SUGINAMI



歩きながら、元気と文化が、すぎなみ 生まれる街。

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 23312-2111

FAX3312-9911 (広報課直通)

杉並区コールセンタ-西井8800または西3372-8800

申告書は正しくお早めに!	2 · 3
防犯かるた 読み札が決まりました	5
なかま集まれ	6 · 7
杉並のイラストレーター展2011	12
かえっこバザールinすぎなみ	12

善福寺川 「水鳥の棲む水辺」創出事業



善福寺川「水鳥の棲む水辺」創出事業とは、区を代表する善福 寺川において、水鳥に着目し、区民の皆さんとともに多様な動 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として取り組む事業です。

-問い合わせは、建設課施設整備係へ。

【日時】2月5日生) 午後2時開会

(1時30分開場) 午後4時閉会(予定)

【会場】勤労福祉会館ホール(桃井4-3-2) 【定員】300名(先着順)

【参加費】無料

【申し込み】当日、直接会場へ



▲ハグロトンボ



▲アオサギ



▲ナガエミクリ(水生植物)

シンポジウムプログラム



- 1. 基調講演 「善福寺川周辺の自然」
- 東京大学総合研究博物館協力研究員 須田 孫七(右写真)

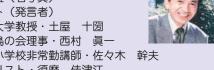


「生き物も子どもたちも楽しめる善福寺川をめざして」 井荻小学校児童による学習発表会

3. パネルディスカッション

「善福寺川への想いと事業に期待すること」

- ■コーディネーター(進行役) 東京農業大学客員教授 松田 輝雄(右写真)
- ■パネリスト(発言者) 前橋工科大学教授・土屋 十圀 脚日本野鳥の会理事・西村 眞一 杉並第一小学校非常勤講師・佐々木 幹夫 ジャーナリスト・須磨 佳津江 東京都建設局第三建設事務所工事第二課長・太田 誠



①給与所得者で、

昨年の給与所

◇ご注意ください

ものとみなされます。

問い合わせ先

◆個人住民税

区課税課☎3312-2111 (区代表)

- ◆所得税・贈与税・個人事業者の消費税 杉並税務署23313 - 1131 荻窪税務署☎3392-1111
- ◆個人事業税

場合のみ)

偶者または扶養親族がいる方の

※④に該当する方でも、

非課税

証明書を必要とする方などは

申告が必要です。

新宿都税事務所☎3369 - 7151

円×(控除対象配偶者+扶養親

④昨年の合計所得金額が (35万 払先から区に提出されている方

族の数+1)+21万円}以下の

(21万円の加算は控除対象配

⇒法人の住民税(東京23区の場合)は、都税事務所へ。

公的年金等支払報告書が支

※税務署への車での来 署はご遠慮ください。 杉並税務署へは、便 利な南北バスすぎ丸 をご利用ください。

住民税の申告が必要な方 〉今年の1月1日現在、 、区内に

受けようとする方は、確定申告 者特別・雑損・医療費など)を 生命保険料・地震保険料・配偶

②給与・公的年金等に係る所得

以外の所得に係る住民税の徴

項 ◇第二表

1(区役所へ)

①23年1月1日の住所

(「住民税に関する事

る方は必要ありません。 ただし、次の①~④に該当す 住所がある方 が軽減される場合があります。 所得税が還付されたり、住民税 や住民税の申告をすることで、

ら区に提出されている方 ③昨年の所得が公的年金等のみ ②昨年の所得が給与所得のみ ①確定申告をした方 給与支払報告書が勤務先か

税方法の見直し 等所得に係る所得割の納 65歳未満の方の公的年金

と 得割額および均等割額の合算額 る所得割額を給与所得に係る所 について、公的年金等所得に係 金等所得がある給与所得者の方 年度の4月1日現在)の公的年 されました。 い加算して給与から差し引くこ 23年度から、65歳未満 (特別徴収) ができることと (その ⑧所得税で控除対象配偶者など

※記入の方法は、税務署作成の

「所得税の確定申告の手引

とした専従者

※公的年金等所得などの給与所

手順6

住民税、事業税に関

き」の「3. 申告書の書き方

、給与か

記入する」をご覧ください する事項(申告書第二表)

得以外の所得に係る所得割額 面 欄 望する場合は、確定申告書第 付すること(普通徴収)を希 ら差し引かないでご自分で納 の納税方法について、 一表(「住民税に関する事項」 してください。 ⑤) で、「自分で納付」を選)または住民税の申告書(裏

定申告書を提出する方へ

確定申告書を提出した場合

住民税の申告書を提出した

養費の支給を受ける場合など

には、申告が必要です。

割額が課税されます。該当する

区内に住所がなくても、

均等

〉今年の1月1日現在、

、区内に

は、下欄の記事もお読みくだ 療制度・介護保険に加入の方 国民健康保険·後期高齢者医

事務所・事業所・家屋敷があ

方は区に申告する必要がありま

います。 申告書に記入することになって の記載事項だけでは不十分なの り扱いが異なる事項は、所得税 しかし、所得税と住民税で取 住民税に必要な事項を確定 わせください。 詳細は、各担当へお問い合

医療係/介護保険については 給付係/後期高齢者医療制度 国保年金課国保資格係・国保 介護保険課資格保険料係 **間**国民健康保険については いては国保年金課高齢者

を受けようとする方、公的年金

書Bの場合)

は、

次の①~

う 8 で

記入が必要な事項(確定申告

等のみで各種控除(社会保険料

②昨年の所得が給与所得のみ

雑損控除・医療費控除など

の申告は必要です。

の必要はありませんが、住民税 以下の方は、所得税の確定申告 得以外の所得の合計額が20万円

> の減額を受ける場合や高額療 に加入している方で、保険料者医療制度・杉並区介護保険 険·東京都広域連合後期高齢 方でも、杉並区国民健康保 で住民税の申告が必要のな 齢者医療制度・介護保 国民健康保険・後期高 険に加入の方へ 所得が基準以下(非課税)

介護保険サービスと税金

⑦別居の控除対象配偶者・扶養

親族・事業専従者の氏名・住

⑥寄附金税額控除

⑤配当割額控除額または株式等

譲渡所得割額控除額

③配当に関する住民税の特例

収方法の選択

④非居住者の特例

◇サービス利用料

を

サービスを利用したときの自己負担額は、サービスの種類などにより、一部または 全部が医療費控除の対象になる場合があります(左表参照)。

申告には次のことが記載された領収証が必要です。

▷居宅サービスの場合=①居宅サービス計画(ケアプラン)を作成した介護支援事 業者名②医療費控除対象金額

▷施設サービスの場合=①施設の種類②医療費控除対象金額 **週**介護保険課給付係/領収証については各事業者

◇おむつにかかる費用

介護保険の認定(申請中を含む)を受けている方は、医師の証明書のかわりに区が 発行する確認書で医療費控除が受けられる場合があります。

▷対象(次の①②の要件を満たしている方)

①おむつ代の医療費控除を受けるのが2年目以降である

②寝たきり状態で尿失禁がある

問介護保険課認定係

高齢者の障害者控除

匣込・**問**高齢者在宅支援課高齢者福祉係(区役所西棟2階12-A)

所得税・住民税の申告で、障害者手帳などをお持ちでない方が、障害者控除を受け るためには「障害者控除対象者認定書」が必要になります

認定の対象になるのは、平成22年12月31日における年齢が満65歳以上で、杉並区に 住所を有し、介護保険の要支援・要介護認定を受け、かつ区の障害者控除対象者認定 基準に該当する方です。

◇手続き方法

- ■窓口申請=税の申告をする方(対象者本人、またはその扶養者・後見人)が申請し てください。申請の際は、対象者本人の「介護保険被保険者証」と、来庁者本人の確 認ができる身分証明書を持参してください。後見人の場合は、登記事項証明書も必要 です
- ■郵送申請=申請書(高齢者在宅支援課高齢者福祉係で配布。区ホームページからも 取り出せます)と介護保険被保険者証の写し、80円切手を貼った返信用封筒を同封し、 同係に郵送してください。詳細は、お問い合わせください。

〈医療費控除の対象になる介護保険サービス〉						
		サービス名	医療費控除対象額			
		訪問看護				
		介護予防訪問看護	」 サービス利用の際の自己			
		訪問リハビリテーション	負担額(食費を含む)			
		介護予防訪問リハビリテーション	※保険給付の支給限度超			
	医	居宅療養管理指導	過分(全額自己負担とな			
	療	介護予防居宅療養管理指導	った部分)も控除の対象			
	系	通所リハビリテーション(デイケア)	となります。			
		介護予防通所リハビリテーション(デイケア)				
		短期入所療養介護(医療型ショートステイ)	1割自己負担額と滞在費・			
		介護予防短期入所療養介護(医療型ショート	食費にかかる自己負担額			
居宅		ステイ)				
出せ	福祉	訪問介護(身体介護が中心の場合・通院等乗	1割自己負担額			
ΙÌ		降介助)※生活介護中心型の場合は対象外 夜間対応型訪問介護	※居宅サービス計画(ケア			
ビス			プラン)または介護予防 サービス計画に位置づ			
^		訪問入浴介護	」 サービス計画に位置し けられ医療系サービス			
		が同人で打破 介護予防訪問入浴介護	と一緒に利用している			
		通所介護(デイサービス)	ことが前提です。			
		認知症対応型通所介護	※保険給付の支給限度額			
	系	小規模多機能型居宅介護	超過分(全額自己負担と			
		介続僕多機能至冶モガ酸 介護予防通所介護(デイサービス)	なった部分)は控除の対			
		介護予防認知症対応型通所介護	象となりません。			
		介護予防小規模多機能型居宅介護 (1) (2) (3) (3) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4	※通所介護の食費、短期入 所生活介護の滞在費・食			
		短期入所生活介護(ショートステイ)	一貫は神除の対象となり			
		介護予防短期入所生活介護(ショートステイ)	ません。			
	_	介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)	1割自己負担額と居住費・			
		,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	食費にかかる自己負担額			
ħ	施設	地域密着型介護老人福祉施設	の合計の2分の1			
	1X	介護老人保健施設	1割自己負担額と居住費・			
		介護療養型医療施設	食費にかかる自己負担額			

▶長寿①=地域貢献活動(60歳以上の方は5ポイント)▶長寿②=健康増進活動等(60歳以上の方は1ポイント)▶長寿③=いきがい活動(75歳以上の方は1ポイント)

〈税務署の管轄区域〉

杉並棁務著
阿佐谷北・阿佐谷南・和泉・ 梅里・永福・大宮・上高井戸・ 高円寺北・高円寺南・下高井戸・ 高井戸西・高井戸東・成田西・ 成田東・浜田山・方南・堀ノ内・
松ノ木・和田

天沼・井草・今川・荻窪 人冶・弁草・ラ川・荻窪 上井草・上荻・久我山・清水・ 下井草·松庵・善福寺・西荻北 本天沼・南荻窪 西荻南· 宮前・桃井

荻窪税務署

〈確定申告期の杉並・荻窪税務署の開庁時間〉

(2 1 2 3 3 1 5 2 3 3 2 1 3 3 3 3 3 3 3 3
開庁時間 (会場の利用時間)	午前8時30分~午後5時
相談開始時間	午前9時15分~
()-1 10+41 71.	7.8.4.1.1

(注) 混雑している場合には、受け付けを早めに終了することがあります。

〈申告書の提出〉

TV C							
税目	窓口受付期間	提出先	よび電				
所得税	2月16日(水〜3月 15日(火) (還付申告は 窓口受付期間前で も提出できます)	杉並税務署・荻窪税務署 (提出は、上記お住まい の管轄税務署へ) 2月20日(日)・27日(日)は申	電子証明				
個人事業者の消 費税および地方 消費税	3月31日休まで	告書作成のアドバイス・ 用紙の配布および申告 書の受け付けなどを行	ください。				
贈与税		います。					
個人住民税 (確定申告をす る方は不要)	2月1日(W) ~3月15日(W)	課税課(区役所東棟2階) ※各区民事務所・分室 (土・日曜日、祝日を除 く)、駅前事務所(日曜日、祝日を除く)では、 作成済中告書をお預か りします。ただし、ませ ん。	ルペンで記載				
個人事業税(確定 税の申告をする方	新宿都税事務所	載の上、					

(注)1. 原則として土・日曜日、祝日は休みです 2. 申告書は、提出用・控えとも必ずボールペンなど(鉛筆は不可)で

〈税理十による無料申告相談〉

会

場

月 日

●東京税理士会杉並支部

		,
2月16日(水~18日)金	永福和泉地域区民センター (和泉 3 - 8 - 18)	
22日(火)・23日(水)	セシオン杉並(梅里 1 - 22 - 32)	1 2 2
23日(水)~25日(金)	高井戸地域区民センター (高井戸東3-7-5)	
24日(木)	方南会館(和泉4-42-5)	
東京税理士会杉並支部・	·荻窪支部共催	
2月16日(水)~18日(金) 21日(月) 28日(月)~3月4日(金)	区役所 2 階区民ギャラリー	
●東京税理士会荻窪支部		
2月16日(水)~18日(金) 3月1日(火)~4日(金)	久我山会館(久我山 3 - 23 - 20)	
2月21日(月)・22日(火)	井草地域区民センター (下井草 5 - 7 - 22)	1 1 1 1 1 1 1
2月21日(月)・22日(火)	西荻南区民集会所(西荻南3-5-23)	1
3月1日(火)・2日(火)	西荻地域区民センター (*** 4 - 3 - 2)	3

受付時間は、いずれも午前9時30分~11時30分、午後1時~3時

(桃井4-3-2)

東京税理士会荻窪支部

(天沼3-6-6吉田ビル2階)

- 7. 受力時間は、いずれも平前9時30分で1時30分、平後1時で3時30分(4時終了)。正午~午後1時は行っていません。
 2. 混雑状況等により、受け付けを早めに終了する場合があります。
 3. 小規模事業者の方が対象です。ただし、還付申告相談もできます。
 4. 譲渡所得のある場合、住宅借入金等特別控除を受ける場合、複雑な計算のある場合は、税務署にお越しいただくか、税理士による有数46%を受ける人材が発生による有数46%を受ける人材が
- 料相談を受けてくださ 5. 筆記具・計算器具、前年申告した場合は前年分の申告書等の控え
- を持参してください。 6. 車での来場はご遠慮ください。

2月16日(水)~18日(金)

3月1日(火)~3日(木)

所得税の

Т 所得税の確定申告は ▼e‐Taxをご利用いただく а ×をご利用ください

ジの

提出はお早めに

申告 国税庁ホームページの「確定 国税庁ホームページから電子 メリット

成コーナーは「確定申告特集ペ 子申告)を利用して提出するこ 申告書等作成コーナー」で作成 本人の電子署名および電子証明 とができます(確定申告書等作 たデータは、 22年分の所得税の確定申告を 最高5000円の税額控除 からご覧ください)。 e-Tax (電 です。

ww.e-tax.nta.go.jp/をご覧 axホームページ配http://w 手続きなどの詳細は、 e T

「控え」に住所・氏名等をボー

所要額の切

ください。

コンを使って国税庁ホームペー 申告書は自分で作成して、 確定申告書は、ご自宅のパソ から作成することができま 「確定申告書等作成コーナ е 書を付して、申告期限内にe-●還付金がスピーディ れることがあります)。 書類の提出または提示を求めら ます(確定申告期限から3年間) などは、その記載内容を入力し 分の間でいずれか1回 とができます(19年分から22年 高5000円の控除を受けるこ たは提示を省略することができ て送信することにより、 医療費の領収書や源泉徴収票 添付書類の提出省略 a×で行うと、所得税から最

提出ま

の

作成ができます ソコンを使って申告

24時間 e - T a×の利用が可能 申告は、早期処理しています 24時間いつでも利用可能 (3週間程度に短縮)。 e-Ta×で申告された還付 所得税の確定申告期間中は

とも可能です。

郵便または信書便で提出するこ を利用して作成した申告書は、

確定申告書等作成コーナー

から作成することができま

郵便等で提出する方は

務署の受付印が必要な方は、

きください。 に、ご自分の住所・氏名をお書 確定申告書等の 郵便等で提出する方は、 「控え」に税 封筒

のパソコンをご利用ください税務署内の申告書作成コーナー

算される、便利なパソコンによ に従って入力するだけで自動 を作成する方には、 税務署に来署して確定申告書 画面の案内

受けた方。 算課税選択届出書| と必要書類 適用を受ける方は、 なお、相続時精算課税制度 「相続時精

ジの「確定申告書等作成コーナ コンを使って国税庁ホームペー 確定申告書は、ご自宅のパソ 書 日水が口座振替日です。

談は行っていません)。 などを行います(電話による相 の配布および申告書の受け付け 申告書作成のアドバイス・用 限り、杉並・荻窪税務署で確定 のほか、2月20日田・27日田に 確定申告期間中は月~金曜

贈与税

物・現金・株式などで、合計1 されています。 頼してください 士業務を行うことは法律で禁止 22年中に、個人から土 >申告が必要な方 申告は資格のある税理士に依 地·建

けてください。

受けるときは、建築士等の

0 証 なお、所得税の特別控除を

関のいずれかから証明書を受 関または登録住宅性能評価機 は、

建築士·指定確認検査機

いで改修工事を完了した

方

区の耐震改修助成を受け

証明が必要となります。 明と区の「適用対象区域 については杉並都税事務所 課耐震改修担当/固定資産税 **週**区の証明については建築

10万円を超える財産の贈与を

封してください。 手を貼った返信用封筒を必ず

同

る申告書の作成を推奨していま

を申告書に添付して、

申告期

す。

(税務署へ)

納税は便利な口座振替で

所得税の納税証明書(その2)

22年分納税証明書

(その2

今年から確定申告はe-Taxで! さらに便利で使いやすく!

-lax

2010/27 to 10 10 NO

費税および地方消費税は4月 は口座振替をご利用ください。 費税および地方消費税の納税に 申告所得税は4月22日金、 申告所得税、 個人事業者の消 消

申

し出てください。

望する方は、申告書の提出時に 所得金額用)」の交付を早急に希

日间にも申告書の配布・受税務署では2月20日间・27 け付けなどを行います

行になります。

「にせ税理士」にご注意を 税理士資格のない者が、税理

受けることができます。

除と固定資産税の減額措置を

した方は、所得税の特別控

適合させる耐震改修工事を完

理の都合上、4月中旬以降の発 提出後に請求した場合は、 整

工事を完了した方へ 既存住宅 等の

22年中に現行の耐震基準に 7耐震改 修

(火)です。 内に提出してください。 申告・納付期限は、3月15日

区民の

声

から

毎月21日号は、「すぎなみ学倶楽部」から ちょっといい話をお届けします。

もう一度見直したい! 地域の守り神

検索

1月は1年の始まりです。滑り出しが好 調な人もいれば、なかには思い通りにいか ないという人もいるでしょう。もしも行き 詰まったときには、氏神さまを祀る地元の 神社をふらりと訪ねてみるのはいかがでし ょうか。

ところで、今でこそ神 々は立派な鳥居や拝殿な どを構えた神社に祀られ ていますが、古くは大き な岩石や高い樹木などに 寄りつくものだとされて いました。

現在のように社殿が建 てられるようになったの は、建築技術の発達とと

もに仏教の影響が大きいと考えられていま す。神社は神々が寄る所というだけでな く、古くから地域住民のより所でもありま した。「神社を見れば、その地域の人々の 結束がわかる」とも言われています。

長い間大切にされてきた神社には地域の

歴史や文化が集積されており、貴重な建造 物や文化財が数多く残っています。

例えば、阿佐谷南二丁目の馬橋稲荷神社 には、木造のものとしては区内で最も大き な「一の鳥居」や昇龍と降龍が美しく彫ら

> れた「二の鳥居」があり ます。

宮神輿は、関東大震災 の直前に難を逃れて日本 橋から運ばれてきたも の。高さが2.5m、幅1 m、重さ1.5tという大き さもさることながら、名 人・秋山三五郎氏の細工 が見事です。当時として は家が8軒買えるくらい

の値段でしたが、村人たちが協力し合い、 日頃の感謝と地域の幸せの願いを込めて奉 納しました

すぎなみ学倶楽部では、このほかにも区 内の貴重な文化財を地域の歴史とともに多 数紹介しています。ぜひご覧ください。

閰産業振興課地域産業観光係

は、区政相談課へ。 (毎月21日号)。問い合わせ (毎月21日号)。問い合わせ りを行ってください。 一答 荻窪駅 〉荻窪駅前の迷惑自転車 い状態です 区民 荻窪駅周辺の放置自 の皆さんからいただ それに対する区から 前の放置自 。早急に取り締ま 平成15年度 [転車がひ 1転車の せ

22年度上半期で380c 台数は、21年度743c

21年度7436台、

取り

組

んでいきます。

って

いおり、

放置自転車の撤去

ったことによるものと考えて車駐車場に駐車するようにな 通勤 防止指導や撤去活動のほか、 いますが、 放置自 · 通 、ます。 |学者が自転車を自転 [転車の減少は、 一方で買い物客に

> (「ご意見・ご要望」→要は、区ホームページ要望と区からの回答の概要望と区からの可答の概 (「ご意 「主な意見と回答」)でご 見・ご要望」

周辺 減り調 ^{同辺の撤去活動} 査で139 日転車が、22年度上半調査で1807台ある 15年度時点と比べると激 芸活動はほぼ毎日行 台となってお また、 |年度上半期の 荻窪駅

指導· 車 1, Vi る短短 対 今後は買い物客の放置自転 る状況となっています。 ・啓発および撤去等を行より効果的な放置防止の 放置自転車の更なる削減 策に力を入れ 時間の放置が目立 るととも

|課=交通対策課

地デジの準備はお済みですか?

2:224 すぎなみ学

2月の地デジ相談コーナー

地デジの準備にあたっての疑問や 問題にお答えします。今年度最後の 区役所での相談会です。ぜひ、ご利 用ください。

喝2月7日(月)~10日(木)、21日(月)~25 後1時~4時陽区役所1階ロビー圏 無料申込当日、直接会場へ問デジサポ 東京中央相談会グループ**☎3407-4340** (平日午前9時30分~午後5時30分) ◇電話での相談

デジサポ東京中央地デジ受信相談 受付窓□☎6743-0500、総務省地デジ -ルセンター**☎0570-07-0101**また は☎4334-1111 (いずれも午前9時~ 午後9時、土・日曜日、祝日は午後6 時まで)

地デジ視聴のための 低所得者支援を拡大します

総務省では、経済的な理由で地上デ ジタル放送をまだ視聴できない「NH K放送受信料全額免除世帯」に対する 支援を継続して行っています。今回、 その支援の対象に**「特別区民税非課税** 世帯」を加えることとなりました。

まだ地上デジタル放送に対応でき ていない「世帯全員が特別区民税非課 税の措置を受けている世帯」に、簡易 チューナー(1台)を無償で給付(配 送) します。

施センター☎0570-02-3724 (NH K放送受信料全額免除世帯の方は☎ 0570-03-3840へ (いずれも午前9時 -午後9時、土・日曜日、祝日は午後 6 時まで)

●まるごと保養地「福島県北塩原村」●

沙並区民限定

2月、裏磐梯には見渡す 限りの直っ白な銀世界が広 がります。湖面が氷結して できたキャンバスに灯る 3000本のキャンドルは息を のむ美しさ…。灯した数だ け天使が舞い降りて幸せに なると言われています。大 自然を舞台に幻想的な夜を 過ごしませんか。



▲裏磐梯エコナイトファンタジー

~白銀の世界を五感で楽しむ 裏磐梯雪の旅~直通バスツアー

喝2月26日生)午前6時45分集合~27日(日)午後7時30分解散(集合·解散場 所=杉並区役所前。1泊2日4食付) 圖裏磐梯(福島県北塩原村) 四裏磐梯 雪まつり、キャンドル・雪灯篭作り体験、裏磐梯エコナイトファンタジー スノーシューで行く中瀬・レンゲ沼、郷土料理体験など屋80名(申込順)圏 1万6000円~2万800円(宿泊施設により異なります) 甲辺電話で、2月18日 までに東都観光ツーリスト☎5956-8230へ<00 までに東都観光政策課☎0241-32-2511または東都観光ツーリスト

高額医療・高額介護合算療養費の申請をお願いし

問国保年金課国保給付係

1年間の医療保険と介護保険サービスを利用し た際の自己負担額を合計して基準額(表2参照) を超えた場合、申請により「高額医療・高額介護 合算療養費」が支給されます。

計算期間は21年8月1日~22年7月31日の12カ 月です

国民健康保険の加入状況(表1①~③)により、 申請方法が異なります。ご確認ください。

表 1 ①②の方で、支給が見込める世帯には 2 月 に申請書を送付します。

申請書が送付されない世帯でも、自己負担額の 合計が基準額を超えると思われる方は、お問い合 わせください。

〈表 1 計算期間内の国民健	康保険加入状況・申請方法〉
国民健康保険加入状況	申請方法
①計算期間内の全期間杉並区の 国民健康保険·介護保険に加入し ていた場合	通知に同封した申請書に必要事項を記入して、区国保給付係へ申請してください。
②計算期間内に杉並区以外の医療・介護保険の加入期間があるが、22年7月31日時点で杉並区の 国民健康保険に加入していた場合	他保険の自己負担額を記載した 「自己負担額証明書」の交付を受けたうえで、区国保給付係へ申請 してください。
③計算期間内に杉並区の国民健康保険の加入期間があるが、22年7月31日時点で別の医療保険に加入していた場合	22年7月31日時点で加入していた医療保険に申請する際に添付する「自己負担額証明書」を発行します。必要な方は区国保給付係に交付申請をしてください。

高額医療・高額介護合算療養費基準額〉

	世帯内の 70~74歳 の合計額	の方	世帯内の70歳 未満の方を含 む合計額		
一定以上 所得者	67万	円	126万円		
一般	56万円		56万円		67万円
特別区民税非課税	低所得者 I	31万円	34万円		
世帯	低所得者 I	19万円	34/JH		



22年11月に募集した「防犯かるた」読み札文章には、646人の区民の皆さんから1725首の応募をいただきました。ありがとうございました。どの文章も力作で、選考にたいへん苦労しましたが、以下のとおり44首の文章が決定しましたので、お知らせします。

――問い合わせは、 危機管理対策課地域安全担当へ。

あいさつし 気持ちも良くなる 身も守る

末吉さん(方南小6年)

イヤホンを したまま自転車 危険です

加藤さん(上荻4丁目)

うますぎる うまい話に うまさなし

松葉さん(上荻1丁目)

え 笑顔のあいさつは 住みよい町への 第一歩

戸門さん(阿佐谷南3丁目)

「おれおれ」と 電話があったら 先ず確認

川田さん(阿佐谷南1丁目)

戸門さん (阿佐谷南3丁目)

きをつけて うしろからの ひったくり

田村さん(泉南中1年)

くらいみち みんなでいっしょに あるこうね

高橋さん(高井戸二小3年)

け 警戒心 地域の街にも 連帯感

渡部さん(堀ノ内3丁目)

こんにちは! 声かけあって 住み良い町に

相川さん(西荻北2丁目)

変やかな 挨拶が防犯の 第一歩

> _____ 高橋さん(上荻4丁目)

自転車に ネットをかぶせて ほっとする

佐伯さん(大宮小4年)

冨樫さん(方南小6年)

山崎さん(和田3丁目)

そろえよう 防犯グッズで 憂いなし

宮本さん(荻窪小5年)

た 確かめて 戸締り 鍵かけ 火のしまつ

高田さん (阿佐谷南1丁目)

ちょっとまて まわりみてから ドアあけて

森田さん(堀之内小3年)

作ろうよ 安全な街 杉並区

杉山さん(高井戸東4丁目)

てるまえに かぎのかくにん もういちど

中村さん (新泉小5年)

取り付けよう すべての窓に 補助錠を

杉山さん(高井戸東4丁目)

な 何か変? ピンときたなら 110番

高田さん(阿佐谷南1丁目)

に 二重ロック 付けて安心 我が家の防犯

川田さん(阿佐谷南1丁目)

ぬかりない 戸締りが泥棒を 防ぐ道

加藤さん(上荻4丁目)

ね 寝る前は 確認しよう 窓とドア

木村さん(方南小6年)

の りり物は いつも注意し 安全に

大村さん(高井戸二小3年)

はんざいを しないさせない 地域の目

白帛さん(向陽中1年)

ひったくり 付けて安心 すぎなみバンド**1

| |川田さん(阿佐谷南1丁目)

杉本さん(桃二小5年)

へんな人 後ろにいないか 確かめろ

村井さん(桃二小5年)

はまります。 防犯パトロール 地域のカで 犯罪防止

川田さん(阿佐谷南1丁目)

まんびきは みんながみてる はんざいだ

柳澤さん(荻窪小5年)

みせいねん 飲酒 タバコは いけないよ

宇賀神さん(向陽中1年)

また。 無締りを なくして防ごう 空巣被害

藤田さん(阿佐谷南1丁目)

め めが合えば あいさつえがお わたしから

松崎さん(荻窪2丁目)

もう一度 戸じまり火元 たしかめて

土井さん(方南2丁目)

や 優しさも 時には厳しく 親心

渡部さん(堀ノ内3丁目)

ゆるめるな ルの鍵と 家の鍵

向山さん(泉南中2年)

ようじんを してなきゃいつか 入られる

山根さん(新泉小6年)

実際にかるたとして使用する際は、 ひらがなを漢字に 直したりすること があります。 わるいひと ついていかない ルールだよ

佐久間さん(高井戸二小3年)

ランドセル ちゃんとつけてる ぼうはんブザー

ぼうはんブザー 加藤さん(高井戸四小2年) り 隣人の 目が防犯の たすけ合い

土井さん(方南2丁目)

るすばんを するときいつも かぎかける

山根さん(新泉小6年)

れ 連携で 触れ合う隣りも 悪を絶ち

渡部さん(堀ノ内3丁目)

ろじうらを 1人で通るな 危ないぞ

山根さん (新泉小6年)

※1. すぎなみパンド=自転車の前力ゴに取り付けるひったくり防止用品 ※2. いかのおすし=子供への犯罪を未然に防ぐための防犯標語

このコーナーでは、区民の皆さんによる 地域での自主的な活動が盛んになるよう に、また皆さんがそうした活動に参加す る機会が豊かになることを目的として、 年4回掲載しています(1・4・7・10 月の21日号を予定)。

活動に区は関与していませんので、問い合わせは、直接各掲載団体へお願いします。

時・陽などの内容は変更になることがあります。 詳細は、各団体にご確認ください。



●フランス語/フランス語会話同好会 闘第2・4 火 曜日午後1時~2時30分園あんさんぶる荻窪ほか圓月 6000円間倉持☎·FAX3301-6787

●英会話/シャーリーズイングリッシュ 間土・日曜 日(時間要相談)場阿佐谷地域区民センターほか慣月 5000円~間白水(しらみず) 2090-1772-1177

●スペイン語(NHKラジオ講座と同程度)/フェベ ス 開第1・3 木曜日午後6時30分~8時30分陽主に あんさんぶる荻窪**霽**月2500円**間**草間☎⋅FAX**3330-7970**

●フランス語会話/ボンジュール・ラ・フランス 囲 第1・3 木曜日=初級、第2・4 木曜日=中級/いずれ も午前10時~正午圓西田ゆうゆうハウス圓月3000円程 度間木下☎・FAX3247-9152

●韓国語入門と中級会話/韓流会 問金曜日午前10時 =中級、午後1時15分~=入門/いずれも月3回 主にあんさんぶる荻窪費月3000円間鈴木☎090-2754-

●小話を読んで英語を学ぼう!∕SPEAK(スピー ク) 関月曜日午前10時30分~11時50分圜上井草会議 室など置1回2000円間三浦☎5311-9837

●外国人講師と日常英会話(中級)/チャレンジ 問 木曜日午前10時~正午陽主に阿佐谷会議室費入会金 2000円、月約6500円間橋本☎·FIX3337-4296(午後7時以

●韓国語入門/韓国大好き会 間火曜日午前10時~11 時30分(月3回)陽高円寺北区民集会所費月3000円間円 **⊕**253333-8380

曜日=初級、木曜日=中級/いずれも午前10時~11時 50分(月3回)圏あんさんぶる荻窪圏月3500円圏鈴木☎ 090-2754-4760

●日・英教師によるトラベル英会話/トラベル英会話 **週**水曜日午前9時30分~11時**週**久我山会館**週**月6000 円間浜詰(はまづめ) 2090-2934-0681

●米国人と英会話/イングリッシュスタディクラブ 圖火曜日午後1時~5時(月4回)、入門·初級各70分圖 天沼会議室獨入会金1000円、月6000円間浦田☎080-

●現代川柳/木柳会(もくりゅうかい) 闘第3木曜 日午前10時~正午園永福和泉地域区民センター費月 1000円間窪☎·FAX6313-2946

●俳句/高円寺横笛(よこぶえ)句会 闘第1金曜日 午後1時30分~3時30分團高円寺庚申文化会館(庚申 通り商店街) 1 回1000円 1 小菅電3993-3464

●俳句/荻の会 開第3月曜日午後1時~5時陽西荻 南区民集会所費 1 回500円(茶菓付き)圏松本電・RX

3919-7844 ●朗読/もくよう朗読会 閲第2・4 木曜日午後7時 ~ 9 時間主に阿佐谷地域区民センター費月1000円間武

⊞27 · FAX3396-7533 ●洋裁/和泉ソーイング 間水·木·金曜日午後1時~

3 時30分屬佐野宅(永福2丁目)費1 回2000円間山崎☎ 090-4664-5379

◎陶芸/陶春会(とうしゅんかい) 間金曜日午前9 時30分~正午園西荻地域区民センター個人会金2000 円、3 カ月6000円間嶋田君・FAX3301-5624

●篆刻を楽しむ/荻篆(てきてん)会 闘第2・4水曜 日午後1時~5時(月2回)圏杉九ゆうゆうハウス圏月 3000円間新海(しんかい) : FXX3333-6009

●クロッキー/杉並デッサン会 間水曜日午前10時~ 正午(月2回) 切茨窪タウンセプン 8 階間 1 回2000円間

●水彩画/アトリエ彩樹(さいじゅ) ■第1・3金曜 日午後1時~5時陽主に阿佐谷会議室置入会金1000 円. 月2000円間坂本☆·FAX3392-2398

●絵手紙/絵手紙ひまわりの会 関第4水曜日午前10 時~正午、午後 1 時30分~ 3 時30分圜セシオン杉並圓 月1000円圓沖☎·FAX3396-7813

●日本画/響(ひびき)の会 関第2・4水曜日午後1 時~4時間主に高井戸地域区民センター圏月4500円間 吉村☎070-6650-7158

●水墨画/水墨画橅(ぶな)の会 開第1・3木曜日午 後 1 時30分~ 4 時30分陽主に西荻地域区民センター費 月2500円(写生会実費) 間村上 1 FAX 3399-3579

●書道(硬筆・毛筆)/高南クラブ 開第2・4 土曜日 午後1時~4時45分屬高円寺中央会議室費月1500円~ 間飯田☎090-9240-2245

■書道/やさしい書道 関第1~3木曜日午後6時~ 8時場八成区民集会所費月3000円間作美(さくみ)な・

●着付け/セシオン百合の会 関第1・3 土曜日午前 10時~正午團セシオン杉並圓月2500円圓荒川☎3398-

●着付け/さくらの会 関第2・4 火曜日午前10時~ 正午陽阿佐谷地域区民センター冊月2500円間荒川☎

F(月2回) 園井草地域区民センター 圏入会金1000円、 月2000円間山根本·FX5310-2069

●着付け&帯手前(茶道)/みやび会 開第1・3水曜 日①着付け=午後1時15分~3時15分②茶道=午後3 時30分~ 5 時間セシオン杉並置入会金2000円、① 1 回

600円②1回700円間泉☎3311-9107fiX3318-4253 ●詩舞/神風(しんぷう)会 団月曜日または火曜日 午後 1 時~ 5 時(月 2 回)**園**主に高円寺北区民集会所**置**

月3000円間岩渕☎·FAX3337-1650 ●ウクレレ/和田ウクレレクラブ
・4 火曜日 午前10時~正午場ゆうゆう和田館圏入会金1000円、1

回1000円圓森下☎·FAX3384-4622 ●ハンドベル/美鈴(みれい)の会 関第2・4月曜日 午後1時30分~3時30分團若松宅(阿佐谷南3丁目)圓 月2000円間若松☎3393-0160

●ハーモニカ(初心者歓迎)/井草ハーモニカクラブ ■金曜日午後6時~9時團井草地域区民センターほ か**個**入会金1000円、月2000円間徳江**☎3390-5823**

開金曜日午前10時~正午(月3回)関荻窪地域区民セン ターほか**個**月4000円**間**田中**な3312-3981**

●コーラス/もくれん 関金曜日午前10時~正午(月 2回) 圏永福和泉地域区民センター 関月3000円 圏江戸

23315-639823080-5646-1666 ●女声コーラス/メイ・クリスタル 間金曜日午前10

時~正午團永福和泉地域区民センター個入会金1000 円、月5000円**間**一条**☎5313-7892** ●合唱/アヴォンリー童謡の会 間第2木曜日午後2 時~4時陽浜田山会館優入会金500円、月1000円(参加

時のみ)間河村☎5377-0425 ●カラオケ/双葉会 関第1・3 土曜日午後6時~8 時30分屬四宮区民集会所置入会金1000円、月1000円間

⊞山☎3395-8850 ●詩吟/詩吟の会 開第1~3火曜日午後2時~4時 30分陽主に高井戸会議室費月3000円間秋本☎3309-

0583 参おこと / 白梅会(しらうめかい) 関原則第2・4 火 曜日午前10時30分~正午、午後1時30分~3時團梅崎 宅(梅里2丁目)ほか個人会金3000円、月3000円間梅崎 (うめざき) 255932-9800

●民謡/謡友会(ようゆうかい) 開第2・4水曜日午 後3時~5時間ゆうゆう桃井館置無料間大沢☎3399-

●カラオケ/福友会(ふくゆうかい)・カラタット 第1~3金曜日午後1時30分~4時**曝**永福西町会事務 ●気持ちを楽にして楽しく歌う童謡/童謡の会 関第

4 木曜日午後 1 時30分~ 3 時間井草地域区民セン **◎歌が苦手、唄えない人だけのカラオケの会 闘**第 1・3 水曜日午前日中田ビル(荻窪 4 丁目) 11月4300円 (教材費・雑費込み) 間杉原☎090-4633-4786

●囲碁/櫻美会(おうびかい)囲碁部 開第1~4金 曜日午後1時~4時日からゆう下高井戸館63カ月 1200円(女件半額)間千田(せんだ) な・RX3302-2612

●囲碁/すぎなみ囲碁クラブ 同原則火・土曜日午前 9時~正午(週2回)園高齢者活動支援センター費月 200円間岡本本: FAX3333-0498

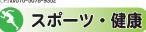
●囲碁/すぎなみ囲碁クラブ 開水曜日午前9時~正 午場高井戸地域区民センターほか6月300円間森田☎

●健康麻雀/麻雀同好会 日水曜日を除く午前10時30 分~午後5時(相談後決定)個大田ビル(荻窪5丁目)個 1 回1500円間矢崎☎090-6506-5570

●囲碁(棋院普及指導員の講義・対局)/木曜会 闘 木曜日午前9時30分~正午日下高井戸区民集会所置入 会金2000円、月2000円間富永安·FAX3324-2383

●健康問題の勉強/環境倫理研究会 問第3金曜日午 後5時15分~7時15分陽あんさんぶる荻窪西無料間笠 原**云**·RX3390-6079

●学習会/杉並区男性復権を目指す会 | 瞬隔月1回午 後7時~9時個八成区民集会所置会場利用料を分担間 大村25070-5078-9352



●太極拳(初心者・高齢者歓迎) / 馬橋公園クラブ 開毎日午前6時45分~陽馬橋公園費月500円間大羽(お おば) 23330-5258

●健康と美容に太極拳/れんこうクラブ 間 後1時~3時團主に上井草スポーツセンター個人会金 7500 1000円、月3000円間米山森・RX3300-8670 1000円、月3000円間米山西·FAX3399-8679

●太極拳/好日会(はおりーかい) 闘主に月曜日午 前11時~午後1時陽主に荻窪体育館優入会金2000円、 月3000円間大岡☎・FAX3315-7804

●健康体操/自彊術東一会(じきょうじゅつとういち かい) 関水曜日午後2時~3時30分陽東一会館(成 田東 4 丁目)**個**入会金2000円、月2000円**個**川村**25397**-9894FAX5397-9643

●ストレッチなど軽体操/健康体操3B(サンビー) 聞日曜日午前9時30分~11時(月3回)園西荻地域区 民センター欄月2000円間中兼(なかがね) 23395-1443 ●健康体操/三井島体操(みいしまたいそう) 闘土 曜日午前10時30分~11時30分團主に西荻地域区民セン ター個人会金3000円、月3000円間白石2080-5536-9685 ●トリム体操/サントリム 6月曜日午前10時~11時 30分圓東日本銀行八幡山支店(上高井戸1丁目)圓入会 金1000円、3 カ月7500円間天野☎3304-7531

●シェイプアップエアロ/リフレッシュ8(エイト) 闘金曜日午前10時30分~11時30分圜永谷ダンススタ ンオ(松庵3丁目)**個**月5300円(月2回の場合は3300円) 間安田☎·FAX3332-0312

─ ポールストレッチ・健康づくり体操/爽健美会 問 ①ポール=金曜日午前11時~正午②体操=水曜日午前10 時30分~午後0時30分園阿佐谷地域区民センター置入会 金2000円、① 1 回1000円② 1 回1500円圏畑☎090-2738-0130

●ピラティス/ビタミンタイム 開月・金曜日午前9 時30分~10時30分屬浜田山会議室屬月曜日=1 同1500 円、金曜日=1回1000円(金曜日は子育で応援券利用 可・子連れ可)間石田☎090-6546-4164

●ヨガ/ヨガルーム・リフレ (50歳くらいまで) 瞬 木曜日午前10時30分~11時50分(日2回)屋阿佐谷地域 区民センター費1回1300円間中島な080-5470-4632 ●フラダンス/フラロケ 開金曜日午後7時~9時陽 井草地域区民センター個人会金2000円、月3500円間水 野電3397-8213

●社交ダンス/さくら会 関水曜日午後6時30分~8 時30分**陽**高井戸地域区民センター**間**入会金1000円、月 3500円間小林霖·6X6768-0088

●社交ダンス(初・中級)/スウェイ 圏土曜日午前 10時~正午陽主に井草地域区民センター圏入会金1000

●社交ダンス(初・中級)/ウィング 間土曜日午後 4時~6時陽永福和泉地域区民センター開入会金1000 ●社交ダンス(プロ教師指導・初級)/わか葉会 問

第1・3・4月曜日午後7時~9時團主に和泉児童館 月3500円開津田〒080-3520-6582 ●スクエアダンス/東京スクエアダンスクラブ 時土

曜日午後6時~9時(3月5日見学会)陽方南会館費3

カ月 1 万円(講習15回、テキスト代等含む)**圏**和田**呑・FAX**

3316-4418 ●よさこい踊り/花風舞喜(はなふぶき) 厨土曜日 午後7時~10時團主に上高井戸児童館|||月2000円|||赤 深雪080-5472-2756

●カントリーダンス (初心者歓迎) /カントリーダン ス 闘+曜日午前10時~正午(月1回)陽下高永福会議 室價入会金1000円、月1500円間岡部23333-3608

ー ●フラメンコ(子供から大人まで) / フラメンコを楽 しむ会 関火曜日午後1時~5時、水曜日午後1時~ 9時國天沼会議室置入会金1000円、1時間1000円間前 1123090-6014-3399

●ベリーダンス(子供から大人まで)/ベリーダンス を楽しむ会 瞬日·木曜日午後1時~5時陽天沼会議 室圖入会金1000円、1 時間1000円間前川2090-6014-3399

日曜日午前10時~11時または11時~正午曝上井草スポ -ツセンターほか冊 1 回1000円間森☎080-6649-0449 ●水泳/ゆうゆう会 間木曜日午前11時~午後1時陽 高井戸温水ブール(10100円(2カ月前納)間永田会 3302-5271

●硬式テニス(早朝) / T C・サマンサ 筒土曜日午 前6時~8時陽主に妙正寺体育館コート費入会金500 円、1 同250円**間** 小林**☎080-1077-7337**

●硬式テニス中上・上級(女性歓迎)/ホビーテニス ■ 計・日曜日、祝日ほか(2~4時間) ■区内コートほ か優1回500~800円間高橋☎·FXX3325-5748

● 草野球/マスターズ 開湖1回亚日午前6時~(年 高25試合)園主に松ノ木運動場置年1万円間永野☎ 3311-9083(午後8時以降)

●還暦野球/杉並アメニティー・シニアーズ 同土曜 日(2~4時間)園区内野球場置入会金3000円、年1万

●海外ハイキング・トレッキング/海外川遊会 F 4 カ月に一度程度の川游場海外の低川間月300円、川岳保 除(別途必要)間永野☎3311-9083(午後8時以降) ●ゲートボール(初心者歓迎)/千歳会 間目・水曜日

午前9時~正午圓善福寺公園ゲートボール場圓月200 円間青木☎090-3246-3407

●吹矢/みもざグループ F
同月曜日または火曜日午前 中(月2回程度)帰阿佐谷地域区民センターほか個人会 金500円、1 回300円間田中☎・FAX3318-5768

●なぎなた(新または古流)/下高井戸クラブ 開新 =水曜日午後5時~7時 古添=金曜日午後3時~5 時間下高井戸区民集会所開入会会2000円 新三月2000 円、古流=月2500円

間池田電・FX 5842-1187

「なかま集まれコーナー」に<u>掲載を希望する方へ(掲載申込方法</u>のご案内)

【掲載対象】

※次のようなものを除く活動。

- 営利を目的とするもの
- ●主な活動場所が杉並区外のもの(登山・ハイキングなどの活動を除く)
- ・活動内容が政治・宗教活動であるもの
- ●講師などが主催して月謝をとる教室の生徒募集
- 掲載申し込み者と講師が同じもの
- ●団体の事業、社会貢献・ボランティア活動、NPOの活動(これらは同好会で はありませんので、「なかま集まれ」の趣旨とは異なるため)

●多額の費用を必要とするもの(掲載申し込みの受付時に、確認をする場合があ

- 売名行為と考えられるもの
- 特定の個人または団体を誹謗・中傷するもの
- ◆その他公序良俗に反することなど、区が不適当と判断したもの 【掲載時期】

申し込みの先着順に掲載しますので、掲載時期の指定はできません。また、掲 載は原則として暦年(1月~12月までの間)1回とします。

【その他】

掲載した内容は、区ホームページ上で、「広報すぎなみ」インターネット版や生 涯学習情報として転載されますので、ご了解の上お申し込みください。

区教育委員会ホームページ http://www.kyouiku.city.suginami.tokyo.jp/learn

/center/learninfo.html

掲載の申し込み 問い合わせ

「生涯学習・芸術・文化・その他」

社会教育センター

「スポーツ (ダンス・健康的運動を含む)」 社会教育スポーツ課学校開放担当

(〒166 - 0011梅里1 - 22 - 32☎3317 - 6621FW3317 - 6620) (住所・電話は区役所あて。FW5307 - 0693)

SPORTS

スポーツのある暮らし 健康の第一歩

競技大会 ●春季ゴルフ大会

周3月10日(木)午前9時(区後援)**屬**東京 よみうりカントリークラブ(東京都稲城市 坂浜685) 四18ホールストロークブレー (新 ペリア方式) 図区内在住・在勤・在学の方 とその同伴者配100名(申込順) 概参加費 5000円、プレー費 1 万9845円 (事込) 往復ハガ キまたはファクス(11面記入例参照)に性 別・生年月日・HC・交通手段も書いて、 2月20日(必着)までに杉並区ゴルフ連盟 事終局(〒166-0001阿佐谷北2-33-2 FAX 3339-4545) △問同連盟☎3339-8226

スポーツ教室

●フェンシング体験教室 はじめてみようフェンシング! 未経験 者も大歓迎です。

■2月5日出・19日出午後3時~5時 大宮前体育館(宮前2-11-11) 圏杉並フ T ンシングクラブ**厨**区内在住・在学の小は 学生配各回5名(申込順) 图無料●込・間 電話で、大宮前体育館☎3334-4618へ個通 年の教室「大宮前はじめてのフェンシング」 の中での講習会になります

●元トップアスリート・スポーツトレーナ ーが教える親子でニコニコ体力づくり教室 バランストレーニングや走り方トレーニ

ング、タグラグビーを体験し、楽しく身体 能力を高めよう。

爾2月13日(日)午前11時~午後1時**國**下高 ロラグビー選手・石川安彦園小学生とその 保護者 (子供のみの参加も可) 屋100名 (申 込順) 四無料車込往復ハガキ (11面記入例 参照) に学年も書いて、1月31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みなみ阿佐ケ谷と ル8階) へ間同財団☎3312-2111 (区代表)

●ヴェルディサッカースクール下高井戸校 無料体験会

大人気! ヴェルディ サッカースクール下高井 戸校で、新1年生を対象と した無料体験会を開催し

爾2月6日(日)午前11時~午後 () 時30分**園** 下高井戸運動場開来年度小学1年年度30名 (抽躍) 申込(往復ハガキ(11面記) 入例参照) で、2月1日(必着)までに下高井戸運動 場(〒168-0073下高井戸3-26-1)へ 周司運動場会5374 - 6191帰保護者向けの質 疑応答があります(午後()時30分~1時)

●なぎなたKIDS体験教室

■2月20日(日)午後1時~3時 館師杉並区なぎなた連盟関区内在住・在学 で来年度小学1~6年生200名(抽選) 80 100円(甲辺)往復ハガキ (11面記入例参照) に 学年も書いて、2月5日(必着)までに荻 穿体育館(〒167-0051荻窪3-47-2) △問同体育館☎3220-3381

●シアターダンス教室

■2月12日~3月19日の毎週十曜日 午 後5時~6時(計6回) 國荻窪体育館師町 永一美國区内在住・在勤・在学の方屋20名 (抽躍) 663000円 (抽躍) (11面記) 入例参照) で、1月28日(必着)までに荻 穿体育館 (〒167-0051荻窪3-47-2) N問同体育館☎3220 - 3381m 3 歳~就学前 の託児あり (事前申込制)

●上井草スポーツセンターの教室 ◇中・高齢者対象「健康運動セミナー」

健康運動指導士による安全に運動を行う ための講義・ダンベル体操などを行い、管 理栄養士の話を聞きながら昼食をとりま

在住・在勤・在学の中・高齢者で運動可能な 方定25名(申込順) 6900円(昼食代含む) **個**動きやすい服装と室内用の運動靴、汗拭 きタオル、飲料水などを持参してください

◇スポーツ指導者識習会 スポーツ指導初心者と、これから指導者 を目指す方が対象です。今後の指導に役立

■・四①2月19日(土)午後1時30分~3時 30分=スポーツで子どもをぐんぐん伸ばす 方法②26日出午前10時~正午=子どもの良 さを引き出すコーチング(講義) ③3月5 日生)午後 1 時30分~ 3 時30分= 子どもの良 さを引き出すコーチング (実技) m①NPO 法人I.K.O市原アカデミー理事長・池上正② ③ F C 東京・川村元雄**園**区内在住・在勤・ 在学でスポーツ指導者またはスポーツ指導 者を目指す16歳以上の方配各同20名(申込

順) 個 1 回500円(3 回参加の場合は1000円) 他動きやすい服装と室内用の運動靴などを 持参してください

は区外の方も申し込みできます

---- (いずれも) -■上井草スポーツセンター●込・問電話 または直接、1月31日までに上井草スポー ツセンター (上井草 3-34-1 **☎3390-5707**) №2月1日以降、定員に空きがある場合

●初心者弓道教室

■ 2 月21日~3 月28日の 毎週月曜日、午後1時~5時 (計6回。区共催) 爛上井草 スポーツセンター弓道場(上 井草 3 - 34 - 1) 図区内在住 の方配25名(抽選) 62000円 申込往復ハガ キ(11面記入例参照)で、2月11日(必着) までに構山腎次(〒167 - 0052南荻窪1・

13-11) へ間横山 23334-5664 (午前 8 時 ~午後9時) 個弓道具は貸し出します ●障害者のためのわいわいスポーツ教室~ スポーツ・レクリエーション

■3月5日出午前10時~下午■ト井草ス ポーツャンター (ト井草3-34-1) 関区 内在住・在勤・在学の15歳以上で障害の程 度が重い方定30名(抽選) 関無料庫30申込 書(社会教育スポーツ課(区役所東棟6階) 各福祉事務所、区体育施設で配布)を、2 月4日(必着)までに同課へ郵送または持 参問同課他①一般の交通機関の利用が困難 な方はリフト付きバスの送迎が利用できま す②当日参加者と一緒に楽しんでいただけ るポランティアを募集しています

「広報すぎなみ」は新聞折り込みでの配布、そのほか区施設、区内の各駅・公衆浴場・郵便局・病院・サミットストア・コーブとうきょう・東武ストア・ファミリーマート・サークルド・サンクス・ミニストップ・セブン・イレブン・ローソンなどにあります。「点字広報」「声の広報」のお申し込みは広報課へ。

区からの

お知らせ

地域運営学校の

社会教育委員

社会教育委員は、各委員の活

募集します

学校運営協議会委員

地域運営学校(コミュニティ

者などで組織する学校運営協議 スクール)は、地域住民や保護

調査・研究を行います。

四任期 = 5月~25年4月▽墓

員会の諮問に応じて、社会教育 動経験や知識をもとに、教育委

に関して提言をしたり、必要な

すぎなみ ₩広報 NO.1962

/尚标寓尚协議合禾昌首集

募 集 校	人 数
桃井第四小学校(善福寺3-3-5)	3名
高井戸小学校(高井戸西2-2-1)	4名
三谷小学校(上井草 3 - 14 - 12)	1名
井草中学校(上井草 3 - 20 - 11)	1名
富士見丘中学校(久我山2-20-1)	4名
向陽中学校(下高井戸3-24-1)	2名

政治活動に関する内容は不可) 関する区民向け講座などを開催 実施する講座を企画・運営する して実施しています。23年度に 区民向け講座を団体などに委託 団体を募集します。 内実施概要=男女共同参画に (1事業につき3回まで開 営利活動、特定の宗教、

す)と作文「地域と学校運営の ームページからも取り出せま

棟6階〉、募集校で配布。区ホ (教育改革推進課 \区役所東

上の方▽報酬=6000円(協 住・在勤・在学する現在20歳以 議会に出席した場合)

・
応募用 域または隣接する通学区域に在 ど▽募集校・募集人数=左表の こおり▽資格=募集校の通学区

校づくりの実現を目指す仕組み 協議会に出席(月1回程度)な 会を通じて、学校運営に参画 です。あなたの声を地域の学校 運営に活かしてみませんか 内学校運営協議会委員として 地域に開かれ信頼される学

役所東棟6階〉、セシオン杉並、 ||1万2000円 について活動実績があり、幅広 集人数=4名以内対区内在住で 社会教育スポーツ課管理係へ郵 えて、2月10日 (必着) までに すること」(800字程度)を添 小論文「杉並の社会教育に期待 込書(社会教育スポーツ課〈区 員の会議に出席した場合)甲申 育の振興に意欲のある方▽報酬 い視野を持ち、杉並区の社会教 社会教育・家庭教育・スポーツ 区体育施設で配布)に (社会教育委

類と小論文は返却しません 送または持参問同係他①一次は 書類審査、二次は面接②応募書

男女共同参画講座

企画運営団体

実施会場=男女平等推進セン 男女平等推進センターでは、 ②応募書類と作文は返却しませ は持参問同課他①一次は書類審 でに教育改革推進課へ郵送また 査、二次は面接(3月上旬予定) を添えて、2月18日 (必着) ま 今後のあり方」(800字程度)

2 月 1 日 28 日 同・犯罪被害者支援係他詳細 生活部管理課(区役所西棟7階) 活動する団体

中企画書などを、 期間=6月~24年2月|対区内で 記問い合わせください 、郵送または持参圓同課男女共

利用申請を受け付けます ゆうゆう館上半期団体

課施設担当または各ゆうゆう館 するゆうゆう館へ圓高齢者施策 的に活動する団体費無料甲2月 区内高齢者の社会参加支援を目 8割以上いる5名以上の団体、 う館へお問い合わせください)。 で行います(詳細は、各ゆうゆ 25日金~28日月のいずれか1日 請を受け付けます。抽選は2月 に利用を希望する団体の利用申 1日~18日に直接、利用を希望 対区内在住で60歳以上の方が 4月~9月までの間、定期

協議会委員 井草地域区民センター

案内をご覧ください

種講座などの催しを企画・実施 ィの形成を目的に、まつりや各 地域住民の交流、コミュニテ

> 員(産休·育休代替) 区立小学校臨時的任用教

ほか学級運営など▽勤務期間=

内区独自教員の代替。授業の

ンター協議会事務局☎3301 送または持参

問井草地域区民セ 022下井草5-7-22) へ郵 事務局で配布)を、2月28日(必 ができる熱意のある方匣申込書 お住まいで、ボランティア活動 水2・3丁目、下井草全域)に 井草全域、今川1・2丁目、 程度对井草地域(井草全域、 -7723他(1)後日面談をしま して2期4年▽**募集人数=**10名 (井草地域区民センター協議会 内任期=6月1日から原則と までに同事務局 (〒16-0 清 じて任用)▽**勤務時間=**週38時 は持参問同係 欠員状況を確認の上、履歴書と 他=有給休暇、通勤手当あり を有する方▽**募集人数=**若干名 ▽資格=小学校教諭普通免許状 間45分▽勤務場所=区立小学校 免許状の写しを同係へ郵送また 1月以降随時(欠員の状況に応 (原則として区独自教員と同 (前歴により加算あり) ▽その · 給与 = 月額22万800円~ **■**電話で教育人事企画課人

適正化推進係へ簡易書留で郵送

しを添えて、2月8日午後5時

区民=9030円~

区民=6615円~

(必着)までに介護保険課指導:

健康診断書(費用は自己負担 せん③3月上旬の採用決定後に 旬を予定)②申込書は返却しま 合格者には面接を実施(2月下 または持参問同係他①書類選考

一履歴書などを提出

宿泊料金など

大 人

子 供

冬季

特別割引

事業数=4~5事業▽事業実施 (必着) に区民

■20名程度▽報酬■月額17万4 3月31日(5回まで更新可。た 着)までに職員課人事係へ郵送 配布。区ホームページからも取 給 年度実績)▽その他=有給休暇 000円~20万1700円(22 パソコンが使える方▽募集人数 原則として月~金曜日の午前8 または持参問同係他詳細は募集 り出せます) を、1月31日 (必 課人事係〈区役所東棟5階〉で あり。社会保険加入。交通費支 で接客・電話応対が十分こなせ 資格=4月1日現在、65歳未満 **所**■区役所·区内出先事業所▽ 時30分~午後5時15分▽勤務場 (上限あり) | 中込書 (職員 ▽**勤務時間=**月16日勤務。 65歳に達した年度末で退

5歳以上=7770円~

4月30日まで

5歳以上=5985円~

内介護保険事業者指導に係る

5時15分▽勤務場所=区役所▽ ます)に介護支援専門員証の写 区ホームページからも取り出せ 険課〈区役所東棟3階〉で配布。 各種保険加入里申込書(介護保 あり、交通費支給(上限あり)、 万4000円~ (22年度実績) 有し、居宅サービス計画書作成 日程度)。午前8時30分~午後 則として月~金曜日のうち週4 職)▽勤務日時=月16日勤務(原 ただし65歳に達した年度末で退 年3月31日(5回まで更新可。 の他事業者の指導に関する業務 点検、事業者等からの相談、そ 助言、居宅サービス計画書等の ▽その他=有給休暇、健康診断 募集人数=1名▽報酬=月額 の実務経験が3年以上ある方▽ 資格=介護支援専門員の資格を ▽**勤務期間=**4月1日~24

56-3) など▽ す②申込書は返却しません

採用情

産休・育休代替などの

非常勤職員(事務) **四勤務期間=**4月1日~24年

介護保険事業者指導員

路上禁煙地区 路上禁煙地区内での JR西荻窪駅 ・JR荻窪駅 ・JR阿佐ケ谷駅 格上牌煙eacett JR高円寺駅 過料2.000_円 上井草駅 京王井の頭線 高井戸駅 の区内 6 駅周辺 OFFE **閰環境課生活環境担当**

		٠.			- 27 - 31 13 -	- 00 4	
民営化宿泊施設の 予約・宿泊料金など				民間事業者が経営を行っています。予約や宿泊料金などの問い合わせは、各申し込み先へ。申込開始日は、宿泊開始日の6カ月前の日です。各施設のパンフレットは、区民生活部管理課(区役所西棟7階)、区民事務所、駅前事務所などにあります。			
施設名 (所在地)			湯の里 「杉菜(すぎな)」 (神奈川県足柄下郡湯河原町)	ホテル・ 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)	弓ケ浜クラブ (静岡県賀茂郡南伊豆町)	
申し込み先 (受付時間)			☎0120 - 465 - 002 ☎0465 - 62 - 4805 (午前 9 時~午後 8 時)	25 0279 - 68 - 5338 (午前9時~午後8時) FXX0279 - 68 - 5417	☎0120 - 844 - 891 ☎0555 - 84 - 7031 (午前10時~午後6時)	☎0120 - 412 - 224 ☎0558 - 62 - 3187 (午前10時~午後5時)	
インターネット		-ネット	http://www.yunosato- sugina.com/	http://www.fujigakue co.jp/ http://www.fujigakue jp/		http://www.yumi gahama-club.com/	
下記宿泊料金に対して、区民(区内在住者)の方には2000円(65歳以上または障害のある方には3000円)の宿泊補助が適用されます。宿補助の適用を受けるには、運転免許証・杉並区民証・健康保険証・障害者手帳など、区内在住を証明するもの(コピー可)を現地施設で扱し、必要書類に記入してください(お持ちにならない時は宿泊補助は適用されません。また、払い戻しはしません)。						コピー可)を現地施設で提示	
平大人日子供				区民=8505円~ 区民=6300円~	小学生以上=7000円~	5 1511 1 20000	

中学生以上150円 12歳以上130円 12歳以上150円 ※宿泊料金は1泊2食付で消費税込みです。利用人数や季節(年末年始など)により、宿泊料金が変わる場合もあります。利用日の4日前からの変更や取消はキャンセル料がかかる場合があります。富士学園・弓ケ浜クラブは小学校移動教室で利用するため、夏季期間を除く5月~10月は、利用できない日があります。なお、年末年始期間は、施設によって異なりますので施設に確認してください。

区民=9555円~

区民=7350円~ 3月18日まで 宿泊料金1050円引き

(無料送迎バス利用者を除く)

直営施設 教職員研修所「秋川荘」

	予約・宿泊料金など				
施設	あきる野市五日市 ☎042-596-0693				
料金	大人4400円、子供2700円 (1泊2食付)				
申込方法	▷3月の利用申し込み=研修使用日 以外は2月10日から使用日の原則3 日前まで、電話または窓口で受け付けます。なお2月10日は電話のみの 受け付け(先着順)となります。予 約の取れた方には、使用承認書をお 送りしますので、忘れずに現地施設 にご持参ください。利用料金などは 現地施設でお支払いください。				
休館日	2月1日(火)~3日(木) 3月2日(水)·3日(木)				
申し込み問い合わせ	,,, ,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,				

小学生以上=8000円~

3月13日まで

小学生以上=6000円~

建設事務所(中野区中野4―8

求人情報(新卒・正社員・パート

や内職情報がご覧になれます。

事業者

無料で直接求人情報を入力で

ある企業・団体・個人事業者の

1中野区総合庁舎2階)、東

厅第二本庁舎22階)、東京都第三

>閲覧場所 = 東京都建設局河川

一求職中の方

計画書の閲覧が可能です。

(新宿区西新宿2-8-1都

相談窓口

知識豊富な相談員がお答えし

商工相談

中小企業診断士の資格を持つ

島☎3394-9482

—9国島方)

間同協会・

2月の省エネなんでも 部計画課☎5320−5414 tokyo.jp圓東京都建設局河川)://www.kensetsu.metro. 京都建設局ホームページ⊪htt

は、

お問

い合わせください)。

問産業振興課産業支援・相談

きます

(内職の求人情報の掲載

んや学識経験者のご意見を伺

整備計画について、 地域の皆さ

東京都は、

神田川流域の河川

を策定しました。次の閲覧場所

「神田川流域河川整備計画

♥広報 すぎなみ

神田川流域の河川整備計

画が策定されました

保護者懇談会 外国人児童・生徒

2子育で・教育

お子さんの学校生活や学習に

| 合同就職面接会| 野区

都市推進課環境都市推進担当 10時~午後4時陽区役所1階ロ **時**①2月1日火②15日火午前

・杉並区

1―22―32)**内**正社員(おおむ時30分)**賜**セシオン杉並(梅里 ね30歳以下の方)の採用。参加 者と直接面接ができます。 (受け付けは午後0時30分~3 **時**2月3日休午後1時 人材を求める企業の人事

30分屬区役所第6会議室(西棟

時2月8日火午前10時

ることや心配していることを話 関することを中心に、困って

交流を深めます。

u/に掲載しています②会場の o-hellowork.go.jp/shinjuk 振興課産業支援・相談係他①求 を持参して、直接会場へ圓産業 面接を希望する企業分の履歴書 ムページ配http://www.toky 企業は20社程度対求職中の方面 人情報はハローワーク新宿ホー

002 電話でも可

、郵送または持参。

はその旨もお知らせください

の他

週同担当**他**通訳を希望する場

当 (〒16-0013堀ノ内2-

美教育センター国際理解教育担

児童・生徒の保護者置無料軍区

中学校に通学している外国籍の

20年4月から区立の小

立学校で配布した申込書を、

の交通機関をご利用ください 駐車場は使用できません。公共 すぎなみワークインフォメ

₽http://www.work.city.s みワークインフォメーション」 ーションをご利用ください 区ホームページ内の「すぎな

援

・相談係へ

uginami.tokyo.jp/をご利用 回収キャンペーン書き損じハガキ

区内に本社や支店・営業所が 援、 タン・インド・カンボジア・ネ に役立てられます。 ガキの寄付にご協力くださ 時回収期間=3月31日休まで ール・ラオスでの識字教育支 使わなかったり、 ユネスコ・世界寺子屋運動 皆さんの寄付はアフガニス 書き損じた

◎ユネスコ・世界寺子屋運動 産業振興課産業支 に無料

間電話で、 度で1日4回。 午後3時30分(相談は1時間程 けています。 で応じます。 業・経営に関する相談) からの各種相談 時月~金曜日午前9時45分~ 相談は予約制で、 工相談員が、 祝日を除く) 重・ 区内中小企業者 (資金繰り・創 随時受け

ごみ・資源の分け方・出し方」 簡易版 を配布

ごみ・資源の分け方・出し方が1枚で分かる簡易版(A3判)を、周い合わせ先の窓口で配布しています。掲示などにご利用ください。

住所別の収集曜日が入った簡易版は区ホ *また*. -ジから取り出せます。

間清掃管理課(区役所西棟7階)、杉並清掃事務所 ☎3392 - 7281、同事務所方南支所☎3323 - 4571

医療情報案内と急病

(郵送での受け付けは年間をと

病院・診療所の案内、急病対応の説明

館②郵送=杉並ユネスコ協会事 民センター・図書館・ゆうゆう **所=**区役所1階ロビー・地域区 おして実施)匣①回収箱設置場

(〒167-0031本天沼3

24時間無休で病院・診療所の案内、急病対応の説明、小児急 病相談を行います。 通話記録は録音します (3カ月保存)。

小児科・内科・外科・耳鼻咽喉科

23391 - 1599 休日等夜間急病診療所 受付は終了30分前まで(荻窪5 - 20 - 1杉並保健所内) 【小児科】平日:午後7時30分~10時30分 【内科・小児科・外科・耳鼻咽喉科】

土曜日:午後5時~10時 日曜·祝日:午前9時~午後10時

歯科休日急病診療所

233398 - 5666

歯科休日急病診療所

(荻窪5 - 20 - 1杉並保健所内)

【歯科】 日曜・祝日:午前9時~午後5時(受付は4時まで)

3月の 休日パパママ学級

喝3月13日(日)午前・午後、26日(土)午前・午後(い ずれも半日で、同内容)※午前=9時30分~午後0 時30分、午後=1時30分~4時30分圖杉並保健所3 階内もく浴実習、パパの妊婦体験、お産に向けての 話など師助産師など対区内在住で、開催日現在妊娠 22週以上37週未満の初産のカップル配各26組置無料 ■①結果は2月18日ごろに通知します②応募者多数 の場合は出産予定日などで調整します

【申し込み・問い合わせ】

往復ハガキに2人の氏名(フリガナ)・住所・ 電話番号・出産予定日・希望日と午前または午後 (第3希望まで)を書いて、2月15日(必着)ま でに杉並保健所健康推進課休日パパママ学級担当 (〒167-0051荻窪5-20-1**雷3391-1015**)へ

※保健センターでは、平日に母親学級とパパママ学級を 開催しています。日程は下表の「2月の各種健康相談」 を参照してください。

55歳以上で区内在住・在勤の方の

場ゆうゆう高円寺南館置無料間NPO法人所箒の __ 会(〒166-0003高円寺南 4 -44-11ゆうゆう高円寺 南館内 : FXX5378 - 8179)

◇シニアのための就労・起業・地域活動個別相談 その方の立場に立って、「次の一歩」をアドバイスし ます。

喝2月5日出午前9時~午後5時(1人45分)**酮**キャ リアカウンセラー・中村康雄ほか甲辺電話で、同会へ

◇シニアのための就業応援講座

新年度から再スタートをしたい方に向け準備するこ となど具体的にアドバイスします。

聞・内2月18日 金=独自の視点で賢く就業情報を収 集しよう、25日金=働く前に準備すること(家族・年 金・法律など) /いずれも午後1時30分~3時30分 (計2回) **阿**社会保険労務士·諸橋菜奈、職業紹介士· 橋詰信子**定**20名(抽選)**車辺**ハガキ(11面記入例参照) 2月11日(必着)までに同会へ

◆2月の各種健康相談 ◆ 申し込みは、各保健センターへ。 ★荻窪保健センターの離乳食講習会は、区コールセンター☆#8800または☆3372-8800へ

| 日保申では、名 検査を伴う健康相談 子育て相談・交流 日親学級・・・直接会場へ 平日パパ・ママ 離乳食講習会 乳幼児歯科 ものわすれ

保健センター名	(検査は有料)予約制	…直接会場へ	(母子健康手帳持参)	学級(予約制)	…直接会場へ	相談(予約制)	相談(予約制)	(予約制)	DEISCIAL C
荻窪 (荻窪 5-20-1) ☎3391-0015	4 日金・25日金 午前 9 時~10時30分 電話で申し込み	17日休) 午前 9 時15分 ~10時15分	2 日(x)・9 日(x) ・16日(x) 電話で申し込み 健の時 セ1830	2月は ありません	23日(水午後 1 時 30分~3 時30分 ★2月5日から区コー ルセンターへ(30名)	午 4日金 午前 25日金 前 午 10日休 目 後 24日休 9	10日休)· 28日月)午後 1 時30分~	8 日似・18日金 午後 1 時30分~ 健 相び	
高井戸 (高井戸東 3 -20-3) ☎3334-4304	10日休・24日休 午前9時~10時30分 電話で申し込み	4 日金 午後 1 時15分 ~ 2 時15分 測	2日(水)・9日(水) 2日(水)・16日(水) 4井時(子) 2日(水)・4時(水) 2十十十十十十十十十十十十十十十十十十十十十十十十十十十十十十十十十十十十	2月は ありません	4日金午後1時 ~3時 *生後9カ月頃から の離乳食展示あり	午 7日(月) 时分 前 21日(月) 10 午 4日(金) 時 後 18日(金) 30	8 日似午前 9時30分~ 9 日似午後 1 時30分~	14日月) 午後1時30分~ 28日月) 午前9時30分~ ま	(阿佐谷 (阿佐谷 お
高円寺 (高円寺南3-24-15) ☎3311-0116	1日似・15日似 午前9時~10時30分 電話で申し込み	24日休) (表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表	4 日金・18日金 約の荻 ・25日金 で日の	14日(月) 午後 1 時30分 ~ 4 時	25日惍) 午後 1 時30分~ 3 時30分	年 1日似 分、 15日似 午 3日休 後 17日休 8 日	25日金 午前 9 時~	4 日倫·10日休 午後 1 時30分~	
上井草 (上井草3-8-19) ☎3394-1212		7 23日(水) 午前9時~10時	3 日(x) - 10日(x) - 17日(x) - 171(x) - 17	24日(木) 午後 1 時30分 ~ 4 時	8 日火 午前10時30分~ 午後 0 時30分	午 10日休 1時 京 10日休 1時 午 9日休 15分	16日(水)午前 9時30分~	2 日(水) 7 元 元 元 元 元 元 元 元 元 元 元 元 元 元 元 元 元 元	会 25 3 3 9
和泉 (和泉 4-50-6) お 3313-9331		18日金 午前 9 時15分 ~10時15分	ありません 日、	2月は ありません	17日休) 午後 1 時30分~ 3 時30分	午 2日(水) 2 前 16日(水) 2 時 30 分	17日休午後 1 時30分~	9 日(x) 午後1時30分~	3
※1. 杉並区に転入し、妊婦・乳幼児健診受診票、予防接種予診票が必要な方は、各保健センターまたは保健福祉部管理課保健福祉支援係(区役所東棟3階)へ。							1		

た业区に転入し、牡煙・乳幼児健能受診療、予的按種す診療が必要な方は、合体健モノダーまたは保健価値的管理接換機価値支援除し医使内外 ベビーカー等の盗難が発生しています。会場は狭いためベビーカーで回ることができません。チェーン錠をつけるなど各自でご注意ください。 一般の健康相談・腸内細菌検査は区内在勤・在学の方も対象とし、全センターで実施します。検査を伴う健康相談は区内在住の方が対象です。

シニアのための健康エアロビクス・てぬぐい体操

高齢者活動支援センター(杉の樹ホール)で実施している講座は3月で終了します

「シニアのための健康 エアロビクス」や高齢者 にもやさしい「てぬぐい 体操」は、区内在住の60歳 以上の方を対象とした講 座で、無理せず気軽に楽 しめます



高齢者活動支援センターのほか、右表 のゆうゆう館で実施しています(一部有 料)。日時などの詳細は、各ゆうゆう館 にお問い合わせください。

ただし、高齢者活動支援センターは4 月から改修工事を行うため、同センター を会場とする健康エアロビクスは3月16 日(水)、てぬぐい体操は3月10日(木)で終了 します。

問高齢者施策課いきがい活動支援係

内容	ゆうゆう館名	
健康エアロビクスシニアのための	和泉館☎3323-5663	梅里堀ノ内館☎3313 - 4319
	下井草館☎3396-8882	★下高井戸館☎3302 - 2161
	上荻窪館☎3395 - 1667	★大宮前館☎3334-9640
	荻窪館☎3335 - 1716	★堀ノ内松ノ木館☎3315 - 7760
	浜田山館☎3315-7815	大宮堀ノ内館☎3317-9156
	井草館☎3390 - 9672	西荻北館☎3396 - 8871
てぬぐい体操	永福館 ☎3321 - 6632	★下高井戸館☎3302-2161
	浜田山館☎3315-7815	★大宮前館☎3334-9640
	井草館☎3390-9672	★高円寺東館☎3315 - 1816

◎広報 すぎなみ NO.1962

※第3日曜日は休館です(★のみ日曜日・祝日が休館)。浜田山館・井草 館は、2月末まで改修工事のため休館中です。

就労相談受付中						
	区内在住・在勤・在学の方向け					
日時	毎週火曜日(祝日を除く) 午前10時から1人約50分、1日6回 (正午〜午後1時を除く) 具体的な仕事のあっせんは行いません					
場所	産業振興課相談室 (区役所西棟10階)					
費用	無料(希望により職業適性検査可)					
申し込み	予約優先(空きがあれば当日可)					
問い合わせ	産業振興課産業支援・相談係					
区内在住で60歳以上の方向け						
日 時	2月1日・8日・15日・22日 いずれも火曜日の午後1時~4時					
場所	高井戸地域区民センター (高井戸東3-7-5)					
費用	無料					
申し込み	当日、直接会場へ					
問い合わせ	紐杉並区シルバー人材センター ☎3317 - 2217					

区の後援・その他の催し・講座など

催し

★オペラガラコンサート~セラータ・ムジ カーレ **時**1月29日出午後6時**場**セシオン 杉並**内出演=**Tokyo Play Opera▷曲目= 「椿姫」から『ああ、そはかの人か』ほか **定**550名(申込順)**置**2000円**車込**Eメール (11面記入例参照) に希望枚数も書いて 1月27日までにTokyo Play Opera·香川 図tpo50551@yahoo.co.jp△問同団体·香 川☎090-1773-7065個区民30名を無料招 待=Eメール(11面記入例参照)で、1月 27日までにTokyo Play Opera⊠**tpo50551** @yahoo.co.jp \land (抽選)

■2月5日出午前9時(JR青梅線小作駅 集合)~午後4時頃(JR青梅線青梅駅解 勘)内害梅街道を歩きながら青梅市内の文 化財を紹介例区内在住の方定20名(申込順) ●込・個電話で、1月30日までに青梅市郷 土博物館☎0428-23-6859 (月曜日休館) へ 2 月20日(日)まで青梅市郷土博物館で交 流締結記念企画展「杉並区との絆~青梅街 道展」を開催しています

★新春百人一首子供かるた会「源平戦」

閏2月6日(日)午後2時**場**天沼八幡神社**師**全 日本かるた協会東京かるた会会長・横矢美 恵子園小学生以上の方屋30名(申込順) 圏 200円、子供100円**車込・間電**話で、NPO 法人じゃんけんぽん・橘☎090-6130-8602へ

★アンリミテッド・チャリティー・コンサ ート 時2月19日仕)午後4時場アルテ武蔵 野市民文化会館内出演=岡本るみ子バレエ スタジオ▷演目=「バヤデルカ |ほか價3000 円、親子4000円、小学生まで2000円 (車込)・ **間**電話またはファクス(11面記入例参照) で、NPO法人アンリミテッド知的障害者 支援の会(岡本バレエ内) ☎0422-46-6649FAX0422 - 46 - 7661 \cdot

★びりとブッチーのクラウニングシアター **畸**2月27日(日)午後2時30分屬西荻地域区 民センター内出演=びり・ブッチー対3歳 以上の方**定**360名(申込順)**置**2500円**車込**E メールに住所・氏名・電話番号・希望枚 数・子育で応援券利用の有無を書いて、子 ども文化NPO M·A·T⊠**m 3 a 7 t@shor** e.ocn.ne.jp△圓同団体☎3397 - 5152

講演・講座

★笑いヨガ (体操) 一日体験 閏2月2日 (水)午前10時30分~正午場阿佐谷地域区民セ ンター4階9日本笑いヨガ協会・高田佳子 費300円庫込当日、直接会場へ間吉野☎090 - **6494 - 3332個**運動しやすい服装で飲み物 を持参してください

★家庭学級「家族心理学を通して子育てに ついて考える」 **闘**2月3日(水午前10時~ 正午陽聖友学園師東京女子大学名誉教授 柏木惠子対周辺地域にお住まいの方置無料 ■込Fメール(11面記入例参照)で、聖友 学園⊠seiyuhome@nifty.com△圓同学 園・森**☎3338 - 1844個**3カ月以上の託児あ

★地域のつながりづくり~我が街で、こん にちは・はじめまして・仲間と活動 瞬① 2月7日(月)午後2時~4時②21日(月)午後2 時~4時33月7日(月)午後1時30分~4時 30分/計3回場日本カウンセリング協会図 区内在住・在勤・在学の方定15名(申込順) **週**1000円**申込・間**電話で、NPO法人日本 家族カウンセリング協会☎3316 - 1955へ

★家庭学級~Nobody's Perfect ミニ体 験 子育ての悩みを懇談してみませんか?

瞬(1) 2 月13日(日)(2)27日(日)/いずれも午前 10時~正午陽セシオン杉並師NPJapan公 認ファシリテーター・小椋知子園就学前の お子さんの親定各15名(申込順)費無料便込 Eメール(11面記入例参照)に希望日も書 2月7日までに己育(こそだ)て いて、 しょん事務局図kosodatation@hotmail.

★樺島病院公開講座「新型骨粗鬆症の恐怖 ~骨と血管の老化は同時に進む」

時2月 20日(日)午後2時~4時場樺島病院師東京慈 恵会医科大学整形外科・斎藤充ほか定80名 (申込順) 費無料匣込・間電話またはファ クス(11面記入例参照)で、樺島病院総務 企画部☎3311 - 1198級3317 - 4922△

★シニアのための初めてのパソコン・デジ カメ講座 時・内2月22日(火・24日(木・25 日金) 27日(日)①午前9時30分~午後0時30 分=超初心者向けパソコン入門②午後1時 30分~4時30分=デジタルカメラ入門/い ずれも計4回場高齢者活動支援センター師 I Tスクエア杉並園区内在住で55歳以上の 方定各15名(抽選) 費各6000円(テキスト 代含む) 匣込往復ハガキ (11面記入例参照) に①②の希望も書いて、2月10日(必着) までに | Tスクエア杉並 (〒168-0063和 泉 3 - 17 - 15) △問同団体☎090 - 4722 -

★荻窪法人会 創立60周年記念特別講演会 「富士山から日本を変える」 瞬2 月23日 (水午後6時~7時30分園杉並公会堂圃アル ピニスト・野口健園区内在住・在勤・在学 の方定1000名(申込順) 實無料車込封書に、 住所・氏名・希望枚数(1人2枚まで)を 書いた用紙(書式自由)と返信用封筒(80 円切手貼付)を同封して、2月10日(必着) までに荻窪法人会事務局(〒167-0032天 沼 3 − 7 − 3) △問同事務局☎3392 − 1338

★講演「ロコモティブシンドローム(運動 器症候群)」と映画「男はつらいよ」 2月23日(水午後1時30分園セシオン杉並師 河北リハビリテーション病院顧問・石山嘉 宣園区内在住の方屋500名(先着順) 置無 料(車込)当日、直接会場へ間杉並区医師会☆

★立教女学院短期大学公開講座 畸· 内A 英語講座① 2 月23日(水)=Food and Life (講義は英語) ▷**B一般講座**① 2 月15日似 =「范の犯罪」ほか②17日休=「赤西蠣太」 ③15日似=レクチャーコンサート④18日金 =音楽ワークショップ⑤16日(水)=ロハス (LOHAS) を考える⑥16日(水=骨を守 る、骨折を予防する(1)⑦22日似=骨を守 る、骨折を予防する(2)⑧18日\()ヴィクトリ ア朝イングランドの子どもと文学/時間は A①午前10時30分~午後1時、B①⑧午前 10時30分~正午、B②~⑦午後 1 時30分~ 3 時屬立教女学院短期大学(対区)内在住,在 勤·在学の方ほか**定**A①24名、B①240850 名、B3150名、B560名、B6780名(い ずれも申込順) 費無料匣込往復ハガキ (11 面記入例参照。複数講座連記可)に希望講 座も書いて、各講座開始日の1週間前まで に立教女学院短期大学総務課公開講座係 (〒168-8626久我山4-29-23) へ圓同 係☎3334-5104

その他

午後1時~5時(予約制。一人40分程度) **陽**阿佐谷地域区民センター**師**東京税理士会 杉並支部税理士國給与所得者、公的年金受 給者で確定申告(A用)が必要な方**屋**12名 (申込順) **閏**無料**申込**・**間**電話で、2月3 日までに杉並青色申告会☎3393-2831へ個 住民基本台帳カード(暗証番号)と源泉徴 収票等の確定申告に必要なものを持参して ください

★暮らしとお金のセミナー&相談会 時2 月11日 祝午後 1 時~ 5 時 場中野サンプラザ 内セミナー、相談会(各回45分)、ワーク ショップ(各回40分)飼小松英二ほか費無 料便込・問電話で、NPO法人日本FP協 会東京支部☎3292 - 6620 (月~金曜日午前 10時~午後4時)/

★ナチュラルプラネット2011作文公募と発 表会

◇「温暖化やエコ活動について」の作文を **募集 匣込**作文 (書式自由) を、2月28日 (必着) までにエコードカンパニー「ナチ ュラルプラネット2011」係(〒167-0022 下井草3-4-25地下1階)へ郵送個入選 者のみ連絡します

◇入選作品発表会とアニメ上映会 ■3月 18日金午後7時場杉並公会堂費1000円、中 学生以下無料**伸込**チケットぴあ(当日、直 接会場へも可)

〈いずれも〉— 問エコードカンパニー☎3395 - 2535

★外国人のための無料専門家相談会 闘2 月5日出午後1時~4時(受付は3時30分 まで) 園あんさんぶる荻窪内ビザ・結婚・ 離婚・仕事に関するトラブルや健康保険な ど▷**通訳=**英語・中国語・ハングル語・タ イ語・ビルマ語・ヒンズー語・ベンガル 語・ネパール語車込当日、直接会場へ間杉 並区交流協会☎5378 - 8833

★ふれあいの家しみず正吉苑配食ボランテ ィア募集 内お弁当を自転車で配達する業 務▷勤務日時=月~土曜日午後4時~5時 (祝日を除く) ▷勤務場所=ふれあいの家 しみず正吉苑 > 募集人数=若干名匣込・問 電話で、しみずふれあいの家正吉苑☎3394 0455へ個詳細はお問い合わせください

★よりみちくらぶ スタッフ募集 内障害 のある子供の放課後活動の援助▷**勤務日時** = 子供の下校に合わせて勤務(调1、2回) ▶勤務場所=よりみちくらぶ「ヤギのサン ダル」▷**募集人数=**若干名▷**時給=**850円~ (交通費支給) 匣辺履歴書を、「ヤギのサン ダル」(〒167-0052南荻窪2-12-8)へ 郵送 (電話も可) 間同くらぶ「ヤギのサン ダル」☎3247-0663個2日間の研修があり

★杉並区交流協会企画運営委員の募集 内 イベントの企画運営または協会情報紙の執 筆·編集▷**任期=**4月1日~24年3月31日 ▽募集人数=若干名▷その他=活動手当は 交通費程度を支給対区内在住(外国人を含 む)で国際・国内交流に関心のある方**匣込** 申込書(杉並区交流協会窓口で配布。同協 会ホームページからも取り出せます)を、 2月10日(必着)までに同協会(〒166-0004阿佐谷南 1 -14 - 2 みなみ阿佐ケ谷ビル5階) へ郵送 (Eメール⊠info@sugina mi-kouryu.orgで送付も可) 間同協会☎ 5378 - 8833冊詳細はお問い合わせください



ハガキ・ファクス・E メール 1

(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(〒166-8570阿佐谷南 1 -15-1) へお申し込みください。

※往復ハガキには返信用のあて先も記入。 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。

m 催し **EVENT**

■郷土博物館 年中行事「節分」

節分には、昔から悪鬼や疫病 をしりぞけるために、豆まきな どの行事が行われています。郷 土博物館では、節分の日に古民 家で豆まきをします。また、子 供向けの「紙芝居」も口演します。



喝2月3日休午前11時~11時30分**週**100円(観覧 料。中学生以下は無料) **申込**当日、直接会場へ**陽**・ 圓鄉土博物館(大宮1-20-8 ☎3317-0841)

■すぎなみ大人塾・だがしや楽校福まつり~春よ来

い!遊んで、学んで、あたたか絆! おしるこ、巨大福笑い、健康ウオーク、小物づく り教室など多世代が集う「だがしや楽校」の発想で、 町かどの喫茶店を盛り上げます。

閏1月30日(日)午前10時~午後2時**場**かふえ&ほー る WITH遊(荻窪3-46-13) **週**無料~300円程 度庫込当日、直接会場へ間社会教育センター☎3317 - 6621☎090 - 4547 - 9047(当日のみ)

すぎなみ環境情報館

◇おもちゃの公開クリニック

こわれたおもちゃをなおしてもらおう。

閏2月5日出午後1時~4時**回**杉並おもちゃドク ターズ対区内在住・在勤・在学の方配10名(申込順)圏 無料(部品代実費)申込電話で、同情報館へ

◇フリーマーケットの開催と出店者募集

■ 2月20日(日)午前10時~午後2時
図区内在住・在 勤の方(業者出店は不可) 215区画(抽選) 2無料 ■込往復ハガキ(記入例参照。グループ・家族は1 ___ 枚)で、2月7日(必着)までに同情報館へ**個**東吾 妻町の農産物の販売もあります(午前10時から。売 り切れ次第終了)

〈いずれも〉-

陽・間すぎなみ環境情報館(〒167-0051荻窪5-15-13あんさんぶる荻窪4階☎3398-3191)

講演・講座

■16ミリ映写機操作講習会

「16ミリ映写機操作講習会修了証」取得者は、団体 登録をすると公共視聴覚ライブラリーから映写機や 16ミリフィルムを借りることができます。

■2月26日出·27日(日)午前9時10分~午後5時(計 2回) 場中央図書館 対区内在住・在勤・在学で18歳 以上の方**定**21名 (抽選) **閏**840円**申込**往復ハガキ (記 入例参照)に受講理由と在勤・在学の方はその旨も 書いて、2月10日(必着)まで中央図書館事業係 (〒167-0051荻窪3-40-23) △問同係☎3391-

■すぎなみ発見!!街トーク「街の魅力~永福町編」

杉並を活性化したい、街に興味があるなど、地域 で活動したいと思う人のための講座です。

閏2月5日出午後7時~9時**場**すぎなみNPO支 援センター

「関NPO法人生涯学習知の市庭代表理 事·東島信明尼30名(申込順) 图無料F込郵送、電 話、ファクスまたはEメール(記入例参照)で、2 月4日(必着)までにすぎなみNPO支援センター (〒166-0004阿佐谷南1-47-17阿佐谷地域区民セ ンター4階☎3314-7260FX3314-7265⊠info@npo support.ip) へ間同支援センタ-

■区民企画講座 地元仲間と一緒に料理を作ろう! ~ホームパーティ講座

ホームパーティのための手軽なイ タリア料理作りやテーブルセッティ ングなどを学び、交流します。

喝2月13日(日)午前11時~午後3時 **喝**セシオン杉並**師**料理教室クッチー ナ・アミカ主宰 星川香奈子(右写真)



囫区内在住・在勤・在学で30~40歳代の方**屋**16名 (抽選) **週**1000円**申込**ハガキ、ファクスまたはEメ ール(記入例参照)で、1月31日(必着)までに社 会教育センター (〒166-0011梅里1-22-32FAX3317 -6620⊠shakyo-c@city.suginami.lg.jp) △問同 センター☎3317-6621

■アサーション講座「気持ちよく、相手に頼む」

ストレスから身を守り、「気持ちよく頼むコツ」を つかむコミュニケーション講座です。

閱2月24日休、3月3日休午前10時~午後0時30 分(全2回要出席)陽男女平等推進センター師創価大 学大学院教授・園田雅代園区内在住・在勤・在学の 方定30名(抽選) 置無料車込ハガキまたはファクス (記入例参照)で、2月16日(必着)までに男女平 等推進センター(〒167-0051荻窪 1 -56-3 FMX3393 - 4716) へ間同センター☎3393 - 4410個1歳~就学 前の託児あり(事前申込制)

■語り合おう。高次脳機能障害

障害当事者や家族の方から生の声を聴き、共に考 えてみませんか。

喝2月26日出午後1時30分~4時**屬**杉並保健所 (荻窪5-20-1) **対**高次脳機能障害者、家族、関 係者と無料匣込当日、直接会場へ間地域生活支援係 「オブリガード」 ☎3391 - 1976 FAX3391 - 1977

■アレルギー講習会~アトピー性皮膚炎・食物アレ ルギーを中心に

閏2月3日休午後2時~3時30分**場**杉並保健所 (荻窪5-20-1) **阿**同愛記念病院小児科部長·山 □公一 対区内在住の 0 歳児とその保護者 定25組(申 込順) **潤**無料**申込・間電**話で、荻窪保健センター☎ 3391 - 0015 ^

■家族介護教室

◇排泄用品の種類・選び方・使用方法

聞1月28日 金年後2時~3時30分**場**上井草ふれあ いの家(上井草3-33-10)師白十字販売福祉課・ 大場俊介**矧**高齢者、介護をしている方**尾**15名(申込 順) 費無料車込・間電話で、上井草ふれあいの家☆ 3394 - 9831 ^

◇膝の痛みと向き合って~お話と予防体操

闘1月30日(日)午後2時~3時30分**場**上荻ふれあい の家(上荻2-26-7)師理学療法士・道野真己財 区内在住の方屋20名(申込順) 置無料庫辺・ 間電話 上荻ふれあいの家☎3301 - 2256へ

◇認知症高齢者の心理と行動と接し方

闘2月10日休午後2時~4時**場**ゆうゆう桃井館 (桃井1-35-2) 圖日本大学文理学部心理学科教 授・長嶋紀一**対**区内在住の方**定**20名(申込順)**費**無 料**匣込・問**電話で、ケア24清水**☎5303‐5823**△

◇急に介護が必要になった時どうする?ゼロからわ かる介護保険はじめてガイド

喝2月25日 金午前10時30分~正午**場**ブース記念老 人保健施設グレイス(和田1-40-15) 師ケア24和 田職員対区内在住の方定15名(申込順)費無料車込・ 問電話で、ケア24和田☎3380 - 0024へ

女性が抱える悩みを相談したいときは…

男女平等推進センター 相談室へ



女性相談員が専用電話でご相談をお受けします。

☎3393 - 4713 (午前10時~午後4時)

(月曜日〈祝日の場合は翌日〉、 年末年始は休み)

- 個区民生活部管理課男女共同·犯罪被害者支援係

杉並障害者福祉会館

◇ふかふかの肉まん・あんまんにチャレンジ!

あったか~いスープとあえ物を作ります。一緒に 手づくりランチしましょう!

酮2月13日(日)午前11時~午後1時**酮**小俣敏枝**夙**区 内在住・在勤・在学で障害のある方とその介助者配 16名(抽選) 2500円車込往復ハガキ(記入例参照) に障害の状況と在勤・在学の方は勤務先・学校名と 所在地も書いて、2月3日(必着)までに杉並障害 者福祉会館へ

◇ピアカウンセリング公開セミナー

ピアカウンセリングとは、障害者同士がお互いに 話を聴きあい、誰もがもともと持っている、生きて いく力を取り戻す方法です。

喝2月20日(日)午後1時~4時30分**師**ピアカウンセ ラー・堀内万起子、木村直美屋区内在住・在勤・在 学のピアカウンセリングに関心のある方(障害者・ 健常者ともに可) **屋**6名(選考)**費**無料**匣込**電話ま たはファクス(記入例参照)で、2月11日までに杉 並障害者福祉会館へ(申込用紙を送付します)

一送 迎希望の方はご相談ください

◇聞こえが不自由な方のコミュニケーション教室

喝2月20日(日)午後2時~5時**内**講演「新しい自分 _____ と出会うために~私の失聴体験から」、コミュニケ ーションについて (読話・手話)、地域で活動してい るグループの紹介など 師聴力障害者文化センター・ 森せい子対病気や事故などで耳が聞こえにくくなっ た方(加齢による場合は除く)とその家族・付き添 いの方定30名(当事者優先) 覆無料申込電話または ファクス(記入例参照)で、2月19日までに杉並障 害者福祉会館へ**個**手話通訳・要約筆記があります

〈いずれも〉

場・間杉並障害者福祉会館(〒168-0072高井戸東 4 - 10 - 5 **33332 - 6121** FAX **3335 - 3581**)

リサイクルひろば高井戸

◇廃油(てんぷら油)から石けん作り体験コーナー **閏**2月4日 金子前10時30分~正午**2**10名(先着順) **費**無料**申込**当日、直接会場へ

◇アクリルたわし作り体験コーナ-

閏2月5日生)午前10時30分~午後3時30分**定**10名 (先着順) 置1個100円車込当日、直接会場へ

◇おひな様の壁掛け作り

喝2月15日似午後1時30分~3時30分**尼**12名(申 込順) **閏**500円**申込**電話で、同ひろばへ**他**長寿③対象 事業

◇きものと洋服の簡単リメイク

喝 2 月21日(月)午後 1 時30分~ 3 時30分**定**10名(申 込順) **週**600円**車込**電話で、同ひろばへ**個**長寿③対象

〈いずれも〉

屋区内在住・在勤・在学の方場・**間**リサイクルひ ろば高井戸(高井戸東3-7-4260/水・ 木曜日休館)

〈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、図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
上荻窪館(上荻3-16- 6 ☎・FX3395-1667)	在宅介護中の男性限定〜 上荻井戸端ランチサロン	2月14日 同午前11時~午後1時 別 区内在住で家族を在宅介護している男性 間 600円
西田館(荻窪1-57-4 お・FX3391-8747)	シニアのための卓球教室 (ラージボール使用)	2月1日似から毎月第1·3以、午前10時~正午 週 1 回600円
西荻北館(西荻北2-27-18 ☎ ·FAX 3396 - 8871)	パソコン「シニア超初心 者講習」 師 林徴	1月26日(水・28日)金・30日(日)午後1時~4時(計3回) 対 区内在住の方 覆 5000円(テキスト代含む)
荻窪東館(荻窪4-23- 12☎・FX3398-8738)	漢字の起源(3万年前に 遡る) 飼 藤原嵯千生	2月19日出から毎月第3出、午前10時~正午 園 区内在住の方 週 1回700円
阿佐谷館(阿佐谷南 3 - 2 - 19☎・FAX3391 - 8345)	スポーツ吹矢で楽しく、 そして健康に!	1月29日出午後6時~8時 刻 地域の高齢者 週 500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。いずれも長寿③対象事業。





杉砂のイラストレーター展

、も楽しめる無料ワークショップ*開催

(※期間中の日曜日のみ開催)

杉並区ゆかりのイラストレーターが一堂に会し、大イラスト展を区役所ギャラリーで開催します。ポップアート、歴史ヒーローもの、 SFファンタジー、毛糸や折り紙でできたイラスト、合成CG、スーパーポップ、リアルな水彩など、プロの手による多彩で本格的な 作品を多数展示。個性あふれるイラストの数々をぜひ、お楽しみください。 ─問い合わせは、文化・交流課へ。

☆広報 すぎなみ NO.1962



【日時】 1月29日生~ 2月13日(日)午前9時~午後5時 (土・日曜日も入場できます。2月11日祝は除く) 【場所】区役所2階区民ギャラリー 【申し込み】当日、直接会場へ

「なみすけ原画展」も同時開催

◇原画・グッズ販売

日時:期間中の日曜日、午前10時~午後4時

内容:イラスト原画・作家のオリジナルグッズ、イラストレーター展特製グッズを販売します。

◇プロによる楽しい無料ワークショップ

日時		内 容			
30日	午前10時~11時45分	4コママンガを描いてみよう・ネームを入れよう! 師 G3井田			
	正午~午後1時45分	好きな写真や雑誌でコラージュしよう! 飅 On The Neverland			
	午後2時~3時30分	古代文字であなたの名前をデザイン! 晒サノアツコ			
2月	午前10時~11時45分	簡単! マジック1本で楽しめるイラストの世界 師miyasan			
	正午~午後1時45分	ちょっとステキな切り絵アニメーションづくり 🎟若見ありさ			
	午後2時~3時30分	CGテク! これであなたも10歳若返り 圖NPO法人TFF			
	★午前11時から、「なみ	すけ 4 コマ劇場」サイン本販売会(限定50個非売品なみすけグッズ付き)			
13日	午前10時~11時45分	かわいい! 毛糸の指人形づくり 飼 やたみほ			
	正午~午後1時45分	〈特別企画〉加藤直之の仕事拝見(制作実演) 師加藤直之			
	午後2時~3時30分	かっこいい! マンガ教室 飼 ampsマンガイラスト教室			
***	※□ ちこうごうけいちはませんはていままが、急がははもなわいただと担合がまりまま。また、最終がわとかいか				

·クショップは随時受け付けていますが、混雑時はお待ちいただく場合があります。また、材料がなくなり次 第終了します。

詳細は、企画運営団体であるNPO法人TFFのホームページ配http://npo-tff.org/でもご覧にな れます。

7-01 in 6787

かえっこオークション

「かえっこバザール」とはおもちゃを「かえっこ」しながら環境やエネルギーについて 学べるイベントです。

【日時】 2月6日日 午後1時~4時 【場所】 セシオン杉並【参加費】 無料

【申し込み】当日、直接会場へ(ホールの催し「つくるじかん」は事前申込制) 【問い合わせ】環境都市推進課または東京ガス㈱西部支店☎3396-2192



かなっこパザールってなほ?

- ① あそばなくなった「おもちゃ」や「ア クセサリー」をもってこよう。
- ② 「かえっこバンク」にもっていくと「カ エルポイント」にかえてもらえるよ。
- ③ そのポイントで「かえっこショップ」 でみんなで持ちよったおもちゃとか えっこできるよ。
- ④ 展示室やホールのプログラムを体験 したり、お手伝いしても「カエルポイ ント」がもらえるよ。
- ⑤「カエルポイント」をためて、「かえっ こオークション」に参加できるよ。









[ホールの催し] ①午後1時 ②2時 √N P O法人プラス・アーツ〉

- 「森の巣」~自然のなかで自分の巣をつ
- ① 「まなぶじかん」 明午後1時~1時45分 内世界のユニークな家などスライドを 見ながらお話を聴きます
- ②「つくるじかん」 瞬午後2時~3時30分 内自然の写真を切ったり貼ったりしな がら、自分だけの「すみか」を形にしま す**対**小学生以上(保護者同伴)**申込**Eメ ールまたはファクス(11面記入例参照) で、1月31日までにNPO法人プラス・ アーツoxtimestokyo@plus-arts.net oxtimes5655 - 2370 \cdot

【展示室の催し】午後1時~4時 〈東京ガス 杉並・地域エネルギー協議会 杉並区〉

- 「かえっこバザール」
- 「ガスって昔は何に使われていたの?」~ガスの歴史を調べてみよう「-162℃の不思議な世界」~エネルギーはどこから来るの?実験を まじえて学ぶ
- 「燃料電池って何だろう?」~環境にやさしい工夫として燃料電池が あることを、体験をとおして知る
- 「間伐材でコースターを作ろう」
- 「エネルギーカフェ」~飲み物を飲みながら省エネ相談・省エネチェ
- ■「省エネ探偵団」〜温暖化のなぞを探り、地球を温暖化から救え!
- ●「エコクイズに挑戦」~クイズにこたえてなみすけグッズをもらおう!
- 「ペットボトルのキャップ回収」~ご家庭からペットボトルのキャッ プをお持ちください

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



