

広報すぎなみ



Suginami



みどり豊かな 住まいのみやこ

3/15
令和5年(2023年)
No.2349

漫画の中に流れる
いつもの大切な日常。

阿佐谷・高円寺を舞台にした話題の漫画「ひらやすみ」。平屋で同居するフリーターのヒロトと、いここで美大生のなつみちゃんを中心に、さまざまな人たちの、等身大で温かい人生が描かれています。見慣れた商店街、歩道橋…作中には実在する場所が多く登場。作者の真造圭伍先生に作品への思いを伺いました。

hirayasumi shinzo keigo × 特集 ▲ すぎなみナビト



漫画家

真造圭伍

〒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。



プロフィール：真造圭伍（しんぞう・けいご）漫画家。昭和62年1月23日、石川県生まれ。小学館スピリッツ賞への投稿を経て、平成20年、「週刊ビッグコミックスピリッツ」掲載の『なんきん』でデビュー。平成21年より「月刊！スピリッツ」で『森山中教習所』を連載開始。同作は、実写映画化もされる。平成27年から連載した『トキョーエイリアンブラザーズ』は実写ドラマ化もされた。その他の代表作に『ぼくらのファンカ祭』『みどりの星』『ノラと雑草』など。現在、「週刊ビッグコミックスピリッツ」にて『ひらやすみ』を連載中。



「マンガ大賞2022」第3位！

約6年間、真造圭伍が実際に生活をしてきた、阿佐谷や高円寺などを舞台に。



作品介绍

生田ヒロト、29歳、フリーター。定職なし、恋人なし、普通ならあるはずの？将来の不安も一切ない、お気楽な自由人です。そんな彼は、人柄のよさだけで、仲良くなった近所のお婆あちゃん・和田はなえさんから、タダで一戸建ての平屋を譲り受けることに。そして、山形から上京してきた18歳の従姉妹・なつみちゃんと2人暮らしを始めました。しかし、彼の周りには生きづらい“悩み”を抱えた人々が集まってきて……先が見えず鬱屈した“今”だからこそ、あなたの心をスッと癒やしてくれる物語です。

思い出深い阿佐谷や高円寺、「やっぱり好きだな」としみじみ思います



描きたい要素がたくさんあり漫画の舞台に



—「ひらやすみ」が生まれたきっかけを教えてください。

釣り堀を舞台にした漫画を描きたいな、という思いが最初にありました。そこで主人公のアルバイト先を釣り堀にしよう決めました。僕自身が特に釣りが得意といったことはないのですが、なぜか昔から釣り堀が好きで、あの独特の空間にずっと興味があったんです。漫画に出てくる釣り堀は、実際に阿佐谷にある釣り堀「寿々木園」をモデルにしています。当時高円寺に住んでいて、その存在はずっと気になっていました。

—漫画の舞台そのものも、阿佐谷・高円寺を中心とした杉並のまちに設定したのはなぜだったのですか？

商店街をはじめシンボリックな建物が多く、描いてみたい要素がたくさんあったからです。例えば阿佐谷パールセンターの入り口だったり、阿佐谷七夕まつりの風景だったり。阿佐谷北の歩道橋は、主人公のヒロトが大学生活に悩むなっちゃんに「くよくよ考えたってしょうがないじゃん」と伝えるシーンに取り入れました。僕はあの歩道橋が好きで、上から眺める中杉通りの景色が、なんだかすごくいいんですよね。

—ほかに印象深いと感じている杉並の風景はどこですか？

今回表紙を撮影し、漫画にも登場する高円寺のエトアール通り商店会は、引越してきて初めて見た時にすごく感動した場所です。ちょうど、通りに

提灯が灯る時期で、その提灯が本当にきれいで大好きになりました。残念ながら今回の撮影では提灯はなかったのですが、また灯るときがあればぜひ来たいです。高円寺を歩いていると目に入ってくる白い鉄塔も印象的で、僕にとっての高円寺のシンボルでもあります。それから、あの辺りは暗渠がたくさんあって、細く続く狭い道を歩いていると楽しいですね。川べりの緑道を歩くのも好きで、よく散歩していました。小さな居酒屋さんや定食屋さんなど、居心地のいいお店がたくさんあるのも魅力です。漫画の所々にそうした実在の場所がちりばめられ、登場しているの、見つけていただくと面白いかもしれません。



—阿佐谷や高円寺は、先生の目から見てどんなまちですか？

20代のアシスタント時代に高円寺へ通い、その後6年間、阿佐谷・高円寺エリアで生活しました。今は違うまちへ引っ越してしまいましたが、離れてみると「やっぱり好きだな」と思います。なんというか、駅とまちの境界線がないんですね。夜中まで飲んでいてもにぎやかで、いろんな人がたくさんいて、なんだかほっとする。しみじみ、いいまちだなと思います。

季節の変化、空気や匂いまで伝わる漫画を描きたい

—「ひらやすみ」には、どこか身近に感じられる人がたくさん登場します。人物の設定にはどんな思いが込められているのでしょうか？

できるだけ自分がリアルに感じたことを、人



物の描写でも表現したいと思っています。主人公のヒロトに関しては、この物語を構想していた頃、ちょうど自分が30代前半で。周りが結婚だったり仕事だったりいろんなことをきちんとしていて、変わらざるを得ない時期だったりする中で、例えば「飲みに行こうよ」と誘ったときに二つ返事で「いいよ」と変わらず言ってくれる、そんな29歳を描きたいと思いました。ヒロトはマイペースで変わらない一方で、美大生のなっちゃんは少しずつ変化していく。そんな二人の対比が生まれることも意識しました。



—日常的出来事が丁寧に粛々と描かれている点も、物語を身近に感じさせます。



季節の変化、その時の空気、匂いまで伝わる漫画を描きたいといつも心掛けています。年齢を重ねてきたからか、なんだか年々自然が好きになってきていますね。今の時期は「梅が咲いたな」とか「メジロがいるな」とか、まちの中の小さな季節の変化に日々心を動かされています。あとは、光の変化も大切にしています。朝の光、屋下がりの光、暖かい日と寒い日の光…季節や気候や時間で違ってくる光の感じ方まで、描き分けて表現できればと思っています。

—これから描いてみたい風景はありますか？

今日は阿佐谷地域区民センターでインタビューを受けていますが、ここ

の屋上にある「阿佐谷けやき公園」は、まさに今描いている最中です。芝生があってまちを一望できて、いいところだなと思って。単行本では6巻に入る予定ですので、楽しみにしてください。

—阿佐谷や高円寺に住む人、このまちを愛する人にとって、「ひらやすみ」がどんな存在になってほしいと願っていますか？

先日、区役所で開催した原画展には本当にたくさんの方に来ていただき、メッセージもたくさん頂けてとてもうれしかったです。この漫画を読んで気持ちが癒やされてもらえたら何よりです。また、漫画に描いた当時はあったけれど今はもうなくなってしまった場所もありますので、そんな意味では、懐かしさも感じながら読んでもらえる作品になっていくのかなと思っています。

真造圭伍先生のサイン本をプレゼント!



第1巻を抽選で5名に

応募方法

LoGoフォーム(右2次元コード)または、はがきに郵便番号、住所、氏名、年齢、「広報すぎなみ」の感想・意見を書いて広報課広報係/応募期限=4月1日(消印有効)

【対象】区内在住・在勤・在学の方

※当選者の発表は、プレゼントの発送をもって代えさせていただきます。応募の際に得た個人情報は、プレゼントの発送のみに使用します。 広報課広報係



区からのお知らせ

SUGINAMI INFORMATION

保険・年金

国民年金への切り替えをお忘れなく

国内に住所がある他の公的年金制度に加入していない20～59歳の方には、国民年金への加入・保険料の納付を義務付けています。国民年金の加入種別は3種類に分かれていて、届け出は加入時だけでなく種別が変わったときにも必要です。

◆国民年金の加入種別

第1号被保険者=自営業・学生・アルバイトなど、**第2号被保険者**、**第3号被保険者**以外の方 ▶ **第2号被保険者**=厚生年金に加入している方 ▶ **第3号被保険者**=第2号被保険者に扶養されている配偶者の方

第2号被保険者が退職すると、第1号被保険者となるため届け出が必要で、その方が扶養している配偶者(第3号被保険者)も第1号被保険者への切り替えが必要です。また、第3号被保険者の配偶者(第2号被保険者)が65歳に達したときも、第1号被保険者への切り替えが必要です。

第1号被保険者への切り替え手続きは、国保年金課国民年金係(区役所中棟2階)または区民事務所、杉並年金事務所で行ってください。

☎国保年金課国民年金係、杉並年金事務所 ☎3312-1511

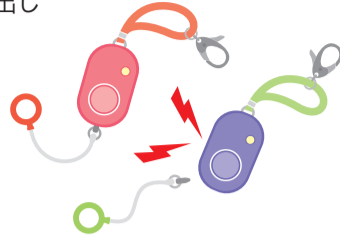
子育て・教育

私立・国立小の新生児に防犯ブザーを貸与

区内在住で、4月から私立・国立の小学校に入学する新生児を対象に、防犯ブザーを無料で貸し出します。

☎**園危機管理対策課(区役所東棟5階)** = 3月31日(金)まで、午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日を除く) ▶ **区民事務所** = 3月31日(金)まで、午前8時30分～午後5時(3月18日、日曜日、祝日を除く)。25日(土)は午前9時から。水曜日は午後7時まで ▶ **区民課**

区民係(東棟1階) = 3月18日(土)午前9時～午後5時
園危機管理対策課 ☎おさんの年齢が確認できるもの(保険証等)持参。区立小学校の新生児には学校から貸し出し



施設情報

馬橋えんがわ公園の開園

主な施設として、ベンチ、水飲み場、井戸、遊具などがあります。開園を記念して、開園式を行います。
 ☎4月1日(土)午前10時～10時20分 ☎同公園(阿佐谷南1-27-20) ☎式辞、来賓祝辞、テープカット ☎みどり公園課 ☎終了後、苗木を配布(200鉢〈先着順〉)。整理券を午前9時30分から配布)。苗木の配布場所は阿佐谷東公園(阿佐谷南1-42-6)

採用情報 ※応募書類は返却しません。

会計年度任用職員

- 勤務期間は5回まで更新可
- 報酬は4年度実績

事務補助・障害者採用(短時間)

☎**勤務期間**=6月1日～6年3月31日 ▶ **勤務日時**=原則、週5日。月～金曜日の午前9時～午後4時 ▶ **勤務場所**=区役所または区内の出先事業所 ▶ **資格**=障害者手帳の交付を受けている、または児童相談所等により知的障害者であると判定された方 ▶ **募集人数**=3名程度 ▶ **報酬**=時給1083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) ☎申込書(人事課人事係〈区役所東棟5階〉、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、4月10日までに人事課人事係へ簡易書留で郵送・持参 ☎同係 ☎書類選考合格者には面接を実施

管理栄養士

☎介護予防や保健事業における栄養に関する事業の企画・管理、受託事業者への指導、文書作成事務ほ

か ▶ **勤務期間**=6月1日～6年3月31日 ▶ **勤務日時**=原則、月16日。月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分 ▶ **勤務場所**=区役所 ▶ **資格**=管理栄養士免許を有する方 ▶ **募集人数**=1名 ▶ **報酬**=月額21万4464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) ☎申込書(高齢者在宅支援課日常生活支援事業係〈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)に管理栄養士免許証の写しを添えて、3月31日までに同係へ簡易書留で郵送・持参 ☎同係 ☎書類選考合格者には面接を実施

相談

不動産総合相談会

調査・売買・登記など、不動産に関する問題に、区内の関係団体の専門家が答えます。
 ☎4月7日(金)午前10時～午後4時 ☎区役所1階ロビー
 ☎東京土地家屋調査士会杉並支部事務局 ☎3395-0159、東京都宅地建物取引業協会杉並区支部 ☎3311-4937、東京司法書士会杉並支部 ☎5913-7452 ☎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年10～12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、以下の理由以外は認められません。
- ・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

4月の各種健康相談 いずれも予約制。お申し込み・お問い合わせは、各保健センターへ。

| 保健センター名 | 子育て相談 | 母親学級 | 平日パパママ学級 | 離乳食講習会 | 0歳からの 歯みがき・歯科健診 (乳幼児歯科相談) | 歯みがき デビュー教室 | 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 | 20日(木) | 5日(水) 12日(水) | - | 26日(水) 午後1時15分 | 午前 14日(金) 28日(金) 午後 13日(木) | 27日(木) | 14日(金) | 28日(金) 午後1時30分 | 5日(水) 午前9時45分 12日(水) 午後1時30分 |
| 高井戸 (高井戸東3-20-3) ☎3334-4304 | 10日(月) | - | - | 25日(火) 午後1時30分 | 午前 10日(月) 24日(月) 午後 - | - | 6日(木) | 28日(金) 午後1時30分 | 6日(木) 20日(木) 午後1時30分 |
| 高円寺 (高円寺南3-24-15) ☎3311-0116 | 11日(火) | 7日(金) 14日(金) | 28日(金) 午後1時30分～4時 | 12日(水) 午後1時30分 | 午前 18日(火) 午後 6日(木) | 20日(木) | 18日(火) | 13日(木) 午後2時 | 21日(金) 26日(水) 午後2時30分 |
| 上井草 (上井草3-8-19) ☎3394-1212 | 26日(水) | - | - | 27日(木) 午後1時30分 (生後9カ月頃 から) | 午前 26日(水) 午後 12日(水) | - | - | 6日(木) 午前9時30分 | 17日(月) 午後1時30分 |
| 和泉 (和泉4-50-6) ☎3313-9331 | 13日(木) | 18日(火) 25日(火) | - | 20日(木) 午後1時30分 | 午前 13日(木) 午後 26日(水) | 19日(水) | - | 20日(木) 午後2時 | 4日(火) 午後1時30分 |

※杉並区に転入し、妊婦・乳幼児健診受診票、予防接種受診票が必要な方は、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。会場は狭いためベビーカーで回ることができません。ベビーカーにチェーン錠をつけるなど各自でご注意ください。間違い電話が多くなっています。掛け間違いのないようご注意ください。

歯の健康相談 8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 場場所 内内容 師講師 対対象 定定員 費参加費(記載のないものは無料) 申申し込み(記載のないものは直接会場へ)
 問問い合わせ 他その他 ☒Eメールアドレス ☒HPホームページアドレス

5年度杉並区食品衛生監視指導計画の策定

食品衛生法の規定に基づき公表します。

◆概要
食中毒対策の推進、食品事業者の自主的衛生管理の推進、食品添加物の適正使用および食品の適正表示の確保、リスクコミュニケーションの推進

◆閲覧場所
杉並保健所(荻窪5-20-1)。区ホームページからもご覧になれます。

※3月30日までは、高円寺保健センター(高円寺南3-24-15)、区政資料室(区役所西棟2階)、消費者センター(天沼3-19-16ウェルファーム杉並内)でもご覧になれます。

☎杉並保健所生活衛生課食品衛生担当 ☎3391-1991

家内労働の委託状況届

家内労働者へ仕事(内職等)を委託している事業者は、毎年4月1日現在の家内労働者数等について、「委託状況届」を労働基準監督署に提出することが義務付けられています。今年は5月1日までに提出してください。

☎東京労働局労働基準部賃金課家内労働係 ☎3512-1614、労働基準監督署



杉並公会堂は大規模修繕に伴い休館します

—— 問い合わせは、杉並公会堂 ☎3220-0401 (午前9時～午後7時〈臨時休館日を除く〉) へ。

杉並公会堂(上荻1-23-15)は、令和6年に舞台設備の入れ替えを中心とした大規模修繕を行う予定です。作業予定期間中(6年1月9日～8月31日)は全館休館となりますので、杉並公会堂での事業を予定する方はご注意ください。詳細な日程が確定次第、「広報すぎなみ」、区ホームページ等でお知らせします。

更新手続きはお早めに

令和2年度の長寿応援ポイントシールの有効期限は3月31日



—— 問い合わせは、高齢者施策課長寿応援ポイント担当へ。

令和2年度長寿応援ポイントシールは令和5年3月31日が有効期限です。それ以降は交換できませんので、早めにゆうゆう館やコミュニティふらっと、高齢者施策課(区役所東棟1階)で区内共通商品券への交換申請などの手続きをしてください。ポイントの交換は25ポイントから可能です。



身体障害者、要介護者、手や腕をけがしている方等

杉並区議会議員選挙

投票日 4月23日(日)

投票時間 午前7時～午後8時

▶選挙のめいすいくん



身体障害者手帳や介護保険被保険者証をお持ちの方へ

下表に該当し、ご自身で文字を書くことができる方は、自宅等で投票用紙に記載し、郵便等を利用して投票することができます。あらかじめ、「郵便等投票証明書」の交付申請が必要です。お早めにお問い合わせください。なお、下表に該当する方のうち、身体障害者手帳で「上肢」または「視覚」が「1級」の方は、代理記載制度により投票することができます。

| | 障害の部位 | 該当する障害の程度 |
|-----------|----------------|-----------|
| 身体障害者手帳 | 両下肢・体幹・移動機能 | 1・2級 |
| | 心臓・腎臓・呼吸器 | 1・3級 |
| | ぼうこう・直腸・小腸 | |
| | 免疫・肝臓 | 1～3級 |
| 介護保険被保険者証 | 要介護状態区分等「要介護5」 | |

※「該当する障害の程度」は、「身体障害程度等級」とは異なります。

自身で投票用紙に記載することができない方

心身の故障、その他の事由(手や腕のけが等)により、自身で公職の候補者の氏名を投票用紙に記載することができない方のために、投票所の係員が代理で投票用紙へ記載する代理投票制度があります。投票所の係員2名が補助者となり、1名が候補者氏名を投票用紙へ記載し、他の1名がこれに立ち会うことになります。希望する方は、投票所の係員にお申し付けください。

代理投票での注意事項

- ・選挙人自ら投票所の係員へ投票をしたい公職の候補者を指示する必要があります。
- ・家族や付添人の方が選挙人の代わりに代筆をして投票をすることはできません。
- ・選挙人を介護される方は、投票管理者が認めた場合に限り投票所への入場はできますが、代理投票を行う際には記載場所にいる選挙人から離れていただきます。

※代理投票は自宅から投票できる郵便等投票とは異なり、選挙人が投票所に来る必要があります。

☎選挙管理委員会事務局

青医療証制度を開始します

4月から高校生等の保険診療に係る医療費の自己負担分を助成する制度を開始します。4月に高校2・3年生相当の年齢のお子さんについては申請が必要です。

—— 問い合わせは、子ども家庭部管理課子ども医療・手当係 ☎5307-0785、
⑩医療証については、高校生等医療費助成コールセンター ☎5307-0353 (3月31日まで) へ。

●4月から高校1年生相当の年齢(平成19年4月2日～20年4月1日生まれ)のお子さん

現在、⑦医療証をお持ちの方は、4月から使用できる⑩医療証に切り替わります(申請不要)。⑩医療証は3月下旬に送付します。

●4月から高校2・3年生相当の年齢(平成17年4月2日～19年4月1日生まれ)のお子さん

⑩医療証の交付には、申請が必要です。対象年齢のおさんがいる世帯には4年12月下旬以降に順次、申請の案内を送付しています。申請がまだお済みでない方は、申請書を、子ども家庭部管理課子ども医療・手当係まで郵送・持参してください。LoGoフォームからも申請できます。申請時期や申請内容等の不備により、4月1日までに医療証が届かない場合があります。

詳細は、区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。

※3月中旬に区外へ転出した場合は対象になりません。送付した医療証は返却してください。



▲高校生等の医療費の無償化

小学校に入学するお子さん

現在、⑩医療証をお持ちの方で、4月から小学校へ入学する新1年生の保護者宛に、⑦医療証を3月下旬に送付します(申請不要)。

4月1日から

杉並区出産・子育て応援事業を開始します

区では、全ての妊婦・子育て世帯が安心して出産・子育てできるよう、妊娠期から出産・子育て期まで一貫して身近で相談に応じ、支援につなぐ、伴走型相談支援のさらなる充実を図ります。また、妊娠届け出や出生届け出を行った方等に対して、出産応援ギフトや子育て応援ギフト（出産育児関連用品等と交換できるクーポン）を支給します。

詳細は、区ホームページ（右2次元コード）をご覧ください。



◆事業内容

| 種類 | 支給対象者 | 相談・支援内容 | 支給内容 |
|------------------------|-----------------------|---|--|
| ゆりかご面接 (妊娠届け出時) | 5年4月1日以降、妊娠届を提出した妊婦 | 妊娠届け出時に保健師等の専門職が全ての妊婦と面接を行います。 ・母子保健や子育て支援サービスの情報提供を行うとともに、体調や相談の内容に応じて、その後の育児までを見通した支援プラン（ゆりかごプラン）を作成します。 ・面接後も管轄の保健センターの保健師が一人一人の状況に応じた継続的な支援を行います。 | 面接時に申請書とアンケートを提出した方に出生応援ギフト（妊婦1人当たり5万円相当）を支給 |
| 電話相談 (妊娠8カ月頃) | - | 妊娠8カ月ごろの妊婦を対象に保健師等の専門職が電話相談を行います。 ・安心して出産し、産後を迎えられるよう体調の相談や子育て支援サービスのご案内などを電話で行います。希望する方には、保健師等の専門職が面接を行います。 | - |
| すこやか赤ちゃん訪問 (出生届け出後) | 5年4月1日以降、出生した児童を養育する方 | 生後4カ月になるまでの間に、保健師等の専門職がご家庭に訪問します。 ・育児に関する不安や悩みの相談に応じるとともに、子育てに関する情報提供を行い、育児不安の解消・軽減を図ります。 ・家庭の状況に応じた、訪問後の継続した支援を関係機関と連携しながら行います。 | 訪問時に申請書とアンケートを提出した方に、子育て応援ギフト（児童1人当たり5万円相当）の支給 |

※出生応援ギフトおよび子育て応援ギフトは、他自治体を含み、各1回の支給となります。

◆遡及対象者

| 支給対象者 | ギフト内容 | 申請方法 |
|-----------------------------|---------------------------------|-------------------------|
| 4年4月1日～5年3月31日に妊娠届を提出した妊婦 | 妊婦1人当たり5万円相当(出生応援ギフト) | 区から送付する案内により申請 |
| 4年4月1日～5年3月31日に出生した児童を養育する方 | 児童1人当たり10万円相当(出生応援ギフト・子育て応援ギフト) | 区から送付する案内により申請、アンケートに回答 |

※案内を送付する時期が確定次第、区ホームページでお知らせします。

☎制度全般に関すること=子ども家庭部管理課地域子育て支援係▶相談支援に関すること=各保健センター▶ギフトに関すること=出産・子育て応援事業コールセンター☎5307-0832（午前8時30分～午後5時。土・日曜日、祝日を除く）

※現在区議会で審議されている予算案が原案どおり可決した場合に実施します。

4月1日から

産前・産後支援サービスを充実します

詳細は、区ホームページ（右2次元コード）をご覧ください。



産前・産後支援ヘルパー事業、多胎児家庭家事・育児支援ヘルパー事業のサービス内容が変更になります

●対象

区内在住の妊婦または1歳未満（多胎児の場合は3歳未満）のお子さんを養育中の方

●主な変更点

- ・産前だけでなく、保護者とお子さんが在宅していれば利用できるようになります。
- ・提供するサービスの具体的な内容について、各事業者の情報を区ホームページで公開します。利用する際には各サービスの時間配分を事業者と相談してください。
- ・サービス内容に対象児の直接的なお世話（もく浴や授乳、食事の介助等）を追加しました。

☎子ども家庭部管理課地域子育て支援係



産後ケア事業の利用料金が変わります

●対象

区内在住の産後6カ月未満の産婦とお子さんで、産後ケアを必要とする方

●変更点

産後ケアの利用料金を下表のとおり変更します。利用回数に変更はありません。3月31日までに申請した場合も、利用承認期間内であれば、4月以降は新たな利用料金で利用できます。

| 区分 | | 変更前 | 変更後 |
|----------|-------|-------|-------|
| 宿泊型 | 課税世帯 | 6000円 | 3500円 |
| | 非課税世帯 | 3000円 | 2000円 |
| 日帰り型（個別） | | 2000円 | 1500円 |

※利用料金の支払いに、杉並子育て応援券（ゆりかご券を含む）を利用できます。

☎子ども家庭部管理課母子保健係

多胎妊婦の15回目以降の妊婦健康診査費用の一部助成

多胎児を妊娠した方に対し、妊婦健康診査受診票14回分を超えて、自費で妊婦健康診査を受診した際の費用の一部について、5回を上限として助成を行います。

☎子ども家庭部管理課母子保健係

※現在区議会で審議されている予算案が原案どおり可決した場合に実施します。

ご存知ですか？



ひとり親家庭等子育て支援一覧



区内のひとり親家庭等の子育てを支援するため、以下のような制度があります。受給するためには申請が必要です。所得制限など支給要件がありますので、あらかじめご相談ください。詳細は、区ホームページをご覧ください。

—— 問い合わせは、子ども家庭部管理課子ども医療・手当係 ☎5307-0785へ。

児童育成手当

支給要件

18歳に達する日以後最初の3月31日までの児童を養育している、ひとり親家庭等の父または母・養育者で、所得制限限度額未満の方

手当額

月額1万3500円（児童1人当たり）



▲児童育成手当

児童扶養手当

支給要件

18歳に達する日以後最初の3月31日までの児童を養育している、ひとり親家庭等の父または母・養育者で、所得制限限度額未満の方 ※児童に中程度以上の障害がある場合は20歳未満まで。

手当額

月額1万160円～4万3070円（3月現在。所得に応じて算定。児童2人目以降は所得に応じて手当額が加算）

その他

申請者に同居の父母等がいる場合は、その方も所得制限限度額未満であることが必要です。公的年金等を受給している場合は、ご相談ください。



▲児童扶養手当

ひとり親家庭等医療費助成

助成対象

18歳に達する日以後最初の3月31日までの児童とその児童を養育し、健康保険に加入している、ひとり親家庭等の父または母・養育者で、所得制限限度額未満の方（生活保護等、他の医療費助成を受けている場合は対象外）

※児童に中程度以上の障害がある場合は20歳未満まで。

助成範囲

健康保険証等を使って医療機関で診療などを受けたときに、窓口で支払う医療費の保険診療に係る自己負担分を助成します。ただし、住民税が課税されている場合は、一部負担金が発生します。

その他

申請者に同居の父母等がいる場合は、その方も所得制限限度額未満であることが必要です。



▲ひとり親家庭等医療費助成

仕事や家事などで悩んでいませんか？ お気軽にご相談ください

子ども家庭部管理課、区内3カ所の福祉事務所では、相談員がひとり親家庭の悩みや困りごとの相談を受け、自立に向けて適切な支援を実施しています。

ひとり親家庭の方が利用できるサービスについては、区ホームページ（右2次元コード）をご覧ください。



主な相談内容・問い合わせ先

ひとり親家庭の生活一般相談・家事・育児支援、就労支援、養育費確保支援

来庁が難しい方は、インターネットによる相談も受け付けています。詳細は、区ホームページをご覧ください。

☎子ども家庭部管理課ひとり親家庭支援担当 ☎5307-0343

母子および父子福祉資金貸し付けの相談

20歳未満のお子さんを扶養している、ひとり親家庭等の父または母の技能習得資金、お子さんの修学資金等の貸し付けの相談を受け付けています。

母子生活支援施設への入居相談

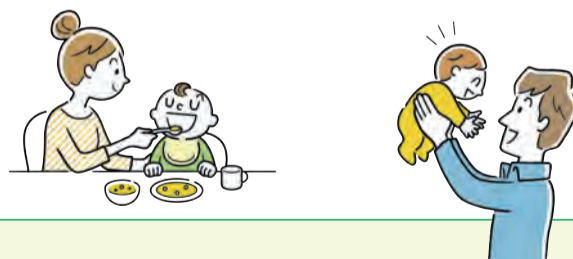
18歳未満のお子さんを養育している母子家庭で、生活上のいろいろな問題がある場合に、母と子が一緒に利用できる施設です。

夫婦男女問題、家族問題などの家庭相談

☎杉並福祉事務所（荻窪 ☎3398-9104 / 高円寺 ☎5306-2611 / 高井戸 ☎3332-7221 〈家庭相談は月・水・金曜日午後1時～5時。祝日を除く。事前予約制〉）

ひとり親家庭のしおり

ひとり親家庭の方が利用できるサービスを紹介する「ひとり親家庭のしおり」（子ども家庭部管理課〈区役所東棟3階〉、福祉事務所などで配布。区ホームページ〈右2次元コード〉からも取り出せます）を発行しています。ぜひ、ご活用ください。



区内空間放射線量等測定結果

区が実施した、区内の空間放射線量率および区立小中学校・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=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=学務課・保育課 ▶放射能濃度測定の方法について=杉並保健所生活衛生課衛生検査係 ☎3334-6400

広告



こめがりな犬と人見知りな猫のための
ご自宅訪問型動物病院



往診専門 森のくま動物病院



狂犬病予防・ワクチン・動物内科・動物眼科 杉並区・武蔵野市ご自宅訪問いたします
☎090-3911-0203 <https://morinokumaah.com>
診療時間：月曜日～土曜日9:00-17:00（日・祝休）



※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。

意見募集の結果をお知らせします

杉並区実行計画等の一部修正案

●意見提出期間=4年12月1日～5年1月4日 ●意見提出件数=117件(延べ290項目)

■杉並区実行計画(第1次)

| 該当箇所 | 頂いたご意見(概要) | 区の考え方(概要) |
|--|---|---|
| 【まちづくり・地域産業】 施策5 人々の暮らしを支える 都市基盤の整備 | 都市計画道路の整備では、事業認可区間についても、改めて立ち止まって住民との合意を取ることを求める。 | 都市計画道路を計画的、効率的に整備するため、東京都と特別区及び26市2町は、共に連携しながら概ね10年間で優先的に整備する路線を選定すべき路線を定めた「事業化計画」を策定し、事業の推進に努めています。 この「事業化計画」に基づき都市計画道路の整備を進めており、既に事業認可を取得している路線・区間については、事業を遅延させる考えはありません。 ただし、事業化しているからと拙速に進めるのではなく、そのまちに住む多くの方々との対話を重ね、出来る限りの住民の合意形成に努め、住民主体のまちづくりを共に進めていきたいと考えています。 |
| 【まちづくり・地域産業】 施策6 誰にとっても移動しやすい 地域交通環境の整備 | 自転車駐車場の料金の減額と撤去手数料の廃止・減額を検討してほしい。 | 自転車駐車場の維持管理や放置自転車の撤去・運搬などの運営経費が必要であるため、公平性の観点から自転車駐車場の使用料及び撤去費用を徴収しています。今後、区民意向調査や区政モニターなどにより、多様な区民意見を聞きながら、財源確保の課題整理と併せて、自転車駐車場の料金のあり方等について考えていきます。 |
| 【まちづくり・地域産業】 施策7 暮らしやすい住環境の整備 | 住宅確保要配慮者に対する居住支援について進めてほしい。 | 居住支援協議会と協力して高齢者や障害者等住宅の確保に特に配慮を要する方に対して入居支援を行っています。家賃助成制度については、令和5年度中に区民ニーズを把握しながら、規模や対象などを検討していきます。 |
| 【環境・みどり】 施策9 質の高い環境を将来につなぐ 気候変動対策の推進 | (仮称)気候区民会議の開催を通して、区民意見を施策に生かす仕組みをぜひ実現してほしい。 | 「2050年ゼロカーボンシティ」実現のため、(仮称)気候区民会議を通じて、区民が気候変動問題を自分事として捉え、さらに、気付きや行動変容につながる一助となるよう取り組んでいきます。 |
| 【福祉・地域共生】 施策14 地域の支え合いと安心して暮らせる体制づくり | パートナーシップ制度を進めてほしい。 | 4年3月に区議会でパートナーシップ制度の創設に関する陳情が採択されたことを受け、都内自治体で既に導入されている制度内容を調査・研究した上で、5年4月に制度を創設することとしました。制度創設後も、幅広い区民意見を参考にしつつ、時代の変化に応じた制度の見直し・改善を図っていきます。 |
| 【子ども】 施策17 子どもの権利を尊重し育ちを支える環境の整備・充実 | 子どもの権利擁護の取組について、適切に進めてほしい。 | 「児童の権利に関する条約」に定められた子どもの権利の理念に基づく「子どもの権利に関する条例」の制定を目指しています。条例の制定に当たっては、区民や有識者、子どもたちから十分な意見聴取を行うとともに、近隣自治体の取組内容等も参考にしながら、検討を行ってまいります。 |

■杉並区区政経営改革推進計画(第1次)

| 該当箇所 | 頂いたご意見(概要) | 区の考え方(概要) |
|-----------------------------------|--|---|
| 方針1 時代の変化に対応する業務の効率化と区民サービスの向上 | 民営化・民間委託化、指定管理者制度の導入、学校用務、警備、給食の委託について、いずれも共通してサービス向上やコスト削減効果の検証とあるが、これまで検討、議論されて進められているものであり、改めて検証することに意味が見いだせない。 | 区ではこれまで、サービスの向上と業務の効率化の観点から、民間に委ねることが妥当な業務について、民間委託や指定管理者制度の導入等を進め、その上で、モニタリングガイドラインに基づき、毎年度、業務の履行確認やサービスの質に関する評価を行い、業務改善や運営体制の強化等につなげてきました。しかしながら、民間委託等の導入前に想定していた区民サービスの向上や経費削減等の効果が図られているのかといった確認が必ずしも十分ではなかったことから、この度、検証を実施することとしました。 |
| 方針4 自治の更なる発展と、自治体間連携の強化 | 「参加型予算の実施」という新たな挑戦に期待する。自分のまちは住民みんなで作る、そんな新しい杉並区が少しずつ動き出すことに期待している。 | 区立保育園の民営化については、運営事業者の決定や保護者周知を既に行っている園の民営化に取り組んでいきますが、区内の保育施設が増加した状況において、区の保育の質の維持・向上が一層必要となっている中で、区立保育園が担う役割は重要性を増していることを認識しています。このことから、区立保育園の民営化については、区立保育園が担う保育の質の維持・向上等の役割を確実に果たしていくため、上記民営化の取組終了後、当面、行わないこととしました。 |
| | | 参加型予算は、予算編成過程に区民が参画することで、区財政をより身近に感じ、区政に積極的に参画してもらうことを目的に実施していきます。最終的には、議会での予算審議を経て予算を決定していきます。 |

区では、「杉並区実行計画(第1次)」、「杉並区区政経営改革推進計画(第1次)」、「杉並区協働推進計画(第1次)」、「杉並区デジタル化推進計画(第1次)」、「杉並区区立施設再編整備計画(第2期)・第1次実施プラン」の一部修正を行いました。修正に先立ち「杉並区区民等の意見提出手続に関する条例」に基づき、一部修正案を「広報すぎなみ」4年12月1日号などで公表し、皆さんからご意見を伺いました。

頂いたご意見と区の考え方、一部修正案の修正内容および修正後の各計画については、企画課(区役所東棟4階)、区政資料室(西棟2階)、区民事務所、図書館で4月13日まで閲覧できます(各閲覧場所の休業日を除く)。または、区ホームページ(右2次元コード)でも閲覧できます。



—— 問い合わせは、企画課へ。

■杉並区協働推進計画(第1次)

| 該当箇所 | 頂いたご意見(概要) | 区の考え方(概要) |
|---|------------------------|--|
| 方針2 区と地域団体等による 地域課題・行政課題の 解決に向けた取組 | 行政の部門を越えた協働事業の推進を期待する。 | 区では、より一層、複雑化・高度化が予想される地域の課題解決に対して、区民・地域団体・民間事業者等の多様な主体と力を合わせ、協力し合って解決していく「新たな協働の仕組みづくり」を進めています。令和4年度には、部門を越えて新たな協働の取組を促進するために「公民連携に関する専管窓口」を設置しました。今後は、協働の取組を推進していく職員の育成にも力を注いでいきます。 |

■杉並区デジタル化推進計画(第1次)

| 該当箇所 | 頂いたご意見(概要) | 区の考え方(概要) |
|--------------------------------|---------------------------|---|
| 方針2 行政内部のデジタル化 による効率化の推進 | ペーパーレス会議の実施に向けては課題が多いと思う。 | ペーパーレス会議は、紙資料の印刷作業がなくなるといった業務の効率化が期待できるとともに、紙の使用量が減ることで温室効果ガス排出量の削減にもつながる取組であるものと認識しています。そのため、持ち運びがしやすいパソコンの導入や会議室への大型モニターを設置等、紙資料がなくても会議がしやすい環境の充実に図り、ペーパーレス会議の促進に取り組んでいきます。 |

■杉並区区立施設再編整備計画(第2期)・第1次実施プラン

| 該当箇所 | 頂いたご意見(概要) | 区の考え方(概要) |
|------------------------------------|---|---|
| 一部修正の基本的な考え方 | 地域・施設ごとに区民を含めた協議会の設立と協議会の話し合いを前提とした整備計画の見直しを求める。地域ごとに課題があり、要望も状況も違うので、パブリックコメントとは別に、地域ごとに、希望する施設利用者や利用団体など区民を含む協議会を区の責任で設け、より良い施設整備に尽力してほしい。 児童館、ゆうゆう館の機能移転について、いろいろ理由があるのは分かったが、実施しないでほしい。杉並区が先駆的で誇る施設だったと聞くと、もうずいぶんたくさん機能移転されてしまったので、残すことを優先してほしい。機能移転と言っても、子どもとお年寄りにとって、いつでも誰でもそこに行けば居場所があることは必須だと思う。職員の方の専門性も必要な施設だと思うので、これ以上減らさないほうがよい。 | 施設再編整備の取組については、これまでの取組の検証等をした上で、新たな方針を定めることとしております。この検証等においては、再編整備の考え方や手法のほか、区民との合意形成の観点から、区民の声をどのように聴いていくのかについても、これまでの取組を検証し、今後のあり方を検討していきますので、今回のご意見は、その際の参考とさせていただきます。 児童館、ゆうゆう館の再編整備の取組については、これまでの取組の検証等を行い、新たな方針を決定します。 検証に当たっては、これまでの間、児童館、ゆうゆう館が果たしてきた機能を新たな施設に十分に継承できていたか等、利用者や保護者からの意見等を聴きながら確認するとともに、施設のあり方も含めた新たな方針を決定していきますので、今回のご意見は、その際の参考とさせていただきます。 |
| 児童館、 学童クラブ、 子ども・子育てプラザ | 下高井戸児童館が子ども子育てプラザに転用されることになったのは残念。再考してもらいたかった。児童館の持っている多様な機能が児童館の中にあることに大きな意味があり、0歳から18歳までの子どもたちの多様な活動の場所になっていて、専門の職員がいて地域の子育て支援を担っている。そこはこれからも大事にしてほしいので、子ども・子育てプラザに転用したところはプラザの中で小中学生が活動できる居場所の確保を考えてほしい。 | 下高井戸児童館については、子ども・子育てプラザが唯一未整備である高井戸地域に早期に子ども・子育てプラザを整備する必要があることなどから、当初の計画どおり、子ども・子育てプラザに転用することとしました。この取組に関しては、地域の方からも、下高井戸児童館存続のご要望や子どもの活動の場を心配する多くのご意見をいただいております。 そこで、小学生以上の居場所を可能な限り確保できるよう、令和5年3月までの期間において、3カ所(成田西、下井草、善福寺)の子ども・子育てプラザで小学生以上の利用拡大を試行実施することとしました。 この取組を通じて、利用者のご意見も伺いながら、今後の利用拡大のあり方を検討し、下高井戸地域においても子ども・子育てプラザを活用した取組を進めるとともに、今後も、子どもの声なども聴きながら、活動の場を広げる検討を行ってほしいと考えています。 |
| 地域区民センター、 区民集会所、 コミュニティふらっと等 | 天沼・本天沼地域の施設再編について、説明会で、ほとんど施設再編に反対する声が多かったことから、施設再編整備計画は一旦先送りして仕切り直してはどうか。 | 天沼・本天沼地域に係る施設再編整備の取組については、保育施設や児童相談所の整備に影響が生じるため、白紙に戻すことは困難ですが、地域や既存施設利用者との対話を継続して、相互理解を深める必要があると考えています。そのため、各取組のスケジュールの見直しを行い、改めて意見交換の場を設定していきます。 |

杉並で会社を立ち上げる!

創業スタートアップ助成

創業当初に必要な経費の一部を支援し、安定的かつ持続的な経営に取り組む事業者を支援、区内における創業を促進することを目的として実施します。申請方法等の詳細は、区ホームページ（右2次元コード）をご覧ください。



—— 問い合わせは、産業振興センター就労・経営支援係 ☎5347-9077 へ。

- 助成内容** ①事業所家賃助成
②ホームページ等作成助成
- 助成率** 3分の2
- 助成限度額** ①30万円（月額上限5万円×6カ月）
②20万円

①事業所家賃助成

- 次の要件を全て満たす事業所等が対象です。
- 区内の事務所等であって、助成対象者が事業のために継続して使用し、住居と兼用しないものであること
- 助成対象者自らが新規に賃貸借契約を締結したものであること

- 事務所等の貸主が助成対象者の3親等以内の親族または助成対象事業者が経営する会社もしくはグループ会社の構成員でないこと
- シェアオフィス、コワーキングスペース、その他申請者以外の者と空間・設備等を共用する形態の物件でないこと

②ホームページ等作成助成

創業に伴うホームページ・モバイルサイト・アプリ作成に関する委託料、ホームページ作成ソフトおよびホームページ作成に関する解説本等の購入費（パソコン等備品および周辺機器を除く）が対象です。

原油価格・物価高騰等 対策特例資金の 申込期間を延長します

原油価格および物価高騰等の影響により売り上げが減少している区内中小事業者に対し、3年間無利子で融資を受けられる「原油価格・物価高騰等対策特例資金」の申込期間を9月29日まで延長しました。

詳細は、区ホームページ（右2次元コード）をご覧ください。
園産業振興センター就労・経営支援係 ☎5347-9077



民営化宿泊施設をご利用ください

コニファーいわびつ

JR阿佐ヶ谷駅南口出発 新緑の群馬2泊3日バスツアー♪

中之条ガーデンズやロックハート城の散策、月夜野びーどろパークを見学し、ハツ場ダックツアーで水陸両用バスに乗船。埼玉でしょうゆ搾り体験とゆば料理を堪能できます!

日程 5月22日(月)～24日(水)・29日(月)～31日(水)、6月11日(日)～13日(火)・19日(月)～21日(水)・26日(月)～28日(水)

料金 (2泊3日/7食・お土産付) 4万1000円。3歳～小学生3万5000円。65歳以上の方・障害者3万9000円

※いずれも区民補助適用後。諸税・サービス料・保険料を含む。

最少催行人数 各15名（催行の決定は出発7日前までに連絡）



所在地 群馬県吾妻郡東吾妻町大字原町4399

申問電話で、コニファーいわびつ ☎0279-68-5338

4月からの直行バス運行予定

JR阿佐ヶ谷駅南口～コニファーいわびつ間の直行バスを運行します。4月から直行バスは有料となります。

運行日 4月10日(月)・11日(火)・13日(木)、5月15日(月)・16日(火)・18日(木)、6月5日(月)・6日(火)・8日(木)、7月3日(月)・4日(火)・6日(木)、8月28日(月)・29日(火)・31日(木)、9月4日(月)・5日(火)・7日(木)・11日(月)・12日(火)・14日(木)

運行時間 JR阿佐ヶ谷駅南口出発（午後0時30分）→コニファーいわびつ到着（午後3時）▶コニファーいわびつ出発（午前9時30分）→JR阿佐ヶ谷駅南口到着（正午）

料金 片道1250円。往復2500円

申込期限 各日程の10日前までに申し込み

最少催行人数 各8名（催行の決定は出発6日前までに連絡）

図書館で調べ学習を しませんか



春休みに、子どもたちが図書館の会議室や多目的ホールを利用して、調べ学習をすることができます。利用できる図書館や期間などは右表のとおりです。

—— 問い合わせは、各図書館へ。

| 図書館 | 日時・対象 |
|--------------------------------|--|
| 南荻窪 (南荻窪1-10-2 ☎3335-7377) | 3月25日(土)～4月5日(水)午前9時～午後5時（水曜日は2時まで） ☑小学生～高校生（小学生は保護者同伴可） |
| 高井戸 (高井戸東1-28-1 ☎3290-3456) | 3月25日(土)～4月5日(水)午前9時～午後8時（日曜日は5時まで） |
| 今川 (今川4-12-10 ☎3394-0431) | 3月25日(土)～4月5日(水)午前10時～午後5時（日曜日は4時30分まで） ☑小学生～高校生（小学生は保護者同伴可） |
| 方南 (方南1-51-2 ☎5355-7100) | 3月25日(土)～4月4日(火)午後2時～5時（3月29日を除く） |
| 下井草 (下井草3-26-5 ☎3396-7999) | 3月26日(日)～4月4日(火)午前9時～午後5時（3月29日を除く） ☑小・中学生（小学生は保護者同伴可） |

※休館日や行事等で使用する日を除く。

広告

お悩みに分かりやすくアドバイスします
新高円寺駅から徒歩3分 詳しくはこちら ▶



よろいばし すぎなみ
鰐橋法律事務所 杉並支所

03-5929-8966

弁護士法人鰐橋法律事務所（第二東京弁護士会所属）

※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。

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〉)

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
🌐<https://www.igusahome.org/>
おもちゃの病院
📅4月8日(土)午後1時30分～3時 場同センター ️片岡末廣ほか ️実費 ️1組1点

荻窪地域区民センター協議会
〒167-0051荻窪2-34-20
☎3398-9127
🌐<https://ogikubokuyougikai.sakura.ne.jp/>
ハーモニーを楽しむボイストレーニング
📅4月14日(金)・28日(金)、5月12日(金)・19日(金)午後1時30分～3時30分(計4回)
場同センター ️ボイストレーナー・安藤操 ️20名(抽選) ️往復はがき(12面記入例)で、同協議会。または同協議会ホームページから申し込み/申込期限=4月2日

**武蔵野の自然探訪「善福寺池の四季」
春 新緑の木々と草花**
📅4月21日(金)午後1時30分～4時 場集合=善福寺公園上の池ボート乗り場前 ️元東京農工大学教授・星野義

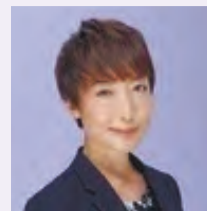
延、東京環境工科専門学校講師・星野順子 ️15名(抽選) ️往復はがき(12面記入例)で、同協議会。または同協議会ホームページから申し込み/申込期限=4月9日
………… いずれも ………

阿佐谷地域区民センター協議会
〒166-0001阿佐谷北1-1-1
☎5364-9903
🌐<https://www.asagaya-kyogikai.org/>
阿佐ヶ谷文士と私～「阿佐ヶ谷アタリデ大ザケノダ」
📅4月22日(土)午後1時～3時 場同センター ️文筆家・青柳いづみこ ️50名(抽選) ️往復はがき(12面記入例)で、同協議会。または同協議会ホームページから申し込み/申込期限=3月31日 ️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
🌐<https://fukuizu.org/>
方南地域区民発表会出演・展示募集
📅6月18日(日)午前10時～午後3時 場同センター ️方南区民集会所を利用している団体、周辺地域在住の方(業者を除く) ️往復はがき(12面記入例)に団体・グループ名、代表者名、展示・出演内容、参加人数、必要備品なども書いて、同協議会。または直接、同協議会/申込期限=4月10日 ️出演は1団体10名以下、20分以内。応募多数の場合は抽選

オンラインで配信 がんでもいきいき働き続けるために

がんと診断されて仕事を辞めてしまう、生活を大きく変えてしまう方がいます。がんは「治療が難しい病気」ではなく、長く付き合う慢性疾患です。「がん治療」と「働く」を両立するためのヒントが得られる動画(右2次元コード)を3月31日まで配信します。がん治療の経験談や、職場の上司や同僚と上手に付き合うコツなどをお話します。



▲LGブレイクスルー・古田智子



子宮頸がん、乳がんに注意

子宮頸がんは20代後半から、乳がんは40代から患者数が増えています。早期発見の場合、5年相対生存率が子宮頸がんでは95%、乳がんでは99%で、治療の選択肢も増えてきます。区では2年に1回、子宮頸がん検診は20歳から、乳がん検診は40歳から受診するよう案内しています。
※5年相対生存率=あるがんと診断された人のうち5年後に生存している人の割合が、日本人全体で5年後に生存している人の割合に比べてどのくらい低いかを表す。

📞杉並保健所健康推進課保健指導担当☎3391-1355

3月15日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは

みんなで踊ろう 元気! 勇気! ポンダンス



障害のあるなしにかかわらず、誰もが気軽に踊れるポンダンス。今回は、杉並区オリジナルポンダンスの振り付けを考案した講師の方から教わります。



● 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)



📞広報課

区民が創る情報サイト すぎなみ学倶楽部



▲善福寺公園にたたずむ内田秀五郎の銅像

杉並の偉人、内田秀五郎。区西部の土地区画整理事業を実施する一方、自然保護のため、善福寺池を中心とした風致地区の保全に全力を尽くしました。善福寺公園の「上の池」のそばには、内田秀五郎の喜寿を記念した銅像が立っています。



内田秀五郎さん (後編)

詳しくは または

📞産業振興センター観光係☎5347-9184

すぎなみ学倶楽部とは?

区民ライターが区民目線で杉並の魅力を取材、執筆、記事にして公開している区公式情報サイトです。

8つのカテゴリーに分けて
すぎなみ情報を
紹介しているよ～



歴史

中島飛行機の軌跡や、都電杉並線の思い出、町の変遷など杉並の歴史を探究



文化・雑学

文化人のお気に入り散歩コースやゆかりの本、寺社、なみすけグッズなどを紹介



食

老舗の名物、隠れ家的カフェ、ラーメン店など、食の情報も満載

その他にもこんなコンテンツがあります

スポーツ 杉並発祥のスポーツや注目の競技、楽しみ方など幅広く紹介

産業・商業 戦禍を乗り越えた老舗企業・商店、起業家や職人も注目

ゆかりの人々 タレントや作家、知られざる偉人、地域活動者など区にゆかりのある人を紹介

自然 荻窪で発見された絶滅危惧種、区内で見られる野鳥、自由研究にも役立つ情報

特集 お花見ポイントや公園の紹介、水害・震災対策、教育、対談などの特集記事

詳しくは または

※広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。広告掲載のお問い合わせは広報課へ。

イベントひろば

EVENT PLAZA

催し

淡島雅吉のアトリエ-ガラスの「かたち」を求めて

開 3月25日(土)～6月25日(日)午前9時～午後5時(月曜日、第3木曜日(祝日の場合は翌日)休館) 場 郷土博物館分館(天沼3-23-1天沼弁天池公園内) 問 同分館 ☎5347-9801

シニアのための就業・起業・地域活動個別相談

開 4月1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) 師 相談員・久野哲、小川裕子 対 区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方 申 問 電話・Eメール(記入例)で、ゆうゆう高円寺南館 ☎5378-8179 問 takebouki_suginami@tempo.ocn.ne.jp 他 1人45分程度

産業振興センター都市農業係

◆春の草花・植木・野菜等即売会

野菜・草花・植木などがそろった即売会です。

開 3月29日(水)午前10時～午後3時(売り切れ次第終了) 場 区役所青梅街道側広場、中杉通り側入り口前

◆農業公園「テーブル菜園体験教室」

しゃがんで行う農作業が困難な方や車いすの方も参加できる教室です。



開 4月19日・26日、5月10日・17日・31日、6月21日、7月5日・12日/いずれも水曜日、午前10時30分～11時30分(雨天中止。計8回) 場 成田西ふれあ

い農業公園(成田西3-18-9) 対 区内在住の方 定 10名(抽選) 費 1000円 申 往復はがき(記入例)で、3月30日までに同係 他 結果は4月上旬に通知 …… いずれも ……

問 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 ☎5347-9136)

講演・講座

お弁当作りの悩みを解決～管理栄養士の時短&マンネリ解消術

開 配信期間=3月31日(金)午後5時まで 場 オンラインで実施 師 管理栄養士・梅山朋子 申 LoGoフォーム(区ホームページ同講座案内にリンクあり)から申し込み 問 杉並保健所健康推進課栄養指導担当 ☎3391-1355

草木染め体験

ヨモギの葉やタマネギの皮で草木染めをします。

開 3月25日(土)午前10時～正午・午後1時30分～3時30分 場 みどりの相談所(下高井戸5-23-12塚山公園内) 対 小学生以上の方(小学生は保護者同伴) 定 各10名(申込順) 費 各1000円 申 問 電話で、3月16日から塚山公園管理事務所 ☎3302-8989

管理栄養士 沼津りえの「健康と毎日の笑顔を作る」料理教室

開 内 4月12日～6月24日の第2水曜日=アンチエイジングメニューのメインからデザート▶第4土曜日=フライパンで作るおもてなしメニュー/いずれも午前10時～正午 場 阿佐谷地域区民センター(阿佐谷北1-1-1) 師 管理栄養士・沼津りえ 対 区内在住・在勤・在学で18歳以上の方 定 各20名(申込順) 費 各2500円 申 Eメール(記

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

入例)で、阿佐谷地域区民センター ☎entry@ochk-asagaya-center.jp。またはオーチャー・箱根植木共同事業体ホームページから申し込み 問 同センター ☎5356-9501 他 エプロン持参

杉の樹大学「シニアのためのスマホ・タブレット等の個人相談会」

開 4月18日(火)・29日(水)午後1時30分～4時25分 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10名(申込順) 申 問 電話で、高齢者施策課いきがい活動支援係 他 1人30分程度



休日パパママ学級・休日母親学級

◆休日パパママ学級

開 ①5月14日(日)・27日(土)午前9時30分～正午・午後1時30分～4時②20日(土)午後1時30分～3時 場 ①子ども・子育てプラザ下井草(下井草3-13-9)②オンラインで実施 内 お産の流れ、産後の心の変化、抱っこ・おむつ替え・もく浴の仕方ほか 対 区内在住の初産で実施日時点妊娠24週～36週6日のカップル(②は経産婦のカップルも可) 定 ①各24組②100組

◆休日母親学級

開 5月20日(土)午前10時～11時30分 場 オンラインで実施 内 妊娠中の過ごし方、出産の流れ、母乳・産後の話ほか 対 区内在住で妊娠中の方 定 100名 …… いずれも ……

師 助産師ほか 申 ポピンズプロフェッショナルHP <https://poppins-education.jp>

jp/parentsclass_suginami/から4月5日までに申し込み 問 杉並区休日パパママ学級・休日母親学級担当 ☎3447-5826 他 結果は4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。車での来場不可

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

開 4月1日(土)午前10時～11時 対 求職中の方 定 18名(申込順) 他 当日参加可

◆業界研究セミナー 地元の杉並区で【事務系】のお仕事をみつける方法

開 4月3日(月)午後1時～4時 師 就活プロモーション・プロデューサー 小澤明人 対 54歳以下で求職中の方 定 18名(申込順)

◆求職者のためのパソコンセミナー

①エクセル基礎②ワード基礎

開 ①4月10日(月)②24日(月)午前10時～午後3時 師 PC専任講師・日坂元娘、森下みどり 対 54歳以下で求職中の方 定 各14名(申込順)

◆自分にふさわしい仕事・働き方の発見～スマホで受ける職業適性診断

開 4月13日(木)午後1時～3時 師 人材コンサルタント・神谷敏康 対 54歳以下で求職中の方 定 14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

開 4月15日(土)午前10時30分～午後1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 18名(申込順)

…… いずれも ……

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

高齢者活動支援センター

◆はじめての羊毛フェルト

開 4月16日(日)午前10時～正午 師 手芸作家・新崎優子 定 30名(申込順) 費 700円 申 電話または直接、3月23日から同センター

◆「春のうたごえサロン」ピアノとバイオリンで歌おう

開 4月21日(金)午前10時～11時10分 内 出演=久我山クラシックデュオ・成田瑞季(ピアノ)、小西智子(バイオリン) 定 90名(抽選) 費 300円 申 往復はがき(記入例)で、3月25日までに同センター 他 結果は3月26日以降に通知

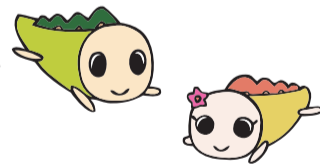
◆季節を感じる水引講座「鯉のぼり」

開 4月24日(月)午前10時～正午 師 金沢創作水引作家・平田奈々 定 30名(申込順) 費 1500円 申 電話または直接、3月24日から同センター …… いずれも ……

場 問 高齢者活動支援センター(〒168-0072高井戸東3-7-5 ☎3331-7841) 対 区内在住で60歳以上の方

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 | 日時等 |
|-------------------------------|---------------------------|--|
| 西荻北館(西荻北2-27-18) ☎3396-8871 | 歌で楽しみながら健康にならしましょう「歌って元気」 | 毎月第1月曜日=午前10時30分～11時30分▶第2・4木曜日=午後6時～7時 定 各30名(申込順) 費 各500円 |
| 方南館(方南1-51-7) ☎3324-1171 | 「墨絵教室」アートで日々の生活に彩りを | 毎月第1・2日曜日、午前9時30分～正午 定 各15名(申込順) 費 各1000円 |
| 堀ノ内松ノ木館(松ノ木2-38-6) ☎3315-7760 | 懐かしい写真で振り返る「昭和の杉並」 | 3月27日(月)、4月24日(月)、5月22日(月)午後1時～3時 師 田寺俊治 定 各10名(申込順) 費 各300円 |
| 和泉館(和泉4-16-22) ☎3323-5663 | 季節の風物を墨のぼかしや濃淡だけで描く「水墨画」 | 4月2日から毎月第1日曜日、午後3時～4時30分 定 各15名(申込順) 費 各600円 |
| 高円寺南館(高円寺南4-44-11) ☎5378-8179 | 杉並アートカードで感性を磨くゲームを楽しみましょう | 4月4日から毎月第1・3火曜日、午前10時～正午 定 各12名(申込順) 費 初回のみ500円 |
| 高井戸西館(高井戸西1-17-5) ☎3332-1076 | 卓球で元気作り | 毎週土曜日=午前9時～11時▶毎週月・火・木曜日=午後6時～8時 定 各8名(申込順) 費 各50円(初回のみ250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。いずれも長寿応援対象事業。

凡例 時日時 場場所 内内容 師講師 対対象 定定員 費参加費(記載のないものは無料) 申申し込み(記載のないものは直接会場へ) 問問い合わせ 他その他 ☒Eメールアドレス HPホームページアドレス

環境活動推進センター

◆1年を通して川と遊ぼう!

「川ガキ復活講座」

開4月9日(日)、5月14日(日)、6月4日(日)、7月9日(日)、8月23日(水)・24日(木)(1泊2日)、10月9日(祝)、11月12日(日)、12月10日(日)、6年1月14日(日)(計9回) 場同センター、善福寺川流域のフィールド、秋川流域ほか 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・在学の小学3年生～中学生とその保護者 定10組20名(抽選) 費1組1万5000円(保険料を含む。8月は別途宿泊費ほか) 申NPO法人すぎなみ環境ネットワークホームページから、3月23日までに申し込み

◆勝沼城跡森林ボランティア

開4月16日(日)、5月21日(日)、6月18日(日)、7月16日(日)、9月17日(日)午前9時30分～午後3時(雨天中止) 場集合=JR青梅線東青梅駅マルフジスーパー前 対区内在住・在勤・在学で中学生以上の方 費各100円(保険料) 申電話・Eメール(12面記入例)で、3月16日～各実施日3日前に同センター 他作業用の服・靴・手袋(軍手可)・雨具・昼食持参

◆ネイチャーゲーム
～和田堀公園であそぼう

開4月23日(日)午後1時30分～4時(雨天中止) 場集合=和田堀公園内ひょうたん池と釣り堀(武蔵野園)の間の広場 師すぎなみシェアリングネイチャーの会 対区内在住・在学で4歳以上のお子さんとその保護者 定15組30名(抽選) 費1組200円(保険料) 申NPO法人すぎなみ環境ネットワークホームページから、3月26日までに申し込み

…… いずれも ……

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

荻窪保健センター

◆栄養満点サロン

管理栄養士・栄養士が簡単にできる料理を紹介します。

開場定下表のとおり 費各200円 申電話で、3月31日までに荻窪保健センター栄養満点サロン担当

| 会場 | 日時・定員(申込順) |
|-----------------------|---------------------------------|
| ゆうゆう高井戸西館(高井戸西1-17-5) | 4月4日(火)午前10時～11時30分 定12名 他上履き持参 |
| 井草地域区民センター(下井草5-7-22) | 4月11日(火)午後1時30分～3時 定13名 |
| 和泉保健センター(和泉4-50-6) | 4月14日(金)午前10時～11時30分 定10名 |
| 高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) | 4月18日(火)午前10時～11時30分 定8名 |
| ゆうゆう永福館(永福2-4-9) | 4月21日(金)午前10時～11時30分 定7名 他上履き持参 |
| 荻窪保健センター(荻窪5-20-1) | 4月24日(月)午後1時30分～3時 定10名 |

◆足腰げんき教室

開場定下表のとおり 師健康運動指導士 申はがき(12面記入例)に番号・希望会場(1カ所)も書いて、3月31日までに荻窪保健センター足腰げんき教室担当

| 番号 | 会場 | 日時(計4回)・定員(抽選) |
|----|------------------------|--|
| 1 | JA東京中央城西支店(成田東5-18-7) | 5月11日～6月1日の毎週木曜日、午後1時30分～3時30分 定15名 |
| 2 | コーシャハイム方南町GC(和泉4-44-1) | 5月10日～31日の毎週水曜日、午前9時30分～11時30分 定12名 他上履き持参 |
| 3 | 高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) | 5月2日～30日の火曜日、午後1時30分～3時30分(5月9日を除く) 定15名 |

…… いずれも ……

対区内在住の65歳以上で当日に介助の必要がない方 開荻窪保健センター(〒167-0051荻窪5-20-1 ☎3391-0015) 他お持ちの方は、はつらつ手帳持参。長寿応援対象事業

スポーツ①

競技大会

ターゲット・バードゴルフオープン大会

開4月14日(金)午前11時～午後4時 場

ありがとうございました

新型コロナウイルス感染症に係る寄贈について

寄贈された物品は、新型コロナウイルス感染症の予防・拡大防止等に活用していきます。—— 問い合わせは、総務課へ。

主な寄贈品と寄贈者(2月1日現在。敬称略・順不同)

※「広報すぎなみ」1月15日号以前の掲載分を除く。

●抗原定性検査キット:下奥重望=20テスト

TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 対区内在住・在勤・在学の高校生以上で経験者 定50名(抽選) 費500円 申往復はがき(12面記入例)で、4月7日までに鈴木本司(〒167-0051荻窪4-13-17) 開鈴木 ☎090-3696-7454(午前9時～午後8時) 他ゴルフグローブ・クラブ・マット持参(クラブ・マットは貸し出し可)

区民体育祭 レスリング

開5月4日(祝)午前9時 場TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 対種目=幼児・小学生・中学生の部 対区内在住・在学の方(要スポーツ保険加入。小学生以下は保護者同伴) 費1000円 申開電話で、4月20日までに区レスリング協会・成國 ☎080-3155-2838 他健康保険証持参。車での来場不可

スポーツ教室

楽しく健康タイム①アロマヨガ ②アロマヨガ&ストレッチ

開4月4日～6月20日の第1・3・5火曜日①午前11時～正午②正午～午後1時 場高円寺みんなの体育館(高円寺南2-36-31) 師植村真希 対区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各50名(先着順) 費各410円。①②連続受講610円 開高円寺み

んなの体育館 ☎3312-0313

健康ウォークすぎなみポールをもって歩く運動をはじめよう

開4月29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) 師全日本ノルディック・ウォーク連盟講師 大方孝 対3km程度歩ける方 定20名(申込順) 費1100円(保険料を含む。別途ポールレンタル料550円) 申開電話で、4月27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

障害者のためのわいわいスポーツ教室「ボールで遊ぼう」

開5月13日(土)午前10時～11時15分 場下高井戸運動場(下高井戸3-26-1) 対区内在住・在勤・在学の15歳以上で障害のある方とその介助者 定10組程度(抽選) 申申込書(スポーツ振興課「区役所東棟6階」、区体育施設、区障害者施設、障害者福祉会館、障害者交流館で配布。区ホームページからも取り出せます)を、4月12日までに同課へ郵送・持参 開同課



ま ち の 湯 健 康 事 業

身近なまちのお風呂屋さんで月に1度の健康づくり

開場定下表のとおり 師シルバー人材センターほか 対区内在住で60歳以上の方 開各公衆浴場(午後1時以降) 他てぬぐい体操は手拭い持参。長寿応援対象事業



4～6月のまちの湯健康事業

| 浴場名(所在地) | 電話番号 | 内容・日時・定員(先着順) ★は予約制 |
|------------------|------------|---|
| 弁天湯(高円寺南3-25-1) | ☎3312-0449 | てぬぐい体操★ 4月5日(水)、5月10日(水)、6月7日(水)午後2時 定各7名 |
| なみのゆ(高円寺北3-29-2) | ☎3337-1861 | 元気塾 椅子に座って健康体操★ 4月16日(日)、5月21日(日)、6月18日(日)午後2時 定各8名 |
| 小杉湯(高円寺北3-32-2) | ☎3337-6198 | てぬぐい体操★ 4月12日(水)、5月10日(水)、6月14日(水)午後2時 定各7名 |

| 浴場名(所在地) | 電話番号 | 内容・日時・定員(先着順) ★は予約制 |
|----------------------|------------|---|
| 玉の湯(阿佐谷北1-13-7) | ☎3338-7860 | 太極拳★ 4月19日(水)、5月17日(水)、6月21日(水)午後1時30分 定各7名 |
| 杉並湯(梅里1-13-7) | ☎3312-1221 | 健康エアロピクス★ 4月12日(水)、5月10日(水)、6月14日(水)午後2時30分 定各6名 |
| ゆ家とごころ吉の湯(成田東1-14-7) | ☎3315-1766 | 健康エアロピクス 4月1日(土)、6月3日(土) てぬぐい体操 5月21日(日)/いずれも午後0時30分 定各6名 |
| 第二宝湯(本天沼2-7-13) | ☎3390-8623 | 気功太極拳★ 4月9日(日)、5月14日(日)、6月11日(日)午後2時 定各8名 |
| 井草湯(下井草5-3-15) | ☎6913-7226 | 健康エアロピクス★ 4月5日(水)、5月17日(水)、6月7日(水)午後1時15分 定各8名 |
| 秀の湯(桃井4-2-9) | ☎3399-6112 | かっぱれとパントマイム★ 4月11日(火)、5月9日(火)、6月13日(火)午後2時 定各8名 |
| 文化湯(西荻北4-3-10) | ☎3390-1051 | 自強術 4月9日(日)、5月14日(日)、6月11日(日)午後2時30分 定各7名 |
| 湯の楽代田橋(和泉1-1-4) | ☎3321-4938 | てぬぐい体操★ 4月11日(火)、5月9日(火)、6月13日(火)午後1時45分 定各10名 |
| 大黒湯(和泉1-34-2) | ☎3328-2137 | てぬぐい体操 4月16日(日)、5月21日(日)、6月18日(日)午後1時30分 定各18名 |

※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。

スポーツ②

荻窪体育館

◆楽しく健康タイム ダンスエクササイズ①基礎②応用クラス

時 4月5日～6月28日の水曜日①午前11時～正午②正午～午後1時（毎月第3水曜日、祝日を除く） 師 Yumi 費 各410円。①②連続受講610円

◆ふらっとエクササイズ

～腰痛予防のリフレッシュヨガ

時 4月8日、5月13日・27日、6月10日・24日、7月8日・22日、8月26日、9月9日・23日/いずれも土曜日、午前11時10分～午後0時40分 師 戸井田ノリシゲ 費 各600円

…… いずれも ……

場 荻窪体育館（荻窪3-47-2 ☎3320-3381） 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方（中学生を除く） 定 各50名（先着順）

TAC杉並区上井草スポーツセンター

◆親子で①②側転③④逆上がり特訓

時 3月27日(月)・30日(木)①②午後3時15分～4時15分③④4時30分～5時30分 場 27日=①③同センター▶30日=②④TAC杉並区妙正寺体育館（清水3-20-12） 区内在住・在勤（保護者）・在園・在学で未就学児～小学生のお子さんとその保護者 定 各20組40名（抽選） 費 各1組800円 申 ①③同センター②④TAC杉並区妙正寺体育館ホー

ムページから、3月22日までに申し込み 結果は3月23日以降に通知

◆マット運動 回転技に挑戦しよう

時 ①3月27日(月)②30日(木)午後5時45分～6時45分 場 ①同センター②TAC杉並区妙正寺体育館（清水3-20-12） 区内在住・在勤（保護者）・在学で後転ができる小学生 定 各15名（抽選） 費 各800円 申 ①同センター②TAC杉並区妙正寺体育館ホームページから、3月22日までに申し込み 結果は3月23日以降に通知

◆成人水泳少人数制グループレッスン

時 3月29日(水)・31日(金)午前9時5分～9時35分・9時45分～10時15分・午後1時～1時30分・1時40分～2時10分 場 同センター 距離=12.5m 区内在住・在勤・在学で18歳以上の方（高校生を除く） 定 各4名（抽選） 費 各1500円 申 同センターホームページから、3月15日午前9時～22日に申し込み 水着・水泳キャップ・ゴーグル持参

◆春季子ども水泳短期教室

時 3月29日(水)～31日(金)①午前10時30分～11時30分②11時45分～午後0時45分（各計3回） 場 同センター 対 ①2歳半のおむつのとれたお子さん～未就園児②小学生 定 各15名（抽選） 費 各4080円 申 同センターホームページから、3月15日午前9時～22日に申し込み 水着・水泳キャップ・ゴーグル持参

◆プレキッズ&マミーサッカー教室

時 4月12日(水)・19日(水)・26日(水)①午前10時～10時50分②11時～11時50分 場 同センター 師 FC東京普及部コーチ 区内在住・在勤（保護者）・在園で①2歳②3・4歳のお子さんとその保護者 定 各15組30名（申込順） 費 各1組570円（子育て応援券利用可） 申 同センターホームページから申し込み

◆年少サッカー教室

時 4月13日(木)午後3時20分～4時 場 同センター 師 FC東京普及部コーチ 区内在住・在勤（保護者）・在園の年少のお子さん 定 15名（申込順） 費 800円 申 同センターホームページから申し込み

◆スマイルサッカー教室

時 4月27日(木)午後5時30分～6時40分 場 同センター 師 FC東京普及部コーチ（中級障害者スポーツ指導員） 区内在住・在勤（保護者）・在学の小学生、走ることができる障害児 定 30名（申込順） 費 690円 申 同センターホームページから申し込み

…… いずれも ……

場 TAC杉並区上井草スポーツセンター（上井草3-34-1 ☎3390-5707）

杉並第十小学校温水プール

◆木曜アクアサイズ

①ベーシック②シェイプアップ 時 4月13日～6月22日の①第2木曜日②第4木曜日/いずれも午前10時～10時

55分 師 日本アクアサイズ協会 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方（中学生を除く） 定 各20名（申込順） 費 各500円 申 電話で、各実施日7日前の午前10時から同プール

◆プレスト（平泳ぎ）ナイト

時 4月14日(金)・28日(金)①午後7時～7時50分②8時～8時50分 師 HIKARU 区内在住・在勤・在学で15歳以上の①泳法によらず25m②平泳ぎで25m程度泳げる方（中学生を除く） 定 各10名（申込順） 費 入場料 申 電話で、各実施日7日前の午前10時から同プール

◆泳力アップ 中級コース

時 4月16日(日)午前11時～11時55分 師 高見沢美恵子 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方（中学生を除く） 定 8名（申込順） 費 入場料 申 電話で、4月9日午前10時から同プール

◆小学生チャレンジスイム教室

時 4月18日～6月27日の火曜日①午後4時15分～5時15分②5時35分～6時35分（5月2日・30日、6月6日を除く。各計8回） 師 ニッセイファシリティ 区内在住・在学の5年度小学①1・2年生②3～6年生 定 各20名（抽選） 費 各8800円 申 往復はがき（12面記入例）で、3月27日までに同プール

…… いずれも ……

場 杉並第十小学校温水プール（〒166-0012和田3-55-49 ☎3318-8763） 車での来場不可

4年度の区指定有形文化財が決まりました

—— 問い合わせは、生涯学習推進課文化財係へ。

区指定有形文化財【歴史資料】

尾崎喜八関係資料（ガラス乾板附ネガフィルム）（747点）

大正末～昭和戦前期にかけて区に住んだ詩人・尾崎喜八が区内外の風景・人物などを撮影したガラス乾板とネガフィルムです。

資料からは、尾崎の嗜好や生活環境、交友関係などがうかがえると同時に、カメラが希少な時期に撮影された区内外の写真は貴重であり、農村の面影を残す当時の区内の自然や生活風景も収められています。

写真を自らの創作の背景を説明する手段としても利用した尾崎の乾板は、尾崎自身や作品の理解に資する資料であり、詩人・尾崎喜八を考察する上で欠くことのできない貴重な資料です。



▲玉川上水（昭和7年 高井戸）



▲善福寺川（昭和8年 荻窪）

尾崎喜八（明治25年 - 昭和49年）

自然と音楽を愛した尾崎は、高村光太郎の文章に触れ文学の道を志し、ロマン・ロランに傾倒し、独自の詩境を深めました。また、自然観察や登山にも情熱を注ぎ、尾崎の自然や山に対する思いは作品によく表れています。



▲尾崎喜八 自画像（昭和12年）



▲高村光太郎と尾崎喜八一家（昭和8年 高村のアトリエ前）

区指定有形文化財【考古資料】 向方南遺跡出土縄文時代遺物（追加）（87点）

向方南遺跡第5次調査（E地点）で発掘された出土遺物を追加指定しました。神田川右岸の旧河道の川底に堆積した土壌から、縄文時代前期～後期の土器、石器、土製品、石製品、木製品等のさまざまな材質の遺物が出土し、なかでも木製品や編組製品の残存状態が良好でした。

資料からは、神田川流域で生活していた縄文人が、土器や石器だけでなく、木製品・竹製品を利用した豊かな生活をしてきたことがうかがえます。

高台付椀や藍胎漆器椀は、区内で初出の資料であり、都内でも非常に貴重な資料です。



▲櫛

▲高台付椀

▲藍胎漆器椀

4月1日から努力義務になります！ 大切な命を守るために

自転車用ヘルメットで安全・安心に

—— 問い合わせは、杉並土木事務所交通安全係 ☎3315-4178へ。

道路交通法が改正され、4月1日から、全ての自転車利用者はヘルメットの着用に努めることとされました。大人も子どももヘルメットを着用し、自転車を安全に利用しましょう。

生死を分けるヘルメット

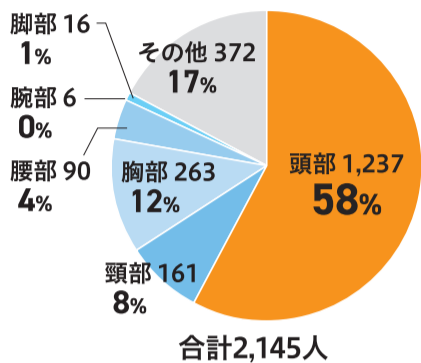
自転車利用中の交通事故で亡くなられた方の約6割が頭部に致命傷を負っています(図1)。また、ヘルメットを着用していなかった方の致死率は、着用していた方に比べ約2.2倍高くなっています(図2)。自転車事故による被害を軽減するためには、頭部を守ることが大変重要です。

自転車安全利用五則

- ①車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先
- ②交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- ③夜間はライトを点灯
- ④飲酒運転は禁止
- ⑤ヘルメットを着用

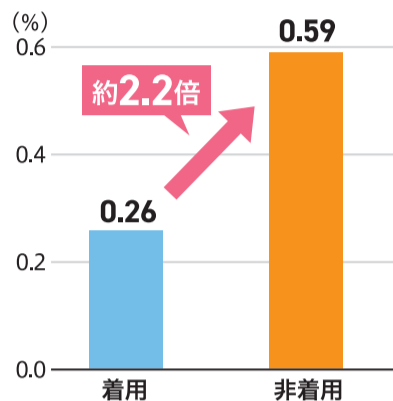


図1 自転車乗用中死者の人身損傷主部位(致命傷の部位)(平成29年～令和3年合計)



出典：警察庁ウェブサイト

図2 自転車乗用中のヘルメット着用状況別の致死率(平成29年～令和3年合計)



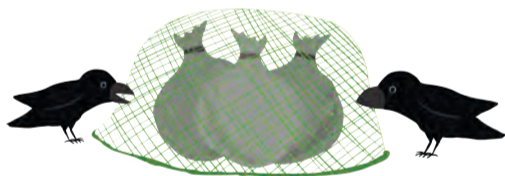
カラスによる被害を減らすために

4～7月ごろはカラスの繁殖期にあたります。この時期の親鳥は非常に警戒心が強く、「カラスに威嚇や攻撃を受けた」などの相談が数多く寄せられます。このような被害を減らすため、身近なところからカラス被害の対策をしましょう。

—— 問い合わせは、環境課生活環境担当へ。

カラス被害の対策

- 巣の材料になる針金ハンガーは片付けましょう
- 巣を掛けやすい枝は剪定しましょう
- ごみ集積所ではカラスネットを利用し、管理しましょう
- カラスへの餌付けはやめましょう



襲われそうになったら

カラスに襲われそうになったら巣の場所を確認し、避けて通りましょう。迂回ができない場合は、帽子をかぶるか傘を差してください。カラスは背後から頭を狙い、脚で蹴ってきます。

区では、民有地にカラスの巣があり、人に危害を加える恐れがある場合に、卵やひなの捕獲(その際に巣の撤去)を行っています。

相談は、環境課「有害鳥獣等相談110番」☎5307-0665(月～金曜日、午前8時30分～午後5時(祝日を除く))へ。

なお、民有地以外(都立公園、電柱・鉄塔など)にあるカラスの巣については、各施設管理者へ相談してください。

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

春爛漫・善福寺川ウォーキング 4月8日(土)午前10時～正午(雨天中止) / 集合=区役所中杉通り側入り口前/山室京子ほか/区内在住・在勤・在学の方/25名(申込順) / 400円(保険料を含む。小学生以下無料) / 往復はがき(12面記入例)で、4月5日までにNPO法人杉並環境カウンセラー協議会(〒167-0051 荻窪5-15-7白鳳ビル202) / 同協議会 ☎3392-0606(午前10時30分～午後3時30分) / 長寿応援対象事業

講演・講座

石けん作り体験 4月7日(金)午前10時30分～正午 / 環境活動推進センター / 区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 / 10

名(申込順) / 申込電話・Eメール(12面記入例)で、3月16日～30日にNPO法人すぎなみ環境ネットワーク ☎5941-8701 / kouza@ecosuginet.jp(午前9時～午後5時(水曜日を除く)) / 軍手・エプロン持参

歴史講演会「ひとすじのヒコキ雲 飯沼金太郎の生涯」 4月15日(土)午後1時30分～3時30分 / 阿佐谷地域区民センター / 近代航空史研究者・小暮達夫 / 80名(先着順) / 500円 / 申込電話・Eメール(12面記入例)で、4月17日までに杉並青色申告会 ☎3393-2831 / seminar@aairo.org / 長寿応援対象事業

シニア向けスマートフォンセミナー 4月18日(火)午後1時～2時30分・3時～4時30分 / 産業商工会館 / auショップ荻窪駅前店・金子泰武 / 区内在住の方 / 各12名(申込順) / 各1000円 / 申込電話・Eメール(12面記入例)で、4月17日までに杉並青色申告会 ☎3393-2831 / seminar@aairo.org / 長寿応援対象事業

午後2時～4時 / 山中整形外科内科クリニック(西荻南2丁目) / 理学療法士・尾崎智之 / 区内在住・在勤・在学の50歳以上で、30～40分座位ができる方 / 10名(申込順) / 申込電話で、4月19日までに山中整形外科内科クリニックリハビリテーション科・藤田 ☎3335-5080

その他

税金なんでも相談会 3月25日(土)午前9時～正午 / 東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目) / 申込電話で、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

司法書士による無料相談会 4月5日(水)午後1時～4時 / 区役所1階ロビー / 申込電話で、東京都司法書士会杉並支部 ☎5913-7452

電話による不動産に関する無料相談 4月6日(木)午後1時～4時 / 申込電話で、東京都宅地建物取引業協会杉並支部①

☎3311-4999② ☎3311-4937(①は実施日のみ)

フレンドリーげんき(東京広域勤労者サービスセンター)会員募集 区内の従業員500人以下の事業所や商店で働く従業員・事業主のための福利厚生事業(事業所単位で、従業員全員と事業主が入会) / 1名当たり入会金200円、月500円 / 申込電話で、フレンドリーげんき杉並区営業所 ☎6279-9117

自衛官等募集 種目・資格 ①幹部候補生(一般、歯科・薬剤科) = 22～25歳(院卒者は27歳まで) ②一般曹候補生 = 18～32歳 ③予備自衛官補(一般・技能) = 18～33歳(技能は18歳以上で国家免許を有する方) ④自衛官候補生 = 18～32歳 ▶ 受け付け = ①1回目 = 4月14日まで ▶ 2回目 = 6月15日まで ②5月9日まで ③4月6日まで ④通年 / 自衛隊東京地方協力本部高円寺募集案内所 ☎3318-0818

※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。

春の新緑を感じよう

大田黒公園 新緑ライトアップ

紅葉ライトアップが好評の大田黒公園で、新緑のライトアップを行います。
みずみずしいモミジが織り成す幻想的な新緑風景をぜひご堪能ください。

—問い合わせは、大田黒公園管理事務所 ☎3398-5814へ。

開催期間

4月7日(金)～16日(日)

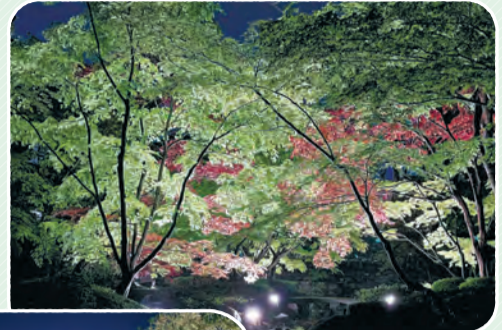
ライトアップ時間

午後6時～9時(入園は8時30分まで)

時 通常開園=午前9時～午後5時(入園は4時30分まで) ▶ライトアップ=午後6時～9時(入園は8時30分まで) 場 大田黒公園(荻窪3-33-12) 費 300円。小中学生100円(通常開園は無料) 他 三脚使用不可(一脚は可)。車での来場不可。小学生以下は保護者同伴

新緑コンサート

時 4月8日(土)午後3時～3時40分(雨天中止。予備日=4月9日(日))
内 和楽器の演奏(箏、津軽三味線ほか)



行ってみよう!



オーケストラの奏でる美しい音色をあなたに

日本フィル杉並公会堂シリーズ



SUGINAMI CITY & Japan Phil. 1994

ぜひお越しください!

時 ①5月27日(土)②6月29日(日)午後3時～5時 場 杉並公会堂(上荻1-23-15) 内 出演=①大友直人(指揮)、牛田智大(ピアノ) ②下野竜也(指揮)、角野隼斗(ピアノ) ▶曲目=①モーツァルト「ピアノ協奏曲第24番」、ラヴェル「ボレロ」ほか②バルトーク「ピアノ協奏曲第3番」、ベートーベン「交響曲第6番『田園』」ほか 対 小学生以上の方 費 5席5300円。A席4200円。B席3100円(いずれも指定席) 申 間 チケット販売窓口=電話で、杉並公会堂 ☎5347-4450(午前10時～午後7時。臨時休館日を除く。②は3月19日から)。またはチケットぴあから申し込み 他 ②販売初日は電話のみ受け付け。託児あり(事前申込制。有料。電話で、マザーズ ☎0120-788-222)



▲大友直人(指揮)
©Rowland Kirishima



▲牛田智大(ピアノ)
©Ariga Terasawa



▲下野竜也(指揮)
©Naoya Yamaguchi



▲角野隼斗(ピアノ)
©ogata_photo

4月からの新型コロナワクチン接種について

国は、新型コロナワクチンを無料で接種できる現状の「特例臨時接種」を、4月以降も継続する方針です。国から示された方針案は以下のとおりです(3月8日現在)。

初回接種を完了した以下の方を対象に接種を実施します。

- 65歳以上の方、基礎疾患を有する5～64歳の方、医療従事者等に、5月8日以降接種を実施
- 5歳以上の全ての方に、9月以降接種を実施

※現在12歳以上の方に実施しているオミクロン株対応2価ワクチン等の接種は、5月7日で終了します。未接種で接種を希望する方は5月7日までに接種を完了してください。
※生後6カ月以上の初回接種を受けていない方には、引き続き初回接種を実施します。
※初回接種=生後6カ月～4歳の方は1～3回目接種、5歳以上の方は1・2回目接種を指します。

区でも、国の方針に従い、接種体制づくりを進めていきます。詳細が決まり次第、区ホームページ等(右2次元コード)でご案内します。

—問い合わせは、杉並区新型コロナワクチン接種コールセンター ☎0120-023-015へ。



小児(5～11歳)のオミクロン株対応2価ワクチン接種について

初回接種が完了した5～11歳の方は、3回目接種から新たにオミクロン株対応2価ワクチンを接種できます。3回目接種を従来型ワクチンで接種済みの方は、4回目としてオミクロン株対応2価ワクチンを接種できます。接種間隔は最後の接種から3カ月です。初回接種を未接種の方は、まず初回接種を従来型ワクチンで接種してください。また、区内医療機関では3月15日以降順次、集団接種会場では3月26日以降の接種から接種するワクチンの種類が切り替わる予定です。詳細は、区ホームページをご覧ください。

—問い合わせは、杉並区新型コロナワクチン接種コールセンター ☎0120-023-015へ。