

- 郷土博物館分館企画展「石黒敬七展」…1面
- 児童扶養手当などの現況届をお忘れなく…2面
- 秋のポリオ予防接種…8面
- 「区議会だより」が折り込まれています。



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

〈発行日〉毎月1日・11日・21日

郷土博物館分館 企画展

黒めがねの旦那 石黒敬七展



▶黒めがねにパイプでお得意のポーズ (昭和30年代の石黒敬七さん)



▲落ち着いた雰囲気郷土博物館分館

郷土博物館分館で、杉並の文化人を取り上げた新しい企画展が始まります。分館は、4月に開園した天沼弁天池公園内にあり、池や庭石を配した日本庭園風の園内も楽しめます。皆さん、どうぞお越しください。

8月4日(土)～11月4日(日)午前9時～午後5時

【場所】郷土博物館分館2階展示室(天沼3-23-1)

※右下の地図をご参照ください

【観覧料】無料

【休館日】月曜日と第3木曜日(祝日・休日の場合は翌日)

【問い合わせ】郷土博物館分館 ☎5347-9801

または郷土博物館 ☎3317-0841

区民参加展示(1階展示室)

「すぎなみ昔話展」好評開催中(9月30日(日)まで)

「あの『稲むらの火』という話は本当ですか」。二〇〇五年一月にジャカルタで開かれたインド洋大津波についての首脳会議の際、シンガポールのリー首相からの質問に、小泉首相はその話自体を知らず返答できなかったそうです。

『稲むらの火』とは、安政元年(一八五四年)に起きた大地震の際、和歌山の広川の庄屋、浜口梧陵は見る見るうちに潮が引き黒い砂浜が広がるのを見て、「これは大津波が来る」と直感し、自分の家にある刈り取ったばかりの稲に火をつけたので、「庄屋さんの家が火事だ」と思っ高台の浜口の家が集まってきた村人たちを大津波から救ったという話。ラフカディオ・ハーン(小泉八雲)が明治時代に、『生き神様』という名で紹介している海



稲むらの火

杉並区長 山田 宏



外でも有名な日本の美談ですが、戦後の日本の教科書からはなぜか消えてしまっています。

この話は、浜口という人の偉さだけでなく、地震や津波の知識をいつも生かせるようにしていることの大切さも教えて

きな被害をこうむり、区ではこの苦い水の経験を生かして即応体制の整備を進めてきましたが、今年の雨の季節も皆さんと力を合わせた万全の備えで臨みます。また、「水」だけでなく、「火」への備えも大切です。22年度からは、都条例で、全ての住宅に火災警報器の設置が義務付けられます。火災警報器は、その設置により死者を三分の一に減少させる結果が出ており、区では7月から高齢者や障害者世帯を対象に設置助成も始めましたので、ぜひ早期に設置をお進めください。

そして、今年の区の震災訓練は、9月2日(日)午後1時30分から各小・中学校で行われます。多くの区民の皆さんの参加で、地震の知識と震災時の対応を共有したいと思えます。

郷土博物館(本館)の催し

今年の夏は中央線がテーマです。テーマにちなみ、お子さんから大人の方まで楽しんでいただけるように中央線の写真を展示し、子ども向け「展示探検のしおり」も用意して、ご来館をお待ちしています。

◇郷土史講座「甲武鉄道から中央線へ～変わる杉並と鉄道～」

時 8月5日(日)午後2時～4時 講 東京学芸大学名誉教授・青木栄一 定60名(先着順)

◇郷土史講座「ペーパークラフトで中央線を作ろう！」

時 8月26日(日)午後1時30分～4時 講 デザイナー・三浦真 対 高校生以上の方 定20名(先着順)

費 無料(申)当日、直接会場へ

大宮1-20-8 ☎3317-0841

【開館時間】午前9時～午後5時

【休館日】月曜日と第3木曜日

(祝日・休日の場合は翌日)

【観覧料】100円(中学生以下無料)

▶暮らしのちょっとしたお問い合わせは
 ☎#8800 または ☎3372-8800
 一区役所いつでも電話サービス



▲とんち教室かるた

昭和59年(61年発行)の「広報すぎなみ」に掲載された「わがまちの民話」の中から、地域とかわった民話を紙芝居や写真などで紹介しています。

この展示は「すぎなみ地域大学」修了の自主グループ「すぎなみ昔話紙芝居一座」の皆さんが、現地を歩き情報を集め、杉並にも多くの昔話が伝えられていることを紙芝居にして紹介する活動の一環です。

黒めがねの旦那 石黒敬七展

昭和24年から始まった、NHKラジオ「とんち教室」で、黒めがねの旦那として人気のあった石黒敬七さんの素顔とコレクションを、ご長男で区内在住の石黒敬章さんの監修で紹介いたします。

柔道普及のために渡仏したパリの蚤の市で掘り出した珍品コレクションを、「写真」「びっくり真贋」「珍品」の三コーナーに分けて展示します。人生を自由に生き抜いたユニモリストとしての石黒さんの素顔をお楽しみください。

◆主な展示資料

とんち教室かるた、銀板写真機、勝海舟ティンタイプ写真、名刀西園寺正宗、ベニスゴンドラ船首飾、マッカーサー元帥愛用コーンパイプ、大石内蔵助愛用梳ほか

※10月には、企画展に関連した講演会を開催する予定です。

すぎなみ昔話展

昭和59年(61年発行)の「広報すぎなみ」に掲載された「わがまちの民話」の中から、地域とかわった民話を紙芝居や写真などで紹介しています。

この展示は「すぎなみ地域大学」修了の自主グループ「すぎなみ昔話紙芝居一座」の皆さんが、現地を歩き情報を集め、杉並にも多くの昔話が伝えられていることを紙芝居にして紹介する活動の一環です。

【案内図】

若杉小、東京衛生病院、天沼八幡神社、郷土博物館分館・天沼弁天池公園、天沼もえぎ公園、天沼八幡通り、荻窪駅前入口、荻窪駅前入口、荻窪タウンゼン、北口、荻窪駅、中央線、至立川、至新宿

9月2日(日)午後1時30分～4時 震災救援所訓練を実施します

大地震が起きた場合、区立小・中学校は、地域の避難と救援の活動拠点となる震災救援所となります。そこで、震災時に震災救援所を円滑に運営していくため、地域・学校・区が連携し、震災救援所運営連絡会を設立し、災害時に備えた検討を進めています。19年度も、首都直下地震を想定し、児童・生徒の安全確保、震災救援所の立ち上げ・運営の円滑化を目指した訓練を行います。ぜひ、ご参加ください。

☎防災課

★防災メモ★ その10

震災時生活用水井戸

区には、震災時の生活用水を確保するため、区民の皆さんが所有している井戸を登録していただく制度があります。登録された井戸の水は、震災時に地域の皆さんの生活用水として活用します。また、登録された井戸を修理する場合は、区が一部補助をしています。

現在、区民の方に登録いただいた井戸や区立小・中学校と区施設に設置した井戸は、約1000基あります。



▲震災時生活用水井戸

☎防災課

児童扶養手当・特別児童扶養手当・ひとり親家庭等医療費助成

現況届の提出をお忘れなく

また、区内に住所があり、制度に該当すると思われる方も、各係にお問い合わせください。

◇児童扶養手当

(提出期限) 8月31日(金)

〔児童が18歳に達する日以後の最初の3月31日(一定の障害を有する児童は20歳未満)まで、離婚などにより父と生計を異にする児童を養育し、公的年金などを受けていない方〕

審査の結果、8月分以降も引き続き手当を受けられる方には、児童扶養手当証書を10月下旬に送付し、8月～11月分までの手当を12月中旬に口座に振り込みます。所得制限額以上で手当を受けられなくなる方には、10月下旬に支給停止通知書を送付します。

18年度に支給停止となつてい

る方と、受給者または扶養義務者の18年分所得が制限額以上あると思われる方も、必ず提出してください。

〔子育て支援課子ども医療・手当係〕

◇特別児童扶養手当

(提出期限) 9月10日(月)

〔20歳未満で障害のある児童〕

〔愛の手帳一〕三度程度、身体障害者手帳一(三級程度と四級の

一部、その他日常生活に著しい制限を受ける内部障害および

精神または身体上の障害がある児童)を監護または養育している方

現況届によって、引き続き8月分以降も受給要件があるかを

確認します。

〔障害者施策課障害者福祉係〕

◇ひとり親家庭等医療費助成

(提出期限) 8月31日(金)

〔児童が18歳に達する日以後の最初の3月31日(一定の障害のある児童は20歳未満)まで、離婚などにより父または母と生計を異にする児童を養育しているひとり親家庭などで、国民健康保険または社会保険に加入している方〕

審査の結果、引き続き受給資格がある方には、医療証を12月下旬に送付します。

所得が制限額以上のため受給資格が消滅する方には、20年1月上旬に受給資格消滅通知書を送付します。

〔子育て支援課子ども医療・手当係〕

国民健康保険・老人保健

入院時の食費等の減額

住民税(特別区民税・都民税)が非課税世帯で次の①または②に該当する方は、申請により「限度額適用・標準負担額減額認定証」が交付されます。

※老年者に係る住民税非課税措置の廃止に伴う経過措置があります。

①国民健康保険高齢受給者証を

お持ちの方(昭和7年10月1日以降生まれの70歳(74歳の方)以降)

②老人保健法医療受給者証をお持ちの方

入院時、同じ月に同一医療機関に支払う一部負担金の上限と食費が減額されます。低所得I・IIに該当する方が減額されるのは、申請した月の1日からです。

低所得IIに該当する方で、過去一年間の入院日数が90日を超えた場合、再度申請すると翌月の1日からさらに食費が減額されます。(表1、2)

※療養病床に入院する場合、食費と居住費(入院時生活療養費)の負担についても、減額されます。金額の詳細はお問

合わせください。

〔国民健康保険課国保給付係〕



●国民健康保険 新制度をご利用ください

4月1日から、70歳未満の方が入院した場合の高額療養費および出産育児一時金について、新しい申請方法が始まっています。

◇70歳未満の方が入院したときの高額療養費

70歳未満の方が同じ月に同じ医療機関で入院し、一カ月の自己負担金額が高額療養費算定基準額(下表)を超えたときには、高額療養費が支給されます。これまでの申請方法は、医療機関で一部負担金を支払ったのち、区から約三カ月後にお送りする申請書で手続きをするというものでした。

4月からは、あらかじめ区役所に申請して交付された「限度額適用認定証」を、被保険者証

と併せて医療機関で提示することにより、70歳未満の方の医療機関での支払いは高額療養費算定基準額(左表)までで済み、高額療養費相当分は区から直接医療機関へ支払います。

「限度額適用認定証」は申請月の初日から有効です。認定証の利用を希望する方は、申請が必要で、手続きの詳細はお問い合わせください。

※70歳未満の方の外来と、70歳以上の方の高額療養費については従来どおりです。また、70歳未満の方の入院の場合でも、従来どおり医療機関で支払ったのち、申請することもできます。

◇出産育児一時金の受取代理制度

国民健康保険に加入されている方が出産したとき、出産育児一時金として子ども一人につき三五万円が支給されます。

これまででは出産後の申請に限られていましたが、新たに始まった「受取代理制度」では、出産前に出産育児一時金の受取を医療機関などに委任することで、出産時の医療機関などでの費用の支払いは三五万円を差し引いた金額で済み、三五万円は区から直接医療機関などへ支払います。

出産費用が三五万円に満たない場合は、費用額を区から医療機関などへ支払い、差額は区から世帯主へ支給します。

受取代理制度の利用には、出産予定日の一カ月前から出産までの間に、世帯主からの受取代理の事前申請が必要です。手続きの詳細はお問い合わせください。

※従来どおり、出産後に申請をすることもできます。

〔国民健康保険課国保給付係〕

〈表1 70歳以上の方の自己負担限度額(月額)〉

一部負担金の割合と区分		外来(個人ごと)	外来+入院(世帯ごと)
3割	一定以上所得者	4万4400円	8万100円+1% 【4万4400円】
	一般	1万2000円	4万4400円
1割	住民税非課税世帯	低所得II	2万4600円
		低所得I	1万5000円

※「+1%」は、医療費の総額が26万7000円を超えた場合は、超えた分の1%を加算。【】内は、年4回以上高額医療費に該当した場合の4回目以降の額。

〈表2 入院時の食費(1食あたり)〉

区分	自己負担額	
一定以上所得者	260円	
一般	210円	
低所得II	過去1年間の入院期間が90日以下(短期)	210円
	過去1年間の入院期間が90日超(長期)	160円
低所得I	100円	

※療養病床に入院し居住費を負担する場合は、別途料金となります。

「一定以上所得者」=住民税課税所得が145万円以上の方
「低所得II」=国民健康保険加入世帯員が、住民税非課税世帯の場合(老人医療受給者証をお持ちの方は、世帯員全員が非課税の場合)
「低所得I」=低所得IIのうち、世帯員それぞれの所得が一定基準額以下の世帯の方
※上記3つ以外の方は「一般」です。

SUGINAMI INFORMATION 掲示板

障・身医療証の更新

現在お使いの障・身医療証(以下「医療証」)の有効期限は8月31日(金)です。新しい医療証は8月22日(水)に発送します。手続きの必要はありません。

ただし、18年中所得が左表の基準額を超えている場合、9月からの受給資格は喪失します。

現在お使いの医療証は、9月1日(水)に障害者施策課(区役所東棟一階)、福祉事務所、区民事務所・分室、駅前事務所へお返しください(障害者施策課へは郵送も可)。

以前医療証を受給して現在受給資格が喪失している方 次の①または②に該当する方はご相談ください。

①18年中の所得が左表の基準額以内の方

②老人医療証をお持ちで、19年度の住民税が非課税の方

保険変更などの届出を健康保険証や住所・氏名などに変更があった場合は、必ず届出をしてください。

障害者施策課障害者福祉係または福祉事務所(荻窪)33

障・身医療証 19年度所得制限基準

Table with 2 columns: 扶養親族数, 本人(20歳未満の場合)は健康保険の18年中の所得. Rows: 0人 (360万4000円), 1人以上 (上記額に1人につき38万円を加算)

98-9104 / 高円寺 ☎5306-2611 / 高井戸 ☎3332-7221

視覚障害者のための障害者自立支援法説明会

8月22日(水)午後1時30分〜3時30分 杉並アイプラザ(南荻窪)3-28-10(無料)当日、直接会場へ(杉並アイプラザ(杉並視覚障害者会館) ☎3333-3444

建物の耐震相談会

8月8日(水)午後1時〜4時(毎月一回) 区役所一階ロビー(無料)当日、直接会場へ(他)図面などがある場合は持参してください



新潟県柏崎市の被害

耐震診断をご利用ください

木造住宅やマンションなどに専門家を無料で派遣します。

建築課建築防災係

震災時避難誘導標識を設置しました

震災時に区民の皆さんが速やかに避難できるよう、最寄りに医療救護所併設の震災救援所があるJR阿佐ヶ谷駅・荻窪駅・西荻窪駅に設置しました。



東京西南・東京杉並・東京城西の三口タリークラブから区に寄付されたものです。

防災課

年金受給者の住所変更には年金用の手続きを

年金受給者が住所を変更したときは、「年金受給権者住所・支払機関変更届」の提出が必要です。この変更届は、転出先の区市町村役場の窓口や社会保険事務所にあります。

0-05-11165 または杉並社会保険事務所(高円寺南)2-54-9 ☎3312-1511

募集します

青少年表彰候補者を推薦してください

区では、善意の行為の機運を盛り上げ、青少年健全育成に資するために、「心温まる善い行い」や「勇気ある行い」をした青少年を表彰しています。

高齢者・社会福祉施設などを訪問してふれあい・交流の機会を持った、友だちと協力して地域清掃を行った、下級生や年少者にスポーツなどの指導を行ったなど、青少年に親切にしてくれたことなどがあられました。

25歳未満の①区内で善い行いをした青少年②区外で善い行いをした区内在住の青少年(区役所一階、児童青少年センター、地域区民センター、区民事務所、分室、駅前事務所、図書館にある推薦書を、10月10日(必着)までに児童青少年課青少年係(〒167-0051荻窪)1-56-1

3(へ郵送または持参)同係 ☎3393-4760

すぎなみ学倶楽部

写真に撮って投稿しよう すぎなみ彩 茜色、群青色、萌木色、紫苑色、山吹色。これらの伝統色を杉並の自然から探し出して撮影し、投稿するプロジェクト「すぎなみ彩」で、皆さんの作品を募集しています。

ウエブサイト「すぎなみ学倶楽部」(検索キーワード:すぎなみ学) www.suginamikak.org

募集します

杉並・わがまち クリーン大作戦

区では毎年多くの方が参加して区内を一緒に清掃する、クリーン大作戦を行っています。今年もまちをきれいにする活動にご協力いただける方を募集します。奮ってご参加ください。

活動期間 10月(一カ月間) 集めるごみの種類 可燃ごみ・不燃ごみ※不法投棄物(家電四品目・バッテリー・消火器などの排出禁止物や自転車)は対象外です

ごみ収集日の日程に合わせ、日ごろ利用する集積所に出してください(事前)に申込用紙を請求の上、郵送、ファクスまたは直接、8月31日までに環境課(区

役所西棟七階) FAX 3312-2316 (同課)

平和のためのポスター・絵画コンクール作品

世界の国や地域では、今なお平和が脅かされています。平和な世界をつくる主役である皆さんの応募をお待ちしています。

「戦争のない、平和な世界をつくる」をテーマに、一人一点。自作のもの) 自由▽大きさ 42cm×29cm〜55cm×44cm

入賞方法

入賞方法

入賞方法 詳細はウエブサイト「すぎなみ学倶楽部」をご覧ください。お問い合わせください。 すぎなみ地域大学担当 ☎3312-2381 info@suginamikaku.org

区では毎年多くの方が参加して区内を一緒に清掃する、クリーン大作戦を行っています。今年もまちをきれいにする活動にご協力いただける方を募集します。奮ってご参加ください。

活動期間 10月(一カ月間) 集めるごみの種類 可燃ごみ・不燃ごみ※不法投棄物(家電四品目・バッテリー・消火器などの排出禁止物や自転車)は対象外です

ごみ収集日の日程に合わせ、日ごろ利用する集積所に出してください(事前)に申込用紙を請求の上、郵送、ファクスまたは直接、8月31日までに環境課(区

飲酒運転の取締り強化中!! 8月1日(水)〜7日(火) 飲酒運転させないTOKYOキャンペーン

高齢者のアパートあつせん制度・入居支援制度

高齢者アパートあつせん制度 立ち退き要求を受けているなどの理由で差し迫って住宅に困っている高齢者に、(社)東京都宅地建物取引業協会杉並区支部の協力を得て、民間アパートをあつせんする制度です。

対 次のすべてを満たす方 ①区内在住で65歳以上のひとり暮らしの方または65歳以上のひとり暮らしの方で構成されている世帯 ②自立して日常生活ができる方 ③立ち退き要求を受けている、危険な住宅に住んでいるなどの理由で住宅に困っている方

高齢者入居支援制度

アパートを借りるに際し「保証人がいない」、「入居後の生活が不安」な方、またアパートにお住まいで「日々の生活に不安を抱えている」方を支援するとともに、アパートをお持ちの家

利用可能なサービス (表2) 利用対象者 コース サービス 高齢者アパートあつせん制度の利用決定者 A 家賃等債務保証、見守りサービス B 家賃等債務保証、見守りサービス、葬儀の実施 民間アパートに居住する方 C 見守りサービス、葬儀の実施、残存家財等撤去

Table with 3 columns: 名称, 内容, 費用など. Rows: 家賃等債務保証, 見守りサービス, 葬儀の実施, 残存家財等撤去

ご協力ください 「新潟県中越沖地震」義援金
受付期間=20年1月16日(水)まで

◆募金箱の設置
区は、新潟県中越沖で発生した地震の被害に対し、日本赤十字社「新潟県中越沖地震義援金」募金箱を設置しました。皆様のご協力をお願いします。
【設置場所】8月17日(金)まで=区役所1階ロビー、区民事務所・分室、駅前事務所▷8月20日(月)から=地域福祉係(区役所東棟3階⑤番窓口)
◆郵便振替口座
【口座番号】00510-5-26
【加入者名】日本赤十字社新潟県支部
【その他】①通信欄に「新潟中越沖地震」と明記②受領証の発行を希望する場合は、その旨を通信欄に記載③20年1月16日までの振込手数料は無料

区保健福祉部管理課
新潟県柏崎市に見舞金を届けました
7月17日(火)、区と区議会からの見舞金として、50万円を新潟県東京事務所を通じて柏崎市に届けました。
区総務課総務係

区立歯科保健医療センター
看護師(パート)
区内障害者等歯科診療における看護師業務▽勤務日数Ⅱ応相談
▽勤務時間Ⅱ午前9時～午後4時
▽募集人数Ⅱ若干名▽時給Ⅱ一五〇円▽その他Ⅱ交通費支給、社会保険加入Ⅲ履歴書を、8月20日(必着)までに区立歯科保健医療センター(〒167-0022下井草4-30-23)へ郵送Ⅳ杉並保健所地域保健課救急医療係 3391-1355

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	毎週火曜日午前10時～午後4時(正午～1時を除く)	8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(希望で職業適正検査可)	無料
申込	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

新築区営住宅、都営住宅の入居者
7月の区営住宅あき家待ち登録に応募した方でも、新築区営住宅(本天沼2-36-17)に申し込みできます。
◆共通の申込資格
①都内に居住する成年者で、そのことが住民票などで証明できる②同居する親族がいる(単身者向を除く)③所得が定められた基準内である④住宅に困っていることなど
※詳細は下表を参照の上、募集案内をご覧ください。
◆募集案内・申込書の配付期間・場所
8月1日～10日(各配付場所の休業日を除く)に、住宅課(区役所西棟5階)、福祉事務所、区民事務所・分室、駅前事務

務所。また、区役所の休日・夜間受付窓口では夜間と休日も配付します(事業再建者向は、開庁時間内に住宅課のみで配付)
※申込書は期間中のみ配付します。都営住宅申込書は期間中のみ都営住宅供給公社募集センターのホームページ <http://www.to-kousya.or.jp/> から入手できます。
◆申し込み方法
申込書を郵送(8月14日までに下表の必着先に届いたものに限ります)
◆区営住宅は区コールセンター ☎8800 または住宅課、都営住宅は都営住宅供給公社募集センター ☎0570-0108 10(8月10日まで)、☎3498-8894(11日以降) ☎03-5700-0108 10(11日以降) にご注意ください

〈新築区営住宅、都営住宅入居者〉

	募集住宅	戸数	居住条件	申込書必着先
新築区営住宅	一般世帯向け	11	区内に2年以上	杉並郵便局
	車いす世帯向け	1		
都営住宅	ポイント方式(家族向け)	1308	都内に3年以上	都営住宅供給公社募集センター
	ポイント方式(車いす使用者向け)	12	都内に居住	
	単身者向け	339	都内に3年以上	渋谷郵便局
	単身者用車いす使用者向け	2		
	シルバーピア	65		
事業再建者向定期使用住宅	10		都営住宅供給公社募集センター	

学校工コ改修資質評価型 プロポーザルの実施
区は、環境との共生を目指したエコスクール化と環境教育を進め、既存校の工コ改修を、総合的な環境への影響を想定した上で、改修成果を科学的に評価し、より環境にやさしい学校づくりを実現したいと考えています。
そのような学校づくりの計画・設計を多面的に練り上げていく創造性豊かで意欲・熱意を持ち、高い技術力を有する建築設計者を選定するため資質評価型プロポーザルを実施します。
【受付期間】8月6日(月)～10日(金)午後5時(必着)。詳細はお問い合わせください。園芸課管理計画係または教育委員会庶務課施設事務担当

◆和ふれあいの家(和田3-52-4)
【区】サービスセンターの介護業務▽勤務日・時間Ⅱ勤務可能な月・火・土曜日の午前9時

◆松ふれあいの家(荻窪2-3-1)
【区】献立作成や調理スタッフの指導▽勤務日・時間Ⅱ週二、三日。午前8時30分～午後2時30分▽募集人数Ⅱ一名▽資格Ⅱ管理栄養士▽時給Ⅱ一四〇〇円▽その他Ⅱ夏期年末手当、有給休暇ありⅢ電話で、松ふれあいの家 ☎5347-1178(他) 詳細は面談のうえ応相談

ボランティア募集
みんなで楽しく公園づくり
参加の申し込みは、随時、受け付けていますので、お問い合わせください。
【区】みどり公園課公園利用係
◆制度の概要
地域の方が、自分たちで選んだ公園の清掃や植栽の手入れなどの活動を自主的・主体的に行い、区がこれを支援する制度です。地域の方が公園とのかかわりを持つことで、地域の連帯感を高め、公園利用のモラルを向

上させることや、地域に親しまれ愛される公園に育てていくことを目的にしています。
◆参加できる方
自治会・町内会、学校、企業、区民などからなる、継続的に活動できる五名以上の団体。7月1日現在、二三団体、三九九名の方が活動しています。
◆活動内容
区立公園・児童遊園などの清掃活動、樹木のせん定、除草や水やりなどです。事前に区と協定を結び、活動場所や範囲などを定めます。
◆区からの支援
清掃用具・園芸用具などの支給または貸与、ボランティア保険の加入費用の支援をします。また、専用のジャンパー・腕章をお貸しするとともに、活動場所の公園に看板を設置し、活動団体を広くお知らせします。

花咲かせ隊
◆制度の概要
区立公園などで、花壇づくりなどの緑化活動を地域の方が行うことで、公園の利用拡大や地域活動の活性化を図り、区がこれを支援する制度です。
また、地域の環境をよくすることを目的にしています。
◆参加できる方
区内在住の方が五名以上の団体など。7月1日現在、一〇二

団体、七九九名の方が活動しています。
◆活動内容
地域の皆さんが自主的・主体的に公園の花壇の土づくりからデザイン、草花の植え付けから始まって、除草、水やりなどの日常の維持管理を行っていただきます(原則一団体四m程度)。
◆区からの支援
花の苗と肥料、園芸用具を提供し、ボランティア保険の加入費用の支援をします。腕章をお貸しするとともに、活動場所の公園の花壇に看板を設置し、活動団体を広くお知らせします。また、技術の向上を図るため、園芸講座などを開催しています。
◆その他
宝くじ助成金で花壇づくりに取り組んでいます。



催し

マイバッグキャンペーン in七たまつり

区内の高等学校・大学・団体からなるマイバッグ推進連絡会の参加者と一緒にお好きなデザインのマイバッグを作ってみませんか。当日は、マイバッグ普及を呼びかけるヒーロー「杉並戦隊イレンジャー」も登場する予定です。

杉並師範館授業公開

教師養成塾「杉並師範館」では、区独自の地域に根差した教師の養成を行っています。皆さんに、師範館の活動を知っていただくため、塾生がふだん受講している講義を公開します。

時 9月1日(土)午前9時15分～11時30分
場 杉並師範館(師範館サントリーラグビー部サングリアス監督・清宮克幸)区内在住・在勤・在学の方(定)四〇名(抽選) (費)無料(往復ハガキ(記入例参照)に在勤・在学の方は勤務先・通



▲清宮克幸

ハガキ記入例 (1人1枚)

- ①行事名
- ②住所
- ③氏名(フリガナ)
- ④年齢
- ⑤電話番号

- 往復ハガキには返信用のあて先も記入を
- あて先は各記事の申込先(住所が記載されていないものは区役所)
- 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

学先名と住所も書いて、8月20日(必着)までに杉並師範館事務局(〒166-0001 3 堀ノ内2

00 他)当日は当選通知ハガキを持参してください

天文の夕べ観望会 夏の天体めぐり

夏の大三角形のベガ・デネブ・アルタイルが見える時期です。周囲の星雲・星団・二重星を観察します。

時 8月18日(土)午後6時30分～8時30分
場 科学館(清水3-3-13) 区内在住・在勤・在学で小学四年生以上の方(小・中学生は保護者同伴) (費)無料(当

9 6-4 3 9 1 他)雨天・曇天の場合は、プラネタリウムで「天文の話」をします

講演・講座

仕事と暮らしのハーモニー ワークライフバランス講座

仕事と私生活をバランスよく両立するための知恵を学び、豊かな暮らしを実現しましょう。

時 9月5日(水)・19日(水)午後7時～9時(計二回) 場 産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 師 日本女子大学教授・大沢真知子(定)八〇名(定員に満たない場合

は当日参加可) (費)無料(ハガキ(記入例参照)で、男女平等推進センター(〒167-0005 1 荻窪1-56-3)へ(先着順。

3 3 9 3-4 4 1 0 他)託児あり(1歳～就学前で五名)希望者はハガキに明記し8月24日まで申し込みをしてください

親子かんきょう講演会 ソーラークーラーで太陽 エネルギーを楽しく学ぼう

自然のパワーを活かして料理ができる装置を作ります。

時 8月23日(木)午前10時～正午
場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 師 足利工科大学機械工学科教授・中條祐一(区内在住・在勤・在学で小学二年生以上の方(小学二～四年生は保護者同伴) (定)親子二〇組四〇名(費)七〇〇円(材料費) (申) 電話番号で、

すぎなみ環境情報部(3 3 9 8-3 1 9 1)へ(先着順)

ジョブトークシャワー

さまざまな職業で活躍している人たちの仕事トークです。新たな出会いの中で、働くことについて、聞いて、考えて、意見の交換をしましょう。

時 8月25日(土)午前10時～午後3時
場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 師 下表のとおり(定)八〇名(定員に満たない場合

区内在住・在学で高校生～24歳までの青少年(定)四〇名(費)無料(申) 電話番号、ファクスまたはEメール(記入例参照)で、8月15日(必着)までに児童青少年課(〒166-0004 阿佐谷南1-47-17) (3 3 1 4-7 2 6 0 FAX 3 3 1 4-7 2 6 5) (mailto:nposuginami.jp)へ(先着順)

実践で身につく「NPO の会計」―NPO会計日誌 を使用した会計講座

パソコンを使わず、日誌形式の現金出納帳「NPO会計日誌」を用いて、NPOの日々の会計管理について学びます。

時 8月22日(水)午後6時30分～8時30分
場 すぎなみNPO支援センター(清水3-3-13) (費)無料(当日、直接会場へ(科学館) (定)二〇名(先着順)

新米パパママへ 小児科医からのメッセージ

赤ちゃんに多い病気とその手当て、急病時の適切な対処法、小児科のかかりつけ医をもつことの重要性についてお話しします。

時 8月30日(木)午後2時～3時
場 上井草保健センター(上井草3-8-19) 師 石川小児科

高齢者虐待防止と支援

介護者がいきいき暮らしていくためにどうすればいいのかについて学びます。

時 8月14日(火) 高井戸地域センター(高井戸東3-7-5) (定)二〇名(先着順)

(費)一〇〇〇円(資料代) (申) 電話番号、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またはEメールアドレスも書いて、8月20日(必着)までにすぎなみNPO支援センター(〒166-0004 阿佐谷南1-47-17) (3 3 1 4-7 2 6 0 FAX 3 3 1 4-7 2 6 5) (mailto:nposuginami.jp)へ(先着順)

サイエンス・ウィーク

ジュニア教室や科学体験教室を行います。色んな実験などにチャレンジしてみませんか。その他、プラネタリウムの投影や科学ビデオの上映も行います。

時 8月22日(水)午後6時30分～8時30分
場 すぎなみNPO支援センター(清水3-3-13) (費)無料(当日、直接会場へ(科学館) (定)二〇名(先着順)

家族介護教室

夏場の体力維持の方法や介護予防について、体育大学の学生たちと楽しくストレッチをしながら学びます。

時 8月14日(火) 高井戸地域センター(高井戸東3-7-5) (定)二〇名(先着順)

楽しくリフレッシュ体操

夏場の体力維持の方法や介護予防について、体育大学の学生たちと楽しくストレッチをしながら学びます。

時 8月14日(火) 高井戸地域センター(高井戸東3-7-5) (定)二〇名(先着順)

サイエンスウィーク/夏プログラム(8月)

時間	内容など	23日(木)	24日(金)	25日(土)	27日(月)	28日(火)	29日(水)
午前10時20分～10時50分	科学ビデオ(220名)	46億年の贈り物	水の旅・酸っぱい雨	おじいちゃんの花火	追跡エレキクイズ①	追跡エレキクイズ②	追跡エレキクイズ③
11時～正午	プラネタリウム(140名)5歳以上の子ども向け	とんとんのゆめ～とんとんと子どもたちの宇宙旅行					
午後1時～1時30分	科学ビデオ上映(220名)	追跡エレキクイズ①	追跡エレキクイズ②	追跡エレキクイズ③	46億年の贈り物	水の旅・酸っぱい雨	おじいちゃんの花火
1時40分～3時	ジュニア教室(40名)5歳～小学3年生向き	植物探検隊	偏光ステンドグラス	連射式水鉄砲	いないいないばあ	じしゃくでさかなつり	ういたりしずんだり
1時～3時	科学体験教室(36名)	海藻おしば	地磁気を知る	アンモナイトVSオウムガイ	野菜の紙づくり	化学平衡とその移動	線香花火を作ってみよう
3時15分～4時15分	プラネタリウム(140名)大人向け	小学4年生以上	中学生以上	中学生以上	小学4年生以上	中学生以上	小学4年生以上
		ビッグバンで何が起きたか?～宇宙最大の不思議と素粒子の世界					

※定員を超えての入場はできません。先着順。各教室は、当日の午後0時50分から整理券を配付します(1人1枚)。

子育て支援講座

最近では、いじめや発達障害などの話題がニュースでも取り上げられ、子どもたちの生活や人間関係を心配している保護者も少なくありません。子どもたちが人生の様々な局面を乗り越えていくための「生きる力」とは何か、どのように育めば良いのかなどについて一緒に学んでみませんか。

時 9月27日(木)午前10時～午後0時45分(受付は9時30分から、座談会は正午から) **場** 済美教育センター **内** 講義と座談会 **師** 早稲田大学人間科学学術院教授・菅野純 **区** 区内在住で学齢期のお子さんの保護者(特に子育ての中で困りごとや悩みを抱えている方) **定** 60名 **費** 無料 **申** 往復ハガキ(5面記入例参照)に座談会参加希望の有無も書いて、9月7日(必着)までに済美教育センターへ教育相談担当(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ **問** 同担当・小野または戸塚 **ホ** 5378-0961 **他** ①託児はありません ②車での来場はご遠慮ください ③バス・電車などの交通機関の利用が難しい方はご相談ください

●学校開放公開講座 シニアの転ばないためのストレッチ体操

いつまでも自分の足で歩けるように体を柔軟にしておきましょう。



(ゆうゆう館 (旧敬老会館) の催し)

ゆうゆう館名	内容など	日 時	費用
西田館 (荻窪1-57-4 ☎ FAX3391-8747)	シニアのためのパソコンを楽しむ①	9月8日(出)・15日(出)・22日(出)・29日(出)午後1時30分～4時(計4回)	各回1000円
四宮館 (上井草2-28-3 ☎ FAX3396-7692)	ワードですてきな「便せん・手紙・名刺・葉書」作り	8月18日(出)～29日(水)の土・水曜日午後1～3時(希望作品を選択)	1作品2000円(テキスト代別)
上荻窪館 (上荻3-16-6 ☎ FAX3395-1667)	卓球講座～初級者、中級者向け	9～11月のA組=第1・3水曜日、B組=第2・4水曜日/いずれも午後5時～7時	月1500円
善福寺館 (善福寺2-26-18 ☎ FAX3394-8963)	お茶を美味しく淹(い)れて楽しむ「カル茶スクール」	9月9日(日)から毎月1回午前11時～正午	1回500円(菓子付き)
高井戸東館 (高井戸東3-14-9 ☎ FAX3304-9573)	初心者対象「パソコン基礎講座」	9月18日(火)、10月2日(火)午前10時～正午(計2回)	4000円(テキスト代含む)

時 9月5日(水)・12日(水)・19日(水) **内** 関節をやわらげる▽10月3日(水) **筋力アップ**▽10月3日(水)・10日(水) **全身のストレッチ** / いずれも午前11時～午後0時30分(計6回) **場** 向陽中学校クラブハウス(下高井戸3-24-1向陽中学校内) **師** 杉並洋舞連盟理事・鹿野裕子 **区** 区内在住・在勤で60歳以上の方 **定** 20名 **費** 無料 **申** 往復ハガキ(5面記入例参照)で、8月20日(消印有効)までに向陽スポーツ文化クラブ(〒168-0073下高井戸3-24-1)へ **問** 同クラブ ☎ 3329-3935(日曜・水曜日の午後のみ)

障害者のためのパソコン教室

時 9月10日(土) **場** 杉並区民センター **内** 講義と座談会 **師** 早稲田大学人間科学学術院教授・菅野純 **区** 区内在住で学齢期のお子さんの保護者(特に子育ての中で困りごとや悩みを抱えている方) **定** 60名 **費** 無料 **申** 往復ハガキ(5面記入例参照)に座談会参加希望の有無も書いて、9月7日(必着)までに済美教育センターへ教育相談担当(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ **問** 同担当・小野または戸塚 **ホ** 5378-0961 **他** ①託児はありません ②車での来場はご遠慮ください ③バス・電車などの交通機関の利用が難しい方はご相談ください

(障害者のためのパソコン教室)

コース名	日 時	内 容
基礎コース	9月3日(月)～6日(木) 午前10時～午後0時30分 10日(月)～13日(木) 午後1時30分～4時	パソコン (Word) の基本操作/文字・記号の入力、文書の作成・編集、イラストの操作、案内チラシ作成など
活用コース	9月3日(月)～6日(木) 午後1時30分～4時 10日(月)～13日(木) 午前10時～午後0時30分	Excel を使っての操作/表(家計簿、血圧・体重管理など)、住所録、その他文書作成など(基礎から始めます)

※いずれも、計8回20時間。活用コースは文字入力ができる方が対象です。

たは学校名と所在地も書いて、8月21日(必着)までに障害者福祉会館運営協議会事務局(〒168-0072高井戸東4-10-15)へ **問** 事務局 ☎ 3333-3511 **他** ①往復ハガキ(5面記入例参照)にコース名、障害の状況、在勤・在学者は勤務先まで

※申し込み、問い合わせは、各ゆうゆう館へ。

区の後援・その他の催し・講座など



★杉並公会堂主催の催し
◇有馬稲子と五つの楽器による語り「はなれ警女(ごぜ)おりん」
時 10月21日(日)午後3時30分開演(3時開場) **内** 出演=有馬稲子(おりん)、和田薫(ピアノ)ほか **費** S席5000円、A席4000円
◇木野雅之プロデュース「バイオリン・スピリット」
「ドイツのシンデレラ・ガール」
時 10月27日(土)午後6時開演(5時30分開場) **内** 出演=アラベラ・美歩・シュタインバッハー(バイオリン)、ロベルト・クーレック(ピアノ) **定** 曲目=プーランク「バイオリン・ソナタ」、ラベル「バイオリン・ソナタ」ほか **費** S席4000円、A席3000円、B席2000円
— (いずれも) —
場 杉並公会堂大ホール(上荻1-23-15) **申** チケット販売窓口=①杉並公会堂 ☎ 5347-4450 ②杉並区文化協会 ☎ 5347-4366 ③区役所1階「コミュかるショップ」 ④地域区民センター ⑤チケットぴあ ☎ 0570-02-9999/クラシック専用・オペレーター対応 ☎ 0570-02-9990 ⑥杉並区文化協会ウェブ予約 <http://www.sugibun.com/> **問** 杉並公会堂 ☎ 5347-4450
★チャリティー杉並文化フォーラム
公演の収益の一部を、新潟県中越沖地震の被災地へ送ります。
時 10月17日(水)午後6時30分(5時30分開場) **場** 杉並公会堂大ホール(上荻1-23-15) **内** **師** 第1部=フルート天使の歌(山形由美〈フルート〉) **定** 第2部=講演「なぜ今、松下幸之助なのか？」(PHP総合研究所社長・江口克彦) **定** 1000名 **費** 3000円(全席自由) **申** チケット販売窓口=①杉並区文化協会 ②区役所1階「コミュかるショップ」
▲山形由美
③地域区民センター ④杉並区文化協会ウェブ予約 <http://www.sugibun.com/> ⑤杉並公会堂 ☎ 5347-4450 ⑥チケットぴあ ☎ 0570-02-9999 (Pコード609-675) **問** NPO杉並文化村事務局 ☎ 3220-0021
◇区民50組(100名)を無料招待
申 往復ハガキ(5面記入例参照)で、8月10日(必着)までに杉並文化村(〒167-0032天沼3-10-2)へ(先着順) **問** NPO杉並文化村事務局 ☎ 3220-0021
★工藤裕子 ショパン三昧～ショパン晩年の名作をたっぴりと
時 10月21日(日)午後2時開演(1時30分開場) **場** 浜田



山会館(浜田山1-36-3) **内** 曲目=「子守歌」、「舟歌」、「ソナタ第3番」ほか **費** 前売=一般2500円、学生1000円 **定** 当日=一般3000円、学生1500円(全席自由) **申**・**問** 電話で、フリッツ音楽企画 ☎ 5378-1205 **他** 未就学児の入場はご遠慮ください
★城西病院ホスピタリティコンサート
時 8月17日(金)午後7時開演(6時30分開場) **場** 城西病院(上荻2-42-11) **内** 出演=林崎祥子(ピアノ)、ミハエル・ハーゲマン(ピアノ) **定** 曲目=グノー「ファウスト」よりワルツ、リベルタンゴほか **定** 70名 **費** 無料 **申**・**問** 電話で、城西病院 ☎ 3390-4166(先着順)
★東京ジュニアオーケストラソサエティ定期演奏会
時 8月26日(日)午後2時開演(1時15分開場) **場** 杉並公会堂大ホール(上荻1-23-15) **内** 出演=小野富士(指揮)、東京ジュニアオーケストラソサエティ(演奏)ほか **定** 曲目=チャイコフスキー「交響曲第5番」、リムスキー=コルサコフ「スペイン奇想曲」ほか **費** 一般2000円、学生500円(全席自由) **申**・**問** 電話で、東京ジュニアオーケストラソサエティ事務局 ☎ 3836-3438 **他** 午後1時30分からロビーコンサートあり(出演=篠崎史紀〈バイオリン〉)
★杉並区交通安全のつどい
時 9月12日(水)午後2時開演(1時30分開場) **場** 杉並公会堂大ホール(上荻1-23-15) **内**・**師** 交通安全教室、漫談(牧伸二)、歌謡ショー(市原利夏)など **区** 区内在住の方 **定** 200名(抽選) **費** 無料 **申**・**問** 往復ハガキ(5面記入例参照)で、8月20日(必着)までに荻窪交通安全協会(〒167-0034桃井3-1-3) ☎ 3399-3300 へ
★夏休み杉並将棋祭り
クラス別に競う競技大会で、将棋愛好家ならどなたでも参加できます。
時 8月19日(日)午前10時～午後4時30分(受付=9時30分) **場** センオン杉並(梅里1-22-32) **定** 120名(先着順) **費** 一般1500円、高校生以下500円 **申** 当日、直接会場へ **問** 杉並将棋祭り実行委員会・田中 ☎ 3392-1925
★シニアのための初めてのパソコン・デジカメ講座
時・**内** 8月26日(日)・28日(火)～30日(木) ①超初心者向け **パソコン入門(基本操作、簡単な文章の作成など)** = 午前9時30分～午後0時30分 ② **デジタルカメラ入門(基本操作、パソコンへの取り込みなど)** = 午後1時30分～4時30分 **場** 高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) **区** 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) **申** 往復ハガキ(5面記入例参照)に、希望する①②の講座名と、以前落選したことがある方は「落選〇回」と赤字で書いて、8月10日(必着)までにITスクエア杉並(〒168-0063和泉3-17-15)へ **問** ITスクエア杉並 ☎ 090-4722-2574
★ビスタで学ぶ「はじめてのパソコン入門V-1」講座
時 9月6日～27日の毎週木曜日午前10時～正午(計

4回) **場** 杉並区シルバー人材センター清水分室 **内** 基本操作・文字入力・インターネットなど **師** 杉並区シルバー人材センター会員 **区** 全回参加できる方。年齢制限はありません **定** 10名(抽選) **費** 8900円 **申** ハガキ(5面記入例参照)に昼間の連絡先、キャンセル待ちの有無も書いて、8月12日(消印有効)までに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 **問** 同分室 ☎ 3394-2253 **他** 申込者5名以下の場合中止することもあります
★メタボリックシンドローム克服「無理なく・無駄なく・危険なく」運動実践講座
時 8月18日(土)午前9時20分～11時 **場** 高円寺体育館(高円寺南2-36-31) **師** NPO法人グループあいびー **区** 区内在住・在勤の方 **定** 50名(抽選) **費** 1000円 **申** 往復ハガキ(5面記入例参照)で、8月15日(必着)までにNPO法人グループあいびー(〒168-0063和泉4-16-16)へ **問** 同法人・内田 ☎ 3784-3946
★「杉並区民オペラ」合唱団員・児童合唱団員募集
わかりやすい日本語による区民のためのオペラを創ることを目的としています。
時 公演予定=20年6月 **場** 公演場所=セッション杉並(梅里1-22-32) **内** ①合唱団=練習日時=毎週土曜日 **定** 練習場所=杉並第十小学校(和田3-55-49)、高南中学校(和田3-40-10)ほか ②児童合唱団=練習日時=毎週日曜日 **定** 練習場所=めいた音楽院(和田1-11-15) **申**・**問** 電話で、杉並区民オペラ事務局 ☎ 3380-1042 へ
★都民の水がめの自然と歴史を学ぶ山の体験～オール東京62市区町村共同事業
時 9月23日(祝)～24日(休)(1泊2日) **場** 奥多摩町鳩ノ巣・山のふるさと村 **内** ヒノキの伐採見学と皮むき体験、水出ずる森の体験、湖底の歴史探しなど **区** 区内在住の小学5年生～中学1年生 **定** 40名(抽選) **費** 3000円 **申** 往復ハガキに郵便番号・住所・電話番号・参加者名(学年・性別)・保護者名・代表者名(グループ参加の場合)を書いて、9月2日(消印有効)までにみどり体験交流事業(山の体験・奥多摩町)係(〒170-8691豊島郵便局私書箱57号)へ **問** みどり体験交流事業事務局 ☎ 5949-1356(月～金曜日午前9時～午後7時。祝日を除く) **他** 締切日の2、3日後に当落選を通知します
★杉並区シルバー人材センター リサイクル自転車の販売
時 8月20日(月)～22日(水)午前11時～午後4時 **場** リサイクル自転車作業所(永福2-1-11) ☎ 3327-2287 **内** 販売価格=1台6500円～1万円 **申** 直接、同作業所へ(先着順) **問** 杉並区シルバー人材センター ☎ 3317-2217



ありがとうございました

5～6月のご寄付
(敬称略・順不同)

【福祉】杉並区ゴルフ連盟=10万2000円▷楠美晃子=5000円【NPO支援基金】関谷祐之=4万5000円▷(株)マイルストーン=50万円▷杉並区NPO支援基金普及活動委員会=1万6465円▷匿名=5万円▷匿名=5万1000円【みどりの基金】高円寺地域集会施設運営協議会=1万1139円▷宮前公園「竹林の集い」参加者=2万286円▷みどりの基金友の会=1万8141円▷みどりのボランティア杉並・植木応援団=4617円▷区内造園業者有志の会=2万641円▷山本瑛子・山本宏=3万円

平和への祈りを込めて
黙とうをささげましょう

文化・交流課

まもなく、広島と長崎の62回目の原爆の日を迎えます。

戦争や核兵器による惨禍を二度と繰り返さないために、原爆死没者・戦没者のめい福と世界の恒久平和の実現を祈念し、それぞれの時刻に合わせて1分間の黙とうをささげましょう。

家庭や地域、職場で平和の尊さを見つめなおし、平和への誓いを新たにしましょう。

◇**広島**= 8月6日(月)午前8時15分

◇**長崎**= 8月9日(木)午前11時2分

◇**全国戦没者追悼式**= 8月15日(水)正午

SPORTS
スポーツのある暮らし 健康の第一歩

競技大会

●区民体育祭秋季大会(サッカーは冬季大会)

◇弓道
時 高校の部=9月2日(日)▷一般の部=10月7日(日)▷いずれも午前9時~午後5時 場 上井草スポーツセンター弓道場(上井草3-34-1) 内種目=団体・個人の部 対 区内在住・在勤・在学者と区弓道連盟会員 費 高校の部=無料、一般の部=500円 申 往復ハガキ(5面記入例参照)で、9月20日(必着)までに区弓道連盟・穴戸文育(〒168-0065浜田山1-7-6-203)へ郵送 問 同連盟・穴戸 ☎3329-4614 (午後6時~9時) 他 高校の部は連盟から通知します

◇バレーボール

時 9月9日~11月11日の日曜日、午前9時~(うち5日) 場 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=一般男子・女子(6人制)、家庭婦人・PTA(9人制) 対 一般男子・女子=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)、家庭婦人=区内在住者、PTAは女子現会員 費 1チーム3000円(代表者会議で集めます) 申 申込書(区体育館にあり)と、8月18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 問 同協会・矢口 ☎5934-6265 他 ①代表者会議を9月1日(土)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

◇空手道

時 10月7日(日)午前9時~午後5時 場 日本大学鶴ヶ丘高等学校(和泉2-26-12) 内種目=組手・形個人戦(年齢別、男女別)、団体戦 対 区内在住・在勤・在学者または区空手道連盟の加盟団体に所属している方 費 個人戦(1種目につき)=1000円、団体戦=3000円 申 申込用紙(区体育施設にあります)と参加費を現金書留で、9月1日(必着)までに区空手道連盟・山口昌寿(〒160-0022新宿区新宿2-14-7(株)東京ジムキ)へ郵送 問 同連盟・高瀬 ☎042-779-2535

◇サッカー

時 9月23日~12月までの日曜日、祝日午前9時~午後5時 場 井草森公園運動場(井草4-12-1)、下高井戸運動場(下高井戸3-26-1)ほか 内種目=高校の部、一般の部、シニアの部 対 高校の部=区内高校の学校代表チーム▷一般の部=区内在住・在勤で18歳以上の男子(高校生は除く)▷シニアの部=区内在住・在勤で40歳以上の男子で編成されたチーム 費 1チーム8000円 申 電話で、8月17日までに区サッカー連盟・大槻 ☎090-9833-5041 (午前9時~午後10時) へ 他 連盟加盟チームには連盟から別途通知します

●サマースマイルカップソフトバレーボール大会

時 9月1日(土)午前9時~午後7時(区後援) 場 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 対 19年度区ソフトバレーボール連盟登録者 定 36チーム 費 1チーム3000円 申 申込用紙(区体育施設にあります)と参加費を現金書留で、8月13日(必着)までにソフトバレーボール連盟事務局・亀山米子(〒167-0042西荻北5-7-11-410)へ郵送 問 同連盟・亀山 ☎5938-8331 (午前8時~10時まで)

スポーツ教室

●ミニテニス ⑤教室番号「0283」

時 9月4日~10月9日の毎週火曜日、午前11時~午

【広報すぎなみ発行日】…毎月1日・11日・21日

③の教室は、さざんかねっと「<http://www.yoyaku-sports.city.suginami.tokyo.jp/rasgiusr2>」で申し込みできます。個人利用者登録(区内在住・在勤・在学の方)が必要です。申し込みは8月1日午前8時30分からハガキ締切日まで。定員を超えた場合は初めて申し込んだ方を優先する場合があります。

後1時(計6回) 場 妙正寺体育館 対 区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心者・初級者 定 40名(抽選) 費 1800円 申 往復ハガキ(5面記入例参照)に生年月日も書いて、8月13日(必着)までに妙正寺体育館(〒167-0033清水3-20-12)へ 問 同体育館 ☎3399-4224 他 託児あり(3歳~未就学児、事前申し込み)

●ヨガ教室 ⑤教室番号「0295」

時 9月7日~10月12日の毎週金曜日、午後7時~9時(計6回) 場 高円寺体育館 対 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定 40名(抽選) 費 1400円 申 往復ハガキ(5面記入例参照)に生年月日も書いて、8月12日(必着)までに高円寺体育館(〒166-0003高円寺南2-36-31)へ 問 同体育館 ☎3312-0313 他 ①託児あり(3歳~未就学児、事前申し込み)②車やバイクでの来場はご遠慮ください

●腰・膝痛予防のためのストレッチ ⑤教室番号「0324」

時 9月12日~11月28日の毎月第2・4水曜日、午前9時~11時(計6回) 場 永福体育館 対 区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心者 定 50名(抽選) 費 1400円 申 往復ハガキ(5面記入例参照)に生年月日も書いて、8月13日(必着)までに永福体育館(〒168-0064永福3-51-17)へ 問 同体育館 ☎3328-3146 他 託児あり(3歳~未就学児、事前申し込み)

●親子で水遊び ⑤教室番号「0347」

時 9月8日~10月13日の毎週土曜日、午前9時~11時(計6回) 場 杉並第十小学校温水プール 対 区内在住・在勤・在学で3歳~就学前の幼児とその保護者 定 40組80名(抽選) 費 1組4800円 申 往復ハガキ(5面記入例参照)に親と子両方の生年月日も書いて、8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 問 同プール ☎3318-8763 他 ①車での来場はご遠慮ください②子育て応援券の利用可

●初心者水泳教室 ⑤教室番号「0348」

時 9月8日~10月27日の毎週土曜日、午後7時~9時(計8回) 場 杉並第十小学校温水プール 対 区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心者 定 32名(抽選) 費 5000円 申 往復ハガキ(5面記入例参照)に生年月日も書いて、8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 問 同プール ☎3318-8763 他 車での来場はご遠慮ください

●ゴルフ入門講座

時 ①9月1日~10月11日②10月20日~11月29日の間で水曜日、木曜日または土曜日の午前11時~午後0時30分、午後2時~3時30分、日曜日の午前11時~午後0時30分(各クラス週1回で計6回。区後援) 場 三鷹ゴルフセンター(三鷹市牟礼1-11-28) 対 区内在住・在勤の方 定 各コース12名 費 1万5000円 申 往復ハガキまたはファクス(5面記入例参照)に希望のコース(①か②・曜日・時間帯を記入)を第2希望まで書いて、各コースの開講日前日(必着)までに大友和男(〒166-0011梅里2-8-3)または畔蒜(あびる) ☎042-463-5750 へ(先着順) 問 畔蒜 ☎090-5560-0424 他 筆記用具とクラブ(パター、7Iなど)を持参してください

●働く方のためのジョイフル教養講座「初心者ゴルフ教室」

時 9月8日~10月27日の毎週土曜日、午後6時30分~8時(計8回) 場 ハイランドセンター(高井戸東3-11-7) 内 初心者を対象に基本技術、ルール、マナーなど 対 区内在住・在勤の勤労者で全回出席できる方

中途視覚障害者向け
短期講習会

同じような障害のある方たちと話をしたり、援助をお願いする時のちょっとしたコツをつかんでみませんか。仲間をつくらたり、暮らしを豊かにするヒントを見つけませんか。

時 8月30日(木) 当事者の体験談、白杖の使い方、歩行に関すること、盲導犬の話など

31日(金) 日常生活の工夫と便利な用具の紹介、福祉制度について

▽9月1日(土) 地域で活動するための情報「スラッシュ」アプリ「プラザ」の見学/いずれも午後1時30分~4時30分(一日または二日間のみの参加可)

あさんぶる荻窪(荻窪5-15) 場 13 対 病氣や事故などにより中途で目が不自由になって間もない方とその家族 定 一〇名 費 無

へ(先着順)

料 申 電話で、参加日の前日まで障害者福祉会館運営協議会 ☎3332-6121 FAX 3351-3581 へ

●NHK夏期巡回全国放送ラジオ体操・みんなの体操祭東京大会

杉並区政75年を記念して、3000名の参加を目指し開催します。大勢でご参加ください。時 8月26日(日)午前5時55分~6時45分(区共催) 場 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 対 都内在住の方 費 無料 申 当日、直接会場へ 問 榎本 ☎3396-0753 他 雨天時は体育館履きを持参してください

定 26名(抽選) 費 1万2000円(保険料含む) 申 ハガキ(5面記入例参照)に職業・勤務先の電話番号も書いて、8月24日(必着)までにNPO法人スクール・アドバンス・ネットワーク(〒167-0043上荻1-24-21協立第51ビル3階)へ 問 同法人 ☎5347-2372 (月~金曜日午前10時~午後6時) 他 用具の無料貸し出しあり

●初心者弓道教室

時 9月5日~10月10日の毎週水曜日、午後1時~5時(計6回。区共催) 場 上井草スポーツセンター弓道場(上井草3-34-1) 対 区内在住の成人女性 定 20名(抽選) 費 無料 申 往復ハガキ(5面記入例参照)で、8月20日(必着)までに穴戸文育(〒168-0065浜田山1-7-6-203)へ 問 穴戸 ☎3329-4614 (午後6時~9時)

その他

●いきいきスポーツ健康塾・リフレッシュ3(スリーゾーン)

「軽いストレッチで心身をリラックス」「楽しい運動で体力に応じて少しずつ筋力アップ」「自転車などを使い無理なく少しずつ体力アップ」の3つのゾーンを楽しみながら、元気になっていくプログラムです。

時 9月12日~11月14日の毎週水曜日、午前10時~正午(9月26日、10月17日を除く) 場 ヴィムスポーツアベニュー(宮前2-10-4) 対 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定 72名(抽選) 費 4000円 申 往復ハガキ(5面記入例参照)に生年月日と現在の体力状況(自信がある・普通・無し)も必ず書いて、8月15日(必着)までに阿佐谷南1-14-2 みなみ阿佐ヶ谷ビル8階)へ 問 阿佐谷南1-14-2 みなみ阿佐ヶ谷ビル ☎3312-2111 (区代表)

●弓道・アーチェリー認定講習会

弓道場を利用するには利用証(一定の技量を認定)が必要です。安全に利用していただくために、段位などをお持ちでない方は講習会に参加し、認定を受けてください。認定を受けた方には技量に応じた利用証を発行します。

時 弓道=8月25日(土)▷アーチェリー=26日(日)▷いずれも午前9時~午後1時 場 上井草スポーツセンター弓道場(上井草3-34-1) 対 弓道またはアーチェリーの経験がある方 定 各36名 費 無料 申 電話で、上井草スポーツセンター ☎3390-5707 へ(先着順)

●「綱引き大会」のスタッフ(実行委員)を募集

区体育指導委員と共に、区民体育祭・スポーツレクリエーション大会「綱引き」の企画・運営をお手伝いいただける方を募集しています。

時 11月25日(日)(時間未定) 場 荻窪体育館(荻窪3-47-2) 申 電話で、8月22日までに社会教育スポーツ課社会体育係 へ 他 第1回実行委員会を8月28日(火)午後7時から区役所第7会議室(西棟6階)で開催します(実行委員会は月1回程度開催)

【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

●区政を話し合う会

区長と一緒に話し合いませんか

区民の皆さんと区長が共に区政について考えるために「区政を話し合う会」を開催します。

今回は、8月実施分の発言者を募集します(9月以降の回は今後の「広報すぎなみ」で募集します)。どなたでも自由に参加できます。杉並区を豊かで活力あるまちとするため、多くの皆さんのご発言・ご参加をお待ちしています。

時・場下表のとおり申言したい方=ハガキ、ファクスまたはEメールに、発言したいテーマ(件名)と要旨(100字程度)・会場名・住所・氏名(フリガナ)・電話番号を書いて、8月10日(必着)までに区政相談課FAX3312-3531

Table with 4 columns: 回 (No.), 月日 (Date), 時間 (Time), 場所 (Location). Includes dates from 8/28 to 3/20.

9月以降の開催予定※今後の「広報すぎなみ」で募集
※第1、2、5回は「区政一般について」、第3回は「健康」、第4回は「環境」、第6回は「子育て」の分野からテーマを設定して話し合います。

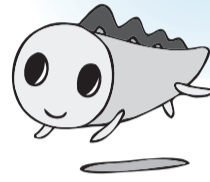


▲知る区ロードの日

また、今年で二〇周年を迎える「知る区ロード」事業では今年5日(日)を「知る区ロードの日」として、ふだん下りて歩くことはできない善福寺川の「川歩き」や、「昔遊び体験in郷土博物館」、「カード交換

◆「まち歩き」にチャレンジ
区は、まちを知ることや健康増進などを目的に、「歩く」ことをテーマにした事業を実施しています。

すぎなみの輝き度 向上だより



今年度は、一三件のポスターを対象に、「杉並らしさ」を引き出しながら統一感のとれた魅力あるデザインの作成に、連携・協働して取り組んでいきます。

◆デザインに「杉並らしさ」
まちを歩くと、区の掲示板に様々なポスターを目にすることが出来ます。区が外部に発信するポスターなどのデザインは統一性に欠け、見る側によりイメージを伝える工夫が足りませんでした。そこで、

〈秋のポリオ予防接種日程表〉

Table with 2 columns: 場所 (Location) and 日程 (9月/10月) (Schedule). Lists various centers and their respective vaccination dates.

※1. ★印の日程および天候によっては例年会場が非常に混雑します。接種までに大変時間がかかる場合がありますので、ご了承ください。 ※2. 今回は予備日はありません。

秋のポリオ予防接種

接種を希望する方は、母子手帳とお手元の予防接種予診票冊子のポリオ予診票を切り離してご持参のうえ、お近くの会場へお越しください(個別の通知はしていません)。

時・場 左上表のとおり内受付
時間 午後1時15分〜2時30分
(時間厳守)
接種開始 午後1時30分(検温のための番号札は0時30分から会場付近に設置します。0時30分以前の入場はご遠慮ください)
予診接種の流れ 検温↓受付↓予診↓承認の署名↓ワクチン服用↓持ち物

区民健診・がん検診のお知らせ

区内在住で、職場などでの健(検)診の機会がない方が受けることができます(入院、加療中の方は、受診できません)。対象年齢は、20年3月31日現在です。

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

Table with 6 columns: 健(検)診名 (Exam Name), 対象年齢 (Target Age), 受診期間 (Exam Period), 受診場所 (Exam Location), 費用 (Fee), 備考 (Remarks). Lists various health and cancer screening programs.

※がん検診の費用は、受診する窓口でお支払いください。なお、生活保護世帯の方は、費用が免除されますので、受診前に杉並保健所健康推進課または保健センターへお問い合わせください(要申請)。

Table with 2 columns: 健(検)診名 (Exam Name) and 申込方法(ハガキは健(検)診ごとに1人1枚。ただし乳がん、子宮がんは1枚で可) (Application Method). Provides details on how to apply for exams.

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1時〜10時(午後1時〜5時耳鼻科のみ当番医)
日曜・祝日: 午後5時〜10時(午前9時〜午後5時は当番医)

※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)