



# Hello! SUGINAMI

**Suginami City Population**  
(as of November 1, 2016)

Total population..... 558,849  
Foreign residents..... 14,408

Issued on the 1st of even-numbered months

Published by: Suginami City Office. Editing: Public Relations Section. Address: 1-15-1 Asagayaminami, Suginami-ku, Tokyo 166-8570.

Tel: 03-3312-2111 (main switchboard), Fax: 03-3312-9911 (direct line for Public Relations Section) \*Please make inquiries in Japanese. URL: <http://www.city.suginami.tokyo.jp/>

## Follow the smoking rules for a town friendly to both smokers and non-smokers!

Suginami City enforces a city ordinance prohibiting smoking while walking and tossing away cigarette butts in the whole area of the city. Busy streets around stations and shopping areas are designated as non-smoking areas, where smoking is strictly prohibited, not only while walking but even while standing on the street (refer to the map).

Please follow the smoking rules for a town comfortable for everyone.



Smoking while walking and tossing away cigarette butts is prohibited in Suginami City

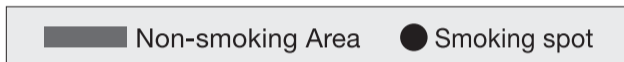


Non-smoking Areas in Suginami City

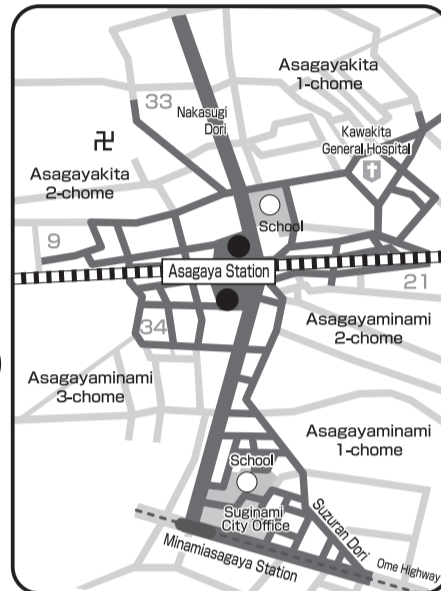
**[Contact]** Lifestyle Environment Office, Environmental Section

## Non-smoking Areas Map

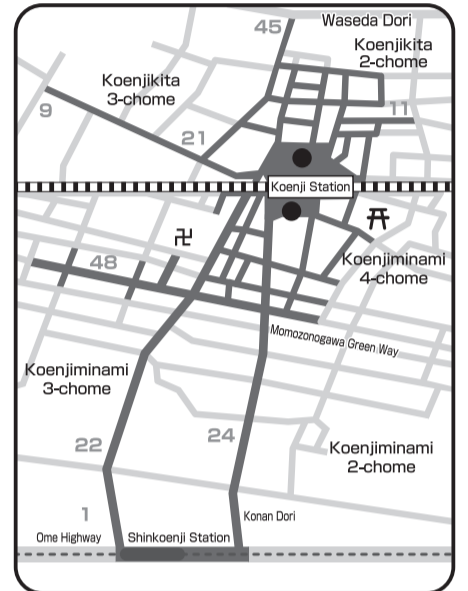
Smoking is prohibited on roads designated as Non-smoking Areas.



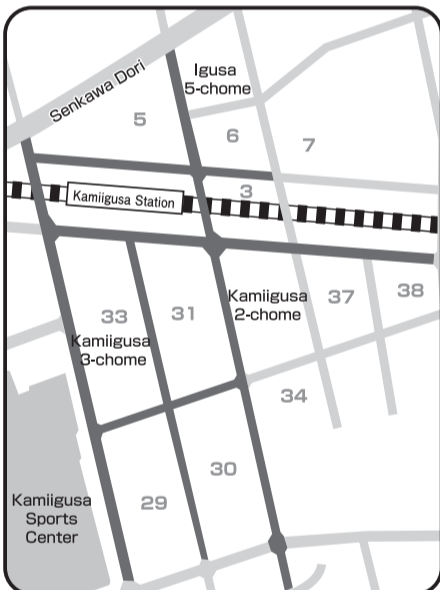
**Asagaya area**



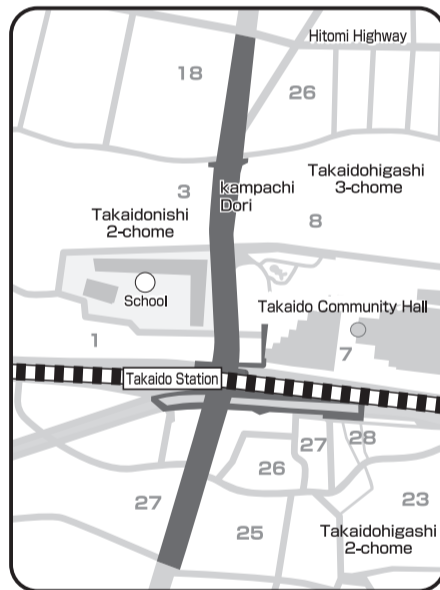
**Koenji area**



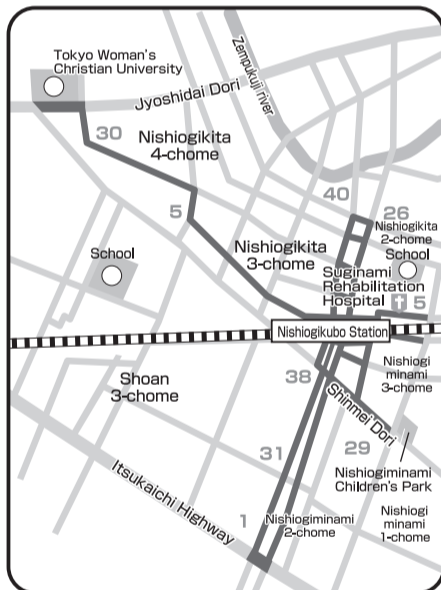
**Kamiigusa area**



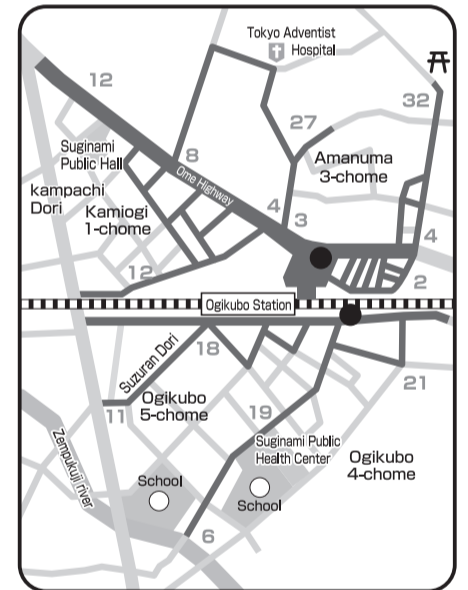
**Takaido area**



**Nishiogikubo area**



**Ogikubo area**



## “Suginami Waste Disposing Application” now available in other languages

The smartphone app “Suginami Waste Disposing Application” is now compatible with English, Chinese and Korean. This is a convenient app that allows the user to check how to separate and dispose waste and recyclables from both product names and classification types. Try it out!

### “Suginami Waste Disposing Application” functions

#### ◆Receive alerts on waste/recyclables collection dates and how to dispose waste

Select your area and the types of waste or recyclables to receive alerts on the day of or day prior to collection.

#### ◆Search for waste/recyclables separation rules

Search how to separate and dispose waste in the “Garbage Separation Dictionary” from either the product name or classification type.

### Download the app here:



▲Android



▲iOS

**[Contact]** Suginami Waste Collection Office  
Phone 03-3392-7281



## Deadline approaching for “Temporary Support Allowance” and “Temporary Support Allowance for Pensioners, etc. (for recipients of disability basic pension and survivors’ basic pension)”

The deadline for “Temporary Support Allowance” is fast approaching. Suginami City will accept applications until January 10, 2017 (postmark).

The allowance is available only through application. The allowance will only be paid out if the application is received by the deadline. Application forms have been sent to possibly eligible residents. Eligible residents are reminded to send in the applications as soon as possible.

**【 Contact 】** Suginami City Temporary Support Allowance Call Center  
**Phone 0120-00-9292** (8:30am-5:30pm excluding weekends, holidays and year-end holidays)

## Coming of Age gathering

“Coming of Age” gatherings will be held as per the details below. Please attend at the time allotted to the area (town) of your residence.

**【 When 】** January 9, 2017 (holiday)

**【 Where 】** Suginami Public Hall (1-23-15 Kamiogi)

**【 Eligibility 】** Suginami City residents born between April 2, 1996 and April 1, 1997 (invitations have been sent out to eligible residents as of the end of November)

Planned start time	10:30am (doors open 9:30am)	2:30pm (doors open 1:30pm)
Address (Town/chome)	Amanuma, Igusa, Imagawa, Ogikubo, Kamiigusa, Kamiogi, Kugayama, Shimizu, Shimoigusa, Shoan, Zempukuji, Takaidonishi, Nishiogikita, Nishiogiminami, Honamanuma, Minamiogikubo, Miyamae, Momoi, Asagayakita (3-chome 5-7/11-43, 4-chome 2-12/18-28, 6-chome 14-25/27-33), Kamitakaido (1-chome, 2-chome), Takaidohigashi (4-chome 3-21)	Asagayaminami, Izumi, Umezato, Eifuku, Omiya, Koenjikita, Koenjiminami, Shimotakaido, Naritanishi, Naritahigashi, Hamadayama, Honan, Horinouchi, Matsunoki, Wada, Asagayakita (1-chome and 2-chome, 3-chome 1-4/8-10, 4-chome 1/13-17/29-30, 5-chome, 6-chome 1-13/26/34-49), Kamitakaido (3-chome), Takaidohigashi (1-chome, 2-chome, 3-chome, 4-chome 1-2/22-28)
Junior high school district	Amanuma, Iogi, Igusa, Ogikubo, Shokei, Shinmei, Nakase, Nishimiya, Higashihara, Fujimigaoka, Miyamae	Asagaya, Izumi, Omiya, Koenji, Konan, Koyo, Suginomori, Sennan, Takaido, Higashita, Matsunoki, Wada

**【 Contact 】** Children and Youth Section **Phone 03-3393-4760**

## Japanese lessons for foreign residents of Suginami

Basic Japanese conversation, reading and writing lessons useful in day-to-day life are offered in several levels.

**【 When 】** 6:30pm-8:30pm every Tuesday and Friday, January 13 to March 21, 2017 (all levels study together on March 19; total 21 lessons)

**【 Where 】** Sesion Suginami

**【 Instructors 】** Members of Nihongo Gakushu Suginami no Kai

**【 Eligibility 】** Individuals living, working or attending school in Suginami City

**【 Fee 】** 2,000yen/month x 3 months (textbook fees extra)

**【 Application 】** By Email: Write the name of the class you wish to attend, your postal code, address, name, age, mobile phone number and send to the Nihongo Gakushu Suginami no Kai at [suginaminihongo@gmail.com](mailto:suginaminihongo@gmail.com)  
By mail: Write the information above on a postcard and mail to the Lifelong Education Center in care of Sesion Suginami at 1-22-32 Umezato, 166-0011

**Application deadline:** Applications must be received by January 6, 2017.

**【 Contact 】** Nihongo Gakushu Suginami no Kai **Email** [suginaminihongo@gmail.com](mailto:suginaminihongo@gmail.com) **Phone 090-7212-7909**

**【 Other 】** Interviews will be held from 6:30pm on Tuesday, January 10, 2017 in order to determine the correct levels for all applicants. Childcare available for children 1 to 6 years old not attending school yet (by advanced registration only, spaces limited).

## Information from the Suginami Association for Cultural Exchange (SACE)

Suginami Association for Cultural Exchange (SACE) organizes various events for foreign residents to interact with local Japanese and other foreign residents. Come join us!

### ◇SACE website and Facebook

Information for events hosted by SACE, Japanese classes and other interactive organizations around Suginami is available on our website and Facebook page. Event information and useful town information can be mailed free of charge to foreign residents of Suginami City. Please register on our website.

### ◇Japanese Speech Contest: Call for Participants

We are looking for foreigners to speak about their experiences living in Japan, surprises you have encountered and differences you have discovered with your home countries, in Japanese.



**【 When 】** 1:30pm-5:00pm, Saturday, March 4, 2017

**【 Where 】** Za Koenji (2-1-2 Koenjikita)

**【 Length of speech 】** Approximately 5 minutes

**【 Number of participants 】** Approximately 10

**【 Topics 】** Thoughts on being in Japan, about your home country, etc.

**【 Application 】** Mail, fax or Email your application form (available on the SACE website; mailed upon request) to SACE no later than January 20, 2017. In case of numerous applications the selection will be made and the results will be notified to all applicants by the end of January.

### ◇Free Specialist Consultation for Foreigners

Specialists including lawyers will be on hand to provide free consultation for issues regarding visas, marriage, divorce and the workplace as well as health insurance, accidents, education, illness and taxes. Confidentiality guaranteed.

**【 When 】** 1:00pm - 4:00pm, Saturday, February 25, 2017 (registration closes at 3:30pm)

**【 Where 】** Sesion Suginami (1-22-32 Umezato)

**【 Specialists 】** Lawyers, administrative scriveners (gyoseishoshi), certified social insurance labor consultants, etc.

**【 Interpreting available 】** English, Chinese, Korean, Thai, Bengali, Nepalese, Italian, Portuguese (subject to change)

**【 How to apply 】** Please come directly to the venue on the day of the event (reservations available)

**【 Other 】** Childcare available (by advanced registration only)

### ◇Support Desk for Foreign Residents

Volunteer interpreters speaking English, Chinese and Korean are available at Suginami City Office to help foreigners with various procedures. Ask for a volunteer interpreter at the information desk.

**【 Date and Hours 】** Mondays and Fridays 9:00am-noon, 1:00pm-4:00pm (excluding national holidays and year-end/New Year’s holidays)

**【 Place 】** Public Hearing Section

**【 Languages 】** (1) English: Mondays 1:00pm-4:00pm, Fridays 9:00am-noon  
(2) Chinese: Mondays 9:00am-noon, every first, third and fifth Friday 1:00pm-4:00pm  
(3) Korean: every second and fourth Friday 1:00pm-4:00pm

**【 How to consult 】** Visit in person (Suginami City Office, East Wing, 1F) or call (#1129) the Public Hearing Section or write to SACE (mail, fax or Email)

**【 Fee 】** Free

For applications or inquiries, contact SACE:

**【Address】** 5F Minami-Asagaya Bldg., 1-14-2 Asagayaminami 166-0004

**【Phone】** 03-5378-8833 **【Fax】** 03-5378-8844

**【Email】** [info@suginami-kouryu.org](mailto:info@suginami-kouryu.org) **【Website】** <http://www.suginami-kouryu.org/>

**【Facebook】** <http://www.facebook.com/suginami.kouryu>

## Medical Consultation Service Counters

### Tokyo Metropolitan Medical Consultation Service Center

Inquiries regarding medical institutions that provide foreign language consultation and the Japanese medical system are handled in English, Chinese, Korean, Thai and Spanish. **【Consultation hours】** 9:00am - 8:00pm every day **【Phone】** 03-5285-8181

### Tokyo Metropolitan Medical Institution Information “Himawari”

The website allows you to search for medical institutions close to an address or station. **【English website】** <http://www.himawari.metro.tokyo.jp/qq/qq13enmnl.asp>

## Suginami City Emergency Treatment (in Japanese only)

Call first for a consultation. If you are asked to come in for an examination as a result of the consultation, be sure to bring your health insurance certificate and medical certificate.

### ■Suginami City Holiday and Nighttime Emergency Treatment Center

**【Phone】** 03-3391-1599 **【Address】** Suginami Public Health Center 2F, 5-20-1 Ogikubo

**【Medical departments and hours】** (reception closes 30 minutes before end of examination time)

Monday to Friday, 7:30pm - 10:30pm: pediatrics

Saturdays, 5:00pm - 10:00pm: internal medicine, pediatrics, ear/nose/throat

Sundays, public holidays, year-end and New Year holidays, 9:00am - 10:00pm: internal medicine, pediatrics, surgery (until 5:00pm), ear/nose/throat

### ■Suginami City Dental Health and Medical Center (Holiday Dental Emergency Clinic)

**【Phone】** 03-3398-5666 **【Address】** Suginami Public Health Center 5F, 5-20-1 Ogikubo

**【Hours】** Sundays, public holidays, year-end and New Year holidays: 9:00am - 5:00pm (reception until 4:00pm)

### ■Suginami City Emergency Medical Information Center

Information on medical institutions and medical consultation available.

**【Phone】** #7399 or 03-5347-2252 **【Hours】** Monday to Friday: 8:00pm - 9:00am following day

Saturdays, Sundays, public holidays, year-end and New Year holidays: 9:00am - 9:00am following day



# Hello! SUGINAMI

Suginami City Population  
(as of November 1, 2016)

Total population..... 558,849  
Foreign residents..... 14,408

Issued on the 1st of even-numbered months

Published by: Suginami City Office. Editing: Public Relations Section. Address: 1-15-1 Asagayaminami, Suginami-ku, Tokyo 166-8570.

Tel: 03-3312-2111 (main switchboard), Fax: 03-3312-9911 (direct line for Public Relations Section) \*Please make inquiries in Japanese. URL: <http://www.city.suginami.tokyo.jp/>



## 路上禁煙地区マップ

路上禁煙地区に指定されている道路では、喫煙ができません

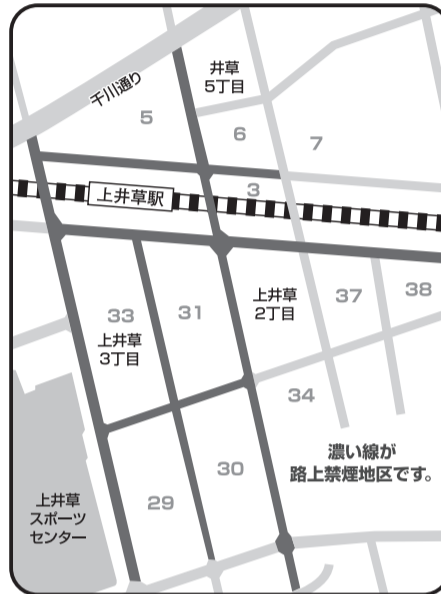
阿佐谷地区



高円寺地区



上井草地区



高井戸地区



西荻窪地区



荻窪地区



喫煙ルールを守って、  
吸う人・吸わない人も  
お互い快適なまちに！

杉並区では、条例により区内全域で、歩きタバコや吸い殻のポイ捨てを禁止しています。また、人通りが多い区内6駅(高円寺・阿佐ヶ谷・荻窪・西荻窪・高井戸・上井草)周辺を「路上禁煙地区」に指定して、喫煙自体を禁止しています(図参照)。喫煙ルールをしっかり守り、みんなが心地よいまちにしましょう。

【問い合わせ】  
環境課生活環境担当

## 「なみすけのごみ出し達人(マスター)」 の外国語対応を始めました

スマートフォン向けアプリ「なみすけのごみ出し達人(マスター)」で、英語・中国語・韓国語の対応を始めました。ごみ・資源の分け方・出し方などが品名や分別種類の両方から調べることができる便利なアプリです。ぜひ、ご利用ください。

### 「なみすけのごみ出し達人(マスター)」の機能

◆ごみ・資源の収集曜日やごみ出しに関するお知らせを通知します

お住まいの地域と、知りたいごみ・資源の種類を選択することで、収集曜日の前日・当日にアラームでお知らせします。

◆ごみ・資源の分別方法を検索できます

「ごみ分別辞典」では、ごみ・資源の分け方・出し方を品名と分別方法の両方から検索することができます。

ダウンロードはこちらから

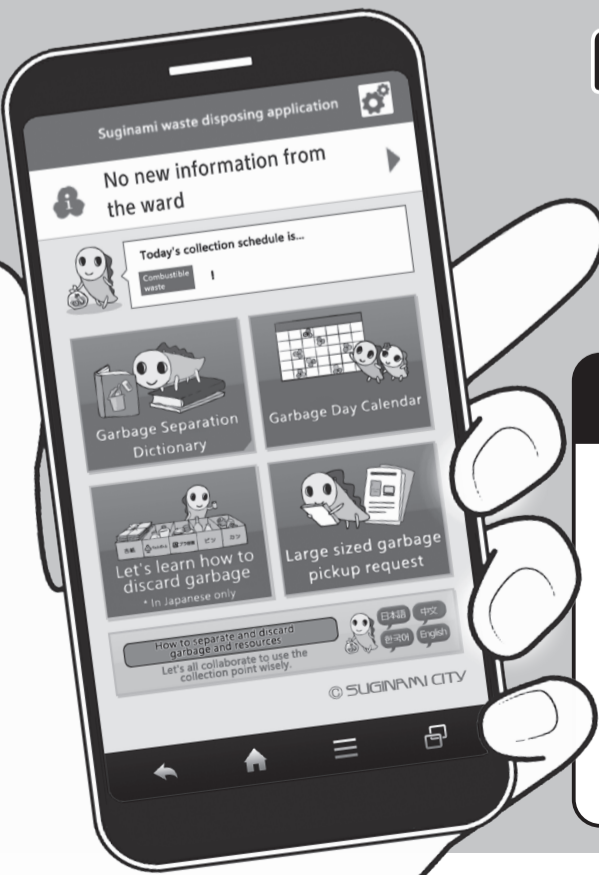


▲Android版



▲iOS版

【問い合わせ】杉並清掃事務所  
電話 03-3392-7281



## 「臨時福祉給付金」および 「年金生活者等支援臨時福祉給付金」 (障害・遺族基礎年金受給者向け) の申請期限が間近です

「臨時福祉給付金」および「年金生活者等支援臨時福祉給付金」(障害・遺族基礎年金受給者向け)の申請期限が間近です。杉並区の申請受け付け期限は2017年1月10日(消印有効)です。

給付金を受け取るには申請が必要です。期限までに申請がない場合は、給付金を受け取ることができません。対象となる可能性がある方には、すでに申請書を郵送しています。対象に該当する方で、まだ申請がお済みでない方は、大至急申請してください。

**【問い合わせ】**杉並区臨時給付金専用コールセンター 電話 0120-00-9292  
(午前8時30分～午後5時30分(土・日曜日、祝日、年末年始を除く))

## 「成人祝賀のつどい」

「成人祝賀のつどい」を下記のとおり開催します。お住まいの地域(町名)ごとに下記の時間にお越しください。

- 【日時】2017年1月9日(祝)
- 【場所】杉並公会堂(上荻1-23-15)
- 【対象】区内在住で1996年4月2日～1997年4月1日生まれの方  
(該当する方へは11月末日までに案内状を発送しました)

時間 開始予定	午前10時30分 (開場=9時30分)	午後2時30分 (開場=1時30分)
住所(町名・丁目)	天沼、井草、今川、荻窪、上井草、上荻、久我山、清水、下井草、松庵、善福寺、高井戸西、西荻北、西荻南、本天沼、南荻窪、宮前、桃井の全域、阿佐谷北(3丁目5～7・11～43番、4丁目2～12・18～28番、6丁目14～25・27～33番)、上高井戸(1～2丁目)、高井戸東(4丁目3～21番)	阿佐谷南、和泉、梅里、永福、大宮、高円寺北、高円寺南、下高井戸、成田西、成田東、浜田山、方南、堀ノ内、松ノ木、和田の全域、阿佐谷北(1～2丁目全域、3丁目1～4・8～10番、4丁目1・13～17・29～30番、5丁目全域、6丁目1～13・26・34～49番)、上高井戸(3丁目全域)、高井戸東(1～3丁目全域、4丁目1～2・22～28番)
中学校区	天沼、井荻、井草、荻窪、松溪、神明、中瀬、西宮、東原、富士見丘、宮前	阿佐ヶ谷、和泉、大宮、高円寺、高南、向陽、杉森、泉南、高井戸、東田、松ノ木、和田

**【問い合わせ】**児童青少年課青少年係 電話 03-3393-4760

## 杉並でくらす外国人のための にほんご教室

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ぶ、レベル別クラスレッスンです。

- 【日時】2017年1月13日～3月21日の毎週火・金曜日、  
午後6時30分～8時30分(3月19日(日)は合同学習会。計21回)
- 【場所】セシオン杉並
- 【講師】にほんご学習すぎなみの会
- 【対象】区内在住・在勤・在学の方
- 【費用】1カ月2000円×3回(別途テキスト代)

**【申し込み】**Eメールに講座名・郵便番号・住所・氏名・年齢・携帯電話番号を書いて、にほんご学習すぎなみの会 メール [suginaminihongo@gmail.com](mailto:suginaminihongo@gmail.com) またはハガキに講座名・郵便番号・住所・氏名・年齢・携帯電話番号を書いて、社会教育センター(〒166-0011 梅里1-22-32セシオン杉並内) **申込期限=2017年1月6日(必着)**

**【問い合わせ】**にほんご学習すぎなみの会  
メール [suginaminihongo@gmail.com](mailto:suginaminihongo@gmail.com) 電話 090-7212-7909

**【その他】**クラス分けのための面接を2017年1月10日(火)午後6時30分からセシオン杉並で実施。1歳～就学前の託児あり(事前申込制。定員あり)

## 杉並区交流協会のお知らせ

杉並区交流協会では、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。

◇**杉並区交流協会ホームページとFacebook**  
杉並区交流協会のホームページや Facebook をぜひご覧ください。杉並区交流協会の主催イベントや区内の日本語教室、杉並区 的交流自治体の情報などを載せています。杉並区内在住の外国人には、無料でイベント情報や区内の便利な情報を郵送します。杉並区交流協会ホームページから登録できます。

◇**日本語スピーチ大会発表者募集**  
日本に住んで体験したこと、驚いたこと、自分の国とは違うことなどを、学んだ日本語を使って発表してくれる外国人の方を募集します。



- 【日時】2017年3月4日(土)  
午後1時30分～5時
- 【場所】座・高円寺(高円寺北2-1-2)
- 【発表時間】5分程度
- 【発表者】10名程度
- 【テーマ】日本に来て感じたこと、自分の国のことなど
- 【申し込み】申込書(杉並区交流協会ホームページから取り出せます。必要方には郵送も可)を、郵送・ファクス・Eメールで、2017年1月20日(必着)までに杉並区交流協会。応募者多数の場合は選考し、1月末日までに連絡します。

◇**外国人のための無料専門家相談会**  
ビザ・結婚・離婚・仕事に関するトラブルや健康保険・事故・教育・病気・税金・その他について、弁護士などの専門家が無料で相談をお受けします。秘密は厳守します。

- 【日時】2017年2月25日(土)午後1時～4時(受け付けは3時30分まで)
- 【場所】セシオン杉並(梅里1-22-32)
- 【専門家】弁護士・行政書士・社会保険労務士など
- 【通訳】英語・中国語・韓国語・タイ語・ベンガル語・ネパール語・イタリア語・ポルトガル語(予定)
- 【申し込み】当日、直接会場へ(予約も可)
- 【その他】託児あり(事前申込制)

◇**外国人サポートデスク**  
ボランティア通訳が外国人の皆さんの区役所での手続きをサポートします。英語・中国語・韓国語で対応しています。お気軽に窓口までお越しください。

- 【日時】毎週月・金曜日午前9時～正午、午後1時～4時(祝休日、年末年始は除く)
- 【場所】区政相談課(区役所東棟1階)
- 【言語】①英語=毎週月曜日午後1時～4時、金曜日午前9時～正午  
②中国語=毎週月曜日午前9時～正午、第1・3・5金曜日午後1時～4時  
③韓国語=第2・4金曜日午後1時～4時
- 【相談方法】来所・電話(区政相談課(区役所東棟1階・内線1129))・文書(郵送・ファクス・Eメール)
- 【費用】無料

★申し込み・詳細の問い合わせは、杉並区交流協会へ。  
【住所】〒166-0004 阿佐谷南1-14-2みなみ 阿佐ヶ谷ビル5階  
【電話】03-5378-8833 【ファクス】03-5378-8844  
【Eメール】[info@suginami-kouryu.org](mailto:info@suginami-kouryu.org)【ホームページ】<http://www.suginami-kouryu.org/>  
【Facebook】<http://www.facebook.com/suginami.kouryu>

<b>医療相談 の窓口</b>	<b>東京都保健医療情報センター</b>	外国語で診療を受けることができる医療機関や、日本の医療制度についての問い合わせに、英語・中国語・ハングル・タイ語・スペイン語で応じます。	<b>【相談日時】 毎日午前9時～午後8時 【電話】 03-5285-8181</b>
	<b>東京都医療機関案内サービス「ひまわり」</b>	ホームページで、住所や最寄りの駅から医療機関を探すことができます。 <b>【英語版ホームページ】</b> <a href="http://www.himawari.metro.tokyo.jp/qq/qq13enmnl.asp">http://www.himawari.metro.tokyo.jp/qq/qq13enmnl.asp</a>	

<b>杉並区の急病診療窓口(日本語対応のみ)</b> まずは、電話でご相談ください。相談の結果、受診する場合は、健康保険証・医療証を必ず持参してください。	
<p>■杉並区休日等夜間急病診療所 【電話】03-3391-1599 【場所】荻窪5-20-1杉並保健所2階 【診療時間・科目】(いずれも受け付け終了時間は診療終了時間の30分前まで) 月～金曜日…午後7時30分～10時30分=小児科 土曜日…午後5時～10時=内科・小児科・耳鼻咽喉科 日曜日・祝日 年末年始…午前9時～午後10時(外科は午後5時まで)=内科・小児科・外科・耳鼻咽喉科</p>	<p>■杉並区歯科保健医療センター(歯科休日急病診療) 【電話】03-3398-5666 【場所】荻窪5-20-1杉並保健所5階 【診療時間】日曜日、祝日、年末年始…午前9時～午後5時(受け付けは午後4時まで)</p> <p>■杉並区急病医療情報センター ※医療機関案内・医療相談を受け付けています。 【電話】#7399 または 03-5347-2252 【案内・相談時間】月～金曜日…午後8時～翌日午前9時 土・日曜日、祝日、年末年始…午前9時～翌日午前9時</p>