

広報 すぎなみ

Suginami



みどり豊かな 住まいのみやこ

{ 10/15 }
令和4年(2022年)
No.2339

口笛が奏でる
心地よい音楽。

感情を込めて歌うように。軽やかなリズムを刻むように。口元から、変幻自在に音楽を奏でるのは口笛奏者の武田裕熙さん。3年ぶりに本格開催される阿佐谷ジャズストリート2022に出演します。ジャズとの出会い、口笛奏者を目指したきっかけなど、海外で暮らした経験も豊富な武田さんの視点から、さまざまな話を伺いました。

特集

↑
すぎなみピト

口笛奏者
武田裕熙



〒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。



口笛は吹くと自然と笑顔になるもの。心に響く音楽を届けたい♪

阿佐谷で出会ったジャズ。やがて口笛にも夢中に

—さまざまなジャンルの音楽を演奏する武田さん。ジャズや口笛とはどのようなきっかけで出会ったのですか？

杉並で生まれ、その後海外での暮らしを経て再び杉並に戻ってきていた小学校6年生の時、阿佐谷ジャズストリートを見に行っていたことがジャズとの初めての出会いでした。それまではクラシックピアノを習っていたのですが、ジャズストリートで見た阿佐ヶ谷神明宮での山下洋輔さんの演奏がすごすぎて。山下さんは特に前衛的な演奏をされるので、それを目の当たりにして「ジャズ、カッコいいな…！」と衝撃を受けました。その後、中学3年でオランダへ転居した際、現地の学校に入るまでの数カ月間、暇を持て余している中で「口笛で高い音を吹く方法」をなんとなくネットで調べたことから、口笛を始めました。



▲第4回日本オープンくちぶえ音楽コンクール2010準優勝

—たまたま口笛だったというのが興味深いですね。

なぜ口笛だったのかは思い出せないのですが、ネットを見ながら練習していくうちに、それまでピアノで弾いてきた曲を口笛でも吹けるようになってきて、その楽しさに目覚めました。同時に、学校ではジャズ研究会に入りサクスを始めて、ジャズの世界にも入っていきました。

—本格的に口笛を極めようと思ったのはなぜだったのですか？

ある時テレビで、口笛の世界チャンピオンが3オクターブ出しているところを見てすごいなと思って、自分もやってみたら3オクターブ吹けたんです。今思えばただそれだけのことなのに、自分は口笛がうまいと勘違いしたんですね(笑)。これはやるしかないと思った。ところが実際に口笛の大会を見に行くと、自分より上手な人がたくさんいて悔しくて。その悔しさがモチベーションとなって、口笛を本格的に猛練習するようになりました。

—口笛の練習・習得というのは、どうやってするものなのですか？

口笛教室などもありますが、私の場合は独学でした。自分ができない技や表現をしている人の動画を見て、聞いて、自分もできるようになるまでひたすら練習するということを繰り返しました。技というのは、例えば音の出し方や終わり方、音の切り替え方などです。同じ表現をするにしても、例えば舌を使う方法、頬と空気を出す方法など、手法がいくつもあります。あまり知られていないかもしれませんが、上級者スキルとしては口笛で和音を出す技もあるんですよ。



プロフィール：武田裕照(たけだ・ゆうき) 杉並生まれ。幼少期よりさまざまな楽器に親しみ独学で習得。世界7カ国に在住・留学経験を持ち、日本語・英語・フランス語・スペイン語・ポルトガル語の5カ国語を操る。東京大学入学後に渡米し、ミドルベリー大学を卒業。外資系コンサル勤務を経て、現在は都内のITベンチャーに勤務する傍ら、口笛奏者として演奏・普及活動に尽力する。2010年国際口笛大会ティーンエイジ部門優勝、2014年同大会2部門で準優勝、2019年口笛音楽マスターズ国際コンクールで男性総合優勝および弾き吹き部門優勝など受賞多数。

—口笛で和音まで表現できるとは驚きです…！

できる人は多くないですが、私も頑張って習得しました。そういった技の数々を、とにかく片っ端から練習して全て習得し、さらに自身でも技を生み出したりしながら、レベルを上げていきました。また練習曲を選ぶ際は、必ずその時の自分のレベルよりも「半歩上」の難易度を選ぶことも心掛けています。挑戦することで力が伸びるので。そんな積み重ねを経て、2010年国際口笛大会ティーンエイジ部門で優勝、2019年カリフォルニア州の口笛音楽マスターズ国際コンクール2部門で優勝と成果につなげてきました。

「口笛×ジャズ」から生まれる音楽の可能性は無限大

—今回、阿佐谷ジャズストリートに出演されるのはどんな気持ちですか？

長く杉並で地域活動を行ってきた祖父が今年、阿佐谷で地域の方が集る「まちサロン」をオープンし、そのつながりから今回ジャズストリートへの出演に声を掛けていただきました。とてもうれしかったです。私自身は今年の6月から、小学校6年生ぶりに杉並に戻り、妻と1歳の子どもと暮らしています。少年時代に阿佐谷ジャズストリートでジャズと出会い、いろんな国、いろんな音楽をぐるりとまわって、杉並区民として阿佐谷ジャズストリートに戻ってきたことに、深い縁を感じます。口笛とジャズを続けてきて良かったなと思います。

—口笛とジャズがどう響き合うのか、とても楽しみです。

ジャズストリートのステージでは、大学時代から一緒に演奏している千葉岳洋さんのピアノ・鍵盤ハーモニカと共にセッションします。私はギターを弾きながら口笛を吹きます。「口笛×ジャズ」から生まれる可能性は無限大。スタンダードジャズからポップス、オリジナル曲まで、多様な表情のジャズをお届けする予定です。口笛とジャズが組み合わせる新しい感覚を味わっていただけるのではないのでしょうか。

—武田さんが考える口笛の魅力とは？

そうですね、歌と同様で、何も介さず自分の脳から直接表現できることでしょうか。思いがそのまま音になって出てくるのは、口笛のすてきなところだと思います。また、ニッチなので演奏人口がまだ多くなく、世界までの道のりが比較的遠くないことも魅力です。奏者それぞれが独自に技術を見つけたり開発したりしながら発展してきた分野なので、体系化もされていない。未開拓だからこそ、技術的にも音楽的にも、すごくポテンシャルがあると思っています。あとは何よりも「人」ですね。世界中のいろんな人たちと、口笛を通して友達になれるのが本当に楽しいです。

—この数年間は音楽活動が制限されて苦悩もあったのでは？

コロナ禍が始まった時、私はフィリピンで暮らしていたのですが、やはり生の音楽はどんどん消えていきました。その年はちょうど2年に1度川崎で開催される口笛世界大会の年だったので、そこに向けてずっと練習をし

てきていたのですが、大会は中止になり、みんなが悔しい思いを抱えていました。そんな中、それならオンラインでやろう！ とオンラインの口笛大会を仲間たちの協力を得ながら発起したんです。世界二十数カ国から130人ほどの口笛奏者が挑戦し、充実した大会になりました。そんなふう仲間が世界中にいて、つながっているコミュニティの素晴らしさも、私が口笛に惹かれ続ける理由の一つだと感じます。

いつか口笛奏者が特別でなくなる時を目指して

—口笛で叶えたい夢、目指すところはありますか？

私自身は「口笛は楽器と同じことができるのだ」ということを証明たくて、ずっと口笛を続けてきた面があります。今はまだどうしても口笛の演奏を聴くと「すごいね」と言われることが多いのですが、もっと口笛が浸透して行って、音楽として「いいね」と感じてもらえるようになってほしいと願っています。そのためにも、心に訴えかける口笛を奏でていきたいです。いつか口笛奏者が特別なものでなく、ピアニストやギタリストのように一音楽家として一般化されることが目標です。

—最後に、阿佐谷ジャズストリートに向けて区民の皆さんへメッセージをお願いします。

3年ぶりの本格開催となる阿佐谷ジャズストリート。身近な口笛、でもいつもとは少し違うジャズを、ぜひ楽しんでいただきたいです。そして私自身も思いきり楽しみたいです。口笛ってすごくポジティブで、吹く時に口角が自然と上がる。気分が沈んでいる時も口笛を吹くと、気持ちが落ち着いたりするんです。ジャズストリートで口笛を吹きながら、お客さんと一緒に喜びを分かち合える時間がつくれることを楽しみにしています。



武田さんに聞く 口笛に合う、おすすめジャズ3選！

♪ 枯葉 Les Feuilles Mortes (Joseph Kosma)
口笛とジャズを気軽に楽しんでみませんか？ 口笛に合うジャズのオススメの3曲を武田さんに教えてもらいました。

♪ ブルーゼット Bluesette (Toots Thielemans)
ジャズ愛好家なら誰もが思い浮かべる、口笛ジャズといえばトーツ・シールマンズのこの曲。ギターとのユニゾンがたまりません。

♪ ルパン三世のテーマ (大野雄二)
元気なイメージのこの曲も、都会の夜にたたずむルパンをイメージしながら吹けば、渋さマシマシに。

武田裕照さんも参加します！

阿佐谷 JAZZ STREETS 2022
10月21日(金)・22日(土)

3年ぶりの本格開催となる阿佐谷ジャズストリート2022。街中がジャズに染まる2日間。ジャズの音色で地域の中に明るさと元気をお届けします！

詳しくは16面をご覧ください

区からのお知らせ

SUGINAMI INFORMATION

採用情報 ※応募書類は返却しません。

区以外の求人

杉並区障害者雇用支援事業団 常勤職員

障害者の就労相談、職場定着・就労移行支援▶採用予定日=5年4月1日▶勤務日時=原則、月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分▶勤務場所=ワークサポート杉並(高井戸東4-10-26)、職場実習先、就労先企業など▶資格=精神保健福祉士・社会福祉士・公認心理士のいずれかを所持し、障害者支援事業の実務経験者▶募集人数=1名▶報酬=月額22万400円▶その他=期末手当支給。有給休暇あり。社会保険加入。交通費支給(上限あり)▶履歴書・職務経歴書・作文「障害者の就労支援について私が考えていること」(様式自由。1200字程度)を、11月10日までに同事業団(〒168-0072高井戸東4-10-26)へ郵送▶同事業団☎5346-3250

募集します

ささえあいサービス協力会員

日常生活を送ることが困難な高齢者や障害のある方のための掃除や食事作りほか▶謝礼=1時間800円(家事)。1000円(介護)▶18歳以上の方▶電話で、杉並区社会福祉協議会ささえあい係☎5347-3131▶説明会=10月31日(月)午前9時30分～11時30分(ウェルファーム杉並<天沼3-19-16>)

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など(会員宅・児童館などで)▶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、研修に参加できる方▶電話で、杉並区社会福祉協議会杉並ファミリーサポートセンター☎5347-1021▶会員登録後、11月7日(月)に研修あり。詳細は、お問い合わせください

その他

就労支援センタージョブトレーニングコーナー(すぎトレ)の利用対象年齢の引き上げ

就労支援センタージョブトレーニングコーナー(すぎトレ)では、「働きたいけれど不安がある」「長

く働き続けられるか不安」「働いているがステップアップしたい」そんな方に、仕事に対する基本的な取り組み方や苦手な場面の解消方法などを学べる訓練プログラムを実施しています。

「原則、39歳まで」としていた利用対象者を、「原則、15～49歳の方およびその家族」としました。ぜひご利用ください。

就労支援センタージョブトレーニングコーナー(すぎトレ)☎6383-6500

審議会等のお知らせ

地域公共交通活性化協議会

10月26日(水)午後2時～4時▶場区役所第3・4委員会室(中棟5階)▶「杉並区地域公共交通計画」の策定について▶都市整備部管理課交通企画担当☎5307-0793

特別職報酬等審議会

10月31日(月)午前10時～正午▶場区役所第3・4委員会室(中棟5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▶総務課総務係

区民と区長の道路を考える対話集会 さとことブレスト参加者募集

対話を大切に
まちづくりを進めます



区長とまちづくりの中で道路を考える対話集会を都市計画道路事業に着手している西荻と高円寺地域で開催します。年度内に10回程度を予定し、回ごとに参加者を変え、ブレスト形式(※)により皆さんからさまざまなご意見をお聞きます。今回はどなたでも参加できる回の募集です。

皆さんのご意見は、今後のまちづくりに繋げていきたいと考えています。

※ブレスト=ブレインストーミングの略。あるテーマについて数人で自由なアイデアを出し合う会議の方法。

- 日時** ①12月10日(土)午前10時～正午=西荻地域
②11日(日)午後2時～4時=高円寺地域

- 場所** ①勤労福祉会館(桃井4-3-2)
②高円寺学園(高円寺北1-4-11)

区内在住・在勤・在学の方▶各20名程度(抽選)▶はがき(12面記入例)で、都市整備部都市計画道路担当。またはLoGoフォーム(右2次元コード)から申し込み/申込締め切り日=11月4日(消印有効)▶報道機関等が取材・撮影し、その後、報道・配信されることがあります。あらかじめご了承ください。結果は11月7日以降に通知▶都市整備部都市計画道路担当



11月の各種健康相談 いずれも予約制。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	母親学級	平日パパママ学級	離乳食講習会	0歳からの 歯みがき・歯科健診 (乳幼児歯科相談)	歯みがき デビュー教室	栄養・食生活 相談	ものわずれ相談	心の健康相談
荻窪 (荻窪5-20-1) ☎3391-0015	17日(木)	2日(水) 9日(水)	-	30日(水) 午後1時15分	午前 11日(金) 25日(金) 午後 10日(木)	24日(木)	11日(金)	22日(火) 午後1時30分	2日(水) 午後2時 9日(水) 1時30分
高井戸 (高井戸東3-20-3) ☎3334-4304	7日(月)	-	-	1日(火)・22日(火) 午後1時30分 (22日は生後9カ 月ごろから)	午前 7日(月) 28日(月) 午後 4日(金)	18日(金)	24日(木)	1日(火) 午後1時30分	8日(火)・17日(木) 午後1時30分 25日(金) 午前9時30分
高円寺 (高円寺南3-24-15) ☎3311-0116	8日(火)	4日(金) 11日(金)	-	9日(水) 午後1時30分	午前 1日(火) 15日(火) 午後 10日(木)	17日(木)	15日(火)	10日(木) 午後2時	16日(水) 午後2時30分 25日(金) 午前9時30分
上井草 (上井草3-8-19) ☎3394-1212	30日(水)	-	24日(木) 午後1時30分 ～3時	24日(木) 午後1時30分	午前 30日(水) 午後 9日(水)	16日(水)	-	16日(水) 午前9時30分	21日(月) 午後1時30分
和泉 (和泉4-50-6) ☎3313-9331	10日(木)	-	16日(水) 午後1時15分 ～3時10分	17日(木) 午後1時30分 (生後9カ月ごろ から)	午前 10日(木) 午後 30日(水)	-	-	17日(木) 午後1時45分	1日(火) 午後1時30分

※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ども家庭部管理課母子保健係(区役所東棟3階)へ。会場は狭いためベビーカーで回ることができません。ベビーカーにチェーン錠をつけるなど各自でご注意ください。間違い電話が多くなっています。掛け間違いのないようご注意ください。

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)
▶お問い合わせ▶他▶Eメール▶HP▶ホームページ▶

「障害福祉のしおり」に広告を掲載しませんか



区では、障害福祉に関するサービスや施設案内をまとめた「障害者のてびき」を3年に一度発行しています。5年3月に、「障害福祉のしおり」として、より見やすく内容をリニューアルするとともに、新たにデジタルブックでも見るできるようになります。

募集概要 = 規格 = A4判・約140ページ ▶ **発行部数等(予定)** = 1万6000部 ▶ **広告規格・掲載料** = 下表のとおり(いずれも刷り色は2色) **申込書**(障害者施策課〈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)に広告原稿を添えて、11月18日までに同課 s-sisaku@city.suginami.lg.jp へ郵送・Eメール・持参 同課管理係 他申し込み多数の場合は抽選。掲載の可否は後日通知

種類・規格(縦・横)	位置	掲載料
5号・270mm×174mm	1ページ全面	10万円
6号・131mm×174mm	1ページの2分の1	5万円
7号・131mm×84mm	1ページの4分の1	2万5000円
8号・62mm×84mm	1ページの8分の1	1万2000円

ご寄附ありがとうございました

7・8月(広報すぎなみ8月15日号掲載分を除く)のご寄附(敬称略・順不同)



- 【社会福祉基金】匿名分計=13万円
- 【みどりの基金】みどりの保全=成田西ふれあい農業公園来場者有志=10万8621円 / (仮称)荻外荘公園などの整備=石森健=1万円 ▶ 高橋修二郎 ▶ 榎松幸代 ▶ 廣本みどり ▶ 匿名および氏名のみ公表分計=712万円
- 【NPO支援基金】匿名分計=4万2000円
- 【次世代育成基金】ロイヤル・ビル管理株式会社=100万円 ▶ 株式会社サルーテ=10万円 ▶ 有限会社大和不動産=10万円 ▶ 方南銀座商店街振興組合=9150円 ▶ おはなしのポケット ▶ ケンコーマヨネーズ株式会社 ▶ 小巻恵理子 ▶ 玉木伸雄 ▶ 春日和枝 ▶ 小林京子 ▶ 小野三枝子 ▶ 佐藤昌一 ▶ 匿名および氏名のみ公表分計=54万8625円
- 【日本フィル被災地支援活動寄附】匿名分計=4万円
- 【杉並区応援寄附金】中田博之=2万円 ▶ 匿名分計=12万円
- 【新型コロナウイルス感染症対策寄附金】五十嵐衛 ▶ 匿名および氏名のみ公表分計=24万円
- 【動物との豊かな共生社会をめざす寄附金】吉村美智=3万円 ▶ Minagawa Zen=2000円 ▶ 柴田由美 ▶ 匿名および氏名のみ公表分計=2万2000円

ご協力をお願いします

令和4年台風第15号災害義援金

◆日本赤十字社での受け付け

【受付期間】 12月28日まで
【入金方法】 「ゆうちょ銀行・郵便局 口座記号番号00150-9-588320 口座加入者名 日赤令和4年台風第15号災害義援金」へ振り込み
 ※受領証の発行は、通信欄に「受領証希望」と記入。窓口での取り扱いの場合、振替手数料はかかりません。

◆区役所にも義援金箱を設置します

【設置期間】 12月28日まで
【設置場所】 保健福祉部管理課地域福祉推進担当(区役所西棟10階) / 休業日を除く

図保健福祉部管理課地域福祉推進担当

特別区民税・都民税(普通徴収分) 第3期分の納期限は10月31日(月)です

金融機関(ATM含む)、コンビニエンスストア、区民事務所等での納付のほか、パソコン・スマートフォン等から「Pay-easy」や「モバイルレジ」、スマートフォン決済アプリ、クレジットカードの利用も可能です。口座振替の方は、10月31日(月)に指定の口座から振り替えます。

10月からスマートフォン決済アプリで納付できるようになりました

(対象スマートフォンアプリ)



納付方法の詳細は、区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。



図納税課

急病診療のご案内

必ず事前に電話で相談し、保険証・医療証を持参してください。未成年者の受診は、原則保護者が付き添いをお願いします。

機関	診療科目	月～金曜日	土曜日	日曜日	祝日
休日等夜間急病診療所 (杉並保健所内) ☎3391-1599	小児科	午後7時30分～10時30分	午後5時～10時	午前9時～午後10時	
	内科・耳鼻咽喉科	-			
	外科	-			
急病診療医療機関 (当番医)の案内は ☎#7399 (または☎5347-2252)	内科・小児科	-	-	午前9時～午後5時	
歯科保健医療センター (杉並保健所内) ☎3398-5666	歯科	-	-	-	
東京衛生 アドベンチスト病院 (天沼3-17-3) ☎3392-6151	小児科	午後5時～11時	午前9時～午後5時	午後1時～5時	-
佼成病院 (和田2-25-1) ☎3383-1281	小児科	24時間受け付け		午前9時～午後5時	月～土曜日=24時間受け付け ▶ 日曜日=午前9時～午後5時

※受け付けは終了30分前(歯科保健医療センターは1時間前)まで。受診前に各施設または医療機関へお問い合わせください。

医療機関案内・急病相談

機関	月～金曜日	土・日曜日、祝日	対応
杉並区急病医療 情報センター ☎#7399 (または☎5347-2252)	午後8時～翌午前9時	午前9時～翌午前9時	相談員
東京都医療機関 案内サービス (ひまわり) ☎5272-0303	案内 24時間受け付け		コンピューターでの自動応答
	相談 午前9時～午後8時	-	相談員
東京消防庁 救急相談センター ☎#7119 (または☎3212-2323)	24時間受け付け		相談医療チーム
子供の健康相談室 (小児救急相談) ☎#8000 (または☎5285-8898)	午後6時～翌午前8時	24時間受け付け	看護師・保健師・医師

※申し込みは「広報すぎなみ」の発行日からとなります。
 ※申込締め切り日に(消印有効)の記載がない場合は必着です。
 ※紙面上では市外局番「03」の表記を省略しています。

安全・安心で災害に強いまちづくりを目指して

区は都と連携し、台風や集中豪雨による水害や切迫する首都直下地震に備え、災害に強く区民が安全・安心に暮らすことができる都市の実現に向けて、道路・河川などの都市インフラの防災力向上に取り組んでいます。詳細は、都第三建設事務所ホームページ（右2次元コード）をご覧ください。

—— 問い合わせは、都第三建設事務所 ☎3387-5132、区土木計画課土木調整グループへ。



▲下高井戸調整池工事

台風や集中豪雨による水害から 区民の命と暮らしを守る中小河川の整備

都では、これまで河川整備を進めてきましたが、近年では台風や1時間50mmを超える豪雨が増加する傾向にあります。そのため、平成24年から目標整備水準をこれまでの区部1時間50mm降雨から最大75mmに引き上げ、護岸や調節池を整備して水害対策の強化に取り組んでいます。

質が高く、高度な防災性を備えた都市の 実現に向けた道路整備

膨大な交通需要に対応するとともに、災害時の避難・救援路、電気・ガス・水道などの施設を収容する空間として、道路は極めて重要な役割を担っています。今後、地域の防災性向上に向けた道路整備を進めていきます。

区内で行われている 主な河川整備

区では、都が行っている整備工事において、設計内容や維持管理に関する協議、用地提供などを行い、協力・連携して災害に強いまちづくり事業を進めています。

- ①環七地下広域調節池（梅里換気塔）
建築・設備工事
- ②下高井戸調節池工事
- ③和田堀公園調節池工事
- ④神田川整備工事
- ⑤～⑦善福寺川整備工事



杉並区文化芸術活動助成金（第2期）

新型コロナウイルスの影響が長期化する中、文化・芸術関係者が活動を継続し、区民が安心して芸術を鑑賞できる事業を募集します。詳細は、区ホームページ（右下2次元コード）をご覧ください。

—— 問い合わせは、文化・交流課芸術活動助成金担当 ☎5307-0734へ。

- 助成金額** 1事業当たり40万円（助成対象経費の3分の2）
- 予定件数** 25件程度
- 受付期間** 11月4日まで
- 対象者** 平成31年4月1日～令和4年3月31日に、区内で一般公衆への鑑賞を目的とした事業を、2事業以上実施した実績を有する個人または団体
- 事業実施対象期間** 5年3月31日まで
- 申請方法** 募集要項（区ホームページから取り出せます）を確認の上、申請書を、11月4日までに文化・交流課芸術活動助成金担当へ郵送・持参



「特殊詐欺」から財産を守りましょう！

自動通話録音機を 無償で貸し出しています！

区内では依然として特殊詐欺被害が多発しています。電話で、「お金が戻ってくる」「カードが悪用されている」「おれだけど…」このような言葉が出てきたら、まずは「詐欺」を疑いましょう。

区では、特殊詐欺対策として、区内在住の65歳以上の世帯に自動通話録音機を無償で貸し出しています。

—— 問い合わせは、危機管理対策課地域安全担当へ。

被害に遭わないために…

一番の対策は、「電話が鳴ってもすぐに出ないこと」です

在宅していても留守番電話を設定し、相手を確認してから電話に出ましょう。

●詐欺犯人の優しい言葉かけ・誘導に従い、詐欺被害に遭うケースが多くあります。

自動通話録音機をつけましょう

●自動通話録音機は、かかってきた全ての電話に警告音声を流します。その間は呼び出し音が鳴らないので、相手がその間に電話を切れれば、電話がかかってきたことに気付きません。

●警告音声を後も、相手が電話を継続した場合は、電話機の呼び出し音が鳴り、通常通り会話ができます（会話が録音されます）。



警告音声を発しても電話をかけ続ける詐欺犯人もいます。少しでも怪しいと思ったら、迷わず電話を切り、警察署または杉並区振り込め詐欺被害ゼロダイヤル ☎5307-0800（24時間受け付け）にご相談ください。

☎甲電話で、自動通話録音機問い合わせダイヤル ☎5307-0801。または直接、危機管理対策課（区役所東棟5階）、区内警察署生活安全課（杉並〈成田東4-38-16〉／高井戸〈宮前1-16-1〉／荻窪〈桃井3-1-3〉） ☎貸出時に本人確認書類（保険証、運転免許証など）持参

自転車の 代わりに置こう 思いやり

駅前放置自転車クリーンキャンペーン

放置自転車の防止にご協力をお願いします。

—— 問い合わせは、土木管理課自転車対策係 ☎5307-0735へ。

10月22日(土)～31日(月)

放置自転車の撤去

放置禁止区域内に放置された自転車は、警告後も移動がない場合、置いていた時間・理由にかかわらず随時撤去します。放置禁止区域外（私道・私有地を除く）の放置自転車も、区民の良好な生活環境が阻害されている場合は、警告後に撤去します。撤去した自転車は集積所で保管し、返還には撤去手数料5000円が必要です。撤去日の翌日から30日間を経過しても引き取りがない場合は、条例に基づき処分します。

自転車駐車をご利用ください

自転車を利用して駅周辺に来たときは、自転車駐車場をご利用ください。一部の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、多くの駅周辺には、1・2時間まで無料で利用できる民営自転車駐車場もあります。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。

民営自転車駐車場育成補助金の交付

自転車駐車場の設置を促進するために、区の整備のほか、民営自転車駐車場（バイク駐車場を含む）の設置・運営に対する助成制度があります。詳細は、お問い合わせください。

区制施行90周年記念事業

こども伝統芸能わくわく体験

子どもたちに日本の伝統文化を伝えるためのイベントを開催します。

日程 12月4日(日)

場所 座・高円寺(高円寺北2-1-2)



見てみよう!

浪曲

唄あり、芝居あり、三味線の音色に合わせた和製ミュージカル・浪曲をお楽しみください。

開午前11時～11時45分・午後1時～1時45分 出演=浪曲師・玉川太福、曲師・玉川みね子▶演目=「豆腐屋ジョニー」「内田秀五郎一代記」▶その他=浪曲体験 開小中学生のお子さんとその保護者 定各210名(抽選)



やってみよう!

殺陣体験

伝統文化である歌舞伎や時代劇の立ち回り「殺陣」から、日本の美しい立ち居振る舞いや所作を楽しく体験できます。

開午前10時～10時45分・11時～11時45分 開俳優・帆之丞 開小中学生 定各25名(抽選) 開動きやすい服装で靴下持参▶協力=NPO法人杉並で能楽を楽しむ会

三線体験

沖縄で古くから伝わる楽器「三線」を体験してみませんか? 開午後1時～1時45分・2時～2時45分 開琉球民謡登川流師 範・宮城富士男 開小中学生 定各25名(抽選) 開協力=NPO法人杉並で能楽を楽しむ会

いずれも

開東京共同電子申請・届出サービス(右上2次元コード)から、10月31日までに申し込み 開文化・交流課文化振興担当 開結果は11月上旬までにメールで通知

杉並郷土芸能大会



区制施行90周年を記念して創作された浪曲「内田秀五郎一代記」と、区指定無形民俗文化財の里神楽や祭りばやし・和太鼓などの古くから伝わる郷土芸能を披露します。

開11月20日(日)午後1時～5時30分 開勤労福祉会館(桃井4-3-2) 内浪曲「内田秀五郎一代記」ほか▶出演=浪曲師・玉川太福、曲師・玉川みねこ、大宮前郷土芸能保存会、高井戸囃子保存会、井草囃子保存会、華鼓、友栄會はやし連中 開生涯学習推進課文化財係 開区制施行90周年記念事業



▲里神楽

ゆっくり乗車を体験してみよう!

グリーンスローモビリティを荻窪駅南側エリアで実証運行します!



6年12月の(仮称)荻外荘公園の開園を見据えて、JR荻窪駅周辺の回遊性向上を検討しています。このたび、低炭素で開放的な「グリーンスローモビリティ」の実証運行を行います。運行ルートや停留所などの詳細は、区ホームページ(右上2次元コード)をご確認ください。

グリーンスローモビリティ(略称:グリスロ)とは

電気で動いて環境に優しく、時速20km未満でゆっくり走る乗り物のことです。



グリーンスローモビリティ▶

運行ルートマップ



開11月3日(祝)～13日(日)午前9時40分～午後3時40分(30分に1本運行。11時40分～1時40分を除く) 開停留所=JR荻窪駅西口ほか4カ所 定各5名(先着順) 開都市整備部管理課交通企画担当 開協力=建設技術研究所、関東バス、NTT東日本

区制施行90周年記念

文化財シリーズ49と史跡散歩地図を刊行しました

区の歴史を語る上で欠かせない「すぎなみ5ストーリー」を紹介する発行物を刊行しました。

●文化財シリーズ49

「内田秀五郎と井荻町土地区画整理事業」

旧井荻村長(町長)を務めた内田秀五郎の偉業のうち、最も著名な井荻町土地区画整理事業を紹介しています。

開販売価格=800円▶販売場所=区政資料室(区役所西棟2階)、郷土博物館(大宮1-20-8)、同博物館分館(天沼3-23-1天沼弁天池公園内)



●杉並区史跡散歩地図

「すぎなみ5ストーリー」にまつわるスポットを紹介している散歩地図です。

開無料配布場所=生涯学習推進課文化財係(区役所東棟6階)、郷土博物館(大宮1-20-8)、同博物館分館(天沼3-23-1天沼弁天池公園内)



いずれも

開生涯学習推進課文化財係

すぎなみフェスタ 2022

11月5日(土) 午前10時～午後3時30分 6日(日) 午前10時～午後3時

桃井原っぱ公園(桃井3-8-1) 勤労福祉会館(桃井4-3-2) 桃井第一小学校(桃井2-6-1)

すぎなみフェスタは「人と人、地域と地域をつなぎ、杉並を元気に」していくイベントです。杉並の新鮮野菜やおいしいもの、交流自治体等の特産品販売に加え、今年は区制施行90周年記念曲の演奏等、杉並の魅力が盛りだくさんです。感染症予防対策を講じながら、多くの皆さんの参加をお待ちしています。

—— 問い合わせは、文化・交流課すぎなみフェスタ担当へ。



▲すぎなみフェスタ ホームページ



桃井原っぱ公園 会場マップ

すぎなみ産業フェアG・J

杉並の産業の歴史や区内の特徴ある事業所の紹介などを通じて、区の産業について理解を深める展示を行います。お子さんが楽しめる遊具・ユニークな製品の展示、すぎなみ産業フェアならではの商品の販売や情報誌「すぎなみ産」の配布も行います。
園産業振興センター-就労・経営支援係 ☎5347-9077



杉並区農業祭～秋の美りに感謝を込めてE

- 杉並区農業祭記念農産物品評会
園5日(土)午後2時30分～=出品物の観覧 園6日(日)午前10時30分～=販売
- 園芸体験「ちよこっと園芸」
園5日(土)午後2時10分・2時40分 園各10組(先着順) 園各500円
- 即売会
園午前10時～(売り切れ次第終了)
- 宝分け
「宝船」と「花のオブジェ」に使用した野菜と花を配布します。園6日(日)午後2時～ 園正午から整理券を配布
- 地産地消の食育コーナー
園午前10時～(売り切れ次第終了)



区制施行90周年記念事業 H-14 「challenge～障がいのある画伯の描く世界」作品展示・販売

区障害者施設に通われている方々が描かれた絵画を展示・販売します。
園1枚5000円 園障害者生活支援課、障害者施策課管理係



すぎなみパン祭り&すぎなみスイーツフェアF

区内のパン屋さんやスイーツのお店23店舗が出店します。
園杉並産業振興運営協会 ☎3393-1501 園主催=同協会

プレゼント企画あります

FC東京トークショー

園6日(日)午前11時20分～11時50分 園元サッカー日本代表・石川直宏



日本赤十字社献血活動にご協力をお願いします H-20

400mL献血にご協力いただいた方には、トミカ「献血バス」をプレゼント!!



5日出のみ スポーツ体験エリアで実施

TEAM BEYOND 「パラスポーツ体験プログラム」

競技体験・ゲストアスリートによる実演、パネルや競技用具の展示等を通して、パラスポーツの魅力を感じられるプログラムです。
園体験競技=パワーリフティング、ボッチャなど 園パワーリフティング選手・山下貴久雄 園主催=東京都

桃井原っぱ公園 メインステージ

ウクライナ民謡とダンス



▲NPO日本ウクライナ友好協会KRAIANY

園5日(土)午前10時40分～11時10分

区制施行90周年記念曲 交響詩《鼓吹の桜》ほか演奏



▲日本フィルハーモニー交響楽団

園6日(日)午後1時～1時30分

区内に避難しているウクライナ人チェリストの演奏



▲テチアナ・ラヴロワ ヤーナ・ラヴロワ

園6日(日)午後2時～2時15分

桃井第一小学校

FC東京スポーツ教室

FC東京プロクラブチームのスタッフがボールを使って、運動・動きづくりの楽しさを伝えます。

園11月6日(日)①午後1時～1時40分②2時～2時40分 園FC東京普及部スタッフ 園区内在住で①小学1・2年生のお子さんとその保護者②小学3～6年生 園①20組40名②30名(いずれも抽選) 園東京共同電子申請・届出サービス(右2次元コード)から、10月28日までに申し込み 園文化・交流課すぎなみフェスタ担当 園動きやすい服装で上履き持参。結果は11月4日までに通知



勤労福祉会館

先着1000名に「区制施行90周年記念カード」をプレゼント!

出張!アニメーションミュージアム開催中

阿波おどり&浪曲公演

区制施行90周年記念事業として、東京の夏の風物詩である「東京高円寺阿波おどり」と、杉並の発展の基礎を築いた「内田秀五郎のしごと」をテーマに創作した浪曲「内田秀五郎一代記」を一緒に楽しめます。
園午前11時・午後1時30分(各1時間30分) 園出演=高円寺連協会合同連、浪曲師・玉川太福(右写真)、曲師・玉川みね子



豪華2本立て! アニメ制作体験ワークショップ

アニメの展示とあわせて超豪華! 2つのアニメ制作体験ワークショップを実施します。

- 紙アクアリウム
RICOHのアプリを使用して、自分で描いたキャラクターをスキャナーで読み込み、画面上的水槽を泳がせる新感覚のアニメ制作体験ができます。
- 動画トレース
動画見本を写し描きし、コマ撮りすることでアニメ制作の基本を体験できます。



杉並区公式アニメキャラクターなみすけ撮影会&グッズフェア

大人気の杉並区公式アニメキャラクター「なみすけ」と「ナミー」、「なみきおじさん」が会場に遊びに来ます。また、「なみすけグッズフェア」も開催します。

- なみすけグッズフェア
- なみすけ撮影会
園午前11時・正午・午後1時45分(5日のみ2時45分からも実施)



園産業振興センター観光係 ☎5347-9184

すぎなみフェスタ 2022

11月5日
桃井原っぱ

すぎなみフェスタは「人と人、地域と地域をつなぎ、杉並を元気に」していくイベントです。
杉並の新鮮野菜やおいしいもの、交流自治体等の特産品販売に加え、今年は区制施行90周年記念曲の演奏等、杉並の魅力が盛りだくさんです。
感染症予防対策を講じながら、多くの皆さんの参加をお待ちしています。



—— 問い合わせは、文化・交流課すぎなみフェスタ担当へ。

▲すぎなみフェスタホームページ

出入口

出入口



桃井原っぱ公園 会場マップ

すぎなみ産業フェア G・J

杉並の産業の歴史や区内の特徴ある事業所の紹介などを通じて、区の産業について理解を深める展示を行います。お子さんが楽しめる遊具・ユニークな製品の展示、すぎなみ産業フェアならではの商品の販売や情報誌「すぎなみ産」の配布も行います。
圃産業振興センター就労・経営支援係 ☎5347-9077



杉並区農業祭～秋の実りに感謝を込めて E

野菜で作った宝船の展示、農産物の即売会や寄せ植え体験など、楽しいイベント満載です。

- **杉並区農業祭記念農産物品評会**
時5日(土)午後2時30分～=出品物の観覧 ▶ 6日(日)午前10時30分～=販売
- **園芸体験「ちょこっと園芸」**
時5日(土)午後2時10分・2時40分 定各10組(先着順) 費各500円
- **即売会**
時午前10時～(売り切れ次第終了)
- **宝分け**
「宝船」と「花のオブジェ」に使用した野菜と花を配布します。
時6日(日)午後2時～ 正午から整理券を配布
- **地産地消の食育コーナー**



いずれも
圃産業振興センター都市農業係 ☎5347-9136

区制施行90周年記念事業 H-14 「challenge～障がいのある画伯の描く世界」作品展示・販売

区障害者施設に通われている方々が描かれた絵画を展示・販売します。
費1枚5000円 圃障害者生活支援課、障害者施策課管理係



すぎなみパン祭り&すぎなみスイーツフェア F

区内のパン屋さんやスイーツのお店23店舗が出店します。
圃杉並産業振興運営協会 ☎3393-1501 圃主催=同協会

プレゼント企画あります

FC東京トークショー

時6日(日)午前11時20分～11時50分 圃元サッカー日本代表・石川直宏



©F.C.TOKYO

日本赤十字社献血活動にご協力をお願いします H-20

400mL献血にご協力いただいた方には、トミカ「献血バス」をプレゼント!!



数量限定 献血記念品

非売品

5日(土)のみ
スポーツ体験エリアで実施

TEAM BEYOND 「パラスポーツ体験プログラム」

競技体験・ゲストアスリートによる技術用具の展示等を通して、パラスポーツができるプログラムです。

圃体験競技=パワーリフティング、パワーリフティング選手・山下貴久雄

5日(土) 午前10時～午後3時30分 6日(日) 午前10時～午後3時

公園(桃井3-8-1) 勤労福祉会館(桃井4-3-2) 桃井第一小学校(桃井2-6-1)

桃井原っぱ公園 メインステージ

ウクライナ民謡とダンス



▲NPO日本ウクライナ友好協会KRAIANY

🕒5日(土)午前10時40分～11時10分

区制施行90周年記念曲 交響詩《鼓吹の桜》ほか演奏



▲日本フィルハーモニー交響楽団

🕒6日(日)午後1時～1時30分

区内に避難している ウクライナ人チェリストの演奏



▲テチアナ・ラヴロワ ヤーナ・ラヴロワ

🕒6日(日)午後2時～2時15分



桃井第一小学校

FC東京スポーツ教室

FC東京プロクラブチームのスタッフがボールを使って、運動・動きづくりの楽しさを伝えます。

🕒11月6日(日)①午後1時～1時40分②2時～2時40分
 👤FC東京普及部スタッフ 区内在住で①小学1・2年生のお子さんとその保護者②小学3～6年生
 定員①20組40名②30名(いずれも抽選)
 📄東京共同電子申請・届出サービス(右2次元コード)から、10月28日までに申し込み
 🗺文化・交流課すぎなみフェスタ担当
 🎒動きやすい服装で上履き持参。結果は11月4日までに通知



勤労福祉会館

先着1000名に「区制施行90周年記念カード」をプレゼント!

出張!アニメーションミュージアム開催中

阿波おどり&浪曲公演

区制施行90周年記念事業として、東京の夏の風物詩である「東京高円寺阿波おどり」と、杉並の発展の基礎を築いた「内田秀五郎のしごと」をテーマに創作した浪曲「内田秀五郎一代記」を一緒に楽しめます。
 🕒午前11時・午後1時30分(各1時間30分)
 👤出演=高円寺連協合同連、浪曲師・玉川太福(右写真)、曲師・玉川みね子



豪華2本立て! アニメ制作体験ワークショップ

アニメの展示とあわせて超豪華! 2つのアニメ制作体験ワークショップを実施します。

- 紙アクアリウム
RICOHのアプリを使用して、自分で描いたキャラクターをスキャナーで読み込み、画面上的水槽を泳がせる新感覚のアニメ制作体験ができます。
- 動画トレース
動画見本を写し描きし、コマ撮りすることでアニメ制作の基本を体験できます。



少年アシベ Q!Q!ゴマちゃん クイズラリー すぎなみスペシャルVer. (バージョン)

勤労福祉会館と桃井原っぱ公園に設置してある5つのクイズパネルを探して、謎解きにチャレンジしよう!
 ゴールした方には、イベント限定「デコかっぱえびせん」をプレゼント!
 ※ラリー台紙は、午前10時から桃井原っぱ公園で配布(なくなり次第終了)。



杉並区公式アニメキャラクターなみすけ 撮影会&グッズフェア

大人気の杉並区公式アニメキャラクター「なみすけ」と「ナミー」、「なみきおじさん」が会場に遊びに来ます。また、「なみすけグッズフェア」も開催します。

- なみすけグッズフェア
- なみすけ撮影会
🕒午前11時・正午・午後1時45分(5日のみ2時45分から実施)



……………いずれも……………
 区産業振興センター観光係 ☎5347-9184

グラム
 ……る実演、パネルや競
 ……ポーツの魅力を体感
 ……ポッチャなど 区パ
 ……他主催=東京都

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
(〒166-0013堀ノ内2-5-26済美教育センター内 ☎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・芸術・文化

英会話の学習/英会話サークル 第2・4木曜日午後1~3時/コミュニティふらっと馬橋/各1000円/園植 ☎090-5824-5647

イタリア語(近・半過去既習者)/アヴァンティ 木曜日午前10時~11時45分(月3回)/主に阿佐谷地区民センター/月4000円/園高野 ☎090-1259-1186

イタリア語・仏語 外国人講師/ピナリーオ 第2・4木曜日午後1時15分~3時(月2回)/高井戸地区民センター/月3500円/園鈴木 ☎090-2754-4760

韓国語の会話(初級中級)/韓愛会 月曜日午後3時~4時30分(月3回)/産業商工会館/月3500円/園鈴木 ☎090-2754-4760

日本画・スケッチサークル/茜の会 第1・3火曜日午後1時~3時/高井戸地区民センター/月3000円/園中村

☎3333-4425
篆刻/篆刻の会 第1・3土曜日午前10時~正午/阿佐谷地区民センター/月3000円/園外池 ☎5307-5705

書道/香月会 原則第1・3月曜日午前10時~11時45分/永福和泉地区民センター/入会金1000円。月2500円/園吉森 ☎3328-0953

カラオケ/コーラスカラオケ こだま会 第1・3土曜日午後1時~3時/ゆうゆう高円寺南館/月1500円/園矢島 ☎080-6588-5446

囲碁/明人会(初級者~高段者) 第1・3土曜日、第2・4水曜日午後1時~5時/ゆうゆう高円寺東館/月500円/園郭 ☎090-1268-5344

麻雀/健康マージャン杉並 火曜日午後1時~5時/ゆうゆう梅里堀ノ内館/入会金1000円。年1000円/園近藤 ☎090-8757-0465

「外国人のための日本語教育」を覗いてみよう/てにをは倶楽部 日曜日午後1時30分~3時(月2回)/高井戸地区民センター/各500円/園大石 ☎090-9012-0870 ✉tobira0375@gmail.com

スポーツ

健康体操/背骨コンディショニング 毎週火曜日午後7時~8時30分/KSCC 向陽中学校/各1300円。5回5000円

/園藤井 ☎070-6600-0139 ✉yoyaku@sebone221.com

社交ダンス(初級・経験者)/ブルースカイ 毎週月曜日午後7時~9時/阿佐谷地区民センターほか/入会金1500円。月3000円/園緑川 ☎090-4366-7232

社交ダンス/ジャンプアップ 毎週金曜日午後7時~9時/阿佐谷地区民センター/各1300円/園桑名 ☎090-4253-7653

社交ダンス/優美会・プロ講師 篠田沙代子 月曜日午後6時~9時/主に杉並第三小学校/入会金1000円。月4000円/園石田 ☎080-8867-5684

リズムダンス/藤の会 第1・2月曜日午後1時~3時/主に荻窪体育館/月500円/園飯島 ☎6319-1339


カントリーウエスタンダンス/TTC&C(初心者歓迎) 木曜日午後2時35分/阿佐谷地区民センター/各1000円/園伊藤 ☎080-3257-2301

水泳/杉並フレンズスイム(成人) 水曜日午後1時~3時(月4回)/高井戸温水プール/月5000円(初回1250円)/園鈴木 ☎090-3438-2909

硬式テニス中・上級者/ブレイクバック 土・日曜日、祝日/区内区営・都営コートほか/月2000~4000円/園古木 ☎090-8775-1794

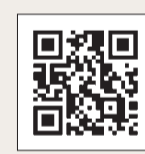
今年の秋も高円寺が熱い!

高円寺フェス2022開催!



個性的な店舗が集う高円寺の街を会場に、ユニークな大文化祭イベントが開催されます。新型コロナウイルス感染拡大防止策を十分に講じた上で、プロレスやライブ、カレーイベント、スタンプラリー等を開催します。

時10月29日(土)・30日(日)午前11時~午後4時(開催日時は会場によって異なります) 場JR高円寺駅南北広場、座・高円寺(高円寺北2-1-2)、高円寺中央公園、参加店舗ほか 園駅前プロレス&ライブ、カレーなる戦いin杉並、トークショー、スタンプラリー&福引きほか 園高円寺フェス実行委員会事務局 ☎3313-5589 園詳細は、高円寺フェスホームページ(右2次元コード)参照



次世代育成基金活用事業

すぎなみサイエンスLabo 2022参加者募集

理科という科目を通して、新たな自分を発見し、将来へのモチベーションや生きていく力につなげていきます。

時場内下表のとおり 対区内在住・在学の小学4~6年生(保護者同伴不可) 園各30名(抽選) 園各500円 園応募フォーム(右2次元コード)から、11月1日~12日に申し込み 園NPO法人SIGN-サイナー ✉npsign@sign-ibasho.org 園1人1回まで

日程	場所	内容
12月18日(日)	高井戸小学校(高井戸西2-2-1)	草木染
5年1月29日(日)	杉並第六小学校(阿佐谷南1-24-21)	鳥をろう!!
2月19日(日)	高井戸地区民センター(高井戸東3-7-5)	野菜のたねの図鑑をつくろう 野菜のたねは、どこにある?

※いずれも午後1時30分~3時30分。



10月15日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは

杉並発展の基礎を築いた郷土の偉人 内田秀五郎のしごと

杉並区広報番組 **すぎなみスタイル**

内田秀五郎って誰?

都立善福寺公園

西荻窪駅

中島飛行機東京工場

土地区画整理事業

学校建設

都立農芸高校

杉並区90年の歴史の陰には、多くの人の汗と努力がありました。今回は、井荻村を中心に杉並発展の基礎を築いた内田秀五郎の功績を紹介する企画展の模様をお伝えします。

● 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)



園広報課

地域区民センター協議会が企画する催し・講座など

コミュニティ通信

詳細・問い合わせは、各地域区民センター協議会へ
(月～金曜日午前8時30分～午後5時〈祝日、年末年始を除く〉)

毎月15日号に掲載

井草地域区民センター協議会

〒167-0022下井草5-7-22
☎3301-7723
HP<https://www.igusahome.org/>
おもちゃの病院
10月22日(土)、11月12日(土)午後1時30分～3時 講師 片岡末廣ほか 費 実費 1組1点
ひそかに流行の読書会
走れメロスから読み解く、新しい発見
11月8日(火)午前10時～正午 講師 元中学校校長・赤荻千恵子 定 15名(抽選) 往復はがき(12面記入例)に手話通訳を希望の方はその旨も書いて、10月27日までに同協議会 他 長寿応援対象事業
初めての茶の湯
11月18日(金)、12月2日(金)午後1時～3時(計2回) 講師 茶道裏千家準教授・相川宗鶴 定 8名(抽選) 費 1500円 往復はがき(12面記入例)に手話通訳を希望の方はその旨も書いて、11月8日までに同協議会 他 お盆・ふくさ・扇子の貸し出しあり。長寿応援対象事業
…………… いずれも ……………

場 井草地域区民センター

西荻地域区民センター協議会

〒167-0034桃井4-3-2
☎3301-0815
HP<https://nisiogi-kyogikai.org/>
防災フォーラム2022
「楽しみながら続けられる防災」
11月19日(土)午前11時～午後3時30分 防災講話、情報交換会、デモンストラレーション(D級ポンプ、マンホールトイレほか) 他 外履き入れ持参
東洋大学講師派遣講座「日本の古典を楽しむ～源氏物語はおもしろい!」
11月23日(木)午前10時～11時30分 講師 東洋大学名誉教授・河地修 定 40名(抽選) 往復はがき(12面記入例)で、11月7日までに同協議会。または同協議会ホームページから申し込み 他 長寿応援対象事業
伝統芸能交流会2022
11月26日(土)午後1時～3時 往復はがき(12面記入例)に団体名・代表者名(フリガナ)・芸能分野(和太鼓など)も書いて、10月31日までに同協議会。または同協議会ホームページから申し込み 他 外履き入れ持参。応募多数の場合は抽選
…………… いずれも ……………

場 西荻地域区民センター

荻窪地域区民センター協議会

〒167-0051荻窪2-34-20
☎3398-9127
HP<https://ogikubokyougikai.sakura.ne.jp/>
マルシェ&ハロウィン子どもまつり
10月30日(日)午前10時～午後0時30分 杉並産新鮮野菜・クッキー・パウンドケーキ・パン・和菓子・綿菓子・ポップコーン・花の販売、ハロ

ウィン仮装撮影コーナー、苗木de募金(150本〈先着順〉)
地域ふれあいアフタヌーンコンサート
11月5日(土)午後1時30分～3時 演奏 = 吉久亜紀トリオ(バイオリン・ベース・ギター)、あきから(ボーカル・バイオリン・チェロ) ▶ 曲目 = 「G線上のアリア」「LET IT BE」ほか 定 60名(先着順)
東大防災アプリで考える 首都直下型地震 72時間
11月6日(日)午後1時30分～3時 講師 東京大学大学院情報学環特任教授・田中淳 定 40名(抽選) 費 200円 往復はがき(12面記入例)で、10月23日までに同協議会。または同協議会ホームページから申し込み
フライパン一つでできるフランス料理講座
11月9日(水)午前10時30分～午後0時45分 講師 メニュー = サーモンのグリーンピースソース添え、固くなったパンをおいしくよみがえらせたスープ、肉料理 講師 ビストロ天下井オーナーシェフ・天下井廉人 定 20名(抽選) 費 1000円 往復はがき(12面記入例)で、10月30日までに同協議会。または同協議会ホームページから申し込み
大人のワイン講座
11月24日(木)、12月1日(木)午後1時30分～3時30分(計2回) 講師 シニアソムリエ・上田紀子 定 20歳以上の方 定 20名(抽選) 費 2000円 往復はがき(12面記入例)で、11月6日までに同協議会。または同協議会ホームページから申し込み
荻窪健康サロン in 荻窪地域区民センター
11月26日(土)①午後1時20分～3時 = 中原邦子の初心者のためのヨガ教室 ▶ ②1時20分～1時50分 = 立川抜志の落語会 ▶ ③2時～3時 = ロス・ボラーチョスのアンデス音楽演奏会 定 ②18歳以上の方 定 ①20名②③各30名(いずれも抽選) 往復はがき・Eメール(12面記入例)にプログラム番号(一つ)を書いて、11月6日までに同協議会。または同協議会ホームページから申し込み 他 協働 = 荻窪保健センター
秋を楽しむ木の実工作教室
11月27日(日)午後1時～3時 講師 環境カウンセラー・山室京子 定 12名(抽選) 費 200円 往復はがき(12面記入例)で、11月13日までに同協議会。または同協議会ホームページから申し込み
背骨を整えよう! 腰痛スッキリ体操
12月2日(金)・9日(金)・16日(金)午前10時～正午(計3回) 講師 背骨コンディショニングスペシャリスト・高橋晃史 定 20名(抽選) 費 200円 往復は

がき(12面記入例)で、11月20日までに同協議会。または同協議会ホームページから申し込み 他 ヨガマットまたはバスタオル・上履き持参
…………… いずれも ……………

場 荻窪地域区民センター

高円寺地域区民センター協議会

〒166-0012和田1-41-10
☎3317-6614
HP<https://www.koenji-kyogikai.org/>
きた!きた!高円寺まつり 2022
10月30日(日)午前11時～午後4時 場 高円寺北区民集会所(高円寺北3-25-9) 内容 高円寺北こども園の作品展示、ペットボトルボウリング、パターゴルフ、プラバンづくり、ペットボトル飲料・キャンディレイ・缶バッジの販売(各100円)、苗木de募金(120鉢)、パネル展示ほか 他 区制施行90周年記念事業
メトロあれ?これ! ~防災対策と車両基地見学
11月3日(木)午後2時～4時 場 東京メトロ中野車両基地(中野区弥生町5-7-99) 講師 東京メトロ鉄道本部安全・技術部次長 木暮敏昭 定 小学3年生以上の方(小学生は保護者同伴) 定 30名(抽選) 費 100円 往復はがき(12面記入例)で、10月24日までに同協議会。または同協議会ホームページから申し込み 他 長寿応援対象事業
親子で数楽いろいろたであそぼう
11月20日(日)①午前11時～正午②午後2時～3時 場 ①和田区民集会所(和田2-31-21) ②高円寺北区民集会所(高円寺北3-25-9) 講師 青山学院大学理工学部准教授・松田能文 定 小学生のお子さんとその保護者 定 各10組20名

(抽選) 往復はがき(12面記入例)で、11月9日までに同協議会。または、同協議会ホームページから申し込み

高井戸地域区民センター協議会

〒168-0072高井戸東3-7-5
☎3331-7980
HP<http://takaido-kyogikai.sakura.ne.jp/>
消しゴムはんこで冬のポストカードを作ろう
11月26日(土)・27日(日)午前10時～11時30分 講師 田原悟 定 5歳以上のお子さんとその保護者 定 各20名 費 各1組500円(材料費)(別途保険料ほか1人40円) 往復はがき(12面記入例。4名まで連記可)で、11月7日までに同協議会
日本フィルハーモニー交響楽団による弦楽四重奏 in 高井戸
12月5日(月)午後2時30分～3時30分 内容 弦楽四重奏によるクリスマスソングほか 定 区内在住で小学生以上の方 定 150名(抽選) 往復はがき(12面記入例。2名まで連記可)、11月14日までに同協議会
…………… いずれも ……………

場 高井戸地域区民センター

永福和泉地域区民センター協議会

〒168-0063和泉3-8-18
☎5300-9412
HP<https://member.sugi-chiiki.com/eifuku-izumi/>
手作りお正月飾り
11月12日(土)午後1時～3時 場 同センター 講師 ジュリアンフローラ1級講師・清家真弥 内容 シャビーシックなピンクの玄関ドア飾り 定 10名(抽選) 費 2200円 往復はがき(12面記入例)で、10月31日までに同協議会 他 長寿応援対象事業

北朝鮮の弾道ミサイル発射に抗議しました

区は、北朝鮮(朝鮮民主主義人民共和国)が10月4日に行った弾道ミサイルの発射に対し、抗議する声明を出しました。
区 区民生活部管理課

区民が創る情報サイト すぎなみ学倶楽部



第175号

JR 開業中央100周年、3駅誕生物語 杉並区内の

荻窪駅の誕生後「地元の発展に欠かせない」と駅の誘致運動が活発になりました。井荻村村長の統率で実現した西荻窪駅、代議士を巻き込んで誘致競争に勝利した阿佐ヶ谷駅、「願ってもない朗報」で実現した高円寺駅が大正11年に開業。実は幻の馬橋駅案もありました。

詳しくは

すぎなみ学 中央線2

または



区産業振興センター観光係 ☎5347-9184

広告

お悩みに分かりやすくアドバイスします
新高円寺駅から徒歩3分 詳しくはこちら ▶



よろいばし すぎなみ 鑑橋法律事務所 杉並支所

03-5929-8966

弁護士法人鑑橋法律事務所(第二東京弁護士会所属)

※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。



催し

郷土博物館10月の年中行事 「荒神さまのおたち」

古民家のかまどに台所の神様・荒神さまのいでたちを見送るお供えをします。

10月22日(土)～30日(日)午前9時～午後5時(24日を除く) 同博物館(大宮1-20-8) 費100円(観覧料。中学生以下無料) 同博物館☎3317-0841

区立中学校連合文化祭

10月29日(土)～31日(月) 同済美教育センター管理係☎3311-0021

日程	時間・内容	会場
10月29日(土)	午前9時30分～11時45分=英語学芸発表会	勤労福祉会館(桃井4-3-2)
10月29日(土)～31日(月)	午前9時30分～午後4時(31日は正午まで)=美術科、技術・家庭科作品展、杉並子どもサイエンス・グランプリ2022中学校部門	松ノ木中学校(松ノ木1-4-1)
	午前9時30分～午後4時(31日は正午まで)=杉並子どもサイエンス・グランプリ2022小学校部門	済美教育センター(堀ノ内2-5-26)
10月30日(日)	午前9時15分～正午=演劇発表会	勤労福祉会館
	午後1時15分～4時25分=書評座談会	

角川庭園 詩歌館まつり

10月30日(日)①午前10時・10時25分・10時50分・11時15分・11時40分=お茶会(ごとう夏雪)②10時30分～正午=三庭園巡り③午後1時30分～3時30分=俳句講演会「季語で染まる俳句の魅力～正岡子規から俳句甲子園まで」(神奈川大学非常勤講師・橋本直)

角川庭園(荻窪3-14-22) 定①各4名②10名③18名(いずれも申込順) 申電話で、10月16日午前9時から同庭園☎6795-6855 他オンラインでも実施。詳細は、区ホームページ参照

大人のための朗読と語りの会

10月30日(日)午後1時～2時・2時30分～3時30分 同阿佐谷図書館 出演=ルピナス絵本の会▶演目=向田邦子「字のない葉書」、石井桃子「太宰さん」ほか 定各15名(申込順) 申電話または直接、阿佐谷図書館(阿佐谷北3-36-14)☎5373-1811

「いい日いい日(11月11日)は介護の日」パネル展・測定会

11月1日(火)・2日(水)・4日(金)午前10時～午後4時 同区役所1階ロビー・2階区民ギャラリー 同高齢者施策課管理係 測定会は1日(火)・2日(水)に実施

シニアのための就業・起業・地域活動個別相談

11月5日(土)午前9時～午後5時 同ゆうゆう高円寺南館(高円寺南4-44-11) 同相談員・久野哲、小川裕子ほか 同区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方 申電話・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

高次脳機能障害者の家族交流会

11月19日(土)午後1時30分～3時30分 同杉並障害者福祉会館(高井戸東4-10-5) 同高次脳機能障害者の家族 定15名(申込順) 申電話・ファクス(記入例)で、11月11日までに障害者生活支援課地域生活支援担当☎3332-1817 3332-1826 他協力=杉並高次脳機能障害家族会クローバー

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、各記事の申電話でご確認ください。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

産業振興センター都市農業係

◆すぎのご農園「秋の収穫体験」

11月19日(土)午前10時～11時30分(雨天中止) 同農福連携農園すぎのご農園(井草3-19-23) 定20組(抽選) 費1組500円 同野菜を持ち帰る袋持参。結果は11月上旬以降に通知。同日に即売会と植樹式を開催

◆農業公園「収穫祭2022」

11月20日(日)午前10時～午後1時(雨天中止) 同成田西ふれあい農業公園(成田西3-18-9) 同旬の野菜の収穫体験 定30組(抽選) 費1組100円～同野菜を持ち帰る袋持参。結果は11月上旬以降に通知。同日に野菜・収穫したサツマイモを使った焼き芋の販売を開催

…… いずれも ……

同区内在住の方(小学生以下は保護者同伴) 同往復はがき(記入例)に代表者以外の参加者名・年齢も書いて、10月25日までに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) 同同係☎5347-9136

講演・講座①

剪定講習会

10月29日(土)午前10時～正午・午後1時30分～3時30分 同みどりの相談所(下高井戸5-23-12塚山公園内) 同5歳以上の方(小学生以下は保護者同伴) 定各10名(申込順) 費各500円 申電話で、10月16日から塚山公園管理事務所☎3302-8989

杉の樹大学「シニアのためのスマホ・タブレット等の個人相談会」

11月8日(火)・19日(土)・29日(火)午後1時30分～4時25分 同高齢者活動支

援センター(高井戸東3-7-5) 同区内在住で60歳以上の方 定各5名(申込順) 申電話で、高齢者施策課いきがい活動支援係 他1人30分程度

管理栄養士による栄養・健康ミニ講座

11月11日(金)②15日(火)③24日(木)午前10時～10時45分 同①荻窪保健センター(荻窪5-20-1)②高円寺保健センター(高円寺南3-24-15)③高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) 同①高血圧の予防は、まず減塩から!～無理なく、美味しく食べるコツ②血液中の中性脂肪、コレステロールを減らそう!～今日からできる血管のために取り入れたい食習慣③気になる血糖値改善の食事対策!～糖尿病予防のための食事のポイント 同区内在住・在勤・在学の方 申電話で、保健センター(①荻窪☎3391-0015②高円寺☎3311-0116③高井戸☎3334-4304)



すまいるロービジョンカフェ 見えな、見えづらさでお悩みの方の交流会

11月13日(日)午後1時30分～3時30分 同高円寺障害者交流館(高円寺南2-24-18) 同公認心理士・中津大介 同区内在住・在勤の方とその家族・支援者 定20名(申込順) 申電話で、11月12日までに障害者地域相談支援センターすまいる(荻窪☎3391-1976/高井戸☎3331-2510/高円寺☎5306-6381(いずれも休館日を除く))

「82年生まれ、キム・ジョン」の翻訳家 斎藤真理子さんをむかえて

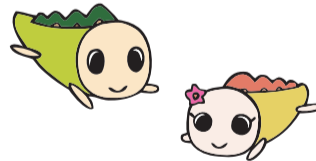
11月13日(日)午後2時30分～4時30分 同久我山会館(久我山3-23-20) 同韓国文学の魅力 同韓国文学翻訳家・斎藤真理子、光文社古典新訳文庫創刊編集長・駒井稔 同小学生以上の方 定90名(申込順) 申電話または直接、宮前図書館(宮前5-5-27)☎3333-5166)

家庭でできる生活習慣病予防～血管の若返りをめざして

11月14日(月)・21日(月)午後2時～4時(計2回) 同高円寺保健センター(高円寺南3-24-15) 同ニューハート・ワタナベ国際病院副院長 富田重之、城西病院・神田共美子 同区内在住・在勤で30～64歳の方 定20名(申込順) 申電話で、11月11日までに高円寺保健センター健康づくり事業担当☎3311-0116

ゆうゆう館の催し

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



ゆうゆう館名	内容	日時等
永福館(永福2-4-9)☎3321-6632	認知症高齢者の住まい選びとグループホーム見学	10月29日(土)午後1時30分～3時 定4組(1組3名まで。申込順) 費1組100円
荻窪館(南荻窪2-25-17)☎3335-1716	ユーミンや松田聖子、さあ歌おう「青春の」ポップ&フォーク	毎月第1・3木曜日、午後5時30分～6時30分 定各20名(申込順) 費各500円
四宮館(上井草2-28-3)☎3396-7692	自然木でスプーン作り	10月31日(月)、11月14日(月)午後1時30分～4時(計2回) 定6名(申込順) 費2200円
高円寺北館(高円寺北3-20-8)☎3337-2266	絵手紙教室 葉書いっぱい描きましょう	毎月第2・4火曜日、午前9時30分～11時 定各8名(先着順) 費各200円
高井戸東館(高井戸東3-14-9)☎3304-9573	講義と対局による碁楽サロン 碁基初級	金曜日、午後1時30分～4時30分(第2金曜日を除く) 同碁基有段者 定各8名(申込順) 費各700円
上高井戸館(高井戸東2-6-17)☎3306-0441	クリスマスカラーのバスケットリース作成講座	11月26日(土)①午前10時30分～正午②午後1時～2時30分 同リース工房・吉田直子 定①5名②10名(いずれも申込順) 費各2300円

※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。

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

家族介護教室

◆認知症って何？

～認知症サポート医が教える基礎知識
 10月26日(水)午前10時～11時30分 場 浜田山会館(浜田山1-36-3) 師 あんクリニック訪問診療・河嶋芳正 区内在住・在勤の方 定20名(申込順) 申 電話で、ケア24浜田山 ☎5357-4944

◆しっかり食べて筋力アップ
 ～フレイル・サルコペニア予防

10月26日(水)午後1時30分～3時 場 西荻窪診療所(西荻南4-2-7) 師 中野共立病院管理栄養士・屋村圭祐 区内在住・在勤の方 定10名(申込順) 申 電話で、ケア24西荻 ☎3333-4668

◆糖尿病予防 まずはコレから！
 ～今すぐできる糖尿病予防

10月28日(金)午後1時30分～2時40分 場 和田区民集会所(和田2-31-21) 師 佼成病院糖尿病療養指導士・梶山裕子 区内在住・在勤の方 定20名(申込順) 申 電話で、ケア24和田 ☎5305-6024

◆孤食・黙食へっちゃらさ 美味しく食べてコロナに負けないフレイル予防

10月29日(土)午後1時30分～3時 場 リバービレッジ杉並(清水3-3-13) 師 ココカラファイン薬局管理栄養士・岩田久美 区内在住・在勤の方 定15名(申込順) 申 電話で、ケア24清水 ☎5303-5823

◆認知症を知って備えよう
 ～症状・対応・予防のこと

10月31日(月)午前10時～正午 場 ゆうゆう下井草館(下井草3-13-9) 師 SOMPOケア認知症ケア上級専門士・岩瀬美菜子 区内在住・在勤の方 定20名(申込順) 申 電話で、ケア24下井草 ☎5303-5341

◆高齢者向け住まいの探し方・選び方
 ～介護保険施設と有料老人ホーム

10月31日(月)午後2時～3時30分 場 杉並区医師会館(阿佐谷南3-48-8) 師 ベネッセ介護相談室入居相談員・大野真一 区内在住・在勤の方 定20名(申込順) 申 電話で、ケア24荻窪 ☎3391-0888

休日パパママ学級・母親学級

◆休日パパママ学級

①12月4日(日)・10日(土)・17日(土)▶午前＝10時～11時40分▶午後＝1時30分～3時10分(17日は午前のみ) ②18日

(日)午後1時30分～3時 場①区役所分庁舎(成田東4-36-13) ②オンラインで実施 区お産の流れ、産後の心の変化、抱っこ・おむつ替え・もく浴の仕方ほか 区内在住の初産で実施日時点妊娠24週～36週6日までのカップル 定①各18組②50組

◆休日母親学級

12月11日(日)午前10時～11時40分・午後1時30分～3時10分 場区役所分庁舎(成田東4-36-13) 区妊娠中の過ごし方、出産の流れ、母乳・産後の話ほか 区内在住の初産で平日母親学級への参加が困難な方 定各22名

…… いずれも ……

師助産師ほか 申ポピズプロフェッショナル ☎https://poppins-education.jp/parentsclass_suginami/から11月5日までに申し込み 場杉並区休日パパママ学級・休日母親学級担当 ☎3447-5826 他結果は11月14日までに通知。応募者多数の場合は出産予定日などで調整。持ち物は決定通知を参照。車での来場不可

荻窪保健センター

◆栄養満点サロン

管理栄養士・栄養士が健康的な生活のヒントと簡単にできる料理を紹介します。

時間定下表のとおり 費各200円 申 電話で、10月31日までに同センター栄養満点サロン担当

会場	日時・定員(申込順)
ゆうゆう高井戸西館(高井戸西1-17-5)	11月1日(火)午前10時～11時30分 定12名 他上履き持参
井草地域区民センター(下井草5-7-22)	11月8日(火)午後1時30分～3時 定13名
和泉保健センター(和泉4-50-6)	11月11日(金)午後1時30分～3時 定10名
ゆうゆう永福館(永福2-4-9)	11月25日(金)午前10時～11時30分 定7名 他上履き持参
荻窪保健センター	11月28日(月)午後1時30分～3時 定10名
高井戸保健センター(高井戸東3-20-3)	11月29日(火)午前10時～11時30分 定8名

◆足腰げんき教室

時間定右上表のとおり 師健康運動指導士 申はがき(12面記入例)に番号・希望会場(1カ所)も書いて、10月31日までに同センター足腰げんき教室担当

地域で寄り添う被害者支援
 ～被害者を孤立させない社会に

11月25日～12月1日は犯罪被害者週間です。この機会に、犯罪被害を受けた方々の現状を知り、私たちができる支援について考えてみませんか。

11月20日(日)午後1時30分～4時 場座・高円寺(高円寺北2-1-2) 区師講演＝犯罪被害者遺族・市川武範、NHK記者・高田実穂▶演奏＝警視庁音楽隊 定150名(申込順) 申電話・ファクス・Eメール(12面記入例)で、11月18日までに区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係 ☎5307-0347 ☎5307-0681 danjo-t@city.suginami.lg.jp 同係、都人権部人権施策推進課 ☎5388-2589 他1歳～就学前の託児あり(定員あり。11月11日までに同係)。手話通訳あり

番号	会場	日時(計4回)・定員(抽選)
19	JA東京中央城西支店(成田東5-18-7)	12月7日～28日の毎週水曜日、午前9時30分～11時30分 定15名
20	新泉サナホーム(和泉1-44-19)	12月6日～27日の毎週火曜日、午後1時30分～3時30分 定10名 他上履き持参
21	高円寺障害者交流館(高円寺南2-24-18)	12月2日～23日の毎週金曜日、午後1時30分～3時30分 定10名

…… いずれも ……

区内在住の65歳以上で当日に介助の必要のない方 場荻窪保健センター(〒167-0051荻窪5-20-1 ☎3391-0015) 他お持ちの方は、はつらつ手帳持参。長寿応援対象事業

就労支援センター

◆あなたの働きたいを全力でサポート
 ～就労支援センターの上手な活用法

11月5日(土)午前10時～11時 区求職中の方 定18名(申込順) 他当日参加可

◆ハローワーク職員が解説する「求人票の見方」

11月9日(水)午前10時～11時30分 区求職中の方 定18名(申込順)

◆求職者のためのパソコンセミナー①
 エクセル応用②パワーポイント基礎

①11月14日(月)②28日(月)午前10時～午後3時 師PC専任講師・長沢春子、日坂元娘 区54歳以下で求職中の方

定各14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

区民生活部管理課
 男女共同・犯罪被害者支援係

◆レッツボウサイプロジェクト 女性のための防災講座

11月23日(祝)午後1時～3時 場西荻地域区民センター(桃井4-3-2) 師NPO法人防災コミュニティネットワーク

区内在住・在勤・在学の方 定30名(申込順) 申電話・Eメール(12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、11月14日までに同係 他企画運営＝NPO法人防災コミュニティネットワーク

◆ジェンダーを子育てから考えよう「夫婦ライフバランス」について

11月26日(土)午前10時～正午 場浜田山会館(浜田山1-36-3) 師兼業主夫放送作家・杉山ジョージ 区内在住・在勤・在学の方 定25名(申込順) 申電話・Eメール(12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、11月16日までに同係 他企画運営＝NPO法人親子コミュニケーションラボ

…… いずれも ……

区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係 ☎5307-0347 danjo-t@city.suginami.lg.jp

銭湯にいこう！
 すぎなみ銭湯温泉めぐり

銭湯を知らない子どもたち、その家族に銭湯の楽しさを知ってもらいたい！ そんな思いから、区内銭湯でイベントを開催します。この機会に家族・友人とゆったり、銭湯めぐりを楽しんでみませんか。

—— 問い合わせは、各銭湯(午後1時以降)へ。

温泉を楽しもう

群馬県東吾妻町の日帰り温泉施設「天狗の湯」から運んだ温泉を区内銭湯で楽しめます。実施中の銭湯では、オリジナル手拭い(先着順)をプレゼントします。

さまざまなイベントを開催！

冬至(ゆず湯)、お正月(初湯)、2月(ボンタン湯)など。詳細は、各銭湯へお問い合わせください。

銭湯名	日時
ゆ家 和ごころ 吉の湯(成田東1-14-7 ☎3315-1766)	11月19日(土)午後1時30分～10時
井草湯(下井草5-3-15 ☎6913-7226)	11月26日(土)午後2時30分～10時30分
玉の湯(阿佐谷北1-13-7 ☎3338-7860)	12月4日(日)午後3時～翌午前1時
弁天湯(高円寺南3-25-1 ☎3312-0449)	12月10日(土)午後3時30分～翌午前1時
天狗湯(西荻南1-21-4 ☎3333-9461)	12月11日(日)午後3時45分～11時45分
湯の楽代田橋(和泉1-1-4 ☎3321-4938)	12月17日(土)午後3時～翌午前0時15分
銭湯Gokurakuya(上荻2-40-14 ☎3390-6764)	12月18日(日)午後4時～翌午前0時
小杉湯(高円寺北3-32-2 ☎3337-6198)	5年1月11日(水)午後3時30分～翌午前1時45分
第二宝湯(本天沼2-7-13 ☎3390-8623)	1月15日(日)午後3時30分～翌午前0時
杉並湯(梅里1-13-7 ☎3312-1221)	1月21日(土)午後3時45分～11時30分
秀の湯(桃井4-2-9 ☎3399-6112)	1月22日(日)午後3時30分～翌午前1時30分
桜湯(和田3-11-9 ☎3381-8461)	1月28日(土)午後3時30分～11時30分
天徳泉(阿佐谷北2-22-1 ☎3338-6018)	1月29日(日)午後3時～翌午前2時
香藤湯(高円寺南5-1-7 ☎3316-4514)	2月4日(土)午後4時～翌午前0時
大黒湯(和泉1-34-2 ☎3328-2137)	2月5日(日)午後4時～翌午前0時
なみのゆ(高円寺北3-29-2 ☎3337-1861)	2月12日(日)午後3時～翌午前0時

※入浴料は、大人500円、小学生200円、幼児100円。都合により日程の変更、休業等の場合があります。

※申し込みは「広報すぎなみ」の発行日からとなります。
 ※申込締め切り日に(消印有効)の記載がない場合は必着です。
 ※紙面上では市外局番「03」の表記を省略しています。

講演・講座②

環境活動推進センター

◆再生ガラスのおはじきで作る鳶の絡まるランプ

時 11月6日(日)・13日(日)午前10時～正午(計2回) 場 同センター 対 区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 定 10名(抽選) 費 2000円 申 電話・Eメール(12面記入例)で、10月27日までに同センター 他 軍手・タオル持参

◆ゆるる和布のつぼみブローチ

時 11月10日(休)午後1時～3時 場 同センター 対 区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 定 10名(抽選) 費 300円 申 電話・Eメール(12面記入例)で、11月3日までに同センター 他 裁縫道具一式・定規・ピンセット・鉛筆持参。長寿応援対象事業

◆特別名勝・特別史跡の小石川後楽園で自然観察会

時 11月17日(休)午前10時～正午(荒天中止) 場 集合=小石川後楽園入り口前(文京区後楽1-6-6) 師 環境カウンセラー・山室京子ほか 対 区内在住・在勤・在学の方 定 24名(抽選) 費 700円 申 NPO法人すぎなみ環境ネットワークホームページから、10月24日までに申し込み 他 歩きやすい服装・帽子・運動靴で参加

◆さあ!東京の里山へ〜檜原村で昔の循環型社会から今の生活を考える

時 ①11月25日(金)午後6時30分～8時②27日(日)午前9時～午後4時30分(計2回) 場 ①同センター②檜原村藤倉地区(西多摩郡檜原村藤原4814)▶②集合・解散=武蔵五日市駅 師 NPO法人さとやま学校・東京代表 川上玲子 対 区内在住・在勤・在学の小学生以上で片道30分の山道を歩ける方(中学生以下は保護者同伴) 定 10名(抽選) 費 5000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、10月28日までに申し込み 他 ②動きやすい服装・運動靴・昼食持参

..... 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

◆障害者のための「ダーツ体験教室」

時 11月6日(日)午後1時30分～3時30分

師 NPO法人プロップK・石山恵子 申 電話・ファクス(12面記入例)で、障害の状況、在勤・在学の方は勤務先・学校名、手話通訳を希望の方はその旨も書いて、11月5日までに同会館運営協議会事務局

◆障害者のための「カルトナーージュ教室」

時 11月27日(日)午前10時～正午 師 カルトナーージュアーティスト・佐藤久子 定 15名(抽選) 費 600円 申 往復はがき(12面記入例)で、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、10月31日までに同会館運営協議会事務局

..... いずれも

場 同杉並障害者福祉会館(〒168-0072 高井戸東4-10-5 ☎3332-6121 ✉3335-3581) 対 区内在住・在勤・在学で障害のある方とその方の介助者 他 車でのお来場不可

杉並視覚障害者会館

◆「文化講演会」

視覚障害者としての人生の生き方

時 11月9日(水)午後1時30分～3時30分 師 元千葉県立千葉盲学校教諭・金子進 対 区内在住の方 定 10名(申込順) 申 電話で、同会館

◆点字教室(後期・中級)

時 11月16日・30日、12月14日・21日、5年1月18日・25日、2月8日・22日、3月8日・15日/いずれも水曜日、午後1時30分～3時30分(計10回) 対 区内在住・在勤・在学で視覚障害のある方、同会館の点字教室初級の修了者 定 5名(抽選) 申 電話で、10月31日までに同会館

..... いずれも

場 同杉並視覚障害者会館(南荻窪3-28-10 ☎3333-3444 (月～金曜日午前9時～午後4時))

高井戸保健センター

◆人生100年時代～楽しんで始める社会参加・知的活動による認知症予防

時 11月11日(金)午後2時～4時 場 高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) 師 東京都健康長寿医療センター研究所・鈴木宏幸 対 区内在住・在勤の方 定 50名(申込順) 申 電話で、10月17日から高井戸保健センター。またはLoGoフォーム(区ホームページ同講座案内にリンクあり)から申し込み

◆統合失調症とLEAP～本人と一緒に治療を目指すための新しいコミュニケーション技法

時 11月21日(月)、12月1日(休)午後3時～5時 場 ①同センター②オンラインで実施 師 永生病院精神科・八重樫穂高 対 区内在住・在勤で統合失調症患者の家族・支援者 定 ①15名②35名(いずれも申込順) 申 電話で、10月17日から同センター。またはLoGoフォーム(区ホームページ同講座案内にリンクあり)から申し込み(②はLoGoフォームのみ)

..... いずれも

場 高井戸保健センター(高井戸東3-20-3 ☎3334-4304)

スポーツ

スポーツ教室

◆マット運動 側転・ロンダート

時 11月3日(祝)①午後3時15分～4時45分②5時～6時30分 場 TAC杉並区妙正寺体育館(清水3-20-12) 対 実施日時点①5・6歳②小学生のお子さん 定 各20名(抽選) 費 各800円 申 TAC杉並区妙正寺体育館ホームページから、10月22日までに申し込み 場 同体育館 ☎3399-4224 他 結果は10月24日以降にメールで通知

◆杉並区子どもラグビー体験教室

時 11月6日(日)午後1時15分～3時30分 場 下高井戸運動場(下高井戸3-26-1) 対 区内在住・在学の3歳～中学生 定 70名(申込順) 申 杉並少年ラグビースクールホームページから、10月30日までに申し込み 場 同団体ホームページまたは同団体・早川 ☎090-1526-6604

◆シニア・アーチェリー教室

時 11月13日～5年1月22日の第2・4日曜日、午前9時30分～正午(計6回) 場 TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 対 区内在住・在勤で60～79歳の方 定 10名(申込順) 申 Eメール(12面記入例)に性別・利き手も書いて、10月26日までに区アーチェリー協会・井口 ☎yoshinoigu@pony.ocn.ne.jp 場 井口 ☎090-2416-8379(午後6時～9時) 他 上履き持参。用具の貸し出しあり

◆杉並区スポーツ推進委員60周年記念事業 スポーツ体験会

時 11月23日(祝)午後1時30分～2時50分

分・午後3時～4時20分(入替制) 場 大宮前体育館(南荻窪2-1-1) 内 ボッチャ、視覚障害者サッカー、ストラックアウトほか 定 各40名(申込順) 申 ファクス・Eメール(12面記入例。参加者全員分)で、10月30日までにスポーツ振興課事業係 ☎5307-0693 ✉sp-sinkoka@city.suginami.lg.jp 場 同係 他 動きやすい服装・上履き靴入れ持参。小学生以下は保護者同伴

TAC杉並区上井草スポーツセンター

◆プレキッズ&マミーサッカー教室

時 11月2日(水)・9日(水)①午前10時～10時50分②11時～11時50分 対 区内在住・在勤(保護者)・在学で①2歳②3・4歳のお子さんとその保護者 定 各15組30名(申込順) 費 各1組570円(子育て応援券利用可)

◆スマイルサッカー教室

時 11月3日(祝)・24日(休)午後5時30分～6時40分 対 区内在住・在勤(保護者)・在学で小学生と走ることのできる障害児 定 各30名(申込順) 費 各690円

◆年少サッカー教室

時 11月10日(休)午後3時20分～4時 対 区内在住・在勤(保護者)・在園で4年度4歳になるお子さん 定 15名(申込順) 費 800円

..... いずれも

場 同TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1 ☎3390-5707) 師 FC東京普及部コーチ 申 TAC杉並区上井草スポーツセンターホームページから申し込み

大宮前体育館

◆キッズチアダンス

時 10月22日～12月24日の土曜日、午後3時45分～4時45分(11月12日、12月10日を除く。計8回) 師 クラブ123荻窪派遣講師 対 小学1～3年生 定 25名(申込順) 費 1万560円

◆60歳からの運動スクール Oyz

時 10月25日～12月27日の火曜日、午前10時45分～11時45分(11月15日・22日、12月20日を除く。計7回) 師 荻野純子 対 60歳以上の方 定 10名(申込順) 費 1万10円

..... いずれも

場 同大宮前体育館(南荻窪2-1-1 ☎3334-4618) 申 直接、同体育館

杉並区・中野区 保育のおしごと就職相談・面接会

杉並・中野区内の民間保育事業者(20社程度)が参加します。保育の仕事に関する総合相談コーナーもあります。

時 11月13日(日)①午後0時30分～1時30分②1時30分～4時30分 場 ①区役所第5・6会議室(西棟6階)②第4会議室(中棟6階) 内 ①セミナー「保育のおしごと入門編」②就職相談・面接会 師 東京都保育人材・保育所支援センター保育人材コーディネーター 定 ①30名②60名(いずれも申込順) 申 電話で、10月21日～11月11日に中野区産業振興課産業係 ☎3228-8729。または中野区ホームページ(右下2次元コード)から申し込み 場 同係。当日の求人については、ハローワーク新宿事業所第二部門 ☎3200-8609(部門コード34#) 他 面接を希望する方は、履歴書を複数持参。生後6カ月～就学前の託児あり(定員あり(申込順)。10月21日～11月4日に、電話で同係)



介護のおしごと就職相談・面接会

杉並区・ハローワーク新宿が主催する、区内の介護サービス事業者(20社程度)が参加します。また、事前に参加予定事業者を紹介するパネルなども展示します。

就職相談・面接会

時 11月11日(金)午後1時～3時30分 場 区役所第4会議室(中棟6階) 定 60名(申込順) 申 LoGoフォーム(右2次元コード)から、10月17日～11月10日に申し込み。または電話で、産業振興センター就労・経営支援係 ☎5347-9077 他 面接を希望する方は、履歴書を複数持参

パネル展示

時 11月1日(火)～4日(金)午前9時～午後5時(祝日を除く) 場 区役所2階区民ギャラリー

..... いずれも

場 産業振興センター就労・経営支援係 ☎5347-9077。当日の求人については、ハローワーク新宿事業所第二部門 ☎3200-8609(部門コード34#)



高円寺みんなの体育館

◆親子チャレンジ体操教室

時 11月19日～12月24日の毎週土曜日
①午前9時～10時②10時～11時(各計6回) 師 HEROKIDS 区内在住で実施日時①3歳半～4歳②2歳半～3歳半のお子さんとその保護者 定 各12組(抽選) 費 各1組4500円 申 往復はがき(12面記入例)にお子さんの氏名(フリガナ)・生年月日・性別も書いて、同体育館。または同体育館ホームページから申し込み/申込締め切り日=10月31日

◆骨盤エクササイズ

時 11月21日～5年1月23日の月曜日、午後7時～8時30分(12月26日、1月2日を除く。計8回) 師 松藤幸子 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 申 往復はがき(12面記入例)で、同体育館。または同体育館ホームページか

ら申し込み/申込締め切り日=10月31日
………… いずれも ………

場 圃 高円寺みんなの体育館(〒166-0003高円寺南2-36-31 ☎3312-0313)

その他

杉並区水泳指導員養成講習会・基礎検定試験

時 12月3日(土)午前9時～正午=学科講習▶午後1時～5時=実技講習▶10日(土)午前9時～正午・午後1時～3時=学科検定▶3時10分～4時30分=実技検定 場 圃 学科=高井戸地域区民センター▶実技=高井戸温水プール/いずれも高井戸東3-7-5 区内在住・在勤・在学・在クラブの18歳以上で100m個人メドレーが泳げる方 定 30名(抽選) 費 5000円 申 往復はがき(12面記入例)に性別も書いて、11月11日までに区水泳連盟(〒168-0065浜田山4-5-5杉並南郵便局留) 圃 同連盟・米田 ☎090-2251-5992

特産品を販売します

交流自治体の催し



自治体	催し名	日時・場所・内容等	問い合わせ
群馬県 東吾妻町	吾妻の朝市	時 10月27日(土)午前10時～午後2時 場 区役所中杉通り側入り口前 特産品(農産物)の販売、観光PR	東吾妻町 まちづくり推進課 ☎0279-26-5608
新潟県 小千谷市	おぢやフェア	時 10月30日(日)午前11時～午後1時30分 場 小千谷学生寮(井草4-16-23) 特産品・産直品の販売 他 車ででの来場不可	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。マイバッグ持参。

いろんなスポーツに挑戦しよう

さわやかスポ・レク大会

誰でも参加できる楽しいレクリエーションスポーツ大会です。生涯スポーツとして、さまざまなレクリエーションスポーツを家族や友達と体験してみませんか。

日時 11月3日(祝)午前9時～午後5時

場所 TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1)

時 圃 右表のとおり 費 200円。中学生以下100円(いずれも保険料を含む) 圃 杉並区スポーツ振興財団 ☎5305-6161

時間	種目
午前9時～10時45分	健康体操、ウォーキングフットボール
午前9時30分～正午	スポーツチャンバラ
正午～午後0時45分	チア・HIPHOP演技
午後0時30分～2時45分	ユニカール
午後1時～2時45分	ミニテニス、ソフトバレーボール
午後1時～3時	スポーツデビュー
午後1時～4時	ペタンク
午後3時～4時45分	ベガーボール、インディアカ、ダーツ、YOU.FO

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

女子美術大学美術館コレクション-アーティストの姿 10月28日(金)～11月18日(金)午前10時～午後5時(日曜日、祝日を除く)/女子美ガレリアニケ(和田1丁目)/圃 同施設 ☎5340-4688

花と緑の井草祭り 10月29日(土)午前10時～午後2時/井草森公園/花と野菜の即売会、地方物産の直売、花のプレゼント抽選会/圃 東京商工会議所杉並支部 ☎3220-1211

ボーイスカウト杉並第12団バザー 10月30日(日)午前10時～午後2時/杉並第一小学校/圃 同団・広瀬 ☎3336-5791/車での来場不可

千日紅市 千日紅奉納祭り 10月30日(日)午前11時～午後4時/妙法寺(堀ノ内3丁目)/奉納行列、千日紅鉢配布、ワークショップほか/圃 千日紅繋和会・山田 ☎3313-6787

荻窪音楽祭 11月3日(祝)～6日(日)▶5日(土)=荻窪ユース・アンサンブルコンサートほか▶6日(日)=親子で楽しめるコンサート、南相馬と杉並をむすぶ・みらい夢コンサート、フレッシュジュニア・コンサートほか/杉並公会堂/小学生以上の方/圃 販売窓口=荻窪音楽祭ホームページ/圃 同催し事務局 ☎5347-0244/一部公演は未就学児入場可。詳細は同催しホームページ参照

荻窪のつながりづくり「くぼっちフリマ」 11月12日(土)午前10時～午後3時/大田黒公園・荻窪家族レジデンス周辺/フリーマーケット、障害者団体の販売ほ

か/圃 内容・場所等の詳細や出品希望の方は、荻窪家族レジデンス ☎080-9644-2632

シニアパラダイス・ウィンドアンサンブル定期演奏会 11月13日(日)午後2時～4時/杉並公会堂/曲目=シンフォニックダンス、キャンディード序曲ほか/1190名(先着順)/圃 同団体・白石 ☎090-6008-8591

フィルモア合奏団 フィルモアコンサート 11月20日(日)午後2時～4時/杉並公会堂/指揮=成田徹、関根志郎▶曲目=シベリウス「フィンランディア」、ドボルザーク「交響曲第9番新世界」ほか/900名(申込順)/1000円/圃 同団体ホームページから、11月15日までに申し込み/圃 同団体事務局 ☎3392-1077/区民100名を招待(抽選)=往復はがき(12面記入例。2名まで連記可)で、11月5日(消印有効)までに同コンサート区民無料招待係(〒167-0051荻窪5-22-7-101音楽専用空間クレモニア内)▶中学生以下の方100名を招待(申込順)=同団体ホームページ参照

ポールde歩こう会 11月24日(土)午前10時～正午(雨天中止)/柏の宮公園/区内在住で65歳以上の方/20名(申込順)/100円(別途ポールレンタル代200円)/圃 圃 電話で、11月17日までにNPO法人杉並さわやかウォーキング・飯島 ☎090-4733-2886/帽子・手袋・健康保険証持参。長寿応援対象事業

杉並区民写真展 12月12日(月)～16日(金)午前10時～午後5時(16日は2時まで)/区役所2階区民ギャラリー/作品募集=テーマ=自由▶サイズ=ワイド四ツ切り/1点2500円(1人1点)/圃 11月4日～6日に直接、阿佐谷地域区民センターへ作品と展示料を持参(午前9時～午後5時)/圃 区フォト連合会・服部 ☎3332-8780

講演・講座

認知症サポーター養成講座 ①10月28日(金)午前10時～11時30分②11月18日(金)午後2時～3時30分/①浜田山会館②四宮区民集会所/キャラバン・メイト/区内在住・在勤の方/各15名(申込順)/圃 圃 電話で①ケア24浜田山 ☎5357-4944②ケア24上井草 ☎3396-0024/終了後に認知症サポーターの証「オレンジリング」を差し上げます

石けん作り体験 11月4日(金)午前10時30分～正午/環境活動推進センター/区内在住・在勤・在学で高校生以上の方/10名(申込順)/圃 圃 電話・Eメール(12面記入例)で、10月27日までにNPO法人すぎなみ環境ネットワーク ☎5941-8701 ☎kouza@ecosuginet.jp(午前9時～午後5時(水曜日を除く))

剪定講習会 11月6日(日)午後1時～午後4時30分/柏の宮公園/柏の宮公園くらぶ・柏の宮植木応援団/区内在住・在勤・在学の方/20名(申込順)/300円(保険料を含む)/圃 往復はがき(12面記入例)で、10月25日までに柏の宮公園くらぶ・柏の宮植木応援団事務局(〒167-0022下井草2-22-8川浪方)/圃 同事務局・川浪 ☎080-6519-6859/園芸用手袋、お持ちの方は剪定ばさみ・刈り込みばさみ・剪定のこぎり持参

家庭教育講座 不登校中学生のための「知っておきたい『高校受験情報』」 11月12日(土)午前9時45分～午後0時15分/阿佐谷地域区民センター/都立荻窪高等学校・瓦田尚/不登校に悩む児童・生徒とその保護者ほか/72名(申込順)/500円/圃 申し込みフォーム ☎ https://onl.sc/qb9v1nXから、11月9日までに申し込み/圃 ミモザの花～子どもの不登校を考える会・五十嵐 ☎090-8497-8099(月～金曜日は午後7時以降)

土曜フォーラム「イタリアの美にカンパイ!」 11月12日(土)・19日(土)、12月3日(土)午後2時～4時30分/産業商工会館/美術評論家・谷岡清/小学生以上の方/各45名(申込順)/各2000円。会員1500円/圃 圃 電話で、NPO法人美術教育支援協会 ☎3398-9155

歴史講演会「戦前・戦中の小学校教育-杉並区の場合」 11月19日(土)午後1時30分～3時30分/高井戸地域区民センター/杉並郷土史会顧問・真坂道夫/80名(先着順)/500円/圃 杉並郷土史会・新倉 ☎080-1140-9216

●荻窪青色申告会 固定資産台帳の記帳の仕方 10月27日(木)・28日(金)午前9時30分・10時30分・午後1時30分・2時30分・3時30分(各1時間)/同会(荻窪5丁目)/同会事務局職員/個人事業者/各3名(申込順)/各500円

会計ソフトで帳簿をつけよう 11月1日(火)・2日(水)午前9時30分・10時30分・午後1時30分・2時30分・3時30分/同会(荻窪5丁目)/同会事務局職員/個人事業者/各3名(申込順)/各500円

………… いずれも ……… 圃 圃 電話で、荻窪青色申告会 ☎3393-1951

その他

献血にご協力を ①10月23日(日)②30日(日)午前11時～午後3時30分/16歳～64歳の方(60代の献血経験者は69歳まで)/①久我山稲荷神社(久我山3丁目)②下高井戸八幡神社(下高井戸4丁目)/圃 東京都赤十字血液センター武蔵野出張所 ☎0422-32-1100/オリジナルスタンプ帳進呈

司法書士による無料相談会 11月2日(水)午後1時～4時/区役所1階ロビー/圃 圃 電話で、東京都司法書士会杉並支部 ☎5913-7452

※申し込みは「広報すぎなみ」の発行日からとなります。
※申込締め切り日に(消印有効)の記載がない場合は必着です。
※紙面上では市外局番「03」の表記を省略しています。

いまこそジャズで明るく元気に！



阿佐谷ジャズ ストリート2022

開催期間：10月21日(金)・22日(土)



▲豊田チカ



▲牧山純子



▲早見優



▲谷川賢作

出演=山下洋輔、豊田チカ、トライトーン、吾妻光良、牧山純子、小林陽一、早見優、外山喜雄・デキシースイツ、今陽子、谷川賢作、大橋美加、武田裕照ほか



中がジャズに染まる2日間。長引くコロナ禍をはじめ重苦しいときだからこそ、ジャズの音色で地域に明るさと元気をお届けします。

今年は、青春時代を阿佐谷で過ごした世界の山下洋輔やデキシースイツを率いて外山喜雄が登場。父親がジャズボーカリストだった往年のアイドル・早見優が小林陽一&JJMと共演するなど話題満載です！

詳細は、阿佐谷ジャズストリートホームページ(右2次元コード)をご覧ください。



会場・費用 さまざまな会場でお楽しみください！

- パブリック会場=1ステージ毎のチケット制。各前売り2000円ほか
- ストリート会場(駅前広場ほか)=無料
- バラエティ会場(ライブハウス・カフェなどが独自に企画)=各店別料金

チケット販売場所 =区役所1階「コミュかるショップ」、阿佐谷ジャズストリートホームページほか

☎阿佐谷ジャズストリート実行委員会 ☎080-5646-1024 (午前11時～午後5時(土・日曜日を除く))

新型コロナワクチン接種

オミクロン株対応2価ワクチン情報(10月7日現在)

オミクロン株対応2価ワクチンの接種間隔は、前回接種完了日から5カ月経過後となっていますが、国の方針に基づき、10月下旬をめどに接種間隔が短縮される想定のもと、10月25日以降の接種体制の準備を進めています。最新情報は、区ホームページ(右2次元コード)等をご確認ください。



—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。

■オミクロン株対応2価ワクチン接種の概要

対象者：初回接種(1・2回目)を完了した12歳以上の全ての方
 使用するワクチン：オミクロン株と従来株に対応した2価ワクチン
 接種間隔：前回接種(2～4回目)から5カ月経過後(今後、短縮予定)

接種券発送スケジュール・予約開始日

対象接種回数	対象者	発送日	予約開始日
3・4回目接種	2・3回目を6月に接種を受けた方	10月12日(水)発送済み	10月25日(火)～31日(月)の予約枠 =10月15日(土)(予定)
	2・3回目を7月に接種を受けた方	10月19日(水)(予定)	
5回目接種	4回目を5・6月に接種を受けた方	10月12日(水)発送済み	11月1日(火)以降の予約枠 =10月22日(土)(予定)
	4回目を7月に接種を受けた方	10月19日(水)(予定)	

■5回目接種の対象となる一部の60歳以上の方は、日時・会場を指定します

- 対象者：7月1日～31日に4回目接種(従来型ワクチン)を完了した60歳以上の方で、3・4回目接種のいずれかを区の集団接種会場にて接種した方
- 使用するワクチン：ファイザー社製2価
- 接種券発送日：10月24日(月)(予定)

指定の方法

4回目接種日	接種実施日
7月1日～31日に接種を受けた方	11月1日(火)以降

※接種の日時・会場が記載された接種券を発送します。都合が合わない場合には、予約サイトまたは杉並区新型コロナワクチン接種コールセンターで予約の変更をお願いします。

■ワクチンバス(移動式接種会場)による小児(5～11歳)接種を実施します

区内3カ所を、バスで1日1カ所ずつ巡回し、小児接種を実施します。

- 対象者：5～11歳の方で、1～3回目接種の対象の方
 ※2回目接種までに12歳になった場合は、2回目接種も小児接種の対象になります。3回目接種までに12歳になった場合は、小児接種の対象外です。
- 予約開始日時：10月15日(土)正午 予約サイトまたは杉並区新型コロナワクチン接種コールセンターで予約してください。
- 巡回の場所：高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5)、桃井原っぱ公園(桃井3-8-1)、下高井戸おおぞら公園(下高井戸2-28-23)