

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

{ 7/1 }  
平成30年(2018年)  
No.2232

マイナンバーって  
どんなもの？  
何に使うもの？

27年10月から始まった社会保障・  
税番号制度(マイナンバー制度)。  
制度があるのはなんとなく知ってい  
ても、私の番号って？ いつ使う  
の？ 何に使うの？ と疑問に思っ  
ても多いのではないのでしょうか。  
今回は、なみすけと一緒にマイナン  
バーの疑問を解決していきます。

マイ  
ナン  
バー  
って  
？



特集

## あなたに寄り添うマイナンバー

Contents — 主な記事 —

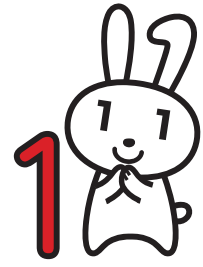
7 | 8月から高額療養費制度が改正されます 9 | 増田寛也の杉並日和 11 | 児童館・図書館 7月の行事 16 | すぎなみ地域大学 8・9月受講生募集

〒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。



# あなたに寄り添う マイナンバー (個人番号)



マイナンバー制度は、便利で暮らしやすい社会づくりのために生まれた制度。マイナンバーは一人に一つ付けられるその人だけの番号で、社会保障や税、災害対策における行政手続きのために使われます。マイナンバーを利用することで、区役所等に提出する書類が少なくなるなど利便性が向上します。スタートから2年9カ月が経過し、マイナンバーの提供を求められる場面が増えてきました。そこで、改めてマイナンバー制度について、ご紹介します。

なみすけと一緒に「マイナンバー」のことを知ろう！



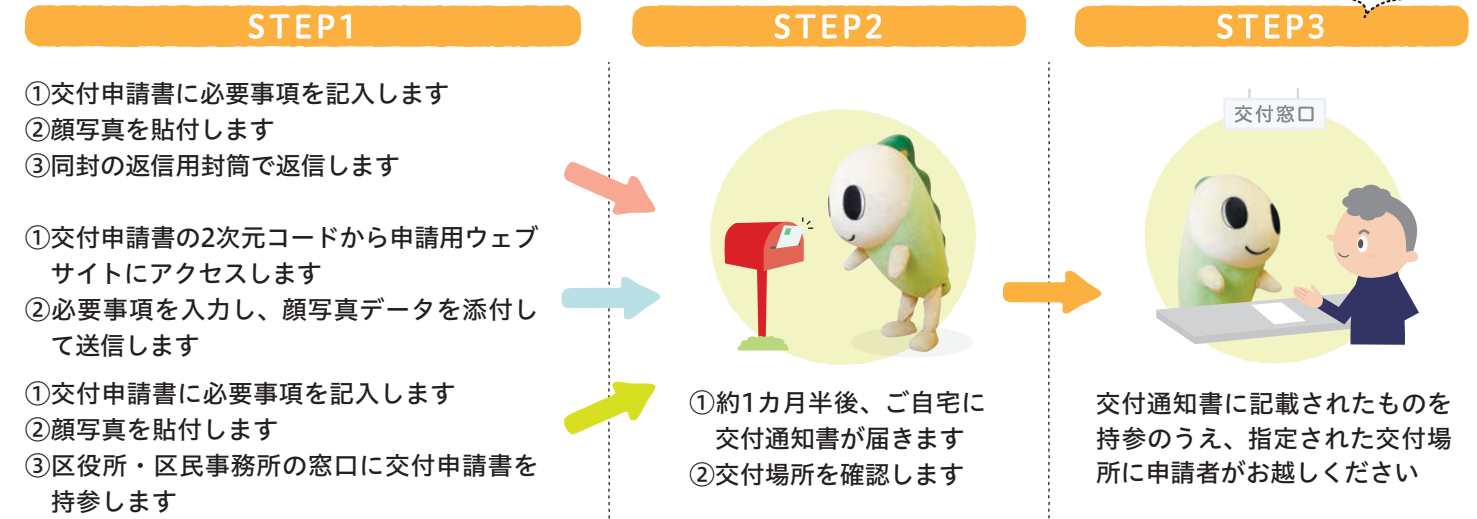
— 問い合わせは、マイナンバー制度については情報政策課、マイナンバーカードの申請方法、証明書交付の方法については区民課へ。



## 郵送で？ PCやモバイルで？ マイナンバーカードの申請方法

受け取りには本人確認書類が必要です！

- 郵送の場合**
- インターネットの場合**
- 区役所・区民事務所に来訪する場合**



※交付申請書は、通知カードに付属しているものをご使用ください。紛失された方は区役所・区民事務所で再発行することができますのでお問い合わせください。ただし、申請書に記載された氏名・住所等に変更がある場合や、通知カードを再発行された後に付属されている申請書部分に「\*」（アスタリスク）で埋められたものをお持ちの場合、その申請書は使用できません。

## マイナンバーってどんなもの？

- Q1. 自分のマイナンバーって、もう決まっているの？**
- A** はい、決まっています。マイナンバーは、平成27年10月5日時点で日本に住民登録をしている方と、それ以降国外から転入した方、出生した方に付けています。マイナンバーは、12桁の番号で紙の「通知カード」でお知らせしています。
- Q2. マイナンバーカードって作らないといけないの？**
- A** いいえ、義務ではありませんが、マイナンバーカードを作ると、いろいろな手続きでマイナンバーの確認および本人確認に使えます。また、コンビニで住民票の写しなどが取れるといったメリットもありますので、ご検討ください。

- Q3. マイナンバーカードから個人情報引き出されてしまうの？**
- A** ご安心ください、引き出せません。マイナンバーカードやマイナンバーを手掛かりにしても持ち主に関する個人情報を全て集めることはできません。また、カードのICチップに記録されているのは、氏名・住所等カードの券面に書かれている情報などで、税金や年金といったプライバシー性の高い情報は記録されていません。なお、カードを紛失等した場合は、マイナンバー総合フリーダイヤル☎0120-95-0178でカードの利用停止ができます。

- Q4. 自分のマイナンバーを知りたいけどどうしたらいいの？**
- A** 以下の3つの方法で確認することができます。
- ① 通知カードを確認する
  - ② マイナンバー入りの住民票の写しを取得する（区役所・区民事務所の窓口のみ）
  - ③ マイナンバーカードを作成する（すでにカードをお持ちの方は、裏面に記載されています）。

## 人生のさまざまな場面で、マイナンバー



## 証明書交付の方法

**「コンビニエンスストアで証明書交付サービス」**  
全国のコンビニエンスストア等のマルチコピー機で、証明書自動交付機と同様の証明書が取得できるサービスです。

- サービス利用にはマイナンバーカードが必要です。
- ▶ 利用時間 = 午前6時30分～午後11時 ▶ 利用できる店舗・施設 = 全国のセブン-イレブン、ローソン、サークルK、サンクス、ファミリーマート、コミュニティ・ストア、ミニストップ ▶ 取得できる証明書 = 住民票の写し、印鑑登録証明書、住民税証明書 ▶ 交付手数料 = 1通200円（窓口では1通300円かかります） ▶ 必要なもの = マイナンバーカードまたは住民基本台帳カード（※）
- ※ 住民基本台帳カードは新規および再発行を終了しています。すでにお持ちの住民基本台帳カードは、有効期限まで引き続きお使いいただけます。

9月から変更となりますのでご注意ください！



区内22カ所に設置している証明書自動交付機は8月31日で廃止になります

- 【注意】**
- ・ 印鑑登録証兼住民票・税証明カードをお持ちの方へ  
印鑑登録証兼住民票・税証明カードは、証明書自動交付機廃止後も大切に保管してください。印鑑登録証明書を窓口で取得するために必要となります。
  - ・ 住民票・税証明カードをお持ちの方へ  
証明書自動交付機廃止後は、住民票・税証明カードはご自身で処分してください。



# 区からのお知らせ

## SUGINAMI INFORMATION

### 保険・年金

#### 障害基礎年金受給者の所得状況届

20歳前に初診日があるなどで障害基礎年金を受給している方は、毎年7月に所得の審査があります。日本年金機構から送付される所得状況届に、必要事項を記入して提出してください。

また、6月中旬に国保年金課国民年金係から住民税の申告が必要な旨の通知が届いた方で、30年度分住民税(特別区民税・都民税)申告書を提出していない方は至急同封の返信用封筒で提出してください。これらの提出がない場合、年金の支給が一時停止されることがあります。

☎国保年金課国民年金係

#### 30年度介護保険料通知を発送します

介護保険第1号被保険者(65歳以上の方)全員に対し、30年度の介護保険料段階・年間保険料の通知を7月10日(火)に発送します。30年度の介護保険料段階は、30年度住民税課税状況等(29年中所得)を基に決定しています。

第1号被保険者の保険料の納め方は、特別徴収(年金からの引き落とし)と普通徴収(納付書払いまたは口座振替)があります。ご自身の納め方は、通知書でご確認ください。本人の希望で特別徴収・普通徴収を選択することはできません。納付書払いの方は、同封の30年度8月～3月分の納付書でお支払いください。

☎介護保険課資格保険料係

### 健康・福祉

#### 福祉サービス第三者評価の受審費助成

受審を予定している事業者は、各担当窓口へ申請してください。予算に限りがありますので、法令等により受審が要件となっていないサービスについては、受審費の助成ができない場合があります。また、助成額には上限金額が定められていて、全額助成されるものではありません。

るものではありません。

29年度に助成を受けた施設と評価結果は、とうきょう福祉ナビゲーション☎<http://www.fukunavi.or.jp/>で公表しています。

☎申請期間=9月14日まで ☎「杉並区福祉サービス第三者評価事業補助金交付要綱」で定める事業者 ☎高齢者分野は介護保険課事業者係、障害者分野は障害者施策課管理係

#### 保健福祉サービス苦情調整委員制度

保健福祉サービスについて、本人、配偶者および親族等が苦情を申し立てることができます(1年以上過去の出来事、裁判で係争中または判決等のあった事項、議会に請願・陳情を行っている事項、医療行為に関することなどは除く) ▶**申し立て方法**=保健福祉サービス苦情調整委員と面談の上、苦情申立書を提出

#### ◇苦情調整委員相談日

相談は、弁護士1名、社会福祉士2名の計3名の委員が交代で行います。

☎7月3回午後1時30分～4時(受け付けは3時まで) ▶**7～10月の相談日**=7月3日(火)・11日(水)・19日(木)、8月7日(火)・15日(水)・23日(木)、9月4日(火)・12日(水)・20日(木)、10月2日(火)・10日(水)・18日(木) ☎保健福祉部管理課(区役所西棟10階) ☎電話または直接、保健福祉部管理課保健福祉支援担当 ☎同担当

### 募集します

#### ファミリーサポートセンター協力会員

☎保育園・学童クラブなどへの送迎やそれに伴う子どもの預かりなど(基本的に協力会員の自宅) ▶**資格**=区内在住の20歳以上で、各研修に参加できる方 ▶**謝礼**=1時間800円(早朝・夜間1000円) ☎☎電話で、杉並区社会福祉協議会☎5347-1021 ☎会員登録後、7月9日(月)の研修会に参加

#### すだちの里すぎなみ利用者

すだちの里すぎなみ(今川2-14-12)は、地域生活移行型の障害者支援施設です。入所後は、地域生活が可能になった方から区内のグループホームなどへ順次移行していきます。

☎募集人数=若干名 ☎募集要項(障害者施策課地域ネットワーク推進係(区役所東棟1階)、福祉事務所で配布。区ホームページからも取り出せます)を確認の上、申込書を、7月31日午後5時までに障害者施策課地域ネットワーク推進係へ持参 ☎同係

#### 杉並区図書館を使った調べる学習コンクール作品

☎募集期間=9月1日～25日(必着) ☎テーマは自由。応募者本人の創作で未発表の作品に限る ▶**用紙サイズ**=小学生はB4判、中学生以上はA4判まで ▶**ページ数**=50ページ以内 ▶**その他**=調べるときに利用した本の名前・ホームページアドレス・図書館名を明記 ☎区内在住・在学の小学生～高校生 ☎区立小中学生で学校で作品を取りまとめている場合=学校へ提出/個人=作品に応募用紙(各図書館で配布。区ホームページからも取り出せます)を添えて、各図書館へ持参 ☎中央図書館事業係☎3391-5754 ☎入選作品は表彰式後に展示。氏名、学校名、学年は、原則公開。上位作品は図書館振興財団主催の全国コンクールの三次審査に推薦。全国コンクールで入賞した作品の著作権は、図書館振興財団に帰属

#### 児童館・学童クラブアルバイト登録者募集

登録は、随時受け付けています。登録期間は、申し込みから1年間です。

☎日常業務、児童の指導補助 ▶**勤務期間**=主に1・2カ月間(勤務日は、相談の上決定) ▶**勤務日時**=月20日以内。午前8時30分～午後6時45分のうち勤務館の指定する時間。1日2時間・4時間・6時間・7時間45分のいずれか/勤務する場所により異なる ▶**勤務場所**=区立児童館、学童クラブ、子ども・子育てプラザ ▶**資格**=18歳以上の方(高校生不可) ▶**報酬**=教員・保育士資格取得者または関連学部(心理・教育・社会・福祉・児童)卒業者=時給1140円。無資格者=時給1060円 ▶**その他**=交通費支給(上限・支給要件あり) ☎履歴書に勤務希望調査票(区ホームページから取り出せます)を添えて、児童青少年課管理係(〒167-0051荻窪1-56-3児童青少年センター内)へ郵送・持参 ☎同係☎3393-4760 ☎①区役所関係のアルバイト経験者は、履歴書の職歴に記入②継続して登録を希望する場合は、再度応募が必要 ▶**採用**=(1)欠員が生じた場合等に書類審査・面接により採用を決定(2)必ず採用されるわけではありません

### 審議会等のお知らせ

## 都市計画審議会

☎7月23日(月)午前10時～正午 ☎区役所第3・4委員会室(中棟5階) ☎東京都市計画生産緑地地区の動向について ☎都市整備部管理課

### 7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
建築総合無料相談会・ブロック塀無料相談会★	☎7月3日(火)・17日(火)午後1時～4時 ☎区役所1階ロビー ☎他図面などがある場合は持参。ブロック塀相談会は、ブロック塀の現況写真等を持参	☎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
住宅の耐震無料相談会・ブロック塀無料相談会★	☎7月11日(水)午後1時～4時 ☎区役所1階ロビー ☎他図面などがある場合は持参。ブロック塀相談会は、ブロック塀の現況写真等を持参	☎区市街地整備課耐震改修担当
マンション管理無料相談	☎7月12日(木)午後1時30分～4時30分 ☎区役所1階ロビー ☎区内在住の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☎ <a href="http://suginami-mankan.org/">http://suginami-mankan.org/</a> 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 ☎同会事務局☎3393-3680、区住宅課
書類と手続き・社会保険・行政に関する相談会★	☎7月13日(金)午後1時～4時 ☎区役所1階ロビー(行政相談は区政相談課(区役所東棟1階)) ☎他関係資料がある場合は持参	☎東京都行政書士会杉並支部☎0120-567-537、東京都社会保険労務士会中野杉並支部☎5341-3080、区政相談課
専門家による空家等総合相談窓口	☎7月19日(土)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) ☎定各1組(申込順)	☎申込書(区ホームページから取り出せます)を、7月17日(必着)までに住宅課空家対策係☎5307-0689へ郵送・ファクス ☎同係
土曜法律相談	☎7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、7月17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	☎7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) ☎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



生活・環境

「史跡玉川上水」整備活用のための作業説明会

「史跡玉川上水整備活用計画」に基づく、水路・のり面の保全等のための樹木のせん定・伐採等の作業について、説明会を開催します。

7月17日(火)午後6時30分～8時 久我山会館(久我山3-23-20) 東京都水道局経理部 ☎5320-6388、区生涯学習推進課文化財係 計画の詳細は、東京都水道局 <https://www.waterworks.metro.tokyo.jp/kouhou/pr/tamagawa/>参照

「東京外かく環状道路」オープンハウスを開催

東京外かく環状道路(関越～東名)は、区内の善福寺全域・荻北4丁目・久我山4丁目地域に、大深度地下トンネル方式で整備されます。

事業概要や最近の進捗状況についてのオープンハウスを開催します。

7月8日(日)午後1時～5時 井荻小学校(善福寺1-10-19) 東京外かく環状国道事務所 ☎0120-34-1491、区都市整備部管理課 駐車場はありません

施設情報

永福和泉地域区民センターの休館

照明設備の改修工事のため、10月15日(月)～11月15日(休)は館内全ての部屋・談話コーナー等が利用できません。なお、1階地域活動係と3階区民事務所は期間中も通常通り業務を行います。

地域課永福和泉地域活動係

上井草スポーツセンターの休館

大規模改修工事のため、11月5日(月)～31年3月15日(金)(予定)は休館します。

スポーツ振興課施設管理係

採用情報 ※応募書類は返却しません。

特別区職員

①Ⅲ類

第1次試験日=9月9日(日) ▶ 受験資格=日本国籍を有

区立施設の緊急点検を実施しました

大阪府北部地震を受け、小中学校を含む全ての区立施設の緊急点検を実施しました。その結果、直ちに重大な事故につながるような施設はないと考えますが、今後、技術系職員による調査を行い、補修等が必要な場合、適切に対応します。なお、先行調査した一部の学校施設でブロック塀の控壁が一部不足していることが確認されましたので速やかに対策を講じてまいります。

危機管理対策課、学校整備課

し、平成9年4月2日～13年4月1日に生まれた方 ▶ 試験区分=事務

②経験者

第1次試験日=9月2日(日) ▶ 採用区分、試験・選考区分および主な受験資格=下表のとおり

③Ⅰ類(土木・建築新方式)

第1次試験日=9月2日(日) ▶ 受験資格=日本国籍を有し、昭和62年4月2日～平成9年4月1日に生まれた方 ▶ 試験区分=土木造園(土木)、建築

…… いずれも ……

▶ 試験・選考案内(申込書)の配布場所=人事課人事係(区役所東棟5階)、区民事務所、地域区民センター、図書館、就労支援センター(天沼3-19-16ウェルファーム杉並)、特別区人事委員会事務局任用課 ④インターネット=7月26日午後5時(受信有効)までに特別区人事委員会 <http://www.tokyo23city.or.jp/saiyou-siken.htm>から申し込み ▶ 郵送=申込書を、7月23日(消印有効)までに特別区人事委員会事務局任用課採用係(〒102-0072千代田区飯田橋3-5-1) ⑤同係 ☎5210-9787、区人事課人事係 ⑥採用予定数などの詳細は、試験・選考案内参照

採用区分	試験・選考区分	主な受験資格 (31年3月31日現在)
1級職	事務	・日本国籍を有し、昭和62年4月2日～平成3年4月1日に生まれた方 ・民間企業等における業務従事歴が4年以上ある方(1つの民間企業等での経験のみを対象とし、複数の経験は通算しない)
	土木造園(土木)	・昭和62年4月2日～平成3年4月1日に生まれた方 ・民間企業等における業務従事歴が4年以上ある方(1つの民間企業等での経験のみを対象とし、複数の経験は通算しない)
	建築	・昭和62年4月2日～平成3年4月1日に生まれた方 ・民間企業等における業務従事歴が4年以上ある方(1つの民間企業等での経験のみを対象とし、複数の経験は通算しない) ・社会福祉士もしくは児童指導員の資格を有する方または保育士資格を有し都道府県知事の登録を受けている方
2級職(主任Ⅰ)	事務	・日本国籍を有し、昭和57年4月2日～昭和62年4月1日に生まれた方 ・民間企業等における業務従事歴が8年以上ある方(1年以上の期間について、複数のものを通算することができる。ただし、そのうち1カ所は、継続した4年以上の経験を有すること)
	土木造園(土木)	・昭和57年4月2日～昭和62年4月1日に生まれた方 ・民間企業等における業務従事歴が8年以上ある方(1年以上の期間について、複数のものを通算することができる。ただし、そのうち1カ所は、継続した4年以上の経験を有すること)
	建築	・昭和57年4月2日～昭和62年4月1日に生まれた方 ・民間企業等における業務従事歴が8年以上ある方(1年以上の期間について、複数のものを通算することができる。ただし、そのうち1カ所は、継続した4年以上の経験を有すること)
2級職(主任Ⅱ)	事務	・日本国籍を有し、昭和48年4月2日～昭和57年4月1日に生まれた方 ・民間企業等における業務従事歴が13年以上ある方(1年以上の期間について、複数のものを通算することができる。ただし、そのうち1カ所は、継続した4年以上の経験を有すること)

※Ⅰ類採用試験【一般方式】(5月6日第1次試験実施)に申し込んだ方は、経験者採用試験・選考の申し込みができません。  
※Ⅰ類採用試験【土木・建築新方式】と経験者採用試験・選考の双方に申し込むことはできません。

障害者対象 特別区職員(Ⅲ類事務)

④受験資格=次の全てに当てはまり、日本国籍を有する方①身体障害者福祉法第15条に定める身体障害者手帳、都道府県知事または政令指定都市市長が発

行する療育手帳、精神保健及び精神障害者福祉に関する法律第45条に定める精神障害者保健福祉手帳のいずれかの交付を受けている、または児童相談所等により知的障害者であると判定された②昭和62年4月2日～平成13年4月1日に生まれた③通常の勤務時間(原則として週38時間45分、1日7時間45分)に対応できる④活字印刷文または点字による出題に対応できる ▶ 採用予定人数=49名 ▶ 第1次選考日=9月9日(日) ▶ 選考案内(申込書)の配布場所=人事課人事係(区役所東棟5階)、区民事務所、地域区民センター、図書館、就労支援センター(天沼3-19-16ウェルファーム杉並)、福祉事務所、障害者福祉会館、障害者交流館、特別区人事委員会事務局任用課 ④インターネット=7月26日午後5時(受信有効)までに特別区人事委員会 <http://www.tokyo23city.or.jp/saiyou-siken.htm>から申し込み ▶ 郵送=申込書を、7月23日(消印有効)までに特別区人事委員会事務局任用課採用係(〒102-0072千代田区飯田橋3-5-1) ⑤同係 ☎5210-9787、区人事課人事係

産休・育休代替等の非常勤嘱託員(管理栄養士)

④栄養指導、栄養相談、区立学校の給食指導など ▶ 勤務期間=9月1日～31年3月31日(更新可。代替する職員の育児休業請求期間に応じて、1年ごとに2回まで。ただし、65歳に達した年度末で退職) ▶ 勤務日時=月16日。原則、月～金曜日午前8時30分～午後5時15分 ▶ 勤務場所=区役所、杉並保健所(荻窪5-20-1)、保健センターほか ▶ 資格=管理栄養士の有資格者 ▶ 募集人数=若干名 ▶ 報酬=月額21万4300円～24万1000円 ▶ その他=有給休暇あり。社会保険加入。交通費支給(上限あり) ④申込書(人事課人事係(区役所東棟5階)で配布。区ホームページからも取り出せます)に管理栄養士免許証の写しを添えて、7月23日午後5時(必着)までに同係へ簡易書留で郵送・持参 ⑤同係

区以外の求人

杉並障害者福祉会館運営協議会事務局職員

④施設管理運営事務(経理事務・講習会ほか)、イベント・教室の運営補助(パソコン操作あり) ▶ 勤務期間=9月1日～(65歳に達した年度末で退職) ▶ 勤務日時=月18日。午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日勤務あり) ▶ 勤務場所=杉並障害者福祉会館 ▶ 募集人数=1名 ▶ 報酬=月額19万4200円～23万2300円 ▶ その他=有給休暇・健康診断あり。社会保険加入。交通費支給 ④履歴書を、7月14日(必着)までに杉並障害者福祉会館運営協議会事務局(〒168-0072高井戸東4-10-5)へ郵送・持参 ⑤同事務局 ☎3332-6121 ⑥書類選考合格者には面接を実施

その他

東京都震災対策条例に基づく避難場所の見直し

東京都震災対策条例に基づき、おおむね5年ごとに実施されている避難場所等の指定が改正され、公表されました。杉並区では新たに避難場所が指定される等の大きな変更点はありません。詳しくは区ホームページをご覧ください。 ④防災課

原爆被害者の方に見舞金を支給します

7月1日現在、区内在住で被爆者健康手帳をお持ちの方に見舞金2万1000円を支給します。29年度中に見舞金を受給し、引き続き資格を有する方は申請の必要はありません。 ④被爆者健康手帳・本人の銀行口座が分かるもの・印鑑を持参の上、7月31日までに直接、障害者施策課障害者福祉係(区役所東棟1階) ⑤同係

熱中症予防

「涼み処」として区立施設をご利用ください

例年7～8月は熱中症による救急搬送者が多くなります。特に小さなお子さんや高齢者は体温調節機能が十分でなかったり、暑さを感じにくいので気を付けましょう。

区では、買い物や用事などのお出掛けの際に、暑さでの体力消耗を防ぐために、気軽に立ち寄り、涼むことができる「涼み処」として、9月30日まで以下の区立施設を開放しています。どなたでもご利用いただけますので、熱中症の予防対策としてお立ち寄りください。

- ▶ 開放施設=区役所本庁舎、地域区民センター、集会所、運動施設(体育館・運動場)、図書館、杉並保健所・保健センターほか
- ※詳細は、区ホームページをご覧ください。
- ④危機管理対策課



※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。



## 70～74歳で国民健康保険加入の方へ 高齢受給者証を送付します

現在ご使用の「国民健康保険高齢受給者証」(以下「高齢受給者証」)の有効期限は7月31日です。8月1日からの高齢受給者証を、7月中に簡易書留で世帯主宛てにお送りします。今回送付分から高齢受給者証の様式が変わります。

有効期限を過ぎた高齢受給者証は、個人情報に留意の上、ご自身で破棄していただくか、国保年金課国保資格係(区役所東棟2階9番窓口)またはお近くの区民事務所へ返却してください。

### 負担割合の判定基準

8月～31年7月の負担割合は、29年中の所得状況で判定します。判定の対象は同一世帯の70歳～74歳の国民健康保険加入者です。下記のとおり判定基準に違いがあります。

#### ●対象者のうち、1人でも生年月日が昭和20年1月2日以降の方がいる世帯

##### ●2割負担(※)

対象者全員の住民税課税所得金額が145万円未満または対象者全員の旧ただし書き所得の合計が210万円以下

##### ●3割負担

対象者のうち、1人でも住民税課税所得金額が145万円以上かつ対象者全員の旧ただし書き所得の合計が210万円を超える

#### ●対象者全員の生年月日が昭和20年1月1日以前の世帯

##### ●2割負担(※)

対象者全員の住民税課税所得金額が145万円未満

##### ●3割負担

対象者のうち、1人でも住民税課税所得金額が145万円以上  
ただし、3割負担の場合でも、29年中の収入の合計が下表の基準に該当する場合は、申請により2割負担

#### 〈3割負担の方が申請により2割負担になる基準〉

対象者の人数	基準額
1人の世帯	収入が383万円未満
	収入が383万円以上かつ同一世帯の後期高齢者医療制度への移行者との収入の合計が520万円未満
2人以上の世帯	収入の合計が520万円未満

※一部負担金の割合は、所得に応じて2割または3割と国民健康保険法で定められています。このうち「2割」の方で、昭和19年4月1日以前に生まれた方は、特例措置により「1割」となります。特例措置の方の負担割合の表記は「2割(特例措置により1割)」となっています。

☎国保年金課国保資格係

## 中学生「すぎなみ朝ベジごはん」 メニューコンテスト

一人一人の夢の実現を目指す中学生にとって、生涯の健康づくりの基礎となる食生活は重要です。

とりわけ、勉強やスポーツの向上にも欠かせない朝食をテーマに、夏休みを使って「こんな朝ごはんが食べたい」というメニューを考えて、自分で作ってみませんか?

☑募集期間=7月2日～9月7日 ☑区内在住・在学の中学2年生 ☑食育推進実行委員会事務局(杉並保健所健康推進課栄養指導担当) ☎3391-1355 ☑書類選考通過者は、調理審査に参加。詳細は、募集要項(区ホームページから取り出せます)参照

## 荻窪消防署下井草出張所が新庁舎になりました

6月28日より荻窪消防署下井草出張所が、新庁舎で事務を開始し、新たに救急車の運用が始まりました。

【所在地】 下井草3-30-10

【問い合わせ】 同出張所 ☎3396-0119

【その他】 ①庁舎周辺の交通で、ご協力いただく場合があります②緊急出場時、安全運行のためにはサイレンの吹鳴は必要不可欠です。消防行政にご理解とご協力をお願いいたします

## 後期高齢者医療制度のお知らせ

### 後期高齢者医療被保険者証をお送りします

現在ご使用の「後期高齢者医療被保険者証」(以下「保険証」)の有効期限は7月31日です。8月1日からの保険証を、7月中旬に簡易書留でお送りします。新しい保険証の色は青竹色で、有効期限は32年7月31日です。また、病院などでご負担いただく一部負担金の割合(1割または3割)が書かれていますので確認してください。有効期限を過ぎた保険証は、個人情報に留意の上、ご自身で破棄していただくか、国保年金課高齢者医療係(区役所東棟2階11番窓口)またはお近くの区民事務所へ返却してください。

### 限度額適用・標準負担額減額認定証について

現在お持ちの限度額適用・標準負担額減額認定証(以下「減額認定証」)の有効期限は7月31日です。引き続き世帯全員が住民税非課税である方には、8月1日からの減額認定証を保険証とは別に7月下旬に普通郵便でお送りします。有効期限が切れた減額認定証は、保険証と同じように破棄するか、返却してください。

現在、減額認定証をお持ちでない方で交付基準(下記①または②)に当てはまる方は、申請すると減額認定証または限度額適用認定証(以下「限度額認定証」)が交付されます。

①世帯全員が30年度住民税非課税である方(減額認定証を交付)

②同じ世帯の後期高齢者医療被保険者全員の30年度住民税課税所得がいずれも145万円以上690万円未満である方(限度額認定証を交付)

保険証と一緒に医療機関に見せると、入院時の食事代が減額される(減額認定証のみ)ほか、お支払いいただく一部負担金は月当たりの限度額までとなります。

### 後期高齢者医療保険料の通知をお送りします

今年度は2年に1度の保険料率見直しの年にあたり、均等割額を4万3300円に、所得割率を8.80%に改定しました。通知の上段の保険料決定通知書には年間保険料額とその根拠が、下段の納入通知書には納め方が記載されています。納付書が同封されている場合は、納付書に記載されている納付場所で、納期限までに保険料を納めてください。同封されていない場合は、年金からの引き落としまたは口座振替です。金融機関の窓口等で納付する必要はありません。

☎国保年金課高齢者医療係

## ダイオキシン類調査結果のお知らせ

29年度に実施した調査結果は下表のとおりです。大気・河川とも環境基準値内の濃度でした。

### 〈大気中ダイオキシン類調査結果〉

単位:pg-TEQ/m<sup>3</sup>

調査地点	29年 5月17日 ～24日	8月16日 ～23日	11月15日 ～22日	30年 2月8日 ～15日	29年度 年平均値	28年度 3調査地点の 年平均値
井草森公園	0.011	0.015	0.033	0.011	0.018	0.017
大宮前体育館	0.016	0.016	0.031	0.014	0.019	0.017
郷土博物館	0.012	0.011	0.025	0.012	0.015	0.017

※環境基準=0.6pg-TEQ/m<sup>3</sup>以下。

### 〈河川ダイオキシン類調査結果(水質)〉

単位:pg-TEQ/l

調査地点	29年8月22日	30年1月11日	29年度 年平均値
宮下橋(神田川)	0.076	0.078	0.077
佃橋(神田川、玉川上水放流口)	0.36	0.17	0.27
尾崎橋(善福寺川)	0.072	0.063	0.068
和田見橋(神田川)	0.21	0.064	0.14

※環境基準=水質:1pg-TEQ/l以下。

●ダイオキシン類とは、ポリ塩化ジベンゾフラン、ポリ塩化ジベンゾパラジオキシンおよびコプラナーPCBを合わせたものです。

●1pgは1兆分の1gです。

●TEQとは、ダイオキシン類の毒性の強さは種類により異なるので、最も毒性の強いダイオキシンの量に換算したものです。

### 簡易焼却炉の使用は原則として禁止です

「杉並区ダイオキシン類の発生抑制に関する条例」により、簡易焼却炉による焼却や野焼きなどは原則禁止されています。

### 家庭用簡易焼却炉を無料で回収しています

固定されているものや簡単に運べないものは対象外です。

### 煙や臭いの苦情が寄せられています

落ち葉のたき火は控えましょう。

☎環境課公害対策係



# 8月 から高額療養費制度が改正 されます

—— 問い合わせは、国保年金課国保給付係（74歳以下）、高齢者医療係（75歳以上）へ。

## 70歳以上の方の自己負担限度額が一部改正されます

医療機関にかかり医療費が高額になるとき、保険給付対象となる医療費の自己負担に一定の上限（自己負担限度額）を設けていますが、8月から70歳以上の方の自己負担限度額が下表のとおり一部改正されます（70歳未満の方の自己負担限度額に変更はありません）。

〈7月診療分まで〉

	区分	自己負担限度額	
		外来（個人単位）	外来+入院（世帯単位）
住民税課税世帯	現役並み所得者（課税所得145万円以上）	5万7600円	8万100円+（医療費総額-26万7000円）×1% 【4回目以降※3 4万4400円】
	一般	1万4000円 （年間上限14万4000円）	5万7600円 【4回目以降※3 4万4400円】
住民税非課税世帯	低所得Ⅱ（区分Ⅱ）※1	8000円	2万4600円
	低所得Ⅰ（区分Ⅰ）※2		1万5000円

〈8月診療分から〉

	区分	自己負担限度額	
		外来（個人単位）	外来+入院（世帯単位）
住民税課税世帯	現役並み所得者（課税所得690万円以上）	25万2600円+（医療費総額-84万2000円）×1% 【4回目以降※3 14万100円】	
	現役並み所得者（課税所得380万円以上690万円未満）	16万7400円+（医療費総額-55万8000円）×1% 【4回目以降※3 9万3000円】	
	現役並み所得者（課税所得145万円以上380万円未満）	8万100円+（医療費総額-26万7000円）×1% 【4回目以降※3 4万4400円】	
住民税非課税世帯	一般	1万8000円 （年間上限14万4000円）	5万7600円 【4回目以降※3 4万4400円】
	低所得Ⅱ（区分Ⅱ）※1	8000円	2万4600円
低所得Ⅰ（区分Ⅰ）※2	1万5000円		

- ※1 世帯主と世帯の国保加入者（被保険者）全員が住民税非課税の世帯で低所得Ⅰに該当しない方（後期高齢者医療制度においては、世帯全員が住民税非課税である方のうち、区分Ⅰに該当しない方）。
- ※2 世帯主と世帯の国保加入者（被保険者）全員が住民税非課税の世帯で、各人の公的年金収入が80万円以下で、かつその他の所得がない方（後期高齢者医療制度においては、①住民税非課税世帯であり、世帯全員が年金収入80万円以下で、その他の所得のない方②住民税非課税世帯であり、老齢福祉年金を受給している方）。
- ※3 同じ世帯で1年（診療を受けた月以前の12カ月）の間に、高額療養費の支給を4回以上受けたときは4回目からは自己負担限度額が【】内の金額になります。ただし、外来（個人単位）のみの高額療養費は該当月数に含まれません。

## 「社会のスキマ」を埋めるNPO活動を応援してください ～杉並区NPO支援基金

多くのNPOが、行政の手が行き届かない「社会のスキマ」にある課題に取り組んでいます。子どもの健全育成、高齢者・障害者などへの支援、環境・まちづくり推進など、その活動分野は多岐にわたりますが、目的はいずれも社会に貢献することです。

NPO支援基金は、こうした活動に助成金を交付しています。NPO活動へのご理解とご寄付をお願いします。

—— 問い合わせは、地域課協働推進係 ☎3312-2381へ。

### 寄付の活用例

- ・子どもたちの教育格差を解消するため、地域の教育関係者が講師となって中高生に無料で学習支援する活動
- ・カフェスタイルで認知症の家族介護者同士が集まり、認知症の早期発見・診断の医療拠点や介護者と地域をつなぐ場を目指す活動
- ・人と動物の共生を目指し、「どうぶつかるた」という独自の手法によりルールやマナー、命の大切さを普及する活動

### ありがとうございました 29年度の寄付実績

寄付総額 = 99万3204円 寄付件数 = 70件  
NPO支援基金リーフレットの払込用紙を利用して、お近くの郵便局から寄付できます。詳細はお問い合わせください。



## 南伊豆町に 新たな田舎暮らし体験住宅がオープン 体験住宅・体験型ツアー説明会

区の交流自治体、静岡県南伊豆町の「お試し移住」の新たな施設として、築100年以上の古民家を改修した「上賀茂・田舎暮らし体験住宅」がオープンしました。

施設や「お試し移住」事業、体験型学びのツアーについての説明会を開催します。

時7月28日(土)午後2時 場区役所第4会議室(中棟6階) 定30名(申込順) 申問電話で、南伊豆町企画課地方創生室 ☎0558-62-1121。または南伊豆町HP <http://www.town.minamiizu.shizuoka.jp/docs/2018060500017/> から申し込み



## 南伊豆町 子ども漁村交流ツアー



区の交流自治体、静岡県南伊豆町への交流体験ツアーです。カッター（手こぎボート）やシーカヤックなどのアクティビティ、干物づくり体験、町内小学生との交流など、魅力たっぷりの南伊豆町を満喫できるツアーです。

時8月21日(火)午前7時30分～23日(木)午後6時 場集合・解散=区役所 内21日=干物づくり体験、野外炊飯、キャンプファイヤー(宿泊=南伊豆臨海学園) ▶22日=自然体験(宿泊=民宿) ▶23日=遊歩道トレッキング 対区内在住・在学の小学4～6年生 定40名(申込順) 費6000円 申南伊豆町HP <http://www.town.minamiizu.shizuoka.jp/docs/2018060400010/> から7月9日午前8時30分～27日午後5時15分に申し込み 問南伊豆町企画課地方創生室 ☎0558-62-1121 他7月28日(土)午後1時から区役所第4会議室(中棟6階)で参加者説明会を開催

※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。



11月開催のすぎなみフェスタへのテント出展・出店者、協賛を募集します。詳細は、お問い合わせください。  
—お問い合わせは、すぎなみフェスタ実行委員会事務局（文化・交流課すぎなみフェスタ担当）へ。

### すぎなみフェスタ概要

📅11月3日(祝)・4日(日)午前10時～午後3時30分（4日は3時まで）📍桃井原っぱ公園（桃井3-8-1）、杉並会館（上荻3-29-5）、桃井第一小学校（桃井2-6-1）🎪キャラクターショー、物産展、フードエリア、アトラクションコーナー、東京都パラリンピック体験イベントなど

#### ◆テント出展・出店者の募集

【募集数】 55張り程度  
【費用】 大張り5万円、中張り2万7000円/いずれも2日間  
【出展資格】 区内に本店、事業所または活動場所がある団体等  
【申し込み】 申込書（文化・交流課〈区役所西棟7階〉、各地域区民センターで配布。すぎなみフェスタ🌐<http://www.sugi-chiiki.com/sugifes/>からも取り出せます）を、7月31日（必着）までにすぎなみフェスタ実行委員会事務局☎5307-0683へ郵送・ファクス

#### ◆協賛の募集

【種類（募集数）】 プログラム広告（162口）、ホームページ広告（60口）、ステージ広告（9口）、会場広告（31口）/いずれも申込順  
【申し込み】 申込書（文化・交流課で配布。すぎなみフェスタホームページからも取り出せます）を、8月31日（必着）までにすぎなみフェスタ実行委員会協賛窓口事務局（〒104-0028中央区八重洲2-1-6八重洲Kビル7階ドウ・クリエーション内☎5200-0178）へ郵送・ファクス

## ♡♡♡ ささえあい活動（長寿応援ファンド）♡♡♡

### 30年度助成活動が決定しました

区では、健康で充実した高齢期を過ごし、地域でお互いが支えあう仕組みとして、「長寿応援ポイント事業」を実施しています。高齢者の皆さんが地域貢献活動やいきがい活動に参加するとポイントをためることができ、商品券などと交換できます。交換の際にはポイントの2割分を「ささえあい活動助成（長寿応援ファンド）」に寄付していただき、地域に貢献する活動への助成や公共用具の設置のために活用します。

—お問い合わせは、高齢者施策課長寿応援ポイント担当へ。

#### ◇29年度長寿応援ポイント寄付額等実績

29年度のポイント交換による参加者からの寄付総額は、977万7750円でした。ありがとうございました。

#### 〈29年度 ポイント交換実績〉

寄付総額		977万7750円
寄付先別内訳	杉並区長寿応援ファンド	937万2750円
	杉並区次世代育成基金	13万9000円
	杉並区NPO支援基金	1万8000円
	杉並区社会福祉基金	4000円
	杉並区みどりの基金	1万8000円
	杉並区社会福祉協議会	3万3000円
	あしなが育英会	9万3000円
	世界の子どもにワクチンを	5万円
	ユニセフ	5万円
	商品券交換	3687万6000円

#### ◇30年度助成活動

2月6日～3月9日に助成活動を募集したところ8活動の応募があり、選考により2活動が決定しました。

#### 〈30年度 長寿応援ファンド助成活動〉

団体名	活動名	活動内容
NPO法人 スマイリング ホスピタルジャパン	重症心身障がい児の学びサポート事業	通学困難等の理由で十分な学習時間が確保されない重症心身障害児を対象に、さまざまな支援機器や学習支援員により、一人一人に合った学習環境を整備する。
NPO法人 日本失語症協議会	失語症会話実践付き理解講座と要点筆記講習会	介護者、ケアマネジャーが失語症を理解するための講座を行う。また、失語症者の集団に対する支援者養成として、要点筆記講習会を行う。

#### ◇ロビー展示

長寿応援ポイント事業に関する展示を、7月10日(火)午前10時～12日(木)午後4時に区役所1階ロビーで開催します。

## 杉並区敬老会

75歳以上の方（区内在住で昭和18年9月17日以前に生まれた方）を対象に開催します。事前申込制です。

📅9月4日(火)～6日(木)①午前10時～11時②午後1時～2時③3時30分～4時30分（いずれか1回）📍杉並公会堂（上荻1-23-15）

🎫第1部=式典▶第2部=弦楽アンサンブルとソプラ

ノ歌唱（日本フィルハーモニー交響楽団）🎟各回800名（抽選）📄申し込みハガキ（6月29日に発送）を、7月31日（必着）までに高齢者施策課いきがい活動支援係へ郵送（切手不要）👥関係 🎯当選者には8月15日以降入場整理券を郵送



7月21日(土)  
オープン

## おそ の い 遅野井川親水施設

善福寺公園の上の池と下の池を結ぶ水路について、26年に井荻小学校の子どもたちから「水に親しめるもっと身近な水辺にしてほしい」との要望を受け、区は地域の方々と共に「みんなの夢水路整備事業」として再整備を進めてきました。

遅野井の湧水を源としていた善福寺川は、かつて「遅野井川」と呼ばれていました。整備完了を機に、かつて小川だった頃のしのび、区民の憩いと安らぎの場として親しまれるよう、「遅野井川親水施設」と呼ぶこととしました。

—お問い合わせは、土木計画課河川橋梁係へ。

📄概要=名称=遅野井川親水施設（善福寺2-31善福寺公園内）▶主な施設=観察デッキ、親水テラス、草地広場ほか▶開園時間=年中無休

#### 開園式

📅7月21日(土)午前10時～11時 📍遅野井川親水施設 🎫式辞、来賓祝辞、地元小学校による発表など 🎯開園式終了後、花鉢を配布（250鉢〈先着順〉）。整理券を午前9時30分から配布。車での来場不可





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)

## ～自治体間連携の深化によって今、広がる可能性

先頃、杉並区と国内の8つの交流自治体の首長が自治体間の連携について話し合う地方創生・交流自治体連携フォーラムが静岡県南伊豆町で開かれ、私も区長と共に参加しました。第5回の今回は、「次世代を見据えた自治体間連携の深化」がテーマで、区が今年度から取り組む「ホームステイ・ホームビジット支援事業」を区長が紹介しました。この事業は交流事業で区を訪れる各自治体の子どもたちを、区内の家庭でホームステイやホームビジットとして受け入れ、逆に交流自治体を訪れた区内の子どもたちを、交流自治体の各家庭にホームステイで受け入れてもらおうというもので、東京オリンピック・パラリン

ピック期間中は観戦を希望する交流自治体の子どもたちに、区民の家に滞在してもらうことも検討されています。交流自治体からは「次世代の交流によって未来に向かって強い連携ができて上がる」など強い賛同と多くの期待の声が集まったところです。

このフォーラムは、区が災害時相互援助協定を締結していた南相馬市が東日本大震災で大きな被害を受けた際に、区が他の自治体に呼び掛けて物資の提供や避難者の受け入れなどさまざまな支援を自治体間の連携の下に行ったことが契機となって始まりました。

私は各地の自治体連携事業を見てきましたが、取り組みが表面的で友好交流の域を出ないものが多い中で、このフォーラムは毎回、具体的な事業が提案されていること、ともすれば東京と地方の関係を「対立」として捉える見方が多い中で、常に区と他の自治体が共存共栄の関係となるように参加者が意識していることに大きな特徴があると思っています。来年は復興に向けて全力で取り組んでいる南相馬市で開催されます。しっかりと準備で成果を出し、さらに参加自治体の一体感が醸成されるように努力します。



夏休み!みんなで遊ぼう!学ぼう!体験しよう!

## フェスティバル

～エンジョイ!オリンピック・パラリンピック

7月21日(土) 午前10時～午後5時

一部企画には定員があり、開催時間が異なります。詳細はチラシ(区立施設、区体育施設、図書館などで配布)または区ホームページをご覧ください。

荻窪体育館(荻窪3-47-2)

問 スポーツ振興課

※上履き、飲み物、タオル持参。

### オリンピック・パラリンピック種目体験・スポーツ体験

ボルダリング・ボッチャ・多項目車いす・スポーツ義足体験、プロバスケットボール選手によるミニ教室やパフォーマンス、車いすバスケット体験など

### 講演会

「東京2020大会ボランティア情報」、「秘話・1964年東京大会の舞台裏」、「秘話・スポーツ義足の誕生と未来」など

### その他

バレーン教室、ドイツ生まれのボール遊び教室「バルシューレ」、オリンピック・パラリンピックにまつわるクイズ、ガーランドづくり、オリンピック・パラリンピックの用具やパネルの展示、スタンプラリーなど

中央図書館(荻窪3-40-23)

問 中央図書館  
☎3391-5754

映画上映会「コーチ・カーター」(午前10時)、「1964年懐かしの映像東京オリンピック」(午後1時)、「しあわせの隠れ場所」(午後2時)

スポーツ関連図書展示(貸し出し可)

時 7月6日(金)～8月1日(水)

## すぎなみスポーツアカデミー

### スーパーキッズ特別講座

Cコース

### ～誰にでもできる!ダンス体験

ダンスを通して、遊びながら体を動かす楽しさや表現力を育む方法を学びます。

時 7月29日(日)午前9時30分～午後0時30分 場 大宮前体育館(南荻窪2-1-1) 師 日本女子体育大学教授・宮本乙女ほか 対 区内在住・在学の小学1～4年生とその保護者 定 30組(抽選) 費 500円(保険料含む) 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、7月19日(必着)までに杉並区スポーツ振興財団。または同財団☎<http://sports-suginami.org/>から申し込み

### 障害者サポーター講座

Dコース

### ～知ろう!障害者スポーツ

さまざまな障害者スポーツの基礎知識を学びます。障害の有無にかかわらず、共にスポーツを楽しみましょう!

時 8月4日(土)午後1時～4時30分 場 荻窪体育館(荻窪3-47-2) 対 知ろう!障害者スポーツ(競技・種目ほか)▶体験しよう!障害者スポーツ(サウンドテーブルテニス、車いす卓球、卓球バレーなど) 師 東京都障害者スポーツ協会ほか 対 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定 60名(申込順) 申 電話で、7月23日までに杉並区スポーツ振興財団。または同財団ホームページから申し込み

……いずれも……

問 杉並区スポーツ振興財団(〒166-0004阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル8階☎5305-6161) 備 運動できる服装・室内履き・タオル・飲み物持参

30年度

## 地域福祉活動費助成金【二次募集】

「募金(おもい)」が「地域(まち)」をよくするしくみ

因 対象期間=10月1日～31年3月31日に実施する事業▶対象団体=区内で地域福祉活動を行っている、または活動開始を予定している民間非営利団体・グループ▶対象事業=地域福祉活動を推進し、特定の組織の会員・構成委員等に限定されない発展性のある事業▶種類(上限金額)=チャレンジ応援助成(50万円)、定例活動活性化助成(20万円)▶申請期間=8月1日～31日午後5時 申 募集要項(7月2日から杉並区社会福祉協

歳末たすけあい運動の募金をもとに、地域福祉を推進する活動(事業)に助成します。

——問い合わせは、杉並区社会福祉協議会地域支援課地域福祉推進係☎5347-1017へ。

会で配布。同協議会☎<http://www.sugisyakyo.com/>からも取り出せませす)を確認し、申請書を、同協議会地域福祉推進係(天沼3-19-16ウェルファーム杉並)へ電話予約の上持参 備 助成決定は9月下旬に通知。交付時期は10月を予定。

※31年度助成金の申請は31年1月頃から受け付け開始予定。





## 東京高円寺阿波おどり

JR高円寺駅の周辺8カ所の演舞場で、延べ約1万人の踊り手が、軽快なおはやしを奏で、踊ります。  
——問い合わせは、NPO法人東京高円寺阿波おどり振興協会 ☎3312-2728へ。

時8月25日(土)・26日(日)午後5時～8時 場JR高円寺駅・東京メトロ丸ノ内線新高円寺駅周辺の各演舞場

◆特設観覧席について  
東京高円寺阿波おどりを応援して下さる協賛者に特設観覧席を用意します(先着順)。  
協賛いただいた方に特設観覧席を1口につき1席用意(ただし、天候などにより中止になった場合でも、払い戻しはしません) ▶協賛金=(いずれも1口) みなみ演舞場=6000円▶桃園演舞場=7000円▶純情演舞場=8000円 募集口数=各日830口 ①往復ハガキに氏名・郵便番号・住所・電話番号・観覧希望日・希望演舞場名・協賛口数(最大5口)を書いて、NPO法人東京高円寺阿波おどり振興協会(〒166-0003高円寺南3-57-10) ②同協会 <http://www.koenji-awaodori.com/> から申し込み ③先着順で受け付け、定員に達し次第締め切り。往復ハガキ申し込みの場合、受け取り方法等を返信ハガキで連絡(7月下旬頃)

# すぎなみ舞祭2018 参加チーム、出店者、協賛募集

子どもが主役の踊りの祭典「すぎなみ舞祭」。今年、昨年開園した下高井戸おおぞら公園で開催します。1万人が来場するこの一大イベントに、ぜひご参加ください。また、イベントへの協賛および当日の出店事業者も募集します。



時10月14日(日)午前9時～午後4時 場下高井戸おおぞら公園(下高井戸2-28-23) 内費参加チーム=①舞祭=10名以上のチーム②CedarCUP=2～9名のチーム(いずれも開催日現在18歳以下の方が半数以上いること) / 1チーム5000円(学校等は免除) ▶協賛=1口1000円。5000円につき1コマ分(A4版の約16分の1の大きさ)のプログラム広告掲載。物品による協賛も可(子どもを対象としたもの) ▶出店者=飲食・PR等種類は問いません。5000円(公益団体は減免あり。テント・机・椅子は別途有料で貸し出し可) 定①38チーム②16チーム 申すぎなみ舞祭 <http://www.sugi-chiiki.com/sugimy/> 参照 問すぎなみ舞祭実行委員会事務局(児童青少年課青少年係) ☎3393-4760



## 杉並区総合文化祭

### 参加者・作品募集

#### ◇区民文化の日

##### ①舞台部門

時11月3日(祝)午後1時～5時(予定) 内舞台で演じられる和・洋芸能一般(プロ・アマは問いません) ▶出演時間=1団体8分以内、個人5分以内 申往復ハガキ(12面記入例)に個人・団体の別(団体名)、演目、所要時間、日頃の活動の内容、参加者全員の氏名も書いて、7月17日(必着)までに社会教育センター(抽選) 問9月下旬に行う説明会(参加者決定後に別途お知らせします)に出席可能で、当日の集合時間から閉会式まで参加可能であること。団体・個人とも複数の演目での出演はできません

##### ②展示部門

時11月1日(木)～3日(祝)午前10時～午後5時(搬入=10月31日(水)午前10時～11時▶搬出=11月3日(祝)午後5時～) 内木彫り・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) ▶作品規定=展示パネル(幅約180cm)1枚または、机(約180cm×45cm)1台に展示できるもので、指定日時に出品者自身が搬入搬出できるもの 申往復ハガキ(12面記入例)に作品の種類、大きさ(縦・横・高さ等)、内容、展示方法(壁掛け・平置き等)、個人・団体の別(団体名)、出展数と展示に必要なスペース、出品者全員の氏名も書いて、9月18日(必着)までに社会教育センター(抽選) 問保険等の補償はありません

.....いずれも.....

場セシオン杉並 問区内在住・在勤・在学の個人または団体(大半の方が区内在住・在勤・在学であること) 問社会教育センター(〒166-0011梅里1-22-32セシオン杉並内) ☎3317-6621)

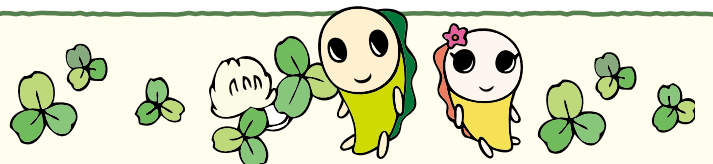
#### ◇歌謡大会出場者①一般 ②歌手 ③障害のある方

時10月7日(日)午前10時～午後7時 場セシオン杉並 問①区内在住の方②区内在住の新人・元歌手③区内在住で障害のある方 定①20名②10名③5名(いずれも抽選) 費①2000円 申往復ハガキ(12面記入例)に、希望の曲名・歌手名も書いて、7月12日(消印有効)までに杉並歌謡連盟・真鍋恵勇(〒167-0051荻窪2-41-16) 問真鍋 ☎3391-8135

#### ◇杉並区俳句大会作品

時10月21日(日)午後1時～5時 場セシオン杉並 内俳句2句1組(季節は自由。何組でも可) 費1組1000円 申投句料(定額小為替または現金書留)と、原稿用紙または指定の用紙に未発表の作品と郵便番号・住所・氏名(フリガナ)・電話番号を書いて、8月10日(消印有効)までに区俳句連盟事務局(〒168-0073下高井戸3-9-2愛宕方) 問事務局・宮川 ☎3337-8860

## 交流自治体からのお知らせ



自治体	催し名	日時・場所・内容	問い合わせ
青梅市	青梅市観光展	7月17日(火)・18日(水)午前10時～午後3時 場区役所中杉通り側入り口前 内青梅せんべい、まんじゅうほかの販売	文化・交流課
群馬県東吾妻町	吾妻の朝市	7月27日(金)午前10時～午後1時 場区役所中杉通り側入り口前 内高原野菜、加工品の販売	

自治体	催し名	日時・場所・内容	問い合わせ
新潟県小千谷市	小千谷フェア	7月22日(日)午前11時～午後1時30分 場小千谷学生寮(井草4-16-23) 内笹団子、小千谷そば、魚沼産コシヒカリ米ほか特産品の販売	小千谷市産業開発センター ☎0258-83-4800

※売り切れ次第終了。買い物袋持参。混雑時は人数制限あり。



# 児童館・図書館 7月の行事

表中に(事前申込制)の記載があるものは、電話または直接、各子ども・子育てプラザ、児童館または各図書館(申込順)へ。その他の催しは当日、直接会場(先着順)へ。

## 〈子ども・子育てプラザ、児童館の行事〉 各子ども・子育てプラザ、児童館

施設	日時	内容・対象・定員
子ども・子育てプラザ和泉 ☎3328-6550	7月7日(土) 午前11時～11時40分	親子で楽しむ七夕コンサート「バイオリンとピアノ」 対 乳幼児とその保護者 定 70組程度
子ども・子育てプラザ天沼 ☎5335-7319	7月6日(金) 午前11時～11時45分	七夕会 対 乳幼児とその保護者
阿佐谷 ☎3337-7481	7月17日(火)～20日(金) 午前10時45分～11時45分	ちやぶちやぶ水あそび 対 乳幼児とその保護者
今川 ☎3394-5302	7月7日(土) 午後2時30分～3時45分	区民企画「夏のお話し会」 対 乳幼児とその保護者、小中高生
大宮 ☎3315-7083	7月24日(火) 午後5時30分～8時30分	夏休み宿題お助け隊「セミの羽化観察」 対 小学生とその保護者 定 20組(事前申込制)
上井草 ☎3390-2228	7月17日(火)～20日(金) 午前11時～11時45分	ちやぶちやぶタイム 対 乳幼児とその保護者
高円寺東 ☎3315-1802	7月17日(火)～19日(木) 午前10時30分～11時30分	乳幼児のための水遊びタイム 対 乳幼児とその保護者

施設	日時	内容・対象・定員
下高井戸 ☎3304-0260	7月27日(金)・28日(土)	しもたかたんけんたい(工作、杉並街歩きなど) 対 小学2年生以上 他 詳細はお問い合わせください
松庵 ☎3334-0067	7月20日(金)・21日(土)午後5時～8時(20日は5時30分から)	松庵親子夏まつり
成田 ☎3315-1865	7月24日(火) 午後6時～8時30分	親子で自然観察 生命の神秘に触れよう「セミの羽化の観察」 対 小学生とその保護者 定 20組(事前申込制)
堀ノ内東 ☎3315-7923	7月6日(金) 午前11時～11時45分	ちびっこたなばた会 対 乳幼児とその保護者 定 60組程度
松ノ木 ☎3315-6028	7月17日(火)～31日(火) 午前10時30分～11時45分(月・土・日曜日を除く)	まつのきビーチ 対 乳幼児とその保護者
馬橋 ☎3330-0794	7月24日(火)～27日(金) 午前10時30分～正午(雨天・低温時は中止)	プールあそび 対 乳幼児とその保護者
和田中央 ☎3382-0400	7月13日(金) 午後6時30分～8時	わだっ子盆踊り

## 〈図書館の行事〉 各図書館

図書館	日時	内容・対象・定員
永福 ☎3322-7141	7月25日(水) 午後3時～3時30分	夏の小学生のためのお話し会 対 小学生 定 20名
柿木 ☎3394-3801	7月21日(土) 午後3時～4時	夏休みスペシャルおはなし会 対 幼児～小学生とその保護者
高円寺 ☎3316-2421	7月25日(水) ①午後3時～3時25分 ②3時30分～4時	こわいおはなし会①絵本中心(幼児向け) ②語り中心(小学生以上向け)
宮前 ☎3333-5166	7月6日(金)～8月31日(金)	千羽鶴を折ろう～みんなが折ってくれた鶴は、広島へ送ります
	7月20日(金)～8月26日(日)	原画展「ほんちゃん」
	7月23日(月) 午後3時～3時30分	小学生のためのおはなし会 対 小学生 定 30名
	7月29日(日) 午後2時～4時	ワークショップ「オリジナル『ほんちゃん』をつくろう!」 対 小中学生(低学年は保護者同伴) 定 30名(事前申込制)
西荻 ☎3301-1670	7月7日(土) 午後4時～5時	たなばたのおはなし会 対 座って話が聞ける方
	7月10日(火) 午前10時30分～11時	頌栄保育園こどものひろば(読み聞かせ・手遊びなど) 対 未就学児とその保護者
	7月23日(月) 午後1時30分～2時	ハンドベルサマーコンサート 対 幼児とその保護者 定 20組(事前申込制)
	7月28日(土) 午後2時～2時40分	キラリ☆キラキラ夏のおはなし会 対 幼児～小学生とその保護者

図書館	日時	内容・対象・定員
阿佐谷 ☎5373-1811	7月25日(水) 午後3時～4時	東原中学校生徒による夏のにんじゃおはなし会 対 幼児～小学生とその保護者
南荻窪 ☎3335-7377	7月28日(土) 午前10時～正午	カブトムシ・クワガタをみてみよう! 定 30名(事前申込制。7月7日から)
下井草 ☎3396-7999	7月29日(日) 午後2時～3時	スペシャル工作会 対 小学生以上 定 20名(事前申込制。7月9日から)
高井戸 ☎3290-3456	7月24日(火)～27日(金) 午後2時30分～4時	図書館たんけん隊 対 小学2～6年生 定 各日6名(事前申込制)
	7月25日(水) 午後3時30分～4時	中学生による読み聞かせ 対 幼児～小学生とその保護者
	7月29日(日) 午後2時～4時	科学あそび教室「酸とアルカリであそぼう」 対 小学3年生～中学生 定 36名(事前申込制)
方南 ☎5355-7100	7月24日(火) 午後3時～4時30分	夏のスペシャルわくわくひろば「めざせ!生きもの図鑑マスター～生きもの図鑑の使い方と生きものあつかいかたを学ぼう!」 対 小学生 定 24名(事前申込制。7月14日から)
今川 ☎3394-0431	7月20日(金) 午後2時～3時	としょかんツアー～ハリネズミくんをさがせ! 対 小学生 定 10名(事前申込制。7月3日から)

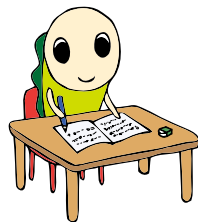
この他にも、図書館では夏休み期間中に読書にチャレンジすると、スタンプを押したりシールがもらえたりするイベントを実施します。詳細は各図書館へお問い合わせください。

中央・柿木・高円寺・宮前・成田・西荻・南荻窪・高井戸・今川図書館で  
**七夕飾りに願い事を書こう!**  
 7月7日まで。西荻は6・7日のみ

## 図書館で調べ学習をしませんか?

図書館では、夏休みの子どもたちが会議室や多目的ホールを利用できます。その他の図書館でも児童コーナーで皆さんをお待ちしています。

——問い合わせは、各図書館へ。



【日時】7月21日(土)～8月31日(金) (各図書館で異なる。いずれも休館日・行事で使用する日を除く)

【対象】中央・高円寺・宮前=小学生とその保護者、中学生(宮前は中学生を除く) ▶西荻・南荻窪・下井草・今川=小学生とその保護者、中高生 ▶成田・高井戸・方南=どなたでも

※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**

**大田黒公園 七夕飾りづくり**  
「葉書の木」

タラヨウの葉の短冊に願い事を書いてみませんか。

7月1日(日)～7日(土)午前9時～午後5時  
(入園は4時30分まで) 場大田黒公園  
(荻窪3-33-12) 問同公園☎3398-5814

**手塚治虫文化賞受賞作品 パネル展**

7月7日(土)～26日(木)午前9時～午後8時  
(19日を除く。日曜日、祝日は5時まで)  
場中央図書館(荻窪3-40-23) 問産業  
振興センター観光係☎5347-9184 他  
協力=朝日新聞社

**手塚治虫アニメ上映会**  
「ジャングル大帝」

7月22日(日)午後2時～4時 場中央図  
書館(荻窪3-40-23) 定50名(先着順)  
問中央図書館☎3391-5754

**ムシムシ探検隊～夏の虫を観察しよう**  
こども

7月8日(日)午前10時～正午 場郷土  
博物館分館(天沼3-23-1天沼弁天池公  
園内) 虫の採集と観察カードの作  
成、観察のポイント 師NPO法人すぎ  
なみムーサ・小林弘一 対小学生(保  
護者同伴可) 定20名(先着順) 問  
郷土博物館分館☎5347-9801 他虫  
捕り網・虫籠持参

**朝採り野菜と草花の即売会**  
杉並区グリーンクラブ

7月9日(月)午前10時～午後3時(売り  
切れ次第終了) 場区役所中杉通り側  
入り口前 問産業振興センター都市  
農業係☎5347-9136 他買い物袋持  
参

**シニア向け合同就職面接会**

7月18日(水)午前10時～正午 場ゆ

ゆうゆう高円寺南館(高円寺南4-44-  
11) 因業種=スーパー、コンビニ、警  
備、調理補助、杉並区シルバー人材セ  
ンターほか 対区内在住でおおむね55  
歳以上の方 問ゆうゆう高円寺南館☎  
5378-8179 他履歴書1通持参。事前  
予約可

**障害者のつくる品物フェア**

7月19日(木)・20日(金)午前11時～午後  
3時 場区役所1階ロビー 対区内在  
住・在勤・在学の方 問障害者生活支  
援課 他主催=すぎなみ仕事ねっと

**DVD上映会「能役者 野村四郎」**  
「奇術師 藤山新太郎」

7月22日(日)午後1時30分～3時15分  
場高円寺図書館(高円寺南2-36-25)  
対区内在住・在勤・在学の方 定30  
名(先着順) 問高円寺図書館☎3316-  
2421 他車での来館不可

**上荻窪青少年育成委員会「万歩会」**

7月22日(日)～28日(土)午前5時50分～  
7時30分 場集合=荻窪八幡神社(上  
荻4-19-2) 対区内在住の青少年と保  
護者ほか 申問電話または直接、7  
月13日までに西荻地域活動係(桃井  
4-3-2☎3301-0981) 他期間中は集合  
場所でも参加を受け付けます

**燃料電池自動車**  
「H2なみすけ号」の体験乗車会

①7月22日(日)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) 対区内在住・在勤・在学で小  
学生以上の方(小学生は保護者同伴)  
定各12名(申込順) 申問電話で、①  
20日②27日正午までに環境課環境活動  
推進係 他運転はできません。参加者  
になみすけグッズを差し上げます。車  
での来場不可。無料バス利用可。詳細は日通自  
動車学校ホームページ参照

**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  
事の用紙でご確認ください。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

**福祉会館夏まつり**

7月29日(日)午前11時～午後3時30  
分 場杉並障害者福祉会館(高井戸東  
4-10-5) 因手話ダンス、作業所製品  
販売ほか 問杉並障害者福祉会館☎  
3332-6121 他車での来館不可。障害  
者のための送迎バスあり

**講演・講座①**

**農業公園「江戸東京野菜」講演会**

7月8日(日)午後1時30分～3時30分  
場成田西ふれあい農業公園(成田西  
3-18-9) 師大竹道茂 対小学生以上  
の方(小学生は保護者同伴) 定40名  
(先着順) 問産業振興センター都市農  
業係☎5347-9136

**古典講座「平家物語」**

7月18日(水)午前10時～11時30分 場  
宮前図書館(宮前5-5-27) 師元杉森  
中学校国語科教諭・貝瀬弘子 対高  
校生以上の方 定40名(申込順) 申  
問電話で、宮前図書館☎3333-5166

**いきいき文化教室「ライフプランニ  
ング～50歳から楽しむ準備」**

7月22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)  
師ライフプランナー・川副隼平 対  
区内在住の方 定25名(申込順) 費  
500円 申問電話で、下高井戸区民集  
会所☎5374-6192

**知ってるつもりシリーズ**  
「血液、血管、血圧のお話」

7月24日(火)午後3時～5時 場杉並保  
健所(荻窪5-20-1) 師河北家庭医療  
学センター家庭医療科医師・直宮修平  
対区内在住・在勤・在学の方 定60  
名(申込順) 申問7月2日から電話で、  
荻窪保健センター☎3391-0015

**一緒に作ろう草木染め 自由研究に最適**  
こども

7月25日(水)～27日(金)午前9時45分～  
11時40分 場こすす生活園(堀ノ内  
1-27-9) 対区内在住・在学の小学生  
(保護者の付き添い可) 定各日3名(申  
込順) 費マイバッグ(A4サイズ)190  
円。ランチョンマット108円。ハンドタ  
オル99円 申問電話で、7月13日までに  
こすす生活園☎3317-9312(平日午前9  
時～午後5時) 他上履き・飲み物持参

**ウェルファーム杉並開設記念イベント**  
「子ども・若者の自立に悩んだら…」

7月27日(金)午後2時～4時 場ウェ  
ルファーム杉並(天沼3-19-16) 師イ  
ラストレーター・上大岡トメ、NPO法  
人育て上げネット・工藤啓、墓田薫 定  
80名(申込順) 申問電話・ファクス  
(記入例)で、産業振興センター就労・  
経営支援係☎5347-9077☎3392-7052

**親子消費者講座**  
「煮干しの解剖」 こども

7月28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)  
師科学読物研究会・原田佐和子 対  
区内在住の小学5・6年生とその保護  
者(子どものみの参加も可) 定15組30  
名(抽選) 申往復ハガキ(記入例)に  
お子さんの氏名(フリガナ)・学年、保  
護者同伴かも書いて、7月13日(必着)  
までに消費者センター 問同センター  
☎3398-3141 他筆記用具持参。1歳  
～未就学児の託児あり(定員4名。申  
込時に性別・年齢明記)

**高次脳機能障害支援セミナー**

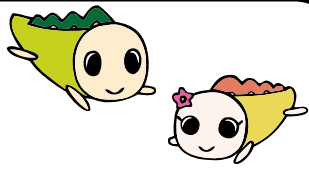
7月28日(土)午後1時30分～4時 場阿  
佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-  
17) 因講演「高次脳機能障害者～社  
会的行動障害の症状を持つ生活訓練事  
例を通して学ぶ」 師国立障害者リハビ  
リテーションセンター自立支援局生活訓  
練課作業療法士・安部恵理子 定80名  
(先着順) 問障害者生活支援課地域生  
活支援担当☎3332-1817☎3332-1826  
他手話通訳が必要な方は電話・ファク  
スで、7月12日までに同担当

**サイエンスワークショップ**  
ロボット教室①初級②中級

①8月6日(月)・7日(火)②10日(金)い  
ずれも午前10時～午後5時 場セシ  
オン杉並(梅里1-22-32) 師Truth  
Academy・中島晃芳 対区内在住・  
在学で①パソコンの簡単な基本操作  
ができる小学4年生～中学生②29・30  
年度初級を受講した小学5年生～中  
学生 定各日30名(抽選) 費各日1000  
円(当日) 申ハガキ(記入例)に学校  
名・学年、①は②の受講希望の有無も  
書いて、7月11日(必着)までに社会  
教育センター(〒166-0011梅里1-22-  
32) 問同センター☎3317-6621 他  
筆記用具・昼食・飲み物持参。パソ  
コン・ロボットキットは貸し出し。ロボ  
ットの持ち帰りはできません

**ゆうゆう館の催し**

ゆうゆう館は高齢者向け施設です  
が、対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
高円寺東館(高円寺南1-7-22 ☎3315-1816)	歌舞伎講座～鑑賞のコツ・楽しみ方	7月9日(月)から毎月第2・4月曜日、午後1時45分～3時30分 師藤村藤之輔 費1回300円
浜田山館(浜田山4-18-31 ☎3315-7815)	朗読を楽しむ	毎月第2日曜日、午後1時～3時・毎月第4日曜日、午前10時～ 正午 師竹田紀子 対高校生以上の方 定各10名(申込順) 費1回800円(別途副読本代)
永福館(永福2-4-9 ☎3321-6632)	インディアン・ハーブコンサート	7月30日(月)午後2時～3時 定30名(申込順) 費500円
善福寺館(善福寺2-26-18 ☎3394-8963)	気軽に、みんなで歌いましょう	7月31日(火)午前10時～11時30分 定25名(申込順) 費200 円
阿佐谷北館(阿佐谷北6-26-13 ☎3338-0436)	エクセルの活用基礎の復習から関数、グラフ まで	9月12日(水)・19日(水)・26日(水)午後1時30分～3時30分(計3 回) 定15名(申込順) 費4500円(別途教材費500円)
高井戸東館(高井戸東3-14-9 ☎3304-9573)	体のコリをゆるゆるにゆるめる「ゆる体操」	毎月第1・3火曜日、午前10時～11時30分 定15名(申込 順) 費1回800円
井草館(井草2-15-15 ☎3390-9672)	「吹き矢無料体験」 誰でも楽しくできる腹式呼吸健康法	7月29日(日)午前10時～正午 定15名(申込順) 費別途マウ スピース代100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)  
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



**障害者のためのストレッチポールとヨガの楽しみ方教室**

時8月19日(日)午後1時30分～3時 場 杉並障害者福祉会館(高井戸東4-10-5) 師 齋藤なみ系 区内在住・在勤・在学で障害のある方 定18名(抽選) 費100円(保険料) 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、介助者の有無、手話通訳希望の方はその旨も書いて、7月21日(必着)までに杉並障害者福祉会館運営協議会事務局(〒168-0072高井戸東4-10-5) 問 同事務局 ☎3332-6121 ☎ 3335-3581

**ボランティア体験講座 きほんの「き」～手話&点字**

◆手話コース  
時①7月23日(月)午前10時～正午②25日(水)午前10時～正午③27日(金)午後1時～2時45分④31日(火)午後7時～8時45分⑤8月3日(金)午前10時～正午 場①阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17)②高円寺障害者交流館(高円寺南2-24-18)③西荻地域区民センター(桃井4-3-2)④⑤杉並障害者福祉会館(高井戸東4-10-5) 師 手話サークル杉の会 定各回20名(申込順) 費1回でも複数回でも500円。小学生100円

◆点字コース  
時8月1日(水)午後1時30分～4時・4日(土)午前10時～午後0時30分・7日(火)午後1時30分～4時 場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 師 視覚障害者支援総合センター就労継続支援B型「チャレンジ」・三好明子ほか 区小学生以上の方 定各日15名(申込順) 費各500円。小学生各100円

………… いずれも ……  
申 問 電話・ファクス(12面記入例)で、各開催日の2日前までに杉並ボランティアセンター ☎5347-3939 ☎ 5347-2063

**高井戸図書館**  
**◆大人のためのやさしいヨーガ**

時7月10日(火)午後2時30分～4時15分 師 友永ヨーガ学院講師・上田邦子 定20名(申込順) 動きやすい服装で、ハンドタオル・飲み物持参

◆親は子どもに英語を教えるの? ～早期英語教育と発達の二つの視点から  
時7月14日(土)午後2時～3時 師 Jun

International Preschool校長・榛谷都 定30名(申込順)

………… いずれも ……  
場 問 高井戸図書館(高井戸東1-28-1 ☎ 3290-3456) 申 電話または直接、同図書館

**環境活動推進センター**  
**◆新種ハチオウジアザミと善福寺のアザミ**

時7月13日(金)午後2時30分～4時30分 場 同センター 師 国立科学博物館名誉研究員・門田裕一 区内在住・在勤・在学の方 定20名(申込順) 申 電話で、同センター

◆おもちゃのクリニック  
時7月15日(日)午後1時～4時(受け付けは3時まで) 場 同センター 区内在住・在勤・在学の方 定10名(申込順) 費 部品代 申 電話で、同センター 他 おもちゃは1人1点まで

◆クロスステッチで彩るキーケース作り  
時7月20日(金)午後1時30分～3時30分 場 同センター 区内在住・在勤・在学の方 定10名(申込順) 費350円 申 電話で、同センター 他 長寿応援対象事業

**◆親子で木工教室「イス作り」** 子育て

時7月22日(日)午前10時30分～午後3時30分 場 同センター 区内在住・在学の小学生とその保護者 定10組(抽選) 費2000円 申往復ハガキ(12面記入例)で、7月11日(必着)までに同センター 他 昼食持参

**◆バスで行く、伊豆の源兵衛川と柿田川ウォーキング**

時7月26日(木)午前7時45分～午後6時 場 集合・解散=同センター 区内在住・在勤・在学の小学3年生以上で、4km歩ける方(小学生は保護者同伴) 定40名(申込順) 費2500円。小学生2000円(保険料含む) 申往復ハガキ(12面記入例)で、7月12日(必着)までに同センター 他 昼食付き

◆セミの羽化を観察しよう  
時7月27日(金)午後6時30分～8時30分(雨天中止) 場 都立善福寺川緑地緑陰広場 ▶ 集合=善福寺川成園橋付近(成田東2-7) 師 東京都環境学習リーダー・境原達也 区内在住・在学で5歳以上の方(小学生以下は保護者同伴) 定30名(申込順) 費100円

(保険料) 申 電話で、同センター

◆布ぞうり作り  
時7月28日(土)午前10時30分～午後3時30分 場 同センター 区内在住・在勤・在学で小学4年生以上の方(小学生は保護者同伴) 定10名(抽選) 費1000円 申往復ハガキ(12面記入例)で、7月11日(必着)までに同センター 他 昼食持参。長寿応援対象事業

**◆遅野井川親水施設と善福寺川(上流)の川調べ**

時7月29日(日)午前9時～正午 場 集合・解散=善福寺公園下の池あずまや前(善福寺2-31) 師 東京都環境学習リーダー・境原達也 区内在住・在学で小学3年生～中学生(小学生は保護者同伴) 定20名(申込順) 費100円(保険料) 申 電話で、同センター

◆フリーマーケットin高井戸  
時7月29日(日)午前10時～正午 場 同センター 区内在住・在勤・在学の方(業者出店不可) 定 募集区画=13区画(抽選) 申往復ハガキ(12面記入例)で、7月14日(必着)までに同センター 他 車での搬出入・来場不可。当選権利譲渡不可。出品物は衣類・子ども用品・アクセサリー・雑貨

◆海の子ども環境工作教室 こども  
シーボーン(海岸漂着物)などでマグネットを作ります。

時7月29日(日)午後1時30分～3時30分 場 同センター 区内在住・在勤(保護者)・在学の6歳～小学生(小学2年生以下は保護者同伴) 定20名(申込順) 費320円 申 電話で、同センター

**◆ペットボトルと風船で作る空気砲ロケット** こども

時8月4日(土)午前10時～正午 場 同センター 師 NPO法人子ども理科教育振興会・猪狩寛 区内在住・在学の5歳～小学生(小学3年生以下は保護者同伴) 定16名(申込順) 費150円 申 電話で、同センター

◆親子で作る卓上ミニ織り機 子育て  
時8月5日(日)午前10時30分～午後3時30分 場 同センター 区内在住・在学の小学生とその保護者 定10組(抽選) 費500円 申往復ハガキ(12面記入例)で、7月11日(必着)までに同センター 他 昼食持参

**◆夏の昆虫観察会 身近に息づく虫を発見しよう**

時8月10日(金)午前10時～正午 場 都立善福寺公園 ▶ 集合=善福寺公園上の池ボート乗り場前(善福寺3-18) 師 日本昆虫学会・青木良、須田真一、林弥生子 区内在住・在勤・在学で5歳以上の方(小学生以下は保護者同伴) 定45名(申込順) 費100円(保険料) 申 電話で、同センター

**◆「かんきょうアイデア展」作品募集**

時 展示期間=9月28日(金)～10月8日(祝) 区①リサイクル作品部門=不用になった物を材料として使用した作品②レポート部門=環境を守るために役立つアイデア・活動例・研究など③自然の恵み部門=緑のカーテン・打ち水・雨水利用などの実践、写真、レポート、アイデアなど/①は表現方法自由(工作物は縦横高さの合計が100cm程度)②③はファイルまたは模造紙1枚 区内在住・在勤・在学で小学生以上の方(グループでの参加も可) 申 作品に住所・氏名(フリガナ)・年齢・学校名・学年・電話番号を書いて、9月17日～25日(必着)に同センターへ郵送・持参

………… いずれも ……  
場 環境活動推進センター(〒168-0072高井戸東3-7-4 ☎5336-7352)

**就労支援センター**

◆仕事の苦手意識を解消!～電話対応やメールの書き方、言葉づかいを学ぶ  
時7月21日(土)午後1時～4時 師 プロフェッショナルコーチ・伊藤一枝 区54歳以下で求職中の方 定20名(申込順)



**◆就活初心者向け3日間集中セミナー～就職の実践ノウハウを学ぶ**

時 区①7月24日(火)=自己理解編～経験や知識の棚卸しと適職探し②25日(水)=仕事理解編～今まで気が付かなかった職種職域や業界の良さの再発見③26日(木)=応募書類・面接から職場対応編～実践マナーやコミュニケーション/いずれも午前10時～午後4時(計3回) 師①③人事コンサルタント・高橋健太郎②就活プロモーション・プロデューサー 小澤明人 区44歳以下で求職中の方 定10名(申込順) 他 個別受講も可

**◆働き続けるための「ためない」「くさらない」コミュニケーション対応力**

時7月27日(金)午後1時30分～4時30分 師 精神保健福祉士・片柳光昭 区44歳以下で求職中の方 定10名(申込順)

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

**家族介護教室**  
**◆リハビリや体操の前に使えるホットパックを手作りしよう**

時7月9日(月)午後1時30分～2時30分 場 ふれあいの家しらいぐさ正吉苑(下井草4-22-4) 師 作業療法士・鈴木志乃 区内在住・在勤の方 定15名(申込順) 申 問 電話で、ふれあいの家しらいぐさ正吉苑 ☎3390-8074

**杉並区シルバー人材センター**

**パソコン教室** (少人数制1～3名)

種別	コース名	回数
初歩	入門1・入門2	各4回
	インターネット・メール	各3回
ワード	入門・初級・中級	各4回
エクセル	初級・中級	各4回
活用	デジカメ入門	3回
	写真加工	各4回
	エクスプローラー	
	プレゼン	
趣味	名刺作成	各2回
	お絵かき	
	お名前シール	1回

※詳細は区ホームページをご覧ください。



講演・講座②

◆知っておきたい!自分らしい施設選びのポイント

7月9日(月)午後1時30分～3時 場すぎなみ正吉苑(清水2-15-24) 師ベネッセの介護相談室相談員・白田友香 区内在住の方 定15名(申込順) 申電話で、ケア24清水 ☎5303-5823

◆介護者のための腰痛を防ぐからだの動かし方

7月10日(火)午前10時～11時30分 場上井草ふれあいの家(上井草3-33-10) 師上井草園理学療法士・松本大輔 区内在住の方 定15名(申込順) 申電話で、上井草ふれあいの家 ☎3394-9831

◆尿もれと上手につきあおう～ケア用品とエクササイズ

7月10日(火)午前10時～11時30分 場永福南社会福祉ガーデン(永福1-7-6) 師ユニ・チャーム看護師 梅林真紀 区内在住の家族介護者ほか 定20名(申込順) 申電話で、ケア24永福 ☎5355-5124

◆高齢者のお酒と健康について～お酒と上手につき合うために

7月11日(水)午後1時30分～3時 場西荻南区民集会所(西荻南3-5-23) 師御徒町榎本クリニック看護師・佐藤千賀子 区内在住・在勤の方 定30名(申込順) 申電話で、ケア24西荻 ☎3333-4668

◆今日から使える介護～歯科医から教わる口腔ケア

7月14日(土)午後1時30分～2時30分 場和泉ふれあいの家(和泉4-40-31) 師洋歯科クリニック院長・草川洋 区内在住の方、介護をしている方ほか 定20名(申込順) 申電話で、和泉ふれあいの家 ☎3321-4808

◆車椅子への移乗と車椅子の選び方・操作方法

7月17日(火)午後2時～3時 場ふれあいの家しみず正吉苑(清水3-22-4) 師ふれあいの家しみず正吉苑理学療法士・久保田真吾 区内在住の方 定20名(申込順) 申電話で、ふれあいの家しみず正吉苑 ☎3394-0455

◆認知症サポーター養成講座

7月17日(火)午後2時～3時30分 場

ケア24善福寺(西荻北4-31-11) 師キャラバン・メイト 区内在住・在勤の方 定20名(申込順) 申電話で、ケア24善福寺 ☎5311-1024 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



◆気楽に終活。

7月19日(木)②26日(木)午後2時～3時30分(計2回) 場上井草園(上井草3-33-10) ①エンディングノートを書いてみよう!②「葬儀」と「相続」今できる事! 師僧彩セレモニー・川上知輝 区内在住・在勤の方 定15名(申込順) 申電話で、ケア24上井草 ☎3396-0024

◆高齢者の特徴と食事で気を付けたいポイント～市販介護食の試食

7月20日(金)午後2時30分～3時45分 場上井草ふれあいの家(上井草3-33-10) 師上井草園管理栄養士・廣保優花 区内在住の方 定15名(申込順) 申電話で、上井草ふれあいの家 ☎3394-9831

◆配食弁当ってどんな物があるの?試食してみよう!

7月26日(木)午後1時30分～3時 場ゆうゆう高円寺南館(高円寺南4-44-11) 師高円寺北ふれあいの家所長・島島幸ほか 区内在住・在勤の方 定25名(申込順) 申電話で、ケア24高円寺 ☎5305-6151

◆市販惣菜・一人用レトルト食品活用術～フレイル予防の観点から

7月26日(木)午後2時～3時30分 場永福ふれあいの家(永福2-14-20) 師管理栄養士・芳賀輝子 区内在住・在勤の方 定15名(申込順) 申電話で、永福ふれあいの家 ☎3327-5811

◆認知症になったらどうなる?コミュニケーションの仕方

7月29日(日)午後2時～4時 場グルー

プホームきらら西荻窪(今川3-3-29) 師杉並区グループホーム連絡会 区内在住・在勤の方 定10名(申込順) 申電話で、グループホームきらら荻窪 ☎5311-7180

スポーツ

競技大会

集まれ!レフティー野球大会

7月22日(日)午前9時～午後1時 場松ノ木運動場(松ノ木1-3-22) 内走塁は時計回り(通常の逆) 野球経験がある左投げ左打ちの30歳以上で、小学生以上のお子さんがいる方 定30名(申込順) 申電話・Eメール(12面記入例)で、レフティー野球大会実行委員・池谷 ☎090-1998-3285 k.ikeya62@gmail.com 他詳細は、区立小学校PTA野球連合協議会ホームページ参照

夏季弓道大会

8月5日(日)午前9時～午後5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・在学の方 定40名(抽選) 費500円 申往復ハガキ(12面記入例)で、7月28日(必着)までに中田龍治(〒166-0016成田西3-20-32) 申中田 ☎3391-2587(午前8時～正午) 他弓道着・はかまを着用

サマースマイルカップ ソフトバレーボール大会

8月26日(日)午前9時～午後7時 場上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区ソフトバレーボール連盟登録チームほか 定36チーム(申込順) 費1チーム3000円(当日) 申申込書(区体育施設で配布)を、7月31日(必着)までに区ソフトバレーボール連盟事務局・飯島典子(〒166-0013堀ノ内1-8-3-202)へ郵送 申飯島 ☎3311-1415

台湾友好親善ツアー 2018

台湾東部の観光都市・花蓮市を訪れ、代表的景勝地「太魯閣峡谷」などを訪れます。

12月14日(金)～17日(月) 場集合=成田空港(千葉県)▶解散=羽田空港(大田区) 区内在住・在勤・在学の方 定30名(申込順) 費10万8000円(2名1室) 申電話で、7月10日午前9時～8月31日午後5時に東洋旅行 ☎6272-6588 申杉並区交流協会 ☎5378-8833 他詳細は、同協会 http://suginami-kouryu.org/参照。2名以外で参加される場合はお問い合わせください



区の後援・その他の催し・講座など 情報ぱけっと 申し込みは、各団体へ

催し

新鮮野菜と草花の即売会 城西生産部会 7月6日(金)午前10時～午後3時(売り切れ次第終了) / 区役所中杉通り側入り口前 / 申JA杉並グリーンセンター ☎5349-8791 / 買い物袋持参

女子美術大学短期大学部1年前期基礎造形展 7月6日(金)～8月1日(水)午前10時～午後5時(日曜日を除く。7月15日(午後6時まで)・16日は開館) / 女子美ガレリアニケ(和田1丁目) / 申女子美ガレリアニケ ☎5340-4688

みんなで銭湯に行こう 区内銭湯で緑茶の湯を実施します 7月8日(日)(開催日が異なる銭湯があります) / 460円。小学生180円。幼児80円 / 申杉並浴場組合加盟銭湯(午後1時以降) / 小学生以下の方にジュースを差し上げます(各銭湯24本限定)

JIA杉並土曜学校展覧会「私の杉並、この一枚」 7月17日(火)～20日(金) / 区役所2階区民ギャラリー / 申JIA杉並土曜学校担当・中村 ☎5305-2773 / 作品募集 = 写真・絵・短歌・俳句など。Eメール(12面記入例。5MB以内の作品データを

添付)に作品のタイトル・説明文(31文字以内)も書いて、7月8日までにJIA杉並地域会 suginami@jia-kanto.org / 7月14日に交流会あり

西荻商店街落語会 7月18日(水)午後7時30分～9時30分 / そば処中屋(西荻北4丁目) / 出演=濱乃志隆ほか / 40名(申込順) / 1000円 / 申電話で、女子大通り商和会・清水 ☎080-3412-2439

リサイクルひろば高井戸「夏のフェア」 7月19日(木)～22日(日)午前9時～午後5時(エコマーケットは午前10時～午後4時) / リサイクルひろば高井戸 / 申NPO法人すぎなみ環境ネットワーク ☎5941-8701

城西病院ホスピタリティコンサート 7月19日(木)午後7時～9時 / 城西病院(上荻2丁目) / 出演=長尾篤子(ソプラノ)ほか ▶ 曲目=「たんぼぼ」ほか / 70名(先着順) / 申同病院・平木 ☎3390-4166

座の市 7月21日(土)午前11時～午後5時(売り切れ次第終了) / 座・高円寺 / 杉並産野菜や区の交流自治体の物産品、地方の逸品などの販売 / 申座・高円寺 ☎3223-7500

杉並区民オペラ「カルメン」 7月21日(土)午後5時～8時・22日(日)午後1時30分～4時30分 / 杉並公会堂 / 小学生以上の方 / 出演=大久保真(総監督・訳詞)ほか / 全席指定S席6500円ほか / 申電話で、杉並区民オペラ事務局 ☎3380-1042 / 区民各日50組100名を招待(抽選) = 往復ハガキ(12面記入例)で、7

月10日(消印有効)までに同事務局(〒166-0012和田1-11-15)

「はたらく消防の写生会」作品の展示

①荻窪消防署=7月25日(水)～8月1日(水)午前9時～午後10時②杉並消防署=8月16日(木)～22日(水)午前8時30分～午後5時(19日を除く) / ①杉並公会堂②区役所1階ロビー / 小中学生が描いた消防隊員や消防車両などの写生画等の展示 / 申①荻窪消防署予防課防火管理係 ☎3395-0119②杉並消防署予防課防火管理係 ☎3393-0119

ジャズコンサート 8月11日(祝)午後1時30分～3時30分 / 高井戸地域区民センター / 出演=スーパー・ベーシック・クラブ ▶ 曲目=「モーニン」ほか / 区内在住で60歳以上の方 / 90名(先着順) / 300円 / 申杉の樹大学同窓会・塩澤 ☎090-5499-5712

福島の子と交流しませんか? 8月13日(月)～15日(水)(2泊3日) / 富士学園(山梨県) / 区内在住で2～15歳のお子さんとその保護者 / 15名(申込順) / 1万3800円 / 申Eメール(12面記入例)で、福島子ども保養プロジェクト・杉並の会 Khisa@dk2.so-net.ne.jp / 申同団体・小林 ☎3314-2720

大田黒公園 ◆自然と遊ぼう ネイチャーゲーム

7月22日(日)午前10時・11時・午後1時・2時 / 同公園 / 区内在住・在勤(保護者)・

在学で4歳以上の方(小学生以下は保護者同伴) / 各回10名(申込順)

◆木登り体験 ツリークライミング® 7月22日(日)午前10時・11時・午後1時・2時・3時 / 同公園 / ツリークライミング® ジャパンオフィシャルインストラクター / 区内在住、在勤(保護者)・在学の6歳以上で、体重が100kg以内の方(小学生以下は保護者同伴) / 各回10名(申込順) / 各回1500円

申電話で、箱根植木・北村 ☎3303-2215(平日午前9時～午後5時)

講演・講座 杉並青色申告会

◆確定申告見直しセミナー 7月10日(火)午後2時～3時30分 / 同会(阿佐谷南3丁目) / 杉並青色申告会職員 / 個人事業主 / 20名(申込順) / 申電話で、7月6日までに同会 / 長寿応援対象事業

◆シニア向けスマートフォンセミナー 7月11日(水)・12日(木)午後1時30分～3時・3時30分～5時 / 同会(阿佐谷南3丁目) / 基本操作等 / 中村オートパーツ・金子泰武 / 区内在住で、スマートフォンを触ったことがない方 / 各回6名(申込順) / 各1000円 / 申電話・ファクス(12面記入例)で、7月10日までに同会 ☎3393-2864 / 長寿応援対象事業

申杉並青色申告会 ☎3393-2831



区民体育祭

◆ユニカール

時8月12日(日)午前9時～午後5時 場 荻窪体育館(荻窪3-47-2) 区内在住・在勤・在学で小学3年生以上の方 定70名(申込順) 費500円(保険料含む) 甲ハガキ・ファクス(12面記入例)に団体の方はチーム名と連絡責任者の氏名(フリガナ)・住所・電話番号も書いて、7月15日(必着)までに区ユニカール協会・石井功樹(〒167-0051荻窪3-5-5 5932-3655) 石井 井 5932-3655 他運動できる服装で、上履き持参

◆バドミントン(中学生の部)

時8月18日(土)・20日(月)午前9時 場 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1)、荻窪体育館(荻窪3-47-2) 種目=1部=男女単・複 2部=中学1年生の男女単 区内在住・在学の中学生 費単=500円、複=1000円をゆうちょ銀行「10010-9-026441杉並区バドミントン連盟」へ振り込み 甲申込書(区体育館で配布)と振替受領書の写しを、7月23日(必着)までに、区バドミントン連盟・草場律(〒167-0032天沼2-34-2)へ郵送 田村本 3332-4685

◆バドミントン①高校生の部②レディースの部

時①8月22日(水)・24日(金)②9月13日(休) いずれも午前9時 場 荻窪体育館(荻窪3-47-2)、大宮前体育館(南荻窪2-1-1)、上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 種目=①男女単・複 ②1・2・3部複 費①単=600円、複=1200円②2000円をゆうちょ銀行「10010-9-026441杉並区バドミントン連盟」へ振り込み 甲申込書(区体育館で配布)と振替受領書の写しを、①は7月31日②は8月18日(いずれも必着)までに区バドミントン連盟・菅原千恵子(〒167-0022下井草5-4-12) ②尾崎恵子(〒168-0081宮前3-3-26)

へ郵送 田 ①山口 090-8491-5663 ②尾崎 5930-7161

◆フェンシング

時8月26日(日)午前10時 場 大宮前体育館(南荻窪2-1-1) 種目=シニア(高校生以上)、中学生、小学5・6年生、小学3・4年生、小学1・2年生の部(男女別) 区内在住・在勤・在学の方 定200名(申込順) 費2000円(保険料含む) 甲電話・Eメール(12面記入例)で、8月11日までに区フェンシング協会・高橋 090-6519-6953 fencer@suginami-fencing.org 他保険証持参。車での来場不可

◆バスケットボール(一般男子・女子・シニアの部)

時8月26日～11月3日の日曜日・祝日(うち9日間)、午前9時～午後9時 場 区内体育館 区内在住・在勤・在学の方で編成されたチーム(学連登録チームと高校生以下を除く) 費1チーム3000円(代表者会議で集めます) 甲ハガキに希望の部、チーム名、代表者の氏名・住所・電話番号を書いて、7月18日(必着)までに区バスケットボール連盟・鐘尾勉(〒167-0032天沼2-37-3) 田鐘尾 3398-7044 田①シニアの部(40歳以上)と一般の部両方への参加不可②代表者会議を8月4日(土)午後7時から荻窪体育館で開催(全チーム要出席)③車での来場不可④ユニフォームはJBA規則に準じます

◆空手道

時10月7日(日)午前9時～午後5時 場 日本大学鶴ヶ丘高等学校(和泉2-26-12) 種目=組手・形個人戦(年齢別、男女別) 甲電話(電話で、区空手道連盟・山口 3395-2311へ請求)に参加費を添えて、8月1日(必着)までに同連盟・山口剛平(〒167-0041善福寺1-16-23)へ現金書留で郵送 田詳細はお問い合わせください

スポーツ教室

ジュニアボウリング教室(夏期) ども

時7月23日(月)・24日(火)・30日(月)・31日(火)、8月6日(月)・7日(火)・20日(月)・21日(火)午後2時～4時 場 笹塚ボウル(渋谷区笹塚1-57-10) 区内在住・在学の小学生 定各回36名(申込順) 費各1000円 甲電話で、笹塚ボウル 3374-1300 田区ボウリング連盟・井口 090-4370-5753

障害者のためのわいわいスポーツ教室「プールで遊ぼう」

時9月8日(土)午前10時～正午 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15歳以上で障害の程度が重い方 定30名(抽選) 甲申込書(スポーツ振興課(区役所東棟6階)、福祉事務所、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、8月14日午後5時(必着)までにスポーツ振興課へ郵送・持参 田同課 田公共交通機関の利用が困難な方は、リフト付き送迎バスが利用可。ヘルパーまたは家族との参加可。見学随時受け付け(事前予約制) ▶ボランティア募集=電話で、同課

スポーツハイツ

◆ノルディック・ウォークで夏の緑を満喫

時8月5日(日)午前10時(雨天中止) 場 全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員 大方孝 田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) 田ウエストバッグまたはリュック・サック・飲み物・タオル・帽子等持参。長寿応援対象事業

◆50歳からゆっくりはじめる水泳講座

時8月5日(日)・12日(日)・19日(日)・26日(日)午後4時～5時▶9日(木)・16日(木)・23日(木)・30日(木)午後1時30分～2時30分 いずれかの日程で4回参加 定各日5名(申込順) 費4320円 田水着・ゴーグル・キャップ・タオル・飲み物持参。長寿応援対象事業

…… いずれも ……

場 田スポーツハイツ(堀ノ内2-6-21 3316-9981) 甲電話で、スポーツハイツ

妙正寺体育館

◆ふわふわトランポリン体験教室 ども

時 田7月23日(月)①午前9時20分～9時55分=年中長②10時10分～10時45分=3・4歳のお子さんとその保護者③11時～11時35分=小学1年生④11時50分～午後0時25分=小学2・3年生 定①③④各10名②10組(いずれも申込順) 費各610円

◆ふわトラ&マット教室 ども

時 田7月30日(月)午前9時20分～10時40分=4歳～未就学児▶11時～午後0時20分=小学1～3年生 定各10名(申込順) 費各920円

…… いずれも ……

場 田妙正寺体育館(清水3-20-12 3399-4224) 田潘鎮浩、野口奈保

甲電話または直接、同体育館 田運動しやすい服装で参加

その他

CPR(心肺蘇生法)&AEDの使い方を体験しよう!

時7月16日(祝)午後2時～6時 場 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区小学生以上の方 田上井草スポーツセンター 3390-5707

7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。

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

家庭教育講座 木村泰子先生の講演会&座談会 7月14日(土)午後2時～4時30分/東田中学校/大空小学校初代校長・木村泰子/80名(申込順) 田Eメールに名前(フリガナ)、所属団体を書いて、7月12日までに東田中学校PTA 田higashitabunka2018@gmail.com/ 田同団体・北隅 090-3900-9763/上履き持参

分譲マンション管理セミナー 7月19日(木)午後1時30分～4時30分/荻窪タウンセブン(上荻1丁目)/①セミナー「失敗しない大規模修繕工事の進め方」②交流会/一級建築士・呼子政史/区内在住のマンション管理組合の役員・区分所有者等/①40名(申込順) 田ファクス(12面記入例)で、7月17日までに荻窪マンション管理士会事務局 5397-0686/ 田同事務局 5397-0686

JASOマンション耐震セミナー 7月21日(土)午後1時30分～4時40分/すまい・るホール(文京区)/セミナー「マンション地震災害事前復旧計画タイムライン」ほか、耐震改修事例報告、耐震化等の個別相談会/JASO担当・河野進ほか/マンション管理組合の方、区分所有者ほか/300名(申込順) 田ファクス(12面記入例)で、7月18日までにJASO事務局 6912-0773/ 田同事務局 6912-0772/相談希望の方は、図面等持参

講演会「知って安心 備えて安心 相続のこと」 7月26日(木)午後2時～4時/ウェ

ルファーム杉並/弁護士・白石光征/区内在住・在勤の方/45名(申込順) 田 田7月2日から電話で、杉並区社会福祉協会あんしんサポート係 5347-1020

知って安心!聞いて納得!遺言・相続・成年後見制度の基礎知識 7月27日(金)午前10時30分～11時30分/浴風会(高井戸西1丁目)/講座・ミニ個別相談/財務コンサルタント・太田秀隆/区内在住の方/40名(申込順) 田500円/ 田電話・ファクス(12面記入例)で、浴風会ケアスクール 3334-2149 田 3334-2694

笑って知ろう「落語で成年後見制度」 7月27日(金)午後2時30分～4時30分/ウェルファーム杉並/落語家・桂ひな太郎ほか/区内在住の方/50名(申込順) 田電話・ファクス(12面記入例)で、杉並区成年後見センター 5397-1551 田 5397-1555

講演会「善福寺池とその周辺で暮らした人々」 7月28日(土)午後1時30分～3時30分/西荻地域区民センター/区内在住・在勤・在学の方ほか/前杉並区立郷土博物館館長・寺田史朗/50名(申込順) 田300円/ 田ファクス(12面記入例)で、NPO法人善福寺水と緑の会・中島 3396-4505/ 田同団体・小谷 3392-8066

3392-6151 親子で石けん作り体験 8月3日(金)午前10時30分～正午/環境活動推進センター/区内在住・在学の小学生とその保護者/10組(申込順) 田電話で、NPO法人すぎなみ環境ネットワーク 5941-8701(午前9時～午後5時)

環境教育インストラクター養成セミナー 8月4日(土)・5日(日)午前10時～午後5時(5日は3時まで。全2回要出席)/高井戸地域区民センター/区内在住・在勤・在学の方/30名(申込順) 田7000円/ 田電話・ファクス(12面記入例)で、NPO法人杉並環境カウンセラー協議会 3392-0606(午前10時30分～午後4時30分)

美術のひろば 女子美術大学付属ワークショップ 8月6日(月)・7日(火)午前9時30分～午後3時30分/女子美術大学付属高等学校・中学校(和田1丁目)/小中学生/ 田同校ホームページから7月25日までに申し込み/ 田同校事務局 5340-4541/詳細は同校ホームページ参照

シルバー人材センター ◆リサイクル自転車の販売 7月17日(火)～19日(木)午前11時～午後4時(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~/ 田リサイクル自転車作業所 3327-2287

◆夏休みこそ勉強しよう「小中学生のための夏期学習教室」 前期=8月1日(水)～3

日(金)・6日(月)・7日(火)▶後期=20日(月)～24日(金)①午前9時30分～11時30分=小学3・4年生②午後1時15分～3時15分=中学生③4時～6時=小学5・6年生▶中期=13日(月)～17日(金)④午前10時～正午=中学生/同センター荻窪分室/①③国語・算数・読書感想文②④英語・数学/教師・塾講師経験のあるシルバー人材センター会員/区内公立学校に通う小学3年生～中学生/各10名程度(申込順) 田①③各5760円②7250円④5820円/ 田電話・ハガキ(12面記入例)に、学校名・学年、保護者氏名(フリガナ)も書いて、7月17日(必着)までに同センター荻窪分室(〒167-0051荻窪2-29-3 3220-9804)

税金なんでも相談会 7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)/ 田電話で、東京税理士会荻窪支部 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 税理士による相続税無料相談会 7月21日(土)午前9時30分～午後1時/東京税理士会杉並支部(阿佐谷南3丁目)/ 田電話で、7月20日までに東京税理士会杉並支部 3391-1028/1人40分程度 相続・離婚・金銭問題等書類・手続無料相談会 7月23日(月)午後1時～4時/庚申文化会館(高円寺北3丁目)/区内在住・在勤・在学の方/ 田東京都行政書士会杉並支部 0120-567-537

※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

この夏、「学び」でまちとつながる。

## 8・9月開講講座の新規受講生を募集します

この夏、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。

### 〈8・9月開講講座一覧〉

講座名	日時・対象者・定員(抽選)・費用	締め切り日(必着)
<b>地域活動基礎コース</b>		
まちに飛び出せ! コミュニケーション講座「きく」	時 9月4日(火)・11日(火)・18日(火)午後6時30分~9時(計3回) 定 15名	8月14日
<b>地域活動実践コース</b>		
救急協力員講座	時 8月25日(土)・26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16歳以上の方 定 各回25名 費 各回500円	8月6日
健康づくりリーダー講座	時 9月5日(水)・19日(水)・26日(水)、10月3日(水)・10日(水)・24日(水)午前10時~午後0時30分(5日は正午まで。計6回) 定 20名 費 2500円	8月15日
区民後見人基礎講座	時 8月4日(土)・18日(土)、9月8日(土)・22日(土)、10月6日(土)午前10時~午後4時10分(計5回) 対 区内在住で4月1日現在25~64歳の方 定 20名 費 2500円	7月18日
<b>地域活動ステップアップコース</b>		
あなたの経験と知識を地域に活かす! 講師デビュー講座	時 8月23日(木)・30日(木)、9月13日(木)午後2時~5時(計3回) 対 区内で団体の立ち上げを考えている方、既に区内で活動している方 定 25名 費 1500円	8月3日
地域活動に使える! 「動画」入門セミナー	時 8月22日(水)・29日(水)午後6時30分~9時(計2回) 対 区内で活動する団体の方、団体の立ち上げを考えている方 定 20名 費 1000円 他 スマートフォン、動画機能付きデジタルカメラ、ビデオカメラのいずれか持参	8月1日
地域活動に活かす! Google活用セミナー	時 8月20日(月)午後2時~5時 対 区内で活動する団体の方・団体の立ち上げを考えている方で、パソコンの基本操作ができる方 定 20名 費 500円 他 パソコン貸し出し可(事前申込制)	7月31日
地域活動に活かす! コーチング・コミュニケーション術	時 9月12日(水)午後2時~5時 対 区内で団体の立ち上げを考えている方、既に区内で活動している方 定 20名 費 500円	8月22日

※ 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

すぎなみ地域大学

### 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ウェルファーム杉並)、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(右記二次元コード)。

詳しくは募集案内も見てね!

すぎなみ地域大学  
2次元コード  
(地域コムのみすぎなみ地域大学ページ)



### 公開講座

健康づくりリーダー講座から

#### めざせ健康長寿 ~歯と口からみた健康づくり

時 9月5日(水)午前10時~正午 場 杉並保健所(荻窪5-20-1) 師 東京医科歯科大学教授・川口陽子 定 50名(申込順)

区民後見人基礎講座から

#### 成年後見制度の 課題と展望

時 8月4日(土)午後2時~4時 場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 師 杉並区成年後見センター理事長・田山輝明 定 30名(申込順)

..... いずれも .....

申込 電話で、地域課地域人材育成係 ☎3312-2381



## 杉並区中学生小笠原自然体験交流

参加者募集

30年度(31年3月)に小笠原を訪れる第7期派遣生を募集します。

—問い合わせは、済美教育センター教育指導係 ☎3311-0021へ。

時 31年3月22日(金)~27日(水)(5泊6日うち船中2泊。予定) 場 東京都小笠原村 対 シュノーケリング、ホエールウォッチング、ネイチャーガイド帯同の自然観察、天体観測ほか 対 区内在住の中学生で、事前・事後学習会および成果報告会に全て参加でき、25m程度泳ぐことができる生徒 定 30名(書類審査および面接で決定) 費 船中の食費等は自己負担 対 区立中学校の生徒 = 学校にある応募用紙を、各学校の締め切り日までに担任の先生へ提出 ▶ 区立中学校以外の生徒 = 応募用紙(区ホームページから取り出せます)を、9月28日午後5時(必着)までに済美教育センター(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ郵送・持参 他 本事業に参加した生徒は、杉並区中学生海外留学事業には参加できません。既に他の次世代育成基金活用事業に参加した生徒は、参加経験のない他の生徒を優先することがあります。アレルギーやぜんそく等の個別対応はできません。氏名・学校名や活動中の写真を「広報すぎなみ」などの刊行物に掲載することがあります

### 第6期成果報告会および第7期事業説明会

時 7月14日(土)午後2時30分 = 成果報告会 ▶ 4時15分 = 事業説明会 場 泉南中学校(堀ノ内1-3-1) 他 筆記用具・上履き持参。車での来場不可



### 世帯と人口 (住民基本台帳) 6月1日現在( )は前月比

世帯数	日本人のみの世帯	307,282(219増)	合計 321,529 (295増)
	外国人のみの世帯	11,703(70増)	
	日本人と外国人の世帯	2,544(6増)	

人口	男		女		小計 551,276(261増)	合計 568,313 (360増)
	日本人	264,082(120増)	287,194(141増)			
	外国人	8,512(39増)	8,525(60増)			