

# NEW 障害者スポーツを もっと身近に! 「ユニバーサルタイム」を実施します!

区は、地域共生社会づくりの視点に立ったスポーツ・運動のさらなる推進を図るため、障害当事者や関係者等による「障害者スポーツネットワーク」を6月に立ち上げました。より多くの障害者が身近な体育施設で、気軽にスポーツ・運動に親しめる事業や施設のあり方等を企画・検討し、区の取り組みに反映していきます。

その一つとして、「ユニバーサルタイム」を試行的に実施します。多くの皆さんの参加をお待ちしています。

—問い合わせは、スポーツ振興課へ。

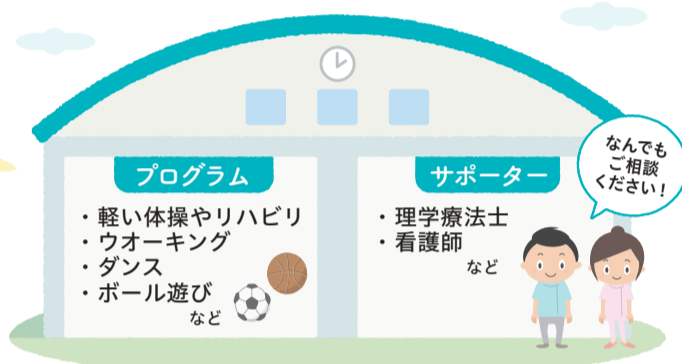
## ユニバーサルタイムとは?

定期的に体育施設で、軽い運動、リハビリ、ウォーキング、ボール遊びなどのプログラムを実施します。参加者は障害の種類・程度、本人の希望に応じて自由に選択できます。会場には、理学療法士や看護師をはじめ、多くのサポーターがいます。

- 好きなプログラムを選んで自由に運動・スポーツができます!
- 事前申し込み不要、入退場自由、見学のみもOK!
- 安心して楽しく運動・スポーツができるよう理学療法士や看護師などがお手伝いします!

誘導サポーターが一緒にいきます!

参加者が安心して参加できるよう、最寄り駅等と体育施設の往來の道案内をします(事前申込制)。



### CHECK!

#### 第1回 ユニバーサルタイム

日時: 10月23日(日)午前10時~正午

場所: 荻窪体育館(荻窪3-47-2)

対象者: 障害のある方

(介助が必要な方は介助者同伴)

参加費: 無料

プログラム: 軽い運動、リハビリ、ウォーキング、筋トレ、ダンス、ストレッチ、ボール遊び(サッカーボールやバスケットボールなどさまざまな種類のボールを蹴る・投げる・打つ等)

● JR荻窪駅からの誘導サポーターを希望の方は、電話・Eメールで、10月21日までにスポーツ振興課事業係 [sp-sinkoka@city.suginami.lg.jp](mailto:sp-sinkoka@city.suginami.lg.jp)までご連絡ください。

☎ 上履き持参。車椅子使用者用専用駐車場2台分あり

## 新型コロナワクチン接種

# 3・4回目接種券をお持ちの方は2価ワクチンの接種をお願いします

9月26日から、区内の集団接種会場にてオミクロン株対応2価ワクチンの接種を開始しました。対象者は、初回接種(1・2回目)が完了した12歳以上の全ての方で、10月中は以下の区集団接種会場等で接種することができます。なお、2価ワクチンは9月26日現在、1人1回の接種とされています。詳細は、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 (午前9時~午後5時) へ。

### ●区集団接種会場(計8会場)

会場名	開設日	使用するワクチン
タウンセブンホール(上荻1-9-1タウンセブンビル8階)	開設済み	ファイザー社製2価
タウンセブンフォーラムU(上荻1-9-1タウンセブンビル8階)		モデルナ社製2価 ※従来型ワクチンによる初回接種(1・2回目)あり。
阿佐谷ワクチン特設会場1階(阿佐谷南2-14-9)	10月1日(土)	ファイザー社製2価
阿佐谷ワクチン特設会場3階(阿佐谷南2-14-9)		ファイザー社製2価 ※小児(5~11歳)接種も実施中。
高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5)	10月6日(木)	モデルナ社製2価
桃井原っぱ公園【仮設会場】(桃井3-8-1)	10月7日(金)	ファイザー社製2価
永福ワクチン接種特設会場(旧永福図書館)(永福4-25-7)	10月11日(火)	ファイザー社製2価
旧佼成看護専門学校(和田1-3-14)	10月15日(土)	ファイザー社製2価

※開場日・接種時間等はコールセンターへお問い合わせいただくか、区ホームページをご覧ください。

### ●接種可能な医療機関



▲区ホームページ

### ●使用する接種券等について

初回接種(1・2回目)済みで、前回接種完了日から5カ月を経過した方のうち、次回の接種が3・4回目接種となる方は既に配布している接種券を使用できます。また詳細は、右記のとおり発送する「2価ワクチン接種のお知らせ」をご覧ください。

#### 「2価ワクチン接種のお知らせ」発送日

3回目接種となる方 = 9月29日(休) (発送済み)

4回目接種となる方 = 10月5日(休)

※次回の接種が5回目となる方や、3・4回目接種券未発送の方へ、10月12日(休)(予定)から、接種間隔等を考慮して順次接種券を発送します。

### 世帯と人口 (住民基本台帳 9月1日現在( )は前月比)

世帯数	日本人のみの世帯	外国人のみの世帯	日本人と外国人の世帯	合計
	313,309(190減)	10,718(150増)	2,671(10増)	326,698(30減)

人口	性別		小計	合計
	男	女		
日本人	266,113(31減)	289,266(230減)	555,379(261減)	571,849(71減)
外国人	8,309(110増)	8,161(80増)	16,470(190増)	