸 ☎3334 4304、高円寺 ☎3311 0116、上井草 ☎3394 1212、和泉 ☎3313 9331)

S P O R T S

スポーツ
スポーツのある暮らし 健康の第一歩

競技大会

●区民体育祭秋季大会

バレーボール

【時】9月11日～11月13日の日曜日(うち5日間)の午前9時～【場】区立中学校、上井草スポーツセンター(上井草3 34 1)【内】種目=一般男子・女子(6人制)、家庭婦人・PTA(9人制)【対】一般男子・女子=区内在住・在勤の方で編成されたチーム(大学の登録チームと高校生以下は除く)、家庭婦人=区内在住の方、PTA=女子現会員【費】1チーム3000円(代表者会議で集めます)【申】申込書(区立体育施設にあります)を、8月20日(必着)までに郵送で、区バレーボール協会・矢口ますみ(〒167 0021井草3 8 15)へ【問】同協会・矢口 ☎5934 6265【他】①代表者会議を9月3日(土)午後4時から荻窪体育館(荻窪3 47 2)で開催します②車での来場はご遠慮ください

●区民体育祭冬季大会

サッカー

【時】9月18日～12月までの日曜・祝日(うち13日間)の午前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)【内】種目=高校の部、一般の部、シニアの部【対】高校の部=区内高校の学校代表チーム、一般の部=区内在住・在勤の18歳以上の男子(高校生は除く)で編成されたチーム、シニアの部=区内在住・在勤の40歳以上の男子で編成されたチーム【費】1チーム8000円【申】区サッカー連盟に未加盟のチームは電話で、8月12日までに区サッカー連盟・大槻 ☎090 9833 5041(午前9時～午後10時)へ。既加盟チームは連盟から別途通知します

スポーツ教室 さ...さざんかねっとで申し込みできます

<http://www.yoyaku-sports.city.suginami.tokyo.jp/rasgiusr2>

『さざんかねっと』はインターネットによる予約システムで、自宅のパソコンや各施設に設置されているタッチパネル式パソコンから申し込みできます(携帯電話は不可)。個人利用者登録(区内在住・在勤・在学の方)が必要です。申し込みは、8月1日午前8時30分からハガキ締切日までです。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。

●卓球(永福体育館) さ 教室番号0030

【時】9月6日～10月25日の毎週火曜日、午後1時～3時(計8回)【場】永福体育館【対】区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心者・初級者【定】40名(抽選)【費】1600円【申】往復ハガキ(3面記入例参照)に生年月日も書いて、8月11日(必着)までに永福体育館(〒168 0064永福3 51 17)へ【問】同体育館 ☎3328 3146

●卓球(上井草スポーツセンター) さ 教室番号0067

【時】9月6日～10月25日の毎週火曜日、午前11時～午後1時(計8回)【場】上井草スポーツセンター【対】区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心者・初級者【定】40名(抽選)【費】1600円【申】往復ハガキ(3面記入例参照)に生年月日も書いて、8月15日(必着)までに上井草スポーツセンター(〒167 0023上井草3 34 1)へ【問】同センター ☎3390 5707【他】託児(3歳～就学前)あり

●ヨガ さ 教室番号0043

【時】9月13日～10月18日の毎週火曜日、午後1時～3時(計6回)【場】妙正寺体育館【対】区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心者・初級者【定】40名(抽選)【費】1000円【申】往復ハガキ(3面記入例参照)に生年月日も書いて、8月11日(必着)までに妙正寺体育館(〒167 0033清水3 20 12)へ【問】同体育館 ☎3399 4224

●親子で水遊び(上井草スポーツセンター)

【時】9月10日～10月15日の毎週土曜日、午前9時～11時(計6回)【場】上井草スポ

ーツセンター【対】区内在住・在勤・在学で3歳～就学前の幼児とその保護者【定】40組80名(抽選)【費】3000円【申】往復ハガキ(3面記入例参照)に親子の生年月日も書いて、8月12日(必着)までに上井草スポーツセンター(〒167 0023上井草3 34 1)へ【問】同センター ☎3390 5707

●親子で水遊び(杉十小温水プール) さ 教室番号0109

【時】9月3日～10月8日の毎週土曜日、午前9時～11時(計6回)【場】杉並第十小学校温水プール【対】区内在住・在勤・在学で3歳～就学前の幼児とその保護者【定】40組80名(抽選)【費】3000円【申】往復ハガキ(3面記入例参照)に親子の生年月日も書いて、8月11日(必着)までに杉並第十小学校温水プール(〒166 0012和田3 55 49)へ【問】同プール ☎3318 8763【他】駐車場はありません

●アクアエクササイズ さ 教室番号0054

【時】9月9日～10月21日(9月23日を除く)の毎週金曜日、午前10時～正午(計6回)【場】上井草スポーツセンター【対】区内在住・在勤・在学で60歳以上の方【定】30名(抽選)【費】1400円【申】往復ハガキ(3面記入例参照)に生年月日も書いて、8月16日(必着)までに上井草スポーツセンター(〒167 0023上井草3 34 1)へ【問】同センター ☎3390 5707

●ボウリング初心者講習会(都民生涯スポーツカレッジ)

【時】9月3日～10月8日の毎週土曜日、午前8時45分～10時45分(計6回/区後援)【場】荻窪コアボウル(上荻1 16 16)【対】中学生以上の方【定】24名【費】6000円(6回分、貸靴代無料)【申】電話またはファクス(3面記入例参照)で、荻窪コアボウル ☎3398 1791 FAX ☎3398 1792へ(先着順)【問】荻窪コアボウルまたは東京都スポーツ指導者協議会・加藤 ☎3425 0884

●筋力アップ教室

全身の筋力トレーニングをとおして、いつまでも若々しく、健康でスリムな体型を維持しませんか。専門指導員がきめ細かく指導します。

【時】9月2日～11月25日の毎週火曜日・金曜日、午前9時～11時【場】上井草スポーツセンター・トレーニングルーム(上井草3 34 1)【対】おおむね40歳以上の区内在住・在勤・在学で全日参加できる方(医師から運動を止められている方はご遠慮ください)【定】16名(抽選)【費】1万2000円【申】往復ハガキ(3面記入例参照)で、8月8日(必着)までに財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【問】同財団 ☎3312 2111(区代表)

●楽しくスポーツ健康塾～楽しみながらの健康作戦

毎週1回ストレッチや健康体操などで楽しみながら体を動かし、6カ月間無理なく健康づくりを目指しましょう。また、保健センターとの提携による健康講座も取り入れ、健康について様々な角度から考えます。

【時】9月14日～18年2月22日(11月23日・12月28日・18年1月4日を除く)の毎週水曜日、午後1時～3時(計21回)【場】大宮前体育館(宮前2 11 11)【対】区内在住・在勤で60歳以上の方(医師から運動を止められている方はご遠慮ください)【定】70名(抽選・初回者優先)【費】3000円【申】往復ハガキ(3面記入例参照)に生年月日も書いて、8月19日(必着)までに財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【問】同財団 ☎3312 2111(区代表)

●いきいき健康アドバイス

専門スタッフがあなたに合った運動プログラム(①成人病予防②シェイプアップ③体力アップ)を作成し、健康づくりの助言を行います。

【時】8月21日(日)午前9時～午後6時【場】上井草スポーツセンター・トレーニングルーム(上井草3 34 1)【対】区内在住・在勤・在学で16歳以上の方【定】20組(個人、ペア可)【費】400円(入場料)【申】電話で、希望受付時間(午前9時～20分ごとに1組)を上井草スポーツセンター ☎3390 5707へ(先着順)【他】受付から終了まで約1時間かかります

Hello! SUGINAMI

Published by: Suginami City Office, Editing: Public Relations Section, Address: 1-15-1 Asagayaminami, Suginami-ku, Tokyo 166-8570.
Tel: 3312-2111 (main switchboard), Fax: 3312-9911 (direct line for Public Relations Section) (Please make inquiries in Japanese.) <http://www.city.suginami.tokyo.jp/>

This page provides information about the city in English for foreign residents living in Suginami City and appears regularly on Page 8 of this bulletin, published on the 1st day of even-numbered months. The articles here were previously published in the Japanese newsletter *Koho Suginami* and other publications.

このページでは、杉並区に住む外国人の方に、英語で区の情報をお知らせしています(偶数月の1日号8ページに掲載)。なお、日本語版をご希望の方は広報課へ。

Application Procedures for Suginami Municipal Elementary School and Junior High School

If you are a foreign resident of Suginami City and would like to enroll your child in a municipal elementary school from April 2006, you must complete the appropriate application procedures.

You must also follow the appropriate application procedures if your child is currently in a municipal elementary school and expects to re-enroll in a municipal junior high school after graduation in March 2006.

When you apply (in or after September), please bring documentation that certifies the name, address and date of

birth of your child to the School Affairs Section (City Office East Wing 6F).

Although the City Board of Education has designated a school district for each municipal school, you may apply for a school from among neighboring school districts as well (a public lottery may be held). Those who wish to apply should complete the entrance application procedures and apply for the school of their choice from September 7 to October 3.

To apply/inquiries: School Affairs Section

Same-Day HIV Antibody Test/Consultation Services Available

Since April, in addition to the HIV antibody test and consultation services offered on weekdays, the Suginami Public Health Center, in cooperation with the NPO "Japan HIV Center," offers "Same-Day HIV Antibody Test/Consultation Services," where the results (if they are negative) are available on the same day. Instead of worrying by yourself, please take advantage of the Same-Day HIV Antibody Test.

(1) The services are conducted anonymously. A certificate will not be issued.

(2) The tests and consultations are carried out in the morning and the results are explained in the afternoon. If the results are not clearly negative, a separate confirmation test is conducted and you will be notified of the results on the following Saturday.

(3) To obtain accurate results, please undergo the test three months or more after the time you suspect you may have been infected with the virus.

(4) All information will be kept strictly confidential.

Date and time: Test and consultation – 3rd Saturday of the month

Location: Suginami Public Health Center (5-20-1 Ogikubo)

Fee: Free

Application/inquiries: Call Tel: 5259-0330.

Reception hours: Monday through Thursday (except national holidays), 1:00 to 6:00 p.m.

Japanese Classes for Foreign Residents Living in Suginami City

Basic conversation as well as reading and writing will be taught (classes divided by level).

Dates and time: Tuesdays and Fridays from September 13 to November 22 (except September 23), 6:30 to 8:30 p.m. (20 classes)

Place: Sesión Suginami (1-22-32 Umezato)

Tuition: ¥2,000 × 3 (textbook fees are separate)

To apply: Send a two-way *ofuku* postcard to the Lifelong Education Center (1-22-32 Umezato 166-0011) by September 2, with the name of the course, your name, address, age, sex and phone number

Inquiries: Lifelong Education Center

Tel: 3317-6621

Notes: 1. Free babysitting is available (pre-schoolers 1 year old or older; it may not be possible to accept everyone due to the number of applications).

2. Interviews to determine your level of ability will be conducted from September 9 (Fri.), 6:30 p.m.

< Schedule for Same-day HIV Antibody Test/Consultation Services >

| Month | Test/Consultation Date | Reservations Taken |
|-----------|------------------------|--------------------|
| August | 20 (Sat.) | 1 (Mon.) |
| September | 17 (Sat.) | 1 (Thu.) |
| October | 15 (Sat.) | 3 (Mon.) |
| November | 19 (Sat.) | 1 (Tue.) |
| December | 17 (Sat.) | 1 (Thu.) |
| January | 21 (Sat.) | 4 (Wed.) |
| February | 18 (Sat.) | 1 (Wed.) |
| March | 18 (Sat.) | 1 (Wed.) |

From the National Health Insurance Section

1. Renewal of National Health Insurance Elderly Recipient Certificates

National Health Insurance Elderly Recipient Certificates will be renewed from August 1.

New certificates were mailed on July 23 to those who currently have a certificate.

Please return expired Elderly Recipient Certificates to the City Office or any Residents Office, annex or station-front office.

Be sure to submit this certificate together with your health insurance certificate when receiving treatment at a medical institution. Those eligible for an Elderly Recipient Certificate are those who were born on or after October 1, 1932.

In addition:

- The certificate is effective from the month after the month

in which a person turns 70 years old (for those whose birthday is the 1st of the month, effective from that month).

- Depending on the income of those who are 70 years or older in the household, the personally borne expense is either 10% or 20%.

- The certificate is valid for one year, from August 1 of the current year until July 31 of the following year. Since the certificate is renewed automatically, there is no need to complete renewal procedures.

2. An Invoice Will Be Sent

At the end of August, an invoice for the September-through-December portion will be sent by mail.

Invoices will not be sent to those who pay premiums by automatic bank account transfer or to those who have already

paid the amount for the months of September and after.

3. Renewal of the National Health Insurance Certificate

This is a renewal year for the National Health Insurance Certificate. The new certificates will be mailed to the head of households in mid-September. If you wish to receive the Certificate of Mail Acceptance issued by the post office, send a note writing "Haitatsu kiroku yubin kibou" (Certificate of Mail Acceptance desired) and stamps for ¥210, with the name of the head of household, address, NHI number and phone number in an envelope. Send it to the Qualification Assessment Subsection to arrive no later than August 15 (Mon.).

The sending address must be your address recorded in the resident registration or foreign resident registration.

Events Calendar (August through September)

The Association for Culture and Exchange of Suginami (ACES) organizes various fun events in which foreign residents are free to participate and people from around the world, including Japanese, enjoy friendly exchanges. Please join in!

Introduction to Foreign Cultures Seminar – India

Why not learn about the mystical country of India through a lecture by the Ambassador of India? Other events, such as Indian dance, music and exchange meeting, will also be conducted.

Date and time: August 6 (Sat.), 1:00 to 4:00 p.m.

Location: Hall for Industrial and Commercial Use (3-2-19 Asagayaminami)

Capacity: 120 people

Fee: ¥1,000

2005/2006 Deutschland in Japan – German Fair

Date and time: August 18 (Thu.) through 21 (Sun.)

Location: Sesión Suginami (1-22-32 Umezato)

(1) Taku Shiobara Photo Exhibit "Berlin – Tokyo": City and People – Vanishing Point

Date and time: August 18 (Thu.) through 21 (Sun.), 11:00 a.m. to 8:00 p.m.

Location: Meeting Rooms Nos. 8 ~ 10

Fee: Free

(2) Berlin City Symphony (German silent movie, jazz and poetry)

Date and time: August 19 (Fri.), from 7:00 p.m. (The hall will open from 6:30 p.m.)

Location: Hall

Fee: ¥3,000 for advance tickets; ¥3,500 on the day of the event.

*During the German Fair, you can enjoy German cuisine and wines at the Sesión Suginami restaurant "Non Non."

International Bus Hiking

Enjoy friendly exchanges with people from various countries while making "soba" buckwheat noodles and picking grapes in the great outdoors!

Date and time: September 17 (Sat.)

Destination: The area around Lake Fujigoko, Oshinohakkai, etc.

Meeting place: In front of Suginami City Office (1-15-1 Asagayaminami)

Capacity: 40 persons (20 Japanese and 20 non-Japanese)

Fee: ¥3,000

ACES Counseling Services for Foreign Residents

ACES offers free counseling on difficulties encountered in everyday life.

tered in everyday life.

Date and time: Fridays, 1:00 to 4:00 p.m.

Place: ACES

Languages: Japanese & English (Fridays), Chinese (2nd & 4th Friday) and Korean (3rd Friday)

How to apply: In person, by telephone or by letter (mail or fax)

Fee: Free

International Exchange Salon

The Salon is located on the International Exchange Floor (5F) of the ACES office. Please stop by and enjoy free and open communication with foreign and Japanese residents.

Hours: Mondays (except national holidays and year-end/New Year holidays), 1:30 to 4:30 p.m.

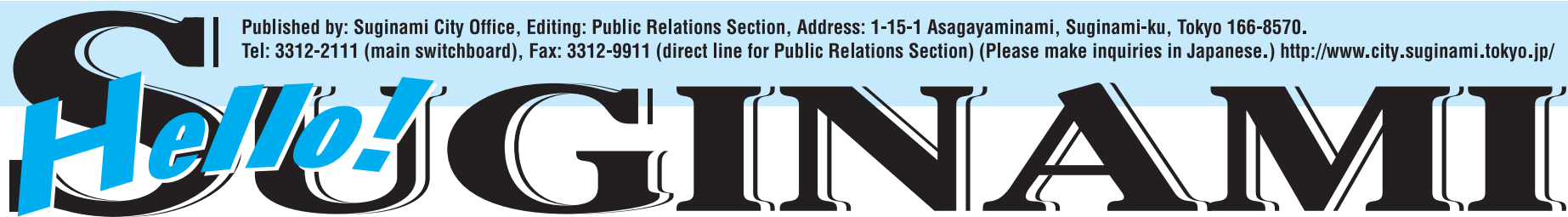
Fee: Free

Other: Food and drinks are permitted at the International Exchange Salon; political, religious or for-profit activities are prohibited.

To apply, or for more information on the above, contact ACES, Minami-Asagaya Building 5F, 1-14-2 Asagayaminami 166-0004.

Tel: 5378-8833 **Fax:** 5378-8844

URL: <http://members.jcom.home.ne.jp/sugibun/>



Published by: Suginami City Office, Editing: Public Relations Section, Address: 1-15-1 Asagayaminami, Suginami-ku, Tokyo 166-8570.
Tel: 3312-2111 (main switchboard), Fax: 3312-9911 (direct line for Public Relations Section) (Please make inquiries in Japanese.) <http://www.city.suginami.tokyo.jp/>

区立小・中学校へ入学される外国人の方は手続きを

区内在住の外国人の方で、18年4月から区立小学校へ入学を希望される場合には、入学の手続きが必要になります。

また、現在区立小学校に在学し、18年3月の卒業後、引き続き区立中学校に進学を希望する方も、改めて手続きが必要です。

申請は9月以降、住所・氏名・生年月日が確認できるものを持参して学務課学事係(区役所東棟6階)へ。

入学する学校は、杉並区教育委員会が

通学区域を指定していますが、通学区域に隣接する学校を希望することができる制度があります(ただし、抽選となる場合もあります)。

隣接校を希望する方は、9月7日～10月3日までに、入学申請と同時に希望申請書を提出してください。

申請・問合せは、学務課学事係へ。

杉並でくらす外国人のためのほんご教室

日常生活に必要な基本的な日本語の会話や読み書きを学びます。(レベル別クラスレッスン)

日時＝9月13日～11月22日(9月23日を除く)の毎週火・金曜日午後6時30分～8時30分(計20回)

場所＝セッション杉並(梅里1-22-32)

参加費＝月2000円×3回(テキスト代別)

申込み＝往復ハガキ(記入例参照)で、9月2日(必着)までに社会教育センター(〒166-0011梅里1-22-32)へ

問合せ＝社会教育センター ☎3317-6621

その他＝①無料託児あり(1歳～就学前まで申し込み多数の場合はお断りすることもあります)②クラス分けのための面接を、9月9日(金)午後6時30分から行います

HIV即日抗体検査・相談を実施しています

杉並保健所では、平日しているHIV抗体検査・相談に加えて今年4月からは、陰性であればその日に結果がでるHIV即日検査・相談NPO「HIVと人権・情報センター」との協働で実施しています。一人で不安を抱えず、ぜひHIV即日抗体検査をご利用ください。

①匿名・無料で実施します。証明書の発行はしません。

②午前中に相談・検査を行い、午後に結果説明をします。陰性と明確に判断できない場合には、別途確認検査を実施し翌週土曜日に結果をお知らせします

③正確な結果を得るため、感染が心配な機会から3カ月以上経過してから受けてください

④プライバシーは必ず守ります

日時＝検査・相談日は毎月第3土曜日

場所＝杉並保健所(荻窪5-20-1)

参加費＝無料

申込み・問い合わせ＝電話で、予約電話 ☎5259-0330へ ▶ **受付時間**＝月～木曜日(祝日を除く)午後1時～6時

＜HIV即日検査・相談日日程表＞

| 月 | 検査・相談日 | 予約受付開始日 |
|----|--------|---------|
| 8 | 20日(土) | 1日(月) |
| 9 | 17日(土) | 1日(木) |
| 10 | 15日(土) | 3日(月) |
| 11 | 19日(土) | 1日(火) |
| 12 | 17日(土) | 1日(木) |
| 1 | 21日(土) | 4日(木) |
| 2 | 18日(土) | 1日(木) |
| 3 | 18日(土) | 1日(木) |

国民健康保険のお知らせ

「国民健康保険高齢受給者証」の更新

高齢受給者証が8月1日で更新となりました。

現在お持ちの方には、7月23日に新しい証をお送りしました。期限の切れた高齢受給者証は、区役所及び区民事務所・分室・駅前事務所にお返しください。

医療機関受診の際は、必ず保険証と一緒に窓口提示してください。

なお、高齢受給者証の対象となるのは、昭和7年10月1日以降生まれた方で

▷70歳到達月の翌月(1日生まれの方は当月)から該当します。

▷世帯員の70歳以上の方の所得により、自己負担割合が1割または2割になります。

▷有効期限は、8月1日～18年7月31日の1年間です。自動的に更

新しますので、継続手続きは不要です。

納付書をお送りします

8月末に、9月分～12月分の納付書をお送りします。

なお、口座振替ご利用の方と、9月分以降納付済みの方には、納付書はお送りしません。

保険証の更新

今年は保険証の更新の年です。保険証は9月中旬に普通郵便で世帯主あてにお送りします。配達記録郵便をご希望される場合は、8月15日(必着)までに封書で210円分の切手と、「配達記録郵便希望」と書いたメモに、①住所②世帯主の氏名③国民健康保険の記号番号④電話番号を書いて、国保年金課国保資格係へお送りください。

なお、保険証の送付先は住民登録地または外国人登録地に限りません。

8・9月のイベントのお知らせ

杉並区文化・交流協会では、外国人の方が気軽に参加でき、日本人をはじめ多くの外国人の方と楽しく交流できるイベントをたくさん企画しています。皆さんも、ぜひご参加ください。

◇海外文化セミナー「インド」

インド大使による講演や舞踊、音楽を通して神秘的なインドの文化にふれてみませんか?インド舞踏と音楽、交流会もあります

【日時】8月6日(土)午後1時～4時【場所】産業商工会館(阿佐谷南3-2-19)【定員】120名【参加費】1000円

◇日本におけるドイツ年記念企画「ドイツフェア」
【日時】8月18日(木)～21日(日)【場所】セッション杉並(梅里1-22-32)

①シヨバラ タク写真展「ベルリンー東京」ー都市と人々・ヴァニシングポイント

【日時】8月18日(木)～21日(日)午前11時～午後8時【場所】第8～10集会室【費用】無料

②伯林(ベルリン)大都会交響楽(ドイツ無声映

画・ジャズ&ポエトリー)

【日時】8月19日(金)午後7時開演(6時30分開場)

【場所】ホール【費用】前売3000円、当日3500円

※ドイツフェアの期間中、セッション杉並のレストラン「NON NON」では、ドイツの料理やワインなどがお楽しみいただけます。

◇国際交流バスハイキング

自然いっぱいの中で、そば打ちや、ブドウ狩りをして、いろいろな国の方と楽しい国際交流をしましょう。

【日時】9月17日(土)【行き先】富士五湖周辺・忍野八海など【集合場所】杉並区役所前(阿佐谷南1-15-1)【定員】40名(外国人・日本人とも20名)

【参加費】3000円

◇外国人相談

外国人の皆さんが日頃抱えている問題や悩みにお応えするため、外国人相談窓口を開設しています。

【日時】毎週金曜日午後1時～4時【場所】杉並区文化・交流協会交流係【使用言語】日本語・英語＝

毎週金曜日、中国語＝第2、4金曜日、韓国・朝鮮語＝第3金曜日【相談方法】来所・電話・文書(郵送・Fax)【費用】無料

◇国際交流サロン

日本人と外国人の皆さんが自由に楽しく交流できる場所として、協会事務所の5階を国際交流サロンとして開放しています。

【日時】毎週月曜日午後1時30分～4時30分(祝日は除く)【場所】杉並区文化・交流協会交流フロア【参加費】無料【その他】国際交流サロンでの飲食はOKです。なお、政治活動、宗教活動および営利を目的とした使用は禁止となっていますのでご協力ください。

※申し込み・問い合わせは、杉並区文化・交流協会交流係(みなみ阿佐ヶ谷ビル5階) ☎5378-8833 FAX 5378-8844、ホームページ<http://members.jcom.home.ne.jp/sugibun/>