

# すぎなみ



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/

支えあい共につくる  
安全で活力あるみどりの住宅都市 杉並

29年度 学童クラブ入会児童を募集します	..... 2
11月25日～12月1日は犯罪被害者週間です	..... 3
11月11日は「介護の日」	..... 3
すぎチャリ！2016	..... 8
「区議会だより」が折り込まれています	

災害時はどんな車が活躍するの？

## 総合震災訓練

日頃の備えが大切な人を守ります

AEDの使い方って？

消火器の使い方は…？

11月23日(祝)

午前10時～午後1時 (雨天中止)

井草森公園・旧杉並中継所 (井草4-12-1)

震度7ってどれぐらい揺れるの？

総合震災訓練は、区民の方々と防災関係機関（東京消防庁・警視庁・自衛隊・ライフライン関係機関等）・区が連携して実施する訓練で、災害時の相互協力体制の強化と、防災活動の習熟を目的に行うものです。家族や自分自身を守るため、いざという時のために訓練に参加して、災害時の行動を身に付けておきましょう。

—問い合わせは、防災課へ。

## 訓練に参加して、災害時の疑問を解決しましょう

### 午前10時～午後1時 広報・展示・体験コーナー

初期消火訓練、スタンドパイプ訓練、起震車体験、はしご車体験、災害伝言ダイヤル体験など、さまざまな訓練が体験できます。「消火器はどう使う?」「スタンドパイプって何?」「避難所ってどこ?」といった、日頃感じている災害時の不安や疑問を、多くの防災関係機関が参加するこの機会に、一緒に解決していきましょう。

### 午前11時～11時45分 関係機関合同訓練

防災関係機関、区、区民、中学生レスキュー隊などが連携し、倒壊建物からの救出救助訓練、初期消火訓練、応急救護訓練などのより実践的な訓練を公園北側広場で行います。



### 午前10時～午後1時 スタンプラリー

公園南側入り口の総合案内で用紙を配布します。参加者には記念品を用意しています。多くの訓練を体験して、自分と大切な人を守るための行動力を向上させましょう。



(会場案内図)



※車での来場はできません。

### イベント当日

#### 防災行政無線放送を行います

防災行政無線を使って、総合震災訓練のお知らせを行います。当日午前9時に会場周辺(井草・上井草・下井草・今川・桃井地区)の放送塔に限定して放送します。音声聞き取りにくい場合は、「防災行政無線電話応答サービス」(「03」から始まる一般電話・IP電話から☎0120-170-100、それ以外から☎03-5378-8221(通話料がかかります))や「災害・防災情報メール」をご利用ください。

### 11月29日(火)午前11時ごろ

#### 防災行政無線を用いた 情報伝達訓練を行います

全国瞬時警報システム(Jアラート※)の情報伝達を確実に行うため、防災行政無線を用いた全国一斉の情報伝達訓練を行います。上記時間に、防災行政無線からテスト放送が流れます。※Jアラートとは、国から緊急情報(地震・武力攻撃など)が発信されると、区の防災行政無線から自動的に放送される設備です。

☑危機管理対策課、防災課

#### 放送内容

- ①チャイム音
- ②「これは、テストです。」(3回繰り返す)
- ③「こちらは、ほうさいすぎなみです。」
- ④チャイム音



# 区からのお知らせ

## 税金

### 住民税(特別区住民税・都民税)夜間電話相談

昼間に納税課へ連絡できない方を対象に、住民税の納付相談を受け付けます。

時 11月25日(金)午後5時～8時  
30分  
納税課 ☎53071063456

## 募集します

### 区営住宅駐車場の使用者

**内**使用期間 原則1年間。更新可。更新料なし▽住宅名(所在地)・月額使用料・区画数(左表のとおり。7カ所37区画(申込順)▽申し込み資格 ①区内在住の方で、そのことが住民票などで証明できること②使用する駐車場から約2km以内の範囲

区営住宅駐車場		
住宅名(所在地)	月額使用料	区画数
松ノ木二丁目第二アパート(松ノ木2-3-7)	1万8000円	2
宮前四丁目アパート(宮前4-13-1~5)	1万7000円	7
久我山四丁目第二アパート(久我山4-50-13・14)	1万7000円	6
久我山五丁目第二アパート(久我山5-19-1・2)	1万8000円	3
阿佐谷北三丁目第二アパート(阿佐谷北3-36-6)	2万2000円	5
浜田山二丁目アパート(浜田山2-15-43)	2万円	2
富士見丘アパート(久我山2-21-1~3)	1万6000円	12

## 災害義援金にご協力をお願いします

◇日本赤十字社での受け付け

①平成28年鳥取県中部地震災害義援金

【受付期間】11月25日(金)まで

【入金方法】「ゆうちょ銀行 口座記号番号 00180-8-514217 口座加入者名 日赤平成28年鳥取県中部地震災害義援金」へ振り込み

②平成28年台風10号等災害義援金

【受付期間】29年3月31日(金)まで(延長)

【入金方法】「ゆうちょ銀行 口座記号番号 00100-6-324140 口座加入者名 日赤平成28年台風10号等災害義援金」へ振り込み

※いずれも受領証の発行は、通信欄に「受領証希望」と記入。振込手数料はかかりません。

◇区役所にも義援金箱を設置します

【設置期間】①11月25日(金)まで②29年3月31日(金)まで

【設置場所(祝日を除く)】月～金曜日=保健福祉部管理課地域福祉推進担当(区役所東棟3階)▷第1・3・5土曜日=区民課区民係(東棟1階)

【問い合わせ】保健福祉部管理課地域福祉推進担当

## 交通死亡事故が発生しました

10月31日(月)午後5時30分ごろ、井の頭通りの交差点(和泉3丁目)で、直進していた自動二輪車の運転手(20歳代男性)が、安全確認を怠って左折してきた普通乗用車(50歳代男性運転)と衝突し、死亡する事故が発生しました。

【自動車・二輪車を運転する皆さんへ】

交差点では、信号を守って安全確認を徹底し、決められた速度を守って、安全運転を心掛けましょう。

区交通対策課、高井戸警察署 ☎3332-0110

## 協定旅館

### 湯の里「杉菜」

◇湯河原温泉・湯の里「杉菜」直行バス(宿泊予約時に申し込み)

【運行日程】12月1日(木)・2日(金)・6日(火)～8日(木)、29年1月10日(火)～12日(木)・17日(火)～19日(木)・31日(火)～2月2日(木)・7日(火)～9日(木)、3月14日(火)～16日(木)

【主な行程】阿佐ヶ谷駅南口(午後1時)→湯の里「杉菜」(3時30分)、湯の里「杉菜」(午前9時30分)→阿佐ヶ谷駅南口(正午)

※運行時刻は変更になることがあります。

【送迎バス料金】2100円(往復3900円)。子供1200円(往復2400円)

【最少催行人数】10名(運行決定は出発7日前までに連絡)

【申し込み・問い合わせ】電話で、湯の里「杉菜」(神奈川県足柄下郡湯河原町宮上279 ☎0465-62-4805)



## 29年度

### 学童クラブ入会児童を募集します

問い合わせは、児童青少年課児童館運営係 ☎339314760へ。

#### ◇運営時間

●月～金曜日 下校後～午後6時(学校休業日(夏休み、開校記念日、その他の休校日)は午前8時30分から)。土曜日 午前8時30分～午後5時

●利用時間延長 月～金曜日の午後6時～6時30分

※①時間延長と土曜日の利用は要件があり、別途申請が必要

②日曜日、祝日・休日、12月28日～1月4日はお休み。

#### ◇対象

区内在住・在学の小学生(重度重複障害のお子さんは高円寺北学童クラブを利用できます)

#### ◇利用料

月額4000円(別途おやつ代月額1800円)。なお、利用料・おやつ代共に減額・免除制度があります

#### ◇申し込み

入会を希望する学童クラブに連絡の上、入会申請書と必要書類を、直接、希望学童クラブに提出してください。初めて入会を希望する方には面接を行います

#### ◇申込期間

12月1日(木)～29年1月20日(金)(月～金曜日 午前10時～午後6時、土曜日 午前9時～午後5時/日曜日、祝日、12月28日～29年1月4日を除く)

#### ◇その他

各学童クラブの連絡先はホームページでご覧になるか、児童青少年課児童館運営係へお問い合わせください

#### ◇入会期間

29年4月1日～30年3月31日

#### ◇入会期間

29年4月1日～30年3月31日

#### ◇入会期間

29年4月1日～30年3月31日

#### ◇入会期間

29年4月1日～30年3月31日



# 11月25日～12月1日は犯罪被害者週間です

被害者の置かれている状況などについて知っていただくため、17年12月に内閣府が「犯罪被害者週間」を定めました。区では、17年10月に「犯罪被害者等支援条例」を制定し、18年4月から犯罪被害者総合支援窓口を開設して必要な支援を行うとともに、啓発活動にも取り組んでいます。  
——問い合わせは、区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係へ。

## ◇犯罪被害に遭うと…

被害を受けた後も、経済的問題や加害者の不誠実な言動といったさまざまな困難（二次的な被害）に直面することがあります。

## ◇被害者が求める支援

被害者、その家族・遺族の多くは、被害直後から気持ちを添わせ、温かく受け入れてくれる話し相手や相談相手が必要としています。

## ◇被害者への接し方

何気ない言葉や態度でも、時に傷つくことがあります。

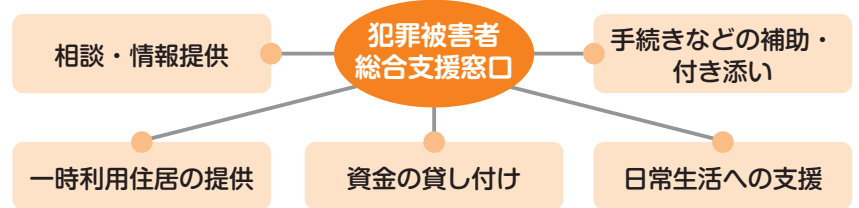
- 安易な励まし・慰め
- 被害を軽く見る・何かと比較する
- 興味本位で事件の話聞き出そうとする
- 被害当時の被害者の行動を責める

## ◇相手の気持ちを尊重しながら接することが大切です

周りの人は、被害者がそれぞれに直面する困難を理解し、気持ちを尊重しながら接することが大切です。犯罪被害は、いつ誰の身に起こっても不思議ではありません。自分のこととして考え、傷ついた被害者の痛みを理解することが求められています。

## ◇区の犯罪被害者総合支援窓口をご利用ください

### ●犯罪被害者総合支援窓口の支援内容



### ●その他の犯罪被害相談窓口

- 警視庁「犯罪被害者ホットライン」 ☎3597-7830/FAX3592-6840（電話は午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日、祝日、年末年始を除く））
- 区内警察署の犯罪被害者支援担当＝杉並 ☎3314-0110 / 荻窪 ☎3397-0110 / 高井戸 ☎3332-0110

### ◇犯罪被害者支援のつどい

時11月15日(火)午後2時～3時45分 場高齢者活動支援センター（高井戸東3-7-5） 内講演会、ミニコンサート 定60名（申込順） 申・問電話・ファクス・Eメール（5面記入例）で、区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係 ☎5307-0620/FAX5307-0681 他 danjo-t@city.suginami.lg.jp 他 車での来場はご遠慮ください。詳細は、区ホームページをご覧ください

## 11月11日は「介護の日」

# いい日、いい日、毎日、あったか介護ありがとう

介護需要の増加に伴い、課題も多様化しています。介護に関わる方々を取り巻く地域社会での支えあいや交流を促進していくため、国は「11月11日（いい日いい日）」を「介護の日」と定めています。それぞれの立場で、介護について考えてみませんか。

——問い合わせは、高齢者在宅支援課へ。

## ご存じですか？「杉並介護者の会」

介護のつらさを一人だけで抱えていませんか。区内には、家族を介護する人が悩みや不安を安心して話したり、情報交換をすることができる場「杉並介護者の会」があります。杉並介護者の会は、どの会にも自由に参加できます。

※各会の所在地・開催場所・連絡先等は、区ホームページをご覧ください。

### ●杉並介護者の会連絡会「介護者ひろば」

#### 上手な介護ライフ～知ってお得な介護の知恵と地域のサービス

介護の経験者から、介護を続けるための知恵とメッセージをお届けします。専門職が個別の相談にも応じます。

時11月25日(金)午後1時30分～4時 場セシオン杉並（梅里1-22-32） 内第1部＝シンポジウム「つらいことばかりじゃない～経験者が語る私たちの介護ライフ」▷第2部＝カフェでほっと一息～参加者も専門職も一緒に交流しましょう



▲昨年の様子

◇ほかにも、区内ではさまざまな集いの場が運営されています。問い合わせは、お近くの地域包括支援センター（ケア24）へ。

## 広がっています カフェ・サロンづくり

介護中の家族、高齢者、認知症や障害のある人など、誰でも気軽に立ち寄れる居場所（カフェ・サロン）づくりが広がっています。

### ●カフェで認知症サポート医による認知症対応講座

杉並区医師会認知症サポート医や東京都認知症疾患医療センターの相談員と一緒に認知症や介護をテーマにゆっくりお話しませんか。予約は不要です。

#### ●ポエンデカフェ

時11月17日(木)午後2時～4時 場グループホーム「グルッポポエンデ井荻」（下井草5-22-4） 師伊東医院院長・伊東薫

#### ●RASIKU! カフェ

時11月28日(月)午後6時30分～8時30分 場認知症デイサービス「プライムハウス杉並和泉」（和泉3-26-8） 師おくらクリニック院長・大蔵勝弥

#### ●はるカフェ

時12月8日(木)午後1時30分～3時30分 場認知症デイサービス「デイホームにんじん・荻窪ふれあいの家」（荻窪2-29-3） 師シャレール荻窪前やすだクリニック院長・安田正俊

## 「介護する人 介護される人 お互いの人権を尊重できる地域を目指して」

### ●28年度杉並区高齢者虐待防止普及啓発講演会●

## 介護をとる？仕事をとる？

介護をしても、自分らしく生きることが大切です。誰かに相談したり、手伝ってもらったり、時には自分の時間も大事にしながら、介護も仕事も上手に両立していきましょう。

第1部では、講師が進行性難病のパーキンソン病の母のため、東京-仙台間の遠距離介護を7年間続けた経験をお話します。

時12月7日(水)午後6時～8時15分 場座・高円寺（高円寺北2-1-2） 内・師第1部＝講演「仕事をしながら介護と向き合う」（元日本テレビアナウンサー・石川牧子。右写真左）▷第2部＝オリジナル創作落語「笑って元気！～笑い人は人を元気にする」（笑福亭鶴笑。右写真右） 定256名（先着順）





男女平等推進センター講座

「防災・減災 女性・男性 みんなの視点で～災害弱者と防災まちづくり」

時12月11日(日)午後1時～4時30分 場阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 内地域福祉専門で防災や復興支援にかかわる講師の話、地域の災害弱者やその関係者とのパネルディスカッション 師宇都宮大学教育学部教授・長谷川万由美(右写真) 対区内在住・在勤・在学の方定50名(申込順) 申・問電話・ファクス(5面記入例)で、男女平等推進センター ☎3393-4410 FAX3393-4716 (午前9時～午後5時。月曜日休館) 他託児あり(事前申込制)



バリアフリー映画会

バリアフリー映画とは、聴覚や視覚に不自由のある方や高齢者でも一緒に楽しめるように、字幕や音声解説が付いた映画のことです。

◇「くちびるに歌を」

時12月3日(土)午後2時～4時15分 場中央図書館 対区内在住・在勤・在学の方定60名(申込順) 申・問11月15日から電話・ファクス(5面記入例)または直接、中央図書館(荻窪3-40-23 ☎3391-5754 FAX3391-7803)

◇「春との旅」

時12月4日(日)午後2時～4時15分 場高井戸図書館 定40名(申込順) 申・問電話・ファクス(5面記入例)または直接、高井戸図書館(高井戸東1-28-1 ☎3290-3456 FAX3290-3356)

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 バドミントン

時29年1月22日(日)午前9時～午後7時 場上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 内種目=男女混合団体戦 対区内在住・在勤・在学の方定70名(申込順) 申往復ハガキ(5面記入例)で、12月10日(必着)までに区バドミントン協会・柳沢実(〒167-0033清水3-26-6) 問柳沢 ☎3390-7181 (午前10時～午後6時) 他申し込みは個人単位とし、組み合わせは事前に決定します。ラケットのない方は、当日会場で貸し出します。障害者の参加は同伴者が必要

スポーツ教室

●初心者ピキナーズスイム

時11月24日(木)午前11時～11時55分 場杉十小温水プール(和田3-55-49) 対区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定8名(申込順) 費入場料 申・問11月18日から電話で、杉十小温水プール ☎3318-8763 他駐車場はありません

●シニアスポーツ振興事業「シニアソシアルダンス体験講習会」

時11月30日～12月21日の毎週水曜日、午後7時～9時(計4回) 場桃井第二小学校(荻窪5-10-25) 内ワルツ、ブルースなど6種目 師JDSF公認指導員 対区内在住で60歳以上の方 定20名(申込順) 費200円(保険料を含む。当日) 申往復ハガキ(5面記入例)に性別・生年月日も書いて、11月20日(必着)までに区ダンススポーツ連盟・国定千幸(〒167-0034桃井2-10-7) 問同連盟・国定 ☎090-8517-2441 他動きやすい服装、ダンスシューズまたは運動靴を持参

●ノルディック・ウォークをはじめよう

時12月4日(日)午前10時(雨天中止) 場スポーツハイツ(堀ノ内2-6-21) 師全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員 大方孝 対3km程度歩ける方 定20名(申込順) 費1080円(保険料含む。別途ポールレ

ンタル料540円) 申・問電話で、スポーツハイツ ☎3316-9981 他長寿応援対象事業。ウエストバッグまたはリュック、飲み物・帽子・タオル等持参

●カラダを動かそう運動教室

時・内12月7日(水)・14日(水)・21日(水)午前10時～11時30分=筋力トレーニングマシン運動▷12日(月)・19日(月)・26日(月)午後1時～2時=無理のない体操&身体の機能改善運動(計6回) 場ヴィムスポーツアベニュー(宮前2-10-4) 対65歳以上で医者から運動制限を受けてない方 定15名(申込順) 費6480円 申・問電話で、11月30日までにヴィムスポーツアベニュー ☎3335-6644 (午前11時～午後5時) 他同講座の受講経験者はご遠慮ください

●荻窪体育館の教室

①(1)はじめてバレエⅢ(2)しなやかにバレエⅢ

時12月15日～29年3月16日の木曜日(1)午前9時30分～11時(2)11時～午後0時30分(12月29日、29年1月5日を除く。各計12回) 師川村智由美 対区内在住・在勤・在学の15歳以上の女性で(1)初心・入門者(2)はじめてバレエ経験者で初・中級者/いずれも中学生を除く 定各20名(抽選) 費各1万2000円 申往復ハガキ(5面記入例)で、11月22日(必着)までに同体育館

②ピラティスナイトⅢ

時12月12日～29年2月27日の月曜日(1)午後7時～8時(2)8時～9時(12月26日、29年1月2日を除く。各計10回) 師小澤純子 対区内在住・在勤・在学で15歳以上の初心者(中学生を除く) 定各20名(抽選) 費各5000円 申往復ハガキ(5面記入例)で、11月20日(必着)までに同体育館

③体幹エクササイズⅢ

時12月12日～29年2月27日の月曜日(1)午後7時～7時50分(2)8時～8時50分(12月26日、29年1月2日を除く。各計10回) 師佐々木達也 対区内在住・在勤・在学で15歳以上の初心者(中学生を除く) 定各20名(抽選) 費各5000円 申往復ハガキ(5面記入例)で、11月23日(必着)までに同体育館

④脳トレリズム体操Ⅲ

時12月12日～29年2月27日の月曜日、午前11時～午後0時30分(12月26日、29年1

月9日を除く。計10回) 師齊藤なみ 対区内在住・在勤で50歳以上の方 定20名(抽選) 費7500円 申往復ハガキ(5面記入例)で、11月21日(必着)までに同体育館

場・問荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2 ☎3220-3381) 他①～③は2歳～就学前の託児あり(事前申込制。1回500円。定員あり)

●上井草スポーツセンターの教室

◇弓道・アーチェリー認定講習会

弓道場の利用には利用者証(一定の技量を認定)が必要です。段位などが無い方は講習会に参加し、認定を受けてください。技量に応じた利用者証を発行します。

時アーチェリー=11月19日(土)▷弓道=26日(土)/いずれも午前9時～午後1時 対16歳以上で弓道またはアーチェリー経験がある方 定各36名(申込順) 申電話で、同センター 他弓具一式と、弓道は道衣、アーチェリーは運動着持参

◇障害者水中運動「アクアムーブメント」

時12月4日(日)午後0時45分～1時55分 師NPO楽しいスポーツを支援する会・荒井正人ほか 対6～18歳で知的・身体に障害があり、水慣れができている方(身長110cm未満の方、視覚障害があり自力歩行が困難な方は水着着用の保護者同伴) 定20名(申込順) 費510円 申電話または直接、同センター 他水着・スイムキャップ・ゴーグル・タオル持参

◇ブレキッズ&マミーサッカー教室

時12月7日(水)・14日(水)・21日(水)▷2歳児=午前10時～10時50分▷3・4歳児=11時～11時50分 師FC東京普及部コーチ 対区内在住・在勤(保護者)・在園で2～4歳のお子さんとその保護者 定各日各回20組40名(申込順) 費各回1組510円(子育て応援券利用可) 申電話または直接、同センター

◇大人のサッカー教室①女性&初心者②チャレンジ

時12月18日(日)①午後1時20分～2時50分②3時20分～4時50分 師FC東京普及部コーチ 対区内在住・在勤・在学で20歳以上の①女性とサッカー未経験・初心者の男性②

サッカー経験者 定各20名(申込順) 費各510円 申電話または直接、同センター 他①②連続受講不可

場・問上井草スポーツセンター(上井草3-34-1 ☎3390-5707)

●日高スキー研究所 少年スキー教室(初心者～上級者)

時12月25日(日)午後7時～28日(水)午後6時 場集合・解散=JR阿佐ヶ谷駅南口広場▷会場=かたしな高原スキー場(群馬県) 師全日本スキー連盟指導員 対区内在住の小学2年生～高校生(兄弟と参加の場合は小学1年生も可) 定40名(申込順) 費小学生4万3000円。中学生4万5500円(用具・ウェアレンタル別途各4000円) 申郵送・ファクス・Eメール(5面記入例)に性別、生年月日、学校名、学年、スキー歴、健康上の注意点、用具・ウェアを持参か借りるか(借りる方は身長と靴のサイズ記載)も書いて、12月17日(必着)までに市川好子(〒167-0031本天沼3-16-9 FAX3395-2843 ☎h-shonenski@jcom.home.ne.jp) 問市川 ☎090-8879-3148 他詳細は、同教室 http://h-shonenski.jp/参照。保護者説明会を実施(12月初旬に詳細を連絡)

●高円寺体育館の教室

◇ふれあいフットサル教室

時12月23日(祝)、29年1月22日(日)午前11時～午後1時 師区サッカー連盟 対区内在住・在学・通所で知的障害のある方(自己管理ができる方) 定各日30名(申込順) 申電話・ファクス(5面記入例)で、同体育館

◇コアトレーニングⅢ教室

時29年1月13日～3月17日の毎週金曜日①午後7時～8時②8時～9時(各計10回) 師鈴木さやか 対区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各20名(抽選) 費各6000円 申往復ハガキ(5面記入例)で、11月21日(必着)までに同体育館 他2歳～就学前の託児あり(事前申込制。1回500円。定員あり)

場・問高円寺体育館(〒166-0003高円寺南2-36-31 ☎3312-0313 FAX3312-0312) 他車・バイクでの来館はできません

区内の空間放射線量等測定結果

◆区立小中学校・保育園等の給食食材

10月31日現在、区立小中特別支援学校、保育園等の給食食材、計3048検体(うち28年度分339検体)を検査した結果、健康に影響を与えるものではありませんでした(23年10月から実施)。

◆区内3カ所(定点測定)

Table with 5 columns: 測定場所, 測定日(測定高さ地上1m), 10月4日, 11日, 18日, 25日. Rows include 杉並区役所青梅街道側, 杉並保健所前駐車場西側, 衛生試験所玄関前駐車場.

定点測定値の単位はマイクロ・シーベルト/h。測定機器は、シンチレーションサーベイメーター TCS-172Bです。

区は、下記のとおり区内の空間放射線量等の測定を実施しました。測定結果は、区ホームページでもご覧になれます。

—問い合わせは、各担当課へ。放射線量測定に関する全般的なことについては環境課放射能対策担当 ☎3312-2111(区代表)、放射線量測定の方法については杉並保健所生活衛生課 ☎3391-1991へ。

◆区立保育園・小中学校等(定点測定) 問環境課放射能対策担当(測定日10月19日)

Table with 3 columns: 測定場所, 測定高さ(地上), 1cm, 1m. Rows include 桃井第五小学校校庭, 久我山小学校校庭, 松ノ木中学校校庭, etc.

※申し込みは「広報すぎなみ」の発行日からとなります。※紙面上では市外局番「03」の表記を省略しています。

発行日: 毎月1日・11日・21日 / 杉並区役所 ☎3312-2111 (代表) 〒166-8570 阿佐谷南1-15-1

※広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。広告掲載のお問い合わせは広報課へ。







Table with 6 columns: 名称・会場, 内容/講師, 開催日・時間, 定員, 費用, 申込/締切. Contains information for Takaido Kyogikai and Ei-c.org events.

住民は地域社会の主人公
神輿は町会の文化遺産

馬橋北自治会

馬橋北自治会は、高円寺北3・4丁目の北側に位置し、馬橋公園を含め、早稲田通りまでを範囲とする広い町会です。

こと、感謝申し上げます。神輿は立派な作りで、大切に次世代へ引き継がなければと、気持ちも引き締まる思いです。



▲秋空の下、力を合わせて

9月3日には、小さい子どもたちの太鼓車、夕方からは近隣の神輿同好会の方々も加わり、盛大に秋祭りを行いました。

馬橋北自治会は、高円寺北3・4丁目の北側に位置し、馬橋公園を含め、早稲田通りまでを範囲とする広い町会です。

9月2日、セミの音が重なる晴天の中、修繕を終えて見違えるように輝く神輿が神酒所に到着し、早速お披露目会が始まりました。

情報ぽけっと

区の後援・その他の催し・講座など
申し込みは、各団体へ

催し

★コムウェル「クラシックのつどい」 時11月27日(日)午後6時～8時 場コムウェルホール高円寺(高円寺南2丁目) 内出演=末永匡(ピアノ)▷曲目=「エリーゼのために」ほか定100名(申込順)費中学生以上1500円 申・問電話で、ウェルビーの会・井町 ☎0120-24-2265

★クリスマスコンサート～イングリッシュホルンと弦楽合奏 時12月10日(土)午後1時30分～3時30分 場高井戸地区市民センター 内出演=アンサンブル杉フィル▷曲目=「モーツァルト喜遊曲」ほか区内在住の方定90名(先着順)費200円 問杉の樹大学同窓会・塩澤 ☎090-5499-5712

★倶楽部グリーと中学生とのジョイントコンサート 時12月10日(土)午後2時 場セシオン杉並 内出演=東原中学校混声合唱団ほか▷曲目=NHK合唱コンクール課題曲、上を向いて歩こうほか費1000円 申 倶楽部グリー http://www.71clubglee.net/ から申し込み 問同団体・板坂 ☎090-2238-2678

★親子工芸教室 展示即売会「手織り展」 時11月18日(金)・19日(土)午前11時～午後4時 場高円寺障害者交流館 問杉並区手をつなぐ育成会・及部 ☎3334-1293

★阿佐福まつり 時11月19日(土)午前10時～午後3時 場阿佐谷福祉工房(天沼1丁目) 内自主生産品の販売、シルク印刷の体験、さをり織りの体験ほか 問阿佐谷福祉工房・橋口 ☎3392-7347 (午前8時30分～午後5時30分。土・日曜日、祝日を除く) 他上履き持参。車での来所はご遠慮ください

★小学生親子、ネパール&日本のカレー体験と交流 時11月23日(祝)午前9時30分～午後1時30分 場セシオン杉並 小学3～6年生のお子さんとその保護者ほか定12組(申込順)費1人500円 申・問電話・Eメール(5面記入例)で、ひめま杉並・加藤 ☎080-3525-5528 yoko2016@suginami.town

★ひとり親家庭のクリスマス会 時12月18日(日)午後1時30分～3時30分 場阿佐谷地区市民センター 内交通安全のお話・ゲーム・プレゼントほか区内在住でひとり親家庭のお子さん(小学生以下)とその保護者定40名(抽選) 申往復八ガキ(5面記入例)に親子の氏名(フリガナ)、子供の年齢・性別も書いて、11月25日(必着)までに杉並区母子寡婦福祉団体連合会・田中光世(〒168-0072高井戸東1-15-4-407) 問田中 ☎5932-7820 (午後8時～9時)

★遺伝と環境 学力や性格を決めるものは何か? 時11月20日(日)午後2時～4時 場阿佐谷地区市民センター 師成城中学校・成城高等学校元校長 中田秀夫区内在住・在勤・在学の方定24名(先着順)費300円 問NPO法人日本児童文化教育研究所・橋 ☎090-6130-8602

★楽しく話そう外国語講座 時・内11月21日～12月12日の毎週①英会話=月曜日(1)初心者=午後7時▷水曜日(2)中級=午前9時10分(3)上級=10時20分(4)TOEIC=11時30分▷木曜日(5)初級=午前9時10分(6)初心者=10時20分(7)初級=11時30分②中国語=月曜日(8)初級=午前9時10分(9)中級=10時20分/いずれも1時間③韓国語=11月25日(金)(10)初心者=午前9時10分～10時40分(11)初級=10時50分～午後0時20分 場阿佐谷地区市民センターほか 師①ジェミー・マコーマック

★新規開業者向け決算説明会 時11月22日(火)▷事業=午前10時～11時30分▷不動産=午後2時～3時30分 場杉並青色申告会(阿佐谷南3丁目) 内決算における注意点、所得控除について、青と白の違いなど 師杉並税務署区内在住の方、区内に事業所を有する方定25名(申込順) 申・問電話・ファクス(5面記入例)で、11月21日までに杉並青色申告会 ☎3393-2831 FAX3393-2864 他長寿応援対象事業

★認知症サポーター養成講座 時11月24日(木)午後2時～3時30分 場あおばケアセンター(天沼3丁目) 定7名(申込順) 申・問電話で、11月23日までにあおばケアセンター ☎6383-6080

★佼成病院健康セミナー「からだの変化と婦人科疾患」 時11月25日(金)午後2時～3時 場佼成病院(和田2丁目) 師同病院産婦人科医長・鈴木淳定100名(先着順) 問同病院総務課 ☎6382-4473

★ケア24成田 時11月27日(日)午前10時～11時30分 場阿佐谷地区市民センター 定20名(申込順) 申・問電話で、11月26日までにケア24成田 ☎5307-3822

★分譲マンション管理セミナー 時・内11月25日(金)①午後1時30分～3時=セミナー～マンションが地震に被災した時の対応について②3時～4時30分=交流会 場阿佐谷地区市民センター 師マンション管理士・大木

★東京税理士会荻窪支部 税金なんでも相談会 時11月25日(金)午後1時～4時

★東京税理士会荻窪支部 税金なんでも相談会 時11月25日(金)午後1時～4時

★東京税理士会荻窪支部 税金なんでも相談会 時11月25日(金)午後1時～4時

★東京税理士会荻窪支部 税金なんでも相談会 時11月25日(金)午後1時～4時



# コミュニティ通信

## 地域区民センター協議会が企画する催し・講座など

申し込みは、「当日直接」以外は必ず**往復ハガキ**（右記入例参照）で、各締切日（必着）までに各地域区民センター協議会へ（抽選）。

詳細は、直接各地域区民センター協議会へ（月～金曜日午前8時30分～午後5時〈祝日、年末年始を除く〉）。  
★協働事業とは、地域課題の解決に向けて、地域のさまざまな団体と企画段階から連携して実施する事業。

【マークのみかた】

知=お知らせ 募=募集  
催=催し 講=講座

### 往復ハガキ 記入例〈1人1枚〉

①行事名②郵便番号・住所③氏名(フリガナ)④年齢⑤電話番号⑥託児ありの行事は子供の氏名・年齢  
※返信用ハガキに宛先を記入してください。

	名称・会場	内容／講師	開催日・時間	定員	費用	申込／締切
<b>●井草地域区民センター協議会</b> （〒167-0022下井草5-7-22 ☎3301-7723 <a href="http://www.igusahome.sakura.ne.jp/">HPhttp://www.igusahome.sakura.ne.jp/</a> ）						
催	おもちゃの病院 場井草地域区民センター	こわれたおもちゃを修理します（実費がかかる場合あり） ／長凡ほか▷1家族3件まで	12月10日(土) 受け付け=午後1時30分～3時	—	—	—
催	クリスマス～アフタヌーンコンサート 場井草地域区民センター	クラシックの名曲やクリスマスソングなどをお届けします ▷ <b>出演</b> =岩根愛（バイオリン）、川津直子（ピアノ）▷ <b>曲目</b> =クライスラー小品、ガーシュイン「プレリュード」ほか	12月18日(日)午後1時30分～3時30分	40名	100円	11月29日 往復ハガキ
講	「コミュニティ・すくーる」 あなたの知らなかった杉並の 鉄道とまちの発展の歴史 場井草地域区民センター	西武線や中央線などは、どのように開通していったのか。 まちの変化・発展と鉄道がわかります／郷土博物館学芸員	12月3日(土)午後1時～3時	45名	—	11月25日 往復ハガキ
<b>●西荻地域区民センター協議会</b> （〒167-0034桃井4-3-2 ☎3301-0815 <a href="http://nisiogi-kyogikai.sakuraweb.com/">HPhttp://nisiogi-kyogikai.sakuraweb.com/</a> ）						
催	★協働事業 「ちびっこひろば」 場西荻地域区民センター	防災食を試食します。小さな子どものいる家庭向けに、災害時の裏技や、身近な避難所・避難場所を紹介します／こども文化NPO M・A・T	11月27日(日)正午～午後3時	—	—	—
催	2016クリスマスコンサート 場西荻地域区民センター	お子さんも楽しめます▷ <b>出演</b> =ハンドベルアンサンブルミスティ、ムジークフェライン室内楽団、あにまあと（ポカール・ピアノ）▷小学生以下は保護者同伴▷車いす席あり（5席。事前申込制）	12月18日(日)午後2時～4時30分	340名	—	—
講	りんごで、サンタクロースを作りませんか？ 場西荻地域区民センター	材料は身近なもので、作り方も簡単です／安野恵子▷長寿応援対象事業	11月29日(火)午前10時～正午	30名	300円	11月19日 往復ハガキ
講	歌舞伎入門 場西荻地域区民センター	歌舞伎十八番のうち、勧進帳などを題材として分かりやすく解説します／元NHK舞台中継ディレクター・吉原茂▷長寿応援対象事業	12月8日(木)・15日(木) 午後2時～4時（計2回）	60名	—	11月26日 往復ハガキ
<b>●荻窪地域区民センター協議会</b> （〒167-0051荻窪2-34-20 ☎3398-9127 <a href="http://ogikubokyogikai.sakura.ne.jp/">HPhttp://ogikubokyogikai.sakura.ne.jp/</a> ）						
催	★協働事業 荻窪寄席 場荻窪地域区民センター	聴覚障害のある方も楽しめる字幕付き落語と太神楽です ▷ <b>出演</b> =金原亭馬玉、翁家和助▷ <b>演目</b> =「饞頭怖い」「そば清」▷長寿応援対象事業	12月11日(日)午後2時～4時	60名	200円	11月27日 往復ハガキ
募	アート展の作品 場荻窪地域区民センター	<b>アート展</b> =29年2月25日(土)・26日(日)午前10時～午後4時（26日は3時30分まで） <b>募集作品</b> =①絵画=油絵・日本画・水彩画・版画・デッサンなど（サイズは10号以下）②彫刻=木・金属・石など（1㎡以下）③工芸品=陶芸・木工・彫金・染色など④写真（半切以下）⑤書道（半切程度まで）▷同一種目での出品は原則1人1点▷ <b>対象</b> =区内在住・在勤・在学の方（応募者多数の場合、同センター・本天沼区民集会所ご利用の方を優先）▷ <b>申し込み</b> =申込書（同センター・本天沼区民集会所〈本天沼2-12-10〉で配布）を、同センターへ郵送・持参▷ <b>その他</b> =作品の搬入は各自				12月25日
<b>●阿佐谷地域区民センター協議会</b> （〒166-0004阿佐谷南1-47-17 ☎3314-7215 <a href="http://www.asagaya-kyogikai.org/">HPhttp://www.asagaya-kyogikai.org/</a> ）						
催	クリスマスコンサート～保多由子 愛と祈りを歌う 場阿佐谷地域区民センター	クラシック、ポピュラー、日本の歌まで、クリスマスとこの季節にちなんだ名曲を歌い上げます▷ <b>出演</b> =保多由子（メゾソプラノ）、大月美季（ピアノ）▷長寿応援対象事業	12月3日(土)午後2時～4時	80名	—	11月23日 往復ハガキ
講	★協働事業講座 「レクリエーションスポーツを楽しみましょう！」 場阿佐谷地域区民センター	ダーツやスポーツ吹き矢は、障害のある方も健常者も、若い方も高齢者も、誰もが気軽に楽しめるスポーツです▷長寿応援対象事業	11月20日(日)午後1時30分～3時30分	60名	—	—
講	続 東京の空間人類学 場阿佐谷地域区民センター	東京の古い魅力に着目した話題作「東京の空間人類学」から30年、元祖まち歩きの内内秀信教授が新しい発見などその後について語ります／法政大学デザイン工学部教授・内内秀信▷長寿応援対象事業	12月4日(日)午後1時30分～3時30分	80名	—	11月25日 往復ハガキ
講	心臓病の症状と治療～こんな症状はありませんか？ 場阿佐谷地域区民センター	心臓でおこるさまざまな症状・原因や治療法について分かりやすく解説します／河北総合病院副院長・杉村洋一▷長寿応援対象事業	12月7日(水)午後2時～4時	60名	—	11月26日 往復ハガキ
講	「第九」をもっと楽しもう 場阿佐谷地域区民センター	「第九」の魅力とベートーベンについて分かりやすく解説します／指揮者・小笠原吉秀▷長寿応援対象事業	12月10日(土)午後2時～5時	60名	—	11月25日 往復ハガキ
講	ウクライナのクリスマス料理 場阿佐谷地域区民センター	フルーツ詰めローストチキンとクリスマスサラダを作ります／フードコーディネーター・武川圭子▷長寿応援対象事業	12月16日(金)午後1時30分～4時	16名	1500円	11月25日 往復ハガキ
募	あさがや区民センターまつり 出演・出展者 場阿佐谷地域区民センター	<b>あさがや区民センターまつり</b> =29年3月4日(土)・5日(日)（説明会は後日連絡） ① <b>出演</b> =音楽、各種ダンス、演劇、伝統芸芸など② <b>出展</b> =手芸、絵画、工芸、書道、茶道、陶芸等の展示・実演など（販売は不可）▷ <b>対象</b> =主に阿佐谷地域区民センターや阿佐谷地域で活躍している文化、芸術、スポーツ等のグループ、団体、個人（申し込み多数の場合、ご希望に沿えないこともあります）▷ <b>申し込み</b> =往復ハガキ（記入例）に①②の希望と内容・団体名、代表者名、希望日も明記				11月25日 往復ハガキ
<b>●高円寺地域区民センター協議会</b> （〒166-0011梅里1-22-32 ☎3317-6614 <a href="http://www.koenji-kyogikai.org/">HPhttp://www.koenji-kyogikai.org/</a> ）						
催	あわたんぼうのクリスマス会 場和田小学校 （和田2-30-21）	こどもたちへ楽しい時間をお届けします。サンタさんからプレゼントがあります▷ <b>内容</b> =吹奏楽、マジック、紙人形劇、キッズダンスショー▷未就学児は保護者同伴	12月3日(土)午後1時30分～3時30分	150名	—	11月24日 往復ハガキ
催	★協働事業 高円寺ゆめ音楽祭 場高円寺地域区民センター	高円寺地域の小中学生が日ごろの練習成果を発表する音楽会です／高円寺地区地域教育推進協議会	12月23日(祝)午前10時～午後0時30分	—	—	—
講	バルーンアート講座～クリスマス飾りを作ろう 場高円寺地域区民センター	小さな風船が、すてきなアートになります／チーム BooBaa・朝枝晴美▷未就学児は保護者同伴	12月17日(土)午後2時～4時	30名	200円	12月8日 往復ハガキ

凡例 時=日時 場=場所 内=内容 師=講師 対=対象 定=定員 費=参加費（記載のないものは無料）  
申=申し込み（記載のないものは直接会場へ） 問=問い合わせ 他=その他 【記号】 ☒=Eメールアドレス [HP](#)=ホームページアドレス



**11/27(日)**  
**すぎなみチャリティー・フェスタ**  
**すぎチャリ! 2016** **入場無料**

杉並区内のNPOや地域の団体が大集合!  
 ワクワク★学んで楽しい  
**地域活動&チャリティー**

すぎなみチャリティー・フェスタ「すぎチャリ! 2016」は、チャリティーの普及や地域活動への理解を深めていただくためのイベントです。

区では多くのNPO団体が活躍し、さまざまな地域のニーズや課題解決に取り組んでいます。皆さんからの寄附をもとに運用している杉並区NPO支援基金は、こうした地域活動団体を応援しています。

寄附がどのように使われているか、NPOがどんな活動をしているのかなど、NPO活動を身近に感じてもらえるような体験をしながら学べる企画を用意しました。この機会に、一緒に地域を面白くしましょう。



**スタンプラリー開催! たくさんブースを回って景品をゲットしよう!**

**メインプログラム**

時・内・師①午前10時～午後0時30分＝「すぎチャリ版! 杉並区ワールドカフェ・サロン～もし杉並区の100人と“ともだち”だったら」(ISP) ②1時30分～2時30分＝「企業とNPOの交流企画」(すぎチャリ実行委員会) ③2時30分～3時＝「ジャズライブ&杉並区歌を一緒に歌おう!」(杉並区職員互助会音楽部リズムテイスト)

**セミナー**

時・内・師①午前10時～11時30分＝「子どもから大人まで知ってほしい! 認知症サポーター養成講座」(ケア24成田) ②10時～正午＝「親の立場、子の立場で考える“終の住居の作り方/実家のたたみ方”」(コレクティブハウジング) ③午後1時～3時＝「回想法講座」(ともしび会) ④1時～3時＝「あなたのお口は元気ですか。口腔機能評価体験と健口セミナー」(スマイルワン)

**ミニコンサート**

内・師①「コーラスとうたの集い」(杉並・ワークスまちの縁がわ なかまの家) ②「オペラ歌手の声を目の前で聞こう“オペラミニコンサート”」(オペラ普及団体ミャゴラトリー) ③「お笑いと歌謡会」(カサブランカ) ④「音楽発表会」(すぎチャリ実行委員会)

**ワークショップ・体験・展示**

内高齢者向け健康エアロビクス/絵本ワークショップ/ワクワク折り紙/おはなし語り・手遊び/マヨネーズ手作り体験/性格テスト/iPad体験/お茶席/ダーツde交流/減災体験/交流サロン/企画展示ほか

**販売・軽食、その他**

内無農薬野菜/パン/クッキー・ラスク/グリーンカレー/豆腐菓子/カフェ/フラワーアレンジメント/ピースアクセサリー/フリーマーケット/チャリティー古本市/NPO団体・協賛企業・28年度杉並区NPO支援基金助成事業紹介

※一部有料。詳細は、同委員会ホームページ参照。

**【日時】** 11月27日(日)午前10時～午後3時  
**【場所】** 阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17)  
**【問い合わせ】** 杉並区NPO支援基金普及委員会(すぎなみ協働プラザ内)  
 ☎3314-7260  
**【その他】** ミニコンサート、ワークショップ等の詳細は、同委員会 <http://nposupport.jp/sugichari/> 参照

**11月15日～12月14日は落ち葉感謝月間**

**11月26日(土) 落ち葉感謝祭2016**  
 参加しよう! 一万人の落ち葉掃き

—問い合わせは、落ち葉感謝祭実行委員会事務局(みどり公園課北公園緑地事務所) ☎3396-5261へ。

さまざまな恩恵を与えてくれる樹木やそれを守っている樹木所有者の方に感謝の気持ちを込めて、また、落ち葉をごみとしないで自然の物質循環に戻していこうという「みどりのリサイクル」の考え方を広めるために開催します。この趣旨に賛同して落ち葉掃きを団体でやっていただいた方は事務局までご連絡ください。月間中に活動した方の人数を集計し、団体名を活動報告展で発表します。

〈落ち葉感謝祭2016〉

11月26日(土)の会場・時間/内容		集合場所
落ち葉掃き	阿佐谷会場(午前9時～1時間程度)/中杉通り歩道上の落ち葉掃きとリサイクル作業。落ち葉掃き後、阿佐谷けやき公園で腐葉土と寄せ植えづくり体験(希望者のみ)	JR阿佐ヶ谷駅南口駅前広場
	午前9時＝公園(蚕糸の森・大田黒・杉並児童交通・井草森・天沼弁天池)▷10時＝公園(柏の宮・塚山・馬橋)/いずれも1時間程度。園路・外周道路の落ち葉掃き	各会場の管理事務所前
催し	井草森会場＝井草森公園(午前10時～午後3時)/落ち葉プール、ドングリや松ぼっくり、落ち葉などを使った工作、草木染め等	井草森公園

注1. 汚れてもいい服装で参加。2. 軍手、ほうき、ちり取りはできる限り各自で持参。  
 3. 雨天の場合は「落ち葉掃き」は中止し、「催し」は規模を縮小して実施。

**すぎなみ教育シンポジウム2016**

**みんなで話そう! 「保護者・地域・学校の協力で考えよう! 『放課後』文化はもっと豊かになる」**

いま学校やまちでは、地域の大人たちが子どもたちの「放課後」に関わったり、子どもが直面している困難さを自分ごととして考え、アイデアを出し合い、かたちとなった多様な取り組みが広がっています。「自分も何かできることはあるかな?」と思った方、ぜひシンポジウムをきっかけに、みんなで話し、考えましょう。

▲竹原和泉 ▲笹井宏益

時 12月17日(土)午後1時30分～4時30分 場 高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) 内・師 講演(NPO法人まちと学校のみらい代表理事・竹原和泉)、シンポジウム(進行＝国立教育政策研究所総括客員研究員・笹井宏益▷登壇者＝竹原和泉、まち暮らし不動産代表・齊藤志野歩、西宮中学校共育支援本部・大島和美、富士見丘中学校校長)、ワールドカフェ「みんなで話そう! 考えよう!」(進行＝方南小学校校長) 対 区内在住・在勤・在学の方定300名(申込順)  
 申・問 電話・Eメール(5面記入例)で、12月16日までに学校支援課学校支援係 [gakko-sien@city.suginami.lg.jp](mailto:gakko-sien@city.suginami.lg.jp) 他 筆記用具持参。手話通訳あり

**区議会の傍聴にお越しく下さい**

—問い合わせは、区議会事務局へ。

第4回定例会は、11月17日(木)午後1時に開会する予定です。本会議や委員会は、定員の範囲内で傍聴できます。当日、直接区議会事務局(区役所中棟3階)へお越しください。

- 日程などは、区議会事務局へお問い合わせいただくか、区議会 <http://www.city.suginami.tokyo.jp/kugikai/> をご覧ください
- 本会議の様子を区議会ホームページで生中継します。また、会議終了からおおむね24時間後に録画の中継をご覧になれます(おおむね1週間後には内容や質問者ごとにご覧になれます)
- 手話通訳を希望する方は、傍聴希望日の4日前までにお申し込みください
- ◇一時保育を受け付けます  
 対 おおむね6カ月～就学前のお子さん定各日4名(申込順) 申 電話で、傍聴希望日の7日前までに区議会事務局