

広報すぎなみ

Suginami



みどり豊かな 住まいのみやこ

8/1

令和4年(2022年)  
No.2334

新型コロナウイルスに関する  
最新情報はこちらで  
ご確認ください

区では、区ホームページやツイッターで、  
随時情報をお伝えしています。

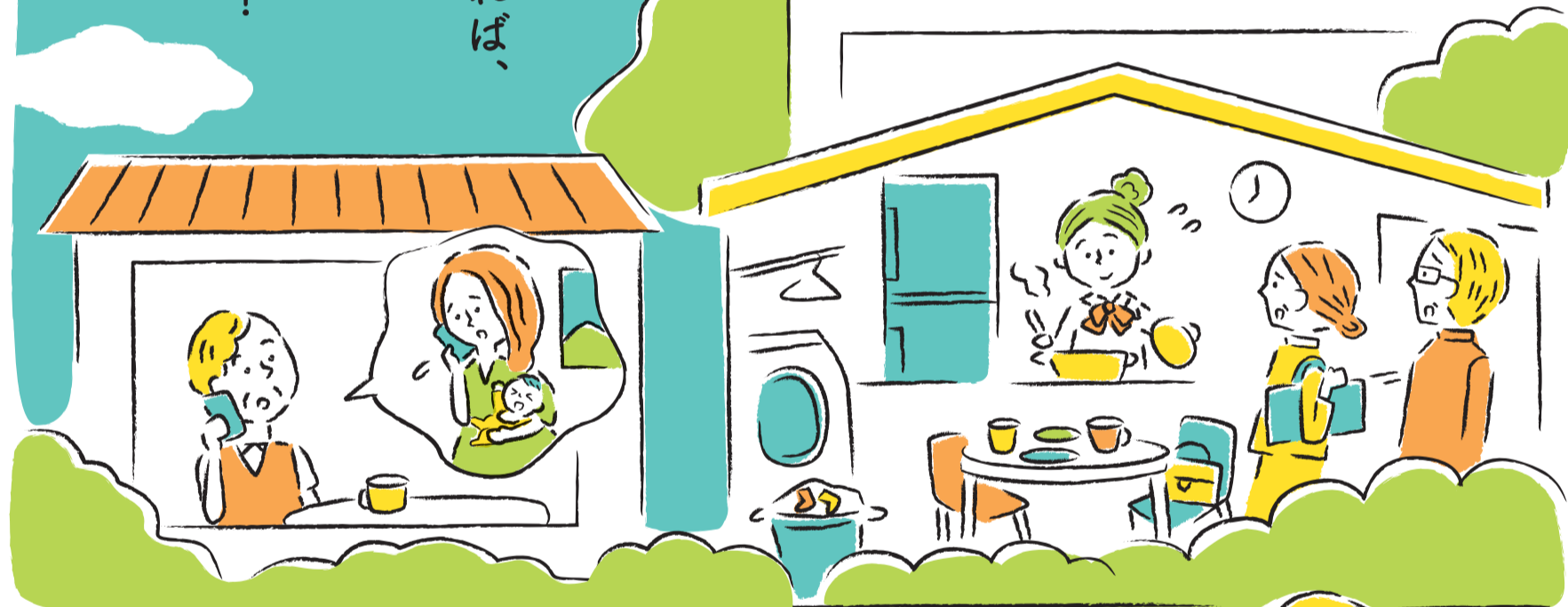


新型コロナウイルス  
感染症情報  
(区ホームページ)



杉並区公式ツイッター  
(地震・水防情報等)  
@suginami\_tokyo

困ったことがあれば、  
一人で悩まず、  
お気軽に  
ご相談ください！



特集

# 子ども家庭支援センター

〒166-8570 杉並区阿佐谷南1-15-1 ☎ 3312-2111(代表) FAX 3312-9911(広報課直通) 🌐 区ホームページ: <https://www.city.suginami.tokyo.jp/> 📄 発行: 杉並区 📝 編集: 広報課

お知らせ

新型コロナウイルスの感染状況によっては、本紙掲載の催し等が変更・延期または中止になる場合があります。  
最新情報は、区ホームページまたは区(地震・水防情報等)ツイッターをご確認ください。

広報すぎなみは月2回(1・15日)発行。新聞折り込みのほか、区の施設・駅・コンビニエンスストアなどの広報スタンドに設置しています。



子どものこと  
家庭のこと

困ったことがあれば、一人で悩まず、  
お気軽にご相談ください!



頼れる人が  
誰もいない...

# 子ども家庭支援センター

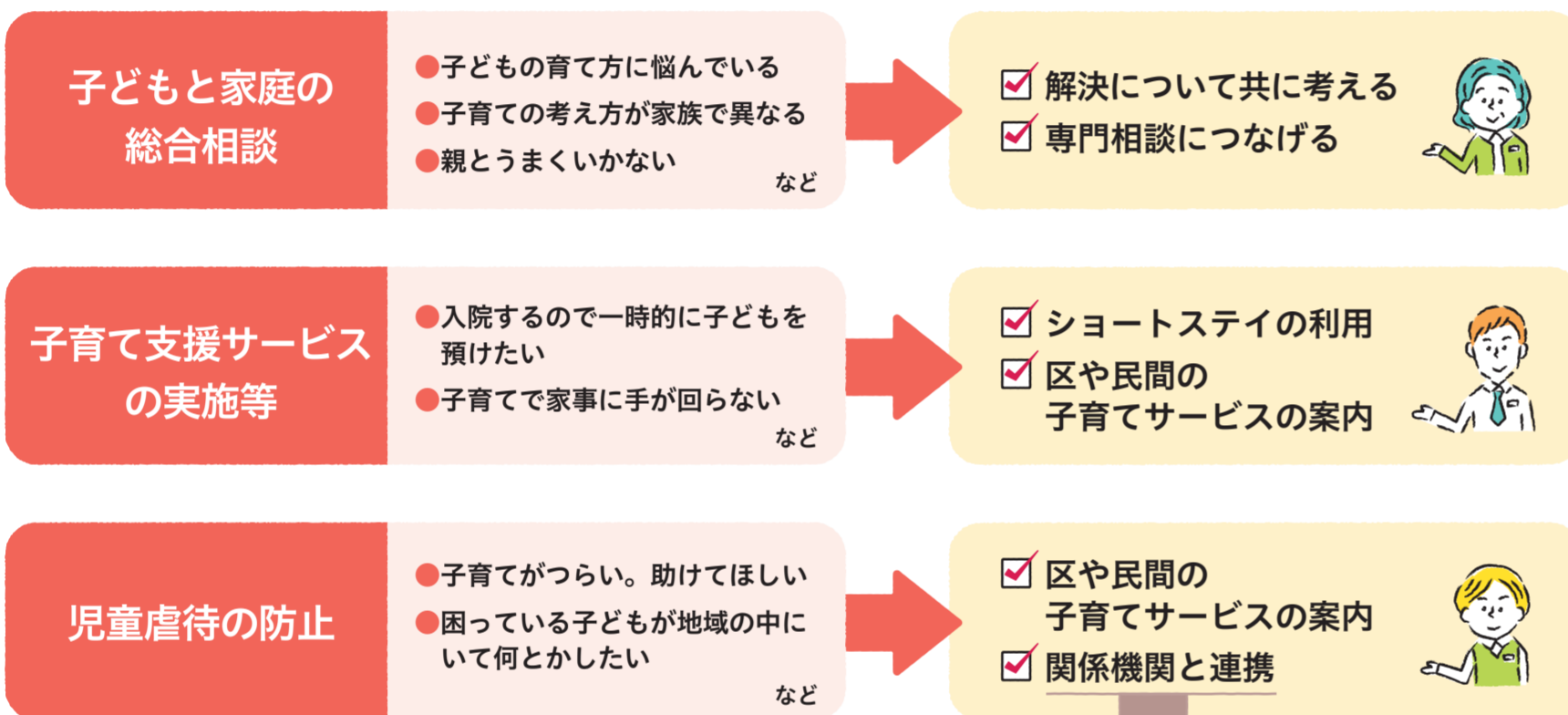
子ども家庭支援センターは子どもと家庭の相談窓口として、電話または来所による相談や、育児支援等の子育て支援サービスを行っています。また、児童虐待に関する相談にも対応しています。お子さんのこと、子育てのこと、ご家族のことなど、一人で悩まずにご相談ください。詳細は、区ホームページをご覧ください。



▲区ホームページ

—問い合わせは、杉並子ども家庭支援センターへ。

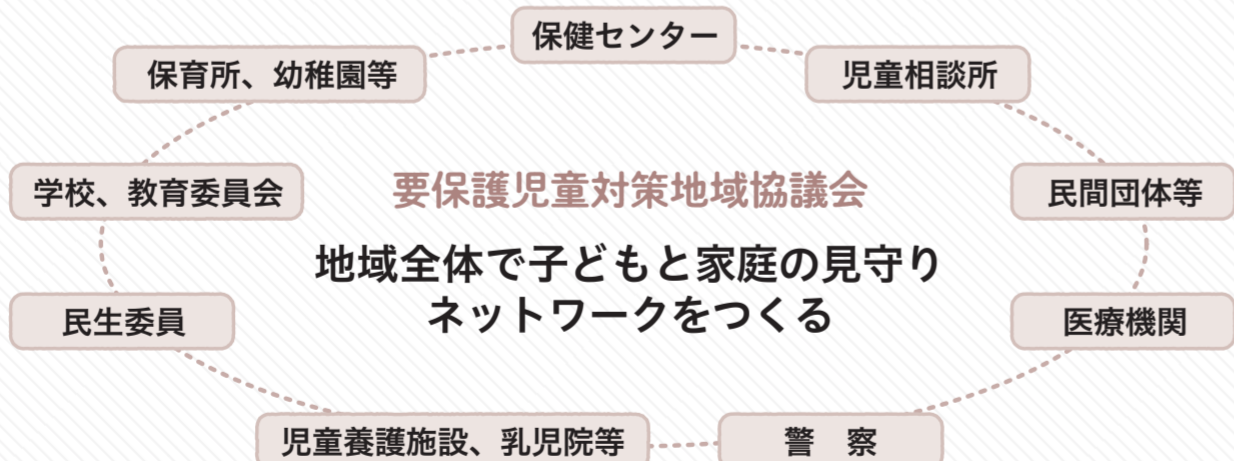
## 子ども家庭支援センターの役割とは?



対応

### 継続的な支援が必要な場合は...

区の要保護児童対策地域協議会において、子どもやその家庭に適切な支援を行うため、地域の関係機関等が連携を取り合いながら、対応しています。なお、構成する関係機関等には、児童福祉法の規定により守秘義務が課せられています。



### 8年度に区立児童相談所を開設します

児童虐待の通告・相談件数が増加する中、子育て支援から要保護児童支援までを一貫して区が行うことが、児童虐待防止対策の一層の強化につながるとの認識のもと、8年度に区立児童相談所を開設します。



## こんな相談がきています!



### CASE-1 父親から

妻が子育てに疲弊している...

妻が子育てに疲弊し、イライラしている様子があって心配しています。平日の昼間はどうしても妻に子どもを任せるしかないため、妻の大変さを受け止めたいと思っています。ただ今後お互いにつらくなってけんかになってしまうことや、子どもにイライラが向かってしまわないか不安です。

対応は?

夫婦で協力しながら育児をしているんですね。その中で大変なこともたくさんありますよね。近くに頼れる方はいますか? どこかこれまでに相談はできているのでしょうか? 一時的な預かり保育などの利用を考えてみてはいかがでしょうか。



### CASE-2 母親から

子どものかんしゃくが酷いです...

自分の思い通りにならなかった時や、周りができていることができなかった時にかんしゃくを起こすことが多いです。その気持ちは分かるので、可能な限りやりたいようにやらせてみたい、できたことを褒めてあげたりしています。ただ朝の忙しい時間にかんしゃくが酷いとイライラして、泣きたくなることもあります。

対応は?

お子さんの気持ちをくみ取りながら、とてもご苦労されていますね。学校での様子はどうですか? お子さんの「こころ」のことについて、専門の先生がお聴きすることもできますよ。



### CASE-3 中学生から

家事が大変で勉強ができません...

家のことで困っています。私は受験生ですが、家事に追われています。親は仕事で忙しくてごはんは私が作っていますし、洗濯や掃除などできないので仕方なく私がやっています。そのため勉強できる時間がなく困っています。このことは家でも学校でも話ができないので、電話してみました。

対応は?

家事ばかりで、なかなか受験勉強ができていないんですね。ご家族へ何か支援できることがあるかもしれないので、自宅の様子をもう少し聞かせてもらえますか?



### CASE-4 小学生から

友達にイヤな事をされました...

私は小学生ですが、今日、学校帰りに友達にイヤな事をされました。ランドセルをたたかれたり自分をばかにするようなことを言われたりしました。これまでも何度か同じようにイヤな事をされたことがあります。つらいです。どうしたらいいですか?

対応は?

イヤな事されて、とても辛かったよね。電話してくれてありがとう。とても心配だから、あなたのことを守ってくれる人、例えばお母さんやお父さんに相談できるかな? 担任の先生は知っているのかな?



※特定の相談内容ではなく、さまざまな事例を再構成しています。

## 電話でも来所でも、お気軽になんでもご相談ください。

### ゆうライン (相談専用窓口)

杉並子ども家庭支援センター内

0~18歳の子育てに関する相談や、18歳までの子どもからの相談を受け付けます。

**5929-1901** 月~土曜日、午前9時~午後7時 (10月からは8時まで。祝日、年末年始を除く)

緊急・夜間の連絡先 平日 (午前9時~午後5時): 東京都杉並児童相談所 ☎5370-6001  
平日夜間 (午後5時45分以降)、土・日曜日、祝日: 東京都児童相談センター ☎5937-2330

- 電話または来所で相談できます。
- 専門相談をご案内する場合があります。
  - ・子どものこころの相談 (担当: 児童精神科医) ・家族相談 (担当: 臨床心理士)

お近くの子ども家庭支援センターでも  
月~土曜日、午前8時30分~午後5時 (祝日を除く)

- 杉並子ども家庭支援センター (阿佐谷南1-14-8) ☎5929-1902 ☎5929-1903
- 荻窪子ども家庭支援センター (荻窪5-20-1) ☎5335-7877 ☎5335-7878
- 高円寺子ども家庭支援センター (高円寺南3-31-3) ☎3315-2800 ☎3315-2805

※児童虐待に関する相談は、各センターまで。

## 区からのお知らせ

## SUGINAMI INFORMATION

## 保険・年金

## 国民年金保険料は前納がお得です

毎月の国民年金保険料の納付期限は翌月末日ですが、まとめて前払いすると割引となる「前納制度」があります。

例えば、10月分～5年3月分(6カ月分)をまとめて現金やクレジットカードで納付する場合、毎月納付するよりも割引になります。また、前納制度と口座振替をセットにすることでさらに割引額が大きくなります。

6カ月分を口座振替での前納を希望する場合は、8月31日までに杉並年金事務所へお申し込みください。

☎杉並年金事務所 ☎3312-1511

## 子育て・教育

## 中学校卒業程度認定試験

病気などにより義務教育を猶予または免除された方など、猶予または免除を受けず今年度の終わりまでに中学校を卒業できないと見込まれることについて、やむを得ない事由があると文部科学大臣が認めた方などに対し、中学校卒業程度の学力があるかを認定する試験を行います。この試験は、文部科学省が実施し、合格者には高等学校への入学資格が与えられます。

☎願書受付期間=9月2日まで ▶試験日=10月20日(木) ▶合格発表=11月29日(火) ▶受験案内等配布場所=都教育庁地域教育支援部義務教育課小中学校担当(新宿区西新宿2-8-1都庁第二本庁舎) ☎文部科学省総合教育政策局生涯学習推進課認定試験第一・二係 ☎5253-4111

## 採用情報 ※応募書類は返却しません。

## 会計年度任用職員(臨時) 健康診断補助

☎小学校就学前の幼児を対象に行う就学時健康診断の補助 ▶勤務期間=10月1日～11月30日のうち学校の指定する日(土・日曜日、祝日を除く) ▶勤務時間=原則、午後0時15分～5時15分 ▶勤務場所=区立小学校 ▶募集人数=80名程度 ▶報酬=時給1050円 ▶その他=交通費支給(上限あり) ☎申込書・従事調査票(学務課保健給食係(区役所東棟6階)で配布。区ホームページからも取り出せます)を、8月26日までに同係へ簡易書留で郵送・持参 ☎同係 ☎5307-0762 ☎結果は9月16日までに通知

## 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
住まいの修繕・増改築無料相談★	☎月・金曜日、午後1時～4時(8月12日・15日・19日を除く) ☎区役所1階ロビー	☎東京土建杉並支部 ☎3313-1445、区住宅課
行政書士による相談	☎8月12日(金)午後1時～4時 ☎相談室(区役所西棟2階) ☎相続・遺言・離婚・金銭問題等書類手続きに関すること ☎6名(申込順) ☎1人30分	☎☎電話で、8月5日から東京都行政書士会杉並支部 ☎0120-567-537(午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日を除く))
専門家による空家等総合無料相談	☎8月18日(木)午前9時20分・10時15分・11時10分 ☎住宅課相談室(区役所西棟5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	☎☎電話で、住宅課空家対策係。または申込書(区ホームページから取り出せます)を、8月16日までに同係 ☎5307-0689へ郵送・ファクス ☎同係
不動産に関する無料相談	☎8月18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区支部 ☎3311-4937(午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)) ☎同支部、区住宅課
弁護士による土曜法律相談	☎8月20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、8月15日～19日に専門相談予約専用 ☎5307-0617(午前8時30分～午後5時)。または直接、区政相談課(区役所東棟1階)で予約 ☎同課
建築総合無料相談会・ブロック塀無料相談会★	☎9月6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。ブロック塀無料相談会は、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

※★は当日、直接会場へ。

## ① 感染症防止対策

下記の対策にご協力をお願いいたします。

- 体調不良時の利用自粛
- マスク着用や手洗い・手指消毒の励行
- ソーシャルディスタンスの十分な確保
- 室内の定期的な換気
- 大声での発声、歌唱、声援等が生じる活動の自粛

## 募集します

## 都営住宅入居者

☎募集戸数=①ポイント方式による募集(家族向けのみ)=1299戸(車いす使用者世帯向け15戸を含む) ②単身者向け=271戸(車いす使用者向け5戸を含む) ③シルバーピア(高齢者集合住宅・単身者または2人世帯向け)=67戸 ④居室内で病死等があった住宅(単身者向け・車いす使用者向け・シルバーピア)=90戸 ▶申込書・募集案内の配布期間=8月9日まで(各配布場所の休業日を除く) ▶配布場所=区役所1階ロビー、住宅課(区役所西棟5階)、子ども家庭部管理課(東棟3階)、福祉事務所、区民事務所(平日夜間と土・日曜日は区役所の休日・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)ホー

## 【重要なお知らせ】

新型コロナウイルスの感染状況によっては、本紙および過去の「広報すぎなみ」掲載の催しや募集の内容等が変更・延期または中止になる場合があります。最新情報は、各問い合わせ先にご確認いただくか、区ホームページをご覧ください。



ムページからも取り出せません ☎申込書を、8月16日(①は午後6時)までに専用封筒で郵送。②～④は都営住宅入居者募集サイトからも申し込み可 ☎JKK東京 ☎3498-8894(申込書受付期間中は☎0570-010-810(土・日曜日、祝日を除く))、区住宅課住宅運営係

## 「わがまちの警察官」の推薦

区では、犯罪の抑止に顕著な成果を上げた警察官を「わがまちの警察官」として顕彰しています。杉並・高井戸・荻窪警察署に勤務し、区民の安全・安心のために活躍している警察官を推薦してください。☎推薦書(危機管理対策課(区役所東棟5階)で配布。区ホームページからも取り出せません)を、8月31日までに同課 ☎3312-3326 ☎tikianzen-k@city.suginami.lg.jpへ郵送・ファクス・Eメール・持参。または電話で推薦 ☎同課 ☎5307-0616

## 特別養護老人ホーム「エクレスシア南伊豆」入居相談窓口

入居を希望する方を対象に入居相談窓口を開設します。施設や入居者が参加したイベントの様子が分かるパネルも展示します。入居を検討中の方もお気軽にお立ち寄りください。

☎8月18日(木)・19日(金)午前10時～午後4時 ☎区役所2階区民ギャラリー ☎高齢者施策課施設整備推進担当



## 杉並区まちづくり基本方針(杉並区都市計画マスタープラン)骨子案の説明会が延期になりました

7月15日付広報「杉並区まちづくり基本方針(杉並区都市計画マスタープラン)骨子案の説明会」(7月26日(火)～8月4日(木))は、骨子案の内容に調整の必要が生じたため延期することになりました。お知らせをご覧になり、出席を予定していた皆さんにはおわびいたします。

説明会の実施時期が決定し次第、改めて広報すぎなみ、区ホームページなどでお知らせします。☎都市整備部管理課企画調査係

まもなく締め切りです!

## 現況届の提出をお忘れなく

児童扶養手当、ひとり親家庭等医療費助成を受けている方へ、7月末に現況届を発送しました。特別児童扶養手当を受けている方には、8月上旬に現況届を発送します。

現況届は、引き続き支給要件に該当するかを確認するためのものです。8月1日現在の状況を記入して、いずれも8月31日までに提出してください。



提出期限

8月31日



### ひとり親家庭等医療費助成

☑児童が18歳に達する日以後の最初の3月31日(中度以上の障害を有する児童は20歳未満)までで、離婚などにより父または母と生計を異にする児童を養育しており、健康保険に加入している方 ☑子ども家庭部管理課子ども医療・手当係 ☑引き続き受給資格がある方には医療証を、所得超過などにより12月末で受給資格が消滅する方には受給資格消滅通知を12月下旬に送付

### 特別児童扶養手当

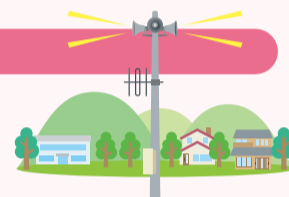
☑20歳未満で障害のある児童(愛の手帳おおむね1~3度程度、身体障害者手帳おおむね1~3級程度および下肢障害4級の一部程度、その他日常生活に著しい制限を受ける精神障害や内部障害・疾患等がある児童)を監護または養育している方 ☑障害者施策課障害者手当・医療係

### 児童扶養手当

☑児童が18歳に達する日以後の最初の3月31日(中度以上の障害を有する児童は20歳未満)までで、離婚などにより父または母と生計を異にする児童を養育している方(3年度に支給停止となっている方、受給者または扶養義務者の3年中所得が制限額以上あると思われる方も要提出) ☑子ども家庭部管理課子ども医療・手当係 ☑審査結果は10月下旬以降順次発送予定。児童扶養手当受給資格発生から5年を経過する方(一部を除く)については、「児童扶養手当一部支給停止適用除外事由届出書」(緑色の用紙)を送付済み。現況届と併せて要提出

8月10日(水)午前11時ごろ

## 防災行政無線を用いた情報伝達試験の実施



全国瞬時警報システム(Jアラート)による情報伝達を確実に行うため、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。

※Jアラートとは、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です。

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回繰り返す)
- ③ 「こちらは、ぼうさいすぎなみです」
- ④ チャイム音

☑危機管理対策課、防災課

## 障(受給者証)・身(医療証)の更新のお知らせ

現在お使いの障(受給者証)・身(医療証(以下「医療証等」))の有効期限は8月31日です。新しい医療証等は8月19日(金)に発送します。4年度(3年中)所得が基準額を超えている場合、9月からの受給資格は喪失します。

現在お使いの医療証等は、9月30日までに障害者施策課(区役所東棟1階)、区民事務所へ返却してください(障害者施策課は郵送も可)。

—— 問い合わせは、障害者施策課障害者手当・医療係へ。

### 以前医療証等を受給していたが、現在受給資格を喪失している方へ

次の①②のいずれかを満たしている方で、身体障害者手帳1・2級(内部障害は3級まで)、愛の手帳1・2度、精神障害者保健福祉手帳1級の方は障(受給者証)を、愛の手帳3度、脳性まひまたは進行性筋萎縮症の方は身(医療証)を再取得できる場合があるので、ご相談ください。

- ① 後期高齢者医療被保険者証をお持ちで、4年度(3年中)の住民税が非課税
- ② その他の健康保険被保険者証をお持ちで、4年度(3年中)の所得が基準額以内

### 変更事項のあった方へ

加入健康保険証や住所、氏名などに変更があった場合は、必ず届け出をしてください。

## HPVワクチンのキャッチアップ接種のご案内

ヒトパピローマウイルス(HPV)感染症の予防接種について、キャッチアップ接種対象の方に、8月末に予診票を送付します。

—— 問い合わせは、杉並保健所保健予防課保健予防係 ☎3391-1025へ。



**対象** 平成9年4月2日~18年4月1日生まれの女性で、HPV感染症予防接種を合計3回受けていない方

**接種期限** 7年3月31日

**その他** 平成9年4月2日~17年4月1日生まれの女性で、定期接種の対象年齢を過ぎてから令和4年3月31日までにHPVワクチンを任意で接種した方を対象に、9月1日から費用助成を行います。詳細は、区ホームページ(右2次元コード)をご確認ください。



空き家に関する無料相談ができます

## 「杉並区空き家利活用相談窓口（モデル事業）」の開設

区は、空き家に関する利活用等を促進させるため、6年度に民間事業者との協働により「**空き家等利活用相談窓口**」の開設を予定しています。

6年度の本格実施に向けて、細田工務店と「**杉並区空き家利活用相談窓口（モデル事業）**」を8月27日から開設します。ぜひご利用ください。

### 相談内容

空き家に関する利活用等（売却・賃貸・管理・修繕・相続・生前対策ほか）についての無料の相談窓口です。

#### 〈相談事例〉

- ・空き家をリフォームし、自宅や賃貸物件として利活用したい。
- ・空き家を解体、売却したい。
- ・相続を円滑に進めたいが、誰に相談すればいいかわからない。
- ・将来空き家を所有する可能性があり、賃貸物件として貸し出したい。

### 対象者（親族・代理人を含む）

- ・区内にある空き家等を所有している方
- ・区内に空き家等となる可能性がある建築物を所有している方
- ・区内在住の方で空き家等（区内・区外）を所有している方

### 相談日時

午前9時～午後6時（水・日曜日、年末年始などを除く）

### 相談方法・問い合わせ

電話・Eメールに住所・氏名・相談内容を書いて、細田カスタマーサポート営業推進部 ☎5397-7717 ✉cs@hosoda.co.jp

未経験から活躍できる介護のお仕事

## TOKYOかいごチャレンジ インターンシップ参加者募集

求職者向けに都内介護施設等でのインターンシップ（1日当たり1事業所参加につき5000円の支援金あり）の参加者を募集します。インターンシップから就職先のマッチング、就職後のフォローアップまで一貫した支援を行います。対象は、都内または近隣県在住の介護職未経験者（学生を除く）です。詳細は、TOKYOかいごチャレンジインターンシップホームページをご確認ください。

☎TOKYOかいごチャレンジインターンシップ事務局 ☎6743-0638・0639、都福祉保健局介護保険課 ☎5320-4267



▲ホームページ



▲Instagram



杉並区区制施行90周年記念講演会「原水爆禁止署名運動」

## 署名が世界を動かした！ 3200万筆の平和のチカラ

「すぎなみ5ストーリーズ」の一つである「原水爆禁止署名運動」について、関係者や関連分野を研究する講師を招き、当時の時代背景や運動に奔走した人たちの思い、運動の意義や人物像を語り継ぎます。

### 原水爆禁止署名運動とは

原水爆禁止署名運動とは、昭和29（1954）年3月、南太平洋のビキニ環礁におけるアメリカの水爆実験で、第五福竜丸をはじめとする多数の日本漁船が被ばくしたことによって、日本各地で巻き起こった核兵器反対運動のことです。

区でも、区内人口の約7割の署名を集める全区的な運動が展開されました。署名運動の盛り上がりは、第1回原水爆禁止世界大会の開催や広島・長崎の被爆者救済の契機にもなりました。

日時 8月20日(土)午後2時～4時30分

場所 座・高円寺（高円寺北2-1-2）

内容 ●演奏会「平和を願うチェロの調べ」  
内出演=テチアナ・ラヴロワ（ウクライナ国立歌劇場管弦楽団）、ヤーナ・ラヴロワ

### ●基調講演

内ビキニ水爆実験と第五福竜丸の歴史的意義、第五福竜丸の帰港が世界に与えた影響 〓都立第五福竜丸展示館主任研究員・市田真理

### ●トークセッション

〓市田真理、安井節子、林美紀子、竹内ひで子

定員 200名（申込順）

申し込み 往復はがき・Eメール（8面記入例）で、8月12日までに区民生活部管理課平和事業担当 ✉kumin-kanri@city.suginami.lg.jp



ANNIVERSARY  
杉並区区制施行90周年



▲テチアナ・ラヴロワ ▲ヤーナ・ラヴロワ



▲Eメール作成用2次元コード

広島と長崎の77回目の原爆の日

## 平和への祈りを込めて黙とうをささげましょう

戦争や核兵器による惨禍を二度と繰り返さないために、原爆死没者・戦没者の冥福と世界の恒久平和の実現を祈念し、それぞれの時刻に合わせて1分間の黙とうをささげましょう。家庭や地域、職場で平和の尊さを見つめなおし、平和への誓いを新たにしましょう。

●広島=8月6日(土)午前8時15分

●長崎=8月9日(火)午前11時2分

●全国戦没者追悼式=8月15日(月)正午

…………… いずれも ……………

☎区民生活部管理課平和事業担当

広告

お見合い結婚しませんか

お世話してお蔭様で29年目になりました  
日高 晶元 ひだかあきもと がサポートします

日本他人加盟 高田馬場結婚相談所 tel.03-5386-3161

新宿区高田馬場 4-1-6-401 木曜休



※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。

開園予定まであと約2年!

# 荻外荘オリジナルグッズ発売!



▲区ホームページ

販売開始日 **8月1日(月)**

通常販売場所 **コミュかるショップ(区役所1階)**

オリジナルグッズ販売会 時8月10日(水)午前10時30分～午後2時30分  
場区役所中杉通り側入り口前

ペーパークラフト日本の史跡1/200  
国指定史跡 荻外荘 近衛文麿旧宅 (製造元=ファセット)  
..... 1320円

区とメーカーがコラボし、実際の荻外荘の復原図案を基に設計・制作したペーパークラフトです。眺めのよい台地にたたずむ荻外荘が再現されています。



荻外荘オリジナルてぬぐい (製造元=かまわめ)  
..... 1200円

伊東忠太が設計した荻外荘の立面図と、「荻窪会談」が開かれた荻外荘客間にある壁紙の動物模様がレイアウトされています。



国指定史跡 荻外荘 (近衛文麿旧宅) とは

昭和戦前期に内閣総理大臣を3度務めた政治家・近衛文麿が、昭和12年の第1次内閣期から20年12月の自決に至るまでの期間を過ごし、昭和前期の政治の転換期となる重要な会議を数多く行った場所です。平成28年3月1日に、日本政治上重要な場所として、国の史跡に指定されました。区では、昭和15・16年ごろの姿に可能な限り復原するための工事を進めています。

荻外荘復原・整備の機運を盛り上げるため、荻外荘オリジナルグッズの販売を開始します。売り上げは全額「杉並区みどりの基金」に積み立て、荻外荘復原・整備をはじめとした「(仮称)荻外荘公園」の整備に活用します。

—— 問い合わせは、みどり公園課みどりの計画係へ。

ウォッシュアブルペーパー 荻外荘ストックバッグ (製造元=クリオインターナショナル) ..... 900円

小物入れや植木鉢のカバーなど、いろいろな場面で使えます。水に強いのでキッチンで使うのもお勧めです。上部を折り返すと、内側の柄を見せることができます。



ウォッシュアブルペーパー 荻外荘ブリーフケース (製造元=クリオインターナショナル) ..... 900円

スケジュール帳や本などを持ち歩くのに便利なブリーフケースです。A5サイズで水に強いので、歯ブラシなどのトラベルセットの持ち運びにも使えます。※ウォッシュアブルペーパーは、紙と植物由来のセルロースを主原料としたサステナブル素材です。皮のようなしっかりした質感です。



荻外荘マスキングテープ (製造元=カモ井加工紙) ..... 400円

荻外荘客間にある壁紙の動物模様をアレンジしたマスキングテープです。



あなたの地域にミュージアムがやってくる!

## 出張! アニメーションミュージアム in 中央図書館

アニメーションミュージアムによる巡回展を実施します。「本とアニメとすぎなみと」をテーマとした展示やアニメ制作体験ワークショップ等を行います。ぜひお立ち寄りください。

### 展示「すぎなみとアニメーション」

区とアニメーションの関わりが分かる展示のほか、アニメの関連書籍を紹介します。  
時8月5日(金)～10月5日(水)午前9時～午後8時(日曜日、祝日は5時まで。8月18日、9月1日・15日は休館)

### 16mmフィルムアニメ上映会

時8月21日(日)午前10時～11時30分・午後2時～3時30分 内「リトルツインズ(ぼくらの夏が飛んでいく)」、「アルプスの少女ハイジ(アルムの山へ)」 定各30名(先着順)



▲ホームページ



▲ツイッター

東京工芸大学 杉並アニメーションミュージアム  
TOKYO POLYTECHNIC UNIVERSITY  
SUGINAMI ANIMATION MUSEUM



### アニメ制作体験ワークショップ

時①8月15日(月)～17日(水)、22日(月)～24日(水)、9月18日(日)・19日(祝)午前10時30分～午後4時30分②9月4日(日)・11日(日)午前10時30分～午後4時③9月23日(祝)午前11時～午後4時④9月25日(日)午前11時～午後4時 内①アフレコアニメ②コマドリクエスト③紙バトル④動画トレース 申①②はホームページ(上2次元コード)から申し込み

..... いずれも .....

場中央図書館(荻窪3-40-23) 園東京工芸大学 杉並アニメーションミュージアム ☎3396-1510 他車での来場不可

広告



紹介施設は全国多数! 紹介実績19年の豊富な経験と専門知識  
日本老人ホーム紹介サービスセンター



ご相談は「無料」で入居のお手伝い  
www.rojin-home.com



0120-807-407  
株式会社バーソンスブリッジ

※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。



① 感染症防止対策

下記の対策にご協力をお願いいたします。

- 体調不良時の利用自粛 ●マスク着用や手洗い・手指消毒の励行
●ソーシャルディスタンスの十分な確保 ●室内の定期的な換気
●大声での発声、歌唱、声援等が生じる活動の自粛

催し



科学展示とワークショップ 「ダーウィンを驚かせた鳥たち」

ダーウィンが進化論を考え付くヒントになったとされる鳥「ダーウィンフィンチ」について紹介します。

開催日=9月25日(日)まで、午前9時～午後5時▶ワークショップ=①8月27日(土)=鳥のくちばしってすごいんです! (日本鳥類保護連盟・岡安栄作)
②9月19日(祝)=鳥と仲良くなれる本と工作 (科学読物研究会・原田佐和子)
③23日(祝)=野鳥の紙クラフトで、鳥たちのすがた・くらすところをくらべっこ (よそみっこ・荻本央) / いずれも午前10時30分～正午・午後2時～3時30分
会場 郷土博物館分館 (天沼3-23-1)
①小学2年生以下は保護者同伴 定①～③各15名 (いずれも抽選) 申 社会教育センターホームページ参照 問同センター ☎3317-6621

シニアのための就業・起業・地域活動個別相談

開催日 8月17日(水)午前9時～午後5時 会場 ゆうゆう高円寺南館 (高円寺南4-44-11)
相談員・久野哲、小川裕子ほか 対象 区内在住・在勤でおおむね55歳以上

の方 申込電話・ファクス・Eメール (記入例) で、ゆうゆう高円寺南館 ☎ 5378-8179 takebouki\_suginami@tempo.ocn.ne.jp 他1人45分程度

産業振興センター都市農業係 ◆農業公園「子どものための農業体験教室」

土づくりから秋冬野菜の栽培、収穫までの一連の農作業を体験します。
開催日 9月4日(日)・18日(日)、10月2日(日)・16日(日)・30日(日)、11月13日(日)・23日(祝)、12月4日(日)午前10時～正午 (計8回)
対象 区内在住の小学3～6年生 定16名 (抽選) 費5000円 申 往復はがき (記入例) に学校名・学年・保護者氏名 (フリガナ) も書いて、8月10日までに同係 他9月4日 (説明会) は保護者要出席。結果は8月下旬に通知

◆農業公園「テーブル菜園体験教室」

しゃがんで行う農作業が困難な方や車いすの方も、農作物の成長を楽しめます。
開催日 9月7日・14日・28日、10月12日・26日、11月9日・30日、12月7日 / いずれも水曜日、午前10時30分～11時30分 (雨天中止。計8回)
対象 区内在住の方 定10名 (抽選) 費1000円 申 往復はがき (記入例) で、8月10日

はがき・ファクス・Eメール申し込み記入例

申込先の住所・ファクス番号・Eメールアドレスは、各記事の申込欄でご確認ください。住所が記載されていないものは、区役所〇〇〇課 (〒166-8570阿佐谷南1-15-1) へお申し込みください。

※往復はがきの場合は返信用の宛先も記入。託児のある行事は託児希望の有無、お子さんの氏名と年齢も記入。

- ①行事名・教室名 (希望日時・コース名)
②郵便番号・住所
③氏名 (フリガナ)
④年齢
⑤電話番号 (ファクス番号)

1人1枚

【重要なお知らせ】

新型コロナウイルスの感染状況によっては、本紙および過去の「広報すぎなみ」掲載の催しや募集の内容等が変更・延期または中止になる場合があります。最新情報は、各問い合わせ先にご確認いただくか、区ホームページをご覧ください。



までに同係 他結果は8月中旬に通知



..... いずれも .....

会場 成田西ふれあい農業公園 (成田西3-18-9) 問 産業振興センター都市農業係 (〒167-0043上荻1-2-1Daiwa荻窪タワー2階 ☎5347-9136)

講演・講座

環境講演会～太陽光発電FIT期間満了後の選択 自家消費と蓄電のススメ

開催日 8月20日(土)午後2時～4時30分 会場 区役所第4会議室 (中棟6階) 問 認定NPO法人太陽光発電所ネットワーク・田中稔 対象 区内在住・在勤・在学の方 定40名 (申込順) 申 ファクス・Eメール (記入例) で、8月12日までに杉並エネルギー会議・樋口 ☎3390-1025 ace\_office@machiyume.com 問 樋口 ☎3390-1025、区環境課環境活動推進係 他終了後、なんでも相談を実施

消費者講座 「ここが知りたい相続の話」

開催日 8月23日(火)午後2時～4時 会場 ウェルファーム杉並 (天沼3-19-16) 問 税理士・東富士子 (右写真) 定30名 (申込順) 申 問 電話で、消費者センター ☎3398-3141 他 長寿応援対象事業



小児科医からのメッセージ

開催日 8月25日(木)午前10時～11時30分 会場 上井草保健センター 内 初めてのお子さんの病気への対応、上手な小児科へのかかり方ほか 問 石川小児科医院院長・小口美香 対象 区内在住・在勤・在学で第1子が0歳児の保護者 定10名 (申込順) 申 問 電話または直接、上井草保健センター (上井草3-8-19 ☎3394-1212)

がん予防講演会 「がん予防に効果的な運動とは」

開催日 8月29日(月)午後2時～4時 会場 区役所分庁舎 (成田東4-36-13) 問 川崎市立短期看護大学教授・西端泉 (右下写真) 対象 区内在住・在勤・在学の方 定40名 (申込順) 申 問 電話・Eメール (記入例) で、8月22日までに杉並保健所健康推進課健康推進係 ☎3391-1355 kouzantantou@city.suginami.lg.jp



小児救急普及事業 赤ちゃんの病気と手当て

開催日 9月1日(木)午後1時～2時30分 会場 和泉保健センター (和泉4-50-6) 問 森本クリニック医師・山蔭仁嘉 対象 第1子が0歳児の保護者 定15名 (申込順) 申 問 電話で、和泉保健センター ☎3313-9331

災害ボランティアセンター 運営スタッフ養成講座

開催日 9月3日～10月15日の第1・3土曜日、午後1時30分～4時30分 (計4回) 会場 ウェルファーム杉並 (天沼3-19-16) 対象 区内在住・在勤・在学の方 定20名 (申込順) 費2000円 申 問 電話で、杉並ボランティアセンター ☎5347-3939 (月・日曜日、祝日を除く)。または同センターホームページから申し込み

ゆうゆう館の催し

ゆうゆう館は高齢者向け施設ですが、対象に指定がなければどなたでも参加できます。

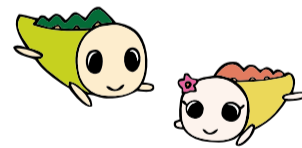


Table with 3 columns: ゆうゆう館名, 内容, 日時等. Rows include: 下高井戸館 (折り句), 四宮館 (板絵講座), 永福館 (クラシック音楽講座), 荻窪東館 (モディアノ作), 上高井戸館 (太鼓の達人), 桃井館 (健康体操), 高円寺北館 (フラダンス教室)

※申し込み・問い合わせは、各ゆうゆう館へ。第3日曜日は休館。いずれも長寿応援対象事業。

Table with 9 columns: 世帯 (住民基本台帳), 世帯数, 日本人のみ, 外国人のみ, 日本人と外国人, 合計. Values: 313,764 (144減), 10,360 (140増), 2,651 (7増), 326,775 (3増)

男女平等推進センター啓発講座 炊飯器で料理お父さんのホメられ時短メシ

日時 9月4日(日)=鶏チャーシュー丼&蒸し野菜(かていかやHitoshi(下写真))▶18日(日)=ポテトサラダ&キーマカレー(国際モンテッソーリ教師・小倉有可里)▶10月16日(日)=ホットケーキ(NPO法人まちのおやこテーブル理事長・小林洋子) /いずれも午前10時~正午(計3回) 場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 区内在住・在勤・在学の未就学児とその父親・プレパパ(4日は父親・プレパパのみ) 定 10組(申込順) 費 1組1800円 申 電話・Eメール(8面記入例)に託児希望の方はお子さんの氏名・月齢・性別も書いて、男女共同・犯罪被害者支援係 ☎5307-0347 ✉ danjo-t@city.suginami.lg.jp 他 生後7カ月~就学前の託児あり(定員あり(申込順)。8月25日までに同(係)。エプロン・三角巾・食器用布巾・持ち帰り用容器持参▶企画運営=NPO法人まちのおやこテーブル



不動産活用セミナー「障害者の住まいグループホームに何を願っているか」

日時 9月9日(金)午後1時30分~2時35分=講演会(ホーム中篠オーナーの親族、東京共同住宅協会福祉事業部長・橘茂郎)▶2時50分~3時50分=個別相談 場 区役所第5・6会議室(西棟6階) 対象 不動産所有者、法人関係者ほか 定 40名(申込順) 申 申込書(区ホームページから取り出せます)を、9月5日までに障害者生活支援課施設整備担当 ☎5307-0772 ✉ s-sisetu@city.suginami.lg.jp へファクス・Eメール(講演会のみ参加の方は電話でも可) 同 担当

おりがみサロン コスモスのミニリース

日時 9月14日(水)午前10時~正午 場 高齢者活動支援センター 師 日本折紙協会折紙講師・白石淳子 対象 区内在住で60歳以上の方 定 15名(申込順) 費 300円 申 電話または直接、8月12日から高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5 ☎3331-7841)

杉並視覚障害者会館 「初心者向けスマートフォン教室」

日時 ①9月14日・21日・28日②11月9日・16日・30日③5年1月18日・25日、2月1日 /いずれも水曜日、午前10時~正午(各計3回) 場 同会館(南荻窪3-28-10) 内容 ジェスチャーの練習、画面構成を知る、アプリの呼び出し、電話をかける 対象 視覚障害のある方 定 各2名(申込順) 申 電話で、同会館 ☎3333-3444 (月~金曜日午前9時~午後4時(祝日を除く))

子ども日本語学習支援ボランティア養成講座

日時 10月5日~12月14日の水曜日、午後3時~5時(祝日を除く。計10回) 場 区役所第9会議室(西棟8階)、区役所分庁舎(成田東4-36-13) 対象 5年1月から実施の「子ども日本語教室」にボランティアとして従事できる方 定 25名(抽選) 申 杉並区交流協会ホームページから、8月26日までに申込

み 園同協会 ☎5378-8833

家族介護教室

◆家族みんなでできちゃう健康体操 日時 8月15日(月)午後1時30分~2時30分 場 久我山会館(久我山3-23-20) 師 ソフィアメディ・水野恵律子 対象 区内在住・在勤の方 定 12名(申込順) 申 電話で、ケア24久我山 ☎5346-3348

◆楽しく脳を活性化させましょう「シナプソロジー」体験会

楽しく脳を活性化させて認知機能の低下を予防する「シナプソロジー」を体験しましょう。

日時 8月19日(金)午前10時~11時30分 場 ゆうゆう善福寺館(善福寺2-26-18) 師 シナプソロジーインストラクター・米本康二ほか 対象 区内在住・在勤の方 定 15名(申込順) 申 電話で、ケア24善福寺 ☎5311-1024

◆今から備えておくための高齢者向け施設の選び方

日時 8月23日(火)午後1時30分~3時 場 高円寺中央会議室(高円寺南2-32-5) 師 民間介護施設紹介センター・田中宏樹 対象 区内在住・在勤の方 定 20名(申込順) 申 電話で、ケア24梅里 ☎5929-1924

就労支援センター

◆分かり合うためのコミュニケーション術~自身のタイプを知り・活かす

日時 8月16日(火)午後1時~4時 師 プロフェッショナルコーチ・伊藤一枝 対象 54歳以下で求職中の方 定 18名(申込順)

◆転職の誘惑からの脱出~転職グセを克服して辞めスパイラルを防止する

日時 8月18日(木)午後1時~4時 師 公認心理師・高垣泰邦 対象 54歳以下で求職中の方 定 18名(申込順)

◆適職発見のためのマインドチェンジ~自分のキャリアとスキルを見直そう

日時 8月20日(土)午後1時~4時 師 就活プロモーションプロデューサー・小澤明人 対象 54歳以下で求職中の方 定 18名(申込順)

◆シニアの暮らしと働き方~しごとと中心ではない自分らしい生き方へ脱皮

日時 8月26日(金)午後1時~3時 師 人材コンサルタント・神谷敏康 対象 おおむね55歳以上で求職中の方 定 18名(申込順)

◆経験者に聞いてみよう定年前後の再就職~想定される各種不明点の整理

日時 8月30日(火)午後1時~4時 対象 おおむね55歳以上で求職中の方 定 6名(申込順)

◆新しい仕事場で役立つストレス対処法~いろいろなコーピング方法の紹介

日時 8月31日(水)午前10時~正午 師 公認心理師・桑原裕子 対象 求職中の方 定 18名(申込順)

..... いずれも .....

場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 申 電話で、就労支援センター若者就労支援コーナー ☎3398-1136

環境活動推進センター

◆おもちゃのクリニック

日時 8月21日(日)▶受け付け=午後1時~3時 場 同センター 対象 区内在住・在勤・在学の方 定 10名(申込順) 費 部品代 申 電話で、8月20日までに同センター 他 1人1点

◆バスで行く~秋川支流の「刈寄川」で川調べ

日時 8月22日(月)午前7時45分~午後5時

交流自治体の催し

山梨県忍野村物産展



山梨県忍野村から産地直送の特産品を販売します。

日時 8月19日(金)午前10時~午後2時(売り切れ次第終了) 場 区役所中杉通り側入り口前 園 忍野村観光産業課 ☎0555-84-7794 他 マイバッグ持参。混雑時は人数制限あり

(雨天中止) 場 秋川溪谷(東京都あきる野市戸倉75)▶集合=同センター

師 環境カウンセラー・浅岡八枝子、東京都環境学習リーダー・境原達也ほか 対象 区内在住・在学の小学4年生~中学生とその保護者 定 5組10名(抽選) 費 1組1500円(保険料を含む) 申 NPO法人すぎなみ環境ネットワークホームページから、8月7日までに申し込み 他 昼食持参

◆善福寺川感謝祭~川ごみ拾い(下流)

日時 9月10日(土)午後2時~4時(雨天中止) 場 集合・解散=済美公園(堀ノ内1-27-40) 師 環境カウンセラー・浅岡八枝子、東京都環境学習リーダー・境原達也ほか 対象 区内在住・在勤・在学で小学4年生以上の方 定 30名(申込順) 費 100円(保険料) 申 電話・Eメール(8面記入例)で、9月6日までに同センター 他 軍手・ゴム手袋・お持ちの方はトング持参

..... いずれも .....

場 環境活動推進センター(高井戸東3-7-4 ☎5336-7352 ✉ kouza@ecosuginet.jp (水曜日を除く))

杉並障害者福祉会館

◆アロマ教室「シュガースクラブとシアバターホイップクリームを作ろう」

日時 9月4日(日)午前10時~正午 師 AEAJ認定アロマセラピーインストラクター・大久保まりえ 定 18名(抽選) 申 往復はがき(8面記入例)に障害の状況、在勤・在学の方は勤務先・学校名、介助者も参加の場合は介助者名、手話通訳を希望の方はその旨も書いて、8月16日までに同会館運営協議会事務局

◆料理教室「秋の食材キノコたっぷりパスタとスパニッシュオムレツランチ」

日時 9月18日(日)午後1時~3時 師 幸田真理 定 8名(抽選) 申 往復はがき(8面記入例)に障害の状況、在勤・在学の方は勤務先・学校名、介助者も参加の場合は介助者名、手話通訳を希望の方はその旨も書いて、8月26日までに同会館運営協議会事務局

..... いずれも .....

場 園 杉並障害者福祉会館(〒168-0072高井戸東4-10-5 ☎3332-6121) 対象 区内在住・在勤・在学で障害のある方とその方の介助者 費 600円

スポーツ①

競技大会

ラージボール卓球大会

日時 9月10日(土)9時=Aクラス▶11時=Bクラス▶午後1時=Cクラス 場 タマス・バタフライ卓球道場(阿佐谷南1-7-1) 内容 混合ダブルス(ペア

の年齢計A100~129歳、B130~149歳、C150歳以上) 定 各15組(抽選) 申 往復はがき(8面記入例)にクラス・参加者全員の氏名・連絡先も書いて、8月8日~18日に三浦弘子(〒168-0065浜田山2-11-9) 園 倉持 ☎3390-8845 (午前10時~午後5時)

区民体育祭

◆ソフトテニス~秋季大会

日時 ①9月4日(日)②11日(日)午前9時~午後7時 場 松ノ木運動場(松ノ木1-3-22) 内容 ①一般(男女)▶チャレンジの部(男女)=ベテラン(男子80歳以上、女子75歳以上)、初・中級者(年齢制限なし)、ミックスペアは男子の部②シニアの部男女(45・60・70歳以上の部) 対象 区内在住・在勤・在学で中学生以上の方(部活動所属の中高生、ジュニア選手を除く) 費 1組2000円 申 はがき(8面記入例)に種目も書いて、8月21日までに区ソフトテニス連盟・毒島智和(〒168-0071高井戸西1-5-38-403) 園 毒島 ☎090-4004-7987 (午後7時~9時) ✉ busujima0303@nifty.com

◆バドミントン①団体②小学生

日時 ①9月25日(日)=男子1・2部、女子1部A▶10月1日(土)=女子1部B~D▶7日(金)=女子2部②9月23日(祝) /いずれも午前9時 場 ①大宮前体育館(南荻窪2-1-1)、TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1)②高円寺みんなの体育館(高円寺南2-36-31) 内容 ①複(1チーム3組)②単(5・6年生・4年生以下の部(男女区別なし)) 対象 区内在住・在勤・在学の方 費 ①1チーム5000円(高校生4000円)②300円をゆうちょ銀行「10010-9-026441杉並区バドミントン連盟」へ振り込み 申 申込書(区体育施設で配布)に振替受領書の写しを添えて、①9月9日②6日までに、区バドミントン連盟①村本ひろみ(〒168-0081宮前4-8-6)②山本正枝(〒166-0003高円寺南2-20-35)へ郵送 園 ①村本 ☎3332-4685②山本 ☎090-1124-6391

◆サッカー 冬季大会

日時 9月25日~12月の日曜日・祝日、午前9時~午後5時 場 井草森公園運動場(井草4-12-1)、下高井戸運動場(下高井戸3-26-1)、TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 内容 ①高校生②一般③シニア 対象 ①区内高校の代表②区内在住・在勤で18歳以上の男子(高校生を除く)③区内在住・在勤で40歳以上の男性 費 1チーム1万円 申 電話で、8月19日までに区サッカー連盟・大槻 ☎090-9833-5041 (午前9時~午後10時)

Table with columns: 人口(住民基本台帳), 日本人, 外国人, 男, 女, 小計, 合計. Includes data for July 1st and previous month.



スポーツ②

スポーツ教室

サッカースクールSKY

時 8月8日～9月26日の月曜日、午後4時10分～5時(祝日を除く。計7回)  
場 大宮前体育館 師 SKYサッカースクール派遣講師  
対 年中長 定20名(申込順) 費7700円  
申 往復はがき、大宮前体育館(南荻窪2-1-1) 同体育館 ☎3334-4618



秋季ソフトテニス教室

時 8月27日～10月15日の毎週土曜日、午後3時～5時(予備日=10月22日(出)。計8回)  
場 松ノ木運動場テニスコート(松ノ木1-3-22) 師 区ソフトテニス連盟  
対 区内在住・在勤・在学で中学生以上の方 定30名(申込順) 費3500円  
申 往復はがき(8面記入例)に性別・経験年数も書いて、8月15日までに区ソフトテニス連盟・福浦貴子(〒167-0041善福寺4-5-6-209) 同福浦 ☎090-5524-0971(午後7時～9時)

太極拳講習会

時 9月5日～26日の毎週月曜日、午前9時15分～10時45分  
場 TAC杉並区妙正寺体育館(清水3-20-12) 対 区内在住・在勤・在学の方 定各20名(申込順)  
申 往復はがき・ファクス・Eメール(8面記入例)で、8月30日までに区太極拳連盟・下川和久(〒167-0051荻窪5-14-4-304 ☎3391-3515 ✉ yawaragiwushu@gmail.com) 同下川 ☎3391-3515(午前9時～午後6時) 他 上履き持参

TAC杉並区永福体育館

SUNABAトレーニング

足場の不安定な砂の上でバランス感覚や体幹力を養います。  
時 8月28日(日)①午前10時～10時50分 ②11時10分～正午 師 黄秀京 対 ①4～6歳の未就学児②小学生 定各20名(申込順) 費各1270円 他 サンドソックス・帽子持参

ミニ納涼祭

時 8月28日(日)午後1時～2時・2時15分～3時15分・3時30分～4時30分  
内 射的、お魚釣り、スーパーボールすくいほか 定各50名(申込順) 費各500円



…………… いずれも ……………

場 同 TAC杉並区永福体育館(永福1-7-6 ☎3328-3146) 申 同体育館ホームページで、8月6日午前10時から申し込み

荻窪体育館

Sunday親子体操①そら組②ほし組

ボールや跳び箱などを使って親子で体を動かしましょう。

時 9月4日～10月23日の毎週日曜日①午前9時～9時50分②10時～10時50分(各計8回) 師 齊藤なみよ 対 ①3～4歳②1歳半～2歳のお子さんとその保護者 定各12組(抽選) 費各1組6000円  
申 往復はがき(8面記入例)で、8月17日までに同体育館

エンジョイ卓球 初心・初級者コース

時 9月5日～11月7日の月曜日、午後3時

～5時(祝日を除く。各計8回) 師 国広哲弥ほか 対 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各18名(抽選) 費各8000円  
申 往復はがき(8面記入例)に初心者・初級者のいずれかも書いて、8月17日までに同体育館



…………… いずれも ……………

場 同 荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2 ☎3220-3381)

高円寺みんなの体育館

◆シニア・セルフケア体操

時 8月30日～10月18日の毎週火曜日、午後3時15分～4時45分(計8回) 師 HIKARU 対 区内在住・在勤のおおむね60歳以上で医師から運動制限を受けていない方 定15名(抽選) 費6400円

◆いきいきスポーツ教室

時 9月2日～11月25日の金曜日、午前9時20分～11時(祝日を除く。計12回)  
師 石丸あかね、大和弘明 対 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定45名(抽選) 費7200円



◆初級ヨガ

時 9月9日～11月4日の金曜日、午後7時～8時(祝日を除く。計8回) 師 戸井田ノリシゲ 対 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定15名(抽選) 費4800円

◆背骨コンディショニング

時 9月12日～11月14日の月曜日、午後7時～8時30分(祝日を除く。計8回)  
師 小林伸江 対 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定15名(抽選) 費6400円 他 バスタオル・フェイスタオル持参



…………… いずれも ……………

場 同 高円寺みんなの体育館(〒166-0003高円寺南2-36-31 ☎3312-0313) 申 往復はがき(8面記入例)で、8月15日までに同体育館

高井戸温水プール

◆障がい者①水中歩行②水慣れ③水泳スキルアップ教室

時 ①9月24日、10月15日、11月5日・26日②10月1日・22日、11月12日、12月3日③10月8日・29日、11月19日、12月10日/いずれも土曜日、午前10時～11時(各計4回) 対 区内在住・在勤・在学の小学生以上で障害者手帳をお持ちで③25m以上泳げる方 定各5名(抽選) 申 往復はがき(8面記入例)に性別・障がいの箇所・等級も書いて、8月8日までに同プール

◆①初心者水泳②幼児水泳③小学生12.5m完泳水泳教室

時 9月26日～11月28日の月曜日①午前10時～10時50分②午後3時30分～4時20分③4時30分～5時20分(祝日、第3月曜日を除く。各計7回) 師 区水泳連盟指導員 対 区内在住で①16歳以上で泳力が25m未満の方②4

8月1日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは



JR高円寺駅 阿佐ヶ谷駅 西荻窪駅 開業100周年記念企画展 すぎなみ鉄道 出発進行

普段何気なく利用している駅、そして鉄道。でも、そこには長い歴史と知られざるエピソードがありました。今回は、区内の鉄道をテーマにした、郷土博物館で開催中の企画展をご紹介します。

● 視聴方法 ●

- ・YouTube杉並区公式チャンネル
- ・J:COM東京 地上デジタル11ch(午前9時・正午・午後8時・10時から毎日放送)



同広報課

～6歳の未就学児③クロールの泳力が12.5m以下の小学生(②③は要保護者送迎) 定各20名(抽選) 費①6300円②③各9800円  
申 往復はがき(8面記入例)に性別も書いて、8月8日までに同プール



…………… いずれも ……………

場 同 高井戸温水プール(〒168-0072高井戸東3-7-5 ☎3331-7841)

スポーツハイツ

◆チャレンジフィットネス

時 内 下表のとおり 師 同施設インストラクター 費各1100円 申 ②⑤は電話で、8月31日までに同施設 同実施日前日までに要登録。長寿応援対象事業

クラス名	日時 (9月1日～14日)
①アクアエクササイズ	月・木曜日=午前10時15分～11時15分▶火曜日=午後1時15分～2時15分▶金曜日=午前11時15分～午後0時15分
②流水健康	月・木曜日=午後0時15分～1時15分
③ビギナー初心者水泳	日曜日=午前11時30分～午後0時45分▶火・水・金曜日=午前10時～11時15分
④マスターズ成人水泳(初級・中級・上級)	月～土曜日=午後1時～2時15分▶火・水・金曜日=6時45分～8時▶土曜日=6時30分～7時45分
⑤骨盤エクササイズ30(計2回)	火・金曜日=午後1時～1時30分
⑥ナイトフリー(施設自由利用)	月～土曜日=午後5時～8時▶日曜日=4時～6時

◆ノルディック・ウォークで体力アップ

時 9月13日(火)午前10時30分～11時45分(雨天中止) 師 全日本ノルディック・ウォーク連盟講師 大方孝 対 3km程度歩ける方 定20名(申込順) 費1100円(保険料を含む。別途ポールレンタル料550円) 申 電話で、9月

11日までに同施設 同 ウエストバッグまたはリュックサック持参。長寿応援対象事業



◆パパあつまれ、子育て応援運動講座

時 9月23日(祝)①午前10時～11時②11時15分～正午 師 同施設ベビークラス・親子水泳担当インストラクター 対 ①3歳～未就学児のお子さん②生後6カ月～3歳未満のお子さんとその保護者 定各20組(申込順) 費各1組1100円(保険料を含む。子育て応援券利用可) 申 電話で、9月22日までに同施設

…………… いずれも ……………

場 同 スポーツハイツ(堀ノ内2-6-21 ☎3316-9981)

ヴィムスポーツアベニュー

◆運動不足改善 カラダ若がえろう教室

時 9月3日～10月22日の毎週土曜日、午前10時30分～11時15分(計8回) 内 バランス&体幹トレーニング 対 20～64歳の方 定16名(申込順) 費1万円

◆丈夫な足腰をつくろう教室

時 9月7日～28日の毎週水曜日、午前10時～11時15分(計4回) 内 筋力アップトレーニング、有酸素マシンでの運動 対 65歳以上で医師から運動制限を受けていない方 定15名(申込順) 費6000円



◆プールではつつ健康水中体操教室

時 9月7日～10月26日の毎週水曜日、正午～午後1時(計8回) 対 60歳以上で医師から運動制限を受けていない方 定20名(申込順) 費1万6000円 他 水着・ゴーグル・キャップ持参



…………… いずれも ……………

場 同 ヴィムスポーツアベニュー(宮前2-10-4 ☎3335-6644 <午前11時～午後5時。水曜日を除く>) 申 電話で、8月20日までに同施設



# 「2022夏 東京高円寺阿波おどり」舞台公演



趣向の異なる2種の公演「座・SAJIKI」および「座・舞台」を開催します。屋外の演舞場を練り踊る“流し踊り”を再現した「座・SAJIKI」公演、そして各連の個性が光る洗練された組み踊りが見所の「座・舞台」公演。熱気あふれる演舞をぜひご堪能ください。詳細は、「2022夏 東京高円寺阿波おどり特設サイト」(右上2次元コード)をご覧ください。

**日程** 8月27日(土)・28日(日) **場所** 座・高円寺 (高円寺北2-1-2)

観覧料5500円ほか(特設サイト参照) チケット販売窓口=8月2日から、座・高円寺チケットボックス ☎3223-7300 産業振興センター観光係 ☎5347-9184

## 「つながる!阿波おどり ~交流自治体から演劇まで」

多くの人を巻き込み、つながっていく阿波踊り。各地での交流の様子と地域の紹介を通じて、人や地域をつなぐ阿波踊りの魅力に迫ります。

観覧8月2日(火)~9月4日(日) 会場 座・高円寺(高円寺北2-1-2) 展示 座・高円寺 ☎3223-7500、NPO法人東京高円寺阿波おどり振興協会 ☎3312-2728

**お知らせ** 東京高円寺阿波おどり(屋外演舞)は中止となりました。上記公演期間中、屋外での演舞は実施しません。

### 区の後援・その他の催し・講座など 情報ぽけっと 申し込みは、各団体へ

**催し**  
**「原爆と人間」展** 8月8日(月)~12日(金)午前8時30分~午後5時(8日は正午から。12日は4時まで。祝日を除く) / 区役所1階ロビー / 写真パネルの展示、DVDの上映ほか / 園 杉並光友会・久保田朋子 ☎3331-1029

**座の市** 8月20日(土)午前11時~午後5時(売り切れ次第終了) / 座・高円寺 / 杉並でとれた野菜や杉並区の交流自治体の物産品(忍野村のトモロコシ等)などの販売 / 園 座・高円寺 ☎3223-7500

**さざんかシティウィングス コンサート** 8月21日(日)午後2時~4時 / 杉並公会堂 / **出演=長田吉充(指揮)** ▶ **曲目=**ブラームス「交響曲第1番」ほか / 950名(先着順) / 園 さざんかシティウィングス ☎050-5327-3501

**紙上短歌大会** 作品募集 / 封書(様式自由。8面記入例)に未発表の作品(1人1首)、定額小為替1000円を添えて、8月31日までに杉並短歌連盟(〒166-0004阿佐谷南1-19-11森屋めぐみ方) / 園 森屋 ☎3314-1252 / 優秀歌を投票で選出・表彰。詠草集を9月中旬、批評集を10月中に送付

**講演・講座**  
**セミの羽化観察会~セミはかせになろう** 8月7日(日)午後4時~8時(雨天中止。予備日=8月11日(祝)) / 善福寺公園下池入り口の林・遅野井川近辺 / すぎなみPW+ / 5歳~中学生(小学生以下は保護者同伴) / 15組 / 200円。小学生100円(未就学児は無料。保険料を含む) / 園 ☎電話・Eメール(8面記入例)で、8

月5日までにすぎなみPW+・木村 ☎090-9231-3321 / harumi-kimura@jcom.home.ne.jp / 帽子・長袖・長ズボン・歩きやすい靴で、数物・懐中電灯・軽食持参

**杉並税務署・荻窪税務署インボイス制度説明会** ①8月9日(火)②18日(木)③25日(木)④30日(火)午前10時~11時・午後2時~3時 / ①③杉並税務署(成田東4丁目)②④荻窪税務署(荻窪5丁目) / 税務署職員 / 区内事業者 / 各10名(申込順) / 園 ☎電話で、①③杉並税務署法人課税第1部門 ☎3313-1131②④荻窪税務署法人課税第1部門 ☎3392-1111(月~金曜日午前9時~午後5時(祝日を除く))

**認知症サポーターステップアップ講座** 8月18日(木)、10月11日(火)、11月29日(火)午後2時~3時30分(10月11日は4時まで。計3回) / 認知症介護研究・研修東京センター(高井戸西1丁目) / 同センター・中村考一 / 区内在住・在勤の方 / 20名(申込順) / 園 ☎電話で、ケア24高井戸 ☎3334-2495

**目指せミス“0”! 確定申告見直しセミナー** 8月22日(月)午後1時~2時30分 / 産業商工会館 / 杉並青色申告会職員 / 区内在住・在勤で個人事業を営む方 / 20名(申込順) / 園 ☎電話で、8月19日までに杉並青色申告会 ☎3393-2831 / 長寿応援対象事業

**認知症サポーター養成講座** 8月30日(火)午後1時30分~3時 / ゆうゆう高円寺南館 / キャラバン・メイト / 区内在住・在勤の方 / 15名(申込順) / 園 ☎電話で、ケア24高円寺 ☎5305-6151 / 認知症サポーターの証し「オレンジリング」を差し上げます

**スクエアダンス体験講座** 9月6日(火)・13日(火)・20日(火)午後1時~2時 / 方南会館 / 日本フォークダンス連盟指導者1級・

和田勝ほか / 区内在住の方 / 各10名(申込順) / 園 ☎電話で、杉並スクエアダンスクラブ代表・小関隆康 ☎3390-6218

**初心者のための健康マージャン教室** 9月7日~5年2月22日の水曜日、午前10時~午後1時・1時30分~4時30分(12月28日を除く。各計24回) / 麻雀クラブ「東京」(高円寺南1丁目) / 日本健康麻将協会認定レッスンプロ / 区内在住のおおむね55歳以上でマージャン初心者 / 各12名(抽選) / 1回1500円(初回のみ別途テキスト代1000円) / 園 往復はがき(8面記入例)で、8月15日までに日本健康麻将協会杉並統括支部・白壁ひろ子(〒167-0052南荻窪2-6-14-108) / 園 白壁 ☎090-8620-9425

**荻窪百点歴史講座 井伏鱒二「荻窪風土記」を読んで荻窪を知る** 9月10日(土)、10月1日(土)・29日(土)、11月19日(土)、12月17日(土) ▶ **午前の部=**10時~正午 ▶ **午後の部=**2時~4時(12月17日は午前のみ) / 明るい生活社荻窪百点(上荻1丁目) / 松葉裏 / 各10名 / 各1000円 / 園 ☎電話・ファクス(8面記入例)で、明るい生活社荻窪百点・松葉 ☎090-4029-6188 ☎3391-5115

●**シルバー人材センター**  
◆**シルバー人材センター体験講習「保育のしごとセミナー」** 9月6日(火)午後2時~4時30分 / 同センター / ニチイ学館専門講師・伊野直美 / 区内在住の60歳以上で同センターに入会し就業することを希望する方 / 12名(抽選) / 園 往復はがき(8面記入例)で、8月12日(消印有効)までに同センター

◆**シルバー人材センター入会説明会** 9月13日(火)・14日(水)、10月11日(火)・12日(水)・17日(月) / 同センター / 区内在住のおおむね60歳以上で臨時的・短期的または軽易な仕事を希望の方 / 園 ☎電話で、同セン

ター / 実施時間はお問い合わせください  
..... いずれも .....

園 **シルバー人材センター** (〒166-0004阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル6階 ☎3317-2217)

**その他**  
**シルバー人材センター 洋服のお直し** 月~金曜日、午前10時~午後4時(祝日を除く) / ①ズボン裾丈直し②スカートウエスト直しほか / ①1000円~②2000円~ほか / 園 直接、同センターしろがね工房(阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル7階)へ持ち込み / 園 同工房 ☎5378-8028

**税金なんでも相談会** 8月9日(火)・18日(木)午前10時~正午・午後1時~4時 / 東京税理士会杉並支部(阿佐谷南3丁目) / 園 ☎電話で、実施日前日までに同支部 ☎3391-1028 / 1人40分程度

**税金なんでも相談会** 8月10日(水)午後1時~4時 / 東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目) / 園 ☎電話で、同支部 ☎3391-0411(午前9時30分~午後5時(正午~午後1時を除く)) / 1人45分

**シルバー人材センター リサイクル自転車の販売** 8月22日(月)~24日(水)午前11時~午後4時(荒天延期) / リサイクル自転車作業所(永福2丁目) / **販売価格=**7000円~ / 園 22日のみ往復はがき(8面記入例)で、8月10日(消印有効)までに同センター(〒166-0004阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル6階) / 園 リサイクル自転車作業所 ☎3327-2287(土・日曜日、祝日を除く)

**ファミリーサポートセンター協力会員募集説明会** 8月24日(水)午前10時~11時・午前11時~正午 / ウェルファーム杉並 / 区内または隣接区市在住の20歳以上で、各研修に参加できる方 / 各10名程度(申込順) / 園 ☎電話で、杉並ファミリーサポートセンター ☎5347-1021

※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。

NEW

# 聴くオフ・ミーティング 参加者募集

区長と区民の皆さんが、行政課題をテーマに直接意見交換を行う「聴くオフ・ミーティング」の参加者を募集します。さまざまな意見やアイデアを伺い、今後の区政の参考にしていきます。

—問い合わせは、区政相談課へ。



杉並区長 岸本 聡子

**テーマ** 「杉並らしい子どもの居場所づくり」

**日時** 9月3日(土)午後1時30分～4時30分

- 参加者は、本募集による方のほか、無作為抽出した2000名にご案内した上で、応募された方の中から選出します。
- 当日の様子は収録・記録の上、YouTube杉並区公式チャンネル等で配信するほか、報告書に掲載します。

**場** 天沼区民集会所(天沼3-19-16ウェルファーム杉並内) **対** 区内在住で18歳以上の方 **定** 20名程度 **申** はがき(8面記入例)にテーマに関する意見も書いて、8月16日までに区政相談課

## 新型コロナウイルス感染症

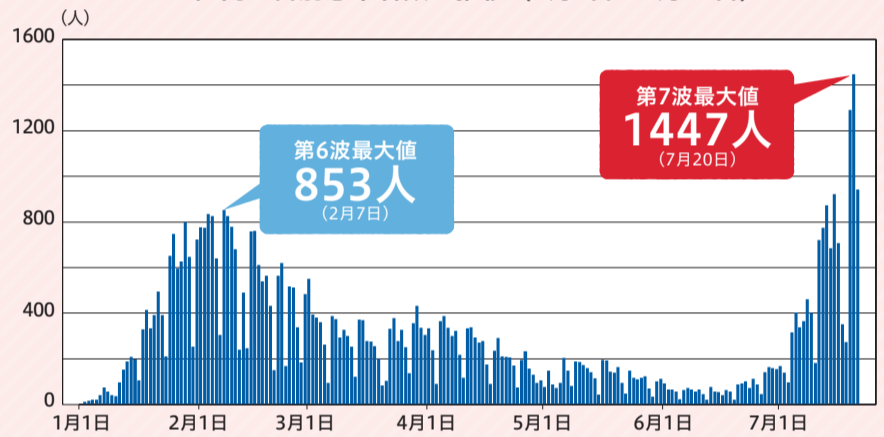
### 区内の「第7波」感染状況

区内の感染者数の推移は都全体と同様の傾向にあり、第6波の最大値を更新しています。

発熱等の症状がある方は電話で、かかりつけ医、杉並区受診・相談センター☎050-3665-7979、東京都発熱相談センター☎5320-4592、☎6258-5780へ。

—問い合わせは、杉並保健所保健予防課☎3391-1025へ。

区内の日別感染者数の推移(1月1日～7月21日)



※7月22日現在。

### 4回目接種の対象者拡大に伴い接種券を発送します

4回目接種対象者に、医療従事者等、高齢者施設等の従事者が追加されました。そのため、区では該当する方が速やかに接種できるよう、3回目接種を完了した18～59歳の区民の方全員に接種券を順次発送します。4回目接種は対象者が限定されています。現時点で対象でない方にも発送することになりますが、今後4回目接種の対象者がさらに拡大する可能性もあるため、接種券は破棄せず保管してください。最新情報は、コールセンターへお問い合わせいただくか、区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。



—問い合わせは、杉並区新型コロナワクチン接種コールセンター☎0120-023-015へ。

#### ●18～59歳の接種対象者

3回目接種から5カ月経過後で、「基礎疾患がある方」「その他重症化リスクが高いと医師が認める方」「医療従事者等・高齢者施設等の従事者」。接種対象者で接種を希望される方は、予約等の手続きを行ってください。

#### ●接種券発送スケジュール

18～59歳で3回目接種済みの方全員へ、接種ができる月ごとに、順次、4回目接種券を発送します。

3回目接種月	発送日
3年12月～4年2月	7月25日から順次発送済み
3月	8月5日(予定)
4月	8月15日(予定)*

※4月に3回目接種を接種した60歳以上の方への接種券も発送します。

### 区内で武田社製ワクチン(ノババックス)の接種が始まります

区内集団接種会場のタウンセブンフォーラムU(上荻1-9-1荻窪タウンセブンビル8階)で、8月5日(金)から武田社製ワクチン(ノババックス)の接種を開始します。7月30日から予約を受け付けていますので、接種を希望する方はコールセンターまたは予約サイトから申し込みください。詳細は区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。



#### ●接種対象者：1・2回目接種は12歳以上、3回目接種は18歳以上の方

4回目接種では使用できません。

#### ●接種間隔等

3回目接種は2回目の接種完了から6カ月以上経過した方から接種できます。1・2回目の接種に用いたワクチンの種類に関わらず、本ワクチンの接種が可能です。

接種枠数に限りがあるため、引き続き、都の大規模接種会場での接種もご検討ください。

☎東京都ワクチン接種会場コールセンター ☎0570-034-899(午前9時～午後6時)