

広報すぎなみ

Suginami



みどり豊かな 住まいのみやこ

1/1
令和5年(2023年)
No.2344

新年あけまして
おめでとうございます

「広報すぎなみ」では、区の情報をより身近に感じていただけるよう、今年も「伝わる広報」をモットーにお届けしていきます。また、区政においては、区と区民、区民の皆さん同士での話し合いを大切に、より良い区政を目指していきます。ぜひ、皆さんの声をお聴かせください。今年もどうぞよろしくお願いいたします。



特集

話し合いでつくる区政

区民の皆さんと、より良い区政を進めていくために

〒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変更・延期または中止になる場合があります。最新情報は、区ホームページをご確認ください。

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。

話し合いでつくる区政

区民の皆さんと、より良い区政を進めていくために

区民の皆さんが、より区政を知り、区へ意見を伝え、区長や区民の皆さん同士で話し合えるように、区ではさまざまな取り組みを行っています。意見交換や情報の共有をより一層進め、皆さんの話し合いの中で一緒に区政をつくっていききたいと思います。今年も引き続き、区政へのご協力をお願いします。

話す dialog

より良い区政を進める上では、区と区民、区民の皆さん同士で意見を交わし、それぞれの考えを共有するプロセスが重要です。さまざまなテーマについて、みんなで話し合ってみませんか？

Pick Up - 1

区政を話し合う会 『聴くオフ・ミーティング』

日頃、区との接点が少ない若い世代の方を含めた幅広い世代の声を受け止めていくために、区民の皆さんと区長が、その時々々の行政課題をテーマに直接意見交換を行う「聴くオフ・ミーティング」を開催しています。

区政相談課

参加された方の感想

- いろいろな意見があって多様性を感じた。
- 参加者皆さんの考え方が参考になった。
- 答えを出さず、あくまで対話をするということが重要と感じた。
- 区長や役所が身近に感じられて良かった。
- 知らない人とも関わったので楽しかった。
- 区民の意識の高さと、区民と一緒にまちづくりに取り組んでいきたいという区長の気持ちが融合した、未来に向かう話し合いの場に感動した。



区民の皆さんと区長が直接意見を交換

区長の考えを直接聞くことができて良かった！

区民の皆さんとお話できる場はとても貴重です！

参加して以前と考え方が変わってきた...



知る learn

区の情報は、ご覧の「広報すぎなみ」以外にも、SNSなどの情報発信メディアなどでご覧いただけます。

区公式ホームページ <https://www.city.suginami.tokyo.jp/>

杉並区広報課ツイッター @suginami_koho

杉並区広報課フェイスブック @suginamikukohoka

YouTube杉並区公式チャンネル

CHECK! 情報公開制度もご活用ください

情報の公開を求める権利を保障し、区に情報の公開を義務付けることにより、地方自治の本旨に即した、公正で開かれた区政の進展を図るための制度です。

情報管理課情報公開係

CHECK! 「さとこビジョン」についての区長説明資料を公開しています

区ホームページでは、4年6月の杉並区長選挙の際に提示した公約「さとこビジョン」と、実現に向けてどんな取り組みが必要となるのか、実現に向けた課題やハードルは何かなどについて、区長への説明資料として作成したものを公開しています。

※本資料は、作成時点(4年7月末~8月)における区の状況を前提としたものであり、区としての決定事項が書かれているものではありません。

企画課

伝える opinion

皆さんのご意見やアイデアなどを、ぜひお聴かせください。

区長への手紙(区政へのご意見・ご要望)

区民の皆さんからのご意見・ご要望は、まず区政相談課で受け付けます。内容を確認した上で、区長が拝読するとともに、その業務を行っている担当課で今後の区政運営や業務の見直しなどの参考にさせていただきます。頂いた主なご意見と回答は、区ホームページ等でご覧になれます。

区政相談課

区民等の意見提出手続き(パブリックコメント)

区が重要な政策や計画などを策定する際に、事前に案を公表し、区民の皆さんなどからご意見を伺い、それらを政策に生かしていく制度です。頂いたご意見は原則全文を区ホームページで公表するほか、概要とそれに対する区の方針などは広報すぎなみ等で公表します。

区政相談課

現在募集中!

杉並区まちづくり基本方針(杉並区都市計画マスタープラン)(案)

区の将来の都市のイメージとまちづくりの目標を明らかにした「杉並区まちづくり基本方針」について、4年10月に多くの方から骨子案へのご意見を頂きました。これを基に作成した、杉並区まちづくり基本方針(案)にご意見をお寄せください。なお、骨子案へのご意見については、区ホームページで全文公開していますので、区民の皆さんのさまざまなご意見も参考にしてください。

都市整備部管理課

CHECK!

ミーティングの様子は動画をチェック!

当日の流れや過去の「聴くオフ・ミーティング」の様子はYouTube杉並区公式チャンネル(右2次元コード)をご覧ください。



Pick Up - 2

まちづくりの中で道路を考える対話集会 『さとことブレスト』

都市計画道路事業に着手している西荻・高円寺地域では、参加者の年齢や立場を実施回ごとに変え、区民と区長の対話集会を開催し、さまざまなご意見をお聴きしています。また、まちづくりや道路整備に関するアンケートも実施しています。今後、アンケートの結果やこれまでの対話集会の経過を公表する場として、シンポジウムを予定しています。

都市整備部都市計画道路担当 ▲さとことブレスト



Pick Up - 3

『住民説明会』

区立施設再編整備計画一部修正案の内容について説明会を実施しました。配布資料等を、区ホームページ(上2次元コード)で公開しています。



区からのお知らせ

SUGINAMI INFORMATION

保険・年金

保険料の免除・猶予期間がある方の追納制度

国民年金保険料の免除(全額・一部)や納付猶予・学生納付特例の承認を受けた期間がある場合は、保険料を全額納めた場合と比べて、将来受け取る年金額が少なくなります。しかし、これらの期間の保険料は、10年以内であれば、さかのぼって納める(追納)ことで、年金額を増額することができます。

保険料を追納する場合は、杉並年金事務所へお申し込みください(郵送可)。承認されると、通知書と納付書が送付されます。また、納めた保険料の全額が社会保険料控除の対象となり、所得税・住民税が減額されます。

なお、免除などの承認を受けた期間の翌年度から起算して3年度目以降に保険料を追納する場合は、経過期間に応じた加算額が当時の保険料額に上乘せされます。また、承認を受けた期間のうち、原則、古い期間分からの納付になります。

☎杉並年金事務所 ☎3312-1511

施設情報

図書館の臨時休館

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

☎各図書館

図書館	休館期間
阿佐谷 ☎5373-1811	1月10日(火)～3月17日(金)
西荻 ☎3301-1670	1月23日(月)～2月26日(日)
永福 ☎3322-7141	1月30日(月)～2月2日(木)
中央 ☎3391-5754	2月13日(月)～17日(金)

① 基本的感染防止対策

下記の対策等にご協力をお願いします

- 小まめな換気
- 手洗い・手指消毒
- 3密の回避
- マスクの着用

採用情報 ※応募書類は返却しません。

会計年度任用職員

消費生活相談員

☑消費生活に関する相談ほか ▶勤務期間=4月1日～6年3月31日(5回まで更新可) ▶勤務日時=月16日。月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分 ▶勤務場所=消費者センター ▶資格=消費生活相談員(国家資格)・消費生活専門相談員・消費生活アドバイザー・消費生活コンサルタントのいずれかの資格を有する方 ▶募集人数=若干名 ▶報酬=月額23万6256円(4年度実績) ▶その他=期末手当支給。有給休暇あり。社会保険加入。交通費支給(上限あり) ☑申込書(区ホームページから取り出せます)に資格を確認できる書類の写しを添えて、1月25日までに消費者センター(〒167-0032天沼3-19-16ウェルファーム杉並内)へ簡易書留で郵送・持参 ☑同センター ☎3398-3141 ☑書類選考合格者には面接を実施(2月中旬予定)

精神保健福祉士

☑保健型アウトリーチ事業等の精神保健業務(相談支援・電話対応・パソコン事務など) ▶勤務期間=4月1日～6年3月31日(5回まで更新可) ▶勤務日時=月16日。月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分 ▶勤

◆保育補助

勤務時間	任用期間	募集人数	時給
午前7時30分～午後7時45分のうち7時間	4月1日～9月30日	10名程度	1101円 (有資格者1188円)
午前7時30分～午後7時45分のうち7時間 午後2時30分～6時30分	4月1日～6年3月31日 (更新を含む)	各20名程度	
午前10時～午後2時	4月1日～5月31日	30名程度	

◆用務

勤務時間	任用期間	募集人数	時給
午前8時30分～午後5時15分のうち7時間 午前9時～午後2時45分	4月1日～9月30日	若干名	1076円

掲載の催し等の中止について

新型コロナウイルスの感染状況によって、本紙掲載の催し等の中止が決定した場合には、区ホームページでお知らせします。または問い合わせ先へご確認ください。



務場所=保健センター・保健所 ▶資格=精神保健福祉士の資格を有する方 ▶募集人数=2名 ▶報酬=月額22万2144円～(4年度実績) ▶その他=期末手当支給。有給休暇あり。社会保険加入。交通費支給(上限あり) ☑申込書(杉並保健所保健予防課保健予防係で配布。区ホームページからも取り出せます)に精神保健福祉士免許証の写しを添えて、1月31日までに同係(〒167-0051荻窪5-20-1)へ簡易書留で郵送・持参 ☑同係 ☎3391-1025

区立保育園等 保育補助・用務

☑勤務時間・任用期間・募集人数・時給=下表のとおり ▶勤務日=月20日。原則、月～金曜日 ▶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・区立子供園 ▶資格=高等学校卒業(程度)以上の方 ▶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(要件あり)。交通費支給(上限あり) ☑履歴書を、2月10日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=希望職種は順位をつけて複数記入可。志望動機・「広報すぎなみ」を見て応募した旨を記入。区役所関係のパート・アルバイト経験者は職歴に記入。保育士証をお持ちの方は写しを添付 ☑同係 ☑会計年度任用職員(短時間)との併願可。勤務園は、欠員状況と住所を参考に案内。採用決定後、健康診断書を提出

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★	☎月・金曜日、午後1時～4時(祝日を除く) 場区役所1階ロビー	☎東京土建杉並支部 ☎3313-1445、区住宅課
マンション管理無料相談	☎1月12日(木)午後1時30分～4時30分 場区役所1階ロビー 対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ホームページから申し込み。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、区住宅課空家対策係
行政相談★	☎1月13日(金)午後1時～4時 場区政相談課(区役所東棟1階) 内国の仕事等(年金・福祉・道路など)の苦情・相談	☎区政相談課
書類と手続き・社会保険に関する相談会★	☎1月13日(金)午後1時～4時 場区役所1階ロビー 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 ☎6908-8046、区政相談課
専門家による空家等総合無料相談	☎1月19日(木)午前9時20分・10時15分・11時10分 場住宅課相談室(区役所西棟5階) 対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) 他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、同係 ☎5307-0689へ郵送・ファクス/申込期限=1月17日 ☑同係
不動産に関する無料相談	☎1月19日(木)午後1時30分～4時30分 場区役所1階ロビー	☑電話で、東京都宅地建物取引業協会杉並区支部 ☎3311-4937(午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)) ☑同支部、区住宅課
弁護士による土曜法律相談	☎1月21日(土)午後1時～4時 場相談室(区役所西棟2階) 定12名(申込順) 他1人30分	☑電話で、専門相談予約専用 ☎5307-0617(午前8時30分～午後5時)。または直接、区政相談課(区役所東棟1階)/申込期間=1月16日～20日 ☑同課
建築総合無料相談会・ブロック塀無料相談会★	☎2月7日(火)午後1時～4時 場区役所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

※★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 ☑HPホームページアドレス

募集します

広告掲載

◆広報すぎなみ

4~6月に発行する「広報すぎなみ」に掲載する広告を募集します。

☑**主な配布方法**=新聞折り込み、区立施設・駅・コンビニエンスストアなどの広報スタンドほか。希望者への個別配布あり▶**発行日**=月2回(1日・15日)▶**発行部数**=約15万部(4年度実績)▶**掲載料**=1号1枠1万円▶**規格**=縦10mm×横235mm▶**掲載位置**=広報紙中面下部欄外▶**募集枠**=1号4枠(1社1号1枠)☑**申込書**(区ホームページから取り出せます)に広告原稿案を添えて、1月31日までに広報課広報係へ郵送・ファクス・Eメール・持参

◆区ホームページ バナー広告

☑**閲覧数**=月平均約29万5000件(トップページ。3年度実績)▶**掲載料**=1月1枠2万円▶**規格**=GIF画像またはJPG形式。縦60ピクセル×横120ピクセル。4キロバイト以下▶**掲載位置**=トップページ下部▶**募集枠数**=月20枠(1社月1枠)▶**その他**=毎月5日までの申し込み

みで翌月1日からの掲載 ☑**申込書**(区ホームページから取り出せます)に広告原稿案を添えて、広報課広報係へ郵送・ファクス・Eメール・持参

..... いずれも

☑**広報課広報係**(区役所東棟5階 ☎3312-9911) ☒**koho-suginami@city.suginami.lg.jp**

NPO法人すぎなみ環境ネットワーク ボランティア広報委員

☑**広報活動**(講座・見学会・リユースショップの広報紙作成など)、**定例会議**(月1回)▶**活動場所**=環境活動推進センター(高井戸東3-7-4)▶**募集人数**=若干名▶**その他**=交通費等支給 ☑**Eメール**(9面記入例)に応募動機・自己紹介(合わせて200字程度。様式自由)も書いて、1月31日までに同法人☒**info@ecosuginet.jp** ☑**同法人**☎5941-8701

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、保護者の外出時などの子どもの一時的な預かりなど(会員宅や児童館などで)▶**謝礼**=1時間800円(早朝・夜間1000円) ☑**区内**または**区に**

隣接する区市在住の20歳以上で、研修に参加できる方 ☑**☎電話**で、杉並区社会福祉協議会杉並ファミリーサポートセンター ☎5347-1021 ☑**☎会員登録**後、1月26日(木)に研修あり。詳細は、お問い合わせください



審議会等のお知らせ

都市計画審議会

☑1月16日(月)午前9時30分~正午 ☑**場**区役所第3・4委員会室(中棟5階) ☑**用**用途地域等の一括変更、杉並区まちづくり基本方針(杉並区都市計画マスタープラン)の改定案について ☑**都**市整備部管理課庶務係

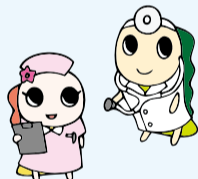
特別養護老人ホーム「エクレシア南伊豆」 入居相談窓口を開設します

入居を希望する方を対象に、入居相談窓口を開設します。施設や入居者が参加したイベントの様子が分かるパネルも展示します。入居をご検討中の方もお気軽にお立ち寄りください。

☑1月11日(水)・12日(木)午前10時~正午・午後1時~4時 ☑**場**区役所1階ロビー ☑**高**高齢者施策課施設整備推進担当



4年度の健(検)診は 受診しましたか?



1・2月は大変混み合いますので、お早めの予約・受診をお願いします。各健(検)診の詳細は、区ホームページをご覧ください。

—— お問い合わせは、杉並保健所健康推進課健診係 ☎3391-1015へ。

健(検)診の受診期限

健(検)診名		対象 (3月31日時点の年齢)	受診期限
眼科検診 (緑内障・加齢黄斑変性)		40・45・50・55・60歳の方	1月31日
区民健康診査	成人等健診	30~39歳で職場などで健診を受ける機会がない方	2月15日
	国保特定健診	40~74歳で国保に加入の方	
	後期高齢者健診	後期高齢者医療制度に加入の方	
がん検診	胃がん検診(胃内視鏡検査)	50歳以上で3年度に胃内視鏡検査を受診していない方	2月28日
	胃がん検診(胃部エックス線検査)		
	肺がん検診	40歳以上の方	
	大腸がん検診		
	乳がん検診(※)	40歳以上の女性	
子宮頸がん検診(※)	20歳以上の女性		

※2年に一度の検診のため、3年度検診を受診していない方のみ。

おめでとうございます

4年度「二十歳のつどい」 を開催します

—— お問い合わせは、児童青少年課青少年係 ☎3393-4760へ。

日程 1月9日(祝) **場所** 杉並公会堂(上荻1-23-15)

対象 平成14年4月2日~15年4月1日生まれの方



式典への参加には事前の参加登録が必要です

- 登録した参加回の開場時間に合わせてご来場ください。
- 対象者には4年11月末に案内状を郵送しています。**式典への参加を希望する方は、案内状を確認の上、1月5日までに参加登録を行ってください。**案内状がお手元にない方は、お問い合わせください。

注意事項

- ・飲酒状態での入場は固くお断りします。
- ・会場周辺での待ち合わせ・滞留はご遠慮ください。到着した方から順に入場・着席してください。
- ・待ち合わせや写真撮影は杉並公会堂内で行ってください。写真撮影用のフотスポットなども用意しています。
- ・対象者以外の方(家族・友人等)は会場に入ることはできません。

※申し込みは「広報すぎなみ」の発行日からとなります。
※申込期限に(消印有効)の記載がない場合は必着です。
※紙面上では市外局番「03」の表記を省略しています。

区民意見を募集します

【ご意見をお寄せください】

◇閲覧場所

各閲覧場所のほか、下記の場所および区ホームページ（トップページ「区民等の意見提出手続き〈パブリックコメント〉」）でご覧になれます（休業日を除く）。

- 区政資料室（区役所西棟2階）
- 区民事務所
- 図書館

◇意見提出方法

はがき・封書・ファクス・Eメール・閲覧場所にある意見用紙に書いて、意見提出先。ご意見には、住所・氏名（在勤・

在学の方は、勤務先・学校名と所在地、事業者は事業所名と所在地、代表者の氏名）を記入（区ホームページにもご意見を書き込めます）。

※後日、頂いたご意見（原則全文）は、区ホームページで公表するほか、ご意見の概要とそれに対する区の考え方などは、広報すぎなみや区ホームページ等で公表する予定です。ご意見の全文公表を望まれない方はその旨を書き添えてください。

※住所・氏名を公表することはありません。

マイナンバー制度 特定個人情報保護評価書(案)

◆特定個人情報保護評価

マイナンバーの利用にあたってプライバシーや個人情報へ及ぼす影響を事前（緊急時は事後）に評価し、その保護の措置を講じるものです（詳細は、個人情報保護委員会ホームページ参照）。

◆後期高齢者医療に関する事務

行政手続きにおける特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律（マイナンバー法）の改正により、公的給付支給等口座登録簿関係情報が情報連携の対象に追加されました。これに伴い、後期高齢者医療に関する事務の特定個人情報保護評価書の記載内容を一部修正します。

◆マイナンバー制度に関する問い合わせ先

マイナンバー総合フリーダイヤル☎0120-95-0178（月～金曜日午前9時30分

～午後8時〈土・日曜日、祝日は午後5時30分まで。1月1日～3日を除く〉）。

IP電話等☎050-3816-9405

※外国語（英語・中国語・韓国語・スペイン語・ポルトガル語）での相談☎0120-0178-26。

※マイナンバー制度の詳細は、デジタル庁ホームページ参照。

◇閲覧・意見募集期間 1月31日まで

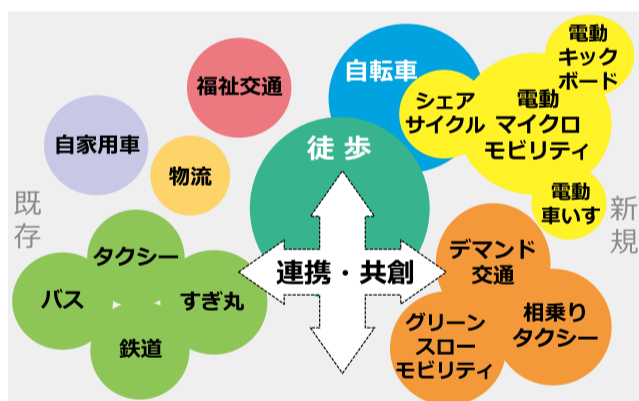
◇閲覧場所 国保年金課高齢者医療係（区役所東棟2階）

◇意見提出・問い合わせ先 同係☎5307-0685✉k-iryuu@city.suginami.lg.jp

杉並区地域公共交通計画(案)

◆目的

誰もが安心して気軽に移動できる利便性の高いまち・交通事故のないまち・にぎわいがあふれ出かけてくなり歩きたくなるまちの実現に向け、区の地域公共交通の課題を踏まえた基本方針と目標、目標を達成するための施策と取り組みを定めました。



▲区民の移動を支える地域交通全体のイメージ図

◆基本方針

「誰もが生活圏で移動しやすい仕組み」をみんなで考え、みんなが支える

◆計画の目標等

基本方針を踏まえ、5つの目標を設定し、目標を達成するための13の施策と32の取り組みを取りまとめました。

- 目標1 持続可能な公共交通へと刷新されている
- 目標2 生活圏での快適な移動が確保されている
- 目標3 気軽に自由な外出と回遊が確保されている
- 目標4 安全かつ安価で最適な移動が確保されている
- 目標5 脱炭素化に資するかしこい移動へと転換されている

◇閲覧・意見募集期間 2月6日まで

◇閲覧場所 都市整備部管理課交通企画担当（区役所西棟5階）

◇意見提出・問い合わせ先 同担当☎5307-0689✉toshi-kikaku@city.suginami.lg.jp

杉並区バリアフリー基本構想(案)

◆目的

区市町村による「移動等円滑化促進方針」策定の努力義務化や、より一層の「心のバリアフリー」の推進を盛り込んだ改正バリアフリー法が施行されたことなどを背景として、誰もが気軽に利用でき、移動しやすいまちの実現に向け、「杉並区バリアフリー基本構想」を改定します。



▲荻窪駅で実施したまち歩き点検の様子

◆基本方針

「誰もが安心して快適に暮らし、共生するまち 杉並」を基本理念とし、区内全域のバリアフリー化の推進など、6つの基本方針を設定します。

- 基本方針1 区内全域のバリアフリー化を推進します
- 基本方針2 教育啓発をはじめとする心のバリアフリーを推進します
- 基本方針3 地域の課題・特性を整理し効果的なバリアフリー化を推進します

基本方針4 多くの方が利用する駅や施設の重点的なバリアフリー化を推進します

基本方針5 段階的・継続的にバリアフリー施策の発展を図ります

基本方針6 先端技術を活用したバリアフリー化を推進します

◆重点整備地区の選定

バリアフリー化が特に必要な地区として、鉄道駅を中心とした4つの重点整備地区（荻窪駅周辺、阿佐ヶ谷駅周辺、富士見ヶ丘駅・高井戸駅周辺、方南町駅周辺）を選定し、重点的かつ一体的なバリアフリー化を推進します。

◇閲覧・意見募集期間 2月6日まで

◇閲覧場所 都市整備部管理課交通企画担当（区役所西棟5階）

◇意見提出・問い合わせ先 同担当☎5307-0689✉toshi-kikaku@city.suginami.lg.jp

企画委員会に参加してみませんか？

「投票率アップ企画委員会」委員を募集します



選挙管理委員会では、4月執行の「杉並区議会議員選挙」において、「投票率アップ企画委員会」を設置し、ポータル事業を行う予定です。立候補者・利用者に回答を求めるアンケートの作成などに携わる委員を募集します。

—— 問い合わせは、選挙管理委員会事務局へ。

ポータルとは

利用者が、自身の考えに近い立候補者を知ることができるインターネットサービスです。



立候補者

選挙で争点となりそうな政策や問題に関するアンケートについて、立候補者が回答します。



利用者



利用者

利用者は、パソコン・スマートフォンから同じ内容のアンケートに回答することで、「利用者自身の回答」と一致率が高い立候補者を知ることができます。

「投票率アップ企画委員会」では、

- アンケートの内容
 - 利用者がアンケートの回答を行う専用ホームページの構成
- などを検討していきます。

募集人数

若干名(選考)

対象

区内在住・在勤・在学で、公平中立の立場で検討ができる18歳以上(4月24日時点)の方

企画委員会実施日時(予定)

1月18日(水)、2月3日(金)、4月7日(金)
午後7時～9時

申し込み

電話・ファクス・Eメールに氏名・住所・年齢・Eメールアドレス・応募動機を書いて、1月10日までに選挙管理委員会事務局 ☎5307-0694 ✉senkan@city.suginami.lg.jp

その他

企画委員会は全てボランティア(無償)での参加となります。

お気軽にご利用ください

「杉並区空き家利活用相談窓口(モデル事業)」個別相談会

区では、民間事業者と協働し、空き家の利活用等について電話やEメールなどで無料で相談できる「杉並区空き家利活用相談窓口(モデル事業)」を開設しています。今回、相談窓口が区役所に出張し、個別相談会を行います。その他、モデル事業についてより知っていただくためのパネル展示等も行います。

期2月2日(木)・3日(金)午前10時～午後4時 場区役所1階ロビー 対区内にある空き家等を所有している方、区内に空き家等となる恐れがある建築物を所有している方、区内在住の方で空き家等(区内・区外)を所有している方(親族・代理人を含む) ☎電話・Eメールに住所・氏名を書いて、1月6日から細田カスタマーサポート営業推進部 ☎5397-7717 ✉cs@hosoda.co.jp(午前9時～午後6時<水・日曜日を除く>) 同部、区住宅課空家対策係 当日参加可

農業者に学ぶ野菜作り!

井草体験農園の利用者募集

所在地 井草5-16

農園主の指導を受けながら、作付けから収穫までの農作業を体験でき、収穫した野菜は持ち帰れます。

—— 問い合わせは、産業振興センター都市農業係 ☎5347-9136へ。

利用期間=3月上旬～6年1月下旬(更新は農園主と相談) ▶ 募集区画=若干数(1区画約25.2㎡。抽選) ▶ 利用料=年4万9260円 20歳以上で定期的に農園に来られる方(家族での参加も可) 往復はがき(9面記入例。1世帯1枚)で、1月15日(消印有効)までに井草体験農園農園主・井口明(〒167-0021井草5-8-10) 区の立ち会いの下、農園主が抽選。結果は2月上旬に通知。栽培する作物の選定、種・苗・肥料・農具の用意は農園主が実施。特別な資材等を使う場合は別途料金。車での来園不可



世界中の恵まれない子どもたちに教育支援を

書き損じはがき等を集めています

ユネスコ 世界寺子屋運動

世界には経済的な理由から、学校に通えない子どもや中途退学してしまう子どもがたくさんいます。書き損じはがき等が、募金となり教育支援(寺子屋運動)として使われます。区内施設に回収ボックスを置きますので、ご協力をお願いします(郵送も可)。

回収品目=書き損じはがき、未使用の切手・プリペイドカード等 ▶ 回収期間=3月20日(月)まで ▶ 回収場所=区役所1階ロビー、図書館、地域区民センター(高円寺を除く)、区民事務所 ▶ 郵送=杉並ユネスコ協会事務局(〒167-0043上荻2-34-10山田正方) 同事務局・山田 ☎090-6105-6633 郵送は随時受け付け



▲ネパール寺子屋 (写真提供:日本ユネスコ協会連盟)

訂正とおわび

4年12月15日付広報「衆議院小選挙区の区域が変更されました」の2次元コードに誤りがありました。正しくは下2次元コードです。



広告

結婚相談

～29年の実績～

日高 晶元 が入会から成婚までサポートします

高田馬場結婚相談所 tel.03-5386-3161

新宿区高田馬場 4-1-6-401 木曜休



※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。

防災・減災の知識を深め、災害に備えよう

防災まちづくりフェア

災害から命を守り、財産を守り、生活を守る。そのためにできることを、今から考えてみませんか。

—— 問い合わせは、市街地整備課耐震改修担当へ。

日時 1月17日(火)・18日(水) 午前10時～午後4時 **場所** 区役所1階ロビー、青梅街道側広場

☎先着100名に粗品進呈

1階ロビー

パネル展示

- 地震時の備え、防災とボランティア週間等(杉並消防署)
- 防災用品等のあっせん品や感震ブレーカー設置支援(防災課)
- 狭あい道路拡幅整備事業(狭あい道路整備課)
- 区公式電子地図サービス「すぎナビ」(土木管理課)
- 耐震化・不燃化・ブロック塀の事業(耐震・不燃化担当)

耐震・ブロック塀の無料相談会(耐震・不燃化担当)

建物の耐震診断・耐震改修やブロック塀の安全性などについて、相談を承ります。図面や現況写真などをお持ちください。

青梅街道側広場

起震車体験

☎午前10時～午後3時30分(雨天中止。正午～午後1時を除く)



お気軽にご参加ください

保育に関する講座・研修

保育に関心がある方、新たに保育園の助手やアルバイトを希望する方、しばらく保育の仕事から離れていた方、今後保育士や幼稚園教諭の資格取得を考えている方などのために、講座・研修を開講します。

■保育に関する「学び直し」等無料学習講座

☎内下表のとおり ☎東京保育専門学校 ☎区内在住・在勤・在学の方 ☎はがき・ファクス・Eメール(9面記入例)に番号(複数選択可。同日同時帯の講座はいずれか)も書いて、1月11日までに東京保育専門学校学び直し係(〒166-0003高円寺南2-32-30 ☎3312-2060 ☎manabi@tokyo-hoiku.ac.jp) ☎同学校 ☎3311-7014

日程	時間	内容等
1月14日(土)	午前9時～10時20分	①読み聞かせ(絵本・紙芝居とわらべうた) ②考えてみよう 子どもの心
	10時40分～正午	③保育の源泉～フレーベル、モンテッソーリを中心に ④保育者に求められる子ども性を育む童話療法(画用紙とクレヨンで物語を創るワークショップ)
21日(土)	午前9時～10時20分	⑤貧困家庭への支援を考える ⑥主体性を育む保育について 気になる子、発達障がい児と保護者の支援
	10時40分～正午	⑦子どもと遊ぶおもちゃを作る ⑧ピアノ・レッスン ☎5名(抽選)

■新任・潜在保育士研修「保育スキルアップ」

☎1月27日(金)午後2時～5時 ☎杉並の家さくら保育園(成田東4-9-19) ☎明日からの保育が楽しくなる子どもの姿、子ども理解について考えてみる ☎区内在住・在勤・在学の新任・潜在保育士 ☎25名程度(申込順) ☎☎電話で、1月17日までに佼成育子園・田中 ☎3381-0398

本物の星の輝きに触れてみませんか?

移動式天文台車「ポラリス2号」がやってくる

区の交流自治体・北海道名寄市の天文台「きたすばる」から、口径40cmの天体望遠鏡を搭載した移動式天文台車「ポラリス2号」が来訪し、観望会等を行います。



夜の星空観望会

☎①2月3日(金)②4日(土)③5日(日)午後6時～7時30分(曇天・雨天中止) ☎①馬橋小学校(高円寺北4-28-5)②堀之内小学校(堀ノ内3-24-11)③東田小学校(成田東1-21-1) ☎各100名(抽選) ☎小学生以下は保護者同伴

数字で見る太陽のいろいろ

☎2月5日(日)午前10時30分～正午・午後1時30分～3時 ☎東田小学校(成田東1-21-1) ☎天文現象についての解説 ☎各20名(抽選) ☎小学2年生以下は保護者同伴

..... いずれも

☎LoGoフォーム(区ホームページ同催し案内(右2次元コード)にリンクあり)から、1月20日までに申し込み ☎社会教育センター ☎3317-6621 ☎結果は1月中旬に通知。車・自転車での来場不可



物産展・写真展を開催します

交流自治体の催し

小千谷市の米ちまき



自治体	催し名	日時・場所・内容等	問い合わせ
静岡県南伊豆町	物産展	☎1月16日(月)午前10時～午後2時(売り切れ次第終了) ☎区役所1階ロビー・中杉通り側入り口前 ☎干物・乾物などの販売 ☎マイバッグ持参	南伊豆町商工観光課 観光推進係 ☎0558-62-6300
	写真展	☎1月16日(月)～20日(金)午前8時30分～午後5時(20日は4時30分まで) ☎区役所2階区民ギャラリー ☎みなみの桜と菜の花まつりに関する展示ほか	
新潟県小千谷市	おぢやフェア	☎1月22日(日)午前11時～午後1時30分(売り切れ次第終了) ☎小千谷学生寮(井草4-16-23) ☎特産品などの販売 ☎マイバッグ持参。車での来場不可	小千谷市産業開発センター ☎0258-83-4800

「観光以上、移住未満」の地方との関わり方すぎなみ会議

☎2月5日(日)午後2時～4時 ☎区役所第4会議室(中棟6階) ☎第1部=区の交流自治体の新潟県小千谷市と静岡県南伊豆町の紹介・ゲストトーク▶第2部=ゲストに質問したり、グループワークを通して、これからの自分と地方のイイ関係を考える ☎30名程度(抽選) ☎☎東京共同電子申請・届出サービス(右下2次元コード)から申し込み。または電話で、文化・交流課地方創生担当 ☎5307-0750 / 申込期限=1月26日 ☎結果は2月1日までに通知



イベントひろば EVENT PLAZA

催し

桃井はらっぱ手作り凧あげ大会

時 1月15日(日)午前10時30分～午後0時30分(雨天中止) ①コンテスト=受け付け=午前9時30分～10時30分 ②簡単カイトづくり=受け付け=午前9時30分～(材料がなくなり次第終了) 場 桃井原っぱ公園(桃井3-8-1) 対 ①4歳～高校生以下の方 ②4歳～小学生 費 ②150円 問 今川児童館 ☎3394-5302 他 凧持参



シニアのための就業・起業・地域活動個別相談

時 1月18日(水)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) 師 相談員・久野哲、小川裕子ほか 対 区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方 申 問 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 他 1人45分程度

真造圭伍「ひらやすみ」原画展～四季と日常

時 1月23日(月)～2月4日(土)午前10時～午後5時(1月23日・30日は午後1時30分から。1月28日・29日を除く) 場 区役所2階区民ギャラリー 問 文化・交流課



郷土博物館

◆新春吉例 大宮前の獅子舞・大黒舞

時 1月8日(日)午後2時～2時30分 内 出演=大宮前郷土芸能保存会



◆年中行事「小正月」

時 1月9日(祝)～15日(日)午前9時～午後5時(10日を除く)



…… いずれも ……

場 問 郷土博物館(大宮1-20-8 ☎3317-0841) 費 100円(中学生以下無料)

講演・講座①

短歌講演会

「鎌倉殿」と「新古今」の歌人たち

時 1月21日(土)午後2時～3時30分 場 南荻窪図書館 師 古典文学研究家・入谷いずみ 対 中学生以上の方 定 20名(申込順) 申 問 電話または直接、1月7日から南荻窪図書館(南荻窪1-10-2 ☎3335-7377)

映画で「読む」ガルシア＝マルケスとラテンアメリカ

時 1月21日(土)午後2時～3時30分 場 西荻図書館 師 東京大学名誉教授・野谷文昭 対 区内在住・在勤・在学の方 定 20名(申込順) 申 問 電話または直接、1月10日から西荻図書館(西荻北2-33-9 ☎3301-1670)

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、各記事の申 問 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・年齢・性別も記入。

- 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

消費者講座「ニュースから読む!今年の世界・日本と私たちの暮らし」

時 1月24日(火)午後2時～4時 場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 師 ニュースソクラ編集長・土屋直也 定 30名(申込順) 申 問 電話で、消費者センター ☎3398-3141 他 長寿応援対象事業

杉の樹大学「スマートフォン講座」

時 ①2月2日(木)②16日(木)=体験講座③9日(木)=活用講座/いずれも午後1時30分～4時 場 高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) 対 区内在住で60歳以上の方 定 各20名(抽選) 申 往復はがき(記入例)で、①1月23日②2月2日③1月26日までに高齢者施策課いきがい活動支援係 問 同係 他 貸出機(主にらくらくスマートフォン)を使用



女性のための犯罪被害防止講座

時 2月4日(土)午後2時～3時30分 場 区役所第4会議室(中棟6階) 師 NPO法人ライフイツ インパクト東京代表・森山奈央美 対 区内在住・在勤・在学の女性 定 50名(申込順) 申 問 電話・ファクス・Eメール(記入例)に区内在住・在勤・在学のいずれかを書いて、区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係 ☎5307-0326 ☎5307-0681 ✉danjo-t@city.suginami.lg.jp 他 生後7カ月～就学前の託児あり(定員あり(申込順)。1月24日までに、同係)

ユネスコのつどい「気象キャスターと考える地球温暖化」

時 2月5日(日)午後2時～3時30分 場 阿佐谷地域区民センター(阿佐谷北1-1-1) 師 NPO法人キャスターネットワーク・寺川奈津美 対 区内在住・在勤・在学で中学生以上の方 定 80名(申

込順) 申 往復はがき・Eメール(記入例)で、1月31日までに杉並ユネスコ協会(〒167-0031本天沼2-32-10朝倉方 ☎sugiyu70@gmail.com) 問 同協会・辻 ☎090-4754-0398、社会教育センター ☎3317-6621

「ウォーキング講座」歩いて延ばそう健康寿命

時 2月6日(月)・13日(月)・20日(月)午後1時30分～3時30分(計3回) 場 高円寺保健センター(高円寺南3-24-15) 師 NPO法人杉並さわやかウォーキング 対 区内在住の65歳以上で当日に介助の必要がない方 定 15名(抽選) 申 はがき(記入例)で、1月13日までに荻窪保健センターウォーキング講座担当(〒167-0051荻窪5-20-1) 問 同センター ☎3391-0015 他 お持ちの方は、はつらつ手帳持参。ウォーキング記録ノートを差し上げます。長寿応援対象事業

家族介護教室

◆訪問看護師が教える!むくみ予防教室

時 1月27日(金)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 日介センター永福訪問看護ステーション・本間加津子 対 区内在住・在勤の方 定 20名(申込順) 申 問 電話で、ケア24堀内 ☎5305-7328

◆介護保険ってどんなもの?気軽に聞いてみよう

時 2月7日(火)午後1時30分～2時30分 場 にんじん荻窪ふれあいの家(荻窪2-29-3) 師 野田千賀、大和地貴子 対 区内在住・在勤・在学の方 定 10名(申込順) 申 問 電話・Eメール(記入例)で、にんじん荻窪ふれあいの家 ☎3220-9637 ✉ogikubo@ninjin.or.jp



コミュニティふらっとの講座・催し

コミュニティふらっとは、乳幼児親子を含む子どもから高齢者まで、誰もが身近な地域で気軽に利用でき、世代を超えて交流・つながりが生まれる新たな地域コミュニティ施設です。施設ごとに、さまざまな講座や多世代交流イベントも開催しています。

施設	内容	日時等
阿佐谷 (阿佐谷北2-18-17 ☎5364-9360)	楽しい脳活性化トレーニング	毎月第1火曜日、午後1時～3時 定 各16名(申込順) 費 各500円
東原 (下井草1-23-23 ☎3397-7225)	はじめてさん～リトライさんの楽しい刺繍サロン	毎月第3金曜日、午前10時～正午 定 各5名(申込順) 費 各3000円(別途材料費3000円)
馬橋 (高円寺南3-29-5 ☎3315-1249)	クリス先生の英会話(初級・中級)	毎週水曜日、午後0時30分～1時30分=初級▶1時45分～2時45分=中級 定 各12名(申込順) 費 各1100円
永福 (永福3-51-17 ☎3322-7141)	ヨーロッパの歴史・文化講座	毎月第4木曜日、午後1時～3時 定 各50名(申込順) 費 各1000円
成田 (成田西1-28-18 ☎3318-2061)	学んで実践 結果が見えるお片付け講座	2月19日(日)①午前10時30分～正午②午後2時～3時30分=学習講座▶3月19日(日)午前10時30分～午後3時=実践(計2回) 定 50名(申込順) 費 1500円 他 学習講座は①②のいずれかを選択

※申し込み・問い合わせは、各コミュニティふらっとへ。

講演・講座②

就労支援センター

◆職業訓練に関する説明会 ハローワーク新宿の専門窓口担当者による解説
日時1月19日(木)午前10時～11時30分
対象54歳以下で求職中の方

◆分かり合うためのコミュニケーション術 自身のタイプを知り・活かす

日時1月20日(金)午後1時～3時30分
講師プロフェッショナルコーチ・伊藤一枝
対象54歳以下で求職中の方

◆ミドルシニアのための45歳から考える 人生100年時代の働き方

日時1月21日(土)午後1時～4時
講師1級キャリアコンサルティング技能士・江森富雄
対象おおむね45歳以上で求職中の方

◆採用される応募書類の書き方 自己PRや志望動機の見え方と表現の仕方

日時1月24日(火)午後1時～4時
講師人事コンサルタント・高橋健太郎
対象54歳以下で求職中の方
他1歳～就学前の託児あり(定員あり)〈申込順〉。1月16日までに申し込み

◆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

日時1月27日(金)午前10時～11時30分
対象おおむね60歳以上で求職中の方

………… いずれも …………

場 ウェルファーム杉並 (天沼3-19-16)
定員18名(申込順)
申込電話で、就労支援センター若者就労支援コーナー ☎3398-1136

杉並障害者福祉会館

◆聞こえの障害と要約筆記を知る1日体験講座

日時1月28日(土)午後2時～4時30分
対象区内在住・在勤・在学で18歳以上の方
定員8名(抽選)
申込往復はがき(9面記入例)に在勤・在学の方は勤務先・学校名も書いて、1月16日までに同会館運営協議会事務局

◆ポンダンス体験教室「ポンポンを使って健康ダンスを踊ってみよう」

日時2月26日(日)午後1時30分～3時
講師中村陽子
対象区内在住・在勤・在学で障害のある方とその介助者
定員16名(抽選)
申込往復はがき(9面記入例)に障害の状況、在勤・在学の方は勤務先・学校名、介助者の有無、手話通訳を希望の方はその旨も書いて、1月31日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 (〒168-0072高井戸東4-10-5 ☎3332-6121)

環境活動推進センター

◆裂き織りでコースター作り

日時1月26日(土)午前10時30分～正午
場同センター
対象区内在住・在勤・在学の方

定員10名(抽選)
費100円
申込電話・Eメール(9面記入例)で、1月5日～19日に同センター
他長寿応援対象事業

◆ガーター編みで作るハンドウォーマー

日時1月29日(日)、2月5日(日)午前10時30分～午後0時30分(計2回)
場同センター
対象区内在住・在勤・在学で小学6年生以上の方
定員10名(抽選)
費300円。高校生以下200円
申込電話・Eメール(9面記入例)で、1月5日～15日に同センター
他棒針8号(2本針)・糸切はさみ・毛糸用とじ針持参

◆早春の野鳥観察会～すぎなみの野鳥のオアシスを散策しよう

日時2月11日(祝)午前10時～正午(予備日=2月12日(日))
場集合=善福寺公園上の池ボート乗り場前
講師野鳥図鑑画家・谷口高司、元日本野鳥の会東京支部長・西村真一
対象区内在住・在勤・在学で小学生以上の方(小学生は保護者同伴)
定員40名(抽選)
費100円(保険料)
申込NPO法人すぎなみ環境ネットワークホームページから、1月12日までに申し込み
他お持ちの方は双眼鏡持参

………… いずれも …………

場環境活動推進センター(高井戸東3-7-4 ☎5336-7352)
kousha@ecosuginet.jp (水曜日を除く)

スポーツ

競技大会

◆杉並区団体戦 卓球

日時2月12日(日)▶受け付け=女子=午前9時▶男子=午後0時30分
場荻窪体育館(荻窪3-47-2)
内容男女別団体戦(3シングルス)
対象区内在住・在勤・在学の方、区卓球連盟登録者
費区卓球連盟登録チーム4000円。未登録チーム5000円。高校生以下チーム2000円
申込ゆうちょ銀行「00160-8-694963杉並区卓球連盟」へ振り込み
申込書(区内体育施設で配布。区卓球連盟ホームページからも取り出せます)を、1月12日～22日に三浦弘子(〒168-0065浜田山2-11-9)へ郵送
場同連盟・倉持 ☎3390-8845

スポーツ教室

◆はじめよう！ユニバーサルスポーツ「ウォーキングフットボール教室」

障害の有無に関係なく、一緒に楽しむフットボール教室です。
日時1月8日(日)午前11時～午後1時
場高円寺みんなの体育館(高円寺南2-36-31)
講師日本ウォーキングフットボール連盟
対象区内在住の方、区内在住・在勤・在学で障害のある方(簡単な指示の下、集団行動ができる方。小学生以下は保護者同伴)
定員30名(申込順)
申込電話

話で、杉並区スポーツ振興財団 ☎5305-6161 (実施日前日・当日は高円寺みんなの体育館 ☎3312-0313)
他上履持参

初めてラッコ

日時1月12日～3月24日の木・金曜日、午前11時～11時40分(祝日、第3木曜日を除く)
場TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1)
内容水遊び・水慣れの練習
対象2歳半～就学前でオムツがとれたお子さん
定員各6名(先着順)
費各330円(初回無料。別途指定水泳帽子代310円)
場TAC杉並区上井草スポーツセンター ☎3390-5707
他お持ちの方は指定水泳帽子持参

◆ふらっとエクササイズ 自分のカラダが好きになる自重トレーニング

日時1月14日(土)・28日(土)、2月25日(土)、3月11日(土)・25日(土)午前11時10分～午後0時40分
場荻窪体育館(荻窪3-47-2)
講師大和弘明
対象区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く)
定員各50名(先着順)
費各600円
場荻窪体育館 ☎3220-3381

丈夫な足腰をつくろう教室

日時2月1日～22日の毎週水曜日、午前10時～11時15分(計4回)
場ヴィムスポーツアベニュー(宮前2-10-4)
内容筋力アップトレーニング、有酸素マシンでの運動
対象65歳以上で医師から運動制限を受けていない方
定員15名(申込順)
費6000円
申込電話で、1月20日までにヴィムスポーツアベニュー ☎3335-6644 (午前11時～午後5時)

区民スキー志賀高原スキー教室

日時2月17日(金)午前6時30分～19日(日)午後8時
場志賀高原スキー場(長野県)
▶集合・解散=JR阿佐谷駅南口
対象区内在住・在勤・在学の方、区スキー連盟会員(いずれも中学生以上)
定員40名(申込順)
費4万円をゆうちょ銀行「10060-8-0494621杉並区スキー連盟」へ2月6日までに振り込み(通信欄に教室名を記入)
申込区スキー連盟ホームページから申し込み。またはファクス(9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(身長・靴サイズ)・技術レベル(初めて・初級・中級・上級)・バジテスト受験希望の有無も書いて、新美 ☎3783-3204 / 申込期限=2月5日
場新美 ☎3783-3204

健康ウォークで足腰げんきノルディックウォーク体験

日時2月23日(祝)午前10時30分～11時45分(雨天中止)
場スポーツハイツ(堀ノ内2-6-21)
講師全日本ノルディック・ウォーク連盟講師 大方孝
対象3km程度歩ける方
定員20名(申込順)
費1100円(保険料を含む。別途ポールレンタ

ル料550円)
申込電話で、2月21日までにスポーツハイツ ☎3316-9981
他ウエストバッグまたはリュックサック持参。長寿応援対象事業

高円寺みんなの体育館

◆背骨コンディショニング

日時1月30日～3月20日の毎週月曜日、午後7時～8時30分(計8回)
講師小林伸江
対象区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く)
定員16名(抽選)
費6400円
申込往復はがき(9面記入例)で、同体育館。または同体育館ホームページから申し込み / 申込期限=1月15日
他バスタオル・フェイスタオル持参

◆親子チャレンジ体操教室

日時2月4日～3月11日の毎週土曜日①午前9時～10時②10時～11時(各計6回)
講師HEROKIDS
対象区内在住で実施日時点①3歳半～4歳②2歳半～3歳のお子さんとその保護者
定員各12組(抽選)
費各1組4500円
申込往復はがき(9面記入例)にお子さんの氏名(フリガナ)・生年月日・年齢・性別も書いて、同体育館。または同体育館ホームページから申し込み / 申込期限=1月15日

………… いずれも …………

場 高円寺みんなの体育館 (〒166-0003高円寺南2-36-31 ☎3312-0313)

杉並第十小学校温水プール

◆うきうきウォーキング

日時1月18日(水)・25日(水)、2月1日(水)午前10時～10時55分
内容浮力を利用した水中ウォーキング
講師HIKARU
対象区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く)
定員各8名(申込順)
費入場料
申込電話で、各実施日7日以前の午前10時から同プール

◆ワンポイントレッスン 1人5分間のマンツーマン指導

日時1月22日(日)、2月5日(日)・19日(日)、3月5日(日)午前10時～10時55分
講師高見沢美恵子、飛田慶子
対象区内在住・在勤・在学の方(小学3年生以下は水着着用の保護者同伴)
定員各8名(先着順)
費入場料

◆泳力アップコース

日時①1月22日(日)、2月19日(日)②2月5日(日)、3月5日(日)午前11時～11時55分
講師①高見沢美恵子②飛田慶子
対象区内在住・在勤・在学の15歳以上で①クロール・平泳ぎのいずれも25m程度②泳法によらず25m程度泳げる方(中学生を除く)
定員各8名(申込順)
費入場料
申込電話で、各実施日7日以前の午前10時から同プール

◆木曜アクアサイズ①シェイプアップ②ベージュ

日時①1月26日(木)、2月16日(木)、3月23日(木)②2月2日(木)、3月9日(木)午前10時～10時55分
講師日本アクアサイズ協会
対象区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く)
定員各18名(申込順)
費各500円
申込電話で、各実施日7日以前の午前10時から同プール

◆バックストロークナイト

日時2月3日(金)・17日(金)①午後7時～7時50分②8時～8時50分(計2回)
講師下拂敏行
対象区内在住・在勤・在学の15歳以上で①泳法によらず25m②背泳ぎで25m泳げる方(中学生を除く)
定員各10名(申込順)
費入場料
申込電話で、各実施日7日以前の午前10時から同プール

………… いずれも …………

場 杉並第十小学校温水プール(和田3-55-49 ☎3318-8763)
他車での来場不可



杉並区シルバー人材センター

パソコン教室 (少人数制)



時場2月=1日(水)～28日(火)▶3月=1日(水)～28日(火)(いずれも祝日を除く) / 清水教室=月～金曜日▶阿佐谷教室(阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル7階)=火・水・金～日曜日(火・水・金曜日は夜間のみ) / いずれも開催時間はお問い合わせください
内容右表のとおり
講師同センター会員
定員各1・2名
費4回コース=1万2000円▶3回コース=9000円▶2回コース=6000円▶1回コース=3000円
申込はがき・ファクス(9面記入例)で、2月講座は1月15日、3月講座は2月15日(いずれも消印有効)までに同センター清水分室(〒167-0033清水3-22-4 ☎3394-5004)。または同センターホームページ(右上2次元コード)から申し込み
場同分室 ☎3394-2253
他自宅への出張サービス(パソコン、スマートフォン、タブレットの指導・環境設定)・リクエストに応じた個人授業(清水教室で実施)を1時間2200円で受け付け

Table with 3 columns: 種別, コース名, 回数. Rows include 初歩, ワード, エクセル, and 活用 with sub-categories like 入門, インターネット, フォト, プレゼンテーション, etc.

次世代育成基金活用事業

チャレンジ・アスリート 職場見学

スポーツは「する」だけでは
ありません。スポーツを支える
いろいろな人の職場を見学
します。



【会場】内定下表のとおり 【対象】区内在住・在学の小学5年生～高校3年生
【申し込み】甲LoGoフォーム(右二次元コード)から、1月15日までに申し込み
【お問い合わせ】スポーツ振興課事業係チャレンジ・アスリート担当 ☎5307-0765
【結果】1月18日までに通知



内容	日時・場所・定員(抽選)等
野球用具 企画・生産スタッフ 野球用具開発の舞台裏を知ろう	【日時】2月12日(日)午前10時～正午 【会場】区役所第5・6会議室(西棟6階) 【定員】7名
理学療法士 動作指導(リハビリ)のスペシャリストについて知ろう	【日時】2月19日(日)午前8時45分～正午 【会場】専門学校社会医学技術学院(小金井市中町2-22-32) ▶集合・解散=区役所 【定員】6名
スポーツ栄養士 スポーツ選手の食事・栄養をアドバイスしよう	【日時】2月19日(日)午後1時～3時45分 【会場】区役所第5・6会議室(西棟6階) 【定員】7名
スポーツクラブ インストラクター スポーツクラブに通う人をサポートしよう	【日時】2月23日(祝)午後1時15分～4時30分 【会場】ヴィムスポーツアベニュー(宮前2-10-4) 【定員】6名 【参加費】運動着・上履き・水着・水泳帽・ゴーグル持参
ファミリー駅伝 ボランティアスタッフ スポーツイベントの運営に携わろう	【日時】2月26日(日)午前8時45分～午後0時30分 【会場】蚕糸の森公園運動場(和田3-55-49) 【定員】6名 【参加費】運動靴着用

杉並区広報番組
すぎなみスタイル

1月1日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは

もっと楽しく!もっと身近に! 小学校での英語教育

さまざまな試みがなされている小学校での英語教育。今、区内の小学校ではどのような授業が行われているのでしょうか。西田小学校と杉並第十小学校を例に、英語の授業の様子を紹介します。

● 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・正午・午後8時・10時から毎日放送)



【お問い合わせ】

家庭教育講座

遊びの中で子どもは育つ ～幼児期だからこそ育みたい力

教育委員会では「子育てについて新たな視点や気づきを得られるような場」「仲間と思いを共有し、日々の活力を得られる場」として、家庭教育講座を開催しています。



【日時】2月13日(月)午前10時～11時30分
【会場】区役所第4会議室(中棟6階)
【講師】聖心女子大学現代教養学部教育学科教授・河邊貴子(右写真)
【対象】区内在住・在勤・在学中で乳幼児の保護者ほか
【定員】30名(申込順)
【お問い合わせ】☎5307-0759
またはLoGoフォーム(右二次元コード)から申し込み/申込期限=2月3日
【その他】お子さんの同席可(託児なし)



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**
リアルで「絵本サロン11」対話式おはなし会 1月11日(水)午後2時30分～3時10分/ウェルファーム杉並/えほん教育協会会長・浜島代志子ほか/40名(先着順)/☎こどもの成長を護る杉並ネットワーク・井原 ☎070-6611-2925
- JOSHIBI AP Graduate & Degree Show** 1月13日(金)～24日(火)午前10時～午後5時(24日は3時まで。日曜日を除く)/女子美ガレリアニケ(和田1丁目)/アート・デザイン表現学科アートプロデュース表現領域4年生による卒業制作展/☎同施設 ☎5340-4688
- 座の市** 1月21日(土)午前11時～午後5時(売り切れ次第終了)/座・高円寺/杉並でとれた野菜や交流自治体の物産品、地方の逸品などの販売/☎座・高円寺 ☎3223-7500
- 音楽体験 きて、みて、さわって** 1月29日～3月5日の日曜日①午後1時～2時30分②2時30分～4時(2月26日を除く)=①箏②三味線の体験会▶3月12日(日)午後0時30分～4時30分=発表会(各計6回)/東田中学校ほか/高市雅風ほか/小学生以上の方/各15名(申込順)/2000円(保険料を含む)/☎Eメールに氏名・年齢・希望の楽器(①②のどちらか)も書いて、1月20日までに音楽プ

ロジェクトここふた杉並 ☎kokofutas@moto.lomo.jp/☎同団体・村上 ☎5906-5549

講演・講座

- 介護予防教室** 1月21日(土)・22日(日)午後2時～3時30分/特別養護老人ホームフェニックス杉並(天沼3丁目)/認知症予防のための脳活性化トレーニング、介護無料相談ほか/特別養護老人ホームフェニックス杉並作業療法士ほか/各30名(申込順)/☎特別養護老人ホームフェニックス杉並ホームページから申し込み/☎同施設 ☎5335-5100
- 認知症サポーター養成講座** 1月30日(月)午後1時30分～3時/ゆうゆう善福寺館/キャラバン・メイト/区内在住・在勤の方/15名(申込順)/☎☎電話で、ケア24善福寺 ☎5311-1024/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
- NITOBEMAMA・ババカレッジ①②月齢別離乳食講座③ガーデニング体験講座** 2月4日(土)①午後1時30分～2時30分②3時～4時③11日(祝)午前10時30分～11時30分/①②オンラインで実施③新渡戸文化子ども園(中野区本町6丁目)/山梨学院大学専任講師・大柴由紀ほか/①生後4～7カ月②8カ月～1歳半のお子さんの保護者(いずれも妊婦可)③2・3歳のお子さんとその保護者/①②各30名③25組(いずれも申込順)/☎新渡戸文化子ども園ホームページから、各実施日2日前までに申し込み/☎同園 ☎3381-1183/③上履き持参
- 生涯現役!シニア期に向けた暮らしと働**

- き方セミナー** 2月6日(月)午後1時～3時45分/ウェルファーム杉並/CFP®・水谷恒夫ほか/実施日時点55歳以上の方/20名(申込順)/☎☎電話で、1月5日から予約専用 ☎5422-1399(月～金曜日午前9時～午後5時(祝日を除く))/☎東京しごとセンターシニアコーナー ☎5211-2335
- スポーツに見るリーダーシップと人材育成** 2月6日(月)午後6時30分～8時/①杉並公会堂②オンラインで実施/二宮清純ほか/区内在住・在勤・在学の方ほか/①700名(申込順)/☎荻窪法人会ホームページから申し込み/☎同法人会事務局 ☎3392-1338
- 杉並障害者自立生活支援センターすだち
◆障害者のためのアート教室 1月21日～3月18日の第1・3土曜日、午前9時30分～11時30分/すだちの里すぎなみ(今川2丁目)/区内在住の小学生以上で障害のある方とその介助者/各5名(申込順)/初回の方は見学のみ
- ◆障害者のための①リトミック②ユニカール教室 1月22日(日)、2月26日(日)、3月26日(日)①午前10時～11時30分②午後1時30分～3時/すだちの里すぎなみ(今川2丁目)ほか/区内在住の小学生以上で障害のある方とその介助者/各6名(申込順)/初回の方は見学のみ
- ……いづれも……
- ☎☎電話で、各実施日前月1日(祝日の場合は翌日)～前日に、杉並障害者自立生活支援センターすだち ☎5310-3362
- その他**
税金なんでも相談会 1月10日(火)午前10

- 時～正午・午後1時～4時、14日(出)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)/☎☎電話で、各実施日前日までに同支部 ☎3391-1028/1人40分程度
- 税金なんでも相談会** 1月12日(水)午後1時～4時/東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目)/☎☎電話で、同支部 ☎3391-0411(月～金曜日午前9時30分～午後5時(正午～午後1時を除く))/1人45分程度
- シルバー人材センターリサイクル自転車の販売** 1月23日(月)～25日(水)午前11時～午後4時/リサイクル自転車作業所(永福2丁目)/販売価格=7000円～/☎23日のみ往復はがき(9面記入例)で、1月11日(消印有効)までに同センター(〒166-0004阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル6階)/☎リサイクル自転車作業所 ☎3327-2287(月～金曜日午前11時～午後4時(祝日を除く))
- 相続、離婚、金銭問題等書類・手続無料相談会** 1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/☎東京都行政書士会杉並支部 ☎0120-567-537
- 相続・不動産・空き家無料相談会** 1月27日(金)午後1時～5時/永福和泉地域区民センター/区内に土地や建物を所有の方ほか/15組(申込順)/☎☎電話で、1月26日までに日本地主協会事務局 ☎3320-6281(月～金曜日午前9時～午後4時30分(祝日を除く))/1組1時間程度

※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。

新型コロナウイルス感染症

発熱等の症状がある場合は感染確認をお願いします



発熱等の症状がある場合は、自身の重症化リスクに応じた新型コロナウイルスの感染確認を行ってください。

—問い合わせは、杉並保健所保健予防課☎3391-1025へ。

□ 重症化リスクの高い方（65歳以上の方・妊婦・基礎疾患がある方・小学生以下の方等）

電話でかかりつけ医へご相談ください。かかりつけ医がない、相談する医療機関に迷う場合は次の相談センター等に電話してください。

杉並区受診・相談センター

☎050-3665-7979

午前9時～午後5時（土・日曜日、祝日を含む）

東京都発熱相談センター

☎5320-4551、☎5320-4411

☎6258-5780、☎5320-4592

いずれも24時間（年中無休）

医療機関案内専用ダイヤル

☎5320-4327、☎5320-5971

☎5320-7030

いずれも24時間（年中無休）

□ 重症化リスクの低い方

感染拡大に伴う診療・検査医療機関での検査・受診の集中を緩和するため、新型コロナ抗原定性検査キット等で自己検査をしてください。東京都では、有症状者向けと無症状の濃厚接触者向けの検査キットを無料で配布しています。詳細は、都福祉保健局ホームページ（右2次元コード）をご確認ください。

検査キットによる自己検査で陽性判定の場合、自身で東京都陽性者登録センター（右2次元コード）に登録してください。または、必要に応じて医療機関等を受診してください。



▲抗原定性検査キットの配布について



▲東京都陽性者登録センター

● 東京都臨時オンライン発熱診療センター

東京都では、新型コロナ抗原定性検査キットによる自己検査済みで、発熱等の症状があり診療や薬の処方を希望する方（医療機関で新型コロナ陽性判定を受けた方、東京都陽性者登録センターに登録済みの方を除く）に、オンライン診療を提供しています。詳細は、都福祉保健局ホームページ（右2次元コード）をご確認ください。



誰もが互いに理解を深め、自分らしく生き生きと暮らせる社会の実現を目指して



男女平等推進センター啓発講座の 企画・運営団体を募集します



男女共同参画を実現していくための講座を企画・運営する団体を募集します。詳細は、区ホームページ（右上2次元コード）をご覧ください。

—問い合わせは、区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係☎5307-0326へ。

募集団体数 5団体（1団体1講座。1講座あたり1～3回）

委託金額 1団体上限24万円

申し込み 募集要項（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〉、男女平等推進センター〈荻窪1-56-3〉）で配布。区ホームページからも取り出せます）を確認の上、応募書類を2月13日午後4時までに、同係へ持参（要事前連絡）

選考方法 書類審査合格団体はプレゼンテーションを実施（3月中旬予定）。詳細は募集要項参照

実施概要

内容 講座・講演・ワークショップ（映画・音楽・朗読等を用いた男女共同参画啓発などを含む）

期間 7月～6年2月

会場 男女平等推進センター、区立集会施設ほか

テーマ・内容例

- ・ワーク・ライフ・バランスや女性の活躍・健康に関すること
女性の活躍推進（地域・防災活動・働くこと）、女性の心とからだ、ワーク・ライフ・バランスの視点に立った家庭づくり
- ・男性の家事・育児の促進に関すること
男性の家事実践、男性の育児参加の促進
- ・男女共同参画の意識づくりと性の多様性が尊重される地域社会の実現に関すること
ジェンダー平等の実現、性の多様性への理解の促進
※いずれのテーマも営利活動、特定の宗教、政治活動に関する内容は不可。

受講対象者 区内在住・在勤・在学の方

男女平等推進センター啓発講座

①知る・学ぶ・体験する 「ジェンダー平等なケア」3

ジェンダー平等なケアを男性介護から考えます

時1月28日(出)午前10時～正午 場 ウェルファーム杉並（天沼3-19-16） 師 立命館大学産業社会学部現代社会学科教授・津止正敏 対 区内在住・在勤・在学の方 定 20名（申込順） 費 100円 他 企画運営=creo(くれお)

②妊娠・出産前のパパ教室

時2月5日(日)午前10時～11時30分 場 産業商工会館（阿佐谷南3-2-19） 師 パパママ子育て応援部Hiタッチ!! 代表・野崎聡司 対 区内在住・在勤・在学のパパと妊娠中のママ 定 30名（申込順） 他 企画運営=パパママ子育て応援部Hiタッチ!!

…… ①②いずれも ……

申 電話・Eメール（9面記入例）に在住・在勤・在学のいずれかを書いて、区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係☎5307-0347 danjo-t@city.suginami.lg.jp 他 生後7カ月～就学前の託児あり（定員あり〈申込順〉）。①1月18日②26日までに同係

世帯と人口

（住民基本台帳）

4年12月1日現在、()は前月比

世帯数	日本人のみの世帯	312,417(325減)	合計 326,302 (316減)
	外国人のみの世帯	11,204(3減)	
	日本人と外国人の世帯	2,681(12増)	

人口	男		女		小計	合計 571,157 (301減)
	日本人	265,627(136減)	288,514(195減)	554,141(331減)		
	外国人	8,613(30増)	8,403(0)	17,016(30増)		