すぎなみ く じょうほう 杉並区の情報はこちらから

えいごばんこうほうし ◉英語版広報紙「Hello! SUGINAMI」

はっこう び ぐうすうづき ついたち くりつ し せつ くないゆうびんきょく くないこうしゅうよくじょう 発行日は偶数月の1日です。区立施設や区内郵便局、区内公衆浴場、スーパーマーケット(「サミットストア」・「コープみらい」の く ないぜんてんぽ せいゆうたか い ど ひがしてん く ないかくえき とう こうほう はい ふ くこうしき して内全店舗・西友高井戸東店)、区内各駅、コンビニエンスストア等にある広報スタンドで配布しているほか、区公式ホームページか らも閲覧できます。

https://www.city.suginami.tokyo.jp/kusei/kouhou/kouhou/hello/index.html ········



◉杉並区勢概要ポケット版

く れきし ぶんか とりくみ こうりゅう じ ち たい しょうかい 区の歴史・文化や取組、交流自治体などを紹介しています。

くゃくしょひがしとう かいこうほう か くゃくしょにしとう かい まえ はいふ くこうしき えつらん 区役所東棟 5 階広報課、区役所西棟 1 階エレベーター前パンフレットラックで配布しているほか、区公式ホームページからも閲覧

https://www.city.suginami.tokyo.jp/documents/10614/2020webeng.pdf



●区公式ホームページ https://www.city.suginami.tokyo.jp/ ········



●区公式 LINEアカウント https://page.line.me/192gvsgr?openQrModal=true …



◉区公式 X (広報課) https://x.com/suginami_koho ·············



< やくしょ く みん じ む しょ **区役所・区民事務所**

すぎなみ く やくしょ 杉 並 区 役 所	^{すぎなみ く ぁ さ がやみなみ} 杉並区阿佐谷南 1-15-1	03-3312-2111
いぐさく みんじ むしょ 井草区民事務所	^{すぎなみ く しも い ぐさ} 杉並区下井草 4-30-2	03-3394-0461
こうえん じ く みん じ む しょ 高 円 寺 区 民 事 務 所	^{すぎなみ く うめざと} 杉並区梅里 1-22-32 セシオン杉並1階	03-3317-6560
えいふくいずみ くみんじ むしょ 永福和泉区民事務所	##### まいきくみん だいぶくいずみ ちいきくみん がい 杉並区和泉 3-8-18 永福和泉地域区民センター 3 階	03-5300-9310
西荻区民事務所	^{すぎなみ く にしおぎみなみ} 杉並区西荻南 3-5-23	03-5344-3030
たかい ど くみんじ むしょ 高井戸区民事務所	##### がい どにし けいおう だかい ど がい ど	03-3333-5395
おぎくぼ く みん じ む しょ 荻窪区民事務所	^{すぎなみ く かみおぎ} 杉並区上荻 1-2-1 Daiwa 荻窪タワー 2 階	03-3392-8846

《区役所・区民事務所でできる色々な届出・手続き》

てんじゅう てんしゅつ とどけで こせき とどけで いんかんとうろく こくみんけんこう ほけん かにゅう 転入・転出の届出、戸籍の届出、印鑑登録、国民健康保険への加入など

(**受付時間**) 午前8時30分~午後5時

じかんがい きゅうじつ まどぐちかいせつ じかん 《時間外・休日の窓口開設時間》

区役所: 第1・3・5 土曜日 午前9時~午後5時

※本紙に掲載されている情報は、明記されているもの以外は 2025 年 4月1日のものです。

ほうかいせい ないよう か ばあい くか たんとう か かく しせつ と あ 法改正などによって内容が変わっている場合がありますので、詳しくは担当課や各施設にお問い合わせください。

防災ガイド



じ しん おおあめ じょうほうしゅうしゅう ◉地震や大雨のときの情報収集

く こうしき 区公式ホームページ

く こうしき じ しん すいぼうじょうほうとう 区公式 X (地震・水防情報等)



く こうしき 区公式 LINE アカウント

災害・防災情報のメール配信サービス(英語対応有)

じしん きしょうけいほう ちゅういほう うりょう かせんすいい さいがいじ きんきゅう し しゅうまつてん きょくほう ぼうさいざょうせい むせんほうそう ないよう はいしん 地震、気象警報・注意報、雨量、河川水位、災害時の緊急なお知らせ、週末天気予報、防災行政無線放送の内容をメールで配信 しています。

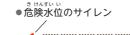
《配信登録方法》 t-suginami@sg-p.jp まで空メール (件名や本文のないEメール) を送ると、「登録用URL」が メールで届きます。そのURLにアクセスすると、登録が完了します。

電話通報サービス(日本語のみ)

かせんすい いけいほうき 河川水位警報機

がせん すいい けいかい ひつよう いき たっ けいかいずい い河川の水位が警戒の必要な域に達すると「警戒水位サイレン」が、 浸水等の被害が生ずる水位に達すると「危険水位サイレン」が鳴ります。

●警戒水位のサイレン



でん ゎ ぉうとう **●電話応答サービス(日本語のみ)**

ひ ごろ そな ●日頃の備え

- かぞく れんらくほうほう かくにん しんさいきゅうえんじょ こういき ひ なん ぱ しょ かくにん
 ご家族で連絡方法の確認と、震災救援所や広域避難場所をよく確認しておきましょう。
- 住所氏名、生年月日や血液型と既往症、連絡先、避難場所、災害用伝言ダイヤル等がわかる避難者用携帯カードを作成し被災時に かつよう 活用できるようにしておきましょう。 かくるい てんとう ちっか いとうぼう したいさく おこな ●家具類の転倒・落下・移動防止対策を行いましょう。(テレビや冷蔵庫なども)
- かじ ₹な しょうかき かさいけいほうき かんしん ₹な ●火事に備え、消火器・火災警報器・感震ブレーカーを備えましょう。 く かんしん せっち し えんじぎょう おこな (区では感震ブレーカー設置支援事業を行っています。)
- ♥ ガラスの飛散防止対策を行いましょう。
- ●落下のおそれがあるものは、高いところに置かないようにしましょう。
- 1人あたり最低3日分から1週間分の水と食料、生活用品、常備薬を備蓄しましょう。 (水は1人1日3リットルが目安)
- ひ じょうも だ ひん じゅんび ●非常持ち出し品を準備しましょう。

問▶防災課

●地震に強い住宅にしましょう。

く たいしんしんだん かいしゅうこう じ ひょう じょせいせい ど 区では、耐震診断・改修工事費用の助成制度があります。

しがいちせいびかたいしんかいしゅうたんとう
問▶ 市街地整備課耐震改修担当

ぼうさいぎょうせい む せんほうそう ないよう き と ばあい でん カ 防災行政無線放送の内容が聞き取りづらい場合、電話 で確認できます。

☎ 0120-170-100 (通話無料)

5 03-5378-8221

(区外からの電話、携帯電話、PHSの場合、通話料がかかります)







4









I **緊急・防災**

	ちゅう ちゅう もっぱん ちゅうしゅ しゅうしゅ しゅうしゅう しゅう	TEL 簔
	thido 警察	110
はんざい じこ	ヺぎなみけいさつしょ 杉並警察署	03-3314-0110
犯罪・事故	たかい と けいさつしょ 高井戸警察署	03-3332-0110
	aぎくぼけいさつしょ 荻窪警察署	03-3397-0110
	しょうぼう きゅうきゅう 消防・救急	119
か じ きゅうきゅう 火事・救急	すぎなみしょうぼうしょ 杉並消防署	03-3393-0119
	まぎくぼしょうぼうしょ 荻窪消防署	03-3395-0119
や かん きゅうじつ きゅうびょうしんりょう	すぎなみく きゅうじつとう ゃ かんきゅうびょうしんりょうじょ 杉並区休日等夜間急病診療所	03-3391-1599
夜間・休日の急病診療	すぎなみく し か きゅうじつきゅうびょうしんりょうじょ 杉並区歯科休日急病診療所	03-3398-5666
ぼうさいぜんぱん 防災全般	^{ぼうさい か} 防災課	03-3312-2111
さいがい じょうはいりょしゃ し えん 災害時要配慮者の支援	ほけんふく し ぶかんり か 保健福祉部管理課	03-3312-2111
************************************	すぎなみ どぼく じ む しょ 杉並土木事務所	03-3315-4178

きんきゅうじ れんらく 【緊急時の連絡】

犯罪や事故が起こった場合は、警察に連絡し、次のことを伝えてください。

かし きゅうきゅう お ばあい しょうぼう れんらく つぎ つた 火事や救急が起こった場合は、消防に連絡し、次のことを伝えてください。

■「火事か救急のどちらか」

■「具体的な状況」

ぼうさい かん くわ じょうほう 【防災に関する詳しい情報】

くこうにき だいき ぼ じ LA たい ひ ころ そな はっさい じ かいせつ しんさいきゅうえんじょとう ぼ しょ ひょう じ ぼうさい 区公式 HP に、大規模地震に対する「日頃の備え」や発災時に開設する震災救援所等の場所を表示した「防災マップ」、「災害・ 防災情報メール配信サービス」等について掲載しています。

https://www.city.suginami.tokyo.jp/bousai/bousai/index.html ·······



そうだん 相談

	して して して い合わせ先	TEL 等
生活や行政に関する相談	ちまうとがいこくじんそうだか 東京都外国人相談	03-5320-7744 (英語) 03-5320-7766 (中国語) 03-5320-7700 (韓国語)
に ほん 日本での暮らしに関する そうごうでき そうだん 総合的な相談	がいこくじんそうごうそうだん し えん 外国人総合相談支援センター	03-3202-5535 03-5155-4039
生活の安全に関する悩み相談	けい し ちょうがいこくじんこま きっだん 警視庁外国人困りごと相談コーナー	03-3503-8484
じんけんそうだん 人権相談	とうきょうほう むきょくじんけんよう こ ぶ 東京法務局人権擁護部	0570-090911

がいこく ご 【外国語サポートデスク】

• • •		
場所	cs U 日時	TEL 等
くせいそうだんか区政相談課	えい こ げつようびここ かようびこぜん もくようびここ きんようびこぜん 英語:月曜日午後、火曜日午前、木曜日午後、金曜日午前 きんようびこご もくようびごぜん かようびこご もくようびごぜん 中国語:月曜日午前、火曜日午後、木曜日午前、第 1・3・5 金曜日午後 ネパール語:水曜日午後 ************************************	03-3312-2111

けんこう III

	された。 問い合わせ先	TEL 等	
いりょう き かんあんない	とうきょう と いりょう き かんあんない 東京都医療機関案内サービス「ひまわり」	03-5285-8181	
医療機関案内	こくさい いりょうじょうほう AMDA国際医療情報センター	03-6233-9266	
くみんけんこうしん さ けんしん 区民健康診査・がん検診	すぎなみほけんじょけんこうすいしんか 杉並保健所健康推進課	03-3391-1015	
	おぎくぼ ほけん 荻窪保健センター	03-3391-0015	
	たかい どほけん 高井戸保健センター	03-3334-4304	
はんこうそうだん 健康相談	こうえん じ ほけん 高円寺保健センター	03-3311-0116	
	かみぃぺさほけん 上井草保健センター	03-3394-1212	
	いずみほけん 和泉保健センター	03-3313-9331	
かんせんしょう そうだん けんさ エイズ・感染症の相談・検査	すぎなみ ほ けんじょ ほ けん ょ ぼう か 杉並保健所保健予防課	03-3391-1025	
エイズに関する相談、検査情報	HIV検査相談マップ	https://www.hivkensa.	

ではいかっぽ こかい し けっていつう ち しょ も は あい いっしょ かなら じ さん ほけんしょう と ひ マイナ保険証等 (生活保護開始決定通知書を持っている場合は、それも一緒に)を必ず持参してください。保険証がないと自費 診療扱いになることがあります。

●AMDA 国際医療情報センター

いりょう き かんじょうほう ていきょう でん カ そうだん おこな とくてい ひ えい り かつどうほうじん 医療機関情報の提供や電話相談などを行っている特定非営利活動法人です。 対応言語・対応日時/時間午前10時~午後4時

月	火	すい 水	*< 木	きん 金
^{えい こ} 英語	英語	英語	英語	^{えい ご} 英語
かんこく ご 韓国語	ちゅうごく ご中国語	スペイン語	ちゅうごく ご中国語	ポルトガル語
フィリピン語	_ざ タイ語	で ベトナム語		ベトナム語

https://www.amdamedicalcenter.com/



いりょうき かんあんない

●東京都医療機関案内サービス「ひまわり」

都内医療機関の場所や診療内容などの情報提供を行っています。

対応言語/英語・中国語・韓国語・タイ語・スペイン語

たいおうにち じ まいにち ごぜん じ ごご じ 対応日時/毎日 午前9時~午後8時

https://www.iryou.teikyouseido.mhlw.go.jp/





Tんにゅうしゅつ ねんきん ぜいきん ざいりゅう て つづ **転入出・年金・税金・在留手続き**

問い合わせ発	TEL 等	
くみんか くみんがり 区民課区民係	03-3312-2111	
かくくみんじ むしょ 各区民事務所	P25 参照	
すぎなみねんきん じ む しょ 杉並年金事務所	03-3312-1511	
こく ほ ねんきん か こくみんねんきんがかり 国保年金課国民年金係	03-3312-2111	
すぎなみぜい む しょ 杉並税務署	03-3313-1131	<u> </u>
まぎくぼぜい む しょ 荻窪税務署	03-3392-1111	
すぎなみとぜいじ むしょ 杉並都税事務所	03-3393-1171	
ゕ ぜぃ ゕ のラぜぃ ゕ 課税課・納税課	03-3312-2111	
がいこくじんざいりゅうそうごう 外国人在留総合	0570-013904	
インフォメーションセンター	(IP電話・海外からは 03-5796-7112)	
	0570-034259	
とうきょうしゅつにゅうこくざいりゅうかんりきょく	(IP電話・海外からは 03-5796-7234)	
米尔山人国在苗管珪向 	https://www.moj.go.jp/isa/about/ region/tokyo/index.html	
	区民課区民係 かくくみんじむしょ 各区民事務所 すぎなみねらきないないでも金事務所 こくほねんきんかこくみんねんきんがかり 国保年金課国民年金係 すぎなみせいむしょ が並税務署 おぎくぼせいむしょ 荻窪税務署 すぎなみとせいじむなが選 がいたくしんさいりゅうそうこう 外国人在留総合 インフォメーションセンター	くみん か くみんがり 区民課区民係 03-3312-2111 かくくみん じむしょ 各区民事務所 P25 参照 すぎなみねんきん じむしょ 杉 並 年金事務所 03-3312-1511 こくほねんきん かこくみんねんきんがり 国保年金課国民年金係 03-3312-2111 すぎなみせいむしょ

でんし 5 ず 【電子地図サービス「すぎナビ」】

せいがい じ ゆうよう じょうほうき にゅうしゅ みな すぎなみ く じょうほうきょうゆう 災害時に有用な情報が入手できる、皆さんと杉並区の情報共有のための でんし ち ず へいじょう じ こうきょう し せつあんない りょう 電子地図サービスです。平常時には公共施設案内などにご利用いただけます。







II ごみ・リサイクル

	。 問い合わせ先	TEL等	
	すぎなみせいそう じ む しょ 杉並清掃事務所	03-3392-7281	
ごみ・リサイクル	ほうなん し しょ 方南支所	03-3323-4571	
200 - 9 9 1 7 10	こうえん じ しゃ こ 高円寺車庫	03-3317-6771	
	* だい うけつけ 粗大ごみ受付センター	03-5296-5300	
ごみ・資源の分け方・出し方がいこくではん。 外国語版 (日本語・英語・中国語・韓国語・朝鮮語・ネパール語・ベトナム語・フィリピン語)	ずぎなみ くゃくしょ 杉並区役所 HP をご覧ください https://www.city.suginami.tokyo.jp/s104/5928.html		
**でル 家電リサイクル	^{かでん} 家電リサイクル受付センター	0570-087200	
じさく とうさん 自作・倒産メーカーパソコンの いよぶん 処分	がソコン3R推進協会	03-5282-7685 https://www.pc3r.jp/e/	回版回 经第2 回 <i>注</i> 4

【なみすけのごみ出し達人】

「これは燃えるごみ?燃えないごみ?」、「しまった!今日はごみの日だった…。忘れないようにするにはどうしたらいいの?」と ぎもん。ようぼう。かいけつ いう疑問や要望を解決する、スマートフォン用アプリケーションです。外国語版も掲載されています。ダウンロードは無料です。 ぜひご活用ください。

●アプリの機能

ごみ・資源の収集などに関する区からのお知らせ配信/ ごみ出し日を知らせるアラーム/ごみ分別辞典/ ごみの日カレンダー/粗大ごみ申し込み画面へのリンク

ダウンロードは こちらから





Android版

III 交通・公営住宅・ペット・仕事

	問い合わせ先	TEL 等
じてんしゃちゅうしゃじょう りょう 自転車駐車場の利用	としせいびぶかんりかじてんしゃちゅうしゃじょうがかり 都市整備部管理課自転車駐車場係	03-5307-0663
じてんしゃ てっきょ 自転車の撤去	としせいびぶかんりかじてんしゃちゅうしゃじょうがかり 都市整備部管理課自転車駐車場係	03-5307-0735
	ふ 59ううんてんめんきょ し けんじょう 府中運転免許試験場	042-362-3591
じどうしゃ うんてんめんきょしょう こくさいめんきょしょう 自動車の運転免許証・国際免許証	さめず うんてんめんきょ しけんじょう 鮫洲運転免許試験場	03-3474-1374
	こうとううんてんめんきょ し けんじょう 江東運転免許試験場	03-3699-1151
く えいじゅうたく 区営住宅	じゅうたく か じゅうたくうんえいががり 住宅課住宅運営係	03-3312-2111
こうれいしゃじゅうたく さと 高齢者住宅「みどりの里」	じゅうたく か こうれいしゃじゅうたくたんとう 住宅課高齢者住宅担当	03-3312-2111
東京都の住宅	とうきょう と じゅうたくきょうきゅうこうしゃ ぼ しゅう 東京都住宅供給公社募集センター	03-3498-8894
ちんたいじゅうたく UR賃貸住宅	どくりつぎょうせいほうじん と し さいせい き こう 独立行政法人都市再生機構	03-3347-4375
いぬ とうろく きょうけんびょう よ ぼうちゅうしゃ 犬の登録と狂犬病予防注射	すぎなみ ほ けんじょせいかつえいせい か 杉並保健所生活衛生課	03-3391-1991
いかうろうそうだん し えん 就労相談・支援	すぎなみ < しゅうろう し えん 杉並区就労支援センター	03-3398-1136
リョうがくせい ざいりゅう しかくほ じしゃ しゅうしょく しえん 留学生や在留資格保持者の就職支援	とうきょうがいこくじん こ よう 東京外国人雇用サービスセンター	03-5361-8722
プレッラララせいげん ざいりゅう しかく ほ じしゃ しゅうしょく しえん 就労制限のない在留資格保持者の就職支援	しんじゅくがいこくじん こよう しえん しどう 新宿外国人雇用支援・指導センター	03-3204-8609
がいこくじんろうどうしゃ ろうどうじょうけんとう そうだん 外国人労働者の労働条件等の相談	がいこくじんろうどうしゃそうだん 外国人労働者相談コーナー	0120-811-610 (日本語)
さいりゅう しかく はんいがい しゅうにゅうかつどう おこな ば あい 在留資格の範囲外で収入活動を行う場合	がいこくじんざいりゅうそうごう 外国人在留総合インフォメーションセンター	0570-013904
くないちゅうしょう き ぎょう はたら ひと ふくり こうせい じ ぎょう 区内中小企業で働く人の福利厚生事業	いっぱんざいだんほうじんとうきょうこういききんろうしゃ 一般財団法人東京広域勤労者サービスセンター すぎなみ < えいぎょうしょ (フレンドリーげんき) 杉並区営業所	03-6279-9117

ほうち じてんしゃ

でできょ じてんしゃ しょ じてんしゃしゅうせきじょ ほかん へんかん 撤去された自転車は4か所の自転車集積所で保管・返還しています。

じ てんしゃ 【自転車のルール】

- じてんしゃ しゃどうのだりがわ はし げんそく
 ●自転車は、車道左側を走るのが原則です。
- ●歩道は歩行者優先です。歩道では、車道寄りを徐行しましょう。
- ●飲酒運転、携帯電話を使いながら、傘を差しながらの運転、二人乗りは禁止です。
- ●交差点は止まる、信号は守る、ヘルメットをかぶりましょう。





IV 子育て・教育

	問い合わせ先	TEL 等
にんしん とどけで 妊娠の届出	# c le th c c c c c c c c c c c c c c c c c c	03-3312-2111
しゅっさん ひょう えんじょ にゅういんじょさん	すぎなみふく し じ む しょおぎくぼ じ む しょ 杉並福祉事務所荻窪事務所	03-3398-9104
出産費用の援助(入院助産) ************************************	すぎなみふくし じ むしょこうえん じ じ むしょ 杉並福祉事務所高円寺事務所	03-5306-2611
※要件かあります。こ相談ください。 	すぎなみふくし じ む しょたか い ど じ む しょ 杉並福祉事務所高井戸事務所	03-3332-7221
乳幼児健康診査	かくほけん 各保健センター	P28 参照
ょぼうせっしゅ 予防接種	すぎなみ ほ けんじょ ほ けん ょ ぼう か 杉 並保健所保健予防課または かく ほ けん 各保健センター(P28 参照)	03-3391-1025
ほいくえん こどもえん にゅうえん 保育園・子供園への入園	ほいくか 保育課	03-3312-2111
じ どうかん がくどう ちゅうこうこうせい しせつ 児童館・学童クラブ・中高校生のための施設	じ どうせいしょうねん か 児童青少年課	03-3393-4760
こともと家庭に関する総合相談	そうだんせんようでん ゎ ゆうライン (相談専用電話)	03-5356-2601
	が発えばこ かていし えん 荻窪子ども家庭支援センター	03-5335-7877

	問い合わせ先	TEL 等
こ かてい かん そうごうそうだん 子どもと家庭に関する総合相談	こうえん じ こ か てい し えん 高円寺子ども家庭支援センター	03-3315-2800
	たかいどこ かていしえん 高井戸子ども家庭支援センター	03-5913-9501
すぎなみ こ そだ おうえんけん 杉並子育て応援券	ちいきこそだ しえんか 地域子育て支援課	03-5307-0786
がっこうきょういく 学校教育	すぎなみ く きょういく い いんかい じ む きょくがく む か 杉並区教育委員会事務局学務課	03-5307-0760
しゅうがくえんじょ 就学援助	すぎなみ く きょういく い いんかい じ むきょくがく む か杉並区教育委員会事務局学務課	03-5307-0761
がいこくじん きこく じょうせい と きょういく レ えん 外国人・帰国児童生徒の教育支援	すぎなみ く りつせい び きょういく 杉並区立済美教育センター	03-6379-3521

- しとうてあて いりょうひ じょせい がん カース かていぶかんり かこ いりょう てあてがり ●児童手当や医療費の助成に関することは:子ども家庭部管理課子ども医療・手当係
- ●障害のある子どもの手当については:障害者施策課障害者手当・医療係
- こっこうりつはう 5ゅうがっこうつうがくしゃ いちょう えんじょ すぎなみく しょうがく しきん かしつけ すぎなみく きょういく い いんかい じ むきょくがく む か 国公立小・中学校通学者への一部の援助/杉並区奨学資金の貸付については:杉並区教育委員会事務局学務課

すぎなみ こ そだ おうえんけん 【杉並子育て応援券】

たんぷ しゅうがくまえ こ りょう かてい いち じ ほ いく おやこ たの こうりゅう じ ぎょう こそだ し えん りょう こそだ おうえんけん 妊婦と就学前の子どもがいる家庭に、一時保育や親子で楽しむ交流事業など、子育て支援サービスに利用できる子育て応援券を こうふ だったれい おうえんけん しゅるい こうふがく こと りょう りょう でしている さいしんじょうほう しょうさい くこうしき 交付します。子の年齢により、応援券の種類や交付額が異なります。利用できるサービスの最新情報など詳細は、区公式ホームページ ササセスみ こ マヒヒ ホララネムけん らん 「杉並子育て応援券」をご覧ください。

https://www.city.suginami.tokyo.jp/ouenken/index.html



V ^{ふくし} 福祉

	も	TEL等	
高齢者の施設や活動の紹介	こうれいしゃ し さく か 高齢者施策課	03-3312-2111	
こうれいしゃ いりょう 高齢者の医療	こくほねんきんかこうれいしゃ いりょうがかり 国保年金課高齢者医療係	03-5307-0651	
こうれいしゃざいたく 高齢者在宅サービス	こうれいしゃざいたく し えん か 高齢者在宅支援課	03-3312-2111	
介護予防	すぎなみ ほ けんじょ ほ けん 杉並保健所保健サービス課	03-3391-0015	
東京都シルバーパス(70歳以上の都民が使える こうきょうこううき かん 公共交通機関のパス)の申請	たうきょう きょうかい 東京バス協会	03-5308-6950	
しょうがいしゃ ふく し 障害者の福祉サービス	しょうがいしゃ し さく か にんてい きゅう ふ がり 障害者施策課認定・給付係	03-3312-2111	
しょうがいしゃ て あて いりょう ひ じょせい 障害者手当や医療費助成	しょうがいしゃ し さく か しょうがいしゃ て あて い りょうがりり 障害者施策課障害者手当・医療係	03-5307-0781	
しんたいしょうがいしゃ て 5 にう しんせい 身体障害者手帳の申請	しょうがいしゃ し さく か しょうがいふく し #カリリ 障害者施策課障害福祉サービス係	03-3312-2111	
できょう さい きょまん き てきしょうがいしゃ しんせい 愛の手帳(18歳未満の知的障害者)の申請	とうきょう と すぎなみ じ どうそうだんじょ 東京都杉並児童相談所	03-5370-6001	
愛の手帳(18歳以上の知的障害者)の申請	とうきょう と しんしんしょうがいしゃふく し 東京都心身障害者福祉センター	03-3235-2966	
せいしんしょうがいしゃ ほ けんふく し て 5ょう しんせい 精神障害者保健福祉手帳の申請	かくほけん 各保健センター	P28 参照	
	こ が ていぶかんり か おやか てい し えんたんとう 子ども家庭部管理課 ひとり親家庭支援担当	03-5307-0343	
ひとり親家庭への支援	かくふく し じ むしょ 各福祉事務所	P30 参照	
	すぎなみく しゃかいふく しきょうぎ かい 杉並区社会福祉協議会ささえあい係	03-5347-3131	

くわ こうれいしゃざいたく し えん か でん わ 詳しくは、高齢者在宅支援課 電話 03-3312-2111 まで。

て ちょうがいしゃ て ちょう 【**障害者のための手帳**】

じぎょうあんない し せつあんない事業案内・施設案内

	さき 問い合わせ先	TEL 等		
にほんご がくしゅう 日本語の学習	ӯぎなみくこうりゅうきょうがい 杉並区交流協会	03-5378-8833		
	しゃかいきょういく 社会教育センター	03-3317-6621		
	とうきょう に ほん ご 東京日本語ボランティア・ ネットワーク	https://www.tnvn.jp/		
こくさいこうりゅう こくないこうりゅう じ ぎょう 国際交流・国内交流事業	すぎなみ < こうりゅうきょうかい 杉並区交流協会	03-5378-8833		
ぶんか しせつ 文化施設	すぎなみげいじゅつかいかん ざ こうえん じ 杉並芸術会館「座・高円寺」	03-3223-7500 http://za-koenji.jp/english /about/index.html		
	すぎなみこうかいどう 杉並公会堂	03-3220-0401		
	とうきょうこうげいだいがく 東京工芸大学 すぎなみ 杉並アニメーションミュージアム	03-3396-1510 https://sam.or.jp/ english_home		
としょかん 図書館	ちゅうおう と しょかん 中央図書館	03-3391-5754		
はくぶつかん 博物館	まう ど はくぶつかん 郷土博物館	03-3317-0841		
	まうど はくぶつかんぶんかん 郷土博物館分館	03-5347-9801		
ラルどうひょう たいいくかん 運動場・体育館・プール	スポーツ振興課施設管理係	03-3312-2111		

すぎなみ く こうりゅうきょうかい 【杉並区交流協会】

でいき ないき ないき ないき ないき ないき ないき ないきょうせいしゃかい そうごり 「人と人 地域と地域をつなぐ」をモットーに、①在住外国人の支援、②国内外の自治体交流の推進、③多文化共生社会の相互理

II イベント・観光案内

			問い合わせ先	TEL 等		
く こうしき 区公式ホームページ	https://www.city. suginami.tokyo.jp/		広報課	03-3312-2111		
〈 こうしきじょうほう 区公式情報サイト「すぎなみ学倶楽部」	https://www. suginamigaku.org/					
かんこうじょうほう 観光情報サイト 「なみじゃない、杉並! ^{5ゅうのさせん} 中央線あるあるPROJECT」	(日本語) https://www. chuosen-rr.com/		さんぎょうしんこう 産業振興センター	03-5347-9184		
	(英 語) https://experience- suginami.tokyo/					

2025年 6 月発行

はっこう すぎなみ く へんしゅう そうも ぶ こつほう か じゅうしょ とうきょう と すぎなみ く あ さ がやみなみ でん わ でん わ その でん わ 発行 / 杉並区 編集 / 総務部広報課 住所 / 〒 166-8570 東京都杉並区阿佐谷南 1-15-1 電話 / 03-3312-2111(代表)

へんしゅう せいさくきょうりょく かぶしきがいしゃ さ の編集・制作協力/株式会社佐野 登録印刷物番号 / 07-0033