

# 区からのお知らせ

## SUGINAMI INFORMATION

### 保険・年金

#### 65歳になる方へ～老齢基礎年金の請求

老齢基礎年金は、国民年金の保険料納付済期間、免除・猶予期間、厚生年金・共済組合の加入期間および合算対象期間などが合計10年以上ある方（8月より、25年以上から10年以上に変更となりました）が、原則65歳から受給できます。受給のためには請求が必要で、受け付けは誕生日の前日からです。なお、請求書は事前に日本年金機構から送付されます。

また、繰り上げ請求（60～65歳の間に受給開始を早めて、減額された年金を受けること）や、繰り下げ請求（66～70歳の間に受給開始を遅くして、増額された年金を受けること）もできます。

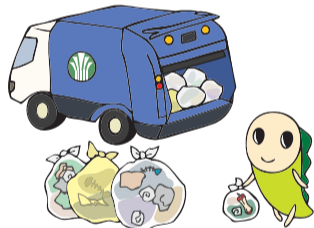
老齢基礎年金の受給手続きや問い合わせは、次の窓口にご相談ください。

☑加入期間の全てが国民年金の第1号被保険者のみの方＝区国保年金課国民年金係（区役所中棟2階）▶国民年金の第3号被保険者期間がある方、厚生年金等に加入したことがある方（脱退一時金を受給した期間も含む）＝杉並年金事務所☎3312-1511

### 採用情報 ※応募書類は返却しません。

#### 杉並清掃事務所年末年始臨時収集職員（アルバイト）

☑区内のごみ収集作業▶勤務期間＝12月1日～30年1月31日（応相談）▶勤務日時＝月20日以内。月～土曜日午前7時40分～午後4時25分▶勤務場所＝杉並清掃事務所（成田東5-15-20）、同事務所方南支所（方南1-3-4）▶募集人数＝若干名▶報酬＝日額9490円▶その他＝雇用保険加入。交通費支給（上限あり）☑18歳以上の方（高校生を除く）☑電話で、各勤務場所（杉並清掃事務所☎3392-7281/同



事務所方南支所☎3323-4571）☑杉並清掃事務所管理係☎3392-7281

### 募集します

#### 区役所本庁舎案内業務の事業者

30年度からの本庁舎案内業務について、プロポーザル方式により受託事業者を募集します。申し込み方法など詳細は、実施要領（10月30日(月)～11月17日(金)に区政相談課（区役所東棟1階）で配布。区ホームページからも取り出せます）をご覧ください。

☑業務委託内容＝区役所本庁舎案内業務（庁舎総合案内および区民課窓口案内）▶業務委託期間＝30年4月1日～33年3月31日 ☑実施要領を参照の上、申込書類を、11月17日午後5時（必着）までに区政相談課へ書留郵便で郵送・持参 ☑同課

#### 29年度東京消防庁防火防災標語

29年度の募集テーマは、「家族や地域を災害から守る防災標語」「安全な取り扱い方法を広める危険物安全標語」です。

詳細は、東京消防庁、杉並消防署、荻窪消防署のホームページをご覧ください。

☑公募期間＝11月15日(水)まで ☑都内在住・在勤・在学の方 ☑杉並消防署（阿佐谷南3-4-3）または荻窪消防署（桃井3-4-1）へ持参ほか ☑杉並消防署予防課防火管理係☎3393-0119、荻窪消防署予防課防火管理係☎3395-0119

### 相談

#### シニアのための就業・起業・地域活動個別相談

☑11月4日(土)午前9時～午後5時（1人45分程度）☑場 いういう高円寺南館（高円寺南4-44-11）☑区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方 ☑☑電話で、いういう高円寺南館☎5378-8179

### その他

#### 小規模事業者経営改善資金融資制度（マル経融資）

商工会議所の推薦により、無担保・保証人不要・低金利で融資を受けられる国（日本政策金融公庫）の公的融資制度です。

☑融資限度額＝2000万円（30年3月31日同公庫受け付け分まで）▶資金使途・返済期間＝運転資金＝7年以内、設備資金＝10年以内▶担保・保証人＝不要

（信用保証協会の保証も不要）▶利率＝年1.11%（9月13日現在。利率は金融情勢により変わることがあります）/その他の要件の詳細はお問い合わせください ☑従業員が20人以下の法人・個人事業主（商業・サービス業は5人以下〈宿泊業・娯楽業は20人以下〉）☑東京商工会議所杉並支部☎3220-1211

### 審議会等のお知らせ

## 特別職報酬等審議会

☑10月31日(火)午前10時～正午 ☑場区役所第1委員会室（中棟4階）☑区議会議員の議員報酬および政務活動費の額ならびに区長、副区長、教育長および常勤の監査委員の給料の額について☑総務課

## 粗大ごみ受付センターの一時休止

システムメンテナンスのため、電話・ファクス・インターネットによる粗大ごみの受け付けを下記のとおり休止します。

☑休止期間＝10月28日(土)午後8時～29日(日)午後10時 ☑杉並清掃事務所管理係☎3392-7281



## 低圧進相コンデンサの火災にご用心!

区内飲食店で業務用エアコンに電気を供給するコンデンサから火災が発生しました。

工場や商店等で使用されている古いコンデンサ（200v～600v）は、絶縁劣化により発熱・出火する危険性があります。特に昭和50年以前の製品には、保安装置が内蔵されていないため、東京消防庁では使用停止や交換を呼び掛けています。ご注意ください。

☑杉並消防署予防課防火管理係☎3393-0119、荻窪消防署予防課防火管理係☎3395-0119

### 11月の各種健康相談(予約制) の記載があるものの申し込みは、各保健センターへ。

保健センター名	子育て相談・交流	母親学級(予約制)	平日パパママ学級(予約制)	離乳食講習会	乳幼児歯科相談(予約制)	歯みがきデビュー教室(予約制)	栄養・食生活相談(予約制)	ものわすれ相談(予約制)	心の健康相談(予約制)
荻窪 (荻窪5-20-1) ☎3391-0015	16日(木) 午前9時15分～10時15分	1日(水) 8日(水) 15日(水)	-	22日(水) 午後1時30分～3時30分 ★電話で申し込み(35名。申込順)	午前 10日(金) 24日(金) 午後 2日(木)	30日(木) 午後1時15分 午後1時55分 午後2時35分	10日(金) 午前9時～正午	16日(木) 午前9時30分 27日(月) 午後1時30分	2日(木)・8日(水) 午後1時30分
高井戸 (高井戸東3-20-3) ☎3334-4304	6日(月) 午前9時15分～10時	-	21日(火) 午後1時30分～4時	7日(火)・15日(水) 午前10時30分～午後0時30分 (7日は生後9カ月頃から)	午前 6日(月) 20日(月) 午後 10日(金)	17日(金) 午後1時15分 午後1時55分 午後2時35分	2日(木) 午前9時～正午	7日(火) 午後1時30分	22日(水) 午後1時30分 29日(水) 午前9時30分
高円寺 (高円寺南3-24-15) ☎3311-0116	30日(木) 午前9時30分～10時15分	10日(金) 17日(金) 24日(金)	-	6日(月) 午後1時30分～3時30分	午前 7日(火) 21日(火) 午後 -	16日(木) 午後1時15分 午後1時55分 午後2時35分	7日(火) 午前9時～正午	9日(木) 午後1時30分 24日(金) 午前9時30分	17日(金)・30日(木) 午後2時
上井草 (上井草3-8-19) ☎3394-1212	22日(水) 午前9時～10時	-	30日(木) 午後1時30分～4時	28日(火) 午前10時30分～午後0時30分	午前 22日(水) 午後 8日(水)	14日(火) 午後1時15分 午後1時55分 午後2時35分	-	9日(木) 午前9時30分	20日(月) 午後1時30分
和泉 (和泉4-50-6) ☎3313-9331	17日(金) 午前9時15分～10時15分	7日(火) 14日(火) 21日(火)	1日(水) 午後1時30分～4時	16日(木) 午後1時30分～3時30分	午前 9日(木) 午後 22日(水)	-	-	16日(木) 午後1時45分	7日(火) 午後1時30分

※1 杉並区に転入し、妊婦・乳幼児健診受診票、予防接種受診票が必要な方は、各保健センターまたは子育て支援課母子保健係（区役所東棟3階）へ。  
 ※2 ベビーカー等の盗難が発生しています。会場は狭いためベビーカーで回ることができません。チェーン錠をつけるなど各自でご注意ください。

凡例 ☑日時 場場所 内容 講師 対象 定員 参加費(記載のないものは無料) ☑申し込み(記載のないものは直接会場へ)  
 ☑お問い合わせ 他その他 ☑Eメールアドレス ☑HPホームページアドレス



## 「すぎナビ」に新しい機能が追加されます

——問い合わせは、防災課、土木管理課へ。

「すぎナビ」は、避難所や安全な避難経路など、災害時に有用な情報を入手できる、皆さんと杉並区の情報共有のためのスマートフォン向け地図アプリです。平常時には区の公式電子地図サービスとして、公共施設案内などにご利用いただけます。

アプリのダウンロードは…



### 新機能

※いずれも、10月末配信予定。

### すぎナビは

#### 英語対応



より多くの方が杉並区の情報を得やすく、活用しやすくなります。

#### 経路検索の充実



経路を検索する際、広い道(4m以上)を優先する条件を付けた経路検索ができるようになります。

#### オフライン対応



災害時には通信が途絶えてしまう場合も少なくありません。「すぎナビ」はオフラインの状態でもご利用いただけます。

※一部利用できない機能があります。

#### 投稿機能



災害時には多くの情報が必要です。皆さんから「すぎナビ」に投稿された情報は地図上で共有され、他の利用者の避難に役立てられます。

※災害時のみご利用いただけます。

#### 安全な避難経路案内



投稿された情報や、杉並区が収集した危険な場所の情報を利用し、危険を避けた目的地点までの経路を案内します。

※位置情報をオンにする必要があります。

## 東京都最低賃金改正のお知らせ

東京都最低賃金は、10月1日から、時間額958円に改正されました。東京都内で働く全ての労働者に適用されます。  
 東京労働局労働基準部賃金課 ☎3512-1614 または 東京都最低賃金総合相談支援センター ☎0120-311-615

## 特別区民税・都民税第3期分の納期限は10月31日(火)です

お近くの金融機関、コンビニエンスストア、区民事務所などで納付してください。口座振替の方は、10月31日(火)に指定の口座から振り替えます。預金残高をお確かめください。

### 安心・便利! ご利用ください口座振替

手続きは、届出印を持って取引先の区内金融機関窓口へ。または電話で、納税課。申込用紙を送ります。

納税課

## 「電気自動車用充電設備導入助成」制度をご存じですか?

区では、クリーンエネルギー普及のために、電気自動車用充電設備の経費の一部を助成しています。

### 助成内容

充電設備の種類と助成内容は以下のとおりです。

- 急速充電設備=機器本体の購入価格(消費税を除く)の4分の1(限度額50万円)
- 普通充電設備ポール型・スタンド型=機器本体の購入価格(消費税を除く)の4分の1(限度額10万円)
- 普通充電設備コンセント型=機器本体+設置工事に必要な機器の購入価格(消費税を除く)の4分の1(限度額10万円)

※助成額は1000円未満は切り捨て。

### 助成要件

次の①~③のいずれかの要件を満たす方。

- ①区民(設置完了までに区民になる方を含む)
- ②区内中小企業者(代表者が区民で、一般公共の用に供すること)
- ③共同住宅管理組合または管理者(区内の共同住宅であること)

### 申し込み

申請書類(環境課〈区役所西棟7階〉で配布。区ホームページからも取り出せます)を、機器設置工事の着工の2週間前までに環境課環境活動推進係へ持参。

※着工後に申請をすることはできません。申請の受け付けは30年2月28日まで。完了報告は30年3月20日までに提出。申請が予算枠に達し次第終了。

関係

## 急病診療と医療情報案内

小児科・内科・耳鼻咽喉科・外科・歯科

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(荻窪5-20-1杉並保健所内)  
受け付けは終了30分前まで

小児科 平日:午後7時30分~10時30分  
内科・小児科・耳鼻咽喉科 土曜日:午後5時~10時  
日曜日・祝日:午前9時~午後10時  
外科 日曜日・祝日:午前9時~午後5時



☎3398-5666 歯科保健医療センター(荻窪5-20-1杉並保健所内)  
歯科 日曜日・祝日:午前9時~午後5時(受け付けは4時まで)

### その他の医療機関案内、急病対応の説明

☎#7399 杉並区急病医療情報センター  
(または☎5347-2252)  
土・日曜日、祝日:24時間/平日:午後8時~翌日午前9時

☎5272-0303 東京都医療機関案内サービス(ひまわり)  
コンピューターによる自動応答サービス。毎日24時間対応。

## 未来へみどりを引き継ぐために杉並区みどりの基金キャンペーン

多くの方から寄せられた寄付は、貴重なみどりの保全や、公園等の整備などに活用しています。区内にみどりや森を残すため、みどりの基金への寄付をお願いします。

☎10月30日(月)午後1時~2時 ☎区役所1階ロビー ☎みどり公園課みどりの計画係 ☎寄付していただいた方に、区内造園業者有志の会より花苗を差し上げます(マイバッグ持参。なくなり次第終了)

## 区内空間放射線量等測定結果

9月に実施した、区内の空間放射線量率および区立小中学校・保育園等の給食食材の放射能濃度測定の結果、特に異常はありませんでした。詳細は、区ホームページでご覧になれます。

☎空間放射線量率の測定については、環境課放射能対策担当。区立小中学校・保育園等の給食食材の放射能濃度測定については、学務課・保育課。放射能濃度測定の方法については、杉並保健所生活衛生課☎3391-1991。

※申し込みは「広報すぎなみ」の発行日からとなります。  
※紙面上では市外局番「03」の表記を省略しています。

## 養育家庭になりませんか

—— 問い合わせは、子ども家庭支援センター ☎5929-1902へ。

養育家庭（ほっとファミリー）制度は、いろいろな理由で親と一緒に暮らすことのできない子どもたちを一定期間家庭に迎え、家族と一緒に生活し、養育していただく東京都の推進している制度です。

親の入院などで短期間の預かりが必要な場合もあります。幼稚園・保育園・学校に通い続けるためには、学区内の養育家庭でお預かりいただくのが理想です。全小学校区に養育家庭の登録ができるよう、お力をお貸しください。

### 主な要件

- 養子縁組を目的としない。
  - 25歳以上65歳未満で健康な夫婦である（配偶者のいない場合は、一定の条件あり。65歳以上の方は要相談）。
  - 居室（LDKを除く）が、2室10畳以上ある。
  - 養育期間は短期から可能。
  - 委託期間中の子どもの養育費等は都が基準に基づいて支払う。
- ※その他、詳細は東京都杉並児童相談所にお問い合わせください。

### 養育家庭体験発表会

より多くの方に養育家庭の制度を知っていただくために、発表会を開催します。

📅 11月11日(土)午後2時～4時 📍 阿佐谷地域区民センター（阿佐谷南1-47-17）👥 50名程度（申込順）☎ 電話で、子ども家庭支援センター ☎5929-1902、東京都杉並児童相談所 ☎5370-6001 📄 2歳～就学前の託児あり（事前申込制。5名程度〈申込順〉）

子育てに優しい取り組みをしている企業・事業者を募集します

## 「杉並区子育て優良事業者表彰」候補者の募集

—— 問い合わせは、子育て支援課管理係へ。

仕事と育児の両立を支援する取り組みや、子育て支援活動への参加等の地域貢献活動を行っている企業・事業者は、ぜひ応募してください（自薦・他薦を問いません）。

応募要件など詳細は、募集案内（すぎなみ子育てサイト <http://www.city.suginami.tokyo.jp/kosodate/index.html>から取り出せます）をご覧ください。すぎなみ子育てサイトでは、過去の受賞事業者の取り組みや表彰式の様子なども紹介しています。

### 候補者を募集する各賞

**最優良賞**…以下の①②ともに当てはまるなど、他の模範となると認められる事業者

**優良賞**…以下の①に当てはまる事業者

**特別奨励賞**…以下の②に当てはまる事業者

- ① 仕事と育児を両立できる制度を持つなど、多様で柔軟な働き方を社員等が選択できる取り組みを積極的に行っている事業者
- ② 地域貢献その他子育て支援に関し、有益な取り組みを行っている事業者

### 応募方法

申請書（子育て支援課〈区役所東棟3階〉で配布。区ホームページからも取り出せます）を、11月30日までに子育て支援課管理係 ☎5307-0686 [k-sien-k@city.suginami.lg.jp](mailto:k-sien-k@city.suginami.lg.jp)へファクス・Eメール

## 未来へつなごう都市農業 アグリフェスタ2017

貴重な都市農地を保全するため、JA東京中央・杉並区・世田谷区の三者連携による、都市農業の振興と農地保全への理解を深めるための協働事業です。

**日時** 10月22日(日)午前11時～午後3時  
**場所** 烏山区民センター（世田谷区南烏山6-2-19）  
**問い合わせ** 産業振興センター都市農業係 ☎5347-9136

### ホールイベント

午後0時30分ごろ＝阿波おどり  
 1時＝フレンチの巨匠・三國清三シェフによる食育「東京の地産地消活動から学ぶ」講演  
 1時50分＝三國シェフと3者トップによるトークセッション  
 2時35分＝抽選会

### 募集イベント

正午～午後0時30分＝花の寄せ植え体験  
 0時30分～0時45分＝野菜の重さ当てクイズ  
 （いずれも午前11時から受け付け）

### ブースイベント

トラクター乗車体験・記念撮影、農産物即売市、JA東京中央販売コーナー、昔の農機具展示・わら細工講習会、箱の中の野菜当てクイズ、食リンピック・食育カルタ、わくわく工作コーナー、野菜ソムリエによる野菜クイズ・塗り絵、野菜のフェイスペイント、缶バッジ作り、模擬店

▶ 昨年の様子▶



## 民営化宿泊施設をご利用ください

### 富士学園（山梨県南都留郡忍野村忍草2997）

#### 冬季バスツアー（観光付き）

**時間** ①12月13日(水)～15日(金)（2泊3日）＝山中湖イルミネーションと松本城、高橋まゆみ人形館に、東洋のミケランジェロ石川雲蝶（2泊目は塩沢江戸川荘宿泊）②30年1月15日(月)～16日(火)（1泊2日）＝2日間のスキー三昧！富士学園冬のスキーツアー③2月8日(木)～9日(金)（1泊2日）＝寒い冬に遠足はいかが？みんな知ってるあの企業へ！大人の工場見学ツアー **集合・解散**＝JR荻窪駅・阿佐ヶ谷駅・京王線明大前駅 **費用** ①3万1700円～②1万2000円～（別途リフト料金、道具レンタル料金）③1万5500円～／いずれも、区民補助金適用後 **申込** 電話で、あんしん宿予約センター ☎0120-844-891（午前9時～午後5時） **最少催行人数**＝各20名（1名から申し込み可）

#### 冬季割引料金

**割引適用期間** 11月1日(水)～30年3月31日(土)（12月31日～30年1月3日を除く）  
**料金（1泊2食付き）** 3172円～（区民補助金適用後）  
**申込** 電話で、富士学園 ☎0555-84-7031

### 弓ヶ浜クラブ（静岡県賀茂郡南伊豆町湊781）

伊豆三大美浜の一つである弓ヶ浜。12月下旬には水仙、2月には菜の花やみなみの桜も咲き乱れます。

4月までの指定日に、3泊4日のバスパックと、2泊3日のバスツアーを実施します。また、冬季割引により、お得な料金でご利用いただけます（下記のとおり）。

暖かな南伊豆の地で、ご家族やお友達とのんびり過ごしてみませんか。

#### 阿佐ヶ谷駅発着3泊4日バスパック（観光なし）

**運行日程** 30年1月16日(火)～19日(金)、2月26日(月)～3月1日(木)、3月15日(木)～18日(日)、4月24日(火)～27日(金)

**料金（3泊4日8食付き）** 1万9468円～（区民補助金適用後）

※子ども・区外の方の料金は、お問い合わせください。

**最少催行人数** 20名（2名から申し込み可）

#### 阿佐ヶ谷駅発着2泊3日バスツアー（観光付き）

**運行日程** 30年2月19日(月)～21日(水)・21日(水)～23日(金)、4月3日(火)～5日(木)

**観光場所** 2月＝河津桜、みなみの桜、菜の花まつりなど▶4月＝西伊豆お花見、松崎方面

**料金（2泊3日5食付き）** 1万9468円～（区民補助金適用後）

※子ども・区外の方の料金は、お問い合わせください。

**最少催行人数** 20名（2名から申し込み可）

#### 冬季割引料金

**割引適用期間** 11月17日(金)～30年4月30日(木)（12月29日～30年1月3日を除く）  
**料金（1泊2食付き）** 3156円～（区民補助金適用後）

…………… いずれも ……………

**申込** 電話で、弓ヶ浜クラブ ☎0120-412-224（平日午前10時～午後5時）



# 放置自転車ゼロへ、取り組んでいます

区ではこれまで、自転車駐車スペースの確保、放置防止啓発活動、放置自転車撤去活動の推進など放置自転車対策に取り組む、28年度には12年度比で約89%の放置自転車台数の削減を達成しました。しかし、いまだに1日当たり約1000台の自転車が放置されている状況です。区は自転車駐車場の充実やクリーンキャンペーンなど、放置自転車ゼロに向け取り組んでいます。

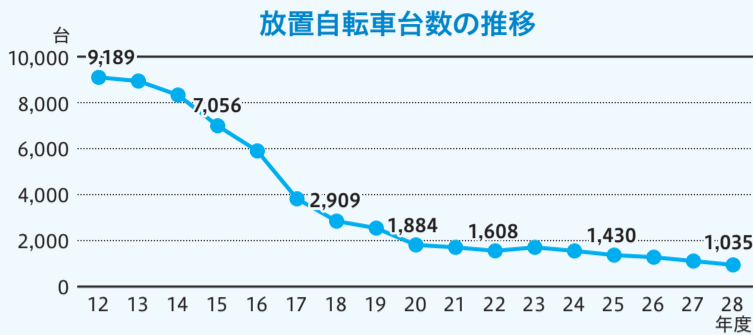
—— 問い合わせは、交通対策課自転車対策係へ。

## 自転車駐車場の充実

西永福駅、南阿佐ヶ谷駅周辺で自転車駐車場が不足しています。自転車駐車場を充実するために、区の整備に加え、民間事業者を支援することで、より良い自転車駐車環境を目指します。

**民間自転車駐車場の建設助成制度** 区では民間自転車駐車場の建設をお考えの方に助成制度を設けています。詳細はお問い合わせください。

**助成金額** 区の標準建設費または建設実経費のいずれか低い額の2分の1(限度額1000万円)  
※その他管理費やバイク駐車場への補助金があります。



## 駅前放置自転車クリーンキャンペーン

区では、期間中の平日、地域の皆さんや地元の小中学生などのご協力のもと、自転車放置防止を呼び掛ける活動を行います。

**日時** 10月22日(日)~31日(火)  
**実施駅** 高円寺駅、阿佐ヶ谷駅、荻窪駅、西荻窪駅、南阿佐ヶ谷駅、浜田山駅



# すぎなみ地域コム

すぎなみ地域コム 🔍 検索

## 今週のイベント情報や地域活動の情報が満載

地域活動のためのポータルサイトで、区内のNPO法人、町会・自治会などさまざまな団体のイベント・地域活動の情報などをインターネットで見ることができます。



## 団体の活動をWebで簡単にPR

団体のホームページを無料で作成できます。すぎなみ地域コムのトップページから申し込んでください。団体向けの登録説明会(毎月)、ページ作りのコツや写真加工などを学ぶブラッシュアップ講座、団体同士の情報交換・交流の場となる「ユーザーの集い」を開催して、皆さんの活動を応援しています。

説明会等の詳細は、すぎなみ協働プラザへお問い合わせください。  
〒331-4726 すぎなみ協働プラザ ☎3314-7260

## 団体紹介

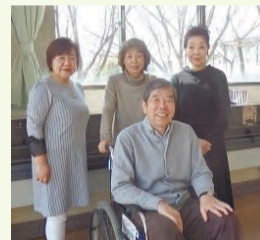
### すぎなみ支えあい倶楽部

高齢者が生き甲斐、希望、自信と誇りを持って暮らせる「まちづくり」

シニアがシニアを支える、見守り、付き添い介助、買い物代行などの活動をする任意団体として、町会、民生委員、あんしん協力員などの仲間で、1年前に立ち上げました。毎月、井戸端会議とセミナーを開催し、月刊地域情報誌「すぎなみすたいる」を発行しています。

また、8月~10月には、「ペットボトルなどで野菜づくり」教室を実施しています。

いろいろな情報を、すぎなみ地域コムのサイト(右QRコードからアクセスできます)から発信しておりますのでご覧ください。



# 男女共同参画都市宣言20周年記念

## トーク&ピアノコンサート

11月23日(祝)午後1時30分~4時30分 会場・高円寺(高円寺北2-1-2) 内閣第1部=記念トーク(司会=歌手・庄野真代▶**ゲスト**=元オリンピック水泳選手・長崎宏子、ワークショップデザイナー・山内凜太郎)▶第2部=ピアノコンサート・女性作曲家のピアノ独奏と連弾作品を集めて(国立音楽大学名誉教授・小林緑ほか) 定員200名(申込順) 申込10月16日から電話・ファクス・Eメール(12面記入例)で、区民生活部管理課男女共同参画担当 ☎5307-0326 ☎5307-0681 ✉danjo-t@city.suginami.lg.jp 生後7カ月~就学前の託児あり(電話で、11月10日までに同担当。定員あり(申込順))



▲長崎宏子 ▲山内凜太郎 ▲小林緑

# がん予防講演会

## 乳がんの早期発見と最新治療

乳がん体験者のお話もあります。 11月12日(日)午後1時30分~3時30分 会場・高円寺(高円寺北2-1-2) 講師 昭和大学病院プレストセンター長・中村清吾(右写真) 定員200名(申込順)



## 食生活の改善でがんになりにくいからだづくり

11月28日(火)午前10時~正午 会場 杉並保健所(荻窪5-20-1) 講師 神奈川工科大学応用バイオ科学部教授・饗場直美(右写真) 定員70名(申込順)



いずれも

区内在住・在勤・在学の方 申込10月16日から電話・ファクス(12面記入例)で、杉並保健所健康推進課健康推進係 ☎3391-1355 ☎3391-1377

## 男女平等推進センターの講座

### 今がチャンス!「子育て中の働き方」講座 とうなる?小学校

「小1の壁」を乗り越えるためのヒントなどを学びます。 11月25日(土)午前9時45分~11時45分 講師 東京都子育て支援員・曾山恵理子 対象 未就学児の両親、プレパパ・プレママ 費500円 申込Eメール(12面記入例)で、11月17日までにこどもコワーキングbabyCo ✉babyco@suginami-kodomo.net 同団体 ☎5335-7320

### すぎなみパパの学び場

「『イクメン疲れ』しないパパの子育て」 仕事と家庭の板挟みにならないヒント、子どもの成長に必要な父親の役割を伝授。 11月26日(日)午後1時30分~3時30分 講師 育児・教育ジャーナリスト おおたとしまさ 対象 子育て中の父親、プレパパほか 費300円 申込電話・ファクス・Eメール(12面記入例)で、11月16日までに creoc ☎3397-6884 ✉info@creo-kosodate.com

いずれも

会場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 定員各30名(申込順) 対象 生後7カ月~就学前の託児あり(事前申込制)



### プログラム配布場所

すぎなみフェスタの詳細が分かるパンフレットは、文化・交流課(区役所西棟7階)、広報課(東棟5階)、各地域区民センターで10月23日から配布します。

# すぎなみフェスタ 2017 11月4日(土) 5日(日)



### さんまの無料配布

すべては笑顔のためにさんまの無料配布  
4日(土)・5日(日) 午前10時  
今年もおいしいさんまの炭火焼きを4日(土)・5日(日)の各日1000本(先着順)無料配布します。



### 大道芸

#### 高円寺びっくり大道芸がやってくる!

4日(土)・5日(日)  
今年も「隣き禁止!笑いと感動とサプライズ。」でにぎわえる「高円寺びっくり大道芸」のパフォーマーが、すぎなみフェスタにやってきます!



### ステージショー

#### おれい! アンパンマン ショー

日時 11/4 1回目 正午~ 2回目 午後2:30~  
場所 桃井原っぱ公園

#### ウルトラマンジード

日時 11/5 1回目 午前11:40~ 2回目 午後2:00~  
場所 桃井原っぱ公園

#### 森田智博 (ジャグリング)

森の妖精が、ディアポロからクラブ、コンタクトにボールまで、最難級のテクニクを軽やかに見せます。  
●4日(土)・5日(日)午前10時30分・正午・午後1時30分(4日は大道芸エリア、5日はミニイベントエリア)

#### チクリン (マイム・コメディ)

街中に突然オープンする不思議なレストラン! ハラハラドキドキの30分間をお楽しみに!  
●4日(土)・5日(日)午前11時・午後0時30分・2時(4日はミニイベントエリア、5日は大道芸エリア)



### 桃井原っぱ公園 (桃井3-8-1)

#### すぎなみパン祭り & すぎなみスイーツフェア

区内のパン屋・和洋菓子店21店舗が大集合!  
11月4日(土)・5日(日)午前10時~午後3時30分(5日は3時まで)  
主催=産業商工会館運営協議会 ☎3393-1501

#### すぎなみ産業フェア

区内企業がテント出展し、優れた杉並産の技術や製品を紹介。区内企業を掘り下げて紹介する冊子「すぎなみ産」創刊号を配布します。  
11月4日(土)・5日(日)午前10時~午後3時30分(5日は3時まで)  
主催=すぎなみ産業フェア実行委員会



#### 杉並区農業祭

11月4日(土)・5日(日)午前10時~午後3時30分(5日は3時まで)  
主催=杉並区農業振興センター ☎5347-9136

### 他にもイベントが盛りだくさん!

#### ビーチバレー体験教室 & ステージトークショー

東京都ビーチバレーボール連盟・日本代表の越川優選手、長谷川徳海選手、池田隼平選手がビーチバレーの魅力をお話します。  
11月5日(日)①午前10時・11時40分・午後1時・2時②午前11時  
主催=ビーチバレー体験教室(池田隼平ほか) ②ステージトークショー(越川優〈右写真〉、長谷川徳海) 園スポーツ振興課



#### 「分別達人(マスター)への道 ごみへるるプロジェクト」小学生の取り組みを展示

家庭から出る可燃ごみを量り、分別等によりどれくらい減量できるか取り組んでもらい、体験した感想などを新聞にまとめました。チャレンジャー(小学生)の皆さんの成果をご覧ください。  
園ごみ減量対策課事業計画係 ☎3392-7281



#### ごみ収集体験をしませんか

子どもたちに大人気の「ごみばっくん号」が登場します。ごみ(サンプル)を清掃車に積み込み、圧縮板を動かすボタン操作を行うことができます。スケルトン仕様になっているので、皆さんが積み込んだごみの動きも確認できます。  
園杉並清掃事務所 ☎3392-7281



#### 使用済み小型家電(15品目)を回収します

「都市鉱山からつくる!みんなのメダルプロジェクト」(東京2020組織委員会主催)に参加しています。  
●回収品目=携帯電話、デジタルカメラ、ポータブルビデオカメラ、携帯音楽プレーヤー、携帯ゲーム機、電子辞書、ポータブルカーナビ、電卓、ACアダプター等コード類、電話機、ファクシミリ、ラジオ受信機、ヘアドライヤー、電気かみそり、炊飯器  
●注意事項=①最大辺が30cmを超えるものは回収できません②個人情報等は消去してください。SDカード等の記憶媒体や電池類は取り除いてください  
園ごみ減量対策課事業計画係 ☎水銀体温計・水銀血圧計・水銀温度計も回収します

### アクセス

**桃井原っぱ公園へのアクセス**  
●JR中央線「荻窪駅」北口から  
●関東バス4番乗り場「プロムナード荻窪」行き「プロムナード荻窪」下車 徒歩2分  
●関東バス0-1番乗り場「荻窪警察署前」下車 徒歩5分  
●西武バス6番乗り場「荻窪警察署前」下車 徒歩0分  
●西武新宿線「上井草駅」から  
●西武バス 阿佐ヶ谷・荻窪方面乗り場「総合荻窪病院前」下車 徒歩2分

**杉並会館・杉並アニメーションミュージアムへのアクセス**  
●JR中央線「荻窪駅」北口から  
●関東バス0-1番乗り場「荻窪警察署前」下車 徒歩2分

**西荻地区区民センター・勤労福祉会館へのアクセス**  
●JR中央線「西荻駅」北口から 徒歩15分  
●関東バス 井荻駅行き・荻窪駅行き「桃井四丁目」下車 徒歩1分  
●JR中央線「荻窪駅」北口から  
●関東バス0-1番乗り場「桃井四丁目」下車 徒歩1分

### メインステージプログラム

11月4日(土) 午前10時~午後3時		
時間	内容	出演者等
午前10時~10時30分	オープニング~主催者・来賓あいさつ	実行委員長、区長、議長、農業祭実行委員長等
午前10時30分~11時	交流自治体紹介	交流自治体代表者
午前11時~11時30分	東京都パラリンピック体験プログラム「NO LIMITS CHALLENGE」	パラテコンドー日本代表 田中光哉選手、ドラゴンキッカー
午前11時30分~正午	フラステージ	立教女学院短期大学 フラガールズ Anuhea
正午~午後0時30分	ステージショー(お昼休み)	それいけ!アンパンマン ショー
午後0時30分~1時	ステージショー	中央大学杉並高等学校 吹奏楽部
午後1時~1時30分	Con Spirito e Brillante!	東京高円寺阿波おどり
午後1時30分~2時	J:COM「ジャズコンサート」	ETHNIC MINORITY
午後2時~2時30分	ステージショー	それいけ!アンパンマン ショー
午後2時30分~3時	エンディング	

11月5日(日) 午前10時~午後2時30分		
時間	内容	出演者等
午前10時~10時30分	ラジオ体操で健康寿命を延ばそう!	杉並ラジオ体操連盟
午前10時30分~11時	大江戸東京音頭連の演奏	NPO法人 大江戸東京音頭連
午前11時~11時30分	ビーチバレーの魅力をお話する	日本代表 越川優選手、長谷川徳海選手
午前11時30分~11時40分	おれのあいさつ	区長
午前11時40分~午後0時10分	ステージショー	ウルトラマンジード ショー
午後0時10分~0時40分	はらっぱのステージで弦楽アンサンブル♪	カプリース・キッズ・アンサンブル
午後0時40分~1時	お昼休み	
午後1時~1時30分	吹奏楽演奏	区立中瀬中学校 吹奏楽部
午後1時30分~2時	すぎなみ舞祭ダンスパフォーマンス	すぎなみ舞祭ダンスチームコミュニティ
午後2時~2時30分	ステージショー	ウルトラマンジード ショー
午後2時30分	エンディング	実行委員会副委員長

### 西荻地区区民センター (桃井4-3-2)

#### 展示「小柴昌俊博士とニュートリノ天文学」

同時開催 なよろ市立天文台「きたすばる」からプラネタリウムがやってくる!  
ノーベル物理学賞を受賞された小柴昌俊博士の業績を紹介したパネルや、世界最大級の光電子増倍管を展示。同時にプラネタリウム上映会を開催します。  
11月4日(土)・5日(日)▶プラネタリウム上映会=午前10時30分・11時30分・午後1時30分・2時30分(各回15分前から整理券配布) 園上映会は各日各回40名(先着順) 園社会教育センター ☎3317-6621



### 杉並会館 (上荻3-29-5)

#### アニメ・マンガ祭り in 杉並会館

11月4日(土)・5日(日)午前10時~午後3時30分(5日は3時まで)  
園手塚治虫文化賞受賞作品パネル展、TBS DigiCon6 ASIAの楽しい短編アニメーション上映、なみすけグッズフェア(購入者各日200名にのみすけオリジナルグッズを差し上げます)ほか 園産業振興センター 観光係 ☎5347-9184





# なかま集まれ!

区主催のサークル活動をご紹介します。  
活動に区は関与していません。問い合わせは、直接各掲載団体へ。

1・4・7・10月の  
15日号に掲載

**掲載の申し込み・問い合わせ**

生涯学習・芸術・文化・その他  
社会教育センター (〒166-0011梅里1-22-32 ☎3317-6621 ☎3317-6620)

スポーツ (ダンス・健康的運動を含む)  
スポーツ振興課施設管理係 (住所・電話は区役所宛。 ☎5307-0693)

### 生涯学習・文化・芸術

**英語スピーチと英会話 / アドミッションクラブ (初中上級)** 第1・3日曜日午後0時15分 / 主にセシオン杉並 / 月3000円 / 圃横幕 ☎090-7952-2580

**英会話・話す力UP (日豪教師) / ジョーカー** 水曜日午前11時~午後0時30分 / 久我山会館 / 月6000円 / 圃白井 ☎080-1013-5452

**ネイティブ米講師と楽しく学ぶ英会話 / チャレンジ** 木曜日午前10時~正午 / 主に阿佐谷地域区民センター / 入会金2000円、月7000円 / 圃小松 ☎090-7428-9680

**英語でおしゃべり (外国人講師) / フィールフリー** 水曜日午前9時30分~11時 / 久我山会館 / 月8000円 / 圃榎本 ☎3338-7616

**近世の歴史と古文書 / 永福古文書クラブ** 原則第2日曜日午前10時~正午 / 永福和泉地域区民センター / 月1000円 / 圃並河 ☎3321-8138

**源氏物語 (原文) / 源氏物語むらさきの会** 第2・4火曜日午前10時~正午 / 永福和泉地域区民センター / 月2000円 / 圃篠原 ☎5384-4462

**和裁 / 着物ちくちく** 第1・3木曜日午前9時~午後3時 / セシオン杉並 / 1回1300円 / 圃富樫 ☎080-5696-6650

**水墨画 / 墨東会** 第2・4木曜日午前10時~正午 / 主にゆうゆう阿佐谷館 / 月3000円 / 圃浅野 ☎6913-7895

**水彩画 / グループ彩** 第2・4土曜日午後1時~5時 / 荻窪地域区民センター / 月2000円 / 圃飯田 ☎3392-2212

**篆刻 / セシオン篆刻の会** 第1・3土曜日午前10時~正午 / 主にセシオン杉並

／入会金1000円、月2000円 / 圃恵美 ☎3394-3979

**唱歌・童謡・懐かしい歌を歌う / 歌の会「花」** 第1・3木曜日午前10時~正午 / ゆうゆう浜田山館ほか / 月1500円 / 圃杉長 ☎3315-8582

**カラオケ / こまどり** 第1~3金曜日午後1時~4時 / 永福西町会事務所 (永福3丁目) / 月500円 / 圃神尾 ☎5930-8178

**合奏 / 永福ハーモニーメイツ** 第1・3土曜日午後6時~8時 / 永福和泉地域区民センター / 月3500円 / 圃林 ☎3312-3632

**女声合唱団 / コーロ・ヴィーヴォ** 金曜日午前9時~正午 / 主に杉並公会堂 / 入会金1000円、月6000円 / 圃から沢 ☎3391-5534

**女声コーラス / アンサンブル桃花** 木曜日午後1時~4時 / 主に杉並公会堂 / 入会金1000円、月5000円 / 圃小関 ☎3390-6218

**ハンドベル (初心者歓迎) / シュガープラム** 火曜日午後1時~4時 / 主にセシオン杉並 / 入会金3000円、月5000円 / 圃川瀬 ☎3395-9541

**詩吟 / 詩吟を楽しむ会** 第1金曜日、第3・4火曜日午後2時~4時 / 阿佐谷地域区民センター / 入会金1000円、月3100円 / 圃手塚 ☎080-6563-5778

**合奏 / 中高年からはじめる健康ピアノの会** 第2・4火曜日午前9時30分~10時30分 / 主に西荻地域区民センター / 月3000円 (初回無料) / 圃安田 ☎090-4295-5867

**将棋 (初心者・女性歓迎) / 下高将棋クラブ** 木曜日午前10時~正午 (第3

週は水曜日) / 下高井戸児童館 / 圃湯田 ☎070-6527-4433

**囲碁 / 棋友会** 火曜日午後1時~5時 / ゆうゆう永福館 / 圃てんまや ☎090-5437-4710

**脳の活性化に皆の前で発表、お話し / 好話会** 第2・4土曜日午前10時~正午 / 高井戸地域区民センターほか / 月2000円 / 圃石川 ☎080-1516-9389

**パソコン活用 / ラベンダー** 第2・4火曜日午前9時30分~午後0時30分 / 主にセシオン杉並 / 月2500円 / 圃宮内 ☎080-1147-2800

### スポーツ

**気功 / 阿佐谷気功クラブ** 月曜日午前10時~正午 (月4回) / 主に阿佐谷地域区民センター / 入会金2000円、月3500円 / 圃宮本 ☎3311-1326

**気功 / 氣の会** 火曜日午後1時~2時30分 (月4回) / 主に下高井戸区民集会所 / 月3000円 / 圃津田 ☎3335-9710

**自彊術 / 自彊術西荻窪** 金曜日午前10時~11時30分 / 西松会館 (松庵2丁目) / 年3000円、月3000円 / 圃柳浦 ☎3332-8708

**フラダンス / フラ ラハイナ** 水曜日午前10時~正午 (月3回) / 主に杉並会館 / 月4000円 / 圃昌子 ☎3397-2238

**社交ダンス / スウェイ** 土曜日午前10時~午後0時30分 / 井草地域区民センター / 入会金1000円、月5000円 / 圃大井 ☎3390-6285

**社交ダンス (初心者大募集) / あけぼの会** 11月6日からの月曜日、午後6時~8時 / 高井戸地域区民センター / 圃岡田 ☎5317-4585

## 移動式天文台車「ポラリス2号」がやってくる!

区の交流自治体・北海道名寄市の天文台「きたすばる」から、口径40cmの天体望遠鏡を搭載した移動式天文台車「ポラリス2号」が来訪し、昼は太陽観測会、夜は星空観望会を行います。

圃場内11月4日(土)・5日(日)=桃井原っぱ公園 (桃井3-8-1) ▶ 6日(月)=柏の宮公園管理事務所前 (浜田山2-5-1) / いずれも午後5時30分~7時 (午後5時15分から整理券配布)。昼の太陽観測会はすぎなみフェスタ会場でのみ実施 (整理券なし) 圃区内在住・在勤・在学の方 (夜の観望会は小学生以下保護者同伴) 圃各日150名 (先着順) 圃社会教育センター ☎3317-6621 (開催当日は ☎090-2520-4957) 圃雨天・曇天の場合、星空観望会は中止になる場合あり。車での来場はご遠慮ください



## 日本フィルハーモニー交響楽団写真展 ~オーケストラの響く街

杉並区と友好提携を結んでいる日本フィルハーモニー交響楽団の活動の様子をさまざまな角度から展示します。

圃時10月30日(月)~11月22日(水)午前9時~午後5時 (土・日曜日、祝日を除く。11月4日は開庁) 圃区役所2階区民ギャラリー

**区役所ロビーオータムコンサート**

圃時10月30日(月)午後0時10分~0時50分 圃区役所1階ロビー 圃曲目=ロジャース「サウンド・オブ・ミュージック」メドレーほか

圃いずれも 圃文化・交流課



◎山口敦

## ユネスコ 子どもも・大人も フェスティバル

世界と触れ合ってみませんか。

圃時11月12日(日)午前10時30分~午後3時 圃場セシオン杉並 (梅里1-22-32) 圃内口琴、Arpa、フォルクローレ ▶ その他=ゲーム、喫茶、バザー、展示 圃杉並ユネスコ協会・朝倉 ☎3399-2383、社会教育センター ☎3317-6621



## 第30回荻窪音楽祭

子供たちがプロの演奏家と共演するフレッシュジュニア・コンサートや、南相馬市立原町第一中学校と区立中学校の吹奏楽部が合奏します。また、今回は30回を記念してのガラ・コンサートも開催されます。

圃時11月9日(木)~12日(日) 圃場杉並公会堂 (上荻1-23-15)、荻窪タウンセブン駅前広場、大田黒公園記念館 (荻窪3-33-12) ほか 圃申一部事前予約制 圃荻窪音楽祭事務局 ☎5347-0244 圃詳細は、同事務局 ☎http://www.ongakusai.com/参照

