

9ぎなみ



歩きながら、元気が文化が、すぎなみ生まれる街。

暮らしのちょっとしたお問い合わせは
☎#8800または☎3372-8800
区役所いつでも電話サービス

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/

10月1日から路上禁煙地区で過料を徴収します 2
なかま集まれ	... 4・5
ひとりで悩まないで... 犯罪被害者総合支援窓口 7
区民の声から 8
Hib(ヒブ)ワクチン予防接種費用の一部助成をします 8

楽しい夏休み 交通事故に気をつけて



昨年の8月は、区内で5人の方が交通事故で命を落とされました。そのうちの3名は自転車を利用していた方で、さらにうち1名は自転車同士の事故で亡くなっています。交通ルールを守り、事故に遭わないよう、また、加害者にならないよう、気をつけましょう。

——問い合わせは、交通対策課または各警察署(杉並☎3314-0110/高井戸☎3332-0110/荻窪☎3397-0110)へ。

実例①

夜間に、携帯電話を操作しながら無灯火で自転車走行。歩行者と激突して歩行者に重大な障害が残ってしまった。

夜間の無灯火走行・携帯電話を操作しながらの運転は禁止です

【賠償金】約五〇〇〇万円

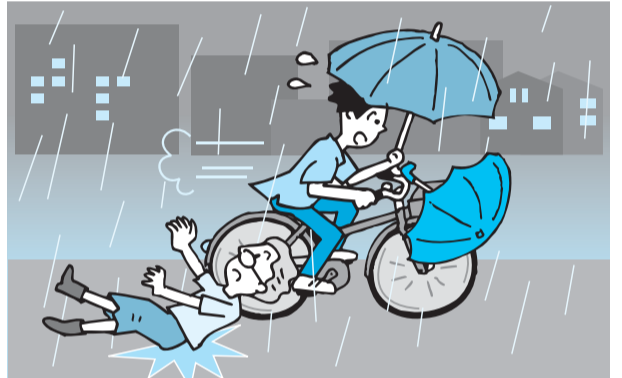


実例②

雨の夜に、傘を差して無灯火で自転車走行。歩行者の傘に自転車の前かが接触して歩行者を転倒させ、負傷させてしまった。

夜間の無灯火走行・傘を差しての運転は禁止です

【賠償金】約二〇〇万円

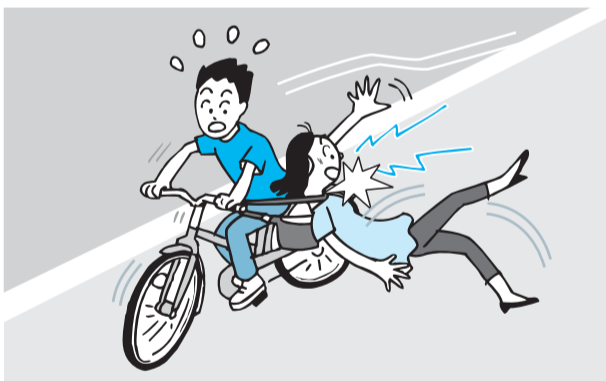


実例③

歩道を走行していた自転車のハンドルが、歩行者のバッグの肩ひもに引っかかり歩行者が転倒。大けがをしてしまった。

歩道は歩行者優先です 通行を妨げてはいけません

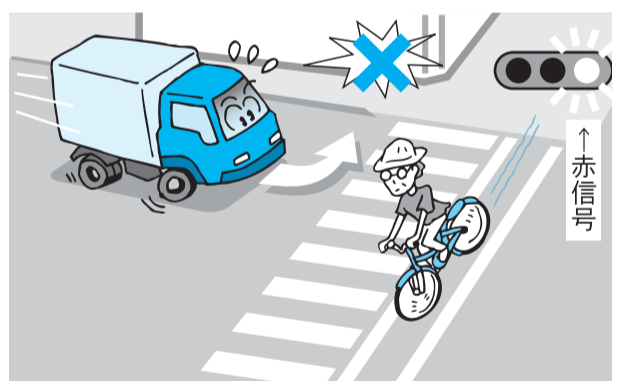
【賠償金】約二〇〇万円



実例④

交差点を信号無視して自転車走行。自転車を避けようとして、トラックが道路脇の建物に衝突し、トラックの運転手が死亡してしまった。

【刑罰】重過失致死罪II 禁固一年四カ月 執行猶予三年 信号に従って通行しなければいけません



事故を起こすと、自転車の利用者もドライバーとして責任が問われます

東京都道路交通規則の一部が改正されました

◇主な改正点(要約)

- 傘を差し・物を担ぎ・物を持つなど視野を妨げ、または安定を失うおそれのある方法で、自動二輪車・原動機付自転車・自転車を運転しないこと。
- 自転車を運転するときは、携帯電話を手で保持して通話し、または画像を注視しないこと。

- 16歳以上の運転者が安全基準を満たした幼児2人同乗用自転車(※)を運転する場合は、その幼児用座席に幼児2人を乗車させることができる。ただし、幼児2人を乗せている場合は、さらにおんぶひもなどにより幼児を背負って運転することは不可。
※運転者のための乗車装置と2つの幼児用座席を設けるため、必要な強度や制動性能などの要件を満たす特別な構造・装置を有する自転車。

募集します! 杉並行政サービス民間事業化提案制度

区は、18年度から「杉並行政サービス民間事業化提案制度」を創設し、民間からの自由な提案により行政がその役割を一から見直し、公民の役割分担を再構築する抜本的な経営改革に取り組んでいます。

民間の着眼点やノウハウの活用により施策レベルの成果の向上や大胆な効率化を図ることができる提案を募集します。

◇提案区分

全事務事業を対象にした「自由型」と、あらかじめ

テーマを設定した「テーマ型」の2区分があります。

▶「自由型」提案

行政が枠組みを決めた上で、区の施策や事業を民間に委ねるのではなく、全事務事業を対象に民間の自由な発想をいかした提案を募集します。

▶「テーマ型」提案

区が施策レベルの課題からあらかじめテーマを設定し、民間の発想やノウハウをいかした具体的な事業提案を募集します。

今年度のテーマは「電子地域通貨事業」です。詳細は、公募要項をご覧ください。

◇公募要項の配布

企画課(区役所東棟4階)。区ホームページからも取り出せます。

◇応募方法

公募要項を、8月3日～9月30日の間に企画課へ郵送または持参してください。

◇公募説明会

【日時】7月29日(水)午後2時～4時

【場所】区役所第5・6会議室(西棟6階)

【申し込み】当日、直接会場へ

新型インフルエンザの相談・医療提供体制が変更になりました(3面参照)。詳細は区ホームページをご覧ください。

地上デジタル放送に移行します

アナログ放送終了まであと **733日** ※21年7月21日現在

23年(2011年)7月24日に、今のテレビ放送(地上アナログ放送)は終了します(BSアナログ放送も同様)。それ以降は、アナログテレビをお使いの方は、そのままではテレビ放送(デジタル放送)を見ることができません。地上デジタル放送を視聴するには、

- ①地上デジタル放送対応のテレビに買い換える
 - ②地上デジタルチューナーを買い足す
 - ③地上デジタル放送対応済みのケーブルテレビで視聴する
- の各方法があります。①②はUHFアンテナが必要です。

—問い合わせは—

▶地上デジタル放送=総務省地デジコールセンター ☎0570-07-0101 (ナビダイヤル) または ☎4334-1111

▶BSデジタル放送=BSデジタル放送お問い合わせセンター ☎0570-01-2011 (ナビダイヤル) または ☎045-345-4080

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)



55歳以上で区内在住・在勤の方の 就業相談・講座

◇シニアのための就労・起業・地域活動個別相談

☎8月1日(土)午前9時~午後5時(1人45分まで) ☎キャリアカウンセラー・野村成二ほか ☎電話で、NPO法人竹箒の会へ



◇シニアのための就業応援講座~今すぐ働きたい方

☎・☎8月22日(土)・29日(土)・9月5日(土)・12日(土)・19日(土)午後1時30分~3時30分(計5回) ☎求人情報のポイント・模擬面接など ☎キャリアカウンセラー・中村康雄ほか ☎15名(抽選) ☎ハガキに郵便番号・住所・氏名・電話番号を書いて、8月7日(必着)までにNPO法人竹箒の会へ

◇シニアのための地域活動応援講座「携帯電話インストラクター養成講座」

☎8月5日(水)・8日(土)午前10時~正午(計2回) ☎NPO法人竹箒の会・橋詰信子 ☎携帯電話の基本的操作を理解している方 ☎20名(抽選) ☎無料 ☎ハガキに郵便番号・住所・氏名・電話番号を書いて、7月31日(必着)までにNPO法人竹箒の会へ ☎講座終了後は「高齢者のための携帯電話教室」で講師として活躍していただきます

—〈共通〉—

☎ゆうゆう高円寺南館 ☎無料 ☎NPO法人竹箒の会 (〒166-0003高円寺南4-44-11ゆうゆう高円寺南館内 ☎・FAX5378-8179)

〈表1 心身障害者(児)手当等〉

手当等の種類	対象となる方	手当額(月額)
心身障害者福祉手当(◎○△□)	次のいずれかに該当する20歳以上の障害者①身体障害者手帳1、2級②愛の手帳1~3度③脳性マヒまたは進行性筋萎縮症	1万7000円
	次のいずれかに該当する障害者①身体障害者手帳3級②愛の手帳4度	1万1500円
障害手当(◎○□)	次のいずれかに該当する20歳未満の児童を養育している方①身体障害者手帳1、2級②愛の手帳1~3度③脳性マヒまたは進行性筋萎縮症	1万7000円
介護手当(○△□)	心身障害者福祉手当受給者または障害手当の対象児童で、寝たきり状態などでいつも介護を必要とする方を介護している方	1万500円
特別障害者手当(◎□)	在宅の20歳以上で精神や身体に重度の障害(身体障害者手帳1、2級程度と愛の手帳1、2度程度の障害が重複している状態)などがあるため、常時特別な介護が必要な方	2万6440円
障害児福祉手当(◎○□)	20歳未満で精神や身体に重度の障害(身体障害者手帳1級<2級の一部>程度または愛の手帳1度<2度の一部>程度)などがあるため常時介護が必要な方	1万4380円
特別児童扶養手当(◎○□)	次のいずれかに該当する20歳未満の児童を養育している方①身体障害者手帳おおむね1~3級程度②愛の手帳おおむね1~3度程度③日常生活に著しい制限を受ける精神または身体上の障害を持つ児童	1級=5万750円 2級=3万3800円
福祉手当(◎○□)	昭和61年3月31日で廃止後、経過措置に該当する方のみ	1万4380円
重度心身障害者手当(◎○△□)	次のいずれかに該当する方①重度の知的障害者で、日常生活において常時特別な配慮が必要である②重度の知的障害と重度の身体障害が重複している③重度の肢体不自由者で、両上肢、両下肢の機能が失われ、かつ座っていることが困難である	6万円
難病患者福祉手当(◎○△□)	区が定めた難病疾病(75種類)を有する方	1万6500円
心身障害者医療費助成(◎△)	次のいずれかに該当する方に、保険診療の自己負担分(後期高齢者医療制度に準じた一部負担金を除く)を助成①身体障害者手帳1、2級(内部障害は3級まで)②愛の手帳1~3度③脳性マヒまたは進行性筋萎縮症	
重度脳性マヒ者介護事業(○□)	単独で屋外活動を行うことが困難な、20歳以上の重度の脳性マヒ者で身体障害者手帳1級の方を介護している家族の方 介護人に支払う手当=1回1日単位で月12回以内。1回6560円	

※◎=所得制限あり、○=併給制限あり、△=65歳以上は原則対象外、□=入院・施設入所は制限あり。

10月1日から

路上禁煙地区で 過料を徴収します

区は、10月1日(木)から、路上禁煙地区(区内六駅周辺)において、「杉並区生活安全及び環境美化に関する条例」に基づき、違反者から過料の徴収を始めます。違反者に対して過料を科すことで、喫煙ルールの徹底を図り、区民の皆さんの安全と環境美化を一層推進していきます。

—問い合わせは、環境課生活環境担当へ。

適用対象と過料の金額

路上禁煙地区における路上喫煙行為(吸い殻のポイ捨てを含む)に対して、10月1日(木)から2000円の過料を科します。

実施方法

条例違反者からの過料の徴収は、区職員が行います。過料の2000円は、直接その場でお支払いいただくか、後日、納入通知書によりお支払いいただきます。

路上禁煙地区

- ① JR西荻窪駅周辺
- ② JR荻窪駅周辺
- ③ JR阿佐ヶ谷駅周辺
- ④ JR高円寺駅周辺
- ⑤ 西武新宿線 上井草駅周辺
- ⑥ 京王井の頭線 高井戸駅周辺



路面標示(左図)や、案内板を設置して、皆さんへの周知を徹底していきます。

路上禁煙地区の標示

中学生が「過料徴収周知キャンペーン」に参加しました

7月2日(木)、泉南中学校の2年生3人と、高井戸中学校の2年生4人が、職場体験の一環として、JR高円寺駅で「過料徴収周知キャンペーン」に参加しました。



駅を利用する人や、道行く人々に呼び掛けながら、用意した「うちわ」や「ティッシュ」を配布しました。

ご協力ありがとうございました。

▲思い切って声を出したら皆さんが受け取ってくれるようになりました

障害者・難病患者の皆さんへ

福祉手当等の申請はお済みですか?

心身に障害のある方や難病患者の方に、各種手当の支給や医療費の助成などを行っています。手当等の内容は、表1のとおりです。すでに受給中の方の手続きは不要です。対象となる方で、まだ受給していない方は手続きをしてください。難病手当の対象となる疾病についてはお問い合わせください。

なお、年齢制限、所得制限(表2)、ほかの手当や年金との併給制限、施設入所制限に該当する方は受給できません。—問い合わせは、障害者施策課障害福祉係(区役所東棟1階⑪番窓口)へ。

〈表2 所得制限額〉

- 受給者が20歳以上の場合には本人所得
- 受給者が20歳未満の場合には扶養義務者などの所得

扶養親族の数	収入額	所得額
0人	518万0000円	360万4000円
1人	565万6000円	398万4000円
2人	613万2000円	436万4000円
3人	660万4000円	474万4000円
4人	702万7000円	512万4000円
5人	744万9000円	550万4000円

(注) 1. 収入額は給与所得者を例として、給与所得控除をする前の金額です。なお、世帯の状況などに応じて各種控除が受けられる場合があります。2. 特別児童扶養手当、特別障害者手当、障害児福祉手当は所得制限額が異なります。詳細は、障害者福祉係へお問い合わせください。



JR荻窪駅北口駅前広場 整備計画案の説明会

時7月30日(木)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(問)東京都再開発事務所 ☎5389-5167 または区まちづくり推進課拠点整備係(他)車の来場はご遠慮ください

介護保険

「介護保険利用者ガイドブック」ができました

4月の介護保険制度の改正を盛り込み、要介護(要支援)認定申請から介護サービスの利用までの流れなどをわかりやすく説明したガイドブック(右下写真)です。ぜひ、ご活用ください。

〔内〕配布場所 介護保険課(区役所東棟三階)、介護予防課(東



棟一階)、区民事務所・分室、駅前事務所、地域包括支援センター(ケア24) (問)介護保険課

国保・年金

高額医療・高額介護合算制度

同じ世帯で、一年間に「医療保険」と「介護保険」の両方に自己負担額があり、自己負担額を合計して「高額介護合算療養費の自己負担限度額」を超えた場合は、申請により高額介護合算療養費が支給されます。ただし、自己負担限度額を超える額が五〇〇円未満の場合は支給されません。

合算額は、毎年8月1日～翌年7月31日までの一・二カ月間で計算します。ただし、今年度分に限り、20年4月1日～21年7月31日の一・六カ月間で計算することができま

「全国消費実態調査」にご協力ください



～今を知り 明日をみつめる 暮らしの統計

9月～11月の3カ月間にわたり、全国消費実態調査を実施します。

この調査は、「統計法」という法律に基づいた基幹統計調査で、国民の暮らし向きを家計の面から調査し、実態を明らかにすることを目的としています。調査の結果は、国や都道府県の各種行政施策や消費・経済の分析のための貴重な資料となります。

調査地域の世帯の確認のため、7月下旬から選定された地域にお住まいのすべてのお宅に調査員が伺いますので、ご協力をお願いします。

なお、調査員は東京都知事から任命されており、調査票の内容を統計以外の目的に使うことは、法律で禁止されています。

〔問〕区民生活部管理課統計係

申請の受付開始日など詳細は、再度「広報すぎなみ」でお知らせします。

国民年金加入の手続きを

退職などで厚生年金や共済組合の加入者でなくなった20歳以上60歳未満の方は、国民年金の加入手続きを区役所で行ってください。ただし、退職日と同日に再就職し、厚生年金や共済組合に加入する方は除きます。

また、厚生年金などの資格を喪失する方に扶養されていた配偶者(国民年金第三号被保険者)も、ご自身で厚生年金や共済組合に加入しない場合は、国民年金第一号被保険者への変更手続きが必要で

◆手続きに必要なもの

- 年金手帳
●印鑑(認め印可。申請書に自署する場合は不要)
●退職年月日がわかるもの(離職票・退職証明・健康保険資格喪失証明など)
※加入届と同時に保険料免除・猶予申請をする方は、国保年金課国民年金係(区役所中棟二階)で手続きをしてください。

施設情報

集会施設等の工事に伴う利用について

◇永福和泉地域区民センター(和泉3-8-18)

●配管の取り替え工事

期間中、永福和泉区民事務所(区役所)の窓口業務・自動交付機は通常どおり行いますが、使用できるトイレが限られます。また、利用時間などの制限もあります。詳細は、お問い合わせください。

●集会室の仕切り戸の工事
期間中は、第一・三集会室の貸し出しができません。

◇方南区民集会所(方南1-27-8)
全館冷暖房機取り替え工事のため、期間中は閉館となります。

時10月21日(水)～30日(金)
―(いすれも)―

◇成田会議室(成田西3-7-4)
トイレと建物外側の改修工事のため利用できません。

時9月7日(月)～10月9日(金)
阿佐谷地域活動係 ☎3338-3238

募集します

認知症高齢者グループホームなどを建設・運営する事業者
堀ノ内二丁目19番の区有地を活用し、認知症高齢者グループホーム・ショートステイ・デイサービスセンターなどの施設を建設・運営する民間事業者を募集します。

◆公募説明会

時7月30日(木)午前10時～11時
30分(場)区役所第一委員会室(中棟四階) (内)応募資格 認知症高齢者グループホームなどの介護保険サービス事業を一年以上行っている法人 (問)出席連絡票(区ホームページ)から取り出せま

新型インフルエンザの相談・医療提供体制が変更になりました

発熱などで受診希望の方は、かかりつけ医や、お近くの医療機関へ事前に電話をしてから受診してください。受診医療機関がわからない場合は、下記へ相談を。
◆新型インフルエンザ相談センター◆
▷平日午前9時～午後5時 ☎3391-2670 (杉並区)
▷平日午後5時～翌日午前9時 / 土・日曜日、祝日 ☎5320-4509 (東京都)

「わがまちの警察官」を推薦してください

区では、日ごろから地道に警察活動を推進し、犯罪の抑止に顕著な成果をあげた警察官を「わがまちの警察官」として、17年度から顕彰しています。区民の安全・安心のため熱心に活躍している警察官を推薦してください。

その他

共同受信施設(電波障害対策)が移管されました

新宿パークタワーが原因のテレビ電波対策を行う事業者が、東京ガス都市開発(株)から(株)ジェイコム東京に移管されました。 (問)共同受信施設切替工事事務所 ☎0120-15310167

◆各保健センター 8月の各種健康相談◆

Table with 5 columns: 荻窪(荻窪5-20-1), 高井戸(高井戸東3-20-3), 高円寺(高円寺3-11-1), 上井草(上井草3-8-19), 和泉(和泉4-50-6). Rows include health checkups, parenting consultations, mother's school, and various health talks.

※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区役所東棟3階保健福祉支援係へ。検査を伴う健康相談は区内在住の方が対象です(高円寺保健センターでは今年度は実施しません)。一般の健康相談は、各保健センターの開庁日に行っています。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。

2000円 工藤 ☎3334-6792

●縦走からハイキングまで／ワングル同友会 2階 水曜日午後7時～9時 阿佐谷地域区民センター 費用 500円 藤谷 ☎・FAX3314-2619

●ボクササイズ&ストレッチ／ボクササイズ会 金曜日午前10時30分～正午(月3回。8月は除く) 馬橋会議室 費用3000円(体験1回500円) 細瀬 ☎・FAX 5932-5352

●ゲートボール／千歳会(初心者歓迎) 月・水・金曜日午前9時～正午 善福寺公園ゲートボール場 費用200円 青木 ☎090-3246-3407

「なかま集まれコーナー」に掲載を希望する方へ(掲載申込方法のご案内)

【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ります)

- 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

(〒166-0011梅里1-22-32 ☎3317-6621 FAX3317-6620)

「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

(住所・電話は区役所あて。FAX5307-0693)

◆感染症の予防◆ 楽しい海外旅行に するために



海外では、食べ物や飲み水・虫刺され・動物との接触で、思わぬ感染症にかかることがあります。

少しの手間と行動の工夫で、病気を避けることができます。正しい知識と予防方法を身につけ、楽しい旅にするためにお役立てください。

—問い合わせは、杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025へ。

◇出国前にしておくこと

長期滞在の場合は、事前に渡航先の感染症流行情報を入手しておきましょう。短期間の旅行でも、空港の出国健康相談コーナーに感染症などのパンフレットがありますので、こちらをぜひ、ご一読ください。また、渡航前には予防接種や保険加入などの事前準備も忘れずに!

◇帰国したら

病気によって潜伏期間が異なります。帰国後5日までに下痢(げり)の症状があった場合、7日までに発熱やなどの痛みなどがあった場合には、保健所や医療機関に相談しましょう。

病気によっては潜伏期間が長いものもあります。帰国後2カ月は体調に注意しましょう。もし、体調不良などで医療機関を受診する場合は、海外渡航があったことを主治医に伝えてください。

◇下痢症状がある時の注意

下痢・腹痛などの症状がある場合は、自己判断で薬を飲むのではなく、医療機関を受診することが大切です。

病原体が便の中に出るので、手指や食品・物品について、ほかの人の口の中に入ると二次感染が起こります。感染症予防の基本は手洗いです。日ごろから、きちんと手を洗う習慣をつけておくことが最大の予防法です。

食べ物からうつる病気	昆虫などからうつる病気	動物からうつる病気
細菌性赤痢・コレラ・チフス A型肝炎など	マラリア・デング熱 黄熱・日本脳炎・ペストなど	狂犬病
生の食品や、現地の水には感染の心配があります。飲み物に入った氷も、現地の水を凍らせて作っていますので注意が必要です。	蚊やノネズミにかまれることによって病気になります。肌を出さないような服装の工夫や、虫よけスプレーを利用しましょう。	発病すると100%死亡する怖い病気です。野生動物はもちろん、犬や猫をむやみになでないようにしましょう。

※このほか、ヒトのくしゃみのしぶきでうつる病気(インフルエンザ)・ヒトの血液や体液でうつる病気(エイズなど)があります。

見る知る

杉並の生き物 ②

メタセコイア

未来を担う子どもたちに残していきたい、杉並の自然を紹介します。小学生や中学生にも、自分の住むまち「杉並」について考えてもらおうきっかけになればと思います。今回は、10月21日号に掲載予定です。

「みどりの条例」は、区内の緑を守り、ふやし、育てることを目標に昭和48年(一九七三年)に制定されました。この条例によって杉並区の木は、「スギ」・「サザンカ」・「アケボノスギ」の三種に決まりました。このうち「アケボノスギ」は、一般的にはメタセコイアと呼ばれ、古い時代の特徴をよく残していることから「生きている化石」としても知られています。

メタセコイアに近い植物であるセコイアの化石は世界各地で出土しており、日本でも新生代第三紀層から化石が見られています。化石植物の研究で知られる三木茂博士の研究により、その中に違う種類が含まれていることがわかり、昭和16年(一九四一年)に「メタセコイア」と命名されました。東京でも多摩川中流域などで化石が発見されています。

メタセコイアはすでに絶滅した植物と考えられてきましたが、昭和20年(一九四五年)に中国の四川省で生きているものが発見されました。昭和24年(一九四九年)、この木のたねから芽が出て二年目の苗が天皇陛下に献上され、日本に入ったメタセコイアの第一号になりました。さらに生育に適した条件を調べるため、北海道から鹿児島に至る各地に植えられました。

杉並区に隣接する井の頭公園には昭和25年3月に植えられました。この当時植えられた木は、「たね」から育ったもので、その後挿し木で増えたものとは違い、たいへん貴重であると考えられています。挿し木で増えた植物は、遺伝的にもとの植物とそっくり同じですが、「たね」から増えた植物は親の植物とは異なる遺伝子をもつからです。

メタセコイアと同じように日本の第三紀層から出土する針葉樹があります。マサギ



▶「生きている化石」メタセコイアの葉



▲ラクウショウの呼吸根

属のラクウショウです。北アメリカ南部からメキシコに分布しており、日本には明治時代に渡来したといわれています。遠くからみるとそっくりで、メタセコイアと同様に秋に紅葉し葉を落とすため、とても見間違えやすい木です。

両者の違いとしては、ラクウショウの葉のつき方は互い違い(互生)になり、メタセコイアの葉のつき方は左右がむかいあう(対生)かたちになっています。もうひとつの大きな違いは、ラクウショウには湿地などを好んで生育するため、地上に膝のような根をだして呼吸をする呼吸根があることです。

区内では善福寺公園で両方の種類をみる事ができます。ここには現在、メタセコイア一本、ラクウショウ一本が生育していますので、どこにあるのか探してみるのも楽しいでしょう。



▲見間違えやすいメタセコイア(右)とラクウショウ(左)

著者=須田有紀(すだゆき) >プロフィール=東京大学農学生命科学研究科保全生態学修士課程を修了し、おもに、水生植物の保全生態学を研究しています。

なかま集まれ!

芸術

生涯学習

スポーツ

文化

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・場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。

生涯学習・文化・芸術

- 中国語会話の学習と実践/宋サークル 時土曜日午後1時～5時場主に阿佐谷地域区民センター費月3500円 岡江沼 ☎・FAX3333-2757
- 仏会話/ジュリアン(初級～中級) 時第2・4土曜日午前10時30分～正午場主に久我山会館費入会金1000円、月4000円 岡立川 ☎080-6584-7749
- イタリア会話/イタリア語会話サークル 時水曜日午後3時～5時、木曜日午前11時～正午場西荻南区民集会所ほか費入会金500円、月4000円 岡木佐 ☎0422-24-8897
- 50歳以上の方の英会話サークル 時水曜日午前10時～正午場主に西荻南区民集会所費入会金500円、月4000円 岡佐藤 ☎090-8497-1290
- 中国語/ニーハオ会(初級) 時第1～3水曜日午前10時～正午場荻窪地域区民センター費月3500円 岡藤川 ☎5397-3931
- 英語サークル/アリス 時火曜日午前10時～11時30分(月3回)場高井戸地域区民センター費入会金2000円、月5000円 岡西本 ☎・FAX3325-1800
- 英会話/楽しいアメリカ人と英会話 時火曜日または水曜日の午後2時～3時、4時～5時場林宅(成田東4丁目)費月5000円 岡ラン ☎080-3383-0242
- 使える英会話/フィールフリー 時月曜日に1時間30分(月2回)場あんさんぶる荻窪費月4000円 岡太田 ☎090-1438-5319
- 英会話/杉英会(日英講師) 時第1・3月曜日の午前中場荻窪地域区民センター費初級＝月3000円、中級＝月4000円 岡園田 ☎3394-8676
- 楽しい英会話/ジョイフルイングリッシュ 時第1・3・4木曜日午後1時30分～3時30分場ゆうゆう高井戸西館費1回500円 岡下林 ☎5340-8236
- 短歌(女性のみ)/ほたる会 時第3木曜日午後1時30分～4時30分場主にセシオン杉並費年3000円 岡熊坂 ☎・FAX3383-8684
- 原文で読む源氏物語/源氏物語むらさき会 時第2・4火曜日午前10時～正午場永福和泉地域区民センター費月1500円 岡田口 ☎3322-2516
- 川柳/木柳会 時第3木曜日午前10時～正午場永福和泉地域区民センター費月1000円 岡宮崎 ☎5930-0345 FAX5930-0344
- 俳句/萩の会 時第2水曜日午前10時～午後0時30分場高井戸地域区民センター費入会金1000円、月1500円 岡鈴木 ☎3303-2419
- 俳句/木の実句会(初心者向け) 時第3金曜日午後1時～5時場杉並会館費月1000円 岡金丸 ☎3334-9646
- 俳句/八成俳句会 時第1土曜日午前10時～正午場主に八成区民集会所費月1000円 岡興津(おきつ) ☎3399-7093
- 俳句/荻句会 時第4日曜日午後1時30分～4時場荻窪地域区民センターほか費6ヵ月5000円 岡曾我 ☎3392-1672
- 朗読/グループ花 時木曜日午後2時～4時(月2回)場あんさんぶる荻窪費1回2000円 岡田村 ☎・FAX3316-3355
- ドロンワーク刺繍/ハーダンガークラブ 時第2土曜日午後1時30分～3時30分場主に浜田山会館費入会金2000円、月2000円 岡山内 ☎・FAX3302-8328
- 洋裁/みほの会 時第2・4月曜日午後1時30分～3時30分場阿佐谷地域区民センター費月3000円 岡林 ☎・FAX3395-6601

- パン作り/手作りパンふわふわクラブ 時第1土曜日午後1時～5時場阿佐谷地域区民センター費1回1500円 岡有川 ☎5373-8720
- 油絵/水洋会 時第2・4水曜日午前10時～正午場高井戸地域区民センター費入会金2500円、月2500円 岡中村 ☎5374-3450
- 木工制作/POM工場 時第1・3水曜日午後2時～4時場アトリエホットパオ(方南1丁目)費入会金1000円、月3000円 岡小林 ☎5329-1733
- 陶芸/彩の会 時第2・4土曜日午後1時～5時場西荻地域区民センター費入会金500円、月1500円 岡藤貴 ☎3394-8475
- 水墨画/墨東会(ぼくとうかい) 時第1・3金曜日午前10時～正午、午後1時30分～3時30分場阿佐谷会議室ほか費月3000円 岡村尾 ☎3311-6541 FAX3311-0823
- 篆刻(てんこく)を楽しむ/荻篆(きてん)会 時第2・4水曜日午後1時～5時(月2回)場杉九ゆうゆうハウス費月3000円 岡新海(しんかい) ☎・FAX3333-6009
- 絵画(油絵・水彩・パステル)/月洋会(げつようかい) 時原則、第2・4月曜日午後1時～5時場阿佐谷地域区民センター費月4000円 岡藤田 ☎3334-0127
- 初心者向け陶芸/八陶会 時第1・3土曜日午前10時～正午場西荻地域区民センター費入会金2000円、月2000円 岡八木澤 ☎080-5530-1493
- 英国式フラワーアレンジメント/静の会 時第1水曜日午前10時～正午場高井戸地域区民センター費月1500円(花材費別) 岡山根 ☎・FAX6768-2880
- 着付け/セシオン百合の会 時第1・3土曜日午前10時～正午場主にセシオン杉並費月2500円 岡荒川 ☎3398-6388
- 着付け/さくらの会 時第2・4火曜日午前10時～正午場荻窪地域区民センター費月2500円 岡荒川 ☎3398-6388
- 観世流謡曲/泉謡会 時第1・3月曜日午後1時30分～3時30分場永福和泉地域区民センター費入会金1000円、月2500円 岡奈良 ☎3321-4759
- ポピュラーピアノ同好会/ムーンノーツ 時日曜日午前11時～午後4時(不定期、月1回)場主に武田宅(西荻北1丁目)費入会金1000円、月2500円 岡武田 ☎090-2761-6977
- カラオケ/双葉会 時第1・3土曜日午後6時～8時30分場四宮区民集会所費入会金1000円、月1000円 岡田山 ☎・FAX3395-8850
- 混声合唱団コール・アーベント 時金曜日午後6時40分～8時50分場阿佐ヶ谷中学校5階第2音楽室費月3000円 岡福本 ☎・FAX3337-3482
- 器楽練習・慰問演奏等/アンサンブルフェニックス 時原則、金曜日の午後3時～3時間場井草地域区民センター費月1500円 岡桑野 ☎3399-1210
- 童謡・唱歌を楽しく歌う/「歌の会」花 時第1・3木曜日午前10時～正午場主に浜田山会議室費月1500円 岡杉長 ☎・FAX3315-8582
- ボイストレーニング/楽しいボイストレーニング 時第2・4火曜日午後6時30分～8時30分場ゆうゆう西荻北館費月2100円 岡佐々木 ☎3331-2400
- シャンソン・カンツォーネ/アンシャンタン 時第1・3土曜日午前11時～午後1時場阿佐谷地域区民センター費入会金2000円、月2000円 岡甘田 ☎・FAX3337-1618、福田 ☎3397-4545
- 邦楽 三味線と端唄/豊花(とよか)の会 時第1・3金曜日午後1～5時場主にセシオン杉並費入会金1000円、月4000円 岡皆川 ☎3313-1109
- 囲碁/碁友会(第2火曜日に指導碁あり) 時原則、火曜日と金曜日の午後1時～5時場荻窪地域区民センター費入会金2000円、月1000円 岡小倉 ☎3398-6960、輿石(こしいし) ☎・FAX3333-2547
- 囲碁/碁気元クラブ 時水曜日午前9時～正午場高井戸地域区民センターほか費月200円 岡土居 ☎・FAX3332-5826

- 囲碁/天元会(指導者あり) 時月曜日午後1時～5時場永福和泉地域区民センター費入会金2000円、月2000円 岡比島 ☎3324-5355
- ブリッジ(トランプ)/西荻ブリッジ同好会 時月曜日と金曜日(8月28日、9月4日に無料体験会あり)場あんさんぶる荻窪ほか費月2000円 岡高橋 ☎050-7520-8241
- マジック/杉並マジッククラブ 時第1・3・4火曜日午後6時30分～8時30分場セシオン杉並費月2000円 岡田澤 ☎・FAX5382-0614

スポーツ・健康

- 楊家秘伝太極拳/杉並葵会(入会は65歳まで) 時夏期＝午前6時30分、冬期＝午前7時(各40分)。火・金曜日は休み 場都立和田堀公園榎広場費入会金3000円、月1000円 岡阪田 ☎・FAX6762-1238
- 太極拳/健康太極拳会 時火・金曜日午後1時30分～2時50分(月2回)場八成区民集会所費1回2000円(無料体験あり) 岡合志 ☎3395-1873、☎090-8566-9933
- 混元太極拳/太極拳研究クラブ 時水曜日午後7時～9時場天沼小学校費入会金3000円、月3000円 岡栗田 ☎・FAX3397-4912
- 太極拳/拳心会(初心者歓迎) 時土・日曜日午前9時30分～11時30分場拳心会スタジオ(西荻南4丁目)費入会金3000円、月3000円 岡篠原 ☎・FAX3390-6562
- 太極拳/永福陳式同好会 時金曜日午前10時～午後1時(内2時間)場永福体育館ほか費月1500円 岡やな ☎・FAX5397-4123
- 太極拳/上井草太極拳クラブ 時火曜日午後1時～3時場主に上井草スポーツセンター費入会金1000円、月3000円 岡米山 ☎・FAX3399-8679
- 健康体操/永福トリムクラブ 時月曜日午後1時～2時30分場永福体育館費入会金1000円、3ヵ月6000円(前納) 岡鈴木 ☎3302-5543
- 健康体操/S.P.E.クラブ 時金曜日午後7時30分～9時場泉南中学校費月1000円 岡長澤 ☎・FAX3313-7984
- リズムストレッチ&ダンス(託児・体験レッスンあり) 時月曜日の午前中場セシオン杉並ほか費入会金1500円、月2000円 岡原田 ☎3229-5019(午後8時以降)
- シニアにやさしいエアロビ/四宮たんぼぼ(見学可) 時第2・4木曜日午前10時～11時20分場ゆうゆう四宮館費入会金1000円、月1000円 岡前田 ☎3390-8713
- 社交ダンス(初・中級)/杉の木ダンスサークル 時火曜日午後7時～9時場荻窪体育館ほか費入会金1000円、月3500円 岡吉田 ☎・FAX3312-4290
- 社交ダンス/みどり会 時主に火曜日の午後1時～3時場主に荻窪地域区民センター費入会金1000円、月3000円 岡田宮 ☎・FAX5932-8053
- ソシアルダンス(初級)/パッション 時金曜日午後7時～9時場荻窪地域区民センター費入会金1000円、月4000円 岡杉山 ☎3311-6089 FAX3311-4263
- 社交ダンス(初心者・初級者)/すずらん会 時日曜日午前10時～正午場永福和泉地域区民センター費入会金1000円、月3000円 岡南城 ☎・FAX3313-7684
- スクエアダンス/杉並スクエアダンスクラブ 時火曜日午後1時～3時30分場方南会館費入会金1000円、月2400円 岡平山 ☎・FAX3223-0202
- 水泳/サンワスイミングクラブ 時金曜日午前9時～11時場杉並第十小学校温水プール費入会金2000円、1回700円 岡富岡 ☎3382-2098
- 親子空手/月心会(見学自由) 時第1～3土・日曜日午後3時～5時ほか(月12回)場久我山会館ほか費入会金4000円、月6000円(親は無料) 岡吉田 ☎3335-3807
- ソフトボール/ドルフィンズ 時土・日曜日、祝日(月2回程度)場西宮中学校ほか費入会金1000円、年

就労でお悩みの方へ 就労相談受付中!

Table with 3 columns: 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, 場所, 費用, 申し込み, 問い合わせ.

9月の休日パパママ学級

9月12日(出)午前・午後、27日(出)午前・午後(各日半日コース。いずれも同内容) ※午前=9時30分~午後0時30分、午後=1時30分~4時30分



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。日程は本号3面の「各保健センター8月の各種健康相談」を参照してください。



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。

夏休みといえばラジオ体操

さあ夏休み! 夏バテすることなく元気に毎日を過ごしたいものですね。眠い目をこすりながらスタンプカードを首にぶら下げて、校庭まで通ってラジオ体操をしたっけ...



体がいくつもあり、それぞれ井草森公園・妙正寺公園・蚕糸の森公園など、さまざまな公園で活動しています。各団体によって違いますが、おおよそ500円の年会費

で会員になることができます。体操している指導者の方へ声をかけてみてください。もちろん会員以外の方でも、随時参加OK。この夏休み、気持ちよい朝の目覚めを体感すべく足を運んでみてはいかがでしょうか。

ウェブサイトもあるよ!

すぎなみ学

検索

ラジオ体操第一の運動量は約13kcal、第一に比べて第二はややテンポが速いので運動量も少し高め

の約16kcal。毎朝、体を目覚めさせるための軽い運動としては気軽にできますね。

ウェブサイト「すぎなみ学倶楽部」では、その他の区内ラジオ体操会場や、NHKテレビ体操指導者である多胡肇さんへのインタビューなど、さまざまな情報をご紹介します。ぜひ、ご覧くださいね。

すぎなみ学倶楽部事務局(すぎなみ地域大学担当) ☎3312-2381

SPORTS スポーツのある暮らし 健康の第一歩

競技大会

区民体育祭

◇バドミントン(レディースの部・高校生の部)

時・回①レディース=9月8日(火)・10日(水)②高校生=9月13日(日)・22日(日) 午前9時 荻窪体育館(荻窪3-47-2)、上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 内種目=①1~3部複②男女単・複費①1組1600円②単600円・複1200円。郵便局「00130-8-724117杉並区バドミントン連盟」へ振り込み申請書(区体育施設で配布)と振替受領証のコピーを、8月24日(必着)までに区バドミントン連盟・宇田川孝(〒166-0015成田東4-38-20ミカドスポーツ内)へ郵送同連盟・宇田川 ☎3313-8551(午前10時30分~午後5時) ◇バレーボール

時9月6日~10月11日の日曜日、午前9時(うち4日間) 区立中学校、荻窪体育館(荻窪3-47-2)、上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 内種目=①一般男子・女子(6人制)②家庭婦人・PTA(9人制) ③区内在住・在勤の方で編成されたチーム(大学の登録チームと高校生以下は除く)④区内在住の方(PTAは女子現会員)費1チーム3000円(申請書(区体育館で配布)を、8月15日(必着)までに区バレーボール協会・矢口ますみ(〒167-0021井草3-8-15)へ郵送同協会・矢口 ☎5934-6265(1)代表者会議を8月29日(出)午後6時から荻窪体育館で開催します(2)車での来場はご遠慮ください

スポーツ教室

シニア健康スポーツフェスティバル TOKYO

都内在住で59歳以上の方を対象としたスポーツ大会です。時・場9月27日(日)~10月22日(木)(時間・会場は種目によって異なります) 内種目=ラケットボール卓球・テニス・ソフトテニス・ソフトボール・ゲートボール・ペタンク・マラソン・弓道・剣道費1種目1000円(申請書(高齢者施策課(区役所西棟2階)、

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7月21日午前8時30分からハガキ締切日まで。

杉並区社会福祉協議会(荻窪5-15-13あんさんぶる荻窪内)で配布)に振替受領証も添えて、7月31日(消印有効)までに(株)ヒップ内シニア健康フェスティバル係(〒151-0053渋谷区代々木2-26-5-608)へ郵送同係 ☎3370-2411

上井草サッカー教室

◇夏休みエンジョイサッカー

時・回8月13日(木)=小学3、4年生▷27日(木)=小学5、6年生/いずれも午後5時30分~6時45分定各50名(申込順)

◇ジュニア1DAY教室

時・回8月8日(出)=小学3、4年生▷22日(出)=小学5、6年生/いずれも午後5時15分~6時45分定各30名(申込順)

◇中学生短期サッカー教室

時・回8月23日(日)=シュート▷29日(出)=ドリブル▷30日(日)=ゲーム/いずれも午後5時15分~6時45分定各30名(申込順)

— (いずれも) —

場 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 師FC東京コーチ費各回500円(当日) 団・回電話で、各教室の実施日の前日までに上井草スポーツセンター ☎3390-5707へ

エクササイズタイム ①はじめてのジャズダンスI ②はじめてのジャズダンスII

時8月5日~9月30日の毎週水曜日①午後7時~8時②8時~9時(第3水曜日を除く。計7回) 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方定各回20名(先着順) 費各回500円(当日、直接会場へ) 荻窪体育館 ☎3220-3381

楽しく健康タイム~骨盤体操

これまであまり運動をしたことがない方や、高齢者でも気軽に参加できます。

時8月5日~9月30日の毎週水曜日①午前11時~正午②正午~午後1時(第3水曜日を除く。計7回) 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方(医師などから運動を止められている方はご遠慮ください) 費各回300円、連続受講500円(当日、直接会場へ) 荻窪体育館 ☎3220-3381

腰痛・膝痛予防体操 ⑥教室番号「0591」

時9月1日(火)・8日(火)・15日(火)・29日(火) 午前9時~11時(計4回) 場永福体育館 区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心者定50名(抽選) 費2000円(往復ハガキ(7面記入例参照)に生年月日も書いて、8月3日(必着)までに永福体育館(〒168-0064永福3-51-17)へ回同体育館 ☎3328-3146 回3歳~就学前の託児あり(事前申込制)

ウエストサイズ物語「水中ダンベル体操」

時①8月7日(金)②14日(金)③21日(金)④28日(金) 午前11時30分~午後0時30分(①は10時15分から体組成測定。計4回) 場スポーツハイツ(堀ノ内2-6-21) 区内在住・在勤でメタボが気になるおおよそ40歳以上の方定20名(申込順) 費4200円(団) 回電話で、スポーツハイツ ☎3316-9981へ

その他

●「綱引き大会」の実行委員を募集します 11月23日(祝)午後1時から荻窪体育館で行う「綱引き大会」の企画・運営を区体育指導委員とともにお手伝いいただける方を募集します。

場・回電話で、8月14日までに社会教育スポーツ課社会体育係へ回第1回実行委員会を8月27日(木)午後7時から教育委員会室(区役所東棟6階)で開催します(実行委員会は月1回程度開催)

情報ぽけっと

区の後援・その他の催し・講座など

催し

★邦楽演奏会「気軽にオンステージ」 時7月28日(火)正午 場セシオン杉並(出)演奏=箏演奏家・砂崎崎子ほか 費無料(団)当日、直接会場へ 場日本の伝統音楽を守る会・田村 ☎3220-2040

★のびっぴろっぴの「森の映写会に集合」

時・場井草森公園=8月1日(出)▷柏の宮公園=22日(出)/いずれも午後6時45分~8時40分 費無料(団)当日、直接会場へ 場杉並

険遊びの会・柏の宮=吉田 ☎090-4413-1235、井草森=佐内 ☎090-7248-5819

★野馬追の里 田舎暮らし実践ツアー

時8月21日(金)~23日(日)(2泊3日。貸し切りバスを利用) 場福島県南相馬市 区内在住の方定30名(申込順) 費2万円(団) 回電話で、7月31日までに南相馬市観光交流課 ☎0244-24-5263(回)詳細は申し込み後にお知らせします

講演・講座

★杉並子ども邦楽教室 時7月29日(水)~9月の午後6時30分~7時30分(計10回) 場阿佐ヶ谷中学校ほか(回)箏・三味線・尺八の体験 場高市雅風ほか(回)幼児~中学生定20名(申込順) 費無料(団)Eメール(7面記入例参照)で、7月27日までに音楽プロジェクトここふた・高市 ☎kokofuta@jcom.home.ne.jp(回)高市 ☎090-3788-4733(回)後日発表会を行います

★原爆の子の像設立50年~映画「千羽鶴」の上映会

時8月15日(出)午後1時30分~4時 場産業商工会館 費無料(団)当日、直接会場へ 場杉並光友会・粉倉(もみくら) ☎3390-8556

★シニアのための初めてのパソコン・デジカメ講座

時・回8月25日(火)~28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(回)IT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) 往復ハガキ(7面記入例参照)に①②の希望も書いて、8月8日(必着)までにITスクエア杉並(〒168-0063和泉3-17-15)へ回同団体 ☎090-4722-2574

その他

★税理士による無料相談会 時8月4日(火) 午前10時~正午、午後1時~4時 場東京税理士会杉並支部(回)税金・帳簿の記入方法などに関する相談 団・回電話で、前日までに東京税理士会杉並支部 ☎3391-1028(回)相談は先着順で1人40分まで

訂正とおわび

7月1日付広報3面・11日付広報2面の保育室高井戸の住所は「高井戸西1-1-32」の誤りでした。

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

■大田黒公園「納涼の夕べ」
 8月7日(金)・8日(土)は、開園時間を午後8時(入園は7時30分)まで延長して「納涼の夕べ」を開催します。



時・内腹話術・南京玉簾=午後6時15分～6時45分
 マジックショー(高井戸マジッククラブ)=7時15分～7時45分
 ラムネ・ヨーヨーの販売(各50円)=6時～7時30分
 大田黒公園(荻窪3-33-12) 甲当日、直接会場へ
 甲みどり公園課公園利用係。当日は大田黒公園管理事務所 ☎3398-5814 他車での来場はご遠慮ください

講演・講座

■インテリアプランツKOKE-DAMA作り
 こけ玉(右写真)は、手軽にできる緑化の手法の1つです。管理方法や緑化材料も紹介します。



時 8月4日(火)午後2時～4時
 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 師(社)日本家庭園芸普及協会公認グリーンアドバイザー・吉野華恵 区内在住で小学生以上の方(小学生は保護者同伴) 定20名(抽選) 費500円 甲往復ハガキ(記入例参照)で、7月28日(必着)までにみどり公園課みどりの計画係へ 同係

親子環境教室「あっちっ！ヒートモンスターをやっつけろ」

町が暑くなっているのは、誰のせい？ ヒートモンスターをやっつけよう。

時 8月8日(土)午後1時～3時 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13)とその周辺 内 体験活動・リサイクル工作ほか 師 NPO法人環境学習研究会 区内在住・在学で小学3～6年生とその保護者 定 15組30名(申込順) 費 1人50円(保険料) 甲 電話、ファクスまたはEメール(記入例参照)に学年も書いて、NPO法人環境学習研究会 ☎・FAX6228-0326 甲 kankyo@ecok.jp へ 同 同人

すぎなみ環境情報館

◇プランターで秋まき野菜を作ろう～わが家で旬を味わう

身近なスペースで、秋から冬に育てて味わえる野菜を紹介します。

時 8月20日(木)午前10時～正午 師 園芸研究家・澤地信康 区内在住・在勤・在学の方 定 20名(申込順) 費 200円 甲 電話で、同情報館へ

◇牛乳パックで作るアニメおもちゃ～キノラと赤青アニメ

自分の絵がアニメのように動いて見える！ 手作りアニメおもちゃの講座です。

時 8月22日(土)午後1時30分～3時30分 区内在住・在学で小学1年生以上の方(小学2年生以下は保護者同伴) 定 10名(申込順) 費 200円 甲 電話で、同情報館へ



◇手作り編み機でニット小物作り

鈴のついた季節の小物や指人形を作ります。

時 8月29日(土)午前10時～正午 区内在住・在学で5歳以上の方(小学2年生以下は保護者同伴) 定 10名(申込順) 費 200円 甲 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

時 8月16日(日)午前10時～午後2時 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、8月6日(必着)までに同情報館へ 他 東吾妻町の農産物の販売もあります(売り切れ次第終了)

— 〈いづれも〉 —
 場 あんさんぶる荻窪 すぎなみ環境情報館(〒167-0051荻窪5-15-13 あんさんぶる荻窪内) ☎3398-3191

(ゆうゆう館の催し)

ゆうゆう館名	内 容	日 時	費 用
西荻北館(西荻北2-27-18 ☎・FAX3396-8871)	新考案・盤上で簡単に楽しめるクロックゲーム	8月から毎月第2・4木曜日の午前10時～正午	1回100円
梅里堀ノ内館(堀ノ内3-37-4 ☎・FAX3313-4319)	芸を楽しむvol.1 歌と朗読のゆうべ	7月31日(金)午後7時～8時30分	1000円
天沼館(天沼2-42-9 ☎・FAX3391-8540)	初心者のためのパソコン教室/講師=斉藤友範	8月18日(火)、9月8日(火) 午後7時～9時(計2回)	1回500円
阿佐谷館(阿佐谷南3-2-19 ☎・FAX3391-8345)	初心者向け～やさしい囲碁	8月から毎月第1・3水曜日の午後6時～8時30分	1回500円(茶菓代含む)

※申し込み・問い合わせは、各ゆうゆう館へ。第3日曜日は休館です。

ひとりで悩まないで…
犯罪被害者総合支援窓口

お気軽にご相談を。プライバシーは守ります。

相談専用電話 ☎5307-0620
 月～金曜日の午前8時30分～午後5時
 (祝日・休日を除く)

区犯罪被害者総合支援窓口(区役所西棟7階)

■ジョブスタート支援講座「天職探しへの旅立ち」

「人間の思考パターンの作り方」、「よりよい方向へ成長させる方法」を学び、理想の自分像を描き就職活動に向け、自分が気付いていない良い面に気付くための講座です。

時 8月21日(金)午後1時30分～4時30分 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 師(有)ワールドサクセス代表・本望和也 区内在住・在学で高校生～24歳までの方(社会人は除く) 定 25名(申込順) 費 無料 甲 電話、ファクスまたはEメール(記入例参照)で、8月14日までに児童青少年課 ☎3393-4760 FAX3393-4714 甲 you-s@city.suginami.lg.jp へ 同 課

■シングルマザーのための再就職セミナー

仕事も子育てもがんばっていきこうと考えている女性が、もっと輝くための応援講座です。

時 8月26日(水)午前9時30分～11時30分 場 区役所第6会議室(西棟6階) 師 21世紀職業財団のコンサルタント 区シングルマザー、シングルマザーをお考えの母親(区内在住・在勤の方優先) 定 30名(抽選) 費 無料 甲 郵送、電話またはファクス(記入例参照)で、8月19日(必着)までに杉並区子ども家庭支援センター(〒166-0004阿佐谷南1-14-8 ☎5929-1902 FAX5929-1903) へ 同 センター 他 ①託児あり(事前申込制) ②印鑑と筆記用具を持参してください ③児童扶養手当一部停止の対象の方に「受講証明書」を発行します

■家族介護教室「高齢者の消費生活トラブル」

高齢者を狙う悪質商法の手口、被害発見のポイント、被害発見時の対応を学びます。

時 8月27日(木)午後2時～4時 場 勤労福祉会館(桃井4-3-2) 師 全国消費生活相談員協会 区内在住の高齢者とその家族・関係者 定 30名(申込順) 費 無料 甲 甲 電話で、ケア24荻 ☎5303-6851 へ

東京名物
夏の風物詩

阿佐谷
七夕祭

八月五日(水)
～九日(日)

阿佐谷パルセンター

区阿佐谷商店街振興組合 ☎3312-6181

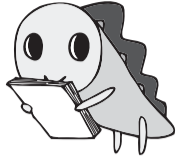
民営化宿泊施設の予約・宿泊料金など

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)	直営施設 教職員研修所「秋川荘」予約・宿泊料金など
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)	施設 あきる野市五日市 ☎042-596-0693
インターネット	http://www.yunosato-sugina.com/	http://www.iwabitsu.co.jp/	http://www.anshinyado.com/	http://www.yumigahama-club.com/	料金 大人4400円、子ども2700円(1泊2食)
宿泊料金など	平日 大人 区民=7980円～ 子ども 区民=5565円～ 休日 大人 区民=9030円～ 子ども 区民=6615円～ 夏季 大人 区民=9030円～ 子ども 区民=6615円～ 入湯税 12歳以上150円	平日 大人 区民=8505円～ 子ども 区民=6300円～ 休日 大人 区民=9555円～ 子ども 区民=7350円～ 夏季 大人 区民=9555円～ 子ども 区民=7350円～ 入湯税 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～ 12歳以上130円	5歳以上=7770円～ 5歳以上=9240円～ 12歳以上130円	申込方法 9月の利用申し込み=研修使用日以外は、8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。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持参してください。利用料金などは現地施設でお支払いください。 休館日 9月1日(火)～3日(木) 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)。

※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があります。利用日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。

皆さんの声を区政に反映します

区民の声から



区政へのご意見など、区民の皆さんの声は、区のサービス向上や事務改善を進める上で貴重なものです。20年度に寄せられたご意見などの総数は2296件です。20年度の特徴的なご意見などは、子育て応援券・保育園入園・ごみの収集・路上禁煙などに関するものがあげられます。また、警察署・都の公園や道路・JRやバスなどの交通機関・河川・下水道などに関する要望も多くありました。

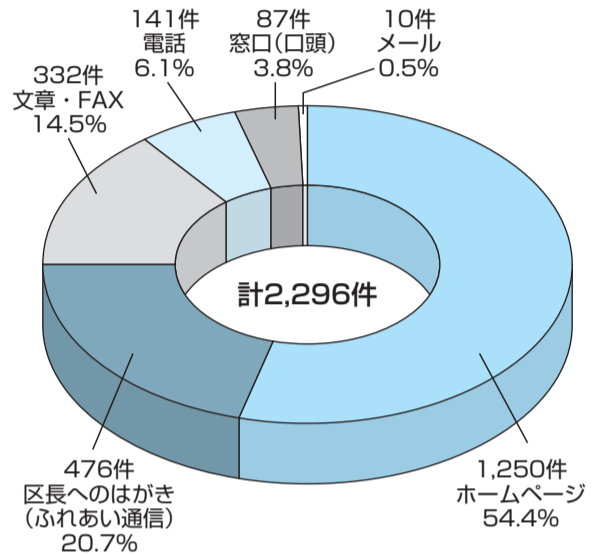
——問い合わせは、区政相談課へ。

区長へのはがき、区政へのご意見・ご要望をお寄せください

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

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

〈ご意見・ご要望の手段別件数〉



公園の固定遊具

公園のブランコの柱に、遊具の対象年齢が3〜15歳とシールがはられています。これから、ほかの公園の遊具にも年齢指定が記載されるようになるのでしょうか。

【回答】

遊具の対象年齢の記載は、「年齢表示シール」で、それぞれの遊具の対象としている年齢層を示しているものです。遊具は、利用対象年齢に応じた構造規格とすることから遊具メーカーがシールで表示しているもので、このほかにも危険な行為を示した「遊具種類別注意シール」などがついているものもあります。



今後、「遊具の安全に関する基準(公園施設業協会)に基づき、新しく設置する遊具には表示されることとなります。対象以外の方の使用を禁止するものではありませんが、遊具は正しく安全に使っていただきたいと考えています。

(担当課=みどり公園課)

ごみの回収

現在実施されているごみの分別回収方法はわかりにくく改善の余地があります。ごみと資源の分別の表記が良くわかりません。特にプラスチック類は、再利用せずに燃やすのか、燃やさずに再生するかの観点での分別なので、「焼却ごみ」と「再生ごみ」とにする方が、理解しやすく、出し間違えも少なくなると思います。ごみの処理方法の違いによる分別であることの説明が必要ではないでしょうか。

また私の地域では、火曜日に出すごみの種類が多すぎて美観を損ねる結果になっています。土曜日には、再生ごみとしてプラスチックを出すことになっていて、プラスチックの再生ごみである「ペットボトル」も土曜日にすべきではないでしょうか。

【回答】

区では、最終処分場の延命と資源の有効活用を目的に、20年4月からプラスチック類を不燃ごみから資源と可燃ごみに分別の変更をいたしました。23区のうち約半数の区では、可燃ごみとして収集し熱回収のみを行っています。環境先進都市すぎなみ



の実現を目指している杉並区は、プラスチック製容器包装を資源として回収し、限りある貴重な石油資源の有効活用とごみの減量に取り組んでいます。しかし、ご指摘のとおり、資源回収していない容器包装以外のプラスチック類が回収日に含まれていたり、また、その逆もあり、周知が十分ではない部分もあります。この点につきましては、昨年12月に全戸配布した「ごみ・資源の収集カレンダー」を、イラストを多用したり、表現を工夫することで、よりわかりやすくし、正しい分別の一層の周知に努めていきます。

「ペットボトルをプラスチック製容器包装の回収日にすべき」とのご指摘ですが、そうすると土曜日の資源回収品目と回収量が大幅に増え、地域によっては集積所に収まらないところが発生する恐れもあります。また、ペットボトルとプラスチック製容器包装の資源化施設(搬入先)がそれぞれ異なることから、混在を避けるため回収日を別々にした経緯もあります。

このような理由で、週四日の収集体制の中で、現在の組み合わせになっていますが、今後も区民の皆さんのご意見を参考に、より良い収集体制、収集品目の組み合わせを検討していきたいと考えていますので、ご理解ご協力をお願いします。

(担当課=清掃管理課)

Hibワクチン予防接種費用の一部助成をします

区は、Hib(インフルエンザ菌b型)ワクチンを接種した場合に、その予防接種費用の一部助成申請を8月3日から受け付けます。

助成額は、接種1回あたり4000円までで、1人最大4回までです。申請後に指定の口座へ振り込みます。

◇助成対象者(以下の条件をすべて満たす方)

- ①接種日が、生後2カ月～5歳の誕生日の前々日までである方
②平成20年12月19日(ワクチン販売開始日)以降に国内で接種している方
③接種日現在、杉並区に住居登録または外国人登録のある方
④最後に接種した日から1年以内である方



◇申請方法

下記の必要書類などを、杉並保健所保健予防課へ持参してください。郵送での申請もできます。

▶必要な書類など

- 予防接種助成金交付申請書
●接種の際の領収書原本
●母子健康手帳の表紙と接種記録のページ
●振込先の口座情報がわかるもの
●印鑑(朱肉を使うもの)

※申請書は、杉並保健所保健予防課のほか、各保健センター・保健福祉支援係(区役所東棟3階)などで配布。区ホームページからも取り出せます。

〒167-0051 荻窪5-20-1 ☎3391-1025

医療情報案内と急病診療

☎3423-9909 杉並区急病医療情報センター FAX3423-9933

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)。

※まず、電話で確認! 保険証・医療証を忘れずに

☎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

※当番医のご案内は上記急病医療情報センター ☎3423-9909へ

☎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)

(発行日)毎月1日、11日、21日

