



●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/
☎ 3312

広報 すぎなみ

平成14年 8 / 21 NO.1605

主な記事

わがまちクリーン大作戦..... 1面
ヘルシーメニュー推奨店..... 2面
あなたの子育てをサポート!..... 8面

〈発行日〉毎月1日・11日・21日



いつもの公園をみんなできれいに

作戦期間 10月7日(月)~13日(日)

2000年に「世紀の大掃除」として初めて実施したクリーン大作戦は、昨年おかげさまで一万人をこえる参加がありました。区民の皆さんの環境美化に対する意識の高さを、改めて感じています。

昨年参加してくださった皆さん、また日ごろから地域の美化運動に取り組んでいただいてる皆さん、ありがとうございます。

今年もまた、区をあげての大掃除の時期が近づいてきました。今年も区制施行七〇周年でもあります。新たな気持ちで地域、事業所、そして区役所が心をひとつにして、「第三回クリーン大作戦」を展開していきます。

個人、グループ、事業所など、どのような形でも結構です。皆さんでできる目標を立て、作戦期間中の都合のいい日に、大人も子どももクリーン大作戦に参加して、気持ちのいい汗を流しましょう。

第3回

杉並・わがまちクリーン大作戦

区をあげての大掃除、杉並・わがまちクリーン大作戦も今年で三回目。実行計画を立てて、地域をきれいにする活動に皆さんご参加ください。

参加方法

実行計画書大募集!

計画の内容を実行計画書に記入し、提出してください。郵送、ファクスのどちらでもかまいません。用紙は環境課にあります。ご連絡いただければすぐにお送りします。ただし、必要事項の記載があれば特に様式は問いません。

昨年の目標が多かったもの(例)

- ・日ごろ利用する道路をきれいにする
- ・町内全域の清掃
- ・公園の清掃
- ・駅周辺の清掃
- ・駅前広場のハトのふんの清掃
- ・中央分離帯(グリーンベルト)の清掃
- ・善福寺川遊歩道の清掃
- ・施設の落ち葉掃き など

集めたごみの処理

10月7日(月)~12日(土)の間は、ごみ集積所の収集日にあわせてお出してください。なお、10月13日(日)については担当の清掃事務所が代表の方に連絡を取り、調整します。

作戦期間はあくまでも中心の期間です。この期間内でも都合に合わせてお申し込みください。

送付先

ファクスで、9月20日(金)までに環境課庶務係 FAX 3312 2316 (〒166 8570阿佐谷南1 15 1) 郵送でも可)

「杉並・わがまちクリーン大作戦」実行計画書 (わたしたちの目標)

わたしたちは以下のような目標を立て、「杉並・わがまちクリーン大作戦」に臨みます。

名称 (区民・団体・事業者)	活動する個人、グループ、団体などの名称		
連絡先 (担当者・住所・電話番号・FAX)			
目標 どこをどうする	公園のごみを集める、駅前広場の清掃など具体的内容を記入してください		
実施予定日			
参加者予定数			
自由記入欄	イベントの計画、協力者を求める、協力したい、伝えたい情報など何でもかまいません		
必要なごみ袋・軍手・のぼり等	ごみ袋 枚	軍手 組	のぼりセット セット

杉並区役所環境課庶務係あてファクスでお送りください(郵送でも可)。
ファクス番号: 3312 2316 (〒166 8570阿佐谷南1 15 1)



写真も募集します!
クリーン大作戦は、「環境博覧会すぎなみ2002」の一環としての行事です。10月に開催されるこの博覧会で、クリーン大作戦の写真を展示します。スナップ写真などを環境課までお寄せください(10月16日必着)

「環境博覧会すぎなみ2002」

地球温暖化をはじめとする環境問題の解決は、21世紀の重要なテーマです。この解決は、私たち一人ひとりの小さな努力の積み重ねからはじまります。

そこで、日常のライフスタイルを見直す機会として、10月19日(土)・20日(日)に高井戸地域区民センターで「環境博覧会すぎなみ2002」を開催します。

今年も、区民の皆さんをはじめ、事業者・各団体の日ごろの環境への取り組みや活動の成果を発表する場をつくり、国内外の環境先進都市との交流を通して学び、区民の皆さんとともに私たちが暮らす中でできることを考え、環境配慮行動を実践するイベントなどを企画しています。

また、高性能電気自動車や環境先進企業の製品展示、リサイクルワークショップ、エコ料理教室など、楽しいイベントもいっぱいあります。詳しくは、「広報すぎなみ」10月1日号でお知らせします。



古紙配合率100%再生紙を使用しています

守ろう環境 マイバッグ



新たに21店舗が誕生！

「ヘルシーメニュー推奨店」 をご利用ください



ヘルシーメニューで夏バテ防止

7月17日、杉並保健所において第3回認証式が行われ、西荻窪・荻窪・阿佐谷南地域にヘルシーメニュー推奨店が新たに誕生しました。(下表)

それぞれのヘルシーメニュー推奨店では、区民の健康的な食生活を応援するために、栄養のバランスのとれた「ヘルシーメニュー」を提供しています。

また、栄養成分表示、栄養・健康情報を表示しているため、自分にあったメニューを選ぶ際の参考にすることができます。店頭に掲示してある「ヘルシーメニュー推奨店」ステッカーを目印にご利用ください。

健康的な食環境づくりの一環としてのヘルシーメニュー推奨店を契機に、例えば商店の分煙化など、健康づくりを商店街、地域へと発展させていく予定です。区民の皆さんも、こうした健康な地域づくりにご理解・ご参加ください。

なお、これまで認証されている推奨店については、区ホームページ「くらしの情報(健康と医療)」の中の「ヘルシーメニュー推奨店」でご覧いただけます。

☎電話または直接、杉並保健所健康推進課(荻窪5 20 1 ☎3391 1015)へ



新たに認証されたヘルシーメニュー推奨店

(14年7月17日現在)

屋号	商店会	所在地・電話番号	ヘルシーメニュー	屋号	商店会	所在地・電話番号	ヘルシーメニュー
1 手もみラーメン おもちゃん	荻窪南口仲通り商店会	荻窪5 23 13 ☎3393 3990	おもちゃん麺	12 南漢亭		荻窪4 20 15 ☎3393 3044	Aコース
2 中華徳大	荻窪すずらん通り商盛會	荻窪5 13 6 ☎3393 2082	やさいたっぷりそば	13 かつ源		成田東5 35 12 ☎3392 8816	豚テリ焼き定食
3 ペーパーパン	女子大通り商和會	西荻北4 28 9 ☎3395 6415	和定食	14 レストラン船	荻窪南口仲通り商店会	荻窪5 7 9 ☎3398 7646	チキンソテー、日替わりヘルシーメニュー
4 皇蘭	荻窪川南共栄會	南荻窪4 26 1 ☎3335 0005	五目野菜炒め定食	15 釜膳		荻窪5 22 9・1階 ☎3220 4584	釜膳すたいる
5 杉並区役所食堂		阿佐谷南1 15 1 ☎3545 7870	ヘルシーそば弁当	16 食堂三番		荻窪4 31 3 ☎3392 0003	肉野菜炒め定食、ロースカツ定食
6 松月庵	荻窪すずらん通り商盛會	荻窪5 16 9 ☎3392 0766	ごましゃぶうどん、サラダうどん、五色ごはん、五色そば、田舎うどん	17 や乃家	西荻伏見通り商店街振興組合	西荻北3 16 2 ☎3395 8405	南国風七彩冷麺
7 まいどや		成田東5 40 10 1階 ☎3220 7720	かまあげうどん	18 森元		高円寺南3 44 17 ☎3315 2857	御造里御膳
8 ポエム亭	荻窪南口仲通り商店会	荻窪5 9 17 ☎3398 3956	肉野菜炒めライス	19 ポモドーロ	広小路親栄會	西荻北4 1 13 ☎3395 7328	ヘルシーBランチ
9 豊年屋		成田東4 37 10 ☎3311 0722	田舎蕎麦膳、豚と根菜ぶっかけ蕎麦膳、鶏梅おろしぶっかけ蕎麦膳	20 5つのパンと2匹の魚		和田1 40 5 ブース記念病院内 ☎3381 7236	日替わりヘルシーメニュー
10 ホームキッチン 茶色の小瓶		阿佐谷南1 14 12・2階 ☎3312 7460	日替わりヘルシーメニュー	21 イタリア亭コロンブス	荻窪南口仲通り商店会	荻窪5 29 7 ☎3398 0810	Aコースヘルシーメニュー Bコースヘルシーメニュー
11 ケルン		阿佐谷南1 14 12・1階 ☎3318 2678	ケルン弁当、きのこどんぶり	定休日については、各店にお問い合わせください。			

出産後まもない家庭にヘルパーなどを派遣し、育児・家事の援助および相談を行う子育て支援サービスを開始します。

☞区内在住で、育児・家事を手伝ってくれる人がいない方で次のいずれかに該当する方①出産後、退院した翌日から一カ月以内②多胎出産の場合は、出産後から一年以上以内③利用日数④一日以内(多胎出産の場合は一日に加え、一五日以内)

利用時間 午前9時～午後5時(一日につき四時間以内/土・日・祝日・年末年始を除く)

サービス内容 育児に関すること(もく浴の補助・兄弟の世話など、育児の援助および相談)、家事に関すること(食事の支度・衣類の洗濯・居宅の掃除および整理整頓など)

利用負担額 所得に応じた利用者負担あり(下表参照) サービス開始日 9月25日(水)9月2日から児童課青少年係で受け付け(出産予定日の二カ月前から申請を受け付けます) 児童課青少年係へ申請には、母子健康手帳・印鑑などが必要で

産後支援ヘルパー事業が始まります

す。詳しくはお問い合わせください



利用負担額

区分	サービス利用負担額
1 生活保護法による生活保護世帯 住民税(特別区民税・都民税)非課税世帯	無料
2 1を除く、所得税非課税世帯	1回500円
3 1を除く、所得税課税世帯	1時間1600円

(注) 1 区分1・2については、添付書類が必要ですのでお問い合わせください。
2 ヘルパーの交通費は、各区分とも利用者負担になります。



行事

オムニバスコンサート
ピアノ音楽入門
協奏曲の楽しみ

時9月23日(祝)午後3時

(2時30分開場・区共催)

場セシオン杉並(梅里1)

22 32)内出演「ピアノ」

三谷温、本多まき/管弦楽

東京音楽協会管弦楽団/

指揮・解説「小澤純 曲目

「モーツァルト」交響曲第

29番K.V.201、ピアノ協奏曲

第14番K.V.49ほか(定五六

八名(全席自由)費大人三

五〇〇円、子ども(6~12

歳)一五〇〇円(東京音楽

協会)3443 8738

FAX3443 8644、チ

ケットぴあ5237 9

990へ問同協会

区民一〇〇名を無料招待

(申込復八ガキ(記入例参

照)で、9月4日(必着)

までに社会教育センター

(〒166 0011梅里1

22 32)へ(抽選)問同セ

ンター)3317 662

1

サロン・デ・ボザール

杉並支部展

時9月2日(月)~4日(水)午

前10時~午後5時(初日は

午後1時~区後援)場セ

シオン杉並(梅里1 22

32)内墨絵・日本画・油絵

郵便八ガキ

- ①行事名
②住所
③氏名(フリガナ)
④年齢
⑤性別
⑥電話番号

(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
託児のある行事は、託児
希望の有無、お子さんの
氏名・年齢・性別も記入

ほか(チャリティーコーナー
併設)費無料(当日、直接
会場へ問同支部・堀)33

21 0124(他期間中に

墨絵無料講習会あり

チャリティー杉並民

踊舞踊文化まつり

時9月22日(日)午前10時

(9時30分開場・区共催)

場セシオン杉並(梅里1

22 32)定五六八名(費無料

当日、直接会場へ問同杉

民踊舞踊連盟・中屋)33

15 1906

文化・交流協会の催し

おめでとー!区制施行七

〇周年

秋風によせてチャリ

ティーコンサート

区内在住の演奏家による

盛りだくさんコンサートで

す。入場料の一部はNPO

支援基金に寄付されます。

(区共催)

時10月1日(火)午後6時30

分開演(6時開場)場杉並

公会堂(上)1 23 15)

内出演「イン弦楽合奏/浜

中浩一(クラリネット)/

春日成子・佐藤ひさら・須

崎由紀子・池田直樹・小貴

岩夫(歌)ほか(費)一〇〇〇

円(全席自由)

チケットの販売

発売開始「8月23日(金)午

交通安全のついで

時9月6日(金)午後2時

4時(区共催)場杉並公会

堂(上)1 23 15)内交

通安全ショー「渡辺儀兵衛

/演奏」警視庁音楽隊/歌

謡ショー「江田千春/交通

安全教室ほか(費)無料(当

日、直接会場へ問同高井戸

警察)3332 0110

または交通対策課

楽しく歩きま専科

時9月5日(木)午前10時

11時30分開場場所「上井

草保健センター(上)井草3

8 19)内コース「上井

草保健センター 観泉寺

妙正寺池(費)無料(当日、

直接集合場所へ問同上井草

保健センター)3394 1

212(他運動靴でお越し

ください

平野裕二と読む

国連子どもの権利条約

時9月13日(金)午後6時30

分(8時30分(区後援)場

児童青少年センター(荻窪

1 56 3ゆう杉並)内子

どもの市民的権利・自由(師

杉並に子どもの人権を守る

しくみをつくる会共同代

表・平野裕二(費)三〇〇円・

テキスト代一〇〇〇円(問

日、直接会場へ問同会・山

内

332

332

332

MMAC・フェスティバル・イン・TOKYO 2002

Table with 3 columns: 内容, 日時, 入場料. Includes 'IDENTITES NOMADES' exhibition and 'シンポジウム&フォーラム'.

パフォーマンスのチケットは文化・交流協会文化係5311 7035で販売します。

育児講座

家族であそぼう

木のおもちゃ

時9月7日(土)午前10時

正午場子育てサポートセン

ター(宮前)宮前2 24 38)

師おもちゃアドバイザー・

笠井廣対0歳(就学前のお

子さんとその家族(定)一〇組

(先着順)(費)無料(申・問電

話で、同センター)3333

3 4699(他車で)の来

場はご遠慮ください

翔びたて、ひきこも

りくーん!パートII

小冊子「こころの地図帳

ひきこもり」を作った若

者たちと語り合いませんか。

(区後援)

時9月14日(土)午後2時

4時場西荻地区市民センタ

ー(桃井)4 3 2)師臨

床心理士・渋谷英雄/全国

ひきこもり西東京親の会代

表世話人・カウニング

ルームひだまり主宰・伊藤

恵造(費)無料(当日、直接会

場へ問同わらわプロジェクト

・荒川)3395 33

38/森内)3395 0

332

消費者講座

金融商品と

消費者トラブル

時9月26日(木)午後2時

4時場消費者センター(阿

佐谷南)1 36 4)師国民

生活センター相談員・杉田

志保美(定)五〇名(抽選)(費

無料(申)八ガキ(記入例参照)

で、9月6日(必着)まで

に消費生活課(〒166 00

0 4阿佐谷南)1 36 4)

0 4阿佐谷南)1 36 4)

0 4阿佐谷南)1 36 4)

0 4阿佐谷南)1 36 4)

0 4阿佐谷南)1 36 4)

0 4阿佐谷南)1 36 4)

0 4阿佐谷南)1 36 4)

0 4阿佐谷南)1 36 4)

0 4阿佐谷南)1 36 4)

0 4阿佐谷南)1 36 4)

0 4阿佐谷南)1 36 4)

0 4阿佐谷南)1 36 4)

0 4阿佐谷南)1 36 4)

0 4阿佐谷南)1 36 4)

0 4阿佐谷南)1 36 4)

0 4阿佐谷南)1 36 4)

0 4阿佐谷南)1 36 4)

0 4阿佐谷南)1 36 4)

0 4阿佐谷南)1 36 4)

0 4阿佐谷南)1 36 4)

リサイクルひろば高井戸9月の講習会

Table with 6 columns: 講習会名, 日時, 定員, 参加費, 応募方法, 締切日. Includes '生ごみたい肥相談コーナ' and 'リフォーム相談'.

申し込み・問い合わせは、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)。八ガキ記入例参照(締切日必着)。申し込み多数の場合は、抽選。

高千穂大学公開講座・フィットネス

Table with 3 columns: 日時, 内容, 講師. Includes '肩こり・腰痛予防のトレーニング' and 'さわやかストレッチング'.

時間はいずれも、午前10時30分~正午。



募集します

身体障害者対象特別区職員(Ⅲ類事務)

①採用予定数 11名
②第一次選考日 10月20日(日)

③受験資格 ①次の要件のすべてに該当し、日本国籍を有する方 ②身体障害者福祉法第十五条に定める身体障害者手帳の交付を受けている方 ③選考申込時および採用時において引き続き特別区の区域内に住所を有する方 ④昭和50年4月2日(昭和60年4月1日)に生まれた方 ⑤自力により通勤ができ、かつ、介護者なしに職務の遂行が可能なる方 ⑥通常課人事係へ

の勤務時間に対応できる方
⑥活字印刷文に対応できる方
試験案内(申込書)の配布場所 職員課人事係(区役所東棟五階)区内各區民事務所・分室、荻窪サ―ビスコーナー、区立図書館および特別区人事委員会事務局任用課(〒102-0073千代田区九段北1-1-4) ①郵送 9月20日(消印有効)までに特別区人事委員会事務局任用課へ

育児休業代替保健師・助産師・看護師
①勤務内容 保健センターの健診業務(問診・診察補助・身体計測)など 応募条件 保健師・助産師・看護師のいずれかの資格を有する方 勤務時間など 月曜日(金曜日)の週一(二日) 午前8時30分(午後5時15分) 報酬 一日一万九千〇〇円 募集人員 若干名 ④電話で、9月10日までに高円寺保健センター(〒331-0116)へ ⑤共同保健センター

②持参 職員課人事係(9月24・25日)または特別区人事委員会事務局任用課(9月26・27日)へ/いずれも午前10時(午後5時) 特別区人事委員会事務局任用課採用係(〒52109787) 採用試験テレホンサービス(326122) 21(二四時間)ノホームページ(www.tokyo23city.or.jp/saiyou-siken.htm)または区職員課人事係へ

「ユースプロジェクトすぎなみ」メンバー
青少年の主体性や社会性を育むとともに、社会参加を促進させるため、中学生から18歳までの方による委員会(二〇名程度)をつくりたい。

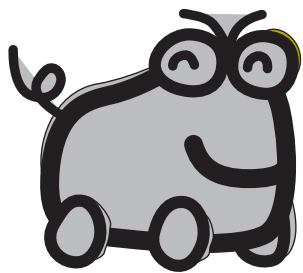
南北バス「すぎ丸」利用者

一〇〇万人達成日予想クイズ

区内初のコミュニティバス「すぎ丸」が、今秋ついに一〇〇万人目のお客様を迎えます。そこで、区では、利用者一〇〇万人達成日予想クイズを実施します。みことの中された方に抽選で、区内共通商品券五〇〇〇円分を三名に、三〇〇〇円分を五名に、「すぎ丸」チヨロ

「Q」一〇号二〇号セットを三名に、また、応募者全員の中から抽選で七〇名に参加記念品をお送りします。

④ハガキ(3面記入例参照)に予想日(月)日とはつきり書いてください。も書いて、9月17日までに交通対策課へ(同課)当選者の発表は、



賞品の発送をもって代えさせていただきます。

7月31日現在の利用者数は九〇万八六八人で、今年度の一日平均利用者数は一六二九人です。

の勉強会や冊子づくり、同世代との交流、区長や地域団体などとの懇談などを予定 対象 中学生から18歳までの区内在住・在学・在勤の方 公募人数 一〇名程度(抽選) 任期 二年(再任可) 活動日 区役所などで月一回程度、午後6時(予定) ④電話で、9月13日までに児童課



荻窪駅北口で

放置自転車による事故
区内の駅周辺には、放置自転車があふれています。放置自転車を接触してケガをしたり、不快な思いをした経験はないでしょうか。区内での放置自転車による事故体験事例を募集します。

家庭ごみ調査の協力
区では、家庭から排出されるごみの内容や量、リサイクル状況を把握する調査(家庭系不用品計量調査)を実施します。この調査にご協力いただける世帯(二〇〇世帯)を募集します。

区制施行七〇周年記念「荻窪の音楽祭」
出演者・ボランティア募集
まちづくりを目的に始まった「荻窪の音楽祭」もこの秋で六回目。この音楽祭への参加者を募集します。(区後援)

区制施行七〇周年記念「荻窪の音楽祭」

フレッシュ・コンサート出演者募集
11月16日(土)のフレッシュ・コンサートに出演する若手演奏者をオーディションで選考します。

募集部門 声楽、ピアノ、弦楽器(バイオリン・ビオラ・チェロ)、管楽器(フルート・クラリネット) 演奏曲・方法など 選曲は自由。七(三分)で複数曲も可(コンサートで実際に演奏する曲目)。暗譜演奏(管楽器は視奏可)。ピアノは独奏曲、声楽、弦楽器、管

楽器の伴奏または重奏楽器はピアノに限定。無伴奏の演奏も可 審査日 10月6日(日)午前10時開始 参加資格 楽器部門/満18歳、満30歳、声楽部門/満20歳、満35歳 合格定員 一〇名 参加費 五〇〇〇円(申込書は区の施設、荻窪の音楽祭事務局で配布します) 締切 9月27日(必着) ④電話で、クラシック音楽を楽しむ街「荻窪」の会事務局(33927019)へ

学校通信

夏だ、祭りだ、みこしだワッショイ

桃井第一小学校

7月20日、同校・同PTA・町会・商店会・児童館などからなる「桃一まつり実行委員会」が主催する「桃一まつり」が行われました。児童、保護者、地域のみなさんなど一〇〇〇人の人でにぎわいました。

このまつりは、平成7年に同校の開校二〇周年を記念して始まったもので、今年が八回目です。校庭には、PTAの焼きそばに先生のとうもろこし、町会の金魚すくいやかき氷の店などが並びました。

そして、メインの催しは、昨年からの登場したおみこしです。このおみこしは、同小の児童の父親でつくる「おやじの会」が、子どもたちにみこしを担がせようと、一〇年以上も神社の神輿に眠ったままになっていった子どもみこ

しを運び出して、みかき上げたものです。昨年は、これがきっかけになって、地域の秋のお祭りでも、一〇年ぶりに子どもみこしが復活しました。

今年のテーマは「めざそうつくる夢未来」。校庭には、本みこしに加え、ダンボールの手作り「夢みこし」が何台も用意されました。

そして「夢みこし」には、まつりに集まった子どもたちが、思い思いの夢や願い事を、色とりどりの短冊に書いて、はり付けました。この日は真夏日となりましたが、井草囃子保存会の人たちによるお囃子にのって、たくさんのおみこしを担ぐ子どもたちの「ワッショイ、ワッショイ」という元気な声が校庭に響きました。



みんなでワッショイ!

ご利用ください

建築無料相談会

設計、工事トラブル、資金計画、その他建築でお悩みの方を対象に開催します。建築とまちづくりに関

する新しい情報の展示やNHKで放映された阿佐ヶ谷商店街のビデオの放映も予定しています。(区後援)

建物の耐震診断や耐震改修についての無料相談会

専門家による相談会を開催します。

コンポスト容器購入費の助成

区は、家庭から出る生ごみの減量と資源の有効利用を目的に、生ごみや落ち葉

建築建築監理係(他)図面などがある場合はお持ちください

散歩道

28

このコーナーでは、杉並にゆかりのある方々に、まちの風景などをテーマに執筆していただきます(毎月21日号に掲載)。

記憶の散歩道(2)

永田浩三(NHK「クロースアップ現代」プロデューサー)

「ゲンコツ山のためきさんの家を探そう」ちびまる子ちゃんの八ナワくんのお屋敷は実はここなんだよ。二人の息子が小さかった頃、一緒に散歩しながら、よくこんな遊びをしました。子どもたちは今や大きくなり、そんな遊びにつきあってくれなくなりましたが、私自身は勝手な空想から抜け出せないでいます。

今回ご紹介するのも、前回と同じ東京女子大学の脇の曲がりくねった道です。善福寺公園の方向から女子大正門に向かって大きくカーブしたところに、白い壁の素敵な家があります。玄関にいつも大きな麻が飾られているこの家の表札には、北海道にお住まいの大本家の名前が彫られています。朝晩の通勤の際、ドラマの神様といわれるその名前を見るたびに、私の背筋はピンと伸びます。番組が正念場時には家の前を手を合わせて通つたりもします。先方にはいい迷惑かもしれませんが、私にとつてまさに聖なる場所なので

テレビの仕事に携わって二五年。ドキュメンタリーや情報・教育番組が専らで、ドラマの世界は知りません。しかしどの番組が一番好きかと聞かれれば、それは一も二もなく「北の国から」です。わが家の本棚にはすべての回のビデオやシナリオが並び、夜中独り観ては涙を流しています。

さて、脚本家のお宅の近く、女子大の裏には大きな畑が広がっています。この畑は私にとつてこころの中の「北の国から」の舞台です。とつてもこのひげが金色に輝き、遠くの鉄塔が夕闇に浮かぶ時、さだまさしのテーマ曲が口をついて出てきます。丸太で作った直売所の小屋は、純と初恋の相手のれいちゃん突然の夕立を避けて雨宿りする場所を思い起こさせ、鉄塔のシルエットは五郎の家の風力発電の風車を想起させます。もちろん現実の畑はキタキツネが行き交うでもなく、直売所には枝豆やキャベツがひっそり置かれてはいるだけなのですが、なぜこんなに「北の国から」に

惹かれるのか。それはたぶんひとはいくつになっても未熟であり、だからこそ成長や優しさが大切なことをドラマが繰り返し教えてくれるからでしょう。二〇年を超えるドラマの歳月の中で最初は純に心移入していたのが、いつの間にか父親の五郎になっている自分に驚きます。「北の国から」はつたないわが身の軌跡そのものです。

最も好きな場面は、富良野駅前の食堂で、純と螢がラーメンを食べている途中に店員が器を持っていこうとした時、五郎が「まだ子どもが食べているでしょうが」と言つて怒るところです。仕事に追われ親として人として劣等生の私に、ドラマは人間のありようについて厳しい問いを突きつけます。そんな「北の国から」も9月には最終回を迎えると聞きました。7月半ば、脚本家のお宅の玄関に「星の王子さま」の絵を描いた大きな麻が飾つてあるのが見えました。凧は夜の闇に浮かび上がり、はるか星空に向かって飛んでいきそうなお配でした。



コンポエース120 N

などを土中の微生物のはたらきによりたい肥に作りかえる、コンポスト容器の購入費助成を行っています。区が指定するあつせん品が助成対象となり、あつせん価格の半額が助成されます。一世帯あたり年度内に一個、三年度内に二個までの助成となります。なお、受付は随時行っていますが、年間予算の枠内となりますので年度途中で締め切る場合もあります。また、同一年度内に、コンポスト容器と電気式生ごみ処理機両方の助成を受けることはできません。

高齢者健康診査

生活習慣病(成人病)の予防には、日ごろの健康管理が大切です。65歳以上の区民を対象に健康診査を行います(30歳、64歳の方は誕生月に行つていらっしゃる成人健康診査を受診してください)。

お知らせ

粗大ごみの申込み
杉並区粗大ごみ受付センター
5311 5300
【受付時間】午前8時~午後7時
土・日曜日・祝日も申し込みできます(12月31日~1月3日を除く)
電話番号のかけ間違いにご注意ください。

区有地を売却します
右表の土地を競争入札により売却します。
区有地売却集要領および入札参加希望調書は9月2日から配布します。
なお、同日から区ホームページでダウンロードできます。

Table with 3 columns: 所在地, 地目, 面積(m^2). Row 1: 上井草一丁目30番, 宅地、田, 560.99

あなたのお家の環境検査をしてみませんか
アレルギーをおこすダニや食中毒菌を防ぐには、家の実態を知るのが一番です。
(内)検査項目 ①室内のダニ抗原測定・ホルムアルデヒドなどの測定 ②手指やまな板などの細菌検査・冷蔵庫内の温度測定 実施時期 検査器材などの関係で検査は①と②の二回に分けて行います。①9月24日

Table with 4 columns: 審議会名, 日時, 主な内容, 問合せ. Row 1: (仮称)杉並区自治基本条例に関する区民懇談会, 8月30日(金) 午前9時30分~11時30分, 報告書の作成, 企画課

日時は変更する場合があります。

☆コスモスがみごろになりました

井草森公園(井草4-1)の「花の名所花壇」では、今、キバナコスモスの花が満開になっています。この花は6月9日、区民の皆さんに種まきをしていただいたもので、9月にはピンクのコスモスも咲きだします。

園公園緑地課



介護保険ひとくちメモ⑬

訪問調査とは

介護保険のサービスを利用するためには、ご本人が介護をどのくらい必要としているか(要介護度)の認定を受ける必要があります。そのため調査員がご本人のところにうかがって、心身や介護の状況を調べます。

この調査の結果と主治医の意見書をもとに、要介護度が認定されます。

調査員はどんな人?

区の職員、区から委託された事業所のケアマネージャーなど

調査の内容は?

食事・トイレ・入浴・着がえなど日常生活の

状況 移動動作・視力・聴力など身体の状態 コミュニケーション・もの忘れ・日常お困りのことなどの状況

調査を受けるときには? 事前に調査員が連絡を入れますので、訪問の日時を決めてください(申請の際に「訪問調査員用連絡票」を提出してください)。

日常の介護の状況、物忘れなどのお困りなことに関しては、特に介護者からの情報が重要です。調査に立ち会うなどご協力をお願いします。

介護保険課

シルバーバスのご案内

【更新の方へ】

現在バスをお持ちの方は、8月中旬以降に郵送で更新のご案内をさせていただきます。詳しい内容は、更新通知書をご覧ください。

9月2日(月)～6日(金)は通知書に書かれた臨時更新窓口で、9日(月)～30日(月)は、関東バス各営業所・案内所へ

【新規に申請される方へ】

14年度のシルバーバスの有効期間は、14年10月1日～15年9月30日の一年間です。

70歳以上の方は、10月1日から申請手続きができません。バスの自己負担額は、14年度の住民税が非課税の方は一〇〇〇円、課税の方は、二万五〇〇円です。

必要書類(①健康保険証など、住所・氏名・生年月日を確認できるもの②一〇〇〇円のバスに該当する方は、住民税非課税証明書または8月1日に送付された介護保険料納入決定通知書)をお持ちの上、お近くのバス会社の営業所・案内所へ

各営業所・案内所または、東京バス協会 ☎53086950

高井戸地域区民センター 休館日(館内整理日)の変更

「環境博覧会すぎなみ2002」が10月19・20日に開催されるため、高井戸地域区民センターの館内整理日(20日(日))を22日(火)に変更します。

国民年金推進委員は、皆さんに年金制度を理解していただくために、国民年金加入者のお宅を訪問しています。

国民年金推進委員が国民年金加入者のお宅を訪問しています

9月2日(月)～6日(金)は通知書に書かれた臨時更新窓口で、9日(月)～30日(月)は、関東バス各営業所・案内所へ

新規に申請される方へ

14年度のシルバーバスの有効期間は、14年10月1日～15年9月30日の一年間です。

70歳以上の方は、10月1日から申請手続きができません。バスの自己負担額は、14年度の住民税が非課税の方は一〇〇〇円、課税の方は、二万五〇〇円です。

必要書類(①健康保険証など、住所・氏名・生年月日を確認できるもの②一〇〇〇円のバスに該当する方は、住民税非課税証明書または8月1日に送付された介護保険料納入決定通知書)をお持ちの上、お近くのバス会社の営業所・案内所へ

各営業所・案内所または、東京バス協会 ☎53086950

高井戸地域区民センター 休館日(館内整理日)の変更

「環境博覧会すぎなみ2002」が10月19・20日に開催されるため、高井戸地域区民センターの館内整理日(20日(日))を22日(火)に変更します。



シルバー人材センター ペン習字教室

10月3日、12月5日の毎週木曜日午後6時30分～8時30分(計一〇回) 福祉会館(阿佐谷南1-16) 7(師文科省認定一級)

伊東圭草(区内在住・在勤)で全日程参加できる方(定三〇名(抽選)(費一五〇〇円(教材費含む)(往復八ガキ(3面記入例参照)に自筆(硬筆)で記入し、8月30日(必着)までに(杉並区シルバー人材センター

「ペン習字教室係」(〒166-0004阿佐谷南1-16) 7(へ)同センター ☎333172217

宿泊施設ガイド

直営施設	施設	料金	申込方法	休館日
菅平学園(長野県菅平高原) ☎0268 74 2240	菅平学園	1泊2食 大人4400円 子供2700円	10月の利用申し込み 学校使用日以外は、9月10日から使用日の前日まで、電話または区役所内窓口で受け付けます。なお、9月10日は電話のみの受け付け(受付順)となります。	10月なし
	教職員研修所「秋川荘」(あきる野市五日市) ☎042 596 0693			

すぎなみ荘・すぎなみ自然村の専用八ガキによる申し込みは終了しました。問い合わせ先=近畿日本ツーリスト区役所内店(〒166-8570阿佐谷南1-15-1) ☎3312 6431(直通) へ(午前8時30分～午後5時。土曜・日曜、祝日は除く)

民営化施設(民間事業者が経営しています)

「杉菜」・「コニファー岩櫃」露天風呂好評営業中

新施設名称	湯の里「杉菜(すぎな)」	コニファー岩櫃(いわびつ)	富士学園	弓ヶ浜クラブ	
旧施設名称	(湯河原すぎな荘)	(すぎなみ自然村)	(杉並区立富士学園)	(杉並区立弓ヶ浜学園)	
料金区分	区民 一般	一般	一般	一般	
宿泊料金(税抜き)	平日	大人 7600円 子供 5300円	大人 8600円 子供 6300円	大人 7600円 子供 5300円	
	休前日	大人 8600円 子供 6300円	大人 9000円 子供 6700円	大人 8600円 子供 7000円	
	区民(区内在住者)の方には2000円、区民で65歳以上、障害者の方には3000円の宿泊補助が適用されます(消費税は、宿泊補助前の宿泊料金に対してかかります)。				
	申込開始日	宿泊開始日の6カ月前の日			
申込先	電話番号(受付時間)	0120 465 002 (午前9時～午後8時、年中無休)	0279 68 5338 (午前9時～午後9時、年中無休)	3263 1590 (午前10時～午後5時、土曜・日曜・祝日を除く)	5459 7811 (午前10時～午後5時、土曜・日曜・祝日を除く)
	ファクス		0279 68 5417	3263 5392	5459 7800

(注)1 区からの宿泊補助の適用を受けるためには、免許証・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(お持ちいただけない時は、宿泊補助は適用されません。また、払い戻しはしません)。2 富士学園の宿泊料金は、小学生以上の料金です。3 弓ヶ浜クラブの料金は、5歳以上は同一料金です。4 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。なお、近畿日本ツーリスト区役所内店では受け付けをしません。5 年末年始など、宿泊料金が上記と異なる日があります。詳細については、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、利用できない日もあります)。6 各施設のパンフレットは、区役所、区民事務所、荻窪サービスコーナー、地域区民センター、区民集会所、高齢者活動支援センターにあります。

9月の区民健診要指導者フォローアップ教室

会場	糖尿病	高血圧	高脂血症	対象
荻窪保健センター(荻窪5-20-1)	10日(火)	17日(火)	24日(火)	区民健診受診の結果、「要指導」と判定された方が対象です。関連する疾病ごとの会場にご参加ください。生活習慣病が気になる方、ぜひご参加ください。
高井戸保健センター(高井戸東3-20-3)	26日(木)	12日(木)	19日(木)	
高円寺保健センター(高円寺南3-24-15)	17日(火)	24日(火)	10日(火)	
上井草保健センター(上井草3-8-19)		12日(木)	26日(木)	
和泉保健センター(和泉4-50-6)	24日(火)		10日(火)	

(注)1 どの保健センターでも受講できます。2 予約は不要(受講の際に、健康手帳・健診結果を持参してください)。3 時間はいずれも、午前10時～正午。4 区民健診要指導者フォローアップ教室を修了された方を対象に、健康的な運動、食生活の体験をテーマにして区民健診要指導者フォローアップ実践教室を開催します。9月は、高井戸保健センターで開催します。詳細は、同保健センター ☎3334 4304にお問い合わせください。

●情報をお寄せください/区内の楽しい催しや光景をお待ちしています。
●写っている方/希望者には写真を差し上げます。広報課まで連絡を



陶磁器を自分で見つけたよ!



向陽中学校では、校庭から土器や陶磁器のかけらが出土し、現在発掘調査が行われています。同校の生徒たちも発掘に参加。炎天下に土を丁寧にすき取っていくと、カチンと音がして江戸時代の陶磁器片が出てきました。見つけた女子生徒は「音がしたときはうれしかった」と話していました。
—8月2日、写す。

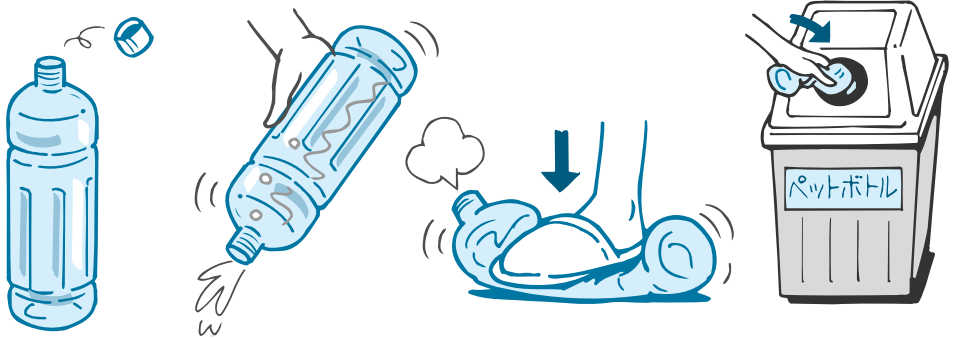
守ろう ペットボトルのリサイクル

ごみ減量が大きな課題ですが、不燃ごみの中にペットボトルが、まだまだたくさん混入しています。ペットボトル容器を使ったときは、必ずリサイクルにご協力ください。リサイクルのルールは、①キャップをはずす②すすぐ③つぶす④スーパーやコンビニエンスストアの店頭にある回収ボックスに入れる、です。このルールが守られて、はじめてリサイクルが進みます。

ペットボトル飲料を買う人、飲む人がリサイクルをする人です。ご協力をお願いします。

【問合せ】リサイクル推進係

キャップをはずす ⇒ あらう ⇒ つぶす ⇒ 回収ボックスへ



S P O R T S

スポーツのある暮らし 健康の第一歩

競技大会

区民体育祭スポーツ・レクリエーション大会

ハゼ釣り

時 9月8日(日)午前6時(小雨決行) 場 J R 荻窪駅北口青梅街道天沼陸橋出発
茨城県利根川下流周辺 対 区内在住・在勤・在学の方(中学生以下の方は高校生以上の同伴者が必要) 定 60名(先着順) 費 大人6500円、中学生以下3000円(交通費、エサ代、賞品代、保険料含む/当日集金) 申・問 ハガキ(3面記入例参照)に人数も書いて、9月2日(必着)までに区釣魚連合会・橋本勇(〒166 0004 阿佐谷南1 14 2みなみ阿佐ヶ谷ビル1階)へ(電話 ☎3314 5345も可) 他 ① 天候に関わらず、雨具、長靴、弁当は必ず持参 ② 東京都ハゼ釣り選手権の選考を兼ねています

区民体育祭夏季大会

アクアスロン大会

時 9月23日(祝)午前10時~ 場 上井草スポーツセンター(上井草3 34 1) 対 区内在住・在勤・在学で小学生以上の方 内 種目 = 一般男女(高校生以上) = スイム150m・ラン2600m、中学生男女 = スイム150m・ラン1950m、小学生男女 = スイム150m・ラン1300m 費 一般2000円、中学生1000円、小学生500円 申 郵送(現金書留)または直接、申込書(区立体育施設にあります)と参加費を9月16日(必着)までに区トライアスロン連合事務局・中野昭二(〒167 0041善福寺3 13 19フレンド商会内)へ 問 同連合・中野 ☎3399 3659

スポーツ教室 す...すば一つ・ねっと ☎5305 6213で申し込みできます

『すば一つ・ねっと』は自動音声応答により杉並区の体育施設予約などのサービスが利用できる電話受付システムです。申し込みは、8月21日午前8時からハガキの締め切り日の午後11時までです。

知的障害者水泳 教室番号1493

時 9月28日~12月14日(10月5日・19日・26日・11月23日は除く)の毎週土曜日、午前9時~11時(計8回) 場 高井戸温水プール 対 区内在住・在勤・在学・通所の知的障害のある方(原則として保護者の付添いが必要) 定 40名(抽選) 費 無料 申 往復ハガキ(3面記入例参照)に生年月日と障害の程度・泳力(水に浮くことができる・25m泳げるなどを記入)を書いて、9月2日(必着)までに高井戸温水プール(〒168 0072高井戸東3 7 5)へ 問 同プール ☎3331 8652

親子リズム体操 教室番号1560

親と子の心のふれあいを通じて楽しみながら、健康の維持増進をはかりませんか。

時 10月3日~11月7日の毎週木曜日、午後1時~3時(計6回) 場 荻窪体育館 対 区内在住・在勤の親子(3歳~就学前の幼児とその親) 定 15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、9月2日(必着)までに荻窪体育館(〒167 0051荻窪3 47 2)へ 問 同体育館 ☎3220 3381

初心者水泳 教室番号1630

日ごろ、水に接する機会が少ない16歳未満の泳げない方、泳ぐ楽しさや水泳の基礎を習いませんか。

時 9月30日~12月2日の毎週月曜日、午前10時~正午(計8回) 場 杉並第十小学校温水プール 対 区内在住・在勤・在学で60歳未満の初心者・初級者 定 32名(抽選) 費 3700円 申 往復ハガキ(3面記入例参照)に生年月日も書いて、9月1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 車での来場はできません

アクアエクササイズ 教室番号1631

水の力を利用し、陸上ではできない様々な運動で健康維持増進をはかりましょう。

時 10月3日~11月7日の毎週木曜日、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60歳以上の初心者・初級者 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、9月1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 車での来場はできません

野球 教室番号1642

時 10月5日~11月30日の毎週土曜日、午前9時~11時(計7回) 場 上井草スポーツセンター野球場 対 区内在住の小中学生で初心者・初級者 定 30名(抽選) 費 2100円 申 往復ハガキ(3面記入例参照)に生年月日も書いて9月6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 車での来場はできません

杉並区バウンドテニス初心者教室

いつでも、どこでも、誰でもできるスポーツ、バウンドテニスをやりませんか。

時 9月26日~10月24日の毎週木曜日(計5回) 午前11時~午後1時(区後援) 場 妙正寺体育館(清水3 20 12) 対 区内在住・在勤・在学の初心者 定 40名(抽選) 費 1人1000円(5回分) 申・問 所定の申込用紙(区立体育館にあります)に必要な事項を記入し、9月10日(必着)までに区バウンドテニス協会・福岡富美子(〒166 0003高円寺南3 30 7 ☎ FAX5932 4691)へ(FAXも可) 他 当日は運動のできる服装で上履きを持参。ラケットとボールは用意してあります

障害者のためのわいわいスポーツ教室

障害の程度の重い方のための楽しいスポーツ教室です。今回は水泳です。

時 10月5日(土)午前9時30分~11時30分 場 上井草スポーツセンター温水プール(上井草3 34 1) 対 区内在住・在勤・在学の15歳以上で障害の程度の重い方 定 30名(抽選) 費 無料 申 申込書(福祉事務所・体育施設にあります)を、9月2日までに社会教育スポーツ課へ 問 同課 他 ① 一般の交通機関の利用が困難な方は、リフト付きバスの送迎が利用できます ② 当日参加者と一緒に楽しんでいただけるボランティアの方を募集しています。経験は問いませんのでお気軽に社会教育スポーツ課までご連絡ください

その他

「地域スポーツで元気な杉並!学習と交流のつどい」企画メンバー募集

クラブの世話役や指導者としてがんばっている皆さん、これからの活動に役立つ講習会を企画してみませんか。企画メンバーを募集します。

時 企画会議 = 9月6・13・20・27日いずれも金曜日の午後7時~ 内 地域スポーツの世話役・指導者などのまとめ役的な立場にある方を対象とした講習会を企画する(地域スポーツのリーダーが抱える課題の解決に向けたもの、種目を限定しないもの) 対 地域スポーツ活動について課題を持っている方 申 ハガキに氏名・住所・電話番号・企画についてのコメントを書いて、8月30日(消印有効)までに社会体育係へ 問 不明な点は社会体育係へ 他 詳細については、各体育施設にある実施要項をご覧ください



地域で子育て

杉並ファミリー・サポート・センター

【問合せ】 ☎5306 7177

子育ての手助けができる方(協力会員)が地域の中で、子育ての手助けをして欲しい方(利用会員)のサポートをする会員制の組織です(利用会員=612人、協力会員=219人、利用と協力両方を登録している会員=34人[6月現在])

主なサポート活動

- ① 保育施設などの開始まで、または終了後のお子さんを預かる
- ② 保育施設などまでのお子さんの送迎
- ③ 学童保育終了後や放課後にお子さんを預かる
- ④ お子さんが病気の後などで登園または登校できない場合に預かる、など(宿泊を伴うサポート活動は行いません)

- ① 説明会...年12回程度開催。会員になる前に、必ずご参加ください。
時・場 9月3日(火)=永福和泉地域区民センター(和泉3 8 18)、10月3日(木)=高井戸地域区民センター(高井戸東3 7 5) / 時間はいずれも、午前10時~正午(当)当日、直接会場へ
- ② 面談・登録...事務局で面談を行い、登録します。
利用会員=区内在住・在勤でおおむね10歳までのお子さんをお持ちの方
協力会員=20歳以上で心身ともに健康で子育てに意欲のある方
- ③ 紹介...サポートが必要になったら事務局に連絡してください。事務局のアドバイザーが協力会員に連絡し、調整や橋渡しを行います。
- ④ 事前打合せ(三者面談)...利用会員と子ども、協力会員の三者があらかじめ会うことで、子どもの様子がわかります。なお、会員同士での交渉は行わないで下さい。
- ⑤ 利用料金...1時間当り800円(平日の午前6時~午後10時)、土・日・祝日、年末年始は1時間当り1000円。また、交通費、おやつ代などの実費は利用会員が負担します。



協力会員・中田順子さん(荻窪在住)

「孫が増えたようです」(中田さんご夫婦)
自宅で介護をしていた時、家でできるということもあり、始めました。小さな子どもと接することでとてもやさしい気持ちになれ、介護をする上でも助かりました。子どもが好きな方なら、どなたでもできると思います。「保育の仕事をしたかった」という夢もかない、子どもたちと過ごす時間がとても楽しみになっています。

あなたの子育てをサポート!

区は、区民の子育てをサポートする様々な事業を実施しています。みなさんの子育てスタイルに合った事業を選択し、活用してください。

区立保育園で体験保育

ふれあい保育

保育園生活を1日体験し、保育士や看護師、調理職員のアドバイスを受けます。子育てに対する悩みや不安を解消します。

時月曜~土曜日(祝祭日を除く)の午前10時~午後1時(場)全区立保育園(区内在住の保護者と子ども(3カ月~就学前)定)各保育園1カ月につき1組(費)無料(申)・問電話で、希望する保育園へ(月曜~金曜日の午前9時~午後5時)

相談や一時保育を子育てサポートセンター

子育てに不安をお持ちの方の育児不安を解消し、子どもの健全育成に役立つ事業を実施しています。

① 子育て相談

わからなくなったことや困ったことがあったら電話または来園してください。経験豊富な保育士と看護師と一緒に考えていきます。相談は全区立保育園でもお受けしています。秘密は外部にもしません。

② 一時保育

こんなとき、お子さんを一時お預かりします...PTAの集まり、病院に行きたい、美容院に行きたい、友達の結婚式や法事、お子さんから離れて、ちょっと一息したい など。

費 1時間500円(申)・問利用日の1カ月前から各センターで予約を受け付けます(月曜~金曜日の午前9時~午後4時) / 子育てサポートセンター中瀬(中瀬保育園内) ☎3399 6447、宮前(宮前保育園内) ☎3333 4699、堀ノ内東(堀ノ内東保育園内) ☎3315 7947、今川(今川保育園内) ☎3394 3935、阿佐谷南(阿佐谷南保育園内) ☎3398 4518



堀ノ内東保育園・0歳児の部屋で(清水さん親子)

ふれあい保育利用者・清水仁美さん(和田在住)

見学に来た時にこの事業を知り、利用しました。来年から職場に復帰し、子どもを保育園に預ける予定です。実際に子どもと一緒に保育園で過ごすことで、いろいろと細かいことまでわかりました。まず自分の目で見て安心したい、という気持ちが大きかったので、とてもよかったです。

人口と世帯

14年8月1日現在、()は前月比
総人口 / 52万2410人(66減)
人口 / 51万1254人(112減) 外 人口 / 1万1156人(46増)
男 / 24万7637人(76減) 男 / 5579人(44増)
女 / 26万3617人(36減) 女 / 5577人(2増)
世帯 / 27万2990 (17減) 世帯 / 8910 (53増)

休日などの急病診療など

土曜・日曜・祝日などに急病のときはまずお電話でご相談ください。

内科・小児科 ☎3391-1599
耳鼻咽喉科

平日...午後7時30分~午後10時30分(小児科のみ)
土曜...午後1時~午後10時
日曜・祝日...午前9時~午後10時

歯科 ☎3398-5666
日曜・祝日...午前9時~午後5時

調剤薬局 ☎3391-5539
平日...午後7時30分~午後10時30分
土曜...午後1時~午後10時
日曜・祝日...午前9時~午後10時

東京都健康情報ひまわり ☎5272 0303(24時間)
東京消防庁災害救急情報センター ☎3212 2323(受付)

9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	13・27日 午前9時~10時30分	12・26日 午前9時~10時30分	3・17日 午前9時~10時30分	3・17日 午前9時~10時30分	12・26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		13日 午後1時15分~2時	6日(高南5丁目会館)午後1時15分~3時、26日(保健センター)午前10時~10時30分	25日 午前9時~10時	9日 午後1時15分~2時
母親学級...母子健康手帳を持って直接会場へ	4・11・18・25日 午後1時30分~4時	5・12・19・25日 午後1時30分~4時	2・9・20・27日 午後1時30分~4時		3・10・17・24日 午後1時30分~4時
パパ・ママ学級	25日(事前申込制)	25日(事前申込制)	20日(事前申込制)		24日(事前申込制)
離乳食講習会(無料) 直接会場へ	4日 午後1時30分~3時30分	5日 午後1時30分~3時30分	13日 午後1時30分~3時30分	19日 午前10時30分~11時30分	19日 午後1時30分~3時
乳幼児歯科相談(無料) 初診に限りです	13・27日 午前9時~10時30分	9・19日 午前9時~10時30分	10・24日 午前9時~10時30分	11・25日 午前9時~10時30分	9日午後1時15分~2時30分 30日午前9時~10時30分
歯の健康相談(無料)	14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				
痴呆相談(無料)...電話予約	4日午後1時30分~		27日午後1時30分~	5日午後1時30分~	5日午後1時30分~
精神保健相談(無料)...電話予約	18日午後1時30分~ 25日午後2時~	24日午前9時30分~ 11・17日午後1時30分~	6日午前9時30分~ 20日午後1時30分~	30日 午前9時~	19日 午後1時30分~

1. 杉並区に転入し、妊婦・乳幼児健康受診票、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1階保健福祉相談窓口へ。2. 高円寺保健センターでは13日(金)午後1時30分から酒害相談(無料)を行います(要電話予約)。3. 歯科相談は、常時各保健センターで行っています(要電話予約)。