

区からのお知らせ

SUGINAMI INFORMATION

募集します

ゆうゆう馬橋館 団体利用申請

10月～2年3月の間、定期的に同館の利用を希望する団体の利用申請を受け付けます。抽選会は、6月18日(火)午前10時から同館(高円寺南3-29-5)で実施します。

区内に在住で60歳以上の方が8割以上で構成される5名以上の団体。または、さざんかー登録団体が高齢者の社会参加の支援を目的とした活動を実施し、活動を希望する高齢者の参加受け入れが随時可能な団体 ☎電話で同館☎3315-1249に事前連絡の上、団体登録申請書(同館で配布)を同館へ持参 ▶ **申込受付期間**=5月20日～6月3日 ☎同館、高齢者施策課施設担当 ☎申請時に参加者の名簿を提出

職員の軽装での勤務にご理解ください

区役所の夏場における省エネ対策の一環として、5月1日～10月31日は、職員がノーネクタイなどの軽装で業務を行います。ご理解とご協力をお願いします。



☎環境課環境活動推進係、人事課人事係

都営住宅入居者

募集戸数=一般募集住宅(家族向・単身者向)=2350戸、定期使用住宅(若年夫婦・子育て世帯向)=750戸、居室内で病死等があった住宅=353戸(区内の募集戸数等は、募集案内参照) ▶ **募集案内・申込書配布期間**=5月7日～15日(各配布場所の休業日を除く) ▶ **配布場所**=区役所1階ロビー、子育て支援課(区役所東棟3階)、住宅課(西棟5階)、福祉事務所、区民事務所(平日夜間と休日は区役所の休日・夜間受付で配布)。配布期間中のみ、JKK東京(東京都住宅供給公社) ☎<http://www.to-kousyau.or.jp/>からも取り出せます ☎申込書を、5月20日(必着)までに専用封筒で郵送 ☎JKK東京都営住宅募集センター☎3498-8894(申込書受付期間中は☎0570-010-810。いずれも土・日曜日、祝日を除く)、区住宅課住宅運営係

ファミリーサポートセンター協力会員

☎保育園・学童クラブなどへの送迎やそれに伴う子どもの預かり、保護者の外出時などの子どもの一時的な預かり(基本的に協力会員の自宅)のほか ▶ **謝礼**=1時間800円(早朝・夜間1000円) ☎区内または区に隣接する区市在住の20歳以上で、各研修に参加できる方 ☎☎電話で、杉並区社会福祉協議会☎5347-1021 ☎会員登録後、5月8日(水)の研修会に参加

東京都子育て支援員研修の受講者

東京都は、子育て支援分野で従事する上で必要な知識や技能等を有する「子育て支援員」の養成研修を実施します。
募集コース=地域子育て支援コース、放課後児童コース、社会的養護コース ▶ **研修実施時期等**=7月から順次開始 ▶ **申込締め切り日**=5月24日(必着) ☎都内在住・在勤の方 ☎東京リーガルマインド☎5913-6225 ☎カリキュラムや日程等の詳細は、募集要項(5月7日から子育て支援課(区役所東棟3階)で配布予定)または東京リーガルマインドホームページ参照

移動販売車(キッチンカー)の出店者

公園の魅力向上・にぎわい創出の検証を行うため、事業者による移動販売車(キッチンカー)を利用した飲食物の販売の試行を延長します。販売にご協力いただける方を募集します。
募集期間=9月30日まで ▶ **試行場所**=下高井戸おおぞら公園(下高井戸2-28-23)、桃井原っぱ公園(桃井3-8-1) ☎みどり公園課公園企画係 ☎詳細は、区ホームページ参照



「すぎなみ子ども・子育てメッセ」実行委員

「すぎなみ子ども・子育てメッセ」は、乳幼児親子や地域で子育てを応援している団体・企業などが集い、知り合い、つながり合うきっかけとなるよう開催しているイベントです。このイベント(2年2月開催予定)の企画・運営を行う実行委員を募集します。実行委員会は、6月から1回(平日夜間)開催予定です。なお、出席団体は後日募集します。
☎☎電話・ファクス・Eメール(10面記入例)で、5月17日までに子育て支援課管理係☎5307-0686 ☎messe-t@city.suginami.lg.jp

健康・福祉

「安心おたっしや訪問」を実施します

区では、高齢者の孤立を防ぎ、住み慣れた地域より安心して生活していただくために、「安心おたっしや訪問」を実施しています。高齢者のお宅を訪問し、日常的に相談できる関係をつくるとともに、支援が必要な方には適切なサービスなどの案内をします。お困りのことなどがあれば、お気軽にご相談ください。対象となる世帯には、お知らせを送付します。
☎5～9月 ☎訪問者=地域包括支援センター(ケア24(区が業務を委託している高齢者の総合相談窓口))職員、民生委員(地域の中で住民の立場に立った社会福祉活動を行っています)、区職員 ☎高齢者在宅支援課高齢者見守り連携係

5月の各種相談

内容	日時・場所・対象・定員ほか	申し込み・問い合わせ
建築総合無料相談会・ブロック塀相談会★	☎5月7日(火)・21日(火)午後1時～4時 ☎区役所1階ロビー ☎図面などがある場合は持参。ブロック塀相談会は、ブロック塀の現況写真等を持参	☎東京都建築士事務所協会杉並支部☎6276-9208、区市街地整備課耐震改修担当
住宅の耐震無料相談会・ブロック塀相談会★	☎5月8日(水)午後1時～4時 ☎区役所1階ロビー ☎図面などがある場合は持参。ブロック塀相談会は、ブロック塀の現況写真等を持参	☎区市街地整備課耐震改修担当
マンション管理無料相談	☎5月9日(木)午後1時30分～4時30分 ☎区役所1階ロビー ☎区内在住のマンション管理組合の役員・区分所有者等 ☎3組(申込順)	☎杉並マンション管理士会☎ http://suginami-mankan.org/ から申し込み。または申込書(区ホームページから取り出せます)を、同会事務局☎3393-3652へファクス ☎同会事務局☎3393-3680、区住宅課
住まいの修繕・増改築無料相談★	☎5月10日(金)・13日(月)・17日(金)・20日(月)・24日(金)・27日(月)・31日(金)午後1時～4時 ☎区役所1階ロビー	☎東京土建杉並支部☎3313-1445、区住宅課
書類と手続き・社会保険に関する相談会★	☎5月10日(金) 午後1時～4時 ☎区役所1階ロビー ☎関係資料がある場合は持参	☎東京都行政書士会杉並支部☎0120-567-537、東京都社会保険労務士会中野杉並支部☎6908-8046、区政相談課
行政相談★	☎5月10日(金)午後1時～4時 ☎区政相談課(区役所東棟1階) ☎年金・福祉・道路などの苦情・相談 ☎関係資料がある場合は持参	☎区政相談課
専門家による空家等総合相談窓口	☎5月16日(木)午前9時20分・10時15分・11時10分 ☎相談室(区役所西棟2階) ☎区内の空き家等の所有者等(親族・代理人を含む) ☎各1組(申込順) ☎1組45分	☎☎電話または直接、住宅課空家対策係(区役所西棟5階)。または申込書(区ホームページから取り出せます)を、5月14日(必着)までに同係☎5307-0689へ郵送・ファクス ☎同係
不動産に関する無料相談	☎5月16日(木)午後1時30分～4時30分 ☎区役所1階ロビー	☎☎電話で、東京都宅地建物取引業協会杉並支部☎3311-4937(平日午前9時～午後5時(祝日、休日を除く)) ☎同支部、区住宅課
土曜法律相談(弁護士による)	☎5月18日(土)午後1時～4時 ☎相談室(区役所西棟2階) ☎12名(申込順) ☎1人30分	☎☎電話で、5月13日～17日午前8時30分～午後5時に専門相談予約専用☎5307-0617。または直接、区政相談課(区役所東棟1階)で予約 ☎同課

※★は当日、直接会場へ。

凡例 ☎日時 ☎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) ☎問い合わせ ☎その他 ☎Eメールアドレス ☎ホームページアドレス

採用情報 ※応募書類は返却しません。

特別区立幼稚園妊娠出産休暇・育児休業補助教員採用候補者

園臨時的任用教員(幼稚園等) ▶ **勤務場所** = 東京23区の区立幼稚園等(大田区・足立区を除く) ▶ **資格** = 次の全てに当てはまる方①幼稚園教諭普通免許状を有する②国公立幼稚園等の正規任用教員として1年以上、国公立幼保連携型認定こども園において満3歳以上を担当する正規任用保育教諭として1年以上、または特別区の区立幼稚園等の臨時的任用教員もしくは学級を専任する非常勤講師として通算12カ月以上の勤務実績がある③昭和34年4月2日以降生まれ ▶ **選考** = 書類選考・面接 申込書(特別区人事・厚生事務組合教育委員会事務局人事企画課採用選考担当〈千代田区飯田橋3-5-1東京区政会館〉または東京23区の教育委員会事務局で配布)を、6月3日・4日に同担当へ本人が持参 同担当 ☎5210-9857 詳細は、特別区人事・厚生事務組合教育委員会 <http://www.tokyo23city.or.jp/> 参照

杉並障害者福祉会館作業療法士(非常勤)

園「生活リハビリ事業」の運営、利用者の支援 ▶ **勤務期間** = 6月以降～2年3月31日 ▶ **勤務日時** = 月12日程度。火～金曜日の午前8時30分～午後5時15分(実働7時間45分。祝日を除く) ▶ **勤務場所** = 杉並障害者福祉会館 ▶ **資格** = 作業療法士 ▶ **募集人数** = 1名 ▶ **報酬** = 月額2万200円 ▶ **その他** = 社会保険加入 履歴書に資格者証の写しを添えて、障害者生活支援課地域生活支援担当(〒168-0072高井戸東4-10-5杉並障害者福祉会館内)へ郵送・持参

同担当 ☎3332-1817 書類選考合格者には面接を実施



施設情報

本天沼区民集会所の休館

本天沼区民集会所(本天沼2-12-10)は空調設備の改修工事のため、6月3日(月)～28日(金)は休館します。 園地域課茨窪地域活動係 ☎3398-8261



その他

5月は赤十字運動月間です

毎年5月は赤十字運動月間で、日本赤十字社の活動資金(会費・寄附金)の募集を行っています。5月以降、皆さんの家に赤十字協賛委員が伺いますので、ご協力をお願いします。 個人による募金は、口座振替でも可能です。 平成30年度は、皆様のご協力により、区内で約1443万円の温かい善意(会費・寄附金)をお寄せいただきました。皆さんからの会費・寄附金は、災害救援活動をはじめ、さまざまな活動で大切に使用させていただきます。

※協賛委員を装った詐欺にご注意ください。 園保健福祉部管理課地域福祉推進担当



改元に伴う 元号表記について

— 問い合わせは、総務課文書係へ。

元号が「平成」から「令和」に改められたことに伴い、区における年・年度の表記は、国の方針に倣い、原則として下表のように取り扱います。

年の表記(改元日(5月1日)以降12月31日まで)	令和元年
年度の表記(4月にさかのぼって今年度全体)	令和元年度

なお、これまで区から発行した文書等に「平成」と表記されたものや、情報システムや印刷発注などの都合により、改元後も「平成」と表記されるものがありますが、区では有効なものとして取り扱いますので、必要に応じて新元号に読み替えてください。



光化学スモッグにご注意ください



光化学スモッグは、晴天で風が弱く、気温が高いときに発生しやすくなります。

— 問い合わせは、環境課公害対策係へ。

光化学スモッグが発生したら

光化学スモッグが発生し、注意報が発令されたときは、防災行政無線屋外放送塔から発令のメッセージと霧笛音でお知らせします。そのほか、区の施設や学校・薬局などに「光化学スモッグ注意報発令中」の垂れ幕を掲出します。

注意報が発令されたときは、なるべく屋外へ出ないようにしましょう。また、できるだけ自動車の使用も控えてください。注意報の発令が解除されたときは、屋外放送塔から解除のメッセージをお知らせします(放送は午後7時まで)。

もし目や喉が痛くなったら

目がチカチカしたり、喉が痛くなったときは、すぐに屋内に入り洗眼やうがいをしましょう。息苦しいときは、涼しいところで安静にし、回復しないときは医師の診察を受けましょう。また、杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025へご連絡ください。

光化学スモッグ情報は、大気汚染テレホンサービス ☎5640-6880や東京都環境局 <http://www.kankyo.metro.tokyo.jp/>でも入手できますので、ご利用ください(杉並区は、都内8つの発令地域のうち区西部地域に属します)。

5月1日(祝)・6日(休)に 区役所(区民課区民係)を 臨時開庁します!

お仕事や学校などで平日に手続きができない方は、この機会をぜひご利用ください。

— 問い合わせは、区民課区民係へ。

開庁窓口	開庁時間
区民課区民係 (区役所東棟1階)	午前9時～午後5時

●取り扱い業務

- 転入・転居・転出などの住民異動届の受け付け
- 住民票の写しの発行、特別区民税・都民税に関する証明書の発行
- 戸籍に関する届出書の預かり、戸籍に関する証明書の発行
- 印鑑登録、印鑑登録証明書の発行
- 国民健康保険の加入・脱退の手続き

注意

- 手続き上、関係機関への問い合わせ・確認が必要な場合は、当日中に手続きが完了しないことがあります。その場合は、後日改めて来庁していただくことがありますのでご了承ください。
- 届け出や手続きの際に、本人確認を行っています。運転免許証やパスポート、マイナンバーカード等の本人確認ができる書類をお持ちください。また、各種手続きに必要な書類は事前にご確認ください。

2019年工業統計調査にご協力ください

—— 問い合わせは、区民生活部管理課統計係 ☎5307-0621へ。

6月1日を調査期日として、製造業の実態を明らかにするため国内全ての製造業の事業所（工場）を対象に実施します。

調査結果は、国や自治体が行う産業・中小企業施策、地域振興に役立てるほか、国民経済計算（SNA）、産業連関表（IO）などの2次利用に広く活用されます。

杉並区の調査結果は、区ホームページまたは東京都ホームページから確認できます。

主な調査事項

経営組織、製造品名、従業者数、資本金、製造品の出荷額・在庫額など

調査対象

- 食料品・繊維・家具・印刷・化学・金属・機械などの製造事業所（工場）
- 主として製品を製造・加工し、卸売りする事業所
- インターネット販売等、店舗を持たずに販売する事業所

調査期間

5月中旬～6月下旬

調査方法

東京都知事が任命した調査員が区内の事業所を訪問します。従業者が4人以上の事業所の場合は、調査票の配布・回収をします。3人以下の場合は、聞き取り確認のみを行います。

※「統計法」により調査員には守秘義務と罰則が定められており、調査内容を統計作成の目的以外に使用することはありません。



軽自動車税納税通知書を5月9日(木)に発送します ～納期限は5月31日(金)

軽自動車税は、毎年4月1日現在、区内に置置場がある軽自動車、原動機付自転車などの所有者に課税されます。4月2日以降に廃車した場合も、今年度の税金は納めていただくことになります。

—— 問い合わせは、課税課税務管理係へ。

身体障害者等の方の軽自動車税の減免は、次の①～③のいずれかの条件に該当する場合に申請できます

- ①身体障害者手帳等をお持ちの方、またはその方と生計を同じくする方が車両を所有し、そのどちらかが運転する場合
 - ②身体障害者手帳等をお持ちの方のみで構成された世帯の方が車両を所有し、その世帯の方を常時介護するために運転する場合
 - ③車両が障害者用の構造である場合
- ※①②は1人の方に対して1台が減免の対象になります（個人名義の自家用車に限ります）。また、該当する障害区分・級別などの詳細は区ホームページをご覧くださいか、お問い合わせください。

申請に必要なもの等

以下の書類を持参の上、納期限までに課税課税務管理係（区役所東棟2階）へ申請してください。

- ①～③共通＝納税通知書／納税義務者のマイナンバーカード（個人番号カード）、通知カード、個人番号が記載された住民票の写しのいずれか／納税義務者の本人確認書類／代理申請の場合は代理人の方の本人確認書類
- ①②のみ＝身体障害者手帳等／主に運転する方の運転免許証
- ③のみ＝車検証等（車体の形状が分かるもの）

※納税通知書等の「平成31年度」の表記は、「令和元年度」と読み替えてください。

障害者雇用支援事業団（ワークサポート杉並） では夜間の就労相談窓口を開設します

☎開設時期＝6月4日から ▶夜間相談時間＝火・木曜日の午後5時～7時（祝日、年末年始を除く） ▶実施方法＝電話または来所による相談（1回30分以内） ☒区内在住の障害のある方で、就労中または就労を希望する方
☒杉並区障害者雇用支援事業団（高井戸東4-10-26 ☎5346-3250） ☒来所相談は事前に電話または直接、同団体へ予約が必要（午前8時30分～午後5時（土・日曜日、祝日、年末年始を除く））。予約がない方の夜間の来所相談不可



公共施設の使用料等の見直しに関する アンケート調査を実施します

区では、区民の皆さんが集会施設や体育施設などの公共施設を利用するときに負担していただく使用料等について、定期的に見直しを行っています。見直しを行うにあたり、区民の皆さんの幅広い意見をお聞きし、今後の参考とするため、アンケートを区ホームページで実施します。ご協力をお願いします。詳細は、実施期間中に区ホームページをご覧ください。

【実施期間】5月7日(火)～24日(金)

※同内容のアンケートは、無作為に抽出した区民2000名にも郵送します。
☒図財政課

5月15日(水)午前11時ごろ 防災行政無線を用いた情報伝達試験を行います

—— 問い合わせは、危機管理対策課、防災課へ。

全国瞬時警報システム（Jアラート※）の情報伝達を確実にするため、防災行政無線を用いた全国一斉の情報伝達試験を行います。

上記日時に、防災行政無線から試験放送が流れます。

※国から緊急情報（地震・武力攻撃など）が発信されると、区の防災行政無線から自動的に放送されるシステム。

放送内容

- ① チャイム音
- ② 「これは、Jアラートのテストです」（3回繰り返し）
- ③ 「こちらは、ぼうさいすぎなみです」
- ④ チャイム音



おあし上井草 小規模多機能ホームが開設

「広報すぎなみ」平成31年3月15日号で、4月1日開設予定とお伝えしましたが、工事の遅延により、5月1日に開設となりました。

☒概要＝通いを中心に、訪問・泊まりを柔軟に組み合わせて介護や支援を行う小規模多機能型居宅介護事業所 ▶所在地＝上井草3-33-10（上井草園内） ▶定員＝29名。通い18名。宿泊6名 ▶運営事業者＝サンフレンズ ☒☒開設準備室（同法人事務局内） ☎3394-9833



春の全国交通安全運動

～やさしさが走るこの街 この道路

5月11日(土)～20日(月)に、春の全国交通安全運動を実施します。
5月20日(月)は交通事故死ゼロを目指す日です。

—— 問い合わせは、杉並土木事務所交通安全係 ☎3315-4178へ。

運動の重点

●子どもと高齢者の安全な通行の確保と 高齢運転者の交通事故防止

【保護者の方へ】

- 自転車利用を含めた交通安全について、ご家族で話し合しましょう。
- 通学路の危険箇所について、お子さんと確認してください。

【高齢の方へ】

- 歩行中の死亡事故は、無理な横断で多く発生しています。横断歩道を渡り、信号を守りましょう。
- 身体機能の変化に自身が気づき、無理な行動をしないよう心掛けましょう。
- 高齢者ドライバーで運転に不安がある方は、免許の自主返納を家族で話し合しましょう。

【ドライバーの方へ】

- 子どもや高齢者を見掛けたら徐行する、横断を終えるまで待つてあげるなど、思いやりのある運転を心掛けましょう。
- この春入学した児童は、通学に不慣れな場合も多く、特に注意が必要です。



●自転車の安全利用の推進 (特に、自転車安全利用五則の周知徹底)

①自転車安全利用五則を守りましょう

- (1)自転車は、車道が原則、歩道は例外
- (2)車道は左側を通行
- (3)歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
- (4)安全ルールを守る
 - 飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
 - 夜間はライトを点灯
 - 交差点での信号順守と一時停止・安全確認
- (5)子どもはヘルメットを着用



②自転車損害賠償責任保険等に入りましょう

●全ての座席でのシートベルト着用と チャイルドシートの正しい設置の徹底

後部座席のシートベルトを着用しないと、事故時に前席に激突したり、車外に投げ出されたりするなど大きな被害につながります。また、チャイルドシートは正しく設置しないと、事故時の効果が下がります。



●飲酒運転の根絶

少しの飲酒でも絶対に運転はしない。「乗らない」「乗せない」「飲ませない」を守りましょう。わずかなお酒でも、運転能力・判断能力を低下させる恐れがあります。



●二輪車の交通事故防止

スピードの出しすぎには、注意しましょう。渋滞中、四輪車の間のすり抜けは、大変危険です。歩行者は気付いてくれない、車が来るかもしれない、といった危険を予測した運転を心掛けましょう。



「予防型」の 安全対策を 進めています

区では、国土交通省東京国道事務所からビッグデータ(ETC2.0プローブデータ=車両の走行情報)の提供を受け、視覚的に交通の状況を把握することで、これまで進めてきた「対症療法型」の安全対策から、事故が起きる前に対策を行う「予防型」の安全対策を進めています。



▲ビッグデータを可視化した例

放置自転車は撤去します

自転車の「放置」とは

自転車をとめている時間の長短や理由にかかわらず、道路などの公共の場所において「自転車から離れ、直ちに移動させることができない状態」をいいます。

自転車の放置禁止区域

自転車が大量に集まる駅周辺は、自転車放置禁止区域に指定されています。放置禁止区域内に放置された自転車は、随時撤去します。ガードレールなどに固定している自転車はチェーン錠などを切断して撤去します。

自転車駐車をご利用ください

上井草北、阿佐ヶ谷東、高井戸北、方南町東、久我山北、高円寺北、新高円寺地下、荻窪東地下の各区営自転車駐車場では、入庫から1時間まで無料で利用できるスペースを用意しています。

またほとんどの駅周辺には、1・2時間まで無料で利用できる民営の自転車駐車場があります。

詳細は、「すぎナビ」または「杉並区自転車駐車のご案内」(区民事務所で配布)をご覧ください。

道路等の公共の場所に自転車を放置するのは、区の条例に違反した行為です。

—— 問い合わせは、土木管理課自転車対策係 ☎5307-0735へ。

空いたスペースを有効活用しませんか?

～民営自転車駐車場育成補助金の交付要件の緩和

民営自転車駐車場育成補助金交付要綱を改正し、4月1日から施行しました。

台数制限をなくし、対象範囲を広げるなど交付要件を緩和しました。ほかにも、管理費補助やバイク駐車場への補助制度もあります。詳細は、お問い合わせください。



5月12日は
「民生委員・児童委員の日」
です

頼れるみんなの相談役 民生委員・児童委員

民生委員・児童委員は、社会福祉全般にわたる地域の身近な相談役として活躍しています。生活上で気掛かりなこと、子育て、介護などの悩み事がありましたら、お気軽にご相談ください。

—問い合わせは、保健福祉部管理課地域福祉係へ。

民生委員・児童委員は 地域の身近な相談相手です

現在、区では約400名の民生委員・児童委員が活動しています。「車椅子を借りたい」「一人暮らしの高齢者で不安」といった相談に応じ、内容に応じて関係機関への橋渡しをしたり、相談を受ける以外にも高齢者世帯の見守りや区の事業への協力などさまざまな活動をしています。それぞれ担当区域を持っていますので、ご自身のお住まいの地域を担当する委員を知りたい場合はお問い合わせください。

また、民生委員・児童委員の中から指名を受け、主に子ども・子育てに関する支援活動を専門に行う主任児童委員も活動しています。

守秘義務があります

民生委員・児童委員・主任児童委員が相談の中で知り得た情報は守られますので、安心してご相談ください。

民生委員・児童委員から

区では約400名の民生委員・児童委員が日々活動し、区民の皆さんの生活上の困りごとを関係機関につなげるよう努めています。民生委員・児童委員は、無報酬のボランティア（交通費、活動費の実費は支給されます）で、厚生労働大臣から委嘱されています。

平成29年には、民生委員制度創設100周年を迎え、大きな節目を通過しました。そして、新たな時代「令和」を迎えました。時代の移り変わりとともに、多様化する地域の課題に対して、これまで以上にきめ細かな対応が必要となり、民生委員・児童委員の活動にも変化が求められることでしょう。

そうした中、民生委員・児童委員は、本年11月末日に3年間の任期が満了となり、12月1日からは新任の委員とともに新たな任期を迎えます。

区民の皆さんが安心して住み続けることができるよう、私たち民生委員・児童委員は、関係機関への橋渡し役として、杉並区社会福祉協議会と連携のもと、地域力の充実を図ってまいります。皆さんの応援とご相談をお待ちしています。

(杉並区民生委員児童委員協議会会長・高武征)

もっと
民生委員・児童委員の
活動を知ろう

民生委員・児童委員パネル展示

「民生委員・児童委員の日」に合わせて、民生委員・児童委員活動PRパネル展示を開催します。日頃の民生委員・児童委員の活動について紹介します。

期 5月7日(火)午前10時～午後3時 場 区役所 1階ロビー

お気軽に
ご相談
ください!



ひとり親家庭の就労を支援します

ひとり親家庭の経済的自立を支援するため、就労に向けた助言・相談を行います（事前予約制）。

- 就業経験がない
- ハローワークを利用したことがない
- 離職期間が長く、就職に不安がある
- 現在就労しているが、安定した職への転職等を考えている

など、就職でお困りの方は、ぜひご相談ください。相談は無料で、秘密は厳守します。



支援内容

支援種別	対象	内容
自立支援プログラム策定員による支援	児童扶養手当受給者（生活保護受給者を除く）	相談者の意向や生活、職歴など個人の状況に応じた「自立支援プログラム」を策定し、きめ細かい就労支援を継続して行います。
就業支援専門員による支援	ひとり親家庭の方	就労・キャリアアップに向けた助言、情報提供等やマザーズハローワークへの同行支援などの就業支援を行います。

☎電話で、杉並子ども家庭支援センターひとり親家庭支援担当☎5929-1902（月～土曜日午前8時30分～午後7時〈祝日、年末年始を除く〉）

広告

はじめての遺言・相続・墓じまい

初回相談無料

☎050-3555-7830

中野・杉並行政書士事務所 行政書士 樹田卓

杉並区阿佐谷南 1-47-17 阿佐谷地域区民センター内

※広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。広告掲載のお問い合わせは広報課へ。

5月は杉並区の自殺予防月間です

生きてほしい

～一人で悩まずご相談を

自殺に追い込まれるということは「誰にでも起こりうる危機」であり、特別な人だけの問題ではありません。区では5月、9月、3月を自殺予防月間とし、さまざまな講演会等を実施しています。



—— 問い合わせは、杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025へ。

【ストレスチェックシステム】
「こころの体温計」をはじめました

「こころの体温計」とはスマートフォンやパソコンを使って、簡単に自分や家族のストレスチェックができるシステムです。チェックの後、相談先を紹介しています。

ご自身の健康状態、住環境などのストレス度が、水槽の中で泳ぐ金魚などの絵になって表示されます。「本人モード」「家族モード」「赤ちゃんママモード」「ストレスタイプテスト」「アルコールチェック」があります。

利用料は無料ですが、通信料は自己負担です。チェック開始前に性別、年代等を入力する必要がありますが、個人情報への入力はありません。

右2次元コード、または<https://fishbowlindex.jp/suginami/>からアクセスできます。



広報番組「すぎなみスタイル」では、お笑い芸人の3ガガヘッズが「こころの体温計」の使い方などを紹介しています。ぜひご覧ください！



杉並区公式チャンネル 検索

ゲートキーパー養成研修

身近な人の悩みに寄り添うために
知っておきたいこと

身近な人から「死にたい」と言われたときに、どのように話を聞くのか、言葉を掛けるのかを、講義やロールプレイを交えて学びます。



5月27日(月)午後2時～4時 杉並保健所(荻窪5-20-1) 自殺予防団体「風のとびら」代表・飯田佳子(右上写真) 区内在住・在勤・在学の方 60名(申込順) 電話・ファクス(10面記入例)に参加者全員の氏名(フリガナ)も書いて、杉並保健所保健予防課☎3391-1927 用紙持参。定員に達した場合は、後日電話連絡。平成27年度から実施している「ゲートキーパー養成研修(基礎編)」と同内容

講演会

アンガーマネジメント入門

より良い人間関係を築くために、「怒り」のメカニズムを知って、毎日の生活に生かしてみませんか。



5月19日(日)午前10時～正午 杉並保健所(荻窪5-20-1) アンガーマネジメントとは、ストレスと怒りの関係、イライラしやすい考え方のくせを知ろう アンガーマネジメントジャパン・佐藤恵子(右上写真) 区内在住・在勤・在学の方 80名(申込順) 電話・ファクス(10面記入例)に参加者全員の氏名(フリガナ)も書いて、杉並保健所保健予防課☎3391-1927 用紙持参。手話通訳あり。定員に達した場合は、後日電話連絡

メンタルヘルス講座

働く人のこころの健康のために
～ストレスと上手につきあうセルフケア

セルフケアについて、明日から職場で使える方法を実践的に学習します。



5月28日(火)午後6時30分～8時30分 杉並保健所(荻窪5-20-1) 職場におけるストレスとは、職場でのストレスチェック、ストレス対処法の実践 産業カウンセラー・松崎優佳(右上写真) 区内在住の勤労者、区内在勤の方 50名(申込順) 電話・はがき・ファクス(10面記入例)に職業、参加人数も書いて、産業振興センター就労・経営支援係(〒167-0043上荻1-2-1インテグラルタワー2階 ☎5347-9077 ☎3392-7052) 定員に達した場合は、後日電話連絡

セミナー

アルコール問題を解決するために
はじめの一步 ～命を尊び、生きることを支えあう

アルコール依存症当事者の回復の体験談に加え、当事者や家族がどういった支援機関や社会資源を頼れるかなど、問題解決の第一歩を考えます。

5月29日(水)午後2時～4時30分 杉並保健所(荻窪5-20-1) アルコールで苦しんでいる当事者とその家族、関係者ほか 80名(先着順) AA関東甲信越セントラルオフィス ☎5957-3506 主催=AA永福グループ

図書館の展示

「生きるための本」

区立図書館で、自殺予防に関する図書展示します。期間・テーマは、各図書館へお問い合わせください。



5月31日(金)まで

相談窓口

区の施設 いずれも平日午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く) 心と体の病気や悩みの相談

●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

生活の相談

●福祉事務所 荻窪 ☎3398-9104 / 高円寺 ☎5306-2611 / 高井戸 ☎3332-7221

●くらしのサポートステーション(生活自立支援窓口) ☎3391-1751

いずれも相談は無料です。相談内容の秘密は守られます。

区の施設以外の電話相談窓口

●東京都自殺相談ダイヤル～こころのいのちのほっとライン ☎0570-087478 (午後2時～翌午前5時30分。年中無休)

●東京いのちの電話 ☎3264-4343 (24時間。年中無休)

●東京自殺防止センター ☎5286-9090 (午後8時～翌午前5時30分(火曜日は午後5時～翌午前2時30分、木曜日は午後8時～翌午前2時30分)。年中無休)

広告

ご自宅を売却後も住み続けられます

株式会社スクエアの専門仲介
【リースバックプロ】

相談無料
秘密厳守

☎0120-944-909

杉並区編/内
1-5-20-203

※広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。広告掲載のお問い合わせは広報課へ。

みどりのイベント 2019

柏の宮公園を会場に、身近にあるみどりに親しみ、みどりと遊び、みどりに関して考えようというイベントです。

地域の緑化活動に取り組むボランティア団体や、すぎなみ造園有志の会、みどりのボランティア杉並などによるみどりと親しむ楽しい企画がいっぱいあります。ぜひ、お越しください。

——問い合わせは、みどり公園課南公園緑地事務所 ☎3304-0521 へ。

日時

5月18日(土)
午前10時～午後4時

場所

柏の宮公園(浜田山2-5-1)ほか

☑一部必要 ☑車で来場不可。購入した花木などを持ち帰るためのマイバッグを持参。ごみの持ち帰りにご協力ください。一部の企画は材料等がなくなり次第終了。雨天時は企画内容を一部変更する場合があります。

申し込みが必要なイベント

◆ツリークライミング®

☑午前10時・11時・午後1時・2時(各回1時間程度。雨天中止) ☑ツリークライミング® ジャパン ☑小学生 ☑各回6名(抽選) ☑1000円(保険料含む) ☑往復はがき(10面記入例)に希望回(第3希望まで)、学年、保護者の氏名、昼間の連絡先も書いて、5月7日(消印有効)までにみどり公園課南公園緑地事務所(〒168-0072高井戸東1-18-5)

◆^{せんでい}剪定講座

☑午前10時30分～正午 ☑塚山公園(下高井戸5-23-12) ☑20名程度(申込順) ☑電話で、5月14日までにみどり公園課南公園緑地事務所

自由に参加できるイベント

◆みどりの相談コーナー

☑庭木などのみどり全般の相談窓口

◆飲食物の販売(売り切れ次第終了)

☑焼きそば・フランクフルト・綿菓子・生ビールほか

◆天然酵母のパンとクッキーの販売(売り切れ次第終了)

◆みんなで遊び隊

☑ボールすくい・ヨーヨーすくい・射的

◆花苗・苗木の販売とプラスチック鉢および再生土の配布

(売り切れまたはなくなり次第終了)

◆茶道体験

柏の宮公園内の茶室(林丘亭)でお抹茶とお菓子をいただきます。
☑午前10時30分～午後3時 ☑200円

◆ゲーム「杉並の生きものは大丈夫？」

区内の生き物をパワチで作り、生態系や特定外来生物、絶滅が心配される生き物の存在を学びます。

◆落ち葉を一年で腐葉土に

落ち葉を一年間で腐葉土にする方法をご紹介します。また、「落ち葉感謝祭」の様子をパネル展示します。

◆植木応援団と一緒に竹細工を作りましょう

足踏み、花器、マグカップ、貯金筒、鉛筆立て、酒器などをつくりまします。

◆シュロの葉っぱでつくろう!

シュロという木の葉を使って、カタツムリやサカナやバッタなどを作ってみよう。

◆実生の草木などの配布(なくなり次第終了)

公園内で発芽した実生の草木や、増え過ぎて取りよけておいた植物を配布します。

◆柏の宮公園くらぶ展示

柏の宮公園のボランティア団体の活動を展示します。

◆すぎなみ環境ネットワーク みどり事業部の活動紹介

青梅市での森林保全活動、東京都海の森での活動や三井の森公園など区内での活動を紹介します。

◆木の輪切りに絵を描こう!

木の輪切りに好きな絵を描いてストラップを作ります。

◆炭焼き体験会の展示

第6回炭焼き体験会の実施状況をパネル展示します。
☑木酢液、竹炭を配布(なくなり次第終了)

同時開催

◆犬のしつけ方教室

初歩的なしつけ方(リーダーウォーク、おすわり等)を学びます。
☑午前10時～11時、午後1時～2時 ☑中学生以上の飼い主1人につき飼い犬1頭 ☑各15名(申込順) ☑往復はがき(10面記入例)に飼い主の生年月日、犬の名前・犬種・性別・年齢(月齢)も書いて、5月10日(消印有効)までにみどり公園課管理係 ☑参加犬の条件①生後6カ月以上②狂犬病予防接種・混合ワクチン接種済み(当日確認できるものを持参)③鑑札の交付を受けている(当日持参)④生理中の雌は除く

◆犬とふれあい教室

☑午前11時30分～正午 ☑小学生以下で犬を飼っていないお子さん(未就学児は保護者同伴) ☑10名(申込順) ☑往復はがき(10面記入例)に生年月日、付き添う方の氏名(フリガナ)も書いて、5月10日(消印有効)までにみどり公園課管理係 ☑見学可



…… いずれも ……

☑ NPO 法人日本同伴犬協会 ☑ みどり公園課管理係

民営化宿泊施設等をご利用ください



お知らせ

民営化宿泊施設「富士学園」の区民料金変更 山梨県南都留郡忍野村忍草2997

11月1日(金)宿泊分から区民料金に変更になります。

◆宿泊料金(1泊2食付)※

平日7700円。休日前8690円。夏期(7月20日～8月31日)9680円。年末年始(12月31日～2年1月3日)1万2300円。冬期(11月1日～2年3月31日(年末年始を除く))6600円。

※サービス料・消費税込み。小学生以上から適用(未就学児の料金はお問い合わせください)。特別室(トイレあり)は、1名につき1泊1100円増。体育館、研修室など付帯施設料金はお問い合わせください。住所・氏名・生年月日が確認できる証明書(運転免許証・健康保険証など)を持参してください。

甲圏電話で、あんしん宿予約センター☎0120-844-891、富士学園☎0555-84-7031(いずれも午前9時～午後5時)

協定旅館 湯の里「杉菜」 神奈川県足柄下郡湯河原町宮上279

直行バスのご案内

阿佐ヶ谷駅南口～湯の里「杉菜」間の直行バスを運行します(宿泊予約時にお申し込みください)。

●運行日程

お問い合わせください。

●運行時間

●阿佐ヶ谷駅南口(午後1時)→湯の里「杉菜」(3時30分予定)

●湯の里「杉菜」(午前9時30分)→阿佐ヶ谷駅南口(正午予定)

※時刻は道路渋滞等により変更になることがあります。

●料金

片道2400円(往復4200円)。子ども=片道1500円(往復2700円)

●最少催行人数

10名(出発の6日前までに運行決定)



区内在住で身体障害者手帳等をお持ちの方は、夕食時にワンドリンクをサービスします(ビール、日本酒、ウーロン茶、オレンジジュースのいずれか)。予約時に申し出てください。

甲圏電話で、湯の里「杉菜」☎0465-62-4805

交流自治体からの お知らせ

自治体	催し名	日時・場所・内容	問い合わせ
福島県南相馬市	物産展	5月16日(木)午前10時～午後2時 区役所中杉通り側入り口前 園漬物や野菜などの販売	文化・交流課
群馬県東吾妻町	吾妻の朝市	5月23日(休)午前10時～午後1時 区役所中杉通り側入り口前 園高原野菜や加工品の販売	
新潟県小千谷市	おぢやフェア	5月26日(日)午前11時～午後1時30分 園小千谷学生寮(井草4-16-23) 園笹団子、小千谷そばなどの販売 園車の来場不可	小千谷市産業開発センター ☎0258-83-4800

※いずれも売り切れ次第終了。買い物袋持参。

北海道名寄市の特産品が 期間限定で注文できます

区の交流自治体、北海道名寄市の特産品を通信販売します。豊かな大地で育てられた新鮮野菜・果物を産地直送でお届けします。

販売期間 12月20日まで

販売商品 アスパラガス・とうもろこし・メロン・かぼちゃ・じゃがいも・たまねぎなど
※詳細・申し込み方法は区ホームページをご覧ください。

園なよろの畑自慢倶楽部☎01654-9-6711



7月31日(水)午後2時～4時/杉並公会堂(上荻1-23-15)

日本フィル 夏休みコンサート2019



園出演=永峰大輔(指揮<右写真左上>)、江原陽子(お話とうた<右写真右上>)、スターダンサーズ・バレエ団(バレエ<右写真下>)、日本フィルハーモニー交響楽団(管弦楽) ▶曲目=ホルスト「組曲・惑星より『ジュピター』」、プロコフィエフ「バレエ『シンデレラ』(日本フィル夏休みコンサート2019版)」、オーケストラの演奏にのってみんなであうた「さんぽ」ほか 園4歳以上の方 園1000名(申込順) 園5席4200円ほか 園チケット販売窓口=杉並公会堂☎5347-4450(午前10時～午後7時。臨時休館日を除く) 園託児あり(事前予約制。電話で、イベント託児マザーズ☎0120-788-222(平日午前10時～正午、午後1時～5時。祝日を除く))。午後1時15分からウエルカム・コンサートあり



©Takashi Hiyama

