

9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

お待ちしています 区民の皆さんの声 2
児童扶養手当・ひとり親家庭等 医療費助成・特別児童扶養手当 3
がん検診等の電子申請スタート 5
阿佐谷七夕まつり 8
「区議会だより」が折り込まれています	

発行/杉並区
編集/広報課
〒166-8570杉並区阿佐谷南1-15-1
区の代表電話 33312-2111
FAX3312-9911 (広報課直通)
http://www.city.suginami.tokyo.jp/

注意 今、杉並区は「母さん助けて詐欺」の 犯人に狙われています

～オール杉並で詐欺被害を食い止めましょう～

「母さん助けて詐欺（振り込め詐欺）」などの「特殊詐欺」は、被害の拡大に歯止めがかからず、極めて深刻な事態になっています。警察や区、金融機関を始めとする関係機関は、連携しながらさまざまな対策を進めていますが、全ての被害を防ぐことは困難です。犯罪撲滅のためには、区内全域に被害防止の網の目を張り巡らす必要があります。この網の目がきめ細くなればなるほど、犯人が入ってくる隙もなくなります。区内では、防犯ボランティア団体などの地域の活動も活発で、空き巣被害を激減させた実績があります。今こそ、こうした地域の力を結集し、一丸となって犯罪撲滅に立ち上がる時です。この杉並のまちから母さん助けて詐欺撲滅の強力なメッセージを発信し、オール杉並で、住みよい杉並を守っていきましょう。

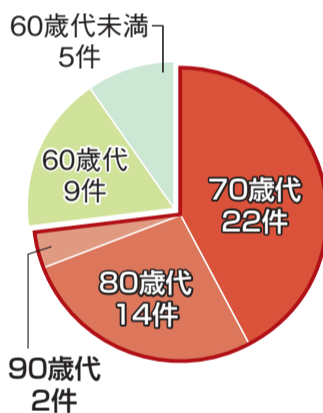
—問い合わせは、危機管理対策課地域安全担当へ。

●詐欺の手口が変わってきています

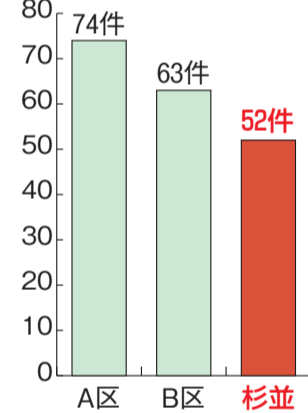
▶「手渡し型」に注意！

平成15年に初めて「オレオレ詐欺」という言葉が登場し、その後、16年に「振り込め詐欺」と名称を改めました。最近、金融機関等によるチェックが厳しくなったことから「手渡し型」による手口が多発するようになりました。名称と実態が合わなくなったため、警視庁では、「母さん助けて詐欺」という新名称を定め、被害の撲滅に努めています。母さん助けて詐欺は、わが子を思うやさしい親心につけ込み、老後のための大切な財産を根こそぎ奪う許し難い卑劣な犯罪です。

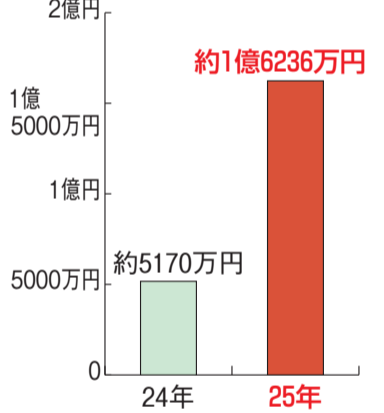
〈区内の年代別被害件数〉
②約7割は70歳以上の方



〈都内での被害件数〉
②ワースト3位



〈区内の被害金額〉
②昨年の約3倍



※グラフは、いずれも24年・25年の1～5月の数値です。

●被害防止にご利用ください

▶迷惑電話チェッカー

利用者が受けた迷惑電話番号や、警視庁から提供される犯罪に使われた電話番号などの情報をネットワーク上で共有し、電話着信を遮断する機器で、被害防止には極めて有効です。70歳以上の高齢の方がいる世帯を対象に無料で貸し出します。

【定員】1000世帯（申込順）
【申し込み】申込書を危機管理対策課へ郵送または持参▶申込書
配布場所＝危機管理対策課（区役所東棟5階）、ゆうゆう館、区民事務所、駅前事務所ほか（区ホームページからも取り出せます）
※詳細は、危機管理対策課へお問い合わせください。



▲発信電話番号通知サービス（ナンバーディスプレイなど）付きの固定電話機に設置できます

▶自動通話録音（警告）機

着信時に振り込め詐欺を抑止する警告メッセージを再生し、通話を自動録音する装置です。

警察署では、母さん助けて詐欺被害防止対策として、高齢の方の自宅に無料で設置しています。機器や申し込み方法などの詳細は、各警察署へお問い合わせください。

【問い合わせ】各警察署（杉並☎3314-0110／高井戸☎3332-0110／荻窪☎3397-0110）



杉並区長
田中良

母さん助けて詐欺の
撲滅を期して

今から10年前、区は住宅街特有の空き巣被害が多発し、23区の中で2番目に被害が多い、空き巣犯に狙われたまちでした。その後、警察による取り締まりや区の安全パトロールの強化、そして地域の皆さんによる自主防犯活動など官民一体となったさまざまな取り組みによって、被害を激減させることができました。しかし、今、区は、新たな犯罪に狙われています。それは、母さん助けて詐欺です。区内における被害発生件数は、本年5月末現在で都内ワースト3位という、まさに異常事態となっています。被害に遭う方の大多数が高齢の方です。だからこそ、日頃の家族や地域の方々の声かけによる見守りが大切になります。区は、今後も警察と緊密に連携し、あらゆる手法を使って被害の撲滅を目指していきますので、町会・自治会、防犯ボランティア団体など地域の団体の皆さんにおいても、空き巣被害を激減させた実績を遺憾なく発揮し、母さん助けて詐欺犯を侵入させない包囲網を区内全域に張り巡らしていただきますようお願いいたします。被害に泣く区民をゼロにするため、杉並区一丸となって、母さん助けて詐欺を撲滅していきましょう。

区からのお知らせ

障害のある方

障害のある方
 現在お使いの障害者証・医療証の更新
 現在お使いの障害者証・医療証(以下「医療証等」)の有効期限は8月31日です。新しい医療証等は8月20日(火)に発送します。手続きの必要はありません。ただし、25年度(24年中)所得が左表の基準額を超えている場合、9月からの受給資格は喪失します。

(25年度所得制限基準額)

扶養親族数	本人(20歳未満の世帯主・被保険者)の24年中の所得
0人	360万4000円
1人以上	上記額に1人につき38万円を加算

※昨年度と変更はありません。

次の①②の条件を満たしている方で、身体障害者手帳1・2級(内部障害1・3級)、愛の手帳1・2度の方は、愛の手帳3度、脳性まひまたは進行性筋萎縮症の方は、医療証を再取得できる場合がありますので、ご相談ください。

①後期高齢者医療被保険者証をお持ちで、25年度の住民税が非課税の方②その他の健康保険

被保険者証をお持ちで、25年度(24年中)の所得が、左上表の基準額以内の方
 ◇保険変更などの届出を
 加入健康保険証や住所・氏名などに変更があった場合は、必ず届け出をしてください。

採用情報
 身体障害者対象
 特別区職員(Ⅱ類事務)

内 受験資格Ⅱ次の①⑤の全てに該当し、日本国籍を有する方
 ①身体障害者福祉法第15条に定める身体障害者手帳の交付を受けている②昭和61年4月2日(平成8年4月1日生まれ)③自力で通勤ができ、かつ、介護者なしに職務の遂行が可能④通常の勤務時間(原則として週38時間45分、1日7時間45分)に対応できる⑤活字印刷文による出題に対応できる／詳細は、必ず採用試験案内をご覧ください
 採用予定人数Ⅱ26名▽第一次選考日Ⅱ9月29日(日)

内 採用選考案内(申込書)の配布場所Ⅱ職員課人事係(区役所東棟5階)、区民事務所・分室、駅前事務所、地域区民センター、図書館、福祉事務所、杉並障害者福祉会館、就労支援センター1(阿佐谷南3-2-19産業商工会館2階)、特別区人事委員会事務局任用課

◇申し込み方法ⅡインターネットⅡ9月2日(受信有効)までに特別区人事委員会ホームページ <http://www.tokyo23cit.jp>

募集します
 区歯科保健医療センター
 歯科衛生士(非常勤職員)

内 障害者歯科診療・訪問歯科診療等の地域歯科保健医療(区職員ではありません)▽勤務日時Ⅱ原則、火・土曜日午前8時30分～午後5時15分▽勤務開始日Ⅱ応相談▽勤務場所Ⅱ杉並区歯科保健医療センター▽募集人数Ⅱ若干名▽給与Ⅱ年齢・経験により決定(履歴書を、8月10日(必着)までに杉並区歯科保健医療センター(〒167-0005)へ郵送)同センター☎333911385(火)金曜日午前9時～午後5時(他)①8月中旬に書類選考合格者に面接を実施②応募書類は返却しません

内 区内学生は各学校へ提出。区外学校生は、作品の裏面に氏名(フリガナ)・電話番号・学校名・学年を書いて、9月6日(必着)までに区民生活部管理課庶務係(区役所西棟7階)へ郵送または持参(関係①応募者全員に参加賞を贈ります②入賞作品は返却しません③作品の著作権は区に帰属し、作品は学校名・学年・氏名を公表の上、平和啓発事業に使用します)

生活リハビリ事業利用者
 区では、疾病・外傷などにより、心身・コミュニケーションに障害のある中途障害者を対象に通所リハビリを行っています。通所が困難な方は送迎サービスが利用できます。

内 利用手続きⅡ地域生活支援担当係で受付・面接↓利用申請↓利用承認(区内在住の疾病・外傷などにより心身に障害のある中途障害者で18歳以上64歳未満の方)10名(無料)電話、ファクス(7面記入例参照)または直接、8月31日までに障害者生活支援課地域生活支援担当係(高井戸東4-10-5障害者福祉会館内)☎33321826(同係)FAX33321826

区内に直接、利用を希望するゆうゆう館へ各ゆうゆう館または高齢者施設施設担当阿佐谷キック・オフ／オフィス入居者

区の創業支援施設を利用しませんか。
 (場)阿佐谷南1-47-17(阿佐谷地区区民センター内) 内募集数Ⅱ2室(10・63㎡、10・14㎡)▽入居予定日Ⅱ10月以降(予定)▽入居期間Ⅱ2年間▽利用時間Ⅱ24時間利用可▽対象Ⅱ次の要件に全て該当する方①新産業分野(先端的な産業、市場の需要の広がりに対応する産業、地域再生の産業)で創業を予定、または創業後3年未満で事業の拡大を目指す法人・個人
 ②利用期間終了後、区内で引き続き事業を行うとする意思がある③税金(住民税・事業税)を滞納していない▽利用条件Ⅱ①事務所として利用すること②法人の場合、本社として利用する▽利用料Ⅱ月額2万5623円・2万6862円(共益部分費用を含む)▽入居保証金Ⅱ10万円▽その他Ⅱ①インターネットの接続料は無料。ただし、プロバイダー使用料や電話料などは利用者負担②事務所は間仕切りのある部屋のため完全個室ではありません(電話またはEメールで産業振興センター angyo-k@city.suginami.lg.jpへ申請書を請求の上、8月28日(必着)までに同センター(〒167-0043上荻1-2-1インテグラルタワー2階)へ郵送または持参(同センター中小企業支援係☎534719182(他)①1次審査(書類)および2次審査(面接)により選考②応募書類は返却しません

内 戦争のない、平和な世界をつくるためにはどうしたらよいかを表す作品(1人1点。自作のもの)▽色Ⅱ自由▽大きさⅡA3判×B3判▽賞Ⅱ小・中学生それぞれ金賞3点、銀賞5点、銅賞7点の計30点。賞状と記念品を贈ります(区内在住・在学の小学4年生～中学生)区

お待ちしています 区民の皆さんの声

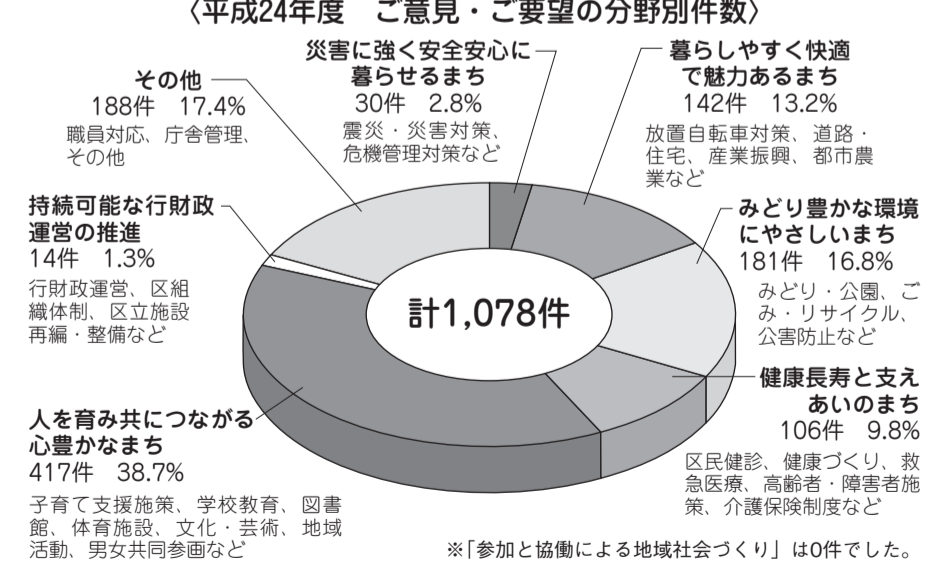
「広報すぎなみ」では、区民の皆さんからいただいた声と、それに対する区からの回答の概要を掲載しています。今回は24年度に寄せられたご意見・ご要望の概要を紹介します。

区政へのご意見など区民の皆さんからの声は、区のサービス向上や事務改善を進める上で貴重なものです。24年度に寄せられたご意見などの総数(区政相談課で受け付け対応を行った件数)は1078件で、いただいた手段としては、区ホームページからのものが半数を超えています。

内容はあらゆる分野にわたっていますが、「杉並区基本構想(10年ビジョン)」に掲げる目標別に分類すると、24年度は、子育て支援や生涯学習などの分野が含まれる「人を育み共につながる心豊かなまち」、環境・清掃分野が含まれる「みどり豊かな環境にやさしいまち」、道路や自転車などの住環境・都市機能に関する分野が含まれる「暮らしやすく快適で魅力あるまち」について、多く寄せられました。

また、24年度の特徴として、保育所待機児問題、図書館ホームページの改修、スポーツ施設の管理に関する意見が多く寄せられたことが挙げられます。

なお、区の所管外(国や都などの関係機関、公共交通機関など)の事業についてのご意見は、氏名・住所などの個人情報に配慮した上で、各担当機関に連絡しています。



区政へのご意見・ご要望などは、郵送、ファクスまたは区ホームページからお出しいただけます。また、ふれあい通信(区長へのはがき)は、区役所、区民事務所・分室、駅前事務所、地域区民センターなどに備えてあります。

▷杉並区役所区政相談課 = 〒166-8570 阿佐谷南1-15-1 FAX3312-3531

年金

過去10年以内の未納保険料が納付できます

国民年金保険料は、納め忘れのまま2年を超えると、時効により納めることができなくなります。ただし、27年9月30日までに限り、過去10年以内の納め忘れの保険料を納めることができます。後納制度があります。

過去10年以内の保険料を納めることで、将来の年金額を増やしたり、年金の受給資格につなげることが出来ます。

なお、すでに老齢基礎年金の受給権をお持ちの方は、納めることはできません。後納制度の利用には、事前申し込みが必要です。審査の結果、後納制度による納付を利用できない場合があります。詳細は、お問い合わせください。

ありがとうございました
5月～6月のご寄付(敬称略・順不同)

【みどりの基金】「わい！わい！わだまつり」参加者有志 = 2万4728円▷匿名 = 5万5000円▷高岡優大 = 2万円▷高岡和佐 = 4万円▷高岡和敏 = 30万円▷「みどりのイベント2013」参加者有志 = 3万904円▷新日本婦人の会カンナ班 = 2000円【NPO支援基金】小池龍太郎 = 3万円▷匿名計 = 4万円

住まい・まち

都営住宅入居者を募集

募集戸数

- (1)ポイント方式による募集(家族向のみ) 1290戸(車いす使用者世帯向25戸を含む)
- (2)単身者向225戸(車いす使用者向8戸を含む)
- (3)シルバーピア(高齢者集合住宅・単身者または二人世帯向)45戸
- (4)事業再建者向定期使用住宅10戸

申込書・募集案内の配布期間

8月1日(木)～9日(金)(各配布場所の休業日を除く)

申込書・募集案内の配布場所

住宅課(区役所西棟5階)、福祉事務所、区民事務所・分室、駅前事務所(平日夜間と休日は区役所の夜間・休日受付で配布します)

また、申込書の配布期間中のみ、JKK東京(東京都住宅供給公社)ホームページ <http://www.to-kousya.or.jp/>からも取り出せます。

申込書を専用封筒で郵送。

8月13日までに申込先に届いたもの(必着)に限り受け付けます

JKK東京(東京都住宅供給公社)都営住宅募集センター

3498-8894。配布期間中は、0570-0108

10(いずれも土・日曜日を除く)または住宅課住宅運営係

その他

経営相談

①産業振興センター中小企業支援係

②商工相談II商工相談員(中小企業診断士)による資金繰り、経営・創業に関する相談(毎月)金曜日、午前9時45分～午後3時30分/祝日を除く。1日4回。相談時間は1時間程度(予約制)

③事業所アドバイザー派遣II中小企業診断士、商業施設士、建築士等の専門家の派遣(対象)中小企業またはこれから創業する人▽派遣回数II事業所2回(1回2時間程度)

④阿佐谷図書館 興センター中小企業支援係 347-9182へ

⑤阿佐谷図書館 経営相談II 起業・経営について、中小企業診断士による相談(毎月第4土曜日午後1時～5時/相談時間は1時間)阿佐谷図書館(阿佐谷北3-36-14) 無料電話または直接、阿佐谷図書館 5373-1811

⑥阿佐谷図書館 8月の土曜法律相談

毎月第3土曜日に弁護士による法律相談を実施しています。 8月17日(土)午後1時～4時

⑦阿佐谷図書館 区内政相談課(区役所東棟1階) 内土地・建物・相続・その他法律上のこと(定)6名(申込順。1人30分) 無料(8月12日～16日の午前8時30分～午後5時に、専門相談予約専用電話 307-0617 または区政相

談話窓口で予約(区政相談課) 法律相談は、月・金曜日の午後も実施しています(事前予約制)

住まいの修繕・増改築 無料相談

高齢者のためのバリアフリー工事・自宅のリフォームなど、住宅の修繕や増改築についての相談に、経験豊かな区内建設業者が応じます。

⑧阿佐谷図書館 住宅の耐震無料相談会

時・内建物の耐震診断や耐震改修の無料相談会 8月14日(水)午後1時～4時(毎月1回。次回は9月3日(火)・4日(水)に開催予定)▽建築総合無料相談会II 毎週火曜日午後1時～4時(祝日、9月3日を除く) 区役所1階ロビー(当日、直接会場へ)

⑨阿佐谷図書館 阿佐谷図書館 阿佐谷北3-36-14

⑩阿佐谷図書館 阿佐谷北3-36-14

⑪阿佐谷図書館 阿佐谷北3-36-14

⑫阿佐谷図書館 阿佐谷北3-36-14

⑬阿佐谷図書館 阿佐谷北3-36-14

杉並区総合文化祭 作品募集

◇書道展作品

時展示=10月4日(金)～8日(水)午前10時～午後5時(仮名・漢字・現代書など。作品が縦の場合は半切、横の場合は半切2分の1以内(幅95cm)までの額装または軸装のもの(仮表装・色紙掛不可、1人1点) 区内在住・在勤で18歳以上の方(無料)申込往復ハガキ(7面記入例参照)に作品名と大きさも書いて、9月20日(消印有効)までに区書道人協会・鳥居冬樹(〒168-0063和泉4-7-7)へ 区鳥居 ☎ FAX3321-9846

◇写真展作品

時展示=10月12日(土)～16日(水)午前10時～午後5時▷表彰式=16日(水)午後4時(テーマ=自由▷サイズ=四つ切・ワイド四つ切。A4判は不可。マット台紙(額)は用意します▷審査=東京工芸大学名誉教授・加藤春生(1点1000円(1人2点以内。申し込み時に持参) 申込)9月13日(金)～15日(日)午前10時～午後5時に、セシオン杉並(梅里1-22-32)へ作品を持参(区フォト連合会・服部 ☎3332-8780)①応募作品は基本的に全部展示します②肖像権は個人の責任とします③入賞は1人1賞

◇アマ美連盟美術展作品

時展示=10月18日(金)～22日(水)午前10時～午後5時(日本画または洋画で8号までの額装のもの(1人1点) 区内在住・在勤の方(学生は除く) 無料(申込)往復ハガキ(7面記入例参照)に、日本画・洋画の別、作品名と大きさも書いて、9月30日(消印有効)までに区アマ美連盟・川村幹夫(〒167-0042西荻北3-10-18)へ 区川村 ☎3390-2916(批評会=10月19日(土)(洋画=黒沢信男、日本画=下島洋貴)

◇短歌大会作品

時10月20日(日)午後1時～4時30分(師)①講演会=心に韻(ひび)く時代のうた(歌人・秋元千恵子)②作品コンクール(講評=中島やよひ、田島邦彦ほか) ①無料②出詠料500円(当日) 申込)①当日、直接会場へ②ハガキ(7面記入例参照)に未発表の作品(1人1首)も書いて、9月21日(必着)までに区短歌連盟事務局・石川(〒167-0023上井草1-27-4)へ 区石川 ☎ FAX3395-4167(9月26日作品集発送、10月9日互選締め切り

※会場は、いずれもセシオン杉並(梅里1-22-32)です。

現況届の提出をお忘れなく!～提出期限は9月2日

児童扶養手当・ひとり親家庭等 医療費助成・特別児童扶養手当

児童扶養手当・ひとり親家庭等医療費助成を受けている方に、7月末に現況届用紙を郵送しました。特別児童扶養手当を受けている方には、8月上旬に現況届用紙を郵送します。現況届は、引き続き支給要件があるかを確認するためのものです。8月1日現在の状況を記入して、いずれも9月2日までに提出してください。提出がないと手当や医療費の支給ができなくなります。

各制度とも所得制限があります。詳細は、各係へお問い合わせください。また、区内に住所があり、制度に該当すると思われる方も、各係へお問い合わせください。

◆児童扶養手当

●対象=児童が18歳に達する日以後の最初の3月31日(中度以上の障害のある場合は20歳未満)までで、離婚などにより父または母と生計を異にする児童を養育し、公的年金などを受けていない方(24年度に支給停止となっている方と、受給者または扶養義務者の24年分所得が制限額以上あると思われる方も、必ず提出してください)。

審査結果は9月上旬から順次発送予定です。なお、児童扶養手当受給資格発生から5年を経過する方(一部を除く)は、「児童扶養手当一部支給停止適用除外事由届出書」(緑色の用紙)をすでに送付しています。現況届とあわせて提出してください。

◆ひとり親家庭等医療費助成

●対象=児童が18歳に達する日以後の最初の

3月31日(中度以上の障害のある場合は20歳未満)までで、離婚などにより父または母と生計を異にする児童を養育しているひとり親家庭などで、国民健康保険または社会保険等に加入している方。

引き続き受給資格がある方には、12月下旬に医療証を、所得超過などにより12月末で受給資格が消滅する方には、受給資格消滅通知を送付します。

— (いずれも) —

区子育て支援課子ども医療・手当係

◆特別児童扶養手当

●対象=20歳未満で障害のある児童(愛の手帳おおむね1～3度程度、身体障害者手帳おおむね1～3級程度、その他日常生活に著しい制限を受ける内部障害または精神の障害がある児童)を監護または養育している方。

区障害者施策課障害者福祉係

◆ 25年度区民健康診査・がん検診などのお知らせ ◆

問い合わせは、杉並保健所健康推進課(荻窪5-20-1 ☎3391-1015)へ。

全ての健(検)診の対象年齢は、25年度(25年4月～26年3月)中に誕生日を迎えた満年齢です。各健(検)診とも、実施医療機関等(受診券(票)に実施医療機関一覧表を同封)で実施します。また、区ホームページで実施医療機関一覧がご覧になります。

◇**区民健康診査**◇ 健康の維持・増進には、適度な運動や健全な食生活とともに、健康状態をチェックすることが大切です。健康づくり、生活習慣の改善に区民健康診査をお役立てください。生活習慣病などで入院・加療中の場合は、受診する必要はありません。

健診区分	対象者	受診期間	健診内容と費用	最終申込締切(必着)
①成人等健診 ※1	30～39歳で職場などの健診を受ける機会がない区民の方	【4月～9月生まれ】 9月30日まで (受診期間後半は混み合うことが予想されるため、お早めの受診をお勧めします)	★ 全員に実施(無料) ■問診 ■計測(身長・体重・腹囲) ■血圧測定 ■血液検査 ■尿検査 ★ 医師が必要と認めた場合に実施 ■貧血検査 ■心電図 ■眼底検査(65歳未満の方は実施基準があります) ★ 希望する方に有料で実施 ■胸部X線検査(300円)…30～64歳(65歳以上の方は無料で実施。肺炎や結核などを調べます) ■大腸がん検診(200円)…40歳以上 ■前立腺がん検査(500円)…50・55・60・65・70歳の方(区内の指定医療機関でのみ実施)	12月13日(金)
②特定健診 ※2	40～74歳で杉並区国民健康保険に加入している方			ハガキ等による申し込みは必要ありません
③後期高齢者健診 ※3	後期高齢者医療制度に加入の区民の方	【10月～3月生まれ】 10月1日～26年1月31日 (受診券は9月末に郵送)		

※1.成人等健診で22～24年度中の受診期間中に1回以上受診した方は、ハガキ等による申し込みは必要ありません。
 ※2.40～74歳で杉並区国民健康保険以外の医療保険に加入の方は、各医療保険者(健康保険組合・協会けんぽ・国保組合など)が実施する特定健診を受診してください。ご不明な点は、各医療保険者または事業所などにご確認ください。
 ※3.25年度中に75歳の誕生日を迎える方で、杉並区国民健康保険に加入していない方は、杉並保健所健康推進課へお問い合わせください。

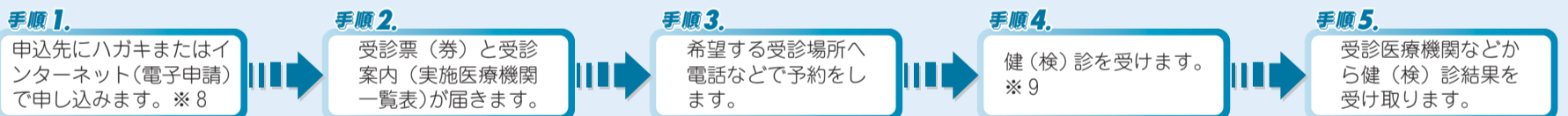
◇**がん検診**◇ がんの早期発見と早期治療のために、各種がん検診を実施しています。職場などで受診の機会がない方が対象です。がん検診は、異常の有無を判断するものです。自覚症状のある方は、診察をお勧めします。なお、今年度から、各がん検診が500円以下で受診できるようになりました。

検診名	対象者	受診期間	検査内容	費用	申込締切日(必着)など	最終申込締切(必着)
胃がん検診 ※4	35歳以上	杉並保健所3階実施分 26年3月15日までの木・金・土曜日(祝日等を除く) 指定医療機関実施分 26年1月31日まで	胃X線検査	500円	毎週金曜日 【翌週水曜日に受診票を郵送します】	杉並保健所3階実施分 26年1月24日(金)
肺がん検診	35歳以上	26年1月31日まで	胸部X線検査 喀痰細胞診検査※5	500円		12月13日(金)
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	24年度中に受診していない方(23年度中に受診した方には5月末に受診票を郵送しました)	視診・内診 頸部細胞診検査	500円	26年1月24日(金)	
乳がん検診 ※6	40歳以上の女性		視診・触診、マンモグラフィ検査	500円		
大腸がん検診 ※7	40歳以上	区民健診の対象ではない方(お勤め先の健康保険加入など)	便潜血検査(2日法)	200円	検査を希望する方は、受診期間内に杉並区内の実施医療機関へ直接お申し込みください(ハガキ等による申し込みは必要ありません)。受診時に保険証をお持ちください。 ※実施医療機関は、区ホームページでもご覧になれます。	
前立腺がん検査 ※7	50・55・60・65・70歳の男性		採血によるPSA検査	500円		

※4.次の方は申し込みをご遠慮ください①胃の手術を受けたことがある②現在、胃および十二指腸の疾病治療中または経過観察中③妊娠中または妊娠の可能性がある。
 ※5.肺がんのリスクが高いと医師が判断した方のみ実施。
 ※6.次の方は申し込みをご遠慮ください①乳腺科の疾病治療中・手術後・経過観察中②妊娠中・授乳中・断乳直後(6カ月以内)③豊胸術および水頭症シャント術をしている④心臓ペースメーカーを入れている。
 ※7.区民健診受診対象の方は、区民健診と同時受診となります。区民健診予約の際、併せて医療機関(前立腺がん検査は杉並区内の医療機関のみ)にお申し込みください。ハガキ等による申し込みは必要ありません。

◆ 申し込みから受診まで(成人等健診 / がん検診) ◆

【ハガキ申込先】杉並保健所健康推進課(〒167-0051荻窪5-20-1)
 【インターネット(電子申請)】5面右上「がん検診等の電子申請スタート」をご覧ください
 【記載事項】(1)住所(2)氏名(フリガナ)(3)生年月日(4)年齢(5)性別(6)電話番号(7)希望健(検)診名



※8.ハガキは1人1枚。がん検診はまとめて1枚で申し込みます(ハガキ等の申し込みが必要ない健(検)診があります)。※9.各健(検)診の費用は、受診する窓口でお支払いください。なお、生活保護または中国残留邦人等の生活支援給付を受給している方は費用が免除されます。受診前に免除の申請が必要です。杉並保健所健康推進課へお問い合わせください。※各がん検診ごとに対象年齢などが違います。確認の上、記入してください。対象外の方が申し込みをした場合、受診票は送付しませんのでご注意ください。

◇**成人歯科健康診査・眼科検診**◇ 成人歯科健康診査は歯周疾患の早期発見・治療や口腔の健康保持・改善のために、眼科検診は緑内障と加齢黄斑変性の早期発見・治療を目的に実施しています。対象者には受診券を郵送しますので、ハガキ等による申し込みは必要ありません。

健(検)診名	対象者	受診期間	費用	検査内容など
成人歯科健診	20・25・30・35・40・45・50・60・70歳	12月28日まで	無料	問診、口腔内診査、健診結果判定に基づく指導(1回)
成人歯科健診再評価調査	24年度に成人歯科健診を受診した方(60・70歳受診者を除く)			昨年度の歯科健診がどのように役立てられたかを調査(聞き取りなど)し、歯科保健指導を行います。受診した医療機関から連絡します
眼科検診	40・45・50・55・60歳	10月1日～26年1月31日	300円	問診、眼圧測定・眼底検査、細隙顕微鏡検査

がん検診推進事業(乳がん・子宮頸がん・大腸がん検診)のお知らせ

この事業は、がん検診受診率50%以上を目標とした国の施策に基づき、区が行う検診です。以下の対象年齢の方に無料クーポン券をお送りします。年齢は前年度に迎えた年齢です。区が従来より行っている健(検)診と年齢の数え方が異なります。

検診名	対象年齢	生年月日	乳がん・子宮頸がん検診	大腸がん検診
子宮頸がん検診(女性のみ)	20歳	平成4年4月2日～5年4月1日	対象の方にはがん検診無料クーポン券などを5月末に郵送しました。ハガキ等による申し込みは必要ありません。	①対象年齢で、区民健診の対象の方(杉並区国民健康保険加入) ▷がん検診無料クーポン券は、区民健診の受診券とあわせてお送りします。区民健診と同時に大腸がん検診を受診する際にご利用ください。 ②対象年齢で、区民健診の対象ではない方(社会保険加入など) ▷がん検診無料クーポン券を5月末に郵送しました。実施医療機関へ直接お申し込みください。受診時に保険証をお持ちください。 ※①②ともハガキ等による申し込みは必要ありません。 受診期間は26年1月31日までです。
	25歳	昭和62年4月2日～63年4月1日		
	30歳	昭和57年4月2日～58年4月1日		
乳がん・子宮頸がん検診(女性のみ)	40歳	昭和47年4月2日～48年4月1日		
乳がん検診(女性のみ) 大腸がん検診	45歳	昭和42年4月2日～43年4月1日	受診期間終了間際は大変混み合います。お早めの予約、受診をお勧めします。	
	50歳	昭和37年4月2日～38年4月1日		
	55歳	昭和32年4月2日～33年4月1日		
	60歳	昭和27年4月2日～28年4月1日		

※検査内容は、上記の杉並区がん検診と同じ内容です。なお、4月20日以降に転入した方で前住所で受診できなかった方、加入保険の変更等でクーポン券が届いていない方は、杉並保健所健康推進課へご連絡ください。

妊娠を望む方のための基礎講座

時8月21日(水)午後1時30分～4時30分(場)杉並保健所④・圃妊娠力アップのための基礎知識(虹クリニック・看護師)、アロマでリラックス(アロマセラピーインストラクター・羽鳥冬子)、お話し会(PICA不妊ピア・カウンセラー)④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)④15名(申込順)④無料(申込)電話で、杉並保健所健康推進課または各保健センターへ

8月の不妊専門相談

不妊についての専門的な相談に応じます。時8月28日(水)午後1時30分～4時(予約制)圃杉並保健所④区内在住・在勤の方④4名(申込順)圃無料(申込)電話で、杉並保健所健康推進課または各保健センターへ

妊娠や不妊に関する相談を各保健センターで行っています。また、区では特定不妊治療費の助成をしています。詳細は、お問い合わせください。圃杉並保健所健康推進課(荻窪5-20-1 ☎3391-1015)または各保健センター

平和への祈りを込めて黙とうをささげましょう

岡区民生活部管理課庶務係

まもなく、広島と長崎の68回目の原爆の日を迎えます。戦争や核兵器による惨禍を二度と繰り返さないために、原爆死没者・戦没者の冥福と世界の恒久平和の実現を祈念し、それぞれの時刻に合わせて1分間の黙とうをささげましょう。

家庭や地域、職場で平和の尊さを見つめなおし、平和への誓いを新たにしましょう。

- ◇広島=8月6日(火)午前8時15分
- ◇長崎=8月9日(金)午前11時2分
- ◇全国戦没者追悼式=8月15日(木)正午

杉並の魅力な写真を募集します

区公式ホームページ「すぎなみ学倶楽部」のフォトギャラリーでは、杉並区の魅力なたくさんの方々の写真を公開しています。昭和を中心に街や商店、人々の様子が分かる写真をぜひ提供してください。

①写真データをお持ちの方=すぎなみ学倶楽部ホームページhttp://www.suginamigaku.org/ (フォトギャラリー→写真投稿)へ▶プリントをお持ちの方=プリント1枚ずつに撮影者・時期・場所を書いて、9月30日(消印有効)までにNPO法人TFF (〒166-0004阿佐谷南3-37-10 YSディセンダンツビル4階)へ郵送NPO法人TFF ☎5397-3400 (平日午前10時~午後6時) ②プリントの返却を希望する方は返送用封筒(切手を貼付)を同封してください③写真は新聞・雑誌などに貸し出す場合があります

③の教室は、杉並区公共施設予約システム「ざざんかねと(スポーツ施設)」から申し込みできます。スポーツ施設用の個人利用者登録が必要です。申し込みは8月1日午前8時30分からハガキ締切日まで。



競技大会

●区民体育祭

◇レスリング

☾9月7日(土)午前10時 蕨荻窪体育館(荻窪3-47-2) ①内種目=幼児、小学生、中学生、一般の部 ②区内在住・在勤・在学でスポーツ保険に加入している方 ③費1000円(当日) ④申込・☎電話で、8月20日までに区レスリング協会・成 ☎080-3155-2838 へ ⑤①保険証を持参してください②車での来場はできません

◇ソフトテニス(一般の部~ダブルス)~秋季大会

☾9月8日(日)午前9時~午後7時(予備日9月22日(日)) ①松ノ木運動場(松ノ木1-3-22) ②内種目=男子=一般、シニア部(45歳以上)、シニア部(60歳以上)▷女子=一般、シニア部(45歳以上)、シニア部(60歳以上)▷グラッドシルバー=男子70歳以上、女子55歳以上、ミックスペアも可▷初級の部=本大会未経験者 ③区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 ④費1組1000円(当日) ⑤申込ハガキ(7面記入例参照)に種目も書いて、8月29日(必着)までに区ソフトテニス連盟・田中達三(〒167-0021井草2-18-12)へ ☎田中 ☎3397-6239(午後7時~9時)

◇サッカー~冬季大会

☾9月23日~12月の日曜日・祝日、午前9時~午後5時 ①井草森公園運動場(井草4-12-1)・下高井戸運動場(下高井戸3-26-1)・上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) ②内種目=高校、一般、シニアの部 ③高校=区内高校の学校代表▷一般=区内在住・在勤で18歳以上の男子(高校生は除く)▷シニア=区内在住・在勤で40歳以上の男子 ④1チーム1万円(申込・☎電話で、8月23日までに区サッカー連盟・大槻 ☎090-9833-5041(午前9時~午後10時)へ ☎連盟加盟チームは別途通知します

●卓球~ダブルスだけの大会

☾9月22日(日)午前9時~午後9時(区後援) ①荻窪体育館(荻窪3-47-2) ②内種目=男女別・混合、合計120歳以上の男女別・混合 ③区内在住・在勤・在学の方または区内のクラブに所属し卓球連盟に加盟している方 ④費170チーム(申込順) ⑤費1組1組2000円(申込参加費を、郵便局「00160-8-694963杉並区卓球連盟」へ振り込み、申込書(クニヒロ卓球、区体育館で配布)を、9月6日(必着)までに三浦弘子(〒168-0065浜田山2-11-9)へ郵送 ⑥区卓球連盟・横尾 ☎3315-4862(平日午前10時~午後5時)

スポーツ教室

●弓道・アーチェリー認定講習会

弓道場を利用するには利用者証(一定の技量を認定)が必要です。
☾①アーチェリー=8月17日(土)②弓道=8月24日(土)いずれも午前9時~午後1時 ③上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) ④弓道またはアーチェリー経験がある16歳以上の方 ⑤各36名(申込順) ⑥無料(申込・☎電話で、上井草スポーツセンター

●杉小小温水プールの教室

◇個人向け 日曜ワンポイントレッスン

☾8月4日~25日の毎週日曜日、午前10時~正午(1人5分程度) ①区水泳連盟講師ほか

◇個人向け 土曜ワンポイントレッスン

☾8月10日(土)・17日(土)・24日(土)午前10時~正午(1人5分程度) ②区水泳連盟講師 — (いずれも) —

③杉小小温水プール(和田3-55-49) ④区内在住・在勤・在学で小学生以上の方(小学3年生までは水着着用の保護者同伴) ⑤各日各回20名(先着順) ⑥無料(入場料別) ⑦申込当日、直接会場へ ☎同プール ☎3318-8763 ⑧駐車場はありません

●ゴルフ入門講座

☾・①前期=8月31日(土)~10月11日(金)▷後期=11月2日(土)~12月13日(金)/西荻ゴルフセンター(西荻北2-37-8)=水曜日の午前10時30分~11時50分・午後7時30分~8時50分、木曜日の午前10時30分~11時50分、金曜日の午後1時30分~2時50分/和泉ゴルフガーデン(和泉4-17-26)=土・日曜日の午前10時30分~11時50分(各クラス週1回で計6回。区後援) ②区内在住・在勤で20歳以上の方 ③各クラス8名(申込順) ④各クラス1万5000円(当日) ⑤申込ハガキまたはファクス(7面記入例参照)に前期または後期・場所・曜日・時間の希望も書いて、各開講日前日(必着)までに大友和男(〒166-0011梅里2-8-3 FAX042-463-5750)へ ☎ゴルフ教育研究会・畔蒜(あびる) ☎090-5560-0424 ⑥振替受講も可。筆記用具・クラブ(パター・9.1など)を持参してください(無料貸し出しあり)

●ユニカール体験教室

ユニカールは全国障害者スポーツ大会のオープン競技です。
☾9月1日(日)・15日(日)▷知的障害がある方=午前10時~正午▷その他の障害がある方=午後1時30分~3時30分/各計2回 ②杉並障害者福祉会館 ③日本障害者スポーツ指導員・石井功樹 ④区内在住・在勤・在学で障害のある方とその支援者 ⑤15名(抽選) ⑥無料(申込往復ハガキ(7面記入例参照)に教室名と障害の状況、在勤・在学の方は勤務先または学校名も書いて、8月16日(必着)までに杉並障害者福祉会館運営協議会事務局(〒168-0072高井戸東4-10-5)へ ☎同事務局 ☎3332-6121 FAX3335-3581

●荻窪体育館の教室

◇Sunday! 親子体操Ⅱ教室

☾9月1日~12月8日の毎週日曜日①それら組=午前10時~11時②ほし組=午前11時~正午(9月15日、10月13日、11月3日を除く。各計12回) ③Tiamo ④区内在住で①3~5歳未満の幼児とその保護者②1歳半~3歳未満の幼児とその保護者(いずれも教室初日の年齢) ⑤各16組(抽選) ⑥申込往復ハガキ(7面記入例参照)に①②の希望、保護者・お子さんの氏名・性別・年齢も書いて、8月11日(必着)までに同体育館へ
◇親子リズム体操Ⅱ
☾9月2日~12月9日の毎週月曜日①き

りん組=午前10時~11時②りす組=午前11時~正午(9月23日、10月14日、11月4日を除く。各計12回) ③齋藤なみ ④区内在住で①2歳6カ月~5歳未満の幼児とその保護者②1歳半~2歳6カ月未満の幼児とその保護者(いずれも教室初日の年齢) ⑤各18組(抽選) ⑥申込往復ハガキ(7面記入例参照)に①②の希望も書いて、8月13日(必着)までに同体育館へ — (いずれも) — ⑦荻窪荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2) ☎3220-3381 ⑧各9000円

●下高井戸運動場の教室

①レディースフットサルスクール ②教室番号「1575」

☾9月10日~10月15日の毎週火曜日、午後7時30分~8時50分(予備日10月22日(火)・29日(火)。計6回) ③嶋崎健次ほか ④区内在住・在勤・在学で16歳以上の女性 ⑤30名(抽選) ⑥費3000円(1回700円) ⑦フットサルシューズを持参してください。定員に余裕がある場合は、1回のみ参加もできます
②ヴェルディサッカーズ短期教室Ⅱ
☾9月11日~10月16日の毎週水曜日、午後5時15分~6時30分(予備日10月23日(水)・30日(水)。計6回) ③ヴェルディ東京コーチ ④区内在住・在学の小学1~4年生 ⑤60名(抽選) ⑥費9000円 ⑦タオル、飲み物を持参してください

③かけっこクリニックⅡ

☾9月11日~10月16日の毎週水曜日、午後5時15分~7時(予備日10月23日(水)・30日(水)。計6回) ③渡辺夕カヒロ ④区内在住・在学の小学1~6年生 ⑤50名(抽選) ⑥費6000円 ⑦タオル、飲み物を持参してください — (いずれも) —

⑦下高井戸運動場(〒168-0073下高井戸3-26-1) ☎5374-6191 ⑧申込往復ハガキ(7面記入例参照)で、①は8月16日(必着)②③は8月12日(必着)までに同運動場へ

●ワンコイン水中チャレンジ(後期)

☾・①内下表のとおり ②スポーツハイツ(堀ノ内2-6-21) ③区内在住で運動制限のない方 ④1回10名(申込順) ⑤1回500円(申込・☎8月4日から電話で、スポーツハイツ ☎3316-9981)へ

＜ワンコイン水中チャレンジ(後期)＞

クラス(内容)	日時(9月1日(日)~14日(土))
水中運動(体力増進・筋力向上)	月・木曜日、午前10時15分~11時15分 火・金曜日、午後1時~2時
①流水健康②流水30(流水機を利用した軽有酸素運動〈要予約〉)	①水曜日、午後0時15分~1時15分 ②金曜日、午後2時~2時30分
アクアピクス(リズムカルな音楽にあわせて)	火曜日、午前11時15分~正午
ビギナー(水泳初心者)	日曜日、午前11時30分~午後0時45分 火・木曜日、午後6時30分~7時45分
マスターズ(成人水泳、初心者~上級)	月~土曜日、午後1時~2時15分 火・水・金曜日、午後7時30分~8時45分 土曜日、午後6時30分~7時45分
骨盤エクササイズ30(くびれを作る運動を始めた方〈要予約〉)	月・木曜日、午後1時30分~2時 金曜日、午前10時30分~11時
ナイトフリー(プール・ジム・ジャグジーの施設自由利用)	月~土曜日、午後5時~8時 日曜日、午後4時~6時

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

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○○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

■杉並アニメーションミュージアム特別企画展「劇場版 あの日見た花の名前を僕達はまだ知らない。×秩父アニメーツリズム実行委員会」開催中

アニメとその舞台のモデルになった秩父を紹介する特別企画展を開催しています。「プチ・イントゥ！～アニメーションの世界へ」も同時開催中です。

※8月11日(日)までの午前10時～午後6時(入館は5時30分まで。11日は4時で閉館。月曜日休館) 場杉並アニメーションミュージアム(上荻3-29-5) 費無料(申込)当日、直接会場へ同ミュージアム☎3396-1510(他)詳細は、同ミュージアムホームページhttp://www.sam.or.jp/をご覧ください

◇杉並アニメーションミュージアム休館のお知らせ

※8月12日(月)～31日(土)間杉並アニメーションミュージアム☎3396-1510



©ANO HANA PROJECT

■2013よい仕事おこしフェア～日本を明るく元気に!

会場には400を超える企業・団体等が出展(杉並区産業振興センターも出展)し、ビジネス展示・相談、東北特産品の展示・即売などをを行います。

※8月6日(水)・7日(木)午前10時～午後6時(7日は4時まで)場東京国際フォーラム(千代田区丸の内3-5-1) 費無料(申込)当日、直接会場へ城南信用金庫☎3493-8111または産業振興センター中小企業支援係☎5347-9182(他)中堅・中小企業100社による就職合同説明会を同時開催します

■区民参加型展示「みんなの地域博物館!!市民も支える地域博物館とその活動」

地域博物館の活動を支える市民参画による博物館事業の実態調査から、博物館が行う地域の歴史や特性を生かした活動内容などを紹介します。

※8月10日(土)～9月23日(木)午前9時～午後5時(月曜日・第3木曜日休館。祝日の場合は開館し、翌日休館)場郷土博物館分館(天沼3-23-1天沼弁天池公園内) 費無料(申込)当日、直接会場へ郷土博物館分館☎5347-9801

講演・講座

■家族介護教室～住宅改修について「住宅改修の方法と費用を知る」

※8月15日(木)午後2時～3時場福祉機器展示センター(阿佐谷北1-2-1) 師住環境デザイン・インテリアコーディネーター 対区内在住の方定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

■美トレ・育トレ・骨太家族!

運動とカルシウムを効率よく取り入れる方法を学びます。育ち盛りの子供と一緒に、母親も骨そしょう症予防を実践しましょう。

※・内・師①8月22日(木)=元氣と美しさは丈夫な骨づくりから。試食あり(新渡戸文化短期大学生活学科教授・大島恵子)②29日(木)=こどもと楽しく、骨密度&筋力アップの運動。骨密度測定実施(上井草スポーツセンター運動指導員・潘鎮浩) / いずれも午前10時～正午場上井草保健センター(上井草3-8-19) 対区内在住で2・3歳のお子さんとその親

定20組(申込順) 費無料(申込)電話で、上井草保健センター☎3394-1212へ(他)①託児あり(事前申込制。先着10組)

■「はるはなメソッド」歌と表情筋トレーニング～夏のつどい

日常生活で行える呼吸筋強化、姿勢矯正など簡単で効果的な方法を紹介します。

※8月23日(金)午前10時～11時30分場高井戸地域区民センター二期会会員・常岡治恵 対区内在住で60歳以上の方定85名(申込順) 費300円(申込) 問8月2日から電話または直接、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

■子育て支援講座

身体の緊張をほぐすことで心の緊張も解いていく「臨床動作法」を体験します。家庭ですぐに実践できるリラクセス法です。

※8月29日(木)午前10時～正午場済美教育センター(堀ノ内2-5-26) 師オフィスかけはし・坂上頼子 対区内在住で子供との関わり方に関心のある保護者・関係者定60名程度(申込順) 費無料(申込)往復ハガキ(記入例参照)に子供の年齢も書いて、8月16日(必着)までに特別支援教育課教育相談係子育て支援講座担当(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ問同係☎5378-0961(他)車での来場はご遠慮ください。交通機関の利用が難しい方はご相談ください

■8月31日(野菜の日)から始める健康生活

彩りの良い食卓は心と体の健康に欠かせません。区内のヘルシーメニュー推奨店のシェフが旬の野菜を使ったおしゃれな料理の作り方を紹介します。

※・場・師・定下表のとおり(抽選) 内彩り野菜を使った料理のヒント、調理実演・試食 対区内在住・在勤の方 費無料(申込)ハガキまたはファクス(記入例参照)に①～⑤の希望をいずれか一つ書いて、8月20日(必着)までに杉並保健所健康推進課栄養指導担当(〒167-0051荻窪5-20-1 FAX3391-1927)へ問杉並保健所健康推進課☎3391-1015

〈8月31日(野菜の日)から始める健康生活〉

日時	場所	講師	定員
① 8月31日(出)	荻窪保健センター(荻窪5-20-1)	ピストロ天下井・天下井康人	30名
② 9月3日(火)	高円寺保健センター(高円寺南3-24-15)	ロータス&フローズン 大平哲雄	30名
③ 9月4日(水)	高井戸保健センター(高井戸東3-20-3)	パリ21区・梅津茂	30名
④ 9月5日(木)	上井草保健センター(上井草3-8-19)	玄米菜食 米の子・市川啓	25名
⑤ 9月5日(木)	和泉保健センター(和泉4-50-6)	グリルマリノ・大崎厚男	25名

※時間は、①午後3時～5時、②～⑤午後2時～4時。

■9月「始めたいひとのウォーキング講座」

認知症予防に効果のあるウォーキングをはじめませんか。ウォーキングの習慣化と歩く楽しみを見つけるための入門講座です。

※・内①9月10日(火)=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②17日(水)=効果的な歩き方を体験しよう～ミニウォーキング(約2km)③24日(水)=続けるコツを知ろう～目標づくり・楽しみ方・情報提供 / いずれも午前10時～正午。全3回要出席場セシオン杉並(梅里1-22-32) 師NPO法人杉並さわやかウォーキング 対区内在住の65歳以

〈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、内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
高円寺東館(高円寺南1-7-22 ☎・FAX3315-1816)	簡単リフォーム汗取りタオルとバッグづくり	8月11日(日)午前10時～正午定20名(申込順) 費200円(他)タンクトップ、浴用タオル、裁縫セットを持参
大宮前館(宮前5-19-8 ☎・FAX3334-9640)	聴くってどういう事? 「傾聴講座」で魅力もアップ	8月27日(火)、9月10日(火)・24日(火)午後2時～4時(計3回) 費1回500円
和田館(和田1-41-10 ☎・FAX3384-3751)	折り紙教室	毎月第2(月)、午前10時～正午費1回300円
高井戸西館(高井戸西1-17-5 ☎・FAX3332-1076)	お話聴きます会 師ゆうゆう傾聴の会	毎月第4(金)、午前10時30分～正午 対誰かと話したい40歳以上の方 費1回100円(茶菓代) (他)個人情報保護は厳守します
大宮堀ノ内館(堀ノ内1-27-9 ☎・FAX3317-9156)	着物お悩み解消講座～お手入れ・保管・処分まで	8月11日(日)・16日(金)午前10時～正午定各30名(申込順) 費無料
天沼館(天沼2-42-9 ☎・FAX3391-8540)	夏だ!天沼館すいか割り!	8月20日(火)午前10時30分～正午定15名(申込順) 費200円(材料費含む)

※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。いずれも、長寿応援対象事業です。

原付バイク・自動二輪・軽自動車等をお持ちの方へ 軽自動車税の納め忘れはありませんか?

◇25年度軽自動車税(納期限 5月31日)の納税はお済みですか

まだ納めていない方は、延滞金が加算される場合がありますので至急お納めください。

◇すでにお持ちでないバイク等の納税通知書が届いていませんか

他人に譲渡したり盗難に遭った場合でも、区役所への申告が済んでいないと軽自動車税が課税される場合があります。

問課税課務管理係 ☎5307-0629

上で、日常生活で介助の必要がない方定20名(抽選) 費無料(申込)ハガキ(記入例参照)で、8月14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)①ウォーキング記録ノートを差し上げます②長寿応援対象事業

■杉並でくらす外国人のためのほんご教室

日常生活を送るのに必要な基本的な日本語の会話や読み書きを学ぶ、レベル別クラスレッスンです。

※9月24日～11月29日の毎週火・金曜日、午後6時30分～8時30分(計20回) 場セシオン杉並 師にほんご学習すぎなみの会 対区内在住・在勤・在学の方 費1カ月2000円×3回(別途テキスト代) (申込)往復ハガキ(記入例参照)で、9月16日(必着)までに社会教育センター(〒166-0011梅里1-22-32セシオン杉並内)へ問にほんご学習すぎなみの会・天坊 ☎090-7212-7909、社会教育センター☎3317-6621 (他)①1歳～就学前の託児あり(事前申込制。定員あり)②クラス分けのための面接を9月17日(火)午後6時30分からセシオン杉並で行います

杉並障害者福祉会館

◇要約筆記講習会入門講座(夜コース)

中途失聴や難聴の方などを取り巻く状況や要約筆記を中心とした文字によるコミュニケーション方法を学ぶ入門講座です。

※9月4日～10月9日の毎週水曜日、午後6時30分～8時30分(計6回) 対区内在住・在勤・在学で18歳以上の方定20名(抽選) 費無料(申込)往復ハガキ(記入例参照)に在勤・在学の方は勤務先または学校名も書いて、8月23日(必着)までに同館運営協議会事務局へ(他)一日体験講座なども予定しています

◇障害者のためのパソコン教室

※・内①入門コース=9月2日(月)～5日(木)午前10時～午後0時30分、9月9日(月)～12日(木)午後1時30分～4時(パソコンに触ってみよう、初めてでも作れる葉書、やさしいインターネットの使い方)②活用コース=9月2日(月)～5日(木)午後1時30分～4時、9月9日(月)～12日(木)午前10時～午後0時30分(文書の作成・編集、画像・文書・表のレイアウト、インターネットの応用) 師研修専門会社講師 対区内在住・在勤・在学で障害のある方(②は文字入力ができる方) 定各15名(抽選) 費各1000円(申込)往復ハガキ(記入例参照)に①②の希望、障害の状況、在勤・在学の方は勤務先または学校名と所在地も書いて、8月16日(必着)までに同館運営協議会事務局へ

— 〈いずれも〉 —

場杉並障害者福祉会館同館運営協議会事務局(〒168-0072高井戸東4-10-5 ☎3332-6121 FAX3335-3581)

第60回 阿佐谷七夕まつり

今年で節目の60回目を迎える阿佐谷七夕まつりは、今や杉並区を代表するお祭りになりました。今年も阿佐ヶ谷駅周辺の10商店会で共同開催され、各商店会の魅力あるイベントが阿佐谷の夏を彩ります！
—問い合わせは、阿佐谷七夕まつり連合会 ☎3312-6181 (阿佐谷パー
ルセンター事務所内) へ。

【日時】 8月7日(水)～11日(日)
午前10時～午後10時
【場所】 JR阿佐ヶ谷駅周辺の10商店会
【申し込み】 当日、直接会場へ

イベント	日時・場所・内容
◇共通イベント	
スタンプラリー	時 8月7日(水)～11日(日) 場 阿佐ヶ谷駅周辺10商店会 内 スタンプを集めると、なみすけ・ナミーがそれぞれ描かれた七夕まつり限定の缶バッジをプレゼント (数量限定)
◇各商店会イベント	
阿佐谷七夕まつり	時 8月7日(水)～11日(日) 場 阿佐谷パーセンター 内 笹と吹流しの七夕に加え、各店自慢の手作り張りぼてで装飾
七夕まつり inすずらん通り	時 8月7日(水)～11日(日) 場 すずらん通り商店街 内 七夕飾りやユニークな張りぼての装飾、すずらん縁日、模擬店など
(1)笹のトンネル inいちょう小路 (2)かわばた縁日	時 8月7日(水)～11日(日) ((2)は10日・11日正午) 場 川端新興会 内 (1)川端新興会にある「いちょう小路」を笹のトンネルや、金魚の光る張りぼてで装飾(2)个性的なお店が30店舗出店。くじ引きも開催
七夕ワゴンセール	時 8月7日(水)～11日(日) 場 あさやゴールド街 内 洋服やバッグ、帽子、カバンなど出店。靴店・ワインバーでもイベント実施
新進会寄席 in七夕	時 8月7日(水) 場 阿佐谷新進会商店街 内 午後7時＝寄席を開催。初日の夕べを盛大に盛り上げます
納涼まつり	時 8月10日(土)・11日(日) 場 松山通り交友会 内 10日午後6時30分＝ねぶたの運行▷11日午後3時＝スイカ割りやスーパーボールすくい、打ち水など
あさ市	時 8月10日(土) 場 阿佐谷商和会 内 フラダンスやタヒチアンダンス、フリーマーケットなどの参加希望者は ☎http://shouwakai.com/asaichi_entry/ から申し込み
七夕コン	時 8月10日(土) 場 スターロード商店会 内 午後2時30分～6時30分＝七夕コン (街コン)
大人の縁日	時 8月11日(日) 場 一番街商店会 内 午後2時～8時＝フリーマーケットや、本格サンパレード (午後2時30分)
七夕まつり	時 8月11日(日) 場 阿佐谷進交会 内 午後4時～7時＝ポップコーン・綿菓子・スーパーボールすくいなど

- ☆☆☆ 阿佐ヶ谷駅前での催しもの ☆☆☆
- ☆第60回記念セレモニー ASAGAYA Super 60' All Stars Jazz Concert
時・内 8月7日(水)午後4時～6時＝記念セレモニーおよびジャズコンサート 場 駅前噴水広場
 - ☆星におねだり
時・内 8月7日(水)・8日(木)午後6時＝星型の短冊に願い事を込めましょう！ 場 南口駅前
 - ☆ジャズストリートでおなじみ竹内郁人クインテット
時 8月10日(土)午後3時30分 場 北口パサージュ前
 - ☆①音楽が紡いだ花結び②エイサー③ねぶた
時・場 8月10日(土)①午後2時＝阿佐谷商和会②午後3時＝一番街商店会③午後6時30分＝松山通り交友会
 - ☆①サンパ②盆ダンス
時・場 8月11日(日)①午後2時30分＝一番街商店会②午後4時＝川端新興会
 - ☆阿佐谷クリーンキャンペーン
時 8月7日(水)～11日(日) 場 駅前噴水広場 内 学生・ボーイスカウトのボランティア (清掃活動)

＊ スタンプラリー ＊
マイバッグキャンペーン
in阿佐谷七夕まつり
スタンプを集めてなみすけグッズをもらおう！

環境に良いこと、できることから始めてみましょう。
「マイバッグキャンペーン」で一人一人が、できることを見つけてみませんか。
【日時】 8月10日(土)午後1時～3時
【場所】 区役所1階ロビー、中杉通り側入り口前
【費用】 無料 **【申し込み】** 当日、直接会場へ
【問い合わせ】 環境課活動推進係



会場	イベント	内容
区役所1階ロビー	① キャッチコピー募集	レジ袋を削減するために、あなたの思いをポスターやチラシのキャッチコピーにしてみませんか？
	② ぬりえでうちわ作り	「なみすけ」や「ナミー」の図柄が入ったぬりえをうちわに貼ってマイうちわを作ろう。出来上がったうちわは、差し上げます (小学生以下対象)
	③ 風呂敷の包み方講座	風呂敷は素敵なエコバッグ！ 結び方しだいで、いろいろなバッグに変身します(風呂敷を持参してください)
	④ パネル展示	環境パネル、レジ袋優良店舗パネルを展示します
区役所中杉通り側入り口前	⑤ 杉並戦隊イレンジャーのクイズに挑戦	イレンジャー (マイバッグに「入れ」る「んじゃー」) が出題するクイズに挑戦してみませんか？
	⑥ パネルクイズ	環境問題やマイバッグに関するクイズに挑戦

※①③～⑥はスタンプラリーの対象です (用意しているグッズは数に限りがあります)。

サイエンス・ウィーク夏

時・内・定 下表のとおり (いずれも先着順) 場 科学館 (清水3-3-13) 区内在住・在勤・在学の方 費 無料 申込 当日、直接会場へ 問 科学館 ☎3396-4391 他車での来場はご遠慮ください

時間・内容	8月21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)	25日(日)
プラネタリウム (子供向) 時 午前11時～正午 内 5歳以上 定 140名	「七月七日の夜に～二つの七夕物語～」 + 今夜の星空				
大人講座 時 午後1時～3時 内 高校生以上 定 20名				天文講座「ハッブルの法則と銀河宇宙の科学」	ハンディ・スチロールカッターの製作
科学体験教室 時 午後1時～2時30分 内 小学4年生以上 定 30名	アリジゴクの巣で色んな模様を作ろう	ペットボトル潜水艇	のぼる磁石	イカのからだをしらべる	チョウの観察と標本づくり
ジュニア教室 時 午後1時～2時30分 内 5歳～小学3年生 定 40名	ぶうぶうラッパ	花の手作りうちわ	おさるのまとあて	水でっぽう	はりがねアメンボ
プラネタリウム (一般向) 時 午後3時15分～4時15分 内 140名	「21世紀を迎えた宇宙と科学」 + 今夜の星空				
その他、科学ビデオの上映もあります。時 午前10時30分～午後3時30分 内 220名					

※①定員を超えての入場はできません。②大人講座、科学体験教室、ジュニア教室は、当日午後0時15分から整理券を配布します (参加者本人1人1枚。代理の方には配布できません)。③プラネタリウムは5歳未満の方は入場できません。また、途中での入退場はできません。

レジ袋有料化等の収益を地域の環境教育へ還元しています

レジ袋削減のためにレジ袋有料化の取り組みを行っているスーパーいなげやina21「杉並新高円寺店」と「杉並桜上水店」は、1年間で得られた収益金で堀之内小学校に「環境教育啓発写真」を、高井戸第三小学校に「組み立て式花壇」を寄贈しました。7月1日(月)に堀之内小学校、16日(火)に高井戸第三小学校で贈呈式が行われました。

また、杉並区商店会連合会では、平成21年5月から加盟の各店舗に「レジ袋削減協力金箱」を設置し、レジ袋を利用したお客さんから任意で協力金をいただくことで、レジ袋の削減に取り組んでいます。今回、この取り組みで集まった協力金の寄付があり、エコスクール整備に充てられる予定です。

問 環境課活動推進係