

# 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

名寄市・東吾妻町の子どもたちと交流しよう～参加者募集	..... 2
自治体スクラム支援会議を開催しました	..... 2
高齢者肺炎球菌予防接種の費用を一部助成します	..... 3
熱中症にご注意を日頃からできる予防法	..... 4
あなたのまわりの虫対策	..... 4

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 3312-2111  
FAX3312-9911 (広報課直通)  
http://www.city.suginami.tokyo.jp/

## キミと、投票する選挙

# 東京都議会議員選挙

投票・開票日 = 6月23日(日)  
投票時間 = 午前7時～午後8時



### インターネット選挙運動等について

25年4月に公職選挙法が改正され、インターネット等を利用した選挙運動が解禁されますが、この運動ができるのは次回参議院議員選挙からです。また、成年被後見人が投票できるのも、次回参議院議員選挙からになります。

▲平成24年度杉並区明るい選挙ポスターコンクール・委員長賞受賞  
高井戸小学校6年(受賞当時)・下村美優さんの作品

**最近住所を移した方**

◇区内で転居する(した)方  
25年5月30日までに区内転居の届出をした方は新住所地の投票所で投票できます。

5月31日以降に届出をした方は前住所地の投票所で投票することになります。

◇都外へ転出する(した)方  
投票資格がありません。

◇都内へ転出する(した)方  
転出先の都内区市町村に25年3月13日までに転入の届出をし、転出先の選挙人名簿に登録されていると転出先の投票所で投票ができます(転出先の選挙人名簿に登録されていなくても、杉並区で投票できる場合がありますので、選挙管理委員会へお問い合わせください。)

**「選挙公報」は各戸配布します**

候補者の政見・経歴などを掲載した「選挙公報」は、各世帯の郵便受けなどに直接お届けします。なお、選挙公報は6月19日(水)までにお届けする予定です。選挙公報が届かなかった場合には、選挙管理委員会事務局へご連絡ください。選挙公報をお届けします。また、区の施設、駅の広報スタンド、郵便局

**政治家の寄附禁止について**

選挙人が政治家に対して、寄附を出すように勧誘や要求をすることは禁止されています。

**投票・開票速報**

投票・開票速報は6月23日(日)に区ホームページ、モバイル版区ホームページでご覧いただけます。なお、投票速報は午前8時から、開票速報は午後9時30分から発表します。

◇区ホームページ  
http://www.city.suginami.tokyo.jp/

**投票所の変更など**

永福小学校の工事完了に伴い、第5投票所は「永福南小学校」から「永福小学校」へ戻ります。

◇投票所の新設  
投票所の混雑などを改善するために、投票区を新設しました。井草2-35-12にお住まいの方は、投票所が第47投票所「八成小学校」から第67投票所「グラントメゾン杉並シーズ」へ変わります。

便利な期日前投票については、12面をご覧ください

**「選挙のお知らせ」をお送りします**

投票日・投票所などをご案内する「選挙のお知らせ」は6月14日(金)から世帯ごとに封書でお送りします。投票日当日には、ご自分の名前が記載された「選挙のお知らせ」を持参して指定された投票所で投票してください。

また、「選挙のお知らせ」が届かない・紛失したなどの場合でも、投票資格がある方は投票できますので、投票所の係員にお申し出ください。

**投票できる方**

今回の都議会議員選挙において投票できるのは、次の要件を満たしている方です。

平成25年3月13日までに杉並区へ転入の届出をし、投票日に選挙人名簿に登録されている方

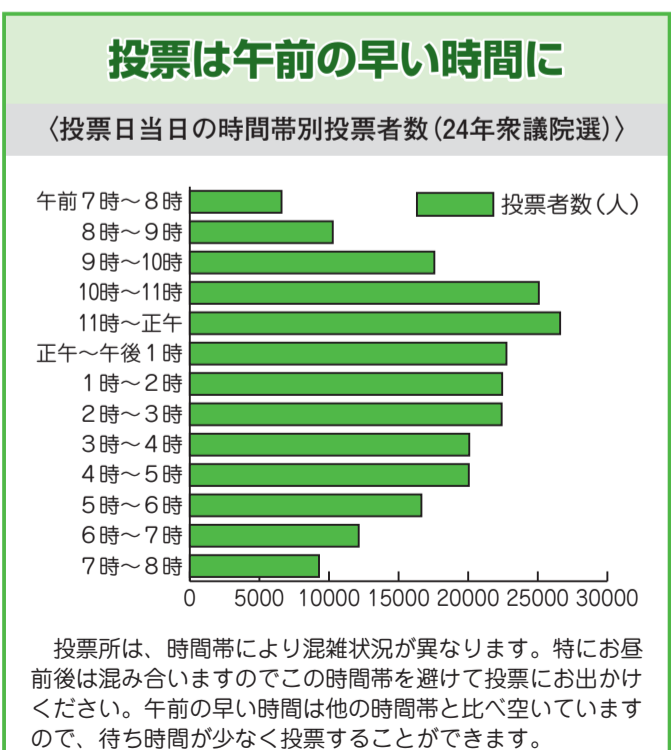
※住所を移した方は左記をご覧ください。

**不在者投票制度**

身体障害や疾病のために、投票所へ行き投票することができない有権者の方々が、自宅などで投票の記載を行い、郵便等を利用して投票を行う制度です。

この制度を利用できる方は、杉並区の選挙人名簿に登録されている有権者の方で、一定の基準に該当し、かつ、自筆できる方が対象です(自筆できない方も条件を満たしていれば、代理記載制度を併せて利用できる場合があります)。

詳細は、区ホームページをご覧ください。詳しくは、区選挙管理委員会事務局までお問い合わせください。その際は、お手元にある「身体障害者手帳」「戦傷病者手帳」「介護保険被保険者証」をご用意ください。



▲モバイル版区ホームページのQRコード

◇モバイル版区ホームページ  
http://www.city.suginami.tokyo.jp/mobile/

◇上高井戸区民集会所  
自動交付機の利用中止

上高井戸区民集会所は投票所になります。このため、6月23日(日)の投票日は同集会所内に設置してある証明書自動交付機が1日利用できません。

活用しています！杉並区次世代育成基金

# 名寄市・東吾妻町の子どもたちと交流しよう～参加者募集

今年の夏も交流自治体の北海道名寄市（風連地区）と群馬県東吾妻町の子どもたちと楽しい交流会を行います。

【日程・場所・定員・対象】 下表のとおり

【費用】 無料

【申し込み】 往復ハガキに希望交流会名（1つのみ）・児童氏名（フリガナ）・学校名・学年・性別・保護者氏名（フリガナ）・電話番号・返信用の宛先を書いて、6月23日（必着）までに児童青少年課事業係（〒167-0051荻窪1-56-3）へ

【問い合わせ】 児童青少年課事業係 ☎3393-4760



◀ 昨年の名寄編  
（名寄公園にて）

〈名寄市・東吾妻町子ども交流会〉

交流会名	日程	場所	内容	定員・対象
杉並区・名寄市子ども交流会	7月28日(日)～31日(水)	【名寄編】 北海道名寄市	旭山動物園見学、 町内ウォークラリーなど	25名（抽選。各学年男女4～5名程度） 区内在住の小学4～6年生で名寄編と杉並編の全日程、および参加者本人が親子説明会に必ず参加できる方 ※昨年度、「杉並区・名寄市子ども交流会」または「小学生名寄自然体験交流」に参加した方は申し込みできません。
	8月5日(月)～8日(木)	【杉並編】 児童青少年センターおよび都内	阿佐谷七夕まつり見学、 都内見学など	

※親子説明会は7月7日(日)午前10時～正午に行います。

杉並区・東吾妻町子ども交流会	8月18日(日)～20日(火)	児童青少年センターおよび都内	ボウリング、 環七地下調節池見学など	25名（抽選。各学年男女4～5名程度） 区内在住の小学4～6年生で全日程と参加者本人が親子説明会に必ず参加できる方。 ※東吾妻交流事業は隔年で杉並編、東吾妻編を実施するため、平成26年度実施分から応募に制限がかかります。
----------------	-----------------	----------------	-----------------------	--

※親子説明会は7月21日(日)午前10時～正午に行います。

## 児童館・学童クラブ臨時職員(アルバイト)登録者を募集します

臨時職員の募集方法が変更になりました。  
夏休みアルバイトを希望する方も、下記の方法で登録をしてください。

☎児童青少年課管理係 ☎3393-4760

【登録受け付け・期間】

- 登録は、随時受け付け
- 登録期間は、申し込みから1年間

【登録申し込み資格】

18歳以上の心身ともに健康な方（高校生不可）

【登録申し込み方法】

志望動機を書いた履歴書に、勤務希望調査書（区ホームページから取り出せます）を添えて、児童青少年課管理係（〒167-0051荻窪1-56-3児童青少年センター内）へ郵送または持参

【その他】

①杉並区役所関係のアルバイト経験者は、履歴書の職歴に必ず記入してください②応募書類は返却しません③応募書類を受領した段階で登録者となります④登録が完了した旨の通知は行いません。あらかじめご了承ください⑤原則、登録期間終了後更新は行いません。継続して登録を希望する方は再度応募が必要です

【採用について】

欠員が生じた場合や新規採用が必要となったときに、書類審査の上、その児童館・学童クラブから登録者に連絡し、面接を行い採用を決定します。

- 採用予定数に達している場合など、連絡できないことがあります  
※登録者は必ず採用されるわけではありません。
- 通年の採用ではありませんが、継続して勤務（雇用期間の更新）を依頼する場合があります。また、年間に複数回勤務を依頼することがあります

【勤務内容・場所・期間・勤務日・時間・報酬など】

- ◇勤務内容＝児童館・学童クラブにおける日常業務、児童の指導補助
- ◇勤務場所＝区立児童館・学童クラブ
- ◇雇用期間＝主に1～2カ月間（勤務日は、相談の上決定します）
- ◇勤務日・時間＝勤務する児童館・学童クラブにより異なります
  - 1日2時間・4時間・6時間・7時間45分のいずれか
  - 午前8時30分～午後6時45分のうち勤務館の指定する時間
  - 月20日以内
- ◇報酬など  
教員・保育士資格取得者または関連学部（心理・教育・福祉など）卒業生＝時給1060円、資格なし＝時給980円▷交通費支給（日額500円上限実費支給）

## 区内の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。放射線量等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

☎学務課、保育課

6月4日現在、各学校・園の給食食材、計1022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でした。

◆区内3カ所（定点測定）

☎環境課放射能対策担当

（測定日6月4日）

単位：マイクロ・シーベルト/h

施設名	測定場所	測定高さ
		1 m
杉並区役所（阿佐谷南1-15-1）	区役所青梅街道側	0.07
杉並保健所（荻窪5-20-1）	保健所前駐車場西側	0.07
衛生試験所（高井戸東3-20-3）	試験所玄関前駐車場	0.07

※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。

## 自治体スクラム支援会議を開催しました

### 第7回自治体スクラム支援会議



6月1日(日)、福島県北塩原村で、第7回自治体スクラム支援会議が開催されました。

会議には、亀岡偉民内閣府大臣政務官（防災担当）が同席し、地元の小椋敏一北塩原村長をはじめ、中澤恒喜東吾妻町長、谷井靖夫小千谷市長、桜井勝延南相馬市長、下田掌久青梅市副市長、久保和幸名寄市副市長、田中良杉並区長、アドバイザーとして大杉覚首都大学東京大学院教授が出席しました。

会議では、南相馬市への引き続きの支援を確認しました。また、災害時における基礎自治体の相互の水平的支援を推進するためには、災害救助法の改正が不可欠であるとの観点に基づき、田中区長から亀岡政務官へ、災害救助法の改正を強く要望する旨の要望書を手渡しました。

亀岡政務官からは「国も一緒になって責任を果たせるように頑張っていきたい。要請の内容については、古屋防災担当大臣にしっかり伝えます。」との発言をいただきました。

☎危機管理対策課

# 高齢者肺炎球菌予防接種の費用を一部助成します

高齢者肺炎球菌予防接種は、肺炎球菌が原因となる肺炎を予防するものです。区では、今年度も接種費用の一部助成を行います。この予防接種は、1回の接種で5年以上免疫が持続するという報告があります。接種を希望する方は下記をよくお読みになり、必ず郵便ハガキでお申し込みください。——問い合わせは、杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025へ。

**【対象】**申し込み日現在、区内在住の満65歳以上で接種を希望する方  
**【申込期間】**7月1日(月)～26年1月31日(金)(消印有効) **【助成額】**4000円

## ◇助成の申し込み方法・接種までの流れ◇

**【対象】**申し込み日現在、区内在住の満65歳以上で接種を希望する方



**【申し込み期間】**7月1日～26年1月31日(消印有効)



**【助成の申し込み方法】**郵便ハガキ(下記記入例参照)でお申し込みください。同住所のご家族の場合は、1枚の郵便ハガキでお申し込みができます。2週間程度で予診票と接種できる医療機関の一覧などを送付します。



**【接種場所・期限】**区内の契約医療機関に限ります。送付した一覧から医療機関を選び、26年3月31日までに予診票を持参し接種してください。



**【接種の申し込み方法】**接種の実施日、時間などは医療機関により異なります。あらかじめ医療機関にお問い合わせの上、接種してください。



**【接種の費用】**接種費用(平均で8000円～1万円程度)は医療機関によって異なります。区が4000円を助成しますので、接種費用との差額を医療機関へお支払いください。なお、生活保護受給者、中国残留邦人等支援給付受給者は、自己負担金はありません。詳細は、杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025へお問い合わせください。

## ▶▶▶ご注意ください◀◀◀

- ◆高齢者肺炎球菌予防接種は、接種をする方の判断で接種する任意の予防接種です。
- ◆肺炎球菌による肺炎は、高齢者の半数近くを占めており重篤化が問題となっていますが、高齢者肺炎球菌予防接種は全ての肺炎を予防するものではありません。
- ◆接種後、注射部位のはれ・痛み・軽い熱などがみられることがあります(通常2、3日で治まります)。
- ◆過去5年以内にワクチンを接種したことのある方は、注射部位の疼痛・硬結などの副反応が初回接種よりも強く発現すると報告されています。このため、**前回の接種から5年経過していない方への接種はお勧めしていません。**
- ◆現在病気で治療を受けている方は、主治医とご相談の上お申し込みください。
- ◆このワクチンの接種後、違う種類のワクチンを接種する場合は、6日以上間隔をあけてください。
- ◆このワクチンは他のワクチンとの同時接種が可能ですが、医師が必要と認めた場合に限りです。同時接種を希望する場合は、医師にご相談ください。
- ◆接種当日は激しい運動を避けてください。
- ◆接種当日、体調がすぐれないときは接種を見合わせてください。
- ◆予診票を取得したら、早目に接種をするようにしてください。

## ◇助成の申し込みハガキ記入例◇

おもて

50

1670051

荻窪5-20-1

杉並保健所保健予防課

高齢者肺炎球菌予防接種助成申込担当

投函前に、記入もれがないか、もう一度ご確認ください。



うら

「高齢者肺炎球菌予防接種希望」

① 高齢者肺炎球菌予防接種歴の有・無  
 ↓有の方 ○年○月○日接種

② 郵便番号

③ 住所

④ 氏名(フリガナ)

⑤ 生年月日・年齢

⑥ 電話番号

①～⑥は必須項目です。必ず記入してください。



# 熱中症にご注意を

## ～日頃からできる熱中症の予防法

熱中症の発症は、7～8月がピークです。一人一人が熱中症の正しい知識を持ち、自分の体調変化に気をつけるとともに、周囲の人にも気を配ることが大切です。日頃からできる予防法を取り入れ、夏を快適に過ごしましょう。

——問い合わせは、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。

### 熱中症とは…

高温多湿な環境下で体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調節機能がうまく働かない事で、体内に熱がたまり、大量の発汗、吐き気、倦怠感などの症状が現れ、重症になると意識障害が起こります。

急に気温が上昇した日や梅雨時の蒸し暑い日などにも多く発生します。体が暑さに対して慣れていないことによるものです。

屋外で活動している時だけでなく、室内でも起きます。

特に熱中症への注意が必要な高齢者、障害がある方や子供については、周囲が注意深く見守ることが必要です。

### 日常生活での注意

#### ◇水分・塩分の補給

●のどの渇きを感じなくても、こまめな水分・塩分の補給を心がける。

#### ◇室内環境の調整

- 扇風機やエアコンを使い室温を調整する。
- 遮光カーテン、すだれ、打ち水など室温が上がりにくい工夫をする。
- こまめに室温を確認する。

#### ◇体調に合わせた対策

- 吸水性、通気性のよい衣類を着用する。
- 冷たいタオル、保冷剤、氷などで体を冷やす。
- 体温調節機能が十分でない高齢者や子供は、こまめに体温を測定する。
- 病み上がりや二日酔いの日など体調が万全でないときは無理をしない。

#### ◇外出時の対策

- 日傘や帽子を着用する。
- なるべく日陰を歩き、こまめに休息する。

### 暑くなる前から体力の向上を

暑さに慣れてくると、上手に汗をかき体内の熱を発散させることができるため、熱中症が起こりにくくなります。

通常、体が暑さに慣れるまで2週間以上かかります。熱中症を予防するためには、本格的に暑くなる前から、軽い運動やウォーキングの継続で汗をかきやすい体をつくっておくことが大切です。

### 熱中症が疑われた時の対処法

- ①涼しい場所へ避難する。
- ②衣服を緩め、体を水や氷で冷やす。
- ③失われた水分や塩分を補給する（よく冷えた

スポーツドリンクなどが最適)。

④自分で水分などがとれない、意識がない場合は、すぐに救急車を要請する。

### 暑さ指数の確認

外での活動や、室内で多数の人が集まるときなどは、当日の気象条件を確認しておきましょう。

熱中症が発生しやすい条件は気温、湿度、日射熱、輻射熱などが関与します。それを数値で表したものが暑さ指数(WBGT値)です。

「環境省熱中症予防情報サイト」では、暑さ指数の予測値・実測値や、暑さ指数に応じた運動や作業の目安、熱中症への対処方法などを情報提供しています。また、個人向けメールによる暑さ指数の配信も行っています。

詳細は下記サイトをご覧ください。

### 環境省熱中症予防情報サイト

- ▷パソコン=<http://www.wbgt.env.go.jp/>
- ▷携帯=<http://www.wbgt.env.go.jp/kt>



# あなたのまわりの虫対策

これから夏にかけて、さまざまな虫が発生します。この時期、特に相談の多い虫の対処方法を紹介します。——問い合わせは、環境課生活環境担当へ。

## 毛虫 (チャドクガ)

ツバキやサザンカなどの葉の裏側に年2回(初夏と秋)集団で発生します(右写真)。幼虫・成虫とも毒針毛を持ち、皮膚を刺されると痛がゆく感じます。



#### 【駆除方法】

群生している毛虫を発見したら、発生している葉を枝ごと切り落とし、地中に埋める方法や草焼きバーナーなどで焼き殺す方法があります。

特にチャドクガは毒針毛が飛散しやすいので十分注意してください。

## 蚊

蚊は水際に卵を産んだ後、約3日で幼虫(ボウフラ)になります。水中で約1～2週間生息したのち、成虫(寿命は約1カ月)になります。なお、成虫のうち吸血するのは雌のみで雄は吸血しません。

#### 【発生しやすい場所】

ボウフラは、葉にたまる水滴程度の水たまりで十分生息できます。植木鉢の受け皿、バケツ、ジョウロ、雨どい、雨水ます、庭の池、水槽、工事現場や自転車などの雨よけシート、ポイ捨てされた空き缶・空きビン、野ざらしの容器といった場所は定期的に清掃し、物を片付けるなどして蚊が発生しにくい環境にすることが大切です。

蚊は水が無ければ発生しません。発生源となる水たまりをなくすことが蚊の発生を抑える有効な対策です。

## ハチ

ハチは作物の花粉を受粉させ、害虫を食べるなど自然環境の中で重要な役割を持つ益虫です。家の周りで巣を発見した場合は、必要に応じて次のように対処してください。

### ◇アシナガバチ

#### 【巣の特徴】

六角形の巣房が合わさってシャワーヘッドやハスの実のような形をしています。下の方から見ると巣穴がたくさん見えます(右写真)。



#### 【駆除方法】

夕方暗くなるとハチは巣に戻り、活動が抑えられます。この時間帯に用意した殺虫剤を巣の斜め下から巣に向かって噴霧します(風向きに注意し、全体にかかるように数秒間かけてください)。ハチは下に落ちてきますが、すぐには死なないため、巣に対して真下から行うと落下するハチに刺されることがありますので注意してください。翌日、巣にハチがいないことを確認してから、巣を取り除きます。

なお、駆除するときは、長袖のシャツ(白系統)と手袋を着用し、肌の露出を少なくしてください。



↓大きくなると…



こうなります

### ◇スズメバチ

#### 【巣の特徴】

初期のころはトックリや一輪挿しを逆さにした形をしています(左上写真)。大きくなるとボールのようにほぼ丸い形になり、下の方に穴が1つだけあります。また、しま模様がでてきます(左下写真)。

#### 【駆除方法】

民有地にスズメバチが巣を作った場合は、環境課生活環境担当へご相談ください。

### 区からの お知らせ

#### 年金

海外で生活する方も国民年金に任意加入できます

国民年金は、日本国内に住所がある20歳以上60歳未満の方が加入しなければならない制度です。

国民年金の第1号被保険者の方が住民登録の海外転出届をすると、国民年金の加入義務はなくなり資格を喪失します。

日本人が海外に在住している期間は、将来年金を受け取るのに必要な期間(25年)の中に含まれて計算されますが、受け取る年金額には反映されません。

そこで、海外に在住している日本人が希望により国民年金に加入する「任意加入」制度があります。

任意加入して国民年金保険料を納付することにより、将来の受け取り年金額を増やすことができ、また海外に在住している間の病気やけがによる障害年金に備えることができます。

#### ◆手続き・問い合わせ先

①日本国内にいる親族などが協力者となり、加入手続きと納付代行を行う場合日本における最終住所を管轄する区市町村の国民年金担当部署(杉並区の場合は、国保年金課国民年金係(区役所中棟2階))

②協力者となる方がいない場合日本における最終住所を管轄する年金事務所(杉並区の場合は、杉並年金事務所 ☎3312-11511)

※なお、任意加入は海外転出届をした上で、任意加入届出の日からとなります。

#### 子育て・教育

##### 教科書展示会

区民の皆さんにご覧いただくため、「教科書見本」本の展示をします。

時 6月14日(金)～7月3日(水) 午前9時～午後5時(土・日曜日を除く) 場 済美教育センター(堀ノ内2-5-26) 用 23～26年度使用の小学校「教科書見本」本と27年度使用の中学校「教科書見本」本の展示(当日、直接会場へ 済美教育センター ☎3311-0021)

##### 公園でデイキャンプ

夏休み中に限り、一部の公園でデイキャンプ、野外炊さんができます。

時 7月20日(土)～8月31日(土) 午前9時～午後4時(日曜日、祝日を除く。火気使用は午前10時～午後2時) 場 蚕糸の森公園(和田3-55-30)、塚山公園(下高井戸5-23-12)、井草森公園(井草4-12-1)、柏の宮公園(浜田山2-5-1)の各指定場所 対 青少年の健全育成活動を目的とする団体 用 6月17日から事前にお問い合わせの上、利用日の3日前までに、直接みどり公園課公園利用係(区役所西棟5階)へ 用 関係利用日まで消防署への届出が必要 です

#### 募集します

##### 大田黒公園指定管理者

大田黒公園(荻窪3-33-12)の次期指定管理者を、プロポーザル(企画提案)方式で募集し

ます。 対 応募時点で類似施設の業務実績があり、施設を効率的に安定して運営できる法人・その他の団体(募集要項(区ホームページ)から取り出せます)を確認の上、7月23日午後5時までに、みどり公園課へ持参(関係課 サービス付き 高齢者向け住宅入居者

##### 区内地Ⅱ和田3-52-4

募集戸数Ⅱ 単身世帯用住宅11戸 使用料Ⅱ 9万1000円～9万7000円(月額) 共益費 および基本サービス費Ⅱ 2万6000円(月額) 入居開始日Ⅱ 8月1日から 申込資格Ⅱ 次の①～⑤の全てを満たす方① 60歳以上の単身世帯② 申し込み時点で区内に引き続き2年以上住んでいる③ 24年1月～12月までの世帯の月額所得が48万7000円以下であること④ 自立した生活が営める⑤ 現在住宅に困っている(詳細は、申し込みのしおりをご覧ください) 申込方法Ⅱ 申込書を郵送。6月24日までに杉並郵便局へ届いたものに限り受け付けます 申込書配布期間Ⅱ 6月11日(火)～19日(水)(各配布場所の休業日を除く) 申込書配布場所Ⅱ 住宅課(区役所西棟5階)、区民事務所・分室、駅前事務所(区役所では、夜間・休日窓口でも配布) 住宅課住宅運営係(他)住宅の詳細は、サービス付き高齢者向け住宅情報提供システムホームページ <http://www.satsuki-jutaku.jp/> をご覧ください

##### 犯罪被害者支援員

区は18年度から犯罪被害者総合支援窓口を開設し、犯罪被害者への支援を行っています。ま

た、犯罪被害者支援員(無償ボランティア)として区に登録していただいている区民の方とともに、犯罪被害に関するさまざまな広報・啓発活動に取り組みます。活動をさらに推進するため、このたび支援員の募集を行います。

##### 区内募資格Ⅱ 区内在住の25歳以上(25年3月31日現在)で次の①～③要件を満たす方① 人格および行動について、社会的信用があり、支援活動に従事する自覚と責任感がある② 支援に必要な知識および技能を修得している(登録後に修得も可)③ 健康で、職務を遂行できる環境を有している 募 集 人 数Ⅱ 6名 用 紙(書式自由)またはEメールに、住所、氏名(フリガナ)、年齢、職業、連絡先と「応募の動機(800字程度)」を書いて、7月1日(必着)までに区民生

活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係 [danjo-t@city.suginami.jp](mailto:danjo-t@city.suginami.jp) へ 用 紙 係 [inami.lg.jp](mailto:inami.lg.jp) へ 用 紙 係

##### 青少年地域情報誌編集委員

中学生・大学生の編集委員が、同世代に向けた青少年地域情報誌「セドル13号」の編集活動をお願いします。企画・取材・レポート・原稿作成・配布などを行います(大人のサポートあり)。

用 紙 係 2 回程度の編集会議、土・日曜日や放課後の取材・記事作成など 活動期間Ⅱ 7月～26年3月まで(発行Ⅱ 26年3月予定) 編 集 会 議 場 所Ⅱ 区立施設(区内在住・在勤・在学の中 学 生 20 歳 ぐ ら い ま で の 方 定 20 名程度(抽選) Eメールに件 名「セドル編集委員申込」①氏 名(フリガナ)②住所③年齢④ 学 生 は 学 校 名 お よ び 学 年 ⑤ 電 話 番 号 ⑥ Eメールアドレスを書い

### 杉並区成年後見センター

成年後見制度は、高齢や障害のため判断能力が十分でない方の権利を守るしくみです

制度を知りたい方、ご相談のある方はご連絡を

☎5397-1551

月～金曜日午前8時30分～午後5時(祝日を除く)

荻窪5-15-13あんさんぶる荻窪5階

#### その他

##### 東京都介護支援専門員 実務研修受講試験

内 試 験 日Ⅱ 10月13日(日) 受 験 要 項 配 布 期 間・ 場 所Ⅱ 7月10日(水)まで/介護保険課管理係(区役所東棟3階)、ケア24、都庁(新宿区西新宿2-8-1)、東京都福祉保健財団(新宿区神楽河岸1-1セントラルプラザ14階) 申 受 験 要 項 に 関 する 申 込 書 を、7月10日(消印有効)までに受験要項に添付の封筒で東京都福祉保健財団へ簡易書留で郵送(同財団 ☎5206-873)

### 杉並ビジネス交流会

区内産業の活性化を目指し、区内事業者対象の交流会を開催します。ビジネス交流や親睦を深めていただけるチャンスです。お気軽にご参加ください。

【日 時】 6月27日(木)午前11時30分～午後1時30分(午前11時受け付け開始)

【場 所】 産業振興センター(上荻1-2-1インテグラルタワー2階)

【内 容】 第1部=自社PR(プレゼンテーション)。参加者名簿の配布 第2部=自由交流・名刺交換会 ※パンフレット、ノベルティを置けるスペースあり。

【対 象】 区内事業者

【定 員】 25名(1社1名。申込順)

【費 用】 2000円

【申し込み・問い合わせ】 電話で、6月18日までに東京商工会議所杉並支部 ☎3220-1211 または 産業振興センター 中小企業支援係 ☎5347-9182 へ

### 求人情報サイト「すぎなみワークインフォメーション」をご利用ください

<http://www.work.city.suginami.tokyo.jp/>

「すぎなみワークインフォメーション」に掲載する区内事業所の求人情報を募集しています。

区では、公式ホームページ「すぎなみワークインフォメーション」(上記アドレス参照)で区内事業所の求人情報を発信し求人開拓を支援しています。また、就労支援センターでも求人情報を公開しています。

#### ★事業者の方

区内に本社や支店・営業所がある企業・団体・個人事業者は無料で直接求人情報(正社員・パート等)を掲載できますのでご利用ください。また、内職の求人情報も無料で掲載しています。掲載を希望する場合は、就労支援担当にお問い合わせください。

#### ★求職中の方

区内事業所の求人情報(正社員・パート等)がご覧になれます。また、内職情報も掲載しています。ホームページをご覧になれない方は、就労支援担当にお問い合わせください。

用 産 業 振 興 セ ン タ ー 就 労 支 援 担 当 ☎5347-9187

## 6月29日(土) まるごと台湾フェア

台湾の芸術や食文化、最新の経済事情など、台湾の魅力を紹介します

台湾は東日本大震災で世界で一番多くの義援金を届け、杉並区とは福島県南相馬市の中学生と野球交流を行っています。その台湾の芸術や食文化、最新の経済事情など盛りだくさんの内容で台湾の魅力を紹介いたします。

〒167-8533 杉並区交流協会 ☎5378-8833

【日時】6月29日(土)午前11時～午後4時(オープニングセレモニーは11時から)

【場所】産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 【その他】車や自転車での来場はご遠慮ください

### 講演とパフォーマンス

【時間】午後1時～3時 【会場】3階講堂

#### 【内容】

- 台湾貿易センター東京事務所 陳英顕(ちんえいけん)氏のお話「台湾の今」
- 山梨台湾総会原住民舞踊団の踊り

【費用】500円(お土産付き)

【定員】150名(申込順)

【申し込み】Eメール(9面記入例参照)で、6月21日までに杉並区交流協会 info@suginami-koury.u.orgへ

### 台湾の物産販売や観光紹介

【時間】午前11時～午後4時

#### 【内容】

台湾の観光紹介と物産販売(パイナップルケーキ、台湾茶など)。キッチンカーでの台湾屋台料理、タピオカドリンクの販売ほか

【費用】入場無料

【申し込み】当日、直接会場へ



▲おいしい物がたくさんあります!

### ★関連イベントのお知らせ★

時 6月24日(月)～27日(木)、午前8時30分～午後5時 場 区役所2階区民ギャラリー 内容 台湾との中学生親善野球大会の写真パネル・ユニフォームなどのグッズ展示、まるごと台湾フェアのPRコーナーなど 関 スポーツ振興課事業係

## 区の広報番組

## 「すぎなみニュース」をご覧ください

「すぎなみニュース」では、区内での出来事や区の取り組み、イベント情報など、毎週新しい情報をお伝えしています。

#### ●放送局

ケーブルテレビ: COM東京  
(デジタル11チャンネル・アナログ2チャンネル)  
※区ホームページの動画コーナーでもご覧いただけます。

#### ●放映時間

午前9時、正午、午後8時の1日3回(各15分)

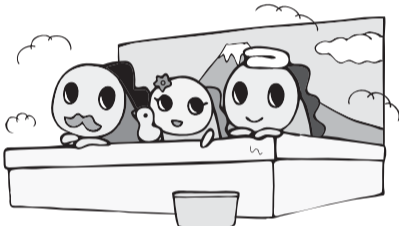
#### ●今後の放映予定

▷6月16日(日)～22日(土)=西荻茶散歩、親子食育チャレンジ講座、ヤットサー!高円寺「のびゆく連」の紹介ほか

▷6月23日(日)～29日(土)=久我山ホテル祭りほか  
※内容は変更になる場合があります。

関 広報課

## まちの湯 健康事業



# 身近なまちのお風呂屋さんで 楽しく健康づくり

55歳以上の方を対象に、区が杉並浴場組合に委託して行う健康事業です。参加した方は、当日100円で入浴できます。この事業は、長寿応援対象事業です。

時・場・内 下表のとおり 関 杉並区シルバー人材センターほか 関 区内在住で55歳以上の方 関 会場により異なります(先着順) 関 無料(申込当日、直接各公衆浴場へ) (★印は予約制) 関 各公衆浴場(午後1時以降) 関 ①てぬぐい体操(はてぬぐいを持参してください) ②満員の場合には、安全上お断りすることもあります ③各浴場によって定休日・営業時間が異なりますので、お問い合わせください

### 〈まちの湯健康事業〉

浴場名	所在地	電話番号	内容・日時
弁天湯	高円寺南3-25-1	3312-0449	★てぬぐい体操=7月7日(日)、8月4日(日)、9月1日(日)午後2時
なみのゆ	高円寺北3-29-2	3337-1861	元気塾椅子に座って健康体操=7月7日(日)・28日(日)、8月25日(日)、9月8日(日)・22日(日)午後1時30分
小杉湯	高円寺北3-32-2	3337-6198	★てぬぐい体操=7月3日(水)、8月7日(水)、9月11日(水)午後2時30分
玉の湯	阿佐谷北1-13-7	3338-7860	★太極拳=7月18日(木)、8月15日(木)、9月19日(木)午後1時45分
平和湯	阿佐谷北4-17-11	3337-3232	★気功太極拳=7月25日(木)、8月22日(木)、9月26日(木)▷★健康体操(自主事業)=7月11日(木)、9月12日(木) / いずれも午後1時45分
杉並湯	梅里1-13-7	3312-1221	健康エアロビクス=7月10日(水)、8月14日(水)、9月11日(水)午後2時30分
ゆ家とごころ吉の湯	成田東1-14-7	3315-1766	★健康エアロビクス=7月6日(土)、8月3日(土)、9月7日(土)▷★てぬぐい体操=7月21日(日)、8月18日(日)、9月15日(日) / いずれも午後0時30分
さくら湯	和田3-11-9	3381-8461	★健康エアロビクス=7月27日(土)、8月24日(土)、9月28日(土)午後2時15分
亀の湯	本天沼1-2-8	3399-6472	太極拳=7月28日(日)、8月25日(日)、9月22日(日)午後1時50分
第二宝湯	本天沼2-7-13	3390-8623	気功太極拳=7月7日(日)・21日(日)、8月25日(日)、9月8日(日)・22日(日)午後2時
秀の湯	桃井4-2-9	3399-6112	てぬぐい体操=7月13日(土)、8月10日(土)、9月14日(土)午後2時
文化湯	西荻北4-3-10	3390-1051	自彊(じきょう)術=7月14日(日)、8月11日(日)、9月8日(日)午後2時30分
天徳湯	西荻北4-24-5	3390-1561	自彊術=7月14日(日)、9月8日(日)▷健康エアロビクス=7月28日(日)、8月11日(日)、9月22日(日)▷てぬぐい体操=8月18日(日) / いずれも午後0時30分
銭湯Gokurakuya	上荻2-40-14	3399-0276	気功太極拳=7月21日(日)、8月25日(日)、9月15日(日)午後2時45分
浜の湯	浜田山3-24-4	3303-6665	コーラス=7月3日(水)、8月7日(水)、9月4日(水)▷太極拳=7月17日(水)、9月18日(水)▷健康エアロビクス=8月21日(水) / いずれも午後2時30分
湯の楽代田橋	和泉1-1-4	3321-4938	てぬぐい体操=7月16日(火)・30日(火)、8月13日(火)・27日(火)、9月10日(火)・24日(火)午後1時30分
大黒湯	和泉1-34-2	3328-2137	てぬぐい体操=7月14日(日)・28日(日)、8月11日(日)・25日(日)、9月8日(日)・22日(日)午後1時
大和湯	和田1-71-18	3381-3452	健康エアロビクス=7月14日(日)・28日(日)、8月11日(日)・25日(日)、9月8日(日)・22日(日)午後1時45分

# 交流自治体の催し・募集

## あが つま 吾妻の朝市

群馬県東吾妻町から新鮮な高原野菜などを直販販売します。

時 6月27日(木)午前10時～午後1時 場 区役所中杉通り側入り口前(野菜(ほうれん草、小松菜、レタス、ネギなど)、農産品ほか(米、味噌、梅干し、蜂蜜、りんごジュースなど) 申込当日、直接会場へ 文化・交流課交流推進担当(混雑緩和のため、人数制限あり)

6月20日(木)～  
7月20日(土)

## 東吾妻町「箱島湧水」へホテルを観に行こう

群馬県東吾妻町には、日本の名水百選に選ばれている「箱島湧水」(群馬県吾妻郡東吾妻町箱島909)に北関東最大と呼ばれているホテルの里があります。ピーク時にはあたり一面ホテルに覆われて、大自然の夜の静寂の中、ホテルが乱舞し感動の風景になります。見頃は6月中旬～7月中旬。

現地に直接行くこともできますが、区民営化宿泊施設「コニファーいわびつ」では6月20日(木)～7月20日(土)まで、ホテルから送迎を行っています。詳細は、コニファーいわびつ ☎0279-68-5338 または群馬県東吾妻町産業課 ☎0279-68-2111 にお問い合わせください。



## 初夏の北塩原村観光展

福島県北塩原村の物産展と写真展を開催します。  
時 6月20日(木)・21日(金)午前10時～午後3時 場 物産展(区役所中杉通り側入り口前)＝新鮮野菜、温泉を煮詰めて作った山塩、花豆などの特産品の販売  
写真展(区役所1階ロビー)＝磐梯山、五色沼、桧原湖などがある風光明媚な北塩原村の美しい四季を楽しむ写真展(申込当日、直接会場へ 文化・交流課交流推進担当(1)両日先着100名に北塩原村の農産物を差し上げます(2)買い物袋を持参してください)

## 北海道名寄市 「地域おこし協力隊」募集

北海道名寄市では地元地域住民と一緒に、地域活性化に貢献していただける人材を募集しています。詳細は、お問い合わせください。



▲広大な名寄市の大地

活動内容＝農業の研修をはじめ、住民の生活や地域おこしの支援など  
報酬など＝月額16万7000円(夫婦等で委嘱の場合は、合計月額25万円)。住宅無料貸与(生活費用は本人負担)、自動車借上料として月1万5000円支給  
活動時間＝週5日、1日8時間を原則  
委嘱期間＝26年3月31日まで(最長で28年3月31日まで更新の場合あり)  
定2名(書類選考・面接) 申込履歴書、住民票、小論文(応募動機など800字以内)を、6月20日(必着)までに名寄市総務部企画課企画調整係(〒096-8686北海道名寄市大通南1-1)へ郵送(関係 ☎01654-3-2111) 詳細は、名寄市ホームページ <http://www.city.nayoro.lg.jp/> をご覧ください

## 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

★オペラ椿姫 時 6月29日(土)午後5時30分 場 勤労福祉会館(オペラの定番であり最高傑作である椿姫の上演) 出演＝澤木和彦(指揮)、中村香里(ピアノ)、古屋直子(ヴィオレッタ)、横西久幸(アルフレード) 定300名(申込順) 費2000円(申込) 申込 チケット販売窓口＝杉並オペラ倶楽部・古屋 ☎090-1824-9542(区民5組(10名)を無料招待＝往復ハガキ(9面記入例参照)で、6月20日(必着)までに杉並オペラ倶楽部・古屋(〒166-0015成田東1-48-7)へ(抽選)

★七夕祭りコンサート～女性コーラスとオーケストラで七夕ソングを唄いましょう 時 7月13日(土)午後1時30分 場 高井戸地域区民センター(出演)＝エバグリーン、ザ杉並ストリング・アンサンブル(曲目)＝懐かしい七夕の曲、アメージンググレースなど(区内在住の方)定90名(先着順) 費100円(申込当日、直接会場へ) 申込 杉並の樹大友同窓会・塩沢 ☎090-5499-5712

★杉並写真会～写真展 時 7月12日(金)～18日(木)午前10時～午後6時(18日は4時まで) 場 セシオン杉並写真家・岡本洋子(区内在住の方)が(費無料)申込当日、直接会場へ 申込 齋藤 ☎3322-4682(7月13日(土)午後2時から講師によるワンポイントアドバイス教室を開催します)

★水生植物とオオヨシキリ水元公園 時 6月28日(金)午前9時30分～午後2時 場 都立水元公園(葛飾区) 内水元公園を散策。初夏の水辺の植物とオオヨシキリを観察(4km程度) 場 山室京子、八木雄二(区内在住・在勤・在学の方)定30名(抽選) 費300円(申込) 往復ハガキ(9面記入例参照)で、6月18日(必着)までに自然観察の会・杉並事務局(〒167-0052南荻窪1-13-7井上)へ 申込 同事務局・井上 ☎3333-5081

★善福寺川、森林浴と古代遺跡を訪ねるウォーキング 時 7月11日(木)午前10時(小雨実施) 場 集合・解散場所＝五日市街道善福寺川緑地公園前バス停付近(善福寺川沿い)

のウォーキング(4km程度。樹木、古代遺跡の解説付き) 場 区内在住の60歳以上で4km程度を自力で歩ける方 定30名(申込順) 費300円(資料代、保険料) 申込 ファクス(9面記入例参照)で、6月25日までに善福寺川、四季の花と樹木を楽しむウォーキングの会 FAX3220-3047(区民) 川田 ☎090-3298-6948(区民) リュックサック、帽子、飲み物、タオルなどを持参してください

### 講演・講座

★学校開放公開講座「囲碁教室」①初級(ルールの説明、簡単な詰め・実戦)②中級(詰碁・実戦) 時 6月30日～9月8日の日曜日、午前10時～正午(8月25日を除く。各計10回) 場 大宮中学校(師)新井孝一、玉村勝彦(区内在住・在勤・在学の方)定各30名(抽選) 費無料(申込) 往復ハガキ(9面記入例参照)に①②の希望も書いて、6月25日(消印有効)までに那須政子(〒166-0013堀ノ内1-12-1-302)へ 申込 那須 ☎090-9858-2204

★河北総合病院 河北健康教室  
◇河北じんぞう病教室「透析療法について」 時 6月26日(水)午後2時～3時 場 同病院透析センター長・篠田俊雄、看護師長・増田有香(定)80名(先着順) 申込 当日、直接会場へ  
◇女性のための健康教室 時・内・師①6月22日(土)＝妊娠中に行う検査について(産婦人科・三浦裕美子)②29日(土)＝妊娠中の食事～妊娠高血圧症候群を防ぐために(産婦人科主任部長・星澤光彦) / いずれも午後3時～4時(定)各42名(申込順) 申込 電話で、同病院広報室へ

——〈いずれも〉——  
費無料(場)河北総合病院(阿佐谷北1丁目) 同病院広報室 ☎3339-5724(月～土曜日、午前9時～午後5時)

★ますます難しくなる環境測定～世界の現状 時 6月28日(金)午後3時～4時 場 あんさんぶる(荻窪) 場 堀場製作所常務執行役員開発本部長・足立正之(区内在住の方)定65名(先着順) 費無料(申込) 当日、直接会場へ 申込 NPO法人杉並環境カウンセラー協議会 ☎3392-5231

★韓国宮廷料理教室 時 7月20日(土)午前10時30分～午後2時30分 場 セシオン杉並(内) 韓国宮廷文化の紹介、ユッケジャン、パジョン、ナバクキムチの調理(師) 韓国伝統料理研究家・姜連淑(区内在住の方)定20名(申込順) 費2000円(申込) 電話またはファクス(9

## フレッシュジュニア・コンサート選考審査会 参加者募集

荻窪音楽祭事務局 ☎5347-0244

11月9日(土)に杉並公会堂大ホールで開催予定の、日本フィルメンバーと共に室内楽を演奏するコンサート(荻窪音楽祭)への参加者の選考会を行います。  
【日にち】選考審査会＝7月31日(水)  
【場所】杉並公会堂(上荻1-23-15)  
【内容】募集部門＝ピアノ、弦楽器、管楽器  
【対象】都内在住・在学の小学生～高校生  
【費用】3000円(選考審査料)  
【申し込み】参加申込書(荻窪音楽祭ホームページ <http://www.ongakusai.com> から取り出せます)を、7月17日(必着)までに荻窪音楽祭事務局(〒167-0051荻窪5-18-11サニーシティ荻窪203)へ郵送  
【その他】募集要項などの詳細は、荻窪音楽祭ホームページをご覧ください

面記入例参照)に国籍も書いて、杉並区交流協会 ☎5378-8833 FAX5378-8844(区民) 同会 後援＝大韓民国大使館

★就職差別解消促進月間事業「講演と映画の集い」 東京都は、6月を「就職差別解消促進月間」とし、就職差別をなくし就職の機会均等を確保するための啓発活動を行っています。  
時 6月17日(月)午後2時～4時30分 場 新宿文化センター(新宿区) 内 講演＝「新卒者を取り巻く情勢」 講師＝労働政策研究機構・研修機構特任フェロー 小杉礼子(出演)＝「だれにでも開かれていますか?～公正な採用選考を求めて」(定)1000名(先着順) 費無料(申込) 当日、直接会場へ 申込 東京都産業労働局雇用就業部 ☎5320-4649

### その他

★税金なんでも相談会 時 6月26日(水)午後6時～9時 場 東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目) 費無料(申込) 電話で、東京税理士会荻窪支部 ☎3391-0411(午前9時30分～午後5時(正午～午後1時を除く))へ 申込 ①相談時間は1人45分程度②詳細は、同支部のホームページをご覧ください

★小規模事業者の給与支払義務、納税に関する個別指導会 時 6月26日(水)～7月10日(水)午前9時～午後4時(土・日曜日を除く) 場 杉並青色申告会(阿佐谷南3丁目) 内 従業員に給与を支払っている小規模事業者(定)各日40名(申込順) 費 従業員1人につき200円(申込) 電話またはファクス(9面記入例参

照)で、希望日の3日前までに杉並青色申告会 ☎3393-2831 FAX3393-2864(区民) 同会(定)25年1月～6月分の従業員ごとの給与、賞与とこれらから天引きした金額(社会保険料、源泉税など)のわかるものと24年6月～12月分の源泉徴収納付書(控)を持参してください

★杉並区障害者団体連合会～清掃指導員パートタイマー職員募集 内 知的障害者清掃員(2名)の清掃指導および清掃業務 勤務期間＝7月1日～26年3月31日(1年契約。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10～13日程度。火～土曜日(年末年始を除く)。火～金曜日は午前8時～午後2時45分。土曜日、祝日は午前8時～正午 勤務場所＝和田障害者交流館(第1・3月曜日休館) 募集人数＝1名(時給＝1200円) その他＝有給休暇あり。交通費支給(月額1万円限度) 申込履歴書を、6月20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) ①書類選考合格者には、面接を実施(6月下旬予定) ②応募書類は返却しません

★戦没者遺児による慰霊友好親善事業 戦没者の遺児が慰霊追悼を行うとともに、現地の方々と友好親善をはかることを目的とした事業です。  
時 8月1日(日)ほか(実施地域毎に訪問日程あり) 場 旧満州ほか19地域(戦没者遺児) 実施地区ごとに設定(費)9万円(申込) 電話で、日本遺族会事務局 ☎3261-5521(日)

■海の日記念講演会 世界の海で何が起きているのか～造船・海運と海洋開発

世界中の海を知り尽くした、第30次日本南極地域観測隊隊員であった講師が、今の世界の海について楽しく、分かりやすくお話しします。



時 7月13日(土)午後2時～3時30分 場 西荻図書館 海上技術安全研究所研究統括主幹・田村兼吉(右上写真) 定30名(申込順) 費無料(申込) 問電話または直接、西荻図書館(西荻北2-33-9 ☎3301-1670)へ

■高次脳機能障害～脳のリハビリテーション

家庭でできるリハビリや対応の工夫について一緒に考えます。家族だけで悩まないで、お気軽にご参加ください。

時 7月20日(土)午後1時30分～4時 場 杉並保健所地下講堂(荻窪5-20-1) 師 帝京平成大学大学院臨床心理学研究科教授・中島恵子 対 高次脳機能障害者とその家族、関係者 定50名(先着順) 費無料(申込) 当日、直接会場へ 問 障害者生活支援課地域生活支援担当 ☎3332-1817

■家族介護教室

◇認知症サポーター養成講座

認知症についての正しい知識を取得し、自分のできる範囲で認知症の方や家族を応援する認知症サポーターになりませんか。



①成田会議室 時 6月22日(土)午前10時～11時30分 場 成田会議室(成田西3-7-4) 定25名(申込順)

申込・問電話で、ケア24成田 ☎5307-3822へ

②ららカフェ 時 6月27日(木)午前11時～午後0時30分 場 ららカフェ(成田東1-40-11) 定15名(申込順) 申込・問電話で、ケア24松ノ木 ☎3318-8530へ

——〈いずれも〉——

師 キャラバン・メイト 対 区内在住の方 費無料(問)講座を修了した方にはサポーターの目印「オレンジリング」を差し上げます

◇車椅子の移動介助、ベッド上での介助(ベッド上の体位移動、ベッド上のオムツ交換など)

時 6月20日(木)午後1時30分～3時 場 ふれあいの家 しもいぐさ正吉苑(下井草4-22-4) 師 社会福祉士・小林美穂 対 区内在住・在勤の方 定20名(申込順) 費無料(申込) 問電話で、ふれあいの家しもいぐさ正

吉苑 ☎3390-8074へ

◇認知症「認知機能が低下しても住み慣れた地域で暮らすために」

時・内 ①6月24日(月)=認知症の予防・初期症状と受診へのつなぎ方 ②7月8日(月)=認知症の方への介護について～ご家族へのメッセージ/いずれも午後2時～4時 場 阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 師 浴風会病院内科医長・西村敏樹 対 区内在住・在勤で認知症介護に関心のある方 定各70名(申込順) 費無料(申込) 問電話で、ケア24阿佐谷 ☎3339-1588へ 問 昨年、好評だった認知症の講演会と同内容の予定です

◇終活をはじめませんか?～人生の最期を自分らしく「エンディングノート」を活用して、自分らしい人生の最期をプランニングする手法をお話しします。

時 7月1日(月)午後2時～3時30分 場 ケア24和田(和田1-40-15) 師 平安祭典高円寺・村澤恵太郎 対 区内在住・在勤の方 定25名(申込順) 費無料(申込)

〈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、対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。

Table with 3 columns: ゆうゆう館名, 内容, 日時. Lists various activities like internet use, dancing, and yoga across different locations.

※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。



スポーツのある暮らし 健康の第一歩

スポーツ教室

●ノルディック・ウォーク体験と深大寺そば

太りにくい体づくりを始めませんか。時 6月29日(土)午前10時30分～午後1時30分(解散予定) 場 集合場所=神代植物公園正門前(調布市深大寺元町5-31-10) 対 3km程度歩ける健康な方 定25名(申込順) 費3000円(保険料、食費含む。別途ボールレンタル料500円) 申込・問電話で、6月25日までにスポーツハイツ ☎3316-9981へ 問 リュックサック、飲み物、帽子、タオルなどを持参してください

●上井草スポーツセンターの教室

①ブレキックス&マミーサッカー教室

親子で体を動かす楽しさやボールを蹴るおもしろさを体感できます。

時 7月3日(水)・10日(水)・17日(水) ①2歳児クラス=午前10時～10時50分(2)3・4歳児クラス=11時～11時50分 場 F C 東京普及部コーチ 対 区内在住・在勤(保護者)で2～4歳のお子さんと保護者 定各日各クラス20組40名(申込順) 費各回1組500円(子育て応援券利用可)

②放課後エンジョイフットボール

当日集まった子どもたちでチームを作り、試合を行います。

時 7月4日(木)・11日(木)・25日(木) ①小学1～3年生=午後4時～5時(2)小学4～6年生=午後5時30分～6時45分 場 F C 東京普及部コーチ 対 区内在住・在学の小中学生 定

⑤の教室は、杉並区公共施設予約システム「さざんかねっと(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6月11日午前8時30分からハガキ締切日まで。

各日各クラス30名(申込順) 費各500円

③1 DAYフットボール教室

サッカーに必要な基本技術や戦術を練習し、最後は試合もします。

時 7月7日(日) ①小学1・2年生=午後1時20分～2時30分(2)小学3・4年生=午後2時50分～4時 場 F C 東京普及部コーチ 対 区内在住・在勤(保護者)・在学の小学1～4年生 定各クラス20名(申込順) 費各500円

④スキルアップフットサル教室(グループ戦術編)

フットサル特有の戦術を、実技の中で学んでみませんか。

時 7月28日(日)午後3時20分～4時50分 場 F C 東京普及部コーチ 対 区内在住・在勤(保護者)・在学中で中学生以上の方(フットサル初心者・初級者は不可) 定30名(申込順) 費500円

⑤食育セミナー

疲労回復をテーマに、暑い夏を元気に乗り切るための「食事法」などを紹介します。

時 7月14日(日)午後7時～8時45分 場 F C 東京栄養アドバイザー・久保田尚子 対 区内在住・在勤・在学中で15歳以上(高校生以上)の方 定30名(申込順) 費1000円

⑥子どもに必要な動き遊び

子どもの時に必要な動きを、屋外でいろいろな「遊び」を通して体験します。

時 7月15日(月)午後3時30分～4時45分 場 はり師・きゅう師 金綱真一郎 対 ①小学1～3年生とその保護者(2)講義のみ=スポーツ指導者 定①20組40名(2)10名/いずれも申込順 費1000円(親子参加、講義のみ参加の場合も同料金)

⑦障害者スポーツユニカール体験教室

ストーンの投げ方やゲーム方法を覚え、ゲームを楽しく体験します。

時 7月6日(土)午前10時～正午 場 日本障害者スポーツ指導員・石井功樹 対 区内在住・在勤・在学の障害がある小学5年生以上で、自力でストーンを投げられる方 定20名(申込順) 費200円(他動きやすい服装で室内履き・タオル・飲み物を持参してください)

⑧エンジョイ卓球教室～初心者限定

卓球未経験の方を対象とした卓球教室です。楽しみながら卓球を体験してみましょう。

時 7月6日(土)午後1時～2時40分 場 卓球台の扱い方、基本動作などを中心としたやさしいプログラム 師 田中奈津子 対 区内在住・在勤・在学の13歳以上で卓球が未経験の方 定15名(申込順) 費600円(他動きやすい服装で室内履き・タオル・飲み物を持参してください)

——〈いずれも〉——

場・問 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1 ☎3390-5707) 申込電話または直接、同センターへ 問 定員に空きがある場合は、⑦⑧は6月25日以降、①～⑥は6月26日以降に区外の方も申し込みできます

●シニア・チャレンジ・スポーツ教室

①初めてのバドミントン

初心者クラスとステップアップクラスで基本から試合まで指導します。戦略勝負をお楽しみください。

時 7月9日(火)午前11時～午後1時 場 区パドルテニス協会 費500円

②初めての太極拳

運動不足解消、ストレッチから型までしっかり指導します。

時 7月7日(日)午前9時～10時30分 場 区太極拳連盟 費200円

③初めてのソシアルダンス

基本ステップから指導します。ブルース・シルバ・ワルツなど楽しく踊ります。

時 7月13日(土)午後1時～3時 場 区ダンススポーツ連盟 費200円

——〈いずれも〉——

場・問 荻窪体育館(荻窪3-47-2 ☎3320-3381) 対 区内在住で50歳以上の方 定30名(申込順) 申込電話で、同体育館へ ②③は同時時間帯に個人利用として部分開放しています(当日参加可)

●エンジョイ卓球教室(初級・中級者)

④教室番号「1526」

さらなるステップアップを目指した教室です。

時 7月22日～9月9日の毎週月曜日、午後3時～5時(計8回) 場 高円寺体育館 師 園田哲弥 対 区内在住・在勤・在学中で16歳以上の方 定45名(抽選) 費5600円(申込) 往復ハガキ(9面記入例参照)に初級・中級のレベルも書いて、6月20日(必着)までに高円寺体育館(〒166-0003高円寺南2-36-31)へ 問 同体育館 ☎3312-0313 ①2歳～就学前の託児あり(事前申込制。定員あり。1回500円) ②車、バイクでの来館はご遠慮ください





### 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、区役所〇〇課(〒166-8570阿佐谷南1-15-1)へお申し込みください。

1人1枚

※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

### ■朗読コンサート

心温まる朗読と演奏をお楽しみください。今年もさだまさしさんの妹の佐田玲子さんをお迎えして開催します。事前にお申し込みください。

時 6月30日(日)午後2時～4時 場 永福図書館内出演  
=佐田玲子(シンガーソングライター)、平野肇(ギター)、武田肇(元ラジオ日本アナウンサー)、A・STEP朗読フォーラムメンバー定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

### ■郷土博物館～7月の年中行事「七夕」

古民家に七夕の笹飾りや七夕馬を飾ります。短冊に願い事を書いて笹に飾り、昔ながらの七夕行事を味わってみませんか。

時 6月29日(土)～7月7日(日)午前9時～午後5時(7月1日(月)休館) 場 郷土博物館(大宮1-20-8) 費 100円(観覧料。中学生以下無料) (申込)当日、直接会場へ問同館 ☎3317-0841



### ■郷土博物館分館～「昔の遊び道具で遊ぼう」

昨年、好評だった「遊びの道具体験コーナー」を今年も開催します。また「子どもの夏休み」をテーマにした展示も行います。

時 6月15日(土)～7月21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)休館) 場 郷土博物館分館(天沼3-23-1天沼弁天池公園内) 内 けん玉・折り紙・おはじき・ビー玉・お手玉・積み木など 費 無料(申込)当日、直接会場へ問同分館 ☎5347-9801

### ■施設公開 なのはな生活園

主に身体に障害がある方の通所施設です。地域との交流を深めるため、施設公開を行います。通所者の皆さんが作った草木染等の作品展示も行います。

時 6月17日(月)～19日(水)、午前10時30分～11時30分、午後1時30分～2時30分 場 なのはな生活園(宮前2-22-4) 費 無料(申込)当日、直接会場へ問なのはな生活園 ☎3335-0415

### ■ホタルが小千谷からやって来る!

ホタルの生態を学び、ピオトープで鑑賞します。

時 6月28日(金)・29日(土)①午後7時～7時50分②午後8時～8時50分 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 師 東京都環境学習リーダー・境原達也 対 区内在住・在学で小学生以上の方(小学生は保護者同伴) 定 各回15名(申込順) 費 無料(申込)・問電話で、すぎなみ環境情報館 ☎3398-3191へ

### ■こども人形劇

人形劇団ブークによる「あやとじろきちのおかみ」(右写真)を上演します。



時 7月27日(土)①午前10時30分②午後1時30分/各回50分 場 中央図書館 対 3歳以上のお子さんと保護者 定 各回80名(抽選) 費 無料(申込)往復ハガキ(記入例参照。家族は1枚)に希望者全員の名前(フリガナ)、希望回も書いて、6月30日(必着)までに中央図書館(〒167-0051荻窪3-40-23)へ問同館事業係 ☎3391-5754

### リサイクルひろば高井戸

#### ◇フリーマーケットinリサイクルひろば高井戸

時 7月6日(土)・7日(日)午前10時～午後1時 対 区内在住・在勤の方(業者出店不可) 定 募集区画=各日12区画(抽選) 費 1区画1000円(申込)往復ハガキ(記入例参照)に参加希望日も書いて、6月20日(必着)までに同ひろばへ他車での搬出入・来場はできません

#### ◇夏の帽子作り

時 7月12日(金)・19日(金)午前10時30分～午後0時30分(全2回要出席) 対 区内在住・在勤・在学の方 定 10名(抽選) 費 1200円(申込)往復ハガキ(記入例参照)で、6月20日(必着)までに同ひろばへ他長寿応援対象事業

— (いずれも) —

場・問リサイクルひろば高井戸(〒168-0072高井戸東3-7-4 ☎3331-4360/午前10時～午後6時。水・木曜日休館)へ

## 講演・講座

### ■就労支援セミナー「応募書類について～あなたのプレゼン資料」

あなたを会社にアピールする、あなただけのプレゼン資料を作りましょう。自分で考え表現し、効果的な就職活動のための基礎を学びます。

時 6月24日(月)午後1時30分～4時30分 場 産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 師 伊藤那美 対 求職中の方 定 20名程度(申込順) 費 無料(申込)・問電話で、就労支援センター ☎3398-1136へ

### ■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という方を対象にした基本的な説明会です。お気軽に参加してください。

時 6月25日(火)①午前10時～11時30分②午後1時30分～3時③午後7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、前日までに杉並ボランティア・地域福祉推進センター ☎5347-3939へ

### ■講演会「安心な老後への第一歩」

「遺言や相続には何を準備したらよいか不安」、「遺産分割などで、子供同士でトラブルになるのが心配」などの不安に対する解決の糸口を、分かりやすく経験豊かな弁護士がお話しします。

時 6月27日(木)午後2時～4時 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 師 弁護士・金井義和 対 区内在住の方 定 60名(申込順) 費 無料(申込)・問電話で、杉並区成年後見センター ☎5397-1551へ

### ■健康寿命を延ばすために! 「栄養満点教室」

食事量の不足や偏りが、「からだの免疫力」を下げ、病気を招きやすくします。毎日の食事を手軽に、おいしく、バランス良く食べる秘訣を学びます。

時・内 下表のとおり(全3回要出席) 場 和泉保健センター(和泉4-50-6) 対 区内在住の65歳以上で、日常生活で介助の必要がない方 定 20名(申込順) 費 300円程度(申込)・問電話で、和泉保健センター ☎3313-9331へ他長寿応援対象事業

(栄養満点教室)

日程	テーマ
① 7月9日(火)	健康寿命を延伸させるために! ●免疫力を高める食生活 ●体の筋肉量や脂肪量の測定 ●簡単栄養満点メニューづくりのヒント
② 7月23日(火)	自分の体と食事に自信を持つために! ●健診結果と食事チェックから改善を探る ●減塩でもおいしいみそ汁づくりと試飲
③ 7月30日(火)	エイジングケアと低栄養対策 ●調理実習と試食

※時間はいずれも午前10時～正午。

### ■育児講座「小さい子とお母さんの防災講座」

いざというとき、「えっ! これがこんなふうに見えるの」と身近にあるものが防災に役立つ、目からうろこが落ちる講座です。

時 7月6日(土)午前10時～正午 場 宮前保育園(宮前2-24-38) 師 防災ファシリテーター・あんどうりす 定 親子で15組(申込順) 費 無料(申込)・問電話で、子育てサポートセンター宮前 ☎3333-4699へ他車での来場はご遠慮ください

### ■ストレス解消「アロマでリフレッシュ～生活にアロマを取り入れる工夫」

安心素材といろいろな精油を使ってオリジナルのクリームを作ります。塗り方も工夫して、ストレスを解消しましょう。

時 7月11日(木)午前10時～正午 場 杉並保健所地下講堂(荻窪5-20-1) 師 アロマセラピーインストラクター・久保田泉 対 区内在住・在勤の方 定 50名(申込順) 費 500円(材料費) (申込)・問電話で、荻窪保健センター ☎3391-0015へ他主催=荻窪保健センター自主グループ

### ■夏休みクラブ①小学校科学教室②中学校科学教室

時・内 下表のとおり 場 科学館 対 区内在住・在学で①国立・私立小学6年生②国立・私立中学生 定 ①②とも各クラブ40名(中学生地質クラブは30名) 費 無料(申込)往復ハガキ(記入例参照)に学校名と前半・後半それぞれ第1・2希望も書いて、6月26日(必着)までに科学館(〒167-0033清水3-3-13)へ問科学館 ☎3396-4391(他)1車での来館はご遠慮ください(2)エスカレーター・エレベーターはありません(3)区立小中学校の方は、学校を通じて募集します

(夏休みクラブ ①小学校科学教室)

クラブ名	月日	内容	
前半	天文	7月22日(月)	
		23日(火)	ミニチュアプラネタリウムを作ろう(1)~(3)
		24日(水)	
	生物	7月22日(月)	花粉の観察
		23日(火)	アリのふしぎ(1)(2)
		24日(水)	
地質	7月22日(月)		
	23日(火)	鉱物のでき方(1)~(3)	
	24日(水)		
後半	化学	7月25日(木)	手づくりO <sub>2</sub> ・CO <sub>2</sub>
		26日(金)	水溶液の性質
		27日(土)	水溶液と金属
	物理	7月25日(木)	音の鳴り方
		26日(金)	光の進み方のふしぎ
		27日(土)	ミニミニロケットを飛ばそう

※時間は、いずれも午後1時30分～3時30分。

(夏休みクラブ ②中学校科学教室)

クラブ名	月日	内容
化学	7月29日(月)	石けんと洗剤
	30日(火)	砂糖の化学
	31日(水)	メッキ
天文 気象	7月29日(月)	天気図をかく
	30日(火)	星のスペクトル
	31日(水)	軌道から知る…太陽系と探査機はやぶさ
物理	7月29日(月)	偏光さがし
	30日(火)	雪と氷の科学(1)(2)
	31日(水)	
後半 地質	8月1日(木)	富士山の成り立ち(1)~(3) (8月2日は現地学習)
	2日(金)	
	3日(土)	
生物	8月1日(木)	酵素のはたらき
	2日(金)	手羽先の解剖
	3日(土)	浸透圧

※時間は、いずれも午後1時30分～4時。地質の8月2日は現地学習のため午前7時30分～午後5時(予定)。

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 高円寺地域区民センター内 ☎3317-6614)					
<b>講</b> 英国生まれの ハードダーツ体験 場高円寺地域区民センター	「真ん中にあてればいい」という方がほとんどですが、実はそれは違うのです！ 老若男女どなたでも楽しめるので、ぜひ体験してください。最終日は競技会を行います／日本ダーツ協会認定指導員・石山恵子▷上靴・袴つきの上着で行います(Tシャツ、スカート不可)。飲み物を持参してください▷長寿応援対象事業	7月5日(金)・12日(金)・19日(金)、 8月2日(金)・9日(金) 午後1時30分 ～3時30分(全5回要出席)	24名	200円 (保険料)	6月27日
<b>★協働事業</b> おしゃべり「ちぎり絵」を楽しもう!! 場高円寺地域区民センター	おしゃべりしながら、ちぎり絵を作る楽しい時間を過ごしてください。新たな自己発見につながります。一度体験した方も、お待ちしております／NPO法人日本クリエイティブ・セラピスト協会理事 岩崎彰宏▷長寿応援対象事業	7月12日(金)・19日(金) 午後1時30分～3時30分(計2回)	30名	無料	6月27日

<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 高井戸地域区民センター内 ☎3331-7980)					
<b>講</b> 3B体操 場高井戸地域区民センター	3つの手具を使い、音楽に合わせて体を動かしたりダンスを行います／門脇美恵子▷対象=小学1～3年生▷動きやすい服装で運動靴を持参してください	7月30日(火)・31日(水) 午前10時～正午(計2回)	20名	60円 (保険料)	7月10日

<b>●永福和泉地域区民センター協議会</b> (〒168-0063和泉3-8-18 永福和泉地域区民センター内 ☎5300-9412)					
<b>催</b> センターまつり 場永福和泉地域区民センター	7月6日(土)・7日(日)午前10時～午後4時 今年はちょっと早め！ 永福和泉のセンターまつりにお越しください。 内容=作品展、バルーンアートや親子料理教室など(両日)、新潟県小千谷市物産品の販売(6日)、方南和泉青少年育成委員会主催「いずみヤングフェスタ」(6日夕方)、消防車が来ます～「こども用の消防服を着て消防車と一緒に写真を撮りましょう！」(7日・午後1時～3時)			入場無料	当日直接
<b>催</b> 土曜日の音楽会「アンサンブルMOMO世界を歌う」 場下高井戸区民集会所 (下高井戸3-26-1)	日本、ドイツ、フランス、イギリスなど各国の歌をソプラノ、アルト、ピアノのアンサンブルでお楽しみください▷ 出演=アンサンブルMOMO▷曲名=夏の思い出、ローライ、ホフマンの舟歌ほか	7月13日(土)午後6時	80名	無料	当日直接
<b>講</b> 魚河岸(築地)の歴史と秘話の色々 場永福和泉地域区民センター	築地市場の場外で200年続く乾物商の6代目が魚河岸(築地)の成り立ちと現在の課題と知られざる秘話のいろいろをお話しします／壽屋社長・小川克久▷長寿応援対象事業	6月30日(日)午後2時～4時	50名	無料	6月17日
<b>講</b> 脳ストレッチ 数学は楽しい 場永福和泉地域区民センター	あなたの頭を活性化させる脳ストレッチ！ 問題を解きながら数学の楽しさを知ろう。講師の多彩な経歴による脱線授業に期待しよう！／元東京大学教育学部附属中等教育学校副校長・三橋俊夫▷長寿応援対象事業	7月4日(木)午後1時30分～3時	40名	無料	6月24日
<b>講</b> 陳式太極拳入門 場永福和泉地域区民センター	陳式太極拳は、やさしい円運動と腹式呼吸で年齢を問わず、初めての方でも気軽にできる健康スポーツです／陸兵中国武術会主宰・陸兵▷長寿応援対象事業	7月13日～8月3日の毎週土曜日、 午前10時30分～正午(計4回)	20名	100円 (初回のみ保険料)	7月3日
<b>講</b> 新島襄と夫人八重の生涯 場永福和泉地域区民センター	新島襄と、幕末に生まれ激動の時代を気丈に生きた、NHK大河ドラマのヒロイン八重の生き方についてお話しします／吉祥寺村立雑学大学理事・中村孝▷長寿応援対象事業	7月14日(日)午後2時～4時	40名	無料	7月1日
<b>★協働事業</b> 子どもたちに贈る宝物の時間 「英語で遊ぼう！」 場永福和泉地域区民センター	英語の絵本の、読み聞かせと音楽で、リズム遊びを楽しみましょう。英語が、好きなみんなきてね／グレック・ムダリ、NPO法人図書館サービフロンティア▷対象=3～6歳のお子さんと保護者	7月20日(土)午前10時～11時	親子10組	無料	7月11日
<b>★協働事業</b> 夏休み親子アート 「すいかのポストカード」 場永福和泉地域区民センター	大きな画用紙に水彩絵具で甘くみずみずしい「すいか」を描き、自由に切り取ってオリジナルポストカードを作ります／臨床美術士・田中雅子▷対象=2～6歳のお子さんと保護者	7月27日(土)午前10時30分～正午	親子10組	1組500円 (子供1名追加100円)	7月16日

高円寺中央地区町会連合会の十町会の区域が、JR中央線高円寺駅から南へ、中ほどに桃園川緑道が東西に横切り、青梅街道までに広がっていますが、町会はそのほぼ真ん中に位置しています。区立の小学校1、児童館1、専門学校2、私立学校(幼・高)1、私立幼稚園1、認可保育室1、寺院6、教会1があつて、これらが町会区域の

半分の面積を占めています。残念ながら公園がなく、痛切に設置してほしいと思つています。木々の緑や花々の季節ごとの色合いが、右記の施設とともに一般住宅の庭先にも豊かに映えています。桃園川緑道や寺院周辺は、花樹と花に目の保養をかねて散歩に適しています。

防火防災への取り組みとして、掲示板と町会回覧板「お知らせ」によって広報活動をし、また杉並第八小学校を会場に高円寺北と梅里の町会と合同防災訓練を実施しています。さらに同校震災救助所としての避難や救急等の訓練に参加し、その運営にも協力しています。

防犯の面では、普段の広報活動に加えて、隣接町会の犬の飼い主も含めて日常的にわんわんパトロールが行われ、特に年末夜間には、防火と併せて防犯パトロールを実施しています。また、ふれあいと絆作りを目指して、杉並第八小学校での高円寺南地域の「ふるさと祭り」「わが街ふるさと運動会」「どんど焼き」杉八小子どもキャンプ村」に協力参加しています。



▲恒例の「どんど焼き」

さらに、高円寺南北の地域全体で、四季それぞれに「びっくおどり」「高円寺Fes」(演芸祭)を開催して、まちづくりと絆作りを実現しております。これらにも協力しています。殊に「阿波おどり」では、桃園演舞場の運営を中心に協力しています。普段の町会活動に止まらず、諸企画にも参加することで、街のふれあいと絆作りを進めています。当町会も役員の高齢化が進んでいるので、若い新しい力を借りつつ、幼児から高齢者までが、安心して楽しく暮らせるまちづくりを目指しています。

高南二丁目町会

●住民は地域社会の主人公  
ふれあい 心の絆の街  
安心 安全のまちづくり

高南二丁目町会

# 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

申し込みは、往復ハガキで、各締切日(必着)までに直接該当の地域区民センター協議会へ(抽選)。記載は右記入例を参照。詳しい内容は、直接該当の地域区民センター協議会へお問い合わせください。

【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。

各地域区民センター協議会への問い合わせは、月～金曜日午前8時30分～午後5時(祝日、年始年末を除く)

★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
<b>●井草地域区民センター協議会 (〒167-0022下井草5-7-22 井草地域区民センター内 ☎3301-7723)</b>					
<b>催</b>	おもちゃの病院 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(実費がかかる場合があります)/長凡ほか	7月13日(土)・27日(土) 受付=午後1時30分～3時	—	無料 当日直接
<b>講</b>	ラジオ体操講座 場井草地域区民センター	手軽にできるラジオ体操の動きの意味をもう1度学び、痛みの予防、健康増進、若返りを目指しましょう/全国ラジオ体操連盟公認1級指導士・鉢立和子▷長寿応援対象事業	6月24日(月)、7月1日(月) 午後2時～4時(計2回)	20名 100円(保険料)	6月17日
<b>●西荻地域区民センター協議会 (〒167-0034桃井4-3-2 西荻地域区民センター内 ☎3301-0815)</b>					
<b>催</b>	ハローくんとあそぼう! 西荻南集会所まつり2013 場西荻南区民集会所 (西荻南3-5-23)	6月30日(日)午前10時～午後4時 西荻南児童館との共催です。 内容=地域の幼稚園・保育園児の作品展示、なのはな生活園作品展示、鉄道模型、ちんどん、ワークショップ、模擬店、西荻東銀座会の物産販売、スタンプラリー▷協力=西荻産商店会連合会		入場無料	当日直接
<b>催</b>	★協働事業 安全フォーラム2013 場西荻地域区民センター	「おれおれ詐欺」や交通規則について、自分は大丈夫と思わずに、まず専門家の話を聞いて安全安心な暮らしを守りましょう。爽やかな日本フィルハーモニー交響楽団(弦楽四重奏)の演奏もお楽しみください。 ※先着300名に記念品(なみすけふりかけ)のプレゼントあり	7月8日(月)午後1時30分～3時30分	346名 無料	当日直接
<b>講</b>	特別講座 「みんなの健康講座シリーズ(2)熱中症の対処法について」 場西荻地域区民センター	熱中症の予防と、万一に備えた応急手当や必要な措置などを、専門の医師が分かりやすく解説します/荻窪病院心臓血管センター循環器内科医師・辻晋也▷長寿応援対象事業	7月6日(土)午後2時～4時	70名 無料	6月25日
<b>講</b>	心と体を癒すアロマセラピー 場西荻地域区民センター	アロマオイルを使った虫除けスプレーや入浴剤などを作ります/アロマセラピスト・中山道子▷1歳～就学前の託児あり(事前申込制)▷長寿応援対象事業	7月12日(金)・19日(金) 午前10時～正午(計2回)	25名 1600円	6月27日
<b>講</b>	ユーロと日本経済 場西荻地域区民センター	地中海の島国キプロスの騒動で、欧州では信用不安が再浮上しています。再建策に苦しむ南欧と支援疲れの北部欧州、そして選挙を控えるドイツなど、南北欧州に溝は深まりつつあります。ユーロと日本の経済とのかかわりをお話しします/NPO法人エイプロシス講師・野崎義一▷長寿応援対象事業	7月20日(土)午後1時30分～3時30分	60名 無料	7月2日
<b>●荻窪地域区民センター協議会 (〒167-0051荻窪2-34-20 荻窪地域区民センター内 ☎3398-9127)</b>					
<b>催</b>	おぎくぼセンターまつり 場荻窪地域区民センター	7月6日(土)・7日(日)午前10時～午後4時(7日は3時30分まで) 両日先着300名に、スタンプラリーで空クジなしの抽選があります。 内容=焼きそば・かき氷・綿あめなどの模擬店、白バイに乗って写真を撮ろう、包丁研ぎ、利用グループの作品展示・即売会、群馬県東吾妻町の農産物販売、合唱、ソーラン節、和太鼓、囃子、大正琴、南京玉すだれ、フラダンス、ハワイアンソング、カンツォーネ、ファッションショー、バルーンショーなど		入場無料	当日直接
<b>講</b>	健康スポーツ吹矢 場荻窪地域区民センター	誰でも安全に楽しく行える健康スポーツ吹矢。腹式呼吸と胸式呼吸の両方を使うため健康効果も期待できます。基本動作を行うことで精神力・集中力も高められます/上級指導員・牧野繁男▷長寿応援対象事業	7月4日～25日の毎週木曜日 午後2時～4時(計4回)	30名 200円(別途機材使用料600円)	6月23日
<b>●阿佐谷地域区民センター協議会 (〒166-0004阿佐谷南1-47-17 阿佐谷地域区民センター内 ☎3314-7215)</b>					
<b>催</b>	★協働事業 子どもフェスティバル 場阿佐谷地域区民センター	6月29日(土)午前10時～午後3時30分 阿佐谷地域最大の子ども向けイベントです。家族皆で楽しめます。自転車での来場はご遠慮ください。 内容=チアリーディング、杉並第一小学校吹奏楽演奏、ヒップホップダンス、ビンゴゲーム大会、バルーンアート、ビーズでプレスレット、似顔絵、折り紙教室、人形劇、紙芝居、子ども用品のフリーマーケット、絵本の読み聞かせ、パントマイム教室、紙細工の実験教室、子ども縁日(おでん、焼きそば、かき氷ほか)、キャラクター握手会(杉並区「ナミー」、スポーツ祭東京2013「ゆりーと」)、特別イベント「FC東京」の方によるキックターゲットなど		入場無料	当日直接
<b>講</b>	スポーツ吹矢 場阿佐谷地域区民センター	ストレス発散・健康増進のためにスポーツ吹矢をしてみませんか? 初心者からお教えます/日本スポーツ吹矢協会教育部委員・青海川應美▷長寿応援対象事業	7月15日～8月5日の毎週月曜日 午前10時～正午(計4回)	25名 800円	7月5日

# 東京都議会議員選挙

## きじつぜん 便利な期日前投票をご利用ください

期日前投票期間 = 6月15日(土)~22日(土)

※告示日の6月14日(金)は投票できません。

— 問い合わせは、選挙管理委員会事務局へ。

**投票日に以下のような予定がある方は期日前投票をすることができます**

- ◆ 仕事や学業などの予定がある方、本人または親族の冠婚葬祭に出席する予定のある方
- ◆ レジャーや買い物などで出かける予定のある方
- ◆ 病気・ケガ・出産などで歩くのが困難な方
- ◆ 都内の他区市町村へ転出した方

〈期日前投票ができる投票所・期間など〉

投票所 (14カ所)	投票期間
区役所	6月15日(土)~22日(土)
各地域区民センター (7カ所)	6月16日(日)~22日(土)
区民会館 (方南・久我山・浜田山)	
区民集会所 (西荻南・本天沼・高円寺北)	

投票時間 = 午前8時30分~午後8時

- 指定された投票所はありませんので、どちらの期日前投票所でも投票できます。
- 期日前投票をご利用の際は、「期日前投票請求書」の記入が必要となります。「選挙のお知らせ」裏面に印刷されている請求書に必要事項を記入の上、投票所へお持ちください。また、「選挙のお知らせ」がなくても投票資格があれば投票できます。ただし、「期日前投票請求書」への記入は必要となりますので、投票所の係員へ声をかけてください。なお、投票日当日(6月23日(日))に投票をする場合、請求書の記入は必要ありません。
- 投票用紙への記入が困難な方は、投票所係員にお申し出ください。
- 投票日当日の杉並区役所は、第25投票区の区域内にお住まいの方のみ投票することができます。
- 車での来所はご遠慮ください(区役所を除く)。

## 期日前投票ができる場所

**杉並区役所 (中棟6階第4会議室)**  
阿佐谷南1-15-1

**阿佐谷地域区民センター**  
阿佐谷南1-47-17

**井草地域区民センター**  
下井草5-7-22

**永福和泉地域区民センター**  
和泉3-8-18

**荻窪地域区民センター**  
荻窪2-34-20

**高円寺地域区民センター (セシオン杉並) 梅里1-22-32**

**高井戸地域区民センター**  
高井戸東3-7-5

**西荻地域区民センター**  
桃井4-3-2

**西荻南区民集会所**  
西荻南3-5-23

**本天沼区民集会所**  
本天沼2-12-10

**高円寺北区民集会所**  
高円寺北3-25-9

**方南和泉会議室 (方南会館)**  
和泉4-42-5

**滞在先での不在者投票**

出張や帰省などで杉並区以外に滞在している方は、滞在先の選挙管理委員会で不在者投票をすることができます。この場合、あらかじめ区の選挙管理委員会に投票用紙の請求が必要となります。郵送などにより手続きを行うため時間がかかります。早めに請求方法などをお問い合わせください。なお、不在者投票請求書は区ホームページから印刷できますので、ご利用ください。

**久我山会館**  
久我山3-23-20

**浜田山会館**  
浜田山1-36-3

※午後5時~8時は中杉通り側からお入りください。

