

広報 すぎなみ

Suginami



みどり豊かな 住まいのみやこ

8/15
令和5年(2023年)
No.2359

いよいよ到来！
杉並、夏の風物詩。

コロナ禍による中止を経て、今年8月に4年ぶりの開催を予定している東京高円寺阿波おどり。多くの人々が待ち望む同イベントの成功に向けて、今まさに準備に尽力しているのが、東京高円寺阿波おどり振興協会ボランティアチームの皆さんです。今回はその中でも学生部の3名に登場いただき、活動についてお話を伺いました。



特集

人
すぎなみビト

東京高円寺阿波おどり
振興協会 学生部

〒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



「広報すぎなみ」は月2回(1・15日)発行。新聞折り込みでの配布のほか、区施設・区内各駅などの広報スタンドに置いています。入手が困難な方には個別配布をしています。ご希望の方は、電話・ファクス・Eメール・LoGoフォームからお申し込みください。

詳細は、区ホームページ(右二次元コード)をご覧ください。



リーダー 村瀬ちひろさん 地域の方々や仲間との出会いが自身の成長につながっている。

ーボランティアチームに参加したきっかけは何ですか？

私は中央区人形町の出身で、このボランティアに関わるまで東京高円寺阿波おどり(以下、阿波おどり)のことを知りませんでした。振興協会が学生部のボランティアを募集しているという情報が大学のサークルのSNSに流れてきて、興味を持ったことが参加のきっかけです。以前から演劇鑑賞が好きだったので、音響や照明の仕事に携われたらと考えました。

ー初めて阿波おどりに触れて、どのような印象を持ちましたか？

ボランティアを始めた当時はコロナ禍で、阿波おどりの本開催がなく、舞台公演が中心でしたが、目の前で披露される阿波おどりを何度も見ているうちに、その魅力にひかれていきました。踊りはもちろん、プロジェクションマッピングを取り入れた見せ方にはとても感動しました。

ー学生部はどのようなメンバーで活動しているのですか？

今は区内外から集まった高校生10人と大学生3人で編成されています。私がリーダーを務めています。他2人の大学生メンバーとともにチームをつくり上げている感じです。高校生も含め、みんながフラットな関係で意見を出し合える雰囲気づくりを大切にしています。居心地の良い居場所だと感じたからこそ、3年間続けてこられたと感謝しています。



©東京高円寺阿波おどり

ーボランティアを通してどのような気付きや成長を得た感じますか？

高円寺は同じ東京でも地元とは全く異なる

地域・世代を超えて、
多くの人が支えています！



村瀬ちひろ(むらせ・ちひろ) 中央区人形町出身。武蔵大学3年生、20歳。大学のサークルを通して阿波おどりのボランティアチームに参加。コロナ禍での活動を経て現在はチームのリーダーを務める。

空気感で、新たなまちを知る面白さを学びました。また、コロナ禍で人と関わる機会を制限されていた時期に、このチームに参加したことで出会えた友達がたくさんいます。学生部では連への取材も行っていますが、取材を通してさまざまな人たちと出会ったことも貴重な経験です。実行委員の方々など地域や大人と関わる機会が増えたことは、自身の成長にもつながっていると感じます。

ーまもなく開催予定の阿波おどりへの思いをお聞かせください。

初めて本開催の阿波おどりを目の当たりにしますが、舞台公演でもすでに盛り上がるのだから、野外で大勢の観客がいたらどれだけの熱量になるんだろう...! と想像もできません。この一つのイベントを成し遂げるために、踊り手・観客・地域の方々と一緒に支えています。そういった「作り上げていく」過程がとても興味深く、今後の人生にボランティアチームでの経験を生かせればと思っています。

高校生と大学生、みんなで意見を出し合い地域と連携しています！

サブリーダー 高山可純さん 踊り手と裏方、両方を知るからこそ運営に生かせることがある。

ーボランティアチームに参加したきっかけは何ですか？

阿波おどりのメイン会場となる演舞場の近くに実家があります。だから阿波おどりは気付けば身近にある存在でした。「かっこいいな」と憧れて、中学生のときに連に所属し、以降は踊り手として毎年参加してきました。一方で、阿波おどりを支えるボランティアチームの存在も知っていて、その中の学生部の活動にも関心がありましたが、踊り手とボランティアの両立は難しいのではと、参加には至らずにいました。ところが大学1年生の夏、コロナの影響で連での一切の活動が休止に。大好きな阿波おどりと関わりが途絶えて寂しいと感じると同時に、何か関わりを持ち続けられないかと考えるようになり、ボランティアチームに参加することを決めました。

ー初めて「支える側」の立場になって何を感じましたか？

踊り手の経験しかなかったのが、初めて裏方として阿波おどりに関わること



踊り手の視点で運営にも
役立ちました！

高山可純(たかやま・かすみ) 杉並区高円寺出身。上智大学3年生、20歳。幼い頃から阿波おどりに親しみ、中学生より「東京新のんき連」に所属。ボランティアチームではサブリーダーを務める。

で、さまざまな発見がありました。私にとっては当たり前のような存在の阿波おどりだったけれど、チームのメンバーの中には阿波おどりそのものを見たことがない人もいて、そういった彼らの視点で出される意見はとても新鮮でした。そして、改めて地元の阿波おどりの魅力を再発見するきっかけにもなりました。一方で、私は踊り手として活動してきたからこそ言えること、気付けることがあるな、とも思います。



©東京高円寺阿波おどり

ー踊り手とボランティアの両立は自身にどのような影響を与えましたか？

踊りだけを体験していた以前は気付けなかったけれど、裏方を体験して初めて、阿波おどりは踊り手・観客・裏方が三位一体となって作り上げているものなのだと知ることができました。各地の阿波おどりに見に行くときも、運営する人・支える側の思いにまで心をはせるようになりました。

ーまもなく開催予定の阿波おどりへの思いをお聞かせください。

2日間のうち1日はボランティアとして、もう1日は踊り手として参加する予定です。コロナ禍の数年間、開催を試みても中止せざるを得ない状況を、高円寺だけでなく各地でも抱えてきたと思います。都内で最大規模となる阿波おどりが無事に開催されることで、他の地域にも勇気を与えられたらうれしいです。私自身、思い切り楽しみ尽くします。来場する皆さんもぜひ、思い切り楽しんでください。

高校生メンバー 松田真治さん ボランティアを通して地域に参画していくのは本当に楽しい！

ーボランティアチームに参加したきっかけは何ですか？

これまで高校生活の中で、学校を通して地域と関わるさまざまなボランティア活動に挑戦してきました。その一つとして、阿波おどりの学生部のボランティアを募集していることを知り、やってみようと思いました。僕は高円寺が地元だけど、阿波おどりに関しては祖父母など家族から話を聞いたことはあっても、ちゃんと見たことがありませんでした。生まれ育った高円寺で、地域が大切にしているイベントのサポートに携われるのは感慨深いです。

ーどのような活動を、どのような心がけで行っていますか？

学生部では振興協会が運営するさまざまな阿波おどりイベントのサポートを担っています。僕がよく担当するのは、プロジェクターやパソコンの設置といった仕事。同時に、本番に向けて何をどう進めていくのかなど、メンバーみんなアイデアを出し合い、準備を進めています。考え方や価値観は人それぞれ違って当然です。だからボランティア活動においては、自分の意見や価値観を押し付けず、まずは相手の意見に耳を傾けること。その上で自分の伝えたいことを適切に伝えていくことを心がけています。



©東京高円寺阿波おどり

ーボランティアを通してどのような気付きや成長を得た感じますか？

こうした活動を体験する以前は、自分自身の成長を実感できる機会があまりなく「ボランティアって参加したところでどうなんだろう?」と思っていました。実際に活動して

ると、知らなかった世界をたくさん知ることができ、身に付けた知識や経験が確実に自身の成長につながっていくのだと気づきました。

ーボランティアで得た経験は、学校生活にも影響を与えていますか？

生徒会や部活動など学校生活におけるリーダーシップの発揮に生かしていると感じます。でも純粋に、ボランティアを通して地域に参画していくことが本当に楽しいんです。自分が暮らすまちにこんな人がいるんだ! という出会いや発見があり、情報交換もできる。幅広い年代の人と関わりながら、学校では学べない幅広い話題に触れられることもとても面白いです。もうすぐ、初めて阿波おどりに参加できることに、今はとてもワクワクしています。4年ぶりで手探りの部分もありますが、いざ始まったらいきなり楽しみたい。観客の皆さんもぜひ一緒に楽しみましょう!

普段の生活では、
味わえない体験ができます！

松田真治(まつだ・しんじ) 杉並区高円寺出身。東京立正高校3年生、18歳。高校ではSDGsを重点的に学ぶコースを専攻。さまざまな地域貢献活動に挑戦している。



東京高円寺阿波おどり 振興協会学生部とは？



同振興協会学生部は、東京高円寺阿波おどりを支える担い手として、高校生・大学生で組織されています。踊り手・観客・地域の方々、スタッフ・ボランティアなど東京高円寺阿波おどりに関わる全ての方々と共に、ぞめきでにぎわう高円寺のまちの未来を築いていきたいという思いで活動を続けています。「阿波おどり・ボランティアに興味がある」「高円寺が好き」などといった高校生・大学生の皆さん、ぜひ一緒に活動しませんか？

☎東京高円寺阿波おどり振興協会 ☎3312-2728



interview

東京高円寺
阿波おどり
振興協会 学生部

区からのお知らせ

SUGINAMI INFORMATION

保険・年金

国民年金への切り替え手続きをお忘れなく

国内に住所がある他の公的年金制度に加入していない20～59歳の方には、国民年金への加入・保険料の納付を義務付けています。国民年金の加入種別は3種類に分かれていて、届け出は加入時だけでなく、種別が変わったときにも必要です。

◆国民年金の加入種別

第1号被保険者=自営業・学生・アルバイトなど、**第2号被保険者**・**第3号被保険者**以外の方 ▶ **第2号被保険者**=厚生年金に加入している方 ▶ **第3号被保険者**=第2号被保険者に扶養されている配偶者の方

第2号被保険者が退職すると第1号被保険者となるため届け出が必要で、その方が扶養している配偶者(第3号被保険者)も第1号被保険者への切り替えが必要です。また、第3号被保険者の配偶者(第2号被保険者)が65歳に達したときも、第1号被保険者への切り替えが必要です。

第1号被保険者への切り替え手続きは、国保年金課国民年金係(区役所中棟2階)または区民事務所、杉並年金事務所で行ってください。

☎国保年金課国民年金係、杉並年金事務所 ☎3312-1511

生活・環境

(仮称)下高井戸四丁目第二公園の都市計画に関する説明会の開催

区取得予定地(下高井戸4-17)を都市計画公園として整備するにあたり、都市計画に関する説明会を開催します。

☎8月23日(水) 午後7時～8時 場 高井戸第三小学校(下高井戸4-16-24) 園みどり公園課公園企画係 他 車・自転車での来場不可

無電柱化整備に関するオープンハウスの開催

杉並保健所(荻窪5-20-1)前のバス通りの無電柱

化について、パネル展示を行います。来場者に区職員が直接説明し、質問や意見を伺います。

☎9月8日(金)午後6時～8時、10日(日)午後1時～3時30分 場 桃井第二小学校(荻窪5-10-25) 園土木計画課 他 車での来場不可

狭あい道路拡幅に関する成田東1・2丁目、梅里1丁目、堀ノ内2・3丁目の現地調査・戸別訪問

狭あい道路の拡幅整備を推進するため、成田東1・2丁目、梅里1丁目、堀ノ内2・3丁目の2項道路(※)の現地調査・戸別訪問を実施します。委託事業者の調査員が事業の周知や聞き取り調査等を行います。※建築基準法第42条2項で指定された幅員4m未満の道路。

園狭あい道路整備課狭あい道路整備推進係

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 園☎電話で、9月4日までに杉並区社会福祉協議会ささえあい係 ☎5347-3131 園☎説明会=9月5日(火)午後1時30分～3時30分(ウェルファーム杉並〈天沼3-19-16〉)

重度身体障害者入所施設「マイルドハート高円寺(なでしこ)」「永福南社会福祉ガーデン」の入所希望者

入所者が退所した際に、速やかに新たな入所者が利用できるよう、あらかじめ入所希望者を募集します。入所希望者を登録(6年9月末まで有効)し、入所者が退所した場合は、入所者推薦連絡会を開き、施設に入所希望者として推薦します。

園申込書(障害者施策課障害福祉サービス係〈区役所東棟1階〉、福祉事務所で配布。区ホームページからも取り出せます)を、9月15日(消印有効)までに、同係へ郵送・持参 園募集=障害者施策課障害福祉サービス係 ▶ **入所希望者の推薦**=障害者生活支援課管理係

相談

特別相談「多重債務110番」

☎9月4日(月)・5日(火) ☎電話相談=区消費者センター ☎3398-3121(午前9時～午後4時)、都消費生活総合センター ☎3235-1155(午前9時～午後5時) ▶ 来

所=区消費者センター(天沼3-19-16ウェルファーム杉並内) 園区消費者センター ☎3398-3141 他特別相談以外にも、随時相談を受け付け

その他

全国一斉「こどもの人権相談」強化週間

8月23日～29日は、全国一斉「こどもの人権相談」強化週間です。

☎8月23日(水)～29日(火)午前8時30分～午後7時(土・日曜日は午前10時～午後5時) 園人権擁護委員・法務局職員による電話相談 ☎0120-007-110 園小中学生 園東京法務局人権擁護部第二課 ☎5363-3060、区政相談課

青梅街道の規制標識「普通自転車歩道通行可」の廃止・撤去

区内の青梅街道の歩道に設置している標識は、8月中旬以降に撤去する予定です。撤去後は、次の場合を除き、自転車は車道の左端を走行しましょう。



▲標識図

- ・13歳未満の子ども・70歳以上の方・身体が不自由な方による運転
 - ・通行の安全確保のためやむを得ない(道路工事、駐車車両が連続、交通量が多く道幅が狭い等)
- 園杉並警察署 ☎3314-0110、荻窪警察署 ☎3397-0110

東京都シルバーパス 更新のご案内



東京都シルバーパスをお持ちの方に、東京バス協会から「更新手続きのご案内」が8月中旬に発送されます。

更新手続きは、郵送で行います。詳細は、「更新手続きのご案内」をご確認ください。新たに購入する方は、事前にお問い合わせください。

園東京バス協会 ☎5308-6950。または最寄りのバス会社の営業所・案内所

9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	平日母親学級	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	21日(木)	計測は1歳の誕生日月まで(荻窪保健センターは7カ月になる月まで)。 時間はお問い合わせください。	-	5日(火) 27日(水) 午後1時15分(5日は生後9カ月ごろから)	午前 8日(金) 22日(金) 午後 14日(木)	-	8日(金)	7日(木) 午前9時30分 22日(金) 午後1時30分	13日(水) 午後1時30分
高井戸 (高井戸東3-20-3) ☎3334-4304	4日(月)	時間はお問い合わせください。初産の方優先。	7日(木) 午後1時30分	5日(火) 午後1時30分	午前 4日(月) 25日(月) 午後 1日(金)	15日(金)	7日(木)	5日(火) 午後1時30分	19日(火) 午後1時30分 22日(金) 午前9時30分
高円寺 (高円寺南3-24-15) ☎3311-0116	12日(火)		29日(金) 午後1時30分	13日(水) 午後1時30分	午前 5日(火) 19日(火) 午後 7日(木)	-	19日(火)	14日(木) 午後2時	11日(月) 午前9時30分 27日(水) 午後2時30分
上井草 (上井草3-8-19) ☎3394-1212	27日(水)		28日(木) 午後1時30分	28日(木) 午後1時30分	午前 27日(水) 午後 13日(水)	20日(水)	-	7日(木) 午前9時30分	25日(月) 午後1時30分
和泉 (和泉4-50-6) ☎3313-9331	14日(木)		-	21日(木) 午後1時30分	午前 14日(木) 午後 27日(水)	-	-	21日(木) 午後1時45分	5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地域子育て支援課母子保健係(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 時日時 場場所 内内容 師講師 対対象 定定員 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) 園お問い合わせ 他その他 ㊟Eメールアドレス ㊟ホームページアドレス

ぜひ、ご利用ください!

高齢者の見守りサービス

区では、一人暮らしの高齢者などが安心して在宅生活を継続できるよう、見守りサービスを実施しています。

高齢者緊急通報システム

自宅に通報機を設置し、急病時にペンダント型の救急ボタン(右写真)を押すだけで、派遣員が現場に駆けつけ、利用者に代わり救急車を要請します。また、人の動きを感知し一定時間動きがない場合に自動通報する安心センサーや、煙を感知する火災センサーも設置します。

☑区内在住で65歳以上の高齢者のみの世帯で、常時注意を要する方



▲高齢者緊急通報システム

高齢者安心コール

週1回、定期的に電話での安否確認を行い、健康不安などについての相談にも応じます。また24時間365日、日常生活における健康不安などの電話相談ができます。

☑区内在住で65歳以上の高齢者のみの世帯



▲高齢者安心コール

いずれも

☑圏地域包括支援センター(ケア24)、高齢者在宅支援課高齢者見守り連携係 ☑申し込み方法等の詳細は、区ホームページ参照。所得に応じた費用負担あり

ご寄附ありがとうございました

5・6月(広報すぎなみ6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】森下千義▶匿名および氏名のみ公表分計=6万円

【みどりの基金】みどりの保全=亀田雅樹=10万円▶杉並稲門会=2万8000円▶「わい!わい!わだまつり2023」有志一同=1万9610円▶「成田西ふれあい農業公園」来場者有志=6万8301円▶「みどりのイベント2023」参加者有志=6392円▶さくら野町会/(仮称)荻外荘公園などの整備=ほどほど耐震の会▶山田修司▶和田修▶秋田静男▶桑野芳子▶小島昌義/匿名および氏名のみ公表分計=63万9175円

【NPO支援基金】リペアプラス株式会社=10万円▶杉並音のわConcert=1万5000円▶匿名分計=7万7000円

【次世代育成基金】杉並ワンデーウォークの会有志(内田真澄・李田克子・篠田純子・磯崎多久夫・齋藤博)=12万円▶杉並音のわConcert=1万5000円▶株式会社大場造園▶エフリオ株式会社▶浅原元次郎▶佐藤淳▶石井明雄▶玉木伸雄▶匿名および氏名のみ公表分計=44万円

【日本フィル被災地支援活動寄附】匿名分計=2万8000円

【杉並区応援寄附金】匿名分計=11万円

【新型コロナウイルス感染症対策寄附金】坂本茂▶匿名および氏名のみ公表分計=2万5000円

【動物との豊かな共生社会をめざす寄附金】匿名分計=30万円

富士見ヶ丘駅周辺まちづくりに関する意見交換会の開催

区では、富士見ヶ丘駅周辺における都立高井戸公園や富士見丘小中学校等の整備など、まちづくりの契機となる動きを踏まえ、まちづくり方針の策定に向けた取り組みを進めています。駅周辺のまちづくりに関する現状や課題、区の取り組みについて区職員が説明し、今後のまちづくりについて皆さんと意見交換を行います。

日時 8月30日(水)午後7時~8時30分

場所 ゆうゆう高井戸西館(高井戸西1-17-5)

定員25名(抽選) ☑☑電話で、8月22日までに都市整備部管理課企画調査係。またはLoGoフォーム(右2次元コード)から、8月22日午後5時までに申し込み ☑☑結果は8月28日までに通知。車での来場不可



お忘れなく!

特別区民税・都民税(普通徴収分)第2期分の納期限は8月31日(木)です



金融機関(ATMを含む)・コンビニエンスストア・区民事務所などでの窓口納付のほか、キャッシュレス納付の利用も可能です。

口座振替・Pay-easy・スマートフォン決済アプリ・クレジットカードなどのキャッシュレス納付をぜひご利用ください。

口座振替の方は、8月31日(木)に指定の口座から振り替えます。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。クレジットカード納付は、利用限度額や支払日(口座引落日)に注意してご利用ください。



☑納税課

区内空間放射線量等測定結果

区が実施した、区内の空間放射線量率および区立小中学校・保育園等の給食食材の放射能濃度測定の結果、特に異常はありませんでした。詳細は、区ホームページをご覧ください。

☑☑空間放射線量率の測定=環境課公害対策係▶区立小中学校・保育園等の給食食材の放射能濃度測定=学務課・保育課▶放射能濃度測定の方法=杉並保健所生活衛生課衛生検査係☎3334-6400

※申し込みは、開始日の記載がない場合は「広報すぎなみ」の発行日からとなります。
 ※申込期限に(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。

10月1日から

粗大ごみ処理手数料・ 事業系有料ごみ処理券料金等の改定



▲事業系有料ごみ処理券新券

廃棄物処理手数料について、10月1日(日)から以下のとおり改定します。

粗大ごみ処理手数料・臨時ごみ処理手数料については、9月30日までに申し込みを完了した方で、収集日が10月31日までの場合には現行手数料で取り扱います。

●粗大ごみ処理手数料

家庭から家具等の大きなごみ（おおむね一辺の長さが30cm以上）を出す場合の処理手数料を改定します（要事前予約）。

〈改定例〉

品目例	現行	改定後
布団・スーツケース（キャスターバッグ）・扇風機	400円	変更なし
ミシン（卓上式のもの）・オイルヒーター	800円	900円
シングルベッド・食器洗い乾燥機	1200円	1300円
ダブルベッド・オープンレンジ（ビルトイン型）	2000円	2300円
両袖机・箱物家具（高さ・幅・奥行き合計が405cm以上）	2800円	3200円
区民持込による処理手数料（日曜日のみ。1回5点まで）	400円	変更なし

※1点当たりの手数料。

●臨時ごみ処理手数料

家庭から一度に45ℓの袋で4袋以上のごみを出す場合の処理手数料を改定します（要事前予約）。

〈改定表〉

	現行	改定後
1kg当たり	40円	46円

●事業系有料ごみ処理券

料金改定に伴い、処理券が新しくなります。

新券

区内取扱所（コンビニ・スーパー等）で、10月1日から販売します。

現行券

10月31日まで使用できます。残った券は、以下の受付窓口で現行料金と改定後料金との差額を支払うことで、新券と交換するか、還付を受けることができます（還付の場合は後日指定された銀行口座へ振り込み）▶受付窓口=ごみ減量対策課（区役所西棟7階）・杉並清掃事務所（成田東5-15-20）

〈改定表〉

券種	現行	改定後
10ℓ相当券（1セット10枚）	760円	870円
20ℓ相当券（1セット10枚）	1520円	1740円
45ℓ相当券（1セット10枚）	3420円	3910円
70ℓ相当券（1セット5枚）	2660円	3045円

●事業系一般廃棄物処理手数料

許可業者と事業系一般廃棄物の収集・運搬・処分契約を結ぶときの契約上限額を改定します。

〈改定表〉

	現行	改定後
1kg当たり	40円	46円

区ごみ減量対策課管理係、杉並清掃事務所管理係 ☎3392-7281

8月23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）の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・武力攻撃等）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。

区危機管理対策課・防災課

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



日本フィル出張ロビーコンサート in 久我山

SUGINAMI CITY
& Japan Phil. SINCE 1994

細田工務店は、音楽を楽しむひとときを応援します。

開 9月5日(火)午後6時30分～7時10分 場 久我山会館（久我山3-23-20） 内 編成=弦楽四重奏 定125名（抽選） 申 東京共同電子申請・届出サービス（右2次元コード）から、8月27日までに申し込み 担 文化・交流課文化振興担当



広告

高井戸駅から徒歩9分の好立地で、地域に密着したセレモニー式場。

あいプラン
日本互助会

高井戸ホール 2023年9月OPEN

東京都杉並区
宮前1丁目19-19

お問い合わせは【日本互助会/お客様相談室】
☎0120-050-500

※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。

地域区民センター協議会が企画する催し・講座など

コミュニティー通信

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
☎33301-7723
HP<https://www.igusahome.org/>
おもちゃの病院
時8月26日(土)午後1時30分～3時 師 杉並おもちゃドクターズ・片岡末廣ほか 費実費 他1組1点
井草センターまつり
時9月9日(土)・10日(日)午前10時～午後3時 内模擬店・芸能発表・作品展示・おもちゃの病院(9日のみ)・工作教室(10日のみ)・ビンゴ大会(10日のみ)
健康講座「健康寿命を延ばすためにできること～骨粗鬆症とロコモ」
時9月16日(土)午前10時～11時 師 荻窪病院整形外科・古郡宏行 定40名(抽選) 申往復はがき(8面記入例)に手話通訳を希望の方はその旨も書いて、同協議会。または同協議会ホームページから申し込み/申込期限=8月22日 他長寿応援対象事業
屋敷林のなかで～歳時記と植物を中心に
時9月30日(土)午後1時～3時 師 中瀬幼稚園園長・井口佳子、事務長・井口範英 定30名(抽選) 費100円(保険料) 申往復はがき(8面記入例)に手話通訳を希望の方はその旨も書いて、同協議会。または同協議会ホームページから申し込み/申込期限=9月12日 他長寿応援対象事業

…… 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
☎33301-0815
HP<https://nisiogi-kyogikai.org/>
ポールウォーキングで健康と美しい姿勢を!
時9月11日(月)午前10時～正午 場同センター 師NPO法人杉並さわやかウォーキング理事・鈴木佐代子 定20名(抽選) 費100円(保険料を含む) 申往復はがき(8面記入例)で、同協議会。または同協議会ホームページから申し込み/申込期限=8月28日 他上履き持参。長寿応援対象事業

…… いずれも ……

場荻窪地域区民センター協議会
〒167-0051荻窪2-34-20
☎33398-9127
HP<https://ogikubokyougikai.sakura.ne.jp/>
地域交流会 こみゆに亭カフェ
時9月9日(土)午後3時30分～5時 内歌い語りとお話▶出演=歌手・小田陽子 定30名(抽選) 費200円 申往復はがき(8面記入例)で、同協議会。または同協議会ホームページから申し込み/申込期限=8月27日
大人のワイン講座
時①9月21日(木)②10月5日(木)午後1時

30分～3時30分(計2回) 内①ロゼワイン②オレンジワイン・アンバーワイン 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3000円 申往復はがき(8面記入例)で、同協議会。または同協議会ホームページから申し込み/申込期限=9月10日
関東大震災100年!防災フォーラム
わが家の自然災害の危険性と防災対策を見直してみましょう。
時9月30日(土)午後1時～4時(展示、自己診断は10月1日(日)3時まで) 内師講義「知らない後悔する、自然災害への目線」(「住んでいい町、ダメな町」著者・大木裕子)・「杉並区の地域危険度や防災対策」/展示、自己診断 定講義=50名(抽選) 申講義=往復はがき(8面記入例)で、同協議会。または同協議会ホームページから申し込み/申込期限=9月10日



…… いずれも ……

場荻窪地域区民センター
阿佐谷地域区民センター協議会
〒166-0001阿佐谷北1-1-1
☎5364-9903
HP<https://www.asagaya-kyogikai.org/>
子どもフェスティバルwith科学で遊ぼう
時9月24日(日)午前10時～午後3時30分 場同センター 内日時計作り・デジタル宇宙散歩・紙芝居・吹奏楽・石けんデコパージュ・バルーンアート・工作教室ほか 費一部有料 申一部事前申込制(9月1日から)

場高円寺地域区民センター協議会
〒166-0011梅里1-22-32
☎33317-6614
HP<https://www.koenji-kyogikai.org/>
セッション杉並まつり
時9月9日(土)・10日(日)午前10時～午後3時▶①9日(土)午後1時～3時=講演会「小さな旅のものがたり」(NHKアナウンサー・山本哲也)②10日(日)午後1時～2時45分=ピアノと朗読の集い「小説『津田梅子』～ハドソン河の約束」(出演=善甫菜由、松本ゆみ、山路唯、平賀篤) 場セッション杉並(梅里1-22-32) 内「生命の壁画」展示、鉄道模型運転会、キッズ消防士体験、木工細工、缶バッジほか▶9日=歌声喫茶「ともしび」、グループ発表、苗木de募金ほか▶10日=こども将棋教室、親子で防災、おさがり交換会、おやこ風船あ

そびほか 定①②500名(先着順)
ナタリアさんのウクライナ料理教室
時9月9日(土)午前10時30分～午後1時 場セッション杉並(梅里1-22-32) 師 イェプトウシユク・ナタリア 定16名(抽選) 費500円 申同協議会ホームページから、8月22日までに申し込み
乳児とママのほっこりたいむ“ひだまり保健室”
時9月10日(日)午前10時30分～11時50分 場セッション杉並(梅里1-22-32) 内産後ヨガ 師yumi 定0歳児とその母親 定20組(抽選) 申同協議会ホームページから、8月22日までに申し込み
親子サルベージパーティ
時9月10日(日)午前10時30分～午後1時 場セッション杉並(梅里1-22-32) 師 フードサルベージ代表・平井巧 定お子さんとその保護者 定8組(抽選) 申同協議会ホームページから、8月22日までに申し込み
親子で数楽
時9月24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) 師 青山学院大学理工学部准教授・松田能文 定お子さんとその保護者 定各10組(抽選) 費各1組100円 申往復はがき(8面記入例)で、同協議会。または同協議会ホームページから申し込み/申込期限=9月6日

場高井戸地域区民センター協議会
〒168-0072高井戸東3-7-5
☎33331-7980
HP<http://takaido-kyogikai.sakura.ne.jp/>
本のリサイクルにご協力ください
時9月1日(金)～10月7日(土)午前9時～午後9時 場同センター図書室 内不要になった本(汚破損本、辞典、CD・DVD・カセットなどの視聴覚資料を除く)の回収



場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://fukuizu.org/>
杉並清掃工場と東京ごみ戦争歴史みらい館の見学会
時9月11日(月)午後1時30分～3時30分 場杉並清掃工場(高井戸東3-7-6) 定40名(抽選) 申往復はがき(8面記入例)で、同協議会。または同協議会ホームページから申し込み/申込期限=9月4日 他長寿応援対象事業
和泉地域の今昔「その2」
時9月24日(日)午後1時～3時 場同センター 師郷土ボランティア・梅田清永 定40名(抽選) 申往復はがき(8面記入例)で、同協議会。または同協議会ホームページから申し込み/申込期限=9月11日 他長寿応援対象事業
みんなで楽しくポッチャ体験
時9月30日(土)午後2時～4時 場下高井戸区民集会所(下高井戸3-26-1) 師すぎポッチャクラブ 定小学生以上の方(介助が必要な方は介助者同伴) 定30名(抽選) 申往復はがき(8面記入例)で、同協議会。または同協議会ホームページから申し込み/申込期限=9月11日 他手話通訳あり。長寿応援対象事業



場下高井戸区民集会所まつり出店者募集
時下高井戸区民集会所まつり=10月9日(祝)午前10時～午後3時 場下高井戸区民集会所(下高井戸3-26-1) 内物品・個包装済み食品の販売 内同集会所を利用しているグループ、周辺地域在住の方(業者を除く) 申往復はがき(8面記入例)に団体・グループ名、出店内容、参加人数、必要備品数(机・椅子など)も書いて、同協議会。または普通はがき(63円)持参で直接、同協議会/申込期限=8月28日 他応募多数の場合は抽選。後日、参加者説明会を実施

区民が創る情報サイト すぎなみ学倶楽部



◎東京高円寺阿波おどり振興協会

8月26日(土)・27日(日)に「東京高円寺阿波おどり」の屋外演舞を4年ぶりに開催します。祭りの発祥は、昭和32年に商店街の記念行事で38名が踊った「高円寺ばか踊り」。コロナ禍を乗り越え、国や性別も多彩な踊り手が高円寺の熱い夏を盛り上げます。

詳しくは

すぎなみ学 阿波おどり

または



場産業振興センター観光係☎5347-9184



1万人が踊り、100万人が熱狂する夏の風物詩

※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

シニアのための就業・起業・地域活動個別相談

9月2日(土)午前9時～午後5時 場 ゆうゆう高円寺南館(高円寺南4-44-11) 師 相談員・久野哲、小川裕子 対 区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方 申 電話・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

広島平和学習中学生派遣事業「成果報告会」

9月3日(日)午後2時～4時30分 場 座・高円寺(高円寺北2-1-2) 内 事業報告、グループ発表 定 100名(先着順) 問 区民生活部管理課平和事業担当

保育士との交流会

現役の保育士から、仕事内容や魅力を直接聞くことができます。 9月25日(月)午前11時～午後0時40分 場 玉成保育専門学校(松庵1-9-33) 定 100名(申込順) 申 Eメール(記入例)で、9月15日までに保育課保育施設給付係 ☎hoiku-unei@city.suginami.lg.jp 問 同係

講演・講座①

管理栄養士による栄養・健康ミニ講座 9月7日(木)=高血圧の予防は、まず減塩から(高井戸保健センター〈高井戸東3-20-3〉) ②8日(金)=血液中の中性脂肪、コレステロールを減らそう(荻窪保健センター〈荻窪5-20-1〉) ③19日(火)=気になる血糖値改善の食事対策(高円寺保健センター〈高円寺南3-24-15〉) / いずれも午前10時～10時45分 対 区内在住・在勤・在学の方 申 電話で、①高井戸保健センター ☎3334-4304 ②荻窪保健センター

☎3391-0015 ③高円寺保健センター ☎3311-0116

健康講座「リラックス ヨガ」

9月10日(日)午後2時～3時 場 宮前図書館 師 全米全英ヨガアライアンス認定講師・織笠和美 対 12歳以上の方 定 20名(申込順) 申 電話または直接、8月21日から宮前図書館(宮前5-5-27 ☎3333-5166)

コグニサイズ「脳トレ健康体操」

9月13日～10月25日の水曜日、午前10時～11時20分(10月4日を除く。計6回) 場 高齢者活動支援センター 対 区内在住の60歳以上で支障なく歩ける方 定 20名(抽選) 費 2400円 申 往復はがき(記入例)で、8月22日までに高齢者活動支援センター(〒168-0072 高井戸東3-7-5) 問 同センター ☎3331-7841 他 結果は8月23日以降に通知

動物愛護週間講演会

動物と共生していくためには

9月20日～26日は動物愛護週間です。 9月19日(火)①午前10時～正午②午後2時～4時 場 セシオン杉並(梅里1-22-32) 内 ①犬の飼い方②ペットに関する近隣トラブル 師 ①杉並どうぶつ相談員・朝井直美、古川圭紀②高木國雄法律事務所弁護士・浅野明子 対 区内在住の方 定 各140名(申込順) 申 電話で、杉並保健所生活衛生課 ☎3391-1991。または東京共同電子申請・届出サービス(区ホームページ同講座案内にリンクあり)から申し込み / 申込期限=9月14日

子どもの心を育てるコーチング

9月21日(木)、10月5日(木)午前9時30分～11時30分(計2回) 場 杉並子ども家庭支援センター(阿佐谷南1-14-8) 師 生涯学習開発財団認定コーチ・高野まゆみ 対 区内在住で小学1～4年生の保護者 定 12名(申込順) 申 電話で、杉並子ども家庭支援センター ☎5929-

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・年齢・性別も記入。

- 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

1901(午前9時～午後5時〈日曜日・祝日を除く〉) 他 子どもの同席不可

健康に!美しく!誰でも気軽に体づくり教室

9月21日(木)午前10時～正午 場 セシオン杉並(梅里1-22-32) 師 健康運動指導士・松浦美香子 対 区内在住・在勤の40～74歳で医師から運動制限を受けていない方 定 50名(申込順) 申 電話で、9月20日までに高円寺保健センター健康づくり担当 ☎3311-0116

みどりの講座「秋に飾るハンギングバスケットづくり」

9月24日(日)午前10時～正午 場 桃井原っぱ公園(桃井3-8-1) 師 一級造園施工管理技士・吉野華恵 対 区内在住・在勤・在学中 中学生以上の方 定 20名(抽選) 費 1500円 申 往復はがき・Eメール(記入例)で、8月31日までにみどり公園課みどりの協働係 ☎midori-k@city.suginami.lg.jp 問 同係



野菜を育てて、おいしく食べよう「体験 こまつなベランダ菜園」

9月24日(日)午後1時～2時・2時30分～3時30分(雨天中止) 場 読書の森公園(荻窪3-39-16) 内 こまつなの種まきの実習、野菜クイズ 師 坂井園芸・坂井清人、杉並保健所管理栄養士 対 区内在住・在学中で5歳～小学生とその保護者 定 各15組(申込順) 申 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 園 杉並保健所健康推進課健康推進係 ☎3391-1355 他 軍手・空のペットボトル(500ml程度)持参。プランターは持ち帰り

女性と若者のための創業セミナー

10月7日～28日の毎週土曜日、午前9時30分～午後0時30分(28日は1時ま

で。計4回) 場 産業振興センター(上荻1-2-1Daiwa荻窪タワー2階) 師 キャリア・ママ代表取締役 堤香苗、ブレイクポイント代表取締役・若山泰親、ノーブルウェブ代表取締役・松原伸禎 対 区内で創業を目指す女性ほか 定 20名(申込順) 申 電話で、産業振興センター就労・経営支援係 ☎5347-9077。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 他 1歳～就学前の託児あり(定員あり〈申込順〉。9月22日までに同係)。電卓持参

家族介護教室

◆笑顔で楽しく脳の機能をアップ「シナプソロジー」

8月29日(火)午後1時30分～3時 場 ゆうゆう下井草館(下井草3-13-9) 師 シナプソロジーアドバンスインストラクター・兵庫さとみ 対 区内在住・在勤の方ほか 定 20名(申込順) 申 電話で、ケア24下井草 ☎5303-5341

◆訪問医から学ぶACP「自分の望む人生の最期を迎えるために」

9月1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 杉並PARK在宅クリニック・田中公孝 対 区内在住・在勤の方ほか 定 25名(申込順) 申 電話で、ケア24善福寺 ☎5311-1024

◆家族が若年性認知症になった時～家族の苦悩、葛藤や乗り越え方のヒント

9月8日(金)午後1時30分～3時 場 杉並区医師会館(阿佐谷南3-48-8) 師 若年認知症家族会陽だまりの輪会長・三川一夫 対 区内在住・在勤の方ほか 定 30名(申込順) 申 電話で、ケア24荻窪 ☎3391-0888

休日パパママ学級・休日母親学級

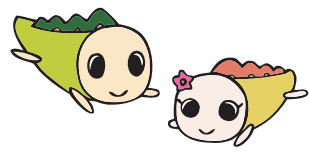
◆休日パパママ学級 10月1日(日)・8日(日)・14日(出) ▶ 午前=9時30分～正午 ▶ 午後=1時30分～4時(14日は午後のみ) 内 お産の流れ、産後の心の変化、抱っこ・おむつ替え・もく浴の仕方ほか 対 区内在住の初産で実施日時点妊娠24週～36週6日のカップル 定 各24組

◆休日母親学級 10月14日(土)午前9時30分～正午 内 妊娠中の過ごし方、お産の流れ、母乳・産後の話ほか 対 区内在住で初産の方 定 40名

…… いずれも …… 場 子ども・子育てプラザ成田西(成田西3-10-38) 師 助産師ほか 申 ポピンスプロフェッショナルHP https://poppins-education.jp/parentsclass_suginami/から、9月5日までに申し込み 園 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9月14日までに通知。応募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

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)	1964年東京オリンピックの思い出話 ★	8月31日(木)午前10時～11時30分 定 15名(申込順) 費 500円 他 オンラインでも実施
方南館(方南1-51-7 ☎3324-1171)	簡単に美しく描ける「パステルアートさろん」★	9月6日(水)午前10時～11時30分 定 10名(申込順) 費 600円
下高井戸館(下高井戸4-19-6 ☎3302-2161)	「やさしいチューブ体操」こまる前からの体力維持 ★	9月7日(木)午前10時～11時30分 師 齊藤なみ系 定 20名(申込順)
上高井戸館(高井戸東2-6-17 ☎3306-0441)	人生二度目の義務教育 これからの暮らし方を考えませんか	9月28日～6年2月29日の最終木曜日、午後2時～3時30分(12月28日を除く) 師 福祉事業関係者 定 各15名(申込順) 費 各100円
桃井館(桃井1-35-2 ☎3399-5025)	「ダーツで遊ぼう」初心者体験参加も歓迎です ★	毎週水曜日、午後5時10分～6時30分 定 各12名(申込順) 費 各300円
和田館(和田1-41-10 ☎3384-3751)	ヨガ・ピラティス ★	毎週木曜日、午後7時～8時 ▶ 第1・4週=ピラティス ▶ 第2・3週=ヨガ 師 深澤千登勢、松村暁 定 各10名(申込順) 費 各1000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。★は長寿応援対象事業。

凡例 時日時 場場所 内内容 師講師 対対象 定定員 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) 問問い合わせ 他その他 ☎Eメールアドレス HPホームページアドレス

就労支援センター

◆就労支援センターの上手な活用法に関する説明会

☎9月2日(土)午前10時～11時 ☎求職中の方 定18名(申込順) 他当日参加可。オンラインでも実施

◆労働法の基礎 再就職にあたって最低限確認しておくべき労働条件について

☎9月7日(木)午後1時～3時 社会保険労務士・市川恵 ☎54歳以下で求職中の方 定18名(申込順)

◆求職者のためのパソコンセミナー

①エクセル基礎②ワード基礎

☎①9月11日(月)②25日(月)午前10時～午後3時 師PC専任講師・日坂元娘、森下みどり ☎54歳以下で求職中の方 定各14名(申込順)

◆ハローワーク職員が解説する「求人票の見方」

☎9月13日(水)午前10時～11時30分 ☎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

区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係

◆男女平等推進センター啓発講座「夫婦って我慢やケンカが当たり前!？」

☎9月23日(祝)午前10時～正午

場 産業商工会館 (阿佐谷南3-2-19) ☎パートナラーの愚痴・不満との向き合い方 師親業シニアインストラクター・内田智代(上写真)、公認心理師・小林美和子 ☎区内在住・在勤・在学で子育て中の方 定40名(申込順) 他企画・運営=ゴードン・メソッド「親業」@すぎなみ



◆男女平等推進センター啓発講座「賢い子を育てるパパの育休」

☎9月24日(日)午前10時～正午

場 高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) ☎パパが育休を取る大きな意義 師東京大学名誉教授・汐見稔幸(上写真) ☎区



内在住・在勤・在学で妊娠・子育て中の方、区内事業者ほか 定25名(申込順) 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 ……

申電話・Eメール(8面記入例)に在住・在勤・在学の旨も書いて、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 他生後7カ月～就学前の託児あり(定員あり(申込順)。9月13日までに同係)

杉並障害者福祉会館

◆料理教室「コスパと味で勝負!もやしのチンジャオロースとしょうがご飯」

☎10月8日(日)午前11時～午後1時 師幸田真理 ☎区内在住・在勤・在学で障害のある方とその介助者 定12名(抽選) 費600円 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氏名、手話通訳を希望の方はその旨も書いて、9月15日までに同会館運営協議会事務局

◆大人のための一日リトミック教室

☎10月22日(日)午前10時30分～正午 師音楽療法士・小方久美子、及川飛鳥 ☎区内在住・在勤で障害のある方とその介助者 定15名(抽選) 申往復はがき(8面記入例)に障害の状況、在勤の方は勤務先、介助者も参加の場合は介助者氏名、手話通訳を希望の方はその旨も書いて、10月2日までに同会館運営協議会事務局

………… いずれも ……

場 杉並障害者福祉会館(〒168-0072 高井戸東4-10-5☎3332-6121)

高齢者施策課いきがい活動支援係

◆スマートフォン定期相談会

☎9月4日(月)午前10時～午後1時・2時～5時 師スマートフォン専用アドバイザー ☎都内在住で60歳以上の方 場 東京都スマートフォン普及啓発事業事務局☎050-5536-6049(月～金曜日午前9時～午後5時)、同係

◆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」

☎9月12日(火)・23日(祝)午後1時30分～

4時25分 ☎区内在住で60歳以上の方 定各10名(申込順) 申電話で、同係 他1人30分程度

◆杉の樹大学「スマートフォン講座」

☎①9月20日(水)=体験講座②27日(水)=基礎講座/いずれも午後1時30分～4時 ☎区内在住で60歳以上の方 定各20名(抽選) 申往復はがき(8面記入例)で、①9月7日②14日までに同係 場同係 他貸出機(主にらくらくスマートフォン)を使用

………… いずれも ……

場 高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5)

荻窪保健センター

◆栄養満点サロン

管理栄養士・栄養士が健康的な食生活のヒントと簡単にできる料理を紹介します。

場 定下表のとおり 費各200円 申電話で、8月31日までに荻窪保健センター

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)	9月5日(火)午前10時～11時30分 定14名 他上履き持参
和泉保健センター(和泉4-50-6)	9月8日(金)午前10時～11時30分 定10名
井草地域区民センター(下井草5-7-22)	9月12日(火)午後1時30分～3時 定13名
ゆうゆう永福館(永福2-4-9)	9月15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	9月25日(月)午後1時30分～3時 定12名
高井戸保健センター(高井戸東3-20-3)	9月26日(火)午前10時～11時30分 定8名

◆介護予防・フレイル予防のための65歳からの身体能力測定会

☎9月5日(火)▶受け付け=午後2時～2時40分 場 セッション杉並(梅里1-22-32) ☎基本チェックリスト、身体能力測定(身長・筋肉量・握力・5m通常歩行)、フレイルチェック

◆らくらく歩行筋トレ教室

～効率的な下肢の筋トレを学ぼう

☎①9月7日(木)午前9時30分～10時30分②21日(木)11時10分～午後0時10分 場①荻窪体育館(荻窪3-47-2)②大宮前体育館(南荻窪2-1-1) 師コナミス

ポーツ健康運動指導士 定①60名②80名(いずれも先着順) 他上履き・靴袋持参

◆足腰げんき教室

場 定下表のとおり 師健康運動指導士 申はがき(8面記入例)に番号・希望会場(1カ所)も書いて、8月31日までに荻窪保健センター足腰げんき教室担当

番号	会場	日時(計4回)・定員(抽選)
13	JA東京中央城西支店(成田東5-18-7)	10月5日～26日の毎週木曜日、午後1時30分～3時30分 定15名
14	コーシャハイム方南町GC(和泉4-44-1)	10月4日～25日の毎週水曜日、午前9時30分～11時30分 定12名 他上履き持参
15	高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5)	10月4日(水)午後1時30分～3時30分、13日(金)・20日(金)・27日(金)午前9時30分～11時30分 定15名

………… いずれも ……

☎区内在住の65歳以上で当日に介助の必要がない方 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

高井戸保健センター

◆楽しく学ぶ発声と呼吸法

～美声と免疫力アップをめざして

☎9月8日(金)午後2時～4時 師日本発声医学協会代表理事・野口千代子 ☎区内在住・在勤の方 定75名(申込順) 申電話で、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

◆続けたくなる!ウォーキング講座

楽しく歩いてずっと元気に

☎9月13日(水)午後2時～4時 師Cowalking代表取締役・篠田洋江(右写真) ☎区内在住・在勤で70歳以下の方 定30名(申込順) 申電話で、高井戸保健センター



………… いずれも ……

場 高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) 場 高井戸保健センター☎3334-4304

今年で24回目を迎えます

杉並区中学校対抗駅伝大会 2023 協賛のお願い

杉並区中学校対抗駅伝大会2023実行委員会では、大会を応援する協賛者を募集します。

☎下表のとおり 申 申込書(スポーツ振興課〈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、杉並区中学校対抗駅伝大会2023実行委員会事務局(同課内☎5307-0693☎sp-sinkoka@city.suginami.lg.jp)へ郵送・ファクス・Eメール 場 同事務局☎5307-0765

協賛内容	金額	申込期限
プログラム広告	2～10万円	10月13日
スタッフ軍手広告	5万円	
スタッフジャンパー広告	7万円	
選手参加賞広告	10万円	
選手ナンバーカード広告	20万円	
運営協賛金	1万円(1口)	11月2日

身近な地域で保育の仕事をしてみませんか

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。予約不要・入退場自由で、担当者と同僚ブースで自由に相談・面接ができるほか、保育の仕事に関する総合相談コーナーもあります。

☎9月3日(日)午後1時～4時 場 区役所第4会議室(中棟6階) 場 産業振興センター就労・経営支援係☎5347-9077▶当日の求人=ハローワーク新宿事業所第二部門☎3200-8609(部門コード34#) 場 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))。電話で、8月25日までに中野区産業振興課産業係☎3228-5518)

※申し込みは、開始日の記載がない場合は「広報すぎなみ」の発行日からとなります。
 ※申込期限に(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。

8月15日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは

mottECO で食べ残しをなくそう!

mottECOとは、飲食店で食べ残したものを、持ち帰ることで食品ロスを減らす取り組み。今回は、杉並区が複数の企業と協力して進めているmottECOの概要、そしてその普及啓発を目指して行われたイベントの様をお伝えします。



● 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時から毎日放送)



図広報課

講演・講座②

環境活動推進センター

◆石けん作り体験

図9月1日(金)午前10時30分～正午 場同センター 図区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 定10名(申込順) 申電話・Eメール(8面記入例)で、8月25日までに同センター 他軍手・エプロン持参

◆フリーマーケット in 高井戸

(出店者募集)

図9月10日(日)午前10時～11時30分 場同センター 図区内在住・在勤の方(業者を除く) 定募集区画=8区画(抽選) 申往復はがき(8面記入例)で、8月28日までに同センター 他車での搬出入・来場不可。当選権利譲渡不可 出品物=衣類・子ども用品・アクセサリ・雑貨

◆善福寺川感謝祭～善福寺川クリーンアップ作戦!(下流)

図9月23日(祝)午前9時30分～11時30分(雨天中止) 場①善福寺川宮木橋～堀之内橋川沿いの歩道とその周辺コース ②善福寺川下流コース▶集合・解散=済美公園(堀ノ内1-27-40) 図東京都環境学習リーダー・境原達也、環境カウンセラー・浅岡八枝子ほか 図区内在住・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19日までに同センター 他タオル・軍手またはゴム手袋、お持ちの方はトング、②は川に入るためウォーターシューズまたは汚れてもいい運動靴(サンダル不可)・着替え持参

..... いずれも

図環境活動推進センター(〒168-0072 高井戸東3-7-4 ☎5336-7352 ☒kouza@ecosuginet.jp <水曜日を除く>)

スポーツ

競技大会

区民体育祭

◆弓道(中学生)

図9月3日(日)午前9時～午後5時 場TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 図種目=団体・個人の部 図区内在住・在学の中高校生 費高校生

500円。中学生350円 申往復はがき・Eメール(8面記入例)で、8月22日までに区弓道連盟・発知康(〒167-0031本天沼3-24-9 ☒sugi739do@gmail.com) 図発知☎3396-2583 他高校生は弓道衣着用

◆ライフル射撃

図①9月17日(日)②24日(日)午前9時～午後4時 場①伊勢原射撃場(神奈川県伊勢原市)②中央区立総合スポーツセンター(日本橋浜町2-59-1浜町公園内) 図費種目=SB=50m3×20・50mP60=1000円▶AR=10mS60・AP60=各500円▶BR・BP(貸し出し銃あり)=BR=10mS60・10mF40・BP60=各300円 図区内在住・在勤・在学の方ほか 申参加費を、8月31日までにゆうちょ銀行「00160-4-664106杉並区ライフル射撃協会推薦」へ振り込み(通信欄に参加種目を記入) 図同協会・松永☎090-1849-6424(午前10時～午後6時)

◆太極拳交流大会

図10月7日(土)午前9時30分～午後0時30分 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 図区内在住・在勤・在学の方 定150名(申込順) 申ファクス・Eメール(8面記入例)で、9月25日までに区太極拳連盟・下川☒3391-3515 ☒yawaragiwushu@gmail.com 図下川☎3391-3515 他上履き持参。当日参加可

◆卓球

図10月8日(日)午前9時 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 図種目=男女別シングルス=小学生・中学生・一般・40歳代・50歳代・60歳代・70歳以上 図区内在住・在勤・在学の方、区卓球連盟登録者 費1種目1000円。未登録者1500円。高校生以下500円をゆうちょ銀行「00160-8-694963杉並区卓球連盟」へ振り込み 申申込書(区体育施設で配布)を、9月7日～17日に同連盟・三浦弘子(〒168-0065浜田山2-11-9)へ郵送 図同連盟・倉持☎3390-8845

◆バドミントン(一般の部)

図①10月8日(日)②22日(日)午前9時 場大宮前体育館(南荻窪2-1-1) 図種目=①単=男子1・2部、女子1・2部▶複=女子シニア45歳以上1・2部▶女子合

計年齢165歳以上トリプルス1・2部②複=男子1～3部、女子1・2部 図区内在住・在勤・在学の方 費単1000円。複1組2000円。トリプルス1組2400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)に振替受領証の写しを添えて、①9月20日②10月2日までに同連盟①秋山昭子(〒168-0082久我山5-12-1)②深津芳久(〒166-0003高円寺南2-20-5)へ郵送 図同連盟①秋山☎5370-8122②深津☎090-3331-5572

スポーツ教室

バドミントン体験教室

図9月3日(日)午前10時30分～正午 場高円寺学園(高円寺北1-4-11) 図同学園部活動指導員・関本祥子 定20名(申込順) 申Eメールに氏名・電話番号・年齢を書いて、8月25日までにスポーツ&ワークス☒toiawase@sports-works.net 図同社☎3566-0288(月～金曜日午前9時～午後6時) 他上履き・お持ちの方はラケット持参

杉並第十小学校温水プール

◆水曜アクアサイズ

①ベーシック②シェイプアップ

図①9月14日(木)、10月12日(木)②9月28日(木)、10月26日(木)午前10時～10時55分 図日本アクアサイズ協会 図区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各20名(申込順) 費各500円 申電話で、各実施日7日前の午前10時から同プール

◆ワンポイントレッスン 1人5分間のマンツーマン指導

図9月17日～11月19日の第1・3日曜日、午前10時～10時55分 図高見沢美恵子、飛田慶子 図区内在住・在勤・在学の方(小学3年生以下は水着着用の保護者同伴) 定各8名(先着順) 費入場料

◆泳力アップコース①初級②中級コース

図①9月17日、10月1日、11月5日②10月15日、11月19日/いずれも日曜日、午前11時～11時55分 図①クロール・平泳ぎ②全泳法 図①飛田慶子②高見沢美恵子 図区内在住・在勤・在学の15歳以上で①泳法によらず25m②クロール・平泳ぎのいずれも25m程度泳げる方(中学生を除く) 定各8名(申込順) 費入場料 申電話で、各実施日7日前の午前10時から同プール

..... いずれも

場 図杉並第十小学校温水プール(和田3-55-49 ☎3318-8763) 他車での来場不可

TAC杉並区上井草スポーツセンター

◆放課後エンジョイフットボール

図9月7日(木)・14日(木)①午後4時20分～5時20分②5時30分～6時45分 図区内在住・在勤(保護者)・在学の小学①1～3年生②3～6年生 定各30名(申込順) 費各570円

◆スマイルサッカー教室

障害の有無に関係なく誰でも一緒に楽しめるサッカー教室です。 図9月28日(木)午後5時30分～6時40分 図区内在住・在勤(保護者)・在学の小学生、走ることができる障害児 定30名(申込順) 費690円

..... いずれも

場 図TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1 ☎3390-5707)

図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で、8月22日午前9時から申し込み

荻窪体育館

◆脳トレ体操①イス②エクササイズ

図10月2日～12月11日の月曜日①午前11時～11時50分②正午～午後0時50分(祝日を除く。各計10回) 図斎藤なみゑ 図区内在住・在勤で50歳以上の方 定各16名(抽選) 費各8000円

◆ピラティスナイト

図10月2日～12月11日の月曜日、午後6時45分～7時45分・7時50分～8時50分(祝日を除く。各計10回) 図小澤純子 図区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各16名(抽選) 費各8000円

◆タイ式ヨガ ルーシーダットン

図10月3日～12月12日の毎週火曜日、午前9時30分～10時20分・10時30分～11時20分・11時30分～午後0時20分(各計11回) 図亜紀 図区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各16名(抽選) 費各8800円

◆バレエ教室①入門②初級③中級

図10月5日～12月14日の木曜日①午前9時～10時20分②10時30分～11時50分③正午～午後1時20分(祝日を除く。各計10回) 図川村智由美 図区内在住・在勤・在学の15歳以上の女性で①入門者②入門経験者で初級者③入門・初級経験者で中級者(いずれも中学生を除く) 定各14名(抽選) 費各1万2500円

◆①③ベーシックヨガ②アクティブヨガ

図10月6日～12月15日の金曜日①午前9時30分～10時20分②10時30分～11時20分③11時30分～午後0時20分(祝日を除く。各計10回) 図梅田可織 図区内在住・在勤・在学の15歳以上で①③初心者ほか②ヨガ経験が1年以上ある方(いずれも中学生を除く) 定各16名(抽選) 費各8000円

◆転倒予防イス体操

図10月6日～12月15日の金曜日、午後1時30分～2時30分(10月20日、祝日を除く。計9回) 図松浦美香子 図区内在住・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20名(抽選) 費7200円

◆体幹エクササイズ

図10月11日～12月13日の水曜日、午後6時～6時50分・7時～7時50分・8時～8時50分(第3水曜日を除く。各計8回) 図佐々木達也 図区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各15名(抽選) 費各6400円

◆土曜の朝活ヨガ①スリミング②リラックス③スローフロー

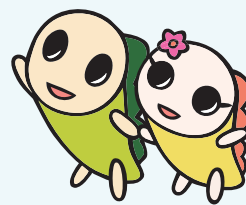
図10月14日～12月16日の土曜日①午前9時30分～10時20分②10時30分～11時20分③11時30分～午後0時20分(10月21日を除く。各計9回) 図Yumi 図区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各16名(抽選) 費各7200円

..... いずれも

場 図荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2 ☎3220-3381) 申往復はがき(8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/ 申込期限=8月28日

地域活動の一步を、ここから

すぎなみ地域大学10~12月開講！ 講座受講生を募集します



すぎなみ地域大学は、地域活動に必要なスキルを身に付けるための学びの場です。

—— 問い合わせは、地域課すぎなみ地域大学担当 ☎3312-2381へ。

〈開講講座一覧〉

講座名	日時・場所・講師・対象・定員(抽選)・費用	申込期限
地域活動基礎コース		
チャレンジボランティア特別企画 地域活動はじめてみたら…楽しかった!	時10月28日(土)午後2時~4時30分 師元荻窪地域区民センター協議会会長・檜枝光太郎 定25名	10月5日
まちを知る!大人の自由研究	時11月2日~12月14日の木曜日、午後2時~4時30分(祝日、12月7日を除く。計5回) 定12名	10月10日
地域活動実践コース		
日本人英語指導助手(JTE)養成講座	時10月11日(水)・19日(木)・31日(火)、11月8日(水)・14日(火)・17日(金)・21日(火)、12月1日(金)午前9時30分~午後0時30分(12月1日は1時まで。計8回) 対区内在住・在勤・在学で英検2級またはTOEIC600点程度の語学力がありパソコンを持っている方 定24名 費4000円	9月19日
杉並どうぶつ相談員講座	時10月16日~12月4日の毎週月曜日、午後2時~4時(12月4日は4時45分まで。計8回) 場区役所分庁舎ほか 対区内在住の方 定18名	9月24日
知的障害者ガイドヘルパー講座	時10月21日(土)午前9時~午後5時45分、22日(日)午前9時~午後5時、12月17日(日)午前9時30分~正午(計3回(実習を除く)) 場区役所分庁舎ほか 対区内在住・在勤・在学で知的障害者の移動支援事業従事者資格(介護福祉士等)を持っていない方 定20名 費3500円 他実習日は未定	9月29日
みどりのボランティア講座	時10月27日(金)、11月10日(金)・24日(金)、12月15日(金)、6年1月12日(金)、2月2日(金)午後1時30分~4時30分(計6回) 場区役所分庁舎ほか 定18名	10月5日
救急協力員講座	時①11月7日(火)午後1時30分~4時45分②15日(水)午前9時15分~午後0時30分③12月13日(水)午前9時15分~午後0時30分 場①②区役所分庁舎③杉並保健所(荻窪5-20-1) 対区内在住・在勤・在学で救命技能認定証を持っていない16歳以上の方 定①②各16名③20名 費各500円	①10月16日②23日 ③11月21日
福祉車両運転協力員講座	時11月12日(日)・19日(日)・26日(日)午前9時30分~午後4時50分(26日は5時50分まで。計3回) 場区役所分庁舎ほか 定18名 費3000円	10月19日
救急協力員上級講座	時11月14日(火)午前9時15分~午後5時30分 対区内在住・在勤・在学で上級救命技能認定証や応急手当普及員認定証を持っていない16歳以上の方 定16名 費1000円	10月23日
ゲートキーパー養成講座	時12月6日(水)午前10時~正午 場杉並保健所(荻窪5-20-1) 定30名	11月14日

※場の記載がないものは、区役所分庁舎(成田東4-36-13)。対の記載がないものは、区内在住・在勤・在学の方。

申し込み方法

はがき・ファクス・Eメール(8面記入例)に受講動機と修了後の活動目標、在勤・在学の場合は勤務先・学校名も書いて、地域課すぎなみ地域大学担当(〒166-0015成田東4-36-13 ☎3312-2387 ✉tiikidaigaku-t@city.suginami.lg.jp)。またはすぎなみ地域大学ホームページ(右二次元コード)から申し込み 他詳細は、募集案内(駅の広報スタンド・区役所・区民事務所・図書館等で配布)参照



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
HONANエイサー&ミュージックフェス 8月26日(土)午前11時~午後9時/東京メトロ丸ノ内線方南町駅東口ほか/場方南銀座商店街振興組合 ☎3311-7143
「はたらく消防の写生会」作品の展示会 9月1日(金)~3日(日)午前9時30分~午後4時30分/セシオン杉並/小学生が描いた消防隊員や消防車両などの写生画(入賞作品)の展示/場杉並消防署予防課防火管理係 ☎3393-0119
杉並オペラシリーズ「魔笛」公演 9月3日(日)午後5時30分~8時/セシオン杉並/出演=高山美佳(指揮)ほか/中学生以上の方/460名(申込順)/5000円/場電話・Eメール(8面記入例)で、美しい日本の歌の会・青木 ☎090-8510-1281 ✉mococapera@icloud.com/区民100名を招待(申込順)=往復はがき(8面記入例)で、8月31日までに同会・

田中(〒350-1124川越市新宿町2-13-4)
杉並区交通安全のつどい 9月6日(水)午後2時~4時/杉並公会堂/交通安全講話ほか/場杉並警察署交通課 ☎3314-0110
東京都空き家フォーラム in 杉並 9月10日(日)①午前10時~午後4時=相談会②午前10時30分~11時30分=人気弁護士・角田智美が教える!トラブル事例に学ぶ!失敗しない実家の相続対策/ワイルド会議室・荻窪(上荻1丁目)/空き家所有者、将来空き家となる恐れのある建物の所有者ほか/②30名(申込順)/場申込書(区ホームページ同催し案内から取り出せます)を、ネクスト・アイズへファクス ☎5574-0921。または電話で同社 ☎0120-406-212(午前10時~午後6時(水曜日を除く))/当日参加可。後日オンラインでも実施
杉並写水会写真展 9月15日(金)~21日(木)午前10時~午後6時(15日は正午から。21日は4時まで)/セシオン杉並/場杉並写水会・二本柳 ☎5938-5212
講演・講座
認知症サポーターステップアップ講座 8月29日(火)午後2時~3時30分/ゆうゆう

上荻窪館/荻窪病院認知症看護認定看護師・子々津久美/区内在住・在勤の認知症サポーター/15名(申込順)/場電話で、ケア24上荻 ☎5303-6851
認知症サポーター養成講座 ①8月30日(水)午前10時~11時30分②31日(木)午後1時~2時30分/①ゆうゆう永福館②天狗湯(西荻南1丁目)/キャラバン・メイト/区内在住・在勤の方/①15名②10名(いずれも申込順)/場電話で、①ケア24永福 ☎5355-5124②ケア24西荻 ☎3333-4668/認知症サポーターの証「オレンジリング」を差し上げます
歴史講演会「郷土史研究における民俗学研究」 9月16日(土)午後1時30分~3時30分/阿佐谷地域区民センター/元郷土博物館学芸員/80名(先着順)/500円/場杉並郷土史会・幸田 ☎090-2436-1962
高千穂大学授業公開 ①9月25日~6年1月15日の月曜日②9月26日~12月19日の火曜日、午前10時40分~午後0時10分(10月23日、11月6日・7日、12月25日、祝日を除く)/同大学(大宮2丁目)/①経営学特別講義B②総合科目(秋)/同大学経営学部①教授・小林康一ほか

②准教授・山里盛文ほか/区内在住・在勤・在学で18歳以上の方/各100名(申込順)/場往復はがき(8面記入例)に職業も書いて、①6年1月12日②12月18日までに同大学①経営学特別講義係②総合科目係(〒168-8508大宮2-19-1)/場同大学学務部教務課 ☎3313-0146
その他
税金なんでも相談会 8月31日(木)午後5時~8時、9月7日(水)午後1時~4時/東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目)/場電話で、同支部 ☎3391-0411(月~金曜日午前9時30分~午後5時(正午~午後1時を除く))/1人45分程度
暮らしと事業の相談会 IN 杉並 9月2日(土)午後0時30分~4時/産業商工会館/弁護士・税理士等の専門家/区内在住・在勤・在学の方/20名(申込順)/場電話で、8月26日までに東京司法書士会杉並支部 ☎5913-7452(午前10時~午後5時)/1人30分
電話による不動産に関する無料相談 9月7日(木)午後1時~4時/場東京都地建物取引業協会第10ブロック① ☎3311-4999② ☎6407-9152(①は実施日のみ)



世代を超えて交流・つながりが生まれる新たな地域コミュニティ施設

コミュニティふらっと方南の利用申し込みを開始します

旧方南区民集会所を転用した新たな地域コミュニティ施設「コミュニティふらっと方南」(方南1-27-8)を、6年1月5日に開設します。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、地域課地域施設係へ。

利用申し込み

「さざんかねっと」からの6年1月利用分以降の抽選申し込みは、5年11月1日(2次抽選)から順次開始します。申し込み方法などの詳細は、「さざんかねっと集会所施設ガイドブック」(各集会所施設で配布。区ホームページからも取り出せます)をご覧ください。

※6年1~3月利用分の1次抽選は実施しません。

※多目的ルームを集会所使用の場合は施設窓口でのみ予約を受け付けます。

ぜひご利用
ください!



「高齢者団体優先枠」の申し込み

「コミュニティふらっと」では、ゆうゆう館を利用している団体の活動が継続できるよう、一部の部屋・時間帯に「高齢者団体優先枠」を設けています。

●高齢者団体の要件

区内在住の60歳以上の方が8割以上で構成される5名以上の団体。

(活動目的が政治・宗教・営利に関連する団体を除く)

●事前説明会

高齢者団体優先枠の申し込み方法などについて説明会を実施します。なお、説明会に参加しなくても、「高齢者団体優先枠」への申し込みは可能です。

時5年8月29日(火)午後2時~3時・3時30分~4時30分 場 ゆうゆう方南館(方南1-51-7) 電話で、地域課地域施設係

●申し込み

申込書(臨時窓口で配布)を、抽選申込期間に臨時窓口へ持参してください。申し込みは1団体につき、コミュニティふらっとまたはゆうゆう館のいずれか1施設のみです。

利用期間	臨時窓口	抽選申込期間
6年1~3月	ゆうゆう方南館(方南1-51-7)	5年9月15日~23日、午前9時~午後5時(17日を除く。21日は1時~5時)
6年4~9月	旧方南区民集会所(方南1-27-8)	5年12月15日~23日、午前9時~午後5時

ゆうゆう方南館の閉館 コミュニティふらっと方南の開設に伴い、ゆうゆう方南館は5年11月30日に閉館します。

モッテコ

「mottECO普及推進モデル事業」の協力店を募集します

区では、飲食店等における食品ロスを削減するため、食べ残しの持ち帰りの普及・定着を図る「mottECO普及推進モデル事業」を実施します。同事業の実施にあたり、ご協力いただける店舗を募集します。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、ごみ減量対策課管理係へ。



食品ロスを
削減しよう!



「mottECO」とは?

環境省が提唱する、飲食店で食べきれなかった料理を利用者の自己責任で持ち帰る行為の愛称。

□取組期間 10~12月

□取組内容 協力店は、次の取り組みを行います。

- ・食べ残しの持ち帰りを希望する利用者への容器の提供、注意事項チラシの配布・説明
- ・店内に普及啓発物(ポスター・ステッカー等)の掲示
- ・事業実施後に取組内容の報告等の提出

□協力店に提供するもの

- ・持ち帰り容器(mottECO容器<1店舗当たり30個>)
- ・普及啓発物(ポスター・ステッカー・注意事項チラシ)

□対象 区内の飲食店・ホテル等の宿泊施設(「食べのこし0応援店」に要登録)

□募集店舗数 50店舗(申込順)

□申し込み

申込書(区ホームページから取り出せます)を、ごみ減量対策課管理係 ☎3312-2306 ✉gomigen-k@city.suginami.lg.jpへファクス・Eメール。またはLoGoフォーム(区ホームページ同案内にリンクあり)から申し込み

新型コロナワクチン接種

「令和5年秋開始接種」の接種券発送予定日・予約開始日の変更

「広報すぎなみ」8月1日号に掲載した「令和5年秋開始接種」の接種券発送予定日・予約開始日は、国から自治体への情報提供が遅れていることから、当初の予定より後ろ倒しになります。詳細が決まり次第、区ホームページ(右2次元コード)等でお知らせします。なお、接種開始日は9月20日の予定です。



—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。