

広報 すぎなみ

Suginami



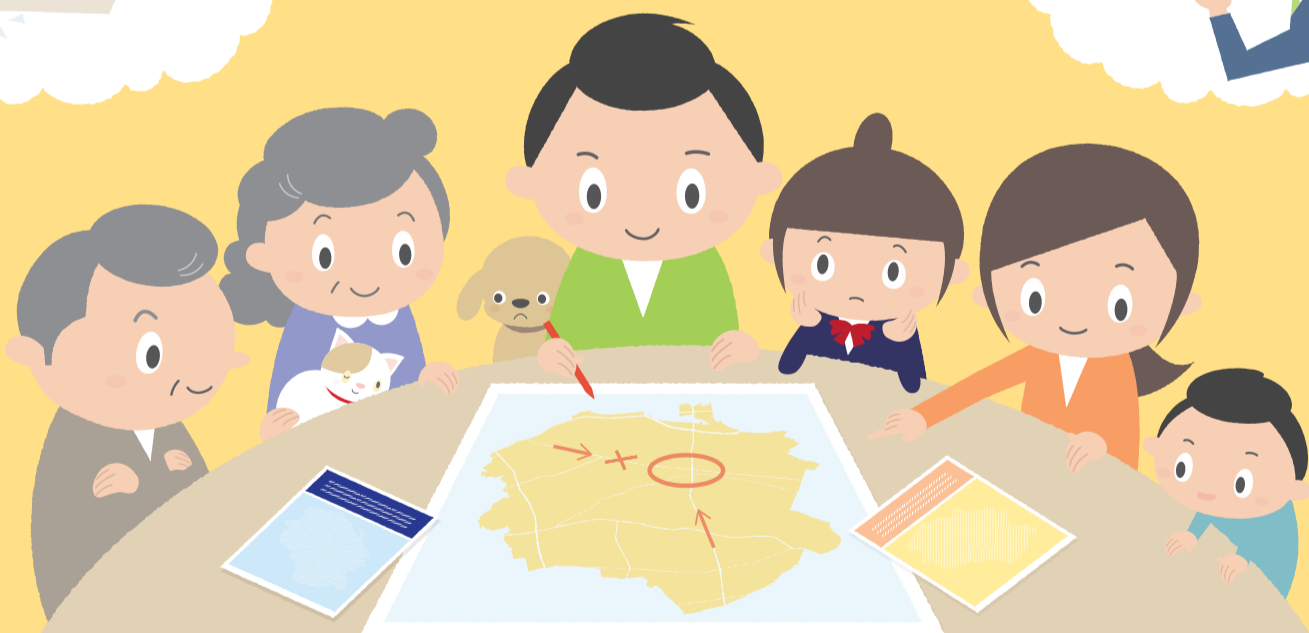
支えあい共につくる
安全で活力あるみどりの住宅都市 杉並

2/1
令和2年(2020年)
No.2271

「必ず来る!」という
心づもりで。

阪神・淡路大震災から25年、東日本大震災から9年がたとうとしています。その間にも熊本や大阪、北海道と全国各地で大きな地震が発生しています。こうした地震による災害の経験を教訓として生かすため、今号では東日本大震災時に福島県南相馬市で被災した方々の体験談を伺い、日々の生活の中でできる防災対策を紹介します。「大地震は必ず来る」という心づもりで、「今できること」に取り組んでみてください。

今
でき
る
こ
と
つ
て
何
だ
ら
う



特集

大震災に備えて、今できることを

Contents —主な記事—

6 | 令和2年度(2020年度)版「ごみ・資源の収集カレンダー」を全戸配布します 9 | 杉並区就労支援センター 16 | 台湾舞台芸術祭2020

〒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: <https://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。

日頃の備え、今できることを 大震災に備えて、防災力の向上を

福島県南相馬市での体験

今できること

災害はいつ起きるか 分かりません

●伊佐見真一さん



震災で家の電気・水道・ガスが全てストップ。エアコンが使えず、石油ストーブやカイロで寒さをしのぎました。また、テレビも見られず、携帯電話の充電もできなかったため、情報を入手するの

に苦労しました。食料に関しては水の確保が大変でした。配給所で入手した水を、家にあったカセットコンロで沸かしてカップラーメンを食べて生活しました。今まで蛇口をひねれば当たり前に出ていた水の大事さに気がきましたね。また、ライフラインが止まっても食べられる物を選ぶ必要性を改めて認識しました。

大切なものを 守るために

●渡邊沙織さん



地震が起きた時は、生後4カ月の息子と外出していました。帰宅するとキッチンでは食器棚が倒れ、中の食器が割れて飛び散っていましたね。寝室では、息子のベビーベッドが倒れ、たんすに押しつぶされていました。もし、「地震が夜に発生していたら？」と考えると、本当にゾッとしました。

数日間、家族と連絡が 取れなくなり…

●安部ともえさん



震災直後から携帯電話が繋がらなくなり、メールはタイムラグが発生していました。自分が避難している場所を夫に知らせることができず、とても不安でした。やっとのことで連絡が取れたのは、震災から3日後でした。

地震が来ても「自分は大丈夫」だと思っていましたが、災害時の連絡方法について家族間でもっと話し合っていたらよかったです。

電気や水道が止まったら困るワ…

ライフライン支障への備え



カセットコンロや簡易トイレ、モバイルバッテリー、懐中電灯を用意し、ライフラインに支障が生じて自宅でも生活できるように準備しておきましょう。特に、トイレは我慢ができるものではありません。簡易トイレも最低3日分(1人1日5回程度)を用意しましょう。

どのお店も品切れになるのね…

食料の備蓄



家族構成によって異なりますが、最低3日分の食料・飲料水の備蓄をしておきましょう。また、スペースが無く食料の備蓄が難しい場合は、日常の食料を多めに購入し、古い物から消費し、減った分を補充する「日常備蓄」で備えることができます。

家具が倒れてきたら大変。

家具転倒防止対策の実施



転倒防止器具(ポール式器具や扉開放防止器具)を使用して、家具類の固定をしましょう。寝室やよくいる場所には極力大型家具を置かないなど工夫し、自宅内の安全確保を図りましょう。

家族で話し合っておかないとな。

避難場所・避難経路・安否確認手段の確認



震災時に避難する場所、避難経路をあらかじめ家族で話し合っておくなど、日頃から備えておきましょう。また、家族の安否を確認する手段を複数決めておきましょう。確認手段にはNTT提供の「災害用伝言ダイヤル171」や各携帯電話事業者提供の「災害用伝言板サービス」等があります。



マグニチュード7クラスの首都直下地震が、今後30年の間に70%の確率で発生すると予想されています。いざという時のために、普段から「備える」ことが何よりも大切です。

東日本大震災で実際に被害に遭った福島県南相馬市の方々から、当時の体験談を伺いました。その体験談を参考に、大震災に備えて自分で今できること(自助)や区での取り組み(公助)などを紹介します。これらを活用して、ぜひ一人一人の災害に備える力(防災力)の向上へつなげていってください。また、以前公表した「地震被害シミュレーション」では、「被害の見える化」を行っているため、各地域の危険度などもご覧いただけます。

震災の教訓を生かせるように、地震を自身の生活に起こり得る「自分事」として捉え、「今、できること」を考えていきませんか。

3.11 その時、 杉並区は



地震発生直後に開設した避難所では、ピーク時に1000名を超える人々の避難があり、備蓄品のクラッカーや水、毛布等を配布しました。また、避難所のほかに、区役所ロビーを開放し(上写真)、公共交通機関の不通により発生した約1000名の帰宅困難者を受け入れました。

●避難者数等の実績

日時	利用避難所数	避難者数
3月12日午前1時(ピーク時)	72カ所	1091名

区からの メッセージ

●危機管理室防災課長・近藤高成



「災害に強いまち」を実現していくためには、区民の皆さん一人一人の取り組みと協力が不可欠です。まず「自助」として、3日分の食料などの備蓄、家具の転倒防止、感震ブレーカーの設置、避難場所の事前確認などがあります。ご自身を守るため、できることから、ぜひ取り組んでください。また「共助」では、震災救援所の運営や各防災訓練への参加、防災市民組織・消防団への協力などがあり、地域を守るために大変重要な取り組みです(消防団募集記事を5面に掲載しています)。「公助」として、区は建物の耐震化や不燃化への助成、狭い道路の拡幅整備、災害物資の備蓄、防災用品のあっせん、震災救援所・防災市民組織・消防団への支援などに取り組んでいます。このような「自助」「共助」「公助」のそれぞれの取り組みをしっかりと進めていくことにより、地域の防災力が総合的に高まり、発災時に被害を最小限にとどめることができます。区としては、今後も区民の皆さんと一緒に「災害に強いまち」の実現に向け、防災・減災対策に取り組んでまいりますので、ご理解とご協力をお願いします。

区の取り組み(公助)



感震ブレーカー設置支援

設定した震度以上の地震を感知すると、自動的にブレーカーを落として電気を止め、通電火災を防ぐ装置です。区では、設置を支援しています。
図 防災課地域防災係



耐震化促進

昭和56年5月以前に建てられた建物や昭和56年6月～平成12年5月に建てられた木造住宅について、耐震診断・耐震改修費用などの助成や耐震化に関するアドバイザーの派遣を行っています。
図 市街地整備課耐震改修担当



不燃化推進

災害時に延焼被害の拡大が特に懸念される地域や震災救援所(区立小中学校等)周辺等において、耐火性能の高い建物を建築する方に建築工事費の一部を助成します。
図 市街地整備課不燃化推進係

*不燃化特区指定地区=杉並第六小学校周辺地区・方南一丁目地区。



狭い道路拡幅整備

幅4m未満の狭い道路(狭い道路)を4mに広げるために、現在建っている門や塀などの撤去費用の一部を助成します。
図 狭い道路整備課狭い道路係

上記件数等の数値はいずれも平成30年度末時点。

防災用品のあっせんを行っています

申込件数
(平成30年度)
258件

区内の一般家庭や事業者を対象に、非常食や簡易トイレ等の防災用品をあっせんしています。防災用品のあっせんチラシは、防災課(区役所西棟6階)、区民事務所、地域区民センター、図書館、区民集会所等で配布しています。
図 防災課地域防災係

簡易消火器具使用時、 水道の使用にご協力ください

配備数
(平成30年度末時点)
192台

水道の蛇口を使用して、初期消火することができる簡易消火器具を、希望する防災市民組織(防災会)に配備しています。発災時に防災会等が消火活動をする際には、屋外の水道栓等使用のご協力をお願いする場合があります。
図 防災課地域防災係

▲簡易消火器具



CHECK!

「地震被害シミュレーション」の詳細は、
区ホームページやリーフレットでご覧いただけます。

▶ <https://www.city.suginami.tokyo.jp/guide/kyukyu/jishinsoutei/index.html> 図 防災課、市街地整備課



2次元コード
からもアクセス可



地震被害シミュレーションが
杉並区の風景に重なる
スマートフォンアプリ登場。

iPhoneやAndroid端末にインストール
して利用するアプリです。

区からのお知らせ

SUGINAMI INFORMATION

保険・年金

国民年金保険料は前納がお得です

毎月の国民年金保険料の納付期限は翌月末日ですが、まとめて前払いすると割引になる「前納制度」があります。

例えば、6カ月分(4～9月分)をまとめて現金やクレジットカードで納付する場合、毎月納付するよりも800円割引になります。また、前納制度と口座振替をセットにすることでさらに割引額が大きくなります。

2年分、1年分、6カ月分(4～9月分)を口座振替で前納を希望する場合は、2月28日までに杉並年金事務所へ申し込んでください。

☎杉並年金事務所 ☎3312-1511

募集します

高齢者・介護者向けサービス実施事業者

◇高齢者いっときお助けサービス事業

☑心身機能の一時的な低下で日常生活に支障がある高齢者の居宅にホームヘルパーを派遣し、日常的な家事などを代行

◇ほっと一息、介護者ヘルプ事業

☑要介護高齢者等と同居して在宅で介護している家族の方の休息を目的として、ホームヘルパーを派遣し、介護者が行う日常的な家事などを代行

…………… いずれも ……………

☑委託期間=4月1日～3年3月31日 ▶資格=区内に事業所があり、介護保険法による指定介護予防サービスおよび指定居宅サービスの訪問介護事業所の指定を受けている ☑申込書(高齢者在宅支援課〈区役所西棟2階〉で配布。区ホームページからも取り出せます)に訪問介護重要事項説明書の写しを

添えて、2月17日午後5時(必着)までに同課管理係へ郵送・持参 ☑同係 ☑詳細は、募集要項参照

都営住宅入居者

☑募集住宅=①ポイント方式による募集(家族向のみ)=1290戸(車いす使用者世帯向15戸を含む) ②単身者向=225戸(車いす使用者向4戸を含む) ③シルバーピア(高齢者集合住宅・単身者または2人世帯向)=59戸 ④居室内で病死等があった住宅(単身者向・車いす使用者向・シルバーピア)=61戸 ▶募集案内(申込書) 配布期間=2月3日～12日(各配布場所の休業日を除く) ▶配布場所=区役所1階ロビー、子育て支援課(区役所東棟3階)、住宅課(西棟5階)、各福祉事務所、各区民事務所(平日夜間と休日は区役所の休日・夜間受け付けで配布)。配布期間中のみ、JKK東京(東京都住宅供給公社) ☑<https://www.to-kousya.or.jp/>からも取り出せます ☑申込書を、2月17日(①は午後6時までに東京都住宅供給公社都営住宅募集センター、②③④は渋谷郵便局(いずれも必着))までに専用封筒で郵送 ☑JKK東京都営住宅募集センター ☎0570-010-810(2月3日～17日)。2月18日以降は ☎3498-8894。いずれも、土・日曜日、祝日を除く)、区住宅課住宅運営係

男女共同参画推進区民懇談会委員

区民の皆さんの意見を男女共同参画施策に反映させていくため、区民懇談会を設置しています。この懇談会は、学識経験者、団体推薦者、公募区民などで構成され、今回は区民委員を募集します。

☑年3回程度の会議に出席 ▶任期=4月1日～4年3月31日 ▶募集人数=7名以内(選考) ▶謝礼=交通費程度 ☑区内在住で18歳以上の方 ☑封書に住所・氏名(フリガナ)・年齢・性別・電話番号と作文「応募の動機」または「私の考える女性の活躍推進」(様式自由。いずれも800字程度)を添えて、2月21日午後5時(必着)までに区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係(区役所西棟7階)へ郵送・持参 ☑同係 ☑会議は原則、平日夜間に開催

杉並区農業委員会委員

農業委員会委員の選出方法は、区議会の同意を要

件とする区長の任命制になっています。任命に際し、区長が農業者および農業者が組織する団体などに推薦を求めるとともに、一般的な募集により候補者を求め、委員を決定します。

☑農業委員会総会の出席、農地の現地調査・パトロールほか ▶任期=7月20日～5年7月19日 ▶募集人数=13名 ▶身分=非常勤特別職 ▶報酬(月額)=4万4000円(会長)、3万4000円(会長職務代理)、2万5000円(委員) ▶推薦・応募の資格=農業に関する見識を有する、「農業委員会等に関する法律」第8条第4項に規定されている欠格事由に該当していない ☑推薦書または応募申込書(産業振興センターで配布。区ホームページからも取り出せます)を、2月28日(必着)までに産業振興センター都市農業係(〒167-0043上荻1-2-1Daiwa荻窪タワー2階)へ郵送・持参 ☑同係 ☎5347-9136 ☑必要に応じて面接を実施

子育て・教育

外国人学校に通学する児童生徒の保護者へ

区では、外国人学校に通学する児童生徒の保護者に、授業料などの負担を軽減するために補助金を交付しています。

◇要件 次の全てを満たすこと。

①「学校教育法」に基づく認可を受けた外国人学校に、義務教育年齢に該当する児童生徒を通学させている ②児童生徒および保護者が区内に住所を有し、同一世帯である ③児童生徒または児童生徒の父もしくは母が、日本国籍を有していない ④授業料を納付している ⑤所得が基準額未満である(詳細は、区ホームページをご覧ください)

◇補助金額 月額7000円×学校の在籍月数

◇申請時期 下期(元年10月～2年3月)分の申請を2月3日～28日に受け付け

◇申請方法 学校により申請方法が異なります。詳細は、お問い合わせください。「学校教育法」に基づく認可を受けた外国人学校かどうかは、通学している学校に確認してください。

☑区民生活部管理課庶務係

2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
住まいの修繕・増改築無料相談★	☑2月3日(月)・7日(金)・10日(月)・14日(金)・17日(月)・21日(金)・28日(金)午後1時～4時 ☑区役所1階ロビー	☑東京土建杉並支部 ☎3313-1445、区住宅課
建築総合無料相談会・ブロック塀無料相談会★	☑2月4日(火)・18日(火)午後1時～4時 ☑区役所1階ロビー ☑図面などがある場合は持参。ブロック塀無料相談会は、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
住民税(特別区民税・都民税)夜間電話相談	☑2月10日(月)午後5時～8時30分	☑納税課 ☎5307-0634～6
住宅の耐震無料相談会・ブロック塀無料相談会★	☑2月12日(水)午後1時～4時 ☑区役所1階ロビー ☑図面などがある場合は持参。ブロック塀無料相談会は、ブロック塀の現況写真等を持参	☑市街地整備課耐震改修担当
マンション管理無料相談	☑2月13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 ☑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 ☑同会事務局 ☎3393-3680、区住宅課管理係
行政相談★	☑2月14日(金)午後1時～4時 ☑区政相談課(区役所東棟1階) ☑年金・福祉・道路などの苦情・相談	☑区政相談課
土曜法律相談(弁護士による)	☑2月15日(土)午後1時～4時 ☑相談室(区役所西棟2階) ☑12名(申込順) ☑1人30分	☑電話で、2月10日～14日午前8時30分～午後5時(11日を除く)に専門相談予約専用 ☎5307-0617。または直接、区政相談課(区役所東棟1階)で予約 ☑同課
専門家による空家等総合相談窓口	☑2月20日(月)午前9時20分・10時15分・11時10分 ☑相談室(区役所西棟2階) ☑区内の空き家等の所有者、区内在住で空き家等の所有者(いずれも親族・代理人を含む) ☑各1組(申込順) ☑1組45分	☑電話で、住宅課空家対策係。または申込書(区ホームページから取り出せます)を、2月18日(必着)までに同係 ☎5307-0689へ郵送・ファクス ☑同係
不妊専門相談	☑2月20日(月)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組(申込順)	☑電話で、杉並保健所健康推進課 ☎3391-1355。または申込書(区ホームページから取り出せます)を、同課 ☎3391-1377へファクス ☑同課
不動産に関する無料相談	☑2月20日(月)午後1時30分～4時30分 ☑区役所1階ロビー	☑電話で、東京都宅地建物取引業協会杉並支部 ☎3311-4937(平日午前9時～午後5時〈祝日、休日を除く〉) ☑同支部、区住宅課

※★は当日、直接会場へ。

凡例 ☑日時 場場所 内容 講師 対象 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

生活・環境

「東京外かく環状道路」オープンハウス

東京外かく環状道路(関越～東名)は、区内の善福寺全域・西荻北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。

2月8日(土)午後1時～5時 井荻小学校(善福寺1-10-19) パネル・模型などを用いた、事業概要や最近の進捗状況の情報提供・説明など 国土交通省関東地方整備局東京外かく環状国道事務所 ☎0120-34-1491、東日本高速道路関東支社東京外環工事事務所 ☎0120-861-305、中日本高速道路東京支社東京工事事務所 ☎0120-016-285、区都市整備部管理課都市施設担当 車での来校不可

採用情報 ※応募書類は返却しません。

- 詳細は、各募集案内等参照。
- 報酬は、元年度実績のため変更になる可能性があります。

会計年度任用職員

区立保育園等職員(保育補助)

子どもの世話、掃除、洗濯などの保育園等での子どもの生活に関わること ▶ **勤務期間**=4月1日～5月31日 ▶ **勤務日時**=月20日。原則、月～金曜日の午前10時～午後2時(実働4時間) ▶ **勤務場所**=区立保育園、区立小規模保育事業所(宮前北)、区保育室(直営型)、区定期利用保育施設(直営型)のいずれか ▶ **資格**=高等学校卒業(程度)以上の方。保育士資格がなくても応募可(有資格者優先) ▶ **募集人数**=50名程度 ▶ **報酬**=時給1100円(有資格者1180円) ▶ **その他**=交通費支給(上限あり) 履歴書を、2月28日午後5時(必着)までに保育課管理係(区役所東棟3階)へ郵送・持参 ▶ **履歴書記入要領**=志望動機・「広報すぎなみ」を見て応募した旨を記入。会計年度任用職員(短時間)および(臨時)との併願可。保育園等の欠員状況と住所を参考に勤務場所を紹介。杉並区役所関係のパート・アルバイト経験者は履歴に記入。保育士証をお持ちの方は写しを添付 同係 書類選考合格者には面接を実施。採用決定後、健康診断書を提出

人事課職員(事務補助・障害者採用)

印刷・帳合・封入・仕分け・シュレッダー作業などの軽作業、パソコンによる各種入力事務ほか ▶ **勤務期間**=4月1日～3年3月31日(5回まで更新可) ▶ **勤務日時**=原則、月～金曜日の午前9時～午後4時のうち実働6時間 ▶ **勤務場所**=区役所または区内の出先事業所 ▶ **募集人数**=10名程度 ▶ **資格**=障害者手帳の交付を受けている方で主治医が一般就労可能と認めている方、就労支援機関に登録している方 ▶ **報酬**=時給1080円 ▶ **その他**=期末手当支給(要件あり)。有給休暇あり。社会保険加入。交通費支給(上限あり)

り) 申込書(人事課人事係(区役所東棟5階)および障害者生活支援課(中棟2階)で配布。区ホームページからも取り出せます)を、2月12日(必着)までに人事課人事係へ簡易書留で郵送・持参 同係

杉並保健所 生活衛生課衛生検査係職員

検査補助 ▶ **勤務期間**=4月1日～3年3月31日(5回まで更新可) ▶ **勤務日時**=週2日程度。月～金曜日の午前9時～午後4時 ▶ **勤務場所**=生活衛生課衛生検査係 ▶ **資格**=臨床検査技師 ▶ **募集人数**=1名 ▶ **報酬**=時給1600円 ▶ **その他**=有給休暇あり。交通費支給(上限あり) 申込書(同係で配布。区ホームページからも取り出せます)を、2月17日午後5時(必着)までに同係(〒168-0072高井戸東3-20-3)へ簡易書留で郵送・持参 同係 ☎3334-6400 書類選考後、合格者には面接を実施

教育委員会事務局職員 (①郷土博物館担当②事務補助)

①資料の収集・保管および展示、調査・研究、講演会等の開催、郷土学習の援助、他博物館等との連絡調整、電話対応・窓口業務ほか②窓口業務、電話対応ほか ▶ **勤務期間**=4月1日～3年3月31日(5回まで更新可) ▶ **勤務日時**=①月16日。午前8時30分～午後5時15分②週5日以内。午前8時30分～午後5時15分のうち実働6時間(一部交代制あり) / いずれも土・日曜日、祝日勤務あり ▶ **勤務場所**=郷土博物館または郷土博物館分館(天沼3-23-1天沼弁天池公園内) ▶ **資格**=①学芸員(大学卒業)②高等学校卒業(程度)の学力を有する方 ▶ **募集人数**=各若干名 ▶ **報酬**=①月額18万4900円②時給1080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) 申込書(郷土博物館、同分館で配布。区ホームページからも取り出せます)を、2月14日(必着)までに同博物館(〒168-0061大宮1-20-8)へ簡易書留で郵送・持参 同博物館 ☎3317-0841(2月3日(月)・10日(月)・12日(水)閉館) 郵送の場合は、封筒の表面に「会計年度任用職員採用選考申込書在中」と赤字で明記。書類選考合格者には面接を実施(2月27日(木)〈予定〉)

区以外の求人

NPO法人杉並区視覚障害者福祉協会職員

来館者の受け付け、電話対応、館内日常清掃ほか ▶ **勤務期間**=4月1日～3年3月31日(4回まで更新可) ▶ **勤務日時**=月12日程度。午前8時15分～午後9時のうち実働6時間(交代制。土・日曜日、祝日の勤務あり) ▶ **勤務場所**=杉並視覚障害者会館 ▶ **募集人数**=1名 ▶ **報酬**=時給1100円 ▶ **その他**=有給休暇あり。交通費支給(上限あり) 履歴書を、2月20日(必着)までにNPO法人杉並区視覚障害者福祉協会(〒167-0052南荻窪3-28-10杉並視覚障害者会館内)へ郵送・持参 同協会 ☎3333-3444 書類選考合格者には面接を実施

施設情報

ひととき保育西荻窪の閉所

ひととき保育西荻窪(松庵3-35-15小学館アカデミーにしておぎ駅前保育園内)は、運営事業者の都合により3月31日で閉所します。

園子育て支援課管理係

税金

インターネット公売の実施

滞納税金に充当するため、滞納者から差し押さえた財産のインターネット公売を実施します。

「Yahoo! JAPAN ID」を取得し、公売参加申し込みを行う必要があります。詳細は、区ホームページ参照 ▶ **日程等**=参加申し込み=2月13日(木)午後1時～26日(水)午後11時 ▶ **入札**=3月3日(火)午後1時～5日(木)午後11時 ▶ **公売予定物品**=DVD、野球関連グッズ、アニメフィギュアほか

◆下見会

2月20日(木)午前10時～午後3時 納税課(区役所中棟2階) 要事前連絡

…………… いずれも ……………

納税課公売・調整担当

その他

2年度杉並区食品衛生監視指導計画(案)の意見募集

食品衛生法の規定に基づき、区民の皆さんのご意見を募集します。

◇閲覧場所

杉並保健所、保健センター、区政資料室(区役所西棟2階)、区民事務所、図書館、消費者センター(天沼3-19-16)。区ホームページからもご覧になれます。

◇ご意見をお寄せください

封書・ファクス・Eメール(12面記入例)で、2月14日(必着)までに杉並保健所生活衛生課(〒167-0051荻窪5-20-1 ☎3391-1926 ✉seikatueisei-k@city.suginami.lg.jp) 同課 ☎3391-1991

経済センサス-基礎調査(第5期)にご協力ください

調査対象=区内全ての事業所(個人経営の農・林・漁業など一部の事業所を除く) ▶ **調査地域**=第5期調査指定地域(荻窪、阿佐谷、高円寺地域など) ▶ **期間**=3月31日まで ▶ **調査方法**=東京都知事から任命された調査員が、調査対象事業所の活動状態を外観もしくは訪問によって確認し、一部の事業所には調査票を配布します。回答はオンラインまたは郵送で提出してください 区民生活部管理課統計係 ☎5307-0621

まちを守るために、あなたの力が必要です

消防団員を募集します!



区内には、杉並消防団・荻窪消防団があります。団員は仕事や学業、家事などに従事しながら、それぞれ杉並消防署・荻窪消防署と連携して活動を行っています。消防団員は特別職の公務員として、報酬などの支給、公務災害の補償などの制度が整備されています。

【入団条件】区内在住・在勤・在学で18歳以上の方

閩防災課、杉並消防団(杉並消防署内) ☎3393-0119、荻窪消防団(荻窪消防署内) ☎3395-0119

「令和元年台風15号または19号」で一部損壊の被害を受けた住家について、補助金を支給します

下記対象となる住宅などに対し、元年度に限り補助金が交付されます。り災証明書・申請書のほか、添付資料が必要となりますので、詳細は、お問い合わせください。

対象=令和元年台風15号または19号により被害を受けた区内にある貸家を除く住家のうち、り災証明において一部損壊と判定された住宅など

閩住宅課管理係



令和2年度(2020年度)版 「ごみ・資源の収集カレンダー」 を全戸配布します

住所をご確認ください▼



お住まいの地域ごとに全世帯(事業所を含む)のポスト(マンション・アパート各部屋を含む)へ直接投函します。ポスト内の他の広告に紛れていることもありますので、ご確認ください。

収集曜日等、従来からの変更はありません。この機会にもう一度ごみ・資源の分別をご確認の上、正しい分け方・出し方にご協力をお願いします。

- 1世帯(1事業所)につき1部配布します(ポストや表札の数で判断)。
- 新たに区外から転入する方には、転入の手続きの際に、区役所、区民事務所でお渡ししています。

圖配布については、アト(コールセンター) ☎050-5357-9680(午前9時~午後5時(3月31日まで。土・日曜日、祝日を除く))。内容については、ごみ減量対策課、杉並清掃事務所 ☎3392-7281、同事務所方南支所 ☎3323-4571

配布期間	配布地域(管轄清掃事務所)	
	杉並清掃事務所	杉並清掃事務所方南支所
2月4日(火)~10日(月)	阿佐谷北・阿佐谷南・梅里2丁目・荻窪・上荻・成田西・成田東	和泉・梅里1丁目・大宮・方南・堀ノ内・松ノ木
2月11日(水)~17日(月)	上高井戸・久我山・松庵・高井戸西・西荻北・西荻南・南荻窪・宮前	永福・下高井戸・高井戸東・浜田山
2月18日(火)~24日(水)	天沼・井草・今川・上井草・清水・下井草・善福寺・本天沼・桃井	高円寺北・高円寺南・和田

リサイクルにご協力を

家庭で 不要になったパソコンを 無料回収します

区は、「小型家電リサイクル法」の認定事業者である「リネットジャパンリサイクル」と協定を締結し、家庭で不要になったパソコンの宅配便による無料回収を始めました。

—問い合わせは、ごみ減量対策課へ。

【回収手順】

- ①リネットジャパンリサイクル <https://www.renet.jp/> から申し込む
- ②パソコン等を段ボールに詰める
- ③宅配業者が希望日時にご自宅へ回収に伺います



- データはご自身で消去してください。
- 他の小型家電、プリンタなどの周辺機器も一緒に回収可能です。
- パソコンを含む段ボール1箱分(3辺の合計が140cm以内、重さ20kg以内)の回収料金が無料になります。

圖リネットジャパンリサイクル ☎0570-085-800(午前10時~午後5時)
※上記のほか、パソコンメーカーによる回収もあります。回収方法・料金等の詳細は、各メーカーに確認してください。

区立施設(5カ所)で 小型充電式(二次)電池の 回収を始めます!

JBRC(※)では、リサイクル事業として小型充電式(二次)電池の回収を行っています。このたび、新たに下記場所にも「小型充電式リサイクルボックス」(右下写真)を設置しました。

—問い合わせは、ごみ減量対策課へ。

【設置場所】

- ごみ減量対策課(区役所西棟7階)
- 杉並清掃事務所(成田東5-15-20)
- 杉並清掃事務所方南支所(方南1-3-4)
- 杉並清掃事務所高円寺車庫(高円寺南2-36-31)
- リサイクルひろば高井戸(高井戸東3-7-4)



※電池の両極にテープ等を貼り、絶縁してから出してください。

◇上記のほか、区内の電器店やスーパーマーケットなどの回収協力店を、JBRC <https://www.jbrc.com> で検索できます。

※JBRCは、電池メーカーや電池を使用する機器メーカー等が会員となり小型充電式電池のリサイクル活動を推進する団体です。

感染拡大防止にご協力をお願いします

元年度 成人男性の風しん抗体検査・定期予防接種 クーポン券の有効期限は3月31日です



—問い合わせは、
杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025へ。

風疹の追加的対策

国は風疹の感染拡大防止のため、予防接種を公的に受ける機会がなかった昭和37年4月2日~昭和54年4月1日に生まれた男性を、4年3月までに限り、風疹定期予防接種の対象者としました。

区が発行するクーポン券を使用し、抗体検査を受けた結果、十分な量の抗体がない方は、予防接種を受けることができます。

詳細は、区ホームページ「成人男性の風しん抗体検査・定期予防接種(国の追加的対策)」(右上2次元コード)をご覧ください。



元年度発行のクーポン券

国の対策を受けて、区は対象者のうち、昭和47年4月2日~昭和54年4月1日に生まれた男性へ元年5月末にクーポン券を送付しています。

クーポン券の有効期限は3月31日です。早めに抗体検査を受けましょう。

風疹とは

風疹は、風疹ウイルスの飛沫感染(せきやくしゃみ)で起こる、感染力が強い病気です。潜伏期間は2~3週間で、軽いかぜ症状で始まり、発疹・発熱・後頸部リンパ節の腫れなどが主な症状です。

おめでとうございます

元年度杉並区功労表彰

1月16日(木)、杉並区功労表彰式を行い、区に多大な功労のある57名の方々を表彰しました。

—問い合わせは、総務課へ。

(敬称略)

役職等	氏名	役職等	氏名	役職等	氏名
元区議会議員	河津 利恵子	杉並火災予防協会常任理事	阿部 勝利	学校医(耳鼻科)	中尾 雄二
元区議会議員	松浦 芳子	杉並火災予防協会常任理事	酒井 政雄	学校歯科医	村上 昇
西田町会会長	堤 一男	杉並火災予防協会理事	高柳 信男	学校歯科医	中野 晴代
泉南町会元会長	齊藤 多美夫	杉並火災予防協会理事	石井 治義	学校歯科医	中山 二博
下高井戸五丁目住宅自治会会長	宮崎 静子	杉並納税貯蓄組合連合会監事	筒井 弘	学校歯科医	小池 淳美
高南二丁目町会会長	糟谷 一	荻窪納税貯蓄組合連合会常任理事	初鹿 博雄	学校歯科医	小林 宥元
荻窪東町会会長	長瀬 久子	東京税理士会杉並支部元支部長	奥田 よし子	学校歯科医	野津 秀郎
高井戸町会会長	内藤 博孝	東京税理士会荻窪支部元支部長	尾崎 正俊	学校歯科医	茂木 孝之
人権擁護委員	高石 昌子	杉並法人会副会長	横野 賢二	学校薬剤師	大成 みつ美
杉並消防団副分団長	筒井 徹	荻窪法人会理事	中原 章雄	学校薬剤師	匂坂 美枝子
杉並消防団副分団長	磯部 宏	杉並青色申告会理事・高円寺支部長	田嶋 隆治	学校薬剤師	田嶋 美智子
杉並消防団副分団長	伊藤 孝	荻窪青色申告会第5ブロック幹事	西山 信彦	学校薬剤師	牛込 昌子
杉並消防団副分団長	佐野 修	荻窪間税会副会長	山下 民子	こども発達センター嘱託医	宮尾 知恵子
杉並消防団部長	田口 昭作	保護司	山本 松江	こども発達センター嘱託医	木実谷 哲史
荻窪消防団分団長	山田 康嗣	杉並区食品衛生協会副会長	佐藤 光明	杉並区サッカー連盟会長	大槻 和広
荻窪消防団分団長	高橋 秀夫	学校医(内科)	渡邊 晶	杉並区空手道連盟会長	葉梨 俊郎
荻窪消防団副分団長	根本 健一	学校医(内科)	辻 綾子	NPO法人	
荻窪消防団副分団長	小俣 敦	学校医(眼科)	東 恵子	杉並で能楽を楽しむ会理事	宮崎 穎
荻窪消防団班長	宮崎 玲子	学校医(眼科)	好士 敬子		
杉並防火防災協会副会長	秋山 とよ	学校医(耳鼻科)	石井 純子		

温かいご寄附 ありがとうございました

11・12月のご寄附(敬称略・順不同)

【社会福祉基金】井口榮治 = 300万円 ▶ 鈴木和博 ▶ 鳥切ひさよ ▶ 宮崎素子 ▶ 匿名および氏名のみ公表分計 = 129万9000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 11・12月分 = 12万3471円 ▶ 「落ち葉感謝祭2019」参加者有志 = 3万9227円 ▶ 池田理紗 = 2万円 ▶ 鈴木和博 ▶ JA東京中央ファーマーズマーケット荻窪 / (仮称) 荻外荘公園などの整備 = 「大杉会チャリティーゴルフ会」実行委員会 = 20万円 ▶ 古川洋介 = 10万円 ▶ 中田剛史 = 10万円 ▶ 榎本勝 = 5万円 ▶ 大山知児 = 2万円 ▶ 谷口琢磨 = 1万円 ▶ 越田美砂子 = 1万円 ▶ 稲留重久 = 1万円 ▶ 末並史年 = 1万円 ▶ 和田新也 ▶ 峯岸誠 ▶ 岡和良 ▶ 北崎ゆかり ▶ 中代重幸 ▶ 河俣義行 ▶ 星野剛志 ▶ 高澤和子 ▶ 山内貴博 ▶ 青木隆 ▶ 本田佳江 ▶ 匿名および氏名のみ公表分計 = 18万4000円

【NPO支援基金】NPO支援基金普及活動協力者(すぎなみフェスタ) = 1万8247円 ▶ NPO支援基金普及活動協力者(チャリティーコンサート) = 1万8800円 ▶ NPO支援基金普及活動協力者 = 6189円 ▶ 鈴木和博 ▶ 第2回老楽フェスティバル実行委員会 ▶ 河俣義行 ▶ 栗原裕子 ▶ 匿名および氏名のみ公表分計 = 35万8965円

【日本フィル被災地支援活動】崔在容(新カステラ) = 5万円

【杉並区応援寄附金】区長にお任せ = 古谷都 = 1万円 ▶ 中村浩子 ▶ 高澤和子 ▶ 笹井弘 ▶ 匿名および氏名のみ公表分計 = 45万5000円

【次世代育成基金】(株)ワイズマート = 20万円 ▶ ケンコーマヨネーズ(株) = 19万7500円 ▶ (有)大和不動産 = 5万円 ▶ 平松貴志 = 5万円 ▶ 2019第9コリアンまつり実行委員会 = 3万円 ▶ 大原俊 = 2万円 ▶ 方南銀座商店街振興組合 = 1万4100円 ▶ 杉並区さいかち会 = 1万円 ▶ 山田彰 = 1万円 ▶ 鈴木和博 ▶ 牛木昭文 ▶ 木村公優 ▶ 星弘之 ▶ 竹中啓子 ▶ 小谷勝博 ▶ 池ヶ谷敏江 ▶ 石黒勝夫 ▶ 城戸崎保博 ▶ 尾崎美穂子 ▶ 山村美絵 ▶ 山村隆 ▶ 村山信明 ▶ 高島一雄 ▶ 山本賢一 ▶ 匿名および氏名のみ公表分計 = 117万8750円

日本フィルハーモニー交響楽団 出張コンサート先を募集します

区と日本フィルハーモニー交響楽団は、音楽を通じた区民の豊かな交流の促進と地域文化の創造を目的に友好提携を結んでいます。この友好提携に基づき、今年も出張コンサートを行います。演奏を希望する団体・施設等は、以下の要領でお申し込みください。

【募集日時】5月26日(火)、6月1日(月)午前11時・午後2時(計4回。演奏時間は50分程度) ▶ 演奏形態(編成) = 楽団員4~5人による室内楽(日本フィル側が決定) ▶ 区内事業所や区内福祉施設等(営利目的等は除く) ▶ 過去の実施先 = 区内私立幼稚園、グループホーム、ふれあいの家など ▶ はがき(封書も可)・ファクスに希望する日時(第2希望まで)、団体名、住所、電話番号、担当者氏名を書いて、2月14日(必着)までに文化・交流課 ☎5307-0683 同課 へ申し込み多数の場合は抽選。2月28日までに結果を通知。音出しができる控室を必ず用意



▲出張コンサートの様子

「にせ税理士」「にせ税理士法人」 にご注意ください!

税理士資格の無い者が税務相談、税務書類の作成、税務代理をすることは、法律で禁じられています。また、不測の損害をかぶる恐れもあります。

税理士は、税理士証票を携帯し、税理士バッジを着用しています。

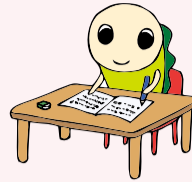
☎東京税理士会 ☎3356-4461



▲税理士バッジ

あなたの「声」を聞かせてください

2年度区政モニターを募集!



あなたの声を区政に活かすために、区政モニターとして活動してみませんか。過去にモニター経験のある方も応募できます(連続して3期まで)。

——問い合わせは、区政相談課へ。

◆主な活動

1. アンケートへの回答(年2~4回程度)
2. 区政モニター向け講演会への参加
3. 区政への意見・提案(提言)

インターネットでアンケートの回答や区政への提言ができます。また、文書で回答・提言を希望する場合は、区から文書を郵送し、返信用封筒で返送していただけます。

応募方法は右2次元コードからもご覧いただけます。



〈募集要領〉

資格	区内在住の2年4月1日現在18歳以上で、日本語でのモニター活動ができる方(国籍は問いません。地方公共団体の職員・議員は除く)		
任期	委嘱の日(5月頃)~3年3月末	募集人数	200名以内
謝礼	活動実績に応じて杉並区内共通商品券を進呈します(年度末)		
申し込み	インターネットでモニター活動を行う方	郵送でモニター活動を行う方	
	区ホームページ「区からのお知らせ」→「令和2年2月」→「令和2年度 区政モニターを募集します」の入力フォームから必要事項を入力し、3月31日までに送信	「区政モニター希望」と明記し、「住所・氏名(フリガナ)・生年月日・性別・職業・電話番号」と「応募動機または杉並区政に思うこと」(書式自由。100字程度)を書いて、3月31日午後5時(消印有効)までに区政相談課(区役所東棟1階)へ郵送・持参	
その他	選考結果は、応募者全員に連絡。最近のアンケート結果は、図書館、区政資料室(区役所西棟2階)、区ホームページ(区政モニターアンケート〈平成13年度~〉)からご覧になれます		

杉並区プレミアム付商品券購入引換券をお持ちの方へ

商品券の購入期限は
2月29日までです!

——問い合わせは、杉並区プレミアム付商品券コールセンター
☎ 0120-080-877 へ。



商品券の購入期限

元年10月に行われた消費税率の引き上げによる消費への影響の緩和と区内の消費喚起を図るため、「杉並区プレミアム付商品券」を区内の郵便局で販売しています。「杉並区プレミアム付商品券購入引換券」をお持ちの方で、商品券の購入を希望される場合は、2月29日までにお買い求めください。

- 販売場所: 区内郵便局の窓口(身分証明書・購入引換券持参)
- 販売価格: 1冊4000円(500円券10枚つづりで額面5000円。購入引換券1枚につき5冊まで)

杉並区プレミアム付商品券は、3月31日まで
区内の取扱店舗(1000店舗以上)で使用できます

「取扱店舗一覧」(元年9月10日時点)は、区内郵便局での商品券購入時にお渡しますが、区役所西棟2階プレミアム付商品券担当窓口でも確認できます。

最新の「取扱店舗」情報は、区プレミアム付商品券特設サイト(右2次元コード)からご覧になれます。



便乗詐欺にご注意ください

プレミアム付商品券の販売等を装った「特殊詐欺」や「個人情報詐欺」にご注意ください。申請内容などに不明があった場合は、区から問い合わせをすることがありますが、ATMの操作のお願いや、手数料を求めることはありません。また、銀行口座番号などの個人情報を聞き出ししたりすることはありません。不審な電話がかかってきたり、郵便物が届いたりしたら、杉並区振り込め詐欺被害0ダイヤル☎5307-0800、最寄りの警察署、警察相談電話#9110に連絡してください。

社会福祉法人の
皆さんから
意見を募集します

重度知的障害者通所施設の
整備・運営について

区では現在、重度知的障害者通所施設の整備を進めています。今後、整備・運営法人を公募するにあたり、社会福祉法人の皆さんから本事業の支援策の内容などについて意見を伺い、可能な限り公募要項に反映していきたいと考えています。
(意見締め切り日=2月28日)

◆事業概要

- 所在地
区内公有地(土地面積=約1400㎡)

◆施設概要

- 重度知的障害者通所施設(生活介護) / 定員30名
- 地域開放スペース(会議室等)
- 開設年度=5年度(予定)
- その他=敷地内に、認知症高齢者グループホーム(定員18名)、および小規模多機能型居宅介護施設(登録定員25~29名)の整備も予定

☎障害者生活支援課施設整備担当

「さざんかねっと(集会施設)」

更新手続きを
お忘れなく
利用の方へ



3月31日に有効期限を迎え、4月以降も引き続き集会施設を利用する方は更新の手続きが必要です。

なお、更新の手続きは3年ごとに必要です。

☎更新手続き期間=3月31日まで ▶ 更新対象=さざんかねっと利用者登録カードの有効期限が「平成32年3月31日」となっている方 ▶ 必要書類等=新規登録時と同様 ▶ その他=詳細は、区ホームページをご覧ください

☎地域課地域施設係

リニューアルオープン

すぎなみ地域コム

杉並を拠点に活動する地域団体情報サイト

—— 問い合わせは、地域課協働推進係 ☎3312-2381へ。

区が運営する地域団体情報サイト「すぎなみ地域コム」では、NPO 法人や地域活動団体、町会・自治会、学校支援団体、イベントの実行委員会など、区内で活動する団体が登録し、情報発信を行っています。

このたび、より情報発信がしやすく、より多くの方々に見ていただけるようなサイトを目指し、リニューアルオープンしました。地域情報の収集に、これまで以上にご利用いただくとともに、団体を運営する方々はぜひ情報発信にご活用ください（右2次元コードからアクセス可）。

●すぎなみ地域コム <https://www.sugi-chiiki.com/>



サイトの特長

- ポータル（総合）サイトと各団体の基本情報を紹介した団体概要ページで構成
- 各団体が独自に運営するウェブサイトや SNS とリンクし、団体の発信力を高める機能を追加
- チラシ画像が投稿できる機能を追加

登録・申し込みに関する問い合わせ

すぎなみ協働プラザ
(阿佐谷南 1-47-17 ☎3314-7260 ✉chiiki@nposupport.jp)



▲サイトトップページのイメージ



▲チラシ画像検索ページのイメージ

杉並区就労支援センター しごとへの新しいスタートを応援します！

あなたの「働きたい」を全力でサポートする3つのコーナーが杉並区就労支援センターにあります。「自分に合う仕事を探したい」「働くことに不安がある」「正社員を目指したい」など、仕事、就職に関する相談はぜひ就労支援センターにお越しください。

—— 問い合わせは、各コーナーへ。

すぎJOB

- 就労準備相談
- 心としごとの相談
- セミナーの受講ほか

若者就労支援コーナー
☎ 3398-1136

ハローワーク

- 職業相談
- 職業紹介
- 求人検索

ハローワークコーナー
☎ 3398-8619

すぎトレ

ジョブトレーニングを中心とした働く自信を高める就労準備プログラム

ジョブトレーニングコーナー
☎ 6383-6500

ハローワーク新宿からのお知らせ

1月6日から、ハローワークの求人票や求人検索の方法が新しくなりました。詳細は、ハローワーク新宿ホームページをご覧ください。下記窓口へお問い合わせください。

- ハローワーク新宿ホームページ
(右下2次元コードからもアクセス可)

https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-hellowork/list/shinjuku/important_topics/1.html



●窓口

杉並区就労支援センターハローワークコーナー ☎3398-8619

杉並区就労支援センター

- ◆場所 …… 天沼 3-19-16 ウェルファーム杉並
- ◆開館日時 … 月～金曜日午前9時～午後5時
(若者就労支援コーナーのみ第1・3土曜日も開館)
※詳細は、区ホームページ(右2次元コード)参照。



〈フロア写真〉

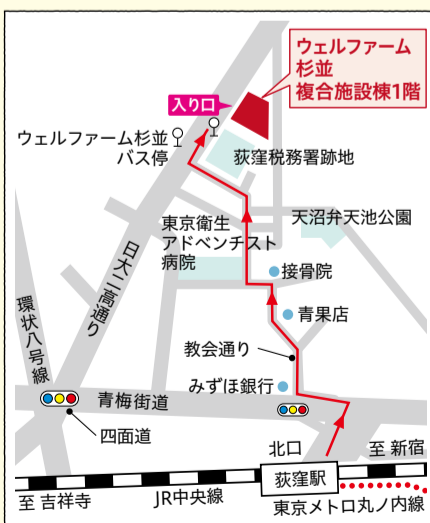


〈就労準備相談〉



〈アクセス〉

- JR中央線・東京メトロ丸ノ内線「荻窪駅」北口から徒歩10分（教会通りからお越しください）
- 荻窪駅北口3番バス停から「荻06中村橋駅」行き、「荻07練馬駅」行き乗車、「ウェルファーム杉並」バス停下車



YouTubeもチェック！

就労支援センターに行ってみよう



就労準備相談やジョブトレーニング、多種多様なセミナーなどを通して、あなたの「働きたい」をサポートする就労支援センターのさまざまな機能を紹介します。

すぎなみスタイル

杉並区公式チャンネル



3.11を忘れない

～復興への思いを込めて～

時 3月11日(水) 午後2時20分～4時
場 セシオン杉並 (梅里1-22-32)

区は、甚大な被害を被った東日本大震災の記憶を風化させることなく語り継ぎ、首都直下地震に備え地域防災力の向上を図るために、「3.11を忘れない」を開催します。

—問い合わせは、危機管理対策課へ。

〈記念式典〉

- 黙とう (午後2時46分)
- 福島県南相馬市長からのビデオメッセージ
- 区立小中学生の防災に関する作文コンクール表彰式
- トークショー「東日本大震災の復興支援活動を通して」

青春時代を過ごした福島県をはじめ、東北各地での復興支援活動を通して見た、震災の苦しみを乗り越え努力されている人々の姿、被災地の復興や震災を風化させないという強い思いをトークショー形式でお話いただきます。▶ **ゲスト=女優・秋吉久美子** (右写真)



定員500名 (先着順) 他車での来場不可。手話通訳あり

〈同時開催〉

- ◆ **展示室 (午後1時～5時)**
 - 東日本大震災写真展
 - 福島県南相馬市物産展
 - 災害に強いまちづくりに関する展示
 - ・地震被害シミュレーションの紹介
 - ・「すぎナビ」アプリの紹介ほか
- ◆ **中庭 (午後1時～5時)**
 - 起震車「なみすけ号」で地震の疑似体験 (雨天中止) ほか



フォロー
してね



災害時に役立つ ツイッター (Twitter)

● 地震・水防情報など

災害時の情報やその他災害に関連した区の取り組みなどの情報を投稿しています。

★アカウント名=
杉並区 (地震・水防情報等)

★ユーザー名=
@suginami_tokyo



おめでとうございます！

元年度杉並区商店コンクール

受賞店が 決定しました

杉並区商店コンクールの表彰式が1月28日(火)に行われました。各賞受賞店は、杉並区商店会連合会加盟店で地元に密着し、運営に創意工夫をしており、店舗のレイアウト、照明などの空間演出、メニューや商品構成、接客、商店街への貢献度や店主の取り組み姿勢等が評価された店舗です。以下、各賞受賞店舗と主催者からのコメントです。区ホームページで受賞店一覧を掲載しています。

主催=杉並区商店会連合会 ▶ 共催=東京商工会議所杉並支部

【区長賞】名入れ雑貨専門店CHARGE(チャージ)(高円寺)

世界にたった一つの自分ブランドTシャツやトートバッグ等を作ることができます。ランチ付きコースなども魅力的です。



【区議会議長賞】くいもの屋 淡菜房(下井草)

仕入れから料理提供までの創意工夫が際立ち、おすすめのメニューが豊富な居酒屋です。子どもへのサービスや日曜日、祝日は午後3時開店など、家族連れやママ会に人気です。



【東商支部会長賞】doek(ズック)(井荻)

靴、バッグの修理や革製品のメンテナンスと合鍵作成を行います。豊富な経験と知識に裏打ちされた技術を持つ店主の丁寧な仕事に出会える店舗です。

【杉商連会長賞】AZOOL(アズール)(新高円寺)

技術が高度かつ豊富な美容室。店主夫妻が薦めるグッズを展開するセレクトコーナーの発信力も素晴らしいです。

【杉商連会長賞】えんがわ荻窪(荻窪)

「鹿児島県枕崎」の鯖出汁で食べる、九州和牛のすき焼きと、自然派ワインの店舗です。地域密着で温かく楽しい接客が好印象です。

【その他、優秀賞4店、優良賞4店】

☎杉並区商店会連合会 ☎3220-1221

広告募集中

広報すぎなみ・ホームページバナーに広告を掲載しませんか

広告掲載の問い合わせは広報課へ。

交流自治体からのお知らせ

北海道
名寄市

冬のなよろ写真展

時2月10日(月)～14日(金)午前8時30分～午後5時(11日(祝)を除く)
場区役所1階ロビー 内容冬の生活や活動・人物・動物・景色などをテーマにした「なよろ冬カレンダー」の掲載作品と応募作品の一部を展示 内容文化・交流課 他「なよろ冬カレンダー」を無料配布(数量限定)



▲「きたすばるの冬」©河野慎

新潟県
小千谷市

物産展 おぢやフェア

時2月16日(日)午前11時～午後1時30分 場小千谷学生寮(井草4-16-23) 内容笹団子や小千谷そば、魚沼産コシヒカリ米などの特産品、新鮮野菜や地酒などの販売 場小千谷市産業開発センター ☎0258-83-4800 他買い物袋持参。車での来場不可



『まなび』の交流企画

静岡県
南伊豆町 地方との関わり方を見つける
～南伊豆町の旅

時2月23日(祝)午前8時～24日(休)午後6時(1泊2日) 場静岡県南伊豆町 ▶集合=JR新宿駅 ▶解散=JR東京駅 内容南伊豆町に暮らす人々との交流や暮らしの体験、ジオガイドの案内によるトレッキング、漁師の職場見学と漁師料理づくり体験、町民との交流会ほか 内容区内在住・在勤・在学の方 定32名(申込順) 費9900円(1泊4食付き・交通費含む) 電話で、南伊豆町地方創生室または南伊豆町 <https://www.town.minamiizu.jp>



shizuoka.jp/docs/2019122400023/ (左下2次元コード) から申し込み/締め切り日=2月14日正午まで 場南伊豆町地方創生室 ☎0558-62-1121 他共同企画・実施=「すぎなみ大人塾連」



▲伊豆半島ジオパーク認定ジオガイドの皆さん



▲伊勢海老漁師・平山文敏さん

春の陽気に誘われて...

民営化宿泊施設をご利用ください



富士学園(山梨県南都留郡忍野村忍草2997)

世界遺産富士の麓 春のバスツアー(1泊2日。2食付き)

時内費下表のとおり 場集合・解散=JR荻窪駅・阿佐ヶ谷駅、京王線明大前駅 他最少催行人数=各20名

出発日	コース名	料金 (区民補助金適用後)
4月14日(火)	春恒例!花見遊山!! 富士山と桜の競演「富士仏舎利塔平和公園」と日本5大桜「狩宿の下馬桜」見学	1万8000円～
4月21日(火)	春の陽気に誘われて 伊豆の小京都「修善寺竹林の小径」散策と「伊豆の国いちご狩り」で春を満喫	2万円～

※料金には、バス代、宿泊費、観光地での入館料等(一部を除く)、保険料が含まれています。

お得に利用できる冬季割引期間が間もなく終了します

施設をお得に利用できます。この機会にぜひご利用ください。

割引適用期間 3月31日宿泊分まで
料金(1泊2日。2食付き) 4600円～(区民補助金適用後)

…………… いずれも ……………

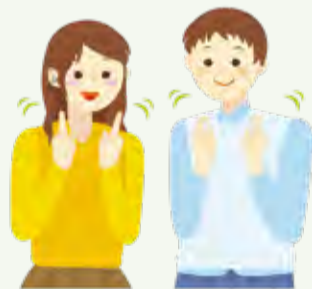
申場あんしん宿予約センター ☎0120-844-891 (午前9時～午後5時)

※65歳以上または障害者の区民は、上記料金から1000円引き。
※小学生が夕食を子ども用の食事に変更した場合は、550円引き。
※未就学児・区外の方の料金はお問い合わせください。

手話を学んで
みませんか?

手話講習会

時内対定下表のとおり 場杉並障害者福祉会館 費教材費 申往復はがき(12面記入例)に在勤・在学の方は勤務先または学校の名称、所在地も書いて、2月22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) 場同事務局 ☎3332-6121 ☎3335-3581(午前8時30分～午後5時) 他初級クラスは抽選。中級・通訳者養成クラスは、3月14日(土)に選考面接。詳細は、後日通知



クラス	対象※	日時	定員
初級 (計38回)	手話学習経験のない方	昼間部=4月4日～3年2月13日の毎週土曜日、午前10時～11時40分 夜間部=4月2日～3年2月18日の毎週木曜日、午後7時～8時40分	各50名
中級 (計38回)	手話学習経験1年程度の方		各40名
通訳者養成基本 (計38回)	手話学習経験2年以上で手話通訳者をを目指す方	※応用クラスの夜間部はありません。	各30名
通訳者養成応用 (計32回)	手話学習経験3年以上で杉並区手話通訳者認定試験を目指す方		20名

※いずれも区内在住・在勤・在学の高校生以上で、年間を通して受講できる方。



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**
- 大人がたのしむお話し**
 時2月8日(土)午後2時～3時30分 場 方南図書館(方南1-51-2) 師おはなし会ボランティア 対 中学生以上の方 定30名(先着順) 問 方南図書館 ☎ 5355-7100
- ボードゲームであそぼう! こども**
 時2月16日(日)午前10時～正午 場 阿佐谷図書館 師 アナログゲームマスター・あだちちひろ 対 小学生(保護者同伴可) 定20名(申込順) 申 問 電話または直接、阿佐谷図書館(阿佐谷北3-36-14 ☎ 5373-1811)
- 浜田山おやこ演劇フェスティバル**
 時2月16日(日)午後1時30分～3時45分 場 浜田山会館(浜田山1-36-3) 内 人形劇、和太鼓、日本舞踊、手話などの発表 定195名(先着順) 問 浜田山児童館 ☎ 3317-5166
- グループ読書会 「いせひでこさんの世界を楽しむ」**
 時2月17日(月)午前10時～正午 場 今川図書館(今川4-12-10) 問 今川図書館 ☎ 3394-0431 他 共催=ちいさいおうち文庫
- うたごえサロン**
 時2月21日(金)午前10時～11時10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300円 申 問 2月2日から電話で、高齢者活動支援センター ☎ 3331-7841 他 飲み物・手鏡持参



- 映画会「おくりびと」**
 時2月22日(土)午後2時～4時15分 場 西荻図書館(西荻北2-33-9) 定40名(先着順) 問 西荻図書館 ☎ 3301-1670
- 太陽光発電機器 発電データパネル展・情報交換会 ◆パネル展**
 時2月17日(月)～21日(金)午前8時30分～午後5時(相談コーナーは9時から) 場 区役所1階ロビー 内 設置者の発電データに関するパネル展示、省エネなんでも相談
- ◆情報交換会**
 時2月26日(水)午後2時～4時30分 場 区役所第5・6会議室(西棟6階) 内 講演「太陽光発電基礎講座～メンテナンスと停電時対応、蓄電池の活用」、区内太陽光発電機器設置者からの個別事例報告ほか 師 NPO法人太陽光発電所ネットワーク・田中稔、牧野電設工業太陽光発電事業部・川島秀幸 定60名(申込順) 申 問 ファクス・Eメール(記入例)で、杉並エネルギー会議 ☎ 3390-1025 ✉ ace_office@machi-yume.com
- ………… いずれも …………
- 対 区内在住・在勤・在学の方 問 杉並エネルギー会議・樋口 ☎ 3390-1025、区環境課環境活動推進係 他 実施=区・事業者・市民団体の協働で構成す



はがき・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。

※往復はがきの場合は返信用の宛先も記入。託児のある行事は託児希望の有無、お子さんの氏名と年齢も記入。

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

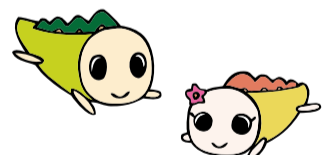
- る「杉並エネルギー会議」
- 講演・講座**
- みどりの講座「親子で楽しむみどりの不思議～ムクロジの実がせっけん!?!」**
 時2月15日(土)午前10時～正午 場 柏の宮公園管理事務所(浜田山2-5-1) 内 みどりの不思議についての学び、樹木のクイズほか 師 樹木医・岩谷美苗 対 区内在住・在勤・在学の方 定20名(申込順) 申 問 電話で、2月10日までにみどり公園課みどりの協働係
- 大田黒公園「小物づくり講習会」**
 豆っこことエンドウ豆を作成します。
 時2月16日(日)午前9時15分～午後0時30分 場 同公園 定20名(抽選) 費2000円 申 往復はがき(記入例)で、2月10日(必着)までに同公園管理事務所(〒167-0051荻窪3-33-12) 問 同公園管理事務所 ☎ 3398-5814 他 針・待ち針・はさみ・ピンセット・絹糸持参
- 消費者講座「今年こそ腸活。旬果の甘酒と酒粕チーズケーキ作り」**
 時2月19日(水)・21日(金)午前10時～正午 場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 師 日本発酵文化協会認定講師・浅沼彩子 対 区内在住・在勤・在学の方 定各18名(申込順) 申 問 電話で、消費者センター ☎ 3398-3141 他 エプロン・三角巾・飲み物持参。1歳～未就学児



- の託児あり(定員4名。電話で、2月7日までに同センター)
- 江戸東京野菜を知って家庭に取り入れよう**
 時2月26日(水)午後2時～4時 場 杉並保健所(荻窪5-20-1) 内 伝統野菜について、冬野菜料理のレシピ紹介ほか 師 江戸東京・伝統野菜研究会代表 大竹道茂 対 区内在住・在勤・在学の方 定40名(申込順) 申 問 電話で、荻窪保健センター ☎ 3391-0015 他 筆記用具持参 ▶ 企画=健康づくり自主グループ「イキイキ自彊会、旬香会」
- 農業公園「うどん作り講座」**
 成田西ふれあい農業公園で育てた麦でうどんを作ってみませんか。
 時2月27日(木)午前10時～午後1時 場 成田西ふれあい農業公園(成田西3-18-9) 対 高校生以上の方 定16名(抽選) 費1000円 申 往復はがき(記入例)で、2月12日(必着)までに産業振興センター都市農業係(〒167-0043上荻1-2-1Daiwa荻窪タワー2階) 問 同係 ☎ 5347-9136
- 「相続の心がまえ」法律の基本を学ぶ**
 時2月28日(金)午後2時～4時 場 永福図書館 師 弁護士・亀井時子 定55名(申込順) 申 問 2月15日から電話または直接、永福図書館(永福4-25-7 ☎ 3322-7141)
- 障害者のための料理教室「かわいい! 美味しい! 幸せなひな祭りランチ」**
 時3月1日(日)午前11時～午後1時 場 杉並障害者福祉会館 師 管理栄養士・茂原明穂 対 区内在住・在勤・在学で障害のある方とその介助者 定16名(抽選) 費600円 申 往復はがき(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、介助者名、手話通訳を希望の方はその旨も書いて、2月13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 事務局 ☎ 3332-6121 ☎ 3335-3581
- 小児科医からのメッセージ 子育て**
 病気への対応や、上手な小児科医へのかかり方などをお話しします。
 時3月3日(火)午後1時30分～3時 場 上井草保健センター 師 たむらクリニック院長・多村幸之進 対 第1子が0歳児の保護者 定20名(申込順) 申 問 電話で、上井草保健センター ☎ 3394-1212
- ベランダで手軽にできる家庭菜園の基礎を学ぼう!**
 時3月10日(火)午後1時30分～3時30分 場 高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) 師 JA東京ファーマーズマーケット荻窪店長・吉田知弘 対 区内在住・在勤の方 定50名(申込順) 費100円 申 問 電話で、3月9日までに高井戸保健センター ☎ 3334-4304 他 長寿応援対象事業 ▶ 企画=高井戸・和泉保健センター健康づくり自主グループ

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
四宮館(上井草2-28-3 ☎ 3396-7692)	流木と多肉植物のアレンジ講座	2月17日(月)午後1時30分～3時30分 師 三宅友子 定12名(申込順) 費1500円
西田館(荻窪1-57-4 ☎ 3391-8747)	春休み親子で作る粘土教室「かわいい動物たち」	3月29日(日)午後2時～3時30分 対 小学生以下のお子さんとその保護者 定10組(申込順) 費1組1500円
馬橋館(高円寺南3-29-5 ☎ 3315-1249)	ゆうゆう馬橋館寄席	2月8日(土)午前10時30分～正午 内 出演=真打・柳家一琴 定50名(申込順) 費1000円
荻窪東館(荻窪4-23-12 ☎ 3398-8738)	ギターで歌おう 童謡から流行歌まで	2月9日から毎月第2日曜日、午後1時30分～3時 定20名(申込順) 費1回600円
和田館(和田1-41-10 ☎ 3384-3751)	ヨガ・ピラティス	2月6日から毎月第1～4木曜日、午後7時～8時30分 師 深沢千登勢、村松あきら 定20名(申込順) 費1回1000円
上高井戸館(高井戸東2-6-17 ☎ 3306-0441)	できるかな?を解決できる 初心者囲碁指導体験	3月23日(月)・30日(月)午後1時30分～4時30分 定各12名(申込順) 費各回500円

※申し込み・問い合わせは、各ゆうゆう館へ。第3日曜日は休館です。馬橋館は第1・第3木曜日は休館。いずれも長寿応援対象事業。

すぎなみ詩歌館(角川庭園)講座 受講生募集

時内師下表のとおり 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6000円 申はがき(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☎6795-6855へファクス/申込締め切り日=2月29日(必着) 角川庭園☎6795-6855 結果は、後日はがきで通知

講座名	日時(4月~3月3月、各計12回)・講師
やさしい俳句講座「土曜コース」	時毎月第2土曜日、午前10時~正午 師安里琉太
やさしい俳句講座「日曜コース」	時毎月第3日曜日、午後2時~4時 師宮本佳世乃
やさしい短歌講座	時毎月第2火曜日、午前10時~正午 師花山周子
景観建築講座	時毎月第4火曜日、午前10時~正午 師松本裕介
景観あるく講座	時毎月第4木曜日、午前10時~正午 師淀川正進

家族介護教室

◆認知症ケアを学ぼう~服薬ロボ、見守りシステム、そんぼの家高円寺見学 時2月8日(土)午後2時30分~4時30分 場そんぼの家高円寺(高円寺北2-29-18) 師ベネッセ介護センター高円寺所長・吉田一嘉 区内在住・在勤の方 定35名(申込順) 申電話で、ケア24高円寺☎5305-6151

◆人生100年時代 プロから聞く!今どきのお葬式事業

時2月14日(金)午後1時30分~2時40分 場荻窪地域区民センター(荻窪2-34-20) 師コムウェル1級葬祭ディレクター 区内在住・在勤の方 定40名(申込順) 申電話で、ケア24南荻窪☎5336-3724

◆ツボやマッサージを学び、痛みの軽減と冷え性を改善しましょう

時2月16日(日)午前10時~11時30分 場上荻ふれあいの家(上荻2-26-7) 師指圧師・金子豪 区内在住の方、デイサービス利用者とその家族 定20名(申込順) 申電話で、上荻ふれあいの家☎3301-2256



◆自宅でできる介護食のコツ、作り方

時2月18日(火)午前10時~11時 場高円寺北ふれあいの家(高円寺北3-20-8) 師イフスコヘルスケア職員・和田健太 区内在住・在勤・在学の方 定20名(申込順) 申電話で、高円寺北ふれあいの家☎3330-4903

◆高齢者の食事について

時2月19日(水)午後2時~3時 場宮前ふれあいの家(宮前5-17-15) 師イフスコヘルスケア職員・山



本訓司 区内在住・在勤の方 定15名(申込順) 申電話で、宮前ふれあいの家☎3335-8161

◆介護保険制度・サービス内容について~介護保険の内容を学ぶ

時2月20日(木)午後1時30分~3時 場荻窪ふれあいの家(荻窪2-29-3) 師にんじんの会介護支援専門員・村上操 区内在住・在勤の方 定15名(申込順) 申電話で、荻窪ふれあいの家☎3220-9637

◆終の住処を考える~知って得する老人ホームのあれこれ

時2月22日(土)午後1時30分~3時 場永福和泉地域区民センター(和泉3-8-18) 師ホームあしすと入居相談室代表・樋口国陽 区内在住・在勤の方 定40名(申込順) 申電話で、ケア24永福☎5355-5124

◆フレイル予防は「たんぱく質の摂取」がカギです

時2月26日(水)午後1時30分~3時 場方南会館(和泉4-42-5) 師LE訪問看護・リハビリステーション新宿WEST支店管理栄養士 齋藤隼人 区内在住・在勤の方 定30名(申込順) 申電話で、ケア24方南☎5929-2751

◆柔軟性を高めるための家庭でできる・誰でもできる 紐ストレッチ体操

時2月27日(木)午後2時~3時 場特別養護老人ホームかえで園(宮前5-5-1) 師フレアス事業本部担当部長・神田浩士 区内在住・在勤の方 定30名(申込順) 申電話で、ケア24久我山☎5346-3348

◆司法書士に聞く高齢者の財産やお金のこと~将来の不安解消のために

時2月28日(金)午後1時30分~3時30分 場西荻みなみ(西荻南2-28-14) 師成年後見センターリーガルサポート・浜田玉代、奥本浩臣 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



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。

時2月16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



◆裂き織りでコースター作り

時2月20日(木)午前10時30分~午後0時30分 定10名(申込順) 費1個100円 申電話で、同センター 他布用はさみ持参。長寿応援対象事業

◆四つ縫いで作る着物地の巾着

時2月25日(火)午前10時30分~午後0時30分 定10名(申込順) 費350円 申電話で、同センター 他裁縫道具一式(はさみ<紙用・布用・糸切り>・縫い針・待ち針15本・チャコペン)、鉛筆持参。長寿応援対象事業

◆お花のモチーフで作るアクリルたわし

時2月28日(金)午前10時30分~午後0時30分 定10名(申込順) 費1個110円 申電話で、同センター 他長寿応援対象事業

◆手縫いで帽子作り「春に先駆けて作るソフト帽」

時3月7日(土)・14日(土)午前10時30分~午後0時30分(計2回) 定10名(抽選) 費1500円 申往復はがき(12面記入例)で、2月15日(必着)までに同センター 他長寿応援対象事業

◆かんきょう講演会「あまみずとまちづくり~頻発する豪雨とともに暮らす」

地球温暖化の影響を踏まえ、昨今の豪雨被害に備えた暮らし方やまちづくりを考えます。

時3月7日(土)午後2時~4時 師九州大学工学研究院教授・島谷幸宏 定30名(申込順) 申電話・Eメール(12面記入例)で、同センター 他2歳~就学前の託児あり(定員あり。100円<保険料>)。事前申込制)。長寿応援対象事業

..... いずれも

場 場環境活動推進センター(〒168-0072高井戸東3-7-4☎5336-7352<午前9時~午後5時> ☎kouza@ecosuginet.jp) 区内在住・在勤・在学の方 他毎週水曜日休館

就労支援センター

◆IT業界への就職メリットと未経験から専門スキルを得るトレーニング法

未経験からエンジニアとして正社員にチャレンジできる道筋を案内します。

時2月20日(木)午後1時~3時 師パーソルテクノロジースタッフ・西山幸佑 区内おむね29歳以下で求職中の方 定20名(申込順)

◆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

職場でのイライラを無理に抑え込まないための技術を学びます。

時2月21日(金)午後1時30分~4時30分 師公認心理師・片柳光昭 区内44歳以下で求職中の方 定10名(申込順)

◆時代に振り回されない働き方~今の時代を生き抜くために!

時2月26日(水)午前10時~午後0時30分 師プロフェッショナルコーチ・伊藤一枝 区内54歳以下で求職中の方 定20名(申込順)

◆ハローワーク職員が解説する「60歳からの再就職」~杉並の事例紹介

時2月27日(木)午前10時~11時30分 区内おむね60歳以上で求職中の方 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) 申電話で、就労支援センター若者就労支援コーナー☎3398-1136

宮前図書館

◆絵本読み聞かせ講座

時2月24日(休)午後2時~3時 師NPO法人おはなしぱたぼん副理事長・岩井みゆき 区内中学生以上の方 定30名(申込順)



◆令和と主義之の「蘭亭序」

蘭亭序と万葉集の関係を読み解きます。

時2月29日(土)午後2時~3時30分 師早稲田大学講師・財前謙 区内高校生以上の方 定40名(申込順)

..... いずれも

場 場宮前図書館(宮前5-5-27☎3333-5166) 申電話で、宮前図書館

生活支援体制整備 講演会

「杉並らしい」支えあいのすゝめ



「地域で支え合いましょう」と言いますが、いったい何をすれば良いのでしょうか? 私たちの暮らしの中には、実はたくさんの支えあいの種があります。杉並では、ご近所での小さな気付きや何げない気遣いをきっかけにその種が芽吹き、たくさんの活動が生まれています。ご近所のつながりを大切にしながら活動する事例の報告から、杉並らしい支えあいについて考えます。

時2月28日(金)午後2時~4時30分 場セッション杉並(梅里1-22-32) 区内講演会、実践事例報告 師さわやか福祉財団理事長・清水肇子(右写真) 定120名(先着順) 場杉並区社会福祉協議会 地域福祉推進係☎5347-1017



スポーツ



競技大会

区民体育祭 スケート競技会

3月15日(日)午前7時45分～9時45分 場明治神宮外苑アイススケート場(新宿区霞ヶ丘町11-1) 種目=男性(中学生・高校生・一般)=500m/女性(中学生・高校生・一般)=300m/小学生(男女別、低・高学年別)、45歳以上、60歳以上男性、35歳以上女性=200m/ファミリーリレー(小学生1人100mとその家族1人200mの2人組)/1000m選手権 区内在住・在勤・在学の方 定60名(申込順) 費1人500円。高校生以下無料 申 申込書(区体育館で配布)を、2月28日(必着)までに区スケート連盟・高林典生(〒180-0022武蔵野市境2-12-6)へ郵送 同連盟・柴田☎3391-8593(午後7時～9時) 他帽子・手袋・スケート靴(無料貸し靴あり)持参

都民体育大会予選会

◆弓道(兼春季大会)

3月1日(日)午前9時30分 場上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 種目=一般男性・女性 区内在住・在勤・在学の方 定45名(抽選) 費500円 申 往復はがき(12面記入例)に段位、在勤の方は勤務先の名称・所在地・電話番号も書いて、2月20日(必着)までに区弓道連盟・中田龍治(〒166-0016成田西3-20-32) 同中田☎3391-2587

◆卓球

3月8日(日)午前9時 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 種目=男性・女性シングルス(一般(順位トーナメントあり)・40歳以上・50歳以上・60歳以上・70歳以上)、男性・女性ダ

ブルス 区内在住・在勤・在学の方 費1人1000円。高校生以下500円。ダブルス1組2000円(高校生以下は1組1000円)を、ゆうちょ銀行「00160-8-694963杉並区卓球連盟」へ振り込み 申 申込書(区体育館で配布)を、2月11日～21日(必着)に区卓球連盟・三浦弘子(〒168-0065浜田山2-11-9)へ郵送 同連盟・横尾☎3315-4862

スポーツ教室

シニアチャレンジスポーツ教室 初めての太極拳

2月23日(祝)午前9時～10時30分 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 師区太極拳連盟・高島和恵 区内在住・在勤で50歳以上の初心者 定30名(先着順) 費550円 同荻窪体育館☎3220-3381

杉並こどもラグビー体験教室

2月23日(祝)午後1時15分～3時 場井草森公園運動場(井草4-12-1) 師平野優芽(予定) 区内在住・在学の3歳～中学生 定150名(申込順) 申 杉並少年ラグビースクール☎http://suginami-rs.com/から申し込み 同同スクール・宮島☎090-4706-8075 他運動ができる服装で、飲み物持参

障害者水中運動 アクアムーブメント

ゲームや浮き具・ボールを使用した水中運動です。

3月1日(日)午後0時45分～1時55分 場上井草スポーツセンター 師NPO法人楽しいスポーツを支援する会・荒井正人 6～18歳で水慣れができている知的・身体障害のある方(身長110cm未満の方、視覚障害があり自力歩行が困難な方は水着着用の保護者同伴) 定20名(申込順) 費520円 申 同電話または直接、上井草スポー

ツセンター(上井草3-34-1☎3390-5707) 他水着・スイムキャップ・ゴーグル・タオル持参

区民スキー 週末スキー&スノーボード管平教室

3月6日(金)午後7時30分～8日(日)午後8時(予定) ▶集合・解散=JR阿佐ヶ谷駅南口 場管平高原スノーリゾート(長野県) 区内在住・在勤・在学で小学生以上の初心～上級者(小学生は保護者同伴) 定40名(申込順) 費2万9500円。小学生2万5500円を、

ゆうちょ銀行「10060-80494621杉並区スキー連盟」へ2月26日までに振り込み(通信欄にイベント名を記載) 申 ファクス(12面記入例)に生年月日(西暦)・性別・Eメールアドレス・スキーレンタル希望の有無(有りの場合、身長・ブーツサイズ記載)・技術レベル・バジテスト受検希望の有無も書いて、2月21日までに区スキー連盟・新美☎3783-3204。または区スキー連盟☎http://sas.sugikko.jp/から申し込み 同新美☎3783-3204

キラッとプリ☆チャン & プリパラ5周年展 開催中! 4月5日(日)まで。午前10時～午後6時(入館は5時30分まで。4月5日は4時閉館) 場東京工芸大学 杉並アニメーションミュージアム(上荻3-29-5) 内人気アニメ「キラッとプリ☆チャン」と「プリパラ5周年」をさまざまな展示や映像上映で紹介 同施設☎3396-1510 他月曜日(祝日の場合は翌日)休館



★スタンプラリーも同時開催中! 館内にある「キラッとプリ☆チャン」の5つの記念スタンプを集めよう! 毎週変わる参加特典もあります!

©T-ARTS / syn Sophia / テレビ東京 / PCH2 製作委員会 ©T-ARTS / syn Sophia / テレビ東京 / IPP 製作委員会

区の後援・その他の催し・講座など 情報ぽけっと 申し込みは、各団体へ

催し 座の市 2月15日(土)午前11時～午後5時(売り切れ次第終了) / 座・高円寺 / 交流自治体・静岡県南伊豆町産のかんきつ類、杉並産の野菜などの販売 / 同座・高円寺☎3223-7500 わくわくフィールドSUGINAMI～4(よん)スターハンター! 2月16日(日)午前10時～午後3時 / 和田堀公園(大宮2丁目) / 投げなわゲーム、野外料理ほか / 区内在住の年長～小学6年生(保護者同伴) / 70名(申込順) / 申 同電話・Eメール(12面記入例)で、ポ一スカウト東京杉並第4団・並木☎5930-5228☎t.nam@jcom.home.ne.jp / 当日参加可(午前9時45分までに会場へ) 「杉並区フォト連合会」写真展 2月17日(月)～21日(金)午前10時～午後5時(21日は4時まで) / セシオン杉並 / 同同会・服部☎3332-8780 / 21日午後3時～4時にギャラリートークを実施 杉並区小学校・中学校将棋団体戦 3月1日(日)午後1時～4時30分 / 産業商工会館 / 同一学校3人1組のチームでの団体戦 / 区内在住・在学の小中学生 / 申

申込書(各学校で配布。棋友館ホームページからも取り出せます)を、2月26日(必着)までに棋友館☎5377-9123へファクス / 同同館・小田切☎5377-9123(火～土曜日午後2時～5時) 日本語スピーチ大会観覧者 3月7日(土)午後1時30分～5時 / 区役所第4会議室(中棟6階) / 120名(申込順) / 申 同電話・Eメール(12面記入例)で、3月5日午後5時までに杉並区交流協会☎5378-8833☎info@suginami-kouryu.org / 和楽器の演奏あり 平和を願う無料映画会「あの日のオルガン」 3月14日(土)午後1時30分～4時20分 / セシオン杉並 / 560名(申込順) / 申 はがき(12面記入例)に希望人数、託児希望の場合はその旨も書いて、杉並女性団体連絡会映画係(〒166-0002高円寺北2-24-5) / 同同係☎3310-0451 杉並浴場組合加盟銭湯 ◆みんなで銭湯に行こう 区内銭湯でラベンダー湯を実施します 2月9日(日)(開催日が異なる銭湯あり) / 470円。小学生180円。幼児80円 / 小学生以下にジュースをプレゼント(数量限定) ◆杉並せんとく ぬっくい温泉 2月16日(日)=湯の楽代田橋(和泉1丁目) ▶19日(水)=なみのゆ(高円寺北3丁目) / 群馬県東吾妻町の「天狗の湯」の温泉を使用 / 470円。小学生180円。幼

児80円 / タオルをプレゼント。アンケート回答者にジュースをプレゼント(数量限定) …… いずれも …… 同杉並浴場組合加盟銭湯(午後1時以降) 講演・講座 知らないと困る! 介護保険と成年後見 2月14日(金)午後2時～4時30分 / 天沼区民集会所 / 介護保険、成年後見制度と財産承継について / ケア24荻窪センター長ほか / 高齢者の家族、介護業務従事者ほか / 50名(申込順) / 申 同電話で、2月13日までに成年後見支援センターヒルフェ・新井☎090-1704-2325 倫理経営講演会 2月14日(金)午後6時30分～8時 / 産業商工会館 / 「大転換～今求められる心の経営」(倫理研究所法人スーパーバイザー・大村秀明) / 区内の企業経営者ほか / 80名(先着順) / 2000円 / 同倫理研究所・柴田☎090-3576-4631 / 主催=杉並区東倫理法人会 創業支援セミナー 2月19日(水)午前10時～午後1時・2時～5時(全2回要出席) / 女性、39歳以下または55歳以上の都内で創業を予定している男性、創業5年未満の方 / 東京三協信用金庫井荻駅前支店(上井草1丁目) / 松葉子ほか / 30名(申込順) / 申 Eメール(12面記入例)に性別も書いて、2月17日

までにいちから☎info@ichikala.com / 同同団体☎6362-5228 地域向けイベント「フラワーアレンジメントdeグリーンセラピー」 2月21日(金)午前10時～11時30分・午後1時30分～3時 / 暮らしの処方箋(阿佐谷南1丁目) / 草月流師範・磯部映映ほか / 各20名(申込順) / 各1000円 / 申 同電話で、暮らしの処方箋☎5913-9214(月～金曜日午前9時～午後5時(祝日を除く)) 講演会「『郊外』住宅地形杉並・善福寺を考える」 2月22日(土)午後1時30分～3時30分 / 荻窪タウンセブン(上荻1丁目) / 前郷土博物館館長・寺田史朗 / 区内在住・在勤・在学の方ほか / 50名(申込順) / 300円 / 申 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 / 同同会・小谷☎3392-8066 多摩川(是政橋～大丸用水堰)で冬鳥探鳥会 2月27日(木)午前9時30分～正午 / 集合=西武多摩川線是政駅改札口 ▶解散=JR南武線南多摩駅前 / 八木雄二ほか / 区内在住・在勤・在学の方 / 30名(抽選) / 500円(保険料含む) / 申 往復はがき(12面記入例)で、2月10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) / 同事務局・石原☎3392-5998

【ソーシャルダンス体験会】

時 3月6日～27日の毎週金曜日、午後7時～9時(計4回。20日(祝含む))
場 大宮前体育館(南荻窪2-1-1)
種目=ワルツ、ブルース、ジルバほか
対 区内在住・在勤・在学の方
定 20名(抽選) 費 2000円
申 往復はがき(12面記入例)に性別・生年月日も書いて、2月20日(消印有効)までに区ダンススポーツ連盟・国定千幸(〒167-0034桃井2-10-7)
固 国定 ☎3399-6764
他 動きやすい服装で、ダンスシューズまたは室内履き持参

【シニアのためのパドルテニス講習会】

時 3月7日(土)午後1時～5時
場 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1)
対 定 60歳未満=10名。60歳以上=30名(いずれも抽選)
申 往復はがき(12面記入例)で、2月15日(必着)までに区パドルテニス協会・柳沢実(〒167-0033清水3-26-6)
固 柳沢 ☎070-3667-3208

【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
時 3月4日(水)・11日(水)・18日(水)・25日(水)午前10時～11時30分=筋力トレーニングマシン運動▶3月9日(月)・16日(月)・23日(月)・30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)
対 65歳以上で医師から運動制限を受けてない方

◆運動不足改善 カラダ若がえろう教室
時 3月7日～4月25日の毎週土曜日、午前10時15分～11時05分(計8回)
対 20～64歳の方

..... いずれも

場 園ヴィムスポーツアベニュー(宮前2-10-4 ☎3335-6644)
申 電話で、2月20日までにヴィムスポーツアベニュー

ウ(午前11時～午後5時) 定15名(申込順) 費8800円
他 同講座受講経験者は申し込み不可

【スポーツハイツ】

◆ここからはじめよう運動習慣
3月1日～8日の「女性の健康週間」にちなんだイベントです。
時 内 定 下表のとおり
対 16歳以上の女性の方
費 ①1回550円②～⑥1回1100円(いずれも保険料含む)
②は別途ポールレンタル料550円
申 ①～③は電話で、スポーツハイツ。④～⑥は30分前までに直接、同施設
他 開催日2日前までに登録が必要

Table with 2 columns: 内容・定員, 日時(3月). Rows include ① 骨盤エクササイズ, ② ノルディック・ウォーク, ③ 流水健康, ④ アクアエクササイズ, ⑤ はじめて水泳, ⑥ 成人水泳.

◆ノルディック・ウォークでフレイル予防をしよう!

善福寺川緑地で2本のポールを持ってノルディック・ウォークをします。
時 3月8日(日)午前10時30分～11時45分

(雨天中止)
固 全日本ノルディック・ウォーク連盟専門講師 大方孝
対 3km程度歩ける方
定 20名(申込順)
費 1100円(保険料含む。別途ポールレンタル料550円)
申 電話で、3月6日までに同施設
他 ウエストバッグまたはリュックサック・飲み物・タオル・帽子など持参。長寿応援対象事業

..... いずれも

場 園スポーツハイツ(堀ノ内2-6-21 ☎3316-9981)

【杉並区スポーツ振興財団】

◆はじめてのフェンシング体験会

時 2月29日(土)、3月7日(土)①午後4時～4時45分②5時～5時45分
場 大宮前体育館(南荻窪2-1-1)
固 区フェンシング協会
対 ①小学1～3年生②小学4年生～中学生
定 各日各回20名(申込順)
申 2月3日から電話で、同財団

◆スポーツを始めよう! ウオーキング講習会

時 3月8日(日)午後1時～4時
場 高円寺体育館(高円寺南2-36-31)
固 東京都ウオーキング協会・小谷好美
対 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く)
定 30名(申込順)
費 1000円
申 往復はがき(12面記入例)で、同財団。または同財団ホームページから申し込み/申込締め切り日=2月21日(必着)
他 ウオーキングシューズ・スポーツウェア・飲み物持参

..... いずれも

場 園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)



【杉十小温水プール】

◆幼小チャレンジスイム教室 こども
時 3月10日～31日の毎週火曜日①午後4時20分～5時20分②5時20分～6時20分(各計4回)
対 区内在住・在学・在園の①年長②小学1・2年生
定 ①15名②25名(いずれも抽選)
費 各4000円
固 パオパオスポーツほか
申 往復はがき(12面記入例)で、2月17日(必着)までに同プール
他 保護者の送迎が必要

◆アーティストティックスイミング(シンクロ)教室体験会 こども

時 3月14日(土)午後5時～7時
固 東京都水泳協会アーティストティックスイミング委員ほか
対 クロール・背泳ぎ・平泳ぎを25m以上泳ぐことができる小学生
定 20名(申込順)
費 260円
申 電話で、同プール

..... いずれも

場 園杉十小温水プール(〒166-0012和田3-55-49 ☎3318-8763)
他 車での上来不可

【その他】

【小金井～国立競技場30kmかち歩き大会】

時 3月8日(日)午前9時～午後4時
場 集合=東京農工大学(小金井市中町2-24-16)
対 医師から運動を制限されていない方(10歳以下は保護者同伴)
費 2500円。中学生以下1000円
申 行事名・住所・氏名・年齢・電話番号・参加人数を書いた用紙と参加費を、2月28日(消印有効)までに青少年交友協会(〒171-0014豊島区池袋3-30-22-2階)へ現金書留で郵送
固 青少年交友協会 ☎5391-1901

ポールウオーキング体験会 2月27日(木)午前10時～正午(雨天中止)
集合=桃井原っぱ公園事務所前/区内在住で65歳以上の方/20名(申込順)/100円(別途ポールレンタル料200円)
申 固 電話で、2月20日までにNPO法人杉並さわやかウオーキング・飯島 ☎090-4733-2886
他 飲み物・帽子・手袋・健康保険証持参。長寿応援対象事業

女子美術大学公開講座「アクリル絵の具で描く初めての抽象画」 2月29日(土)午前10時～午後4時/女子美術大学(和田1丁目)/同大学短期大学部助教・杉山剛/区内在住・在勤・在学で18歳以上の方/20名(抽選)/1500円/申 往復はがき(12面記入例)に性別も書いて、2月10日(必着)までに女子美術オープンカレッジセンター(〒166-8538和田1-49-8)/固 同センター ☎5340-4646

講演会「絵本のある子育て」 3月5日(木)午前10時～11時/阿佐ヶ谷教会(阿佐ヶ谷北5丁目)/子どもの本の家ちゅうりっぷ主宰・神保和子/乳幼児の保護者ほか/50名(申込順)/申 固 電話で、3月4日までに阿佐ヶ谷教会 ☎3337-5879

玉川上水ウオーキング2020 3月27日(金)午前9時～午後3時(雨天中止)
集合=小平中央公園(小平市)▶解散=

都立井の頭恩賜公園(武蔵野市)/区内在住・在勤で65歳以上の方/45名(申込順)/300円(保険料含む)/申 往復はがき(12面記入例)で、3月16日(必着)までにNPO法人杉並さわやかウオーキング・藤森良経(〒168-0073下高井戸5-21-3)/固 藤森 ☎080-1193-3105
他 健康保険証・帽子・飲み物・弁当・手袋・雨具・敷物持参

河北医療財団
◆河北健康教室 認知症の基礎知識と認知症の方との接し方 3月4日(水)午後2時～3時30分/河北総合病院(阿佐ヶ谷北1丁目)/河北リハビリテーション病院副院長・片山真樹子ほか/80名(申込順)

◆河北健康教室 こどもの身長 低身長診療の実際 3月13日(金)午後1時～2時30分/暮らしの処方箋(阿佐ヶ谷南1丁目)/河北総合病院小児科医師・千葉悠太ほか/40名(申込順)

◆河北健康教室 今からでも遅くない! 認知症予防 運動体操 3月25日(水)午後2時30分～4時/河北総合病院(阿佐ヶ谷北1丁目)/河北健診クリニック保健指導科看護師・青木紀枝ほか/50名(申込順)

..... いずれも

申 固 電話で、河北医療財団広報 ☎3339-5724(月～金曜日午前9時～午後

5時(祝日を除く))

【東京衛生アドベンチスト病院】

◆ウエルネス操体法教室 2月14日(金)・28日(金)、3月13日(金)・27日(金)午後0時30分～2時/同病院(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/各25名(申込順)/各1100円

◆子育て学級～幼児クラス 2月19日(水)午前10時～正午/同病院(天沼3丁目)/同病院小児科医師・保田典子/区内在住・在勤の方/10名(申込順)/2200円

..... いずれも

申 固 電話で、東京衛生アドベンチスト病院健康教育科 ☎3392-6151

【その他】

シルバー人材センターリサイクル自転車の販売 2月17日(月)～19日(水)午前11時～午後4時(荒天延期。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=6800円~/固 リサイクル自転車作業所 ☎3327-2287(土・日曜日、祝日を除く)

【税理士による税務相談～税理士記念日】

2月23日(祝)午前10時～正午・午後1時～4時/東京税理士会杉並支部(阿佐ヶ谷南3丁目)/申 固 電話で、2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】

2月24日(水)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/固 東京都行政書士会杉並支部 ☎0120-567-537

【税理士記念日の税金なんでも相談会】

2月26日(水)午前9時～正午・午後1時～4時/東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目)/申 固 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

【あなたの力を地域でいかしてみませんか? 「ささえあいサービス」】

日常生活を行うのが困難な高齢者や障害のある方のための掃除や食事作りほか▶謝礼=1時間800円(家事)、1000円(介護)/18歳以上の方/申 固 電話で、杉並区社会福祉協議会ささえあい係 ☎5347-3131/会員登録後、研修を受講(3月5日(木)午前10時～正午)

【シルバー人材センター洋服のお直し】

月～金曜日、午前10時～午後4時(祝日を除く)/①ズボン裾丈直し②スカートウエスト直しほか/①1000円～②2200円~/申 直接、シルバー人材センターしろがね工房(阿佐ヶ谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル7階)/固 同工房 ☎5378-8028

高円寺演芸まつり

タイトル題字：橘右女次

2月7日(金)～16日(日)

「あったまっています。」
福と笑いの10日間。

寒い季節だから、みんなで笑って心も体も芯から一緒に温まりましょう。高円寺のまちなかの神社や銭湯、居酒屋など、あちらこちらが寄席に早変わり。落語だけでなく、講談、浪曲、紙切り、太神楽曲芸、マジック、漫才、三味線漫談なども楽しめます。

場座・高円寺、氷川神社、長仙寺、長善寺、庚申文化会館、小杉湯ほか全62会場 内出演=都内の各寄席に出演中の落語家、その他芸家 費会場により異なる 申一部必要
問座・高円寺 ☎3223-7500 他詳細は、高円寺演芸まつり <https://www.koenji-engei.com> (右2次元コードからもアクセス可) 参照



プログラム(全86番組)の一部をご紹介します

はじめての寄席

時 ①2月8日(土)②15日(土)午前11時30分・午後1時 場 小杉湯(高円寺北3-32-2) 内出演=①春風亭一左②古今亭志ん吉ほか 定 各日各回30名(先着順) 費 各日各回500円



紙切り・二楽劇場 in 高円寺

時 2月9日(日)午後1時 場 長善寺(高円寺南2-40-50) 内出演=林家二楽(左写真) 定 80名(先着順) 費 1000円



堀之内寄席 演芸まつりスペシャル

時 2月11日(祝)午後1時 場 堀之内妙法寺(堀ノ内3-48-8) 内出演=桂文治ほか 定 100名(申込順) 費 3000円 申 チケットぴあ ☎0570-02-9999 (Pコード=499-575)



座・高円寺寄席

時 2月15日(土)午後6時、16日(日)午後1時・6時 場 座・高円寺(高円寺北2-1-2) 内出演=古今亭志ん輔(左写真)ほか 定 各日各回250名(申込順) 費 各日各回3000円。中学生以下1000円 申 電話で、座・高円寺チケットボックス ☎3223-7300 (月曜日を除く)



台湾の芸術に触れてみよう!

台湾舞台芸術祭2020

～伝統と現代・日本と台湾との新しい出会い

— 問い合わせは、文化・交流課へ。

区と交流を深めてきた台湾から、世界で活躍する劇団「国光劇団」とオーケストラ「台湾国楽団」が来日します。伝統的な演劇形式「京劇」、「昆劇」の公演や台湾少数民族音楽の演奏といった本格的な台湾芸術を体感できるまたとない機会です。ぜひお越しください!

右記公演の申し込み(2月15日から)

チケット販売窓口=コミュかるショップ(区役所1階)、イープラス、ローソンチケットほか▶その他=コミュかるショップでは3公演をすべて見ることができる特別チケットを5000円で販売(5月14日まで) 他上記販売窓口は各公演前日まで購入可。当日券(いずれも500円増)は各公演会場で購入

[公演一覧]

●京劇+現代劇「武動三国・女の眼差し」

多くの人に知られ、京劇の伝統演目でもある「三国志」。現在と三国志の舞台を行き来しながら、華々しく活躍する男たちの影にいた女たちの思いを描く国光劇団の新作をお届けします。

時 5月15日(金)午後7時・16日(土)午後2時 場 セシオン杉並(梅里1-22-32) 費 各2000円



●台湾民族音楽会「きらめき台湾」

台湾にはたくさんの民族が暮らし、それぞれが独特の文化を持っています。今回は台湾を代表する民族オーケストラ、台湾国楽団の演奏に加え、台湾少数民族のゲストを招き、各民族の音楽を踊りや歌を交えて紹介します。

時 5月17日(日)午後2時 場 杉並公会堂(上荻1-23-15) 費 2000円



●昆劇「繡襦夢」

繊細で優雅な動きが特徴的な昆劇。今回は平成30年の日本公演で好評を博した、昆劇と三味線音楽「常磐津節」のコラボレーション作品「繡襦夢」を上演します。

時 5月22日(金)午後7時・23日(土)午後2時 場 座・高円寺(高円寺北2-1-2) 費 各3000円



区議会の傍聴にお越しください(第1回定例会)

— 問い合わせは、区議会事務局へ。

日程

第1回定例会は2年度予算案を審査します。

2月12日(水)～3月18日(水)(予定)

本会議や委員会は、どなたでも傍聴できます。

※当日、区議会事務局(区役所中棟3階)へお越しください。
※会議の詳しい日程は、区議会ホームページからご覧になれます。

- 本会議は区議会ホームページで生中継と録画中継を行っています。予算特別委員会は録画中継のみを行っています(録画中継は会議終了からおおむね24時間後に「速報版」を、おおむね1週間後に質問者ごとの「詳細版」をご覧になれます)。
- 手話通訳を希望する方は、傍聴希望日の4日前までにお申し込みください。
- 一時保育を希望する方は、電話で、傍聴希望日の7日前までにお申し込みください。
- ☎ おおむね6カ月～就学前のお子さん 定 各日4名(申込順)
- 本会議場で、会議の音声聞き取りにくい方へ傍聴用ヘッドホンの貸し出しをしています。数に限りがあるため、希望の際は事前に区議会事務局へお問い合わせください。

お知らせ 高齢や体が不自由などさまざまな事情で、「広報すぎなみ」の入手が困難な方には配送します。申し込みは広報課へ。

世帯と人口 (住民基本台帳) 1月1日現在()は前月比

世帯数	日本人のみの世帯	310,166(86減)	合計 325,606 (155減)
	外国人のみの世帯	12,802(59減)	
	日本人と外国人の世帯	2,638(10減)	

人口			小計	合計 574,118 (105減)
	男	女		
	日本人	266,197(97減)	289,345(36増)	
	外国人	9,205(18減)	9,371(26減)	18,576(44減)