

広報すぎなみ

Suginami



みどり豊かな 住まいのみやこ

12/1
令和5年(2023年)
No.2367

そのモヤモヤは、
まちづくりのヒントに。

11月27日～12月3日は杉並区障害者週間です。区では、誰もが暮らしやすいまちを目指して、障害者と施設職員が困りごとを一緒に話し合っ、解決方法をみんなで考える「共生社会しかけ隊」が活躍中です。今号では、その取り組みをご紹介します。

詳細は、8・9面へ

みんなの気づきが、
まちを笑顔に



特集

障害の有無の垣根を越えて、それぞれの声をカタチに！

共生社会しかけ隊

〒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2次元コード)をご覧ください。



区からのお知らせ

SUGINAMI INFORMATION

生活・環境

都市計画案の縦覧と意見書の提出

「都市計画法」に基づき、区民および利害関係人は意見書を提出することができます。

☒東京都市計画河川第8号善福寺川の変更▶**縦覧期間**=12月15日(金)まで(土・日曜日を除く)▶**縦覧場所**=都都市整備局都市づくり政策部都市計画課、区都市整備部管理課(区役所西棟5階)▶**意見書の提出**=意見書(書式自由)に都市計画案の名称・日付・住所・氏名も書いて、12月15日までに都都市整備局都市づくり政策部都市計画課(〒163-8001新宿区新宿2-8-1)へ郵送・持参 ☒都都市整備局都市づくり政策部都市計画課☎5388-3225、区都市整備部管理課

健康・福祉

歯科健診はもう受診しましたか

歯科健診の受診期限が迫っています。早めの予約・受診をお願いします。

健診名	対象者 (6年3月31日時点)	受診期限
成人歯科健康診査	25・30・35・40・45・50・60・70歳の方	12月28日
後期高齢者 歯科健康診査	76歳の方	

☒杉並保健所健康推進課健診係☎3391-1015

子育て・教育

就学通知書(入学のお知らせ)の発送

6年4月に区立小中学校へ入学する方を対象に、就学通知書(入学のお知らせ)を12月8日(金)に発送します。この通知は入学式に持参してください。なお、入

学式の日時などは指定校へ確認してください。

また、指定された学校へ入学することができない特別な事情がある場合は、就学通知書に同封する「指定校変更のご案内」を確認の上、相談してください。

☒学務課学事係

施設情報

杉並公会堂の大規模修繕に伴う休館

杉並公会堂(上荻1-23-15)は、6年に舞台設備の入れ替えを中心とした大規模修繕を行う予定です。作業予定期間中(6年1月9日~8月31日)は全館休館となります。この間、抽選会場が変更となりますので、詳細は同施設ホームページをご確認ください。

☒同施設☎3220-0401(午前9時~午後7時(臨時休館日を除く))

募集します ※応募書類は返却しません。

杉並区スポーツ推進委員

☒スポーツを始めるきっかけづくりのイベントの企画・運営▶**任期**=6年4月1日~8年3月31日▶**身分**=区非常勤職員▶**募集人数**=50名▶**報酬**=月額8000円☒区内在住で20歳以上(6年4月1日時点)の方 ☒申込書(スポーツ振興課(区役所東棟6階)・区体育施設などで配布。区ホームページ同案内からも取り出せます)に作文(テーマは募集要項参照)を添えて、6年1月12日までに同課へ郵送・持参 ☒同課事業係

明るい選挙推進委員

☒話し合い活動、研修会への参加、PR活動(街頭での資材配布)ほか▶**任期**=6年4月1日~8年3月31日▶**募集人数**=17名程度 ☒区内在住で18歳以上(6年4月1日時点)の方 ☒履歴書を、6年1月12日までに選挙管理委員会事務局(区役所西棟8階)へ郵送・持参 ☒同事務局

杉並区奨学生(高校生対象)

☒貸付額(無利子)=月額奨学金=公立校=1万7000円以内/私立校=2万9000円以内▶**入学準備金**=公立校=10万円以内/私立校=30万円以内▶**返還期間**=卒業(貸し付け終了)の翌年から10年以内 ☒6年までに高等学校・高等専門学校・専修学校(高等課程)

に入学予定で、区内に1年以上住み、独立の生計を営む保護者と同居し、一定条件を満たした連帯保証人を立てることができ、経済的理由で修学が困難な方(所得審査あり。他から同様の奨学金を受ける方を除く)☒申請書(学務課就学奨励担当(区役所東棟6階)、区立中学校で12月上旬から配布予定)を、6年1月5日~3月4日に同担当へ持参 ☒同担当

その他

臨時的任用教員・時間講師募集説明会

☒12月14日(休)午後6時~7時 ☒区役所第4会議室(中棟6階) ☒杉並区の教育、教員免許の有効性、募集内容、個別相談 ☒教員免許・幼稚園教諭免許を有する方(取得見込みを含む) ☒80名(抽選) ☒LoGoフォーム(区ホームページ同案内にリンクあり)から、12月11日までに申し込み ☒教育人事企画課

「外出手段にお困りの方へのおでかけガイド 移動サービス・車編」の発行

高齢・障害などにより外出が困難な方の日常生活・社会参加をサポートするための冊子です。介護タクシー・NPO団体などによる移動サービスの選び方・利用方法・関連制度に関する情報を掲載しています。☒配布場所=杉並区外出支援相談センターもび〜る(荻窪5-18-11サニーシティ荻窪103)、地域包括支援センター(ケア24)、障害者施策課(区役所東棟1階)、介護保険課(東棟3階) ☒杉並区外出支援相談センターもび〜る☎5347-3154、保健福祉部管理課保健福祉支援担当 ☒杉並区外出支援相談センターもび〜るホームページからも閲覧可

ご応募お待ちしております

任期付職員 男女共同参画担当課長

☒勤務期間=6年4月1日~9年3月31日(採用日から5年を限度に更新の場合あり)▶**募集人数**=1名 ☒申込書(人事課人事係(区役所東棟5階)・区民事務所・地域区民センター・図書館・就労支援センター(天沼3-19-16ウェルファーム杉並内)で配布。区ホームページ同案内からも取り出せます)を、6年1月5日までに同係へ簡易書留で郵送・持参 ☒同係

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(12月25日・29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
行政相談★	☒12月8日(金)午後1時~4時 ☒区政相談課(区役所東棟1階) ☒国の仕事など(年金・福祉・道路など)の苦情・相談	☒区政相談課
行政書士による相談	☒12月8日(金)午後1時~4時 ☒相談室(区役所西棟2階) ☒相続・遺言・離婚・金銭問題など書類手続きに関すること ☒6名(申込順) ☒1人30分	☒☒電話で、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・日曜日を除く))
住宅の耐震無料相談会・ブロック塀無料相談会★	☒12月13日(水)午後1時~4時 ☒区役所1階ロビー ☒☒図面などがある場合は持参。ブロック塀無料相談会は、ブロック塀の現況写真などを持参	☒市街地整備課耐震改修担当
マンション管理無料相談	☒12月14日(休)午後1時30分~4時30分 ☒区役所1階ロビー ☒☒区内在住のマンション管理組合の役員・区分所有者ほか ☒3組(申込順)	☒杉並マンション管理士会ホームページから申し込み。または申込書(区ホームページ同案内から取り出せます)を、同会事務局☎3393-3652へファクス ☒同会事務局☎3393-3680、区住宅課空家対策係
弁護士による土曜法律相談	☒12月16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、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)/ 申込期間 =12月11日~15日 ☒同課
建築総合無料相談会・ブロック塀無料相談会★	☒12月19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などを持参	☒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
専門家による ^{あみや} 空家等総合無料相談	☒12月21日(休)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) ☒☒区内の空き家などの所有者ほか(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(区ホームページ同案内から取り出せます)を、同係☎5307-0689へ郵送・ファクス/ 申込期限 =12月19日 ☒同係
不動産に関する無料相談	☒12月21日(休)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第10ブロック☎6407-9152(午前9時~午後5時(土・日曜日を除く)) ☒同団体、区住宅課

※★は当日、直接会場へ。

凡例 ☒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) ☒申し込み(記載のないものは直接会場へ) ☒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

採用情報 ※応募書類は返却しません。

会計年度任用職員

- 勤務期間は、5回まで更新可。
- 報酬は、5年度実績。
- 詳細は、事業案内参照。

区立学校職員（短時間）

◆スクール・サポート・スタッフ

☑教員の授業準備などの補助▶勤務日時=週2～4日。原則、月～金曜日の午前8時～午後5時のうち実働6時間▶勤務場所=区立学校▶資格=18歳以上（6年4月1日時点）の方▶報酬=時給1129円

◆学校司書

☑学校図書館の運営業務、授業支援、外部機関・図書ボランティアとの連携・連絡調整ほか▶勤務日時=週5日。原則、月～金曜日の午前8時～午後5時のうち実働6時間（土・日曜日、祝日に勤務の場合あり）▶勤務場所=区立小中学校▶資格=司書・司書補の資格を有する方、司書教諭の講習を修了した方（取得・修了見込みを含む）▶報酬=時給1440円

◆副校長校務支援員

☑各種調査の回答の取りまとめなどの副校長校務の補佐▶勤務日時=週①2日②4日。原則、月～金曜日の午前8時～午後5時のうち実働①6時間②5時間▶勤務場所=区立学校▶資格=公立小中学校の教育管理職の経験がある方、主幹教諭の経験がある方▶報酬=時給1440円

◆理科支援員

☑理科授業における観察・実験などの補助、理科室の環境整備ほか▶勤務日時=週2日。原則、月～金曜日の午前8時～午後5時のうち実働6時間▶勤務場所=区立小学校▶資格=18歳以上（6年4月1日時点）で高校卒業以上の方▶報酬=時給1222円

…………… いずれも ……………

☑勤務期間=6年4月1日～7年3月31日▶募集人数=若干名 甲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。または申込書（教育人事企画課〈区役所東棟6階〉で配布。区ホームページ同案内からも取り出せます）に学校司書は司書・司書補の資格、司書教諭の講習を修了したことを証明する書類の写しまたは取得・修了見込み証明書を添えて、同課へ簡易書留で郵送・持参▶申込期限=12月14日 同課

保育士等

①栄養士

☑食材の発注・検品、給食の栄養と衛生の管理・指導、献立の作成、調理（保育園・小規模保育事業所は離乳食調理を含む）ほか▶勤務日時=月16日。原則、月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日、祝日に勤務の場合あり）▶勤務場所=区立保育園・区立小規模保育事業所・区保育室・区立子供園のいずれか▶資格=栄養士免許を有する方（取得見込みを含む）▶募集人数=5名程度▶報酬=月額21万5904円

②保育士・子供園保育職

☑保育業務▶勤務日時=月16日。原則、月～土曜日の午前7時30分～午後7時45分（区立子供園は午後6時45分）のうち実働7時間45分（日曜日、祝日に勤務の場合あり）▶勤務場所=区立保育園・区立小規模保育事業所・区保育室・区立子供園のいずれか▶資格=高校卒業程度の学力を有し保育士の資格があり都道府県知事の保育士登録を受けている方（子供園保育職は幼稚園教諭普通免許状を有する方も可。いずれも取得見込みを含む）▶募集人数=保育士=20名程度／子供園保育職=若干名▶報酬=月額18万8640円

③子供園・一般事務

☑勤務日時=月16日。原則、月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日、祝日に勤務の場合あり）▶勤務場所=区立子供園▶資格=高校卒業程度の学力を有する方▶募集人数=若干名▶報酬=月額18万8640円

…………… いずれも ……………

☑勤務期間=6年4月1日～7年3月31日 甲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。または申込書（保育課管理係〈区役所東棟3階〉

で配布。区ホームページ同案内からも取り出せます）に①栄養士免許証②保育士証・幼稚園教諭普通免許状の写しまたは取得見込み証明書を添えて、保育課管理係へ簡易書留で郵送・持参▶申込期限=①12月19日②③6年1月5日 同係

学校栄養士（①一般②短時間）

☑献立の作成、給食管理・指導ほか▶勤務期間=6年4月1日～7年3月31日▶勤務日時=①月16日。原則、月～金曜日の午前8時15分～午後4時45分②週5日。原則、月～金曜日の午前8時15分～午後4時45分のうち実働6時間（いずれも土・日曜日、祝日に勤務の場合あり）▶勤務場所=①区立学校、学務課②区立学校▶資格=栄養士免許を有する方（取得見込みを含む）▶募集人数=①7名程度②1名程度▶報酬=①月額21万5904円程度②時給1324円程度 甲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。または申込書（学務課保健給食係〈区役所東棟6階〉。区ホームページ同案内からも取り出せます）に栄養士免許証の写しまたは取得見込み証明書を添えて、同係へ簡易書留で郵送・持参▶申込期限=12月19日 同係

障害者生活支援課

①看護師

☑資格=看護師の資格を有する方▶報酬=月額22万3200円

②福祉

☑資格=社会福祉士または精神保健福祉士の資格を有する方、障害者福祉施設などで障害者支援の実務経験などがある方▶報酬=月額18万8640円

…………… いずれも ……………

☑高次脳機能障害専門相談窓口・地域活動支援センター事業・通所生活リハビリ事業などの業務▶勤務期間=6年4月1日～7年3月31日▶勤務日時=月16日。原則、火～金曜日の午前8時30分～午後5時15分（土曜日に勤務の場合あり）▶勤務場所=杉並障害者福祉会館▶募集人数=若干名 甲申込書（区ホームページ同案内から取り出せます）に①看護師免許証②社会福祉士または精神保健福祉士の資格を有する方は資格証の写しを添えて、12月20日までに障害者生活支援課地域生活支援担当（〒168-0072高井戸東4-10-5杉並障害者福祉会館内）へ簡易書留で郵送・持参 同担当☎3332-1817

学校事務

☑勤務期間=6年4月1日～7年3月31日▶勤務日時=月16日。原則、月～金曜日の午前8時15分～午後4時45分（土・日曜日、祝日に勤務の場合あり）▶勤務場所=区立学校▶募集人数=20名程度▶報酬=月額15万4176円 甲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。または申込書（庶務課教職員係〈区役所東棟6階〉で配布。区ホームページ同案内からも取り出せます）を同係へ簡易書留で郵送・持参▶申込期限=12月20日 同係

済美教育センター

①学校図書館指導担当（専門職）

☑区立学校図書館への支援、同センター教育図書館の運営業務▶勤務場所=同センター、区立学校▶資格=司書教諭の講習を修了し小中学校での司書教諭の実務経験が3年以上ある方▶募集人数=1名▶報酬=日額1万3532円

②スクールソーシャルワーカー

☑勤務場所=同センター、区立学校▶資格=社会福祉士または精神保健福祉士の資格を有する方（いずれも取得見込みを含む）▶募集人数=若干名▶報酬=月額23万6544円程度

③教育指導員

☑勤務場所=適応指導教室▶資格=小学校教員（全科）または中学校教員（英語・数学・国語・理科・社会）免許を有する方（いずれも取得見込みを含む）▶募集人数=若干名▶報酬=月額18万5856円

④教育相談員（心理職）

☑不登校相談・教育相談支援業務▶勤務場所=同センター、適応指導教室▶資格=臨床心理士・臨床心理

学系の資格を有する方（いずれも取得見込みを含む）▶募集人数=若干名▶報酬=月額21万5424円

…………… いずれも ……………

☑勤務期間=6年4月1日～7年3月31日▶勤務日時=月16日。原則、月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分（④土曜日を含む。火・木曜日は午前10時30分～午後7時15分の場合あり） 甲申込書（区ホームページ同案内から取り出せます）に①司書教諭の講習を修了したことを証明する書類の写しを添えて、①12月20日②～④6年1月4日までに済美教育センター①学校図書館支援担当②～④教育相談担当（〒166-0013堀ノ内2-5-26）へ簡易書留で郵送・持参 同センター①学校図書館支援担当☎3311-0021②～④教育相談担当☎3311-1921

通常学級支援員・特別支援学級介助員（短時間）

☑知的障害・身体障害・発達障害などのある児童・生徒の学校生活における安全管理・日常生活上の介助・学習支援▶勤務期間=6年4月1日～7年3月31日▶勤務日時=週3～5日。原則、月～金曜日の午前8時～午後4時のうち実働6時間▶勤務場所=区立学校▶募集人数=25名▶報酬=時給1222円～ 甲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。または申込書（特別支援教育課で配布。または区ホームページ同案内からも取り出せます）を同課計画係（〒166-0016成田西2-24-21就学前教育支援センター内）へ簡易書留で郵送・持参▶申込期限=12月22日 同係☎5929-9481

杉並福祉事務所

◆資産調査専門員

☑生活保護受給者の資産（年金・預貯金・戸籍など）の調査ほか▶勤務日時=月16日。原則、月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分▶資格=社会保険労務士の資格を有し年金受給権・資産調査の実務経験がある方▶報酬=月額21万6576円

◆面接相談員

☑生活・就労相談、母子・父子・女性福祉などの相談受け付け・助言▶勤務日時=月16日。原則、月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分▶資格=社会福祉士の資格を有する方（取得見込みを含む）、生活保護などに関する相談実務経験がある方▶報酬=月額21万6576円

◆メンタルケア支援員

☑生活保護受給者の自立のための精神保健福祉支援▶勤務日時=月16日。原則、月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分▶資格=精神保健福祉士の資格を有する方（取得見込みを含む）▶報酬=月額21万6576円

◆就労支援専門員

☑生活保護受給者などの就労促進のための助言・指導▶勤務日時=月16日。原則、月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分▶資格=キャリアコンサルタントの資格を有する方（取得見込みを含む）、ハローワークなどでの就労支援経験がある方▶報酬=月額21万6576円

◆家庭相談員（専門職）

☑家庭内の相談（扶養・相続ほか）・助言▶勤務日時=週3回。月・水・金曜日の午後1時～5時▶資格=家庭相談の実務経験がある方▶報酬=日額1万3532円

…………… いずれも ……………

☑勤務期間=6年4月1日～7年3月31日▶勤務場所=杉並福祉事務所▶募集人数=若干名 甲申込書（杉並福祉事務所配布。区ホームページ同案内からも取り出せます）を、6年1月4日までに同福祉事務所荻窪事務所（〒167-0032天沼3-19-16ウェルファーム内）へ簡易書留で郵送・持参 同福祉事務所荻窪事務所管理係☎3398-9104

審議会等のお知らせ

生活安全協議会

時12月22日(金)午後3時～5時 場区役所第3・4委員会室（中棟5階） 環境美化・防犯などについて 環境課生活環境担当

※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。

杉並区役所 ☎3312-2111（代表） 〒166-8570阿佐谷南1-15-1



皆様のご意見を募集します



より良い区政の実現に向けて、幅広い区民の声を聴きながら、区としての考えをまとめていきます。ぜひ一人でも多くの皆さんの声を聴かせてください。

パブリックコメント（区民等の意見提出手続き）

- ◆**閲覧・意見募集期間** 6年1月4日（消印有効）まで
- ◆**閲覧場所** 各閲覧場所のほか、下記の場所および区ホームページ（右2次元コード）でご覧になれます（いずれも休業日を除く）
 - ・区政資料室（区役所西棟2階）
 - ・区民事務所
 - ・図書館
- ◆**意見提出方法** はがき・封書・ファクス・Eメール・閲覧場所にある意見用紙に書いて、意見提出先。ご意見には、住所・氏名（在勤・在学の



方は勤務先・学校名と所在地、事業者の方は事業所名・所在地・代表者氏名）を記入。区ホームページにもご意見を書き込めます

- ◆**結果の公表**
 - ・後日、**頂いたご意見（原則全文）**は、区ホームページで公表するほか、ご意見とそれに対する区の考え方などは、「広報すぎなみ」や区ホームページなどで公表する予定です。ご意見の全文公表を望まない方はその旨を書き添えてください。
 - ・住所・氏名を公表することはありません。

杉並区障害者施策推進計画（案）

- ◆**概要**

「杉並区基本構想」が目指す将来像の実現に向けて、「杉並区保健福祉計画」を構成する障害者分野の計画として、障害者施策を総合的に展開していくための基本的な方向性や取り組みなどを示しています。

区と障害当事者や家族・支援者をはじめ、地域団体や民間事業者などの全ての主体がこの計画を共有し、障害者施策を効果的に推進するための計画です。
- ◆**基本目標**

個性や意思が尊重され、自分らしく暮らせる杉並の実現～いいね、すぎなみ
- ◆**施策**
 - ・共生社会実現に向けた障害理解と意思疎通支援の推進
 - ・障害者の就労と社会参加の推進
 - ・障害者の地域生活を支える基盤づくり
 - ・障害児支援の充実と医療的ケア児の支援体制の整備



- ◆**計画期間** 6～8年度
- ◆**包含する計画** 障害者計画・障害福祉計画・障害児福祉計画
- ◆**閲覧場所** 障害者施策課（区役所東棟1階）、障害者生活支援課（中棟2階）、高齢者施策課（東棟1階）、高齢者在宅支援課（西棟2階）、介護保険課（東棟3階）、保健福祉部管理課（西棟10階）、障害者福祉会館（高井戸東4-10-5）、障害者交流館、生活園、こども発達センター（高井戸東1-18-5）、障害者地域相談支援センターすまいる、地域包括支援センター（ケア24）、ゆうゆう館、高齢者活動支援センター（高井戸東3-7-5）、杉並保健所健康推進課（荻窪5-20-1）、在宅医療・生活支援センター（天沼3-19-16ウェルファーム杉並内）、福祉事務所、保健センター、子ども家庭支援センター、児童青少年センター（荻窪1-56-3ゆう杉並内）
- ◆**意見提出・問い合わせ先** 障害者施策課 ☎3312-8808 ☒s-sisa ku@city.suginami.lg.jp

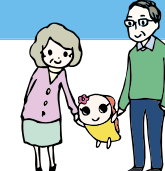
杉並区高齢者施策推進計画（案）

- ◆**概要**

「杉並区基本構想」が目指す将来像の実現に向けて、「杉並区保健福祉計画」を構成する高齢者分野の計画として、高齢者施策を総合的に展開していくための基本的な方向性や取り組みなどを示しています。

この計画を推進し、多くの元気な高齢者が豊かな知識と経験を生かして、生き生きと活躍する活力ある高齢社会を展望するとともに、介護などが必要になっても住み慣れた地域で支え・支えられながら、自分らしい生活を続けることができる共生社会づくりを目指します。
- ◆**目標**

活力ある高齢社会と地域共生のまちの実現
- ◆**取り組み方針**
 - 1 元気高齢者の社会参加の支援と環境整備の充実
 - 2 高齢者の健康づくり・介護予防の推進
 - 3 支援が必要な高齢者に対する見守り・支援体制と家族介護者支援の充実
 - 4 地域包括ケアシステムの推進・強化と認知症施策の推進
 - 5 介護サービス（在宅・施設）基盤の整備・充実

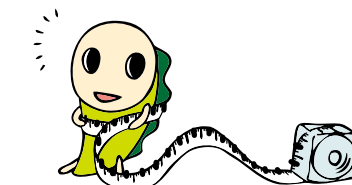


- ◆**計画期間** 6～8年度
- ◆**包含する計画** 老人福祉計画・介護保険事業計画・認知症施策推進計画
- ◆**閲覧場所** 高齢者施策課（区役所東棟1階）、高齢者在宅支援課（西棟2階）、介護保険課（東棟3階）、障害者施策課（東棟1階）、障害者生活支援課（中棟2階）、保健福祉部管理課（西棟10階）、地域包括支援センター（ケア24）、ゆうゆう館、高齢者活動支援センター（高井戸東3-7-5）、障害者福祉会館（高井戸東4-10-5）、障害者交流館、生活園、こども発達センター（高井戸東1-18-5）、障害者地域相談支援センターすまいる、杉並保健所健康推進課（荻窪5-20-1）、在宅医療・生活支援センター（天沼3-19-16ウェルファーム杉並内）、福祉事務所、保健センター、子ども家庭支援センター、児童青少年センター（荻窪1-56-3ゆう杉並内）
- ◆**意見提出・問い合わせ先** 高齢者施策課 ☎5307-0698 ☒k-sisa ku@city.suginami.lg.jp

杉並区国民健康保険第三期データヘルス計画・第四期特定健康診査等実施計画（案）

- ◆**概要**

健康・医療情報を活用した国民健康保険被保険者の健康課題の分析を行い、PDCAサイクルに沿った効果的・効率的な保健事業を実施するための計画です。
- ◆**目的**
 - ・健康寿命の延伸
 - ・医療費の適正化
- ◆**取り組み**
 - ・生活習慣病予防
 - ・重症化予防 ほか
- ◆**計画期間** 6～11年度
- ◆**閲覧場所** 国保年金課（区役所東棟2階）、保健福祉部管理課（西棟10階）
- ◆**意見提出・問い合わせ先** 国保年金課 ☎5307-0685 ☒kokuho nenkin-k@city.suginami.lg.jp



杉並区自転車活用推進計画（案）

- ◆**概要**

交通の安全の確保を図りつつ、区民・事業者へ自転車の価値や魅力を伝え、これまで以上に自転車を活用していくため、計画を策定します。
- ◆**基本方針**

自転車の魅力に気づき、活用し、まちとわたしの未来を創る
- ◆**目標**
 - ・魅力「自転車の多面的な価値や魅力が区民・事業者に広く浸透しています。」
 - ・快適「自転車で楽しくスムーズに移動しています。」
 - ・便利「様々な機会・場面で自転車を便利に利用しています。」
 - ・安全「自転車を利用する人もそれ以外の人も安全・安心に移動しています。」
- ◆**備考** 「いざというときの移動手段として自転車を利用できる環境が整っています。」
- ◆**計画期間** 6～12年度
- ◆**閲覧場所** 都市整備部管理課（区役所西棟5階）
- ◆**意見提出・問い合わせ先** 都市整備部管理課 ☎5307-0689 ☒koutsu-kikaku@city.suginami.lg.jp



方針策定に向けた意見募集

- ◆**結果の公表**
 - ・後日、**頂いたご意見（原則全文）**は、区ホームページで公表するほか、主なご意見とそれに対する区の考え方などは、「広報すぎなみ」や区ホームページなどで公表する予定です。ご意見の全文公表を望まない方はその旨を書き添えてください。
 - ・住所・氏名などを公表することはありません。

富士見ヶ丘駅周辺まちづくり方針（案）

- ◆**意見募集実施の背景**

富士見ヶ丘駅周辺について、高井戸公園の整備や富士見丘小中学校の改築など、まちづくりの契機となる動きを踏まえ、まちの将来像を地域の皆さんと共有し、地域活性化や交流創出などに結び付けるため、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。
- ◆**閲覧・意見募集期間** 6年1月26日（消印有効）まで
- ◆**閲覧場所** 都市整備部管理課企画調査係（区役所西棟5階）、ゆうゆう高井戸西館（高井戸西1-17-5）/いずれも休業日を除く。区ホームページ（右2次元コード）でもご覧になれます
- ◆**意見提出方法** LoGoフォーム（区ホームページにリンクあり）から意見提出。または意見提出用紙（閲覧場所配布。区ホームページからも取り出せます）を都市整備部管理課企画調査係 ☎5307-0689 ☒toshi-kikaku@city.suginami.lg.jp へ封書・ファクス・Eメール
- ◆**意見提出・問い合わせ先** 都市整備部管理課企画調査係
- ◆**オープンハウスの実施**

富士見ヶ丘駅周辺まちづくり方針（案）に関するパネル展示をご覧いただき、区職員が皆さんのご意見を伺い質問に答えます。

☎6年1月12日(金)午後6時～8時30分、13日(土)午前11時～午後2時 ☎富士見丘小学校（久我山2-19-1） 園車での来場不可



ふるさと納税に関するお知らせ

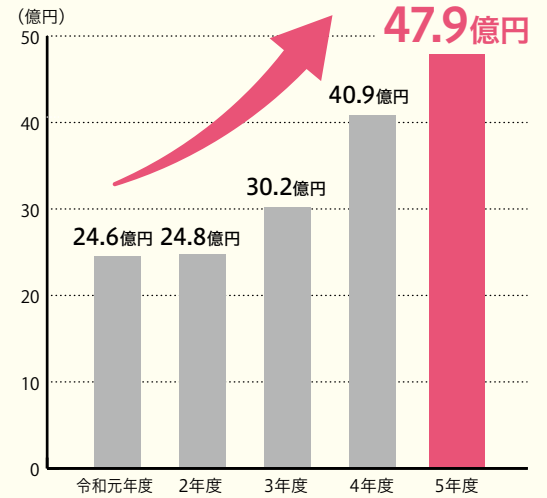
47.9億円の住民税が流出しています

ふるさと納税は、お世話になった自治体などを寄付で応援できる制度として始まりました。しかし、自治体の過剰な返礼品競争などによって、制度本来の趣旨が失われています。

また、他自治体へのふるさと納税によって、自分が住んでいる自治体の住民税が流出してしまうという側面があり、区においても流出額が年々増加しています。

—— 問い合わせは、課税課ふるさと納税担当へ。

区の住民税流出額の推移



区の住民税流出の状況と問題点

ふるさと納税の影響による、5年度の区の住民税流出額は約47.9億円でした。この流出額は、次の区の行政サービスに係る金額とおおよそ同等です。

ごみの収集・運搬、資源の回収(年間)
約43億円



中学校1校の改築
約50億円



住民税は、住んでいる自治体から受ける行政サービスの経費などに充てられるべきものであり、現在のふるさと納税制度は、受益と負担という地方税の原則をゆがめています。区は23区の区長会を通じて、国に廃止を含めた制度の抜本的な見直しを求めています。

ふるさと納税に対する区の考え方

区では、ふるさと納税を見返りを求めない善意の寄付として捉え、返礼品に頼ることのない取り組みを進めています。区民の皆さんも、ふるさと納税で区を応援することができます。ふるさと納税サイト「ふるさとチョイス」(右下2次元コード)や、郵便局などから区へご寄付いただけます。なお、法律の規定により、区民の皆さんにはお礼の品を差し上げられません。



区のふるさと納税の取り組みは、区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。



2050年ゼロカーボンシティの実現を目指して

「杉並区気候区民会議」参加者の募集案内を発送しました

区民参加による気候変動対策を推進するため、6年3月から「杉並区気候区民会議」を開催します。参加者の募集に当たり、無作為抽出した5000名に案内を発送しました。

—— 問い合わせは、環境課へ。

「杉並区気候区民会議」とは

無作為抽出により選ばれた区民の皆さんが、気候変動対策に関して有識者から情報提供を受けながら、自由な意見で議論を重ねる会議です。気候変動対策について、区民の皆さんの意識醸成や行動変容を促すとともに、会議で出た意見やアイデアなどを施策に反映することを目的としています。

詳細は、区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。



区民の声から

区民の皆さんから頂いた声と、それに対する区からの回答の一部を掲載します。

—— 問い合わせは、区政相談課へ。



◇自習スペースについて

永福図書館の自習スペースはいつも混んでいて、特に休日は席が空くの何人も待っている状態です。

区内には、TAC杉並区永福体育館や高

井戸温水プール、永福和泉地域区民センターなど、広々とした空きスペースがある施設があると思うので、学生向けの自習スペースを作ってもらえないでしょうか。

◇回答

永福図書館の座席利用については、ご不便をおかけしております。区立図書館全体における座席の利用については、今後もより良い方法を検討し、改善に向けて取り組んでいきます。

なお、同建物内にあるコミュニティふらっと永福のラウンジでは、中高生が放課後に気軽に集える場所を提供する「ティーンズタイム事業」を実施しています。このうち、自習に使える「ティーンズシート」は、毎日午後4時～9時にラウンジの一部を中高生の優先席として、申し込み不要・無料で使用できるものです。ぜひご活用ください。

一方、TAC杉並区永福体育館などのスポーツ施設は、区民の皆さんが身近にスポーツに親しむことができるようにすることを目的としており、また体育館利用者の利便性を図るために有効活用をすることとしているため、自習スペースを設けることは困難です。また、地域区民センターなどの集会施設は、区民相互の交流・活動の拡大によるコミュニティ形成を目的に、集会室などとして活用しています。集会室などの利用については、事前予約などが必要のため、自習スペースとして自由に利用いただくことはできません。ご理解をお願いいたします。

(担当 中央図書館、スポーツ振興課、地域課地域施設担当)

区政への主な意見と回答は、区ホームページ(右2次元コード)でご覧になれます。



皆さんの「やさしい気持ち」をお寄せください

歳末たすけあい運動にご協力をお願いします

地域に根差したさまざまな福祉活動を支援し、地域での安全・安心な暮らしを支えています。

—— 問い合わせは、杉並区社会福祉協議会 ☎5347-1010へ。

期間 12月31日(日)まで

活用例



地域交流の場づくり



誰でも参加できる交流会の実施

野菜作りに挑戦してみませんか？

今川体験農園の利用者募集

所在地 今川4-12・18

農園主の指導を受けながら、作付けから収穫までの農作業を体験でき、収穫した野菜は持ち帰ることができます。

—— 問い合わせは、産業振興センター都市農業係 ☎5347-9136へ。

利用期間=6年3月上旬～7年1月下旬（更新は農園主と相談）▶募集区画=若干数（1区画16.5㎡。抽選）▶利用料=5万円。区外在住の方6万円 ④20歳以上で定期的に農園に来られる方（家族での参加も可）⑤往復はがき（12面記入例。1世帯1枚）で、12月28日までに今川体験農園農園主・星野智彦（〒167-0035今川4-5-2）⑥区が立ち会いの下、農園主が抽選。結果は1月下旬に通知。栽培する作物の選定、種・苗・肥料・農具の用意は農園主が実施。特別な資材などを使う場合は別途料金



税務署からのお知らせ

確定申告ではマイナポータル連携が便利です

マイナポータル連携とは、所得税の確定申告時にマイナポータル経由で必要書類などのデータを一括取得（一部条件あり）し、確定申告書に自動入力できる機能です。

詳細は、国税庁ホームページ（右2次元コード）をご確認ください。

目杉並税務署 ☎3313-1131、荻窪税務署 ☎3392-1111



自動入力できる主な項目

- ・給与所得の源泉徴収票
- ・公的年金などの源泉徴収票
- ・医療費・ふるさと納税
- ・生命保険料・地震保険料
- ・社会保険料（国民年金保険料・国民年金基金掛金）

民営化宿泊施設をご利用ください

弓ヶ浜クラブ 冬季割引のお知らせ



所在地 静岡県賀茂郡南伊豆町湊781

伊豆三大美浜の一つである弓ヶ浜。12月下旬には水仙、2月には菜の花やみなみの桜も咲き乱れます。冬季割引で、家族や友達と弓ヶ浜温泉を満喫してみませんか。

割引対象期間 6年3月16日(土)まで（12月29日～6年1月3日を除く）
区民料金（1泊2食付き） 4270円。65歳以上の方3270円。5～12歳の子ども3720円 ※別途入湯税あり。
☎電話で、弓ヶ浜クラブ ☎0120-412-224（月～金曜日午前10時～午後5時〈祝日、12月29日～6年1月3日を除く〉）

弓ヶ浜クラブの運営を終了します

弓ヶ浜クラブは、5年度で廃止となります。宿泊は、6年3月16日(土)まで可能です。

杉並区手話通訳者認定試験のご案内

「杉並区手話通訳者派遣事業」に携わる杉並区登録手話通訳者の認定試験を実施します。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。

—— 問い合わせは、障害者生活支援課管理係へ。

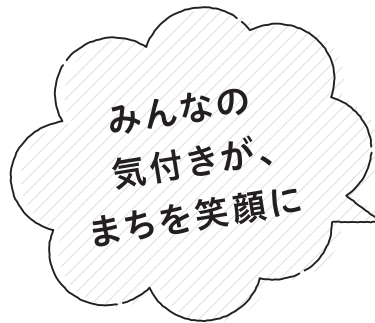


- 日時** 6年1月28日(日)午前9時
- 場所** 区役所第4会議室（中棟6階）ほか
- 内容** 一次試験=書き取り通訳・手話表現問題 ▶ 二次試験=口頭通訳・面接（③は二次試験のみ）
- 対象** 区内在住・在勤の18歳以上（6年4月1日時点）で、次の①～③のいずれかに該当する方
 - ①杉並区手話講習会手話通訳者養成基本クラス以上を修了している。または東京都手話通訳者等養成講習会地域手話通訳者クラスを修了している（いずれも見込みを含む）
 - ②①と同等レベルの他区市町村の手話通訳者養成クラスを修了している（見込みを含む）。または同等の知識・技術がある
 - ③以前、杉並区登録手話通訳者であった方で次のいずれかに該当する
 - ・休業期間が継続して3年を超え、登録辞退扱いとなった
 - ・登録手話通訳の辞退届を提出した
 - ・更新申請をしていない

申し込み はがき（12面記入例）に手話歴（どの手話講習会をいつ修了したか、手話サークル名、経験年数など）、在勤の方は勤務先名も書いて、障害者生活支援課管理係。またはLoGoフォーム（右2次元コード）から申し込み/申込期限=12月15日

その他 合格後、新任研修会（6年2月中旬～3月中旬実施〈計4回〉）・認定式（6年3月下旬実施）に要出席





障害の有無の垣根を越えて、それぞれの声をカタチに！

共生社会しかけ隊

誰もが暮らしやすい、まちづくりのヒントがここに！

区では、障害の有無にかかわらず誰もが暮らしやすいまち「共生社会」を目指して、合理的配慮の提供を地域に広げる取り組みを行っています。その一つである「共生社会しかけ隊」は、障害のある方や支援者などが施設に出向き施設職員と一緒に話し合うことで、それぞれの困りごとを解決していく取り組みです。今号では、「共生社会しかけ隊」の取り組みのプロセスを、これまで区施設で行った実例からご紹介します。——問い合わせは、障害者施策課へ。

それぞれの声

こんなモヤモヤがありました

障害のある方は施設を利用するにあたって、施設職員は障害のある方が来訪したときの対応などについて、悩むことがありました。障害のある方・施設職員の困りごとは人それぞれで、お互いに何を考えているか分からないことがモヤモヤにつながっていました。



障害のある方のモヤモヤ

- ・「耳が不自由なことを、どうやって伝えたいのかな？」
- ・「介護者でなく、私に声をかけてほしいな」
- ・「『ここ』『あそこ』だと、どこを指しているか分からない…」
- ・「車椅子で参加できる教室はあるかな？」

施設職員のモヤモヤ

- ・「どう声をかけたらいいのだろう？」
- ・「施設内の場所とか、何から説明すればいいのだろう？」
- ・「教室への参加は、安全面が心配だな」

気付きと話し合い

「共生社会しかけ隊」って何をするの？

気付きと工夫をみんなで一緒に話し合います

障害のある方・施設職員と一緒に話し合うことで、障害の状況や施設的环境などにより、一人一人の困りごとが違うことを共有し、それぞれに合わせてどんな工夫や対応ができるか、解決のヒントをみんなで考えます。

みんなで話し合うことでの気付き

車椅子で利用できるトイレの場所が分かるといいな…

「ありがとう」の手話してくれた。その気持ちがうれしい！

あいさつの手話ならすぐ覚えられそう。まずは私もやってみよう！

目が見えなくても、声かけがあれば教室に参加できそう！



声をカタチに！

こんなふうにもやモヤが晴れました

話し合うことで出てきた無理なくできる工夫や、その人に合った対応を行うことは、誰もが暮らしやすいまちを実現するための合理的配慮です。「共生社会しかけ隊」の話し合いによってカタチとなった、区施設で行っている合理的配慮の一部をご紹介します。



積極的な声かけ・案内

施設の来訪者に対し、積極的な声かけや、写真・イラストなどを使った視覚的な案内を実践しています。



手持ち配置図

写真・イラストなどを入れ、分かりやすく説明できる手持ちの施設内配置図を作成しました。これは障害のある方だけでなく、子どもや外国の方にも好評です。

教室参加への事前相談

障害のある方が教室に参加するときに、事前に相談を受け安全面などの準備をすることで、無理のない参加を実現できました。

もっと知りたい！

「共生社会しかけ隊」で考えた対応の「解決ヒント集」もご覧ください！

4年度に区スポーツ施設での対応について、「共生社会しかけ隊」で考えました。そこで出された解決方法を「声かけ編」「誘導案内編」「施設編」の場面ごとにまとめています。ぜひご覧ください。



YouTubeで配信中！

みんなの声をカタチに！ 共生社会しかけ隊

障害のある方と施設職員が困りごとなどを一緒に話し合い、解決に向けて工夫や対応を考えていく、その様子をご紹介します。

圏広報課

杉並区公式チャンネル



事業者の皆さんへ

障害のある方への合理的配慮の提供が義務化されます

6年4月に「障害者差別解消法」の改正が施行され、企業・団体・店舗などの全ての事業者において、合理的配慮の提供が義務化されます。どんな配慮ができるかを「共生社会しかけ隊」に相談できます。詳細は、障害者施策課へお問い合わせください。

区民の皆さんへ

まちの中のモヤモヤを一緒に晴らしましょう！

「共生社会しかけ隊」の取り組みのように、合理的配慮は難しいことではありません。一人一人ができるちょっとしたことが、みんなをより笑顔にできるかもしれません。まずは身の回りのできる簡単なことから始めてみませんか？

できることから始めよう！



区職員の給与などの状況についてお知らせします

区民の皆さんに区政への一層のご理解をいただくため、「杉並区人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、職員の給与・採用などの概要をお知らせします。詳細は、区ホームページに掲載の「杉並区職員白書令和5年度（2023）」（右2次元コード）をご覧ください。



—問い合わせは、人事課給与福利係、職員数などの状況については、人事課人事係へ。

● 給与などの決定の仕組み

東京23区共同で設置している特別区人事委員会が、毎年、23区内の民間企業の給与実態などを調査して行う勧告を踏まえ、区議会の審議を経て、条例で定めています。5年度の職員の給与などについては、次のとおりです（いずれも4月1日現在）。

■ 給与の種類とその内容

※数値には暫定再任用職員（定年退職者などの再採用）のうち、暫定再任用フルタイム勤務職員を含む。（ ）内は、暫定再任用短時間勤務職員で外数。*は4年度決算額。

毎月決まって支給されるもの	給料	給料表に定める額（一般行政職、技能労務職など職務の内容によって給料表は異なります）	
	地域手当	民間における賃金や物価が特に高い地域に勤務する職員に支給される手当 支給率：（給料+扶養手当+管理職手当）の20% 1人当たり平均支給年額*：73万1000円（43万9000円）	
その他	扶養手当	配偶者：6000円	子：9000円
	住居手当	世帯主など	借家借間 27歳以下：2万7000円 28～32歳：1万7600円 33歳以上：8300円
勤務した実績に応じて支給されるもの	通勤手当	交通機関利用者（電車・バスなど）：原則6カ月定期券額（1カ月当たり限度額5万5000円） 交通用具使用者（自転車など）：通勤距離に応じて支給	
	その他	管理職手当・初任給調整手当など	

■ 平均給料月額・平均給与月額・平均年齢の状況

区分	一般行政職		
	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
杉並区	29万6686円	42万8812円	41.0歳
都	31万6277円	45万1385円	42.4歳
国	32万2487円	40万4015円	42.4歳
区分	技能労務職		
	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
杉並区	30万3958円	41万3501円	55.3歳
都	28万7646円	38万8055円	50.5歳
国	28万6942円	32万9178円	51.2歳

※平均給与月額とは、給料に諸手当（期末・勤励手当を除く）を加えたものの平均月額。国の平均給与月額には、期末手当・勤励手当・通勤手当・超過勤務手当・特殊勤務手当を含んでいない。

■ 初任給の状況

区分	一般行政職	
	I類(大学卒)	III類(高校卒)
杉並区	18万8200円	15万2100円
都	18万7900円	15万2200円
国	18万9700円(総合職)	15万4600円(一般職)

■ 経験年数別・学歴別平均給料月額の状況

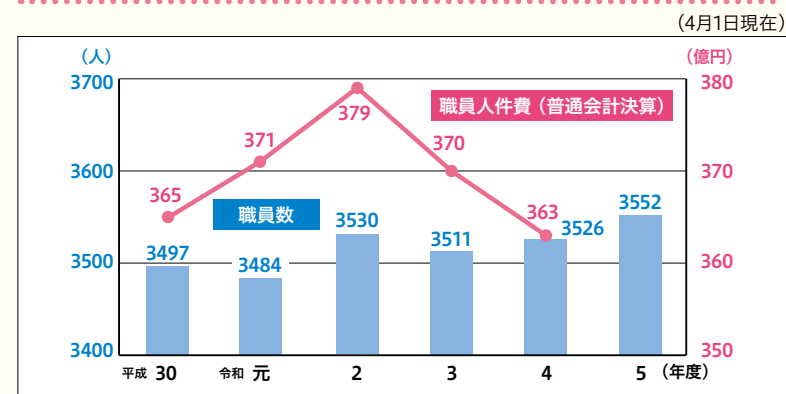
経験年数	10年	20年	25年	30年
一般 大学卒	28万7056円	39万1092円	39万2614円	38万5664円
行政職 高校卒	23万9230円	33万3700円	35万2257円	37万8479円
技能労務職	-	-	31万2707円	31万4367円

※技能労務職の経験年数10・20年目は該当者なし。

● 人件費について

区の5年度職員数は、4年度より増の3552名で、4年度の職員人件費については職員の平均年齢の低下や超過勤務手当の減などにより、3年度より減の363億円となりました。

■ 人件費・職員数の推移



■ 職員給与費の状況

職員数(A)	給与費				1人当たりの給与費(B/A)
	給料	職員手当	期末・勤励手当	合計(B)	
3346人(211人)	119億472万8000円(4億9649万2000円)	48億1710万円(1億4850万2000円)	56億5135万7000円(1億2496万1000円)	223億7318万5000円(7億6995万5000円)	668万7000円(340万7000円)

※職員数(A)は、月平均の給料支給人数。職員数は再任用フルタイム勤務職員を含む。()内は再任用短時間勤務職員で外数。(4年度一般会計決算。退職手当を除く)

■ 人件費の比率

人件費の歳出額全体に占める割合を人件費比率といいます。人件費比率が高いと財政の健全性が失われ、事業費を圧迫することになります。区では、人件費比率の抑制を図るため、給与水準や職員定数の適正化に努めてきました。4年度の普通会計決算では、16.4%となっており前年度より0.7ポイントの増となりました。

■ 人件費の状況

住民基本台帳人口(4月1日現在)	歳出額(A)	実質収支(黒字額)	人件費(B)	人件費比率(B/A)	(参考)3年度人件費比率
57万2468人	2217億1044万2000円	101億9326万5000円	362億5197万7000円	16.4%	15.7%

※普通会計とは、統計上の会計。人件費には、一般職員のほか、区長・議員・会計年度任用職員などに支給される給料・報酬などを含む。(4年度普通会計)

● 特別職の区長・議員の給料・報酬などについて

区長・議員などの特別職については、学識経験者などで構成される杉並区特別職報酬等審議会の答申に基づき、区議会の審議を経て、条例で定めています。



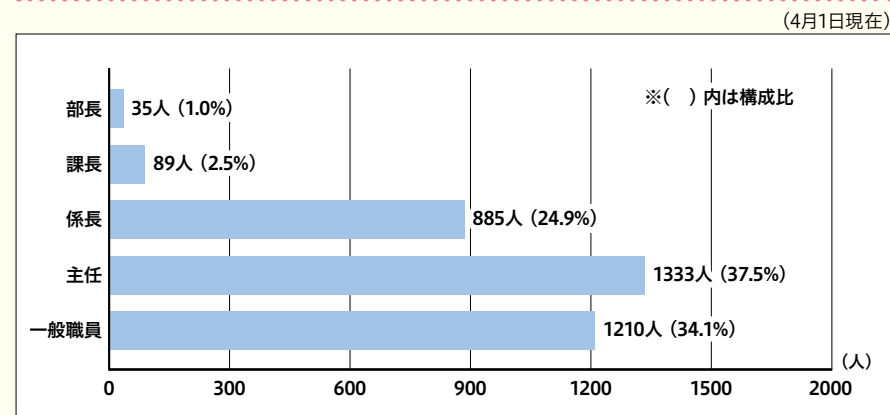
■ 特別職の給料・報酬などの状況

区分	給料・報酬月額	地域手当月額	期末手当年額	1期の退職手当額
区長	111万3000円	16万1385円	728万4273円	2003万4000円(4年)
副区長	89万1900円	12万9325円	583万7233円	1091万6856円(4年)
教育長	76万4400円	11万838円	500万2781円	536万6088円(3年)
代表監査	68万7500円	9万9687円	449万9492円	594万円(4年)
議長	85万6000円	-	469万1736円	-
副議長	77万4600円	-	424万5582円	-
議員	59万5700円	-	326万5030円	-

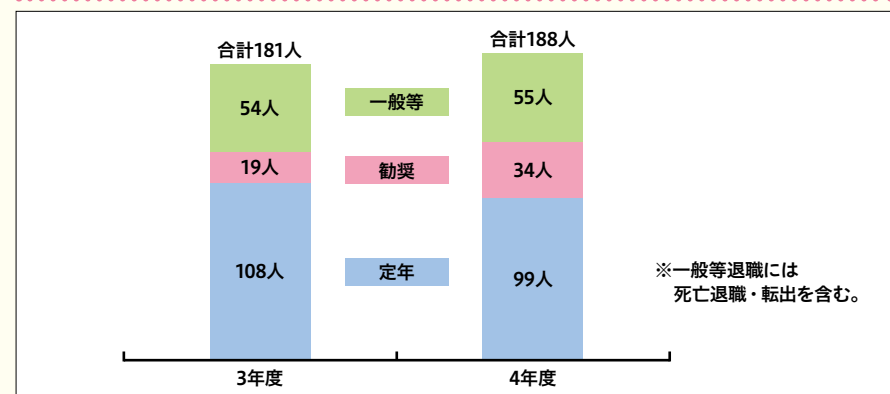
※期末手当支給月数4.03月(議長・副議長・議員は3.78月)。退職手当は勤続期間1年につき給料×支給率(区長450/100、副区長306/100、教育長234/100、代表監査216/100)。区長の退職手当は特例条例(4年10月19日施行)により、現区長(再選した場合も含む)は上記退職手当額から25/100を減額。

● 職員数などの状況

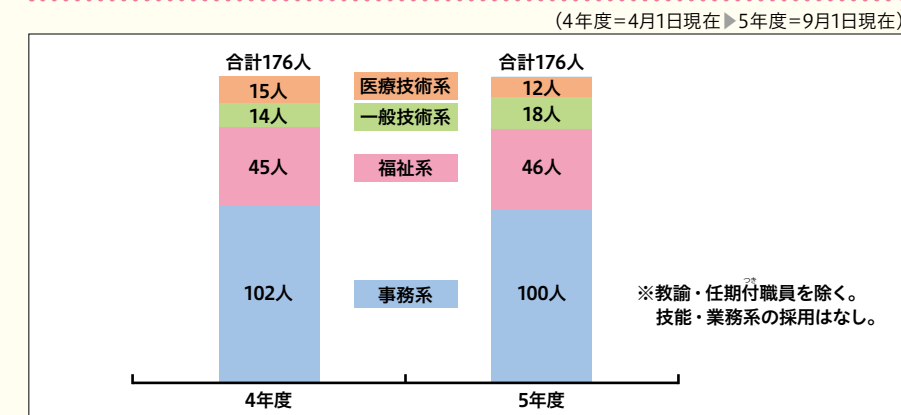
■ 職層別職員数の状況



■ 退職者数の推移



■ 新規採用職員数の推移



■ 懲戒処分

地方公務員法は、懲戒処分として免職・停職・減給・戒告の4種類を定めています。区は、「職員の懲戒処分等の公表基準」を定めて、職員の懲戒処分などを行った場合に公表しています。

処分の内容	3年度	4年度
免職	0件	1件
停職1カ月以上6カ月以下	0件	0件
停職1カ月未満	0件	1件
減給	1件	0件
戒告	1件	3件
合計	2件	5件

※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。

※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。

イベントひろば EVENT PLAZA

催し

朝採り野菜と草花の即売会

時①12月14日(木)②20日(水)③22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 内出店
=①JA東京中央杉並中野生産部会②JA東京中央城西生産部会③杉並区グリーンクラブ 問産業振興センター都市農業係☎5347-9136 他マイバッグ持参

セッション杉並 Meet The Artists 野村萬斎・野村裕基 狂言の世界

時6年3月24日(日)午後3時～4時 場セッション杉並 内出演=野村萬斎、野村裕基ほか▶演目=「附子」「首引」 対小学生以上の方 定440名(申込順) 費6000円 申直接、セッション杉並(梅里1-22-32)。またはMY Bunkamura ホームページから申し込み 問同施設☎3317-6611 他親子ペアチケット・ワークショップ付き親子ペアチケット(いずれも各10組。各9000円)あり

ゆうゆう高円寺南館

◆シニアのための就業体験セミナー 清掃・警備・接客・介護

時①12月16日(土)午前10時～11時=オープニングイベント▶11時～午後0時30分=オリエンテーション▶6年1月13日(土)午後1時30分～3時30分=ウォームアップ▶1月22日(月)～31日(水)のいずれか1日(介護のみ2日)=就業体験▶2月10日(土)午前10時30分～午後3時30分=フォローアップ(計4回) 場同館ほか 師中央大学経済学部教授・阿部正浩、キャリアコンサルタント・法林孝子、社会福祉法人浴風会参与・遠藤雅晴 対区内在住でおおむね55歳以上の方 定20名(抽選) 申はがき・ファクス・Eメール(記入例)にオープニングイベントのみ希望の方はその旨も書いて、

◆シニアのための就業・起業・地域活動個別相談

時12月20日(水)午前9時～午後5時 場同館 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、同館 他1人45分程度

…… いずれも ……
場ゆうゆう高円寺南館(〒166-0003 高円寺南4-44-11 ☎ FAX 5378-8179) takebouki_suginami@tempo.ocn.ne.jp

郷土博物館

◆「杉並文学館」井伏鱒二と阿佐ヶ谷 文士 井伏鱒二没後30年記念展示

時12月16日(土)～6年1月28日(日)午前9時～午後5時(月曜日、第3木曜日(祝日の場合は翌日)、12月28日～6年1月4日を除く) 費各100円(中学生以下無料)

◆親子博物館教室「まゆだんごを作ろう」

時6年1月8日(祝)午前10時～正午 対区内在住・在学の小学生とその保護者 定10組20名(抽選) 申往復はがき(記入例。保護者1名につき子ども2名まで連記可)で、同博物館。または東京共同電子申請・届出サービス(区ホームページ同催し案内にリンクあり)から申し込み/申込期限=12月19日



…… いずれも ……
場 問郷土博物館(〒168-0061大宮

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、子どもの氏名・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

1-20-8☎3317-0841)

講演・講座

会食恐怖症を知っていますか

時配信期間=6年1月10日(水)まで 場オンラインで実施 師日本会食恐怖症克服支援協会・山口健太(下写真) 対区内在住・在勤・在学の方 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 申杉並保健所健康推進課栄養指導担当☎3391-1355



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

時12月12日(火)▶受け付け=午後2時～2時40分 場大宮前体育館(南荻窪2-1-1) 内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 対区内在住の65歳以上で当日に介助の必要がない方 問荻窪保健センター☎3391-0015 他上履き・お持ちの方は、はつらつ手帳持参。長寿応援対象事業

自然の素材でリースをつくろう

時12月16日(土)午前10時～11時30分・午後1時30分～3時 場塚山公園管理事務所(下高井戸5-23-12) 対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、12月2日から塚山公園管理事務所☎3302-8989



ミニ門松作り講習会

時12月17日(日)午前10時～正午・午後1時～3時 場大田黒公園(荻窪3-33-12) 師同公園職員 対小学生とその保護者 定各10組(申込順) 費各1組1000円 申電話・Eメール(記入例)に子どもの氏名・年齢も書いて、12月9日までに大田黒公園管理事務所☎3398-5814 otaguro1@cyber.ocn.ne.jp 他はさみ持参



時間栄養学を知ろう!生活リズムから見えてくる生活習慣病とその予防

時6年1月11日(木)・23日(火)午後1時30分～3時30分(23日は4時まで。計2回) 場高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) 師早稲田大学名誉教授・柴田重信、女子栄養大学生涯学習講師・原田慈縁、健康運動実践指導者・手塚紀理子 対区内在住・在勤・在学で70歳以下の方 定25名(申込順) 申電話で、高井戸保健センター☎3334-4304



初心者向けスマートフォン教室

時6年1月17日～31日の毎週水曜日、午前10時～正午(計3回) 場杉並視覚障害者会館(南荻窪3-28-10) 対視覚障害のある方 定2名(申込順) 申電話で、杉並視覚障害者会館☎3333-3444(月～金曜日午前9時～午後4時(祝日、12月28日～6年1月4日を除く)) 他スマートフォンの貸し出しあり

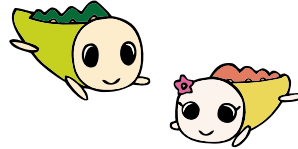
杉並・中野で創業しよう「実践! 創業セミナー」

時6年2月3日～24日の毎週土曜日、午前10時～午後3時(計4回) 場中野区産業振興センター(中野区中野2-13-14) 師中小企業診断士・菅生将人、宮野公輔、田中宏樹、松本典子、益子智佳 定20名(申込順) 申申込書(西武信用金庫ホームページから取り出せます)を、12月6日～6年1月22日に同信用金庫・地域協創部☎chiikikyoso@seibushinkin.comへEメール 申同部・高橋☎6382-7016(月～金曜日午前9時～午後5時(祝日、12月30日～6年1月3日を除く))▶杉並区特定創業支援等事業=産業振興センター就労・経営支援係☎5347-9077 他託児あり(定員4名(申込順))



ゆうゆう館の催し

ゆうゆう館は高齢者向け施設ですが、内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
下高井戸館(下高井戸4-19-6 ☎ FAX 3302-2161)	カラフルな色の筆文字で作る贈り物 大切な方や自分へ ★	12月9日(土)午前10時～11時30分 定5名(申込順) 費500円
堀ノ内松ノ木館(松ノ木2-38-6 ☎ FAX 3315-7760)	親子で作ってみませんか「フェルトで花づくり」★	12月10日(日)午後1時30分～3時30分 師山下恵子 定5組(申込順) 費1組1200円
久我山館(久我山5-8-8 ☎ FAX 3332-2011)	三遊亭鳳志新春落語会「笑門には福来る」	6年1月27日(土)午後2時～3時30分 定50名(申込順) 対小学生以上の方 費1500円。小中学生500円 他車いす席あり
桃井館(桃井1-35-2 ☎ FAX 3399-5025)	「ゆうゆう健康体操」寒さに負けない元気な体に ★	毎週火・木曜日、午前9時30分～10時30分・10時45分～11時45分(第3木曜日を除く) 定各12名(先着順) 費各300円
西荻北館(西荻北2-27-18 ☎ FAX 3396-8871)	「みんなのエアロビ」誰でも簡単に楽しくできます ★	毎月第1・3火曜日、午後1時30分～2時45分 定各15名(申込順) 費各500円
下井草館(下井草3-13-9 ☎ FAX 3396-8882)	スマホひろば(入門編) ワイワイ楽しく学びましょう ★	毎月第4水曜日、午前10時30分～正午 定各10名(申込順) 費各300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

家族介護教室

◆成年後見制度の基本のキ

12月15日(金)午前10時～11時30分 場産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 師東京都社会保険労務士会中野杉並支部・野村紀子、渡井保仁 区内在住・在勤の方ほか 定30名(申込順) 申問電話で、ケア24松ノ木3318-8530

◆高齢者の肌を守ろう～起こりやすいトラブルとのお手入れ

12月22日(金)午前10時～11時30分 場暮らしの処方箋(阿佐谷南1-16-8) 師河北訪問看護・リハビリステーション阿佐谷皮膚・排泄ケア認定看護師 佐藤志保子 区内在住・在勤の方ほか 定15名(申込順) 申問電話で、12月4日からケア24阿佐谷3339-1588



就労支援センター

◆企業研究のコツ あなたの志すべき適職の発見法

12月16日(土)午後1時～3時 場オンラインで実施 師人事コンサルタント・高橋健太郎 区54歳以下で求職中の方 定20名(申込順)

◆アンガーマネジメントに学ぶ、職場でのより良いコミュニケーション

12月22日(金)午後1時～3時 場ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 師人材コンサルタント・神谷敏康 区54歳以下で求職中の方 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

12月25日(月)午後1時～3時30分 場ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 区おおむね55歳以上で求職中の方 定6名(申込順)

◆職種研究講座 事務補助職とは 給与計算実務職を目指してみませんか

12月27日(水)午後1時～3時 場ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 師社会保険労務士・市川恵 区54歳以下で求職中の方 定18名(申込順)

いずれも 申問電話で、就労支援センター若者就

労支援コーナー3398-1136

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

12月22日(金)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 区都在住で60歳以上の方 区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(祝日を除く))、同係

◆杉の樹大学「スマートフォン講座」

12月10日(水)=活用講座2月7日(水)=体験講座/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(12面記入例)で、12月21日26年1月25日までに同係 区同係 他貸出機(主にらくらくスマートフォン)を使用

◆スマートフォン講座基本コース

6年1月11日～2月1日の毎週木曜日、午後1時～3時(計4回) 定7名(抽選) 申電話・往復はがき(12面記入例)に貸出機の使用希望も書いて、12月10日(消印有効)までにアライ電機産業運営事務局(〒351-0101埼玉県和光市白子1-3-40) 048-424-5380(月～金曜日午前9時～午後5時。祝日を除く) 区同事務局、同係



いずれも 場高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5)

環境活動推進センター

◆おもちゃのクリニック

12月17日(日)▶受け付け=午後1時～3時 区内在住・在勤・在学の方 定15名(申込順) 費部品代 申電話で、12月10日までに同センター 他1人1点

◆クラフト紙で作る卓上ペーパーローズ

12月18日(月)午後1時30分～3時30分 区内在住・在勤・在学の方 定15名(抽選) 費600円 申電話・Eメール(12面記入例)で、12月11日までに同センター 他速乾性接着剤・ピンセット・はさみ持参。長寿応援対象事業

◆海の世界工作教室 マイクロプラスチックNearアートと貝ランプ

12月24日(日)午前10時～午後3時 師NPO法人日本渚の美術協会・市川真澄 区内在住・在勤・在学で小学生以上の方(小学生は保護者同伴) 定10名(抽選) 費1500円 申電話・Eメール(12面記入例)で、12月16日までに同センター 他単4電池3本・はさみ・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)3336-7352 kousa@ecosuginet.jp(水曜日を除く)

スポーツ①



競技大会

区民体育祭 パドルテニス

6年1月28日(日)午前9時～午後7時 場TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区種目=男女混合団体戦 区内在住・在勤・在学の方 定70名(申込順) 申往復はがき(12面記入例)で、12月10日までに区パドルテニス協会・猪狩キヌ(〒167-0021井草4-3-4) 区猪狩090-2171-8877(午前10時～午後6時) 他ラケットの貸し出しあり

都民体育大会選手選考会兼杉並リーグ サッカー

6年1月28日～3月24日の日曜日・祝日、午前9時～午後5時 場下高井戸運動場(下高井戸3-26-1)、井草森公園(井草4-12-1)、TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区内在住・在勤で18歳以上の男性で編成された区サッカー連盟に加盟するチーム(高校生を除く) 費1チーム1万8000円 申問電話で、12月11日までに区サッカー連盟・大槻090-9833-5041(午前9時～午後10時)

スポーツ教室

区民スケート教室

12月17日(日)、6年1月7日(日)、2月4日(日)午前7時45分～9時45分 場明治神宮外苑アイススケート場(新宿区霞ヶ

丘町11-1) 区内在住・在勤・在学で小学生以上の方 定各100名(先着順) 費各1200円。小中学生各600円(別途貸し靴代) 場池上090-8111-0227(午後7時～9時) 他長袖・長ズボン・手袋・帽子着用

元旦ジョギング 元旦はみんなで気楽にジョギングを楽しもう!

6年1月1日(祝)午前7時 場妙正寺公園(清水3-21-21) 区公園内周回コース1～3周 区内在住で3歳以上の方 定100名(申込順) 申同催しホームページ https://gantanjog.hp.peraichi.com/suginamiACから申し込み 場杉並アスレチッククラブ・園080-1084-5716 他当日参加可

大宮八幡宮健康ウォーク 歩きはじめノルディックウォーク

6年1月8日(祝)午前10時30分～11時45分(雨天中止) 場スポーツハイツ(堀ノ内2-6-21) 師全日本ノルディック・ウォーク連盟講師 大方孝 区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) 申問電話で、6年1月6日までにスポーツハイツ 3316-9981 他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



シニアスポーツ振興事業 「ダンススポーツ初心者講習会」

6年1月10日(水)・17日(水)・31日(水)、2月7日(水)午後7時～9時(計4回) 場桃井第二小学校(荻窪5-10-25) 区社交ダンス 区内在住・在勤で60歳以上の方 定20名(抽選) 費200円(保険料を含む) 申往復はがき(12面記入例)に性別・生年月日も書いて、12月20日までに区ダンススポーツ連盟・国定千幸(〒167-0034桃井2-10-7) 区国定090-8517-2441 他ダンスシューズまたは上履き持参

青少年委員制度発足70周年記念講演会

君らしく生きる未来へ

「自分らしく生きる」ってどういうこと?

QuizKnockの須貝駿貴さん(下写真)と一緒に未来へのヒントを見つけよう!

6年1月27日(土)午後2時～4時 場セッション杉並(梅里1-22-32) 区内在住・在学の小中学生(子ども1名につき保護者1名まで同伴) 定300名程度(申込順) 申問電話で、学校支援課家庭・地域教育担当5307-0759。またはLoGoフォーム(下2次元コード)から申し込み/申込期間=12月5日～6年1月15日

報告書作成などのため、撮影が入ります。車での来場不可



海外文化セミナー ブルガリア

今年は「ブルガリア」を取り上げ、ブルガリアの魅力を紹介する講演、写真展示、民族音楽・舞踊披露、観光・文化紹介、民芸品販売を行います。詳細は、杉並区交流協会ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。



日時 12月16日(土)正午～午後4時30分 場所 セッション杉並(梅里1-22-32)

ラドスラフ・ニコロフ ピアノコンサート&ブルガリアの音楽と踊り 午後1時30分～3時30分 定500名(申込順) 費1500円 区チケット販売窓口=コミュかるショップ(区役所1階) 場日本・ブルガリア青少年文化交流会3398-1188

ブルガリアの歴史・文化・経済に関する講演

1午後0時15分～0時30分20時30分～1時 区1駐日ブルガリア共和国大使館一等書記官 ペタル・ニコラエフ2日本ブルガリア経済委員会・佐々木文徳 定各50名(先着順)

展示

・「ビリャナ・ストレムスカ『バラの国の唄がきこえる』」原画
・ブルガリア民族衣装、ウェディングドレス ほか

場杉並区交流協会5378-8833(午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)) 他車での来場不可▶協力=駐日ブルガリア共和国大使館、ブルガリア音楽グループ「バルカン」、日本・ブルガリア青少年文化交流会、早稲田大学校友会杉並稲門会、ゆめある舎



※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。

スポーツ②



荻窪体育館

◆子どもHIPHOP教室

時6年1月11日～3月14日の木曜日、午後5時～6時(2月22日を除く。計9回) 師emi、Aya 対小学1～4年生 定8名(申込順) 費1万2150円 申電話で、12月8日午後2時から同体育館

◆初心者向け子どもバレエ教室

時6年1月15日～3月18日の月曜日①午後4時～4時50分②5時～6時(祝日を除く。各計9回) 師同体育館スタッフ 対区内在住・在園・在学の①年中・年長②小学1～3年生 定各2名(申込順) 費各1万2150円 申電話で、12月11日正午から同体育館

◆金曜日チアリーディング

時6年1月12日～3月15日の金曜日①午後4時～5時②5時～6時③6時～7時④7時～8時(祝日を除く。各計9回) 師諏訪千尋、濱名和美 対区内在住・在園・在学の①年中～小学1年生②小学2・3年生③小学4・5年生④小学6年生～中学生 定各8名(申込順) 費各1万2150円(別途ユニフォーム代ほか) 申電話で、12月8日午後4時から同体育館

…… いずれも ……

場 荻窪体育館(荻窪3-47-2 ☎3220-3381)

高円寺みんなの体育館

◆ヨガ初級

時12月9日(土)・16日(土)・23日(土)午後7時15分～8時35分 師今田直樹 対区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各16名(申込順) 費各1000円 申電話で、同体育館。または同体育館ホームページで申し込み/申込開始日=各実施日7日前

◆小さなボールでセルフメンテナンス

時12月12日(火)・19日(火)午後3時10分～4時10分 師HIKARU 対区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各16名(申込順) 費各800円 申電話で、各実施日7日前の午前9時から同体育館

◆楽しく健康タイム

時12月19日(火)①午前11時～正午②正午～午後1時 内①ウォーミングアップ&ソフトエアロビクス②ソフトエアロビクス&ストレッチ 師宮崎輝美 対区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各70名(先着順) 費各410円。①②連続受講610円

◆誰でもダンス教室

時12月24日(日)午後1時～3時 師区ダンス協会 対区内在住・在勤・在学で小学生以上の方、障害があり簡単な指示

の下動ける方(小学生は保護者同伴) 定16名(申込順) 費100円 申電話で、12月17日午前9時から同体育館

◆①シニア・セルフケア体操②貯筋運動

時6年1月9日～3月19日の毎週火曜日①午後1時5分～1時55分②2時～2時50分(各計11回) 師HIKARU 対区内在住・在勤・在学のおおむね50歳以上で医師から運動制限を受けていない方 定各16名(抽選) 費各8800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/申込期限=12月13日

◆やさしいヨガ

時6年1月11日～3月21日の毎週木曜日、午前11時15分～午後0時45分(計11回) 師石丸あかね 対区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定16名(抽選) 費1万1000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/申込期限=12月13日

◆初級ヨガ

時6年1月12日～3月22日の金曜日、午後7時～8時(祝日を除く。計10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16名(抽選) 費8000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/申込期限=12月13日

◆いきいきスポーツ教室

時6年1月12日～3月29日の金曜日、午前9時20分～10時50分(祝日を除く。計11回) 師石丸あかね、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70名(抽選) 費8800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/申込期限=12月13日

◆エンジョイ卓球①初心者②初中級者コース

時6年1月15日～3月18日の月曜日、午後3時～5時(祝日を除く。各計9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①10名②30名(いずれも抽選) 費各9900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/申込期限=12月13日

◆背骨コンディショニング

時6年1月15日～3月18日の毎週月曜日、午後7時～8時30分(計10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18名

(抽選) 費1万円 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/申込期限=12月13日 他バスタオル・フェイスタオル持参

◆阿波おどり教室

時6年1月17日～3月13日の毎週水曜日、午後7時～8時30分(計9回) 師奥村真由美 対区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定20名(抽選) 費9000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/申込期限=12月13日

◆食とからだをつなぐヨガ

時6年1月17日～3月20日の水曜日、午前11時15分～午後0時45分(3月6日を除く。計9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16名(抽選) 費9000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/申込期限=12月13日

…… いずれも ……

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

杉並第十小学校温水プール

◆ワンポイントレッスン 1人5分間のマンツーマン指導

時6年1月7日～3月17日の毎月第1・3日曜日、午前10時～10時55分 師高見沢美恵子、飛田慶子 対区内在住・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

時6年1月7日～3月17日の毎月①第1②第3日曜日、午前11時～11時55分 内①クロール・平泳ぎ②全泳法 師①飛田慶子②高見沢美恵子 対区内在住・在勤・在学の15歳以上で①泳法によらず25m②クロール・平泳ぎで25m程度泳げる方(いずれも中学生を除く) 定各8名(申込順) 費入場料 申電話で、各実施日7日前(6年1月7日分は12月24日)の午前10時から同プール

◆木曜アクアサイズ①②ベーシック③シェイプアップ

時①6年1月11日(木)②2月8日(木)③1月25日(木)、2月22日(木)午前10時～10時55分 師日本アクアサイズ協会 対区内在住・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、①6年1月5日②③各実施日7日前の午前10時から同プール

…… いずれも ……

場 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

杉並スポーツ振興財団

◆ふれあいフットサル教室

時12月24日(日)午前11時～午後1時 場高円寺みんなの体育館(高円寺南2-36-31) 師区サッカー連盟 対区内在住・在勤・在学・通所で障害があり簡単な指示の下集団行動ができる方(小学生以下は保護者同伴) 定30名(先着順) 他上履き持参。配慮が必要な方は要連絡(実施日前日・当日は高円寺みんなの体育館 ☎3312-0313)

◆すぎなみスポーツアカデミー 障害者サポーター講座「ポッチャ」

時6年1月14日(日)午前9時30分～午後4時30分 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 師東京ポッチャ協会 対区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定30名(申込順) 申電話で、同財団。または同財団ホームページから申し込み 他上履き持参

◆すぎなみ名物ファミリー駅伝 参加チーム募集

時6年2月25日(日) 場蚕糸の森公園運動場(和田3-55-49) 内距離=約4200m 対区内在住・在勤・在学の方を1名以上含む4名1チーム 定60チーム(抽選) 申申込書(区体育施設・地域区民センター・図書館などで配布)を、同財団へ郵送・ファクス・持参。または同財団ホームページから申し込み/申込期限=6年1月10日

…… いずれも ……

場 杉並区スポーツ振興財団(〒166-0004阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル8階 ☎5305-6161 ☎5305-6162)

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6年1月6日～2月24日の毎週土曜日、午前10時20分～11時5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1万2000円

◆丈夫な足腰をつくろう教室

時6年1月10日～31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8000円

…… いずれも ……

場 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)) 申電話で、12月20日までに同施設

写真展・物産展を開催します

交流自治体の催し



名寄市「なよろ冬カレンダー」▶ 掲載作品



自治体名	催し名	日時・場所・内容など	問い合わせ
北海道名寄市	冬のなよろ写真展	時12月11日(月)～15日(金)午前8時30分～午後5時 場区役所2階区民ギャラリー 内「なよろ冬カレンダー」の掲載作品などの展示	名寄市総合政策課 ☎01654-3-2111
新潟県小千谷市	おぢやフェア	時12月17日(日)午前11時～午後1時30分(売り切れ次第終了) 場小千谷学生寮(井草4-16-23) 内特産品・産直品の販売 他マイバッグ持参。車での来場不可	小千谷市産業開発センター ☎0258-83-4800
群馬県東吾妻町	吾妻の朝市	時12月21日(木)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 内特産品・農作物の販売 他マイバッグ持参	東吾妻町まちづくり推進課 ☎0279-68-2111

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

ご理解・ご協力をお願いします

杉並区中学校対抗駅伝大会の開催と交通規制のお知らせ

平成12年に始まった杉並区中学校対抗駅伝大会は、今年で24回目を迎えます。区民の皆さんと共に、活気ある大会に向けて取り組んでいきます。

—— 問い合わせは、杉並区中学校対抗駅伝大会実行委員会事務局 ☎5307-0765へ。

- 日時** 12月10日(日)午前9時～午後1時(荒天中止)
午前9時45分=女子の部スタート
午前10時45分=男子の部スタート
- スタートゴール** 和田堀公園陸上競技場(堀ノ内1-15)
- 内容** 1チーム5名による駅伝競走
参加チーム=区内中学校の生徒で構成する男子・女子チーム



交通規制にご協力ください

当日午前9時30分～午後1時に交通規制を行います。善福寺川沿いの通行は、極力迂回をお願いします。

荒玉水道道路での車の送迎による乗り降りや伴走、自転車や車両による応援は禁止です。

パソコンやスマートフォンでも選手の活躍をご覧いただけます

YouTube RUNNET channel (右2次元コード)で大会当日の様を生配信します。



競走方法 1チーム5名による駅伝競走
① 武蔵野橋折り返しコース: 1区(競走2周)・2区・4区
② 熊野橋折り返しコース: 3区・5区

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**
荻窪の歴史写真展 日本一若くして村長になった内田秀五郎と町づくり 6年3月29日(金)まで、午前8時30分～午後5時(水曜日は7時まで。第2・4土曜日は9時から(第1・3土曜日、日曜日、祝日、12月29日～6年1月3日を除く)) / 産業振興センター / ☎荻窪百点の会・松葉 ☎090-4029-6188
- 杉並ウィンドハーモニーアンサンブル定期演奏会 12月10日(日)午後2時～4時 / 杉並公会堂 / 曲目=スパーク「オリエント急行」ほか / 1190名(先着順) / ☎同催し実行委員会 ☎080-1305-5819 / 自由席
- 座の市 12月16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交流自治体の物産品、地方の逸品などの販売 / ☎座・高円寺 ☎3223-7500
- スマホを使ったつながり体験と多世代交流 12月19日(火)午後2時～3時30分 / コミュニティふらっと成田 / アライ電機産業デジタル活用推進事業部 / 30名(先着順) / ☎NPO法人プロップK ☎3335-6230 / NPO活動資金助成事業
- みんなで銭湯に行こう 冬至に区内銭湯で「ゆず湯」を実施します 12月22日(金) / 杉並浴場組合加盟銭湯 / 520円。小学生200円。未就学児100円 / ☎杉並浴

- 場組合加盟銭湯(午後1時以降) / 実施日が異なる銭湯あり
- 講演・講座**
講演会「中国と台湾の近現代史」日本はどうかかわったか 12月9日(土)午後2時～4時 / 高井戸地域区民センター / 元高校教諭・長田正一 / 区内在住で60歳以上の方 / 50名(先着順) / 300円 / ☎杉の樹大学同窓会・原山 ☎090-9973-6587
- 中央大学学術講演会 12月9日(土)午後3時～5時 / 産業商工会館 / 中国の将来日本の針路～150年の歴史から考える / 同大学国際経営学部教授・深町英夫 / 80名(先着順) / ☎同大学学術会東京杉並支部・土屋 ☎070-5577-8358
- 地域未来セミナー【実例から学ぶ労働力供給減少とAI】 12月12日(火)午後6時30分～7時30分 / 産業商工会館 / ネイバーズグッド代表取締役・柴田真光 / 区内在住・在勤の方 / 20名(申込順) / ☎同電話で、杉並法人会 ☎3312-0912
- 介護予防教室 12月17日(日)午後2時～3時 / 特別養護老人ホームフェニックス杉並(天沼3丁目) / 作業療法士・山本隆啓 / 30名(申込順) / ☎同電話で、12月16日までに特別養護老人ホームフェニックス杉並 ☎5335-5100
- 認知症サポーター養成講座 12月25日(月)午前10時～11時30分 / ゆうゆう善福寺館 / キャラバン・メイト / 区内在住・在勤の方 / 20名(申込順) / ☎同電話で、ケア24善福寺 ☎5311-1024 / 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

- 河北健康教室「じんぞうを守ろう」 12月25日(月)午後3時～4時 / 阿佐谷地域区民センター / 河北総合病院腎臓内科医師・宮沢光太郎 / 80名(申込順) / ☎同電話で、河北医療財団広報課 ☎3339-5724 (月～金曜日午前10時～午後5時(祝日を除く))
- 東京衛生アドベンチスト病院 子育て学級(乳児クラス) 6年1月9日(火)、2月6日(火)、3月5日(火)=母乳・混合栄養、健診・予防接種 ▶ 1月23日(火)、2月20日(火)、3月19日(火)=歯みがき、乳児の発育・育児、離乳(いずれも午後2時～3時) / オンラインで実施 / 同病院産科担当保健師 / 区内在住・在勤の方ほか / 各20名(申込順) / 各1100円 / ☎同電話で、各実施日3営業日前までに同病院健康教育科 ☎3392-6151 (月～金曜日午前11時～午後5時(金曜日は2時まで。祝日を除く))
- 杉並障害者自立生活支援センターすだち
- ◆障害者のためのアート教室 6年1月6日～3月16日の毎月第1・3土曜日、午前9時30分～11時30分 / すだちの里すぎなみ(今川2丁目) / 区内在住の小学生以上で障害のある方とその介助者 / 各7名(申込順) / 初回は見学のみ
- ◆障害者のための①リトミック②ユニカール教室 6年1月28日～3月24日の毎月第4日曜日①午前10時～11時30分②午後1時30分～3時 / すだちの里すぎなみ(今川2丁目) / 区内在住の小学生以上で障害のある方とその介助者 / ①各6名②

- 各9名(いずれも申込順) / 初回は見学のみ
- …… いずれも ……
- ☎同電話で、各実施日前月1日(祝日の場合は翌営業日)～前営業日に杉並障害者自立生活支援センターすだち ☎5310-3362 (12月29日～6年1月3日を除く)
- その他**
税金なんでも相談会 12月12日(火)・21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) / ☎同電話で、各実施日前日までに同支部 ☎3391-1028 / 1人40分程度
- シルバー人材センターリサイクル自転車の販売 12月18日(月)～20日(水)午前11時～午後4時 / リサイクル自転車作業所(永福2丁目) / 販売価格=8000円～ / ☎18日のみ往復はがき(12面記入例)で、12月8日までに同センター(〒166-0004阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル6階) / ☎リサイクル自転車作業所 ☎3327-2287 (月～金曜日午前11時～午後4時(祝日を除く))
- 税金なんでも相談会 12月21日(木)午後1時～4時 / 東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目) / ☎同電話で、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
- 相続、離婚、金銭問題等書類・手続無料相談会 12月25日(月)午後1時～4時 / 庚申文化会館(高円寺北3丁目) / 区内在住・在勤・在学の方 / ☎東京都行政書士会杉並支部 ☎0120-567-537

※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。

地域活動の一步を、ここから

すぎなみ地域大学 6年1～3月開講講座の新規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・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「地域活動ことはじめ～子どもに寄り添うボランティア」	時 6年3月2日(土)午後2時～4時30分 定 30名	6年2月14日
地域活動実践コース		
救急協力員講座	時 ①6年1月20日(土)②2月25日(日)午前9時15分～午後0時30分 場 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 各20名 費 各500円	①12月25日 ②6年2月1日
食育推進ボランティア講座	時 6年1月23日～2月27日の毎週火曜日、午後2時～4時30分(計6回) 場 農福連携農園すぎのこ農園(井草3-19-23) 定 12名 費 3000円	6年1月3日
健康づくりリーダー講座	時 6年2月7日～3月13日の毎週水曜日、午前10時～午後0時30分(計6回) 定 15名 費 3000円	6年1月17日
救急協力員上級講座	時 6年2月24日(土)午前9時15分～午後5時30分 場 杉並保健所(荻窪5-20-1) 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 20名 費 1000円	6年2月1日
ゲートキーパー養成講座	時 6年3月1日(金)午前10時～正午 場 杉並保健所(荻窪5-20-1) 定 36名	6年2月8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(12面記入例)に受講動機と修了後の活動目標、在勤・在学の方は勤務先・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2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・図書館などで配布)参照



新型コロナウイルスと季節性インフルエンザの同時流行にご注意を!

今年は、過去になく早い時期から季節性インフルエンザの感染が広がっています。今後、新型コロナウイルスの感染再拡大も懸念されるため、新型コロナウイルスと季節性インフルエンザの同時流行に注意が必要です。年末年始を安心して過ごすためにも、ワクチン接種をご検討ください。

区では、引き続き区内医療機関(約230カ所)で新型コロナワクチンの「令和5年秋開始接種」を実施しています。接種を希望する方は、自身で医療機関に予約してください。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。

—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(土・日曜日、祝日、12月29日～6年1月3日を除く))へ。

■「令和5年秋開始接種」概要

- 対象者 初回接種(※)を完了し、前回接種から3カ月経過した生後6カ月以上の方
※5歳以上の方は1・2回目、4歳以下の方は1～3回目。
- 使用するワクチン 新型コロナウイルスXBB.1.5対応ワクチン

武田社製ワクチン(ノババックス)の接種を終了します

「令和5年秋開始接種」では、ファイザー社製・モデルナ社製・武田社製ワクチンの接種を受けることができますが、武田社製ワクチンについては12月25日(月)で接種を終了します。ファイザー社製・モデルナ社製ワクチンは、6年3月31日(日)まで接種を受けることができます。

- その他 ・接種は1人1回までです。・費用は無料です。
・予約サイトは、メンテナンスのため12月14日(木)午後7時～翌午前0時は利用できません。

CHECK!

Q. 新型コロナワクチンは、インフルエンザワクチンなど他のワクチンと同時に接種できますか?



A. 新型コロナワクチンは、インフルエンザワクチンとの同時接種が可能です。それぞれのワクチンを別の日に接種する場合の接種間隔についても、制限はありません。ただし、インフルエンザワクチン以外のワクチンは、新型コロナワクチンと同時に接種できません。互いに、片方のワクチンを受けてから2週間後に接種できます。
(引用=厚生労働省ホームページ「新型コロナワクチンQ&A」。一部修正)

世帯と人口 (住民基本台帳) 11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
	314,055 (106減)	13,042 (468増)	2,708 (12減)	329,805 (350増)

人口	男	女	小計	合計
日本人	265,846 (133減)	288,225 (180減)	554,071 (313減)	573,129 (148増)
外国人	9,670 (280増)	9,388 (181増)	19,058 (461増)	