

広報 すぎなみ

Suginami



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

{ 9 / 15 }
平成29年(2017年)
No.2211

すぎなみ舞祭。
地域に根差し次世代へ。

「思い切り踊りを楽しみたい！」という子どもたちのエネルギッシュなダンスパフォーマンスが見る人を感動させる、踊りの祭典「すぎなみ舞祭」。節目となる10回目を迎え、区民はもちろん、全国各地の踊り手からも注目される一大イベントとなったすぎなみ舞祭の魅力について、立ち上げの中心人物であり、現在も実行委員として運営を支える杉浦智恵さんにお話を伺いました。

特集

すぎなみビト

杉浦 智恵

Contents — 主な記事 —

6 | 結核予防週間 7 | 動物愛護週間 8 | 杉並区総合文化祭 9 | スポーツフェスティバル 16 | 秋の全国交通安全運動

〒166-8570 杉並区阿佐谷南1-15-1 | ☎ 3312-2111(代表) FAX 3312-9911(広報課直通) | 🌐 区ホームページ: <http://www.city.suginami.tokyo.jp/> | 📄 発行: 杉並区 | 📝 編集: 広報課

広報すぎなみは月2回(1・15日)発行。新聞折り込みのほか、区の施設・駅・コンビニエンスストアなどの広報スタンドに設置しています。



プロフィール(写真右):杉浦智恵(すぎうら・ちえ)。ダンスチーム「Dancin' Festa舞祭組」代表。通訳者。平成3年から9年間を米国や香港など海外で過ごす。12年から杉並区在住。同年、地域の子どもたちとともに「Dancin' Festa舞祭組」を結成し、ダンス指導・振り付けを行うようになる。19年からすぎなみ舞祭の立ち上げ準備を手掛け、翌20年に第1回すぎなみ舞祭を開催。現在、すぎなみ舞祭実行委員会の委員を務める。

「舞祭があるから、たまには帰ってみようかな」と 思ってもらえたら。

気が付けば舞祭の発起人に

—杉浦さんは、どんな経緯ですぎなみ舞祭の設立に携わることになったのですか。

元をたどれば、井草中学校の野球部の息子さんがいるお母さんたちの集まりに顔を出したことがきっかけです。「子どもたちのエネルギー発散を目的にダンスチームを作ろう」という趣旨の集まりでした。ちょうど「南中ソーラン」(※)が話題になり、踊りの教育的な効果が注目され始めた頃のことです。



私はダンスを経験したことがなかったので、当初は「メンバーの一人として参加できればいい」という程度の気持ちでした。でも、誰も積極的に関わろうとしなくて、「これからどうするんだらう」と思っているうちに、なぜか私が中心になって子どもたちのダンスチーム「Dancin' Festa舞祭組」を結成することになってしまいました。

—ダンス未経験の杉浦さんがダンスチームを率いるようになったとは驚きです。

やはり、そう思いますよね。でも、「やってみたい」と思っ

たんです。井草中学校のお母さんたちとダンスのワークショップを開催したときのことです。振り付けをお願いした大江戸人祭ダンサーのお姉さんが、子どもたちに「皆さん、上手になったね。次からは皆さんが先生だよ」と言ったんです。皆、まだちょっとしか踊れないんですよ。それを聞いて「そうか、私も先生になれるんだ」という気持ちが湧き起こりました。あの一言がなければ、今の自分はなかったと思います。

—その後、杉浦さんのチームは、第1回「大江戸人祭」に出場して優勝しました。

あの優勝で、私は舞祭から逃げられなくなってしまいました。だって、子どもたちの心に火を付けてしまったのに、「頼まれたからやっただけ」だなんて言えないじゃないですか(笑)。それからは、ずっと走りっぱなしです。杉並にダンスイベントを作ろうという話が持ち上がり、またもや何も言っていないのに私が発起人ようになってしまい、杉並区の担当部署の方にアドバイスをいただきながら、たくさんの関係者の間を行ったり来たりして実行委員会を立ち上げて…それから、さらに1年をかけて第1回すぎなみ舞祭の実現にこぎ着けました。大仕事を振り返って「目に見えない何かに突き動かされてやった」と話す人がいますが、当時の私は、まさにそういう状態だったと思います。

舞祭が結ぶ地域の絆

—地域に貢献したいという思いもあったそうですね。

「地域での子育てを実現したい」とずっと考えてきました。その思いを形にたくて、私たちのチーム「Dancin' Festa舞祭組」では、中学生までのお子さんは必ず親子で会員になってもらうというルールを設けていま

す。そうすれば、子ども同士だけでなく、親同士も交流できるからです。今の時代、親子一緒に何かに一生涯命打ち込むのは簡単なことではありません。ほかのチームでは、なかなか同じようにいかないという話も耳にします。でも、だからこそ私たちは、たとえそれが時代に逆行していたとしても、親子でやっていきたいと思っています。

—一人の輪が広がるのも、すぎなみ舞祭の魅力の一つです。

すぎなみ舞祭のおかげで、うちのチームはダンスが上手になっただけでなく、たくさんの人と知り合い、仲良くなることができました。そして、忘れてはならないのが、実行委員会や町会の方々を中心に支援の輪が広がっていったことです。本当にたくさんの方が、子どもたちのためにと力を尽くしてくれました。

舞祭には人を動かす力があるのだと思います。第1回すぎなみ舞祭が実現したときも、「こんなイベント、やる意味があるのか」「どうしてよそ者が先頭に立っているんだ」という山ほどあった反対の声があつた間に吹き飛んでしまいました。「子どもたちの元気な踊りが全てを変えたんだ」と思いましたね。

—今後、すぎなみ舞祭をどのようなイベントにしていきたいとお考えですか。

区民の皆さんに「地元の祭り」として親しまれるイベントにしていきたいですね。例えば、杉並を離れてしまった人に「舞祭があるから、たまには帰ってみようかな」と思ってもらえたなら、とても素晴らしいと思います。

私は夫の転勤で国内外のあちこちに移り住んできた経験から、いつでも帰ることができる“ふるさと”があることのありがたみを痛感しています。



智佳さんと一緒に今年から実行委員となった友人とその子どもたち。子どもたちも今年からダンスチームに入り、すぎなみ舞祭へ参加予定。

母が盛り上げてきた舞祭を次世代へ

小学5年生の頃から、ずっとすぎなみ舞祭に参加してきた私は、すぎなみ舞祭に育てられたようなものです。この活動を通じて茨城にも友達ができまし、山形のダンスチームの振り付けもしました。そんな、いくつもの経験を積むことで私は成長できたので、これからは私から杉並の子どもたちに、たくさんのお話を伝えていきたいと思っています。

今年から、私や、同じチームでダンスをしてきた友人たちが実行委員会に入りました。この10年間で母が作り上げた舞祭の魅力に、一層磨きをかけられるように、若い世代が力を合わせて頑張っていきたいと思っています。



杉浦智恵さんの娘・智佳さん。すぎなみ舞祭開催当初からダンスチームの一員として、参加してきた。

すぎなみ舞祭公式パフォーマンスチーム Cedar☆Youth (シーダーユース)

区内外のイベントで、すぎなみ舞祭のPRダンスパフォーマンスにより、そのイベントを盛り上げると同時に、活動を通してメンバーの自主性や社会性を育てるために結成されたグループで、今年、6期生として11名のメンバーで活動しています。



チーム全員で、イベントを盛り上げます!

event 第10回記念 すぎなみ舞祭2017

10月15日(日) ① 蚕糸の森公園・杉並第十小学校 (和田3-55-49) ② (東京メトロ丸ノ内線「東高円寺駅」から徒歩2分)

すぎなみ舞祭は、参加する子どもたちが自分たちの住むまちに愛着を持ち、ダンスを通して健やかに成長することを目指しています。また、町会・自治会や商店会が地域の青少年育成団体とともに実行委員会を立ち上げ、参加者とともに作り上げている子どもが主役の踊りの祭典で、イベントを通して人と人がつながり、地域の絆を育んでいます。「おどる! たべる! あそぶ!」が体験できる子どもも大人も一緒になって楽しめるダンスイベントです。



区からのお知らせ

SUGINAMI INFORMATION

子育て・教育

新しい⑧・⑨医療証を送付します

現在、中学3年生までの年齢に該当している方に交付している⑧・⑨医療証（若草色）の有効期限は9月30日です。

9月末に、10月1日から使用できる医療証（びわ色）を送付します（郵送先は、医療証に記載の住所です。居住状況の確認のため、それ以外の住所に送付することはできません）。

新しい医療証の有効期限は30年9月30日です。

ただし、30年3月に中学校を卒業する方の⑨医療証と、4月に小学校に入学する方の⑧医療証の有効期限は30年3月31日です。

小学校に入学する方の⑨医療証（有効期間が30年4月1日～9月30日）は、30年3月末までに送付する予定です。

⑧・⑨医療証をお持ちでない方は、お問い合わせください。なお、生活保護（医療扶助）を受給している方や児童福祉施設等に入所している方などは、対象にならない場合があります。

☎子育て支援課子ども医療・手当係

健康・福祉

高齢者インフルエンザ予防接種のお知らせ

65歳以上の方には、9月末に「予防接種予診票」を送付します。

☎対象者=区内在住で、12月31日現在①②のいずれかに該当する方①満65歳以上の方②満60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能に障害がある身体障害者手帳1級相当の方（②に該当し接種を希望する方は、10月2日以降に福祉事務所・保健センター・杉並保健所保健予防課のいずれかへ身体障害者手帳または医師の証明を持参し、「予診票」をお受け取りください）▶自己負担額=2500円（生活保護、中国残留邦人等生活支援給付を受給中の方は、費用が免除されます。詳細は、お問い合わせください）▶接種期間=10月1日(日)～30年1月31日(水)（期間内1回）▶接種場所=東京23区、三鷹市・武蔵野市の契約医療機関（これら以外の場所で接種を希望する方は、各市町村へお問い合わせください）☎杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025、各保健センター（荻窪 ☎3391-0015、高井戸 ☎3334-4304、高円寺 ☎3311-0116、上井草 ☎3394-1212、和泉 ☎3313-9331）

「2017年南アジア水害救援金」にご協力をお願いします

◇日本赤十字社での受け付け

【受付期間】10月31日(火)まで

【入金方法】「ゆうちょ銀行 口座記号番号00110-2-5606 口座加入者名 日本赤十字社」へ振り込み

※通信欄に「2017年南アジア水害」と記入。受領証の発行は、併せて「受領証希望」も記入。振込手数料はかかりません（ATMを除く）。

◇区役所にも救援金箱を設置します

【設置期間】10月31日(火)まで

【設置場所】保健福祉部管理課地域福祉推進担当（区役所西棟10階）／祝日を除く ☎同担当

特別養護老人ホーム「永福南社会福祉ガーデン」を開設します

30年3月に特別養護老人ホーム（障害者支援施設併設）「永福南社会福祉ガーデン」が開設します。

☎所在地=永福1-7▶運営法人=健誠会▶概要=全室個室で10名を1つの生活単位とする、ユニット型特別養護老人ホーム ☎原則、要介護3以上で、在宅で介護を受けることが困難な方 ☎入所70名。ショートステイ10名 ☎月額7～17万円程度（介護度および入所者・世帯員の所得により異なります）☎申込書（区内特別養護老人ホーム、ケア24、高齢者在宅支援課〈区役所西棟2階〉で配布。区ホームページからも取り出せます）を、区内特別養護老人ホームへ持参 ☎施設概要・入所相談については、健誠会開設準備室 ☎6379-3011。申し込み方法については、区高齢者在宅支援課施設入所係 ☎すでに区内および区外協力特別養護老人ホームへ入所申し込みをしている方で、「永福南社会福祉ガーデン」へ入所を希望する方も改めて変更の申し込みが必要

施設情報

区役所本庁舎東棟エレベーターのリニューアル工事

9月中旬～30年3月の間、エレベーター3台のうち1台ずつ順番に工事を行います。

☎経理課庁舎管理係

図書館の臨時休館

区立図書館では、特別整理（蔵書点検）を行うため、下表のとおり臨時休館します。臨時休館中、当該図書館の本などは通常通り予約できますが、貸し出しまでに時間がかかる場合があります。

☎各図書館

図書館	休館日
西荻図書館 ☎3301-1670	10月23日(月)～26日(木)
高井戸図書館 ☎3290-3456	11月13日(月)～17日(金)
今川図書館 ☎3394-0431	11月27日(月)～30日(木)

※今川図書館が臨時休館中は、併設のゆうゆう今川館も併せて休館します。

ゆうゆう下高井戸館が移転します

改修後の下高井戸児童館と併設した施設として10月2日に開館します。

☎移転先=下高井戸4-19-6▶開館時間=午前9時～午後9時（日曜日、祝日は午後5時まで。第3木曜日は午後1時から）▶休館日=第3日曜日、6・12月の第3木曜日、年末年始 ☎高齢者施策課施設担当

採用情報 ※応募書類は返却しません。

区以外の求人

①ケア24善福寺常勤・非常勤職員②ケア24和田常勤・非常勤職員

☎高齢者に関する総合相談、介護予防プラン作成など▶勤務日時=月～金曜日午前8時45分～午後5時45分、午前10時～午後7時（実働8時間。交代制。月1回程度土曜日に出勤あり。祝日を除く）▶勤務場所=①ケア24善福寺（西荻北4-31-11）②ケア24和田（和田3-52-4）▶資格=①保健師、看護師のいずれか②保健師、看護師、社会福祉士、主任介護支援専門員のいずれか▶募集人数=①1名②2名▶報酬=当運営法人規定による ☎電話連絡の上、履歴書に職務経歴書、資格証の写しを添えて、サンフレンズ法人事務局（〒167-0023上井草3-33-10）へ郵送・持参 ☎同事務局 ☎3394-9833 ☎書類選考後に面接を実施

障害者雇用支援事業団 パートタイマー

☎障害者の就労・体験実習支援▶勤務期間=10月10日～30年3月31日（4回まで更新可）▶勤務日時=月

12日。午前9時～午後4時▶勤務場所=杉並区障害者雇用支援事業団▶資格=障害者の就労支援機関等での勤務経験がある方はなお可▶募集人数=1名▶報酬=時給1170円。社会福祉士または精神保健福祉士有資格者は1270円▶その他=健康診断あり。交通費支給（上限あり）☎履歴書を、9月29日（必着）までに杉並区障害者雇用支援事業団（〒168-0072高井戸東4-10-26）へ郵送・持参 ☎同事業団 ☎5346-3250（月～金曜日午前8時30分～午後5時〈祝日を除く〉）☎書類選考合格者には面接を実施（10月3日を予定）

募集します

地域運営学校の学校運営協議会委員

☎30年1月1日から学校運営協議会に出席（月1回程度）など▶募集校・人数=阿佐ヶ谷中学校（阿佐谷南1-17-3）=4名、桃井第一小学校（桃井2-6-1）=4名▶資格=募集校の通学区域または隣接する通学区域に在住・在勤・在学で、30年1月1日現在18歳以上の方▶報酬=4000円（協議会への出席1回につき）☎申込書（学校支援課〈区役所東棟6階〉、募集校で配布。区ホームページからも取り出せます）に作文「学校運営協議会委員を志望する理由」（800字程度）を添えて、10月13日午後5時（必着）までに同課へ郵送・持参 ☎同課 ☎書類選考合格者には、11月上旬までに面接を実施。応募書類は返却しません

相談

シニアのための就業・起業・地域活動個別相談

☎10月7日(土)午前9時～午後5時（1人45分程度）場 けゆうゆう高円寺南館（高円寺南4-44-11）☎区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方 ☎☎電話で、けゆうゆう高円寺南館 ☎5378-8179

その他

住民基本台帳の閲覧状況の公表

4～6月の住民基本台帳法に基づく住民基本台帳の一部の写しの閲覧状況を区ホームページで公表しています。

住民基本台帳の一部の写しの閲覧とは

住民基本台帳に記録されている項目のうち、氏名・住所・生年月日・性別の4項目を閲覧するものです。閲覧申請が認められた場合、必要最小限の範囲で、前述4項目の閲覧が可能となります。

閲覧が認められる主な理由

- 原則、以下の理由以外認められません。
- ・官公庁が職務として請求する場合
- ・公益性の高い調査研究に利用する場合
- ・公共的団体が公益性の高い活動に利用する場合

※閲覧の際は区職員が立ち会います。

☎区民課住民記録係

ひとり親家庭の交流を支援します

区は、ひとり親家庭同士が交流し、仲間づくりを図る事業に対して助成金を交付します。

☎1事業10万円まで ☎区内を主な活動範囲とし、区内のひとり親家庭の親で構成され、ひとり親家庭の福祉の向上を目的とし、継続して活動している団体ほか ☎子育て支援課ひとり親家庭支援担当 ☎5929-1902

保育士との交流会を開催します

区内の保育施設で働いている現役の保育士から、仕事内容や魅力を聞きます。

☎9月27日(水)午前10時～正午 場 玉成保育専門学校（松庵1-9-33）☎保育施設での勤務を考えている方 ☎50名（申込順）☎ファクス・Eメール（12面記入例）で、9月22日までに保育課保育園運営係 ☎5307-0688 ☎hoiku-k@city.suginami.lg.jp ☎同係

臨時福祉給付金(経済対策分)の 申請期限が間近です

～申請期限は10月10日(消印有効)

給付金を受給するためには、申請が必要です。期限までに申請がない場合は、給付金を受け取ることができません。支給の可能性のある方には、申請書類を4月10日(月)にお送りしています。

◇支給対象者

次の①②全てに当てはまる方①28年1月1日時点で杉並区に住民登録されている方(28年1月2日以降に区外へ転出した方を含む)②28年度の区市町村民税(均等割)が課税されていない方

※本人が非課税でも、課税されている方の扶養親族等や生活保護受給者等である方、支給決定前に亡くなった方などは除く。

◇支給額

1人1万5000円(1回限り)。

◇申請方法

申請書類が届いた方は、支給対象となるか確認の上、該当する場合は添付書類とともに返信専用封筒で至急郵送してください。

区は申請内容を審査し、結果を郵便でお知らせします。支給決定者には、

指定の口座へ給付金を振り込みます。申請から結果の送付、給付金の振り込みまで2カ月程度を要します。

※28年1月2日以降に杉並区に転入した方は、28年1月1日に住民登録のあった区市町村にお問い合わせください。

※同時に申請した場合でも、支給時期が異なることがあります。

※区民事務所では申請を受け付けていません。

◇DV被害者の方へ

配偶者からの暴力を理由に避難している等の事情により、杉並区に住民登録していなくても支給対象となる場合がありますので、早めにご相談ください。

◇「振り込め詐欺」や「個人情報の詐取」にご注意ください

区や厚生労働省などの職員が、電話でATM(現金自動預払機)の操作をお願いすることは絶対にありません。

「おかしいな」と思ったら、一人で判断せず、区や最寄りの警察署、警察相談専用電話(☎#9110)にご連絡ください。

◇相談・問い合わせ先

申請書を紛失した、書き方が分からないなどのときは、コールセンターへお問い合わせください。

杉並区臨時給付金専用コールセンター ☎0120-00-9292

【受付時間】午前8時30分～午後5時30分(土・日曜日、祝日を除く)

※保健福祉部管理課臨時給付金担当の窓口は区役所地下1階です。

10月の各種健康相談(予約制)の記載があるものの申し込みは、各保健センターへ。

保健センター名	子育て相談・交流	母親学級(予約制)	平日パパママ学級(予約制)	離乳食講習会	乳幼児歯科相談(予約制)	歯みがきデビュー教室(予約制)	栄養・食生活相談(予約制)	ものわずれ相談(予約制)	心の健康相談(予約制)
荻窪 (荻窪5-20-1) ☎3391-0015	19日(木) 午前9時15分～10時15分	4日(水) 11日(水) 18日(水)	23日(月) 午後1時30分～4時	3日(火)・25日(水)午後1時30分～3時30分(3日は生後9カ月頃から) ★電話で申し込み(35名。申込順)	午前 13日(金) 27日(金) 午後 12日(木)	26日(木) 午後1時15分 午後1時55分 午後2時35分	13日(金) 午前9時～正午	23日(月) 午後1時30分	5日(木)・11日(水) 午後1時30分
高井戸 (高井戸東3-20-3) ☎3334-4304	2日(月) 午前9時15分～10時	4日(水) 11日(水) 25日(水)	-	18日(水) 午前10時30分～午後0時30分	午前 2日(月) 16日(月) 午後 6日(金)	20日(金) 午後1時15分 午後1時55分 午後2時35分	5日(木) 午前9時～正午	3日(火) 午後1時30分	17日(火) 午後1時30分 23日(月) 午前10時
高円寺 (高円寺南3-24-15) ☎3311-0116	26日(木) 午前9時30分～10時15分	6日(金) 13日(金) 20日(金)	16日(月) 午後1時30分～4時	2日(月)・23日(月) 午後1時30分～3時30分 (23日は生後9カ月頃から)	午前 3日(火) 17日(火) 午後 5日(木)	19日(木) 午後1時15分 午後1時55分 午後2時35分	3日(火) 午前9時～正午	27日(金) 午後1時	12日(木) 午後1時30分 20日(金) 午後2時
上井草 (上井草3-8-19) ☎3394-1212	25日(水) 午前9時～10時	-	-	24日(火) 午前10時30分～午後0時30分	午前 25日(水) 午後 11日(水)	-	-	2日(月) 午前9時30分	16日(月) 午後1時30分
和泉 (和泉4-50-6) ☎3313-9331	20日(金) 午前9時15分～10時15分	-	-	19日(木) 午後1時30分～3時30分	午前 12日(木) 午後 25日(水)	24日(火) 午後1時15分 午後1時55分 午後2時35分	-	19日(木) 午後1時45分	3日(火) 午後1時30分

※1 杉並区に転入し、妊婦・乳幼児健診受診票、予防接種受診票が必要な方は、各保健センターまたは子育て支援課母子保健係(区役所東棟3階)へ。

※2 ベビーカー等の盗難が発生しています。会場は狭いためベビーカーで回ることができません。チェーン錠をつけるなど各自ご注意ください。

歯の健康相談 14日(土)午後2時～4時30分。問い合わせは、杉並区歯科医師会(阿佐谷南3-34-3☎3393-0391)へ。

急病診療と医療情報案内

小児科・内科・耳鼻咽喉科・外科・歯科

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(荻窪5-20-1杉並保健所内)

受け付けは終了30分前まで

小児科 平日:午後7時30分～10時30分

内科・小児科・耳鼻咽喉科 土曜日:午後5時～10時

日曜日・祝日:午前9時～午後10時

外科 日曜日・祝日:午前9時～午後5時



☎3398-5666 歯科保健医療センター(荻窪5-20-1杉並保健所内)

歯科 日曜日・祝日:午前9時～午後5時(受け付けは4時まで)

その他の医療機関案内、急病対応の説明

☎#7399 杉並区急病医療情報センター

(または☎5347-2252)

土・日曜日、祝日:24時間/平日:午後8時～翌日午前9時

☎5272-0303 東京都医療機関案内サービス(ひまわり)

コンピューターによる自動応答サービス。毎日24時間対応。

区内空間放射線量等測定結果

区は、次のとおり区内の空間放射線量等の測定を実施しました。測定結果の詳細は、区ホームページでご覧になれます。

空間放射線量率の測定 区環境課放射能対策担当

区内3カ所(区役所・杉並保健所・高井戸保健センター)で8月1日(火)に測定しました。

測定結果は0.05～0.08マイクロシーベルト/時でした。

※区内8カ所(小中学校、保育園、公園等)の次回測定は、9月20日(水)を予定しています。

区立小中学校・保育園等の給食食材の放射能濃度測定 区学務課、保育課

8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3507検体(うち29年度分196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)。

※放射能濃度測定の方法については、杉並保健所生活衛生課☎3391-1991。

廃棄物処理手数料等改定のお知らせ

10月1日(日)から以下のとおり改定します。

事業系有料ごみ処理券の改定後の料金

◇小・10ℓ=760円▶中・20ℓ=1520円▶大・45ℓ=3420円/いずれも1セット10枚
◇特大・70ℓ=2660円/1セット5枚

新しい事業系有料ごみ処理券は、10月1日(日)から区内の有料ごみ処理券取扱所で販売します。

現行券(「平成25年10月改定」と記載された券)は、10月31日(火)まで使用できます。

現行券は、11月1日(水)以降、以下の問い合わせ先で、現行料金と新料金の差額を支払った上で、新しい券と交換(以下「差額交換」)するか、還付します。

現行券より前に発行した券(以下「旧券」)をお持ちの方は、早めにお問い合わせください。10月2日(月)から、現行券の1つ前に改定された旧券に限り差額交換、還付を行います。

事業系一般廃棄物処理手数料の改定後の料金

1kgにつき40円

粗大ごみ処理手数料の改定後の料金

家具などの大きなごみ(おおむね一辺が30cm以上)を出すときにかかる手数料を改定します。ただし、9月30日までに収集申し込みが完了し、収集日が10月31日までの場合は、旧料金で取り扱います。

改定品目一例

布団=400円▶自転車(16インチ超)=800円▶シングルベッド(ベッドマット除く)=1200円▶応接用イス(2人以上用)=2000円▶エレクターン=2800円▶持ち込みによる手数料(日曜日のみ、1回5点まで)=400円

臨時ごみ収集における廃棄物処理手数料の改定後の料金

1kgにつき40円

動物死体処理手数料の改定後の料金

1頭につき3100円

園ごみ減量対策課管理係(区役所西棟7階)、杉並清掃事務所(成田東5-15-20 ☎3392-7281)、同事務所方南支所(方南1-3-4 ☎3323-4571)

北朝鮮の核実験などに抗議しました

区は、朝鮮民主主義人民共和国が8月29日に行った中距離弾道ミサイルの発射に対しては8月30日付で、また、9月3日に行った核実験に対しては9月4日付で金正恩國務委員会委員長宛てに抗議文を送付しました。

区議会も、核実験に抗議し、核開発の即時停止を求める要請書を9月4日付で同委員長宛てに送付しました。
園区民生活部管理課、区議会事務局

子どもセンターの利用が予約制になります

保育施設の利用相談および申し込みで混雑が予想される10・11月は「予約制での利用」となります(申込順)。

予約制利用となる期間

10月2日(月)~11月24日(金)(土・日曜日、祝日を除く)

利用予約の受け付け

9月20日(水)~11月24日(金)午前8時30分~午後5時(土・日曜日、祝日を除く)に電話または窓口で予約してください。

※予約の状況によっては、利用希望日時の予約ができない場合もあります。

※利用希望日が11月27日(月)以降の場合は、通常通り希望日の1カ月前から事前予約ができます。

利用予約先・問い合わせ先

〈子どもセンター〉

施設名	所在地	電話番号
荻窪	荻窪5-20-1杉並保健所4階	☎5347-2081
高井戸	高井戸東3-20-3高井戸保健センター2階	☎5941-3839
高円寺	高円寺南3-24-15高円寺保健センター2階	☎3312-2811
上井草	上井草3-8-19上井草保健センター1階	☎3399-1131
和泉	和泉4-50-6和泉保健センター1階	☎3312-3671

10月~30年3月版「ごみ・資源の収集カレンダー」はお手元に届きましたか

8月22日(火)~9月11日(月)に、「ごみ・資源の収集カレンダー」(右画像)を全戸配布しました。10月~30年3月版は、カレンダーのみ(A3判・2つ折り)です。ごみ・資源の分け方・出し方は、4~9月版の「資料編」を保存し、活用してください。



また、10月から一部地域で収集曜日・収集開始時間などの変更点があります。お住まいの地域のカレンダーをご確認ください。

なお、まだ「ごみ・資源の収集カレンダー」が届いていない場合は、下記までお問い合わせください。

園配布については、フットワークス中野営業所 ☎5389-0787(午前9時~午後5時<10月31日まで、土・日曜日、祝日を除く>)。内容については、杉並清掃事務所 ☎3392-7281、同事務所方南支所 ☎3323-4571、ごみ減量対策課

それって、いつもの風邪ですか?

結核は「現代の病気」

結核は過去の病気だと思われがちですが、今でも日本で毎年1万8000人近くが発症し、約2000人が死亡している国内最大級の感染症です。

区内では年間約2500人が新たに発症しています。杉並区の28年の新規患者数は93人でした。

結核ってどんな病気?

結核は結核菌を肺に吸い込むことで起こる感染症です。ただし結核に感染しても必ず発症するわけではなく、免疫力で結核菌の増殖を抑えきれなくなると結核を発症します。

感染した人が発症するのは10人に1人か2人といわれています。感染してから2年以内に発症することが多いですが、中には10年以上たって発症する場合もあります。

予防接種や健診が大切

乳幼児は結核を発症すると重症化しやすいので、1歳までにBCG接種を受けましょう。

9月24日~30日は結核予防週間

—— 問い合わせは、杉並保健所保健予防課感染症係 ☎3391-1025へ。

また高齢者は、せきやたんの症状がなくても食欲低下や体重減少、誤嚥性肺炎などで結核が発見される例が多く出ています。年1回の健診で胸部エックス線検査を受けることが大切です。

こんなときはすぐに受診してください

初期症状はせき・たん・発熱と風邪に似ており、発見が遅れることがあります。このような症状が2週間以上続くときは、まず呼吸器科のある医療機関を受診しましょう。結核は早めに発見してきちんと治療すれば治る病気です。早期発見は結核の重症化を防ぐだけでなく、大切な家族や周囲の人々への感染を防ぐためにも重要です。

規則正しい生活、適度な運動、バランスのとれた食事

結核の発症には、体力(抵抗力・免疫力)が大きく関与しています。過労や睡眠不足、無理なダイエット、ストレス、糖尿病等による免疫低下などは、発症の引き金になるので注意しましょう。





9月20日から26日までは動物愛護週間です

私たち人間と同じように、命あるものである動物の愛護と適正な飼育についての関心と理解を深める機会になります。

多頭飼育の適正化や災害時の対応について飼い主の責務が明確になり、罰則も強化されました。この機会に、私たちの身近にいる動物、特に犬や猫について、もう一度考えてみましょう。

飼い主の皆さんへ

- 一度飼い始めたら最後まで責任を持ってください
- 動物の遺棄(犬や猫を捨てるなど)は違法行為です。罰則規定もあります
- 基本的なしつけをし、動物のための防災用品(5日以上のお餌と水など)を用意してください

犬の飼い主の皆さんへ

- 犬を飼ったら必ず登録し、毎年の狂犬病予防注射も忘れずに
- 鑑札・注射済票は犬の首輪などに必ず着ける
- 放し飼いはしない
- 散歩中はリードにつなぐ
- 散歩に出掛けるときは、尿を洗い流すための水や、ふんを片付ける道具を必ず持って行く。ただし、散歩前にトイレを済ますことが理想
- 鳴き声は、近所への配慮を。室内に入れる、散歩に連れて行く、カーテンで外からの刺激を遮断するなど、犬のストレスを和らげる

—— 問い合わせは、杉並保健所生活衛生課管理係 ☎3391-1991へ。

猫の飼い主の皆さんへ

- 交通事故防止や感染症予防のため、室内で飼育する
- やむを得ず屋外で飼育する場合は、不妊・去勢手術をする

飼い主のいない猫の世話をする皆さんへ

- 新しい飼い主を探すよう努める
- 不妊・去勢手術をする
- 餌は許可を得た場所で、決まった時間に与える
- 食べ残しは片付けて、周囲を清潔に保ち、置き餌はしない
- トイレを設置し、ふん・尿対策をする



杉並どうぶつ相談員制度

区では、20年度から杉並どうぶつ相談員(杉並区動物適正飼養普及員)の制度を設けています。

この相談員は、動物の飼い方や、飼う上でのマナーの向上に関する普及啓発活動を行う区民ボランティアで、区と協働し、地域の身近な相談員として活動しています。

区は今後も、人も動物も住みよい地域になるよう努めていきますので、ご理解とご協力をお願いします。

9~11月は杉並区健康づくり推進期間です

よい歯ファミリーフェスティバル

歯や口の健康について、家族で学び、楽しめるイベントです。
—— 問い合わせは、杉並保健所健康推進課 ☎3391-1355へ。

📅10月9日(祝)午前10時~午後1時 📍杉並保健所(荻窪5-20-1)
👤右記のとおり 📍区内在住・在勤・在学の方

午前10時~午後1時

- ◆歯・口の健康チェック ●歯科用カメラで口の中の観察 定200名(先着順) ●虫歯菌の観察 定150名(先着順)
- ◆口腔ケア相談 ●歯科衛生士による歯みがきや口腔ケアについての相談 ●お口の防災対策 ●虫歯予防ミニ講話
- ◆入れ歯ができるまで 歯科技工士が入れ歯等の作り方を説明
- ◆歯並ベゲーム 歯の模型を並べてみよう
- ◆歯と口の健康クイズ
- ◆元気になれる口腔体操
- ◆パタカの発音で口の機能を測定
- ◆押し手型づくり 歯科用石膏で歯科技工士が押し手型を作る 定1~6歳の方 定150名(先着順)

午前10時20分~午後1時

- ◆キッズ歯医者さん体験 歯医者さんになって、虫歯を治してみよう 定5歳~小学生(保護者同伴) 定24名(先着順)

毎月15日号は「すぎなみ学倶楽部」からちょっといい話をお届けします。/

すぎなみ学倶楽部



台風の季節! 水害から身を守ろう

神田川、善福寺川、妙正寺川と3つの河川が流れる杉並区では、水害は人ごとではありません。特に9月は、台風や秋雨前線の影響で大雨が降りやすい季節です。17年9月4日、杉並区は1時間に112mmという集中豪雨に見舞われ、中野区、杉並区を中心に3つの河川が溢水し、想定外の区域で床上浸水が発生するなど、多大な被害を受けました。このような過去の教訓を踏まえて、水害について考えてみませんか。

環状七号線の妙正寺川から神田川辺りの地下には、豪雨に備えるため「神田川・環状七号線地下調節池」があります。昭和63年に着工し、完成した所から順次稼働させながら約20年の歳月をかけ、平成20年に完成しました。川が一定の水位に達したら速やかに取水を開始し、水位が下がるまで最大約54万tの水をためておける巨大施設です。また都立和田堀公園と都立善福寺川緑地にも調節池機能

を有する施設があり、水害防止に役立っています。

しかし、防災には日頃からの個人の備えが何より大切です。区では、「都市型水害に備えて一水防の手引き」(杉並区洪水ハザードマップ)を作成しています。浸水が予想される区域のマップ、ゴミ袋やプランターなど身近にあるものを使って浸水を防ぐ方法、区内5カ所の避難所の位置などが書かれています。土木計画課、各区民事務所の窓口でもらえるほか、区ホームページでもご覧になれます。

また、あらかじめ「災害・防災情報メール配信サービス」に登録すれば、大雨や洪水などの災害情報をメールで受け取ることもできます。

すぎなみ学倶楽部では、このほかにも区の防災に関する施設や対策などを紹介しています。突然の水害から身を守るために、ぜひチェックしてみてください。(な)



すぎなみ学倶楽部 ホームページ

▶特集▶ 災害・防災



📍 図産産業振興センター観光係 ☎5347-9184

杉並区総合文化祭

時内 下表のとおり 場 セッション杉並 費 一部有料 園 社会教育センター (〒166-0011梅里1-22-32セッション杉並内 ☎3317-6621)

囲碁大会 参加者募集

時 10月14日(土)午前9時30分～午後4時30分 内 個人戦、4～7名による団体戦/いずれも段級位差1につき1子のハンディキャップ戦(6段以上の方は6段格として対局。団体戦の成績は団体メンバーの個人成績を合計) 園 区内在住・在勤・在学の方、区内団体所属の方 費 1人1000円 園 ハガキ・Eメールに選手名・段級位・連絡先(団体の場合は代表者名)を書いて、9月27日(必着)までに区囲碁連合会事務局・郭大植(〒166-0003高円寺南5-9-4-B202 ☎voara@jcom.home.ne.jp) 園 郭 ☎090-1268-5344 園 賞品あり。10月初旬にグループ分けを通知。5段以上の成績優秀者は23区対抗囲碁大会に招待

日本舞踊大会に100組200名を招待

時 10月22日(日)午後0時30分～5時 園 往復ハガキ(12面記入例)で、9月30日(消印有効)までに社会教育センター(抽選) 園 区舞踊連盟・藤間 ☎090-4225-4444



区民文化の日「展示部門」作品募集

時 11月1日(水)～3日(金)午前10時～午後5時(作品搬入は10月31日(火)午前10時～11時。搬出は11月3日(金)午後5時) 内 募集=木彫り、アートフラワー、陶芸、革細工、織物、ガラス細工、刺しゅうほか(絵画、書道、写真を除く)/展示パネル(幅約180cm)1枚または机(約180cm×45cm)1台に展示できる大きさまでのもの(いずれも自力で搬出入) 園 区内在住・在勤・在学の個人・団体 園 往復ハガキ(12面記入例)に作品の種類・大きさ・内容・展示方法(壁掛け、平置き)、個人・団体の別(団体の場合は団体名)、出展数と展示に必要なスペース、出展者全員の氏名も書いて、9月22日(必着)までに社会教育センター(抽選) 園 同センター ☎3317-6621 園 保険などの補償はありません



▲去年の展示の様子

種目	日時・内容
展示の部	華道展 9月29日(金)～10月4日(水)午前10時～午後5時
	書道展・絵手紙展 10月6日(金)～10日(火)午前10時～午後5時
	石の美展・区民写真展 10月13日(金)～17日(火)午前10時～午後5時(13日は午後1時から)
	点茶会 10月15日(日)午前10時～午後3時 費1000円(2席入席可)
	アマ美連盟美術展 10月19日(木)～23日(月)午前10時～午後5時
	美術作品展 10月25日(水)～30日(月)午前10時～午後5時(26日は休館。30日は午後4時30分まで) ▶ギャラリートーク=30日(月)午後1時30分～4時
大会の部	囲碁大会(上記参照) 10月14日(土)午前9時30分～午後4時30分
	将棋大会 10月15日(日)午前10時～午後4時 費1000円(女性・高校生以下500円。当日)
	奇術大会 10月21日(土)午後1時30分～3時30分 内 テーブルマジック、ステージマジック
	短歌大会 10月22日(日)午後1時～4時45分 内 師 短歌作品の鑑賞・講評、歌人講演会「短歌に詠まれた人間」(梅内美華子)
	俳句大会 10月28日(土)午後1時～5時 内 師 選句発表会、講演「俳句と歩く」(神野紗希)
	歴史文化講演会 10月29日(日)午後1時30分～3時30分 内 師 講演「戦火のマエストロ・近衛秀麿」(映像・音楽プロデューサー 菅野冬樹) 費300円
舞台発表	歌謡大会 10月7日(土)午前10時30分～午後6時30分
	民謡舞踊大会 10月8日(日)午前10時～午後5時30分
	吟剣詩舞道大会 10月14日(土)午前10時30分～午後4時
	親子で楽しくフェスティバル 10月15日(日)午後1時～4時 内 吹奏楽・コーラス・バレエ・フラダンス・パントマイム・マジック・ブラックシアターほか
	三曲演奏会 10月21日(土)午前10時30分～午後5時
	日本舞踊大会(区民招待枠は上記参照) 10月22日(日)午後0時30分～5時 費3000円
コーラス大会 10月28日(土)午前11時～午後5時	
洋舞フェスティバル 10月29日(日)午後4時30分～7時30分	
区民文化の日 展示部門(上記参照) 11月1日(水)～3日(金)午前10時～午後5時	
区民文化の日 舞台部門 11月3日(金)午後1時～5時(予定)	

ま ち の 湯 健 康 事 業

身近なまちのお風呂屋さんで 楽しく健康づくり

区内在住で60歳以上の方を対象に、区が杉並浴場組合に委託して行う健康事業です。参加した方は、当日100円で入浴できます。 時 場 園 下表のとおり 園 杉並区シルバー人材センターほか 園 会場により異なります(先着順。★印は予約制) 園 各公衆浴場(午後1時以降) 園 てぬぐい体操はてぬぐい持参。満員の場合は、安全上お断りすることがあります。長寿応援対象事業

10～12月のまちの湯健康事業

浴場名(所在地)	電話番号	内容・日時
弁天湯(高円寺南3-25-1)	☎3312-0449	てぬぐい体操★ 10月4日(水)・18日(水)、11月1日(水)・15日(水)、12月6日(水)・20日(水)午後2時
なみのゆ(高円寺北3-29-2)	☎3337-1861	元気塾椅子に座って健康体操 10月15日(日)、11月5日(日)・19日(日)、12月3日(日)午後1時30分
小杉湯(高円寺北3-32-2)	☎3337-6198	てぬぐい体操★ 10月4日(水)、11月1日(水)、12月6日(水)午後2時30分
玉の湯(阿佐谷北1-13-7)	☎3338-7860	太極拳★ 10月4日(水)・18日(水)、11月1日(水)・15日(水)、12月6日(水)・20日(水)午後1時45分

浴場名(所在地)	電話番号	内容・日時
杉並湯(梅里1-13-7)	☎3312-1221	健康エアロピクス 10月11日(水)、11月8日(水)、12月13日(水)午後2時30分
ゆ家とごころ吉の湯(成田東1-14-7)	☎3315-1766	健康エアロピクス★ 10月7日(土)、11月4日(土)、12月2日(土) ▶てぬぐい体操★ 10月15日(日)、11月19日(日)、12月17日(日)/いずれも午後0時30分
さくら湯(和田3-11-9)	☎3381-8461	健康エアロピクス★ 10月17日(火)・28日(土)、11月21日(火)・25日(土)、12月19日(火)・23日(土)午後2時15分
第二宝湯(本天沼2-7-13)	☎3390-8623	気功太極拳 10月8日(日)・22日(日)、11月12日(日)・26日(日)、12月10日(日)・24日(日)午後2時
秀の湯(桃井4-2-9)	☎3399-6112	てぬぐい体操 10月13日(金)、11月10日(金)、12月8日(金)午後2時
文化湯(西荻北4-3-10)	☎3390-1051	自彊術 10月8日(日)、11月12日(日)、12月10日(日)午後2時30分
湯の楽代田橋(和泉1-1-4)	☎3321-4938	てぬぐい体操 10月10日(火)・24日(火)、11月14日(火)・28日(火)、12月12日(火)午後1時30分
大黒湯(和泉1-34-2)	☎3328-2137	てぬぐい体操 10月8日(日)・22日(日)、11月12日(日)・26日(日)、12月10日(日)・24日(日)午後1時30分
大和湯(和田1-71-18)	☎3381-3452	健康エアロピクス 10月8日(日)・22日(日)、11月12日(日)・26日(日)、12月10日(日)・24日(日)午後1時45分

10月9日祝は
体育の日

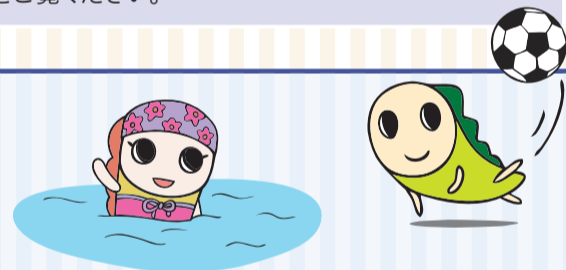
みんなで行こう! スポーツフェスティバル

各イベントの詳細は、9月15日発行の「マイスポーツすぎなみ」(新聞折り込み。区体育施設でも配布。杉並区スポーツ振興財団ホームページからもご覧になれます)をご覧ください。

—— 問い合わせは、各体育施設へ。

施設	概要
大宮前体育館 (南荻窪2-1-1 ☎3334-4618)	トレーニングルーム、温水プールを無料開放します。その他、子どもたちも楽しめるイベントを開催します。
荻窪体育館 (荻窪3-47-2 ☎3220-3381)	「始めよう! 楽しもう! 健康スポーツライフ!」をテーマに、初めての方でも参加しやすいプログラムを実施します。
高円寺体育館 (高円寺南2-36-31 ☎3312-0313)	阿波おどり・チアダンスデモンストレーション、阿波おどり体験会、杉並区スポーツ振興財団・高円寺純情商店街杯フットサル大会など、高円寺体育館ならではのイベントを行います。
永福体育館 (永福3-51-17 ☎3328-3146)	体力測定、ファミリー運動会(パン食い競争など。事前予約制)、JA杉並による杉並産野菜・花鉢の販売、カレーやパン・クッキーなどの販売、フリーマーケットも実施します。
妙正寺体育館 (清水3-20-12 ☎3399-4224)	子ども運動広場や親子テニス教室、体力測定会など、幅広い世代の方が楽しめるイベントを開催します。詳細は、同体育館ホームページをご覧ください。
松ノ木運動場 (松ノ木1-3-22 ☎3311-7410)	今年は「キッズからシニアまで一緒にチャレンジ」。親子連れだけでなく、皆さんが楽しめるイベントを実施します(事前予約制。空きがある場合のみ当日参加可)。詳細は、同運動場のブログをご覧ください。
下高井戸運動場・区民集会所 (下高井戸3-26-1 ☎5374-6191)	いろいろなサッカーが体験できます。また、少年野球指導、かけっこ教室、夜にはお月見ヨガ、館内では、音楽会、健康長寿のためのフレイル予防講座などを開催します。
高井戸温水プール (高井戸東3-7-5 ☎3331-7841)	親子で参加できる水泳教室や水遊びイベントを実施します。プールは終日無料開放します。
杉小温水プール (和田3-55-49 ☎3318-8763)	プールを無料開放します(午前11時~午後1時を除く)。また、シンクロ教室の発表会や子どもたちが楽しめるプログラムを実施します。
上井草スポーツセンター (上井草3-34-1 ☎3390-5707)	温水プール、トレーニングルームを無料開放します。親子参加型教室、普段あまり運動しない方でもできるスポーツなど、幅広い世代の方に楽しめるイベントを開催します。詳細は、同センターホームページをご覧ください。

スポーツ始めキャンペーン



日頃、スポーツを行っていない方に、スポーツに親しむ機会を提供するキャンペーンです。各種教室を無料・割引で利用できます。詳細は、各体育施設で配布するチラシをご確認ください。チラシにチケット引換券がありますので、各施設でチケットに引き換えの上ご利用ください。

☎9月21日(木)~11月30日(木) 場 上記体育施設、スポーツハイツ(堀ノ内2-6-21 ☎3316-9981)、ヴィムスポーツアベニュー(宮前2-10-4 ☎3335-6644)、友永ヨーガ学院(上荻1-18-13文化ビル2・3階 ☎3393-5481) 園 スポーツ振興課施設管理係

第30回記念大会 野馬追の里 健康マラソン大会 ウォーキング大会

参加者
募集

特別招待選手として、福島県南相馬市出身のシドニー・アテネ両五輪代表の西内洋行選手等が出場します。

☎12月3日(日)午前9時~午後0時40分 場 雲雀ヶ原陸上競技場(福島県南相馬市) 園 小学生以上の方 費 マラソン大会=2500円。親子ペア2500円 ▶ ウォーキング大会=500円/いずれも高校生以下無料 申 runnetHP <http://runnet.jp/>から9月29日までに申し込み 園 野馬追の里健康マラソン大会実行委員会事務局 ☎0244-24-5219 園 詳細は、南相馬市HP <http://www.city.minamisoma.lg.jp/>参照

日本の
アニメ
100周年展
Part1

うたとダンスと アイカツスターズ!

日本のアニメは29年で100周年。そこで、「アニメを彩ってきた うたとダンス」をテーマに100周年記念企画展を開催します。

☎30年1月14日(日)までの午前10時~午後6時(入館は5時30分まで。30年1月14日は4時閉館。月曜日〈祝日の場合は翌平日〉、12月28日~30年1月4日休館) 場 杉並アニメーションミュージアム(上荻3-29-5杉並会館3階) 園 同ミュージアム ☎3396-1510 園 協力=バンダイナムコピクチャーズ、バンダイ、手塚プロダクション、ぴえろ



©BNP/BANDAI, DENTSU, TV TOKYO

子どもの夢に応援寄付を お願いします。

～杉並区次世代育成基金

— 問い合わせは、児童青少年課青少年係 ☎3393-4760へ。

次世代育成基金は、次代を担う子どもたちがさまざまな国や地域の文化・芸術や自然に触れたり、スポーツ交流などに参加することを通して成長することを支援するために創設した基金です。

28年度までに、延べ1500人を超える子どもたちがこの基金を活用してさまざまな体験をすることができました。

地域社会の皆さんの力で子どもたちの健やかな成長を支援できるよう、応援寄付をお願いします。

昨年度の事業に参加した子どもたちからのメッセージ

高校生国際交流事業

日本には決して気付けなかったことも、ドイツという遠くの地に行き、体感し、学べたことを大変喜ばしく感じます。今回の体験で成長し、今度は自分が将来の学生たちを支えていけるようになりたいです。(高校1年男子)



▲杉並区・東吾妻町子ども交流会マスカツカみの様子

杉並区・東吾妻町子ども交流会

私は東吾妻町の友達と交流し、地域の特色や自然の豊かさを感じました。友達とはとても仲良くなり、今は手紙などでやりとりしています。「ずっと続くといいな」と思っています。(小学6年女子)

今年度実施される事業

区が実施する事業(事業についての問い合わせは各課へ)

- 児童青少年課=杉並区・名寄市子ども交流会、杉並区・東吾妻町子ども交流会
- スポーツ振興課=交流自治体中学生親善野球大会、チャレンジ・アスリート
- 済美教育センター ☎3311-0021=中学生海外留学、中学生小笠原自然体験交流
- 生涯学習推進課=小学生名寄自然体験交流

区が助成して実施される民間事業

- 杉並・テキサス交流プロジェクト、ユースジャズプロジェクト杉並・小千谷寺子屋プロジェクト(募集は終了しました)
- ボランティアガイド・パーティー企画にチャレンジ、サイエンスホッパーズ科学実験教室(随時募集中)

今年度既に実施した事業の紹介

1. 小千谷寺子屋プロジェクト(実施団体: わぐわぐWorks)

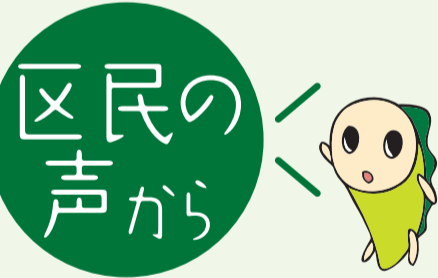
杉並の小学5・6年生が「自分で考えて生きる力を身に付ける」ことを目指し、小千谷の大自然を活かし、現地の小学生と交流しながら「8大サバイバルチャレンジ体験」やブナ林で自分より大きな作品をつくる「ものづくり体験」などを行いました。大人が答えを与えるのではなく、参加者自身が結果や危険を想像し、準備し、振り返りを行うことで、参加者の主体性を引き出しました。



▲わらじ作りの様子

2. ユースジャズプロジェクト杉並(実施団体: 阿佐谷ジャズストリート実行委員会)

23回を迎える阿佐谷ジャズストリートの実行委員会が、新たに取り組むジャズ次世代育成プロジェクトです。小学4年生から中学3年生までを対象に、プロのミュージシャンにジャズの極意を学ぶクリニックを開催しました。ジャズの名曲「A列車で行こう」を課題曲に、プロによる楽器の演奏の指導が行われました。11月18日には、プロと共演する合同成果発表コンサートも開催します。



区民の皆さんからいただいた声と、それに対する区からの回答の一部を掲載します。

— 問い合わせは、区政相談課へ。

◇母子健康手帳の交付について

区民事務所へ行って「母子健康手帳」の交付を受けようとしたところ、今年度から交付場所が変わったと聞きました。平日の日中、仕事をしている妊婦が保健センターまで出向くメリットはなんでしょうか。

◇回答

これまで、区民事務所でも母子健康手帳等の交付を行い、「ゆりかご面接」のために改めて保健センター・子育て支援課にお越しいただくなど二重の負担をおかけしておりましたが、29年度からはワンストップで行えるよう体制を見直し、母子健康手帳の交付窓口を区内5カ所の保健センターと子育て支援課に変更しました。

「ゆりかご面接」は、保健師等が面接を行い、妊娠に伴う相談や、これから必要になるサービスを支援プランにまとめ、一人一人に合わせた継続的な支援を行うためのものです。

平日窓口に来ることができない方のために、水曜日の午後5時～7時まで「子ども家庭支援センター」で、土曜日の午前9時～午後5時まで「子ども家庭支援センター」と「ゆりかご面接コーナー(荻窪子どもセンター内)」で、共に予約制で「ゆりかご面接」窓口を開設しています。

予約申し込みは、平日の午前8時30分～午後5時まで各保健センターまたは子育て支援課母子保健係で受け付けています。今後も、区民の皆さまへのサービスの向上を目指します。

(担当課: 子育て支援課)

区政への主なご意見・ご要望と区からの回答の概要は、区ホームページ「区長への手紙」(区政へのご意見・ご要望) → 「区政への主な意見と回答」からご覧いただけます。

次世代育成基金活用事業

チャレンジ・アスリート

多様な体験を通じて、子どもたちのスポーツへの夢を育むことを目的とした事業です。



■ 10月22日(日)午前9時20分～午後3時 場 柏の宮公園(浜田山2-5-1) ほか 内 師 ウオームアップ(中国テニスナショナルチームトレーナーアドバイザー・田中歩武)、オリンピック選手と楽しくスポーツしよう「テニス」(2004年アテネオリンピック女子ダブルス・シングルス日本代表 小畑沙織(右上写真)、パラリンピック種目にチャレンジしよう(塩家吹雪ほかパラリンピック出場経験者) 区内在住・在学の小学1～3年生(他の29年度次世代育成基金活用事業参加者を除く) 40名(抽選) 申込書(区立小学校で配布。区ホームページからも取り出せます)を、10月6日(必着)までにスポーツ振興課(区役所東棟6階 ☎5307-0693)へ郵送・持参・ファクス 同課 運動できる服装で、運動靴(屋外用・屋内用)・弁当・飲み物持参

地域区民センター協議会が企画する催し・講座など

コミュニティー通信

詳細・問い合わせは、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))。

★は、地域の団体との協働事業です。

毎月15日号に掲載

井草地域区民センター協議会

〒167-0022下井草5-7-22
☎3301-7723
HP<http://www.igusahome.sakura.ne.jp/>
ゆるラク ストレッチ体操
10月6日(金)・20日(金)午前10時～正午(計2回) 日本体育協会公認スポーツ指導者・山縣幸子 定16名(抽選) 費100円(保険料含む) 往復ハガキ(12面記入例)で、9月26日(必着)までに同センター 他動きやすい服装で参加。長寿応援対象事業
おもちゃの病院
10月14日(土)・28日(土)▶受け付け＝午後1時30分～3時 岡片岡末廣ほか 費実費 他1家族3個まで
………… いずれも ………

西荻地域区民センター協議会

〒167-0034桃井4-3-2
☎3301-0815
HP<http://nisiogi-center.sakura.ne.jp/wp/>
パソコン講座～初心者でも簡単 ワードをマスターしよう
10月5日(木)・26日(木)午後2時～4時(計2回) NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹 川橋文隆 定25名(抽選) 費200円 往復ハガキ(12面記入例)で、9月26日(必着)までに同センター 他ノートパソコン(Microsoft Office Wordインストール済み)持参。長寿応援対象事業
遺言・相続・成年後見制度～転ばぬ先の杖として備えよう★
10月21日(土)・28日(土)午後1時30分～3時30分(計2回) 司法書士・浜田玉代 定60名(抽選) 往復ハガキ(12面記入例)で、10月10日(必着)までに同センター
………… いずれも ………

荻窪地域区民センター協議会

〒167-0051荻窪2-34-20
☎3398-9127
HP<http://ogikubokyougikai.sakura.ne.jp/>
本天沼集会所まつり
10月1日(日)午前10時～午後4時 本天沼区民集会所(本天沼2-12-10) 内農芸高校生産物販売、天沼小学校吹奏楽演奏ほか
いきいき朗読教室
10月5日～26日の毎週木曜日、午後1時30分～3時30分(計4回) 荻窪地域区民センター 岡攝子 定20名(抽選) 費200円 往復ハガキ(12面記入例)で、9月24日(必着)までに同センター
ふれあいベビーヨガ
10月6日(金)・13日(金)午前10時～正午(計2回) 荻窪地域区民センター

師たらちね助産院院長・大坪三保子 定生後4カ月～1歳のお子さんとその保護者 定15組(抽選) 費200円 往復ハガキ(12面記入例)で、9月25日(必着)までに同センター 他バスタオル持参。妊娠中など特別な配慮が必要な方、双子や兄弟がいる場合はお問い合わせください
なつかしい昭和の歌 美空ひばりほか
10月21日(土)午後1時30分～3時30分 荻窪地域区民センター 師元NHK紅白歌合戦プロデューサー・矢島敦美 定60名(抽選) 費200円 往復ハガキ(12面記入例)で、10月8日(必着)までに同センター
背骨を整えよう!腰痛スッキリ体操
11月10日(金)・17日(金)午前9時30分～11時30分(計2回) 荻窪地域区民センター 師背骨コンディショニング協会・高橋晃史 定30名(抽選) 費200円 往復ハガキ(12面記入例)で、10月29日(必着)までに同センター 他運動できる服装で、体育館履き・タオル・飲み物持参

阿佐谷地域区民センター協議会

〒166-0004阿佐谷南1-47-17
☎3314-7215
HP<http://www.asagaya-kyogikai.org/>
防災・減災まちづくり2017★
10月1日(日)午後1時30分～4時30分 阿佐谷地域区民センター 内師基調講演(常葉大学大学院環境防災研究科教授・重川希志依)、地域防災を考える(地元自治会・町会代表ほか) 定90名(抽選) 往復ハガキ(12面記入例)で、9月20日(必着)までに同センター 他長寿応援対象事業
阿佐谷ジャズストリート応援ライブ
10月14日(土)午後2時～4時 阿佐谷地域区民センター 内出演=小田陽子(ボーカル)ほか 定80名(抽選) 往復ハガキ(12面記入例)で、10月3日(必着)までに同センター 他長寿応援対象事業
ロボットプログラミングで月面探検車を作ろう
10月15日(日)・28日(土)午後2時～4時 阿佐谷地域区民センター NPO法人子ども理科教育振興会 小学4年生～中学生(保護者同伴可) 定各20名(抽選) 往復ハガキ(12面記入例)で、9月29日(必着)までに同センター 他製作した車は持ち帰れません
「コミュニティすくーる」旧天沼村界隈を歩いてみよう
10月21日(土)午前9時～正午 集合=阿佐ヶ谷駅南口広場▶解散=天沼八幡神社 師杉並郷土史会・小島智ほか 定30名(抽選) 費50円(保険料)

往復ハガキ(12面記入例)で、9月25日(必着)までに同センター 他長寿応援対象事業
シニアフォーラム2017 認知症～早期の気づきがあなたを救う!★
10月22日(日)午後1時30分～4時20分 阿佐谷地域区民センター 内基調講演「認知症の予防と軽度認知障害について」ほか 師浴風会病院認知症疾患医療センター診療部長・雨宮志門ほか 定80名(抽選) 往復ハガキ(12面記入例)で、10月5日(必着)までに同センター 他長寿応援対象事業

高円寺地域区民センター協議会

〒166-0011梅里1-22-32
☎3317-6614
HP<http://www.koenji-kyogikai.org/>
本に命を吹き込むブック・トーク
10月6日(金)＝「決断の時」▶13日(金)＝「アウトサイダー・19世紀のパリに生きる人々」/いずれも午後2時～3時30分。計2回 師廣畑環、池田茂都枝 区内在住・在勤・在学の方 定60名(抽選) 費100円 往復ハガキ(12面記入例)で、9月25日(必着)までに同センター
杉並の地域再発見 セシオン～大宮八幡宮ぶらり散歩★
10月17日(火)午前9時30分～午後0時30分 師すぎなみ学びの楽園・淀川正進 区内在住・在勤・在学の方 定30名(抽選) 費100円(保険料) 往復ハガキ(12面記入例)で、10月5日(必着)までに同センター
………… いずれも ………
高円寺地域区民センター 他長寿応援対象事業

高井戸地域区民センター協議会

〒168-0072高井戸東3-7-5
☎3331-7980
HP<http://takaido-kyogikai.sakura.ne.jp/>
本のリサイクルにご協力ください
10月7日(土)までの午前9時～午後9時 高井戸地域区民センター 内読まなくなった本を図書室で回収。本は「高井戸センターまつり」でリサイクルを実施 他汚破損本、百科事典・辞書類、視聴覚資料はご遠慮ください。図書室休室中は1階総合受付カウンターにお持ちください
高井戸センターまつり
10月7日(土)・8日(日)午前10時～午後4時(8日は3時30分まで) 高井戸地域区民センター 内作品展示ほか 他車で来場不可
木版画入門
10月12日～11月2日の毎週木曜日、午前10時～正午(計4回) 高井戸地域区民センター 師高井戸木版画の会・酒向利廣 定20名(抽選) 費1400円 往復ハガキ(12面記入例)で、9月27日(必着)までに同センター 他彫刻刀・水彩絵の具・筆・パ

レン持参。長寿応援対象事業
ゴルフ初心者講座
10月23日～11月13日の毎週月曜日、午後0時30分～1時45分(計4回) 高井戸ハイランドセンター(高井戸東3-11-7) 師渡辺信宏 定18歳以上の初心者 定12名(抽選) 費6500円(保険料含む) 往復ハガキ(12面記入例)で、10月10日(必着)までに同センター 他運動しやすい服装で、スポーツシューズ持参。クラブの無料貸し出しあり。長寿応援対象事業
上高井戸集会所まつり
10月29日(日)午前10時～午後2時30分 高井戸区民集会所(上高井戸1-15-5) 内高井戸囃子ほか 他車で来場不可

永福和泉地域区民センター協議会

〒168-0063和泉3-8-18
☎5300-9412
HP<https://www.sugi-chiiki.com/eifuku-izumi/>
健康フォーラム2017～今日からはじめる!健康長寿
10月1日(日)午後1時～4時30分 永福和泉地域区民センター 内講演会・健康チェックほか 師浴風会病院・古田伸夫ほか
再認識!知っておきたい巧妙な詐欺手口
10月12日(木)午後1時30分～3時 永福和泉地域区民センター 師高井戸警察署生活安全課防犯係ほか 定80名(先着順)
自然で豊かな日本語 相手にやさしい話しことば 話す・聴く・訊く
10月28日(土)午後1時30分～3時＝講演会②11月11日(土)・18日(土)・25日(土)午後1時30分～4時(計3回)＝実践講座 永福和泉地域区民センター 師すぎなみ地域大学学長・木原秋好 定①80名②32名(いずれも抽選) 往復ハガキ(12面記入例)で、①10月12日②10月28日(いずれも必着)までに同センター 他1枚で①②同時申し込み可。長寿応援対象事業
下高井戸区民集会所まつり
10月9日(日)午前10時～午後3時 下高井戸区民集会所(下高井戸3-26-1)、下高井戸会議室(下高井戸3-23-9) 内演奏・発表ほか
土曜日の音楽会「思いきり歌おう!思いきり生きよう!」
10月14日(土)午後6時～7時30分 下高井戸区民集会所(下高井戸3-26-1) 内出演=コーロ・ベネほか▶曲目=希望のささやきほか 定80名(先着順)
免疫力アップ講座とフルーツとピアノのミニ演奏会
10月5日(木)午後1時30分～4時 方南会館(和泉4-42-5) 内出演=宮由枝(フルーツ)ほか 師佼成病院副院長・高橋信一ほか 定120名(先着順)

地域の情報満載! ホームページもご覧ください



各地域区民センター協議会のホームページには、「広報すぎなみ」に掲載した催し・講座の詳細や、その他のイベントのお知らせだけではなく、協議会が発行する会報や、地域の情報も掲載しています。ぜひご覧ください。

※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。



イベントひろば
EVENT PLAZA

こども 子供向け 子育て 子育て世代向け シニア 高齢者向け

催し

犯罪被害者支援パネル展

時 9月26日(火)～10月2日(月)午前9時～午後5時(土・日曜日を除く) 場 区役所1階ロビー 関 区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係

方南フェスタ ソプラノコンサート

時 9月30日(土)午後1時30分～2時15分 場 方南図書館(方南1-51-2) 内 出演=日本声楽家協会研究所・ensemble ひふみ(歌) ほか 関 方南図書館 ☎ 5355-7100

角川庭園「名月を楽しむ会」

時 10月4日(水)①午後5時・5時30分・6時=野点②午後5時～6時30分・7時～7時30分=琴の演奏会 ▶ 出演=山田流・伊豆川真理子③午後6時～7時30分=竹灯籠のライトアップ(荒天中止) 場 角川庭園(荻窪3-14-22) 定 ①各回8名(雨天時4名。先着順)②各回18名(先着順) 関 同庭園 ☎ 6795-6855 他 ①②は午後4時30分から整理券配布

高次脳機能障害者の家族交流会

時 10月21日(土)午後1時30分～3時30分 場 阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 対 高次脳機能障害者の家族 申 関 電話・ファクス(記入例)で、10月12日までに障害者生活支援課地域生活支援担当 ☎ 3332-1817 関 3332-1826 他 当事者は別室で職員と一緒に過ごします ▶ 協力=杉並高次脳機能障害者家族会クローバー

杉並視覚障害者会館 無料マッサージの体験

時 10月25日(水)午前10時～午後3時 場 杉並視覚障害者会館 関 区内在住・在

勤・在学の方 定 30名(抽選) 申 往復ハガキ(記入例)で、10月6日(必着)までに杉並視覚障害者会館(〒167-0052南荻窪3-28-10) 関 同会館 ☎ 3333-3444

農業公園「秋の収穫体験」

時 10月28日(土)午前10時～11時30分(雨天中止) 場 成田西ふれあい農業公園(成田西3-18-9) 定 20組(抽選) 費 500円 申 往復ハガキ(記入例)に代表者以外の参加者全員の氏名・年齢も書いて、9月22日(必着)までに産業振興センター都市農業係(〒167-0043上荻1-2-1インテグラルタワー2階) 関 同係 ☎ 5347-9136 他 汚れてもいい靴・服装で、野菜を持ち帰るための袋持参。10月上旬に結果を通知。小学生以下は保護者同伴

郷土博物館

◆パネル展「杉並の古文書を読む～『みおつくしの会』活動報告」

時 10月3日(火)～11月26日(日)午前9時～午後5時 費 100円(観覧料。中学生以下無料)

◆古民家お月見コンサート

時 10月4日(水)午後6時～7時 内 出演=山倉麻(ソプラノ)ほか 定 30名(抽選) 申 往復ハガキ・Eメール(記入例)。2名まで連記可)で、9月22日(必着)までに同館

◆年中行事「十五夜」

時 9月30日(土)～10月4日(水)午前9時～午後5時(10月2日を除く) 費 100円(観覧料。中学生以下無料)

◆石井桃子生誕110年記念特別展

時 10月7日(土)～11月26日(日)午前9時～午後5時 内 杉並名誉区民・石井桃子さんの自筆原稿、創作メモや荻窪で

ハガキ・ファクス・Eメール申し込み記入例

申込先の住所・ファクス番号・Eメールアドレスは、各記事の☑でご確認ください。住所が記載されていないものは、区役所〇〇〇課(〒166-8570阿佐谷南1-15-1)へお申し込みください。

※往復ハガキの場合は返信用の宛先も記入。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。

①行事名・教室名 (希望日時・コース名)	1人1枚
②郵便番号・住所	
③氏名(フリガナ)	
④年齢	
⑤電話番号 (ファクス番号)	

の生活とそこから生まれた作品を紹介 費 100円(観覧料。中学生以下無料)

◆「石井桃子生誕110年記念特別展」関連行事

時 10月21日(土)午後2時～4時=大人のための講演会「親子でたのしむ、絵本のせかい」(東京子ども図書館・床井文子) ②28日(土)(1)午後2時(2)2時45分=おやこいっしょのおはなし会(東京子ども図書館・清水千秋ほか) ③11月11日(土)午後2時～4時=大人のための講演会「満天の星空をいっしょに～石井桃子が会った人々」(読売新聞編集委員・尾崎真理子) ④25日(土)午後2時～4時=映画上映会「子どもに本を石井桃子の挑戦Ⅲ かつら文庫」～監督の解説付き(映画監督・森英男) ⑤②(1)3歳～小学1年生程度(2)小学2年生以上とその保護者 定 ①③④各60名 ②各25組(いずれも先着順) 費 100円(観覧料。中学生以下無料) 他 ①③④は午後1時から整理券を配布

…… いずれも ……
場 郷土博物館(〒168-0061大宮1-20-8) ☎ 3317-0841 関 kyodo-m@city.suginami.lg.jp 他 月曜日、第3木曜日(祝日の場合は翌日)休館

異業種交流会inすぎなみ

時 11月24日(金)▶第1部=午後2時～4時=「グループミーティング」(数人程度のグループで自己紹介、製品・商品・サービスの紹介を行う)▶第2部=4時10分～5時=「自由交流会」(名刺交換、情報交換、商談) 場 杉並公会堂(上荻1-23-15) 関 区内または区外近隣の事業者(個人事業を含む) 定 50事業者(1事業者2名まで。申込順) 申 申込書(区ホームページ

から取り出せます)を、10月20日(必着)までに産業振興センター中小企業支援係(〒167-0043上荻1-2-1インテグラルタワー2階) ☎ 3392-7052 関 chusho-k@city.suginami.lg.jp)へ郵送・ファクス・Eメール 関 同係 ☎ 5347-9077 他 会社案内、製品・商品サンプルなどを展示するスペースを設置。参加事業所の資料を事前に配布

講演・講座①

社会教育センター

◆科学講演会「化学の力でクスリを創る」

どうやってクスリが創られるのかが分かります。 時 10月1日(日)午後1時～3時 関 工学院大学先進工学部生命化学科教授・南雲紳史(右上写真) 定 80名(先着順)



◆サイエンスワークショップ2017「サイエンス縁日であそぼう」

気軽に楽しく科学を体験しましょう。 時 10月9日(祝)午前10時～午後3時 内 万華鏡、スライム作りほか 関 工学院大学サイエンスクリエイティブプロジェクト

…… いずれも ……

場 セシオン杉並(梅里1-22-32) 関 区内在住・在勤・在学の方 関 社会教育センター ☎ 3317-6621

食と体操で健康寿命を延ばしましょう

時 10月6日(金)午後1時30分～3時30分 場 上井草保健センター(上井草3-8-19) 内 わがまち一番体操(ストレッチ、ボール体操、口腔体操と試食)ほか 関 NPO法人わがまちいちばんの会・乾守良ほか 関 区内在住で、日常生活に介助の必要がない方 定 25名(申込順) 申 関 電話で、10月5日までに上井草保健センター ☎ 3394-1212 他 動きやすい服装・靴で、飲み物持参。当日血圧を測定(参加基準あり)

お金と暮らしの基礎知識～日常生活の収支・給与明細・カードの使い方

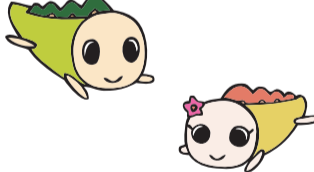
時 10月6日(金)午後2時～3時30分 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 関 井手智義 関 求職中の方 定 30名(申込順) 申 関 電話で、産業振興センター就労支援係 ☎ 5347-9187

頭と身体の体操「にこわくわーく」

時 10月11日(水)・25日(水)、11月8日(水)・29日(水)、12月13日(水)・27日(水)午前10時～11時20分(計6回) 場 高齢者活動支援センター 内 ゆる体操や呼吸法など 関 日本ゆる協会公認ゆる体操正指導員中級・川合圭子 関 区内在住の60歳以上で、自立して歩くことができ、あおむけで寝られる方 定 25名(抽選) 費 1500円 申 往復ハガキ(記入例)で、9月29日(必着)までに高齢者活動支援センター(〒168-0072高井戸東3-7-5) 関 同センター ☎ 3331-7841 他 動きやすい服装で参加

ゆうゆう館の催し

ゆうゆう館は高齢者向け施設ですが、関に指定がなければどなたでも参加できます。



ゆうゆう館名	内容	日時
荻窪東館(荻窪4-23-12) ☎ 3398-8738	茶道教室(裏千家入門～上級) 伝統文化を楽しむ	毎月第2・4土曜日、午後2時～4時30分 定 12名(申込順) 費 1回2000円(3カ月分前納)
和泉館(和泉4-16-22) ☎ 3323-5663	高齢者、初心者に優しい 養生太極拳!	毎月第1・2日曜日、午後1時～2時30分 定 16名(申込順) 費 1回500円
上荻窪館(上荻3-16-6) ☎ 3395-1667	コグニサイズ(脳トレ)で 認知症予防	10月10日(火)午前10時～11時30分 関 杉並リハビリテーション病院・伊橋宏之、宇野歩 定 20名(申込順)
善福寺館(善福寺2-26-18) ☎ 3394-8963	ミツバチがおしえてくれたこと	9月23日(祝)午後2時～4時 関 養蜂家・山口朝 定 59名(申込順) 費 500円
馬橋館(高円寺南3-29-5) ☎ 3315-1249	パソコン教室	10月6日から毎月第1・3金曜日、午後1時～2時30分 関 ノーサイド研究所 定 16名(申込順) 費 1回500円
高井戸西館(高井戸西1-17-5) ☎ 3332-1076	名曲サロン～タンゴを中心に 音楽と会話を楽しむ	10月4日から毎月第1・3水曜日、午後2時～3時30分 定 20名(申込順) 費 1回200円 他 お菓子付き
西田館(荻窪1-57-4) ☎ 3391-8747	一生物の美しい文字を 楽しく習うペン習字教室	10月6日から毎月第1・3金曜日、午前10時30分～正午 定 10名(申込順) 費 1回500円

※申し込み・問い合わせは、各ゆうゆう館へ。第3日曜日は休館です。いずれも、長寿応援対象事業。

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) 関問い合わせ 他その他 関Eメールアドレス HPホームページアドレス

犬のしつけ方・ふれあい教室

◆犬のしつけ方教室

フードを使わないしつけ方です。
 時10月14日(土)①午前10時～11時②午後1時～2時 対象中学生以上の飼い主1人につき飼い犬1頭 定各15名(申込順) 参加犬の条件=(1)生後6カ月以上(2)狂犬病予防接種・混合ワクチン接種済み(当日確認できる物持参)(3)鑑札の交付を受けている(当日持参)(4)生理中の雌は除く

◆犬とふれあい教室

こども

時10月14日(土)午前11時30分～正午 対象犬を飼っていない小学生以下のお子さん(未就学児は保護者同伴) 定10名(申込順)

…… いずれも ……

場都立和田堀公園ケヤキ広場(大宮2-22) 師NPO法人日本同伴犬協会 申往復ハガキ(12面記入例)に生年月日・昼間の連絡先・参加時間・犬の名前・犬種・性別・年齢(月齢)も書いて、10月3日(消印有効)までにみどり公園課管理係 同係 他見学も可

男女平等推進センター

◆すぎなみ素敵女子「乳がんのリアル～自分らしく生きるために」

時10月14日(土)午後2時～4時 場

男女平等推進センター(荻窪1-56-3) 師NPO法人ピーシーアンドミー代表・古田智子(右上写真) 対象20歳以上の女性 定30名(申込順) 申NPO法人ピーシーアンドミー 申http://www.bc-lab.net/suginamiから10月5日までに申し込み 同団体 ☎050-3695-1340 他生後7カ月～就学前の託児あり(事前申込制)



◆子育て中の働き方～どうする? 保育園
 保活方法を学び、先輩から経験談を聞きます。交流会もあります。
 時10月24日(火)午前10時～正午 場産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 師東京都子育て支援員・曾山恵理子(右上写真) 対象父親・母親、プレパパ・プレママ 定30名(申込順) 費500円 申Eメール(12面記入例)で、10月16日までにこどもコワーキングbabyCo ☎babyco@suginami-kodomo.net 同団体 ☎5335-7320 他乳幼児同伴可



◆大人の俳句入門
 時10月15日(日)午前10時～11時30分 師慶應義塾大学俳句部・関口晋 対象高校生以上の方 定15名(申込順)
 ◆秋の朗読コンサート2017～横笛と聴く「竹取物語」
 時10月22日(日)午後2時～3時 師朗読=野田香苗▶横笛=金子弘美 対象中学生以上の方 定40名(申込順)

…… いずれも ……

場同高井戸図書館(高井戸東1-28-1 ☎3290-3456) 申電話で、同図書館

①休日パパママ学級

②休日母親学級

時①11月5日(日)・19日(日)・25日(土)(午前=9時30分～午後0時30分、午後=1時30分～4時30分。19日は午前のみ) ②11月19日(日)午後1時30分～4時30分 場杉並保健所(荻窪5-20-1) 対象①もく浴実習、パパの妊婦体験、お産に向けた話など(各回24組) ②妊娠中の過ごし方、お産の話、育児について、地域の子育て情報ほか(44名) 師助産師ほか 対象区内在住の初産の方で、①開催日当日妊娠24週以上37週未満のカップル②平日の母親学級に参加が困難な方 申杉並区休日パパママ学級・休日母親学級 申http://bbff.or.jp/sugi-papamama/から9月21日～10月15日に申し込み 同ベビー&バースフレンドリー財団杉並区休日パパママ学級・休日母親学級担当 ☎6804-9570 他母子手帳・筆記用具持参。10月25日ごろに結果を通知。応募者多数の場合は出産予定日などで調整。車での来場はご遠慮ください

杉の樹大学公開講座「南極探検と地球温暖化の現実について」

時11月25日(土)午後1時30分～4時 場高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) 師国立極地研究所准教授・塩原匡貴 対象区内在住で60歳以上の方 定90名(抽選) 申往復ハガキ・Eメール(12面記入例)で、10月27日(必着)までに杉の樹大学事務局(〒168-0072高井戸東3-7-5 ☎suginoki@cb-sugiplu.org) 同事務局 ☎6316-3354

荻窪保健センター

◆「始めたいひとのウォーキング講座」歩いて延ばそう健康寿命 シニア
 時11月1日(水)・8日(水)・22日(水)午後1時30分～3時30分(全3回要出席) 場高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) 対象認知症予防のためのウォーキングを習慣化すること学ぶ 師NPO法人杉並さわやかウォーキング 定20名(抽選) 申往復ハガキ(12面記入例)で、10月10日(必着)までに荻窪保健センター 他ウォーキング記録ノートを差し上げます。長寿応援対象事業

◆65歳からの身体能力測定会 シニア
 場下表のとおり 対象運動機能(握力・片足立ち・5m歩行・アップアンドゴー測定)と口腔機能(パタカ測定)、身長・体重測定と結果判定、健康運動指導士による健康体操 他運動できる服装・靴で、飲み物、①②は室内履き(スリッパ不可)持参。はつらつノートをお持ちの方は持参。長寿応援対象事業

(65歳からの身体能力測定会)

日程	場所
①10月17日(火)	高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5)
②10月31日(火)	西荻地域区民センター(桃井4-3-2)
③11月21日(火)	セシオン杉並(梅里1-22-32)

※いずれも、受付時間は午後2時～3時30分。

◆足腰げんき教室 シニア
 場場右上表のとおり 対象筋力やバランス能力の強化に効果的なボールを使った体操など 師健康運動指導士 定各15名(抽選) 申ハガキ(12面記入

例)に希望会場の番号(下表・1カ所)も書いて、9月22日(必着)までに同センター

番号	会場	日時(全4回要出席)
16	杉並保健所(荻窪5-20-1)	11月6日～27日の毎週月曜日、午前9時30分～11時30分
17	上井草保健センター(上井草3-8-19)	11月7日(火)・15日(水)・21日(火)・29日(水)午後1時30分～3時30分
18	松の木ふれあいの家(松ノ木2-14-3)	11月1日～22日の毎週水曜日、午後1時30分～3時30分

…… いずれも ……

対象区内在住の65歳以上で、日常生活に介助の必要がない方 場荻窪保健センター(〒167-0051荻窪5-20-1 ☎3391-0015)

ゆうゆう高円寺南館

◆社会保険労務士という仕事

社会保険労務士を目指すための具体的な方法を教えます。
 時10月7日(土)午後1時30分～3時30分 師特定社会保険労務士・本山恭子 対象区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方 定15名(抽選) 申ハガキ・ファクス(12面記入例)で、9月30日(必着)までに同館

◆特技を活かして講座・企画を提案しよう

時10月21日(土)・22日(日)午前10時～正午(計2回) 師NPO法人竹箒の会ほか 対象区内在住・在勤で就業を希望する55歳以上の方 定15名(抽選) 申ハガキ・ファクス(12面記入例)に提案内容も書いて、10月14日(必着)までに同館

…… いずれも ……

場同ゆうゆう高円寺南館(〒166-0003高円寺南4-44-11 ☎5378-8179)

家族介護教室

◆すぎなみ介護大学～認知症の方の看取りについて

時9月24日(日)午後2時～4時 場上井草グループポエンデ(上井草4-3-22) 師杉並区グループホーム連絡会 対象区内在住・在勤の方 定15名(申込順) 申電話で、上井草グループポエンデ ☎3301-3601

◆さまざまな種類の「福祉用具」に実際に触れて体験しませんか?

時9月25日(月)午後1時30分～2時30分 場ふれあいの家しもいぐさ正吉苑(下井草4-22-4) 師作業療法士・鈴木志乃 対象区内在住・在勤の方 定15名(申込順) 申電話で、ふれあいの家しもいぐさ正吉苑 ☎3390-8074

◆認知症サポーター養成講座

時9月25日(月)午後1時30分～3時 場すぎなみ正吉苑(清水2-15-24) 師キャラバン・メイトほか 対象区内在住の方 定15名(申込順) 申電話で、ケア24清水 ☎5303-5823 他終了後、サポーターの証し「オレンジリング」を差し上げます



◆高齢期を穏やかに過ごす「物と心の整理」

時9月26日(火)午後1時30分～3時 場西荻南区民集会所(西荻南3-5-23)

師あんしんネット・石見良教 対象区内在住で65歳以上の方、高齢者を介護している方 定30名(申込順) 申電話で、ケア24西荻 ☎3333-4668

◆歌って楽しく健やかに!

時9月26日(火)午前10時～11時30分 場高円寺北区民集会所(高円寺北3-25-9) 師三枝由美 対象高齢者を介護している方とその家族ほか 定30名(申込順) 申電話で、ケア24高円寺 ☎5305-6151

◆「ゆとり介護でいこう」懐かしの歌謡曲を歌おう

時9月27日(水)午後1時30分～3時 場ゆうゆう堀ノ内松ノ木館(松ノ木2-38-6) 師日本シャンソン協会正会員・エミ小堺 対象区内在住の方 定25名(申込順) 申電話で、ケア24松ノ木 ☎3318-8530

◆知っておきたい!いつまでも元気な腸の作り方

時9月27日(水)午後2時～3時30分 場あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 師東京ヤクルト販売 対象区内在住・在勤の方 定25名(申込順) 申電話で、ケア24南荻窪 ☎5336-3724

◆元気な体で年齢を重ねるために!～たんぱく質の上手な摂り方

時9月28日(木)午後2時30分～4時 場ケア24和田(和田3-52-4) 師管理栄養士・芳賀輝子 対象区内在住・在勤の方 定15名(申込順) 申電話で、ケア24和田 ☎5305-6024

◆自分らしい人生のためのエンディングノート講座

時10月5日(木)午後2時～3時30分 場梅里区民集会所(梅里2-34-20) 師コムウェル・徳永明子 対象区内在住・在勤の方 定30名(申込順) 申電話で、ケア24梅里 ☎5929-1924

◆知らなかったら騙される!高齢者を狙う詐欺の手口と対応策

時10月12日(木)午後1時30分～3時30分 場和泉サナホーム(和泉4-16-10) 師高井戸警察署生活安全課・稲葉尚治 対象区内在住・在勤の方 定30名(申込順) 申電話で、ケア24堀ノ内 ☎5305-7328

就労支援センター

◆求職者のためのパソコンセミナー①ワード基礎②エクセル基礎

時①10月2日(月)②16日(月)午前10時～午後3時 師PC専任講師・木内恵里子、長沢春子 対象44歳以下で求職中の方 定各14名(申込順)

◆あなたの働きたいを全力でサポート～就労支援センターの上手な活用法

時10月7日(土)午前10時～11時 対象求職中の方 定14名(申込順) 他当日参加も可

◆ハローワーク職員が解説する「求人票の見方」

時10月11日(水)午前10時～正午 対象求職中の方 定14名(申込順)

◆働くために!「かわす力」養成セミナー

時10月13日(金)午後1時～4時 師精神保健福祉士・片柳光昭 対象44歳以下で求職中の方 定10名(申込順)

…… いずれも ……

場あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 申電話で、同センター若者就労支援コーナー ☎3398-1136

※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。

講演・講座②

杉いき連大学 受講生募集

開場 10月2日(月)～30年3月31日(土) / 詳細は下表のとおり 区内在住で60歳以上の方 各6000円 電話で、9月30日までに杉いき連大学事務局・古屋 ☎3332-6206 他書道は道具・半紙等持参。見学可。日程は変更の場合あり

Table with 4 columns: 科目, 日時, 場所, 定員(申込順). Rows include 国文学, 書道, 俳句.

※内容は、お問い合わせください。

環境活動推進センター

「かんきょうアイデア展」作品展示 9月30日(土)～10月9日(祝)午前9時～午後5時... 環境学習サポーター養成講座 学習支援に必要なスキルを学ぼう。

か 区内在住・在勤・在学で学校支援活動をしたい方 10名(申込順) 700円 電話で、同センター ◆すぎなみエコ路地フェスタ ストップ地球温暖化 いま私たちにできること

スポーツ

競技大会

区民体育祭

アーチェリー

予選=9月24日(日)▶決勝=10月8日(日) / いずれも午前9時～午後5時 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 種目=ターゲット・リカーブ(一般男子・女子、18mの部(男女混合)、新人男子・女子) 区内在住・在勤・在学で高校生以上の方(大学生で学連登録者は除く) 各200円

太極拳交流大会

10月7日(土)午前9時30分～午後0時30分 荻窪体育館(荻窪3-47-2) 区内在住・在勤・在学の方 200名(申込順) 往復ハガキ(12面記入例)で、9月25日までに区太極拳連盟・下川 ☎3391-3515 yawaragikai@hotmail.com

ターゲットバードゴルフ

10月14日(土)午前11時～午後3時(予備日10月21日(土)) 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区内在住・在勤・在学のターゲットバードゴルフ経験者 50名(申込順) 500円 往復ハガキ(12面記入例)で、10月4日(必着)までに区ターゲットバードゴルフ協会・浅妻信弘(〒168-0071高井戸西1-5-32) ☎090-2206-

1136(午前8時～午後8時) 他お持ちの方はゴルフクラブ(PW)を持参 ◆柔道 10月22日(日)午前9時 日本大学第二中学校・高等学校(天沼1-45-33) 種目=小学生(男女混合で学年別)、中学生男性、一般男性(段外・初段、弐段、参段、選手権(初～参段とシニアから選抜)、シニアの部)、一般女性(中学生以上) 区内在住・在勤・在学または区内団体所属で小学生以上の方ほか 200名(申込順) 1人500円をゆうちょ銀行「00140-6-319010杉並区柔道会」へ振り込み 申込書(区柔道会 ☎http://www.sugiju.com/から取り出せます)をEメール(12面記入例)で、9月29日までに日本大学第二中学校・大石 ☎oishi@nichidai2.ac.jp ☎大石 ☎3391-5739 他詳細は、区柔道会ホームページ参照 ◆ソフトボール(スローピッチ) 10月15日(日)・22日(日)午前9時～午後5時(計2回。予備日10月29日(日)) 都立和田堀公園(大宮1-6) 区内在住・在勤・在学で18歳以上の女子または65歳以上の男子を2名以上含めた混合チーム(男子・女子のみの参加も可。ハンディキャップあり) 16チーム(申込順) 1チーム3000円(代表者会議で集めます) 電話で、10月6日までに区ソフトボール連盟・永井 ☎3335-1022(午前9時～午後7時(正午～午後4時を除く)) 代表者会議を10月7日(土)午後7時から荻窪体育館(荻窪3-47-2)で実施

情報ぽけっと 申し込みは、各団体へ 催し 西荻・平和まつり 9月23日(祝)午後1時30分～5時 / 西荻南区民集会所 / 講義、パネル展示、朗読ほか / 弁護士・三浦佑哉 / 70名(先着順) / ☎西荻・平和まつり運営委員会 赤坂 ☎3394-4360 東京土建まつり 住宅デススペシャル 9月24日(日)午前10時～午後3時 / 蚕糸の森公園、杉並第十小学校 / 相談会、親子工作教室ほか / ☎東京土建杉並支部 ☎3313-1445 西荻商店街落語会 9月27日(水)午後7時30分～9時30分 / そば処田中屋(西荻北4丁目) / 出演=濱乃志隆ほか / 40名(申込順) / 1000円 / ☎電話で、女子大通り商和会・清水 ☎080-3412-2439 千日紅市 10月3日(火)午前10時～午後8時 / 妙法寺(堀内3丁目) / 千日紅鉢の配布、屋台村ほか / ☎妙法寺門前通り商店会・山田 ☎3311-0725 タウンセブンの秋まつり 10月7日(土)～9日(祝)午前11時～午後5時 / 荻窪タウンセブン(上荻1丁目) / ステージイベント、ちびっこ縁日ほか / ☎タウンセブン会 ☎0120-371-571 都立西高OB吹奏楽団演奏会 10月8日(日)午後2時～4時30分 / 杉並公会堂 / 曲目=「ダンスリーズ」ほか / 800名(先着順) / ☎都立西高OB吹奏楽団事務局 ☎050-5215-1088 善福寺川発見 川の楽しみを知らう 10月15日(日)午前11時～午後3時(雨天中止) / 成田上橋脇(成田西1丁目) / 水質・生き物調べほか / 区内在住・在勤・在学で小学生以上の方 / ☎みどりの善福寺川を愛でる会・重久 ☎3318-7172 杉並シニアアンサンブル「さわやか秋のコンサート」～演奏、歌 10月14日(土)午後1時30分～3時30分 / 高井戸地域区民センター / 出演=日本フィルOB・山下進三(指揮)ほか ▶ 曲目=ベートーベン交響曲第2番1楽章ほか / 区内在住の方 / 80名(先着順) / ☎杉並シニアアンサンブル・近江 ☎090-9293-8665 済美バザー 10月21日(土)午前10時～午後3時 / 済美職業実習所(堀内1丁目) / ☎済美職業実習所・大槻 ☎3312-0566(午前9時～午後5時。土・日曜日、祝日を除く) / バザー品募集(9月29日まで。中古衣料・大型家電・大型家具を除く) まるわかり! あんしん介護フェア2017 10月21日(土)午前10時～午後4時 / 浴風会(高井戸西1丁目) / 認知症セミナー、高齢者ファッションショーほか / 区内在住の方 / ☎浴風会ケアスクール ☎3334-2149 / フリーマーケットへの出店も受け付け(事前申込制。1区画500円) O才からのジャズコンサート 10月26日(木)午前11時～正午、午後3時～4時 / 浜田山会館 / 出演=クニ三上ほか ▶ 曲目=「シングシングシング」ほか / 各190名(申込順) / 各1200円。小学生以下300円 / ☎チケット販売窓口=チケットぴあ(Pコード=340787) ☎0570-02-9999 / ☎O才からのジャズ杉並実行委員会・横田 ☎090-4436-2262 杉並公会堂 ◆セルゲ・ツィンマーマン 無伴奏バイオリンリサイタル 10月28日(土)午後4時～6時 / 杉並公会堂 / 出演=セルゲ・ツィンマーマン ▶ 曲目=バッハ「無伴奏ヴァイオリンソナタ 第1番 BWV1001」ほか / 小学生以上の方 / S席4000円ほか(全席指定) / ☎チケット販売窓口=杉並公会堂ほか ◆杉並公会堂 避難訓練コンサート 11月6日(月)午後2時15分～4時 / 杉並公会堂 / 訓練後は再び演奏を行います ▶ 出演=五十嵐清(指揮)、東京消防庁音楽隊(吹奏楽) / 小学生以上の方 / 500名(抽選) / ☎電話で、10月25日までに杉並公会堂 / 当選者のみ11月初旬ごろに結果を通知 いずれも ☎杉並公会堂 ☎5347-4450(午前10時～午後7時。臨時休館日を除く) みんなで楽しむマジックショー 11月11日(土)午後2時～4時30分 / 勤労福祉会館 / 藤山大樹ほか / 216名(先着順) / ☎杉並マジッククラブ・田澤 ☎070-5019-8062 / 優先入場150名(抽選)あり(往復ハガキ(12面記入例。2名まで連記可)で、10月15日(必着)までに田澤利明(〒167-0043上荻2-37-3)) 親子リズム遊び「絵本と音とおともだち」 10月28日(土)、11月25日(土)午前10時20分～11時40分 / 浜田山会館 / 野村り子ほか / 区内在住で2歳以上のお子さんとその保護者 / 各15組(申込順) / 1回1組1500円ほか / ☎Eメール(12面記入例)にお子さんの氏名(フリガナ)・年齢・子育て応援券利用の有無も書いて、10月20日までにミュージックラボ・ぴゅあ ☎musiclab_pure@rj8.so-net.ne.jp / ☎同団体・野村 ☎090-9106-1905 野馬追の里南相馬～子どもたちが描くふるさと絵画展 10月1日(日)～14日(土)午前10時～午後5時 / 荻窪タウンセブン(上荻1丁目) / ☎原町青年会議所 ☎0244-23-5520 / 10月14日(土)午後1時～5時に陣羽織・よろいかぶと・ほら貝体験あり あけぼのまつり～ほしい・おいしい・たのしい 10月7日(土)午前10時～午後3時30分(バザーは2時まで) / あけぼの作業所(上井草4丁目) / ボランティアも募集中 ◆バザー寄贈品募集 衣類、雑貨(食器を除く)、贈答品など(全て新品、新品同様) ▶ 持ち込み=9月29日まで(土・日曜日、祝日を除く) いずれも ☎あけぼの作業所 ☎3395-1441 講演・講座 被爆者と区民の交流セミナー～72年を越えてヒロシマ・ナガサキから 9月23日(祝)午後1時30分～4時20分 / 高円寺障害者交流館 / 被爆証言=「託された教訓・託された未来」(広島・入市被爆芳賀順子) ▶ 講演=「伝え残したい被爆者運動の数々」(東京都原爆被害者協議会副会長・山本英典) / 80名(先着順) / ☎杉並光友会・原田 ☎080-1128-1538 / 手話通訳あり ポーイスカウト1日体験 9月24日(日)午前10時～午後1時 / 阿佐ヶ谷神明宮(阿佐谷北1丁目) / ゲーム、野外料理 / 区内在住の園児・小学生とその保護者 / 50組(先着順) / ☎ポーイスカウト杉並第12団・広瀬 ☎3336-5791 基礎から学ぶ帳簿の書き方 9月25日(月)～29日(金)午前9時30分・10時30分・午後1時30分・2時30分・3時30分 / 荻窪青色申告会(天沼3丁目) / 荻窪青色申告会職員 / 個人事業者 / 各日各回3名(申込順) / 500円 / ☎電話で、9月22日までに荻窪青色申告会 ☎3393-1951

◆合気道演武大会

10月15日(日)午後1時～5時 場勤労福祉会館(桃井4-3-2) 区内在住・在勤・在学で合気道経験者 電話で、9月25日までに杉並合気会・梅田☎3394-3169 観覧も可

◆ゲートボール

10月21日(土)午前9時～午後5時(予備日10月29日(日)) 場下高井戸運動場(下高井戸3-26-1) 区内在住・在勤・在学の方で編成されたチーム(1チーム5～8名) 費1チーム2000円 電話で、9月30日までに区ゲートボール連盟・小泉☎5930-7943

◆なぎなた

10月22日(日)午前10時～午後4時 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 団体、個人、演技競技 区内在住・在勤・在学の方 費1000円(当日) 電話で、9月30日までに区なぎなた連盟・高橋☎3304-1279(午前9時～午後7時) 他車で来場はご遠慮ください

◆トリムの集い

10月25日(水)午前10時～正午 場高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) 健康体操(ストレッチ)、やさしいゲーム・ダンス 区内在住・在勤で中高年の方 定100名(申込順) 電話で、10月10日までに区トリム健康体操連盟・堀川☎3392-4188 他動きやすい服装で、室内履き持参

◆綱引き大会

11月26日(日)午前10時～午後5時 場

荻窪体育館(荻窪3-47-2) 種目=男子、女子、男女混合(女子3名以上含む)、小学生、中学生/1チーム6名。10名以内の登録可(体格差がある場合はチーム人数を考慮) 区内在住・在勤・在学で小学生以上の方 各10チーム(申込順) 費1人30円(保険料) 申込書(スポーツ振興課事業係(区役所東棟6階)、区体育館で配布)を、10月2日(必着)までに同係☎5307-0693へ郵送・ファクス・持参 同係☎5307-0765 他6名未満での参加はご相談ください。就学前のお子さんはエキシビジョンマッチに参加可。抽選会・練習会を10月29日(日)午後1時30分から馬橋小学校(高円寺北4-28-5)で実施

スポーツ教室

ノルディック・ウオークで足腰げんき

10月8日(日)午前10時(雨天中止) 場スポーツハイツ(堀ノ内2-6-21) 全日本ノルディック・ウオーク連盟公認指導員 大方孝 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) 電話で、スポーツハイツ☎3316-9981 他ウエストバッグまたはリュックサック・飲み物・タオル・帽子持参。長寿応援対象事業

秋のすぎなみ区民歩こう会～利根運河を歩く

10月22日(日)午前8時～午後5時 場集合・解散=区役所 ①約8.5km②約13km/コースの詳細はお問い合わせください。荒天時コース変更あり

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①②計200名(抽選) 費各3700円 申込書(12面記入例。同一コース4名まで連記可。代表者に○印)に参加者全員の氏名(フリガナ)・性別も書いて、9月29日(必着)までに京王観光調布支店「すぎなみ区民歩こう会」(〒182-0024調布市布田3-1-7池田ビル5階) 同支店☎042-484-2881、杉並区スポーツ振興財団☎5305-6161 他申し込み後のコース変更・重複申し込み不可。運動靴や歩き慣れた靴で、弁当・水筒・雨具など持参

秋季初心者ソフトテニス教室

9月30日～11月18日の毎週土曜日、午後3時～5時(予備日11月25日(土)。計8回) 場松ノ木運動場(松ノ木1-3-22) 区内在住・在勤・在学で小学4年生以上の方 定30名(申込順) 費3000円 往復ハガキ(12面記入例)に経験年数も書いて、9月22日(必着)までに区ソフトテニス連盟・小島晃(〒166-0016成田西3-6-4) 小島☎3312-0385(午後7時～9時)

上井草スポーツセンター

プレキッズ&マミーサッカー教室

子育て 10月4日(水)・11日(水)・18日(水)▶2歳

児=午前10時～10時50分▶3・4歳児=11時～11時50分 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 各日各回20組40名(申込順) 各回1組510円(子育て応援券利用可)

大人のサッカー教室①女性&初心者クラス②試合たくさんクラス

10月15日(日)①午後1時20分～2時50分②3時20分～4時50分 区内在住・在勤・在学で20歳以上の①女性、サッカー未経験・初心者の男性②経験者 各20名(申込順) 各510円 ①②重複申し込み不可

いづれも 場同上井草スポーツセンター(上井草3-34-1☎3390-5707) FC東京普及部コーチ 電話または直接、同センター

その他

ふれあい運動会

10月7日(土)午前10時～午後3時 場杉並第十小学校(和田3-55-49) 内車椅子リレーやビーチボール送りなど 区内在住で障害のある方とその介助者、区内在住・在勤・在学の方 所属する団体・施設などに事前に申し込み。所属していない方はお問い合わせください 障害者施策課管理係☎3312-8808 他手話通訳あり

スポーツ教室などのスポーツ関連情報も、9月15日発行の「マイスポーツすぎなみ」(新聞折り込み。区体育施設でも配布。杉並区スポーツ振興財団ホームページからもご覧になれます)をご覧ください。

健康づくり講座「笑いを通じた健康生活」 9月29日(金)午後2時30分～4時30分/吉祥寺東急REIホテル(武蔵野市)/コミュニケーションプロデューサー・夏川立也/区内在住・在勤の方/60名(申込順) 電話・ファクス(12面記入例)で、労働衛生協会☎3331-2271 FAX 3331-0027

認知症サポーター養成講座 10月6日(金)午後2時～3時30分/ゆうゆう大宮前館/キャラバン・メイト 中目昭男/区内在住・在勤・在学の方/15名(申込順) 電話で、10月5日までにゆうゆう大宮前館☎3334-9640

明治大学公開講座「『恋愛』の日本近代文学②」 10月7日～28日の毎週土曜日、午後1時～2時30分(計4回)/明治大学(永福1丁目)/尾崎紅葉「金色夜叉」ほか/明治大学政治経済学部教授・富澤成實ほか/区内在住・在勤・在学で18歳以上の方/60名(申込順)/2000円/電話で、10月6日までに明治大学リハビリアカデミー事務局☎3296-4423(午前10時30分～午後7時。土曜日は3時30分まで。日曜日、祝日を除く)

暮らしに役立つ法律・税金セミナー 10月7日(土)午後2時～3時=相続の法律(弁護士)▶3時～4時=相続の税金(税理士)/産業商工会館/区内在住・在勤・在学の方/各50名(先着順)/各500円/中大白門杉並・安西☎090-3145-2654

東京女子大学丸山眞男文庫記念講演会 10月7日(土)午後3時～4時30分/東京女子大学(善福寺2丁目)「個人」とは何か、「個性」とは何か～清朝中国と徳川日本で考える/東京大学名誉教授・渡辺浩/区内在住・在勤・在学の方ほか/

300名(先着順)/東京女子大学丸山センター☎5382-6817

杉並区シルバー人材センター英会話教室(シニア向け入門・初級) 10月8日～30年3月25日の日曜日①午前9時～10時15分②10時30分～11時45分(各月3回)/同センター(阿佐谷南1丁目)/各15名(申込順)/各月4000円(別途テキスト代)/電話で、10月6日までに同センター☎3317-2217

満室経営の鍵は…女性視点のリフォームで 10月12日(水)午後2時～3時30分/産業商工会館/細田工務店リフォーム営業担当・平野ちはる/不動産所得者、不動産所有者/25名(申込順)/1000円/電話で、10月10日までに杉並青色申告会☎3393-2831/長寿応援対象事業

男性のための減量講座 10月12日(水)・26日(水)午後7時～8時30分(全2回要出席)/東京衛生病院(天沼3丁目)/医師と栄養士による話とサポート/東京衛生病院健診センター医師・佐々木温子ほか/10名(申込順)/5000円/電話で、同病院健康教育科☎3392-6151

土曜フォーラム～世界の美術館の旅 10月14日(土)・28日(土)、11月4日(土)・18日(土)午後2時～4時30分(計4回)/荻窪地域区民センター/谷岡清/70名(申込順)/3500円/電話・ハガキ(12面記入例)で、10月11日(必着)までにNPO法人美術教育支援協会(〒167-0051荻窪4-20-11☎3398-9155)

都立和田堀公園「古代人のくらし体験アドベンチャー」 10月15日(日)午前10時～正午/都立和田堀公園(大宮2丁目)/遺跡巡り、古代人の火おこし/小学3～6年生とその保護者/15組30名(申込

順)/50円/電話または直接、善福寺川緑地サービスセンター(成田西1-30-27☎3313-4247)

少子高齢化社会と空き家問題 10月21日(土)午後1時30分～3時30分/高井戸地域区民センター/朝日新聞社さいたま総局員・松浦新/区内在住の方/90名(先着順)/200円/杉の樹大学同窓会・塩澤☎090-5499-5712

杉並青色申告会

自分史の作り方を学ぶ自分史基礎セミナー 10月18日(水)午後2時～4時/産業商工会館/自分史活用推進協議会監事・馬場敦/区内在住の方/50名(申込順)/1000円/電話・ファクス(12面記入例)で、10月17日までに同会/長寿応援対象事業

葬祭セミナー～家族葬について学びませんか 10月23日(月)午後2時～4時/産業商工会館/家族葬について/JA東京中央セレモニーセンター代表取締役・丹野浩成/区内在住の方/50名(申込順)/1000円/電話・ファクス(12面記入例)で、10月20日までに同会/参加者全員にエンディングノートを差し上げます。長寿応援対象事業

いづれも 場杉並青色申告会☎3393-2831 FAX 3393-2864

その他

都内23区一斉「弁護士による無料法律相談会」 10月7日(土)午前10時～午後1時/あんさんぶる荻窪/借地・借家、遺言、相続、不動産、クレジット・サラ金ほか/電話で、10月6日午前10時～午後4時に東京弁護士会法律相談課☎3580-3181/同課☎3581-2206/相談時間は1人30分

東京二十三区清掃一部事務組合議会定例会 9月27日(水)午後2時30分/東京区政会館(千代田区)/傍聴=30名(先着順。午後1時30分から受け付け)/東京二十三区清掃一部事務組合議会事務局☎5210-9729

税金なんでも相談会 9月30日(土)午前9時～正午/東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目)/電話で、同支部☎3391-0411(平日午前9時30分～午後5時。正午～午後1時を除く)/相談時間は1人45分程度

土曜日に乳がん検診・子宮頸がん検診を受けましょう 10月14日(土)午前9時～正午/高井戸東健診クリニック(高井戸東2丁目)/杉並区乳がん・子宮頸がん検診対象者/各50名(申込順)/各500円/電話で、高井戸東健診クリニック☎3331-6823(平日午前9時～午後5時)「ジャパン・マンモグラフィ・サンデー」の事業です

東京衛生病院 マンモグラフィセンター 10月15日(日)午前8時～11時30分/東京衛生病院(天沼3丁目)/杉並区乳がん検診・子宮頸がん検診の実施/各検診対象者/各60名(申込順)/各500円/電話で、同病院健診センター☎3392-6189(平日午前10時～午後4時<金曜日は午後2時まで>)

公証週間「遺言や大切な契約は公正証書で」 10月1日(日)～7日(土)午前9時30分～正午・午後1時～4時30分/期間中は特設電話を設置して、土・日曜日でも電話による無料相談を実施/特設電話=☎3502-8239▶杉並公証役場=☎3391-7100/杉並公証役場では10月7日(土)に公証相談を実施

※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。

秋の全国交通安全運動

やさしさが 走るこの街 この道路

9月21日(木)～30日(土)

— 問い合わせは、交通対策課交通対策係 ☎5307-0793 へ。

重点目標

子供と高齢者の安全な通行の確保と 高齢運転者の交通事故防止

- 安全のために日頃から家庭で交通安全について話し合ひましょう。
- 車両の陰からの飛び出しや横断禁止箇所での通行はしないようにしましょう。



夕暮れ時と夜間の歩行中・ 自転車乗用中の交通事故防止

- 外出するときは、反射材を身に着けましょう。
- 車・バイク・自転車は早めにライトを点灯しましょう。
- 自転車安全利用五則を確認し、守りましょう。



〈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
- 5 子どもはヘルメットを着用

全ての座席の シートベルトと チャイルドシートの 正しい着用の徹底

みんな、「シートベルト」は、ちゃんとしたかな？



飲酒運転の根絶

飲酒運転は犯罪です。以下の行為も違反です。

- 運転手にお酒を勧める
- 飲酒している人に車を貸す
- 飲酒運転の車に同乗する
- 自転車の飲酒運転



子供用自転車ヘルメットを あっせん販売します

自転車乗用中の事故で頭部を強打して、重大なけがをする危険があります。自転車用ヘルメットを着用しましょう。



- 販売期間 = 10月1日(日)～31日(火)
- あっせん商品 = SGマーク付き子供用自転車ヘルメット(サイズは2種類〈46～52cm・56～60cm〉。サイズが合えば大人も着用できます)
- あっせん価格 = メーカー希望小売価格の7割程度。詳細は交通対策課へ
- 購入(予約)方法 = 下表のサミットストア各店舗で商品を選び、前払いで代金をお支払いください。商品が入荷(予約後約2週間程度の予定)次第、引き渡しとなります

☎ 交通対策課交通対策係 ☎5307-0793

サミットストア販売店舗一覧

店舗名	所在地	電話番号
久我山店	久我山3-25-1	☎3334-6201
高井戸東店	高井戸東4-1-13	☎3334-3801
成田東店	成田東1-35-12	☎5377-7051
西永福店	永福3-53-16	☎3324-9811
妙法寺前店	堀ノ内3-3-20	☎3316-8261
善福寺店	善福寺1-34-24	☎5311-3311
和泉店	和泉4-50-11	☎3317-4851
井荻駅前店	井草3-4-23	☎5303-3310

考えてみませんか 運転免許の自主返納



運転に自信がなくなってきた、とっさの動きができなくなった、家族から「運転が心配」と言われたら、運転免許の自主返納を考えてみましょう。

区の支援

自主返納した方には、鉄道やバスなどご利用いただけるICカード乗車券5000円(預り金500円+利用可能額4500円)相当を支給しています。

対象者・申し込み手順の詳細は、お問い合わせください。

☎ 交通対策課交通対策係 ☎5307-0793

JAZZで奏でる人と街

阿佐谷ジャズストリート2017

10月27日(金)・28日(土)



▲山下洋輔 ©Jimmy & Dena Katz



▲寺久保エレナ Photo by Y.Yoneda

街中がジャズに染まる2日間。JR阿佐ヶ谷駅前の広場や神社、教会、小中学校の体育館、企業のロビー、飲食店など、普段の生活空間がジャズの演奏会場となります。今年は、世界の山下洋輔と若手No.1寺久保エレナの共演など、バラエティーに富んだステージをお届けします。

出演=山下洋輔、寺久保エレナ、豊田チカ、額縁歩美、MAYA、飯田さつき、ハシヤフォーラ、フランクゴードン、東京プラススタイル、たをやめオルケスタ、グッドラックヘイワほか

パブリック会場共通パスポート券

2日券4500円(前売り3800円)、1日券3000円(前売り2800円)

チケット販売所

区役所1階「コミュかるショップ」、ローソンチケット、JTBレジャーチケット、新星堂阿佐ヶ谷店、ファミリーマート・セブン-イレブンほか

当日のボランティア募集(1日でも可能です)

希望者はファクス(12面記入例)で、同委員会 ☎5305-5074。または同委員会 ☎http://www.asagayajazzst.com/から申し込み(10月13日締め切り)

☎ 阿佐谷ジャズストリート実行委員会 ☎5305-5075