

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/

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

- 4月1日から変わる制度 3
- 国民健康保険高齢受給者証をお送りします 4
- NPO支援基金 ふくらまそう! 地域の笑顔♪ 8
- 座・高円寺オープニング公演 8
- 春のポリオ予防接種 8

春は引っ越しの季節です

届出や手続きをお忘れなく

問い合わせは、区コールセンター☎#8800☎3372-8800または
区民課住民記録係・区民係 (区役所東棟1階)
区民事務所・分室、駅前事務所へ。

電気



東京電力東京カスタマーセンター☎0120-995-005

粗大ごみ



区コールセンター☎#8800 ☎3372-8800

ペット(犬)



新住所地で手続き
※杉並区の場合は、杉並保健所生活衛生課☎3391-1991

ガス



東京ガス引越し専用ダイヤル☎0570-002230☎3396-1111

郵便



最寄りの郵便局または☎5377-1464 (杉並) ☎3301-5514 (荻窪) ☎3315-4313 (杉並南)

水道



東京都水道局お客さまセンター☎5326-1100

電話



NTT 局番なしの☎116

運転免許証



運転免許試験場または地域の警察署

昨年1月24日午後6時過ぎ、クリーニング業を営むTさんの車に取り付けた消防無線から、「阿佐谷南1丁目の火災現場に、空気ボンベ30本、排煙機の要請」と流れた。「これは、た大事ではない」と、杉並消防団の分団長でもあるTさんは直ちに消防服を身にまとい現場に急行した。

アーケード内で路地が狭いという悪条件の火災現場で、同じように駆けつけてきた他の消防団員と消防署との連携した消火活動は、四時間以上にも及んだが、その結果火災は一棟の全焼でとどまり、人命の被害は見事食い止められた。

区長からのいいメール

わが町のヒーローたち

杉並区長 山田 宏



これは消防団の活動のほんの一例です。消防団とは、「わが町は自分で守る」という崇高な理念のもと、まちのボランティアによって結成されている防災

「山嵐(やまじ)」、つまり台風のこと

リーダーです。杉並区には、杉並消防団と荻窪消防団の二団があり、団員はすべてTさんのように普段は仕事もついで、仕事のかたわら地域のために消防・救命訓練に励んでくれているのです。そして「いざ火災発生」となる

員と連携して、住民の先頭に立って消火・救急活動等に取り組んでくれている「わが町のヒーローたち」なのです。「地震・雷・火事・おやじ」とは、昔からあるこわいものの代名詞。「親父」?と思われませんが、これは元々

で、それがいつしか「おやじ」になつたようで、この「地震・雷・火事・台風」からの私たちの安全安心は、「わが町は自分で守る」という消防団に負うところが実に大きいのです。この「わが町のヒーローたち」への入団募集は、消防署で常時行っていますので、「我がこ

住所が変更になったときは、手続きが必要です。

軽自動車(三輪・四輪)
軽自動車検査協会東京主管事務所 ☎3472-5551

外国人の方へ

区への転入、区内での転居の手続きは、本人(16歳未満の場合は父・母)または同一世帯となる親族の方が、外国人登録証明書を持って一四日以内に区民課外国人登録係(区役所一階①番窓口)で行ってください。転出の場合は、転出先の区市町村で住所変更手続きを行ってください。杉並区への届出は必要ありません。ただし、杉並区の国民健康保険に加入している方、子どもは、別途手続きが必要です。

課税課税務管理係 ☎5307
10629
125cc以下のバイク 区役所
125cc超のバイク 東京運輸支局練馬自動車検査登録事務所 ☎050-5540-2032

こんなとき	期間	必要なもの
区内に引っ越してきた	住み始めてから14日以内	転出証明書(前住所地で受け取ってください)
区内で引っ越した		国民健康保険被保険者証、後期高齢者医療受給者証、④・⑤医療証、介護保険証(いずれも加入者のみ)
区外に引っ越す	引っ越し前	
国外に転出する	転出する前	
世帯主が変わった、世帯を分けた、一緒にした	変更日から14日以内	国民健康保険被保険者証(加入者のみ)

※届出には、本人確認ができる身分証明書を持参してください。

駅前事務所、区民事務所・分室については、2面をご覧ください。

大地震に備えて 家具の転倒防止をしましょう

大地震が発生すると、家具の転倒やガラスの破片が凶器となります。ご家庭や事業所で家具・事務機器類の転倒防止やガラスの飛散防止などの対策を心がけましょう。

▲家具転倒防止器具
区防災課 ☎3393-0119、荻窪消防署 ☎3395-0119

65歳以上の方のみの世帯、障害者・難病の方がいる世帯を対象に、家具転倒防止器具・火災警報器の取付助成を行っています。詳細は、お問い合わせください。

④・⑤高齢者=ケア24または高齢者施策課地域連携推進係、障害者=障害者施策課障害者福祉係または福祉事務所へ

西荻窪駅前事務所

西荻北 2-2-1 (松岡西荻ビル 4階)
☎3301-0980

高井戸駅前事務所

高井戸西 2-1-26 (京王リトナード 高井戸 2階)
☎3333-5395

荻窪駅前事務所

荻窪 5-28-13 (荻窪駅前ビル 3階)
☎3392-8846

高円寺駅前事務所

高円寺北 2-5-1 (ホテルメッツ 高円寺 3階)
☎3223-8471

井草区民事務所

下井草 4-30-2
☎3394-0461

ご利用ください!

駅前事務所と区民事務所・分室

駅前事務所
受付時間=月～金曜日の午前8時30分～午後7時 / 土曜日の午前8時30分～午後5時
※祝日・年末年始は除く。

区民事務所・分室
受付時間=月～金曜日の午前8時30分～午後5時
※祝日・年末年始は除く。

(ご注意) 電子証明書の申請は区役所本庁舎のみで受け付けていますが、土曜日の受け付けは、3月14日が最後になり、16日以降は月～金曜日の申請になります(祝日を除く)。

阿佐谷区民事務所

阿佐谷北 2-18-17
☎3338-3225

高円寺区民事務所

梅里 1-22-32 (セシオン杉並 1階)
☎3317-6560

宮前分室

宮前 5-5-27
☎3332-5732

永福和泉区民事務所

和泉 3-8-18 (永福和泉地域区民センター 1階)
☎5300-9310

桜上水北分室

下高井戸 1-24-15
☎3306-7220

〈住民基本台帳の閲覧状況 (20年10月～12月分)〉

◆ 国または地方公共団体 (住民基本台帳法第11条第3項に基づく公表分)

閲覧請求者	請求事由概要
1 関東財務局東京財務事務所	国有財産法に基づく国有地の管理及び処分のため

◆ 個人または法人 (住民基本台帳法第11条の2第12項に基づく公表分)

閲覧申出者 (委託者など)	利用目的概要
2 大学共同利用機関法人情報・システム研究機構統計数理研究所 (社)新情報センター※1)	日本人の国民性調査
3 (社)新情報センター (独立行政法人国立国語研究所)	生活のための日本語全国調査
4 (社)新情報センター (総務省統計局統計調査部)	家計消費状況調査
5 (社)新情報センター (東京都生活文化スポーツ局広報聴取部)	平成20年度広報聴取活動に関する調査
6 (社)中央調査社 (国学院大学、NHK編成局、京都大学大学院工学研究科)	生活意識に関する調査(「日本人の伝統と意識に関する調査」、「教育テレビ50年についての世論調査」、「健康と環境に関する調査」)
7 (社)中央調査社 (国土交通省土地水資源局土地市場課)	土地問題に関する国民の意識調査
8 (社)中央調査社 (大学共同利用機関法人情報・システム研究機構統計数理研究所)	国民性に関する意識動向(2008年度)調査
9 (株)日経リサーチ (日本銀行情報サービス局※2)	生活意識に関するアンケート調査(第37回)
10 (社)新情報センター (内閣府国民生活局総務課調査室)	平成20年度国民生活選好度調査
11 (社)新情報センター (内閣府大臣官房政府広報室)	自衛隊・防衛問題に関する世論調査(附帯:時事問題)
12 (社)中央調査社 (首都大学東京)	第3回家族についての全国調査
13 (社)中央調査社 (内閣府経済社会総合研究所※2)	消費動向調査(全国、月次)
14 (社)新情報センター (財明選挙推進協会)	若者の政治に関する意識調査
15 (株)日本リサーチセンター (慶應義塾大学市民社会ガバナンス教育研究センター※2)	平成20年度全国ガバナンス市民意識調査
16 (社)新情報センター (内閣府大臣官房政府広報室)	社会意識に関する世論調査
17 (社)新情報センター (内閣府大臣官房政府広報室)	総合法律支援に関する世論調査(附帯:時事問題)
18 (社)中央調査社 (外務省大臣官房国内広報課、NHK編成局、NHK放送文化研究所)	生活意識に関する調査(「日本国民の外交に関する意識調査」、「教育テレビ50年についての世論調査」、「ことばのゆれに関する調査」及び「日本人とメディアに関する調査」)
19 (社)中央調査社 (大阪商業大学JGSS研究センター)	働き方と暮らしについての調査
20 (株)RJCリサーチ (財社会経済生産性本部)	余暇活動についての調査

※1は、閲覧申出者のほかに閲覧で得た情報を共有する者です。※2は、共同申出者です。共同申出者とは、委託により第三者(受託者)に閲覧をさせ、受託者が閲覧で得た個人情報を委託者が受け取る場合の委託者のことをいいます。

住民基本台帳の閲覧状況を公表します

—問い合わせは、区民課住民記録係へ。

「住民基本台帳の一部の写しの閲覧」とは、住民基本台帳に記録されている項目のうち、氏名・住所・生年月日・性別を閲覧するものです。また、閲覧が行われる際には、区職員が立ち会います。住民基本台帳法では、住民基本台帳の一部の写しの閲覧について公表することになっていません。20年10月～12月の公表分は左表のとおりです。閲覧状況の詳細は、区役所前掲示場(3月12日まで)と区ホームページでご覧になれます。

商業目的(ダイレクトメールの発送を目的にしたものなど)による閲覧は、認められていません。また、閲覧が行われる際には、区職員が立ち会います。住民基本台帳法では、住民基本台帳の一部の写しの閲覧について公表することになっていません。20年10月～12月の公表分は左表のとおりです。閲覧状況の詳細は、区役所前掲示場(3月12日まで)と区ホームページでご覧になれます。

4月1日から変わる制度のご案内

新年度移行に伴い、変更になる制度・廃止になる制度があります。ご注意ください。

家電製品のリサイクル品目が追加されます

ご家庭で不要になったエアコン・ブラウン管式テレビ・冷蔵庫(冷凍)庫・洗濯機の家電製品四品目は、特定家庭用機器再商品化法(以下、家電リサイクル法)に基づき家電メーカーなどがリサイクルを行うことになっていきます。

4月1日(水)から、家電製品のリサイクル品目として新たに、液晶式テレビ・プラズマ式テレビ・衣類乾燥機が追加されることになりました。

これに伴い、今回追加される家電品目も、家電リサイクル法に基づきリサイクルされることとなります。

◇粗大ごみとしての受け付けを終了します
区コールセンターでは、3月31日(火)をもって「液晶式テレビ・プラズマ式テレビ・衣類乾燥機」の粗大ごみとしての受け付けを終了します。ご注意ください。

◇家電リサイクル品目の排出方法
①購入した小売店または買い替える小売店に引き取りを依頼してください。

②購入店や小売店に引き渡しができない場合は、家電リサイクル受付センター ☎529617200(月～土曜日午前8時～午後5時)へご連絡ください。

③メーカーの指定引取場所に直接持ち込むこともできます。

※収集・運搬料金とリサイクル料金は、消費者の皆さんが負担することになります。指定引取場所への直

〈追加家電リサイクル品目として対象となる事例一覧〉

追加家電品目	対象となる例	リサイクル料金	
液晶式・プラズマ式テレビ	<ul style="list-style-type: none"> ●HDD・DVD内蔵液晶(プラズマ)テレビ ●液晶(プラズマ)ディスプレイモニター(チューナー付き) ●外付けのコインボックスを取り外したテレビ本体 	15V型以下	1785円
		16V型以上	2835円
衣類乾燥機	<ul style="list-style-type: none"> ●ガス衣類乾燥機 ●ドラム式電気衣類乾燥機(洗濯乾燥機は、電気洗濯機としてすでに対象) ●外付けのコインボックスを取り外した衣類乾燥機本体 	2520円	

※①液晶式・プラズマ式テレビの付属品として、ワイヤレスリモコン(電池を除く)、着脱式付属専用スピーカーを一緒に出すことができます。
②リサイクル料金は、メーカーによって異なる場合があります。

接持ち込みは、リサイクル料金のみ負担となります。排出方法の詳細は、お問い合わせください。

☎清掃管理課リサイクル推進係、杉並清掃事務所 ☎3391-7281、杉並清掃事務所方南支所 ☎3323-14571、区コールセンター ☎8800-3372-8800

区立施設でのペットボトル回収を廃止します

20年4月から区内全域でペットボトルの集積所回収が始まりました。一年が経過し、区民の皆さんに定着してきたこともあり、区は、効率的な資源の回収を行うため、保育園や児童館などの区立施設でのペットボトル回収を、3月31日(火)をもって廃止します。ペットボトルは、集積所の資源回収にお出しいただく

排水ポンプ購入・設置助成制度を廃止します

平成17年9月4日の集中豪雨災害発生により設けられた助成制度で、排水ポンプの購入・設置経費の二分の一(上限二万円)を助成してまいりました。しかし、当初利用はありましたが、現在では利用者もほとんどなく、その役割を終えたものと考え、4月から廃止します。今後、排水ポンプは、あっせん物品などへの切り替えを検討しています。

☎防災課

◆20年度区民健康診査・がん検診などのお知らせ◆

問い合わせは、区コールセンター ☎8800-3372-8800 または 杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015 へ。

20年度区民健康診査の受診期間は3月31日までです。4月以降の受診期間延長と受診は一切できませんのでご注意ください。受診券の有効期限を必ず確認の上、受診してください。すべての健(検)診の対象年齢は、20年度中(20年4月～21年3月)に誕生日を迎えた満年齢です。生活習慣病などで入院・加療中の場合は、受診する必要はありません。

◇区民健康診査◇

健診名	対象年齢	対象者	受診期間	費用	備考
①成人等健診	30～39歳	職場などで健診を受ける機会がない方	受診券の交付日から有効期限まで(受診券を確認してください)	無料 (希望検査項目は有料)	②の対象者、①③の対象者で過去3年間に1回以上区民健診を受診した方、75歳になる方は、申し込みの必要がありません。 【希望検査項目=区民健診を予約する際、各医療機関に申し込み】 ■胸部X線検査…30～64歳=300円(65歳以上無料) ■大腸がん検診…40歳以上=200円 ■前立腺がん検診…50・55・60・65・70歳=700円(区内の指定医療機関でのみ実施)
②特定健診	40～74歳	杉並区国民健康保険に加入している方			
③長寿健診	75歳以上	長寿医療制度(後期高齢者医療制度)に加入している方			

■40～74歳で杉並区国民健康保険以外の医療保険に加入している方は、各医療保険者(健康保険組合・協会けんぽ・国保組合など)が実施する特定健診を受診してください。不明な点は、事業所または各医療保険者などにご確認ください。

◇がん検診◇

検診名	対象者	受診期間	受診場所	費用	備考
④胃がん検診	35歳以上	3月21日までの木・金・土曜日(祝日を除く)	杉並保健所3階胃検診室	1000円	【申し込み】20年度の申し込みは締め切りしました。受診票を受け取っている方で、受診日の予約をしていない方は、至急予約をしてください。 【問い合わせ】杉並区医師会 胃がん検診担当 ☎3392-4114

■各健(検)診の費用は、受診する窓口でお支払いください。なお、生活保護および中国残留邦人などの生活支援給付を受給されている方は、費用が免除されます。受診前に免除の申請が必要です。杉並保健所健康推進課へお問い合わせください。

◆申し込み方法◆ ハガキでお申し込みください(②特定健診は申し込みの必要はありません)

健診名	申し込み・問い合わせ	ハガキ記載事項(健診ごとに1人1枚)
①③区民健診	杉並保健所健康推進課 (〒167-0051荻窪5-20-1)	(1)区民健診希望(2)住所(3)氏名(フリガナ)(4)生年月日(年齢)(5)性別(6)電話番号

◇「健康手帳」をご活用ください

30歳以上の希望者に、健康手帳を配布しています。健康手帳は、健康増進・保持に役立てていただくために作られた手帳です。健康診査やがん検診の受診結果、医療にかかったことなどを記録して、日ごろの健康管理にお役立てください。なお、20年4月からの特定健診開始に伴い、内容が一部変更になりました。

【配布場所】杉並保健所健康推進課、保健センター、保健福祉支援係(区役所東棟3階)、区民事務所・分室、駅前事務所

◇平成21年度区民健診の受診期間変更と各がん検診について◇

- 区民健診=誕生日を基本に区民健診を実施していましたが、21年度から受診期間が変更になります。
【4月から9月生まれの方】受診期間は6月から9月末日まで(受診券の発送は5月末ごろ)。
【10月から3月生まれの方】受診期間は10月から22年1月末日まで(受診券の発送は9月末ごろ)となる予定です。
- 子宮がん、乳がん検診=19年度に受診した方は、3月下旬に受診票を送りますので、申し込みの必要はありません。
各がん検診の申し込み方法、受診期間などの詳細は、4月に「広報すぎなみ」などでお知らせします。



みんなできろく安全で快適な道

狭あい道路の拡幅整備を進めています

区内には、幅員が4mに満たない狭あい道路(建築基準法第四十二条第二項で定められた道路、いわゆる二項道路)が多く、日常生活に不便だけでなく、緊急時に救急車や消防車が入りにくいなど、防災上も課題とな



▲整備前



▲整備後

ります。区は、二項道路を建築基準法に定められた幅員4mまで拡幅し、非常時の安全性や日常の利便性を向上させ、住みよい地域をつくることを目的とし、「狭あい道路拡幅整備事業」を進めています。

この事業では、住宅の建て替えに伴って敷地の一部を後退させる方に対し、塀などの撤去費用の一部を助成するとともに、後退部分の舗装は区で行います。また、幅員がそれぞれ6m未満の道路が交わる角敷地は、隅切りを新たに設け、道路状にすることとなっていますが、道路と一体として整備する場合は、奨励金の申請ができます。

安全で快適なまちづくりにご協力ください

この事業では昨年度までの一年間に皆さんのご理解とご協力により約一四三km(延べ約九九〇〇件)を整備することができました。

区では、今後も安全で快適なまちづくりのため、この事業を進めていきます。詳細は、お問い合わせください。

国土管理課狭あい道路係

国民健康保険高齢受給者証をお送りします

—問い合わせは、国保年金課国保資格係へ。

現在ご利用いただいている「国民健康保険高齢受給者証」(以下「高齢受給者証」)の有効期限は「平成21年3月31日」です。

4月以降ご利用いただく高齢受給者証を3月中旬に世帯主あてにお送りします。簡易書留郵便でお送りしますので、配達員から直接お受け取りください。ご不在のときには連絡票が投かんされますので、郵便局に再配達依頼をしてお受け取りください。

期限の切れた高齢受給者証は4月以降に、同封の返信用封筒で返送するか、区役所、お近くの区民事務所・分室、駅前事務所へお返しください。

◆負担割合

負担割合は3割または1割で3月までと同じです。対象者数の変更により割合変更が予定されている方もいます。

医療制度改正により、1割の方の負担割合が2割に改正されましたが、1割に据え置かれる期間が続くため、実際の負担割合は1割になります。

※1割の方の負担割合の表記は「2割(ただし有効期限までは1割)」となっています。

◆有効期限

高齢受給者証は毎年8月に前年の所得状況で負担割合の判定をします。そのため、有効期限は「平成21年7月31日」です。ただし、平成21年7月31日までに75歳の誕生日を迎える方は誕生日の前日、対象者数の変更による負担割合の変更が予定されている方は変更予定日の前日が有効期限です。

3月は道路交通環境整備強化推進月間です

つくろうよ クリーンで快適 みんなの道路

- ①道路に商品台を出したり販売したりしない
- ②看板やのぼり旗などを道路に置かない
- ③自転車やバイクを路上に放置しない
- ④電柱や道路工作物(道路標識など)にはり紙をしない
- ⑤生け垣や庭木の枝を道路に出さない

区各警察署交通規制係(杉並☎3314-0110/高井戸☎3332-0110/荻窪☎3397-0110)または区土木管理課、区交通対策課

「杉並ラーメンマップ」ダイジェスト版の配布!



ウェブサイトを「すぎなみ学倶楽部」に好評連載中の「杉並ラーメンマップ」ダイジェスト版リーフレットを作成しました。タイトルは「杉並でお花見&らーめん」です。図書館・区民事務所・地域センターなどのチラシスタンドでも、3月10日(火)から配布します(予定数がなくなり次第終了)。詳細は、お問い合わせください。

すぎなみ学倶楽部 検索

区すぎなみ学倶楽部事務局
(すぎなみ地域大学担当)
☎3312-2381
HP www.suginamigaku.org

SPORTS

スポーツのある暮らし 健康の第一歩

競技大会

●都民体育大会予選会

◇ソフトテニス(兼春季選手権大会)

☎4月5日(日)(予備日12日(日))午前9時～午後7時 松ノ木運動場(松ノ木1-3-22) ①種目(ダブルス)＝一般(年齢制限無)男子・女子▷成年(35歳以上)男子・女子▷壮年(45歳以上)男子・女子▷グランドシルバー(男子65歳以上・女子55歳以上) ミックス可 ②区内在住・在勤・在学の方、連盟加盟クラブの方 ③1組2000円、小学生～高校生1組1000円(当日) ④ハガキまたはファクス(7面記入例参照)に種目も書いて、3月19日(必着)までに区ソフトテニス連盟・田中達三(〒167-0021井草2-18-12 ☎3397-6239)へ ⑤同連盟・田中 ☎3397-6239

◇硬式庭球

☎4月4日(日)午前9時 松ノ木運動場(松ノ木1-3-22) ①種目＝男子・女子ダブルス ②区内在住・在勤・在学で区民体育祭ベスト8または同等の実力がある方 ③48組(抽選) ④1組2000円(当日) ⑤ハガキ(7面記入例参照。2名連記)に所属クラブも書いて、3月12日(必着)までに区硬式庭球連盟・吉永節子(〒166-0015成田東2-33-13-301)へ ⑥同連盟・吉永 ☎090-4528-5523(午後7時～9時)

スポーツ教室

●きれいを磨くフィットネス(ピラティス)

☎4月7日～6月30日の毎週火曜日、①

②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3月1日午前8時30分からハガキ締切日まで。

午後7時～8時②8時～9時(いずれも5月5日を除く。計12回) 高円寺体育館 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定20名(抽選) 費各6000円 往復ハガキ(7面記入例参照)に生年月日と希望時間も書いて、3月10日(必着)までに高円寺体育館(〒166-0003高円寺南2-36-31)へ ③同体育館 ☎3312-0313 ④13歳～就学前の託児あり(事前申込制) ⑤車・バイクでの来場はご遠慮ください

●小学生水泳教室

☎4月4日～5月16日の毎週土曜日▷Aコース＝午前9時～10時▷Bコース＝10時～11時(いずれも5月2日を除く。計6回) 杉並第十小学校温水プール 区内在住・在学の小学生(新1年生を含む) 定各56名(抽選) 費各5000円 往復ハガキ(7面記入例参照)に生年月日・希望コースも書いて、3月11日(必着)までに杉並第十小学校温水プール(〒166-0012和田3-55-49)へ ④同プール ☎3318-8763

●アーチェリー初心者教室

☎4月4日～9月19日の毎月第1・3土曜日、第2・4日曜日午後1時～5時(計23回。区後援) 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区内在住・在勤・在学で中学生以上の方 定15名(抽選) 費4回まで無料。5回目以降1回500円、中学生300円 往復ハガキ(7面記入例参照)で、3月25日(必着)までに区アーチェリー協会・小杉英雄(〒167-0042西荻北4-33-12)へ ④同 ☎3390-6839(午前9時～午後9時)

●弓道講習会

☎4月3日～9月30日の原則毎週水・金曜日、午後5時～9時(計50回。区後援) 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区内在住・在勤・在学の方 定25名(抽選) 費1万円(別途教本代1220円) 往復ハガキ(7面記入例参照)で、3月20日(必着)までに横山賢次(〒167-0052南荻窪1-13-11)へ ④同 ☎3329-4614(午後8時～10時)

荻窪体育館

◇気功太極拳 ⑥教室番号「0540」

☎4月1日～7月8日の毎週水曜日、午前11時～午後1時(第3水曜日を除く。計12回) 区内在住・在学で16歳以上の方 定30名(抽選) 費1万2000円 往復ハガキ(7面記入例参照)に生年月日も書いて、3月20日(必着)までに同体育館へ

◇ピラティスナイト前期 ⑥教室番号①コース「0541」②コース「0542」

☎4月6日～6月29日の毎週月曜日①午後7時～8時②8時～9時(いずれも計12回) 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定20名(抽選) 費各6000円 往復ハガキ(7面記入例参照)に生年月日・希望コースも書いて、3月23日(必着)までに同体育館へ

◇ヨガ前期 ⑥教室番号①コース「0543」②コース「0544」

☎4月7日～6月30日の毎週火曜日①午前10時～11時②11時～正午(いずれも計12回) 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定20名(抽選) 費各6000円 往復ハガキ(7

面記入例参照)に生年月日・希望コースも書いて、3月24日(必着)までに同体育館へ

◇ピラティス前期 ⑥教室番号①コース「0545」②コース「0546」

☎4月10日～6月26日の毎週金曜日①午前11時～正午②正午～午後1時(いずれも計12回) 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定20名(抽選) 費各6000円 往復ハガキ(7面記入例参照)に生年月日・希望コースも書いて、3月27日(必着)までに同体育館へ

◇合気道KIDS I ⑥教室番号「0523」

☎4月4日～9月26日の毎週土曜日、午後1時～3時(計25回) 区内在住・在学の小学生、経験のある児童 定50名(抽選) 費7500円 往復ハガキ(7面記入例参照)に生年月日も書いて、3月14日(必着)までに同体育館へ

◇合気道フリー道場 I

☎4月4日～9月26日の毎週土曜日、午後3時～5時(計25回) 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定40名 費1回300円 当日、直接会場へ

◇転倒予防イスイ体操 I

☎4月17日～6月26日の毎週金曜日、午後1時30分～2時30分(5月1日を除く。計10回) 松浦美香子 区内在住でおおむね70歳以上の方(付き添いがなくても運動できる方) 定25名(抽選) 費4500円 往復ハガキ(7面記入例参照)に生年月日・性別も書いて、3月26日(必着)までに同体育館へ

☎荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2 ☎3220-3381)

区からの お知らせ

SUGINAMI INFORMATION

子育て・教育

ひととき保育が二カ所オープンします

通院などの用事やリフレッシュしたい時にお子さんを預かるひととき保育が、3月中旬に二カ所オープンします。また、乳幼児親子が交流できる「つどいの広場」を併設しています。

申し込み方法などの詳細は、直接、各ひととき保育施設へご連絡ください。

◇ひととき保育八成一(井草2-27) 13 6915-0233

◇ひととき保育八成二(井草2-27) 13 6915-0233

◇ひととき保育八成三(井草2-27) 13 6915-0233

◇ひととき保育八成四(井草2-27) 13 6915-0233

◇ひととき保育八成五(井草2-27) 13 6915-0233

◇ひととき保育八成六(井草2-27) 13 6915-0233

◇ひととき保育八成七(井草2-27) 13 6915-0233

◇ひととき保育八成八(井草2-27) 13 6915-0233

◇ひととき保育八成九(井草2-27) 13 6915-0233

◇ひととき保育八成十(井草2-27) 13 6915-0233

◇ひととき保育八成十一(井草2-27) 13 6915-0233

◇ひととき保育八成十二(井草2-27) 13 6915-0233

◇ひととき保育八成十三(井草2-27) 13 6915-0233

3月は東京都の自殺対策強化月間です 自殺防止！東京キャンペーン

- 自殺予防ののちの電話
☎3月10日(火)午前8時～翌朝8時
☎0120-738-556(24時間フリーダイヤル)
- 自死遺族相談ダイヤル
☎3月11日(水)～13日(金)午前10時～午後10時
☎3261-4350
- 48時間特別相談
☎3月14日(土)午前6時～16日(月)午前6時
☎5286-9090(東京自殺防止センター)

◇ひととき保育堀ノ内(堀ノ内3-17) 13 6750-9314(3月10日(火)から)

◇ひととき保育日野(日野3-18) 13 6750-9314(3月18日(水)から)

金に上乗せして給付を受けられる付加年金があります。

◇付加年金の受給額は200円×付加保険料納付月数として計算されます(例)10ヵ月納付すると毎年金額2000円を支給)。

◇付加保険料は国民年金第一号被保険者(保険料免除・国民年金基金加入を除く)の方のみ申し込みをした月から納付ができます。

◇国民年金課国民年金係

児童館(二階)は休室します。

◇中央図書館協働推進担当 ☎3391-5754

◇採用情報

◇知的障害者対象パートタイマー

◇区事務補助▽勤務期間 4月1日から11月31日まで更新可

◇勤務日時 午前8時30分～午後3時30分(週五日。三〇時間勤務)

◇勤務場所 障害者生活支援課(区役所西棟二階)▽募集人数 二名▽資格 ①次の①②の両方を満たす方①区内在住で愛の手帳の交付を受けている②区内作業所などに通所している

◇障害者雇用支援事業団を利用している▽時給 八〇〇円▽その他 有給休暇あり。社会保険・雇用保険に加入。交通費支給(申請書(障害者生活支援課で配布)を、3月13日までに同課に持参)同課採用者は選考により決定します

◇地域密着型サービス施設整備に対する補助制度

◇募集します

◇地域密着型サービス施設整備に対する補助制度

◇募集します

◇地域密着型サービス施設整備に対する補助制度

◇募集します

◇地域密着型サービス施設整備に対する補助制度

◇募集します

◇地域密着型サービス施設整備に対する補助制度

◇募集します

◇地域密着型サービス施設整備に対する補助制度

◇募集します

◇地域密着型サービス施設整備に対する補助制度

設した施設を募集します。また、各単体での募集もします。

◇都市型多機能拠点とは、24時間365日、切れ目なく継続したサービスが受けられるよう、「通所」「宿泊」「訪問」「居住」などの機能を有し、各種在宅サービスなどを一体的・複合的に提供する施設です。

◇認知症対応型デイサービスセンター 高円寺・方南和泉地域で一所以上

◇高齢者施策課計画推進担当

◇区介護保険運営協議会

◇区民委員

◇区介護保険事業に関する事項を調査審議するための協議会です。委員は、区民・区議会議員・学識経験者・保健医療関係者・福祉関係者で構成されます。

◇任期 4月から3年間▽募集人数 六名以内(区内在住で20歳以上の方)作文「高齢者の介護について」(八〇〇字程度)住所氏名年齢性別職業・電話番号を書いて、3月19日(必着)までに高齢者施策課へ郵送

◇同課他選考により決定します

◇みどりのボランティア

◇地域緑化に関するボランティア活動を始めようとする方の、きっかけの場です。生活者の視点を大切にし、仲間と一緒に区内のみどりを守り、増やし、育てる活動を行います。

◇樹木・草花の維持管理・腐葉土づくりなど▽登録期間 4月～23年3月(一回のみ更新可)

◇資格 区内在住・在勤・在学の方。または区内に活動場所を希望し、次の①②に該当する方

①無報酬で活動できる②みどりに関心を持ちボランティア活動に理解と意欲がある(ハガキまたはファクスに住所・氏名・電話番号、「みどりのボランティア杉並希望」と書いて、3月16日(必着)までにみどり公園課みどりの計画係 FAX 5307-10697へ)同係(①登録後は地域ごとに他の登録者とともに活動する予定です)②区施設・区ホームページで入手できる「みどりとひと一四七号(3月5日発行)」で活動を紹介し

◇その他

◇地域・家庭文庫の新規登録を受け付けします

◇中央図書館では、地域・家庭文庫の活動を支援しています。図書の新規登録の受け付けを行いますので、お申し込みください。

◇対自宅などで児童等を対象に無償で図書の閲覧・貸出その他の活動を行っている個人または団体(☎電話で、3月16日までに中央図書館協働推進担当 ☎3391-5754へ)

◇住宅の耐震無料相談会

◇住宅の耐震無料相談会

◇住宅の耐震無料相談会

に理解と意欲がある(ハガキまたはファクスに住所・氏名・電話番号、「みどりのボランティア杉並希望」と書いて、3月16日(必着)までにみどり公園課みどりの計画係 FAX 5307-10697へ)同係(①登録後は地域ごとに他の登録者とともに活動する予定です)②区施設・区ホームページで入手できる「みどりとひと一四七号(3月5日発行)」で活動を紹介し

◇住宅の耐震無料相談会

区内の不審火にご注意ください

最近区内で、不審火による火災が複数カ所に発生しています。区では、警察と連携して夜間パトロールを強化していますが、不審火を防止するために家の周りには燃えやすいものを置かないように注意してください。

☎危機管理対策課または防災課

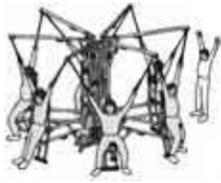
◇不審火にご注意ください

■高齢者健康講座に参加しませんか

昨年受講した方から、「足腰が丈夫になり出掛けることが楽しくなった」、「よい仲間にも出会えた」などの声が寄せられました。

◇おはよう筋力スタジオ

高齢者向けのトレーニング機器(右図)を利用した体力づくりと家庭でできる簡単な体操を習得します。



時 4月5日～6月21日の毎週日曜日、午前10時～正午(計12回) 場 デイサロン 荻窪(上荻1-22-18) 区日常生活で介助の必要がない健康な方定20名(抽選) 費無料他参加決定者には後日、参加同意書を記入していただきます

◇水中ゆらゆら歩行

水中をゆっくり歩きながら水の抵抗を利用して無理なく足腰を丈夫にします。

時 4月8日～6月24日の毎週水曜日、午前9時30分～11時30分(5月6日は午後1時30分～3時30分。計12回) 場 ヴィムスポーツアベニュー(宮前2-10-4) 区日常生活で介助の必要がない健康な方定25名(抽選) 費無料他①参加決定者には後日、参加同意書を記入していただきます②京王線高井戸駅、JR荻窪駅・西荻窪駅から無料送迎バスがあります

◇懐かしのあのうたこのうた(童謡・唱歌・流行歌)

姿勢や腹式呼吸を意識して歌うことは健康につながります。季節感ある懐かしい歌を歌いましょう。

時 4月3日～6月19日の毎月第1・3金曜日、午後1時～2時(計6回) 場 ヤマハ音楽教室(上荻1-16-16) 定10名(抽選) 費無料他会場に車椅子用トイレはありません

— (いずれも) —

区内在住の65歳以上で全回参加可能な方申電話またはファクス(7面記入例参照)で、3月10日までに区コールセンター ☎#8800 ☎3372-8800 FAX3372-8810 へ 関 介護予防課介護予防推進係 他参加者は3月26日(木)午前10時～正午に阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17)で行う説明会に必ずご出席ください

■成田図書館「大人のための朗読会」

時 3月21日(土)午後2時～3時 場 成田図書館(成田東3-28-5) 区 演目=あまみきみこ『白いぼうし』、原田宗典『ぜつぼうの濁点』、鳥越碧『霞ヶ谷』▷朗読=こうばこの会定30名(申込順) 費無料 申電話または直接、成田図書館 ☎3317-0341 へ

■歯周病予防で若返り大作戦

時・内 3月23日(月)=講義「歯周病予防で若返ろう」、実技「若さを保つ健口(けんこう)体操」▷30日(月)=実技「お口の手入れで若返ろう」ほか/いずれも午前10時～正午(計2回) 場 和泉保健センター(和泉4-50-6) 師 杉並区歯科医師会会長・高橋英登ほか 区 区内在住・在勤で65歳以下の方定20名(申込順) 費無料 申電話で、和泉保健センター ☎3313-9331 へ

■小児救急普及事業「小児科医からのメッセージ」

赤ちゃんに多い病気と急病時の対処法についてお話しします。

時 3月19日(木)午後2時～3時30分 場 上井草保健センター(上井草3-8-19) 師 石川小児科医院医師・小口美香 区 区内在住で0歳児(第1子)の保護者定30名(申込順) 費無料 申電話で、上井草保健センター ☎3394-1212 へ 他託児あり(事前申込制)

■杉の樹大学21年度学生募集「杉並・学びの仲間」

時 5月13日～22年3月の水曜日、午前10時～正午(月3、4回) 場 高齢者活動支援センター 内 下表のとおり 区 区内在住で60歳以上の方(既受講者を除く)

〈杉の樹大学 主な講座内容〉

科目	内容
杉並を知る	杉並の産業・杉並の洪水の歴史と対策・杉並清掃工場の見学・杉並の民話・地下調節池の見学・グループ研究
文芸・教養	杉並ゆかりの文人「太宰治」・ゴスペルについて・先端技術館見学・外国を知らう・人と動物の関わり・世界の食糧事情・輸入食品の安全対策・日本の食糧問題・暮らしの中の数学
これからのライフスタイル	これからの社会参加・ボランティアへの一歩・ウォーキング・異世代交流・太極拳を楽しむ・薬用植物園見学・防災施設の体験・遠足・運動会

〈ゆうゆう館の催し〉

ゆうゆう館名	内容	日時	費用
高円寺北館(高円寺北3-20-8 ☎・FAX3337-2266)	高北卓球教室 ～1人での参加大歓迎	毎月第1・3土曜日午後2～4時 (3月初旬開始)	1回 300円
今川館(今川4-12-10 ☎・FAX5303-1501)	旬の食材を使った季節の家庭料理教室	3月14日(土)午後1時～4時30分	2000円 (材料費込み)
馬橋館(高円寺南3-16-14 ☎・FAX3315-1249)	桜の花をメインにアレンジに挑戦しよう	3月28日(土)午後1時30分～4時	2000円 (茶菓代含む)
西田館(荻窪1-57-4 ☎・FAX3391-8747)	手芸の楽しみ ～布ぞうりを編む	3月25日(水)、4月1日(水)・8日(水)午後1時30分～3時30分(計3回)	1500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。

〈社)杉並区シルバー人材センター パソコン教室〉

番号	レベル	コース名・内容	月日/時間
●清水教室(清水3-22-4-2階)			
0396	体験	親子パソコン教室「つくってみようお名前シール」	3月27日(金)午前10時～11時30分
0397	体験	▷対象=新学期を迎える小学生のお子さんと保護者	3月27日(金)午後1時～2時30分
0398	体験	▷定員=4組(抽選。2組以下は中止)	3月31日(火)午前10時～11時30分
0399	体験	▷費用=1組2000円(1名増えるごとに1000円)	3月31日(火)午後1時～2時30分
0405	初級	VD ワード初級(VISTA)	4月1日～22日毎週(水)の午前
0401	入門	VA パソコン入門1(はじめてのパソコン、VISTA)	4月1日～22日毎週(水)の午後
0461	中級	J 使いこなすワード(ワード中級)	4月2日～23日毎週(木)の午前
0454	初級	C 楽しいインターネット/Eメール(初級)	4月2日～23日毎週(木)の午後
0462	中級	K 使いこなすエクセル(エクセル中級)	4月3日～24日毎週(金)の午前
0451	入門	A 初めてのパソコン(入門)	4月3日～24日毎週(金)の午後
0404	入門	VC パソコン入門3(インターネット、VISTA)	4月6日～27日毎週(月)の午前
0417	中級	VP デジカメ写真活用(補正と加工ほか、VISTA)	4月6日～27日毎週(月)の午後
0402	入門	VB パソコン入門2(らくらく文字入力、VISTA)	4月7日～28日毎週(火)の午前
0403	入門	VAB 入門1・2連続(VISTA)	4月7日～6月2日毎週(火)の午後*
0564	中級	M 我が家で使えるワード(中級)	5月7日～28日毎週(木)の午前
0555	初級	D 楽しい文書作成(ワード初級)	5月7日～28日毎週(木)の午後
0566	中級	O もっと使えるインターネット/Eメール(中級)	5月8日～29日毎週(金)の午前
0552	入門	B パソコンもっと上達(入門)	5月8日～29日毎週(金)の午後
0506	初級	VE エクセル初級(VISTA)	5月11日～6月1日毎週(月)の午前
0501	入門	VA パソコン入門1(はじめてのパソコン、VISTA)	5月11日～6月1日毎週(月)の午後
0504	入門	VC パソコン入門3(インターネット、VISTA)	5月12日～6月2日毎週(火)の午前
0511	中級	VJ ワード中級(VISTA)	5月13日～6月3日毎週(水)の午前
0502	入門	VB パソコン入門2(らくらく文字入力、VISTA)	5月13日～6月3日毎週(水)の午後
●阿佐谷教室(阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル7階)			
2454	初級	C 楽しいインターネット/Eメール(初級)	4月3日～24日毎週(金)の夜間
2401	入門	VA パソコン入門1(はじめてのパソコン、VISTA)	4月4日～25日毎週(土)の午前
2411	中級	VJ ワード中級(VISTA)	4月4日～25日毎週(土)の午後
2404	入門	VC パソコン入門3(インターネット、VISTA)	4月5日～26日毎週(日)の午後
2457	初級	F 楽しいデジカメ(初級、写真取り込み/修正)	4月7日～28日毎週(火)の夜間
2556	初級	E 楽しい表計算(エクセル初級)	5月8日～29日毎週(金)の夜間
2502	入門	VB パソコン入門2(らくらく文字入力、VISTA)	5月9日～30日毎週(土)の午前
2507	初級	VF デジカメ写真初級(写真取り込み/修正、VISTA)	5月9日～30日毎週(土)の午後
2505	初級	VD ワード初級(VISTA)	5月10日～31日毎週(日)の午前
2506	初級	VE エクセル初級(VISTA)	5月10日～31日毎週(日)の午後
2555	初級	D 楽しい文書作成(ワード初級)	5月12日～6月2日毎週(火)の夜間

(社)杉並区シルバー人材センター

パソコン教室



時・場・内各表のとおり区全回参加できる方。0417・2457・2507・4417はデジカメとUSBケーブルを持参できる方。0396～0399コースは新学期を迎える小学生のお子さんとその保護者定各10名(抽選)。5名以下は中止する場合があります 費各8900円。0403は1万7500円(テキスト代を含む) 申ハガキ(7面記入例参照)に教室名、コース番号(第2希望まで)、昼間の連絡先、キャンセル待ちの有無も書いて、3・4月講座は3月13日、5月講座は4月13日(いずれも消印有効)までに(社)杉並区シルバー人材センター清水分室(〒167-0033清水3-22-4-2階)へ 関 同分室 ☎3394-2253 他 自宅のパソコンで個人指導や各種設定の出張サービスを1時間1980円で随時受け付けています

番号	レベル	コース名・内容	月日/時間
●方南教室(方南1-3-4-2階)			
4411	中級	VJ ワード中級(VISTA)	4月3日～24日 毎週(金)の午前
4417	中級	VP デジカメ写真活用(補正と加工ほか、VISTA)	4月3日～24日 毎週(金)の午後
4404	入門	VC パソコン入門3(インターネット、VISTA)	4月6日～27日 毎週(月)の午前
4401	入門	VA パソコン入門1(はじめてのパソコン、VISTA)	4月6日～27日 毎週(月)の午後
4506	初級	VE エクセル初級(VISTA)	5月8日～29日 毎週(金)の午前
4516	初級	VO インターネット初級(VISTA)	5月8日～29日 毎週(金)の午後
4505	初級	VD ワード初級(VISTA)	5月11日～6月1日 毎週(月)の午前
4502	入門	VB パソコン入門2(らくらく文字入力、VISTA)	5月11日～6月1日 毎週(月)の午後

*0403は5月5日を除く。
▷午前=10時～正午、午後=1時～3時、夜間=6時30分～8時30分。

申し込み記入例

あて先は各記事の申し込み先へ

<p>①行事名</p> <p>②郵便番号・住所</p> <p>③氏名(フリガナ)</p> <p>④年齢</p> <p>⑤電話番号</p> <p style="text-align: center;">(1人1枚)</p>	<p>★往復ハガキには返信用のあて先も記入を</p> <p>★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</p> <p>★用紙に、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</p>
--	---

催し EVENT

■**ゆう杉並アクティブフェスタ2009**
 中高生による中高生のための催しです。ゲストはアニメーションダンスとジャグリングを融合させたパフォーマンスで見る人を魅了するCHIKI氏です。
 時 3月14日(土)午後2時30分～6時▷15日(日)正午～午後3時45分 場 児童青少年センター(荻窪1-56-3ゆう杉並内) 内 パンド・ダンスライブ・スポーツ大会・食べ物コーナー・テレビゲーム大会など(両日で内容が異なります) 費 無料 申 当日、直接会場へ 児童青少年課事業係 ☎3393-4760

■**すぎなみ環境カエルくらぶ・きれいにカエル隊♪**
 時 3月14日(土)午前9時～10時(雨天実施) 場 阿佐谷地区=集合場所=区役所青梅街道側玄関前、清掃場所=中杉通り・青梅街道沿い▷高円寺地区=集合場所=高円寺障害者交流館前(高円寺南2-24-18)、清掃場所=高円寺南4丁目信号から青梅街道まで 費 無料 申 当日、直接集合場所へ すぎなみ環境カエルくらぶ・きれいにカエル隊・牧野 ☎3316-2378(午前中) 他 ①軍手をお持ちの方は持参してください②身軽な服装でお越しください③荷物置き場はありません

■**省エネ! 次の一手**
 時 3月15日(日)午前10時～午後2時 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 費 無料 申 当日、直接会場へ すぎなみ環境カエルくらぶエネルギー部会・寺田 ☎・FAX3223-7367 他 家電機器の消費電力を測定できる「ワットアワーメーター」を無料で貸し出しします

リサイクルひろば高井戸

◇**自転車の手入れ方法とパンクの直し方**
 時 3月15日(日)午後1時～3時30分 定 14名(申込順) 費 130円 申 電話で、同ひろばへ

◇**おもちゃのクリニック**
 故障したおもちゃを、おもちゃドクターが修理し

ます(1人1点まで)。
 時 3月15日(日)午後1時～4時(受付は3時まで) 定 10名(申込順) 費 無料(部品代は実費) 申 電話で、同ひろばへ

— (いずれも) —

場・園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) 他 ①募集人数に満たないときは中止する場合があります②生ごみたい肥相談を電話で随時受け付けています(回答には日数がかかる場合もあります)

講演・講座

■**すぎなみ大人塾公開講座「マザーハウスの挑戦～途上国から世界に通用するブランドをつくる」**
 時 3月18日(水)午後7時～9時 場 セシオン杉並(梅里1-22-32) 師 株マザーハウス代表・山口絵理子 区内在住・在勤・在学の方 定 30名(申込順) 費 無料 申 電話またはファクス(記入例参照)で、区コールセンター ☎#8800 ☎3372-8800 FAX3372-8810 へ 園 社会教育センター ☎3317-6621

■**講演会「ダーウィンとミミズの話」**
 ダーウィンの生誕200年を記念して、彼の知られざる一面を探ります。
 時 3月22日(日)午後2時～4時 場 中央図書館(荻窪3-40-23) 師 恵泉女学園大学教授・新妻昭夫 区中学生以上の方 定 40名(申込順) 費 無料 申・園 電話で、中央図書館 ☎3391-5754 へ

■**みどりの講座「春の自然観察会」**
 時 3月18日(水)午後1時30分～3時30分(小雨実施) 場 集合場所=郷土博物館(大宮1-20-8) 内 行程=和田堀公園内「観察の森」→善福寺川→尾崎橋

(予定) 師 自然観察の会・杉並 山室京子ほか 区内在住・在勤・在学の方(小学生は保護者同伴) 定 40名(抽選) 費 50円(保険料) 申 往復ハガキ(記入例参照。小学生は保護者の氏名も記入)で、3月6日(必着)までにみどり公園課みどりの計画係へ 園 同係

すぎなみNPO支援センター

①**NPO法人の税務**
 各種税金(法人税・住民税・消費税)や税務処理の方法などをわかりやすく実践的に解説します。
 時 3月16日(月)・23日(月)午後7時～9時(計2回) 師 しみやち代表・田崎和夫 定 20名(申込順) 費 500円
 ②**10歳若くなるお化粧品教えます**
 地域の方々が活気と自信を持って活動できるようになっていくための講座です。
 時 3月22日(日)午後2時～4時 師 SCプラザ代表・小川貴世実 定 30名(申込順) 費 無料

— (いずれも) —

場 すぎなみNPO支援センター 申 郵送、電話、ファクスまたはEメール(記入例参照)にあればファクス番号とEメールアドレスも書いて、①は3月14日、②は18日までにすぎなみNPO支援センター(〒166-0004阿佐谷南1-47-17 ☎3314-7260 FAX3314-7265) 宛 info@nposuginami.jp) へ 園 同センター

科学館

◇**サイエンス・ウィーク**
 時・内・宛・定 下表のとおり
 ◇**天文の夕べ 観望会「散開星団プレセペ」**
 時 3月14日(土)午後6時30分～8時30分 区内在住・在勤・在学の方(小中学生は保護者同伴) 費 無料 申 当日、直接会場へ 園 科学館 ☎3396-4391

内容・時間	〈サイエンス・ウィーク〉			
	3月25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
科学ビデオ上映 午前10時20分～10時50分	昆虫飛行の秘密(220名)	メンデレーエフの奇妙な棚(220名)	らせんが生み出す不思議な世界(220名)	メンデレーエフの奇妙な棚(220名)
プラネタリウム 午前11時～正午	「コスミック・キャット」子ども向け(5歳以上対象。各140名)			
科学ビデオ上映 午後1時～1時30分	メンデレーエフの奇妙な棚(220名)	時を超える杉並メダカ(220名)	メンデレーエフの奇妙な棚(220名)	たんぱく質ができるまで(220名)
科学講座 午後1時～3時(中学生以上)	サンゴ礁の化石たち～貝殻編(20名)	マドラー作り(20名)	スイッチONで回る本来のモーターを作ろう(30名)	大人の顕微鏡教室～水中の微生物編(20名)
科学体験教室 午後1時～3時(小学4年生以上)	鉱物の研究②～ヘマタイトとマグネタイト(30名)	笛(30名)	アートキャンドルを作ろう(24名)	視覚の不思議(30名)
ジュニア教室 午後1時40分～3時(5歳～小学校低学年)	ころころゲーム(40名)	土のいろいろサイエンス(40名)	のぼるてんとう虫くん(40名)	水万華鏡(40名)
プラネタリウム 午後3時15分～4時15分	「杉並から宇宙へ～ペンシルロケットの生誕地」(大人向け。各140名)			

(注) 1.いずれも先着順。各教室は午後0時50分から整理券(1人1枚)を配布します。2.ジュニア教室は5歳～小学3年生向きです。3.科学ビデオは内容が変更になることがあります。

情報ぽけっと

区の後援・その他の催し・講座など

催し

★**杉並公会堂の催し**
 ◇**ウィーン少年合唱団** 時 5月15日(金)午後7時開演 内 出演=フローリアン・シュヴァルツ(指揮)▷曲目=アンジェラ・アキ「手紙」ほか 費 S席6500円、小中学生は1000円割引
 ◇**ライブツィヒ弦楽四重奏団+梯剛之** 時 7月22日(水)午後7時開演 内 曲目=シューベルト「ピアノ五重奏曲『ます』」ほか 費 S席4500円ほか
 — (いずれも) —
 申・園 電話で、杉並公会堂 ☎5347-4450 へ

★**アンリミテッド・チャリティーコンサート** 時 3月28日(土)午後4時開演 場 蔵野市民文化会館 内 出演=岡本るり子バレエスタジオ▷曲目=クラシックバレエ「海賊」より 定 30名 費 3000円、親子4000円、小学生まで2000円 申 電話またはファクス(記入例参照)で、アンリミテッド知的障害者支援の会 ☎0422-46-6649 FAX0422-46-7661 へ

★**PWすぎなみin柏の宮公園～もうすぐ春です** 時 3月15日(日)午後1時30分～3時

30分 場 柏の宮公園管理棟 定 20名(先着順) 費 無料 申 当日、直接会場へ 園 PWすぎなみ ☎3334-6625

講演・講座

★**エコアクション21導入セミナー** 時 3月10日(水)午後1時30分～5時 場 東洋大学白山校舎 内 環境経営に関心のある事業者 定 60名(申込順) 費 1000円 申 電話またはファクス(記入例参照)で、エコアクション21地域事務局東京中央 ☎・FAX3392-5231 へ

★**郷土史講座「招かざる客～伝染病流行史に学ぶ」** 時 3月14日(土)午後1時30分～4時 場 阿佐谷地域区民センター 師 元杏林大学教授・芦原義守 定 80名(先着順) 費 500円 申 当日、直接会場へ 園 杉並郷土史会・原田 ☎3312-6623

★**講演会「憲法と平和のつどい」** 時 3月19日(水)午後6時30分～9時 場 久我山会館 師 一橋大学教授・渡辺治ほか 定 250名(先着順) 費 500円 申 当日、直接会場へ 園 こうふく九条の会・岸 ☎3247-0915

★**特別養護老人ホームでの傾聴ボランティア入門「ミニ講座と体験など」** 時 3月19日(水)午前10時～午後4時 場 浴風会 定 16歳以上の方 定 20名(申込順) 費 1000円(昼食代含む) 申 往復ハガキ(記入例参照)で、浴風会

アスクール事務局(〒168-0071高井戸西1-12-1) へ 園 同事務局 ☎3334-2149

★**家族介護者支援のスキルアップセミナー「ロールプレイで聴く力を高めよう」** 時 3月19日(水)午後1時30分～4時 場 阿佐谷地域区民センター 師 東京女子大学教授・無藤清子 定 30名(申込順) 費 300円 申 電話で、杉並介護者応援団・土屋 ☎090-1050-0373 へ

★**講演「第五福竜丸ビキニ水爆実験から55年」** 時 3月21日(土)午後1時30分～4時 場 高円寺障害者交流館 師 第五福竜丸平和協会事務局長・安田和也 定 100名(先着順) 費 無料 申 当日、直接会場へ 園 杉並光友会・原田 ☎3314-4661

★**学びと気づきのセミナー「今、人生で一番大切なもの」** 時 3月22日(日)午後1時30分～3時30分 場 産業商工会館 定 40名(申込順) 費 300円 申 電話またはファクス(記入例参照)で、杉並モラロジー事務所 ☎・FAX6765-2333 へ

★**都立農芸高等学校公開講座** 時 5月9日～9月12日の土曜日午前9時～午後1時(一部正午まで。教室により計3～5回) 場 都立農芸高等学校 内 ①小中学生食品教室②園芸(草花)③園芸(果樹・野菜)④やさしい

庭園づくり⑤家庭で出来る食品加工 費 ①2800円②～⑤5000円 申 往復ハガキ(記入例参照)に性別も書いて、3月11日(消印有効)までに同講座担当(〒167-0035今川3-25-1)へ(抽選) 園 同校 ☎3399-0191 他 ①は、小学生は保護者と2人1組で申し込みには両名分を記入してください

その他

★**社杉並区シルバー人材センターリサイクル自転車の販売会** 時 3月16日(月)～18日(水) 午前11時～午後4時 場 リサイクル自転車作業所 内 販売価格=1台6500円～ 申 直接、同作業所へ(先着順) 園 同作業所 ☎3327-2287

★**出会いの機会～学校に行けない人、人間関係がうまくいかない人への進路相談会** 時 3月8日(日)午後1時～4時30分 場 セシオン杉並 内 不登校・高校中退の子どもがいる家族 定 100名程度 費 500円 申 当日、直接会場へ 園 アミータ福祉教育学院 ☎3321-6002

★**都で耐震改修と省エネリフォームの展示会** 時 3月10日(火)～12日(木)午前10時～午後6時(12日は5時まで) 場 新宿西口広場イベントコーナー 内 ①木造住宅の安価で信頼できる耐震改修工法ほか②住宅の省エネリフォーム実施事例のパネル展示 費 無料 申 当日、直接会場へ 園 ①都建築企画課 ☎5388-3362、②都住宅政策課 ☎5320-4913

NPO支援基金

ふくらまそう！地域の笑顔♪



「寄附を通して社会貢献するしくみ」として、14年6月から始まった「NPO支援基金」は、皆さんからの寄附金を積み立て、地域のさまざまな問題解決に自主的に取り組むNPO法人の活動を資金面から支援する、全国に先駆けた区独自の制度です。おかげさまで、皆さんからの寄附金の累計が1700万円を超えました。
 ——寄附の申し込み・問い合わせは、地域課協働推進担当へ。

★あなたの寄附が活かされています

20年度は、19団体に基金から助成金を交付しました。助成金を活用して実施した活動の一部をご紹介します。

◇生態工房（ペット等外来生物の遺棄予防活動）

武蔵野台地の40年前の自然環境と在来生物相の保全回復を目指し、区民を対象に環境教育活動に取り組んでいます。20年度は、玉川上水の久我山地域で外来



▲生態工房の生きもの観察会
 ▲生態工房の生きもの観察会を実施しました。観察会では、水

生外来生物の展示、外来生物問題に関するパネル展示・パネルシアターを行い、公園利用者や地域住民の方々にペット等外来生物の遺棄防止を呼びかける活動を展開しました。

◇どんまい福祉工房（学校別ブランド野菜の栽培を推進する事業）

子どもたちが地域の皆さんと畑を作り、その成果物を各学校のブランド野菜として店舗へ卸し販売するという活動を進めています。助成金を活用し工具を購入し、地域とのネットワークづくりに取り掛かり始めました。



▲ロゴマーク

基金の三つの特徴

- ①寄附者が、支援したいNPO法人や事業活動の分野を希望できます。
- ②寄附者は、税制上の優遇措置が受けられます。個人については、住民税・所得税の寄附金控除が受けられ、法人の場合は寄附の全額が損金算入されます。
- ③助成先は、学識経験者や区民参加の第三者機関の審査を経て区が決定し、これらの情報は区ホームページなどで公開しています。

助成事業を募集します

◇対象団体＝区に登録しているNPO法人
 (主な登録要件)

- ①NPO法人であること
- ②主たる事務所が区内にあること
- ③総事業費のうち非営利活動にかかる事業費の占める割合が50%以上 など

※区への活動登録と助成の同時申請可能。
 ◇対象事業＝特定非営利活動促進法による特定非営利活動に係る事業

◇助成額＝1団体につき原則30万円まで(助成総額300万円)

◇申請期間と場所＝3月9日(月)～23日(月)に直接、地域課協働推進担当(区役所西棟7階)へ

◇説明会を開催します
 時3月5日(木)午後6時 すぎなみNPO支援センター(阿佐谷南1-47-17阿佐谷地域区民センター4階) 当日、直接会場へ

★区民も事業者も「社会貢献」しています！

地域のNPO活動は、人的にも財政的にも、皆さんの支援や協力に支えられています。

昨年もNPO支援基金の普及啓発とNPO活動への理解促進を目的として、「すぎなみNPOフェスタ」をセシオン杉並で12月20日～21日に開催しました。基金チャリティーコンサートや各ワークショップへご参加いただいた方のご寄附のほか、企業からの協賛品の提供もあり、総額約47万円にのぼる寄附が集まりました。

多数の来場とご寄附をありがとうございました。



▲杉並区民オペラの皆さんによるチャリティーNPOフェスタにて

【協賛いただいた事業者】

- ◆あいおい損害保険(株) ◆(有)井荻スポーツ社 ◆(有)オアシス
- ◆KIRIN ◆芝信用金庫 ◆西武信用金庫 ◆(株)チャイルド社
- ◆東京ガス(株)西部支店 ◆東京電力(株)荻窪支社 ◆NPO法人セカンドハーベスト・ジャパン ◆(株)細田工務店

一部日程のみ
 予約制です！

春のポリオ予防接種

★予約が必要な会場と日程★

申し込み＝3月7日(土)から電話で、区コールセンター ☎#8800 ☎3372-8800へ▷定員＝各日170名(先着順)▷来場時間＝午後1時15分～2時15分▷その他＝時間の予約はできません

場 所	日 程
荻窪保健センター(荻窪5-20-1)	4月13日(月)・14日(火)
高井戸保健センター(高井戸東3-20-3)	4月13日(月)
高円寺保健センター(高円寺南3-24-15)	4月15日(水)

★予約なしで接種できる会場と日程★

申し込み＝当日、直接会場へ▷来場時間＝午後1時～2時15分

場 所	日 程
荻窪保健センター	4月20日(月)・28日(火) 5月8日(金)・12日(火)・22日(金)
高井戸保健センター	4月22日(水)・27日(月)・30日(木) 5月14日(木)・18日(月)
高円寺保健センター	4月27日(月)・30日(木) 5月14日(木)・18日(月)
上井草保健センター(上井草3-8-19)	4月9日(木)・16日(木)・24日(金) 5月11日(月)・21日(木)
和泉保健センター(和泉4-50-6)	4月14日(火)・28日(火) 5月8日(金)・12日(火)

※日程の前半や天候によって会場が非常に混雑し、接種終了までに時間がかかる場合があります。

- ①母子手帳・ポリオ予防票を持参してください
- ②発熱・下痢・急性疾患など、当日の予診結果によって接種できない場合があります
- ③接種開始は午後1時30分です
- ④車での来場はご遠慮ください

——問い合わせは、杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025へ。



いよいよ5月に正式オープン オープニング公演

http://za-koenji.jp/

【共通】

場座・高円寺(高円寺北2-1-2) ☎☎電話で、座・高円寺チケットボックス ☎3223-7300へ。座・高円寺ホームページからも申し込みます

◇渡辺美佐子主演 劇場オープニング企画『化粧 二幕』

今日を限りで閉じられる芝居小屋。その楽屋で大衆演劇の女座長が化粧をしながら語る「女」の物語。世界中で再演を重ねる現代戯曲の傑作が、座・高円寺で通算600回の上演を迎えます。

時5月1日(金)～31日(日)。原則として火・土・日曜日＝午後2時開演▷木・金曜日＝午後7時30分開演場座・高円寺2 内作＝井上ひさし▷演出＝木村光一 費4500円(全席指定) 内チケット発売日＝3月6日(金)午前10時



▲渡辺美佐子

◇春の劇場 流山児★事務所『ユーリタウン—URINETOWN The Musical』

地球環境問題を扱いながらミュージカルのおもしろさと冒険心を備えたトニー賞受賞ミュージカル。小劇場実力派キャストを総結集してお届けします。

時5月29日(金)～6月28日(日)。原則として水・土・日曜日＝午後2時開演▷火・木・金曜日＝午後7時開演場座・高円寺1 内翻訳＝吉原豊司▷台本＝坂手洋二▷演出＝流山児祥 費4500円(全席指定) 内チケット発売日＝3月13日(金)午前10時



◎アライツヤ

※お得な「なみちけ」(座・高円寺の主催・提携公演に使える4枚つづりのチケット引換回数券)は座・高円寺で販売しています。こちらもご利用ください。

(発行日)毎月1日、11日、21日

