

# 広報 すぎなみ

## 変わりつつある 町会・自治会。

# 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

4/1  
平成30年(2018年)  
No.2226

かつて町会・自治会の存在は今よりもっと身近なものでした。しかし、時代とともに町会・自治会の役割は変化し、その活動内容も変わりつつあります。

昨今、多発する災害の影響か、「ご近所に知り合いがいれば安心なのに…」と感じながらも、町会・自治会のことをよく知らないという方も多いのではないのでしょうか。

現在、町会の活動に携わるお三方にお話を伺いながら、その役割ややりがい、今後の展望について語っていただきました。



あなたのイメージは？

## 特集 町会・自治会

### Contents — 主な記事 —

6-7 | 区民等の意見提出手続の結果 8 | 介護保険制度改正のお知らせ 9 | 増田寛也の杉並日和 16 | すぎなみ地域大学 5~7月開講講座受講生募集

〒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。

# 町会・自治会ってなんだろう？



「遠くの親戚より近くの他人」。そんなことわざがあるように、いざというときに本当に頼りになるのは隣近所の方々。そしてそんな頼もしい隣近所の方で構成されているのが、「町会・自治会」です。

27年10月に実施した調査によると、町会に加入しない理由のうち、「よく知らない」と回答の方が約半数でした。

皆さんが知っているようで、実はよく知らない町会活動。今号では、実際に活動している方々にお話を伺い、普段の町会活動や活動を通して感じている「良かった」と思うことなどについて特集しました。

## 町会・自治会って どんな活動をしているの？

住民の皆さんが、住みやすい地域をつくるために自主的に町会・自治会を組織して活動を行っています。現在、区内に約160の町会・自治会があり、安心安全なまちづくりを進めるとともに、地域での交流を生み出しています。



**イベント・お祭り**  
お祭りや盆踊りなどで季節ごとに楽しく交流



**防犯活動**  
防犯パトロール、高齢者の見守りなど



**防災活動**  
防災訓練の実施、自主防災組織づくりなど



**環境・美化活動**  
公園などの清掃活動、集団回収など

この他にも、地域ごとにさまざまな活動をしています。



### Q1.皆さんの町会では、普段どのような活動をしていますか

鹿野：天沼尚和会では、防災、防犯、厚生福祉、環境・リサイクルの4部会があります。町内パトロールは月12回。防災訓練は8町会から成る天沼地区町会連合会で年2回、天沼尚和会でも年1回行っています。また最近では、スタンドパイプ（住民が操作できる消火器具）を町内に複数設置したので、それを使った防災訓練も実施しています。



秋山：西荻窪町会では、防災、防犯、環境整備、町内親睦などを行っています。防災訓練は年3・4回、商店会や住宅地など、町内各所で実施しています。防犯については定期的な町内パトロールだけでなく、犬を飼っている役員さんが中心となってわんわんパトロール隊や、お散歩中のパトロールなど、生活の中で無理なく参加できる形で町内の見回りをしています。パトロール隊に登録している方は100名もいるんですよ！ また、活動を知ってもらうことも大事だと、「町会だより」「防犯・防災だより」を毎月発行して回覧したり、ホームページやSNSを積極的に活用したりしてPRしています。

### Q2.町会活動をやっていて、「良かった」と思うことはありますか

鹿野：やはり人と人の結びつきが生まれるということですね。うちの町会の場合は、ラジオ体操が出会いと交流を生む格好の場となっているようです。ラジオ体操は一年中毎日やっていて、10年目になりました。夏場には100人ぐらい集まるんですよ。ここで皆さん顔見知りにもなれるし、高齢者の常連さんも多いですから、安否確認的な役割も担っています。

木村：私もラジオ体操に参加するようになってから、教会通りを歩くと、皆さんに声を掛けていただけるようになりました。以前勤めていたときは駅までターツて行って帰るだけで、近所の方は誰も知りませんでした。やはり声を掛けてもらえるとうれしいですね。

秋山：当たり前ですが、かなり地域のことに詳しくなりました（笑）。パソコンのスキルが上がったり、時間の使い方も上手になったり。息子が積極的に地域に関わり、「地域デビュー」をしたなど良かったことはたくさんあります。でも一番は、知り合いが増えたことでしょうか。「何かのときに、この人と話ができる」と思える人がいるというのは、毎日の生活の安心感につながっていると思います。役員さんとさまざまな事業を進め、地域の皆さんと一緒にイベントを実施する中で「楽しい」という気持ちを共有できることも大きいです。

### column | 町会活動あれこれ

#### 天沼尚和会 厚生福祉部「すみれの会」

手芸や研修を行っているサークルで、毎回15名程度集まって、おしゃべりをしながらとても楽しい時間を過ごしているそうです。手元に熱中しすぎて、会話がなくなってしまうことも？



#### 西荻窪町会「昼食会」

年に1回、町内の老舗フレンチ料理店でフルコース料理を食べる会。新しく引っ越してきた方、長く住んでいる方、お子さん連れのご家族など、老若男女60名近い方が参加するそうです。町会の活動を報告したり、ピンゴ大会をしたり、自己紹介をしたり。楽しい時間を共有する、大人気の親睦会です。



町会活動はゆったりマイペースで

お互い顔を知っていて、自然にあいさつの言葉が交わされる。そんな地域なら安心です

楽しいことを共有することで、町会がよい形になっているように感じています

鹿野 修二さん  
阪神・淡路大震災が起きたときに危機感を抱き、町会活動に関わるようになり、現在に至る。天沼尚和会会長、杉並区町会連合会副会長。

木村 励子さん  
15年ほど前に天沼に越えてきて、すぐに町会に加入。現在、手芸を楽しむ「すみれの会」を担当し好評を得ている。天沼尚和会厚生福祉部。

秋山 成子さん  
地区でお世話になっていた当時の町会役員さんからお声掛けいただき、仕事をしながらできる範囲で関わればと町会役員に。現在も仕事を続けながら町会長として2期目。西荻窪町会会長。

### Q3. 今後の展望をお聞かせください

木村：フルタイムで働いている方などは、なかなか時間が割けないでしょうし、やはり町会活動は「無理せず」が前提になりますね。ただ皆さん、町会活動に無関心というわけではなく、私たちが夜のパトロールをしたり公園の清掃をしたりしていると、「ご苦労さまです」と声を掛けてくださいます。私たちの活動をちゃんと見てくれているんだな、ってうれしくなりますね。



秋山：西荻窪町会には以前、あまりきれいでなくて、ほとんど利用されていない公園があったんですね。町内から「何とかならないか」という要望を受けて住民にアンケートを取ったり、ワークショップを重ねたりして区に働きかけた結果、改修が行われました。今では子どもたちの歓声が響く公園になりました。こうしたことが実現できるのですから、住民の方もまちへの思いを町会に投げ掛けてほしいと思います。



西荻窪町会のキャッチフレーズは「自助・共助・近助！ 顔の見える近所づくりです。気軽にあいさつできる、そんなゆるい関係ができればいいですね。町会の活動は会議を夜にしたり、参加できるときに参加するようにしたり、日中

仕事を持っている人でも出やすいように工夫しています。「週末だけなら」とか「集会には行けるよ」といったように、皆さんで役割分担できればいいと思っています。町会の活動の基本は「防火・防犯・防災・環境整備」といった、地域に住む方の共通の課題へのアプローチ。実は住んでいる皆さんの「自分のこと」であることをお伝えしていきたいですね。

鹿野：自分たちの地域が「安心して住めるまち」になっていく——そのためのサポートを担っていきたくと思います。具体的にいえば、小学生があいさつをする、パトロールが防犯・防火につながって安心できる、顔見知りが増えて災害時もスムーズに助け合える……といったことです。そうした活動を知ってもらうために、今後もホームページなどに随時イベントのお知らせなどをアップしていきたいですね。

町会活動に若い人がもっと参加してほしいとは思いますが、若い人の感覚だけでもだめだし、高齢者の知識だけでもだめなので、世代間のバランスを取りながら町会活動をしていければいいですね。

まずはイベントに遊びに来ませんか？



## 町会・自治会に入るには？

- 電話または直接
- 地域課地域係（区役所西棟7階）へ
- 各地域活動係（各地域区民センター内）へ
- 井草（下井草5-7-22 ☎3394-0462）/ 西荻（桃井4-3-2 ☎3301-0981）/ 荻窪（荻窪2-34-20 ☎3398-8261）/ 阿佐谷（阿佐谷南1-47-17 ☎3314-7435）
- 高円寺（梅里1-22-32 ☎3317-6561）/ 高井戸（高井戸東3-7-5 ☎3333-5399）/ 永福和泉（和泉3-8-18 ☎5300-9311）

★区ホームページで住所から町会を検索することができます。 トップページ ▶ 暮らしのガイド ▶ 地域活動・ボランティア活動 ▶ 町会・自治会

# 区からのお知らせ

## SUGINAMI INFORMATION

### 保険・年金

#### 30年度の国民年金保険料

30年度の国民年金保険料は、月額1万6340円です。4月上旬に日本年金機構から送付される納付書により、金融機関、郵便局、コンビニエンスストアで納付してください。

また、国民年金保険料には1年分・6カ月分をまとめて前払いすると割引になる「前納制度」があります。前納用の納付書は毎月の納付書と一緒に送付しますので、前納をご希望の方は期日までにお支払いください。

なお、保険料は現金による支払いのほか、納め忘れの心配がない口座振替やクレジットカードでの納付もできます(事前の申し込みが必要です)。

国民年金保険料についての問い合わせ、口座振替などの申し込みは、杉並年金事務所で受け付けています。

☎杉並年金事務所 ☎3312-1511

#### 介護保険料通知書を発送します

介護保険料の支払い方法が納付書払い・口座振替(普通徴収)の方に対し、30年度4～7月分の納入通知書を4月10日(火)に発送します。

☎介護保険課資格保険料係

### 子育て・教育

#### 就学援助

就学援助は、区内在住で公立小中学校に通学している児童・生徒の保護者に対し、学用品や給食など学校で必要な費用の一部を区が援助する制度です。

☎区内在住の児童・生徒と同居の保護者で、次のいずれかに該当する方①現在、福祉事務所の生活保護を受けている②29年4月1日以降に生活保護が停止・廃止になった③29年中の世帯員全員の総所得金額の合

計が、教育委員会で定める認定基準額以下の世帯☎申請書(区立小中学校、学務課就学奨励担当〈区役所東棟6階〉)で配布)を、同担当または在学へ提出。区外の学校に通学している児童・生徒の保護者は、お問い合わせください ☎同担当

### 健康・福祉

#### 小児慢性疾患・指定難病の疾病の追加

##### ◆小児慢性疾患

医療費助成等の対象疾病が722疾病から756疾病に拡大しました。

##### ◆指定難病

難病医療費助成および難病患者福祉手当の対象疾病が、341疾病から342疾病に拡大しました。制度の内容や申請手続きについては、お問い合わせください。

☎両制度の医療費助成については、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)。難病患者福祉手当については、障害者施策課障害者福祉係☎5307-0781

### 募集します

#### 創業支援施設

##### 阿佐谷キック・オフ オフィス入居者

☎阿佐谷南1-47-17(阿佐谷地域区民センター内)▶募集数=3室▶賃貸料=月額2万6255円~2万6710円▶入居予定日=6月上旬▶入居期間=2年間▶利用時間=24時間▶利用条件=事務所として(法人の場合は本社として)利用▶入居保証金=賃貸料の3カ月分▶その他=事務所はフロアをパーティションで仕切った部屋のため、完全な個室ではありません。プロバイダー料金や電話使用料などは利用者負担。駐車場はありません ☎次の要件全てに該当する方①新産業分野(情報通信、アート・クリエイティブ、環境、研究開発・知的集約、福祉・介護、健康、生活関連など)の事業を創業予定、または創業後3年未満(27年6月1日以降に創業)で事業の拡大を目指す法人または個人②利用期間終了後、区内で引き続き事業を行う意思がある③税金(住民税・事業税)を滞納していない ☎申請書(産業振興センター就労・経営支援係〈上荻1-2-1インテグラルタワー2階〉)で配布。区ホームページからも取り出せます)を、4月4日~

20日に同係へ持参 ☎同係☎5347-9077

#### 東京都子育て支援員研修の受講者

東京都は、地域型保育事業(小規模保育、家庭的保育、事業所内保育)や一時預かり事業、企業主導型保育事業等の各事業に従事する上で、必要な知識や技能等を有する「子育て支援員」の養成研修(地域保育コース)を実施します。

研修の詳しい内容等については、募集要領(子育て支援課〈区役所東棟3階〉で4月9日から配布予定)または東京都福祉保健財団ホームページ、東京都福祉保健局ホームページをご参照ください。

▶申込締め切り日=4月23日

☎都内在住・在勤で、次の①②いずれかに当てはまる方①現在、保育や子育て支援分野に就業している、子育て支援員研修(地域保育コース)の受講が義務付けられている②今後子育て支援員として就業を希望している ☎東京都福祉保健財団人材養成部福祉人材養成室子育て支援員担当☎3344-8533

### その他

#### 地価公示価格の閲覧

30年1月1日現在の杉並区内の地価公示価格は、次の場所で閲覧できます。その他、国土交通省土地総合情報システム☎http://www.land.mlit.go.jp/webland/からもご覧になれます。

☎閲覧場所=市街地整備課(区役所西棟3階)、区政資料室(西棟2階)、各区民事務所 ☎市街地整備課土地利用計画係

#### 防犯カメラ届け出情報

区は、「杉並区防犯カメラの設置及び利用に関する条例」により、防犯カメラの設置利用基準の届け出状況、防犯カメラの設置・利用、画像の取り扱いについての苦情申し立ての処理状況、防犯カメラ取扱者に対する勧告の状況を、毎年公表することとしています。

なお、29年中に苦情申し立ての処理およびカメラ取扱者に対する勧告は、いずれもありませんでした。

☎届け出状況(29年12月31日現在)=総数529施設▶内訳=①区立施設294施設(区立施設基準に基づく届け出17施設を含む)②街角防犯カメラ(区立施設周辺の道路を防犯対象区域とするカメラ)136施設③通学路防犯カメラ30施設④民間施設69施設 ☎危機管理対策課地域安全担当

## 4月の各種相談

内容	日時・場所・対象・定員ほか	申し込み・問い合わせ
住宅の耐震無料相談会★	☎4月11日(水)午後1時~4時 ☎区役所1階ロビー ☎他☎面などがある場合は持参	☎市街地整備課耐震改修担当
マンション管理無料相談	☎4月12日(木)午後1時30分~4時30分 ☎区役所1階ロビー ☎区内在住でマンション管理組合の役員・区分所有者等 ☎定3組(申込順)	☎杉並マンション管理士会☎http://suginami-mankan.org/から申し込み。または申込書(区ホームページから取り出せます)を、同会事務局☎3393-3652へファクス ☎同事務局☎3393-3680、区住宅課
行政相談(国の仕事等の苦情や要望)★	☎4月13日(金)午後1時~4時 ☎区政相談課(区役所東棟1階)	☎区政相談課
建築総合無料相談会★	☎4月17日(火)午後1時~4時 ☎区役所1階ロビー ☎他☎面などがある場合は持参	☎東京都建築士事務所協会杉並支部☎6276-9208、区市街地整備課耐震改修担当
専門家による空家等総合相談窓口	☎4月19日(木)午前9時20分・10時15分・11時10分(1組45分) ☎相談室(区役所西棟2階) ☎区内の空き家等の所有者等(親族・代理人を含む) ☎各1組(申込順)	☎申込書(区ホームページから取り出せます)を、4月17日(必着)までに住宅課空家対策係☎5307-0690へ郵送・ファクス ☎同係
不妊専門相談	☎4月19日(木)午後1時30分・2時10分・2時50分・3時30分 ☎杉並保健所(荻窪5-20-1) ☎区内在住・在勤・在学の方 ☎各1名(申込順)	☎☎電話で、杉並保健所健康推進課健康推進係☎3391-1355
土曜法律相談	☎4月21日(土)午後1時~4時(1人30分) ☎相談室(区役所西棟2階) ☎定12名(申込順)	☎☎電話で、4月16日~20日午前8時30分~午後5時に専門相談予約専用☎5307-0617。または区政相談課窓口で予約 ☎同課
住民税(特別区民税・都民税)夜間電話相談	☎4月23日(月)午後5時~8時30分	☎納税課☎5307-0634~6

※★は当日、直接会場へ。

凡例 ☎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) ☎申し込み(記載のないものは直接会場へ) ☎お問い合わせ 他その他 ☎Eメールアドレス ☎ホームページアドレス

# 国民健康保険に加入している方へ



## 国民健康保険の制度改正

これまで、国民健康保険は各区市町村が運営していましたが、4月からは都道府県と区市町村が協力して運営していきます。被保険者の皆さまは、この制度改正のために手続きしていただく必要はありません。

### ◇変わったこと

#### ●被保険者証等の様式が変わります

4月1日以降の最初の被保険者証等更新の際に変更されます。

#### ●国民健康保険の資格取得・喪失は、都道府県単位になります

都内の他区市町村への転入・転出の場合、国民健康保険の資格取得・喪失は生じませんが、住民票の異動に関する手続きはこれまでどおり必要です。

なお、被保険者証等は住所等の記載事項が変わるため、転入した区市町村で新たに交付されます。

#### ●高額療養費の多数回該当の回数が、都道府県単位で通算されます

都内の他区市町村に転出・転入した場合でも、異動後の世帯構成の内容により、高額療養費の多数回該当回数が引き継がれます。

### ◇変わらないこと

#### ●届け出等受け付け窓口

#### ●保険料の賦課・通知方法、納付方法

☎国保年金課運営調整担当

## 30年度国民健康保険料の料率が決まりました

国民健康保険の保険料は6月中旬に決定し、各世帯に保険料額通知書を送付します。

### 〈30年度国民健康保険料〉

	医療分 (全ての加入者)	後期高齢者支援金分 (全ての加入者)	介護分 (40～64歳の加入者)
均等割 (加入者 1人当たり)	年額3万9000円	年額1万2000円	年額1万5600円
所得割	賦課標準額※ ×7.32%	賦課標準額 ×2.22%	賦課標準額 ×1.78%
最高限度額	58万円	19万円	16万円

※賦課標準額=前年の総所得金額等-住民税の基礎控除額(33万円)。

$$\text{年間保険料} = \text{医療分} + \text{後期高齢者支援金分} + \text{介護分}$$

### ◇他の保険の適用となった方へ

国民健康保険の脱退手続きが必要です。保険証などの新しい保険に加入していることが分かるものと国民健康保険証を持参の上、国保年金課国保資格係(区役所東棟2階)または区民事務所へお越しください。

### ◇申告はお済みですか?

国民健康保険料は、加入者全員の前年の所得を基に算定します。前年の所得に関する申告がない場合、保険料が確定できないだけでなく、減額の判定もできませんので、確定申告または住民税の申告がお済みでない方は早めに申告をお願いします。

☎国保年金課国保資格係 ☎5307-0641

## 保険料の納付をお忘れなく

### ◇口座振替をご利用ください

キャッシュカードがあれば、国保年金課、区民事務所ですぐに手続きができる場合があります。詳細は、お問い合わせください。

### ◇納付書での納付

銀行などの金融機関(ゆうちょ銀行・郵便局を含む)、コンビニエンスストア、国保年金課、区民事務所で納付できます。ただし、30万円を超える納付書はコンビニエンスストアでは使用できませんので、ご注意ください。また、「30年3月31日までコンビニエンスストアでご利用になれます」と記載がある納付書は、4月1日以降、コンビニエンスストアでは利用できません(金融機関、区役所などでは使用できます)。

納付書で保険料を納めている方は、携帯電話を利用した納付もできます。詳細は、区ホームページをご覧ください。

### ◇ご相談ください

やむを得ない事情で保険料を納めることが困難になった方は、国保年金課国保納係に来庁するか、電話でご相談ください。

☎国保年金課国保納係 ☎5307-0643

## 対象者へ糖尿病性腎症等重症化予防プログラムのご案内をお送りします

糖尿病性腎症のリスクがある方に、重症化予防のための保健指導を実施します。保健師・看護師が面談・電話を行う6カ月間の継続支援プログラムです。かかりつけ医と連携して、生活習慣のアドバイスや糖尿病に関する情報提供等を行います(無料)。

☑業務委託=DPPヘルスパートナース ☑杉並区国民健康保険加入者で、29年度特定健診を受診し、血糖高値・腎機能低下が確認された方 ☑別途医療機関での文書料等がかかる場合あり ☑申込書(4月中旬に対象者へ送付)を、DPPヘルスパートナースへ郵送 ☑国保年金課医療費適正化担当 ☑電話で参加の案内をすることがあります

## 杉並区国民健康保険加入者が利用できる 国保温泉センター割引利用券を配布しています

☑利用期間=31年3月31日まで ▶配布場所=国保年金課(区役所東棟2階8番窓口)、区民事務所 ☑利用券受け取りの際には、国民健康保険証を持参。利用券1枚で3名まで利用できます。詳細は、割引利用券をご覧ください

## 新たな保養施設事業のご案内

杉並区国民健康保険・後期高齢者医療制度加入者は、通年の保養施設として全国の「かんぼの宿」を500円割引でご利用いただけるようになりました。直接、各施設へ電話またはかんぼの宿 <https://www.kanponoyado.jp/> から予約してください。

※チェックインの際に、「杉並区国民健康保険被保険者証」または「後期高齢者医療被保険者証」を提示。

※詳細は、パンフレット(国保年金課、区民事務所で配布)、区ホームページをご覧ください。また、5月末に国民健康保険加入世帯に送付する「国保のてびき」にも掲載します。

### ◇その他

「国民健康保険・後期高齢者医療制度加入者の夏季保養施設」は、事業を終了しました。今後は、通年の保養施設「かんぼの宿」をご利用ください。

☎国保年金課国保納係



## ありがとうございました

1・2月のご寄付(敬称略・順不同)



【社会福祉基金】鈴木和博 ▶ 鈴木千代子 ▶ 丸市豊也 ▶ 「第51回 杉並区民生委員・児童委員大会」参加者有志=2827円 ▶ 杉並明るい社会づくりの会=100万円 ▶ 匿名および氏名のみ公表分計=6万円

【みどりの基金】みどりの保全=成田西ふれあい農業公園来場者有志(1~2月分)=8万4051円 ▶ 「こどもまつり」来場者有志=1万6193円 ▶ 「落ち葉感謝祭2017活動報告展」来場者有志=3269円 ▶ 鈴木和博 ▶ 鈴木千代子 ▶ 丸市豊也 / (仮称) 荻外荘公園などの整備=雨宮正武=2万円 ▶ 守分宣=10万円 ▶ 長谷川豊=5万円 ▶ 匿名計=8万9120円

【NPO支援基金】杉並区NPO支援基金普及委員会=2万650円 ▶ 鈴木千代子 ▶ 鈴木和博 ▶ 丸市豊也 ▶ 匿名および氏名のみ公表分計=6万円

【次世代育成基金】小竹秀雄=5000円 ▶ 2018杉並区軟式野球連盟新春の集い一同=5万3051円 ▶ 東京中央農業協同組合=5万987円 ▶ 建和建設(株)=1万円 ▶ 杉並区教育研修会=9522円 ▶ 杉並区さいかち会=1万円 ▶ 坂井幹雄 ▶ 天野知 ▶ 天野サク子 ▶ 今村富美枝 ▶ 鈴木和博(2件) ▶ 鈴木千代子(2件) ▶ 丸市豊也 ▶ 小谷勝博 ▶ 中田小枝 ▶ 濱野實 ▶ 赤津千鐘 ▶ エフリオ(株) ▶ 協和産業(株) ▶ ビソー工業(株) ▶ 杉並区立中学校長会 ▶ 杉並和泉学園中学部PTA ▶ 匿名および氏名のみ公表分計=40万3330円

## 30・31年度 後期高齢者医療保険料率の お知らせ

後期高齢者医療制度の保険料率は、均等割額が4万2400円から4万3300円に、所得割率が9.07%から8.80%に変更されます。詳細は、東京都後期高齢者医療広域連合 <http://www.tokyo-ikiiki.net/> をご覧ください。

新たな料率に基づいて計算された30年度保険料のお知らせは、7月中旬に送付します。

☎国保年金課高齢者医療係

## 区民等の意見提出手続（パブリックコメント）の結果をお知らせします

区では、7計画を改定しました。改定に先立ち、「杉並区区民等の意見提出手続に関する条例」に基づき、「広報すぎなみ」29年12月1日号などで計画案を公表し、皆さんからご意見を伺いました。たくさんのご意見をいただき、ありがとうございました。

※ ★はいただいたご意見の内容に応じて、複数の計画の件数・項目に数えています。 ●意見提出期間=29年12月1日～30年1月4日

策定後の各計画の全文、いただいたご意見の概要と区の考え方は、下記閲覧場所のほか、区政資料室（区役所西棟2階）、区民事務所、図書館で4月30日まで閲覧できます（各閲覧場所の休業日を除く）。また、区ホームページ（トップページ「区民等の意見提出手続（パブリックコメント）」）でもご覧になれます。

### 杉並区保健福祉計画

●意見提出件数=59件（延130項目）★

#### いただいた主なご意見の概要と区の考え方

主なご意見の概要	区の考え方
社会資源をもっと充実させてほしい。	介護保険などの制度的サービスでは対応できない、あるいは既存の制度の対象とならない生活課題に対し、家事援助や外出支援サービスなど、地域の支えあいによる生活支援サービスが芽生えています。今後、こうしたサービスの連携の輪を広げることで、資源の充実を図ります。
ウェルファーム杉並の中に在宅医療・生活支援センターが新設されることは、地域の医療の拠点となる役割を果たすと思われ、大変うれしく思う。高齢者施設も併設のため高齢者専門となりがちだが、障害者の医療のニーズは多様で、専門性も必要である。この場所には、多様なニーズに対応できる専門職、また地域の事業所とつなげるコーディネーター等の配置を必ず取り入れてほしい。	30年度から開設する在宅医療・生活支援センターでは、高齢者だけでなく、障害（児）者やがん療養者など医療を必要とする全ての区民を対象とします。障害者の医療などの多様なニーズに対しては、看護師や保健師などの専門職員が、医師会等と連携してどのような医療や支援が必要なのかを把握し、地域の医療機関や関係機関を紹介するなど制度の利用につなげていきます。
介護保険法で高齢障害者に対し新たに位置付けられた「共生型サービス」を障害者の計画に盛り込んでほしい。	介護保険法のほか、障害者総合支援法にも「共生型サービス」が位置付けられたことから、ご意見の趣旨を踏まえ、分かりやすくなるよう、計画に「共生型サービス」の記述を追加します。

#### 結果報告書等の閲覧

保健福祉部管理課（区役所西棟10階）、高齢者在宅支援課（西棟2階）、子育て支援課（東棟3階）、介護保険課（東棟3階）、国保年金課医療費適正化担当（東棟2階）、高齢者施策課（東棟1階）、障害者施策課（東棟1階）、障害者生活支援課（中棟2階）、杉並保健所（荻窪5-20-1）、保健センター、福祉事務所、ケア24、ゆうゆう館、高齢者活動支援センター（高井戸東3-7-5）、児童館（子ども・子育てプラザ含む）、児童青少年センター（荻窪1-56-3）、保育園、子供園、障害者福祉会館（高井戸東4-10-5）、高円寺障害者交流館（高円寺南2-24-18）、和田障害者交流館（和田2-31-21）、障害者地域相談支援センターすまいる

#### 問い合わせ

保健福祉部管理課

### 杉並区国民健康保険第二期データヘルス計画・杉並区国民健康保険第三期特定健康診査等実施計画

●意見提出件数=3件（延7項目）

#### いただいた主なご意見の概要と区の考え方

主なご意見の概要	区の考え方
4つの重点課題の取り組み順位は1番目に健康づくりの向上、2番目に特定健康診査・特定保健指導実施率の向上、3番目に生活習慣病重症化予防、最後に医療の効率的な提供の推進が望ましい。	4つの重点課題とした取り組みですが順位付けすることなく、並行して取り組みを進めていきます。

#### 結果報告書等の閲覧

国保年金課医療費適正化担当、保健福祉部管理課、福祉事務所、杉並保健所、保健センター

#### 問い合わせ

国保年金課

### 杉並区子ども・子育て支援事業計画

●意見提出件数=17件（延39項目）★

#### いただいた主なご意見の概要と区の考え方

主なご意見の概要	区の考え方
保育施設に関して、区全体で見ると数値的には足りているが、地域によっては大きな差があると感じている。不足している地域には定員を増やすよう取り組んでほしい。	31年4月開設予定の認可保育所の公募に当たり、区全体だけでなく、地域ごとの需要にも応えられるよう、区を14地域に分けて各地域別に保育需要を予測し、保育所が不足している地域については、重点整備地区と位置付けています。
妊娠中や産後間もない時期は、専業主婦であっても一時的に子どもを預けたいと思うことは多い。そのような人が子どもを預ける場所も必要ではないか。	さまざまな状況に応じ、子どもを一時的に預ける必要があることから、区では、ひととき保育、子ども・子育てプラザ、私立保育園、区立保育園の子育てサポートセンターにおいて、一時預かり事業を実施しています。
延長保育を行っている保育園では午後7時30分までに迎えに行っているが、学童クラブの終了時間はそれよりも早いため、このままでは、仕事と子育ての両立が難しくなる。学童クラブ終了時間の延長を至急実施してほしい。	保護者が安心して働きながら子育てができるよう、学童クラブの終了時間および夏季等の学校休業期間中の開始時間の延長の実施を、31年4月を目途に予定しています。

#### 結果報告書等の閲覧

子育て支援課管理係、児童青少年センター、児童館（子ども・子育てプラザ含む）、保育園、子供園、福祉事務所、杉並保健所、保健センター

#### 問い合わせ

子育て支援課

## 第5期杉並区障害福祉計画・第1期杉並区障害児福祉計画

●意見提出件数=27件(延60項目)★

### いただいた主なご意見の概要と区の考え方

主なご意見の概要	区の考え方
障害者の差別をなくすことは、小さいころからの教育が大切である。義務教育の中で、障害者や弱い人の気持ちを理解し、守り、協力する心を育てることが差別をなくしていくことにつながると考える。	障害者の差別解消に向けた取り組みでは、幼少期から障害理解について学べる環境づくりが大切であり、今後も関係部署と連携しながら取り組んでいきます。
地域生活支援拠点の整備は、障害者の高齢化・重度化に向け、とても大切な機能を果たすものとして期待している。計画で面的整備とあるが、ぜひ具体的に進めてほしい。	障害者の重度化・高齢化や、将来を見据えた障害者の地域生活を推進する観点から、地域生活支援拠点の整備は重点的に取り組む事業として位置付けています。現在の支援体制で、不足しているもの、強化しなければならないものなどをしっかり分析した上で、拠点としての機能を地域に整えていきます。
障害者施設と区内企業が連携することで障害者施設の自主生産品の受注拡大が図れるのではないかと。	現在、企業へ出張販売や、町会や地域のイベント参加を通じて障害者施設の自主生産品の販売などを行っています。ご意見を踏まえて「企業との連携」の記述を追加します。

#### 結果報告書等の閲覧

障害者施策課、障害者生活支援課、保健福祉部管理課、杉並保健所、保健センター、福祉事務所、障害者福祉会館、高円寺障害者交流館、障害者地域相談支援センターすまいる

#### 問い合わせ

障害者施策課

## 杉並区高齢者保健福祉計画・第7期介護保険事業計画

●意見提出件数=13件(延41項目)★

### いただいた主なご意見の概要と区の考え方

主なご意見の概要	区の考え方
「介護予防・フレイル(虚弱)予防の推進」の取り組みについて賛成する。	介護予防・フレイル(虚弱)予防の推進を通して、高齢者の健康づくりに取り組みます。
障害福祉サービス受給者が介護保険サービスを利用する場合、ケア24の活動・役割の中に障害福祉との連携の取り組みを入れるべきではないかと。	区はこれまで、ケア24や居宅介護支援事業者へ「障害福祉」に関する基礎知識や障害福祉との連携に関する研修を行ってきました。ご意見を踏まえ、今後の取り組み内容が分かりやすくなるよう修正いたします。
今後の保険料の上昇が心配。介護保険制度維持のためにも、サービス等の「実態チェック」「内容見直し」等々、保険料上昇を抑える対策の一つとして適正化チェックをしてほしい。	持続可能な介護保険制度の維持・運営は、区としても重要な課題と捉えております。そのため、計画に基づき、介護給付の一層の適正化に努めてまいります。

#### 結果報告書等の閲覧

高齢者施策課、高齢者在宅支援課、介護保険課、保健福祉部管理課、ケア24、ゆうゆう館、高齢者活動支援センター、杉並保健所、保健センター、福祉事務所

#### 問い合わせ

高齢者施策課

## 杉並区スポーツ推進計画「健康スポーツライフ杉並プラン」

●意見提出件数=12件(延18項目)

### いただいた主なご意見の概要と区の考え方

主なご意見の概要	区の考え方
区内のイベントや大会などのスポーツ情報の周知に加え、その参加人数や記録などの結果や次回の参加方法などの事後情報をスポーツ振興財団のサイトに集約するなど、SNSの活用を進めてほしい。	スポーツ振興財団のホームページの再構築に当たり、ご意見も参考に、教室やイベント、大会等の区内のスポーツ情報を集約した充実したサイトとなるよう検討していきます。
需要の低いビーチコートは不要。より多くの方がスポーツ・運動に親しめる施設を作るべきではないかと。	ビーチコートは、東京2020オリンピック競技大会におけるビーチバレーのキャンプ誘致や、オリンピック後にトップアスリートの試合の観戦等のほか、ビーチサッカーやビーチテニスなどのさまざまなビーチスポーツや、下肢の筋力強化やバランス能力の向上などの健康づくり、サンドアートイベント等の実施など多様な活用が可能な施設です。こうした施設の特徴を生かし、子どもから高齢者まで幅広い世代が楽しめる多様な健康増進・交流事業を行っていく予定です。
ビーチ施設の新設は斬新なチャレンジであり、杉並ならではの取り組みとして期待する。	

#### 結果報告書等の閲覧

スポーツ振興課(東棟6階)、体育施設

#### 問い合わせ

スポーツ振興課

## 杉並区男女共同参画行動計画

●意見提出件数=11件(延44項目)

### いただいた主なご意見の概要と区の考え方

主なご意見の概要	区の考え方
地域活動の担い手が高齢者しか想定されていないが、若い人を育ててほしい。いろいろな世代が参加できる地域をつくるために、地域の中の男女差別的なことを減らすよう、区には頑張ってほしい。	地域活動の担い手を高齢者に限定する趣旨ではございませんが、ご指摘を踏まえ、「このような視点を踏まえ、男女がそれぞれのライフステージに応じて」を「このような視点を踏まえ、性別や年代を問わず、男女がそれぞれのライフステージに応じて」と修正します。
「男女平等推進センター事業の推進」について、重点項目となっているが、センター主催の独自の啓発事業をしてほしい。	区の主催事業としては、男女平等推進センター講座を団体との協働による取り組みとして実施しております。今後ともさまざまな分野の講座を実施してまいります。
男女平等推進センター利用者の増加および活性化を目指すのであれば、中高生のアイデアを借りてセンターの活性化を一緒に考えていくとよいと思う。	男女平等推進センターの活性化に向けて、施設利用の促進および事業内容の充実にも努めるとともに、ゆう杉並という複合施設の利点を生かし、若い世代にも意見を求めながら、男女共同参画社会の理解促進に努めてまいります。

#### 結果報告書等の閲覧

区民生活部管理課男女共同参画担当(西棟7階)、男女平等推進センター(荻窪1-56-3)

#### 問い合わせ

区民生活部管理課男女共同参画担当

# 介護保険制度改正のお知らせ

問い合わせは、介護保険課へ。

## 4月からの改正点

65歳以上（第1号被保険者）の介護保険料 30年度から3年間の保険料は下表のとおりです。

〈新しい介護保険料段階と保険料額〉

段階	料率	対象者	保険料額 (月額)	段階	料率	対象者	保険料額 (月額)
1	基準額×0.45	●生活保護受給の方 ●世帯全員（一人世帯を含む）が住民税非課税で、本人が老齢福祉年金受給の方または本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方	年3万3600円 (月2800円)	7	基準額×1.19	本人が住民税課税の方 (合計所得金額125万円以上200万円未満)	年8万8800円 (月7400円)
2	基準額×0.65	世帯全員（一人世帯を含む）が住民税非課税で本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円を超え、120万円以下の方	年4万8600円 (月4050円)	8	基準額×1.40	本人が住民税課税の方 (合計所得金額200万円以上300万円未満)	年10万4400円 (月8700円)
3	基準額×0.78	世帯全員（一人世帯を含む）が住民税非課税で本人合計所得金額と課税年金収入額の合計が120万円を超える方	年5万8200円 (月4850円)	9	基準額×1.61	本人が住民税課税の方 (合計所得金額300万円以上500万円未満)	年12万円 (月1万円)
4	基準額×0.85	本人が住民税非課税で他の世帯員が住民税課税であり、本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方	年6万3000円 (月5250円)	10	基準額×1.89	本人が住民税課税の方 (合計所得金額500万円以上700万円未満)	年14万400円 (月1万1700円)
5	基準額	本人が住民税非課税で他の世帯員が住民税課税であり、本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円を超える方	年7万4400円 (月6200円)	11	基準額×2.20	本人が住民税課税の方 (合計所得金額700万円以上1000万円未満)	年16万3800円 (月1万3650円)
6	基準額×1.06	本人が住民税課税の方 (合計所得金額125万円未満)	年7万8600円 (月6550円)	12	基準額×2.50	本人が住民税課税の方 (合計所得金額1000万円以上1500万円未満)	年18万6000円 (月1万5500円)
				13	基準額×2.70	本人が住民税課税の方 (合計所得金額1500万円以上2500万円未満)	年20万1000円 (月1万6750円)
				14	基準額×3.00	本人が住民税課税の方 (合計所得金額2500万円以上)	年22万3200円 (月1万8600円)

※1 合計所得金額とは、年金や給与、譲渡などの各所得金額の合計で、医療費控除や扶養控除などの所得控除を引く前の金額を指します。

また、繰越損失がある場合は繰り越し控除前の金額をいいます（合計所得金額がマイナスの場合は0とみなします）。

※2 短期・長期譲渡所得がある場合、保険料算出に使用する合計所得金額は特別控除の金額を差し引いた額になります。

※3 第1段階から第5段階の合計所得金額は年金収入に係る合計所得金額を差し引いた額です。

## 介護保険サービスの利用料

4月の介護サービス利用分から介護報酬が改定されることで、介護保険サービス利用時に支払う金額が変更されます。

## 「共生型サービス」の創設

高齢者と障害者が同一の事業所でサービスを受けやすくするため、創設されました。対象となるサービスは、「訪問介護」「通所介護」「地域密着型通所介護」「短期入所生活介護（予防を含む）」です。

## 「介護医療院」の創設

「日常的な医学管理」や「看取り・ターミナルケア」等の医療機能と、「生活施設」としての機能を兼ね備えた介護保険施設として「介護医療院」が創設されました。

また、29年度末をもって廃止することとされていた指定介護療養型医療施設について、廃止の期限が6年間延長されました。

## 8月からの改正点

### 利用者負担割合が2割の方のうち、特に所得の高い方が3割になります

〈8月からの利用者負担割合〉

利用者負担割合	対象者
3割	8月から以下の①②に該当する場合 ①本人の合計所得金額が220万円以上 ②同一世帯にいる65歳以上の方の「年金収入+その他の合計所得金額」が、単身の場合340万円以上、2人以上世帯の場合は463万円以上
2割	3割に該当しない方で、以下の①②に該当する場合 ①本人の合計所得金額が160万円以上 ②同一世帯にいる65歳以上の方の「年金収入+その他の合計所得金額」が、単身の場合280万円以上、2人以上世帯の場合は346万円以上
1割	2割、3割に該当しない方、40～64歳の方（第2号被保険者）、住民税非課税者、生活保護受給者

※1 同月の利用者負担額の合計額のうち一定額を超えた部分が、「高額介護サービス費」として支給されます。

※2 7月中に、要支援・要介護の認定を受けている被保険者全員に、利用者負担割合が記載された「介護保険負担割合証」を交付します。

※3 利用者負担割合が3割の方が保険料を滞納すると4割負担になる期間がある場合があります。

### 高額医療・高額介護合算制度の限度額

介護保険の被保険者が、1年間（8月～翌年7月末）に支払った医療保険と介護保険の自己負担額を合計し、自己負担限度額を超えた場合は、申請によりその超えた金額を支給します。

70歳以上で所得区分が「現役並み所得者」の方は3つの区分に分けられ、下表のとおり自己負担限度額が変更されます。

〈世帯単位の自己負担限度額（年額）〉

所得区分	世帯単位の自己負担限度額
現役並み所得者（課税所得690万円以上）	212万円
現役並み所得者（課税所得380万円以上690万円未満）	141万円
現役並み所得者（課税所得145万円以上380万円未満）	67万円
一般（課税所得145万円未満）	56万円
低所得者2（世帯全員が住民税非課税の方）	31万円
低所得者1（世帯全員が住民税非課税で所得が一定基準以下の方）	19万円

※1 7月までは、現役並み所得者（課税所得145万円以上）の世帯の負担限度額（年額）は67万円です。

※2 課税所得の計算方法は、前年の総所得金額等の合計から基礎控除額33万円以外の控除も差し引いた額です。世帯全員の所得で判定します。

## 介護保険制度の案内パンフレット

65歳以上の方がいる世帯と40～64歳で要支援・要介護認定を受けている方へ、制度改正の概要や4月以降の新たな保険料体系を記載したパンフレット「よくわかる介護保険」を3月下旬に発送しました。パンフレットは介護保険課（区役所東棟3階）、地域包括支援センター（ケア24）、区民事務所でも配布します。

増田寛也の

# 杉並日和

すぎなみ びより

増田寛也・杉並区顧問(まち・ひと・しごと創生総合戦略担当)

## ～縦割りの支援から、横串の支援へ

行政は縦割りで不便だ、と言われることが多いですね。縦割りの支援を横串支援へ転換させようと、区民の福祉や暮らしをサポートする機能を一カ所にまとめた複合施設が天沼三丁目に開設するので、早速見てきました。名称は「ウェルファーム杉並複合施設棟」。地下1階、地上4階建ての建物の中には、さまざまな工夫が見られました。

例えば、高齢者等に対する介護や在宅医療の相談だけでなく、認知症で財産管理が必要な場合の成年後見センターと被害に遭いやすい悪質商法の相談に応じる消費者センターが同一フロアにあるのは便利です。生活保護の窓口がある福祉事務所と隣り合わせで東京労働局やハ

ローワークとの共同相談窓口があるのもとても親切です。これで生活相談と職場紹介などの支援を一貫して受けることができます。

さらに近年、親の介護と育児を同時にこなすダブルケア、認知症の親と障害のある子どもなど、複数の困難な問題を抱えた世帯が多くなっています。これまでは担当部署が別々に対応していましたが、さまざまな部署にまたがり、解決が難しい案件について、担当部署を積極的に調整して支援内容を一つの計画にまとめ、一体的な支援につなげていく在宅医療・生活支援センターが新設されました。

こうした施設の複合化は担当職員が一カ所に集まることで職員同士が区民の情報を共有化でき、手厚い支援につながるという効果も期待できるそうです。さらに、33年度には隣接地に200名規模の特別養護老人ホームや診療所などもオープン予定とのこと。「誰もが気軽に利用できる区民の福祉と暮らしのサポート拠点」を目指しているそうですが、今後の展開が楽しみです。



## 30年度区民健康診査・がん検診などのお知らせ

——問い合わせは、杉並保健所健康推進課☎3391-1015へ。

全ての健(検)診の対象年齢は、30年度(30年4月1日～31年3月31日)中に誕生日を迎えた満年齢です。各健(検)診とも、5月末から区ホームページで実施医療機関一覧をご覧ください。



### 〈区への申し込みが必要な健(検)診〉

健(検)診名	区民健康診査		がん検診					
	成人等健診		胃がん			肺がん	子宮頸がん ※3	乳がん ※3
対象	30～39歳の職場などで健診を受ける機会がない方		エックス線(杉並保健所実施)	エックス線	内視鏡※3			
費用	無料※1		500円	500円	1000円	500円	500円※4	500円※5
受診期間(休診日を除く)	●4～9月生まれ =6月1日～10月31日 ●10～3月生まれ =8月1日～31年1月31日	4月19日～31年3月9日の木・金・土曜日(祝日等を除く)	6月1日～31年1月31日			6月1日～31年2月28日		
受診券発送日	●4～9月生まれ =5月末発送 ※2 ●10～3月生まれ =6月末発送	●29年4～8月に受診した方 =4月上旬発送 ●29年9月以降に受診した方 =5月末発送	●新規に申し込んだ方=①5月14日までの到着分=5月末発送②5月15日～7月初旬到着分=おおむね、受け付け後2・3週間で発送③7月中旬から毎週月曜日締め切りで、木曜日発送 ●その他の方=下記「がん検診受診券シール申し込みの流れ」をご覧ください					
申し込み締め切り(必着)	31年1月15日	31年2月12日	31年1月15日			31年2月12日		

### 〈区への申し込みが不要な健(検)診〉

健(検)診名	区民健康診査		がん検診		その他	
	国保特定健診	後期高齢者健診	大腸がん	前立腺がん	成人歯科健診	眼科検診
対象	40～74歳で杉並区国民健康保険加入者	後期高齢者医療制度加入者	40歳以上の方	50・55・60・65・70歳の男性	25・30・35・40・45・50・60・70歳	40・45・50・55・60歳
費用	無料※1	無料	200円	500円	無料	300円
受診期間(休診日を除く)	●4～9月生まれ=6月1日～10月31日 ●10～3月生まれ=8月1日～31年1月31日		6月1日～31年1月31日		6月1日～12月28日	10月1日～31年1月31日
受診券発送日	●4～9月生まれ=5月末発送 ●10～3月生まれ=6月末発送		受診券はありません。指定医療機関へ直接お申し込みください※6		5月末	9月末

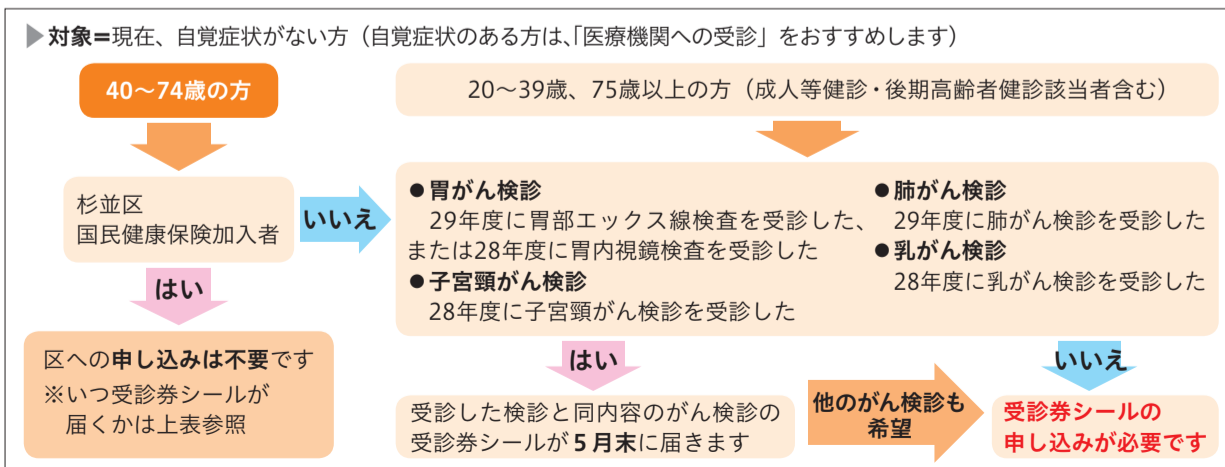
### 新規申し込み方法

- ①電子申請**  
区ホームページから申し込みできます(上二次元コードからもアクセス可)。【利用方法の問い合わせ】電子申請サービスヘルプデスク☎0120-03-0664(平日午前8時30分～午後6時)
- ②ハガキ**  
【申し込み先】杉並保健所健康推進課(〒167-0051荻窪5-20-1)【記載事項】住所・氏名(フリガナ)・生年月日・年齢・性別・電話番号・希望健(検)診名(ハガキは1人1枚。がん検診はまとめて1枚で申し込み可)
- ③窓口(杉並保健所健康推進課)**

※各健(検)診とも、受診できない場合があります。詳細は、区ホームページをご覧ください。  
※各健(検)診費用は、受診する窓口でお支払いください。なお、生活保護および中国残留邦人等の生活支援給付受給者は費用が免除されます。該当の方で受診券に「免除」の表示がない場合は、受診前に杉並保健所健康推進課へお問い合わせください。

- ※1 胸部X線検査を行う方で30～64歳の方は、300円かかります。
- ※2 成人等健診対象者で、27～29年度の受診期間中に1回以上受診した方には受診券を発送(申し込み不要)。
- ※3 胃がん(内視鏡)・子宮頸がん・乳がん検診は2年に一度しか受けられません。また、29年度に内視鏡検査を受けた方は、エックス線検査を30年度に受診できません。
- ※4 平成9年4月2日～10年4月1日生まれの女性は子宮頸がん無料クーポン対象(クーポン券を5月末に発送予定。申し込み不要)。
- ※5 昭和52年4月2日～53年4月1日生まれの女性は乳がん無料クーポン対象(クーポン券を5月末に発送予定。申し込み不要)。
- ※6 区民健康診査の対象の方は、区民健康診査と同時受診となります。前立腺がん検査は、杉並区内の指定医療機関に限りますので、ご注意ください。

### 〈がん検診受診券シール申し込みの流れ〉





### 認知症高齢者グループホーム・都市型軽費老人ホームの開設

愛の家グループホーム杉並上高井戸（定員18名〈2ユニット〉）／5月1日(火)開設  
認知症の方が少人数の共同生活の中で、一人一人の能力を活かしながら生活する介護福祉施設です。

愛の家都市型軽費老人ホーム杉並上高井戸（定員20名）／6月1日(金)開設  
身体機能の低下等により一人暮らしが不安な60歳以上の区民等を対象にした施設です。

…………… いずれも ……………

所在地=上高井戸2-8-27 ▶ 運営事業者=メディカル・ケア・サービス  
愛の家杉並上高井戸開設準備室 ☎6895-7262 (平日午前9時～午後6時)

#### 内覧会

4月13日(金)～15日(日)午前10時～午後4時 ☎電話または直接、愛の家杉並上高井戸開設準備室 ☎6895-7262 (平日午前9時～午後6時)

### 低炭素化推進機器等導入助成

#### 助成対象機器

##### ◇限度額があるもの

- 太陽光発電システム=限度額12万円
- 強制循環式ソーラーシステム=限度額6万円
- 自然循環式太陽熱温水器=限度額2万円
- 定置用リチウムイオン蓄電池=限度額8万円
- 高日射反射率塗装=限度額15万円 (※)
- 窓断熱改修（ガラス交換／内窓の設置、外窓の交換／ドア・引戸の交換）=限度額15万円 (※)

※既存建物が対象。

##### ◇定額のもの

- 自然冷媒ヒートポンプ給湯器=定額5万円
- 家庭用燃料電池（エネファーム）=定額5万円

#### 申請対象者（次の①～⑤のいずれかを満たす方）

- ① 区民（設置完了までに区民になる方を含む）
- ② 区内中小企業者（代表者が区民であること）
- ③ 共同住宅管理組合および管理者
- ④ 医療法人、社会福祉法人、学校法人
- ⑤ 町会・自治会、商店街組合等

#### 受付期間

4月5日～31年2月28日（完了報告は31年3月20日まで。予算枠に達し次第終了）

#### 申請方法

申請書類（環境課〈区役所西棟7階〉で配布。区ホームページからも取り出せます）を、同課環境活動推進係へ持参

#### 注意事項

- 導入前の申請が必要
  - 過去にこの助成を受けた機器での再申請は不可（耐用期間を超えている場合は可）
  - 詳細は、区ホームページをご覧ください
- ☎同係

### 「すぎなみ教育報」掲載広告の募集

配布方法=区立小中学校・特別支援学校の全児童・生徒、区立子供園の全園児に配布するほか、区役所・区民事務所・図書館・地域区民センターなどの区立施設や、区内・区周辺の各駅の広報スタンドで配布 ▶ 発行部数=約3万部 ▶ 発行回数=年4回（6・9・12・3月を予定） ▶ 掲載位置=裏表紙外側下 ▶ 規格=縦46mm×横92mm（4色） ▶ 募集枠=各号2枠 ▶ 広告料=1枠2万円 ☎教育委員会事務局庶務課庶務係 ☎詳細は、募集要領（教育委員会事務局庶務課〈区役所東棟6階〉で配布。区ホームページからも取り出せます）をご覧ください

### ジョイフル杉並事業が広域化します

杉並区中小企業勤労者福祉事業（ジョイフル杉並事業）は、東京広域勤労者サービスセンター（愛称「フレンドリーげんき」）へ事業を移行し、豊島区、北区、荒川区と共同で事業を運営します。会員数が約1万3000人の規模となるに伴い、スケールメリットを活かしながら、より魅力的な事業を効率的に展開していきます。

#### 東京広域勤労者サービスセンター 会員募集中

サービス内容の例=給付金（結婚、銀婚祝い金）、宿泊補助など ☎杉並区、豊島区、北区、荒川区内の従業員500人以下の事業所や商店で働く従業員と事業主の方。事業所単位で、従業員全員と事業主の方に入会していただきます ☎入会金1人200円。月会費1人500円 ☎☎電話で、東京広域勤労者サービスセンター杉並区営業所 ☎6279-9117（午前9時～午後5時） ☎入会キャンペーン実施中（入会金無料。入会者1人につき3000円のクオカードを差し上げます）

### 結核検診を受けましょう～年1回の健康診断で胸部エックス線検査を受けましょう

結核は、「結核菌」を吸い込むことによって起こる感染症で、特に65歳以上の患者の割合が増加しています。加齢や病気などで免疫力が落ちると発症しやすくなり、気付かないうちに重症化し、さらには周りの人への感染を広げてしまう恐れがあります。

結核は、早期発見・早期治療により、本人の重症化を防ぐだけでなく、大切な家族や職場への感染拡大を防ぐこともできます。

区民健康診査の対象となる65歳以上の方は、胸部エックス線検査を無料で受けることができます。

65～74歳で杉並区国民健康保険に加入している方=区民健康診査の項目に含まれています ▶ 75歳以上の方=後期高齢者健診の検査項目に含まれます ☎杉並保健所保健予防課感染症係 ☎3391-1025 ☎杉並区国民健康保険以外の医療保険に加入している方は、各医療保険者（健康保険組合・協会けんぽ・国保組合など）が実施する特定健診を受診してください

区民健康診査の詳細は、9面をご覧ください

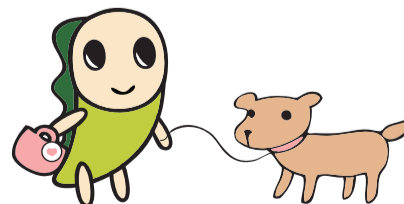
### 杉並区狂犬病予防定期集合注射

犬の飼い主は、狂犬病予防法により、犬の生涯に一度の登録と、年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。また、鑑札・注射済票を犬につけることになっています。

4月7日(土)～22日(日) ☎注射料3100円。注射済票550円（即時交付）。新規登録の場合は別途登録料3000円／いずれも犬一頭につき ☎杉並保健所生活衛生課管理係 ☎3391-1991 ☎詳細は、送付する「注射のお知らせ」「会場一覧表」をご覧ください。車での来場不可。飼い犬の死亡届は、電話のほか電子申請でも受け付けています（詳細は、区ホームページ参照）。これから犬の登録をする方はお問い合わせください

#### 犬の飼い主の皆さんへ

- ふん・尿の後始末=犬のトイレは、なるべく散歩の前に済ませましょう。出掛けるときは、必ずちり紙・袋・水などを持参し、きちんと処理をしてください。
- 鳴き声=無駄吠えをするような場合は、室内へ入れる、散歩に連れていく、カーテンなどで外からの刺激を遮断する等、ストレスを和らげるようにして、近隣への配慮をお願いします。



※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。

## 東京都不妊検査等助成

東京都では、特定不妊治療費助成に加え、不妊検査および一般不妊治療(薬物療法や人工授精等)にかかる費用の一部を助成します。

### ◇助成内容

保険医療機関で行った不妊検査および一般不妊治療に要した費用(保険薬局における調剤を含む)について、5万円を上限に助成(助成回数は1回)。※特定不妊治療(体外受精・顕微授精)や男性不妊治療(精巣内精子生検採取法等)に係る医療費の助成は別の助成制度になります。

### ◇対象者(次の要件をいずれも満たす方)

- 検査開始日に法律上の婚姻関係にある夫婦
  - 検査開始日における妻の年齢が35歳未満の夫婦
  - 検査開始日から申請日までの間、夫婦いずれかが継続して都内に住民登録をしている
  - 保険医療機関において、夫婦ともに助成対象の検査を受けている
- ※検査開始日は、夫婦それぞれの不妊検査受診日のいずれか早い日。  
※上記の基準は3月23日時点のものです。最新の基準は、お問い合わせください。

### ◇助成対象期間

検査開始日から1年間

### ◇申請方法

申込書類を、検査開始日から1年以内(原則)に東京都福祉保健局(〒163-8001新宿区西新宿2-8-1)へ郵送

### ◇問い合わせ

同局少子社会対策部家庭支援課母子医療助成担当 ☎5320-4375

### ◇その他

詳細は、同局 ☎<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/>参照



## 建築物耐震・不燃化助成を拡充・拡大しました

地震被害シミュレーションの結果等を踏まえ、耐震化助成を拡充、不燃化助成地域を拡大しました。

### 新耐震基準の木造住宅への耐震改修等助成拡充

#### ◇助成対象

昭和56年6月～平成12年5月に建てられた区内の平屋または2階建ての木造住宅(構造が在来軸組構法で、基礎がコンクリート造のもの)

#### ◇対象者(建物所有者で、次の①②いずれかに該当する方)

- ①以下のいずれかに該当する方が居住している  
65歳以上の方、介護保険認定者(要介護1～5)、身体障害者手帳(1～3級)・愛の手帳(1～3度)・精神障害者保健福祉手帳(1～3級)所持者、難病患者福祉手当受給者、いずれにも該当しない地域のたすけあいネットワーク「地域の手」登録者
- ②対象建物について、地震保険に加入している(加入予定者含む)

#### ◇助成内容

簡易診断=無料、精密診断=上限10万円、耐震改修=上限100万円(助成率は経費の2分の1)  
区市街地整備課耐震改修担当

### 建築物不燃化助成対象地域の拡大

#### ◇助成対象建築物(次の要件をいずれも満たす建築物)

- 耐火建築物または準耐火建築物
- 対象床面積が25㎡以上であり、当該建築工事費が500万円以上

#### ◇拡大対象地域

堀ノ内2・3丁目、松ノ木1～3丁目、梅里1丁目、成田東1・2丁目

#### ◇助成額

- 耐火建築物=250万円(法的に耐火建築物とする場合を除く)
  - 準耐火建築物=100万円(法的に準耐火建築物とする場合を除く)
- 区市街地整備課不燃化推進係

## 杉並区特定不妊治療費助成

特定不妊治療(体外受精および顕微授精)費の一部を、東京都特定不妊治療費助成を受けている夫婦(事実婚は含みません)を対象に助成します。

### ◇助成内容

特定不妊治療費から、助成額を差し引いた実費額のうち、治療1回につき、治療ステージごとの上限額(A、B、D、E=5万円。C、F=2万5000円)で助成。※東京都の不妊検査等助成および男性不妊治療(精巣内精子生検採取法等)に係る医療費助成は、杉並区特定不妊治療費助成には含みません。

### 〈年齢別助成回数〉

初回(通算1回目)申請時の治療開始年齢※1・2	助成回数(上限)※3
39歳以下	43歳になるまでに通算6回まで
40～42歳	43歳になるまでに通算3回まで

※1 43歳以上の方の助成はありません。

※2 「治療開始年齢」は、東京都の助成申請時の提出書類「特定不妊治療費助成事業受診等証明書」に記載されている治療開始日時点の妻の年齢です。

※3 助成回数に年度内で制限はありませんが、過去の助成回数は合算されます。この上限は、通算1回目の助成認定時における治療開始日時点の年齢で決定し、固定されます。この上限に満たない場合でも、妻の年齢が43歳以上で開始した治療は全て助成対象外です。

### ◇対象者(本人または配偶者が、次の要件をいずれも満たす方)

- 東京都特定不妊治療費助成事業の承認決定を1年以内に受けている夫婦(事実婚は含みません)

※東京都の助成を受けていない方は、まず東京都へ申請をしてください。

- 区の助成の申請時に配偶者と法律上の婚姻関係にあり、杉並区に住民登録がある
- 他の区市町村から、同一の特定不妊治療に対し同種の助成を受けていない

### ◇申請方法

必要書類(詳細は、区ホームページ等参照)を、「東京都特定不妊治療費助成承認決定通知書」の発行日から1年以内に各保健センターへ持参(来所できない場合は各保健センターにご相談ください)。

### ◇問い合わせ

杉並保健所健康推進課 ☎3391-1355

区では、不妊で悩んでいる方のために専門相談や講座(基礎講座・妊活ひろば)を行っていますので、ぜひご利用ください。

## 夕方のチャイムが6時に変わります

区では子どもたちに帰宅を促すとともに、防災無線放送塔の点検等を目的として、夕方に「タヤけこやけ」のチャイムを放送しています。放送時間は、4～9月は午後6時、日没が早まる10～3月は午後5時です。

☎広報課

## 特定地域が拡大しました 感震ブレーカー設置支援事業

感震ブレーカーとは、震度5強以上の揺れを感知すると自動的にブレーカーを落として、電気を止める装置です。

特定地域に成田東1・2丁目、松ノ木1～3丁目、梅里1丁目、堀ノ内2・3丁目、新たに加わりましたので、該当する方はぜひ申請してみてください。

☎特定地域(方南1丁目、阿佐谷北1～6丁目、阿佐谷南1・2丁目、天沼1丁目、高円寺北2～4丁目、高円寺南2～4丁目、本天沼1丁目、成田東1・2丁目、松ノ木1～3丁目、梅里1丁目、堀ノ内2・3丁目)に在住または家屋を有する希望世帯/特定地域以外の方は、区ホームページ「平成30年度 杉並区防災用品あっせんのご案内」参照 ☎3000世帯(申込順) ☎2000円(65歳以上のみの世帯、「身体障害者手帳」「愛の手帳」「精神障害者保健福祉手帳」をお持ちの方がいる世帯、「難病患者福祉手当」を受けている方がいる世帯は無料) ☎申請書(防災課〈区役所西棟6階〉で配布。区ホームページからも取り出せます)を、31年3月31日(消印有効)までに同課へ郵送・持参 ☎同課 ☎ブレーカーの状況によっては設置できない場合あり。詳細は、「ご案内チラシ」(同課、特定地域の区民事務所・地域区民センター、図書館などで配布)や区ホームページ参照。申請は1世帯1回。分電盤が複数ある場合は、ご相談ください

# 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

#### 女性のためのお話し体験

4月9日(月)、5月14日(月)、6月11日(月) 午前10時・10時45分・11時30分 (各30分) 場 西荻図書館 師 産業カウンセラー・小澤昇悦ほか 対 区内在住・在勤・在学の女性 定 各日各回1名(申込順) 問 電話または直接、各開催日の前日までに西荻図書館(西荻北2-33-9 ☎3301-1670) 他 主催=NPO 法人はっとハート心の健康づくり推進会

#### 子ども読書の日記念 「のまりんの紙芝居劇場」

4月14日(土) ①午前10時30分～11時30分=方南児童館(方南1-51-7) ②午後2時30分～3時30分=永福図書館(永福4-25-7) 師 野間成之 定 ①100名②60名(いずれも先着順) 問 ①方南図書館 ☎5355-7100 ②永福図書館 ☎3322-7141 他 ①は方南児童館との協働で実施

#### 区役所ロビー スプリングコンサート

区と友好提携を結ぶ日本フィル楽員による室内楽編成(オーボエ・クラリネット・ファゴット)のコンサートです。4月16日(月)午後0時10分～0時50分 場 区役所1階ロビー 内 出演=日本フィルハーモニー交響楽団木管トリオ 定 100名(先着順) 問 文化・交流課

#### 科学技術週間記念行事 展示「小柴昌俊博士とニュートリノ天文学」

ニュートリノやカミオカンデのパネルと光電子増倍管を展示し、杉並名誉区民・小柴昌俊博士の業績を紹介します。4月17日(火)～20日(金)午前8時30分～午後5時 ▶ 展示解説=19日(水)・20日(金)午後1時～4時(元東京大学宇宙線研究

所 広報担当・福田蓉子) 場 区役所1階ロビー 問 社会教育センター ☎3317-6621

#### 大人のためのやさしいヨーガ

4月17日(火)午後2時30分～4時15分 場 高井戸図書館 師 友永ヨーガ学院講師・上田邦子 定 20名(申込順) 申 問 電話または直接、高井戸図書館(高井戸東1-28-1 ☎3290-3456) 他 ハンドタオル、飲み物持参

#### 大田黒公園 「桜茶と和菓子を楽しもう」

4月20日(金)～22日(日)午前10時～午後4時(売り切れ次第終了。21日は午後1時から) 場 大田黒公園(荻窪3-33-12) 費 300円 問 大田黒公園管理事務所 ☎3398-5814 他 22日は琴の演奏も実施(雨天中止。午後1時30分・3時(各30分程度))



### 講演・講座

#### 杉並でくらす外国人のための にほんご教室

日常生活に必要な基本的な日本語の会話や読み書きを学ぶ、レベル別クラスレッスンです。4月13日～7月6日の毎週火・金曜日、午後6時30分～8時30分(計21回。5月4日(祝)・18日(金)、6月1日(金)を除く) 場 セシオン杉並 師 にほんご学習すぎなみの会 対 区内在住・在勤・在学の外国人 費 月2000円×3回(別途テキスト代) 申 Eメール(記入例)に携帯電話番号も書いて、にほんご学習すぎなみの会 ☎ suginaminihongo@gmail.com。ま

### 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)
- 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)

1人1枚

たはハガキ(記入例)で、社会教育センター(〒166-0011梅里1-22-32 セシオン杉並内) ▶ 申込期限=4月9日(必着) 問 にほんご学習すぎなみの会 ☎090-7212-7909、社会教育センター ☎3317-6621 他 1歳～就学前の託児あり(事前申込制)。クラス分けのための面接を4月10日(火)午後6時30分からセシオン杉並で実施

#### 初めてのテーブル茶道

暮らしに生かせる茶の湯体験を提案します。

4月15日(日)午前10時～正午 場 下高井戸区民集会所(下高井戸3-26-1) 師 表千家不白流竹花宗淡・竹花元木 対 区内在住の方(小学生以下保護者同伴) 定 22名(申込順) 費 1000円 申 問 電話で、下高井戸運動場 ☎5374-6192



#### 小児救急普及事業 赤ちゃんの病気と手当て

4月17日(火)午前11時～午後0時30分 場 和泉保健センター(和泉4-50-6) 内 急病時の適切な対処方法、上手な小児科医へのかかり方など 師 はら医院医師・原みさ子 対 0歳児(第1子)の保護者 定 25名(申込順) 申 問 電話で、和泉保健センター ☎3313-9331

#### 家族介護教室 介護と仕事の両立～これからの介護保険活用

4月18日(水)午後1時30分～3時 場 方南会館(和泉4-42-5) 師 ベネッセシニアサポート法人事業部・井木みな恵、中池祐子 対 区内在住・在勤の方 定 20名(申込順) 申 問 電話で、ケア

24方南 ☎5929-2751

#### うたごえサロン

懐かしいフォークソングなどの名曲を、ピアノ伴奏に合わせて、一緒に楽しく歌いませんか。

4月20日(金)午前10時～11時30分 場 高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) 師 ボーカルトレーニングコーチ・金澤敏子 対 区内在住で60歳以上の方 定 90名(申込順) 費 100円 申 問 電話で、高齢者活動支援センター ☎3331-7841 他 飲み物持参

#### はじめてのボランティア説明会

4月21日(土)午後1時30分～3時30分 場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 定 15名(申込順) 申 問 電話で、4月18日までに杉並ボランティアセンター ☎5347-3939

#### 消費者講座 「最近の高齢者住宅事情について」

4月24日(火)午後1時30分～3時30分 場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 師 全国有料老人ホーム協会・稲田順一 対 区内在住・在勤・在学の方 定 40名(申込順) 申 問 電話で、消費者センター ☎3398-3141 他 筆記用具持参

#### ウォーキング講座～歩いて延ばそう健康寿命

5月11日(金)・18日(金)・25日(金)午後1時30分～3時30分(全3回要出席) 場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 師 NPO法人杉並さわやかウォーキング 対 区内在住の65歳以上で日常生活に介助の必要がない方 定 20名(抽選) 申 往復ハガキ(記入例)で、4月16日(必着)までに荻窪保健センター(〒167-0051荻窪5-20-1) 問 同センター ☎3391-0015 他 長寿応援対象事業。ウォーキング記録ノートを差し上げます

## ゆうゆう館の催し

ゆうゆう館は高齢者向け施設ですが、☑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
荻窪館(南荻窪2-25-17 ☎3335-1716)	小林雅子の「みんなで歌うシャンソン教室」★	毎月第1・3水曜日、午後1時～2時30分 定20名(申込順) 費1回700円
下井草館(下井草3-13-9 ☎3396-8882)	包丁研ぎ講座～親切、丁寧にコーチします★	4月14日(土)午前10時～正午 定10名(申込順) 費1000円 他 包丁・砥石持参
和泉館(和泉4-16-22 ☎3323-5663)	四季折々の草花・鳥達などを水墨画に★	毎月第2金曜日、午後3時～4時30分 定12名(申込順) 費1回500円
梅里堀ノ内館(堀ノ内3-37-4 ☎3313-4319)	「奥の細道」を声を出して読む講座★	4月7日から毎月第1土曜日、午前10時～正午 定12名(申込順) 費1回500円
馬橋館(高円寺南3-29-5 ☎3315-1249)	春まつり/協働事業発表会、阿波おどり「杉小六with菊水連」	4月15日(日)午前9時30分～午後3時
高円寺南館(高円寺南4-44-11 ☎5378-8179)	還暦を迎えた昭和基地・南極の氷に触れます★	4月21日(土)午後2時～3時30分 定30名(申込順) 費500円
桃井館(桃井1-35-2 ☎3399-5025)	日本の伝統文化の楽しみ「長唄三味線演奏」★	4月14日(土)午後3時～4時30分 定30名(先着順) 費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。馬橋館は第1・3木曜日は休館。★は長寿応援対象事業。

### 日本フィル公開リハーサル

## 指揮者とオーケストラの音楽づくりを間近で体験

4月26日(木)午後1時 場 杉並公会堂(上荻1-23-15) 内 出演=ピエタリ・インキネン(首席指揮者。下写真)、日本フィルハーモニー交響楽団(管弦楽) ▶ 曲目=ワーグナー「言葉のない《指環》」 対 小学生以上の方 定 600名(先着順) 問 文化・交流課 他 開演後は入場できません



©堀田力丸

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 ☑Eメールアドレス HPホームページアドレス

**5月の休日パパママ学級**

開5月13日(日)・20日(日)・27日(日)午前9時30分～正午、午後1時30分～4時(20日は午前のみ) 場杉並保健所(荻窪5-20-1) 内もく浴実習、赤ちゃんの抱っこ着替え、パパの妊婦体験、お産に向けた話ほか 師助産師ほか 区内在住で開催日現在妊娠24週から36週6日までの初産のカップル 定各回24組 申杉並区休日パパママ学級 [https://poppins-education.jp/parentsclass\\_suginami/](https://poppins-education.jp/parentsclass_suginami/) から4月14日までに申し込み 場ポピンズ杉並区休日パパママ学級担当 ☎3447-5826 冊母子手帳・筆記用具持参。結果は4月25日までに通知。応募者多数の場合は出産予定日などで調整。車での来所不可。車椅子等をご利用の方はご相談ください

**30年度すぎなみ詩歌館(角川庭園) 講座受講生募集**

開内師下表のとおり 場角川庭園ほか 区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 定各16名(抽選) 費各5500円 申ハガキ(12面記入例)で、角川庭園(〒167-0051荻窪3-14-22)。または申込書(同庭園で配布)を、同庭園へ郵送 ▶ 申込締め切り日=4月15日(必着) 場同庭園 ☎6795-6855 冊結果は後日ハガキで通知

講座名	開講日時(各計11回)・講師
やさしい俳句講座	開5月～31年3月の毎月第1金曜日、午後1時～3時(31年3月は1日午前10時～午後2時) 師橋本直
やさしい短歌講座	開5月～31年3月の毎月第1月曜日、午前10時～正午 師錦見映理子
やさしい川柳講座	開5月～31年3月の毎月第3月曜日、午前10時～正午 師古川澄子
景観建築講座	開5月～31年3月の毎月第4火曜日、午前10時～正午 師松本祐介
すぎなみ景観ある区講座	開5月～31年3月の毎月第4木曜日、午前10時～正午 師淀川正進

**環境活動推進センター**

**◆おもちゃのクリニック**

故障したおもちゃを、おもちゃドクターが修理します(1人1点まで)。開4月15日(日)午後1時～4時(受け付けは3時まで) 定10名(申込順) 費部品代

**◆我が家の屋根に乗せるなら 太陽光発電or太陽熱温水器**

それぞれの特徴、価格、助成金などの情報からあなたの家庭にぴったりのものを探しましょう。開4月21日(土)午後2時～4時 師矢崎エナジーシステム環境システム事業部・西谷栄師 定20名(申込順)

**◆和布で作るシアワセ(四合わせ)巾着袋**

開4月24日(火)午前10時30分～午後3時30分 定12名(申込順) 費1個500円 冊昼食持参。長寿応援対象事業 …… いずれも ……

場環境活動推進センター(高井戸東3-7-4 ☎5336-7352) 区内在住・在勤・在学の方 冊電話で、同センター

**就労支援センター**

**◆転職・再就職市場の最新求人情報～いい企業の選び方**

開4月18日(水)午後1時～4時 師就活プロモーション・プロデューサー 小澤明人 定44歳以下で求職中の方 定20名(申込順)

**◆働くために!「かわす力」養成セミナー～職場での嫌な出来事をかわす術**

開4月20日(金)午後1時30分～4時30分 師精神保健福祉士・片柳光昭 定44歳以下で求職中の方 定10名(申込順)

**◆「コミュニケーションセミナー」フェイスエクササイズ～話し方と伝え方**

開4月21日(土)午後1時～4時 師人事コンサルタント・高橋健太郎 定おおむね44歳以下で求職中の方 定20名(申込順)

**◆社会人としてのココロとカラダの自己管理～あなたの望む自分になる**

開4月25日(水)午後1時～4時 師プロフェッショナルコーチ・伊藤一枝 定54歳以下で求職中の方 定20名(申込順)

…… いずれも …… 場ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 冊電話で、就労支援センター若者就労支援コーナー ☎3398-1136

**杉並障害者福祉会館**

**◆障害者のためのユニカル教室**

年齢・障害に関係なく楽しめる新しいスポーツです。

開5月5日(祝)・6日(日)午後1時～3時30分(計2回) 師日本障害者スポーツ指導員・石井功樹 区内在住・在勤・在学で障害のある方とその家族・支援者 定18名(抽選) 申往復ハガキ(12面記入例)に障害の状況、在勤・在学の方は勤務先または学校名、手話通訳を希望の方はその旨も書いて、4月16日(必着)までに同会館運営協議会事務局

**◆障害者のための各種教室**

開内師費右上表のとおり 区内在住・在勤・在学で障害のある方とその介助者 定各15名(抽選) 申往復ハガキ(12面記入例)に障害の状況、在勤・在学の方は勤務先または学校名、手話通訳を希望の方はその旨も書いて、4月14日(必着)までに同会館運

営協議会事務局

教室名	日時・講師・費用
絵画	開5月6日～10月21日の原則毎月第1・3日曜日、午後1時～3時 師南部千幸 費2500円
陶芸	開5月5日～10月20日の原則毎月第1・3日曜日、午後1時30分～3時30分 師陶芸家・高橋朋子、足立夏代 費2000円
エンジョイスports	開5月13日～31年3月10日の原則毎月第2日曜日、午後1時30分～3時30分 師日本障害者スポーツ協会上級指導員・山本明子

※いずれも8月を除く。各計10回。

…… いずれも ……

場 杉並障害者福祉会館(〒168-0072高井戸東4-10-5 ☎3332-6121 冊3335-3581)

**東京しごとセンター**

**◆女性再就職支援セミナー!私らしく働くための自己理解と仕事の探し方**

自分自身のこと、社会のことを整理した上で、具体的な仕事の探し方などを学びます。

開4月26日(木)午前10時～正午 場阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 師キャリアコンサルタント・滝澤理砂 冊就職活動中またはこれから働きたいと思っている女性 定50名(申込順) 冊セミナー終了後にキャリアカウンセラーとの個別相談可(事前申込制。10名(申込順))

**◆女性再就職サポートプログラム「再就職 はじめの一歩」コース**

希望者は、6月に実施する職場体験に参加できます。

開5月28日(月)～6月1日(金)午前10時～午後4時(計5回) 場ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 冊結婚・出産・育児・介護などで離職中の、パソコンの基本的な入力ができる25～54歳の女性求職者 定25名(選考)

…… いずれも ……

申開4月2日から電話で、東京しごとセンター ☎5211-2855 冊1歳～就学前の託児あり(事前申込制。定員あり(申込順))。当日、杉並区就労支援センター・東京しごとセンターの利用登録が必要

**スポーツ①**

**競技大会**

**ターゲット・バードゴルフオープン大会**

開4月20日(金)午前11時～午後3時 場上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区内在住・在勤・在学の高中生以上で、ターゲット・バードゴルフ経験者 定50名(申込順) 費500円 申往復ハガキ(12面記入例)

で、4月13日(必着)までに浅妻信弘(〒168-0071高井戸西1-5-32) 冊浅妻 ☎5344-9143(午前8時～午後8時)

**◆新人戦(卓球)**

開5月13日(日)午前9時～午後9時 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 冊種目=男女別シングルス(一般、初級)、男女別ダブルス(一般、初級) / 一般=全国大会出場経験がない方、区市町村大会で優勝経験がない方 ▶ 初級=初級で優勝経験がない方 区内在住・在勤・在学または区内のクラブに所属し、東京都卓球連盟に登録がある方 定300名(申込順) 費シングルス1000円(高校生以下500円)、ダブルス1組2000円(高校生以下1000円)をゆうちょ銀行「00160-8-694963杉並区卓球連盟」へ振り込み 冊申込書(区体育施設で配布)を、4月16日～23日(必着)に三浦弘子(〒168-0065浜田山2-11-9)へ郵送 冊区卓球連盟・横尾 ☎3315-4862(平日午前10時～午後5時)

**スポーツ教室**

**◆ゴルフ基礎講座**

開4月11日～5月18日、5月30日～6月29日①水曜日午前10時30分～11時50分②金曜日午前10時30分～11時50分③水曜日午後7時30分～8時50分(各計5回) 場西荻ゴルフセンター(西荻北2-37-8) 区内在住・在勤で20歳以上の方 定各6名(申込順) 費各1万2500円(当日) 冊往復ハガキ・ファクス(12面記入例)で、各開催日の3日前(必着)までに大友和男(〒166-0011梅里2-8-3 ☎042-463-5750) 冊畔蒜 ☎090-5560-0424 冊振り替え受講可。無料貸し出しクラブあり

**◆杉並子どもラグビー体験教室**

開4月22日(日)午後1時～3時 場井草森公園(井草4-12-1) 区内在住・在学の3歳～中学生 定100名(先着順) 冊杉並少年ラグビースクール・宮島 ☎090-4706-8075 冊運動できる服装で、飲み物持参。教室の詳細は、同スクール <http://www.suginami-rs.com/> 参照

**ノルディック・ウォークで新緑の中を歩こう**

開5月6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 冊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) 申冊電話で、スポーツハイツ ☎3316-9981 冊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 冊長寿応援対象事業

**4月7日(土)オープン 荻窪つどい公園**

— 問い合わせは、みどり公園課公園整備係へ。

冊概要=荻窪つどい公園(荻窪4-15-27) ▶ 主な施設=すべり台、ブランコ、健康遊具、あずまや、だれでもトイレほか ▶ 開園時間=午前8時～午後6時 ◆開園式 開4月7日(土)午前10時～11時 場荻窪つどい公園 冊式辞、来賓祝辞、テープカットなど 冊開園式終了後、花鉢を配布(200鉢(先着順))。整理券を午前9時30分から配布。車での来場はご遠慮ください

◆関連イベント ●四季折々の写真展示 開4月7日(土)午前9時～午後5時 場大田黒公園(荻窪3-33-12) ●北側敷地一部公開(建物内部除く) 開4月7日(土)午前10時～正午 場(仮称)荻外荘公園(荻窪2-43-36) ●すぎなみ詩歌館の2階案内 開4月7日(土)午前11時30分・正午(各回30分程度) 場角川庭園(荻窪3-14-22) 定各回10名程度(先着順)



スポーツ②

障害者のためのわいわいスポーツ教室「スポーツデビュー」

⑤5月12日(土)午前10時～正午(ボランティアは午前9時～午後0時30分) 場高井戸小学校(高井戸西2-2-1) 内ペットボトルボウリング、ディスクッターほか ⑥区内在住・在勤・在学の15歳以上で、障害の程度が重い方 ⑦30名(抽選) ⑧申込書(スポーツ振興課(区役所東棟6階)、福祉事務所、区体育施設、障害者施設、障害者福祉会館、障害者交流館で配布。区ホームページからも取り出せます)を、4月17日(必着)までにスポーツ振興課へ郵送・持参 ⑨同課 ⑩公共交通機関の利用が困難な方は、リフト付き送迎バスを利用可▶ボランティア募集=申込書(スポーツ振興課で配布。区ホームページからも取り出せます)を、同課へ郵送・持参

初心者区民乗馬教室

①5月16日(水)・23日(水)・30日(水)、6月6日(水)②5月17日(木)・24日(木)・31日(木)、6月7日(木)いずれも午前10時～午後0時30分。各全4回要出席 ③東京乗馬倶楽部

(渋谷区代々木神園町4-8) ④区内在住・在勤・在学の方 ⑤各10名(抽選) ⑥各2万円 ⑦往復ハガキ(12面記入例)に性別・職業・馬歴(くら数)も書いて、4月24日(必着)までに区馬術連盟・平野光子(〒168-0064永福2-18-18) ⑧同連盟・平野☎3327-1749(午後6時～9時)

区民のための卓球教室

①6月6日(水)・8日(金)・13日(水)・15日(金)午後1時30分～4時(計4回) 場バタフライ卓球道場(阿佐谷南1-7-1) ②区内在住・在勤・在学の方 ③35名(先着順) ④3000円(当日) ⑤横尾☎3315-4862(午前10時～午後5時) ⑥シューズ・ラケット持参。車での来場はできません

フォークダンス初心者講習会

①6月4日(月)・11日(月)・18日(月)・25日(月)午後3時～5時(計4回) 場大宮前体育館(南荻窪2-1-1) ②吉井美千子 ③区内在住・在勤・在学の方 ④30名(申込順) ⑤往復ハガキ(12面記入例)で、4月20日(必着)までに大原洋子(〒168-0064永福2-9-14) ⑥大原☎3324-2721 ⑦動きやすい服装で、上履き持参

ヴィムスポーツアベニュー

◆丈夫な足腰をつくろう教室 シニア ①5月2日(水)・9日(水)・16日(水)・23日(水)午前10時～11時30分=筋力トレーニングマシン運動▶5月7日(月)・14日(月)・21日(月)・28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8回 ②65歳以上で医者から運動制限を受けていない方 ③8640円

◆運動不足改善 カラダ若がえろう教室 ①5月12日～6月23日の毎週土曜日、午前10時15分～11時5分(計7回) ②バランス&体幹トレーニング ③20～64歳の方 ④7560円

…… いずれも ……

場①ヴィムスポーツアベニュー(宮前2-10-4)☎3335-6644(午前11時～午後5時) ②各15名(申込順) ③電話で、4月25日までに同施設 ④同講座の受講経験者はご遠慮ください

大宮前体育館

◆機能調整～腰痛ケア ①4月9日～6月25日の月曜日、午前11時～午後0時15分(祝日、休日を除く。計11回) ②横山弘美 ③16歳以上の方 ④10名(申込順) ⑤1万1000円 ⑥直接、同体育館

◆優しいヨガ

①4月9日～6月25日の月曜日、午前10時～10時45分(祝日、休日を除く) ②16歳以上の方 ③各10名(先着順) ④1回500円

◆ピラティス

①4月10日～6月26日の火曜日、午前9時10分～9時55分(第3火曜日を除く) ②16歳以上の方 ③各30名(先着順) ④1回500円

◆ボディバランス

①4月11日～6月27日の水曜日、午前11時～午後0時15分(5月2日を除く。計11回) ②北村ともみ ③16歳以上の方 ④25名(申込順) ⑤1万1000円 ⑥直接、同体育館

◆健康レクリエーションタイム

①4月11日(水)・18日(水)・25日(水)午前10時～11時 ②16歳以上の方 ③各10名(申込順) ④1回500円 ⑤電話または直接、同体育館

◆エアロビクス(脂肪燃焼系)

①4月7日～6月30日の毎週土曜日、午前10時45分～11時45分 ②16歳以上の方 ③各25名(先着順) ④1回500円

…… いずれも ……

場①大宮前体育館(〒167-0052南荻窪2-1-1)☎3334-4618

環境課のイベント

燃料電池自動車「H2なみすけ号」の体験乗車会

①4月21日(土)②28日(土)午後1時30分～3時30分 場日通自動車学校(宮前5-15-1) ③区内在住・在勤・在学の方(小学生は保護者同伴) ④各12名(申込順) ⑤電話で、各開催日の前日までに環境課環境活動推進係 ⑥車での来場不可。運転はできません。未就学児は乗車できません。日通自動車学校のスクールバスを利用できます。詳細は、日通自動車学校ホームページ参照。参加者には、なみすけグッズを差し上げます



省エネなんでも相談・機器展示会

①4月9日(月)～13日(金)午前8時30分～午後5時(相談窓口は午前9時から) 場区役所1階ロビー ②区の助成対象となる低炭素化推進機器等(太陽光発電、ソーラーシステム、太陽熱温水器、蓄電池、エコキュート、エネファーム、断熱ガラスなど)の展示・機器説明、省エネなんでも相談窓口の開設 ③区内在住・在勤・在学の方 ④省エネなんでも相談は電気・ガス・水道の検針票を持参すると、より詳しい相談ができます。期間中はゴーヤー・アサガオの種を配布



情報ぽけっと

申し込みは、各団体へ

催し

サイエンスホッパーズ科学実験教室 4月～31年3月の主に土曜日午後(計12回) / 松溪中学校ほか / 小学4年生～中学生 / 各24名(申込順) / 各500円 / ①Eメール(12面記入例)に「メールお知らせ配信希望」、学年も書いて、4月10日までにサイエンスホッパーズ☎s-hopper@jd5.so-net.ne.jp / ②藤井☎090-7210-7315 / 詳細は、同団体ホームページ参照

昭和文化的の香る杉並まち歩きガイド養成・荻窪編 4月21日(土)、5月19日(土)、6月16日(土)、7月21日(土)、9月15日(土)、10月20日(土)、11月17日(土)、12月15日(土)、31年2月16日(土)、3月16日(土)午前10時～正午(計10回) / ウェルファーム杉並ほか / 講義「まち歩きの意義～市民ガイドと荻窪南トライアングル(大田黒公園・角川庭園・荻外荘公園)について考える～」 / 首都大学東京名誉教授・高見澤邦郎 / 24名(申込順) / 1000円 / ①電話で、4月14日までにすぎなみ文化協会・土屋☎070-5577-8358

みんなで銭湯に行こう 区内銭湯でレイボスティー湯を実施します 4月8日(日)(開催日が異なる銭湯あり) / 460円。小学生180円。幼児80円 / ①杉並浴場組合

加盟銭湯(午後1時以降) ニケキュレーターズセレクション 帆足枝里子展 4月13日(金)～5月23日(水)午前10時～午後5時(日曜日、祝日を除く。4月15日(日)は特別開廊) / 女子美ガレリアニケ(和田1丁目) / ①女子美ガレリアニケ☎5340-4688

小金井桜と春の野草を愛でる 4月18日(水)午前10時～午後2時30分 / 都立小金井公園(小金井市)とその周辺▶集合=小金井公園西口 / 山室京子ほか / 区内在住・在勤・在学の方 / 30名(抽選) / 500円(保険料含む) / ①往復ハガキ(12面記入例)で、4月7日(必着)までに自然観察の会・杉並事務局(〒167-0051荻窪5-26-3-302石原方) / ②同事務局・石原☎3392-5998

杉並野草展 4月20日(金)～22日(日)午前10時～午後4時(22日は3時まで) / 大田黒公園 / ①杉並野草の会事務局☎3399-5634 / 野草の種を無料配布 杉並書道人協会展 4月20日(金)～23日(月)午前10時～午後6時(20日は午後1時から。23日は5時まで) / セシオン杉並 / ①書道人協会☎3321-9846 / 写経体験も開催(4月22日(日)午後1時15分～2時30分。小学生以上の方。60名(先着順)。持ち物の詳細は、区ホームページ参照)

座の市 4月21日(土)午前11時～午後5時(売り切れ次第終了) / 座・高円寺 / 杉並でとれた野菜や区の交流自治体の物産品、地方の逸品などの販売 / ①座・高円寺☎3223-7500

阿佐谷スウィングウオーク 4月22日(日)午後1時～5時 / 阿佐谷パールセンター商店街 / アコースティック楽器による街角生演奏イベント / ①阿佐谷商店街振興組合☎3312-6181

武蔵野室内合奏団定期演奏会 4月22日(日)午後2時～4時 / 杉並公会堂 / 出演=佐々木雄一(指揮)▶曲目=ベートーベン「交響曲第3番 変ホ長調『英雄』Op. 55」ほか / 小学生以上の方 / 1190名(先着順) / 2000円 / ①武蔵野室内合奏団・田中☎090-2308-6551 / ②区民75組150名(抽選)を招待=往復ハガキ(12面記入例)で、4月13日(必着)までに同合奏団広報すぎなみ招待係(〒186-0004国立市中3-11-1-1015大内方)

チャリティー杉並文化フォーラム「童謡・唱歌コンサート」 4月30日(休)午後3時30分～5時30分 / 杉並公会堂 / 出演=作曲家・伊藤幹翁ほか▶曲目=「赤い鳥小鳥」ほか / 小学生以上の方 / 全席指定4000円 / ①チケット販売窓口=杉並公会堂☎5347-4450 / ②NPO杉並文化村☎5397-5503 / ③区民20名を招待(抽選)=往復ハガキ(12面記入例)。2名まで連記可)で、4月16日(必着)までにNPO杉並文化村事務局(〒166-8577阿佐谷南3-35-21リボン館内)

新空間&山田とうしパントマイム 5月12日(土)午後7時～8時30分・13日(日)午後1時～2時30分=「心ゆくまで」▶13日(日)午後5時～6時30分=ソロ公演「Pantomime POWER」 / 座・高円寺 / 出演=山田とうしほか / 小

学生以上の方 / 280名(申込順) / 3500円。連続6000円 / ①Eメール(12面記入例)にチケット枚数も書いて、新空間☎mimesinkukan@gmail.com / ②三神☎090-6951-3500 / ③各区区民5組10名を招待(抽選)=Eメール(12面記入例)で、4月25日までに新空間☎mimesinkukan@gmail.com。当日券あり(3800円) 阿佐谷新能 5月18日(金)午後5時40分～7時30分 / 阿佐ヶ谷神明宮(阿佐谷北1丁目)。雨天時は杉並第一小学校 / 区内小学生による仕舞・狂言▶出演=人間国宝・野村四郎ほか▶演目=能「土蜘蛛」、狂言「附子」ほか / 小学生以上の方 / 350名(申込順) / 3000円。小中学生1000円 / ①チケット販売窓口=区役所1階コミュかるショップ / ②あさがや能・狂言の会☎080-0170-7700

講演・講座 東京衛生病院「ウエルネス操体法教室」 4月13日(金)・27日(金)、5月11日(金)・25日(金)、6月8日(金)・22日(金)午後0時30分～2時 / 東京衛生病院(天沼3丁目) / 東京学芸大学名誉教授・池田克紀 / 区内在住・在勤の方ほか / 各25名(申込順) / 各日1000円 / ①電話で、東京衛生病院健康教育部☎3392-6151 歴史講演会「飛鳥の女帝たち(2)～持統天皇」 4月14日(土)午後1時30分～3時30分 / セシオン杉並 / 古典文学研究者・貝瀬弘子 / 区内在住の方 / 120名(先着順) / 300円 / ①杉並区歴史研究団体連絡会会長・新村☎3397-0908

上井草スポーツセンター

◆みんなでアクア!

時4月28日(土)午前11時~11時45分 師樋口リリィ 函16歳以上の方 定18名(申込順) 費610円 他水着・キャップ・タオル持参

◆夏まえにカラダ引き締め教室

時4月29日(祝)午前10時45分~11時35分=初めての体幹トレーニング▶11時45分~午後0時35分=格闘技シェイプ 師谷口博史 函16歳以上の方 定各40名(申込順) 費各510円 他室内履き持参

◆チャレンジマット運動

こども

時4月30日(休)①午前9時45分~10時30分②10時45分~11時30分③11時45分~午後0時30分④0時45分~1時30分 師海老澤恭介ほか 函①小学3・4年生②4歳~未就学児③小学1・2年生④3・4歳/4歳のお子さんは②④どちらでも参加可 定各14名(申込順) 費各610円 他運動しやすい服装、タオル・飲み物持参

..... いずれも .....

場同上井草スポーツセンター(上井草3-34-1 ☎3390-5707) 申電話または

直接、同センター

その他

ふれあいスポ・レクまつり いつでも!どこでも!だれとでも!

時4月29日(祝)午前9時~11時=健康体操・ユニカール▶11時~午後1時=ミ

ニテニス・スポレク太極拳▶1時~3時=バウンドテニス・ラリーテニス▶3時~5時=インディアカ 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 函区内在住・在勤・在学の方 場杉並区スポーツ振興財団 ☎5305-6161

4月1日発行「マイスポーツすぎなみ」

スポーツ教室などの関連情報は「マイスポーツすぎなみ」をご覧ください。

函配布方法=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 ☎http://sports-suginami.org/からもご覧になれます 場杉並区スポーツ振興財団 ☎5305-6161

毎年4月2日は

世界自閉症啓発デー

毎年4月2日~8日は

発達障害啓発週間です

■自閉症とは?

脳の発達の仕方の違いから「他の人の気持ちや感情を理解すること」「言葉を適切に使うこと」「新しいことを学習すること」などが苦手であり、一般的に「常識」と思われることを身に付けることも苦手です。このため、真面目に取り組んでいても、誤解されることがあります。

■こうしてもらえると助かります

自閉症の人には、会話が苦手な人が多くいます。また、過敏で、人混みや大きな音、光といった刺激を苦手とする人も多くいます。新しい事をするときや、いつもとやり方が違うときは、困って混乱することがあります。

どうすればよいのか、正しい方法をできるだけ具体的にし、穏やかに根気よく接して、良い関係をつくるようにしてください。

「世界自閉症啓発デー」関連講演会

「アスペルガーであるあなたの生き方のほうが、人間としては本来自然」

「ずっと生きづらかった私だからこそわかるアスペルガーの子の『本当の気持ち』」の著者が、どうしたら生きやすくなるかを徹底研究してきた体験談を伝えます。時4月28日(土)午後2時~4時 場女子美術大学(和田1-49-8) 師アズ代表取締役・アズ直子(右写真) 定200名(申込順) 申電話・ファクス(12面記入例)で、障害者施策課管理係 ☎3312-8808



発達障害児地域支援講座

「ペアレント・プログラム」~子どもの行動を理解しよう

子育てに難しさを感じる保護者と子育てに関わる支援者が、お子さんの「行動」をよく観察・分析してその子の理解につなげられるようにします。時5月12日(土)・26日(土)、6月16日(土)・23日(土)、7月21日(土)・28日(土)▶保護者=午前10時~11時30分▶支援者=午前9時15分~正午(全6回要出席) 場東京女子大学(善福寺2-6-1)、東京立正短期大学(堀ノ内2-41-15) 師中京大学現代社会学部教授・辻井正次 定幼児~小学生の保護者20名、支援者20名(いずれも申込順) 申電話4月9日から電話・ファクス(12面記入例)で、こども発達センター ☎5317-5661 ☎5317-5664

荻窪病院 みんなの健康講座~大腸内視鏡検査を受けてみよう 4月14日(土)午後3時~4時/荻窪病院(今川3丁目)/同病院内科部長・中村雄二/区内在住・在勤・在学の方/80名(申込順) 申電話または直接、同病院地域連携室 ☎3399-0257

区民健康フォーラム2018 4月15日(日)①午前11時30分~午後1時=無料体験コーナー(整形外科ヨガ、血圧測定ほか)②1時15分~2時45分=講演「骨粗鬆症といつものまにか骨折~寝たきりにならない為に~」ほか(久我山整形外科ペインクリニック・佐々木政幸ほか)③3時~4時=講演「自立した女子の生き方、育て方」(西原理恵子)/セッション杉並/区内在住・在勤・在学の方/①整形外科ヨガのみ20名(申込順)②③各500名(いずれも先着順) 申電話①は電話で、杉並区医師会 ☎3392-4114

複式簿記説明会 ①4月16日(月)②17日(火)▶事業所得の方=午前10時~11時30分▶不動産所得の方=午後2時~3時30分/杉並青色申告会(阿佐谷南3丁目)/複式簿記に必要な帳簿とその記帳方法/区内在住の方ほか/各日各回20名(申込順)/各日各回1000円/申電話・ファクス(12面記入例)で、①は4月13日②は4月16日までに杉並青色申告会 ☎3393-2831 ☎3393-2864/長寿応援対象事業

伝統文化いけばなこども教室 4月28日~31年1月26日の土曜日、午前9時30分

~10時30分(月1回。計10回)/杉並第八小学校/小原くみ子ほか/区内在住・在学の小中学生とその保護者/60名(申込順)/1万円/申往復ハガキ(12面記入例)に学校名・学年、保護者の氏名も書いて、4月15日(必着)までに小原くみ子(〒166-0001阿佐谷北5-44-15)/申小原 ☎3310-5350

河北健康教室 10年後も元気であるために運動を始めましょう 5月12日(土)午後2時30分~4時/河北総合病院(阿佐谷北1丁目)/河北健診クリニック保健師ほか/30名(申込順) 申電話で、河北総合病院広報課 ☎3339-5724(月~土曜日午前9時~午後5時)

学校開放公開講座「万葉集を読む」 6月7日~12月6日の毎月第1木曜日、午後1時30分~3時30分(8月を除く。計6回)/向陽中学校/御製歌ほか/元都立西高等学校教諭・牧野玲子/区内在住・在勤の方/40名(抽選) 申往復ハガキ(12面記入例)で、5月10日(消印有効)までに向陽スポーツ文化クラブ(〒168-0073下高井戸3-24-1)/申同団体 ☎3329-3935(日曜日のみ)

明治大学 ◆公開講座「神社と祭りの日本精神史」 5月12日(土)・19日(土)、6月2日(土)・16日(土)・30日(土)、7月14日(土)・28日(土)、8月4日(土)午後1時~2時30分(計8回)/同大学和泉キャンパス(永福1丁目)/元同大学文学部兼任講師・水谷類/区内在住・在勤・在学で18歳以上の方/120名(申込順)/4000円/申電話で、5月11日までに同大学リバティアカデミー事務局

◆公開講座「中国思想と西洋思想の出会い」 6月9日(土)午後1時~2時30分/同大学和泉キャンパス(永福1丁目)/同大学文学部准教授・志野好伸/区内在住・在勤・在学で18歳以上の方/120名(申込順) 申電話で、6月8日までに同大学リバティアカデミー事務局

..... いずれも .....

申明治大学リバティアカデミー事務局 ☎3296-4423(月~土曜日午前10時30分~午後7時。土曜日は3時30分まで)

都立農芸高校 ◆一般向けコース 5月12日(土)・19日(土)、6月2日(土)・23日(土)、9月8日(土)午前9時~午後1時(全5回要出席)/都立農芸高等学校/①園芸基礎講座②やさしい小さな庭園づくり③食品加工コース/都内在住・在勤で20歳以上の方/①25名②20名③12名(いずれも申込順)/各5000円/複数科目の受講不可

◆中学生向けコース 5月13日(日)・20日(日)、6月3日(日)午前9時~午後1時(全3回要出席)/都立農芸高等学校/①ジャムづくり②洋菓子づくり③うどんづくり/中学生/各10名(抽選)/各2000円/複数科目の受講不可

..... いずれも .....

申往復ハガキ(12面記入例)に一般向けコースは性別も書いて、4月2日~13日(消印有効)に都立農芸高等学校公開講座担当(〒167-0035今川3-25-1)/申

同担当 ☎3399-0191

その他

税金なんでも相談会 4月11日(水)午後1時~4時/東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目) 申電話で、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)/1人45分程度

シルバー人材センターリサイクル自転車の販売 4月16日(月)~18日(水)午前11時~午後4時(荒天延期。販売初日は午前9時30分から整理券配布)/リサイクル自転車作業所(永福2丁目)/販売価格=6700円~(先着順)/申同作業所 ☎3327-2287(土・日曜日、祝日を除く)

相続、離婚、金銭問題等書類・手続無料相談会 4月23日(月)午後1時~4時/高円寺パルプラザ(高円寺南3丁目)/区内在住・在勤・在学の方/申東京都行政書士会杉並支部 ☎0120-567-537

東京税理士会杉並支部 ◆税金なんでも相談会 4月17日(火)午前10時~正午、午後1時~4時/同支部(阿佐谷南3丁目)/税金に関する相談(事業・相続・贈与等)、帳簿のつけ方等に関する相談/申電話で、4月16日までに同支部/1人40分程度

◆税理士による相続税無料相談会 4月26日(休)午後1時~4時30分/同支部(阿佐谷南3丁目) 申電話で、4月25日までに同支部/1人40分程度

..... いずれも .....

申東京税理士会杉並支部 ☎3391-1028

※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。

# すぎなみ地域大学

## 5~7月開講講座の受講生を募集します

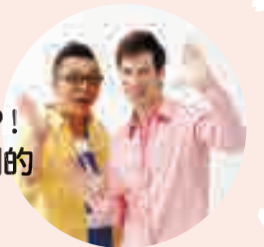
地域で活動するために必要な知識や技術をすぎなみ地域大学で学び、  
仲間の輪を広げ、まちで活躍してみませんか。  
—問い合わせは、地域課地域人材育成係 ☎3312-2381へ。



地域大学二次元コード  
(地域コムすぎなみ地域大学ページ)

講演会 | すぎなみ地域大学&すぎなみ大人塾  
共同開催講演会

楽しく♪ワクワク♪  
コミュニケーションUP!  
「パクンマクンの笑劇的  
コミュニケーション術」



時 5月19日(土)午前10時30分~正午 場 セシオン杉並  
(梅里1-22-32) 入 ①パクンマクン 定 500名(申込順)  
②電話で、地域課地域人材育成係

### 〈5~7月開講講座一覧〉

講座名	日時・対象者・定員(抽選)・費用	募集締め切り日(必着)
<b>地域活動基礎コース</b>		
まちとつながる!スタートアップ講座~まちあわせカフェ	時 5月10日(休)・17日(休)・24日(休)・31日(休)午後7時~9時(計4回) 定 20名	4月23日
まちに飛び出せ!コミュニケーション講座「話す」	時 6月5日(火)・12日(火)・19日(火)午後6時30分~9時(計3回) 定 15名	5月15日
<b>地域活動実践コース</b>		
福祉車両運転協力員講座	時 6月3日(日)午前10時~午後4時50分・10日(日)午前9時30分~午後4時30分・17日(日)午前9時30分~午後5時30分(計3回) 対 区内在住・在勤・在学のおおむね68歳未満で、普通自動車運転免許取得後3年以上経過した方 定 20名 費 1500円	5月14日
救急協力員講座	時 5月12日(土)・13日(日)午前9時~午後1時30分(いずれか1日) 対 区内在住・在勤・在学で、救命技能認定証を持っていない方 定 各回25名 費 500円	4月23日
区民ライター講座	時 5月18日(金)・25日(金)・6月1日(金)・8日(金)・16日(土)・7月7日(土)・14日(土)午前9時30分~午後0時30分(計7回。ほか1日取材実習日あり) 定 20名 費 4000円	4月26日
食育推進ボランティア講座	時 5月9日(水)・16日(水)・23日(水)・30日(水)・6月6日(水)・13日(水)午後2時~4時30分(計6回) 対 区内在住の方 定 30名	4月23日
アートサポーター講座	時 5月16日(水)・30日(水)・6月20日(水)午後7時~9時(計3回。他に任意の日程で1日実習あり) 定 20名 費 2000円	4月26日
森林ボランティア育成講座	時 6月~32年3月の主に隔月第2土曜日、午前9時~午後3時 対 区内在住で18歳以上の方 定 15名	5月14日
区民後見人基礎講座説明会	時 6月23日(土)午後2時~4時 対 区内在住で4月1日現在25~64歳の方 定 30名(申込順) ①電話で、地域課地域人材育成係	—

※対の記載がないものは、区内在住・在勤・在学の方。

#### インターネットまたは申込書で申し込み

講座の詳細・申し込み方法は、募集案内をご覧ください

▷配布場所=区役所1階ロビー、区役所分庁舎(成田東4-36-13)、区民事務所、地域区民センター、区民集会所、図書館、杉並ボランティアセンター(天沼3-19-16)、すぎなみ協働プラザ(阿佐谷南1-47-17)、保健センター  
※すぎなみ地域大学 ☎ <http://www.sugi-chiiki.com/tiikidaigaku/>からも取り出せます(上記二次元コード)。

詳しくは募集案内も見てね!



## 4月6日(金)~15日(日)は 春の全国交通安全運動

やさしさが走るこの街 この道路



この春入学したばかりの児童は通学に不慣れな子供も多く、運転者は特に注意が必要です。子供や高齢者を見掛けたら、徐行したり、横断を終えるまで待つてあげたりするなど、思いやりのある運転を心掛けましょう。

—問い合わせは、杉並土木事務所交通安全係 ☎3315-4178へ。

### 運動の基本 子供と高齢者の交通事故防止

#### 運動の重点

- 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

思いやりのある運転とともに、子どもや高齢者自身も危険について知ることが大切です。特に高齢者で運転に不安がある方は、免許の自主返納を家庭内で話し合しましょう。

- 自転車の安全利用の推進(特に「自転車安全利用五則」の周知徹底)

#### 〈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・並進等の禁止
  - ・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 子供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

後部座席でもシートベルトやチャイルドシートを着用しないと、事故時に前席に激突したり、車外に投げ出されたりするなど、大きな被害につながります。

- 飲酒運転の根絶

わずかなお酒でも、運転能力・判断能力を鈍らせるおそれがあります。「乗らない」「乗せない」「飲ませない」を守りましょう。

- 二輪車の交通事故防止

歩行者は気付いていないかもしれない、車がかかるかもしれないといった、危険を予測した運転を心掛けましょう。渋滞中は、車両の間からの飛び出しに注意しましょう。また、スピードの出し過ぎにも気を付けましょう。

### 世帯と人口 (住民基本台帳)

3月1日現在( )は前月比

世帯数	日本人のみの世帯	304,131(76減)	合計 317,699 (171減)
	外国人のみの世帯	11,051(102減)	
	日本人と外国人の世帯	2,517(7増)	

人口			小計	合計 564,339 (212減)
	男	女	548,033(115減)	
	日本人	262,660(38減)	285,373(77減)	
	外国人	8,143(24減)	8,163(73減)	16,306(97減)