

# 9ぎなみ



歩きながら、元氣と文化が、すぎなみ生まれる街。

特別養護老人ホームと障害者支援施設の併設施設が開設	…… 2
マナーを守ってペットを飼いましょう	…… 4
阿佐谷ジャズストリート2008	…… 8

特集号「犯罪による被害者への支援」が折り込まれています

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

ご存じですか

## 区と交流のある都市

### 友好・交流都市・災害時相互援助協定・まるごと保養地協定

#### 友好・交流都市

教育・文化・経済などの交流を進めるとともに、災害時には、お互いに協力するため協定を結んでいます。  
また、国内だけでなく国際友好都市として、オーストラリアのウイロビー市や大韓民国ソウル特別市瑞草(ソッチョ)区とも交流を深めています。

#### 災害時相互援助協定

地震などが発生した場合に、両自治体が相互に協力して応急対策や復旧対策を円滑に行うことを目的としたものです。  
「新潟県中越地震」では、この協定に基づき、小千谷市へ物資の搬送や職員派遣などの支援を実施しました。また、区民や地域の方から多額の義援金が寄せられました。

#### まるごと保養地協定

区内在住・在勤・在学の方が、協定に賛同する旅館・ホテル・ペンション・民宿などを利用する場合、同行者も含めて、2泊以上連泊の場合は2割引、1泊でも1割引以上のサービスが受けられます。  
また、宿泊者には、土産物や諸施設利用料などの割引サービスもあります。

#### 災害時相互援助協定

### 新潟県小千谷市

平成16年5月12日に災害時相互援助に関する協定を締結しました。  
魚沼産コシヒカリ米・へぎそば・地酒・みそなどの特産品が有名で、年4回、区内で特産品の販売を行っています。

#### ◇小千谷フェア

時10月12日(日)午前11時～午後3時(雨天実施。区後援) 場小千谷学生寮脇広場(井草4-16-23) 特産品の販売 当日、直接会場へ 場小千谷市産業開発センター ☎0258-83-4800 車でのご来場はご遠慮ください。マイバッグ(買い物袋)を持参してください



▲岩沢地区の棚田

#### 交流都市・災害時相互援助協定

### 北海道名寄市

平成元年7月13日に交流自治体協定を締結しました。  
毎年6月に、北海道1位の収穫量を誇る新鮮なグリーンアスパラを区役所で販売しています。  
また、区と名寄市の子どもの相互交流も活発に行われています。



▲紅葉のピヤシリ山

#### まるごと保養地協定

### 福島県北塩原村

平成16年11月1日にまるごと保養地協定を締結しました。  
会津磐梯山や五色沼・松原湖など、裏磐梯高原として親しまれている日本有数の観光地です。

#### ◇すずらんフェスティバルで物産展を開催

キノコやりんご・栗・採れたての高原野菜・温泉から作った山塩・花まめなど、秋の味覚や特産品を直送でお届けします。  
時10月4日(土)・5日(日)午前10時 場南阿佐谷すずらん通り商店街 場同村総務企画課 ☎0241-23-3112 車でのご来場はご遠慮ください。マイバッグ(買い物袋)を持参してください



▲中津川溪谷の紅葉

#### 友好都市・災害時相互援助協定

### 群馬県東吾妻町

平成元年8月6日に友好自治体協定を締結しました。  
関東の耶馬溪と呼ばれる吾妻峡をはじめ、日本名水百選のひとつ箱島湧水など豊かな自然に恵まれています。

#### ◇吾妻の朝市

時10月16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口前 場新鮮野菜と農産加工品の販売(品物は育成状況により変更となる場合あり) 当日、直接会場へ 場文化・交流課



▲国指定名勝 吾妻峡

#### 災害時相互援助協定

### 福島県南相馬市

平成17年5月27日に災害時相互援助に関する協定を締結しました。  
毎年7月には、500余騎の騎馬武者が疾走する勇壮な「相馬野馬追」が開催されます。

#### ◇田舎暮らし体験ツアー

時10月24日(金)～26日(日)(2泊3日。貸し切りバス利用) 場福島県南相馬市内森林浴・農業・郷土料理・相馬野馬追体験など 場区内在住の方 場50名(申込順) 場1万5000円 場電話で、10月10日までに南相馬市観光交流課へ 場同課 ☎0244-24-5263 場詳細は、申し込み後に別途お知らせします



▲相馬野馬追

#### 問い合わせ

「友好・交流都市」は文化・交流課  
「災害時相互援助協定」は防災課  
「まるごと保養地協定」は区民生活部管理課へ。





# 特別養護老人ホームと 障害者支援施設の併設施設が開設します

21年7月、高円寺北1-28(警察大学校等跡地)に、(社)鶴足津福祉会が開設する特別養護老人ホーム「マイルドハート高円寺・ほのぼの」と障害者支援施設「マイルドハート高円寺」なでしこの利用者を募集します。

## 特別養護老人ホーム

### 「ほのぼの」の入所者

この施設は、全室個室で一人を一つの生活単位とするユニット型特別養護老人ホームです。

※特別養護老人ホームとは、寝たきりや認知症で日常生活で常時介護が必要な方に、食事、入浴、排せつなどの介護や療養上の世話などのサービスを提供する施設です。

### 入所対象者

要介護1以上で常時介護を必要とし、在宅で介護を受けることが困難な方。

### 定員

一三〇名

### 入所者の負担月額

要介護5の場合八万円〜一六万円程度(入所者と世帯員の所得により異なります)。

### 申し込み方法

入所申込書と入所申込者状況を記入の上、本人または家族がお申し込みください。すでに区内や区外協定特別養護老人ホームへの入所申し込みをしている方で、「マイルドハート高円寺・ほのぼの」への入所を希望する方は、改めて変更の申し込みが必要です。

### 受付開始

10月1日(水)

### 受付窓口

区内特別養護老人ホーム

護老人ホーム・各ヶア24・介護予防課(区役所東棟一階)  
☎3332-7221 FAX3335-5641

### 障害者支援施設「なでしこ」の入所者・通所者

#### 対象者

区内在住の身体障害者(身体障害者手帳交付者)で18歳以上65歳未満の方。詳細は、各福祉事務所と障害者施策課(区役所東棟一階)で配付する募集要項をご覧ください。区ホームページにも掲載しています。

#### 定員

入所一〇名 通所三〇名  
(生活介護事業二四名・自立訓練(機能訓練)事業六名)

#### 申し込み方法

お住まいの地域を担当する福祉事務所へ、入所は9月22日、10月17日まで、通所は9月22日、12月1日までにお申し込みください。なお、区立通所施設の利用者で「マイルドハート高円寺」なでしこの通所を希望する方は、現在利用している区立通所施設へお申し込みください。

#### 杉並福祉事務所

荻窪Ⅱ荻窪5-15-13 あんさんぶる荻窪一階 ☎3398-9598  
104 FAX3398-9598

高円寺Ⅱ高円寺南2-24-18 ☎5306-2611 FAX5306-2620

高井戸Ⅱ高井戸東4-10-26

高井戸Ⅱ高井戸東4-10-26



就労でお悩みの方へ 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~午後4時(正午~1時を除く)	10月7日(火)・14日(火)・28日(火) 午後1時~4時
場所 産業経済課相談室 (区役所西棟10階)	高井戸地域区民センター (高井戸東3-7-5)
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	当日、直接会場へ
問い合わせ 産業経済課商工係	(社)杉並区シルバー人材センター ☎3317-2217

各福祉事務所、障害者施策課、障害者生活支援課  
☎3332-7221 FAX3335-5641  
10月1日(水)午前10時~高円寺障害者交流館(高円寺南2-24-18) 当日、直接会場へ  
障害者施策課、障害者生活支援課

## 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)

## 国民年金のお知らせ

——問い合わせは、国保年金課国民年金係へ。

高齢任意加入制度のご利用を  
高年齢基礎年金の受給には、保険料納付や免除承認期間、厚生年金・共済組合の加入期間などが二年以上必要です。

60歳になった時に、受給資格を満たしていない場合や年金額を増やしたい場合は、65歳まで任意加入できます(満額が限度)。

ただし、厚生年金・共済年金加入中の方や、老齢基礎年金の繰り上げ支給を受給中の方は任意加入できません。また、昭和40年4月1日以前生まれで65歳の時に受給権のない方は、受給資格を満たすまで(70歳が限度)特例で任意加入できます。保険料は口座振込になりますので、金融機関の通帳と届出印をお持ちください。

外国人の方も国民年金に加入が必要です。日本に住む20歳以上60歳未満で外国人登録を行っている方は、国民年金に加入することになります(厚生年金加入者、厚生年金・共済組合加入者の被扶養配偶者は除く)。加入手続きについては、お問い合わせください。

国民年金に加入して受給要件を満たせば、老齢基礎年金や、万が一のときの障害基礎年金・遺族基礎年金などが支給されます。また、保険料を六カ月以上納付した方が帰国する場合には、脱退一時金が支給されます。なお、保険料の納付が困難な方は、ご相談ください。

## 宿泊施設ガイド

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	☎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	http://www.yunosato-sugina.com/	http://www.iwabitsu.co.jp/	http://www.anshin-yado.com/	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歳以上または障害者には3000円)の宿泊補助が適用されます。宿泊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)を現地施設で提示し、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)。

宿泊料金など	平日		休日		夏季	
	大人	子ども	大人	子ども	大人	子ども
湯の里	区民=7980円~	区民=5565円~	区民=9030円~	区民=6615円~	区民=9030円~	区民=6615円~
ホテル・コニファー	区民=8505円~	区民=6300円~	区民=9555円~	区民=7350円~	区民=9555円~	区民=7350円~
富士学園	小学生以上=6720円~ (10月以降は7000円~)		小学生以上=7350円~ (10月以降は8000円~)		小学生以上=8400円~	
弓ヶ浜クラブ		5歳以上=7350円~			5歳以上=8295円~	
入湯税	12歳以上150円		中学生以上150円		12歳以上130円	

※宿泊料金は、1泊2食の金額で消費税込みです。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があります。夏季期間は、施設により異なります。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。

## 直営施設 教職員研修所「秋川荘」

施設	あきる野市五日市 ☎042-596-0693
料金	大人4400円、子ども2700円 (1泊2食)
申し込み方法	11月の利用申し込み=研修使用日以外は、10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10月10日は電話のみの受け付け(先着順)となります。年末年始(12月29日~1月3日)の利用申し込み=専用ハガキで10月1日~15日(必着)までに郵送または下記の窓口を持参。
休館日	11月5日(水)・6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)。



長寿医療制度の保険料(後期高齢者医療保険料)は、所得税や個人住民税を計算するときの社会保険料控除に該当します。被保険者ご本人の年金から保険料が引き落とされる場合は、介護保険料と同じように被保険者ご本人について社会保険料控除が適用されます。この場合、ご本人が世帯主または配偶者の税法上の扶養控除対象者であっても、年金から引かれた保険料は、ご本人以外の社会保険料控除に適用できません。

10月以降、年金から保険料を引き落とされる配偶者の方に、**長寿医療制度の保険料と社会保険料控除**は、お問い合わせください。制度の詳細や手続きについては、お問い合わせください。国保年金課高齢者医療係

**愛知県集中豪雨災害義援金にご協力を**

日本赤十字社では、下記のとおり義援金を受け付けています。区役所に義援金箱を設置しますので、皆様のご協力をお願いします。  
●受付場所=月~金曜日=保健福祉部管理課地域福祉係(東棟3階) / 土・日曜日=区民課区民係(東棟1階)▷入金方法=郵便振替で「00840-5-49 日本赤十字社愛知県支部」へ振り込み。通信欄に「愛知豪雨義援金」と明記▷その他=受領証の発行を希望する場合は、その旨を通信欄に記載。期間中の手数料は無料▷受付期間=10月2日(木)まで(祝日を除く)  
☎保健福祉部管理課地域福祉係

**好きです銭湯・銭湯の魅力をご紹介します**

10月10日は、「1010」にちなんで銭湯の日です。今でも元気ががんばるお近くの銭湯の紹介や、浴場内の背景画、ケロリン桶、舞台裏の秘密など、その魅力を展示します。また、海外旅行応募券、東京銭湯お遍路マップを配付します。  
☎10月8日(水)~10日(金) 区役所1階ロビー 園杉並浴場組合・石原 ☎3334-8402 (午後1時以降) 他 http://sentou.jp

浴場名	所在地	電話番号	内容・日時
和泉湯	和泉1-18-1	3321-0929	てぬぐい体操=10月26日(日)、11月23日(祝)、12月28日(日)午後1時
亀の湯	本天沼1-2-8	3399-6472	太極拳=10月26日(日)、11月23日(祝)、12月21日(日)午後2時
観音湯	阿佐谷南3-27-4	3398-5743	健康エアロビクス=10月26日(日)、11月23日(祝)、12月28日(日)午後2時30分
Gokurakuya	上荻2-40-14	3399-0276	気功太極拳=10月19日(日)、11月16日(日)、12月21日(日)午後2時45分
小杉湯	高円寺北3-32-2	3337-6198	自力整体=10月1日(水)、11月5日(水)、12月3日(水)午後2時30分
さくら湯	和田3-11-9	3381-8461	健康エアロビクス=10月1日(水)、11月5日(水)、12月3日(水)午後2時15分
杉並湯	梅里1-13-7	3312-1221	健康エアロビクス=10月1日(水)、11月5日(水)、12月3日(水)午後2時30分
第一宝湯	天沼3-38-12	3398-2392	てぬぐい体操=10月5日(日)・19日(日)、11月16日(日)、12月7日(日)・21日(日)午後2時30分
大黒湯	和泉1-34-2	3328-2137	気功太極拳=10月5日(日)・19日(日)、11月2日(日)・16日(日)、12月7日(日)・21日(日)午後1時
第二石原浴場	宮前4-6-13	3334-8402	太極拳=10月11日(出)、11月15日(出)、12月20日(出)午後2時45分
第二宝湯	本天沼2-7-13	3390-8623	気功太極拳=10月12日(日)、11月9日(日)・23日(祝)、12月14日(日)午後2時15分
玉の湯	阿佐谷北1-13-7	3338-7860	太極拳=10月19日(日)、11月16日(日)、12月21日(日)午後1時45分
天狗湯	西荻南1-21-4	3333-9461	手もみ体操=10月19日(日)、12月21日(日)午後2時30分 ピース教室=11月16日(日)午後1時
天徳湯	西荻北4-24-5	3390-1561	健康エアロビクス=10月12日(日)、12月14日(日) / てぬぐい体操=10月26日(日) / 健康体操(自彊(じきょう)術)=11月9日(日)、12月21日(日) / いずれも午後0時30分
なみのゆ	高円寺北3-29-2	3337-1861	元気塾いすに座って健康体操=10月5日(日)、11月2日(日)、12月18日(日)午後1時
浜の湯	浜田山3-24-4	3303-6665	コーラス=10月1日(水)、11月5日(水)、12月3日(水)午後2時30分 太極拳=10月15日(水)、11月19日(水)、12月17日(水)午後2時30分
秀の湯	桃井4-2-9	3399-6112	てぬぐい体操=10月11日(出)、11月8日(出)、12月13日(出)午後2時
文化湯	西荻北4-3-10	3390-1051	自彊術=10月12日(日)、11月23日(祝)、12月14日(日)午後2時30分
平和湯	阿佐谷北4-17-11	3337-3232	気功太極拳=10月16日(水)、11月20日(水)、12月18日(水)午後1時45分 健康体操=11月6日(水)午後1時45分
弁天湯	高円寺南3-25-1	3312-0449	てぬぐい体操=10月5日(日)、11月2日(日)、12月7日(日)午後2時
大和湯	和田1-71-18	3381-3452	健康エアロビクス=10月26日(日)、11月23日(祝)、12月28日(日)午後1時45分
湯の楽代田橋	和泉1-1-4	3321-4938	てぬぐい体操=10月14日(火)、11月11日(火)、12月9日(火)午後1時30分 コーラス=11月16日(日)午後0時30分
ゆ家とごころ吉の湯	成田東1-14-7	3315-1766	てぬぐい体操=10月19日(日)、12月21日(日)午後0時30分 健康エアロビクス=11月16日(日)午後0時30分
林泉湯	天沼1-13-12	3392-2744	健康体操(自彊術)=10月17日(金)、11月21日(金)、12月12日(金)午後1時30分

(注) 1. てぬぐい体操は、てぬぐいを持参。 2. ピース教室などは、材料費を負担していただく場合があります。

9月~10月に実施する **震災救援所訓練(総合震災訓練)のお知らせ**

—問い合わせは、防災課へ。

9月から11月にかけて震災救援所(すべての区立小中学校)で、震災訓練を実施しています。いつ起こるかわからない災害に備え、お近くの震災救援所の訓練に、ぜひ参加しましょう。

◇杉並第七小中学校で震災救援所訓練を実施します

当日は、杉並消防署の協力で救命救急(AED操作)や煙体験訓練を実施します。また、防災食の五目ご飯などの試食もできます。

☎9月27日(土)午前10時~午後0時30分(日)当日、直接会場へ

◇10月実施の救援所  
■11日(土)実施  
高円寺中学校(午後1時~4時)

- 18日(土)実施  
四宮小学校(午前10時~正午)  
和田中学校(午後1時~2時30分)
- 26日(日)実施  
沓掛小学校(午前10時~午後1時)  
大宮小学校(午前10時~正午)  
西田小学校(午後1時30分~4時)  
高井戸東小学校(午後1時~4時(予定))

震災救援所の訓練内容は、救援所ごとに計画を立てています。

11月以降に訓練を実施する救援所については、日程が決まり次第お知らせします。



平成20年住宅・土地統計調査にご協力ください

10月1日(水)、全国一斉に「住宅・土地統計調査」が行われます。この調査は、住宅・土地に関する最も基本的な調査で、その結果は、国や都道府県・区市町村が住生活基本計画やまちづくり施策など、さまざまな施策の重要な基礎資料として活用されます。

◆調査の対象

17年国勢調査の調査区の中から、総務大臣が指定した調査単位の区の中から選ばれた住宅と世帯。区では、五五二の調査単位の区の中から約九三〇〇世帯が対象となります。

◆調査の方法

調査員が抽出された各世帯を訪問し、調査票を配付・回収します。

◆調査の期間

調査票の配付は9月23日(祝)30日(火)、回収は10月1日(水)13日(祝)に行います。

◆調査の内容

現在、住んでいる住居に関する事項(居住室の数・広さ、建物の構造など)、世帯に関する事項(現住居に入居した時期・前住居の所在地など)、現住居以外の住宅と土地に関する事項。

◆調査の問い合わせ先

区民生活部管理課統計係 ☎3334-8402

**ゆ 身近なまちのお風呂屋さんで 楽しく健康づくり**  
◆杉並区まちの湯健康事業◆  
55歳以上の方を対象に、区が杉並浴場組合に委託して行う健康事業です。参加した方は、当日100円で入浴できます。  
時・場・内左表のとおり(師)社杉並区シルバー人材センター・ダイヤビックひばり会・NPO法人グループあいびーほか(定)会場により異なります(先着順)(費)無料(申)当日、直接会場へ(問)各浴場(正午以降)



# 結核は「過去の病気」ではありません

## ◇結核の最近事情

19年中の区内の新たな結核患者数は145人に上り、決して過去の病気ではありません。特に都市部に患者が多く、区の結核罹患率も全国平均より高くなっています(図1)。最近、高齢者に加えて若年者の発病も多くなり、注意が必要な状況が続いています(図2)。

※罹患率=1年間に発生した患者数を人口10万人あたりの数で表したものです。

## ◇結核はどんな病気?

初期症状は風邪に似ています。主な症状は、せき・たん・血たん・胸痛・微熱です。せきが2週間以上続くときなどは、結核の危険信号です。

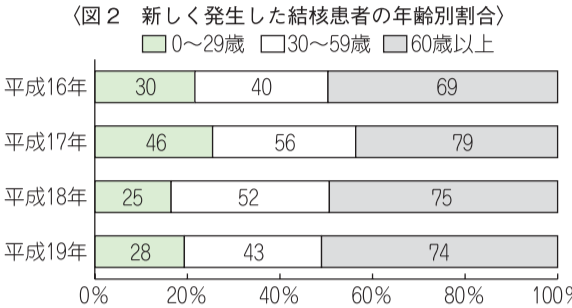
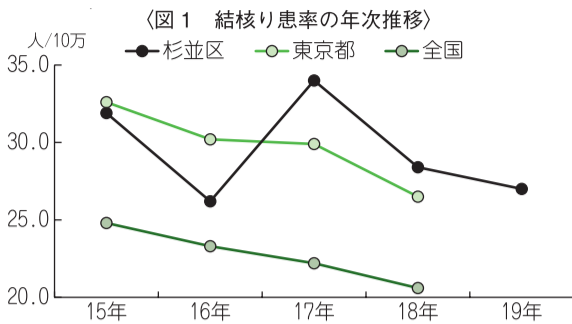
早めに発見してきちんと治療すれば治る病気です。早期発見は本人の重症化を防ぐだけでなく、大切な家族や周囲の人への感染を防ぐために重要です。

## ◇早期発見・早期受診を

せきやたんが長引く場合は、早めに医療機関で受診しましょう。結核の検査には、胸部エックス線検査・たんの検査などがあります。

## ◇結核を予防するには

からだの抵抗力が低下すると、発病し



やすくなります。栄養と睡眠を十分にとって、規則正しい生活を心掛けましょう。糖尿病などを放置していると抵抗力が低下することがありますので、医師のもとできちんと病気を管理しましょう。

## ◇BCG予防接種を受けましょう!

乳幼児は結核に感染すると重症化しやすいため、生後6カ月までの法定期間内にBCG接種を受けましょう。

——問い合わせは、杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025へ。

## 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。

### 〔自転車の規制について〕

最近、歩道の真ん中を堂々と走る自転車が非常に多く、ヒヤッとすることがあります。また、携帯を片手に運転している人もいます。区から注意してほしいと思います。

### 〔回答〕

自転車は道路交通法で「軽車両」と定められていますので、乗用車やオートバイなど

と同様に「道路交通法」などの法律を順守して使用しなければなりません。

逆走(右側通行)・自転車の信号無視や安全不確認・歩道の歩行者への通行妨害・夜の無灯火走行など、交通違反やマナーの低下に起因する迷惑行為が近年多発していることには、区・警察ともども苦慮しています。

このように、年代を問わず自転車利用者の交通ルール順守・マナーが低下している状況の中、区と警察は連携し、機会あるたびに広報や街頭指導、区民対象の交通安全教室・小学校の中学年児童を対象とした自転車教室を区立小学校

全校で実施するなど、区民の皆さんに自転車利用のルールとマナーを知っていただくよう力を注いでいます。

本来、自転車運転の法令違反者は、道路交通法における処罰の対象となります。交通ルールが守られない現状については、自転車の交通違反に対して毅然とした対応が必要と考えています。区は、引き続き、区内の警察署に対して取り締まりの強化を強く要請してまいります。

これからも、関係機関、住民の方と連携を図り、安全安心な社会の実現に向けて努力します。

(担当課=交通対策課)



# マナーを守ってペットを飼いましょう

——問い合わせは、生活衛生課 ☎3391-1991へ。

## ◇9月20日(土)~26日(金)は動物愛護週間です

私たち人間と同じように、命あるものである動物の愛護と適正な飼育についての関心と理解を深めるために、「動物の愛護及び管理に関する法律」に基づき、設けられました。

この機会に、私たちの身近にいる動物、特に犬や猫について、もう一度考えてみましょう。

### 犬の飼い主の皆さんへ

#### ◇リード(引き綱)について

散歩のときは、小型犬であっても必ずリードにつなぎ、犬を制御できるようにしてください。道路には犬が苦手な人も歩いています。

また、思わぬ事故が起こることもあります。必ずリードにつないで、人も犬も安心して歩けるようにしましょう。

#### ◇トイレの後始末

散歩前に済ませられれば理想ですが、散歩に出かけるときはふんを始末する道具を必ず携帯し、きちんと処理しましょう。自分の家の前にふんを置き去りにされたら、犬の好きな人でも嫌な思いをします。

また尿もそのままにせず、水や消臭剤をかけるなどの心遣いをお願いします。

#### ◇鳴き声

無駄吠えをするような場合は、室内へ入れる、散歩に連れて行く、カーテン等で外からの刺激を遮断するなどストレスを和らげるよう努め、近隣の迷惑にならないようにしてください。

#### ◇登録と狂犬病予防注射

犬の飼い主は、生涯1回の登録と年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。

また、鑑札・注射済票は、犬の首輪などに着けておきましょう。

### 猫の飼い主の皆さんへ

#### ◇屋内飼育と終生飼養

屋外は交通事故や感染症の危険など、猫にとって安全な場所ではありません。また、どこでも自由に出入りできるため、思わぬ所で近隣に迷惑をかけているケースがあります。猫は屋内で飼養するようにしてください。

また、一度飼い始めたら最後まで責任を持ってくだ

さい。猫は飼い主とともに生活してこそ幸せなのだということを忘れないでください。

#### ◇不妊・去勢手術を

不妊・去勢手術を行うと、性格がおとなしくなる、発情期の鳴き声やストレスがなくなるなどの効果があり、屋内飼育もしやすくなります。

#### ◇「飼い主のいない猫」とは

一般的には野良猫と呼ばれ、特定の飼い主がいない猫のことですが、もともとは無責任な人間が捨てた猫や、それらが繁殖して増えたものです。かわいそうだとえさだけを与えるだけでは、同じような境遇の猫を増やすだけです。

まず、新しい飼い主を探すなどしてください。それでも飼い主が見つからない場合には、これ以上、このような猫を増やさないようにするという意識を持ち、近隣の方の理解を得るためにも、次のことを守りましょう。

- ①不妊・去勢手術をする。
- ②食べ残しは片付けて、周囲を清潔に保つ。
- ③ふん・尿をした場合、その始末をする。
- ④えさはできるだけ決めた時間に与える。

## 11月の休日パパママ学級

11月9日(日)午前・午後、22日(土)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 杉並保健所3階(荻窪5-20-1) 内もく浴実習、妊婦体験、お産に向けての話など 師助産師など 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 定員26組 費用無料 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、10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)へ 同課 ☎3391-1015 結果は10月20日ごろに通知します 応募者多数の場合は出産予定日などで調整します

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。日程は左表参照。問い合わせは、各保健センターへ。

## 公園で体験! 犬のしつけ方・ふれあい方

——問い合わせは、みどり公園課公園利用係へ。

#### ◇犬のしつけ方教室

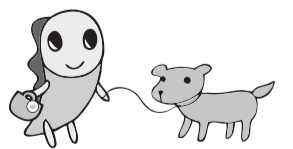
初歩的なしつけ方(リーダーウォーク、排せつコントロール)を、飼い犬と一緒に学びます。

10月25日(土) ①午前10時②午後1時(各回1時間程度) 飼い主1人につき飼い犬1頭(小学生以下は保護者同伴) 定員各回15名(抽選) 参加犬の条件=(1)生後6カ月以上(2)狂犬病予防接種・混合ワクチン接種済(当日確認できる物を持参してください)(3)ひどいかみ癖のある犬、生理中のメス犬は除く

#### ◇犬と友だち・はじめて教室

犬の正しい接し方を同伴犬協会の犬たちと園を散歩しながら学びます。

10月25日(土)午前11時30分~正午 NPO法人日本同伴犬協会 犬を飼っていない児童(未就学児は保護者同伴) 定員10名(抽選)



共通: 井草森公園(井草4-12-1) 費用無料 往復ハガキに①住所②氏名(フリガナ)③生年月日④昼間の連絡先⑤教室名、しつけ方教室希望の方は⑥参加時間⑦犬の名前⑧犬種⑨性別⑩年齢も書いて、10月3日(必着)までにみどり公園課公園利用係へ 見学のみのみも大歓迎です



区がらの お知らせ SUGINAMI INFORMATION 高齢者など

高齢者インフルエンザ 予防接種が始まります

65歳以上の方に、「インフルエンザ」予防接種予診票」などを9月末にお送りします。接種を希望する方は、同封の「お知らせ」をよく読み「予診票」に必要事項を記入して契約医療機関に持参してください。また、満60歳以上で、心臓・じん臓・呼吸器の機能障害のある方など(身体障害者手帳一級相当)も対象になります。

【接種期間】10月1日(水)～21年1月10日(土)期間内一回のみ 【自己負担額】二二〇〇円(生活保護等受給中の方は免除。「予診票」を福祉事務所、保健センターまたは杉並保健所保健予防課に持参し、「免除」のスタンプを受けてください) 杉並保健所保健予防課 ☎3391-11025 または各保健センター(電話番号は下表参照) 他二三区に加えて今年度から三鷹市の医療機関でも接種できます。それ以外で接種を希望する場合は必ず事前に同課へご相談ください

子育て・教育

新しい乳・子医療証をお送りします

現在、中学三年生までの年齢に該当している方に交付している乳・子医療証(淡いオレンジ色)の有効期限は9月30日です。9月末に、10月1日から利用できる医療証(若草色)をお送りします(郵送先は、住民登録地または外国人登録地です。それ以外の住所にはお送りすることはできません)。新しい医療証の有効期限は21年9月30日です。ただし、21年3月に中学校を卒業する方の子医療証と、4月に小学校へ入学する方の乳医療証の有効期限は21年3月31日です。小学校に入学する方の子医療証(有効期限9月30日まで)は、3月下旬にお送りする予定です。乳・子医療証をお持ちでない方はお問い合わせください。なお、生活保護(医療扶助)を受給している方や児童福祉施設等に入所している方など、医療費助成の対象にならない場合があります。子育て支援課子ども医療・手当係

環境・清掃

省エネなんでも相談窓口

知識豊富な相談員がお答えします。 時 10月7日(火) あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 21日(火) 区役所一階ロビー/いづれも午前10時～午後4時 当日、直接会場へ 環境課地球温暖化対策担当 ☎3398-3195

住まい・まち

東京外かく環状道路 第二回杉並地域PI課題検討会を開催します

東京外かく環状道路(関越道―東名高速間、外環)の都市計画は平成19年4月に高架方式から地下方式に変更されました。国・都・杉並区は外環整備に伴う杉並地域の課題を整理して、今後どのように対応していくか、地域の皆さんにご意見を提案していただくため、7月26日に引き続き「第二回杉並地域PI課題検討会」を開催します(課題検討会参加者の募集・登録は終了しました)。 ※PIとは、住民・利用者等に情報を提供した上で、広く意見を聴きながら検討する方式です。 時 10月4日(土)午前10時30分～正午、午後1時～5時 区役所第四会議室(中棟六階) 内第一回の補足説明、グループ検討・発表など 傍聴を希望する方は当日、直接会場へ 国土交通省関東地方整備局外環調査事務所 ☎0120-341419、東京都都市整備局都市基盤部外かく環状道路担当 ☎5388-3279、区都市計画課 ①

施設情報

勤労福祉会館・西荻地域区民センター設備改修工事

勤労福祉会館併設西荻地域区民センター(桃井4-3-2)は、10月～11月の予定で冷暖房設備改修工事を行います。期間中は、「冷暖房の使用ができません」、「工事の音が館内に響く」、「地下駐車場の使用制限がある」など、利用者の皆さんにご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。 区地域課西荻地域活動係 ☎301-0981

高井戸市民センター 駐車場の利用休止

10月4日(土)・5日(日)・17日(金)・19日(日)は、「秋まつり」と「環境博覧会すぎなみ2008」開催のため駐車場が利用できません。温水プールなど同センター内各施設へお越しの際は、公共交通機関をご利用ください。

環境課環境活動担当 ☎398-3195

松ノ木運動場の一部休場

野球場・庭球場(クレイコート)の土面掘り起こしと野球場の芝張り替え工事のため休場します。人工芝庭球場(三～四番)は、隣接する庭球場の工事に伴い、安全確保のため休場します。 内休場期間 野球場 21年1月4日(日)～6月30日(火) クレイコート(一～二番) 人工芝庭球場(三～四番) 21年2月1日(日)～3月31日(火) 社会教育スポーツ課 ①人工芝庭球場(五～六番)は通常どおり営業します ②21年1月4日(日)～3月31日(火)の間は駐車場は利用できません

募集します

すぎのき生活園 臨時職員(アルバイト)

知的障害者通所施設での利用者介助とバスでの送迎 勤務日時 10月1日から六カ月間(平日に月二日以内) 午前10時15分～午後4時15分 勤務場所 すぎのき生活園 時給 九四〇円(その他交通費支給(日額五〇〇円以内)) 募集人数 一名 電話連絡の上、履歴書に「アルバイト」と書いて、9月25日(必着)までにすぎのき生活園(〒167-0021 井草3-18-14)へ郵送または持参 すぎのき生活園 ☎3399-8953

訂正とおわび

9月11日付広報すぎなみ5面「東京都圏内バス」の誤りについてお詫言います。10月11日付広報すぎなみ5面「東京都圏内バス」の誤りについてお詫言います。10月11日付広報すぎなみ5面「東京都圏内バス」の誤りについてお詫言います。

各保健センター 10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(高円寺南3-24-15), 上井草(上井草3-8-19), 和泉(和泉4-50-6). Rows include health consultation, childcare consultation, mother's class, etc.

※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区役所東棟3階保健福祉支援係へ。健康相談のうち、検査を伴うものは区内在住の方が対象です。腸内細菌検査は区内在勤・在学の方も対象とします。

東京杉一クラブが 杉並区スポーツ栄誉章を受章しました 9月6日(日)に、全日本バレーボール小学生大会で見事優勝した東京杉一クラブが「杉並区スポーツ栄誉章」を受章しました。授与式は土日開庁初日の区役所ロビーで行われ、中杉通りの優勝記念パレードを終えて入場した東京杉一クラブの皆さんを、手続きなどで来庁した方が一緒に祝福してくれました。



社会教育スポーツ課社会体育係



■杉並区図書館ネットワーク講演会「源氏物語千年～どう読まれてきたか」

時10月4日(出)午前10時40分～午後0時10分 場高千穂大学(大宮2-19-1) 師同大学教授・渋谷栄一 対区内在住・在勤・在学の方定200名(先着順) 費無料 当日、直接会場へ 中央図書館「杉並区図書館ネットワーク講演会」担当 ☎3391-5754

■大人のための朗読と語りの会

大人が大人のために古典から現代文学まで語ります。本を聞くおもしろさを味わってみませんか。 時10月4日(出)午後1時30分～3時 場阿佐谷図書館(阿佐谷北3-36-14) 師レイ・ブラッドベリ『猫のパジャマ』、『今昔物語集』など▷朗読・語り=ルピナス絵本の会定40名(先着順) 費無料 当日、直接会場へ 阿佐谷図書館 ☎5373-1811

■福祉型住宅改修従事者研修

時10月16日(木)午後1時30分～4時30分 場職員能力開発センター(成田東4-36-13) 師介護保険の住宅改修給付と区の介護予防、自立支援の住宅改修の概要など 師「福祉型住宅改修業者」として新たに登録を希望する工務店などの方ほか定40名程度(申込順) 費無料 当日、直接会場へ FAX5307-0649

■杉並の女性史「杉並にゆかりの女性」

時・内10月25日(出)=松井須磨子▷11月1日(出)=柳原白蓮/いずれも午後1時30分～3時30分(計2回) 場あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 師女性史研究家・吉見周子 対区内在住・在勤・在学の方定60名(抽選) 費無料 当日、直接会場へ 復ハガキ(7面記入例参照)で、10月14日(必着)までに男女平等推進センター(〒167

-0051荻窪1-56-3)へ 同センター ☎3393-4410

■家族介護教室

◇リンパの流れを良くして健康になろう 時9月30日(火)、10月7日(火)午後1時30分～3時(計2回) 場阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 師遠藤桂子 対区内在住で65歳以上の方、運動することに健康上不安のない方定10名(申込順) 費無料 当日、直接会場へ ケア24阿佐谷 ☎3339-1588

◇始めましょう！自宅で気軽に転倒予防体操

時10月6日(月)午後2時～4時 場セシオン杉並(梅里1-22-32) 対区内在住で65歳以上の方定20名(申込順) 費無料 当日、直接会場へ ケア24和田 ☎3380-0024 または ケア24高円寺 ☎5305-6151 へ 動きやすい服装でお越しください

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10月3日(金)午前10時30分～正午 定10名 費無料 当日、直接会場へ

〈ゆうゆう館(旧敬老会館)の催し〉

Table with 4 columns: ゆうゆう館名, 内容, 日時, 費用. Rows include: 高井戸東館(パソコン習得), 高井戸西館(携帯電話), 久我山館(パソコンで作って), 浜田山館(健康のために).

\*申し込み・問い合わせは、各ゆうゆう館へ。

◎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9月21日午前8時30分からハガキ締切日まで。



スポーツのある暮らし 健康の第一歩

競技大会

●区民体育祭秋季大会

◇なぎなた 時10月26日(日)午前10時～午後4時 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 師種目=団体・個人・演技競技 対区内在住・在勤・在学の方定1人1000円(当日受付) 当日、直接会場へ FAX3332-6579

◇ゴルフ

時11月14日(金)午前7時30分 場千代田カントリークラブ(茨城県新治郡) 師競技方法=18ホールストロークプレー(新ペリア方式) 対区内在住・在勤・在学者とその同伴者定100名(申込順) 費参加費5000円、プレー費1万3000円(食事付) 当日、直接会場へ FAX3339-8226

◇ライフル射撃

時10月19日(日)午前9時～午後4時 場埼玉県長瀬総合射撃場(埼玉県秩父郡長瀬町野上下郷2395-1) 師種目=①S B=50m 3×40M②50m 3×20W③50m P60▷A R=④10m S 60M⑤10m S 40W⑥10m A P 60(1人2種目まで) 対区内在住・在勤・在学または区ライフル射撃協会会員で銃所持許可者定①6000円②5000円③4000円④～⑥各2000円 当日、直接会場へ FAX3318-0120

●区民体育祭スポーツ・レクリエーション大会

◇青空体力づくりフェスティバル

時10月20日(月)午前10時～正午 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 師読売日本テレビ文化センター「中高年のためのパラパラダンス」講師・益子あんな 対区内在住・在勤・

在学で軽運動のできる方定80名(申込順) 費200円(保険料含む。当日受付) 当日、直接会場へ FAX3390-9437

●区バウンドテニス協会創立20周年記念大会

時10月4日(出)午前9時～午後5時(区後援) 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 師団体ダブルス戦=男子・女子・混合(9ゲームマッチ) 対区内在住・在勤・在学の方定70名(申込順) 費1人1000円(当日受付) 当日、直接会場へ FAX5932-4691

スポーツ教室

●ミニテニス ◎教室番号「0452」

時10月31日～12月5日の毎週金曜日、午前11時～午後1時(計6回) 場大宮前体育館 対区内在住・在勤・在学で16歳以上の方定40名(抽選) 費2200円 当日、直接会場へ FAX3334-4618

●知的障害者水泳教室(高井戸温水プール)

時11月1日～12月20日の毎週土曜日、午前9時～11時(計8回) 場高井戸温水プール 対区内在住・在勤・在学・通所で小学生以上の知的障害のある方(原則保護者同伴)定30名(抽選) 費無料 当日、直接会場へ FAX3331-8652

●ヨガ

時10月4日～21年3月21日の毎月第1・3土曜日(1月3日を除く)、午後7時～9時 場永福体育館(永福3-51-17) 師畑ヒ

ロミ 対区内在住・在勤・在学で16歳以上の方定50名程度(先着順) 費1回300円 当日、直接会場へ FAX3328-3146

●障害者のためのわいわいスポーツ教室

障害の程度の重い方のための楽しいスポーツ教室で、今回は「ダンス」を行います。 時11月1日(出)午前10時～正午 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・在学で15歳以上で障害の程度が重い方定30名(抽選) 費無料 当日、直接会場へ FAX5932-4691

その他

●水泳指導員養成研修会

初心者から上級者まで、水泳・水中運動・ウォーキングなど楽しく泳いでレベルアップさせませんか。(区後援) 時11月11日(火)・26日(水)、12月10日(水)・24日(水)、21年1月14日(水)・28日(水)、2月10日(火)・25日(水)、3月11日(水)・25日(水)いずれも午後7時～9時(計10回) 場高井戸温水プール(高井戸東3-7-5) 対区内在住・在勤・在学で18歳以上の方定30名(抽選) 費5000

〈楽しく健康タイム(10月～12月)〉

Table with 3 columns: 会場, 日時, 種目. Rows include: 荻窪体育館(ヨガ), 高円寺体育館(リズム体操), 永福体育館(やさしいエアロピクス), 大宮前体育館(ヨガII), 妙正寺体育館(骨盤ストレッチ).

\*40歳程度の体力年齢の方に合わせた内容です。



## 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

**■マイバッグキャンペーン&すぎなみ環境賞区民投票**  
秋まつり会場で、手作りスタンプを使いオリジナル・マイバッグを作ってみませんか(両日とも予定枚数で終了)。

すぎなみ環境賞区民投票は、表彰候補の現物を確認しながら投票ができます。

○10月4日(土)・5日(日)午前10時～午後3時30分  
高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) 無料  
○当日、直接会場へ清掃管理課ごみ減量推進係

**■すぎなみ環境カエルくらぶ・きれいにカエル隊♪**  
○10月4日(土)午前9時～10時(雨天実施) 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 無料  
○当日、直接集合場所へ同くらぶ・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

**■ふれあい運動会**  
障害のある方もない方も一緒にスポーツを楽しむことにより「相互のふれあい」と「相互理解」を深め、障害者福祉の向上を図ることを目的に開催しています。(区共催)

○10月11日(土)午前10時～午後4時 杉並第十小学校(和田3-55-49) 区内在住の障害者とその介助者ほか 無料  
○競技参加を希望する方は所属する団体・施設などに事前にお申し込みください。所属していない方はお問い合わせください  
○障害者施策課管理係 ☎3312-8808

### すぎなみ環境情報館

◇おもちゃの公開クリニック  
○10月4日(土)午後1時～4時 杉並おもちゃドクターズ 区内在住・在勤・在学の方 定員10名(申込順) 無料(部品代実費) 電話で、同情報館へ

◇人と自然にやさしくなる対話式絵本の読み聞かせ  
○10月11日(土)午前10時30分～正午 演目=「3びきのくま」、「ながぐつをはいたねこ」ほか 杉並こどもの成長を護る杉並ネットワーク代表・井原太一ほか 区内在住・在学の方 2歳～小学生とその保護者(大人だけの参加も可) 定員25名(申込順) 無料 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  
○10月26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) 定員15区画(抽選) 無料  
○往復ハガキ(記入例参照。グループ・家族は1枚)で、10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)

— (いずれも) —

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

## 講演・講座

**■女性のための再就職支援セミナー「女性のための1日でわかる就職活動のテクニック」**

○10月16日(土)午後1時～4時(区共催) 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 成功するための再就職活動・転職市場と効率的な仕事の探し方など 講師 キャリアコンサルタント・西原榮美、片岡裕子 対象 仕事を探している女性(区内在住の方を優先) 定員50名(申込順) 無料 電話またはファクス(記入例参照)に東京しごとセンター利用の有無も書いて、ライトマネジメントジャパン ☎5211-7291 FAX5211-7292 へ 東京しごとセンター ☎5211-1571 または男女共同参画推進担当

**■環境博覧会すぎなみ2008「スローフード料理教室～素材を生かしたフランスの家庭料理」**

食材はすべてオーガニックのものを使用し、料理に使用する水や食器用洗剤など、環境のことを考えながら進めていきます。

○10月18日(土)午前10時～午後2時 場 高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) 講師 料理研究家・黒川愉子 区内在住の方 定員24名(申込順) 費700円 往復ハガキ(記入例参照)で、10月6日(必着)までに環境課環境活動担当(〒167-0051荻窪5-15-13)へ 関 NPO法人環境福祉サービス・木村 ☎090-9231-3321

**■すぎなみ大人塾公開講座「★地球の力～世界がもし100人の村だったら」**

私たちが暮らす環境を世界の現状を100人の村に例えて考える講座です。あなたも「100人の村」に生きています。

○10月9日(木)午前10時～正午 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 講師 翻訳家・池田香代子 区内在住・在勤・在学の方 定員30名(申込順) 無料 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 関 社会教育センター ☎3317-6621 FAX3317-6620 他 手話通訳を希望する方は10月1日までに社会教育センターへ

**■起業支援セミナー(基礎編)**

○区下表のとおり(計5回) 場 産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 講師 NPO法人杉並中小企業診断士会会員 区内在住・在勤・在学の方 定員30名(申込順) 費5000円 電話で、10月2日までに区コールセンター ☎#8800 ☎3372-8800 へ 関 産業経済課商工係 他 基礎編終了後、引き続き11月15日(土)から創業計画などの実務を演習する実践編を開催します

〈起業支援セミナー(基礎編)〉	
開催日	テーマ
10月9日(木)	起業の心構えとビジネスプランの概要
16日(木)	売上獲得のためのプランニング
23日(木)	資金計画と資金調達
30日(木)	顧客を呼べるマーケティング戦略
11月6日(木)	ビジネスプランの作成・開業に必要な諸知識

\*時間は、いずれも午後7時～9時。セミナー開催前の午後6時～7時に「個別相談」に応じます。

## 情報ぽけっと

区の後援・その他の催し・講座など

### 催し

**★あけぼのまつり** ○10月18日(土)午前10時～午後4時(バザーは2時まで) 場 あけぼの作業所 当日、直接会場へ 関 あけぼの作業所 ☎3395-1441

◇寄贈品を募集しています  
関 衣類(新品またはクリーニング済)・日用品・贈答品・靴・かばんなど▷電話受付=9月29日(月)～10月3日(金)▷引き取り可能地区=上井草・善福寺・今川・桃井・下井草・上荻・西荻北・西荻南(10月8日(水)～11日(土)に伺います) 関 あけぼの作業所

**★済美バザー** ○10月25日(土)午前10時～午後3時 場 済美職業実習所 関 電話で、済美職業実習所バザー担当・佐藤または石原 ☎3312-0566 へ 他①当日参加して下さるボランティアを募集しています②物品の寄付をお願いします(直接施設に持参してください。中古衣料・大型家具・大型電化製品は除く)③車でのご来場はご遠慮ください

**★宝生あやこのボエジカル公演「宮沢賢治の世界(雨にもマケズ…)」** ○10月18日(土)午後1時30分②4時30分 場 劇団手織座アトリエ 出演=劇団手織座朗読グループ 定員80名(申込順) 費2000円 関 電話またはファクス(記入例参照)で、劇団手織座 ☎3393-2721 FAX5397-9853 へ

**★馬橋商興会フリーマーケット** ○10月5日(日)午前10時～午後4時(雨天中止) 場 梅里2-4-10の駐車場 当日、直接会場へ

関 同会・中澤 ☎3312-6411 他 車でのご来場はご遠慮ください

### 講演・講座

**★郷土史講座「史跡見学会」** ○10月21日(火)～22日(水)(午前7時集合。1泊2日) 場 集合場所=JR阿佐ヶ谷駅南口 行程=阿佐ヶ谷→秋山郷→志賀パークホテル(泊)→上田城→阿佐ヶ谷 定員50名(抽選) 費2万3000円(保険料含む) 往復ハガキ(記入例参照。2名まで連記可)で、9月30日(必着)までに杉並郷土史会・原田弘(〒166-0012和田3-27-23)へ 関 同会・原田 ☎3312-6623

**★歌とゲームでつどいましょう** ○10月5日(日)午後1時～3時 場 杉並第一小学校 対象 小学生 定員100名(先着順) 無料 当日、直接会場へ 関 ガールスカウト62団・鉦取(えとり) ☎3327-9952 他 上履きを持参してください

**★さわやか健康教室** ○10月3日(金)午後1時30分～3時30分 場 西荻地域区民センター 講師 NPO法人ミュージックasパレット音楽療法士・加藤智子ほか 区内在住で60歳以上の方 定員90名(申込順) 無料 電話で、グループハート to Heart・菊池 ☎3393-1001 へ 他 スポーンを着用してください

**★親子UP!講座「わが子の心に自信をつける」** ○10月9日(土)午前10時～11時30分 場 高井戸地域区民センター 講師 社スコーレ家庭教育振興協会講師・鈴木正子 対象 幼児～小学生の親 定員40名(申込順) 無料 電話で、長久保 ☎3398-4623 他 託児あり(事前予約制)

**★講演会「私たちの食糧はだいたいどう?」** ○10月11日(土)午後2時～4時 場 あんさんぶる荻窪 関 農政ジャーナリスト・榎田みど

り 区内在住・在勤・在学の方 定員60名(申込順) 費300円 関 電話で、杉並区・生活クラブ地域協議会 ☎5377-1070 へ

**★落語を楽しむ会** ○10月15日(水)午後6時～9時 場 杉並公会堂 出演=古今亭寿輔ほか 定員100名(先着順) 無料 当日、直接会場へ 関 荻窪法人会青年部会事務局 ☎3392-1338

**★銅帽子を使った煮込み料理とエコ生活を考えよう** ○10月16日(木)午前10時～午後0時30分 場 阿佐谷地域区民センター 対象 幼児～小学生の親 定員30名(申込順) 費400円 関 電話で、10月10日までに東京第三友の会・安田 ☎3397-2644 へ

**★親子料理教室「朝食の大切さを知ろう!学ぼう!」** ○10月18日(土)午前10時～午後0時30分 場 荻窪地域区民センター 講師 生活習慣病予防指導士・高田史子 対象 4歳～12歳の子どもとその親 定員親子15組(申込順) 費親子2人で2000円(子ども一人追加500円。保険料を含む。子育て応援券利用可) 往復ハガキ(記入例参照)で、10月11日(必着)までにNPO法人すぎなみ栄養と食の会・小林(〒167-0041善福寺1-16-23-703)へ 関 同法人・小林 ☎3390-6441 他 筆記用具・エプロン・三角きん・布きんを持参してください

**★シニアのための初めてのパソコン・デジカメ講座** ○10月26日(日)・28日(火)・29日(水)・31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 場 高井戸地域活動支援センター 講師 ITスクエア杉並 区内在住で55歳以上の方 定員各15名(抽選) 費各6000円(テキスト代含む) 往復ハガキ(記入例参照)に希望する講座名も書いて、10月8日(必着)までにITスクエア杉並(〒168-0063和泉3-17-15)へ 関 ITスクエア杉並 ☎090-4722-2574

て、10月8日(必着)までにITスクエア杉並(〒168-0063和泉3-17-15)へ 関 ITスクエア杉並 ☎090-4722-2574

### その他

**★10月1日(水)～7日(火)公証週間「重要な契約や遺言は公正証書で」**

都内45カ所の公証役場では、無料で公正証書の作成に関するご相談に応じています。上記期間中は臨時電話も開設します。 関 杉並公証役場 ☎3391-7100、本部 ☎3502-8050 ☎5521-0341～0343(臨時)

**★労働・社会保険に関する無料街頭相談会**

○10月3日(金)午前10時～午後4時 場 荻窪タウンセブン広場 関 健康保険・年金などの社会保険に関する相談。労災保険・雇用保険に関する相談 無料 当日、直接会場へ 関 東京都社会保険労務士会・中野杉並支部 ☎3385-7585 他 関係書類があれば持参してください

**★東京二十三区清掃一部事務組合議会定例会** ○9月26日(金)午後2時 場 東京区政会館 定員30名(先着順) 無料 当日、直接会場へ(1時から受付開始) 関 東京二十三区清掃一部事務組合議会事務局 ☎5210-9729

**★ボーイスカウト1日体験** ○9月28日(日)午前10時～午後1時 場 世尊院幼稚園 関 無料 当日、直接会場へ 関 ボーイスカウト杉並第12団・頼瀬(こうけつ) ☎6412-9632

**★建築ふれあいフェア2008「みんなが安心して暮らせる美しいまち」** ○10月2日(木)～4日(土)午前10時～午後7時(初日は11時から。最終日は4時まで) 場 新宿駅西口広場 イベントコーナー 関 杉並の今昔写真の展示など 当日、直接会場へ 関 東京都建築士事務所協会 ☎5339-8288



10月24日(金)・25日(土)阿佐谷のまちがジャズ色に染まる月  
**阿佐谷ジャズストリート2008**

今年は、第1回から連続出演のマーサ三宅さんや青春時代を阿佐谷で過ごしたジャズピアニストの山下洋輔さん、日本を代表するサクソプレーヤーの坂田明さんなども出演します。詳細は、阿佐谷ジャズストリートホームページをご覧ください。

http://asagayajazzst.com/



▲マーサ三宅 ▲山下洋輔 ▲坂田明

- パブリック会場(共通パスポート=2日券4500円(前売3500円)、1日券3000円(前売2500円))=阿佐谷のさまざまな場所でコンサートを開催します。
- ストリート会場(無料)=JR阿佐ヶ谷駅前、区役所、阿佐谷パールセンターなど
- ジャズバラエティ会場(別料金)=阿佐谷のライブハウス、レストラン、喫茶店など約20カ所でライブ演奏があります。
- チケット販売所=チケットぴあ、ローソンチケット、セブンイレブンナビ、新星堂阿佐谷店、区

役所1階「コミュかるショップ」、地域区民センター、杉並区文化協会、実行委員会事務局ほか

■イベントを開催します  
 時10月17日(金)正午~午後1時  
 場区役所1階ロビー内出演=笹川典生クインテット~ジャズをいつも心に愛無料当日、直接会場へ

■当日のボランティア募集  
 希望者は、ファクスで実行委員会へ  
 阿佐谷ジャズストリート実行委員会 ☎5305-5075 FAX5305-5074



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。

⑥ **すぎなみ音楽ものがたり**

青春時代を阿佐谷で過ごしたジャズピアニストの山下洋輔さんは、「杉並は、高い音楽的教養というものがある街」と話していました。そんな杉並では、さまざまなジャンルの音楽が根付いています。

例えば荻窪。平成18年に改築された杉並公会堂は、昭和32年の開館、当時は「東洋一の文化の殿堂」とも呼ばれたそう。日本フィルハーモニー交響楽団のフランチャイズホールでもあり、現在もクラシック音楽を育む土壌となり続けています。

例えば高円寺。1970年代ごろから吉祥寺・国分寺とともに「三寺」と言われ、フォーク・ロックの聖地とされていたとか。その時代に若者の憧



ウェブサイトもあるよ! **すぎなみ学** 検索

れだった吉田拓郎さんも、当時住んでいた「高円寺」をタイトルにした曲をアルバム収録しています。

そして阿佐谷。例年多くのファンを魅了する「阿佐谷ジャズストリート」は、日本ジャズ界の重鎮から地元のシニアバンド、小中高生バンドまで出演する地域の音楽イベントです。

ウェブサイト「すぎなみ学倶楽部」では、冒頭でご紹介した山下洋輔さんをはじめ、マンボミュージシャンのパラダイス山元さんと作曲家の斉藤恒芳さんとの対談の記事も掲載しています。芸術の秋。さまざまな切り口で音楽を楽しんでみてはいかがでしょうか。

阿佐谷ジャズストリート事務局(すぎなみ地域大学担当) ☎3312-2381

**働く方のための  
 ジョイフル教養講座**

仕事をしている方が参加しやすい日時に、(財)杉並区勤労者福祉協会が主催で開講する教養講座です。

時・内・定・費 下表のとおり(勤労福祉会館ほか)区内在住・在勤の勤労者(ハガキ(7面記入例参照)に職業・勤務先の電話番号も書いて、各講座締切日(必着)までにNPO法人スクール・アドバイス・ネットワ

ーク(〒167-0043上荻1-24-21協立第51ビル3階)へ(抽選。全項目を明記している方を優先) 同法人 ☎5347-2372 FAX5347-2373 ①応募人数が一定数に達しない場合は講座を中止することもあります②会場が勤労福祉会館の講座のみ託児あり。希望者は、ハガキに子どもの名前と年齢も記入してください

(働く方のためのジョイフル教養講座)

講座名	日時	内容	講師	会場	定員	受講料	申込締切
高感度アップ!話し方・マナー講座	11月5日(水)・19日(水) 午後7時~8時45分(計2回)	人から好感を持たれる話し方やマナーを身につけ、接客やプレゼンテーションに役立てましょう	フリーアナウンサー・香月よう子	勤労福祉会館(桃井4-3-2)	20名	500円	10月23日
発達障がいの子育てと仕事の両立講座	11月29日(土)午後1時30分~3時30分	発達障がいなど、気になるお子さんを育てながら仕事をする時のポイントや、子ども、学校とのかかわり方を聞いて今後に備えてみませんか	東京都発達障害者支援センター(TOSCA)・喜多民子	勤労福祉会館	50名	無料	11月13日
食卓を彩る皿づくり	11月1日(土)・8日(土)・15日(土)・29日(土)、12月13日(土)午前10時~正午(計5回)	「ただら」(折り紙風)という方法でつくります。土に触れる楽しみ、つくった皿を使う喜びを味わうことができる、初心者にも対応した講座です	伊東多賀子	勤労福祉会館	20名	8000円	10月16日
「防災・防犯」あなたの備えは万全ですか	11月5日(水)・12日(水)・19日(水) 午後7時~8時45分(計3回)	今のあなたの知識で、いざというとき自分を守れますか?プロの危機管理コンサルタントから本当の意味の防災・防犯を学んで、万全の備えに役立ててください	(有)クライシスインテリジェンス危機管理コンサルタント・浅利真	産業商工会館(阿佐谷南3-2-19)	20名	1500円	10月23日
好きな器にお花を生ける	11月29日(土)午後2時~4時	空き缶・菓子箱など気になる入れ物を「花器」にしてお花を生けてみませんか。世代を問わず楽しめる生け花です(親子参加あり)	古川知泉	高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5)	20名	2800円	11月13日
介護はじめのいっぽ!介護術入門のツボ	21年1月20日(火) 午後6時30分~8時30分	ちょっとしたコツを覚えると、介護者も介護される人も安全で安心な介護になります。車椅子への移乗など、実際に体験しながら介護のコツを学びましょう	浴風会ケアスクール主任研修主幹・辰己俊子	勤労福祉会館	30名	800円	12月25日
株券が無効に!株券の電子化セミナー	11月4日(火)午後7時~8時50分	上場企業の「株式電子化」は21年1月実施で準備が進められています。実施後は株券が無効になりますので要注意。正しい手続き方法を知りましょう	野村證券(株)ファイナンシャルアドバイザー・佐藤慎平	産業商工会館	30名	400円	10月23日
知って得する株主優待	11月11日(火)午後7時~8時50分	株を購入する時に自分の生活や趣味に役立つ株主優待を目的にするのもひとつの方法。「知っているようで知らない」投資の基礎をQ&A形式でご紹介します	野村證券(株)ファイナンシャルアドバイザー・中園和博	産業商工会館	30名	400円	10月23日

