



●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 3 / 11 NO.1588

主な記事

ヘルシーメニュー推奨店誕生..... 1面
ジョイフル杉並..... 2面
特集号「区民からの要望」は中面にあります。

英語版広報「Hello! SUGINAMI」を8面に掲載。

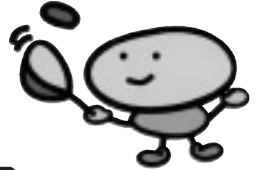
〈発行日〉毎月1日・11日・21日



おいしく 楽しく
健康づくり

おさしみ定食にもサラダを付けて

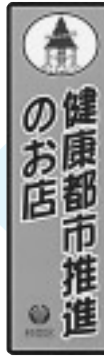
健康都市杉並の具体化に向けて



ヘルシーメニュー 推奨店誕生!



区では、区民の皆さんの健康的な食環境づくりの一環として、「ヘルシーメニュー推奨店」事業を始めました。2月8日には、飲食店11店舗に、杉並保健所長から認証書を授与しました。この事業を契機に商店街から健康的なまちづくりにつなげていきます。問い合わせは、杉並保健所健康推進課へ。



健康志向の高まりの中で、区民の健康的な食生活を応援するために、栄養成分表示や栄養情報の提供をしながら、より健康的なメニュー開発をしているお店のことです。

区では、こうした取り組みとともに、衛生上も良好であるお店を「ヘルシーメニュー推奨店」として認証します。店頭にはり出してある「健康都市推進のお店」、「ヘルシーメニュー推奨店」ステッカーが目印です。(左図)

ヘルシーメニュー推奨店って?

ヘルシーメニュー推奨店では

ヘルシーメニュー推奨店事業は、これを契機に健康的なまちをつくる第一歩としての取り組みです。

健康なまちとは、例えば商店街には「ヘルシーメニュー推奨店」を始め、「分煙の店」、「健康情報を提供する店」、「高齢者や障害者、乳幼児を抱えたお母さんや子どもなど誰もが安心して買物が楽しめる店」があり、そして「清潔で安全な街並み」など、様々な健康の要素がくみこまれている

ヘルシーメニュー推奨店から健康的なまちに向けて

③栄養バランスのとれた「ヘルシーメニュー」を提供しています

塩分や脂肪が控えめで野菜たっぷりの、おすすめメニューを用意しています。

②生活に役立つ、健康や栄養に関する情報があります

例えば、野菜不足やダイエット、食材料に関連する栄養情報など、お店ごとに特徴を出しています。

①お店の人気メニュー(おむね〇種類)に栄養成分の表示をしています

エネルギーやたんぱく質・塩分などの表示や、一日に必要な栄養所要量も表示してあるため、自分に合ったメニューを選ぶ参考になることができます。

④通勤途中に通る商店街には、推奨店となつたお店が何軒かあります。そこでいつもお店の前や通りを清掃する姿に出会いました。

健康的な街を支えている先輩飲食店の取り組みに触れて、自分のお店も見習っていききたいと思います。

健康志向の高まりから、ヘルシーメニューの需要も増えていきますので、新しいメニューの開発に力を注ぎたいと思います。

ヘルシーメニューを作っていくことはお客様が喜んでくれることだと思っております。街の人達が喜んでくれるれば、街は明るくなっていくと思えます。これから地域全体が健康になるよう、それぞれのお店に働きかけていくべきだと思えます。

ヘルシーメニュー推奨店は、このような活動から、商店街に活気があふれ、地域全体の健康づくりが進展することを期待しています。

ヘルシーメニュー推奨店は、今後の取り組みについては、問い合わせは、電話または直接、杉並保健所健康推進課(荻窪5-20-1 ☎3911015)へ。

ヘルシーメニュー推奨店一覧

(2月8日現在)

店名	業種	所在地	ヘルシーメニュー	商店会
そば処田中屋	日本そば	西荻北4 30 2	健康美人/ヘルシーなおすすめ御膳	女子大通り商和会
三楽	中華	西荻北4 20 19	肉野菜炒め定食(みそ味・塩味)	
光陽楼	中華	天 沼3 29 14	光陽楼タンメン/月代わり定食	
やしろ食堂	飲食店	天 沼3 27 8	おろしとんかつ定食	教会通り新栄会
満留賀	日本そば	天 沼3 6 24	満留賀オリジナルかやくそば	
さかなめし京や	すし	天 沼3 10 14	さんまの蒲焼定食/海鮮丼ランチ	
ライスハウス里	飲食店	本天沼2 9 3	季節定食	天沼協和会
トマト	欧風カレー&シチュー専門店	荻 窪5 20 7	野菜カレーのチーズトッピング/エビカレーの野菜トッピング	
彩風堂	飲食店	荻 窪5 23 4 B 1	かわり御膳/サーモンといくらの親子丼	南口仲通り商店会
源氏	日本料理	荻 窪5 23 8	おさしみ定食	
トムソーヤの冒険	飲食店	荻 窪5 20 5 B 1	和食セット	

ヘルシーメニュー推奨店の声

通勤途中に通る商店街には、推奨店となつたお店が何軒かあります。そこでいつもお店の前や通りを清掃する姿に出会いました。

健康的な街を支えている先輩飲食店の取り組みに触れて、自分のお店も見習っていききたいと思います。

彩風堂 木村 彰宏さん

健康志向の高まりから、ヘルシーメニューの需要も増えていきますので、新しいメニューの開発に力を注ぎたいと思います。

そば処田中屋 清水 康智さん

ヘルシーメニューを作っていくことはお客様が喜んでくれることだと思っております。街の人達が喜んでくれるれば、街は明るくなっていくと思えます。これから地域全体が健康になるよう、それぞれのお店に働きかけていくべきだと思えます。

光陽楼 佐京 重男さん

まちです。

こうしたまちの実現は、商店街の様々な業種・団体、そこに住む地域住民の皆さんが自分たちに必要な健康の条件を話し合っていくことから始まります。

このような活動から、商店街に活気があふれ、地域全体の健康づくりが進展することを期待しています。

ヘルシーメニュー推奨店は、今後の取り組みについては、問い合わせは、電話または直接、杉並保健所健康推進課(荻窪5-20-1 ☎3911015)へ。

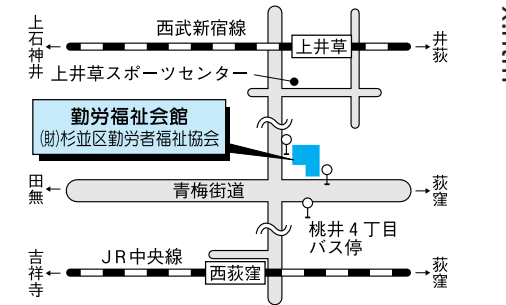
主なサービス内容	
遊ぶ	内容
遊ぶ	としまえん、西武園、後楽園、多摩テックの1日フリーパスが500~1000円で利用できます 東京ディズニーリゾートなどの遊園地、レジャー施設(約100施設)が割引料金で利用できます
お得	ハイウェイカード(500円~1000円引)、首都高速回数券、パスカード、パスネットカードなども割引あつ旋しています 一流ホテルでの食事が、割引料金で楽しめます。映画や、杉並区文化・交流協会が販売する前売券を、500円引で購入できる補助券も利用できます
健康	日々の疲れをいやすラドンセンターや、クアハウスが割引料金で利用できます 契約医療機関で人間ドックを利用する方に、1万2000円~1万5000円の補助があります 区立の温水プールやスポーツ施設、ゴルフ場などが割引で利用できます
旅行	全国約400カ所のホテルや旅館が、一般料金より安く利用できるほか、年間1泊3000円×2回の補助が受けられます 会員制保養施設「ラフォーレ倶楽部」や「泉郷」、また夏季借上げ保養施設なども、格安な料金で利用できます
充実	参加しやすい料金で楽しめる、オリジナルの日帰りバスツアーを企画します マス釣り、ボウリング、ゴルフ、海釣りなど、季節にあわせたイベントを豊富に用意します
給付	祝金、見舞金などの給付が受けられます



イチゴ狩りツアー

区内の中小企業(従業員三〇〇人以下)で働く勤労者、および事業主の方(ただし70歳未満の方)。事業所を単位として入会してください。

入会金 二〇〇円/人
会費(月額) 五〇〇円/人
申請 ジョイフル杉並(財) 杉並区勤労者福祉協会 〒166-8570 杉並区阿佐谷南1-15-1



あなたのいろいろな「楽しみ」応援します
ジョイフル杉並(財)杉並区勤労者福祉協会)は、区内の中小企業で働く皆さんの福利厚生をお手伝いしています。

13年12月末現在、二二六

員募集集中!

働くあなたのパートナー

ジョイフル杉並

おかげさまで10周年

青少年育成および指導・事故防止 杉並交通少年団
生活環境の美化および改善 区立杉並第十小学校、区立高南中学校生徒会

青少年育成および指導 Let's 萩中ゲームメドレー!! 子ども実行委員会
青少年育成および指導 青木豊(私立専修大学附属高等学校三年)

緊急時貢献 蓮見航平(区立高井戸第三小学校六年)

団体表彰(一六団体)
社会福祉 区立查掛小学校六年生、区立杉並第一小学校吹奏楽部「杉一小・ジュニアバンド」、区立富士見丘小学校児童会及び該当学年、区立桃井第二小学校六年生、区立桃井第二小学校児童会代表委員、区立阿佐ヶ谷中学校吹奏楽部、ガールスカウト東京都第139団

社会福祉・生活環境の美化および改善 区立杉並第十小学校五年生、区立東田中学校ボランティア部、天沼中学校区子ども地域活動促進事業子ども実行委員会、ガールスカウト東京都第57団

青少年育成および指導 Let's 萩中ゲームメドレー!! 子ども実行委員会

国際貢献 都立杉並高等学校吹奏楽部
個人表彰(二三名) 社会福祉 中島藍子、下地可南子、小野美有紀、佐藤詩織、池田麻希子、志村悟、中島真、篠崎千遥(区立四宮小学校五年)

社会福祉・動物愛護 橋本智久(区立四宮小学校六年)

社会福祉・青少年育成及び指導 錦織広成(区立阿佐ヶ谷中学校一年)、柏崎竜・降旗智也(区立大宮中学校一年)、藤平安信(区立西宮中学校三年)

生活環境の美化および改善 田中耕太郎、尾崎万里奈(区立大宮中学校二年)、田中千尋、谷岡綾華(区立大宮小学校五年)、寺岡孝美、仲里貴一(区立済美小学校五年)、大瀬倫道、青木豊(私立専修大学附属高等学校三年)

13年度 青少年表彰

13年度の杉並区青少年表彰式が、2月16日に行われました。各方面から推薦をいただき、審査委員会で厳正な審査の結果、次の皆さんが区長から表彰されました。(敬称略)

問い合わせは、青少年係へ。

ロボット杉並21

3月23日(土)・24日(日)午前9時30分~午後4時30分
【会場】科学教育センター(清水3 3 13)

日	時	内容
3月23日(土)	午前9時30分~午後4時30分	ロボット・コンテスト規定競技予選/ロボット操作コーナー/製作ロボット展示/ロボット絵画展示
	午前9時30分~11時15分	ロボットコンテスト規定競技決勝
24日(日)	午前9時30分~午後3時	ロボット操作コーナー
	午前9時30分~午後4時30分	製作ロボット展示/ロボット絵画展示
	午前11時30分~午後1時	製作ロボット発表
	午後1時~3時	ロボット・コンテスト自由演技
	午後3時15分~4時30分	表彰式

後援 = ロボカップ国際委員会、東京新聞協賛 = 富士通(株)、日本アイ・ピー・エム(株)

4月から 区立図書館は祝日の月曜日を開館します

現在、区立図書館は、毎週月曜日が定期休館日で、祝日と月曜日が重なったときは、月曜日と翌日の火曜日を休館としています。

4月から、祝日と月曜日が重なったときは、月曜日は開館し、翌日の火曜日を休館します。

なお、月曜祝日の開館時間は、従来の祝日と同じ午前9時~午後5時です。

☎中央図書館 ☎3391 5754

図書館カレンダー

4月						5月					
日	月	火	水	木	金	日	月	火	水	木	金
	1	2	3	4	5				1	2	3
7	8	9	10	11	12	5	6	7	8	9	10
14	15	16	17	18	19	12	13	14	15	16	17
21	22	23	24	25	26	19	20	21	22	23	24
28	29	30				26	27	28	29	30	31

(注) 1. 色のついた日は休館日です。2. 太字は午後5時閉館です。3. 毎月第3木曜日は館内整理のため休館ですが、3月は祝日のため、21日(木)は開館し、22日(金)を休館します。

ロボット杉並21

品を展示します。ロボット操作コーナー

制作ロボット発表会
区内中学生が自由な発想で制作した「作業用または愛玩用」ロボットを発表します。

制作ロボット発表会
区内中学生が自由な発想で制作した「作業用または愛玩用」ロボットを発表します。

制作ロボット発表会
区内中学生が自由な発想で制作した「作業用または愛玩用」ロボットを発表します。

制作ロボット発表会
区内中学生が自由な発想で制作した「作業用または愛玩用」ロボットを発表します。



催し

杉並ジュニア混声合唱団定期演奏会

時 4月7日(日)午後3時30分
開演(3時開場)区共催
場 セシオン杉並(梅里1)

春の草花・植木・野菜など展示即売会

区内の農家で生産された草花・植木・野菜などの展示即売のほか、園芸用品の販売、園芸相談なども行います。

時 3月22日(金)・23日(土)
午前9時〜午後4時
場 杉並公会堂(上荻1 23 15)
申 3311 0

天文の夕べ・観望会 木星と土星

木星のガリレオ衛星や土星の環を見ます。
時 3月23日(土)午後6時30分〜8時30分(6時開場)
場 科学教育センター(清水3 3 13)
対 区内在住・在勤・在学の小学四年生以上の方(小・中学生は保護者同伴)

平和のこころ

平和ポスターコンクール・東京大空襲写真・資料展

平和への願いを込めて描いた13年度ポスターコンクール入賞作品と、区民の皆さんから寄せられた戦時資料、写真パネルを展示します。
時 3月11日(月)〜27日(水)
午前8時30分〜午後5時

ロビーコンサート

時 3月27日(水)午後0時10分〜50分
場 区役所一階ロビー
内 出演「テノール」松永国和、日本フィルハーモニー交響楽団
曲目「グレッキ」「もつたそがれです」「瀧廉太郎「花」」「荒城の月」



松永国和

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



蚕糸の森まつり ふれあい2002

時 3月31日(日)午前10時〜午後3時(区後援)
場 蚕糸の森公園・杉並第十小学校
校庭(和田3 55 49)
内 ミニSL、フワフワトランポリン、似顔絵、ソーラーカー、蚕糸太鼓などのアトラクション、模擬店、防災施設見学体験、無料健康診断ほか
申 当日、直接会場へ
問 蚕糸の森まつり協議会事務局・浜田 3315 5960
他 車での来場は、ご遠慮ください

フリーマーケットin リサイクルひろば高井戸

時 4月6日(土)・7日(日)・13日(土)・14日(日)
いずれも午前10時〜午後3時
場 リサイクルひろば高井戸
出店者募集
内 募集区画「各日共一四区画(業者出店はお断りします)
費 一〇〇〇円
申 往復八ガキ(記入例参照)
に出店希望場所も書いて、3月24日(必着)までに荻窪フリーマーケット事務局(〒166 0004 阿佐谷南3 4 19 203)へ(抽選)
問 事務局 3398 1543

高円寺《こころの》

いろいろなジャンルで活動している若手アーティストたちの発表の場です。
時・場・内 右下表のとおり
費 無料(一部実費負担)
申 当日、直接会場へ
問 社会教育センター 3317 6621

Table with 2 columns: 日 (Date) and 内容 (Content). Details about the 'こころの' event on April 27th.

Table with 4 columns: 日 (Date), 時間 (Time), 会場 (Venue), 内容 (Content). Details about the 'こころの' event on March 17th.

懐かしい!楽しい!アニメ上映会&ワクワク!アニメ体験

Table with 3 columns: 日 (Date), 時間 (Time), 内容 (Content). Details about anime screenings and experiences.

年金相談のお知らせ
3月29日(金)
午前10時〜午後4時
区役所 1階ロビーまたは 2階国民年金課

荻窪フリーマーケット
時 4月14日(日)午前11時〜午後4時(雨天の場合は21日(日)に延期)
場 荻窪タウンセブン二階ベデス トリアンデッキ、八階屋上(上荻1 9 1)

懐かしい!楽しい!アニメ上映会&ワクワク!アニメ体験
企画展「人気アニメはこうして生まれた」東京ムービー阿佐ヶ谷時代」を開催中(5月6日まで)の郷土博物館で、東京ムービー作

品の上映会とアニメ体験イベントを開催します。
時・内 右表のとおり
場 郷土博物館(大宮1 20 8)
申 当日、直接会場へ
問 事務局 3317 0841
他 車での来場は、ご遠慮ください

お知らせ

東京外かく環状道路の現地調査について

東京外かく環状道路(関越(東名間)の計画については、現在区民の皆さんからご意見をいただいています。ご意見の中には環境に

区内初の認証保育所A型が阿佐ヶ谷駅南口にオープンします(4月予定)

認証保育所A型(駅前基本型)は、多様化する保育ニーズに応えるために、駅から五分以内の距離にあることを条件に設置される駅前保育所です。利用者の立場に立った良質なサービスとして、一三時間以上の開所、0歳児保育の実施、サービス内容などを記載した重要事項説明書の交付などが義務づけられています。

区は、都が認証した駅前保育所に対して、都と共に運営費などの補助および運営指導を行います。

オープンする認証保育所
名称「MOMOの家」
所在地「阿佐谷南3-1」
21徳和ビル二階 開園時間「祝日・年末年始を除く

がん検診受診費用の一部自己負担のお知らせ

これまで無料で実施していた各種がん検診について、14年4月から検診費用の一部を負担していただくことになりました。

これは、がん予防に対する区民一人ひとりの自覚を高めるとともに、検診結果を自身の健康管理に役立てていただき、ライフスタイル改善の意識を持って受診していただくというものです。

折 区民の皆さんのご理解とご協力をお願いします。
胃がん(エックス線)検診、子宮がん検診、肺がん検診、喉頭がん検診
乳がん検診 六〇〇円
受診する際、医療機関の窓口でお支払いください。生活保護受給世帯は、負担金は免除となります。なお、区民健診は従来どおり無料で受診できます。

Table with 4 columns: 会場・定員・費用, 実施日時, 対象, 申し込み方法. Content includes details for stomach cancer screening at health centers.

(注)1. 次の①~④に該当する方は、申し込みをご遠慮ください①胃の手術を受けたことのある方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の方③妊娠中の方(または妊娠の可能性のある方)④おおむね1年以内に区実施の胃がん検診を受けた方。

SPORTS スポーツのある暮らし 健康の第一歩

競技大会

- 都民体育大会予選会
ソフトボール
4月14日(日)午前9時~16時 和田堀公園野球場
バレーボール
4月14日(日)午前9時~16時 上井草スポーツセンター
ジュニア・マスターズ水泳大会
5月12日(日)午前9時~午後4時30分 高井戸温水プール

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、3月11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。

- 硬式テニス
4月24日~6月19日の毎週水曜日午後7時~9時(計8回、予備日1回)
上井草スポーツセンター

(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(抽選)同スポーツセンター☎3390 5707

- 硬式テニス
4月21日~6月30日の毎週日曜日、午前9時~11時(計8回、予備日1回)
ウォーキング講習会と5キロメートル記録会
3月17日(日)午前10時~午後0時30分(区後援)
競泳飛び込み講習会
4月22日(日)午後7時~9時(区後援)
アーチェリー初心者教室
4月6日(土)~9月22日(日)の第1・3土曜日、第2・4日曜日の午後1時~5時
ソシアルダンス
4月18日~5月23日の毎週木曜日、午後1時~3時(計6回)

3～5月の各種教室

教室・講座名・内容/講師(定員)	開催日・時間	材料費等	申込締切
●永福和泉地域区民センター			
囲碁基礎講座 (小学校高学年および中学生・20)	4月20・27日、5月11・18日 午前10時～正午	無料	4月10日
土ようおはなし会～お子さんといっしょに、お話や手遊びを楽しんでみませんか/おはなしのグループ(参加自由)	3月16日、4月13日 午後2時30分～3時30分	無料	—
●高円寺地域区民センター			
おしゃれな家庭料理～旬の食材を使って、簡単でおしゃれな家庭料理を作ります/橋和歌子(24)	4月16・23・30日 5月7日 午前10時30分～午後1時	5000円	3月25日
ボクササイズ～シェイプアップ!パンチでストレス発散。みんなで楽しくボクシング(軍手・スニーカー持参)/岩月華子(40)	4月8・15・22日、5月13・20・27日 午前10時～正午	120円(保険料)	3月25日
●阿佐谷地域区民センター			
日本語をみがく～発音の基礎からスピーチ、朗読まで/石橋健一(30)	4月11・18日、5月2・9・16・23日 午後1時30分～3時30分	100円(資料代)	3月31日
土ようえほんとおはなしの会・春がきた!スペシャル～おはなしや劇、音楽。プレゼントもあるよ(参加自由)	3月16日 午後2時～	無料	—
土ようえほんとおはなしの会/ORCAわーど(参加自由)	4月6日 午後2時～3時		
土ようえほんとおはなしの会/こうばこの会(参加自由)	4月20日 午後2時～3時		
●本天沼区民集会所			
善福寺公園の春の植物を楽しみましょう～桜、新緑、野草などの植物を観察(弁当、飲物、敷物など持参・雨天中止)/島田純子(30)	4月17日 午前10時～午後3時	200円(保険料等)	3月25日
高齢者初心者向け～太極拳で健康づくりをしてみませんか/大木良雄(20)	4月18・25日、5月2・9日 午前10時～正午	100円(保険料等)	3月31日
●西荻地域区民センター			
着物の着付け～着付けて面倒?楽で簡単な着付けをおぼえましょう/福宮悦子(30)	4月18・25日、5月2・16・23日 午後1時30分～3時30分	無料	3月30日
ベタンク～子どもから高齢者まで、いつでも楽しめる南フランス生まれのニュースポーツです/土肥浩(30)	4月4・18・25日、5月2・9日 午前10時～正午	毎回20円(保険料)	3月20日
●井草地域区民センター			
おはなしいっぱい～絵本の読み聞かせや語りで楽しいひとときを/四宮おはなしの会(参加自由)	4月16日、5月14日、6月11日 ①午後3時～②4時～	無料	—
●高井戸地域区民センター			
源氏物語～読み継がれてきた魅力をさぐる/貝瀬弘子(40)	4月26日、5月10日、6月7・21日、7月5日 午後1時30分～3時30分	無料	4月8日
手作りビーズ～少し特別な私だけのアクセリー(パートI)ゆびわ・ネックレス・ピンブローチ/小淵美枝子(25)	5月10・24日 午前10時～正午	1500円	4月8日
トレーニング機器講習会～当センターのトレーニング室を使用するための事前講習会です(写真1枚2.5×3cm持参)/永井加代子(16歳以上・10)	4月27日 午後2時～5時	20円(保険料)	4月15日
おはなしひろば～絵本の読み聞かせを中心に手あそび工作など/ジルベルトの会(参加自由)	4月6日 午後2時～4時	無料	—
●上高井戸区民集会所			
簡単なアクリル画入門～初めての方でも簡単に扱えるアクリル絵具で好きな絵を描いてみませんか/松村美穂(15)	4月10・24日、5月8・22日 午後1時30分～3時30分	2300円	3月25日

は、実費がかかる場合があります。



このコーナーでは、各地域の集会施設運営協議会が企画した講座や、委員の皆さんが取材したまちの話題を中心に、地域の情報をお届けします。

●3～5月の各種教室
各地域区民センターと各区民集会所では、3～5月の各種教室を左表のとおり開きます。参加費は無料。材料費や傷害保険料は自己負担です。
申し込みは、往復ハガキ(3面記入例参照)で、表中の各締切日(必着)までに該当の施設へ。申し込み多数の場合は、抽選。
問い合わせも、該当の施設へ。
託児があります。



丹波哲郎

永福和泉地域区民センター
丹波哲郎さんのフリートーク
舞台、映画、テレビでおなじみの丹波さん。皆さんからのご質問にもお答えしながらのフリートークです。

●3月30日(土)午後2時～4時(定員20名(抽選))
無料(往復ハガキ(3面記入例参照)で、3月20日(必着)までに同センターへ)
天然酵母の手焼きパン
独特の芳ばしい香りややさしい甘さが特長の天然酵母パン。初めてパン生地をこねる人でもわかりやすい親切なレッスンです。
時・内 4月14日(日)「ロールパン・あんパン」/5月12日(日)「食パン・ピザ」/6月9日(日)「カンパニー・サンドイッチ」/7月7日(日)「プリオッシュ・プリアサバラン(計4回)/時間はいずれも、午後1時30分～4時30分(二階堂千恵)二四名(抽選)費三五〇〇円(往復ハガキ(3面記入例参照)で、4月5日(必着)までに同センターへ

●手芸教室
手編み入門
初夏に向けて、棒針編みで自分のサマーベストまたはノースリーブを作る、初心者向けの講座です。
時 4月10日・24日、5月8日・22日の時間はいずれも、水曜日の午後1時～3時(丹野英子)二〇名(抽選)費約四〇〇円(材料費) (往復ハガキ(3面記入例参照)で材料をお持ちの方は「材料不要」と書いて、3月30日(必着)までに同集会所へ他サマーマー並太、6・7号針をお持ちの方は、材料費不要です

●下高井戸 区民集会所
メンバーを中心に活動しているグループ
②フリーマーケット
対区内在住の方(各日二〇組)費一〇〇〇円(他食料品、電気製品は不可)
①往復ハガキ(3面記入例参照)に①はグループ名、代表者名・参加内容・グループ発表はホール(9日のみ・三年連続出演不可)か和室のいずれか、②は希望日・出店品目も書いて、3月31日(必着)までに同センターへ。申し込み多数の場合は、抽選

●阿佐谷地域区民センター
ウエスタン・スクエアダンス
アメリカやヨーロッパで流行している、ステップが覚えやすいダンスです。陽気なカントリーウエスタンの曲にあわせて、初めての方でも楽しく踊れます。
時 4月11日・18日、5月2日・9日・16日の時間はいずれも、木曜日の午後1時30分～3時30分(和田勝定)三五名(抽選)費毎回二〇〇円(保険料) (往復ハガキ(3面記入例参照)で、3月31日までに同センターへ

●高井戸地域区民センター
春まつり
今年は、当センターの創立二〇周年にあたるため、人形劇や中学校のブラストの演奏など記念事業を盛り込み、一層にぎやかなお祭りにします。
時 4月13日(土)・14日(日)午前10時～午後4時(雨天決行) (内本のリサイクル、豆本づくり、模擬店、野菜や植木の即売など)当日、直接同センターへ
本のリサイクルにご協力ください
春まつりで行うリサイクルのための本を、当日まで図書室で受け付けます(雑誌、専門書、CDなどは不可)。
円座の配布
寝たきりでお困りの方へ、春まつりで円座をさしあげます。
①往復ハガキ(3面記入例参照)に「円座希望」と書いて、3月20日(必着)までに同センター文化部へ。申し込み多数の場合は、抽選

●セシオン杉並まつり
参加者募集
6月8日(土)・9日(日)に開催予定です。
①グループ発表・展示作品
対セシオン杉並に登録をしているグループまたは地域(梅里1丁目、松ノ木2丁目、和木1丁目、3丁目、堀ノ内2丁目、高円寺南1丁目、高円寺北1丁目)に在住・在勤の方

●井草地域区民センター
講演会
老いる理由&若返る
法則
長寿時代を快適に暮らすには

●高井戸地域区民センター
春まつり
今年、当センターの創立二〇周年にあたるため、人形劇や中学校のブラストの演奏など記念事業を盛り込み、一層にぎやかなお祭りにします。
時 4月13日(土)・14日(日)午前10時～午後4時(雨天決行) (内本のリサイクル、豆本づくり、模擬店、野菜や植木の即売など)当日、直接同センターへ
本のリサイクルにご協力ください
春まつりで行うリサイクルのための本を、当日まで図書室で受け付けます(雑誌、専門書、CDなどは不可)。
円座の配布
寝たきりでお困りの方へ、春まつりで円座をさしあげます。
①往復ハガキ(3面記入例参照)に「円座希望」と書いて、3月20日(必着)までに同センター文化部へ。申し込み多数の場合は、抽選

想いをよせて流れる神田川

神田川に架かるそれぞれの橋

神田川の兩岸の遊歩道周辺には、歴史や橋にまつわるエピソード、風景が見え隠れしています。川沿いを散策しながら、その跡を訪ねてみましょう。



たつみ橋、番屋橋

方南から遊歩道に沿って、いくつ橋があるのか数えながら永福和泉地区民センター、下高井戸区民集会所方面へ、川の流れて逆らうように歩いてみた。

一番初めに、方南2丁目のたつみ橋が現れる。この後方は、すぐ中野区との区境になる。

つづいて上水橋、右手に東運寺(釜寺)、左手に上水橋緑地。桜の季節になると、ご近所の方々がお弁当を持ち寄りお花見をする姿を見かける。

この先の環状七号線を渡ると、環七地下調節池があり、泉南緑地へつづく。ここは、保育園児たちの遊び場になったり、スポーツマンたちがストレッチ体操をしたり、思い思いの使い方が出来る場所でもある。

方南橋、方南第一橋、弁天橋、和泉橋、一本橋へ足を進めていくと、番屋橋が見えてくる。昔この辺りに番小屋があったのでこの名が付いたという。この右手を入ると貴船神社があり、境内には昭和40年ごろまで清水が湧いていた池がある。こ

の橋の反対側の坂を上ると、左手奥に四国八十八番の札留寺でもある文殊院がある。

中井橋、神田橋

中井橋、宮前橋と続き、ここを右に折れ、熊野神社と龍光寺の間の坂上左奥に、永福和泉地区民センターがある。宮前橋から栄泉橋にかけての桜もひときわ見事だ。

井の頭通りを渡って、神泉橋、蔵下橋、明風橋へと続き、永高橋あたりは木陰をつくり、秋には大きなどんぐりの実を落とし、子どもたちの遊び場となる。また、ひまわり橋周辺には寺や学校が多い。

次に永福橋。ここを右へまっすぐ行くと、道に面して永福稲荷神社があり、この手前の道を横奥へ進むと、地名にもなっている永福寺がある。永福和泉地域のいわれをもつお寺と聞く。

川と共に暮らす
かなな橋を過ぎると、下高井戸運動場・下高井戸区民集会所がある神田橋へ。ここは、三〇年前は宅地で、三軒の家があった。橋の隣のお店、い

ず松「さんはこの軒である。向陽橋辺りに堰があり、川は幸福橋からかなな橋あたりまで大きくS字カーブを描き、お店の裏から庭の横を流れていた。三四、五年前、堰を切り洪水となった川の流れを穏やかにするため、宅地の一部・お店と「川の地」との交換となったという。今は、お店のあった所は川の一部と遊歩道に、川だった所は車庫と資材置場になっていると聞く。大きく蛇行し流れた川の面影は今はない。

幸福橋を渡って

取材中に、川沿いを散歩している方に声をかけてみた。「今日はこの橋、明日は次の橋」と、草花や風を感じながらりりりりりしている方だった。幸福橋を初めて目にしたとき、この橋を渡ったら病気が治ると自分に言いかけ、家から二キロ強の道のりを毎日頑張ったという。

そういえばこの幸福橋の名の由来は何だろうかと思いつく。近くにある向陽橋へ。近くにある向陽中学校の校庭内には、かつて旗本加藤氏の屋敷があったと伝えられ、俗にお屋敷山と称せられたと聞く。

弥生橋、堂の下橋
弥生橋、睦橋、下高井戸八幡神社があるのでこの名が付いた八幡橋。藤和橋、梢橋、下高井戸4丁目と5丁目の境に架けてある鎌倉橋。

源頼朝が鎌倉に幕府を開いてから、鎌倉は政治交通の中心となり、頼朝の作った出入口七口は、四方から鎌倉街道に通じていた。昔の交通の要所だったことを思わせる。次に、塚山遺跡が発掘されてこの名が付いた塚山橋。塚山公園は緑豊かな憩いの場となっている。そして下高井戸最後の橋になる堂ノ下橋。

神田川をとりまく橋には、数知れない言い伝えがあり、それぞれの橋からよく見えた富士山も、今ではビルとビルの間からしか見ることが出来なくなってしまう。これもまれである。樹木や草花、季節の光や風を感じながら歩いてみるのも楽しいものである。(方南・和泉地域集会所施設運営協議会総務部広報)

ちよつと
建物拝見
気になる
荻窪駅北口から阿佐ヶ谷方面へ歩いて三、四分、JRの線路と天沼陸橋に挟まれる格好で一八階建の高層ビルがあります。荻窪区民センターエリアでは二番目に高いビル。そばで見上げると、巨大な建物が覆いかぶさってきそうなる重圧感があり、また天に向かっているようにも見えます。天気の良い日は側面のガラスがキラキラと光を反射して、とてもきれいです。ま

ちよつと建物拝見

荻窪駅北口から阿佐ヶ谷方面へ歩いて三、四分、JRの線路と天沼陸橋に挟まれる格好で一八階建の高層ビルがあります。荻窪区民センターエリアでは二番目に高いビル。そばで見上げると、巨大な建物が覆いかぶさってきそうなる重圧感があり、また天に向かっているようにも見えます。天気の良い日は側面のガラスがキラキラと光を反射して、とてもきれいです。ま

たが、今では社員一同、荻窪にすっかりなじんでいます」と、施設管理部長の山内博さんは、ニコニコ顔。さらに続けて、「荻窪は、JRの中央線、総武線、地下鉄の東西線、丸の内線が通っていて、

たが、今では社員一同、荻窪にすっかりなじんでいます」と、施設管理部長の山内博さんは、ニコニコ顔。さらに続けて、「荻窪は、JRの中央線、総武線、地下鉄の東西線、丸の内線が通っていて、

たが、今では社員一同、荻窪にすっかりなじんでいます」と、施設管理部長の山内博さんは、ニコニコ顔。さらに続けて、「荻窪は、JRの中央線、総武線、地下鉄の東西線、丸の内線が通っていて、

たが、今では社員一同、荻窪にすっかりなじんでいます」と、施設管理部長の山内博さんは、ニコニコ顔。さらに続けて、「荻窪は、JRの中央線、総武線、地下鉄の東西線、丸の内線が通っていて、

たが、今では社員一同、荻窪にすっかりなじんでいます」と、施設管理部長の山内博さんは、ニコニコ顔。さらに続けて、「荻窪は、JRの中央線、総武線、地下鉄の東西線、丸の内線が通っていて、

たが、今では社員一同、荻窪にすっかりなじんでいます」と、施設管理部長の山内博さんは、ニコニコ顔。さらに続けて、「荻窪は、JRの中央線、総武線、地下鉄の東西線、丸の内線が通っていて、

たが、今では社員一同、荻窪にすっかりなじんでいます」と、施設管理部長の山内博さんは、ニコニコ顔。さらに続けて、「荻窪は、JRの中央線、総武線、地下鉄の東西線、丸の内線が通っていて、

たが、今では社員一同、荻窪にすっかりなじんでいます」と、施設管理部長の山内博さんは、ニコニコ顔。さらに続けて、「荻窪は、JRの中央線、総武線、地下鉄の東西線、丸の内線が通っていて、

通称 コシパツビル (上級121)



荻窪の摩天楼

区民アンケート実施中

区民のみなさんの意向をより早く、より広く区政に反映するために、インターネットを利用して、区民アンケートを行っています。詳細は、区のホームページ(http://www.city.suginami.tokyo.jp)をご覧ください。

現在実施中のテーマは、「産業振興計画について」です。問:区政相談課

審議会名	日時	主な内容	問合せ
杉並区立社会教育センター審議会	3月28日(木) 午後3時30分~	社会教育センター審議会のあり方	社会教育センター

日時を変更する場合があります。

地域区民センター・区民集会所一覧

永福和泉地区区民センター ☎5300-9411 〒168-0063 和泉3-8-18 ☎第2・第4水曜日、15日
方南区民集会所 ☎3322-4225 〒168-0062 方南1-27-8 ☎第1・第3水曜日

下高井戸区民集会所 ☎5374-6192 〒168-0073 下高井戸3-26-1 ☎第3水曜日
高円寺地区区民センター(セシオン杉並) ☎3317-6611 〒166-0011 梅里1-22-32 ☎第2・第4水曜日、第2水曜日の前日
和和田区民集会所 ☎5340-6272 〒166-0012 和和田2-31-21 ☎第1・第3月曜日
阿佐谷地区区民センター ☎3314-7211 〒166-0004 阿佐谷南1-47-17 ☎第2・第4火曜日、第3水曜日

梅里区民集会所 ☎3317-3310 〒166-0011 梅里2-34-20 ☎第1・第3火曜日
荻窪地域区民センター ☎3398-9125 〒167-0051 荻窪2-34-20 ☎第2・第4月曜日、20日
本天沼区民集会所 ☎5310-4633 〒167-0031 本天沼2-12-10 ☎第1・第3月曜日
西荻地区区民センター ☎3301-0811 〒167-0034 桃井4-3-2 ☎第2・第4水曜日、10日
西荻南区民集会所 ☎3335-5444 〒167-0053 西荻南3-5-23 ☎第2月曜日

井草地域区民センター ☎3301-7720 〒167-0022 下井草5-7-22 ☎第1・第3水曜日、第3水曜日の前日
四宮区民集会所 ☎3395-5085 〒167-0023 上井草2-28-13 ☎第2・第4火曜日
八成区民集会所 ☎3394-0989 〒167-0021 井草1-3-2 ☎第2水曜日
高井戸地区区民センター ☎3331-7841 〒168-0072 高井戸東3-7-5 ☎第1・第3月曜日、20日
上高井戸区民集会所 ☎3329-0605 〒168-0074 上高井戸1-15-5 ☎第2・第4月曜日

Hello! SUGINAMI

Published by: Sugunami City Office, Editing: Public Relations Section, Address: 1-15-1 Asagayaminami, Sugunami-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 Sugunami City and appears regularly on page 8 of this bulletin, published on the 11th day of odd-numbered months. The articles here were previously published in the Japanese version newsletter, *Koho Sugunami* 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(奇数月の11日号8ページに掲載)。なお、ここに掲載している情報は、すでに日本語の「広報すぎなみ」などでお知らせしたものです。

Moving Forward with Crow Control

Inquiries: Environment Section, Public Sanitation Management Section



1. Night Collection of Combustible Garbage

Night collection is scheduled to start from June for the areas near JR Nishiogikubo, Ogikubo, Asagaya and Koenji stations.

Collection Hours: From around 1:30 to 5:00 a.m. (tentatively)

2. Placement of Foldable Garbage Collection Boxes

Foldable garbage collection boxes were placed in three locations during FY2001. Boxes will continue to be placed in more locations during FY2002.

3. "Crow Hotline"

If there are crows making the garbage collection site messy, a special hotline will be available to receive telephone calls and take action immediately. The telephone number will be announced at a later date in the city bulletin, *Hello! Sugunami*, and elsewhere.

4. Expanded Distribution of Crow Nets

The procedure for using the nets has been simplified.

5. Promotion of Use of Containers for Garbage Disposal

A campaign will be conducted with flyers and

other public announcements, to promote the use of containers for disposing of garbage.

6. Measures for Community Housing

Types of community housing that require the provision of garbage maintenance locations have been expanded from those currently with a floor space of 3,000 m² or more to areas with a floor space of 1,000 m² or more. Discussions will be held before construction — including for community housing with less than 1,000 m² — so that waste disposal rules can be strictly enforced.

7. Experiments with "Eyeball" Design Garbage Bags

Experiments will be conducted in model neighborhoods. (See photo.)

8. Preparation of Sanitation Equipment for Garbage Collection Trucks

9. Removal of Nests, etc.



"Eyeball" design garbage bags

Changes in Oversized Garbage Application Methods as of April 2002

The telephone number for the Oversized Garbage Reception will change. Applications will also be accepted by fax and the Internet. (For applications until March 31, Tel: 5296-7000.)

How to Apply:

1. Application by Telephone — Tel: 5311-5300

Daily (except during the year-end/New Year holidays), 8:00 a.m. to 7:00 p.m.

2. Application by Fax — Fax: 5311-5303

Daily. Please include the required information (your name, address, telephone number, daytime telephone number, fax number, what item is to be collected plus its size [length x width x height], number of items) in your fax.

3. Application by Internet —

<http://seisou.city.suginami/tokyo.jp/>

Daily

* Applications by fax and Internet are tentative reservations. The Oversized Garbage Reception Center will confirm the collection date and oversized garbage handling fee on the next day or later via the same means as the application. This confirmation makes your reservation final.

* TV sets, air conditioners, refrigerators and washing machines are not collected as oversized garbage. Please ask the store of purchase or the store where you plan to buy a replacement to handle your used appliance. If you do not know where the store of purchase is, then call the Electric Appliance Recycling Center, Tel: 5296-7200.

FY2002 National Health Insurance Premiums

* **Portion for Medical Treatment** (must be paid for all National Health Insurance members):

Premium Rate on Income Basis = 1.94

Insurance premiums are calculated by multiplying the total residents' tax of the household's insured members by this rate.

Fixed Amount = ¥27,300 per insured member per year.

Maximum Ceiling = ¥530,000 per year per household.

* **Portion for Nursing Care** (must be paid by insured members who are between 40 and 64 years of age):

Premium Rate on Income Basis = 0.19

Insurance premiums are calculated based on multiplying the total residents' tax of all applicable household insured members by this amount.

Fixed Amount = ¥7,800 per applicable insured member per year (the fixed amount for FY2001 was ¥8,100).

Maximum Ceiling = ¥70,000 per year per household.

Inquiries: Qualification Assessment Subsection, National Health Insurance Section

A Guide to Living in Sugunami City 2001 Published for Foreign Residents

This living guidebook summarizes the services of the city government and related facilities. It is written in English, Chinese and Korean.

The book is available at the Foreign Residents Registration Section, Residents' Section (City Office East Building 2F), so please pick up a copy and take advantage of all that is available.

Events Calendar (April to May)

ACES organizes various fun events in which foreign residents can participate and make friends with Japanese and other foreign residents. Everyone is invited to participate.

Welcome Party

Date and time: April 20 (Sat.), 10:00 a.m. to 2:00 p.m.

Location: Zempukuji Ryokuchi Park Ryokuin Square (2-7 Naritahigashi)

Capacity: 100 people

Fee: ¥500

Asia Cartoon Exhibit

This cartoon exhibit includes humorous illustrations of the societies, cultures and daily life of people in Asia.

Date and time: May 10 (Fri.) to 13 (Mon.)

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

Fee: Free of charge

Introduction to Foreign Cultures Class — Finland

This seminar introduces Finland, the land of the northern lights, through lectures and music.

Date and time: May 25 (Sat.), 1:30 to 4:00 p.m.

Location: Nishiogi Community Hall (4-3-2 Momoi)

Capacity: 300 people

Fee: ¥500

International Exchange Salon

The International Exchange 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), 1:30 to 4:30 p.m.

Location: ACES Exchange Floor

Fee: Free

Other: Food and drinks are permitted at the International Exchange Salon. Please note that political, religious or for-profit activities are prohib-

ited. The Salon is also open to the public one evening a month, so please feel free to stop by. (Please call for more information about public use.)

ACES Counseling Services for Foreign Residents

The Association for Culture and Exchange of Sugunami offers free counseling on difficulties encountered in everyday life.

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

Place: ACES

Languages: Japanese, English, Chinese and Korean

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

Fee: Free

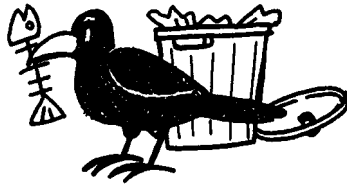
To apply or for more information on the above, contact ACES, Minami-Asagaya Building 5F, 1-14-2 Asagayaminami 166-0004.

Tel: 5378-8833

Fax: 5378-8844

Hello! SUGINAMI

カラス対策を 推進します



問い合わせは、環境課・清掃管理課へ。

①可燃ごみの夜間収集を実施

JR西荻窪駅、荻窪駅、阿佐ヶ谷駅、高円寺駅
周辺繁華街で、6月からの実施を予定しています。

【収集時間】深夜1時30分頃から(予定)

②折り畳み式ごみ収集ボックスの設置

13年度は3カ所に設置しました。14年度も設置を
進めます。

③カラス110番

ごみ集積所が荒らされるような場合などに、専
用電話で通報を受け、迅速に対応します。専用電
話の番号は後日「広報すぎなみ」などでお知らせ
します。

その他の対策は...

カラスネットの配布拡大

利用手続きを簡便にしました。

容器出しの推進

ごみの出し方のキャンペーンを行い、チラシの

配布などで容器出しをお願いしていきます。

集合住宅への対策

ごみの保管場所を設置しなければならない集合
住宅を、現行の床面積3000 以上から1000 以上
に拡大。1000 未満の集合住宅についても建築前
に協議を行い、排出ルールを徹底します。

目玉袋による実験

モデル地区で実験を実施します(写真)。

ごみ収集車に清掃用

具を用意

巢の撤去 など



目玉袋

4月1日から 粗大ごみの申込み窓口が変わります

粗大ごみ受付の電話番号が変わります。また、
ファクスやインターネットでも受付を始めます。
(3月31日までの申し込みは☎5296 7000)

【申込み方法】

①電話での申込み...☎5311 5300

毎日受付(年末年始を除く)午前8時~午後7時

②ファクスでの申込み...FAX5311 5303

毎日受付。必要事項(住所、氏名、電話番号、
昼間連絡がとれる電話番号、ファクス番号、申込
む品物と大きさ(縦×横×高さ)、数量)を書い
て送信してください。

③インターネットでの申込み...

<http://seisou.city.suginami/tokyo.jp/>

毎日受付。

ファクス、インターネットでの申込みは仮受付
です。翌日以降に、粗大ごみ受付センターから収
集日・粗大ごみ処理料金について、申込みと同じ
方法で連絡します。これで受付完了です。

テレビ・エアコン・冷蔵庫・洗濯機は粗大ごみ
として収集を行いません。購入したお店、または
買い替えるお店に連絡してください。購入したお
店がわからない場合は、家電リサイクル受付セン
ター☎5296 7200へ。

14年度の 国民健康保険料について

医療分保険料(すべての国保被保険者にご
負担いただく保険料)

▷所得割保険料率 = 100分の194

保険料額は、世帯の被保険者全員の住民税
合計額にこの料率を乗じて得た額です。

▷均等割保険料額 = 被保険者1人につき年2万
7300円

▷賦課限度額 = 1世帯あたり年53万円

介護分保険料(40~64歳までの被保険者に
加算される保険料)

▷所得割保険料率 = 100分の19

保険料額は、世帯の該当者全員の住民税合
計額に、この料率を乗じて得た額です。

▷均等割保険料額 = 該当者1人につき年7800
円(13年度は8100円)

▷賦課限度額 = 1世帯あたり年7万円

問い合わせは、国民健康保険課資格賦課係
へ。

外国人のための生活便利帳2001 ができました

区のサービスや関係機関のサービスを1冊
にまとめた暮らしのガイドブックです。英語・
中国語・韓国語で表記しています。

区民課外国人登録係(区役所東棟二階)で
配布していますので、ご利用ください。

4~5月のイベント情報

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。

ウエルカムパーティー

【日時】4月20日(土)午前10時~午後2時【会場】
善福寺川緑地公園緑陰広場(成田東2 7)【定
員】100名【参加費】500円

アジア漫画展

アジアの社会・文化・人々の暮らしをユーモラ
スに表現した漫画展です。

【日時】5月10日(金)~13日(月)【会場】セシオン
杉並(梅里1 22 32)【入場料】無料

海外文化セミナー・フィンランド

オーロラの国フィンランドを後援と音楽で紹介

するセミナーです。

【日時】5月25日 午後1時30分~4時【場所】西
荻地域区民センター(桃井4 3 2)【定員】300名
【参加費】500円

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】①国際交流サロン
での飲食はOKです②政治活動、宗教活動および
営利を目的とした使用はできません③月に一回程
度、夜間も開設していますので、是非ご利用くだ
さい(日時についてはお問合せください)

外国人相談

当協会では外国人の皆さんが日頃抱えている困
りごと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、中国語、韓国語、朝鮮語【相談方法】来所・電
話・文書(郵送・F a x)【費用】無料

イベントへの申し込みや問い合わせは、杉並区
文化・交流協会交流係(阿佐谷南1 14 2みなみ
阿佐ヶ谷ビル5階 5378 8833FAX5378 8844)へ。