

# すぎなみ



歩きながら、元氣と文化が、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

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

杉並区コールセンター  
☎#8800または☎3372-8800  
午前7時～午後11時(粗大ごみ受付 午前8時～午後7時)

- 6月23日～29日は男女共同参画週間です …… 2
- 高齢者肺炎球菌予防接種の費用を一部助成 …… 3
- 参議院議員選挙  
杉並区長選挙・杉並区議会議員 …… 8  
補欠選挙(1面つづき)

「区議会だより」が折り込まれています。

## 参議院議員選挙 杉並区長選挙 杉並区議会議員補欠選挙

選挙のめいすい(明推)くん▶

投票日

7月11日(日)  
午前7時～午後8時



▲ その一票が明日を変える

参議院議員選挙では東京都選出(改選数5)と比例代表選出(改選数48)の2選挙を投票します。また、杉並区長選挙・杉並区議会議員補欠選挙は暮らしの中で最も身近な代表者を選ぶ大切な選挙です。あなたの一票で住みよい「すぎなみ」をつくるため、忘れずに投票しましょう。

### 「選挙のお知らせ」を送付します

「選挙のお知らせ」は、参議院議員選挙・区長選挙・区議会議員補欠選挙共通で1枚となります。発送は世帯ごとに6月24日(木)から行います。投票日当日(7月11日(日))には、ご自分の名前が記載された「選挙のお知らせ」を持って、指定された投票所で投票してください。

### 「選挙公報」は新聞折り込みでお届けします

候補者の政見・経歴などを掲載した「選挙公報」を新聞各紙の朝刊に折り込みます。▽参議院議員選挙 7月1日(木)朝刊(予定)  
▽区長選挙・区議会議員補欠選挙 7月7日(水)朝刊(予定)

### 杉並区で投票できる方

今回の選挙において投票できるのは、次の2つの要件を満たしている方です。  
(1)平成22年7月12日までに生まれた  
(2)平成22年4月3日までに杉並区へ転入届出をし、投票する日に選挙人名簿に登録されている  
ただし、杉並区外に転出する(した)方は、区長選挙・区議会議員補欠選挙の投票資格

〈表1 郵便等による不在者投票〉

身体障害者手帳または戦傷病者手帳	
該当する障害の部位	該当する障害の等級(項症)
両下肢・体幹・移動機能	1・2級の方 (特別項症～第2項症)
心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸	1・3級の方 (特別項症～第3項症)
肝臓	1・2・3級の方 (特別項症～第3項症)
免疫機能	1・2・3級の方
介護保険被保険者証の要介護状態区分	
要介護5の方	

〈表2 代理記載制度〉

身体障害者手帳または戦傷病者手帳	
該当する障害の部位	該当する障害の等級(項症)
上肢・視覚の障害	1級の方(特別項症～第2項症)

〈表3 「在外選挙人証」をお持ちの一時帰国者などが投票できる投票所など(参議院議員選挙のみ)〉

投票所	投票期間・時間	投票に必要なもの
区役所第4会議室(中棟6階)	6月25日(金)～7月10日(土) 午前8時30分～午後8時	杉並区発行の「在外選挙人証」
荻窪体育館(荻窪3-47-2)	7月11日(日) 午前7時～午後8時	

格はなくなりませんが、参議院議員選挙のみ投票することができます。

転出入した方は、投票資格の有無を選挙管理委員会事務局へお問い合わせください。

### 「郵便等投票」の手続きはお早めに

①郵便等による不在者投票  
「身体障害者手帳」、「戦傷病者手帳」、「介護保険被保険者証」のいずれかをお持ちで、表1に該当し、かつ自分で文字を書くことのできる方は、郵便等を利用して自宅などで投票することができます。

ただし、あらかじめ区の選挙管理委員会事務局へ申し出て、「郵便等投票証明書」の交付を受けておく必要があります。

### ②代理記載制度

表1に該当する方で、さらに表2に該当する方は、郵便等を利用して自宅などで投票を行う場合に、届け出ている代理記載人に投票の記載をし

てもらい投票することができます。ただし、あらかじめ区の選挙管理委員会事務局へ申し出て、「郵便等投票証明書」の交付を受け、加えて「代理記載人となるべき者」を届け出しておく必要があります。

①②に該当すると思われる方は、早めに選挙管理委員会事務局へお問い合わせください。

なお、郵便等による不在者投票制度・代理記載制度の投票用紙の請求期限は、7月7日(水)午後5時までとなります。ご注意ください。

### 区発行の「在外選挙人証」をお持ちの方へ(参議院議員選挙のみ)

区発行の「在外選挙人証」をお持ちで、一時帰国している方または帰国転入後まだ国内の選挙人名簿に登録されていない方は、参議院議員選挙の投票ができます。投票所や期間・時間などは

### 投票・開票速報

参議院議員選挙の投票・開票速報は7月11日(日)に、区長選挙・区議会議員補欠選挙の投票速報は7月11日(日)、開票速報は12日(月)に、区ホームページ・モバイル版区ホームページ(ホームページアドレス、QRコードは8面下参照)でご覧になれます。

なお、参議院議員選挙の開票開始時刻は7月11日(日)午後8時40分から、区長選挙・区議会議員補欠選挙の開票開始時刻は7月12日(月)午前8時からとなります。

### 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るため、7月11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一日利用できません。

便利な期日前投票については、8面をご覧ください。



# 6月23日～29日は男女共同参画週間です

# 話そう、働こう、育てよう。いっしょに。

区は、さまざまな世代や立場の人が、住み慣れた地域での暮らしに満足し、安心して生活を送ることが出来る男女共同参画社会の実現を目指しています。そのためには、女性も男性も社会の対等な構成員として理解しあい、社会的な責任を果たすことにより信頼を深め、それぞれが能力を発揮し支えあうことが大切です。

この週間は、男女共同参画社会の形成に向け、理解を深めるために設けられました。

——問い合わせは、区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係へ。

## 女性も男性もいきいきと暮らすために

働きたいすべての人が、やりがいや充実感を持って働き、仕事以外の家庭や地域生活でも自身の望む生き方が選択できるような状況を、仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)といえます。

しかし現実には、「安定した仕事に就けず、経済的に自立できない」「仕事に追われ、心身ともに疲れてしまっている」「子育てや介護と仕事の両立に悩んでいる」など、仕事と生活の間で問題を抱える人が多く見られます。これらが社会活力の低下の要因の一つとなり、ひいては少子化といった現象にまでつながっているといえます。

仕事と生活の調和の実現のためには、個人にとつてはより豊かな生活を実現するため、企業・組織にとつては多様な人材を活かし組織の力を高めるため、そして社会全体では、いきいきとした地域社会形成のためにも大切です。

区では、17年度に約5万2000件だった配偶者などからの暴力が関係する相談件数が、21年度には約7万2000件に増えており、区でも相談件数は21年度に367件にのぼっています(下記参照)。

## 専門機関に相談を

DVは、重大な人権侵害です。暴力を受け悩んでいる方は、我慢したり、一人で抱え込んだりせず、すぐに専門機関に相談してください。

配偶者などからの暴力(DV)で悩んでいませんか

DVとは「ドメスティック・バイオレンス」の略で、配偶者や恋人などから受ける暴力のことです。暴力とは、殴る、けるといった身体的暴力だけでなく、脅かす、監視する、屈辱的な言動による精神的な暴力や、性行為を強要するなどの性的暴力なども含まれます。

DVは、高校生や大学生など結婚前の恋人間でも問題になっています。恋愛関係になったとたん相手の態度が急に変わり、命令されたり、監視されたり、暴力をふるわれたりすることはありませんか。暴力がひどくなると、ストーカー行為や暴行傷害につながることもあります。全国の配偶者暴力相談支援センター

◆東京ウィメンズプラザ(女性用)  
☎5467-2455  
毎日、午前9時～午後9時(年末年始を除く)

◆東京ウィメンズプラザ(男性用)  
☎3400-5313  
月・水曜日、午後5時～8時(祝日・年末年始を除く)

◆東京都女性相談センター  
☎5261-3110  
平日、午前9時～午後8時(祝日・年末年始を除く)

◆夜間・緊急時は…  
◆警察 ☎110番

◆相談機関  
◆東京ウィメンズプラザ(女性用)  
☎5467-2455  
毎日、午前9時～午後9時(年末年始を除く)

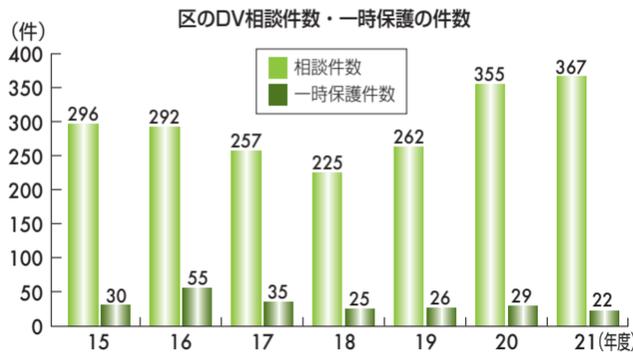
◆東京ウィメンズプラザ(男性用)  
☎3400-5313  
月・水曜日、午後5時～8時(祝日・年末年始を除く)

◆東京都女性相談センター  
☎5261-3110  
平日、午前9時～午後8時(祝日・年末年始を除く)

◆警視庁総合相談センター  
☎3501-0110  
平日、午前8時30分～午後5時15分(祝日・年末年始を除く)

◆警察署  
萩 窪 ☎3397-0110  
高井戸 ☎3332-0110  
平日、午前8時30分～午後5時15分(祝日・年末年始を除く)

◆杉並福祉事務所  
萩 窪 ☎3398-9104  
高円寺 ☎5306-2611  
高井戸 ☎3332-7221  
平日、午前8時30分～午後5時(祝日・年末年始を除く)



## 男女平等推進センターをご利用ください

——問い合わせは、男女平等推進センター(萩窪1-56-3 ゆう杉並内 ☎3393-4410)へ。  
▷開館時間=午前9時～午後5時(月曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始を除く)

### ◆自分らしく生きるために学びたい方へ

- 講座  
男女共同参画社会実現のため講座の企画を公募し、さまざまな講座を開催しています。講座の開催日時や参加申し込みなどは、後日「広報すぎなみ」などでお知らせします。
- 資料を調べる  
情報資料コーナーには、関連図書・ビデオ・行政資料・団体資料をそろえています。閲覧は自由です。図書の貸し出しは利用者登録が必要です。

### ◆女性が抱えるさまざまな悩みや問題を相談したいときは…

男女平等推進センター相談室をご利用ください。女性が抱えるさまざまな悩みや問題を共に考え、より快適でいきいきとした自分らしい生き方への第一歩を踏み出すお手伝いをします。

- 一般相談=☎3393-4713(相談室直通) 午前10時～午後4時(月曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始を除く) / 相談内容=夫婦・家族・職場・近隣との人間関係、暴力など  
女性相談員による電話と面接相談(面接相談は平日のみ)です。
- 法律相談(一般相談受付時間内で随時予約を受け付けています)=毎週木曜日(祝日を除く)午後1時30分～4時30分(夜間も月1回開設) / 相談内容=離婚、養育、財産分与、相続、労働に関することなど  
女性弁護士による面接相談です。

## 杉並区男女共同参画都市宣言

人は歴史を創り 人は未来を創る  
思いやりの心をもとに  
男女が 性別を超え 世代を超え  
互いに個性や能力を尊重し  
さまざまな分野に参画し  
心豊かな 明日の世代へ夢をつなげ  
平等と平和の輪を広げるため  
杉並区は  
ここに「男女共同参画都市」を宣言します  
平成9年12月1日



就労相談受付中	区内在住・在勤・在学の方向け		区内在住で60歳以上の方向け		
	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)	7月6日・13日・27日 いずれも火曜日の午後1時～4時	場所	産業振興課相談室 (区役所西棟10階)
費用	無料(希望により職業適正検査可)	無料	申し込み	予約優先(空きがあれば当日可)	当日、直接会場へ
問い合わせ	産業振興課産業支援・相談係		社杉並区シルバー人材センター ☎3317-2217		

## 納期内納税にご協力ください

6月30日(水)は、22年度特別区民税・都民税(普通徴収分)第1期分の納期限です。お近くの金融機関、コンビニエンスストアなどでお納めください。  
◇便利な口座振替もご利用ください  
◇「モバイルレジ」による携帯電話での納付もできます  
團納税課

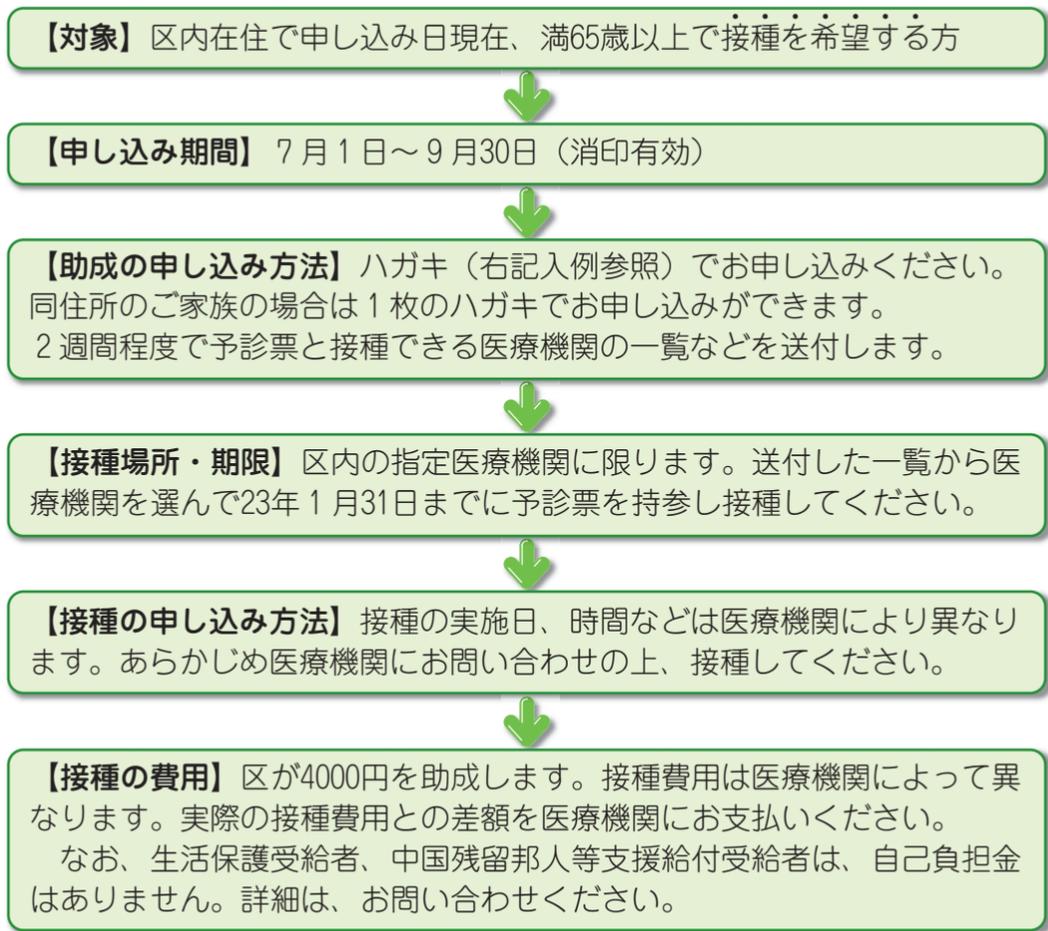
# 高齢者肺炎球菌予防接種の費用を一部助成

肺炎球菌による肺炎は、高齢者の肺炎の半数近くを占めています。区ではこの肺炎球菌による肺炎を予防するため、今年度も接種費用の一部助成を行います。希望する方はハガキでお申し込みください。この予防接種は、1回の接種で5年以上効果が持続するとされています。毎年接種する必要はありません。過去に接種を受けた方は、必要性を慎重に考慮し、前回の接種から十分な間隔を確保してください。

—問い合わせは、杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025へ。

**【対象】** 区内在住で申し込み日現在、65歳以上の方 **【申込期間】** 7月1日(木)～9月30日(木) **【助成額】** 4000円

## 助成の申し込み方法・接種までの流れ



## 助成の申し込みハガキ記入例

申し込み・問い合わせは、杉並保健所保健予防課へ！

荻窪5-20-1

杉並保健所保健予防課  
肺炎球菌予防接種申込担当

167-0051

おもて

「肺炎球菌予防接種希望」と書いて

① 郵便番号・住所  
② 氏名(フリガナ)  
③ 生年月日・年齢  
④ 電話番号  
⑤ 肺炎球菌予防接種歴の有無

↓有の方は「接種年月日」を記入

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

## ◇ ご注意ください ◇

- ◆ 現在ご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。
- ◆ 過去5年以内にワクチンを接種したことのある方は、注射部位の痛み・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。再接種の方は前回の接種から十分な間隔を確保して行ってください。
- ◆ 肺炎球菌予防接種はすべての肺炎を予防するものではありません。
- ◆ 接種後、免疫(抗体)ができるまで平均3週間程度かかります。
- ◆ 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。
- ◆ 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)。

## 民営化宿泊施設の予約・宿泊料金など

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)	弓ヶ浜クラブ(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)	☎0279-68-5338 (午前9時～午後8時) FAX0279-68-5417	☎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	<a href="http://www.yunosato-sugina.com/">http://www.yunosato-sugina.com/</a>	<a href="http://www.iwabitsu.co.jp/">http://www.iwabitsu.co.jp/</a>	<a href="http://www.fujigakuen.jp/">http://www.fujigakuen.jp/</a>	<a href="http://www.yumigahama-club.com/">http://www.yumigahama-club.com/</a>
宿泊料金など	平日 大人 区民=7980円～ 子供 区民=5565円～ 休日 大人 区民=9030円～ 子供 区民=6615円～ 夏季 大人 区民=9030円～ 子供 区民=6615円～ 入湯税 12歳以上150円	区民=8505円～ 区民=6300円～ 区民=9555円～ 区民=7350円～ 区民=9555円～ 区民=7350円～ 中学生以上150円	小学生以上=7000円～ 小学生以上=8000円～ 小学生以上=8900円～	5歳以上=7770円～ 5歳以上=9240円～ 12歳以上130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・夏季など)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・弓ヶ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、夏季期間は、施設によって異なりますので施設に確認してください。

## 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	7・8月の利用申し込み=専用ハガキでの申し込みは、5月15日で締め切りました。現在の空室申し込みは、使用日の前日まで電話または窓口で受け付けています。予約の取れた方には、使用承認書をお送りします。使用承認書は忘れずに現地施設へお持ちください。利用料金などは、現地でお支払いください。
休館日	7月1日(木)(6月は無し)
申し込み問い合わせ	(株)KNTツーリスト区役所内営業所 ☎3312-6431(直通)へ(午前8時30分～午後5時。土・日曜日、祝日は除く)。

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。



27

### トンボと共に暮らす街、すぎなみ

「ヤゴ救出大作戦」という言葉をご存じですか？ 実はこれ、初夏の杉並の風物詩と言っても過言ではありません。屋外プールの水はオフシーズンも防火用水としてため置かれ、トンボの産卵場所となります。ふ化したヤゴが排水と共に流れってしまうのを防ぐため、プール開き前の清掃時にヤゴをすくいだし、学校ピオトープに放したり、教室で飼育したり、子供たちの家に持ち帰ってトンボをかえす活動が毎年続いています。区内の6割の小中学校、2000人以上の子供たちによって、何万というヤゴが救出されているのです。



ウェブサイトで  
もあつちよ!

すぎなみ学

検索

プールにはどんな種類のヤゴがいるのでしょうか。20年に高井戸第三小学校で実施した大作戦の結果では、アカトンボ型が最も多く、次にシオカラトンボ型、ヤ

ンマ型と続き、イトトンボも見ついています。

ヤゴを羽化させるには、水槽などがなくても大丈夫。まずは2ℓサイズのペットボトルを横に半分に切り、側面に割りばしを挟みます。そこに1日くみ置きした水など塩素を取り除いた水を入れます。水草や、石・砂利などを入れると隠れ家となりヤゴが落ち着きます。エサはイトミズやアカムシなど。身近な生き物なので、捕まえてもよし、ペットショップでも購入できます。

ヤゴは暑さに弱いので、水温が上がらないよう直射日光を避けます。羽化が近付くと、エサをあまり食べず、羽根になる部分が盛り上がってきて体色が濃くなります。羽化が行われるのは主に夜。割りばしに登り始めるのが合図です。

区産業振興課地域産業観光係

### 区民の声から

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一部を掲載します(毎月21日号)。問い合わせは、区政相談課へ。

#### ◇杉並区の喫煙ルール

路上喫煙の取り締まりと、区内の禁煙地区やパトロールの方法などを教えてください。

#### ◇回答

区では、「杉並区生活安全及び環境美化に関する条例」

により、区内全域で歩きタバコ・吸い殻のポイ捨てを禁止しています。

また、特に、駅周辺や商店街など人通りの激しい地区では、歩きタバコが原因でやけどを受けたり服を焦がされたりするなどの被害があり、こうした危険度の高い場所を2000円の過料徴収の対象となる路上禁煙地区(区内JR4駅、西武新宿線井草駅、京王井の頭線高井戸駅周辺)に指定し、喫煙自体を禁止しています。

現在、路上喫煙に関するさ

さまざまなご意見・ご要望が多く寄せられています。今後は、土・日曜日・祝祭日を含む毎日のパトロールに加え、さらに区内全域でも啓発活動を強化し、歩きタバコをしないことなど、喫煙マナーの向上を呼びかけていきます。

(担当課：環境課)

※区政への主なご意見・ご要望と区からの回答の概要は、区ホームページ「ご意見・ご要望」↓「主な意見と回答」でご覧になれます。

### 55歳以上で区内在住・在勤の方の 就業相談・講座

場 とうとう高円寺南館費無料NPO法人竹箒の会 (〒166-0003高円寺南4-44-11 とうとう高円寺南館内 ☎ FAX5378-8179)

#### ◇シニアのための就労・起業・地域活動個別相談

就労・起業・地域活動・ボランティア活動などに関する個別相談を行います。

時 7月10日(土)午前9時～午後5時(1人45分まで)  
場 キャリアカウンセラー・中村康雄ほか ☎ 電話で、同会へ(申込順)

#### ◇シニアのための就業応援講座～職業能力アップ講座

コミュニケーション力をつける話し方・自己アピール法・面接試験対策などを学びます。

時 7月28日、8月4日・11日・18日・25日/いずれも水曜日の午前10時～正午(計5回) ☎ フリーアナウンサー・深澤美津子ほか ☎ 20名(抽選) ☎ ハガキに講座名・氏名(フリガナ)・住所・連絡先・年齢を書いて、7月21日(必着)までに同会へ

### 8月の 休日パパママ学級

時 8月14日(土)午前・午後、22日(日)午前(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 ☎ 杉並保健所3階 困もく浴実習、妊婦体験、お産に向けての話など ☎ 助産師など ☎ 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 ☎ 各26組 ☎ 無料 ☎ ①結果は7月21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、7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 ☎ 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「各保健センター7月の各種健康相談」を参照してください。

### 医療情報案内と急病診療

#### 病院・診療所の案内、急病対応の説明

☎ 3423-9909 杉並区急病医療情報センター  
FAX 3423-9933

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

☎ 3391-1599 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

☎ 3398-5666 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)

### ◆ 各保健センター 7月の各種健康相談 ◆

申し込みは、各保健センターへ。

保健センター名	検査を伴う健康相談(検査は有料)予約制	子育て相談・交流…直接会場へ	母親学級…直接会場へ(母子健康手帳持参)	平日パパママ学級(予約制)	離乳食講習会…直接会場へ	乳幼児歯科相談(予約制)	歯の健康相談	ものわすれ相談(予約制)	心の健康相談(予約制)
荻窪(荻窪5-20-1) ☎ 3391-0015	9日(金)・23日(金) 午前9時～10時30分 電話で申し込み	15日(木) 午前9時15分～10時15分	7日(水)・14日(水)・21日(水) 電話で申し込み	28日(水) 午後1時30分～4時	28日(水)午後1時30分～3時30分。 7月1日から電話で申し込み。先着30名	午前 9日(金) 23日(金) 午後 8日(木) 22日(木)	問10日(土)午後2時～4時30分 (阿佐谷南3-1-34 ☎ 3393-10391)へ	26日(月)午後1時30分～	5日(月)・16日(金) 午後1時30分～
高井戸(高井戸東3-20-3) ☎ 3334-4304	8日(木)・22日(木) 午前9時～10時30分 電話で申し込み	2日(金) 午後1時15分～2時15分	7日(水)・14日(水)・21日(水)	28日(水) 午後1時30分～4時	21日(水) 午前10時30分～午後0時30分	午前 5日(月) 26日(月) 午後 2日(金) 16日(金)		6日(火)午後1時30分～ 13日(火)午前9時30分～	12日(月) 午後1時30分～ 26日(月) 午後2時～
高円寺(高円寺南3-24-15) ☎ 3311-0116	6日(火)・20日(火) 午前9時～10時30分 電話で申し込み	22日(木) 午前9時30分～10時15分	7月は ありません	7月は ありません	23日(金) 午後1時30分～3時30分	午前 6日(火) 20日(火) 午後 1日(木) 15日(木)		15日(木)午後1時30分～ 23日(金) 午前9時～	2日(金)・8日(木) 午後1時30分～
上井草(上井草3-8-19) ☎ 3394-1212		28日(水) 午前9時～10時	1日(木)・8日(木)・15日(木)	7月は ありません	13日(火) 午前10時30分～午後0時30分	午前 8日(木) 28日(木) 午後 14日(水)		21日(水)午前9時30分～	7日(水) 午後2時～
和泉(和泉4-50-6) ☎ 3313-9331		16日(金) 午前9時15分～10時15分	7月は ありません	7月は ありません	15日(木) 午後1時30分～3時30分	午前 7日(水) 21日(水) 午後 12日(月)		15日(木)午後1時30分～	9日(金) 午前9時30分～

※1. 杉並区に転入し、妊婦・乳幼児健診受診票、予防接種受診票が必要な方は、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。  
2. 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。  
3. 一般の健康相談・腸内細菌検査は区内在動・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。

# 区からの お知らせ

SUGINAMI INFORMATION

## 「特例対象被保険者等」に該当する方の国民健康保険料の減額

雇用保険の被保険者で、解雇・倒産などの理由で、非自発的に失業した方(特例対象被保険者等)を対象に、在職中と同程度の保険料負担となるように、22年度の保険料から一定期間、前年分の給与所得を3割とみなして保険料を計算します。  
▽対象Ⅱ次の要件をすべて満たす方

- ① 離職日が21年3月31日以降
- ② 離職時の年齢が65歳未満
- ③ 雇用保険の離職理由が「特定受給資格者」または「特定理由離職者」で、雇用保険受給資格者証の離職理由コードが、11・12・21・22・23・31・32・33・34

▽必要書類Ⅱ国民健康保険被保険者証・雇用保険受給資格者証  
▽届出場所Ⅱ国保年金課国保資格係(区役所東棟2階)、区民事務所・分室、駅前事務所

◆高額療養費等の所得区分判定  
高額療養費等の所得区分の判定も、非自発的に失業した方の給与所得を3割とみなして判定を行い、離職日の翌月の診療分(離職日が1日の場合はその月)から新たに判定した所得区分を適用します。

国民健康保険料の減額は国保年金課国保資格係、高額療養費等の所得区分判定は国保年金課国保給付係

## 住まい・まち

### JR荻窪駅北口駅前広場整備工事説明会

東京都が施行するJR荻窪駅北口駅前広場整備工事と、区が施行するJR荻窪駅北口駅前広場修整整備工事の内容を説明します。

時 6月28日(月)午後7時～8時  
30分(場) あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) (申) 当日、直接会場へ(区) 東京都再開発事務所 ☎ 5318918226 または区まちづくり推進課拠点整備係(他車での来場はご遠慮ください)

## 子育て・教育

### 日中保育できない児童をお預かりします

保育士などの資格を持つ家庭福祉員がその自宅で、保護者の就労などにより、日中保育できない児童をお預かりします。また、複数の家庭福祉員が共同で保育を行う家庭福祉員グループを、2カ所の施設で4月から実施しています。

▽対象児童Ⅱ区内在住で、生後7週目～3歳未満の健康な、保護者が就労などの理由で日中保育できない児童▽定員Ⅱ①家庭福祉員グループⅡ3名/②家庭福祉員グループⅡ定員・空き状況はお問い合わせください▽保育実施日Ⅱ毎日(日曜日・祝日・年末年始・家庭福祉員の休暇などを除く)▽保育時間Ⅱ原則午前8時30分～午後5時▽保育料Ⅱ月額2万3000円(時間外は1時間500円、その他雑費など) (☎) 電話番号で、①家庭福祉員・藤枝 ☎ 33161850 7 (和泉4-42-20) (7月1日

## 施設情報

あんさんぶる荻窪  
臨時休館  
あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13)は保守点検のため、7月19日(祝)は臨時休館します。地下1階の自転車駐車場は利用できません。

## 採用情報

方南会館ホールが使用できません  
方南会館ホール(和泉4-42-15)は照明などの改修工事を行うため、23年2月14日(月)～24日(木)は利用できません。  
(☎) 地域課地域施設係  
杉並区職員(福祉Ⅱ類)  
① 第一次試験日Ⅱ8月22日(日)  
② 受験資格Ⅱ昭和56年4月2日～平成3年4月1日生まれで、保育士の資格を持ち、都道府県知事の保育士登録を受けている方(23年3月31日までに資格取得見込みの方を含む。その場合は資格取得後速やかに登録が必要)。国籍は問いません▽募集人数Ⅱ約25名▽募集案内と申込書の配布場所Ⅱ区職員課人事係(区役所東棟5階)、保育課(東棟3階)、区民事務所・分室、駅前事務所、地域区民センター、図書館、児童青少年センター

から受託開始予定) ② 家庭福祉員グループ「タンテの家」 ☎ 537811207 (高円寺南3-48-14) / 家庭福祉員グループ「もりのいえ」 ☎ 531012601 (桃井4-3-2 西荻地域区民センター内)へ

## 特別区職員

① Ⅲ類事務  
② 経験者採用  
③ 採用区分・試験区分・採用予定数・受験資格などⅡ左下表のとおり

試験案内(申込書)の配布場所  
区職員課人事係(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、特別区人事委員会事務局任用課  
◆ 申し込み方法  
インターネットⅡ8月11日までに特別区人事委員会事務局ホームページ ☎ http://www.tokyoz3city.or.jp/saiyou-sik en.htm から申し込み▽郵送Ⅱ8月11日(消印有効)までに特別区人事委員会事務局任用課(〒102-0072 千代田区飯田橋3-5-1)へ▽持参Ⅱ8月12日(木)・13日(金)午前8時30分～午後5時に区職員課人事係または特別区人事委員会事務局任用課へ

① Ⅲ類事務  
② 経験者採用  
③ 採用区分・試験区分・採用予定数・受験資格などⅡ左下表のとおり

(特別区職員 ②経験者採用の受験資格など)

採用区分	試験区分	採用予定数	受験資格 (23年3月31日現在)	
			国籍・年齢	民間企業などでの業務従事歴
2級職	事務	130名程度	日本国籍。昭和54年4月2日～58年4月1日に生まれた方	4年以上ある方(1つの民間企業などでの経験が対象。複数の経験は通算しない)
	土木造園(土木)	8名程度		
	建築	15名程度		
3級職(主任主事Ⅰ)	事務	40名程度	日本国籍。昭和49年4月2日～54年4月1日に生まれた方	8年以上ある方(1年以上の期間で、複数のものを通算することができる。ただし、そのうち1カ所連続4年以上の経験があること) (※1) 機械=ボイラー、蒸気タービン、ガスタービンまたは最高使用圧力が98kpa以上の燃料電池設備の工事、維持または運用に従事した期間が2年以上あること (※2) 電気=第三種電気主任技術者の免状を有すること
	土木造園(土木)	9名程度		
	建築	13名程度		
	機械(※1)	4名程度		
3級職(主任主事Ⅱ)	事務	7名程度	日本国籍。昭和40年4月2日～49年4月1日に生まれた方	13年以上ある方(1年以上の期間で、複数のものを通算することができる。ただし、そのうち1カ所連続4年以上の経験があること)
	建築	2名程度		

(注意) 受験資格などの詳細は、必ず採用試験案内をご覧ください。

## 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、不快な思いや直接被害に遭う機会が多くなると思います。この時期特に相談の多い虫の対処方法をご紹介します。——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。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。  
◇ハチ(アシナガバチ)  
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。人がいたずらに触らない限りハチの方から刺すことはありません。  
やむをえず駆除する場合は次の方法で行ってください。  
▷駆除方法=夕方暗くなるとハチは巣に戻り、あまり活動しなくなります。家庭に用意してあるスプレー式殺虫剤を使い、ハチの巣に向けて10秒ほど噴射してください。薬剤のかかったハチはすぐに下に落ちて死んでしまいます。翌日、巣にいないこ

とを確認し、巣を取り除きます。  
※スズメバチなどの大型のハチが庭先などに巣を作った場合、駆除作業を個人で行うことは危険です。環境課生活環境担当へご相談ください。

◇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。皆さんのご理解とご協力を願います。

## 宮崎県口蹄疫被害への義援金にご協力ください

区では、宮崎県で発生している家畜伝染病「口蹄疫」の防疫活動により、影響を受けた畜産農家の方々に対する支援を行うための募金箱を設置します。皆様のご理解とご協力をお願いします。  
◇設置期間=6月21日(月)～7月30日(金)  
◇設置場所=区役所1階ロビー、区民事務所・分室、駅前事務所  
※区や宮崎県の関係者が個人や企業、団体に個別に義援金を呼びかけることはありません。電話や訪問などで、個別に寄附金や義援金を求められた場合には、区役所に確認するなど十分注意してください。

(☎) 総務課

■家族介護教室

◇高齢者のための料理教室

時 6月29日(火)午後1時30分～3時 場 永福ふれあいの家(永福2-14-20) 師 上井草園管理栄養士・高澤弘美 対 介護中の家族・地域の方 定 20名(申込順) 費 無料 申 問 電話で、永福ふれあいの家 ☎3327-5811

◇自分にお疲れさまのねぎらいを～セルフマッサージ

時 7月2日(金)午後1時～3時 場 成田会議室(成田西3-7-4) 師 東京在宅サービス 対 認知症の高齢者を介護中の家族・介護経験者 定 30名(申込順) 費 無料 申 問 電話で、ケア24成田 ☎5307-3822

◇絵本の読みかかせ方講座

時 7月2日(金)午後2時～3時30分 場 上井草園(上井草3-33-10) 師 子どもの成長を護る杉並ネットワーク代表・井原太一 対 介護中の家族・65歳以上の方 定 20名(申込順) 費 無料 申 問 電話で、ケア24上井草 ☎3396-0024

◇転ばないために

時 7月7日(水)午後2時～3時30分 場 ふれあいの家 しみず正吉苑(清水3-22-4) 師 理学療法士・榎島篤 対 区内在住の方 定 15名(申込順) 費 無料 申 問 電話で、ふれあいの家 しみず正吉苑 ☎3394-0455

◇転倒予防体操

時 7月12日(月)午後1時30分～3時 場 堀ノ内松ノ木会議室(松ノ木3-3-4) 師 河北総合病院家庭医療学センター理学療法士 対 区内在住で歩行に不安のある方 定 12名(申込順) 費 無料 申 問 電話で、ケア24松ノ木 ☎3318-8530 他 汗ふきタオル・飲み物を持参してください

◇認知症サポーター養成講座

時 7月15日(木)午後2時～4時 場 久我山会館(久我山3-23-20) 師 キャラバン・メイト 対 区内在住の方 定 30名(申込順) 費 無料 申 問 電話で、ケア24久我山 ☎5346-3348 他 修了者にはオレンジリングを差し上げます



■魅せるカラダ! 改造計画～杉並ウエストサイズ物語チャレンジャー支援講座

もうメタボとは言わせない! 生活習慣病を予防し、無理なく、キレイにやせるコツを教えます。

時・内・定・費 右表のとおり 場 高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) 対 区内在住・在勤で

20～65歳の方 申 問 電話で、高井戸保健センター ☎3334-4304 他 長寿②対象事業

科学館

◇区民科学教室「七夕の星をさがそう！」

親子で星空の世界を楽しみにしませんか? 夏の星座のお話と織姫と彦星の物語を投影します。

時 7月3日(土)午前11時～11時50分 対 区内在住・在勤・在学の方 定 140名(先着順) 費 無料 申 当日、直接会場へ 他 ①開始10分前までに来館してください ②開演後の入退場はできません



◇天文の夕べ 七夕講演会「七夕伝説のなりたちを探る」

中国や日本に伝わるさまざまな七夕説話を紹介し、その文化的背景と習俗との関連を考えます。

時 7月3日(土)午後6時30分～8時30分 対 区内在住・在勤・在学の方(大人向き。小学校高学年以上可。小学生は保護者同伴) 定 140名(先着順) 費 無料 申 当日、直接会場へ 他 晴天時はテラスで牽牛(けんぎゅう)織女(しょくじょ)二星を観賞します

◇親子科学教室「星座早見盤を作ろう」

「杉並の空」に合わせて設計した、自分だけの星座早見盤を作りましょう。

時 7月24日(土)午後2時～4時30分 対 区内在住・在学で小学3年生以上のお子さんとその保護者 定 20組40名(抽選) 費 無料 申 往復ハガキ(7面記入例参照)にお子さんの氏名(フリガナ)と学年も書いて、7月16日(必着)までに科学館へ

◇親子科学教室「望遠鏡を作ろう」

400年前にガリレオが使っていたのと同じ大きさの望遠鏡を作り、月や土星を観察しましょう。

時 7月17日(土)午後5時～8時 対 区内在住・在学で小学3年生以上のお子さんとその保護者 定 20組40名(抽選) 費 1組1900円 申 往復ハガキ(7面記入例参照)にお子さんの氏名(フリガナ)と学年も書いて、7月9日(必着)までに科学館へ

— (いずれも) —

場・問 科学館(〒167-0033清水3-3-13 ☎3396-4391)

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

時 7月2日(金)午前10時30分～正午 定 10名(先着順) 費 無料 申 当日、直接会場へ

◇アクリルたわし作り体験コーナー

時 7月3日(土)午前10時30分～午後3時30分 定 10名(先着順) 費 1個100円 申 当日、直接会場へ

◇自転車の手入れ方法とパンクの直し方

時 7月11日(日)午後1時～3時30分 定 10名(申込順) 費 130円 申 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

時 7月19日(祝)午後1時30分～3時30分 定 10名(申込順) 費 600円 申 電話で、同ひろばへ 他 長寿③対象事業

— (いずれも) —

対 区内在住・在勤・在学の方 場・問 リサイクルひろば高井戸(高井戸東3-7-4 ☎3331-4360/水・木曜日休館)

《魅せるカラダ! 改造計画～杉並ウエストサイズ物語チャレンジャー支援講座》

	日時	内容(講師)	定員	費用
①	7月3日(土) 午前10時30分～午後1時	我慢しないで脂肪を燃やす肉改造計画。メタボ予防ランチ試食&メタボ予防に歯も一役	50名	500円
②	7月3日(土) 午後1時30分～4時	男も女もキレイに肉改造。メタボ予防運動で肩こり・腰痛も撃退解消(ヘルスケアトレーナー・古田裕子)※1	50名	無料
③	8月1日(日) 午前10時30分～午後1時	時短・簡単・美味しい料理にチャレンジ。男もはまるメタボ予防ランチ実習(ダイエットデザイナーズ・平野美由紀)※2	30名	500円
④	8月1日(日) 午後1時30分～4時	筋力アップで脂肪ダウン! 室内でできる筋肉運動。脂肪燃焼スロートレーニング体験(身体運動科学博士・渡邊裕也)※1	50名	無料

(注意) 定員はいずれも申込順です。※1.運動できる服装で上履き・飲み物を持参してください。※2.エプロン・布きん・三角きんを持参してください。



スポーツのある暮らし 健康の第一歩

競技大会

●区民体育祭

◇テニス

時 8月22日～11月21日の日曜日・祝日、午前9時～午後7時(予備日を含め12日間) 場 松ノ木運動場(松ノ木1-3-22) ほか 内 男子=シングルスA・B級・壮年、ダブルスA・B級・壮年。▷女子=シングルスA・B級、ダブルスA・B級/いずれもA級・B級・壮年の重複申込は不可 対 区内在住・在勤・在学の方(高校生以下は不可。壮年は55歳以上(7月10日現在)) 定 700名(申込順) 費 1種目1000円。郵便局「00180-9-137392杉並区テニス連盟」へ振り込み 申 申込書(区体育施設で配布)と振替受領書のコピーを、7月10日(必着)までに区テニス連盟・吉永節子(〒166-0015成田東4-38-14杉並郵便局止)へ郵送 申 同連盟・斎藤 ☎080-3458-8830(午後7時～10時) 他 詳細は、区テニス連盟ホームページ http://www.suginamiku-tennis.jp/ をご覧ください

◇水泳

時 9月5日(日)午前9時～午後6時(雨天実施) 場 和田堀公園プール(大宮2-2-10) 内 右上表のとおり 対 区内在住・在勤・在学または区内スイミングクラブに所属の方 費 500円、高校生200円、小中学生無料。郵便局「00150-3-578680杉並区水泳連盟」(通信欄に区民体育祭参加費と明記)へ振り込み 申 申込書(区体育施設・各スイミングクラブで配布)と振替受領書のコピー、80円切手をはった返信用封筒を、7月

18日(必着)までに区水泳連盟(〒168-0065浜田山1-18-14安田伸子方)へ郵送 申 同連盟 ☎090-1201-9960(午後7時～10時)

《水泳競技種目一覧》

クラス	種目	
一般男子・女子	1部※1	50・100m=自由形・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライ 200m=個人メドレー
	2部※2	50m=自由形・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライ
	3部※3	100m=自由形(2部のみ)
	4部※4	200m=個人メドレー
	5部※5	200m=フリーリレー・メドレーリレー
年齢区分なし	200m=フリーリレー・メドレーリレー	
高校生男子・女子	50・100m=自由形・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライ	
中学生男子・女子	200m=個人メドレー・フリーリレー・メドレーリレー	
小学生男子・女子	1,2年生	50m=自由形・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライ
	3,4年生	
	5,6年生	200m=フリーリレー
	区分なし	

※1.29歳以下。※2.30～39歳。※3.40～49歳。※4.50～59歳。※5.60歳以上。

スポーツ教室

●ワクワクスポーツ探検 夏のマット・跳び箱体験

マットや跳び箱を習得しよう。時 ①小学1,2年生コース=7月23日(金)・27日(火)・30日(金)、8月3日(火)・6日(金)・10日(火)(計6回) ②小学3～6年生コース=8月17日(火)・20日(金)・24日(火)・27日(金)(計4回) /いずれも午前11時～午後1時 場 荻窪体育館 対 区内在住・在学の方 ①小学1,2年生 ②小学3～6年生 定 各40名(抽

選) 費 ①4500円 ②3000円 申 往復ハガキ(7面記入例参照)に希望のコースと学年も書いて、7月1日(必着)までに荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2)へ 申 同体育館 ☎3220-3381

●杉並区ジュニアゴルフスクール

時 ①7月29日(木)②8月20日(金)午前7時～午後3時 場 春日居ゴルフ倶楽部(山梨県笛吹市春日居町) 対 区内在住・在学の小中高生 定 各20名(申込順) 費 各5000円(プレー費・バス代・昼食代・レッスン料含む) 申 往復ハガキまたはファクス(7面記入例参照)に学年・性別・参加希望日・ベストスコア(未経験でも可)・道具の有無も書いて、7月10日(必着)までにゴルフ連盟事務局(〒166-0001阿佐谷北2-33-2 FAX 3339-4545)へ 申 同事務局 ☎3339-8226

●武蔵野ローンテニスクラブ指導! ジュニア硬式テニス

時 8月2日(月)～26日(休)の毎週月・木曜日、午後3時～5時(計8回) 場 妙正寺体育館人工芝庭球場 対 区内在住・在学の小学4～6年生 定 20名(抽選) 費 8000円 申 往復ハガキ(7面記入例参照)で、7月3日(必着)までに妙正寺体育館(〒167-0033清水3-20-12)へ 申 同体育館 ☎3399-4224

●夏休み親子キャンプ南相馬

乗馬や川遊び、花火大会、テント泊で野外炊飯やキャンプファイアを楽しもう。時 7月31日(土)～8月2日(月)(2泊3日) 場 福島県南相馬市馬事公苑 対 区内在住・在学の小学生とその親 定 45名(抽選) 費 2万円、小学生1万8000円 申 各体育施設で配布のチラシまたは杉並区スポーツ振興財団ホームページ http://www.sports-suginami.org/ から取り出せる申込書を、7月2日(必着)までに杉並区スポーツ振興財団

(〒166-0004阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル8階)へ郵送 申 同財団 ☎3312-2111(区代表) 他 ①現地まではバス移動です ②7月20日(火)に荻窪体育館で説明会を開催する予定です

その他

●7月1日に屋外プールオープン

時 開設期間=7月1日(内)～9月10日(金)午前9時～午後6時(和田堀公園プールの7月20日(火)～8月31日(火)は午後8時まで) 内 下表のとおり 申 社会教育スポーツ課社会体育係 他 ①大会や天候不良などによる閉場や入場制限をすることがあります ②利用時間(2時間)には着替えの時間も含まれます ③「小学3年生以下」と「午後6時30分以降に入場する中学生以下(和田堀公園プールのナイター営業時)」の方は、16歳以上の方の付き添いが必要です ④オムツのとれていない乳幼児は遊泳できません ⑤貴重品やラジオなどの持ち込みや撮影はお断りします ⑥施設内は禁煙です ⑦車やバイクでの来場はご遠慮ください

《屋外プール利用案内》

施設名(所在地・電話)	設備	使用料
和田堀公園プール(大宮2-2-10 ☎3313-4455)	50m・25m・幼児用(照明設備あり)	400円、子供200円
阿佐ヶ谷やき公園プール(阿佐谷北1-1-22 ☎3337-8384)	25m・幼児用	
関根文化公園プール(上荻4-2-6 ☎3390-5774)	25m・幼児用	300円、子供150円

※子供=中学生以下(3歳以下は無料)。電話番号は開設期間中のみ利用可能。

# 申し込み記入例

あて先は各記事の申し込み先へ

- 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

(1人1枚)

★往復ハガキには返信用のあて先も記入を  
 ★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  
 ★甲に、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

## 催し EVENT

### ■区役所ロビー「セタコンサート」

時 7月5日(月)午後0時10分～0時50分 区役所1階ロビー 内出演=日本フィル弦楽四重奏団▷曲目=ホルスト「ジュピター」、ディズニー「星に願いを」ほか 費無料 甲当日、直接会場へ 甲文化・交流課文化振興担当

### ■朝採り野菜などの即売会

区内産野菜、花などを生産者が直売します。  
 時 7月2日(金)午前9時～午後2時(雨天実施。売り切れ次第終了) 場区役所中杉通り側入り口前 甲当日、直接会場へ 甲産業振興課産業係 甲買い物袋を持参してください

### ■吾妻の朝市

時 7月8日(木)午前10時～午後1時(雨天実施。売り切れ次第終了。区後援) 場区役所中杉通り側入り口前 甲当日、直接会場へ 甲文化・交流課 甲買い物袋を持参してください

### すぎなみ環境情報館

#### ◇フリーマーケットの開催と出店者募集

時 7月18日(日)午前10時～午後2時 場あんさんぶる荻窪 区内在住・在勤の方(業者出店は不可) 定15区画(抽選) 費無料 甲往復ハガキ(記入例参照。グループ・家族は1枚)で、7月6日(必着)までに同情報館へ 甲東吾妻町の農産物の販売もあります(売り切れ次第終了)

#### ◇羊毛から糸を紡いでモノづくり

ミニマフラーなどを作ります。  
 時①7月15日(休)午後1時30分～3時②22日(休)午前10時～午後3時(昼食持参) / 計2回 場あんさんぶる荻窪 区内在住・在勤・在学の方 定12名(抽選) 費1000円 甲往復ハガキ(記入例参照)で、7月6日(必着)までに同情報館へ

#### ◇親子でエコクッキング～キッチンからはじめる、エコで楽しいライフスタイル

食事と環境問題は、どうつながっているのかな?  
 時 7月23日(金)午前10時30分～午後1時30分 場阿佐

谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 内調理実習(ドライカレーほか2品)、お話し東京ガス西部支店地域広報グループ・田口親子 区内在住・在学で小学3年生以上のお子さんとその保護者 定15組30名(抽選) 費1人600円 甲往復ハガキ(記入例参照)で、7月6日(必着)までに同情報館へ  
 — (いずれも) —

場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) 甲3398-3191

## 講演・講座

### ■親子で楽しく元気なKARADA

小さなお子さんがいるお母さんは、健康管理が後回しになりがち。楽しく健康生活始めませんか。  
 時①7月9日(金)②16日(金)午前10時～11時30分(計2回) 場上井草保健センター(上井草3-8-19) 内①親子でわらべうたストレッチ・読み聞かせ、骨密度測定②カルシウムをたっぷり(実習・試食)、歯のお手入れ法 師①全日本太極拳協会上級総合コーチ・久保厚子 区内在住で、1歳のお子さんとお母さん 定20組(申込順) 費無料 甲 甲電話で、上井草保健センター 甲3394-1212 甲①は動きやすい服装で、測定は素足で行います。②は実習があるため託児をします(事前申込制)

### ■子育て支援講座

子供が成長するために必要な、話し方・聴き方のスキルを学びます。  
 時 7月27日(火)午前10時～正午 場済美教育センター 師 I F F 相談室カウンセラー・本田涼子 区内在住で、子供の気持ちに耳を傾けたいと思っている保護者・関係者 定60名(申込順) 費無料 甲往復ハガキ(記入例参照)で、7月12日(必着)までに済美教育センター教育相談担当(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ 甲同担当 甲5378-0961 甲①車での来場はご遠慮ください②公共交通機関の利用が難しい方はご相談ください

### ■ユネスコ運動の日2010講演会～小柴昌俊先生講演会「宇宙、人間、素粒子」

時 7月17日(出)午後1時～2時30分 場セッション杉並(梅里1-22-32) 師ノーベル物理学賞受賞・小柴昌俊(右写真) 区内在住・在勤・在学の方 定120名(申込順) 費無料 甲電話またはファクス(記入例参照)で、6月22日～7月7日に区コールセンター 甲8800または 甲3372-8800、FAX3372-8810 へ 甲杉並ユネスコ協会・朝倉 甲3399-2383または社会教育センター 甲3317-6621



©平成基礎科学財団

### ■ユネスコ教室「世界に触れる夏」

外国人学生との楽しい交流体験を中心とした宿泊キャンプを含む、約1週間の学習プログラムです。  
 時 7月30日(金)～8月7日(出)(宿泊は8月1日～4日(3泊4日))。宿泊のみの参加可 場事前学習など=セッション杉並ほか▷宿泊=国立那須甲子青少年自然の家(福島県西白河郡西郷村) 内ウオーラリー、キャンプファイア、ゲーム大会など 区内在住・在学の小学6年生～中学生 定60名(申込順) 費2万円 甲往復ハガキ、ファクスまたはEメール(記入例参照)に性別・学校名・学年も書いて、7月7日(必着)までに社会教育センター(〒166-0011梅里1-22-32セッション杉並内) 甲3317-6620 甲shakyo-c@city.suginami.lg.jp) へ 甲杉並ユネスコ協会・板倉 甲3395-4020または社会教育センター 甲3317-6621

### ■高次脳機能障害と生活リハビリ

生活の中でのリハビリについて学びます。  
 時 7月24日(出)午後1時30分～4時 場杉並保健所(荻窪5-20-1) 師慶応義塾大学病院リハビリテーション科医師・辻哲也 甲高次脳機能障害者・家族・関係者 定50名(先着順) 費無料 甲当日、直接会場へ 甲地域生活支援係「オブリガード」 甲3391-1976 甲①懇談会も行います②オブリガードでは、高次脳機能障害の専門相談を行っています

### 〈ゆうゆう館協働事業〉

ゆうゆう館は高齢者向け施設ですが、甲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
和泉館(和泉4-16-22 甲・FAX3323-5663)	漢字の起源～部首に秘められた暗号をひも解く	7月2日～9月3日の毎月第1金曜日、午後3時30分～5時 費1回700円(テキスト代含む) / 長寿③
永福館(永福2-4-9 甲・FAX3321-6632)	夕方5時からのラージボール卓球	毎週月・金曜日、午後5時～7時 区内在住の方 定5名(申込順) 費1回200円 / 長寿③
浜田山館(浜田山4-18-31 甲・FAX3315-7815)	大人の折り紙～動物制作に挑戦して楽しみます	6月30日(休)、9月29日(休)午前10時～正午 費1回500円(材料費込み) / 長寿③
和田館(和田1-41-10 甲・FAX3384-3751)	ともしびより～アコーディオンと共に 師青柳常夫	7月25日(日)午後1時～3時 甲高齢者優先 費500円 / 長寿③
馬橋館(高円寺南3-16-14 甲・FAX3315-1249)	クラシックカメラ愛好家サロン～撮影や鑑賞会	7月21日(休)午後1時30分～4時、以後毎月第3水曜日 甲地域にお住まいの方 費1回500円 / 長寿③
高円寺南館(高円寺南4-44-11 甲・FAX5378-8179)	初心者のためのパソコンサロン 師竹箒の会	7月2日から毎月第1・3金曜日、午後1時30分～3時30分 区内在住で40歳以上の方 費1回1000円 / 長寿③

※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。

## 情報ぽけっと

区の後援・その他の催し・講座など

### 催し

★日本フィルシーズンコンサート秋 時10月8日(金)午後7時 場杉並公会堂 内出演=飯森範親(右写真)ほか▷曲目=ベートーベン「ピアノ協奏曲第5番『皇帝』」ほか 費S席5000円ほか(全席指定) 甲チケット発売日=7月9日(金)午後2時▷チケット販売窓口=杉並区文化協会 甲5347-4366(初日は電話予約のみ)ほか 甲同協会 甲①就学前のお子さんは入場できません②託児あり(マザーズ 甲0120-788-222へ事前申込)



★杉並ストリングアンサンブルによる弦楽演奏～皆で合唱もあります 時7月10日(出)午後1時～3時30分 場杉の樹ホール 師杉山さゆり 区内在住の方 定100名(先着順)

費無料 甲当日、直接会場へ 甲杉の樹大学O B連合会・中島 甲3331-1849

★犯罪の起きないまちづくりを目指して～子供たちの絵画を中央線ガード下に飾ります 時・場・内ガード下の落書き消し・清掃 = 7月3日(出)午前10時～正午(荻窪駅付近環状八号線JRガード下歩道)▷絵画パネル設置 = 10日(出)午前10時～正午(同歩道)▷絵画パネル写真展 = 8月24日(火)～27日(金)(区役所1階ロビー) 甲当日、直接会場へ 甲社東京青年会議所杉並区委員会・大木 甲090-7232-5550

★伝えよう戦争のこと「東京大空襲」朗読会 時7月22日(休)午後2時 場座・高円寺 内「絵本・東京空襲」などの朗読・生演奏 甲幼児～中学生の親子 定256名(申込順) 費2000円、小中学生1000円、幼児500円 甲Eメール(記入例参照)に参加人数も書いて、7月15日までにスイミー事務局 甲ask@s-wimmy.co.jp へ 甲同事務局 甲5934-7659

### 講演・講座

★外国文化を知ろう～スリランカ 時7月

3日(出)午後1時30分～4時 場あんさんぶる荻窪 師JOCA・宇都宮尚子 区内在住・在勤・在学の方 定30名(申込順) 費500円 甲電話で、杉並区交流協会 甲5378-8833 へ

★杉並地区 伝統生け花子供教室 時7月17日～23年1月29日の土曜日、午前10時～正午(計12回) 場杉並第八小学校 内講義・実技(盛花と瓶花) 師小原くみ子ほか 甲小学生 定30名(申込順) 費7200円(花代) 甲往復ハガキ(記入例参照)で、7月10日(必着)までに小原くみ子(〒166-0001阿佐谷北5-44-15) へ 甲小原 甲3310-5350



★ライフプランセミナー～知って良かった住宅ローンの賢い返済方法 時7月10日(出)午後2時～3時 場産業商工会館 師ソニー生命保険キャリア開発推進部・大野雅道 区内在住で事業所を有する方 定70名(申込順) 費無料 甲電話で、7月9日までに杉並青色申告会 甲3393-2831 へ 甲長寿③対象事業

★シニアのための初めてのパソコン・デジカメ講座 時・内7月27日(火)～30日(金)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 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) 甲往復ハガキ(記入例参照)に希望講座名も書いて、7月10日(必着)までに I T スクエア杉並(〒168-0063和泉3-17-15) へ 甲同団体 甲090-4722-2574

### その他

★東京23区清掃一部事務組合議会定例会 時6月22日(火)午後2時30分 場東京区政会館 定30名(先着順) 甲当日、直接会場へ(午後1時30分から受け付け) 甲同議会事務局 甲5210-9729

★全国一斉「子どもの人権110番」0120-007-110強化週間 時6月28日(月)～7月4日(日)午前8時30分～午後7時(土・日曜日は午前10時～午後5時) 場東京法務局人権擁護部第二課 甲5213-1368

【凡例】時=日時 場=場所 内=内容 師=講師 対=対象 定=定員 費=参加費 申=申し込み 問=問い合わせ 他=その他 【記号】甲=Eメールアドレス 甲=ホームページアドレス



# 便利な 期日前投票 をご利用ください

7月11日(日)の投票日に仕事や旅行などの予定があり、当日投票所へ行けない方は、住所に関係なく区内14カ所の期日前投票所(下地図)のどちらでも投票ができます。参議院議員選挙と区長選挙・区議会議員補欠選挙では、期日前投票できる期間が異なりますので、ご注意ください。投票期間・投票所などは右下表のとおりです。  
——問い合わせは、選挙管理委員会事務局へ。

## 投票日に次のような 期日前投票ができます 予定がある方は▶▶▶

- ◆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
- ◆杉並区外へ転出した方(参議院議員選挙のみ)

期日前投票へお越しの際は、「選挙のお知らせ」裏面の『期日前投票請求書』に必要事項を記入の上、投票所へお持ちください。

なお、投票日当日(7月11日(日))に投票をする場合、請求書の記入は必要ありません。

### 〈期日前投票ができる投票期間・投票所など〉

投票期間・時間	投票所	参議院議員選挙	区長・区議補選挙
6月25日(金)~7月3日(土) 午前8時30分~午後8時	杉並区役所	○	×
	区役所以外の施設	×	×
7月4日(日) 午前8時30分~午後8時	杉並区役所	○	×
	区役所以外の施設	○	×
7月5日(月)~10日(土) 午前8時30分~午後8時	杉並区役所	○	○
	区役所以外の施設	○	○

- 1.「期日前投票請求書」の記載が必要となります。請求書は「選挙のお知らせ」裏面に印刷されているもの、または期日前投票所に備え付けのものをご利用ください。
- 2.投票用紙への記載が困難な方は、投票所係員にお申し出ください。
- 3.指定された投票所はありませんので、どちらの投票所でも投票できます。
- 4.車でのご来所はご遠慮ください。(杉並区役所を除く)

## 期日前投票ができる場所

※午後5時~8時は中杉通り側からお入りください。

**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先の方は、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。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取り出せますので、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

(発行日) 毎月1日、11日、21日

