

Hello! SUGINAMI

Suginami City Population
(As of January 1, 2014)
Population..... 542,956
Registered Foreign Residents..... 10,709

Issued on the 1st of every even month

Published by: Suginami City Office. **Editing:** Public Relations Section. **Address:** 1-15-1 Asagayaminami, Suginami-ku, Tokyo 166-8570.
Tel: 03-3312-2111 (main switchboard), **Fax:** 03-3312-9911 (direct line for Public Relations Section) *Please make inquiries in Japanese. **URL:** <http://www.city.suginami.tokyo.jp/>

Moving Season Is Coming

-Don't forget the necessary notifications and procedures-

If your address has changed, please submit the required notifications to Suginami City.

◆ Resident Offices, Annex Offices and Station-front Offices are convenient for submitting notifications and taking the required procedures

As many people move for new jobs or transfers in March and April, the reception desks at Suginami City Office are quite crowded. Residents can also submit moving-in/out notifications and take the required procedures involved with those notifications at Resident Offices, Annex Offices or Station-front Offices. Residents can also obtain copies of the residence certificate (Jumminhyo) and have seal registration certificates (Inkan touroku syo) issued at those offices. Please use Resident Offices, Annex Offices or Station-front Offices to avoid congestion.

◆ Change address on the residence certificate or similar notifications

If there has been a change in the household or address, please submit notification within the required period. A head of household, a proxy with a letter, or you can submit such a notification at Resident Offices, Annex Offices, Station-front Offices or the Residents Subsection (Residents Section) at Suginami City Office (East Wing, 1F). Please refer to the table below for submission periods and required documents.

◆ Please use the automated certificate issuing machine

Copies of the residence certificate and the seal registration certificate are now available from the automated certificate issuing machine. You need a special card for this service. The card can be issued at Resident Offices, Annex Offices, Station-front Offices or the Residents Subsection (Residents Section) at Suginami City Office (East Wing, 1F). For more information, please contact the appropriate section.

< Notifications for the Basic Resident Registry >

Type of Notifications	Submission Period	Required Documents
"Tennyu Todoke" Notification of Moving In (Moving into Suginami City from another municipality)	Within 14 days of moving to a new address	<ul style="list-style-type: none"> The Tensutsu Shomeisyo (Certification Moving Out) issued by the mayor of the previous municipality. If a person is moving in from overseas, bring the passport of all applicable family members. Resident Card for Medium and long-term Residents or Special permanent Residence Certificate for Special Permanent Residents (For all household members).
"Tenkyo Todoke" Notification of Address Change (Moving addresses within Suginami City)	Within 14 days of moving to a new address	<ul style="list-style-type: none"> Health insurance card, medical certificate, etc. issued by Suginami City (applies only to holders) Resident Card for Medium and long-term Residents or Special permanent Residence Certificate for Special Permanent Residents. (For all household members).
"Tensyutsu Todoke" Notification of Moving Out (Moving out of Suginami City)	Until the day of moving out	<ul style="list-style-type: none"> Health insurance card, medical certificate, etc. issued by Suginami City (applies only to holders).
"Setai Henko Todoke" Notification of Household Change (Change in household or the head of household)	Within 14 days of the change	<ul style="list-style-type: none"> Health insurance card, medical certificate, etc. issued by Suginami City (applies only to holders).
Notification of Change in the Relationship with the Head of Household	Within 14 days of the change	<ul style="list-style-type: none"> An official document certifying the change in the relationship with the head of household.
Notification of Becoming a Medium-and-long-term Resident	Within 14 days of becoming a Medium-and-long-term Resident	<ul style="list-style-type: none"> Resident Card for Medium and long-term Residents or Special permanent Residence Certificate for Special Permanent Residents. (For all household members).

※Please bring identification to verify your identity.

< The Following Locations Are Available for the Required Notifications and Procedures or Your inquiries >

Locations	Address	Tel	Mon.-Fri.	Saturdays
Igusa Resident Office	4-30-2 Shimoigusa	03-3394-0461	8:30 a.m.-5:00 p.m.	
Asagaya Resident Office	2-18-17 Asagayakita	03-3338-3225		
Koenji Resident Office	1F Sesion Suginami, 1-22-32 Umezato	03-3317-6560		
Miyamae Annex Office	5-5-27 Miyamae	03-3332-5732		
Eifukuizumi Resident Office	1F Eifukuizumi Community Hall, 3-8-18 Izumi	03-5300-9310		
Sakurajosukita Annex Office	1-24-15 Shimotakaido	03-3306-7220		
Nishiogikubo Station-front Office	4F Matsuokanishiogi Bld., 2-2-1 Nishiogikita	03-3301-0980	8:30 a.m.-7:00 p.m.	9:00 a.m-5:00 p.m.
Takaido Station-front Office	2F Keio Retnade Takaido, 2-1-26 Takaidonishi	03-3333-5395		
Ogikubo Station-front Office	2F Integral tower, 1-2-1 Kamiogi	03-3392-8846		
Koenji Station-front Office	3F Hotel Mets Koenji, 2-5-1 Koenjikita	03-3223-8471		
Residents Subsection, Residents Section	1-15-1 Asagayaminami	03-3312-2111	8:30 a.m.-5:00 p.m.	9:00 a.m.-5:00 p.m.

※Except for national holidays and Year-end/New Year's holidays

App for Smartphones Is Now Available for Download (Japanese Version)

"Namisuke: The Master of Waste Disposal"



The Smartphone application (app) for proper waste disposal, "Namisuke: The Master of Waste Disposal" is now available for download. This app was developed to improve the way residents handle waste and enable them to easily obtain information on waste disposal and recycling. The app is compatible with iOS and Android and you can download it for free from the App Store or Google Play Store. The download is also available from the Sugunami City website. Use this app to avoid losing track of waste collection days or to find out the proper recycling/disposal procedure.

[Inquiries] Sugunami Waste Collection Office ☎ **03-3392-7281**



Sorting and Disposing of Waste Guidebook

You can find out how to properly dispose of you waste by looking up material names or sorting categories.

And more...

Set an alarm to remind you of collection days or click a link to book an appointment for the disposal of large sized waste.

Download is also available with the QR ▶



Waste and Recyclables Collection Calendar

By setting your collection location in the app, a calendar customized with your waste collection days will be shown.



Let's Learn About Proper Waste Disposal

A picture-story show is available that was created by the staff at the Sugunami Waste Collection Office for environmental education purposes. You can also learn about proper waste disposal by playing a game. When you clear the game, you will see a special version of Namisuke only for this app.

Heed traffic regulations when you ride a bicycle

★ 5 principles of safe bicycle riding ★

- 1 Riding bicycles on the roadway is mandatory unless circumstances prevent it. Riding on the sidewalk is an exception to the rule.**
- 2 Keep to the left side of the roadway.**
- 3 On sidewalks, pedestrians always have priority, ride slowly and as close as possible to the roadway side of the sidewalk.**
- 4 Observe safety rules.**
 - Do not ride bicycles under the influence of alcohol, do not ride double and do not ride bicycles side by side with another bicycle
 - Turn your bicycle's headlight on at night
 - Observe traffic lights at intersections. Stop to confirm safety before crossing streets
- 5 Children must wear helmets**
 - ※ It is against traffic regulations to operate a mobile device or listen to music with earphones while riding.



◆ Observe traffic lights

Observe traffic lights for cars when you ride a bicycle on roadways. It is dangerous and also against traffic regulations if you ignore red lights and go across a crosswalk. There was a fatal accident in the past when a bicycle hit a pedestrian at a crosswalk. Be sure to observe traffic lights.



[Inquiries] Traffic Affairs Section or Police Stations

Sugunami ☎ **03-3314-0110**

Takaudo ☎ **03-3332-0110**

Ogikubo ☎ **03-3397-0110**

Announcement from Sugunami Association for Cultural Exchange (SACE)

Sugunami Association for Cultural Exchange (SACE) organizes various kinds of exciting events in which foreign residents can participate and mingle with Japanese and other foreign residents. Feel free to join us.

◆ Japan Day - Call for Participants

Japan Day is an event where we introduce Japanese traditional culture. Would you like to come and experience the world of Nihon Buyo (traditional Japanese dance), tea ceremony or flower arrangement? There will be presentations and live performances from each of these traditional arts and the instructors will teach you how to dance Nihon Buyo, arrange flowers and try traditional style Japanese tea and confectionary. As a part of the Nihon Buyo experience, up to 30 people can try on a summer kimono "yukata" (reservation required). Everyone can participate in Nihon Buyo, but as for the Flower Arrangement and Tea Ceremony, you can only choose one of them.

[Date and Time] February 15 (Sat) 1:00 p.m.-5:00 p.m. (registration starts at 12:30p.m.)

[Location] Hall for Industry and Commerce (3-2-19 Asagayaminami)

[Capacity] Up to 25 foreign residents who live, work, or attend school in Sugunami and up to 25 Japanese residents who live or attend junior high school, high school or college in Sugunami. (Applications will be accepted on a first-come, first-served basis)

[Fee] ¥500 (including the cost of material)

[How to Apply] Please contact SACE with the event name, your name, address, gender, telephone number, nationality and whether you need an interpreter or not (your language). You can apply by telephone, mail, fax, or E-mail.

[Other] ① Please bring a T-shirt, white socks and slippers

② If you wish to try on a yukata, please include your height/dress size in the application

◆ Japanese Speech Contest - Call for Audiences

Come and listen to speeches given in Japanese by foreign people living in Japan. Speakers will talk about how they felt in Japan or Sugunami City and their own country using the Japanese they have learned. Please come and enjoy the event.

[Date and Time] March 1 (Sat) 1:30 p.m.-5:00p.m.

[Location] Za Koenji Public Theater (2-1-2 Koenjikota)

[Capacity] 200 people (on a first-come, first-served basis)

[Fee] Free

[How to Apply] Please contact SACE with the event name, your name, address, telephone number and nationality. You can apply by telephone, mail, fax, or E-mail.

◆ Support Desk for Foreign Residents

Knowledgeable volunteers will provide support for foreign residents and assist them in necessary procedures at the City Office. We have volunteers who can consult in English, Chinese and Korean. Please feel free to visit us.

[Date and Time] Mondays and Fridays 9:00 a.m. to noon, 1:00 p.m. to 4:00 p.m. (Except for national holidays and Year-end/New Year's holidays)

[Location] Public Hearing Section (Sugunami City Office, East wing 1st Floor)

[Languages] ① English: Mondays (1:00 to 4:00 p.m.), Fridays (9:00 a.m. to noon)

② Chinese: Mondays (9:00 a.m. to noon), every first/third/fifth Friday (1:00 p.m. to 4:00 p.m.)

③ Korean: every second/fourth Friday (1:00 p.m. to 4:00 p.m.)

[How to Consult] Please visit/call/send mail, fax or email.

[Fee] Free



Please contact SACE for applications and inquiries

[Address] Minami-Asagaya Building 5 F, 1-14-2 Asagaya-Minami, 166-0004

[Tel] 03-5378-8833

[Fax] 03-5378-8844

[E-mail] info@suginami-kouryu.org

[Website] http://www.suginami-kouryu.org/

Medical Consultation Service Counters

Tokyo Metropolitan Medical Consultation Service Counters

Tokyo Metropolitan Medical Institution Information ("Himawari")

English, Chinese, Korean, Thai, and Spanish translators are here to answer inquiries such as where to find medical institutions that offer medical treatment in foreign languages, or information on the medical treatment system in Japan.

This website helps you find the closest medical institutions from your address or your nearest station. English website: <http://www.himawari.metro.tokyo.jp/qq/qq13enmnl.asp>

Consultation Hours: Every day from 9:00AM to 8:00PM
Tel: 03-5285-8181

Sugunami City Emergency Treatment (in Japanese only)

Please call for consultation first. If you are told to come in for an examination as a result of the consultation, be sure to bring your health insurance certificate and medical certificate.

■ Sugunami City Holiday and Nighttime Emergency Treatment Center

[Tel] 03-3391-1599 [Location] Sugunami Public Center 2F, 5-20-1 Ogikubo

[Medical Departments and Hours]

Monday to Friday: 7:30 p.m. - 10:30 p.m. (reception open until 10:00 p.m.) = pediatrics

Saturdays : 5:00 p.m. - 10:00 p.m. (reception open until 9:30 p.m.)

= internal medicine, pediatrics, surgery, and otorhinolaryngology

Sundays, National holidays

Year-end / New Year's holidays: 9:00 a.m. - 10:00 p.m. (reception open until 9:30 p.m.)

= internal medicine, pediatrics, surgery, and otorhinolaryngology

■ Sugunami City Dental Health and Medical Center (Dental Holiday Emergency Clinic)

[Tel] 03-3398-5666 [Location] Sugunami Public Health Center 5F, 5-20-1 Ogikubo

[Hours] Sundays, National holidays, and Year-end / New Year's holidays: 9:00 a.m.-5:00 p.m. (reception open until 4:00 p.m.)

■ Sugunami City Emergency Medical Information Center

Information on medical institutions and medical consultation available.

[Tel] 03-3423-9909

[Information and consultation hours] Monday to Friday: 8:00 p.m. - 9:00 a.m. the following morning

Saturdays, Sundays, National holidays, and during Year-end / New Year's holidays : 9:00 a.m. - 9:00 a.m. the following morning.

Hello! SUGINAMI

Suginami City Population
(As of January 1, 2014)
Population..... 542,956
Registered Foreign Residents..... 10,709

Issued on the 1st of every even month

Published by: Suginami City Office. Editing: Public Relations Section. Address: 1-15-1 Asagayaminami, Suginami-ku, Tokyo 166-8570.
Tel: 03-3312-2111 (main switchboard), Fax: 03-3312-9911 (direct line for Public Relations Section) *Please make inquiries in Japanese. URL: <http://www.city.suginami.tokyo.jp/>

引っ越しの季節を迎えます ～届出や手続きをお忘れなく～

引っ越しで住所が変わった場合などは、区役所への届出が必要です。

◇届出・手続きはお近くの区民事務所・分室、駅前事務所が便利です

3月・4月は、就職や転勤などで引っ越しをする方が増え、区役所本庁舎の窓口は大変混み合います。区民事務所・分室、駅前事務所でも転入・転出などの届出とそれに伴う各種手続きや住民票の写し、印鑑登録証明書などの発行を行っています。混雑を避けるためにも、お近くの区民事務所・分室、駅前事務所をご利用ください。

◇住民票の住所変更などの届出

住所や世帯に変更があった場合は、届出期間内に届け出てください。届出は、本人か世帯主、または本人が記載した委任状を持参した代理人が、区民事務所・分室、駅前事務所、区民課区民係(区役所東棟1階)で行ってください。届出期間および届出に必要なものは下表をご覧ください。

◇証明書自動交付機をご利用ください

住民票の写しや印鑑登録証明書は、専用のカードを取得すると、証明書自動交付機で交付を受けられます。専用のカードは、区民事務所・分室、駅前事務所、区民課区民係(区役所東棟1階)で取得できます。詳細は、各窓口へお問い合わせください。

〈住民基本台帳の届出〉

届出の種類	届出期間	届出に必要なもの
転入届(新たに杉並区内に住所を変更した場合)	新しい住所に住み始めてから14日以内	・旧住所地の区市町村長が発行した転出証明書(国外から転入される方は、転入される方全員のパスポート) ・中長期在留者は在留カード、特別永住者は特別永住者証明書(世帯全員分)
転居届(杉並区内で住所を変更した場合)	新しい住所に住み始めてから14日以内	・杉並区発行の保険証や医療証等(該当者のみ) ・中長期在留者は在留カード、特別永住者は特別移住者証明書(世帯全員分)
転出届(杉並区外に住所を変更する場合)	転出を予定している日まで	・杉並区発行の保険証や医療証等(該当者のみ)
世帯変更届(世帯や世帯主に変更があった場合)	変更があつてから14日以内	・杉並区発行の保険証や医療証等(該当者のみ)
世帯主との続柄の変更の届出	変更があつてから14日以内	・世帯主との続柄を証明する公的な文書
中長期在留者等となった場合の届出	中長期在留者等となってから14日以内	・中長期在留者は在留カード、特別永住者は特別永住者証明書(世帯全員分)

※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。

〈問い合わせおよび受け付け窓口〉

窓口	住所	電話	月～金曜日	土曜日
井草区民事務所	下井草4-30-2	03-3394-0461	午前8時30分～午後5時	土曜日
阿佐谷区民事務所	阿佐谷北2-18-17	03-3338-3225		
高円寺区民事務所	梅里1-22-32 セシオン杉並1階	03-3317-6560		
宮前分室	宮前5-5-27	03-3332-5732		
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	03-5300-9310		
桜上水北分室	下高井戸1-24-15	03-3306-7220		
西荻窪駅前事務所	西荻北2-2-1 松岡西荻ビル4階	03-3301-0980	午前8時30分～午後7時	午前9時～午後5時
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	03-3333-5395		
荻窪駅前事務所	上荻1-2-1 インテグラルタワー2階	03-3392-8846		
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	03-3223-8471		
区民課区民係(区役所東棟1階)	阿佐谷南1-15-1	03-3312-2111		

※いずれも祝日、年末年始は除く。

スマートフォン向けアプリケーション 配信開始 (日本語版)

「なみすけのごみ出し達人」



ごみ出しに関するスマートフォン向けアプリケーション「なみすけのごみ出し達人(マスター)」の配信を開始しました。「なみすけのごみ出し達人(マスター)」はごみ出しマナー向上のために開発され、いつでも簡単にごみ・資源に関する情報を入手できるアプリケーションです。OSはiOS、Androidに対応しており、App StoreやGoogle Play ストアから無料でダウンロードできます。また、区ホームページからもダウンロードできます。ごみ・資源の収集日を忘れないため、またごみの分別に迷ったときなどのために、ぜひご活用ください。

【問い合わせ】 杉並清掃事務所 ☎ **03-3392-7281**



ごみ・資源の分け方・出し方を、品名と分別の両方から調べることができます。



ご利用の集積所を設定することで、収集曜日のカレンダーが表示されます。



環境学習用に杉並清掃事務所職員が作成した紙芝居や、ごみ分別ゲームで楽しみながらごみ出しについて学ぶことができます。ごみ分別ゲームをクリアすると「なみすけのごみ出し達人(マスター)」でしか会えないなみすけが登場します。

その他にも…

ごみ出し日を知らせるアラーム機能、粗大ごみ申し込みへのリンクなどがあります。

QRコードからもダウンロードできます▶

アンドロイド版



iOS版



自転車ドライバーの方、交通ルールを守って安全に乗りましょう

★自転車安全利用五則★

- 1 自転車は、車道が原則 歩道は例外
- 2 車道は左側を通行
- 3 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
- 4 安全ルールを守る
 - 飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
 - 夜間はライトを点灯
 - 交差点での信号順守と一時停止・安全確認
- 5 子どもはヘルメットを着用

※なお、スマートフォンを操作しながら、イヤホンなどで音楽を聴きながらの運転は、交通ルール違反です。



◇信号を守りましょう

自転車は、車道を通行中は、車両用信号機に従います。

信号が赤であるにも関わらず、そのまま進み横断歩道を横切るのは、危険な行為であり、交通違反です。

横断中の歩行者にぶつかり死亡させた事故もあります。信号は必ず守りましょう。



【問い合わせ】 交通対策課または各警察署

杉並 ☎ **03-3314-0110**

高井戸 ☎ **03-3332-0110**

荻窪 ☎ **03-3397-0110**

杉並区交流協会のお知らせ

杉並区交流協会では、外国人の方が気軽に参加でき、日本人をはじめ多くの外国人の方と楽しく交流できるイベントをたくさん企画しています。皆さんも、ぜひご参加ください。

◇ジャパン・デイ (Japan Day) 参加者募集

日本の伝統文化を紹介する催しです。普段触れることのない日本舞踊・茶道・華道の世界を体験してみませんか? 各伝統文化の披露と実演、体験では先生の指導と一緒に踊ったり、お花を生けたり、お茶・和菓子をいただきます。日本舞踊では30名(申込順)まで浴衣の着付け体験もできます。日本舞踊は全員参加、華道・茶道の体験はどちらか選択制です。

【日時】 2月15日(土) 午後1時～5時(午後0時30分から受け付け開始)

【場所】 産業商工会館(阿佐谷南3-2-19)

【定員】 区内在住・在勤・在学の外国人25名、区内在住・在学の中・高・大学生の日本人25名(いずれも申込順)

【費用】 500円(材料費含む)

【申し込み】 電話、ハガキ、ファクスまたはEメールに行事名・住所・氏名(フリガナ)・性別・国籍・電話番号・通訳の有無(言語)を書いて、杉並区交流協会へ

【その他】 ①持ち物=Tシャツ、白い靴下、スリッパ
②着付け体験希望の方は申込時に身長と服のサイズをお知らせください

◇日本語スピーチ大会 (Speech Contest in Japanese) 観覧者募集

日本で暮らしている外国の方の日本語スピーチを聞いてみませんか? 日本や杉並区で感じたことや自分の国の話などを学んだ日本語で発表します。多くの方のご来場をお待ちしています。

【日時】 3月1日(土) 午後1時30分～5時

【場所】 座・高円寺(高円寺北2-1-2)

【定員】 200名(申込順)

【費用】 無料

【申し込み】 電話、ハガキ、ファクスまたはEメールに行事名・住所・氏名(フリガナ)・電話番号・国籍を書いて、杉並区交流協会へ

◇外国人サポートデスク [Support Desk for Foreign Residents]

ボランティア通訳が外国人の皆さんの区役所での手続きをサポートします。英語・中国語・韓国語(ハングル)に対応しています。気軽に窓口までお越しください。

【日時】 毎週月・金曜日 午前9時～正午、午後1時～4時(祝日、年末年始は除く)

【場所】 区政相談課(区役所東棟1階)

- 【言語】 ①英語 = 毎週月曜日 午後1時～4時、毎週金曜日 午前9時～正午
②中国語 = 毎週月曜日 午前9時～正午、第1・3・5金曜日 午後1時～4時
③ハングル = 第2・4金曜日 午後1時～4時

【相談方法】 来所・電話・文書(郵送・ファクス・Eメール)

【費用】 無料



☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

申し込み・問い合わせは、杉並区交流協会へ

【住所】 〒166-0004 阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル5階

【電話】 03-5378-8833

【ファクス】 03-5378-8844

【Eメール】 info@suginami-kouryu.org

【ホームページ】 <http://www.suginami-kouryu.org/>

医療相談の窓口

東京都保健医療情報センター

東京都医療機関案内サービス「ひまわり」

外国語で診療を受けることができる医療機関や、日本の医療制度についての問い合わせに、英語・中国語・ハングル・タイ語・スペイン語で応じます。

ホームページで、住所や最寄りの駅から医療機関を探すことができます。

【英語版ホームページ】 <http://www.himawari.metro.tokyo.jp/qq/qq13enmnl.asp>

【相談日時】 毎日午前9時～午後8時

【電話】 03-5285-8181

杉並区の急病診療窓口 (日本語対応のみ) まずは、電話でご相談ください。相談の結果、受診する場合は、健康保険証・医療証を必ず持参してください。

■杉並区休日等夜間急病診療所

【電話】 03-3391-1599 【場所】 荻窪5-20-1杉並保健所2階

【診療時間・科目】

月～金曜日…午後7時30分～10時30分(受け付けは午後10時まで) = 小児科

土曜日…午後5時～10時(受け付けは午後9時30分まで) = 内科・小児科・外科・耳鼻咽喉科

日曜日・祝日

年末年始…午前9時～午後10時(受け付けは午後9時30分まで) = 内科・小児科・外科・耳鼻咽喉科

■杉並区歯科保健医療センター(歯科休日急病診療)

【電話】 03-3398-5666 【場所】 荻窪5-20-1杉並保健所5階

【診療時間】 日曜日、祝日、年末年始…午前9時～午後5時(受け付けは午後4時まで)

■杉並区急病医療情報センター ※医療機関案内・医療相談を受け付けています。

【電話】 03-3423-9909

【案内・相談時間】 月～金曜日…午後8時～翌日午前9時

土・日曜日、祝日、年末年始…午前9時～翌日午前9時