

広報 すぎなみ

平成12年 9 / 1 NO.1524



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

主な記事

敬老の日事業..... 1面
介護保険のお知らせ..... 2面
シドニーオリンピック出場
磯田順子さん... 7面
紅葉のすぎなみ自然村へ..... 8面

〈発行日〉毎月1日・11日・21日

9月15日は敬老の日です

元気ですーじかかな毎日を

敬老会・半寿顕彰式典 に招待

第51回敬老会を開催します。また、今年は「半寿顕彰式典」も合わせて行います。

【月日・会場】 9月6日(水)・7日(木) 杉並公会堂(上荻1 23 15) 9月8日(金) セシオン杉並(梅里1 22 32) 【時間】 午前の部 午前10時~11時50分 午後の部 午後2時~3時50分(7日は、午前の部のみ) 【内容】 式典(敬老会・半寿顕彰) 保育園児・高校生からのお祝い 演奏(合奏 津軽三味線、歌 青山和子) 【対象】 区内在住で75歳以上の方

希望者は、地域別に指定した会場(広報8月11日号参照)へ直接お越しください。ご都合のつかない場合は他の日時・会場でも入場できます(今年は招待状をお送りいたしません)。

半寿顕彰

昨年度の75歳顕彰は、81歳(半寿) 顕彰に変更し、広く区民の皆さんとの交流をとおりて行います。式典では、保育園児の歌や、高校生からのダンスや朗読のプレゼントをお楽しみいただき、若い人と共にお祝いします。また、保育園児から高齢者まで、多くの区民の皆さんが心をこめて作成したお

祝いの品(オルゴール)を贈呈します。 【対象】 81歳の方(大正7年9月17日~8年9月16日生まれの方) 対象者には、式典、お祝い品贈呈の案内状を8月16日にお送りしました。

敬老の日

高齢者活動支援センター または敬老会館で おくろぎください

9月15日(祝)、高齢者活動支援センターでは、映画会と歌謡ショー「敬老歌まつり」を、馬橋、方南、荻窪、井草、桃井、和田中央、和泉、西荻北敬老会館では、ワーカーによるレクリエーション活動を行います。

また、当日に限り各敬老会館のお風呂は、午前10時~午後3時までご利用になります。 来館の際は、利用証または健康保険証をお持ちください。

高齢者のための映画会

【日時】 9月15日(祝)午前10時~正午 【会場】 高齢者活動支援センター 【内容】 ベニス国際映画祭グランプリ受賞作品「無法松の一生」(監督 稲垣浩/出演 三船敏郎、芥川比呂志、高峰秀子) 【対象】 区内在住で60歳以上の方 【入場料】 無料 希望者は、直接会場へ。

区内在住の真打ち、柳家小団治師匠が、学習院大学落語研究会と古典落語の楽しさを披露します。 【日時】 9月26日(火)午後1時30分~3時30分 【会場】 高齢者活動支援センター

敬老歌まつり

【日時】 9月15日(祝)午後1時30分~3時30分 【会場】 高齢者活動支援センター 【内容】 思い出のメロディーとオリジナル歌謡曲 【出演】 歌工房、美咲会 【対象】 区内在住で60歳以上の方 【入場料】 無料 希望者は、直接会場へ。

敬老の日

公衆浴場を無料開放

9月15日(祝)の午後2時~4時に、区内の公衆浴場を60歳以上の方と付き添いの方に無料で開放します。

長寿祝い品を贈呈します

一〇〇歳を迎えた方(明治32年9月17日~33年9月16日に生まれた方)で希望する方に、区長などが訪問

問い合わせは 高齢者活動支援センター (〒168 0072 高井戸東3 7 5 井の頭線「高井戸駅」下車) ☎33331 92111 対象年齢はすべて9月15日現在です。

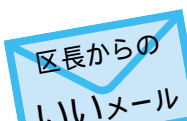
し、祝い品を贈呈します。 また、一〇一歳以上の方(明治32年9月16日以前に生まれた方)に、長寿祝い品を敬老の日前後にお届けします。一〇〇歳以上の方のお名前は2面に紹介しています。

敬老金は廃止します

昨年度まで80歳以上の方に支給していた敬老金につきましては、介護予防・生活支援サービスなどの充実に振り向けるため、今年度から廃止いたします。



昨年は「紅白饅頭」廃止など、高齢者の皆さんのご理解とご協力もあり、厳しい区財政の中にも、ながら、介護保険サービスの充実などに限られた予算を生かすことができました。 小中学校の余裕教室をを活用した通所介護(デイサービス)施設は三カ所、特別養護老人ホームは六〇床ずつ二カ所を、この四月から開設するなど、急ピッチで「不安のない介護」に向け努力しています。 しかし、まだ十分という姿ではありません。 デイサービス事業は、今年度中に、昨年度に比べ、定員を二六〇人から八〇〇人と約



寿命は百六十二歳

杉並区長 山田 宏



三倍に、特別養護老人ホームは平成14年度までに六六〇床から九八七床と約一・五倍に充実していくことなど、様々な介護や介護予防の施策を充実していくつもりです。

員定数を削減するなど、財政再建努力を続けますが、『確かな明日』を築くため、皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。 さて、余裕教室を活用したデイサービス施設は、NPOという法人格をもった地域のボランティア団体に運営していただいています。 来年度開設される内の一カ所は、会社を退職された六〇歳以上の男性を中心とする団体が、その運営に手を挙げられました。すば

らしいことだと思います。 この方々のみならず私たちの地域社会は、町会活動、青少年育成、街の美化や福祉活動など多くの分野にわたって、元気な高齢者の方々の献身的な活動で支えられている面が多いのです。 今年の敬老会は、八十一歳の方に対しての「半寿顕彰」というお祝いも行います。半という字を分解すると八十一。つまり、八十一歳で半分ですから、人間の寿命は、本来百六十二歳。子どもさんからの歌や区民の皆さんからの素敵なプレゼントもある、世代を超えたお祝いになりそうです。 八十一歳はまだまだ人生の半ば、「生涯現役」でがんばってくださいね。

介護保険のお知らせ

65歳以上の方の介護保険料

今年の4月に、高齢者の介護を社会全体で支える仕組みとして、介護保険制度がスタートし、様々なサービスの利用が行われています。この制度は、被保険者皆さんの保険料と、税金によって運営されています。第一号被保険者の方へ、10月から介護保険料をお支払いいただくため納入通知書を8月末に送付しました。

問い合わせは、介護保険課へ。

第1号被保険者(65歳以上)の方の介護保険料

保険料の額は、自治体ごとに介護サービスの水準などによって異なります。杉並区では条例で基準年額三万五三〇〇円と定められました。これを基に所得段階などに応じて、五段階で計算します。(表1)

基準年額は三年間(12年度(14年度)は変わりません。一人ひとりの額は、前年の所得に応じて、毎年算定します。

12・13年度保険料の特例

特別徴収
老齢・退職年金が年額一八万円(月額一万五〇〇〇円)以上の方は、10月支給の年金から徴収が始まります(遺族年金・障害年金・

普通徴収
年金額が年額一八万円(月額一万五〇〇〇円)に満たない方など、特別徴収にならない方は口座振替ま

保険料の納め方

① 12年4月分から9月分までの保険料は徴収しません。
② 12年10月分から13年9月分までの一年間はひと月あたりの保険料が半額になります。

政府の特別対策に基づき、杉並区では次のとおり保険料を軽減しています。

老齢福祉年金からは差し引かれませんが、10月に社会保険庁から送られる、年金振込通知書(ガキ)の介護保険料額の欄をご確認ください。

表1 第1号被保険者(65歳以上)の方の介護保険料

段階	対象者	本来の保険料 年(月)額	
		12年度保険料 年(月)額	13年度保険料 年(月)額
第1段階 基準年額×0.5	生活保護受給者 区民税世帯非課税かつ 老齢福祉年金受給者	年 1万7600円 (月約1470円)	年 4400円 (月約740円)
		年 2万6500円 (月約2205円)	年 6625円 (月約1110円)
第2段階 基準年額×0.75	区民税非課税(世帯)	年 3万5300円 (月約2940円)	年 8825円 (月約1470円)
		年 4万4100円 (月約3675円)	年 1万1025円 (月約1840円)
第3段階 基準年額	区民税非課税(本人)	年 5万2900円 (月約4410円)	年 1万3225円 (月約2210円)
		年 6万1700円 (月約5140円)	年 1万5050円 (月約1254円)
第4段階 基準年額×1.25	区民税課税 (合計所得250万円未満)	年 7万0500円 (月約5875円)	年 1万7025円 (月約1418.75円)
		年 7万9300円 (月約6607.5円)	年 1万8875円 (月約1572.75円)
第5段階 基準年額×1.5	区民税課税 (合計所得250万円以上)	年 8万8100円 (月約7342.5円)	年 2万1525円 (月約1793.75円)
		年 9万6900円 (月約8075円)	年 2万3375円 (月約1948.75円)

問い合わせ臨時窓口
8月31日(木)～9月14日(木)
(土曜、日曜日は除く)の
午前9時～午後5時まで臨
時窓口を開設しています。
介護保険料についてのご
質問がありましたら区役
所「介護保険料問合せ臨時
窓口」までお電話くださ
い。

たは納付書により個人で納めていただきます。
特別徴収の方には「平成12年度介護保険料納入通知書兼特別徴収決定通知書」を、普通徴収の方には「平成12年度介護保険料納入通知書」と、10月～3月分の「納付書」を8月末にお送りしました。

40歳以上65歳未満の医療保険(健康保険)に加入している方(第2号被保険者)の保険料

保険料の額や計算方法は、加入している医療保険によって異なります。医療保険の保険料に介護分を上乘せして、ひとつの保険料として12年4月分から徴収されています。

詳細は、職場の健康保険担当者、各医療保険者にお問い合わせください。

【振替換算式】

(表2)

$$\frac{\text{当該月の訪問通所サービスの未利用単位数}}{\text{要支援 954単位}} \div \text{要介護1 984単位} \div \text{要介護2 1,032単位} \div \text{要介護3 1,079単位} \div \text{要介護4 1,126単位} \div \text{要介護5 1,173単位} = \text{当該月の短期入所への振替可能日数}$$

振替上限.....1カ月あたり最大14日まで

短期入所サービス(ショートステイ)の振替利用が始まります

10月から、訪問・通所サービスの利用限度額の一部を、短期入所サービスに振り替えて利用することができます。

振替利用ができるのは、次のすべてにあてはまる場合です
利用者本人が痴呆、または家族が高齢・疾病などで、振替利用しなければ在宅介護が困難である 介護保険証に記載されている短期入所利用限度日数を使い切っている
振替による日数を合わせても、その月の短期入所の利用が14日以内である。
振替できる日数は、振替換算式(表2)によって決まります。
問い合わせは、介護保険課付係へ。

短期入所サービス(ショートステイ)振替利用の手続きは次のとおりです

- ① ケアマネージャー(居宅サービス計画作成を依頼している)に連絡し利用できる日数を確認
- ② 区役所介護保険課へ振替利用申請 承認を受ける(ケアマネージャーによる代行申請もできます)
- ③ 施設に予約・利用
- ④ 利用料の支払い 施設によっては、サービス費用の全額をいったん支払います。
1割 または **全額**
- ⑤ 区役所介護保険課へ申請すると、保険給付対象の9割分が払い戻されます。



杉並の100歳以上の方

区には、現在、百歳以上の方が83名いらっしゃいます。お名前は下表のとおりです。いつまでもお元気で、健やかに過ごしてください。

氏名	性別	年齢	住所	氏名	性別	年齢	住所
中込 虎次	女	106	高円寺北	三浦 イツ	女	101	高井戸東
福野 みさを	女	105	高井戸西	花崎 茂	女	101	荻窪
宮木 サク	女	105	西荻北	金田 フサ	女	101	上高井戸
増澤 檉	男	104	宮前	結城 干城	男	101	阿佐谷南
和田 花枝	女	104	善福寺	飯橋 カネ	女	101	阿佐谷南
松下 直三	男	103	永福	岡野 ヨネ	女	101	阿佐谷北
青柳 けさ志	女	103	高円寺南	横井 静代	女	101	上井草
岡田 きみ	女	103	高円寺南	小野塚 イシ	女	101	西荻北
神達 ツヤ	女	103	松ノ木	村瀬 のぶ	女	101	堀ノ内
岩田 教順	男	103	梅里	松本 弘三	男	101	阿佐谷北
宗村 ヨシ	女	103	上井草	金巻 アキ	女	101	上井草
中村 ムツ	女	103	天沼	奥村 ヒデ	女	101	高井戸西
平井 むめの	女	103	阿佐谷南	小林 清子	女	100	和泉
東野 あきを	女	103	堀ノ内	鶴見 タキ	女	100	高井戸西
野替 延猪	女	102	宮前	市川 シメ	女	100	高井戸西
吉枝 貞	女	102	浜田山	廣瀬 ユキ	女	100	高円寺南
池谷 武雄	男	102	南荻窪	小栗 常子	女	100	宮前
小池 與一郎	男	102	和泉	和田 滋樹	男	100	方南
波止 タカ	女	102	高井戸西	村上 ハツノ	女	100	梅里
林 クニ	女	102	成田東	宮原 トヨ	女	100	和田
若林 ふ久	女	102	高井戸西	尾家 文野	女	100	成田西
塩野 あき	女	102	梅里	柳澤 きく	女	100	上高井戸
堀 萬子	女	102	井草	堀口 ノブ	女	100	和泉
三上 キク	女	102	上井草	岩瀬 久栄	女	100	高円寺南
岩本 十六	男	102	松ノ木	齋藤 よし	女	100	清水
後藤 カツ	女	102	上井草	浅賀 ひま	女	100	高円寺北
近藤 康男	男	101	上高井戸	倉本 ミユキ	女	100	高円寺北
遠藤 嘉一	男	101	久我山	平野 ふさ	女	100	本天沼
吉沼 岩吉	男	101	浜田山	植村 フミ	女	100	西荻南
田村 ツサ	女	101	成田東	伊藤 トメ	女	100	成田西

匿名希望 男1名 女22名

年齢は、9月15日現在。敬称略、生年月日順。



催し

「21世紀の杉並に向けて
今教育を熱く語ろう」
パネルディスカッションと
音楽のついで

音楽のついで

【日時】9月17日(日)午後
1時15分～4時30分(0時
45分開場・区後援)【会
場】セシオン杉並(梅里1
22 32)【内容】第一部
(午後1時30分)「中央
大学杉並高校吹奏楽部演奏
第二部(午後2時15分
～)「パネルディスカッ
ション。コーディネーター
藤原和博、パネリスト「小
平桂子アネット(ジャーナ
リスト)、小林登(国立小
児病院名誉院長)、渥美東
洋(中央大学総合政策学部
教授)、山田宏(杉並区
長)ノ第三部(午後4時)「
中央大学白門グリーンクラ
ブ【入場料】無料【定員】
五七〇名(先着順)



小平桂子アネットさん

希望者は、直接会場へ。
問い合わせは、中央大学
学院会杉並支部事務局・赤
川 33391 6312
へ。

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性別
- ⑥電話番号

往復ハガキの場合は返信用のあて先も記入をあて先は各記事の申込先
託児(3歳～就学前)のある行事は、託児希望の有無、お子さんの氏名・年齢・性別も記入

平和のための戦争・
原爆展inすぎなみ

【日時】9月14日(木)午
前10時～午後9時/15日(祝)
午前10時～午後5時(区後
援)【会場】産業商工会館
(阿佐谷南3 2 19)
【内容】14日 戦争展、原
爆展 ヒースイベント/15
日 戦争展、原爆展、映画
上映「ふたりのイダ」、
「おこりじぞう」朗読劇
「この子たちの夏」お話
と合唱「ぞうれっしやがや
つてきた」みんなで語ろ
う「21世紀への平和宣言」



岩崎セツ子さん

【入場料】無料
希望者は、直接会場へ。
問い合わせは、戦争・原
爆展inすぎなみ実行委員
会 33399 8719
へ。

洋絃会

【日時】9月30日(土)午後
4時開演(3時30分開場・
区共催)【会場】セシオン
杉並(梅里1 22 32)
【出演】ピアノ「岩崎セツ
子、山根貴志ほかノサクク
ス・アルモ・サクソフォン
カルテットノソプラノ」遠
藤久美子【曲目】ラフマニ
ノフ「ピアノの為に詩曲、
シューマン」おとぎの絵本
より、リスト「ハンガリー
狂詩曲、伊藤康英」琉球幻
想曲「こきりこ行進曲、プ
ッチーニ」蝶々夫人「よ

【日時】9月17日(日)午前
11時～【会場】杉並第一小
学校体育館(阿佐谷北1
5 27)
希望者は、直接会場へ。
問い合わせは、更生保護
婦人会会長・服部悦子 3
318 8943へ。

更生保護婦人会バザー

日用雑貨、食料品、衣料
品などのバザーです。
売上金は、矯正施設や更
生保護施設への援助事業
に、使わせていただきます。

【日時】9月19日(火)②
9月26日(火)時間はいずれも
午前10時～11時30分【会
場】上井草保健センター
(上井草3 8 19)【内
容】①丈夫な骨をつくる食
生活②カルシウムたっぷり
おやつ③④とも調理実演
と試食【対象】区内在住
の40歳ぐらまでの方【定
員】三〇名【参加費】無料
申し込み・問い合わせ
は、上井草保健センター 3
394 1212へ。定
員になり次第締め切り。
子ども同伴も可(託児
はありません)

**9月の
杉並保健所エントランスホール**

9月の展示は、「高齢者の健康づくり」をテーマに高
年者健診の案内や高齢者(えん下困難など)用の食事
の献立・器具の展示などを行います。また、結核予防
の展示もあわせて行います。
【日時】午前8時30分～午後5時(土曜・日曜・祝
日を除く)【会場】杉並保健所(荻窪5 20 1)
問い合わせは、保健計画課へ。

サロン・デ・ボザール
杉並支部展

【日時】9月15日(祝)17
日(日)午前10時～午後5時
(初日は午後1時)・区後
援【会場】セシオン杉並
(梅里1 22 32)【内容】
墨画・日本画・洋画ほか
(チャリティコーナー併
設)【入場料】無料
希望者は、直接会場へ。
問い合わせは、同支部・
堀 3321 0124
へ。

【日時】9月19日(火)②
9月26日(火)時間はいずれも
午前10時～11時30分【会
場】上井草保健センター
(上井草3 8 19)【内
容】①丈夫な骨をつくる食
生活②カルシウムたっぷり
おやつ③④とも調理実演
と試食【対象】区内在住
の40歳ぐらまでの方【定
員】三〇名【参加費】無料
申し込み・問い合わせ
は、上井草保健センター 3
394 1212へ。定
員になり次第締め切り。
子ども同伴も可(託児
はありません)

カルシウムアップセミナー

【日時】9月19日(火)②
9月26日(火)時間はいずれも
午前10時～11時30分【会
場】上井草保健センター
(上井草3 8 19)【内
容】①丈夫な骨をつくる食
生活②カルシウムたっぷり
おやつ③④とも調理実演
と試食【対象】区内在住
の40歳ぐらまでの方【定
員】三〇名【参加費】無料
申し込み・問い合わせ
は、上井草保健センター 3
394 1212へ。定
員になり次第締め切り。
子ども同伴も可(託児
はありません)

【日時】9月17日(日)午前
11時～【会場】杉並第一小
学校体育館(阿佐谷北1
5 27)
希望者は、直接会場へ。
問い合わせは、更生保護
婦人会会長・服部悦子 3
318 8943へ。



講演・
講演
男性セミナー
サリーマン受難時代
突然の降格・減給・
解雇

【日時】9月28日(木)午後
7時～8時40分【会場】男
女平等推進センター(ゆづ
杉並)【対象】区内在住・
在勤の方【講師】関東学院
大学助教授・細谷実さん
【定員】三〇名【参加費】
無料
申し込みは、ハガキ(ハ
ガキ記入例参照)で9月14
日(必着)までに、男女平
等推進センター男性セミナ
ー係へ。ファクスでの申し
込みも可。申し込み多数の
場合は、抽選。

区民企画事業
バイバイ！ひとりぼっち
の子育て

【日時】9月19日(火)②
9月26日(火)時間はいずれも
午前10時～11時30分【会
場】上井草保健センター
(上井草3 8 19)【内
容】①丈夫な骨をつくる食
生活②カルシウムたっぷり
おやつ③④とも調理実演
と試食【対象】区内在住
の40歳ぐらまでの方【定
員】三〇名【参加費】無料
申し込み・問い合わせ
は、上井草保健センター 3
394 1212へ。定
員になり次第締め切り。
子ども同伴も可(託児
はありません)

【日時】9月19日(火)②
9月26日(火)時間はいずれも
午前10時～11時30分【会
場】上井草保健センター
(上井草3 8 19)【内
容】①丈夫な骨をつくる食
生活②カルシウムたっぷり
おやつ③④とも調理実演
と試食【対象】区内在住
の40歳ぐらまでの方【定
員】三〇名【参加費】無料
申し込み・問い合わせ
は、上井草保健センター 3
394 1212へ。定
員になり次第締め切り。
子ども同伴も可(託児
はありません)

子どもからのシグナル
「心の叫び」を見落とす
いけないと言われますか。
母親中心の子育てから父
親や地域社会も共に子育て
を担っていくためのきつ
けづくりを考えてみます。

【日時】9月19日(火)②
9月26日(火)時間はいずれも
午前10時～11時30分【会
場】上井草保健センター
(上井草3 8 19)【内
容】①丈夫な骨をつくる食
生活②カルシウムたっぷり
おやつ③④とも調理実演
と試食【対象】区内在住
の40歳ぐらまでの方【定
員】三〇名【参加費】無料
申し込み・問い合わせ
は、上井草保健センター 3
394 1212へ。定
員になり次第締め切り。
子ども同伴も可(託児
はありません)

【日時】9月19日(火)②
9月26日(火)時間はいずれも
午前10時～11時30分【会
場】上井草保健センター
(上井草3 8 19)【内
容】①丈夫な骨をつくる食
生活②カルシウムたっぷり
おやつ③④とも調理実演
と試食【対象】区内在住
の40歳ぐらまでの方【定
員】三〇名【参加費】無料
申し込み・問い合わせ
は、上井草保健センター 3
394 1212へ。定
員になり次第締め切り。
子ども同伴も可(託児
はありません)

バイバイ！ひとりぼっちの子育て

月日	テーマ	講師
10月7日	講演 子どもたちは今	子ども人権オンブズマン 平 清太郎
11月11日	講演 学校と地域・連携から融合へ	習志野市教育センター所長 宮崎 稔
12月2日	講演 おーい父親 ～子育てに素敵な挑戦はいかが？～	東京大学助教授 汐見 稔幸
1月20日	パネルディスカッション 子育て・パパとママが語ります	富永 誠治・土井 二郎・ 野見山 ふみこ
2月17日	わいわいサロン	ファシリテーター 伊東 実恭

時間はいずれも、土曜日の午後2時～4時。

【四〇名【参加費】無料
申し込み・問い合わせ
は、荻窪保健センター 3
391 0015へ。定員
になり次第締め切り。
暮らしイキイキ講座
いまいちい生保・
損保について学ぶ

金融ビッグバン以降、生
保・損保も大きく変わら
ました。消費者としてどう対
応すべきか二回にわたって
学びます。
【日時・内容】①9月18
日(月)「損害保険の基礎知識
②9月20日(水)「生命保険の
正しい選び方。時間はい
ずれも午後2時～4時【会
場】消費者センター(阿佐
谷南1 36 4)【講師】
①日本損害保険協会広報部
業務グループマネージャ
ー 西村敏彦さん②財生命
保険文化センター生活情報
官・菅沼弘樹さん【定員】
五〇名【参加費】無料
申し込みは、往復ハガキ
(ハガキ記入例参照)で9
月13日(必着)までに消費
生活課(〒166 0004 阿
佐谷南1 36 4)へ。申
し込み多数の場合は、抽
選。

【日時】9月19日(火)②
9月26日(火)時間はいずれも
午前10時～11時30分【会
場】上井草保健センター
(上井草3 8 19)【内
容】①丈夫な骨をつくる食
生活②カルシウムたっぷり
おやつ③④とも調理実演
と試食【対象】区内在住
の40歳ぐらまでの方【定
員】三〇名【参加費】無料
申し込み・問い合わせ
は、上井草保健センター 3
394 1212へ。定
員になり次第締め切り。
子ども同伴も可(託児
はありません)

【日時】9月19日(火)②
9月26日(火)時間はいずれも
午前10時～11時30分【会
場】上井草保健センター
(上井草3 8 19)【内
容】①丈夫な骨をつくる食
生活②カルシウムたっぷり
おやつ③④とも調理実演
と試食【対象】区内在住
の40歳ぐらまでの方【定
員】三〇名【参加費】無料
申し込み・問い合わせ
は、上井草保健センター 3
394 1212へ。定
員になり次第締め切り。
子ども同伴も可(託児
はありません)

思春期を迎えた子ども
をもつ親の心構え

思春期は子どもも親も揺
れる時期。その時期をうまく
乗り越えらるるようにな
るべく考えて見ませんか。
【日時】9月19日(火)午前
10時～午後0時30分【会
場】荻窪保健センター(荻
窪5 20 1)【講師】こ
ども相談室「モモの部屋」
カウンセラー・内田良子さ
ん【対象】区内在住の思春
期の子どものもを持つ親【定

【日時】9月19日(火)②
9月26日(火)時間はいずれも
午前10時～11時30分【会
場】上井草保健センター
(上井草3 8 19)【内
容】①丈夫な骨をつくる食
生活②カルシウムたっぷり
おやつ③④とも調理実演
と試食【対象】区内在住
の40歳ぐらまでの方【定
員】三〇名【参加費】無料
申し込み・問い合わせ
は、上井草保健センター 3
394 1212へ。定
員になり次第締め切り。
子ども同伴も可(託児
はありません)

生活者カレッジ

月日	テーマ	講師
9月26日(火)	開校式 どう変わった清掃事業	杉並区環境清掃部 リサイクル清掃課長 神奈川大学 石川 正美
28日(木)	介護保険のこれから	杉並区長 山田 宏
10月2日(月)	くらしと区政	法政大学 花原 二郎
6日(金)	これからの経済社会	ジャーナリスト 天笠 啓祐
10日(火)	生活の中の電磁波	
17日(火)	施設見学会～司法と企業の環境対策の現場を見る～ 東京地方裁判所、アサヒビール大森工場	
24日(火)	くらしの中の気象学 ～消費者と環境～	日本気象協会 原田 龍彦
27日(金)	カルテ開示とその課題	弁護士 木下 健治
30日(月)	健康 ～新しい食生活指針～	東京文化大学 小野 恵津子
11月7日(火)	消費者契約法のポイント 開校式	弁護士 村 千鶴子

時間はいずれも午後1時30分～3時30分
(開校式・施設見学会、開校式を除く)

申し込み多数の場合は、抽選。
参加費無料

問い合わせも、同課 3
314 3643へ。
①託児希望の方は、申し
込み時にお知らせくださ
い②一回のみの講座を受
講する聴講生も、各回一
〇名程度募集します。(施
設見学会を除く)。申し込
み方法などは受講生と同
様で、必ず希望するデー
マと日付を明記してくだ
さい。聴講は三回まで。

●郷土史講座
日本神話の新しい見方

●猿田彦大神と
あめのつぎの命

【日時】9月17日(日)午後
1時30分～4時(区後援)
【会場】阿佐谷地域区民セ
ンター(阿佐谷南1 47

17)【講師】庚申信仰研究会
会長・小花波平六さん【定
員】六〇名【参加費】五〇
〇円

希望者は、直接会場へ。
問い合わせは、杉並郷土
史会・原田弘弘 3312
6623へ。

●健康都市杉並
フアロ2000

●糖尿病講習会

【日時】9月11日(月)午前
9時30分～正午【会場】荻
窪保健センター(荻窪5
20 1)【内容】糖尿病が
心配な人の外食の選び方、
調味料の考え方【講師】東
京衛生病院栄養科長・米山
貞治さん【対象】糖尿病が
気になる方、その家族、肥
満傾向の方【定員】五〇名
【参加費】無料

申し込み・問い合わせ
は、同保健センター ☎33
91 0015へ。定員に
なり次第締め切り。
生活習慣病予防教室
痛風にならないために
痛風とはどんな病気か？
その予防方法 治療方法、
日常生活の仕方などにつ
いて、共に学習しません
か。

【日時】9月13日(水)午後
2時～4時【会場】和泉保
健センター(和泉4 50
6)【講師】東京女子医科
大学膠原病リウマチ痛風

センター講師・岩谷征子さ
ん【対象】区内在住の方
【定員】二五名【費用】無
料

申し込み・問い合わせ
は、同保健センター ☎33
13 9331へ。定員に
なり次第締め切り。

●育児講習会

リズム&スイング

おとも子どもも楽しめる、
バンド「ホット・サン
ズ」による演奏です。
【日時】9月9日(土)午前
10時～正午【会場】子育て
サポートセンター阿佐谷南
(阿佐谷南3 12 12阿佐
谷南保育園内)【対象】2歳
～就学前のお子さんとお親
【定員】二五組【参加費】
無料

申し込み・問い合わせ
は、同センター ☎3398
4518へ。定員になり
次第締め切り。
車での来場はご遠慮くだ
さい。

●骨粗しょう症予防教室
あなたの骨、大丈夫？

骨粗しょう症を防ぐには
20～30歳代からの骨づくり
が決め手です。
【日時】9月19日(火)午
前9時～午前10時(のど
ちらか(いずれも二時間))
9月22日(金)午前10時～正
午【会場】高井戸保健セン
ター(高井戸東3 20
3)【講師】医学博士・小
沢治夫さん【内容】骨密
度測定ほか 測定結果と講
義「今日からはじめる健康
な骨づくり」【対象】区内
在住の20～30歳代の女性で
二日間とも出席できる方
【定員】三〇名【参加費】
無料

申し込み・問い合わせ
は、同保健センター ☎33
34 4304へ。定員に
なり次第締め切り。

犬のしつけ方教室

【日時】9月21日(木)午後
1時30分～3時30分【会
場】杉並保健所(荻窪5
20 1)【対象】区内在住
の方【定員】三〇名【参加
費】無料

申し込みは、往復八ガキ
(3面八ガキ記入例参照)
に参加希望人数 犬の名
前と年齢 登録年度と鑑札
番号も書いて9月8日(必
着)までに、杉並保健所生
活衛生課(〒167 0051
荻窪5 20 1)へ。申し
込み多数の場合は、抽選。
問い合わせも、同課 ☎3
391 1991へ。
これから犬を飼おうと考
えている方も、参加でき
ます。

●家族介護教室

【日時】9月22日(金)午後
1時30分～3時30分(テー
マ)体験してみませんか！
介護の基本 食事介助
【会場】阿佐谷北ふれあい
の家阿佐谷北1 2 1)
【対象】高齢者介護に関心
のある方【定員】一〇名
【参加費】無料

申し込み・問い合わせ
は、同ふれあいの家 ☎33
38 8630へ。定員に
なり次第締め切り。
動きやすい服装で参加し
てください

●教育講演会
7カ国語で話そう

【日時】9月28日(木)午

杉並区内大学公開講座

表1 女子美術大学公開講座

講座名	日時	内容	講師
A	10月7日	絵画の見方5	講師 鹿島 蘭
	14日	デザインと表現	教授 嶋澤 道雄
	11月11日	荻原碌山と神田日勝 愛と芸術	教授 齋藤 研
	18日	21世紀の環境情報形成 西洋で邂逅する和の心	講師 高橋 揚一
B	11月4日	楽しいエッチング(銅版画)	教授 小川 正明
	11日		
	18日		
C	11月11日	オリジナル作品にチャレンジしましょう(Tシャツ、バンダナなど絵柄デザインから制作まで)	助教授 江川 澄子
	18日		
	25日		
	2日		

時間は、いずれも土曜日の午後1時30分からで、A講座は約2時間、B・C講座は3時間。

表2 明治大学公開講座

講座名	日時	内容	講師
作家と作品 虚と実の 狭間	10月7日	田山花袋 「蒲団」などをめぐって	教授 坂上 博一
	14日	夏目漱石 「それから」などをめぐって	教授 吉田 悦志
	21日	広津和郎 「神経病時代」などをめぐって	教授 小川 武敏
	28日	太宰治 「人間失格」などをめぐって	杏林大学教授 国松 昭

時間は、いずれも土曜日の午後2時～3時30分。

表3 高千穂商科大学公開講座

講座名	日時	内容(場所)	講師
健康・スポーツ 公開講座	9月30日	バドミントン(杉並)	教授 石黒 弘
	10月7日	フットサル(杉並)	非常勤講師 南 和広
	21日	シャトルボール(登戸・雨天の場合は杉並)	教授 今野 廣隆
	28日	ソフトボール(登戸・雨天の場合は中止)	慈恵医科大学講師 山内 秀樹
	11月4日	テニス(登戸・雨天の場合は杉並)	産能短期大学教授 白岩 元 今野 廣隆
	11日	卓球(杉並)	教授 三沢 幸雄

時間は、いずれも土曜日の午前10時30分～正午 場所は、杉並=杉並キャンパス体育館(大宮2 19 1)、登戸=登戸総合グラウンド(川崎市多摩区登戸新町1-1)。

表4 高千穂商科大学・区民のための授業公開

講座名	日時	内容	講師
人間は環境問題とどう取り組もうとしているか 陸・海・空の視点から(後期)	9月26日	ウナギを助ける護岸工事	鹿島建設(株)葉山水域環境研究室長 柵瀬 信夫
	10月3日	車を卒業しようとする街 公共空間の再配分	評論家(比較都市論) 岡 並木
	10日	杉並中継所の大气汚染	教授 勝木 渥
	17日	野生動物の救助活動	野生動物ボランティアセンター 馬場 匡敏
	24日	世界遺産保護の現場から	ワールドヘリテージ 工藤 父母道
	31日	ゴミゼロ・東京革命は可能か 資源循環型都市づくりの課題	ダイオキシン汚染関東ネットワーク 藤原 寿和
	11月7日	交通とリスク管理 環境保全をめざして	安田火災海上保険(株)顧問 小林 實
	14日	環境と鉄道貨物輸送	JR貨物総合企画本部企画部 副部長 鎌田 康
	21日	道路と環境問題	建設省道路局道路環境課道路高度化推進官 桐越 信
	28日	エコ・ツーリズム概論	(財)日本交通公社常務理事 原 重一
	12月5日	よりよい航空機内の環境と人間関係を求めて	元日本航空機長 岩瀬 健祐
	12日	杉並南北バス交通 新しい地域・環境づくりの試み	杉並区都市整備部交通企画担当課長

時間は、いずれも火曜日の午前10時40分～午後0時10分。

杉並区内
大学公開講座
(区共催)

女子美術大学公開講座

【日時・内容】表1のと
おり【会場】女子美術短期
大学(和田1 49 8)
【定員】A=一五〇名/
B・C=各二〇名【参加
費】A講座は無料、B・C
講座は各三〇〇円(教材
費)
上田秋成の著した怪奇小
説の傑作「雨月物語」を読
みながら、古典文学の作品
を読み解く楽しさを味わい
ます。
【日時】10月10日～12月
12日の毎週火曜日午後4時
30分～6時30分(全一〇
回)【会場】東京女子大学
(善福寺2 6 1)【講
師】同大学教授・矢野公和
さん【定員】二五〇名【参
加費】無料

明治大学公開講座

【日時・内容】表2のと
おり【会場】明治大学和泉
校舎(永福1 9 1)【定
員】二五〇名【参加費】一
〇〇〇円(教材費)
高千穂商科大学公開講座
【日時・内容・会場】表
3のとおり【定員】五〇名
【参加費】無料
対象は、いずれも区内在
住・在勤・在学で18歳以上
の方。
申し込みは、各大学ごと
に往復八ガキ(3面八ガキ
記入例参照)に希望講座名
を一つ書いて、9月11日
(必着)までに社会教育セ
ンター(〒166 0011梅
里1 22 32)へ。申し込
み多数の場合は、抽選。
問い合わせも、同センタ
ー ☎3317 6621
へ。

高千穂商科大学
区民のための授業公開

高千穂商科大学のカリキ
ュラムとして開講している
「総合科目」を公開しま
す。(区後援)
【日時・内容】表4のと
おり【会場】高千穂商科大
学【対象】区内在住・在勤
で18歳以上の方【定員】二
〇〇名【参加費】無料
申し込みは、往復八ガキ
(3面八ガキ記入例参照)
で、9月11日(必着)まで
に高千穂商科大学教務一課
(〒168 8508大宮2
19 1)へ。申し込み多数
の場合は、抽選。
問い合わせも、同課 ☎3
313 0146へ。

FAXによる
問合せは

本紙掲載の記事について
ファクシミリでの問合せ
は、下記へ送信してくだ
さい。広報課または担当
の課から回答します。
FAX.3312 9911



募集のお知らせ

児童館サポートボランティア

子どもたちが作って食べるグルメリンドのサポートボランティア体験をしてみませんか。障害のある子どもも参加します。

【日時】9月20日(水)午後2時～5時【会場】馬橋児童館 高円寺北4-2-17

【内容】カナッペとヨーグルトドリンクづくり【定員】10名程度【参加費】200円(食材料代)【持ち物】エプロン・三角きん

記念特売 杉並グリーンセンター オープン

(阿佐谷南3-13-2) 青梅街道天沼陸橋そば

区内生産の鉢物・植木・野菜など直売します

日時 9月9日(土) 午前10時～

問い合わせは、同センター ☎5349 8791へ

緑の募金にご協力を

9月1日～10月31日は、秋期「緑の募金期間」です。秋の募金は主に区内の企業を呼びかけの対象としています。多くの皆様のご協力をお願いします。寄せられた募金は、緑化のために活用されます。問い合わせは、公園緑地課みどりの係へ。

ファミリー・サポート・センター協力会員

働くお母さん、お父さんの育児を支援する有償のボランティア活動です。内容は保育園の送り迎えや、保育園の保育時間外の子どもの預かりなど、短時間で補助的な活動です。関心のある方は、ぜひ説明会へお出かけ下さい。

【日時】第一八回「9月14日(木) 第一九回「10月12日(木) 第二〇回「11月7日(火) 第二一回「11月27日(月)の時間は、いずれも午前10時～正午(時間厳守)【会場】社会福祉会館四階会議室(阿佐谷南1-16-7)【参加費】無料

問い合わせは、杉並ファミリー・サポート・センター ☎5306 7177へ。

井草第二みどりの里 生活協力員

【募集世帯】一世帯【応募資格】高齢者福祉に理解と熱意があり、心身ともに健康な50歳以下の方

A「保健婦・准看護婦・介護福祉士の資格を有している(配偶者でも可)、またはB「世帯の中に区内の医療機関または社会福祉施設に勤務している方がいるのいずれかに該当し、高齢者住宅内の生活協力員室(3DK)に、大人二人以上の世帯で住むことができ(子どものいる方も可)、世帯の所得が月額20万円以上の方【業務内容】入居者にたいする緊急時の対応、安否の確認、相談業務などを行います【業務時間】月曜～金曜日の午前9時から午後5時まで(ただし、緊急の対応については、前記時間以外にも行います)【休日】土曜日、日曜日【報酬等】住宅(特定目的借上公共賃貸住宅)の使用料免除 報酬月額10万円

申し込みは、9月8日(必着)までに履歴書を住宅課へ郵送または持参。なお、履歴書はお返ししません。問い合わせも、同課へ。

ふれあいの家非常勤職員

【勤務場所】高齢者在宅サービスセンター永福ふれあいの家・和泉ふれあいの家【職種】看護職 介護職【業務内容】デイサービス利用者者の健康管理、看護業務など【資格条件】50歳位までの方 有資格者 二級ヘルパー以上の方歓迎【勤務時間等】週三〇時間以内【時給】一二〇〇円 八五〇円

申し込みは、9月14日(必着)までに永福ふれあいの家(〒168 0064 永福2-14-20)へ履歴書を郵送。問い合わせも、永福ふれあいの家 ☎3327 5811へ。

杉並リサイクルバザー 出店者

【日時】9月16日(土)午前9時～午後3時(雨天中止・区後援)【会場】井草森公園(井草4-12-1)【参加費】一〇〇〇円

申し込み・問い合わせは、リサイクル推進友の会 ☎3412 6857(平日午前10時～午後6時)へ。

阿佐谷ジャズストリート ボランティア

阿佐谷のまちのイベントとしてすっかり定着したジャズストリートは、今年も10月27日、28日の両日に2000年ミニレニウムを記念して実施します。(区後援) 実行委員会では、当日の運営ボランティアを募集します。あなたも一緒にまち

のイベントを盛り上げてみませんか。申し込み・問い合わせは、阿佐谷ジャズストリート2000ミニレニウム実行委員会事務局 ☎5305 5075へ。

ご利用ください

分譲マンション管理相談

管理組合の運営や修繕積立金・大規模修繕工事など分譲マンションの管理について専門相談員が相談に応じます。相談内容を予約時に確認のうえ先着二名まで。【相談会日時】9月14日(木)午後1時～4時【相談場所】区役所西棟五階住宅課【相談料】無料

地域・家庭文庫の活動を援助します

自宅などで子どもたちに本の読み聞かせや貸し出しを無償で行っている地域文庫・家庭文庫に、図書などを貸し出します。申し込みは、9月15日までに中央図書館(〒167 0051 荻窪3-40-23)へ。問い合わせも、同図書館 ☎3391 5787へ。

9月は障害者雇用促進月間です

ハローワーク新宿(新宿公共職業安定所)では、障害者就職相談会の開催など、さまざまな雇用啓発活動を展開しています。障害者就職相談会の開催【日時】9月22日(金)午後1時～4時【場所】新宿コズミックスポーツセンター(新宿区大久保3-1-2) 問い合わせは、ハローワーク新宿援助第三部門 ☎200 8609へ。

美容サロニア無料招待

9月15日の敬老の日に、要介護高齢者を対象として、送迎付きの美容サロニア無料招待があります。【対象】区内在住で介護保険の要介護認定を受けている女性【内容】シャンプー・カット・ブロー【募集人員】二〇名

申し込みは、ハガキ(3面ハガキ記入例参照)に生年月日、要介護度、利用希望時間(午前10時～午後6時)、送迎希望の有無も書いて、9月8日(必着)までに美容サロン「ねこの手」(〒168 0063 和泉1-19-13)へ。申し込み多数の場合は、抽選。

問い合わせも、同美容サロン ☎3327 7779へ。

車イスでの利用も可。

10月の無料がん検診

会場・定員	実施日時	対象	申し込み方法
胃がん検診 保健医療センター(荻窪5-20-1) 定員=50名	10月の毎週木・金・土曜日 午前9時～午前中	35歳以上の区民	希望日の2週間前の火曜日までにハガキで杉並区医師会胃がん検診担当(〒166 0004 阿佐谷南3-48-8 ☎3392 4114)へ。問い合わせは、健康推進課 ☎3391 1015へ。
子宮がん検診 東京都がん検診センター(千代田区神田駿河台2-5) 定員=30～35名	16日(月) 午前9時～10時 19日(木) 午前10時～11時 27日(金) 午前9時～10時 30日(月) 午前9時～10時	30歳以上の区民	9月20日までにハガキで杉並保健所健康推進課がん担当(〒167 0051 荻窪5-20-1 ☎3391 1015)へ。

注1 次の～に該当する方は、胃がん検診のお申し込みはご遠慮ください。胃の手術を受けたことのある方 現在、胃および十二指腸の疾病治療中または経過観察中の方 妊娠中の方(または妊娠の可能性のある方) おおむね1年以内に区実施の胃がん検診を受けた方。2 ハガキ(1人1検診につき1枚)には10月の胃または子宮がん検診と明記し、住所・氏名(フリガナ)・生年月日・年齢(平成13年3月31日現在)・性別・電話番号・受診希望日を書いてください。申込締切日は必着。3 申し込み多数の場合は、抽選。受診の可否・受付時間は、後日連絡します。4 問い合わせは、健康推進課へ。保健センターで行っていた検診車による胃がん検診は、東京都がん検診センターが検診車を廃止したことに伴い、実施できなくなりました。保健医療センターでの胃がん検診をご利用ください。

審議会名	日時	主な内容	問い合わせ
第1回 杉並の地域活動をすすめる区民懇談会	9月5日(火) 午後1時～3時30分	区民懇談会のすすめ方、地域活動支援計画の検討について	地域活動推進課
杉並区立図書館協議会	9月9日(土) 午前10時～正午	児童資料室「吉村証子記念文庫」について	中央図書館 ☎3391 4800
選挙管理委員会定例会	9月12日(火) 午前10時～	ボスターコンクール審査などについて	選挙管理委員会事務局

日時は変更する場合があります。

お知らせ

樹木・樹林・生けがきの保護指定制度

区内に残された貴重な木を区民共有の財産として守っていくため、樹木などの所有者の協力を得てみどりの条例に基づき保護指定しています。

指定対象となるみどり

幹の周囲が二〇cm以上で良好に生育している樹木、三〇〇m以上の樹林、延長三〇m以上の生け垣が対象となります。該当するみどりの所有者の方はご相談ください。職員が調査に伺います。

「特定保存樹林地」「いこの森」制度

保護指定した樹林のうち一定の要件を満たすものを指定する「特定保存樹林地(現在区内に四カ所)」と、区が借地して開放する「いこの森(現在区内に二カ所)」があります。所有者には税の優遇措置があります。問い合わせは、公園緑地課みどりの係へ。

シルバーパス更新のご案内

現在使用されているシルバーパスは9月30日までの有効期限となっています。10月1日から有効のパスを希望された方には、8月末に「該当通知書兼引換券」などを郵送しました。手続き類を確認のうえ、同封の「交付窓口一覧」に記載された、お近くの交付場所へ手続きしてください。

乳幼児医療費助成「年長幼児医療費助成のお知らせ」を送付します

乳幼児医療費助成の所得制限を設定する年齢が改正され、10月1日から、5歳未満の乳幼児の保護者に対する所得制限が廃止になります。現在、この医療費助成を受けていない乳幼児で、新たに助成の対象となる年齢(満3歳および満4歳)の方に「お知らせ」を送付します。

杉並中継所周辺健康被害を受けた方への損害賠償について(都からのお知らせ)

都では、杉並中継所の排水に含まれていた硫化水素を原因として、平成8年3月から8月の半年間に、杉並区井草4、5丁目地域で異臭を感じて、眼やのどの痛みなどの症状を発生し医療機関で診療を受けた方に対し、その治療費などの損害賠償することとし、窓口を設置しました。請求受付期限は11月30日までです。

入札参加資格申請を受け付けます

平成13・14年度に杉並区が発注する物品買入れなどの入札参加資格申請の受付を行います。現在、区に入札参加資格

業課管理係へ。

戦没者等の遺族の方へ

戦没者等の遺族に対する第七回特別弔慰金(国庫債券額面二四万円)が次の戦没者の遺族に支給されます。①平成7年4月1日か

自賠責保険(共済)の期限は切れていませんか?

自賠責保険(共済)は、万が一の交通事故の際の基

現在、区に入札参加資格

ら平成11年3月31日までに公務扶助料、遺族年金等の受給権をもつ方(戦没者の妻、父母など)がすべて失権(死亡など)し、平成11年4月1日において、その年金等の受給権者がいない場合②平成7年4月1日から平成11年4月1日までに弔慰金の受給権を取得し、平成11年4月1日においてその年金等の受給権者がいない場合

アメリカの未臨界核実験に抗議

区と区議会はアメリカ合衆国が実施した未臨界核実験に抗議し、今後の計画の撤回を求める要請書を大使館を通じて、アメリカ合衆国クリントン大統領領へ提出しました。

現在、第六回特別弔慰金(額面四〇万円)もしくは戦没者の妻、父母の特別給付金を受給されている方、または第六回特別弔慰金が時効失権した方は支給されません。

本格的な対人賠償を目的として、バイク・原付自転車を含むすべての自動車に加入が義務付けられている保険です。車検制度のないバイク・原付自転車は、特に期限切れ、かけ忘れにご注意ください。問い合わせは、東京陸運支局旅客課旅客第一係へ

身体障害者対象 東京都職員(Ⅲ類事務)募集

【採用予定数】一八名【第一次選考】10月15日(日)【受験資格】①自力により通勤ができ、介護者なしに職務の遂行が可能な方②身体障害者手帳の交付を受けている人③学歴を問わず、昭和48年4月2日、58年4月1日までに生まれた人④通常の勤務時間に対応できる人⑤活字印刷文による出題に対応できる人【申込書の配布】8月11日から都人事委員会試験課(都庁第一

本庁舎N塔三三階)および第一・第二本庁舎一、二階各案内所【申込方法】①郵送 8月11日~9月22日(消印有効)までに〒163-8001 東京都人事委員会試験課(住所不要)②持参 9月25・26日に人事委員会事務局試験窓口で受付【問合せ】人事委員会事務局試験課 ☎5320 6952~4 採用試験テレホンサービス ☎3343 5800 (二四時間)ホームページ http://www.saiyou.metro.tokyo.jp/ シルバー人材センター 就業支援講習



三宅島・新島・神津島近海地震災害義援金
三宅島・新島・神津島近海地震災害への義援金を、次の口座で受け付けています
郵便振替
日本赤十字社東京都支部
口座 = 00130 - 5 - 7883
【受付期間】9月29日まで
振込用紙の通信欄に「三宅島・新島・神津島近海地震災害義援金」と記載してください。振込手数料は、かかりません
問い合わせは、福祉係へ

【日時】9月6日(水)午後2時~【会場】浴風会大ホール(高井戸西1-12-1)【内容】講師 講演・痴呆性老人の心のケアについて 日本大学文学部教授・長嶋紀一さん/ビデオ鑑賞・痴呆性老人のケアの理念と実践 浴風会研究センター 主任 永田久美子さん【申込み】直接会場へ【問合せ】浴風会研究センター ☎3334 2173

訂正とわび
8月21日号8面9月の健康相談表の高円寺保健センター子育てに関する相談は、高円寺南五丁目会館で行います。また29日の精神保健相談は中止します。

シドニーオリンピック出場おめでとう！

磯田順子さん(19歳)

平泳ぎ100m・200m

いよいよ今月15日からシドニーオリンピックが始まります。4年に1度のこの大会に、中央大学2年生の磯田順子さんが、平泳ぎ100mと200mに出場します。大会に向けての抱負など、お話を伺いました。

「オリンピックは小さいときからの夢。ドキドキしながら選考会にのぞきました」と、憧れの舞台への思いを語ります。

物心がついた時には、スイミングスクールで、2つ違いのお姉さんの真似をして泳いでいたそうです。それ以来、水泳一筋の日々をおくってきました。「辛い時もありましたが、友だちもいっぱいできたし、ここまで続けて来てよかったです。」

今は得意の平泳ぎ200mに照準を合わせ、練習に励んでいます。オリンピックに向けた練習はさぞかしハードなものかと思いきや、「そんなにはしてないんですよ。距離にして1日1万mくらいかな?」と屈託のない笑顔を見せています。

各国から強豪が集まるオリンピック。国を代表しての大会に気負いなどはないのでしょうか。「私の場合は、まず決勝へ進むことが目標です。自己ベスト記録は絶対に狙いたい!オーストラリアでは水泳が人気なので、注目される中で堂々と泳ぎたいですね」と、明るく話してくれました。



磯田さんを応援しよう!

- 女子平泳ぎ100m
9月
17日(日)予選、準決勝
18日(月)決勝
- 女子平泳ぎ200m
20日(水)予選、準決勝
21日(木)決勝

磯田順子さんの経歴

昭和56年に杉並区で生まれる。松浜中学校、東京立正高等学校を卒業後、中央大学法学部に入學し、現在2年生。4月の日本選手権で、平泳ぎ100m 1分10秒29、200mで2分28秒04の記録を出し、日本代表としてオリンピック出場権を獲得。

S P O R T S

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

アーチェリー競技会

【日時】▷予選=9月24日(日)午前9時~午後5時▷決勝=10月8日(日)【会場】上井草スポーツセンター弓道場(上井草3 34 1)【対象】区内在住・在勤・在学で中学生以上の方【種目】一般男子、一般女子、新人男子、新人女子【参加費】予選・決勝とも1人200円【申込み】当日予選会場へ【問合せ】区アーチェリー協会・小杉☎3667 8064(午前9時~午後5時)、☎3390 6839(午後8時~10時)

ゴルフ大会

【日程】10月19日(木)【会場】富士カントリー富岡倶楽部(群馬県富岡市藤木621)【対象】区内在住・在勤・在学の方または区ゴルフ連盟加盟者【定員】100名(先着順)【参加費】5000円(別途プレー費15000円消費税別と交通費は各自負担)【申込み】往復ハガキまたはファクス(3面ハガキ記入例参照)にハンディキャップ、バス利用の有無も書いて、9月20日(必着)までに区ゴルフ連盟「秋季ゴルフ大会」係(〒166 0001阿佐谷北2 33 2 FAX3339 4545)へ【問合せ】同係☎3339 8226【備考】当日午前6時に中杉通り区役所横より会場行きのバスあり(料金3500円)

弓道

【日時】▷高校生の部=9月15日(祝)午前9時~午後5時▷一般の部=10月1日(日)午前11時~午後5時【会場】上井草スポーツセンター弓道場(上井草3 34 1)【種目】高校、一般いずれも団体の部・個人の部【対象】▷一般の部=区内在住・在勤・在学の方▷高校生の部=区内在住・在学の方【参加費】無料【申込み】▷一般の部=当日直接会場へ▷高校生の部=9月8日までに電話で区弓道連盟・曾根へ。ファクスFAX5310 6191での申し込みも可【問合せ】同連盟・曾根☎5310 6191

柔道

【日時】10月22日(日)午前9時30分~午後3時30分【会場】日本大学第二高等学校(天沼1 45 33)【種目】小学生、中学生、段外、初段、二段、三段、女子【対象】区内在住・在勤・在学で小学生以上の方【参加費】無料【申込み】団体は責任者が参加者の学年別・段位別に氏名、身長、体重を申込書(事前に配布します)に書いて、一般は、ハガキに住所、氏名、年齢、性別、身長、体重を書いて、9月29日(必着)までに区柔道会・帯津(〒167 0032天沼1 4 15)へ【問合せ】同会・帯津☎3391 6705

スポーツ教室

●なぎなた

【日時】10月3日~11月21日の毎週火曜日午前11時~午後1時(計8回)【会場】上井草スポーツセンター小体育室【対象】区内在住・在勤・在学の初心者・初級者の方【定員】40名【参加費】1300円【申込み】往復ハガキに(3面ハガキ記入例参照)で9月11日(必着)までに上井草スポーツセンター(〒167 0023上井草3 34 1)へ。申し込み多数の場合は、抽選【問合せ】同スポーツセンター☎3390 5707【備考】託児(3歳~就学前)あり

●バドミントン

【日時】10月17日~12月5日の毎週火曜日午後7時~午後9時(計8回)【会場】妙正寺体育館【対象】区内在住・在勤・在学で初心者・初級者の方【定員】40名【参加費】2400円【申込み】往復ハガキに(3面ハガキ記入参照)で9月11日(必着)までに妙正寺体育館(〒167 0033清水3 20 12)へ。申し込み多数の場合は、抽選【問合せ】同体育館☎3399 4224

●トリムエクササイズ

ストレッチ体操を取り入れたエクササイズで、いい汗を流そう。

【日時】10月5日~11月9日の毎週木曜日午前11時~午後1時(計6回)【会場】大宮前体育館【対象】区内在住・在勤・在学の方【定員】40名【参加費】1000円【申込み】往復ハガキ(3面ハガキ記入例参照)で9月11日(必着)までに大宮前体育館(〒168 0081宮前2 11 11)へ。申し込み多数の場合は、抽選【問合せ】同体育館☎3334 4618

●フィットネスセミナー 肩こり腰痛予防コース

運動不足による肩こり・腰痛を予防するために家庭でできるストレッチ・体操を指導します。

【日時】9月27日(水)午前9時~11時【会場】上井草スポーツセンター・トレーニングルーム【対象】区内在住・在勤・在学の方【定員】20名【参加費】無料(入場料として400円必要)【申込み】往復ハガキ(3面ハガキ記入例参照)で9月10日(必着)までに上井草スポーツセンター(〒167 0023上井草3 34 1)へ。申し込み多数の場合は、抽選【問合せ】同センター☎3390 5707【備考】セミナー開催中は一般利用はできません

●盲人卓球講習会

鈴の入ったピンポン玉を、音を頼りに打ち合う競技です。

【日時】9月24日(日)午前9時~午後1時【会場】荻窪体育館(荻窪3 47 2)【対象】身体に障害をお持ちの方【参加費】無料【申込み】希望者は、直接会場へ【問合せ】同体育館☎3220 3381

その他

●区民歩こう会(国分寺)

国分寺台地の崖線に沿って湧き出る清水を訪ねる「ハケの道」・「静かなせせらぎのお鷹の道」と国分寺跡を訪ねる「歴史の道」を歩いてみませんか。

【日時】10月1日(日)午前9時までにJR武蔵小金井駅南口へ集合。各コースごとに現地解散【選択コース】①ハケの道(5km)=駅南口~滄浪泉園~貫井神社~殿ヶ谷戸庭園~JR国分寺駅(解散予定12時)②歴史の道(10km)=のコースに続いて、お鷹の道~国分寺~国分寺跡(昼食)~JR西国分寺駅(解散予定午後2時30分)③森の道(12km)=②のコースに続いて、武蔵台公園散策~JR西国分寺駅(解散予定午後3時)【対象】区内在住・在勤・在学で全行程を歩ける方(小学生以下は保護者同伴)【定員】申込者全員【参加費】無料、傷害保険料20円(交通費などは自己負担)【申込み】ハガキ(3面ハガキ記入例参照)に希望コース、参加人数も書いて、9月12日(消印有効)までに社会体育係へ【備考】小雨決行、雨具持参、はきなれた運動靴で参加してください。②・③コースは弁当持参。当日参加も可。先着250名に参加賞があります【問合せ】社会教育スポーツ課へ

紅葉の すぎなみ自然村へ

秋は行楽シーズン。区立の保養施設・すぎなみ自然村は、東京から約2時間半、群馬県の吾妻町にあります。紅葉の季節、自然村を拠点にしてハイキングや温泉めぐりに、さあ出かけよう!

すぎなみ自然村

群馬県吾妻郡吾妻町
大字原町岩櫃山4399
☎0279 68 5338



秋空にそびえる紅葉の岩櫃山

岩櫃山を探検しよう

岩櫃山は吾妻町のシンボルの存在。自然村はその山ろくに位置しています。奇岩・怪岩が重なり合う岩櫃山の姿は、中国の山水画そのもの。運がよければニホンカモシカに会えるかもしれません。登山道を登り、中腹の岩櫃城跡で上州の歴史をしのぶのもいいでしょう。

渓谷の美を訪ねて

吾妻川の上流には「関東の耶馬溪」、吾妻渓谷があります。大昔に噴き出された溶岩が川水に侵食され、切り立った崖や奇岩、滝などを生み出しました。10月下旬から11月上旬にかけて、両岸に生い茂る木々の紅葉が見事です。旅と酒の歌人として知ら

温泉でゆっくり

山歩きで疲れたら、立派な町営温泉から渓谷のそばの秘湯まで、町の各地にある温泉で疲れをいやすのはどうでしょう。やっぱり秋の一日は、燃えるような紅葉の中、温泉でリラクセスするのが一番。そして自然村の夜は満天の星空。都会では味わえない、心に残る体験ができるはずです。

自然村にもスポーツ施設やキャンプ場など充実した設備が整っています。一度来るとまた来たくなる、そんな吾妻の魅力体験しに、すぎなみ自然村へ出かけてみませんか。

創作館イベント情報

民家を復元した創作館では、「伝統文化・自然・人とのふれあい」をテーマに、吾妻ならではの体験型の各種教室を開催しています。参加希望者は、事前にすぎなみ自然村に予約してください。

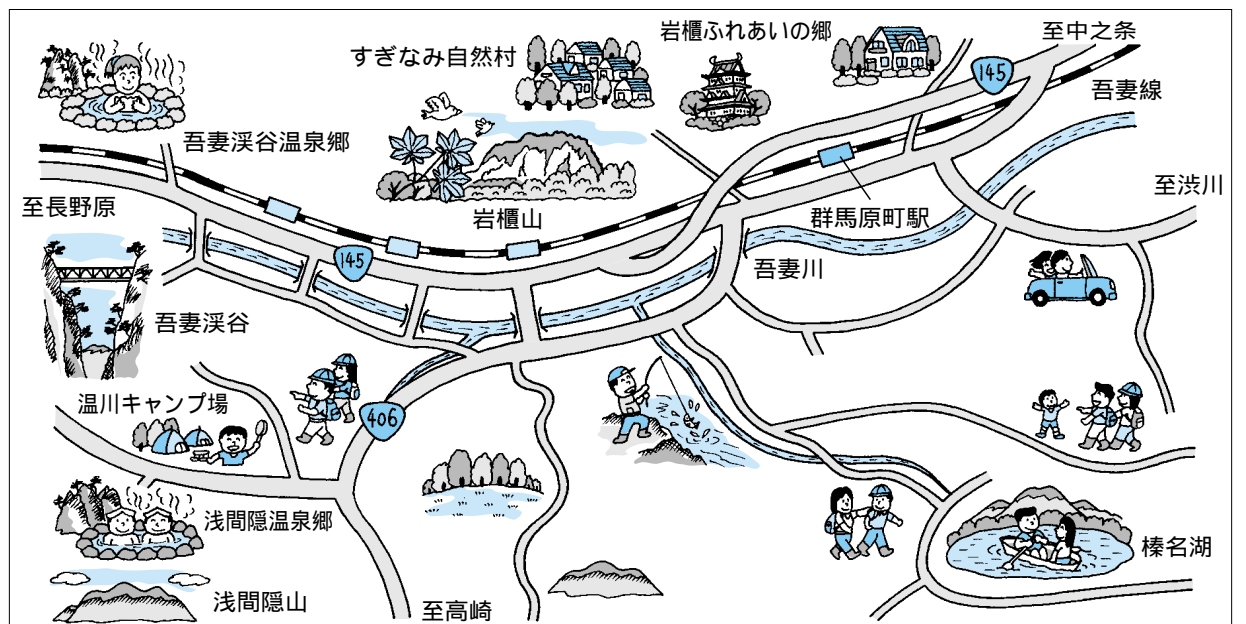
9・10月	竹玩具...竹で竹とんぼ、竹鉄砲などを作る 染め物...タマネギの皮でハンカチを染める 陶芸...1kgの粘土で作品を作る 野鳥観察...自然村周辺の野鳥、動物を観察
11・12月	そば打ち...こねる・のす・ゆでる。すべて手作業で作る Xmasリース作り...自然の素材で作る 田舎まんじゅう作り...素朴なおまんじゅうを作る
1月	竹玩具...竹ひごで手作り凧を作る おきりこみ...田舎風煮込みうどんを作る
2・3月	味噌作り...無添加の田舎味噌を仕込む シルクフラワー...かいこのまゆを使って小物を作る

(注) 1.各教室とも約2時間、参加費は500~1000円程度。2.開催日時等の詳細については、すぎなみ自然村へ問い合わせを。3.講師などの都合により変更になることがあります。

施設の料金 (大人=12歳以上、子ども=3歳~11歳)

施設	料金(カッコ内は減額料金)	料金(カッコ内は減額料金)	
		大人	子ども
本館	1泊2食つき	5600円(3800円)	3300円(2400円)
ログハウス	基本料金	(1棟1泊) = 1800円 (ピアノ付の棟) = 2400円	
	1泊食事なし	3600円(1800円)	1800円(900円)
キャンプ場	1泊食事なし	200円(100円)	100円(50円)

(注) 1.区民で、65歳以上の方は健康保険証等を、身体障害者手帳・精神障害者保健福祉手帳・愛の手帳をお持ちの方は手帳を、現地施設のフロントに提示すると料金が減額になります(コピー可・提示がないと通常料金)。2.自然村のログハウス使用者で食事(2000円増)を希望する方は、申請時に申し出てください。3.自然村キャンプ場の開設は、4月25日~10月の第3週の日曜日まで。オートキャンプはできません。4.特別料理などの注文は3日前までに現地施設へ。



自然村の利用方法

11月の申し込み	10月の空室の受け付け	宿泊に関する申し込み・問い合わせ	主な所要時間
専用ハガキ(区役所、出張所、地域区民センター、区民集会所、サービスコーナー、高齢者活動支援センターにあります)に記入し、9月1日~18日(必着)までに郵送または区役所内窓口へ持参。期間外に届いたものと重複申し込みは無効です。9月20日に抽選し、月末に結果(当選者には使用承認書)を通知します(11月の休館日は、14日~16日です)	9月1日から利用日の前日まで、電話または区役所内窓口で受け付けます。空室状況をお問い合わせください	近畿日本ツーリスト杉並区役所内店(区役所西棟二階) ☎3312-6431(直通) (午前8時30分~午後5時。土曜、日曜、祝日は除く) 使用の取り消しや変更は早めに電話でご連絡ください。利用日の3日前の午後5時までに連絡なしで取り消した場合は、利用料金相当分をいただきます	電車利用の場合 上野-----渋川-----群馬原町 2時間 40分 車利用の場合 練馬 I.C---渋川 I.C---吾妻町 1時間20分 40分 JRバス 上州ゆめぐり号 利用の場合 新宿駅南口---群馬原町駅入口 2時間40分

休日などの急病診療など

土曜・日曜・祝日などに急病のときはまずお電話でご相談ください(平日夜間の小児科の急病診療は休止しました)。

内科・小児科
耳鼻咽喉科 ☎3391-1599

土曜...午後1時~午後9時30分
日曜・祝日...午前9時~午後9時30分

歯科 ☎3398-5666

日曜・祝日...午前9時~午後4時

調剤薬局 ☎3391-5539

土曜...午後1時~午後10時
日曜・祝日...午前9時~午後10時

東京都健康情報ひまわり ☎5272 0303 (24時間)
東京消防庁災害救急情報センター ☎3212 2323 (受付)

文化・交流協会の催し

中央線 フォーク コンサート



杉並区の真ん中を東西に走る中央線はいくつものフォークソングの名曲に歌われてきました。日本を代表するフォークシンガー4人が、中央線ゆかりの歌を歌いながら思い出を語るコンサートを開催します。

【日時】11月18日(土)午後4時開演(3時30分開場)

【入場料】三〇〇〇円(全席指定・会員割引あり)【会場】杉並公会堂(上荻1)

杉並区文化・交流協会は、杉並区文化・交流協会文化係 ☎5311 7035へ。定員になり次第、締め切り。

若手あとし落語会
「林家久蔵」勉強会
今回笑いを運んでくれるのは、木久蔵門下の久蔵さんです。

【日時】9月16日(土)午後2時開演(1時30分開場)

【会場】杉並会館(上荻3) 29 5【入場料】五〇〇円【出演】林家久蔵ほか

申し込み・問い合わせ



林家久蔵