

# すぎなみ



支えあい共につくる  
安全で活力あるみどりの住宅都市 杉並

|                            |      |
|----------------------------|------|
| 防災まちづくりフェア<br>～災害に備える      | …… 3 |
| さざんかねっと登録者の更新              | …… 3 |
| 難病患者の皆さんへ                  | …… 5 |
| 「次世代育成基金」への<br>応援寄附をお願いします | ……12 |
| 日本フィル<br>春休みオーケストラ探検       | ……12 |

発行/杉並区 編集/広報課 〒166-8570杉並区阿佐谷南1-15-1 http://www.city.suginami.tokyo.jp/ 区の代表電話 ☎3312-2111 FAX3312-9911 (広報課直通)

## 善福寺川

## 「水鳥の棲む水辺」創出事業

# シンポジウム



善福寺川「水鳥の棲む水辺」創出事業とは、区を代表する河川である善福寺川において、良好な水辺環境の指標となる「水鳥」に着目し、多様な動植物が生息・生育・繁殖できる潤いと安らぎのある水辺環境を再生・創出することを目的に区民と区が共に取り組む事業です。鳥の生息状況を把握するための水鳥一斉調査や事業周知のためのシンポジウムを毎年開催しています。

——問い合わせは、土木計画課施設整備係へ。

▶ポスターは女子美術大学制作



善福寺川  
水鳥の  
棲む水辺  
創出事業シンポジウム

平成27年  
1月31日(土)

13時00分 開場 / 13時30分 開会  
17時00分 閉会(予定)  
勤労福祉会館ホール

〒167-0034 善福寺3丁目2番2号 TEL: 03-3301-0811  
※本会の場は出向の交通機関をご利用ください。  
※本会での駐車場の確保はできません。

○開場式 13時30分 開演 15分  
○基調講演 「野鳥の父・中西悟堂と善福寺池」 17時00分 開演 15分  
○音楽コンサート 18時00分 開演 15分  
○パネルディスカッション 「善福寺川を楽しもう」 19時00分 開演 15分  
○閉会式 19時30分 閉会 15分  
定員 約300名(先着順)  
参加費 無料  
申込先 当日、会場へお申し込み下さい。  
イラスト&デザイン 女子美術大学

◆基調講演  
「野鳥の父・中西悟堂と善福寺池」  
西村 眞一 (中西悟堂研究家)

◆音楽コンサート  
杉並第二小学校ウインドバンド 吹奏楽

◆パネルディスカッション  
「善福寺川を楽しもう」  
コーディネーター (進行役)  
木原 秋好 (すぎなみ地域大学学長)

パネリスト (発言者)  
前橋工科大学名誉教授・土屋 十囀  
元(勲)日本野鳥の会理事・西村 眞一  
ライフ計画事務所取締役設計画部長・村岡 政子  
東京都下水道局第二基幹施設再構築事務所設計課長・武藤 真

### シンポジウムプログラム

- 【日 時】1月31日(土)午後1時30分～5時(予定)
- 【場 所】勤労福祉会館(桃井4-3-2)
- 【内 容】下記のとおり
- 【定 員】300名(先着順)
- 【費 用】無料
- 【申し込み】当日、直接会場へ
- 【その他】車での来場はご遠慮ください

#### ①基調講演「野鳥の父・中西悟堂と善福寺池」

▷講師=中西悟堂研究家・西村眞一(右上写真)



#### ②音楽コンサート

杉並第二小学校ウインドバンドによる吹奏楽

#### ③パネルディスカッション「善福寺川を楽しもう」

- ▷コーディネーター(進行役)  
すぎなみ地域大学学長・木原秋好(右下写真)
- ▷パネリスト(発言者)  
前橋工科大学名誉教授・土屋十囀  
元(勲)日本野鳥の会理事・西村眞一  
ライフ計画事務所取締役設計画部長・村岡政子  
東京都下水道局第二基幹施設再構築事務所設計課長・武藤真



### 昨年度の善福寺川水鳥一斉調査の様子



▲善福寺公園コース



▲和田堀公園コース

本調査は小学生と保護者の皆さんに参加していただき、毎年1月中旬に実施し、調査結果はシンポジウム会場でお知らせしています。

## 全国初となる自治体間連携による 特養ホーム整備の基本合意書を締結

26年12月11日(木)、杉並区、南伊豆町および静岡県との間で検討してきた全国初となる自治体間連携による特別養護老人ホームの整備について基本合意書を締結しました。この取り組みは、都市部と地方部が抱える課題を自治体間で協力して解決していく新たな取り組みです。

区は、高齢者の方々が住み慣れた地域で安心して暮らせることを目指し、地域包括ケアシステムの構築に向け、取り組みを強化していますが、現在区内には、在宅生活が困難で特別養護老人ホームに入所を希望する方が約1800名います。今後もさらに入所希望者は増加することが見込まれています。

区は、入所を希望する方ができる限り早期に入所できるように区内整備を基本として整備を進め、高齢者の方の施設選びの選択肢の一つとして、区域を越えた整備も行い高齢者の暮らしを支えていきます。

岡高齢者施策課施設整備推進担当



▲左から、田中良区長、川勝平太静岡県知事、梅本和熙南伊豆町長

事業主の皆さんへ

## 従業員の個人住民税は特別徴収での納入をお願いします

特別徴収とは事業主（給与支払者）が所得税の源泉徴収と同じように、毎月従業員（納税義務者）に支払う給与から個人住民税を差し引き、納入していただく制度です。従業員の個人住民税は、特別徴収が原則となっています。

東京都と都内全62区市町村では、26～28年度を特別徴収推進期間として、オール東京で特別徴収を推進しています。まだ特別徴収を実施していない事業主の方は、ぜひ、特別徴収による納入への切り替えにご理解とご協力をお願いします。



▲個人住民税PRキャラクター「ぜいきりん」

区課税課特別徴収係

農林業関係の方へ

## 統計調査にご協力ください

2月1日を基準日として、全国一斉に農林業の国勢調査といわれる「2015年農林業センサス」が実施されます。農林業センサスは、我が国の農林業の実態を明らかにし、農林業施策の企画・立案・推進のための基礎資料となる統計を作成・提供することを目的としており、今後の農林業施策に役立てるため、5年ごとに実施されるものです。

1月中旬から、農林業を営んでいる皆さんのところに調査員が訪問して、調査票に農林業の経営状況などの記入をお願いしますので、ご協力をお願いします。

調査票に記入された事項は、統計以外の目的には使用されませんので、ありのままを記入してください。



▲農林業センサスイメージキャラクター「つつー」

区民生生活部管理課統計係

## 宿泊施設をご利用ください

——予約・問い合わせは、直接各施設へ。

★コニファーいわびつは、1月28日(水)～2月17日(火)の間、施設改修工事を行うため休館します。

世界遺産富士の麓

民営化宿泊施設 **富士学園**

◇バスツアーのご案内

時・内下表のとおり**集合・解散場所**＝JR荻窪駅・阿佐ヶ谷駅、京王線明大前駅(申込)・電話で、あんしん予約センター☎0120-844-891(午前9時～午後5時)へ**最少催行人数**＝各20名



▲富士学園付近から見た富士山

〈富士学園 3月のバスツアー(1泊2日)〉(区民補助金適用後)

| 出発日    | コース                                     | 料金(小学生以上の区民1名あたり) |
|--------|---|-------------------|
| 7日(土)  | 早春の梅と桜を満喫しよう! 熱海梅園と河津桜を訪ねて              | 1万2000円           |
| 9日(月)  | 山梨で感じる春の足音! 梅の名所不老園といちご狩り               | 1万3000円           |
| 13日(金) | 箱根パワースポットとポーラ美術館鑑賞と春の甲州夢小路を巡って          | 1万4000円           |
| 20日(金) | ちょっと優雅な春の宴! 山梨富士屋ホテルランチと有名ワイナリーを訪ねて     | 1万4000円           |
| 29日(日) | 年に1度の絶景! 身延山したれ桜と直売所日本一の朝市でお買い物         | 1万3000円           |
| 30日(月) | 春といえば桜がいちご! 静岡の名所、御殿山さくら祭りや山梨の完熟いちご食べ放題 | 1万3000円           |

※料金には往復バス料金・観光交通費・観光地での体験料・入園料・宿泊代(夕・朝食付き(一部は昼食付き))・国内旅行保険掛金が含まれています。

◇河口湖・冬花火(1月17日～2月22日の土・日曜日、2月23日(月))

澄み切った冬の夜空を彩る打ち上げ花火がご覧になれます。

◇西湖樹氷まつり(1月24日(土)～2月1日(日))

西湖野鳥の森公園で行われる氷の祭典。高さ約10mにもなる樹氷は迫力満点。

◇ダイヤモンド富士

2月末ごろまで山中湖周辺では、富士山頂に太陽が重なる瞬間(日没時)、ダイヤモンドのように輝く現象をご覧になれます。

詳細・申し込みは、電話で富士学園へ

源泉かけ流し 南伊豆の宿

民営化宿泊施設 **弓ヶ浜クラブ**

◇2泊3日JR阿佐ヶ谷駅発バスツアー(2日目観光付き)

●**出発日**＝1月26日(月)、2月23日(月)・25日(水)、3月2日(月)・4日(水)、4月1日(水)

●**観光の一例**＝河津桜まつり、稲取雛のつるし飾りまつりほか

●**料金**＝1万5200円～(区民補助金適用後)

※最小催行人数＝20名。

◇**みなみの桜と菜の花まつり**(2月10日(火)～3月10日(火))

期間中、南伊豆町の青野川沿いは、早咲きの桜が花開き、桜のピンク、土手には菜の花の黄色、温泉の白い湯煙と春らしいコントラストの風景になります。

弓ヶ浜クラブに宿泊いただき、一足早いお花見をお楽しみください。

◇**夜桜☆流れ星**(3月1日(日)～7日(土))

ライトアップされた桜と「いのり星」(星に見立てたLEDを光源とする光の球)の放流をあわせてご覧になるイベントです。

※期間中、宿泊者の方には施設から会場までの送迎あり(要予約)。

詳細・申し込みは、電話で弓ヶ浜クラブへ



天の川プロジェクト®

▲夜桜☆流れ星

湯河原温泉でゆっくりと

協定旅館 **湯の里「杉菜」**

◇2月6日(金)まで! 「新春初詣・日帰りバスツアー」開催中

杉菜発三嶋大社を巡る日帰り初詣ツアー開催中、昼食は名店のうなぎをご堪能ください。

●**コース(一部)**＝杉菜～三嶋大社(参拝)～昼食付き～各所見学～小田原駅

●**料金**＝大人・子供(同一料金)各4980円

※最小催行人数＝5名。

◇2月7日(土)～3月15日(日)は湯河原梅林を巡る日帰りツアー開催予定

◇追加料理・1月限定「あわびの陶板焼き」1080円(要予約)

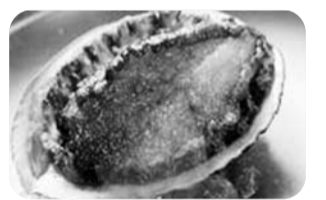
◇直行便で楽々移動「JR阿佐ヶ谷駅⇄杉菜、定期バス」運行中

●**運行日**＝毎週月～金曜日

●**出発時刻**＝往路＝JR阿佐ヶ谷駅南口発(午後1時)／復路＝湯の里「杉菜」発(午前9時30分)

●**料金(片道)**＝大人2100円、子供1200円 ※大人往復3900円。

詳細・申し込みは、電話で湯の里「杉菜」へ



▲ボリューム満点のあわびをご堪能ください

民営化宿泊施設の予約・区民宿泊料金など ◇ご予約は、直接各施設へ。

| 施設名(所在地)    | コニファーいわびつ(群馬県吾妻郡東吾妻町)   | 富士学園(山梨県南都留郡忍野村)                            | 弓ヶ浜クラブ(静岡県賀茂郡南伊豆町)                        |
|-------------|---|---|---|
| 申し込み(受付時間)  | ☎0279-68-5338(午前9時～午後8時) FAX0279-68-5417  | ☎0120-844-891 ☎0555-84-7031(午前9時～午後5時)      | ☎0120-412-224 ☎0558-62-3187(午前10時～午後5時)   |
| 宿泊料金(1泊2食付) | 平日 大人 8748円～<br>子供 6480円～   | 小学生以上＝7200円～<br>◆冬季割引◆3月31日まで(小学生以上＝6172円～) | 5歳以上＝7992円～<br>◆冬季割引◆4月30日まで(5歳以上＝6156円～) |
|             | 休前日 大人 9828円～<br>子供 7560円～  | 小学生以上＝8229円～<br>◆冬季割引◆3月31日まで(小学生以上＝6172円～) |   |
| 入湯税         | 12歳以上＝150円  |   | 12歳以上＝130円                                |
| 補足          | 区内在住の方は、上記料金に2000円(65歳以上または障害のある方は3000円)の宿泊補助が適用されます。区内在住を証明するもの(コピー可)を持参してください。富士学園・弓ヶ浜クラブは、小学校移動教室で利用するため、5月～10月(夏季期間を除く)は利用できない日あり。富士学園は、小学生が夕食を子供食に変更した場合540円減額。                                      |   |   |
| 注意          | ※1. 宿泊開始日の6カ月前から申し込み可。インターネットからも申し込み可。区ホームページ「生涯学習・余暇活動」参照。2. パンフレットを区民生生活部管理課、区民事務所などで配布。3. 利用人数や季節(年末年始等)により料金が変わる場合あり。4. 予約の変更・取消はキャンセル料がかかる場合あり。5. 1名利用時の宿泊料金は増額となる場合あり。6. 区民以外の方の料金は、各施設へお問い合わせください。 |   |   |

協定旅館 湯の里「杉菜」の予約・区民宿泊料金など(神奈川県足柄下郡湯河原町宮上)

| 申し込み(受付時間)   | ☎0120-465-002 ☎0465-62-4805(午前9時～午後8時) |       |       |
|--|--|-------|-------|
| 宿泊料金   | 平日                                     | 休前日   |       |
|  | 高齢者・障害者(大人)                            | 6000円 | 7050円 |
| 障害者(子供)  | 4200円                                  | 4940円 |       |
|  | 一般                                     | 7000円 | 8050円 |
| 補足   | 子供                                     | 4900円 | 5640円 |
|  | ※上記料金は1泊2食付き、2名利用時。                    |       |       |
| 12歳以上は1泊150円の入湯税がかかります。子供は3～11歳まで。区内在住を証明するもの(コピー可)持参。 |  |       |       |

直営施設 「杉並区秋川研修室」予約・料金など あきる野市五日市☎042-596-0693

|                       |   |
|-----------------------|---|
| 料金                    | ▷宿泊(1泊2日)＝1200円(2泊3日まで。宿泊を伴う研修で宿泊しない方は300円)<br>▷日帰り＝1室1時間600円<br>▷休館日＝毎週水曜日、12月29日～1月3日、施設点検日<br>※区内在住で65歳以上、小学生以下または身体障害者手帳等をお持ちの方は無料。 |
| 対象                    | 5名以上40名以下で、研修や勉強会などを行う団体(在学者または18歳未満の方が利用する場合は、保護者・監督者同伴)   |
| 申込方法                  | ①電話または直接窓口で予約(区内在住・在勤・在学の方が3分の2以上を占める団体は利用希望日の3カ月前から予約可。それ以外の団体は利用希望日の2カ月前から予約可)<br>②予約後、申請書をお渡しします(利用希望日の2週間前までに区へ提出)                  |
| 注意                    | ※1. 食事の提供は行いません。2. 予約の変更・取消はお早めにご連絡ください。  |
| 申込・区民生生活部管理課(区役所西棟7階) |   |

1月14日(水)  
・15日(木)

# 防災まちづくりフェア～災害に備える

1月で阪神・淡路大震災から20年となります。その間も新潟県中越地震や東日本大震災など日本各地で大地震が発生しており、改めて災害に備えた対策や準備の重要性が認識されています。

災害時の建物の倒壊や延焼火災の被害軽減に、建物の耐震化や不燃化は最も有効な対策の1つです。防災まちづくりフェアでは、区の建物の耐震化・不燃化支援施策や防災用品等についての展示や紹介をします。また、起震車による地震の体験もできます。家族や自分を守るために、日頃から地震時の行動を確認するなど、災害の発生に備えましょう。

——問い合わせは、まちづくり推進課へ。

〈防災まちづくりフェア〉

- 日にち** 1月14日(水)・15日(木)
- 場所** 区役所1階ロビーほか
- 内容** 右表のとおり
- 費用** 無料
- 申し込み** 当日、直接会場へ

| 催し名             | 内容   | 場所・時間  |
|-----------------|--|--|
| 起震車体験           | 震度7までの地震を体験できます。地震の揺れを体験し、地震時の身の安全確保の方法などを学びましょう           | 青梅街道側入り口前<br>午前10時～正午、<br>午後1時30分～3時<br>(雨天中止) |
| 阪神・淡路大震災写真展示    | あらためて震災を振り返り、これからの杉並の防災まちづくりを考えてみませんか                      | 区民ギャラリー<br>(中棟2階)<br>午前10時～午後4時                |
| 耐震無料相談会         | 区に登録する木造耐震診断士による相談会です。簡易診断の申し込みもできます／杉並建築設計事務所協会           | 1階ロビー<br>午前10時～午後4時                            |
| 地震時の備えの展示       | 家具類の転倒や落下物の防止対策器具、住宅用火災警報器のメンテナンス方法などを展示します／杉並消防署          |  |
| ガス安全対策の展示       | 都市ガスが家庭に届くまでの流れ、複合型都市ガス警報器などを展示します／東京ガス                    |  |
| 狭あい道路の拡幅整備パネル展示 | 狭あい道路の問題点や拡幅整備事業の必要性について展示します                              |  |
| 建築物不燃化助成制度パネル展示 | 緊急道路障害物除去路線や震災救援所周辺などにおいて、耐火性能の高い建築物を建築する方に建築資金の一部を助成しています |  |
| 防災用品のあっせん品展示    | 区では消火器や非常食などの災害に備えた防災用品のあっせんを行っています                        |  |

## 講演会 防災まちづくりを考える

### 災害危険を理解し、 防災まちづくりをどう進めるか

1月15日(木)午後1時45分～3時45分 区役所第5・6会議室(西棟6階) 東京大学生産技術研究所准教授・加藤孝明 区内在住・在勤・在学の方 定員60名(先着順) 申込当日、直接会場へ 共催＝杉並建築会

## 不燃化まちづくりの取り組み

区まちづくり推進課防災まちづくり係

### ◆建築物不燃化助成

区では、災害時の避難路の確保や迅速な消火・救援・救助活動のために、震災救援所周辺等において、耐火性能の高い建築物を建築する方に建築資金の一部を助成します。対象地域・助成対象者に制限があります。その他助成要件など、詳細はお問い合わせください。

### ◆不燃化促進住宅をご利用ください

区内在住の方が、自己居住用住宅を耐火建築物などに建て替える場合、工事期間中の一時移転先として不燃化促進住宅を利用できます(地域による優先順位があります)。優先地域・利用住宅・空室状況・月額家賃・申し込み方法など、詳細はお問い合わせください。

※東京都でも、1月22日(木)まで耐震キャンペーンを実施しています。詳細は、東京都耐震ポータルサイト <http://www.taishin.metro.tokyo.jp/> をご覧ください。

☎東京都都市整備局建築企画課 ☎5388-3362

## 集会施設

# さざんかねっと 登録者の更新

杉並区公共施設予約システム「さざんかねっと」は、新システム移行に伴い、3月31日に有効期限を迎える全ての登録種別で更新手続きが必要になります。なお、更新手続きは3年ごとに必要です。

——問い合わせは、地域課地域施設係または各地域活動係(井草 ☎3394-0462 / 西荻 ☎3301-0981 / 荻窪 ☎3398-8261 / 阿佐谷 ☎3314-7435 / 高円寺 ☎3317-6561 / 高井戸 ☎3333-5399 / 永福和泉 ☎5300-9311) へ。

【期間】 2月1日(日)～3月31日(火)

【対象】 24年度に新規登録または24年2・3月に更新をした団体、個人(区内・区外)

【受付場所】 さざんかねっと集会施設ガイドブック掲載施設窓口(無人施設を除く)

(利用者登録要件と必要な書類)

| 登録種別        | 登録要件   | 必要な書類   |  |
|-------------|--|---|--|
| さざんかねっと登録団体 | 以下の①～⑦全ての要件を満たしている団体<br>①5名以上で、うち3分の2以上の方および代表者・連絡責任者が、区内に住所を有する方(区内在勤・在学の方、区内所在団体の構成員を含む)である<br>②16歳以上の方が2名以上である<br>③代表者・連絡責任者が16歳以上である<br>④会則(規約)と名簿を備え付けている<br>⑤代表者が、同じ利用種目で2つ以上の団体の代表者を兼ねていない<br>⑥政治、宗教、営利(※1)を目的とした団体でない<br>⑦同一世帯のみの構成員ではない | ●申請者本人の確認ができるもの(※2)<br>●構成員名簿(区民が3分の2以上含まれていること)<br>●会則(規約)<br>●名簿記載者のうち3分の2以上の区民の氏名・住所が確認できるもの(代表者・連絡責任者は必須。在勤・在学の場合は、勤務先または学校の所在地が確認できる証明書かそのコピー) |  |
| 区内利用者       | 個人   | 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方  | ●登録者本人の確認ができるもの                            |
|             | 団体   | 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方が1名以上含まれる2名以上の団体で、代表者が区内に住所を有する16歳以上の方(区内在勤・在学者の方、区内所在団体の構成員を含む)である団体   | ●代表者本人の確認ができるもの<br>●構成員名簿(区民が1名以上含まれているもの) |
| 区外利用者       | 個人   | 区外で16歳以上の方  | ●登録者本人の確認ができるもの                            |
|             | 団体   | 区外で16歳以上の方だけで構成される2名以上の団体(代表者は16歳以上)  | ●代表者本人の確認ができるもの<br>●構成員名簿                  |

※1. 営利目的の例＝入場料・参加費を徴収するもので実費を大きく上回る。申込者自らが講師となって勉強会、講習会、教室等を開催し、授業料などを徴収する。施設内で直接金銭の授受を伴う販売行為をする。一般の参加者を募り、特定の企業の製品等の宣伝・広告・勧誘の類を行う(マルチ商法の勉強会も含む)。

※2. 本人の確認ができる証明書＝運転免許証・住民票・区民証・健康保険証・パスポート・学生証・社員証など、住所・氏名が確認できるもの。

区からの お知らせ SUGINAMI INFORMATION 採用情報

区立保育園等アルバイト

区立保育園等アルバイト
内職種・勤務時間・勤務期間
採用人数・時給
勤務日数
勤務場所
資格
採用人数・時給
勤務日数
勤務場所
資格

Table with 5 columns: 職種, 勤務時間, 勤務期間, 採用人数, 時給. Rows include 保育補助 (フルタイム), 保育補助 (午前4時間), 保育補助 (午後4時間), 用務 (フルタイム).

条件による。交通費支給(上限あり)
希望職種(順位を付けて複数記入可)
志望動機・勤務可能期間
「広報すぎなみ」を見て応募した旨を記入
収入額により扶養の範囲を超える場合あり

心理技術職員(嘱託員)
内利用者の発達検査、心理相談など
勤務期間
勤務日数
勤務場所

募集します
井草地域区民センター
地域住民の交流、コミュニティの形成を目的に、祭りや各種講座、地域の団体との協働による事業を企画・実施しています

知的・精神障害者対象
チャレンジ雇用
チャレンジ雇用職員として事務補助に従事するパートタイムを募集します

生活園
福祉事務所・就労支援
生活保護受給者等の就労促進のための助言と指導
勤務期間
勤務日数
勤務場所

高井戸事務所のいづれか
資格
ハローワークなどでの就労支援の経験がある方またはキャリアアコンサルタントの有資格者

勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

地域包括支援センター職員
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ひとりでも悩まないで... 犯罪被害者総合支援窓口
お気軽にご相談を。プライバシーは守ります。
相談専用電話 5307-0620
月～金曜日の午前8時30分～午後5時(祝日・休日を除く)

子育て・教育
今春、区立小中学校に入学する方を対象に、就学通知書(入学のお知らせ)を1月15日(木)に発送します

男女平等推進センター講座
男女平等推進センターでは、男女が互いに理解を深め、自分らしく生き生きと暮らせる社会の実現を目指して、区民向け啓

歯科保健医療センター
歯科保健医療センターは、歯の健康を維持し、生活の質を向上させることを目的として、歯科診療、予防歯科、口腔ケアを行っています

歯科助手(パート)
歯科保健医療センターは、歯科診療のサポートとして、歯科助手(パート)を募集しています

障害者歯科診療・訪問歯科診療等の介助(区職員の募集)
歯科保健医療センターは、障害者歯科診療、訪問歯科診療等の介助(区職員の募集)を募集しています

高齢者に関する総合相談全般、介護予防プランの作成
高齢者に関する総合相談全般、介護予防プランの作成を目的として、高齢者支援センターを開設しています

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

ケア24堀ノ内
勤務場所
ケア24堀ノ内
資格
保健師または地域ケア等の経験のある看護師

ケア24下井草
勤務場所
ケア24下井草
資格
保健師、看護師、主任ケアマネジャーのいずれかを有する方

年金

20歳になったら「国民年金」

日本に住む20歳以上60歳未満の全ての人は、国民年金に加入し保険料を納めることになって...

国民年金は、老後の所得保障だけでなく、障害や死亡といった万 one のとき、私たちの生活の安定が損なわれないよう、みんなの前もって保険料を出し合い...

施設情報

荻窪駅南口通り 公衆便所廃止

本公衆便所に接道する都市計画道路補助131号線(荻窪駅南口付近)青梅街道間のバリアフリー化工事に伴い、2月1日(日)をもって本公衆便所を廃止します。

臨時休館

◇西田ゆうゆうハウス

西田ゆうゆうハウス(荻窪1-38-15)は電気設備工事のため、1月17日(土)は臨時休館します。なお、1月13日(火)は開館し...

ます。

生涯学習推進課

◇区立図書館

中央図書館(荻窪3-40-23)は特別整理(蔵書点検・燻蒸処理)のため、2月16日(月)〜25日(水)まで臨時休館します。

なお、臨時休館中は、中央図書館の本なども予約できませんが、貸し出しまでに時間がかかる場合があります。

中央図書館 ☎ 3391-754

その他

マンション管理

無料相談会

月2回(第2・4木曜日)、管理組合の運営や大規模修繕等の分譲マンションに関する問題について、マンション管理士が相談をお受けします。

時 1月22日(木)午後1時〜4時 場 区役所1階ロビー(定3組)申込順) 申 杉並マンション管理士会 ☎ http://suginami-mark-an.org から申し込み。または、電話・ファクス(9面記入例参照)で、杉並マンション管理士会 ☎ 6312-6707 FAX 6320-0994 へ 問 同会、住宅課

ユネスコ 世界寺子屋運動 書き損じハガキ 回収キャンペーン

世界には学校に通えない子どもが約7200万人、読み書きのできない大人が約7億4000万人います。1枚の書き損じハガキが募金となり教育支援(寺子屋運動)として使われます。区内施設に投函用ボックスを置きますので、ご協力をお願いします。

区内で住宅火災が多発しています

昨年、区内では住宅火災が多発し、26年中に9名の方の尊い命が失われました。主な出火原因は「こんろ・たばこ・電気ストーブ」です(東京消防庁管内)。火災を出さないために、十分注意しましょう。

こんろ



- 火をつけたままそばを離れない。
●こんろの周りに燃えやすいものを置かない。
●安全機能付きのこんろを使用する。

たばこ



- 寝たばこはしない。
●灰皿以外のものに吸殻を入れない。
●灰皿には水を入れ、こまめに捨てる。

電気ストーブ



- 「電気だから安心」という過信に注意。
●ストーブの近くには可燃物を置かない。
●つけたまま寝ない。

住宅用火災警報器は、火災を早期に見出し、被害を軽減します。まだつけていない方は、お問い合わせください。

問 杉並消防署 ☎ 3393-0119、荻窪消防署 ☎ 3395-0119

時 回収期間 4月1日まで (郵送では随時受け付け) 申 ① 回収箱設置場所 区役所1階中杉通り側入り口・図書館・セシオン杉並・地域区民センター・区民事務所・ゆうゆう館 ② 郵送 杉並区ユネスコ協会事務局 (〒167-0031 本天沼3-11-9) 問 同事務局・国嶋 ☎ 3394-9482、社会教育センター ☎ 3317-6621

特別区(東京23区) 合同説明会を開催します

特別区職員採用試験の受験希望者を対象に、各区・組合の業務内容や、やりがいなどを伝えます。

時 3月1日(日)午前10時〜午後4時 場 早稲田大学早稲田キャンパス(新宿区西早稲田1-6-1) 内 各区・組合ブース、技術・専門職(土木造園、建築、機械、電気、福祉、衛生監視、保健師)の個別相談、コラボブース、採用試験概要説明のそれぞれのブースに分かれての説明 対 27年度以降の特別区職員採用試験の受験希望者 申 当日、直接会場へ 問 特別区人事委員会事務局任用課 採用係 ☎ 5210-9787 他 ① 混雑状況により入場を制限することがあります ② 受験資格は特別区人事委員会 ☎ http://www.tokyo23city.or.jp/saiyo-u-siken.htm 参照

難病患者の皆さんへ

— 問い合わせは、医療費助成については、各保健センター(荻窪 ☎ 3391-0015 / 高井戸 ☎ 3334-4304 / 高円寺 ☎ 3311-0116 / 上井草 ☎ 3394-1212 / 和泉 ☎ 3313-9331) へ。 手当については、障害者施策課障害者福祉係 ☎ 5307-0781 へ。

27年1月から、難病医療費助成の対象疾病(国が指定する指定難病)が、56疾病から110疾病に拡大しました(下記のとおり)。それに伴い難病患者福祉手当の対象疾病も拡大することになりました。指定難病にかかっている、まだ医療費助成や手当を受給していない方は申請をお願いします。なお、すでに手当を受給している方は、改めての申請は不要です。また、年齢制限、所得制限、他の手当との併給制限、施設入所制限に該当する方は、手当を受給できません。制度の内容や申請手続きについては各問い合わせ先でご確認ください。

〈難病医療費助成対象疾病一覧〉

- 球脊髄性筋萎縮症
● 筋萎縮性側索硬化症
● 脊髄性筋萎縮症
● 原発性側索硬化症
● 進行性核上性麻痺
● パーキンソン病
● 大脳皮質基底核変性症
● ハンチントン病
● 神経有棘赤血球症
● シャルコー・マリー・トゥース病
● 重症筋無力症
● 先天性筋無力症候群
● 多発性硬化症/視神経脊髄炎
● 慢性炎症性脱髄性多発神経炎/多巣性運動ニューロパチー
● 封入体筋炎
● クロウ・深瀬症候群
● 多系統萎縮症
● 脊髄小脳変性症(多系統萎縮症を除く)
● ライソゾーム病
● 副腎白質ジストロフィー
● ミトコンドリア病
● もやもや病
● プリオン病
● 亜急性硬化性全脳炎
● 進行性多巣性白質脳症
● HTLV-1関連脊髄症
● 特発性基底核石灰化症
● 全身性アミロイドーシス
● ウルリッヒ病
● 遠位型ミオパチー
● ベスレムミオパチー
● 自己貪食空胞性ミオパチー
● シュワルツ・ヤンペル症候群
● 神経線維腫症
● 天疱瘡
● 表皮水疱症
● 膿疱性乾癬(汎発型)
● スティーヴンス・ジョンソン症候群
● 中毒性表皮壊死症
● 高安動脈炎
● 巨細胞性動脈炎
● 結節性多発動脈炎
● 顕微鏡的多発血管炎
● 多発血管炎性肉芽腫症
● 好酸球性多発血管炎性肉芽腫症
● 悪性関節リウマチ
● パージャール病
● 原発性抗リン脂質抗体症候群
● 全身性エリテマトーデス
● 皮膚筋炎/多発性筋炎
● 全身性強皮症
● 混合性結合組織病
● シェーグレン症候群
● 成人スチル病
● 再発性多発軟骨炎
● ベーチェット病
● 特発性拡張型心筋症
● 肥大型心筋症
● 拘束型心筋症
● 再生不良性貧血
● 自己免疫性溶血性貧血
● 発作性夜間ヘモグロビン尿症
● 特発性血小板減少性紫斑病
● 血栓性血小板減少性紫斑病
● 原発性免疫不全症候群
● IgA腎症
● 多発性嚢胞腎
● 黄色靱帯骨化症
● 後縦靱帯骨化症
● 広範脊柱管狭窄症
● 特発性大腿骨頭壊死症
● 下垂体性ADH分泌異常症
● 下垂体性TSH分泌亢進症
● 下垂体性PRL分泌亢進症
● クッシング病
● 下垂体性ゴナドトロピン分泌亢進症
● 下垂体性成長ホルモン分泌亢進症
● 下垂体前葉機能低下症
● 家族性高コレステロール血症(ホモ接合体)
● 甲状腺ホルモン不応症
● 先天性副腎皮質酵素欠損症
● 先天性副腎低形成症
● アジソン病
● サルコイドーシス
● 特発性間質性肺炎
● 肺動脈性肺高血圧症
● 肺静脈閉塞症/肺毛細血管腫症
● 慢性血栓性肺高血圧症
● リンパ脈管腫症
● 網膜色素変性症
● バッド・キアリ症候群
● 特発性門脈亢進症
● 原発性胆汁性肝硬変
● 原発性硬化性胆管炎
● 自己免疫性肝炎
● クローン病
● 潰瘍性大腸炎
● 好酸球性消化管疾患
● 慢性特発性偽性腸閉塞症
● 巨大膀胱短小結腸腸管蠕動不全症
● 腸管神経節細胞僅少症
● ルピンシュタイン・テイビ症候群
● CFC症候群
● コステロ症候群
● チャーシ症候群
● クリオピリン関連周期熱症候群
● 全身型若年性特発性関節炎
● TNF受容体関連周期性症候群
● 非典型溶血性尿毒症症候群
● ブラウ症候群

### 地域福祉活動費助成金事業の募集

歳末たすけあい運動の募金をもとに、世代を超えた「地域でのつながり」をつくるための地域福祉を推進する活動(事業)に助成します。

◇助成対象期間  
4月1日(水)～28年3月31日(休)に実施する事業

◇対象団体  
区内で地域福祉活動を行っている、または活動開始を予定している民間非営利団体およびグループ

◇対象事業  
地域福祉活動を推進し、特定の組織の会員・構成委員等に限定されない発展性のある事業

◇種類と上限金額  
①チャレンジ応援助成=50万円  
②定例活動活性化助成=20万円

◇申し込み  
申請書(社会福祉協議会で2月2日から配布)を、2月27日午後5時までに同協議会(荻窪5-15-13あんさんぶる荻窪5階)へ持参

◇その他  
詳細は、2月2日から配布する募集要項をご覧ください

☎杉並区社会福祉協議会地域支援課地域福祉推進係 ☎5347-1017

### 次回の「すぎなみニュース」はこちら!

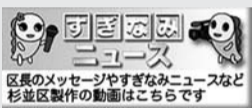
## のんびりと史跡をめぐる散歩コースをご紹介します

すぎなみニュースでは区内でのさまざまな出来事や区の取り組みを毎週動画で配信しています。

●視聴方法=区ホームページの動画コーナーからご覧になれます(右図)。また、ケーブルテレビJ:COM東京(デジタル11チャンネル)でも、午前9時、正午、午後8時の1日3回(各15分)放送しています。

●配信開始日 1月11日(日)

杉並史跡散歩、次世代育成基金のご紹介  
※内容は変更する場合があります。



▲区ホームページのトップページにあるバナー(上図)をクリック!!

☎広報課

## 情報ぽけっと

区の後援・その他の催し・講座など

——申し込みは、各団体へ——

### 催し

★ニューイヤー・ガラ・コンサート 1月6日(金)午後6時30分 会場 セシオン杉並 出演=安陪恵美子・原千裕(ソプラノ)、須永尚子(メゾソプラノ)、高田智士(バリトン)、大久保真(指揮)、杉並区民オペラ合唱団ほか▷曲目=オペラ「椿姫」より乾杯の歌ほか▷定員500名(申込順) 費3500円ほか▷申込・☎電話で、NPO法人杉並区民オペラ ☎3380-1042 地区民10組20名を無料招待(抽選)=往復ハガキ(9面記入例参照)で、1月19日(必着)までにNPO法人杉並区民オペラ(〒166-0012和田1-11-15)へ

★☆近所付き合い広目隊 防犯餅つき大会&バザー 1月18日(日)午前10時 会場 馬橋稲荷神社(阿佐谷南2丁目) 内容 つきたて餅・とん汁の無料配布ほか▷区内在住の方 費無料▷申込当日、直接会場へ▷☆近所付き合い広目隊事務局・市村 ☎3311-9143

★ギャラリー落語会 1月28日(水)午後7時30分 会場 そは処中屋(西荻北4丁目) 内容 古典落語▷出演=濱乃志隆ほか▷定員50名(先着順) 費1000円▷申込当日、直接会場へ▷商店街ギャラリー・清水 ☎080-3412-2439

★駅からお散歩「西荻窪」～自分の目で確かめる小さな散歩道 1月31日(出)午前10時～午後1時 会場 坂の上のけやき公園、地藏坂、善福寺公園、遅野井の滝野杵嶋神社など▷集合・解散場所=JR中央線西荻窪駅北口 NPO法人すぎなみムーサ ☎30名(抽選) 費500円(保険料含む)▷申込・☎電話またはファクス(9面記入例参照)で、1月23日までにすぎなみムーサ・石田 ☎・FAX5930-5868へ

★舞台鑑賞会「アンディ先生のストリートマジック」 1月22日(日)午後2時～4時 会場 西荻地区民センター 内容 ストリートマジック、イリュージョン▷出演=アンディ先

生ほか▷4歳以上の方 ▷定員366名(申込順) 費2000円。18歳以下1500円(子育て応援券利用可。当日券は各500円増し)▷申込Eメール(9面記入例参照)に希望枚数も書いて、子ども文化NPO M・A・T ☎m3a7t@shore.ocn.ne.jp へ▷同団体 ☎3397-5152

### 講演・講座

★英会話講座～自信がない方の為の①初級英会話②TOEIC500点 1月19日(月)・26日(月)①午後7時～8時15分②8時20分～9時20分 会場 永福和泉地区民センターほか▷会場ジェミー・マコーマック ▷定員各20名程度(申込順) 費各1000円▷申込ファクス(9面記入例参照)に希望日と①②の希望も書いて、グロービス商工研究会 FAX5913-8105 へ▷同団体 ☎050-3786-0801

★認知症サポーター養成講座 1月23日(金)午後2時～3時30分 会場 おおばけアセンター(天沼3丁目) 講師 キャラバン・メイト山井久美子 ▷区内在住・在勤・在学の方 ▷定員7名(申込順) 費無料▷申込・☎電話で、1月22日までにおおばけアセンター ☎6383-6080 へ

★郷土史講座1月例会「中央線誕生～甲武鉄道物語」 1月25日(日)午後1時30分～3時30分 会場 阿佐谷地区民センター▷鉄道作家・中村建治 ▷区内在住の方 ▷定員80名(先着順) 費500円▷申込当日、直接会場へ▷杉並郷土史会・新村 ☎3397-0908

★「オアシス」15周年記念シンポジウム 高齢者と障がい者の地域生活を支える～権利擁護のさらなる質の向上を目指して 1月27日(火)午後1時～4時 会場 弁護士会館「クレオ」(千代田区) 内容 ①特別講演=早稲田大学名誉教授・田山輝明②パネルディスカッション▷費無料▷申込当日、直接会場へ▷東京弁護士会人権課 ☎3581-2205 へ▷無料法律相談会も開催(午後4時～5時)

★読み語り講座「宮澤賢治の絵本を読む! 楽しむ!」 1月21日(祝)午後2時～3時40分 会場 高井戸地区民センター▷絵本教育協会代表・浜島代志子 ▷子育て中の保護者、教育関係者ほか ▷定員40名(申込順) 費1500円(子育て応援券利用可)▷申込往復ハガキ(9面記入例参照)に同伴の子供の有無も書いて、こどもの成長を護る杉並ネットワーク

### ★すぎなみ地域大学&すぎなみ大人塾共同開催 特別講演会

### 自分×社会～デザイントーク

## ジュエリー×貧困問題 ブランドビジネスによる社会貢献

「自分らしい社会貢献のカタチ。答えはエシカル(倫理的)なジュエリービジネスだった」。

社会起業家であり、ブランドビジネスを通じた社会貢献を行う白木さんから、起業に至った経緯や未来、ジュエリーへの想いを伺います。さらに私たちの夢を出発点にこれからを考えていく、対話やワークショップなども行います。自分と社会、そしてそのつながりをデザインしてみませんか。



▲白木夏子



▲新谷大輔

【日時】2月7日(出)午後1時30分～4時30分  
【場所】セシオン杉並(梅里1-22-32)  
【内容】第1部=トークセッション▷第2部=交流ワークショップ  
【講師】HASUNA代表・白木夏子▷コーディネーター=三井物産戦略研究所・新谷大輔  
【定員】50名(申込順)  
【費用】無料  
【申し込み】電話またはEメール(9面記入例参照)で、社会教育センター ☎3317-6621 へ▷shakyo-c@city.suginami.lg.jp へ  
【問い合わせ】同センター  
【その他】おむね1歳からの託児あり(事前申込制)

(〒168-0073下高井戸2-10-21-611井原方) へ▷井原 ☎070-6611-2925 へ▷詳細は、同団体 ▷http://www.kodomo-net.org 参照

★河北健康教室～股関節の勉強会 1月30日(金)午後2時～3時45分 会場 荻窪タウンセブン(上荻1丁目) 内容 「どんなときに? 股関節の手術とリハビリ」(同病院整形外科副科長・阿部瑞洋)、「股関節手術前後のリハビリテーションについて」(同病院リハビリテーション科理学療法士・見供翔) ▷定員90名(申込順) 費無料▷申込・☎電話で、同病院広報制作室 ☎3339-5724 (月～土曜日、午前9時～午後5時(祝日を除く)) へ

★ひとり親家庭の自立促進講習会「料理教室」 1月25日(日)午前10時～午後2時 会場 高円寺地区民センター▷講演と実習～手軽にできるバランス食 ▷区内在住でひとり親家庭の親(親子での参加も可) ▷定員24名(抽選) 費無料▷申込往復ハガキ(9面記入例参照)に子供が参加する場合は子供の氏名・年齢・性別も書いて、1月25日(必着)までに杉並区母子寡婦福祉団体連合会・野添美佐子(〒166-0004阿佐谷南1-33-5) へ▷野添 ☎3311-0005 (火・木・土・日曜日、午前11時～午後7時)

★超初心者向け①パソコン②デジカメ入門講習会 1月17日(火)～20日(金)午後1時30分～4時30分(各計4回) 会場 高井戸地区民センター▷①基本操作、簡単な文章の作成など▷②基本操作、パソコンへの取り込みなど▷ITスクエア杉並 ▷区内在住で55歳以上の方 ▷定員各10名(抽選) 費各7000円▷申込往復ハガキ(9面記入例参照)に①②の希望も書いて、2月1日(必着)までにITスクエア杉並(〒168-0063和泉3-17-15) へ▷同団体 ☎090-4722-2574 へ▷講習会場で同じ時間帯にパソコン相談を1日1回実施(予約不要)

### その他

★税金なんでも相談会 1月24日(出)午前9時～正午 会場 東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目) 費無料▷申込・☎電話で、同支部 ☎3391-0411 (午前9時30分～午後5時(正午～午後1時除く)) へ▷①相談時間は1人45分程度▷詳細は同支部ホームページ参照

★封筒、ハガキの宛名書き承ります 内容 封筒宛名書き料金(硬筆も可)▷2行(住所1行・名前1行)=1枚71.5円▷3行(住所2行・名前1行)=1枚93.5円▷申込・☎電話で、シルバー人材センター ☎3317-2217 へ



★自衛官への道～①自衛官候補生②予備自衛官補募集! 内容 資格=①18歳以上27歳未満の方(採用予定月の1日現在。上限は入隊時期により異なるため受付時に確認)②18歳以上で国家免許資格等を有する方(27年7月1日現在。各種応募資格により異なるため受付時に確認)▷受付期間=①通年②3月24日まで▷採用試験日=①受付時に通知②4月10日(金)～14日(火)のうち1日▷国防省自衛隊高円寺募集案内所 ☎3318-1358

★杉並区障害者団体連合会パートタイマー職員募集(受け付けパート事務補助員) 内容 受け付け事務など▷勤務期間=4月1日～28年3月31日(4回まで更新可。ただし65歳に達した年度末で退職)▷勤務日時=月13日程度(年末年始を除く)。午前8時30分～午後9時のうち4時間程度▷勤務場所=和田障害者交流館(第1・3月曜日休館)▷対象=受け付け業務が可能な障害者および健常者▷募集人数=4名▷報酬=時給1100円▷その他=有給休暇あり。交通費支給(上限あり)▷申込履歴書を、1月29日(必着)までに杉並区障害者団体連合会事務局(〒166-0003高円寺南2-24-18高円寺障害者交流館内) へ▷郵送または持参▷同事務局 ☎5306-2627 へ▷書類選考合格者には、面接を実施(2月上旬予定)。応募書類は返却しません

★杉並区社会福祉協議会 非常勤職員募集 内容 相談援助業務および事務▷採用予定日=4月1日▷勤務場所=杉並区社会福祉協議会▷資格=精神保健福祉士または社会福祉士▷募集人数=2名▷その他=申し込み方法、選考方法などの詳細を募集要項(同協議会 ▷http://www.sugisyakyo.com 参照)で確認の上、2月3日午後5時(必着)までに同協議会経営管理課管理係(〒167-0051荻窪5-15-13あんさんぶる荻窪5階) へ▷郵送または持参▷同係 ☎5347-1010

すぎなみスポーツアカデミー

障害者サポーター講座(公開講座)

障害の有無にかかわらず共にスポーツを楽しめるよう、障害者スポーツの支援方法を学びたい方・学んだ方の活動の幅を広げるため、障害者アスリートの講演を聞き、ディスカッションを行います。

- 【日時】2月7日(土)午後1時～3時
【場所】区役所第4会議室(中棟6階)
【内容】障害者と共に活動するための理論
【講師】IPC2013世界陸上競技選手権大会100m4位・大西瞳(左写真)
2014ソチパラリンピック出場(アルペンスキー<立位>回転・大回転)・東海将彦(右写真)
【対象】区内在住・在勤・在学で16歳以上の方
【定員】30名(抽選)
【費用】無料
【申し込み】往復ハガキ(9面記入例参照)に性別も書いて、1月25日(必着)までに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)へ
【問い合わせ】同財団 ☎5305-6161



©越智貴雄 ©Paraphoto

区内の空間放射線量等測定結果

区は、下記のとおり区内の空間放射線量等の測定を実施しました。測定結果は、区ホームページでもご覧になれます。
—問い合わせは、各担当課へ。放射線量測定に関する全般的なことについては環境課放射能対策担当 ☎3312-2111(区代表)、放射線量測定の方法については杉並保健所生活衛生課 ☎3391-1991へ。

- ◆区立小中学校・保育園等の給食食材 園学務課、保育課
26年12月26日現在、区立小中養護学校、保育園の給食食材、計1939検体を測定した結果、健康に影響を与えるものではありません。
◆区内3カ所(定点測定) 園環境課放射能対策担当
単位:マイクロ・シーベルト/h

Table with 3 columns: 測定場所, 測定日, 測定高さ(1m). Rows include locations like 阿佐谷南1-15-1 and 荻窪5-20-1 with measurement dates and heights.

※測定機器は、シンチレーションサーベイメーター TCS-172Bです。

SPORTS スポーツのある暮らし 健康の第一歩

競技大会

- 区民体育祭
◇合気道演武大会
◇ユニカール
●都民体育大会予選会 バスケットボール
●杉小小温水プールの教室
◇個人向け泳法ワンポイントレッスン
◇うきうきウォーキング①やさしい②シェイプアップ

スポーツ教室

- 都民体育大会予選会 バスケットボール
●杉小小温水プールの教室
◇個人向け泳法ワンポイントレッスン
◇うきうきウォーキング①やさしい②シェイプアップ

スポーツ教室

- 杉小小温水プールの教室
◇個人向け泳法ワンポイントレッスン
◇うきうきウォーキング①やさしい②シェイプアップ

- ◇ビギナースイム
◇泳力アップ①初級②中級
●上井草スポーツセンターの教室
◇大人のステップアップ卓球講座
◇ライジングディスク教室
◇親子サッカー教室70
◇放課後エンジョイフットボール

- ◇大人のサッカー教室 初心者クラス〜ドリブル編
◇プレキッズ&マミーサッカー教室

- 弓道一般講習会
●荻窪体育館の教室
◇Saturday Brunch Time (自由参加型)〜リフレッシュ・ヨガ

- ◇シニア・チャレンジ・スポーツ教室
①初めての太極拳
②初めてのユニカール

- 初心者ダンススポーツ講習会
●野沢温泉スキー教室

- 野沢温泉スキー教室
●親子日帰りスノーシュー&雪あそび

その他

- 親子日帰りスノーシュー&雪あそび

■家族介護教室

◇認知症の方との関わり方「パーソン・センタード・ケアの視点を生かして」

時 1月19日(月)午後1時30分～3時 場 上荻窪会議室 (上荻3-16-6) 師 その人を中心とした認知症ケアを考える会理事・村田康子 区内在住の方 定20名 (申込順) 費 無料 申込・問 電話で、もえぎ西荻北・若王子 ☎3301-2036へ

◇「なでしこの会」に集まりませんか?～認知症家族の会の活動紹介

時 1月20日(火)午後2時～3時30分 場 サンフレンズ上井草園 (上井草3-33-10) 師 杉並介護者応援団 区内在住・在勤の方 定15名 (申込順) 費 無料 申込・問 電話で、上井草ふれあいの家 ☎3394-9831へ

◇介護場面における福祉用具の活用「ベッドと床ずれ関連用具とは」

時 1月21日(水)午後2時～3時 場 阿佐谷北ふれあいの家 (阿佐谷北1-2-1) 師 フランスベッド・福祉用具専門相談員 区内在住の方 定10名 (申込順) 費 無料 申込・問 電話で、阿佐谷北ふれあいの家 ☎3338-8630へ

◇かしこく・おいしく・ロコモ予防

時 1月27日(火)午後2時～3時30分 場 方南会館 (和泉4-42-5) 師 理学療法士 区内在住の方 定60名 (申込順) 費 無料 申込・問 1月13日から電話で、ケア24方南 ☎5929-2751へ

◇認知症サポーター養成講座

時 1月28日(水)午後1時30分～3時30分 場 すぎなみ正吉苑 (清水2-15-24) 師 キャラバン・メイト 区内在住の方 定20名 (申込順) 費 無料 申込・問 電話で、ケア24清水 ☎5303-5823へ 他 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

◇「もう年寄りとは呼ばせない～年寄り革命」いざ入院に備えて～地域医療支援病院の立場から

時 1月28日(水)午後2時～3時30分 場 ゆうゆう堀ノ内松ノ木館 (松ノ木2-38-6) 師 河北総合病院入退院支援センター職員 区内在住で65歳以上の方 定30名 (申込順) 費 無料 申込・問 1月13日から電話で、ケア24松ノ木 ☎3318-8530へ 他 共催=ゆうゆう堀ノ内松ノ木館。長寿応援対象事業

◇「ケアハウス」ってどんなところ?

時 1月28日(水)午後2時～3時 場 八成分区民集会所 (井草1-3-2) 師 ニチイケアハウス井草・齊藤徳成 区内在住・在勤の方 定20名 (申込順) 費 無料

申込・問 電話で、ケア24下井草 ☎5303-5341へ

◇靴選びで困っていませんか?あなたの足にあった正しい靴の選び方!

時 1月29日(木)午後2時～3時30分 場 ケア24梅里 (梅里1-7-17) 師 徳武産業 区内在住の方 定12名 (申込順) 費 無料 申込・問 1月13日から電話で、ケア24梅里 ☎5929-1924へ

◇高齢者と薬～認知症薬を中心に

時 1月31日(土)午前10時～11時 場 高円寺北ふれあいの家 (高円寺北3-20-8) 師 スター薬局薬剤師 区内在住・在勤・在学の方 定20名 (申込順) 費 無料 申込・問 電話で、デイホーム高円寺北ふれあいの家 ☎3330-4903へ

■これで安心、遺言と相続

遺言や相続問題について法律の基礎を学びましょう。

時 2月8日(日)午後2時～3時30分 場 永福図書館 法テラス東京副所長・亀井時子 定45名 (申込順) 費 無料 申込・問 電話または直接、永福図書館 (永福4-25-7) ☎3322-7141へ

■杉並区地域自立支援協議会シンポジウム

杉並区の障害者福祉について区民の皆さんと共に考える講演とシンポジウムを開催します。

時 2月12日(土)午後1時 場 阿佐谷地域区民センター (阿佐谷南1-47-17) 内 第1部=基調講演「障害者権利条約と合理的配慮」、取り組み報告▷第2部=シンポジウム「地域における障害者の自立生活(くらし)を考える」～障害当事者と支援者が障害者の自立生活(くらし)についてパネルディスカッション 師 D P I 日本会議事務局長・佐藤聡 区内在住・在勤の方 定80名 (申込順) 費 無料 申込 電話またはファクス (9面記入例参照) に所属団体がある場合は団体名も書いて、障害者施策課地域ネットワーク推進係 FAX5307-0773へ 問 同係

■2月「始めたいひとのウォーキング講座」

認知症予防には、有酸素運動や食生活、脳を使う生活が大切です。ウォーキングの楽しみを見つけて、習慣化するためのコツを学ぶ入門講座です。

時・内 2月9日(月)=ウォーキングを始めよう～認知症予防とウォーキングの効果▷16日(月)=効果的な歩き方を体験しよう～ミニウォーキング(約2km)▷23日(月)=続けるコツを知ろう～目標づくり、楽しみ方、質疑応答/全3回要出席。いずれも午後1時

1月の妊娠を望む方のための基礎講座

妊娠の仕組みや不妊について専門講師による基礎的な講座と体験プログラムを行います。カラダを温める食事についての講義と試食があります。

時 1月21日(水)午後1時30分～4時30分 場 杉並保健所 (荻窪5-20-1) 内・師 「妊娠力アップのための基礎講座」(虹クリニック・看護師)、「カラダを温める食事作りで妊娠力をアップ」(管理栄養士・堀理佐)、「お話し会」(PICA不妊ピア・カウンセラー) 区内在住・在勤で妊娠を希望している女性(カップルでの参加も可) 定15名 (申込順) 費 無料 申込・問 電話で、杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015へ

30分～3時30分 場 杉並保健所4階(荻窪5-20-1) 師 NPO法人杉並さわやかウォーキング 区内在住の65歳以上で日常生活に介助の必要がない方 定20名 (抽選) 費 無料 申込 ハガキ(9面記入例参照)で、1月24日(必着)までに高井戸保健センター「始めたいひとのウォーキング講座」担当(〒168-0072高井戸東3-20-3)へ 問 同担当 ☎3334-4304 他 ウォーキング記録ノートを差し上げます。長寿応援対象事業

■男性初心者向けの料理教室～非常時に力を発揮する食生活の知恵

1人暮らしでも簡単な調理技術を習得できるよう、具体的な調理法やバランスの良い食事について学びましょう。

時 2月9日(月)午前9時30分～午後0時30分 場 高井戸地域区民センター 内 献立=ココロカレー、何でもありのサラダ、切り干し大根の炒め煮、簡単肉まん、時短炊飯おにぎり 師 すぎなみ栄養と食の会管理栄養士・吉村静子 区内在住で60歳以上の男性 定30名 (申込順) 費 700円(保険料含む) 申込・問 電話または直接、高井戸地域区民センター総合受付(高井戸東3-7-5) ☎3331-7841へ 他 エプロン・三角巾・布巾・筆記用具を持参

オレンジバルーンフェスタin杉並  
(在宅医療推進フォーラム)

「ある日突然大切な人が“がん”になったらあなたは どうする?」

がん告知後の治療、再発、リハビリなどについて紹介するほか、がんになっても普段と同じような療養生活を送るための展示・体験コーナーを開設します。

【日にち】 1月24日(土)

【場所】 座・高円寺(高円寺北2-1-2)

【時間・内容・講師】

◇ホール(午後1時～4時)=第1部=講演「がんを診断されたらあなたならどうする?」(河北総合病院、杉並区歯科医師会)▷第2部=シンポジウム・講演「緩和ケアってなあに」(救世軍ブース記念病院、東京衛生病院、立正校成会附属佼成病院、越川病院、杉並区居宅介護支援事業者協議会、杉並区薬剤師会)▷第3部=癒しのライブコンサート(出演=カズン〈右写真〉)

◇展示・体験コーナー(正午～午後4時)=介護用品・医療用かつら等の無料体験、栄養補助食品・口腔ケアグッズの紹介や配布、杉並区医師会等による相談受け付けなど

【対象】 区内在住・在勤・在学の方ほか

【定員】 ホール=250名(先着順)

【費用】 無料

【申し込み】 当日、直接会場へ

【問い合わせ】 高齢者在宅支援課在宅療養推進担当、杉並保健所地域保健課 ☎3391-1355

【その他】 車いすで来場する方は、事前にご連絡ください



1月29日(木) 「杉並区健康づくり推進条例」制定一環企画  
心臓病・動脈硬化との戦い～その最前線

心臓と動脈硬化の関係、動脈硬化の原因、予防的措置。最新の心臓病、動脈硬化の現場から、あなたにもできる「心臓リハビリ」などについて心臓病の専門医がやさしく解説します。

【日時】 1月29日(木)午後2時～3時30分

【場所】 杉並保健所地下講堂(荻窪5-20-1)

【講師】 榊原記念病院副院長・伊東春樹(右写真)

【対象】 区内在住・在勤の方

【定員】 80名(申込順)

【費用】 無料

【申し込み・問い合わせ】

1月13日から電話で、高円寺保健センター健康づくり担当 ☎3311-0116へ

【その他】 杉並健康ネットワーク企画。長寿応援対象事業



糖尿病予防教室

やる気スイッチ 今日からできる 糖尿病予防

糖尿病のリスクが高いと判断された区民の方のために、糖尿病予防に取り組む実践的な教室です。

時 2月14日(土)午前9時30分～午後3時15分 場 上井草保健センター(上井草3-8-19) 内 専門医が語る!～糖尿病を正しく怖がるコツ/歯も命!～歯周病のチェックとアドバイス/食べて納得!～バランスの良い食事/目からウロコ!～普段の食事でサプリ不要/さらばリスク!～続けて得する運動のコツ/体験!～自己血糖測定と尿検査(希望者) 師 河北総合病院医師・吉田勢津子、同病院管理栄養士・宮本好子、同病院理学療法士・釜野未緒、上井草保健センター歯科衛生士・保健師・管理栄養士 区内在住の30～64歳で糖尿病のリスクが高い方またはその家族ほか 定20名(申込順) 費 500円 申込・問 電話で、上井草保健センター ☎3394-1212 他 運動ができる服装で、運動靴・飲み物・タオル、健康診査の結果票・普段使用しているご飯茶碗を持参



ハガキ・ファクス・Eメール  
**申し込み記入例**

(1) 行事名・教室名  
(2) 郵便番号・住所  
(3) 氏名(フリガナ)  
(4) 年齢  
(5) 電話番号  
1人1枚

申込先の住所・ファクス番号・Eメールアドレスは、各記事の申込でご確認ください。  
住所が記載されていないものは、区役所〇〇課(〒166-8570阿佐谷南1-15-1)へお申し込みください。

※往復ハガキ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。

**催し EVENT**

■初笑！方南寄席  
今年は図書館で初笑いをいかがでしょうか？  
時 1月17日(土)午後3時～4時 場 方南図書館(方南1-51-2) 内 出演=事例亭武蕉ほか定25名(先着順) 費 無料申込当日、直接会場へ 問 方南図書館 ☎5355-7100

■すまいる荻窪早春コンサート  
時 2月1日(日)午後2時～3時 場 杉並保健所地下講堂(荻窪5-20-1) 内 ミュージカルの主題歌やJ-POPなど 出 演=元宝塚歌劇団月組・やまぐちあきこ(歌) 宛 区内在住・在勤の方定50名(先着順) 費 無料申込当日、直接会場へ 問 すまいる荻窪 ☎3391-1976

■特別映画会「ゆずり葉」  
全日本ろうあ連盟創立60周年を記念して制作された映画を上映します。  
時 1月17日(土)午後2時～4時 場 下井草図書館(下井草3-26-5) 定 40名(先着順) 費 無料申込当日、直接会場へ 問 下井草図書館 ☎3396-7999

■プラネタリウム投映「今夜の星空+ひと晩の星の動き」  
当日の星空について生解説します。また、時間がたつと星がどのように動いていくのかを探ってみましょう。  
時 2月7日(日)①午前11時②午後2時(各回60分程度) 場 科学館(清水3-3-13) 宛 区内在住・在勤・在学の方定各回140名(先着順) 費 無料申込当日、直接会場へ 問 科学館 ☎3396-4391 他 中高生～大人向けの内容です。5歳未満はご遠慮ください。途中入退場はできません。エレベーター・エスカレーターはありません。車での来館はご遠慮ください

**講演・講座**

■3月の足腰げんき教室  
筋力強化やバランス能力に効果的なボールを使った体操などを紹介します。  
時・場・申込 下表のとおり 師 健康運動指導士 宛 区内在住の65歳以上で、日常生活に介助の必要がなく介護保険の要介護・要支援の認定を受けていない方 定 各15名(抽選) 費 無料 問 荻窪保健センター足腰げんき教室担当 ☎3391-0015 他 ①抽選結果発送は2月12日ごろの予定②長寿応援対象事業

〈3月の足腰げんき教室〉  
申し込みは、ハガキ(記入例参照)に希望会場1カ所(下表参照)・番号も書いて、1月21日(必着)までに荻窪保健センター足腰げんき教室担当(〒167-0051荻窪5-20-1)へ

| 番号 | 会場                     | 日時(週1回、4回コース)                               |
|----|------------------------|---|
| 37 | 杉並保健所運動室(荻窪5-20-1)     | 3月6日～27日の毎週(金)午後1時30分～3時30分                 |
| 38 | 梅里区民集会所(梅里2-34-20)     | 3月2日(月)・10日(火)・16日(月)・24日(火)の午前9時30分～11時30分 |
| 39 | 高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) | 3月4日～25日の毎週(水)午後1時30分～3時30分                 |
| 40 | 方南区民集会所(方南1-27-8)      | 3月3日(火)・9日(月)・17日(火)・23日(月)の午前9時30分～11時30分  |

■今川図書館歴史講演会「今川周辺の文化財」  
井草八幡宮や今川周辺の文化財に関する講演会を開催します。  
時 1月24日(土)午後1時～3時 場 今川図書館 師 杉並郷土史会会長・新村康敏 宛 区内在住・在勤・在学の方ほか定30名(申込順) 費 無料 申込・問 電話または直接、今川図書館(今川4-12-10) ☎3394-0431 へ

■子育て支援者向け研修 こんな家族に育ちたい  
家族の抱える問題をどの様に捉え向き合えば良いか、一緒に考えてみませんか。  
時 1月24日(土)午前10時15分～正午 場 上荻児童館(上荻1-20-13) 師 上級教育カウンセラー・田中典子 宛 子育て支援活動者・子育て世代の親 定 50名程度(先着順) 費 無料 申込当日、直接会場へ 問 児童青少年課児童館運営係 ☎3393-4760 他 託児あり(1月13日～23日(18日を除く。午前9時～午後5時)に申し込み。先着10名程度)▷主催・協力=みらい子育てネット東京・杉並区母親クラブ連絡会

■はじめてのボランティア説明会  
これからボランティア活動を始めたい方を対象にした基本的な説明会です。  
時 1月27日(火)①午前10時～11時30分②午後1時30分～3時③7時～8時30分 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 定 各回7名(申込順) 費 無料 申込・問 電話で、1月26日までに杉並ボランティアセンター ☎5347-3939 へ

■口から始めるアンチエイジング  
口元の印象が若返り、表情が明るくなる表情筋トレーニングを体験しませんか。  
時・内・師 1月30日(金)=表情筋トレーニングで今日から「小顔」に！～ほうれい線・たるみを撃退しよう(歯科衛生士・北野美穂子)▷2月6日(金)=歯医者さんから聞けるお得な健口情報～お口のいろいろチェック体験(区歯科医師会・杉山さおり)ノ計2回。いずれも午後1時30分～3時30分 場 荻窪保健センター(荻窪5-20-1) 宛 区内在住・在勤で40～64歳の方 定 20名(申込順) 費 無料 申込・問 1月13日から電話で、荻窪保健センター ☎3391-0015 へ

■なごみ先生の健康講座～転ばないカラダをつくる  
転ばないための習慣を身に付けて、元気な老後を目指しましょう。  
時 1月31日(土)午後2時～3時30分 場 成田図書館 師 健康運動指導士・金沢和味 定 25名(申込順) 費 無料 申込・問 電話または直接、成田図書館(成田東3-28-5) ☎3317-0341 へ(1月15日は休館) 他 動きやすい服装で参加

■古布を使った小物づくり「お雛さま」講習会  
時 2月1日(日)午前9時15分～正午 場 大田黒公園 宛 区内在住・在勤・在学の方 定 20名(抽選) 費 1000円 申込 往復ハガキ(記入例参照)で、1月19日(必着)までに大田黒公園管理事務所(〒167-0051荻窪3-33-12)へ 問 大田黒公園 ☎3398-5814 他 針、マチ針、絹糸(赤・黒)、はさみ、ピンセットを持参

■「わが子」の自立・就職のための保護者向けセミナー「親・家族だからできること」  
若者支援を手掛けているNPO法人のキャリアカウンセラーが講師です。

■アロマとストレッチのリフレッシュ講座  
心地よい香りのアロマと体を整えるストレッチで、冬を乗り切りましょう。  
時 2月7日(土)午前10時～正午 場 阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 内 アロマセラピーのメカニズム・基礎知識、アロマ呼吸法とストレッチ、トリートメントオイル作り・オイルマッサージ 師 ライフスタイルデザイナー・羽鳥冬子(右上写真) 宛 区内在住でひとり親家庭の母または父 定 15名(抽選) 費 500円 申込・問 電話で、1月27日までに子ども家庭支援センター ☎5929-1902 (月～土曜日午前8時30分～午後7時)へ 他 動きやすい服装で、飲み物・バスタオル1枚を持参

■環境活動推進センター  
①和布で作るつるし柿  
時 1月27日(火)午後1時30分～3時30分 定 10名(申込順) 費 300円 申込 電話で、同センターへ  
②和布で作るバスケット  
時 1月30日(金)午後1時30分～3時30分 定 10名(申込順) 費 400円 申込 電話で、同センターへ  
③裂き織り体験  
裂いた古布を織り機で織ります。  
時 2月2日(月)午前10時30分～午後0時30分 定 10名(申込順) 費 100円 申込 電話で、同センターへ  
④着物で作業衣作り  
時 2月13日(金)午前10時30分～午後3時30分・27日(金)午後1時30分～3時30分(計2回) 定 10名(抽選) 費 1000円 申込 往復ハガキ(記入例参照)で、1月20日(必着)までに同センターへ 他 13日は昼食を持参—(いずれも)—  
場・問 環境活動推進センター(〒168-0072高井戸東3-7-4) ☎5336-7352 宛 区内在住・在勤・在学の方 他 ①②④は長寿応援対象事業

■「わが子」の自立・就職のための保護者向けセミナー「親・家族だからできること」  
若者支援を手掛けているNPO法人のキャリアカウンセラーが講師です。

■アロマとストレッチのリフレッシュ講座  
心地よい香りのアロマと体を整えるストレッチで、冬を乗り切りましょう。  
時 2月7日(土)午前10時～正午 場 阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 内 アロマセラピーのメカニズム・基礎知識、アロマ呼吸法とストレッチ、トリートメントオイル作り・オイルマッサージ 師 ライフスタイルデザイナー・羽鳥冬子(右上写真) 宛 区内在住でひとり親家庭の母または父 定 15名(抽選) 費 500円 申込・問 電話で、1月27日までに子ども家庭支援センター ☎5929-1902 (月～土曜日午前8時30分～午後7時)へ 他 動きやすい服装で、飲み物・バスタオル1枚を持参

■環境活動推進センター  
①和布で作るつるし柿  
時 1月27日(火)午後1時30分～3時30分 定 10名(申込順) 費 300円 申込 電話で、同センターへ  
②和布で作るバスケット  
時 1月30日(金)午後1時30分～3時30分 定 10名(申込順) 費 400円 申込 電話で、同センターへ  
③裂き織り体験  
裂いた古布を織り機で織ります。  
時 2月2日(月)午前10時30分～午後0時30分 定 10名(申込順) 費 100円 申込 電話で、同センターへ  
④着物で作業衣作り  
時 2月13日(金)午前10時30分～午後3時30分・27日(金)午後1時30分～3時30分(計2回) 定 10名(抽選) 費 1000円 申込 往復ハガキ(記入例参照)で、1月20日(必着)までに同センターへ 他 13日は昼食を持参—(いずれも)—  
場・問 環境活動推進センター(〒168-0072高井戸東3-7-4) ☎5336-7352 宛 区内在住・在勤・在学の方 他 ①②④は長寿応援対象事業

■古布を使った小物づくり「お雛さま」講習会  
時 2月1日(日)午前9時15分～正午 場 大田黒公園 宛 区内在住・在勤・在学の方 定 20名(抽選) 費 1000円 申込 往復ハガキ(記入例参照)で、1月19日(必着)までに大田黒公園管理事務所(〒167-0051荻窪3-33-12)へ 問 大田黒公園 ☎3398-5814 他 針、マチ針、絹糸(赤・黒)、はさみ、ピンセットを持参

■「わが子」の自立・就職のための保護者向けセミナー「親・家族だからできること」  
若者支援を手掛けているNPO法人のキャリアカウンセラーが講師です。

〈ゆうゆう館協働事業〉  
ゆうゆう館は高齢者向け施設ですが、宛に指定がなければ区内在住・在勤・在学の方ならどなたでも参加できます。

| ゆうゆう館名                        | 内容                            | 日時  |
|-------------------------------|-------------------------------|---|
| 今川館(今川4-12-10) ☎5303-1501     | バランストレーニング 師 立道聡子             | 2月7日から第1・3土曜日、午前10時～11時 宛 医師に運動を止められていない方 定 各回30名(申込順) 費 1回600円 |
| 桃井館(桃井1-35-2) ☎3399-5025      | 新春の集い～琴演奏、百人一首、お汁粉サービス        | 1月25日(日)午前10時30分～午後0時30分 定 30名(申込順) 費 無料                        |
| 堀ノ内松ノ木館(松ノ木2-38-6) ☎3315-7760 | みんなで歌おう～季節の歌・懐かしい曲を           | 1月31日(土)午後2時～3時30分 定 25名(申込順) 費 300円                            |
| 荻窪館(南荻窪2-25-17) ☎3335-1716    | パソコン初心者教室～基礎から学びたい方へ          | 3月4日から毎月第1・3水曜日、午後1時30分～4時 宛 パソコンの起動ができる方 費 1回1250円             |
| 上高井戸館(高井戸東2-6-17) ☎3306-0441  | 知って得する！介護・認知症予防講座 師 ケア24高井戸職員 | 1月30日(金)午前10時～11時30分 宛 40歳以上の方 定 50名(申込順) 費 無料                  |
| 高井戸東館(高井戸東3-14-9) ☎3304-9573  | ゆるヨーガ～どなたでも簡単に受けられます          | 1月23日から毎月第1～4金曜日、午前10時～11時30分 費 1回800円(別途貸し出しマット100円)           |

※申し込み・問い合わせは、各ゆうゆう館へ。第3日曜日は休館です。今川館は、第1月曜日・第3木曜日は休館です。いずれも、長寿応援対象事業です。

子育てに関する相談・  
子どもからの相談をお受けします  
相談専用電話  
**ゆうライン**  
☎5929-1901  
月～土曜日午前9時～午後7時  
(祝日・年末年始を除く)  
話したいこと、聞きたいこと、  
困っていることがあったら、  
ご相談ください  
杉並区子ども家庭支援センター  
(阿佐谷南1-14-8)

時 1月31日(土)午後1時30分～4時30分 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 師 育て上げネットキャリアコンサルタント・山本賢司ほか 宛 就労支援を必要とする44歳以下の子を持つ親・家族・支援者ほか 定 30名程度(申込順) 費 無料 申込・問 電話で、産業振興センター就労支援係 ☎5347-9187 へ

■アロマとストレッチのリフレッシュ講座  
心地よい香りのアロマと体を整えるストレッチで、冬を乗り切りましょう。  
時 2月7日(土)午前10時～正午 場 阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 内 アロマセラピーのメカニズム・基礎知識、アロマ呼吸法とストレッチ、トリートメントオイル作り・オイルマッサージ 師 ライフスタイルデザイナー・羽鳥冬子(右上写真) 宛 区内在住でひとり親家庭の母または父 定 15名(抽選) 費 500円 申込・問 電話で、1月27日までに子ども家庭支援センター ☎5929-1902 (月～土曜日午前8時30分～午後7時)へ 他 動きやすい服装で、飲み物・バスタオル1枚を持参



| 名称・会場   | 内容／講師  | 開催日・時間                                       | 定員   | 費用        | 申込／締切                      |
|---|--|--|------|-----------|----------------------------|
| <b>●高円寺地域区民センター協議会</b> (〒166-0011梅里1-22-32 ☎3317-6614 <a href="http://www.sesion.jp/">http://www.sesion.jp/</a> )                         |  |  |      |           |                            |
| <b>講</b><br>ボイストレーニング<br>場高円寺地域区民センター   | プロの歌手に発声の手ほどきを受けて、声を出して歌う喜びを感じてみませんか／バス・バリトン歌手 村山岳▷長寿応援対象事業  | 2月3日(火)・10日(火)・17日(火)<br>午後1時30分～3時(計3回)     | 30名  | 100円      | 1月26日<br>往復八ガキ             |
| <b>●高井戸地域区民センター協議会</b> (〒168-0072高井戸東3-7-5 ☎3331-7980 <a href="http://www15.ocn.ne.jp/~takunkyo/">http://www15.ocn.ne.jp/~takunkyo/</a> ) |  |  |      |           |                            |
| <b>催</b><br>高井戸狂言会<br>場高井戸地域区民センター  | 大蔵流狂言方による狂言を楽しみましょう▷ <b>第1部=狂言「二人袴」</b> ／重要無形文化財各個指定保持者(人間国宝)・山本東次郎、「柿山伏」／重要無形文化財総合指定保持者・山本則孝、「寝音曲」／重要無形文化財総合指定保持者・山本則俊▷ <b>第2部=講演「狂言のこころ」</b> ／山本東次郎▷ <b>対象=小学4年生以上</b> | 3月7日(土)午後2時～4時30分                            | 300名 | 無料        | 2月6日<br>往復八ガキ<br>(2名まで連記可) |
| <b>講</b><br>みんなで楽しく歌いませんか<br>場高井戸地域区民センター   | 歌が好きならどなたでもご参加ください。ピアノ・CDを使いながら指導します。発声練習の後「いい日旅立ち」「つぐない」「北の旅人」などを歌います／村上ヒロ子歌謡学院長・村上ヒロ子▷長寿応援対象事業   | 2月2日(月)・9日(月)・23日(月)、3月2日(月)午前10時～正午(計4回)    | 30名  | 100円      | 1月20日<br>往復八ガキ             |
| <b>講</b><br>絵手紙でメッセージ<br>場高井戸地域区民センター   | 卒業、入学、引っ越し、誕生日、クリスマス、お正月。絵手紙に一言添えて大切な人にお祝いのメッセージを贈ってみませんか(道具は一式貸し出します)／日本絵手紙協会公認講師・小松原恭子▷長寿応援対象事業  | 2月26日(木)、3月5日(木)・12日(木)・26日(木)午前10時～正午(計4回)  | 20名  | 700円      | 1月30日<br>往復八ガキ             |
| <b>●永福和泉地域区民センター協議会</b> (〒168-0063和泉3-8-18 ☎5300-9412 <a href="http://www.ei-c.org/">http://www.ei-c.org/</a> )                           |  |  |      |           |                            |
| <b>催</b><br>こどもまつり<br>場永福和泉地域区民センター   | 2月8日(日)午前10時～午後3時<br>スタンプリナー、模擬店、当センター管内の子供たちの作品展示、演技発表、各種ワークショップ、なみすけ・ナミーの握手会などがあります。起震車・白バイもくるよ! 親子そろって遊びに来ませんか  |  |      |           | 当日直接                       |
| <b>催</b><br>土曜日の音楽会～ハンドベルミニコンサート<br>場下高井戸区民集会所(下高井戸3-26-1)  | 天使のハーモニーと呼ばれるハンドベルの音色をバレンタインの夜にお楽しみください▷ <b>出演=Schloss▷曲目=さくらのメロディー</b> によるファンファーレ、お江戸日本橋、アニーローリー、おもちゃの兵隊の行進、剣の舞 ほか  | 2月14日(土)午後6時30分                              | 80名  | 無料        | 当日直接                       |
| <b>講</b><br>椅子体操で筋力アップ<br>場永福和泉地域区民センター   | 椅子を使って自宅でもできる簡単なエクササイズを行って全身の筋力をアップさせましょう。身体全体を動かして、ますます健康に!!／NPO法人グループあいびー健康運動指導士・中井良二▷長寿応援対象事業   | 2月21日(土)・28日(土)、3月7日(土)<br>午前10時～11時30分(計3回) | 24名  | 100円(保険料) | 2月7日<br>往復八ガキ              |

**●住民は地域社会の主人公**

**微力ですが、頑張っています**

久我山西自治会

「安心・安全・緑豊かな住みよい町、久我山」を合言葉に、久我山西自治会は日々活動しています。

当自治会は昭和34年に久我山全域の「久我山街路灯維持会」として発足しました。その後、会員数の増加、地域の著しい発展に伴い、久我山において一つの自治会では運営することが難しい状態になったことから、各丁目ごとに分かれ、当自治会は「久我山3丁目自治会」に改称し、さらに昭和44年住居表示変更後に、久我山西自治会になりました。神田川の北側より宮前・松庵地区の南側に面し、久我山駅より西に広がる東西に長い地域になっています。

現在、地域全体の世帯数は2500世帯あり、その内、会員数は1800世帯です。

結成当時の自治会の活動は主に、街路灯の維持管理、害虫駆除等の住環境の整備でした。現在では、防犯、防災、交通対策、ゴミや資源回収等の活動が主になり、私たちの日常生活における全ての基本的な問題に対処しているところです。

当自治会としては、会員数の増加に力を入れることを今後の

課題としています。

主な活動内容としては、総会、役員会、月3回の防犯パトロール(年間1300人以上参加)、防災訓練(初期消火、AED、スタンバイ)、講師を招いての講演会などです。特に防災訓練は、災害時の被害を最小限に食い止めるため「習うより慣れる」をモットーに、初期訓練を繰り返し行っています。

また、日帰りバスツアー、夏休みのラジオ体操(1500人以上参加)のほか、年末には4日間の年末特別警戒を行い、最終日には1年間の活動に感謝を込めて忘年会を開催します。この活動を通して「生命、財産は自分自身で守る」意識を高めるとともに会員相互の親睦を深め、横の連携を強化することに努めています。これらの活動が、いざという時に被害を最小限に食い止められることと考えています。

防犯、防災等の意識をより高めるためにこれからも、杉並区、高井戸警察署、荻窪消防署等の皆さんの指導、協力を得て、微力ではありますが、「地域の安心・安全に役立つ久我山西自治会でありたい」と思っています。

(会長 秦晴夫)



▲クリーン大作戦にて

**観光まちづくりワークショップ開催**


**すぎなみ津々浦々**

**～みんなのアイデアで地域の魅力を再発見**

2020年東京オリンピック・パラリンピックを見据え、さまざまな地域資源を生かした観光まちづくりの取り組みが盛んになっています。そこで、住宅都市としての特性を生かした、杉並らしい観光の可能性を皆さんと一緒に考えるワークショップを開催します。

NHKエンタープライズ・プロデューサーの尾関憲一さん(右写真。まち歩きブームの火付け役となった「プラタモリ」〈平成20～24年〉などを担当)が、番組制作の舞台裏から見えてくるまちの見方や歩き方についてお話しします。また、ワークショップはワールドカフェ形式で行い、リラックスした雰囲気の中でグループごとに自由な対話の中からアイデア出しをします。

この機会に、お気に入りの場所や知る人ぞ知る隠れスポットを持ち寄り、杉並の魅力を再発見してみませんか。



**【日時】** 1月31日(土)午後2時～5時  
**【場所】** 細田工務店(阿佐谷南3-35-21)  
**【対象】** 区内在住・在勤・在学の方ほか  
**【定員】** 40名程度(申込順)  
**【費用】** 無料  
**【申し込み】** 電話、ファクスまたはEメール(9面記入例参照)で、1月23日までにまちづくり推進課拠点整備係☎3312-2907✉matidukuri-k@city.suginami.lg.jpへ  
**【問い合わせ】** 同係  
**【その他】** 公共交通機関をご利用ください

# コミュニティ通信

地域区民センター協議会が企画する催し・講座など

【マークのみかた】 **知**=お知らせ **催**=催し **講**=講座 **募**=募集

**往復ハガキ記入例**

〈1人1枚〉

- ①行事名②郵便番号・住所
- ③氏名(フリガナ)④年齢
- ⑤電話番号⑥託児ありの行事は子供の氏名・年齢
- ※返信用ハガキに宛先を記入してください。

申し込みは、「当日直接」以外は必ず往復ハガキで、各締切日(必着)までに該当の地域区民センター協議会へ(応募者多数の場合、抽選)。記載は、右記入例(⇒)を参照。

詳しい内容は、直接該当する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〉)。

★協働事業とは、地域課題の解決に向けて、地域のさまざまな団体と企画段階から連携して実施する事業です。

| 名称・会場 | 内容/講師 | 開催日・時間 | 定員 | 費用 | 申込/締切 |
|-------|-------|--------|----|----|-------|
|-------|-------|--------|----|----|-------|

**●井草地域区民センター協議会** (〒167-0022下井草5-7-22 ☎3301-7723 <http://www15.ocn.ne.jp/~igusa-ks/>)

|                               |   |  |   |       |               |                |
|-------------------------------|---|--|---|-------|---------------|----------------|
| <b>催</b>                      | 新春いぐさ演芸会<br>場井草地域区民センター   | 今年も畳の上、座布団であぐらをかいて、いぐさ演芸場で大笑い。落語・マジック・バイオリン漫談を上演します/昔々亭慎太郎ほか   | 1月28日(水)午後2時～4時                         | 40名   | 100円          | 1月19日<br>往復ハガキ |
|                               | おもちゃの病院<br>場井草地域区民センター  | こわれたおもちゃを修理します(実費がかかる場合あり)/長凡ほか  | 2月14日(土)・28日(土)<br>受付=午後1時30分～3時        | —     | 無料            | 当日直接           |
| <b>講</b>                      | 自然治癒力を高める健康体操<br>自衛術体操<br>場井草地域区民センター   | 日本最初の健康体操です。この体操は各人の能力に応じた実践が人の持つ自己免疫力や自己治癒力を高め、また自律神経のバランスを整えます/指導員・松本雅江                              | 1月30日(金)、2月6日(金)<br>午前10時～正午(計2回)       | 20名   | 無料            | 1月19日<br>往復ハガキ |
|                               | ★協働事業 みんなで守る<br>井草地域の安心・安全「ご存じですか? 成年後見制度」<br>場井草地域区民センター                             | 誰もが地域で安心して暮らしていくために「成年後見制度」について学びましょう/弁護士・江川功▶協力=NPO法人八成グループ   | 2月6日(金)午前10時～正午                         | 60名   | 無料            | 1月26日<br>往復ハガキ |
|                               | ★協働事業 「家族に介護が必要になった時…」<br>場井草地域区民センター   | いざという時にどこに相談したらいいのか、どのようなサービスを受けられるのかを説明します/ケア24下井草センター長・磯部浩子  | 2月7日(土)午前10時～正午                         | 60名   | 無料            | 1月27日<br>往復ハガキ |
|                               | つるし雛作り<br>場井草地域区民センター   | 春の節句ひな祭り、着物生地を使ってかわいらしいつるし雛を作りましょう/手芸作家・池田崇子   | 2月9日(月)・10日(火)<br>午後2時～4時(計2回)          | 15名   | 1200円         | 1月27日<br>往復ハガキ |
|                               | 歌いながらボイストレーニング<br>場井草地域区民センター   | 歌は好きだけどうまく歌えない、自信がない、そんな悩みを解決しましょう。発声のコツがわかると声量上がり豊かな声が出るようになります。滑舌も滑らかになるのでアンチエイジング効果も期待できます/声楽家・松本潮子 | 2月12日(木)・20日(金)・26日(木)<br>午前10時～正午(計3回) | 30名   | 100円          | 2月2日<br>往復ハガキ  |
| ★協働事業 男子料理入門教室<br>場井草地域区民センター | 今までは料理を食べることが専門だった男子も厨房に入ってみませんか。料理の基本から説明を聞き、自分たちで作った料理をいただきます/栄養士・中平照子、丹羽育子、いきいきクラブ | 2月14日(土)・21日(土)<br>午前10時～正午(計2回)   | 15名                                     | 1500円 | 2月2日<br>往復ハガキ |                |

**●西荻地域区民センター協議会** (〒167-0034桃井4-3-2 ☎3301-0815 <http://nisiogi-kyogikai.sakuraweb.com/>)

|          |   |   |                       |     |          |                |
|----------|---|---|-----------------------|-----|----------|----------------|
| <b>催</b> | ★協働事業 新春初市きずなまつり<br>場西荻南区民集会所(西荻南3-5-23)                | 1月18日(日)午前9時～午後3時30分<br>内容=スタンプラリー(小学生以下の方、先着200名に景品プレゼント)、バルーンアート=午前9時～11時、大宮前郷土芸能保存会の獅子舞・お囃子上演=①午前9時20分②10時20分、柳家紫文さんの都都逸と古今亭菊生さんの落語=午後1時30分～3時(午前10時～正午はきずなサロンを利用できます〈200円〉)▶共催=西荻東銀座会、西荻南きずなサロン |                       |     |          | 当日直接           |
| <b>講</b> | 相続税が変わります<br>場西荻地域区民センター                                | 今年から相続税が変わり、基礎控除の縮小により、従来縁のなかつた一般家庭にも課税対象者が広がります。この機会に税制を基礎から学んでみましょう/放送大学非常勤講師・野崎義一▶長寿応援対象事業   | 1月31日(土)午前10時～正午      | 30名 | 無料       | 1月23日<br>往復ハガキ |
|          | 誰でも簡単! 家庭でもできる<br>マッサージ～日頃の疲れを癒しましょう<br>場西荻地域区民センター     | セルフマッサージや、健康づくりの運動を基本から学び、元気で快適な毎日を過ごしましょう/ロコモ美立体操インストラクター・小久保智弘▶長寿応援対象事業   | 2月4日(水)午後1時30分～4時     | 40名 | 30円(保険料) | 1月24日<br>往復ハガキ |
|          | 健康講座 適切なスキンケアで健康なお肌を手に入れよう<br>場西荻地域区民センター               | あなたのスキンケア、間違っていますか? 寒さと乾燥が厳しい今の季節からお肌を守りましょう。正しい知識を専門医がお話しします/荻窪病院皮膚科医師・布袋祐子  | 2月7日(土)午後1時30分～3時30分  | 40名 | 無料       | 1月27日<br>往復ハガキ |
|          | 初心者でも楽しくて簡単! パソコンで創るオリジナル名刺とカード<br>場西荻南区民集会所(西荻南3-5-23) | 暮らしの中にもっとパソコンを取り入れてみませんか。いままではパソコンは苦手と触ったことのない人でも、作品ができれば楽しさが実感できます/パソコン生活インストラクター・川橋文隆▶長寿応援対象事業▶ワードが入ったWindows Vista～8.1のパソコンがあれば持参  | 2月18日(水)午後1時30分～3時30分 | 30名 | 100円     | 1月28日<br>往復ハガキ |

**●荻窪地域区民センター協議会** (〒167-0051荻窪2-34-20 ☎3398-9127 <http://ogikubokyogikai.sakura.ne.jp/>)

|          |                            |  |                             |     |       |                |
|----------|----------------------------|--|-----------------------------|-----|-------|----------------|
| <b>講</b> | ひな祭りの和菓子と料理<br>場荻窪地域区民センター | 牛乳パックを使ったお寿司と、紅白の肉団子・春を告げる菜の花・汁物を作ります。おやつに和菓子(練り切り)も作ります。お茶と一緒にいかがでしょうか/すぎなみ栄養と食の会・吉村静子▶長寿応援対象事業 | 2月14日(土)<br>午前9時30分～午後0時45分 | 30名 | 1000円 | 1月25日<br>往復ハガキ |
|----------|----------------------------|--|-----------------------------|-----|-------|----------------|

**●阿佐谷地域区民センター協議会** (〒166-0004阿佐谷南1-47-17 ☎3314-7215 <http://www.asagaya-kyogikai.org/>)

|          |                                |  |   |     |    |                |
|----------|--------------------------------|--|---|-----|----|----------------|
| <b>講</b> | 「能」は日本文化のエッセンス<br>場阿佐谷地域区民センター | 「能」の魅力や、面・装束・楽器を紹介しつつ、謡・舞の基本を体験しながら分かりやすく解説します/観世流シテ方楽師・小早川修▶長寿応援対象事業                            | 2月17日(火)、3月3日(火)・15日(日)<br>午後1時30分～3時30分(計3回) | 50名 | 無料 | 1月25日<br>往復ハガキ |
|          | 心臓病こんな症状に要注意!<br>場阿佐谷地域区民センター  | 狭心症、心筋梗塞をはじめとする代表的な心臓病は、血管の老化によって起こるといわれています。専門医がその予防法について分かりやすく解説します/河北総合病院副院長・杉村洋一▶長寿応援対象事業    | 2月25日(水)午後1時30分～3時30分                         | 60名 | 無料 | 2月5日<br>往復ハガキ  |
|          | 小学生俳句教室<br>場阿佐谷地域区民センター        | 小学生を対象とした初心者向けの俳句教室。海外でも普及している日本の伝統文芸を分かりやすく指導します。その成果は当センターで開催する「子どもフェスティバル」で発表予定です/「鷹」編集長・高柳克弘 | 3月1日(日)、4月5日(日)、5月10日(日)<br>午後2時～4時(全3回要出席)   | 15名 | 無料 | 2月2日<br>往復ハガキ  |

子どもたちの夢を育てる

「次世代育成基金」への応援寄附をお願いします

—問い合わせは、児童青少年課青少年係 ☎3393-4760へ。

次世代育成基金は、子どもたちが、自然・文化・芸術・スポーツなどのさまざまな分野における体験・交流事業に参加することを通して、視野を広げ、将来の夢に向かって健やかに成長することを支援するための区独自の仕組みです。

今年度はすでに125名の子どもたちが、「中学生海外留学」をはじめとする、当基金を活用した国内外の体験交流事業に参加し、貴重な体験をしました。



▲交流自治体中学生親善野球大会

今年度は、今後、2020年東京オリンピック・パラリンピック開催に向けた「次世代トップアスリート育成・支援事業：チャレンジ・アスリート」と「中学生小笠原自然体験交流事業」を実施します。

今後とも区では、多くの区民の皆さんの応援寄附をいただきながら、地域社会全体で、子どもたちの夢を応援する支援の輪を広げ、基金を活用した事業の拡充を図っていきます。基金創設後、定期的・継続的にご寄附される方も増えてきています。皆様のご支援、ご協力をお願いします。

★今後の26年度活用事業★

【チャレンジ・アスリート事業】

- ▷オリンピック経験者から学ぼう（実技指導）= 1月17日
- ▷専門施設見学・パラリンピック種目体験= 1月18日
- ▷職場体験= 1～3月
- ▷オリンピック教育（公開講座）= 2月11日
- ▷【中学生小笠原自然体験交流】 3月23日～29日

ありがとう  
ございました



10月1日～11月30日のご寄附  
（敬称略、順不同）

27件=245万7614円 ※募金含む

●個人

渡邊昌彦=100万円、小倉純二=2万6937円、櫻井暉=2万円▷氏名のみ公表=鈴木和博（2件）、神尾洋子、山本品、山名芳郎▷匿名8件

●団体・事業者

ケンコーマヨネーズ株式会社=5万5880円、2014第9コリアンまつり=3万円、杉並リサイクル事業協同組合=100万円、コムシスエンジニアリング株式会社=10万円▷団体・事業者名のみ公表=松ノ木中学校PTA

●募金

イベント会場6会場

26年度累計 102件=430万1418円

※募金含む

エデュケーション・フェスティバルin杉並2015  
日本フィル+杉並公会堂Presents

杉並区・日本フィル友好提携20周年



日本フィル 春休みオーケストラ探検

みる・きく・さわる  
オーケストラ!



©音の台所

今回のオーケストラ・コンサートの  
テーマはスペイン!  
杉並公会堂が丸ごと音楽の広場に



▲オーケストラ・コンサート

**日時** 3月29日(日)  
①午前10時～午後2時  
②午後1時30分～5時30分  
(①②入れ替え制)



▲サプライズライブ  
©山口敦

**場所** 杉並公会堂  
(上荻1-23-15)

【内容】オーケストラ・コンサート、楽器体験、サプライズライブ、リレーコンサートほか▷出演=海老原光（オーケストラ・コンサート指揮）、江原陽子（司会）、日本フィルハーモニー交響楽団（管弦楽）  
【費用】各2500円（4歳未満ひざ上無料。子育て応援券利用可）  
【申し込み・問い合わせ】杉並公会堂 ☎5347-4450（午前10時～午後7時〈臨時休館日を除く〉）、日本フィル・サービスセンター ☎5378-5911（月～金曜日午前10時～午後5時。祝日を除く）  
【その他】推奨年齢4歳以上

子ども夢シートプログラム参加者募集  
～オーケストラを体で感じてみよう!

時 3月15日(日)午後2時30分～5時30分 場 杉並公会堂（上荻1-23-15）内「日本フィル杉並公会堂シリーズ2014-15 第6回」(指揮=アレクサンドル・ラザレフ)のコンサート鑑賞と出演者への花束贈呈 区内在住の小学4～6年生とその保護者 3組6名（抽選）  
費 無料(申込往復ハガキ(9面記入例参照。子ども1名につき1枚)で、1月31日(必着)までに文化・交流課へ) 文化・交流課文化振興担当



▲昨年度の様子

日本フィル杉並公会堂シリーズ 2015-16 第1回  
～ドイツ・ロマン派音楽の真髓を阪哲朗のタクトで聴く

時 5月8日(金)午後7時 場 杉並公会堂（上荻1-23-15）内 出演=阪哲朗（指揮。右写真）、日本フィルハーモニー交響楽団（管弦楽）▷曲目=シューマン/交響曲第1番「春」、ブラームス/交響曲第3番 小学生以上の方 費 S席5300円ほか(申込)・ 間 チケット発売日=1月24日(出)午前10時▷販売窓口=杉並公会堂 ☎5347-4450（午前10時～午後7時〈臨時休館日を除く〉） ① チケット発売初日は、電話のみの受け付け②託児あり（電話で、マザーズ ☎0120-788-222へ〈事前申込制。有料〉）



(発行日) 毎月1日、11日、21日

