

広報 すぎなみ

Suginami



支えあい共につくる
安全で活力あるみどりの住宅都市 杉並

{ 9/15 }
令和2年(2020年)
No.2286

「表現」の力を
届け続けるために。

新型コロナウイルスの感染拡大によって多くの文化活動が一時的に休止。表現者たちの日常が大きく変わる今、コロナ禍であっても音楽を、あるいは演劇を、止めずに続けていこうと試行錯誤が始まっています。この秋開催予定の荻窪音楽祭、そして阿佐谷での芝居公演を控えたそれぞれの団体に、新しい芸術鑑賞様式と「表現」を届けることへの思いを語っていただきました。

特集

すぎなみピト

コロナ禍のチャレンジャー [文化・芸術編]



Contents — 主な記事 —

6 | 9月24日～30日は結核予防週間です 7 | 阿佐谷ジャズストリート2020 12 | 秋の全国交通安全運動

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



お知らせ

新型コロナウイルスの感染状況によっては、本紙掲載の催し等が中止になる場合があります。

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。

荻窪音楽祭実行委員

新しい形で、音楽と街の魅力を届けたい。

— 新型コロナウイルスは音楽界にも大きな影響を与えましたね。

平 木：荻窪音楽祭そのものは11月開催ですが、準備は例年春から始まります。3月初め頃は「いつも通りできるだろう」と考えていたのですが、徐々に状況が厳しくなり、5月時点で今年の参加者の募集中止を決定しました。

多比良：荻窪音楽祭の特徴は、プロだけでなく地元のアマチュア音楽家がたくさん参加すること。彼らにとっては音楽祭のステージは貴重な演奏の場です。その機会が失われてしまったことは非常に残念ですね。僕自身もそうですが、いつも当たり前前に行ってきたこと、当たり前前に楽しみにしていたことがかなわない状況にあり、きっと世界中の人が同じような気持ちを抱えているのだろうと思います。

られてホッとしています。とにかく「荻窪音楽祭の活動を途絶えさせない、続けていくことが大事だ」というのがスタッフみんなの認識です。

— このコロナ禍で改めて見えた音楽の一面はありますか？

多比良：「生の音楽って、やっぱり響くんだな」ということです。オンライン配信の収録の時、演奏を目の前で聞いて改めてそう実感しました。演奏してくださった方のエネルギーも、いつも以上だったように思います。生で演奏すること・聴くことは、やはり特別だし感動します。

平 木：私は自身が長く合唱団で歌を続けてきました。コロナ禍で合唱の練習ができない中、先日久しぶりにオンライン上で仲間と音を合わせたんです。それがとてもうれしくて。音楽には「みんなで集う」という楽しさもあるのだと改めて気付かされましたね。

— 11月の音楽祭に向けて、今どんな取り組みをされていますか？

平 木：各会場で演奏を行いつつ限定的にでもお客さまを入れられるかどうか、検討を重ねています。感染拡大防止のガイドラインを順守しながらどのような形であれば安全に開催できるのか、ホール的大小によっても変わってくるので、音楽祭独自の基準を作成できないか模索しているところです。それと同時に、今年は「苦肉の策」として行ったオンラインでのコンサートを、音楽の届け方の一つとしてしっかり確立していくことにも力を注ぎたいです。

多比良：オンラインも充実すれば、これまで届かなかった人にも荻窪の音楽が届けられます。従来の方法だけにとらわれず、新しいことに挑戦していくことで、もっと面白い荻窪音楽祭を作っていけたらいいと思います。

荻窪音楽祭とは？

平成12年に誕生した音楽イベント。杉並公会堂をはじめカフェや公園、ギャラリーなどあちこちがコンサート会場となり、クラシックの心地よい音色が街中に響きわたります。



— オンライン配信で音楽祭をスタートしたのはなぜですか？

平 木：(参加者の) 募集中止を告知する際に、「こうした状況の中でも音楽を通じた街づくりで何ができるのか知恵を絞る」と書き添えたんですね。宣言したからには何か動きたいと考えた時、すでにさまざまな音楽家が動画での音楽配信をスタートさせていたこともあり、私たちがそちらにかじを切りました。もともと音楽祭の企画に参加する予定だったプロの音楽家の方々に声を掛け、オンライン配信用に演奏していただきました。久しぶりに演奏の場ができたこと喜んでくれたのが私たちもうれしかったです。

多比良：せっかく荻窪音楽祭として発信するので、演奏だけでなく荻窪の街のアピールも含めた内容を考えました。多くの方に視聴いただき、好評を得



▲「おぎチャンネル」動画編集作業風景 撮影協力：衍芸館

プロフィール：(左) 平木桂太(ひらき・けいた) 荻窪音楽祭実行委員会音楽委員長。音楽祭では演奏者や会場の選定・調整等、コンサート関連の業務全般を担う。クラシック音楽に造詣が深く、荻窪にある城西病院でのホスピタリティ・コンサートを15年にわたり毎月開催し続けている。

(右) 多比良秀俊(たひら・ひでとし) 荻窪音楽祭実行委員会広報委員長。音楽祭におけるビジュアル作り、ホームページの運営管理、コンサートの広報などを担う。今回のオンライン配信では動画編集も担当した。本業は荻窪に事務所を構えるグラフィックデザイナー。



荻窪音楽祭 平木 桂太 多比良 秀俊

interview
すぎなみビト × コロナ禍のチャレンジャー [文化・芸術編]

激団リジヨロ

作品で問い掛ける、人と人とのつながり。

— このコロナ禍は劇団の活動にどう影響しましたか？

僕らの劇団は昨年春から今春にかけて各地でツアー公演をしていました。その最後が3月の神戸公演で、これまでにない数のチケットキャンセルがあったものの、なんとか千秋楽を終えて東京に戻ると、翌日には緊急事態宣言が出ました。激団リジヨロは道具も何もかもすべて、みんなで顔を突き合わせてモノづくりをするタイプの劇団です。その特性ゆえに、宣言後は活動を止めざるを得ず、しばらく団員同士の接触も禁止せざるを得ませんでした。

— 演じられない状況下では、どのような心境でしたか？

劇団だけでなく、外部の仕事も一切なくなり、表現の場が著しく失われたことはとてもつらかったですね。落ち込みました。ただ、ある時からは気持ちを切り替え、「今はモノづくりのためのストックの期間だ」と捉え、このような状況で今後どのような劇作をしてゆけばいいのかを考える時間に充てていました。

— 9月に阿佐谷で新作を公演することを決めた背景には、どんな思いがあるのでしょうか？

衣食住をはじめ、どんな状況であっても守らなければならないことがいくつもある中で、もしかすると「生で芝居を観る」ということはリストの順番としては最後かもしれません。でも、だからといって芸術や文化が歩みを止めてしまえば廃れます。新しい様式にのっとりつつも、芝居のある日常を取り戻したい。そんな一心で公演を決めました。

— 公演するにあたって取り入れた「新しい様式」とは？

まず感染防止のガイドラインに最大限配慮することは絶対です。さらに、今回の公演は客席を美術化する構想がもともとあって、客席側にもセットを配置することで結果的にお客さん同士が距離を保って座るスタイルとなりました。今回は客席が35席とかなり絞られたので開催に踏み切れたと思っています。チケットを買ってくださったお客さんの中には「しっかりと体調管理をして観



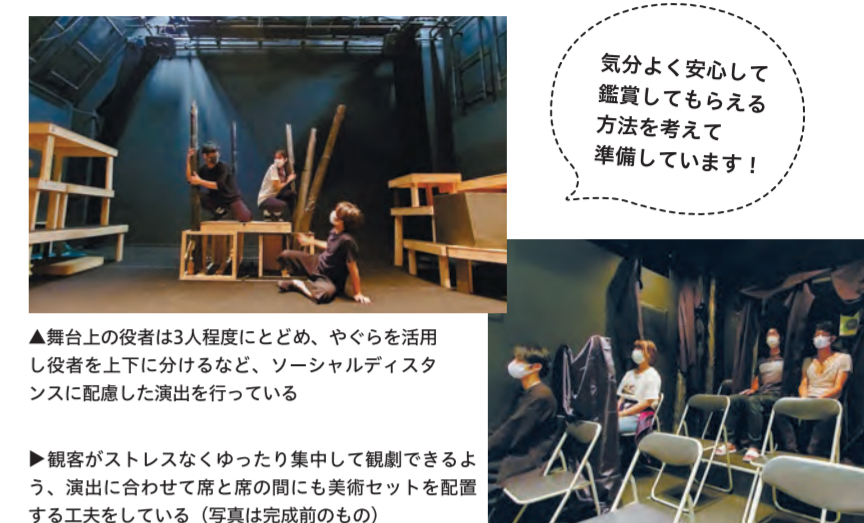
▲美術セットは毎回団員たちによる手作り

杉並区新しい芸術鑑賞様式助成金対象事業

激団リジヨロ第33回公演
Re:organ

日程:9月19日(土)~27日(日)
場所:阿佐ヶ谷シアターシャイン (阿佐谷南1-15-15)

※今回の取材にご協力いただきました。



気分よく安心して鑑賞してもらえる方法を考えて準備しています!

▲舞台上の役者は3人程度にとどめ、やぐらを活用し役者を上下に分けるなど、ソーシャルディスタンスに配慮した演出を行っている

▶観客がストレスなくゆったり集中して観劇できるよう、演出に合わせて席と席の間にも美術セットを配置する工夫をしている(写真は完成前のもの)

に行きます」といったコメントをくださる方もいて励まされています。

— 表現者としてコロナ禍で改めて見えたことはありますか？

「人と人がつながらなくなっていく社会は怖い」と、すごく感じましたね。自分1人で判断し、自分1人で全て解決するという方向に世の中が向かっていく。そこにいろいろな間違いや混乱の要因があるように思うんです。そんな不安への問い掛けは、新作にも多分にちりばめました。同時に、以前の構想に比べて脚本の中に不思議と「希望」の要素が増えていきます。

— 今の私たちに訴えかけるものが詰まっていそうですね。

コロナ禍を経験して、僕は「人って優しくなれるんじゃないのかな?」と思いました。だって、こんなにも自分以外の人のことを考える機会は今までありませんでしたから。そして、コロナ禍に直面したことは、これまでの小劇場の在り方を見直す、演劇というジャンルを底上げる機会でもあるのかなと思っています。この状況を経て演劇の未来が良いものに、もっと言うとうまい世の中になるといいなと希望を持っています。そんな思いもあって、新作は今まで以上に気持ちが詰まった作品になっています。ぜひ興味をもっていただけたらうれしいです。



プロフィール：金光仁三(かねみつ・ひろみ) 大阪市出身。関西学院大学で演劇サークルに所属し、平成10年激団リジヨロを立ち上げ。大阪から東京へ進出した後、休止期間を経て17年に本格再始動。同劇団の団長であり、脚本・演出・俳優の三役を務める。俳優としてテレビ、映画などに多数出演。

文化・芸術活動事業者向け

杉並区新しい芸術鑑賞様式助成金(第3期)募集

3密を防ぐ等の新型コロナウイルス感染症対策を講じて区内で実施する文化・芸術活動事業に対し、事業に係る経費の一部を助成します。

- 対象者や助成額等については右下2次元コードよりご確認ください。
 - 事業対象期間：3年3月31日まで
 - 申請書類：区ホームページから取り出せます
 - 受付期間：9月23日~10月23日(必着)
- 図文化・交流課芸術鑑賞助成金担当 ☎5307-0365
-

YouTubeで配信中!

すぎなみビト MOVIE

すぎなみビト×コロナ禍のチャレンジャー [文化・芸術編]のインタビューが動画でも楽しめます。右2次元コードからご覧いただけます。

紙面には掲載しきれなかった取材のごぼれ話も動画で紹介しています。

杉並区公式チャンネル

区からのお知らせ

SUGINAMI INFORMATION

子育て・教育

新しい乳・子医療証を送付します

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

9月末に、10月1日から使用できる医療証(若草色)をお送りします(郵送先は医療証に記載の住所です。居住状況の確認のため、それ以外の住所にお送りすることはできません)。

新しい医療証の有効期限は3年9月30日です。ただし、3年3月に中学校を卒業する方の子医療証と、3年4月に小学校に入学する方の乳医療証の有効期限は3年3月31日です。小学校に入学する方の子医療証(有効期間が3年4月1日～9月30日)は、3年3月末までに送付する予定です。

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

子ども家庭部管理課子ども医療・手当係

生活・環境

都市計画案の縦覧と意見書の提出

「都市計画法」の規定に基づき、関係区の住民および利害関係人は縦覧期間中に意見書を提出することができます。

東京都市計画生産緑地地区の変更案(杉並区決定) ▶縦覧期間=9月23日(水)～10月7日(水)(土・日曜日を除く) ▶縦覧場所=都市整備部管理課(区役所西棟5階)。区ホームページからもご覧になれます ▶意見書の提出=意見書(書式自由)に都市計画案の名称・日付・住所・氏名を書いて、10月7日(必着)までに同課へ郵送・持参 同課 意見書は杉並区長宛て

① 感染症防止対策

区立施設・区事業を段階的に再開しています。利用者・参加者の皆さんも下記の対策にご協力をお願いいたします。

- 体調不良時の利用自粛
- マスク着用や手洗い・手指消毒の励行
- ソーシャルディスタンスの十分な確保
- 室内の定期的な換気
- 大声での発声、歌唱、声援等が生じる活動の自粛

「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。

事業概要や進捗状況をパネル・模型などを用いて情報提供を行うオープンハウスを開催します。

9月26日(土)午後2時～6時 場 西荻南区民集会所(西荻南3-5-23) 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 他車での来場不可

健康・福祉

高齢者インフルエンザ予防接種

65歳以上の方へ、9月末に予診票を送付します。

対象者=区内在住の12月31日時点で、次の①②のいずれかに該当する方①65歳以上②60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能に障害がある身体障害者手帳1級相当(②に該当し接種を希望する方は、10月1日以降に福祉事務所・保健センター・杉並保健所保健予防課のいずれかへ身体障害者手帳または医師の証明書を持参し、予診票をお受け取りください) ▶自己負担額=2500円(変更の可能性あり。生活保護、中国残留邦人等の支援給付を受給中の方は、費用が免除されます。詳細は、お問い合わせください) ▶接種期間=10月1日(木)～3年1月31日(日)(期間内1回) ▶接種場所=東京23区・三鷹市・武蔵野市の契約医療機関(上記以外の場所で接種を希望する方は、接種を希望する医療機関がある市町村へお問い合わせください) 杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025、各保健センター(荻窪 ☎3391-0015、高井戸 ☎3334-

【重要なお知らせ】

新型コロナウイルスの感染状況によっては、本紙および過去の「広報すぎなみ」掲載の催しや募集の内容等が中止または延期になる場合があります。最新情報は、各問い合わせ先にご確認いただくか、区ホームページをご覧ください。



4304、高円寺 ☎3311-0116、上井草 ☎3394-1212、和泉 ☎3313-9331)

採用情報

※応募書類は返却しません。

区以外の求人

杉並区障害者団体連合会 パートタイマー職員(受付事務補助員)

勤務期間=10月1日～3年3月31日(4回まで更新可。ただし65歳に達した年度末で退職) ▶勤務日時=月13日程度。午前8時30分～午後9時の間で、4時間程度(土・日曜日、祝日を含む。交代制。高円寺障害者交流館は1時間延長の場合あり) ▶勤務場所=和田障害者交流館(和田2-31-21)、高円寺障害者交流館 ▶募集人数=4名程度(うち障害者2名程度) ▶報酬=時給1260円 ▶その他=有給休暇あり。交通費支給(上限あり) 履歴書を、9月30日午後5時(必着)までに同会事務局(〒166-0003高円寺南2-24-18高円寺障害者交流館内)へ郵送・持参 同会事務局 ☎5306-2627(午前9時～午後5時、第3月曜日を除く) 書類選考合格者には面接を実施

募集します

角川庭園・幻戯山房(すぎなみ詩歌館)管理運営業務の委託事業者

公募型プロポーザル方式で募集します。 公募期間=10月2日(金)～12日(月) 公園・庭園施設、またはこれに類する施設における管理業務の実績を有し、当該施設の管理運営業務を円滑に遂行できる法人ほか 園みどり公園課管理係 詳細は、実施要領(区ホームページから取り出せます)参照

10月の各種健康相談 いずれも予約制。申し込みは、各保健センターへ。

保健センター名	子育て相談・交流	母親学級	離乳食講習会	乳幼児歯科相談	栄養・食生活相談	ものわすれ相談	心の健康相談
荻窪 (荻窪5-20-1) ☎3391-0015	-	-	28日(水)	午前 9日(金) 23日(金) 午後 8日(木)	9日(金)	26日(月) 午後1時30分	1日(木) 午前9時30分 14日(水) 午後1時30分
高井戸 (高井戸東3-20-3) ☎3334-4304	5日(月)	7日(水) 14日(水)	6日(火)	午前 5日(月) 19日(月) 午後 2日(金)	1日(木)	6日(火) 午後1時30分	15日(木) 21日(水) 午後1時30分 30日(金) 午前9時30分
高円寺 (高円寺南3-24-15) ☎3311-0116	22日(木)	2日(金) 9日(金)	5日(月) 26日(月) (26日は生後 9カ月頃から)	午前 6日(火) 20日(火) 午後 1日(木)	20日(火)	8日(木) 午後2時	2日(金) 22日(木) 午後2時 23日(金) 午後1時15分
上井草 (上井草3-8-19) ☎3394-1212	28日(水)	-	29日(木)	午前 28日(水) 午後 14日(水)	-	13日(火) 午後1時30分	19日(月) 午後1時30分
和泉 (和泉4-50-6) ☎3313-9331	8日(木)	-	15日(木)	午前 8日(木) 午後 -	-	21日(水) 午前10時	6日(火) 午後1時30分

※1 杉並区に転入し、妊婦・乳幼児健診受診票、予防接種予診票が必要な方は、各保健センターまたは子ども家庭部管理課母子保健係(区役所東棟3階)へ。

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

歯の健康相談 10日(土)午後2時～4時30分。問い合わせは、杉並区歯科医師会(阿佐谷南3-34-3 ☎3393-0391)へ。

凡例 時日時 場所 内容 講師 対象 定員 参加費(記載のないものは無料) 申込み(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 HPホームページアドレス

学校運営協議会委員

3年1月から学校運営協議会に出席(月1回程度)ほか▶募集校・人数=杉並第三小学校(高円寺南1-15-13)=1名、高井戸中学校(高井戸東1-28-1)=2名、沓掛小学校(清水3-1-9)・済美小学校(堀ノ内1-17-24)・高円寺学園(高円寺北1-4-11)=4名▶資格=募集校の通学区域または隣接する通学区域に在住・在勤・在学の、3年1月1日時点で18歳以上の方▶報酬=4000円(協議会への出席1回につき)▶任期=2年▶申込書(学校支援課〈区役所東棟6階〉、募集校で配布。区ホームページからも取り出せます)に作文「学校運営協議会委員を志望する理由」(800字程度)を添えて、10月15日(必着)までに同課へ郵送▶同課▶書類審査合格者には面接を実施(10月下旬~11月上旬)。応募書類は返却しません

ゆうゆう善福寺館協働事業実施団体

4月からゆうゆう館で協働事業を実施する団体を募集します。募集要項は、区ホームページでご覧になれます。

4月1日現在、都内で活動しているNPO法人および公共・公益的な事業を実施している、次の①②いずれかの要件を満たす団体①区内に事務所を置いている②区内で活動をしている▶申請書(10月5日から高齢者施策課施設担当〈区役所東棟1階〉で配布)を、10月19日~26日に同担当へ持参(要予約)

◆募集説明会

10月2日(金)午後2時~3時30分▶区役所第5会議室(西棟6階)▶電話で、高齢者施策課施設担当

…………… いずれも ……………

▶高齢者施策課施設担当

善い行いをした青少年を推薦してください

善行の機運を高めるために、地域の人の役に立つ行いをした青少年を表彰しています。

24歳以下の青少年による善行で①区内で行われたもの②区内在住・在学・在勤の青少年により区外で行われたもの▶推薦書(区ホームページから取り出せます)を、児童青少年課青少年係(〒167-0051荻窪1-56-3ゆう杉並内)、子ども家庭部管理課(区役所東棟3階)、児童館のいずれかへ郵送・持参▶同係▶3393-4760▶詳細は、区ホームページ参照

施設情報

子ども・子育てプラザ高円寺がオープンしました

概要=乳幼児を連れて自由に過ごせます。乳幼児の一時預かりあり▶開所時間=平日午前9時~午後6時(土・日曜日は午後5時まで。毎月第1日曜日、祝日、年末年始を除く)▶所在地=高円寺南2-52-2▶同施設▶3315-0395▶一時預かり専用▶6383-2616

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=9月25日(金)午後1時~10月12日(月)午後11時▶入札=10月16日(金)午後1時~18日(日)午後11時▶公売予定物品=野球関連グッズ、アニメフィギュアほか

◆下見会

10月1日(木)午前10時~午後3時▶場納税課(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

相談

不動産総合相談会

10月2日(金)午前10時~午後4時▶区役所1階ロビー▶調査・売買・登記など、不動産に関すること▶東京土地家屋調査士会杉並支部事務局▶3323-3431▶東京都宅地建物取引業協会杉並支部事務局▶3311-4937▶東京司法書士会杉並支部事務局▶6427-8831▶関係資料がある場合は持参

その他

住民基本台帳の閲覧状況の公表

4~6月の住民基本台帳法に基づく住民基本台帳の一部の写しの閲覧状況を公表しています。

◆住民基本台帳の一部の写しの閲覧とは

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

◆閲覧が認められる理由

- 原則、以下の理由以外認められません。
・官公庁が職務として請求する場合
・公益性の高い調査研究に利用する場合
・公共的団体が公益性の高い活動に利用する場合
※閲覧の際は区職員が立ち会います。
▶区民課住民記録係

マスク等が寄贈されました

(敬称略・順不同)

寄贈された物品は、感染症の予防・拡大防止に活用していきます。ありがとうございました。

—— 問い合わせは、総務課総務係へ。



主な寄贈品と寄贈者(8月1日現在) ※「広報すぎなみ」6月15日号掲載分を除く

- マスク: 助けよう日本の医療現場from香港プロジェクト=2000枚▶観光文化芸術基金=1500枚▶金田和大・河原睦起・丸岡愛子・本多美南海・野口舞=1400枚▶増田遥=44枚▶池田佳子=115枚
●フェイスシールド: 台湾佛教慈濟慈善事業基金=1000枚▶大宮二丁目自治会=75枚
●医療用ガウン: 助けよう日本の医療現場from香港プロジェクト=50着
●手指消毒液: 池田佳子=15本▶金田和大・河原睦起・丸岡愛子・本多美南海・野口舞=4本
●消毒用エタノール: 池田佳子=18本
●飲料: コカ・コーラボトラーズジャパン(株)=2352本
●団体名のみ公表: (有)ニッシン
●匿名および団体名のみ公表分計: マスク2161枚、シャワーキャップ131個、医療用ガウン1500着

区民健康診査・がん検診等の予約はお済みですか



2年度の区民健康診査・がん検診の受診期間は3年2月28日までです(成人歯科健康診査・後期高齢者歯科健康診査は12月28日まで)。

新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、期間が短くなる場合がありますので、お早めに予約・受診をお願いします。

なお、子宮頸がん検診について、今年度から検査ができない方として下記のとおり「子宮全摘手術をした方」が追加されました。子宮頸がん検診のお知らせ等には記載がされていないため、ご注意ください。

子宮頸がん検診・検査ができない方

- ①子宮頸がんで治療中・経過観察中の方
②子宮頸部の前がん病変(異形成)で治療中・経過観察中の方
③子宮全摘手術をした方
④前年度および同年度に同様の子宮頸がん検診を受診した方
⑤職場等で検診機会のある方(職場等でがんの種別により受診できない場合は、区のがん検診を受診できます)

▶杉並保健所健康推進課健診係▶3391-1015

杉並区国民健康保険に加入している方へ

新型コロナウイルス感染症に伴う傷病手当金の適用期間を延長します

杉並区国民健康保険加入で、新型コロナウイルス感染症に感染した場合または感染が疑われ、療養のため労務に服することができない方(給与等の支払いを受けている方に限る)に支給を行っている傷病手当金の適用期間を、12月31日まで延長します。

支給を受けるためには申請が必要です。必ず事前に電話でお問い合わせください。

- 支給期間 労務に服することができなくなった日から起算して3日を経過した日から労務に服することができない期間
支給額 直近の継続した3カ月間の給与収入の合計額を就労日数で除した金額×3分の2×日数(支給対象となる日数)
適用期間 1月1日~12月31日の間で療養のため労務に服することができない期間(入院が継続する場合等は、最長1年6カ月まで)

▶国保年金課国保給付係▶5307-0328

※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。

9月24日~30日は

結核予防週間です



風邪のような症状が2週間以上続いていたら、結核も疑って早めに医療機関を受診しましょう。

—— 問い合わせは、杉並保健所保健予防課感染症係 ☎3391-1025へ。

結核は「現代の病気」

結核は過去の病気だと思われがちですが、日本では平成30年に1万6000人近くが発病し、約2200人が死亡した国内最大級の感染症です。区内では約2000人が新たに発病しています。区の令和元年の新規患者数は69人でした。

結核ってどんな病気？～新型コロナウイルス感染症に似ている点と異なる点

結核も新型コロナウイルス感染症も呼吸器疾患で咳や発熱、全身倦怠感を伴います。どちらも感染しても必ず発病するわけではなく、通常は免疫力により菌やウイルスの増殖を抑え込みますが、増殖を抑えきれなくなると発病します。最大の違いは発病までのスピードです。結核は感染すると半年から2年以内に発病することが多く、中には10年以上経って発病する場合がありますが、新型コロナウイルス感染症は感染後おおむね12.5日以内に発病することが多いといわれています。

こんなときはすぐに受診してください

初期症状は咳・たん・発熱など風邪に似ていますので、まずは帰国者・接触者相談センターにご相談ください。このような症状が2週間以上続くとき

は、呼吸器科のある医療機関を受診しましょう。最近では、健診などの胸部エックス線検査の結果が「要精密検査」にもかかわらず、放置して重症で発見されるケースが目立ちます。結核は早めに発見してきちんと治療すれば治る病気です。早期発見は結核の重症化を防ぐだけでなく、大切な家族や周囲の人々への感染を防ぐためにも重要です。

規則正しい生活、適度な運動、バランスのとれた食事

結核の発病には、体力（抵抗力・免疫力）が大きく関与しています。若い人でも過労や睡眠不足、不規則な生活習慣、無理なダイエット、ストレス、糖尿病等による免疫低下などは、発病の引き金になるので注意しましょう。

予防接種や健診が大切

乳幼児は結核を発病すると重症化しやすいため、1歳までにBCG接種を受けましょう。

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

不妊に悩むご夫婦へ

杉並区特定不妊治療費助成等のご案内



ご相談ください！

杉並区特定不妊治療費助成

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

また、東京都で助成金の承認決定をされた男性不妊治療（精巣内精子生検採取法等）に係る医療費も助成の対象となります。

助成内容

- ①特定不妊治療の医療費から、東京都特定不妊治療費助成事業での助成額を差し引いた実費額のうち、治療1回につき治療ステージごとの上限額（A、B、D、E=5万円。C、F=2万5000円）を助成
 - ②男性不妊治療に係る医療費から、東京都での助成額を差し引いた実費額のうち、上限額5万円を上記①に合算して助成
- ※東京都の不妊検査等助成および不育症検査助成は、杉並区特定不妊治療費助成には含まれません。

年齢別助成回数

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

- ※1. 43歳以上の方の助成はありません。
 - ※2. 「治療開始年齢」は、東京都の助成申請時の提出書類「特定不妊治療費助成事業受診等証明書」に記載されている治療開始日時点の妻の年齢です。
 - ※3. 通算1回目の助成認定時における治療開始日時点の年齢で決定し、固定されます。この上限に満たない場合でも、妻の年齢が43歳以上で開始した治療は全て助成対象外です。
- ※新型コロナウイルス感染拡大に伴う時限的年齢要件緩和については、東京都に準じています。

対象者（本人または配偶者が、次の要件全てに該当する方）

- 東京都特定不妊治療費助成事業の承認決定を1年以内に受けている
※東京都の助成を受けていない方は、東京都へ申請をしてください。
- 区の助成の申請時に配偶者と法律上の婚姻関係にあり、夫婦またはその一方の住民登録が杉並区にある
- 他の区市町村から、同一の特定不妊治療に対し同種の助成を受けていない

申請方法

必要書類（詳細は、区ホームページ参照）を、東京都の「特定不妊治療費助成承認決定通知書」の発行日から1年以内に各保健センターへ持参（来所できない場合は保健センターにご相談ください）
☎杉並保健所健康推進課 ☎3391-1355

東京都不妊検査等助成・不育症検査助成

不妊検査等助成

保険医療機関で行った不妊検査および一般不妊治療に要した費用（保険薬局における調剤を含む）について、5万円を上限に助成（助成回数は夫婦一組につき1回）

不育症検査助成

平成31年4月1日以降に保険医療機関にて行った不育症検査に要した費用について、5万円を上限に助成（助成回数は夫婦一組につき1回）

※特定不妊治療（体外受精・顕微授精）や男性不妊治療（精巣内精子生検採取法等）に係る医療費の助成は別の助成制度になります。対象となる検査等は、東京都福祉保健局ホームページをご覧ください。

対象者・助成対象期間・申請方法・申請期限

東京都福祉保健局少子社会対策部家庭支援課母子医療助成担当 ☎5320-4375へお問い合わせください。

不妊相談・講座の案内

不妊に関する相談を各保健センターで行っています。一人で悩まず、電話などでお気軽にご相談ください。また、区では不妊で悩んでいる方のために専門相談を行っています。

不妊専門相談

☎10月15日(休)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・Eメール（9面記入例）で、杉並保健所健康推進課健康推進係 ☎3391-1355 ☎KOUZA-TANTOU@city.suginami.lg.jp

区内空間放射線量等測定結果

8月に実施した、区内の空間放射線量率および保育園等の給食食材の放射能濃度測定の結果、特に異常はありませんでした。詳細は、区ホームページでご覧になれます。
☎空間放射線量率の測定については、環境課公害対策係。区立小中学校・保育園等の給食食材の放射能濃度測定については、学務課・保育課。放射能濃度測定の方法については、杉並保健所生活衛生課衛生検査係 ☎3334-6400

スポーツ大好きな子どもたちあつまれ!

チャレンジ・アスリート

次世代育成基金活用事業

日本代表選手やパラリンピック内定選手との楽しいスポーツ体験を通じて、夢に向かってチャレンジする子どもたちを支援します。

時11月3日(祝)①午前9時20分～11時50分②午後1時20分～4時35分 場永福体育館(永福1-7-6) 内オリンピック種目体験「ラグビー」、パラリンピック種目体験「テコンドー」 師谷田部洸太郎、阿渡健太、太田渉子 区内在住・在学の①小学1～3年生②小学4～中学3年生 定各25名(抽選) 申込書(区立小中学校で配布。区ホームページからも取り出せます)を、10月15日(必着)までにスポーツ振興課(区役所東棟6階 ☎5307-0693 ✉sp-sinkoka@city.suginami.lg.jp)へ郵送・ファクス・メール 同課



▲谷田部洸太郎 ▲阿渡健太 ▲太田渉子

すぎなみ

スポーツアカデミー



～地域スポーツ with コロナ

コロナ禍においても、安全に楽しくスポーツを行うため、感染症に対する基礎知識や熱中症予防についてなど、実践に役立つ知識を専門家から学びます。

— 問い合わせは、杉並区スポーツ振興財団 ☎5305-6161へ。

時①10月19日(月)②26日(月)③11月16日(月)④27日(金)午後6時30分～8時 場①④荻窪体育館(荻窪3-47-2) ②大宮前体育館(南荻窪2-1-1) ③上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 内「withコロナ実技編」(①バレーボール②子どもの運動③野球④高齢者の運動) 師①②医師・小林真澄(①のみ=FC東京バレーボールチーム総監督・吉田清司▶②のみ=日本レクリエーション協会・植田尚史) ③④医師・阿部克俊(③のみ=ジャイアンツアカデミーコーチ・石田和之▶④のみ=日本コンディショニング協会認定講師・本田紀子) 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定各15名(申込順) 費各500円 申電話で、同財団(平日午前9時～午後5時)。または同財団ホームページから申し込み



▲植田尚史

交流自治体からのお知らせ



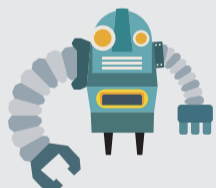
自治体	催し名	日時・場所・内容	問い合わせ
福島県 北塩原村	写真展	時①10月5日(月)～8日(木)②10月5日(月)～16日(金)午前8時30分～午後5時 場①区役所1階ロビー②区役所2階区民ギャラリー	文化・交流課
	物産展	時10月5日(月)・6日(火)午前10時～午後3時 場区役所中杉通り側入り口前 他売り切れ次第終了。買い物袋持参	

※混雑時は人数制限あり。

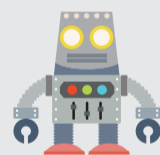
サンライズ ヒーローロボット展

区内のアニメーション制作会社サンライズが生み出したヒーローロボットを紹介! 貴重なアニメ制作資料などが展示されるほか、アニメ上映も楽しめます。

— 問い合わせは、東京工芸大学 杉並アニメーションミュージアム ☎3396-1510へ。



時3年4月4日(日)までの午前10時～午後6時(入館は午後5時30分まで。4月4日は午後4時まで。月曜日(祝日の場合は翌平日)・年末年始は休館、その他臨時休館あり) 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)



©サンライズ ©サンライズ・R

ジャズでエールを!

阿佐谷ジャズストリート2020

開催日程 10/23(金)・24(土)

今年は、新型コロナウイルス感染症対策を講じた「新しい生活様式」での開催です。ソーシャルディスタンスを確保した演奏や、一部ではWEBでの配信も予定しています。

— 問い合わせは、阿佐谷ジャズストリート実行委員会 ☎5305-5075(午前11時～午後5時)へ。

- パブリック会場 各ステージ2000円～2500円
- チケット販売所 区役所1階「コミュかるショップ」、同ホームページ
- ストリート会場・バラエティー会場 ストリート会場(無料)は、コロナ感染動向により中止の会場があります。バラエティー会場(別料金)もあります。

出演=山下洋輔、庄野真代、鈴木良雄、ドライ・マティーニ、豊田チカ、今陽子、トライトーン、小林陽一ほか

※席の間隔を確保する等の理由で、例年より席数が少なくなっています。詳しくは、阿佐谷ジャズストリート ☎https://asagayajazzstreets.com/参照



▲山下洋輔 ©Akihiko Sonoda



▲豊田チカ



▲庄野真代



▲今陽子

広告

相談
無料

遺産相続に強い弁護士への無料相談

お問い合わせはコチラ!

03-6256-8925

※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。

※ご相談内容によっては税理士等の専門家をご紹介しております。

東京都千代田区平河町2丁目7番4号 砂防会館別館B棟5階 眞法律事務所

地域区民センター協議会が企画する催し・講座など コミュニティー通信

詳細・問い合わせは、各地域区民センター協議会へ
(月～金曜日午前8時30分～午後5時〈祝日、年末年始を除く〉)。
★は、地域の団体との協働事業です。

毎月15日号に掲載

井草地域区民センター協議会
〒167-0022下井草5-7-22
☎3301-7723
HP<http://www.igusahome.sakura.ne.jp/>
コミュニティーすくーる「古地図で見る井荻町の今昔」
10月11日(日)午後1時～3時 場同センター 師古地図収集家・西村真一 定30名(抽選) 申往復はがき(9面記入例)で、9月30日(必着)までに同協議会 他長寿応援対象事業

西荻地域区民センター協議会
〒167-0034桃井4-3-2
☎3301-0815
HP<http://nisiogi-center.sakura.ne.jp/wp/>
西荻窪南周辺の成り立ち～新田開発と五日市街道
10月14日(水)午前10時～11時30分 場西荻南区民集会所(西荻南3-5-23) 師郷土博物館学芸員 定15名(抽選) 申往復はがき(9面記入例)で、9月30日(必着)までに同協議会 他筆記用具持参。長寿応援対象事業
凸凹地図でまち歩き～桃井原っぱ公園から井荻駅★
10月24日(土)午前10時～正午 場集合=桃井原っぱ公園管理事務所▶解散=西武新宿線井荻駅南口 内主に用水路の遊歩道を歩きます(全行程3.4km) 師トロールの森実行委員会事務局・野田栄一 定20名(抽選) 申往復はがき(9面記入例)で、10月7日(必着)

までに同協議会 他歩きやすい靴で、飲み物・タオル・筆記用具持参▶協働=トロールの森実行委員会



荻窪地域区民センター協議会
〒167-0051荻窪2-34-20
☎3398-9127
HP<http://ogikubokyougikai.sakura.ne.jp/>
いきいき朗読教室
演劇のように登場人物のせりふを演じ分けるなど、ドラマチックな朗読を初歩から楽しく学びます。
10月8日(木)・15日(木)・22日(木)・29日(木)午後1時30分～3時30分(計4回) 師ドラマティックリーディング講師・岡根子 定12名(抽選) 費300円 申往復はがき(9面記入例)で、9月27日(必着)までに同協議会
荻窪にあるネパール人学校と多文化共生
10月16日(金)午後1時30分～3時 師エベレスト・インターナショナル・スクール・ジャパン顧問理事 シュレスター・ブパール・マン 定30名(抽選) 費200円 申往復はがき(9面記入例)で、10月4日(必着)までに同協議会

日本フィル弦楽四重奏出張コンサート
10月19日(月)午後3時～3時45分 定20名(抽選) 申往復はがき(9面記入例)で、10月4日(必着)までに同協議会
多肉植物のデザート風寄せ植え・育て方
10月24日(土)午後1時30分～3時 師グリーンアドバイザー・吉野華恵 定12名(抽選) 費1700円 申往復はがき(9面記入例)で、10月11日(必着)までに同協議会

…… いずれも ……
阿佐谷地域区民センター協議会
〒166-0004阿佐谷南1-47-17
☎3314-7215
HP<http://www.asagaya-kyogikai.org/>
阿佐谷ジャズストリート応援ライブ!
10月3日(土)午後2時～4時 場同センター 師小田陽子ほか 定30名(抽選) 申往復はがき(9面記入例)で、9月24日(必着)までに同協議会 他長寿応援対象事業

コミュニティーすくーる～天保新堀用水路を辿りつつ、大田黒公園まで歩く
10月17日(土)午前9時～正午(荒天中止) 場集合=区役所青梅街道側▶解散=大田黒公園 師杉並郷土史会・小島智ほか 定30名(抽選) 申往復はがき(9面記入例)で、9月26日(必着)までに同協議会 他長寿応援対象事業
クラシック音楽の名演奏とは?大作曲家の名曲演奏の聴き比べ
10月26日(月)午後2時～4時 場同センター 師音楽教育者・小笠原吉秀 定40名(抽選) 申往復はがき(9面記入例)で、10月15日(必着)までに同協議会 他長寿応援対象事業

高円寺地域区民センター協議会
〒166-0011梅里1-22-32
☎3317-6614
HP<http://www.koenji-kyogikai.org/>
タヒチアンダンス
10月2日(金)・9日(金)午後1時30分～3時30分(計2回) 場同センター 師

定元らむ 内女性のみ 定20名(抽選) 費1回100円 申往復はがき(9面記入例)で、9月22日(必着)までに同協議会 他長寿応援対象事業

永福和泉地域区民センター協議会
〒168-0063和泉3-8-18
☎5300-9412
HP<https://member.sugi-chiiki.com/eifuku-izumi/>
季節のラッピング講座～10月
10月8日(木)午後1時～3時 師全日本ギフト用品協会講師・松原浩子 定12名(抽選) 費1200円 申往復はがき(9面記入例)で、9月28日(必着)までに同協議会 他長寿応援対象事業



永福和泉地域の古代中世
10月13日(火)午後1時15分～3時15分 師郷土博物館学芸員 定30名(抽選) 申往復はがき(9面記入例)で、10月1日(必着)までに同協議会 他長寿応援対象事業

自分でできる足もみ講座
10月16日(金)午前10時～11時30分・午後0時30分～2時・2時45分～4時15分 師正しい足の文化を創る会代表理事・亀井絹代 定各10名(抽選) 申往復はがき(9面記入例)に参加希望時間帯も書いて、10月1日(必着)までに同協議会 他長寿応援対象事業

元気に笑って、サギ撃退★
10月23日(金)午後1時～3時 師落語=立川がじら▶役者=藤井太一ほか 定40名(抽選) 申往復はがき(9面記入例)で、9月30日(必着)までに同協議会 他長寿応援対象事業▶協働=高井戸警察署

…… いずれも ……
場永福和泉地域区民センター 内区内在住・在勤・在学の方

区民が創る情報サイトすぎなみ学倶楽部

第150号 漫画家という仕事の先駆者・田河水泡

昭和8年に荻窪に新居を構え、幼い息子と一緒によく善福寺川へ散歩に出掛けていた田河さん。そのころに描いた漫画が空前のブームを巻き起こし、街にグッズがあふれかえったといわれています。黒いのら犬が兵隊に入って活躍する、この作品のタイトルは何でしょう?

写真提供: 高見澤邦郎

詳しくは または

産産業振興センター観光係 ☎5347-9184

あなたにとって荻窪ってどんなところ?

アンケート募集とワークショップ開催

区では荻窪駅周辺地域を「歴史文化の薫り漂う、住んでよし、訪れてよしのまち」として「まちの魅力を維持・発展」し、「『地元力』を充実」させる取り組みを行っています。

そこで今回「あなたにとって荻窪ってどんなところ?」というイメージを改めて皆さんと考えるアンケートを募集しワークショップを開催します。アンケートおよびワークショップの結果は今後、荻窪駅周辺地域のロゴ等の荻窪のデザイン作成に生かされます。

—— 問い合わせは、市街地整備課荻窪まちづくり担当へ。

11月21日(土)午前10時～午後0時30分 場荻窪地域区民センター(荻窪2-34-20) 師Active Learners 内荻窪地域在住・在勤・在学の方ほか 定30名(抽選) 申10月2日までに、区ホームページ(右2次元コード)またはファクスで市街地整備課荻窪まちづくり担当 ☎3312-2907へ申し込み 他アンケートのみも可(10月2日まで)

アンケート

ワークショップの申し込み



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

9月の年中行事「十五夜」
 9月26日(土)～10月4日(日)午前9時～午後5時(9月28日(月)を除く) 場郷土博物館(大宮1-20-8) 費100円(観覧料。中学生以下無料) 郷土博物館 ☎3317-0841

名月を楽しむ会
 10月1日(木)①午後5時・5時30分・6時=野点②5時～6時30分・7時～7時30分=琴の演奏▶**出演**=山田流・伊豆川真理子③6時～7時30分=竹灯籠のライトアップ(荒天中止) 場角川庭園(荻窪3-14-22) 定①各8名(雨天時4名)②雨天時20名(いずれも先着順) 角川庭園 ☎6795-6855

シニアのための就業・起業・地域活動個別相談

10月3日(土)午前9時～午後5時 場ゆうゆう高円寺南館(高円寺南4-44-11) 職業紹介士・橋詰信子ほか 区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方 電話・ファクス・Eメール(記入例)で、ゆうゆう高円寺南館 ☎5378-8179 takebouki_suginami@tempo.ocn.ne.jp 1人45分程度

錦秋 阿佐谷子ども落語会

10月11日(日)午前11時～正午 場阿佐谷図書館 出演=杉並江戸落語研究会・事例亭蕉、宝満亭福ぶく、高円寺亭夜想財▶**演目**=鈴ヶ森、動物園、転失気 小中学生(保護者同伴可) 定15名(申込順) 電話または直接、同図書館(阿佐谷北3-36-14) ☎5373-1811

高次脳機能障害者の家族交流会

10月17日(土)午後1時30分～3時30分 場杉並障害者福祉会館(高井戸東

4-10-5) 高次脳機能障害者の家族 定15名(申込順) 電話・ファクス(記入例)で、10月7日までに障害者生活支援課地域生活支援担当 ☎3332-1817 3332-1826 協力=杉並高次脳機能障害者家族会クローバー

農業公園「秋の収穫体験」

10月31日(土)午前10時～11時30分(雨天中止) 場成田西ふれあい農業公園(成田西3-18-9) 区内在住の方(小学生以下は保護者同伴) 定20組(抽選) 費500円 往復はがき(記入例)に代表者以外の参加者名・年齢も書いて、9月24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) 同係 ☎5347-9136 10月上旬に結果を通知

大田黒公園

「竹灯籠とお月見会」

10月2日(金)～4日(日)午後6時～8時30分(入園は8時まで。荒天中止) クラシックコンサート(2日(金)・3日(土)午後6時15分・7時15分)、箏の演奏(4日(日)午後6時30分～7時10分) 費大人300円。小中学生100円(未就学児は無料) 12歳以下は保護者同伴

「サロンコンサート」

10月25日(日)午後1時～2時・3時～4時 出演=吉岡綾子(ピアノ)、松谷明日香(チェロ)▶**曲目**=ベートーベン「ソナタ『月光』」ほか 区内在住・在勤・在学の方 定各30名(抽選) 費各2000円 往復はがき(記入例。連記可)で、10月2日(必着)までに同公園管理事務所 乳幼児の参加は不可

…………… いずれも ……………
 場大田黒公園(〒167-0051荻窪3-33-12) 同公園管理事務所 ☎3398-5814

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☎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)
 - 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

講演・講座①

ムシムシ探検隊 秋の虫を観察しよう

9月27日(日)午前10時～11時30分(雨天中止) 場郷土博物館分館 師NPO法人すぎなみムサ・小林弘一、すぎなみ虫の会・宮内隆夫 小学生(小学3年生以下は保護者同伴) 定15名(抽選) Eメール(記入例)または直接、9月23日までに同分館(天沼3-23-1天沼弁天池公園内) kyodo-m@city.suginami.lg.jp 同分館 ☎5347-9801

消費者講座「家計を助ける『省エネ・節電』のポイント」

10月6日(火)午後1時～3時 場ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 師省エネルギーセンター環境カウンセラー・沼田美穂 区内在住・在勤・在学の方 定30名(申込順) 電話で、消費者センター ☎3398-3141 1歳～就学前の託児あり(定員3名(申込順))。電話で、9月24日までに同センター)。長寿応援対象事業

塚山公園「みどりの相談所」イベント開催

10月10日(土)午前10時～11時・午後1時～2時 場みどりの相談所(下高井戸5-23-12塚山公園内) 師コケ玉作りとみどりの相談員による講習会 定各10名(申込順) 費500円 電話・Eメール(記入例)に参加希望時間も書いて、同公園管理事務所 ☎3302-8989 tsukayama@hakone-ueki.com 小学生以下は要保護者同伴

シニア生涯ワーキングセミナー

10月14日(水)午後1時～3時45分 場ウェルファーム杉並(天沼3-19-16)

①これからのライフプランニング ②シニア世代の再就職の現状と考え方 ①AFP・下島利光②東京しごとセンターシニアコーナー職員 55歳以上(開催日時)で、就職活動中または就職活動予定の方 定各20名(申込順) 電話で、予約専用ダイヤル ☎5843-7665 (平日午前9時～午後5時) 東京しごとセンターシニアコーナー ☎5211-2335 共催=東京しごとセンター

子どもの心を育てるコーチング「思春期」

10月15日(木)・26日(月)、11月12日(木) 午前9時30分～11時30分(全3回要出席) 場杉並子ども家庭支援センター(阿佐谷南1-14-8) 師生涯学習開発財団認定コーチ・高野まゆみ 区内在住で小学5年～中学生のお子さんの保護者 定15名(申込順) 電話で、同センター ☎5929-1901 (午前9時～午後7時(日曜日、祝日を除く))

休日パパママ学級

11月1日(日)・15日(日)・21日(土) いずれも実施時間はお問い合わせください 場杉並保健所(荻窪5-20-1) 定お産の進み方、産後の心の変化ほか(各10組) 師助産師ほか 区内在住の初産で、開催日現在妊娠24週～36週6日のカップル 杉並区休日パパママ学級 ☎https://poppins-education.jp/parentsclass_suginami/から10月5日までに申し込み 場ポピンズ杉並区休日パパママ学級 ☎3447-5826 結果は10月14日までに通知。応募者多数の場合は出産予定日などで調整。持ち物は決定通知を参照。車の来場不可

ゆうゆう館の催し

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



ゆうゆう館名	内容	日時
高井戸東館(高井戸東3-14-9) ☎3304-9573)	芸術の秋、額に入れて飾ろう「大人のぬり絵」	毎月第2・4火曜日午前10時～正午 定各24名(申込順) 費1回600円
善福寺館(善福寺2-26-18) ☎3394-8963)	語り部西村正平が詠み説く北原白秋～谷川俊太郎	9月26日(土)午後2時～4時 定25名(申込順) 費500円(中学生以下無料)
上高井戸館(高井戸東2-6-17) ☎3306-0441)	初めて学ぶ囲碁講座	毎月第2・4月曜日午後1時30分～4時30分 師囲碁初心者 定14名(申込順) 費1回700円
大宮前館(宮前5-19-8) ☎3334-9640)	落語会	毎月第4月曜日午後1時30分～2時30分 師立川らく人または立川志ら門 定12名(申込順) 費1回500円
下井草館(下井草3-13-9) ☎3396-8882)	大人のリトミック/からだを動かして五感を元気に	毎月第1・3火曜日午前10時30分～正午 師高垣真智子 定各10名(申込順) 費1回500円
天沼館(天沼2-42-9) ☎3391-8540)	VR体験/ヴァーチャルリアリティを楽しむ	9月30日(水)午後1時30分～3時30分 定15名(申込順) 費500円


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

杉並視覚障害者会館「杉並アイプラザ」

無料

マッサージの体験

10月14日(水)午前10時～午後3時10分 場同会館 師視覚障害者(国家資格あり) 区内在住・在勤・在学の方 定18名(抽選) 往復はがき(記入例)で、10月1日(必着)までに同会館(〒167-0052南荻窪3-28-10) 同会館 ☎3333-3444 (午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日、9月23日(水)を除く))



広告 **緑豊かな自然の中に住まう!!** **杉並区秋川研修室が生まれ変わります!** 販売価格 **2,190**万円(税込) (株)グランスホーム 042-519-2170 詳細は下記アドレス又はQRコード http://www.t-ds.com/akiruno

※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。

講演・講座②

家族介護教室

◆いざという時に困らない施設の選び方～介護施設の種類と費用

時 9月24日(木)午後1時30分～2時45分
場 杉並会館(上荻3-29-5) 師 介護老人保健施設シーダ・ウオーク支援相談員 佐々木愛実、アスモシニアハウスコム入居相談員チーフマネージャー・小川慶久 対 区内在住・在勤の方 定15名(申込順) 申 電話で、ケア24上荻 ☎5303-6851

◆心がふれあってえがおになれるケア教室

時 9月26日(土)午後2時～3時30分
場 一歩生こうジム&マッサージえがお桃井店(桃井1-39-1) 師 同店・加藤宏彬 対 区内在住・在勤の方 定15名(申込順) 申 電話で、ケア24清水 ☎5303-5823

◆介護者、高齢者のためのZoom入門～コロナ禍でも孤立解消

時 9月29日(火)午後1時30分～3時
場 杉並区医師会館(阿佐谷南3-48-8) 師 総務省地域情報化アドバイザー・高橋明子 対 区内在住・在勤の方 定20名(申込順) 申 電話で、ケア24荻窪 ☎3391-0888

◆介護で腰を痛めないために

時 9月29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 同施設理学療法士・久保田真吾 対 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

◆高齢者の権利を守る～法定・任意後見制度、家族信託について

時 9月30日(水)午前10時～11時30分
場 阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 師 成年後見センター・リーガルサポート 浜田玉代 対 区内在住・在勤の方 定35名(申込順) 申 電話で、ケア24阿佐谷 ☎3339-1588

◆人生の最期にどうありたいか～ゲームを通して考えてみませんか

時 9月30日(水)午後2時～3時30分
場 ゆうゆう高井戸西館(高井戸西1-17-5) 師 ケア24高井戸職員 対 区内在住・在勤の方 定20名(申込順) 申 電話で、ケア24高井戸 ☎3334-2495

◆介護の基本「もしばなカードを使い、自分の心を知ろう」

時 10月15日(木)午後2時～3時30分
場 ケア24善福寺(西荻北4-31-11) 師 越川病院がん看護専門看護師・中山祐紀子 対 区内在住・在勤で家族を介護している方ほか 定6名(申込順) 申 電話で、ケア24善福寺 ☎5311-1024

◆管理栄養士直伝!今!必要な高齢者の栄養

時 10月15日(木)午後2時～3時30分
場 四宮区民集会所(上井草2-28-13) 師 LE訪問看護・リハビリステーション管理栄養士 齋藤隼人 対 区内在住・在勤の方とその家族ほか 定15名(申込順) 申 電話で、ケア24上井草 ☎3396-0024

杉並障害者福祉会館

◆障害者のためのパソコン相談

時 9月27日～3年3月28日の第2・4日曜日
午前10時～11時・11時～正午(11月を除く) 師 ITスクエア杉並 定 各日各回5名(申込順) 申 電話・ファクス(9面記入例)で、各開催日の前日までに同会館運営協議会事務局

◆ヨガ教室～ストレッチポールとヨガを楽しもう!

時 10月25日(日)午後1時30分～3時
師 齋藤なみよ 定 9名(抽選) 費 100円(保険料) 申 往復はがき(9面記入例)に障害の状況、介助者の有無、区外在住者は勤務先または学校名、手話通訳を希望の方はその旨も書いて、9月30日(必着)までに同会館運営協議会事務局

…… いずれも ……

場 杉並障害者福祉会館 対 区内在住・在勤・在学で障害のある方 同会館運営協議会事務局(〒168-0072高井戸東4-10-5 ☎3332-6121 ☎3335-3581)

環境活動推進センター

◆「かんきょうアイデア展2020」作品の展示

時 10月1日(木)～11日(日)午前9時～午後5時(11日は午後1時まで)
場 同センター 内 レポート・リサイクル作品・自然の恵みの3部門 ▶ 表彰式 = 11日午後2時

◆すぎなみエコ路地フェスタ

時 10月3日(土)・4日(日)午前10時～午後3時
場 同センター 内 区内の環境団体による映画上映、パネル展示ほか 対 区内在住・在勤・在学の方

◆ハーダンガー刺繍を飾ったトートバッグ作り

時 10月12日(月)・19日(月)午後1時～3時(計2回)
場 同センター 対 区内在住・在勤・在学で、両日参加できる方 定10名(申込順) 費 600円 申 電話で、同センター 他 長寿応援対象事業

◆自分でできる省エネリフォーム～身近な素材でDIY

時 10月17日(土)午前10時～正午
場 同センター 師 杉並・地域エネルギー協議会 市川好子 対 区内在住・在勤・在学の方 定10名(申込順) 費 200円 申 電話・Eメール(9面記入例)で、10月10日までに同センター

◆善福寺川感謝祭2～川ごみ拾い

時 10月17日(土)午後1時30分～3時(雨天中止)
場 集合 = 大宮八幡宮(大宮2-3-1) ▶ 解散 = 済美公園(堀内1-27-40) 師 東京都環境学習リーダー・境原達也、環境カウンセラー・浅岡八枝子ほか 対 区内在住・在学で小学4年生以上の方 定30名(申込順) 費 100円(保険料) 申 電話・Eメール(9面記入例)で、10月10日までに同センター

◆勝沼城跡森林ボランティア(後期)

時 10月18日(日)、11月15日(日)、12月20日(日)、3年1月17日(日)、2月21日(日)、3月21日(日)午前9時30分～午後3時(計6回。雨天中止)
場 東京都勝沼城跡歴史環境保全地域(青梅市) 内 下草刈り・間伐などの森林保全作業 対 区内在住・在勤・在学で中学生以上の方 費 1回100円(保険料) 申 電話で、参加希望日の3日前までに同センター 他 1回のみ参加可

◆着物で作業衣作り

着なくなった解いた着物、反物で作業衣を作ります。

時 10月22日(木)、11月5日(木)午前10時30分～午後3時30分(計2回)
場 同センター 対 区内在住・在勤・在学で、両日参加できる方 定10名(申込順) 費 1500円 申 往復はがき・Eメール(9面記入例)で、9月29日(必着)までに同センター 他 長寿応援対象事業

◆東京港の「海の森」にバスで育林に行こう

時 10月25日(日)午前9時～午後4時30分
場 東京都「海の森」公園予定地(江東区)、日本科学未来館(江東区青海2-3-6) 対 区内在住・在勤・在学の小学生以上の方(小学生は保護者同伴) 定20名(抽選) 費 800円(保険料含む) 申 往復はがき・Eメール(9面記入例)で、9月28日(必着)までに同センター

◆かんきょう講演会 食品ロスを減らせる食育と料理法

時 10月31日(土)午後2時～4時
場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 師 女子栄養大学学長・香川明夫 対 区内在住・在勤・在学の方 定40名(申込順) 申 電話・Eメール(9面記入例)で、10月10日までに同センター 他 長寿応援対象事業

…… 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 ☎kouza@ecosuginet.jp)

男女平等推進センター講座

◆男の育休塾③育休後から始めよう!

男性の育休を軸として、男性の家庭進出の必要性や家庭と仕事のあり方を学びます。

時 10月11日(日)午前10時～正午
場 高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) 師 育休後コンサルタント・山口理栄 対 夫婦(1人でも参加可) 定25名(申込順) 申 みらい子育て全国ネットワーク ☎ https://ikukyujuku.peatix.com から申し込み 同団体 ☎080-4337-7936 他 生後7カ月～就学前の託児あり(定員あり(申込順)。10月1日までに申し込み)

◆女性の社会進出～目に見えない機会の不平等①男女平等の働き方

時 10月17日(土)午後2時～3時40分
場 永福和泉地域区民センター(和泉3-8-18) 師 #KuToo署名発信者・石川優実 定20名(申込順) 申 Eメール(9面記

入例)で、花音 ☎kanonmusic0829@gmail.com 同団体 ☎050-5359-3780 他 生後7カ月～就学前の託児あり(定員あり(申込順)。10月7日までに申し込み)

就労支援センター

◆あなたの働きたいを全力でサポート 就労支援センターの上手な活用法

時 10月3日(土)午前10時～11時
対 求職中の方 定8名(申込順)

◆求職者のためのパソコンセミナー①エクセル応用②パワーポイント基礎

時 ①10月5日(月)②12日(月)午前10時～午後3時
師 PC専任講師・小林理佳、深井妙子 対 ①54歳以下で求職中の方 ②44歳以下で求職中の方 定各7名(申込順)

◆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 10月9日(金)午後1時～4時
師 プロフェッショナルコーチ・伊藤一枝 対 54歳以下で求職中の方 定8名(申込順)

◆ハローワーク職員が解説する「求人票の見方」

時 10月14日(水)午前10時～11時30分
対 求職中の方 定8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

荻窪保健センター

◆わがまち一番体操 シニア

時 10月1日(木)から ▶ 受け付け = 午前9時15分・10時40分・午後1時15分・2時40分(午前と午後の会場があります)
場 ゆうゆう館、民間施設など計19会場(詳細は、区ホームページ参照) 対 区内在住の65歳以上で、日常生活に介助の必要がない方 他 各会場ごとに定員あり。満員の際は、安全上お断りする場合があります

◆口腔・栄養講座「おいしく食べよう 噛むかむ講座」 シニア

時 10月8日(木)午後2時～3時40分
場 高円寺保健センター(高円寺南3-24-15) 内 栄養のバランス、一食当たりの食事量の目安について、認知症予防のための能力トレーニング 師 管理栄養士、健康運動指導士 対 区内在住で65歳以上の方 定15名(抽選) 申 はがき(9面記入例)で、9月25日(必着)までに荻窪保健センター(〒167-0051荻窪5-20-1) 他 長寿応援対象事業

◆足腰げんき教室 シニア

時 場 定下表のとおり 師 健康運動指導士 対 区内在住の65歳以上で日常生活に介助の必要がない方 申 はがき(9面記入例)に番号・希望会場(1カ所)も書いて、9月30日(必着)までに荻窪保健センター(〒167-0051荻窪5-20-1)

番号	会場	日時
16	荻窪地域区民センター(荻窪2-34-20)	10月27日(火)、11月10日(火)・17日(火)・24日(火)午前9時30分～11時30分 定15名(抽選)
17	上井草保健センター(上井草3-8-19)	11月6日～27日の毎週金曜日、午前9時30分～11時30分 定9名(抽選)
18	杉並保健所(荻窪5-20-1)	11月2日(月)・25日(水)・30日(月)、12月2日(水)午後1時30分～3時30分 定11名(抽選)

…… いずれも ……

場 荻窪保健センター ☎3391-0015

9月15日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは

正しいごみの分別と出し方を学ぼう!

新型コロナウイルスの流行に伴い、以前にも増してごみの扱い方が問われています。今回は清掃事務所の皆さんにインタビュー。増えた家庭ごみの現状や、実は間違いの多いごみの分別のお話を伺います。改めて、正しいごみの分別と出し方を学んでみましょう!

● 視聴方法 ●

- ・ YouTube杉並区公式チャンネル
- ・ J:COM東京 地上デジタル11ch (午前9時、午後8時から毎日放送)





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

スポーツ



競技大会

秋季ソフトテニスクラブ対抗戦

10月11日(日)18日(日)午前9時～午後5時(予備日=25日(日)午前9時～午後5時) 場 柏の宮公園(浜田山2-5-1) 1部一般(男子・女子) 2部シニア(男性60歳以上、女性50歳以上、男女混合(ミックスペア可)) / 1チーム3ペアによる団体戦。予選リーグ戦、決勝トーナメント戦、いずれもダブルス戦 区ソフトテニス連盟加盟クラブ(1クラブ4チームまで) 1チーム6000円 往復はがき・Eメール(9面記入例)にクラブ名・参加種目別参加チーム数も書いて、10月3日(必着)までに区ソフトテニス連盟・毒島智和(〒168-0071高井戸西1-5-38-403 busujima0303@nifty.com) 毒島 3332-8038(午後7時～9時) 新規加盟は、区内在住・在勤・在学の方で、事前または大会当日に申し込み

区民体育祭

ターゲットバードゴルフ

10月10日(土)午前11時～午後3時(予備日=17日(土)) 場 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区内在住・在勤・在学のターゲットバードゴルフ経験者 50名(申込順) 500円 往復はがき(9面記入例)で、10月1

日(必着)までに区ターゲットバードゴルフ協会・高西範雄(〒167-0051荻窪3-30-6) 高西 6276-9897 お持ちの方はゴルフクラブ(PW)持参

ゲートボール

10月17日(土)午前9時～午後5時(予備日=24日(土)) 場 下高井戸運動場(下高井戸3-26-1) 区内在住・在勤・在学の方で編成されたチーム(1チーム5～8名) 1チーム2000円 電話で、9月30日までに区ゲートボール連盟・狛 3397-0540

クレイ射撃

10月25日(日)午前9時 場 ぐんまジャイアント射撃場(群馬県富岡市桑原604) 種目=トラップ、スキート 区内在住・在勤・在学・区連盟会員で散弾銃所持者 1種目5000円 区クレイ射撃連盟・森下 3395-3303

なぎなた

11月8日(日)午前9時30分～正午 場 荻窪体育館(荻窪3-47-2) 種目=団体、個人、演技競技 区内在住・在勤・在学の方 500円 電話で、10月2日までに区なぎなた連盟・板垣 3323-1912 車ででの来場不可

ゴルフ

11月18日(水)午前8時 場 府中カントリークラブ(多摩市中沢1-41-1) 18ホールストロークプレー(新ペリア方式) 区内在住・在勤・在学の方

とその同伴者 80名(申込順) 費 5000円(別途プレー費1万9800円ほか) 往復はがき・ファクス(9面記入例)に性別・生年月日・HC・交通手段も書いて、10月10日(必着)までに区ゴルフ連盟事務局(〒168-0063和泉2-18-18) 5930-2277 区事務局・島崎 5930-2277

スポーツ教室

楽しく健康タイム～大人の休日ヨガ

9月26日～3年3月27日の第4土曜日、午後7時10分～8時40分(計6回。12月を除く) 場 下高井戸区民集会所(下高井戸3-26-1) 山本美也子 区内在住・在学・在勤で15歳以上の方(中学生を除く) 15名(申込順) 費 600円 電話各実施日の1週間前の金曜日正午から電話で、下高井戸区民集会所 5374-6192

弓道講習会

10月2日～3年3月31日の水曜日は初心・初級者▶金曜日は中級者(3、4段程度) / いずれも午後6時～9時(各計25回) 場 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区内在住・在勤・在学中で中学生以上の方 各20名(抽選) 費 各9000円 往復はがき(9面記入例)で、9月23日(必着)までに区弓道連盟・佐藤多紀(〒168-0065浜田山1-18-6) 佐藤 090-1858-4240(午前10時～午後8時)

他弓具の貸し出しあり

上井草スポーツセンター

プレキッズ&マミーサッカー教室

子育て

10月7日(水)・14日(水)・21日(水)午前10時～10時50分=2歳児▶11時～11時50分=3・4歳児 区内在住・在勤(保護者)・在園で2～4歳のお子さんとその保護者 各日各回10組20名(申込順) 費 各日各回1組520円(子育て応援券利用可)

スマイルサッカー教室

こども

小学生を対象とした障害の有無に関係なく一緒に楽しむサッカー教室です。 10月29日(木)午後5時30分～6時40分 区内在学の小学生・走ることのできる障害児 20名(申込順) 費 620円

..... いずれも

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



情報ぽけっと

申し込みは、各団体へ

催し

ボーイスカウト一日体験 9月27日(日)午前10時～正午 / 阿佐ヶ谷神明宮(阿佐ヶ谷北1丁目) / ゲームほか / 区内在住で幼稚園・保育園年長～小学5年のお子さんとその保護者 / 10組(申込順、保護者同伴) / 電話開催日前日までに、ボーイスカウト杉並第12団・飯沼 070-1183-6253 iinumata1213@gmail.com

阿佐ヶ谷新能 10月14日(水)午後5時30分～8時 / 阿佐ヶ谷神明宮(阿佐ヶ谷北1丁目)。雨天時は杉並第一小学校 / 出演=野村四郎ほか▶1部=区内小学生による連吟・仕舞ほか▶2部=狂言「仏師」、篝火点火の儀、能「安達原 白頭」 / 小学生以上の方 / 200名(申込順) / 3000円。小中学生1000円 / チケット販売窓口=阿佐ヶ谷神明宮、区役所1階コミュかるショップ / 電話あさがや能・狂言の会事務局 0800-170-7700 / 10月7日(水)に事前講座開催

講演・講座

認知症サポーター養成講座 9月25日(金)午後2時～3時30分 / ケア24善福寺(西荻北4丁目) / キャラバン・メイト / 区内在住・在勤・在学の方 / 6名(申込順) / 電話で、9月25日までにケア24善福寺 5311-1024 / 終了後、認知症サポーターの証し「オレンジリング」を差し上げます

2020杉並区区民書道展 10月2日(金)～6日(火)午前10時～午後5時(2日は午後1時から) / セッション杉並 / 作品募集=作品が縦の場合は半切、横の場合は幅60cmまでの軸装または額装済みのもの / 区内在住・在勤・在学の方 / 往復は

がき(9面記入例)に作品名と大きさも書いて、9月26日(必着)までに区書道人協会・鳥居(〒168-0063和泉4-7-7) / 鳥居 3321-9846(平日午前7時～9時、午後6時～8時)

シルバー人材センター絵画教室・習字教室 10月2日(金)・16日(金)=絵画(水彩画)教室▶9日(金)・23日(金)=習字(小筆)教室 / いずれも午後1時30分～3時30分 / 同センター清水分室(清水3丁目) / 同センター会員 / 各6名(申込順) / 各3000円 / 電話で、同センター清水分室 3394-2253

秋の善福寺川帰化植物観察会 10月9日(金)午前10時～正午 / 善福寺川緑地公園▶集合=尾崎橋 / 山室京子 / 区内在住・在学・在勤の方 / 20名(申込順) / 300円(小学生以下は無料) / 往復はがき(9面記入例)で、9月30日(必着)までにNPO法人杉並環境カウンセラー協議会(〒167-0051荻窪5-15-7-202) / 井上 090-1128-8666

歴史講演会「明智光秀の『表と裏』—古文書考証が語る戦国時代」 10月10日(土)午後1時30分～3時30分 / セッション杉並 / 戦国史研究家・大石泰史 / 50名(抽選) / 300円 / 往復はがき(9面記入例)で、9月30日(必着)までに杉並区歴史研究団体連絡会・西トミ江(〒168-0082久我山1-3-20-609) / 西 5336-3537

ウニはすごい・バッタもすごい・われわれもすごい～デザインの生物学 10月10日(土)午後1時30分～3時30分 / 阿佐ヶ谷地域区民センター / 東京工業大学名誉教授・本川達雄 / 区内在住で60歳以上の方 / 35名(先着順) / 300円 / 杉並の樹大同学窓会・原山金三 090-9973-6587

マンション管理セミナー 10月10日(土)午後2時～5時 / 産業商工会館 / 講演「こうすれば上手くいく!理事会運営～管理組合役員の仕事の知っておくべきこと」、個別相

談会 / 杉並マンション管理士会会長・田村晃清 / 区内在住のマンション管理組合の役員・区分所有者等 / 35名(申込順) / ファクス(9面記入例)で、10月8日までに杉並マンション管理士会事務局 3393-3652 / 区事務局 3393-3680

多言語で子育て自分育て講座 ①10月11日(日)午前10時～11時30分②14日(水)午後7時～8時30分 / 天沼区民集会所 / ①講座②ワークショップ / 言語交流研究所研究員 / 未就学児・小学生の親子(親だけの参加も可) / 各10組(申込順) / 電話で、各開催日前日までに言語交流研究所ヒップファミリークラブ 0120-557-761(平日午前9時～午後5時30分)。または同団体ホームページから申し込み / 飲み物持参。①託児あり(要予約)

東京衛生アドベンチスト病院 マンモグラフィーサンデー 10月18日(日)午前8時～11時30分 / 同病院(天沼3丁目) / ①区乳がん検診②区子宮頸がん検診対象者 / ①60名②30名(いずれも申込順) / 各500円 / 電話で、同病院健診センター 0570-02-8079(平日午前9時～午後4時(金曜日は2時まで))

ポールde歩こう会 10月22日(木)午前10時～正午(雨天中止) / 善福寺川緑地(杉二小前広場) / 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) / 電話で、10月15日までにNPO法人杉並さわやかウォーキング・飯島 090-4733-2886 / 長寿応援対象事業

荻窪青色申告会 ◆固定資産台帳の記帳の仕方 10月1日(木)・2日(金)午前9時30分・10時30分・午後1時30分・2時30分・3時30分(各1時間) / 同会(荻窪5丁目) / 固定資産台帳の記帳、減価償却の計算の仕方(個別指導) / 同会事務局職員 / 各3名(申込順) / 各500円

◆会計ソフトで帳簿をつけよう 10月6日(火)・7日(水)午前9時30分・10時30分・午後1時30分・2時30分・3時30分(各1時間) / 同会(荻窪5丁目) / 同会事務局職員 / 各3名(申込順) / 各500円

..... いずれも

電話で、荻窪青色申告会 3393-1951

杉並青色申告会

◆終活セミナー 10月7日(水)午後2時～4時 / 産業商工会館 / 新型コロナウイルス感染症禍の葬儀事情 / JA東京中央セレモニーセンター代表取締役・丹野浩成 / 区内在住の方 / 30名(申込順) / 1000円 / 電話・ファクス(9面記入例)で、10月6日までに同会 / 長寿応援対象事業

◆改正税法説明会 10月27日(火)午後2時～3時30分 / 産業商工会館 / ひとり親控除、新型コロナウイルス感染症等の影響による臨時特例、基礎控除、青色申告特別控除ほか / 区内在住・在勤の方 / 35名(申込順) / 電話・Eメール(9面記入例)で、10月26日までに同会 / 長寿応援対象事業

..... いずれも

杉並青色申告会 3393-2831 seminar@aioiro.org

その他

税金なんでも相談会 9月26日(土)午前9時～正午 / 東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目) / 電話で、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

公証週間「未来への約束を、公正証書が守ります」 10月1日(木)～7日(水)午前9時30分～正午・午後1時～4時30分 / 期間中は電話による無料相談を実施 / 東京公証人会 3502-8239(実施期間外は 3502-8050)

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

秋の全国交通安全運動 9月21日(祝)～30日(水)

やさしさが 走るこの街 この道路

運転者も歩行者も交通ルールとマナーを守り、思いやりとゆずり合いの運転で交通事故を無くしましょう。

—問い合わせは、杉並土木事務所交通安全係 ☎3315-4178へ。

重点目標

子どもをはじめとする歩行者の安全と自転車の安全利用の確保

- 交差点での安全確認、横断歩道を渡る、信号を守るなど、基本的な交通ルールを守りましょう。
- 子どもが安全確認の習慣を身に付けられるよう、家庭で繰り返し注意を促すことが大切です。保護者は、小さな子どもから目と手を離さないようにしてください。
- 高齢の方も、ゆとりを持って行動し、歩き慣れた道でも信号無視や横断禁止場所の横断などは絶対にやめましょう。
- 自転車を利用する際は、交通ルールとマナーを守り、大人も子どももヘルメットをかぶりましょう。



自転車安全利用五則

- 1 自転車は、車道が原則、歩道は例外
- 2 車道は左側を通行
- 3 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
- 4 安全ルールを守る
- 5 子どもはヘルメットを着用



高齢運転者等の安全運転の励行

- 加齢に伴う身体機能の変化を考慮し、スピードを控え、ゆとりのある運転をしましょう。体調のすぐれない時は運転を控えるなど、安全運転を心掛けましょう。
- 「セーフティサポートカーS (サポカーS)」やアクセルとブレーキの踏み間違い時の安全を確保する安全運転支援装置等を搭載した車両の利用をお考えください。

夕暮れ時と夜間の交通事故防止と飲酒運転等の危険運転防止

- 秋は日没が早くなり、夕暮れ時は交通事故が増加する傾向にあります。明るい色の服装や反射材用品を身に着けるなど、周りに自分の存在を知らせましょう。
- 車やバイク、自転車を運転する時は、早めにライトを点灯しましょう。



- 飲酒運転は運転者だけでなく、運転するおそれのある人にお酒を勧めた人や、お酒を提供した飲食店などに対しても、厳しい罰則があります。絶対にやめましょう。

二輪車の交通事故防止

- 交差点を通過する際には、安全確認をしっかり行い、カーブの手前では、十分に速度を落としましょう。また、車の間のすり抜けや無理な追い越しは大変危険なので、絶対にやめましょう。
- ヘルメットの顎ひもをしっかりと締めて、胸部・腹部を守るプロテクターを着用しましょう。



「あなたの生活に関わる大切な調査」

国勢調査の回答にご協力ください

—問い合わせは、区民生活部管理課統計係 ☎5307-0621へ。

国勢調査2020

国勢調査の結果は以下のようなことに活用されます (活用の一例)



回答方法

9月14日以降に、「国勢調査のお願い (青色の封筒)」を担当の調査員が各世帯の郵便受けに投函します。「国勢調査のお願い (青色の封筒)」の中に、「インターネット回答利用ガイド」と「紙の調査票」が同封されています。

インターネットで回答する場合

「インターネット回答利用ガイド」を確認の上、回答してください。「ログインID、アクセスキー (=パスワード)」は、ガイド下部に記載されています。パソコン、スマートフォン、タブレットから24時間いつでもログインすることができます。

紙の調査票で回答する場合

「調査票」に鉛筆もしくはシャープペンシルで回答を記入の上、同封の「返信用封筒」に調査票を入れて、郵便ポストに投函してください。

問い合わせ

- 調査の内容や調査票の記入方法など、調査全般に関する問い合わせ
総務省国勢調査コールセンター ☎0570-07-2020 (ナビダイヤル)、IP電話 ☎6636-9607 (10月31日まで。午前8時～午後9時)
- 調査票の不足など、調査員に連絡が必要な場合の問い合わせ
杉並区国勢調査コールセンター ☎0570-02-0196 (10月14日まで。午前9時～午後8時)



国勢調査2020総合サイト▲

新型コロナウイルスに関する最新情報は こちらでご確認ください

区では、ホームページやツイッターで、随時情報をお伝えしています。



新型コロナウイルス感染症情報 (区ホームページ)



杉並区公式ツイッター (地震・水防情報等) @suginami_tokyo

感染症の症状がある方はご相談ください

杉並区帰国者・接触者電話相談センター
☎3391-1299 (平日午前9時～午後5時)

新型コロナ受診相談窓口 (帰国者・接触者電話相談センター)
☎5320-4592 (平日午後5時～翌日午前9時。土・日曜日、祝日は終日)