

広報 すぎなみ

Suginami



みどり豊かな 住まいのみやこ

{ 4/15 }
令和5年(2023年)
No.2351

僕らの居場所を、
僕らの力で支える。

全国的にも珍しく貴重な、中高生のための児童青少年センター（ゆう杉並）は、4年9月で開設25周年を迎えました。芸術・音楽・スポーツなどあらゆる体験ができる同施設には、中高生世代で組織する「中・高校生運営委員会」を設置しています。中高生にとって魅力溢れる、より良い居場所づくりのために活動する委員の皆さんにお話を伺いました。



特集

人
すぎなみピト

ゆう杉並 中・高校生運営委員会

〒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。



ゆう杉並 中・高校生運営委員会

ゆう杉並 中・高校生運営委員会とは？

「ゆう杉並」が、中高生にとってより魅力的で、居心地の良い場になることを目指して活動しています。利用者からの声をもとに、事業や施設の使い方を話し合い、お互いの個性を發揮しながら職員に提案をしたり、みんなで一緒に楽しめるイベントを企画・運営したりしています。

ゆう杉並 中・高校生運営委員会の委員を募集しています！ 15面へ



プロフィール(左から)：松下心優(まつした・みゆう) 小学4年生から「ゆう杉並」に通い、中学1年生より運営委員会に参加。/立岩幹大(たていわ・かんた) 小学2年生から「ゆう杉並」に通い、高校1年生より運営委員会に参加。4年度に委員長を務めた。/岩藤あい(いわとう・あい) 高校の近所にあった「ゆう杉並」の新入生歓迎ウイークを訪れたことをきっかけに、高校1年生より運営委員会に参加。

祝！25周年！ 「ゆう杉並」ってどんなところ？

「ゆう杉並」は、中高生が芸術・音楽・スポーツなどの自主的な活動を通して、生き生きと交流できる児童館です。

ゆうカフェ
レジン・レーザークラフト・ミサンガなどさまざまなクラフト体験ができます。

体育室
天井が高く、開放感があり、バスケットボール・バドミントン・卓球などのスポーツができます！

スタジオ
個人でもグループでも利用できます。バンド・楽器・ダンスの練習にオススメです！

ロビー
漫画が読めたり、友達とボードゲームや勉強ができます。1人でも大人数でも楽しめます。

児童青少年センター(ゆう杉並)
■住所：荻窪1-56-3 電話：3393-4760 ■開館日時：火～土曜日(午前9時～午後9時(自由利用は7時まで))、日曜日・祝日(午前9時～午後5時)
※部屋の予約や物品の貸し出しに「ゆうカード」の提出が必要な場合があります。詳細は、お問い合わせください。

Twitterもチェック！

▲区ホームページ

学校や学年の壁を取り払い、みんなの意見を大切にしています



「ゆう杉並」との出会い。運営委員会参加のきっかけ

—皆さんと「ゆう杉並」の出会いについて教えてください。

立岩：自宅が「ゆう杉並」(以下、ゆう杉)の近所で、小学2年生のときに通い始めました。趣味のカードゲームやスポーツをはじめ、ギターやドラムなど、ゆう杉に来ていなければ触れることもなかっただろうなと思うこともいろいろ経験しました。学校とはまた違うコミュニティで、ここに通うようになって新しくできた友達がたくさんいます。

松下：私も立岩委員長と同じ家が近所で、小学4年生のときに初めて来ました。最初は塾の夏期講習後の勉強場所という目的で利用したけど、来てみたらゲームも漫画もあり勉強の合間の息抜きもできて、すごく居心地の良い「居場所」だと思って通うようになりました。

岩藤：私は高校がゆう杉の近所にあり、学校でゆう杉の「新入生歓迎ウイーク」の案内を見て行って見たのが初めてでした。

—「ゆう杉並 中・高校生運営委員会」に参加しようと思ったのはなぜですか？

岩藤：初めて行ったときに、しゃべるのがすごく上手な先輩がいて、運営委員会があるからやってみない？ と声をかけてもらったんです。それが今の立岩委員長。それまで校外活動などでアピールできるものがなく、高校生になったら何かに挑戦したいと考えていたので、やってみようと思いました。

松下：私は中学生になったタイミングで、父と母から運営委員会に入ってみたら？ と勧められたのがきっかけです。生まれ育った地域でもあり、慣れ親しんだ場所なので、やってみたいなと思い、参加しました。

立岩：僕は小学生のときから長く通ってきたので、高校を卒業する前に何かしらゆう杉に恩返しをしたいという思いがありました。そこで高校1年生から運営委員会に入り、今年度(取材時)高校3年生で委員長を務めさ



せてもらいました。

訪れた人たちの「楽しかった！」が原動力に

—運営委員会ではどのような活動をしているのでしょうか？

立岩：月に2・3回、学校終わりの時間などにゆう杉に集まって運営委員会を開き、その時々の議題をみんなで話し合います。内容は利用者の意見を踏まえて利用ルールの見直しを検討したり、地域の他の施設から依頼のあったイベントの手伝いをしたりするなどさまざまです。活動の一つには年1回の「ゆう杉祭」という大きなイベントもあります。委員会主催のイベントとして企画立案・運営に携わるほか、ゆう杉の中には部活動のような公式活動があり、各活動で出し物があるので、そのサポートも担います。

岩藤：私たち運営委員会としても企画をして出し物をするので、そちらの準備もあります。

松下：「ゆう杉祭」は本当に学校の文化祭みたいだね。準備は大変だけど、学校のように先輩・後輩の上下関係や先生の指示はなく、学校も学年も超えて自主的に考えて行動することができるので、活動しやすいし、やりがいもあってとても楽しいです。



—中学生と高校生と一緒に活動するのが特徴的ですが、良いと感じるのはどんな点ですか？

立岩：運営委員会では、互いに学校や学年の壁を取り払って接しています。学校では上下関係を学ぶ一方で、運営委員会ではそれとはまた別の大切なコミュニケーションを学べるのではないのでしょうか。多様な人が集まったときのコミュニケーション方法を身に付けられる良い機会だと思います。

岩藤：立岩委員長は本当に壁を感じさせないんです。会議や活動に向き合

うときは真摯で、そうでないときはとてもフレンドリーですごく接しやすい。私自身、高校生になるまで学年を超えて交流するような機会にあまり慣れていなかったのが、運営委員会に入ったことがきっかけとなり、ゆう杉の職員さんや委員の仲間たちと一緒に考えて体験し、何かを達成することで、より世界が広がったように感じます。

松下：私は中学生なので、最初は高校生の中に入っていきことに緊張していました。でも、みんなとても優しく親切に接してくれて、いろいろなことを教えてもらっていると実感しています。年下の自分の意見も平等に受け止め、しっかりと耳を傾けてもらえるし、意見が採用されるととてもうれしいです。

岩藤：みんなの意見が大切にされる、みんなが主人公になれる場だね。学年を超えて、お互いがリスペクトし合っているなと感じます。

—運営委員をやっていて良かったと感じるのはどんなときですか？

岩藤：やはり利用者から感謝の声もらったときですね。運営委員会で話し合い、何かを実施したところで結局それが本当に利用者のためになっているのかは、なかなか分かりません。そんな中「楽しかった」「ありがとう」などの声を聞けると、自分たちの活動が人のためになっている、人を幸せにできたのだと実感できて、充実した気持ちになります。

松下：「楽しかったね」と言いながら帰っていく子を見ると、頑張ってたよかったと思うよね。自分がゆう杉に連れてきた友達が、楽しんで帰ってくれるときもうれしいです。

立岩：僕は高校生活の3年間がまさにコロナ禍の3年間で、学校での活動が制限されてあらゆる行事が中止や縮小になってしまったんです。そんな何もない時期に、「ゆう杉祭」をはじめ、運営委員会として仲間たちと色々な活動ができたことはすごく貴重でした。青春してるな、と思える瞬間をもらった。運営委員会に参加して本当に良かったと心から思います。



元気になれる場所「ゆう杉並」にぜひ来てほしい

—皆さんにとってゆう杉はどんな存在だと言えますか？

松下：自分にとっての「心のよりどころ」かな。以前夏休みの課題で職業インタビューがあり、ゆう杉の職員さんにインタビューをしました。そのときに「みんなの心のよりどころになる場所をつくりたい」と話していて、すごく印象に残りました。自分にとってゆう杉はまさにそんな場所です。

岩藤：私は「第二の学校」だと思っています。感覚としては、人間性を育むための学校。職員さんはいつも私たちの自主性に委ねてくれて、何かを提案したときにすぐに否定をしない。難しそうなことでも、一度考えてみようよと励まし、全力で応援してくれます。さまざまな人の協力を得て、自分たちは成長しているんだと実感できる場所です。

立岩：本当にそのとおりだね。僕は11年間通う中で、職員さんに何かを「やりなさい」と強要されたことは一度もないです。何かやるときはいつも「できるよ、やってみなよ」と一緒になって可能性を見だしてくれて、背中を押してくれました。そういった職員さんも含めて、僕にとってゆう杉は「家族」のような存在。もうすぐ卒業だと思うと感慨深く寂しいです。でも、ここで得た経験がきっと次の人生のステージで生かされていくと信じています。

—最後に区内の中学生へ向けてメッセージをお願いします。

松下：ゆう杉に来たことがない人は、ほんの少しの時間でもいいので来てみてほしいです。来ればきっと「また来たい！」と思える場所です。

岩藤：中学生を応援してくれる場所でもあるので、ぜひ来てほしいです。私自身もそうだったように、新しい出会い、新しい価値観が見つかり、きっと世界が広がります。

立岩：ゆう杉は、一言で言えば「元気になれる場所」。ゆう杉に、そして「ゆう杉並 中・高校生運営委員会」に少しでも興味があれば、ぜひ一度遊びに来てください。明るくて楽しい仲間たちが待っています！

区からのお知らせ

SUGINAMI INFORMATION

保険・年金

老齢基礎年金を請求する方へ

老齢基礎年金は、国民年金の保険料納付済み期間、免除・猶予期間、厚生年金・共済組合の加入期間および合算対象期間などが合計10年以上ある方が、原則65歳から受給できます。受給するためには請求が必要で、受け付けは65歳の誕生日前日からです。なお、請求書は事前に日本年金機構から送付されます。

また、繰り上げ請求（受給開始を早めて、60～64歳の間に減額された年金を受け取る）や、繰り下げ請求（受給開始を遅くして、66～75歳の間に増額された年金を受け取る）をすることができます。繰り下げ請求の上限年齢は、昭和27年4月2日以降に生まれた方は75歳、昭和27年4月1日以前に生まれた方は70歳です。

加入期間の全てが国民年金の第1号被保険者＝国保年金課国民年金係▶国民年金の第3号被保険者期間がある方、厚生年金等（第2号）に加入したことがある方（脱退一時金を受給した期間も含む）＝杉並年金事務所☎3312-1511

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

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に支給している傷病手当金の適用期間は、5月7日までです。支給対象日の翌日から2年間、申請できます。必ず事前に電話でお問い合わせください。詳細は、区ホームページをご覧ください。

国保年金課国保給付係☎5307-0642

生活・環境

狭あい道路「重点整備路線」の追加指定

区では、首都直下地震などの災害時に円滑な避難や通行を確保するため、建築基準法第42条2項で指定

された狭い道路を4mに拡幅する「狭あい道路拡幅整備事業」を進めています。

平成28年から、同事業を計画的・積極的に推進するため、火災危険度の高い木造密集地域の道路や災害時の避難・救援拠点となる公共施設へ向かうための道路など、拡幅の必要性が高い路線を「重点整備路線」に指定し、重点的な拡幅整備に取り組んでいます。

3月に、「狭あい道路の拡幅に関する協議会」での答申に基づき、既存の4路線に追加して下表の3路線を「重点整備路線」に指定しました。

今後、区職員の戸別訪問等による働きかけ等を行い、拡幅整備を推進していきます。詳細は、区ホームページをご覧ください。

◆新たに指定した「重点整備路線」

路線番号	起点～終点	延長 (m)
5	阿佐谷北4丁目1番～阿佐谷北4丁目28番	300
6	阿佐谷北4丁目2番～阿佐谷北4丁目11番	187
7	阿佐谷南3丁目10番～阿佐谷南3丁目47番	672

※重点整備路線番号1～4は平成28年度に指定済み。

狭あい道路整備課狭あい道路係

採用情報 ※応募書類は返却しません。

特別区立幼稚園等教員

◆幼稚園・子供園教員採用候補者

資格＝平成元年4月2日以降に生まれ、幼稚園教諭普通免許状を有する方（4月1日までの取得見込みを含む）▶第1次選考日（筆記試験）＝6月18日(日) 特別区人事・厚生事務組合ホームページから、5月9日（受信有効）までに申し込み

◆幼稚園臨時的任用教員採用候補者

資格＝幼稚園教諭普通免許状を有する方▶選考方法＝書類選考（新規または直近5年間に勤務実績のない方には面接を実施） 特別区人事・厚生事務組合ホームページから申し込み

…………… いずれも ……………

勤務場所＝東京23区の区立幼稚園等（大田区・足立区を除く） 特別区人事・厚生事務組合教育委員会事務局人事企画課採用選考担当☎5210-9857

募集します

杉並区子ども・子育て会議区民委員

区の子ども・子育て支援施策・計画に子育ての当事者の意見を反映するため、審議に関わっていただける区民委員を募集します。

年3・4回程度の会議に出席▶任期＝4月～7年3月 ▶募集人数＝3名▶報酬＝会議1回の出席につき1万2000円 区内在住で小学生以下のお子さんの保護者で、月～金曜日夜間の会議に出席できる方（託児あり） 申込書（子ども家庭部管理課〈区役所東棟3階〉で配布。区ホームページからも取り出せます）に小論文「杉並区における子育て支援について」（様式自由。600～800字程度）を添えて、5月10日までに同課子ども政策担当☎5307-0686へ郵送・ファクス・持参 同担当 書類選考合格者には面接を実施。応募書類は返却しません

ささえあいサービス協力会員

日常生活を送ることが困難な高齢者や障害がある方のための掃除や食事作りほか▶謝礼＝1時間800円（家事）。1000円（介護） 18歳以上の方 電話で、杉並区社会福祉協議会ささえあい係☎5347-3131 説明会＝5月10日(水)午後1時30分～3時30分（ウエルファーム杉並〈天沼3-19-16〉）

杉並区自然環境調査 身のまわり調査員

区内の自然環境を把握するために、約5年ごとに自然環境調査を実施しています。今回は区内の両生類・爬虫類・哺乳類について、アンケート調査に協力いただける方を募集します。

調査期間＝6月～9月30日 小学生以上の方 100名（申込順） 電話で、環境課温暖化対策係☎5307-0672。またはLoGoフォーム（区ホームページ同募集案内にリンクあり）から申し込み/申込期限＝5月31日 第7次調査時の調査員も要応募

相談

住民税（特別区民税・都民税）夜間電話相談

4月27日(木)午後5時～8時30分 納税課☎5307-0634・0636

5月の専門相談の予約受付開始日の変更

5月8日～12日の専門相談（法律・税務・家事・司法書士相談）の予約は、下表のとおり受け付けます。

実施日	予約受付開始日
5月8日(月)	4月24日(月)
5月9日(火)	4月25日(火)
5月10日(水)	4月26日(水)
5月11日(木)	4月27日(木)
5月12日(金)	4月28日(金)

区政相談課

5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	18日(木)	10日(水) 17日(水)	15日(月) 午後1時30分～4時	9日(火)・31日(水) 午後1時15分 (9日は生後9カ月ごろから)	午前 12日(金) 26日(金) 午後 11日(木)	25日(木)	12日(金)	26日(金) 午後1時30分	10日(水) 午後1時30分 17日(水) 午後2時15分
高井戸 (高井戸東3-20-3) ☎3334-4304	1日(月)	18日(木) 25日(木)	11日(木) 午後1時30分～3時	9日(火) 午後1時30分	午前 1日(月) 15日(月) 午後 12日(金)	19日(金)	11日(木)	2日(火) 午後1時30分	9日(火) 30日(火) 午後1時30分 26日(金) 午前9時30分
高円寺 (高円寺南3-24-15) ☎3311-0116	16日(火)	-	-	10日(水) 午後1時30分	午前 9日(火) 23日(火) 午後 11日(木)	18日(木)	23日(火)	11日(木) 午後2時	8日(月) 午前9時30分 24日(水) 午後2時30分
上井草 (上井草3-8-19) ☎3394-1212	24日(水)	11日(木) 18日(木)	-	25日(木) 午後1時30分	午前 24日(水) 午後 10日(水)	31日(水)	-	9日(火) 午後1時30分	22日(月) 午後1時30分
和泉 (和泉4-50-6) ☎3313-9331	11日(木)	-	-	18日(木) 午後1時30分 (生後9カ月ごろから)	午前 11日(木) 午後 24日(水)	-	-	18日(木) 午後1時45分	2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付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 13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 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

その他

防犯カメラ設置の届け出状況等の公表

区は「杉並区防犯カメラの設置及び利用に関する条例」により、防犯カメラの設置利用基準の届け出状況、防犯カメラの設置・利用、画像の取り扱いについての苦情申し立ての処理状況、防犯カメラ取扱者に対する勧告の状況を、毎年公表しています。

なお、4年中に苦情申し立ての処理およびカメラ取扱者に対する勧告は、いずれも行いませんでした。

☑届け出状況(4年12月31日現在) = 総数906カ所▶

内訳=区立施設291カ所(区立施設基準に基づく届け出12施設を含む)、街角防犯カメラ196カ所、通学路防犯カメラ294カ所、民間施設125カ所 図危機管理対策課地域安全担当



戦没者遺族の慰霊巡拝

①カザフスタン共和国②中国東北地方(旧満州地

区全域)③インドネシア(ニューギニア島西部を含む)④東部ニューギニア(ニューギニア島東部)⑤北ボルネオ⑥ビスマルク諸島⑦インド⑧フィリピン⑨マーシャル諸島⑩硫黄島への慰霊巡拝の参加者を募集します。日程・参加費は地域によって異なるため、お問い合わせください。

☑①～⑩の戦域での戦没者の配偶者(再婚した方を除く)、父母、子、兄弟姉妹、孫、参加する子・兄弟姉妹の配偶者、おいめい 図都福祉保健局生活福祉部計画課援護恩給担当☎5320-4078、区保健福祉部管理課地域福祉係 図当該地域の慰霊巡拝に参加したことがない方を優先

選挙公報は4月17日からご覧になれます

杉並区議会議員選挙

—— 問い合わせは、選挙管理委員会事務局へ。

投票日 4月23日(日)

投票時間 午前7時～午後8時

※詳細は区ホームページ(右2次元コード)をご確認ください。



期日前投票

投票期間	投票所	投票時間
4月17日(月)～22日(土)	杉並区役所を含む全ての期日前投票所(14カ所)	午前8時30分～午後8時

※期日前投票は区内14カ所のどちらでも投票できます。投票日当日は区内の指定された投票所に限り投票できます。

選挙公報について

選挙公報のPDF版は、4月17日(月)午前8時から区ホームページでご覧いただけます。

選挙公報は、4月17日(月)に期日前投票所・区施設(区民事務所・図書館・区民センター)・駅の広報スタンド・郵便局(杉並・荻窪・杉並南)に設置しますのでご利用ください。

各世帯には4月17日(月)～20日(木)に直接投函します。

投票所における新型コロナウイルス感染症対策

選挙管理委員会では、有権者の皆さんが安心して投票できるよう、新型コロナウイルス感染症対策に取り組めます。皆さんのご理解とご協力をお願いします。



▲選挙のめいすいくん

ご寄附ありがとうございました



1・2月(広報すぎなみ2月15日号掲載分を除く)のご寄附(敬称略・順不同)

【社会福祉基金】平田敦子▶澤崎京太郎▶根岸弘子▶匿名および氏名のみ公表分計=12万1100円

【みどりの基金】みどりの保全=永福和泉地域区民センターまつり来場者有志=1万8636円▶本天沼集会所まつり有志=1万6497円▶成田西ふれあい農業公園来場者有志=1万1070円/ (仮称)荻外荘公園などの整備=田中久雄=5万円▶佐藤淳=1万円▶高岩万紗=1万円▶毛塚博▶上田敬裕▶匿名および氏名のみ公表分計=3万円

【NPO支援基金】匿名分計=1万円

【次世代育成基金】あいおいニッセイ同和損害保険株式会社MS&ADゆにぞんスマイルクラブ=10万円▶杉並区商店会連合会=4万円▶杉並区立中学校長会=2万3000円▶杉並区立杉並和泉学園中学部PTA=2万円▶佐藤淳=1万円▶ボーイスカウト杉並第12団育成会▶杉並区立松ノ木中学校PTA▶今村富美枝▶近喰ふじ子▶黒川哲子▶匿名および氏名のみ公表分計=40万6394円

【杉並区応援寄附金】森田邦彦▶匿名および氏名のみ公表分計=10万3000円

【新型コロナウイルス感染症対策寄附金】匿名分計=5000円

【動物との豊かな共生社会をめざす寄附金】茶木健介=2000円▶匿名分計=1万円

急病診療のご案内

必ず事前に電話で相談し、保険証・医療証を持参してください。未成年者の受診は、原則保護者が付き添いをお願いします。

機関	診療科目	月～金曜日	土曜日	日曜日	祝日
休日等夜間急病診療所 (杉並保健所内) ☎3391-1599	小児科	午後7時30分～10時30分	午後5時～10時	午前9時～午後10時	
	内科・耳鼻咽喉科	-			
	外科	-			
急病診療医療機関 (当番医)の案内は ☎#7399 (または☎5347-2252)	内科・小児科	-	-	午前9時～午後5時	
歯科保健医療センター (杉並保健所内) ☎3398-5666	歯科	-	-	-	
東京衛生 アドベンチスト病院 (天沼3-17-3) ☎3392-6151	小児科	午後5時～11時	午前9時～午後5時	午後1時～5時	-
佼成病院 (和田2-25-1) ☎3383-1281	小児科	24時間受け付け			

※受け付けは終了30分前(歯科保健医療センターは1時間前)まで。受診前に各施設または医療機関へお問い合わせください。

医療機関案内・急病相談

機関	月～金曜日	土・日曜日、祝日	対応
杉並区急病医療 情報センター ☎#7399 (または☎5347-2252)	午後8時～翌午前9時	午前9時～翌午前9時	相談員
東京都医療機関 案内サービス (ひまわり) ☎5272-0303	案内 24時間受け付け		コンピューターでの自動応答
	相談 午前9時～午後8時	-	相談員
東京消防庁 救急相談センター ☎#7119 (または☎3212-2323)	24時間受け付け		相談医療チーム
子供の健康相談室 (小児救急相談) ☎#8000 (または☎5285-8898)	午後6時～翌午前8時	24時間受け付け	看護師・保健師・医師

※申し込みは「広報すぎなみ」の発行日からとなります。
※申込期限内(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。

杉並区役所 ☎3312-2111(代表) 〒166-8570阿佐谷南1-15-1

CHECK

聴 区政を話し合う会 っく オフ・ミーティング

参加者募集

—— 問い合わせは、区政相談課へ。

区長と区民の皆さんが、行政課題をテーマに直接意見交換を行う「聴っくオフ・ミーティング」の参加者を募集します。さまざまな意見やアイデアを伺い、今後の区政の参考にしていきます。

テーマ ふるさと納税を考えよう
～住民税流出額41億円という現実をふまえて

日時 5月21日(日) 第1回 = 午前10時～午後0時30分
第2回 = 2時～4時30分

- 参加者は、本募集による方のほか、無作為抽出した2000名にご案内した上で、応募された方の中から抽選により選出します。
- 第2回の会議の様子は収録・記録の上、YouTube杉並区公式チャンネル等で配信するほか、報告書に掲載します。
- 報道機関等が取材・撮影し、その後、報道・配信されることがあります。あらかじめ了承の上、ご応募ください。

区役所第4会議室(中棟6階) 区内在住で18歳以上の方 各20名程度 はがき・Eメール(12面記入例)に希望回(第2希望まで)、テーマに関する意見も書いて、区政相談課 sodan-k@city.suginami.lg.jp。またはLoGoフォーム(右2次元コード)から申し込み/申込期限=5月8日 応募状況等により参加回は区が調整



ご迷惑をおかけします

マイナンバーカード関連 の手続きの一部停止

公的個人認証システム改修のため、以下の期間はマイナンバーカード(個人番号カード)に関する手続きを一部停止します。ご理解とご協力をお願いします。

- 停止期間 5月1日(月)・2日(火)・6日(土)の終日
 - 停止する手続き 電子証明書の発行・失効手続き(再発行を含む)、戸籍の届出または転居に伴う個人番号カードの券面事項更新、個人番号カードの暗証番号初期化・再設定、個人番号カードの一時停止解除
- 区民課住民記録係

杉並芸術会館(座・高円寺) 芸術監督を募集します



区では、演劇・舞踊等の舞台芸術の創造および発信、区民の文化活動の場を提供するための拠点として杉並芸術会館を設置し、指定管理者が管理・運営しています。

このたび、現芸術監督の6月30日任期満了に伴い、下記のとおり次期芸術監督を募集します。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。

任期=7月1日～10年6月30日(再任可) ▶勤務日数=月8日程度(応相談) ▶資格=演出家や脚本家など舞台芸術関係の経験が10年以上(6月30日時点)あり、国籍問わず任期中に就労が認められる在留資格を有している、日本語での日常会話が可能なお方 ▶募集人数=1名 ▶報酬=月額35万円 ▶申込書類(区ホームページから取り出せます)を、5月10日までに文化・交流課文化振興担当へ書留郵便で郵送・持参 同担当 兼業可。書類選考合格者には6月7日(水)にプレゼンテーション・ヒアリングを実施

不妊に悩む方へ。新制度が始まります

杉並区特定不妊治療費(先進医療)助成等のご案内

区では、「東京都特定不妊治療費(先進医療)助成事業」の承認決定を受けている夫婦(事実婚を含む)に対して、保険診療の特定不妊治療と共に実施された「先進医療」に係る医療費の一部を都に上乗せして助成します。申請方法などの詳細は、決定次第、区ホームページ等でお知らせします。

—— 問い合わせは、杉並保健所健康推進課へ。

特定不妊治療費助成事業が変わりました

都では、1月から「東京都特定不妊治療費(先進医療)助成事業」を開始しています。

4年4月からの特定不妊治療の保険適用に伴い、従来の「東京都特定不妊治療費助成事業」は終了しましたが、経過措置を設けています。区は、都の承認決定を受けている従来の特定不妊治療については、経過措置も含めて都の承認決定後、1年以内の区への申請を助成の対象としています。

助成内容

先進医療に係る医療費の自己負担額から「東京都特定不妊治療費(先進医療)助成事業」による助成額を差し引いた額の2分の1(上限3万5000円)を助成

助成回数

都に準じる

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(先進医療)助成事業」の承認決定を1年以内に受けている
- ※都の助成を受けていない方は、まず都へ申請してください。
- 区の助成の申請時に、夫婦(事実婚を含む)またはその一方が区に住民登録がある
- 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

申請受付開始日

5月1日(月)

区杉並保健所健康推進課 ☎3391-1355

東京都不妊検査等助成

助成内容 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1組につき1回)

東京都不育症検査助成

助成内容 平成31年4月1日以降に保険医療機関で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1組につき1回)

いずれも

都の助成事業の詳細は、都福祉保健局ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。都福祉保健局へお問い合わせください。 区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 ☎5320-4362



広告



紹介施設は全国多数! 紹介実績19年の豊富な経験と専門知識

日本老人ホーム紹介サービスセンター



ご相談は「無料」で入居のお手伝い
www.rojin-home.com



0120-807-407
株式会社バーソンスブリッジ

※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。

万が一の災害に備えて

5年度防災用品のあっせん

あっせん品の種類

表1のとおり。詳細は、「防災用品あっせんのご案内」(区役所・区民事務所・地域区民センターなどで配布)や区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。また、防災課(区役所西棟6階)に見本品を用意しています。



申し込み・配達・支払い方法

代金は商品と引き換えにお支払いください。

①消火器・住宅用火災警報器

配達先により業者が異なります。配達地域一覧(表2①)を確認の上、直接各業者へ連絡してください。

②その他防災用品

はがき・ファクス・Eメールに郵便番号・住所・氏名・電話番号・商品(商品番号・品名・数量)を書いて、直接業者(表2②)へ。自治会などの団体で申し込む場合は、事前に電話で業者へ連絡してください。

あっせん期間

6年3月31日まで

表1 (送料込み・税込み価格)

	商品番号	品名	あっせん価格	
消火器 (※1)	1	粉末ABC消火器(1.5kg)	6500円	
	2	粉末ABC消火器(3.0kg)	9500円	
	3	強化液消火器(1.0L)	8500円	
	4	強化液消火器(3.0L)	1万円	
		消火器引き取り(1本につき)		
		A 購入時の引き取り	1000円	
		B 引き取りのみ	2000円	
住宅用火災 警報器 (※2)	5	住宅用火災警報器 煙感知用	3000円	
	6	住宅用火災警報器 熱感知用	3000円	
保存食・ 非常食	2117	ポケットワンみそ汁10袋セット(5年保存)	1560円	
	2243	その場deパスタ3種(トマト味・コーンクリーム味・和風味)×3袋セット	2974円	
	2297	ポケットワンコンソメスープ10袋セット(5年保存)	1560円	
	2299	ポケットワンわかめスープ10袋セット(5年保存)	1560円	
	2322	保存食5年 セレクトセットII(スーパー保存水<1.5L×2本>・アルファ米<ドライカレー100g・山菜おこわ100g・五目ごはん100g・梅がゆ42g>・ファイバービスケット・缶入りクラッカー・保存用ビスコ<2袋>・きなこ餅)	3754円	
	2368	野菜一日これ一本30缶セット(5年保存)	4131円	
	2380	野菜たっぷりスープ4種(トマト・豆・かぼちゃ・きのこ)×3袋セット(5年保存)	3366円	
	2411	尾西のライスクッキー(いちご風味)10食セット(5年保存。特定原材料等28品目不使用)	2386円	
	2421	スーパーバランス10袋セット(6年保存。1袋ココア味4本・全粒粉4本)	2754円	
	2437	ミルクスティック10袋セット(5年保存。1袋8本入)	2754円	
	2451	えいようかん5箱セット(5年保存。1箱60g×5個)	2754円	
	2552	杉並区特注カレーセット(5年保存。白米200g×6袋。カレー中辛3袋・甘口3袋)	2390円	
	2553	レトルトパン5種類(ブルーベリー・ミルク・チョコレート・メープル・米粉パン)×2個(1個100g)セット(7年保存)	4295円	
	2874	災害食用白がゆ(200g)10個セット(特定原材料等28品目不使用)	2478円	
	2875	災害食用梅がゆ(200g)10個セット(特定原材料等28品目不使用)	2478円	
	2877	米粉で作ったうどん(山菜うどん。1食分73g。湯の必要量280mL。特定原材料等28品目不使用)	2065円	
	2878	米粉で作ったうどん(カレーうどん。1食分73g。湯の必要量280mL。特定原材料等28品目不使用)	2065円	
	2926	アルファ米4種(白飯・赤飯・山菜おこわ・五目ごはん。1個100g)×2袋セット(5年保存)	2717円	
	2934	スーパー保存水500mL×24本(5年保存)	3965円	
	2935	スーパー保存水1.5L×8本(5年保存)	2570円	
	2957	保存用即席乾燥餅3種(きなこ・あんこ・いそべ)×3袋セット(5年保存)	4048円	
	避難・ 防災用品 (※3)	3112	LEDランタン(EX-X777D)(単1電池3本。LOW=78時間/HIGH=27時間)	4656円
		3147	キャリー・ザ・サン(携帯型軽量LEDライト。ソーラー式充電)	4011円
		3188	蓄電型LED電球(充電時間=6~10時間/点灯時間=約3時間)	2244円
		3265	手回し充電ラジオ(ICF-B09W)	2万2900円
		3306	LEDヘッドライト(GD-102D)	1664円
		3506	ポータブル電源(BN-RB62-C)(容量626Wh。AC出力500W。質量6.5kg。充電時間=約8.5時間)	7万1874円

区内の一般家庭や事業者を対象に、消火器・住宅用火災警報器や各種防災用品をあっせんしています。
—— 問い合わせは、防災課へ。



表2

区分	業者名	配達地域
①消火器・ 住宅用 火災警報器	新山防災(〒166-0011梅里2-9-9 ☎3313-8731 ☎3313-6100)	阿佐谷北・阿佐谷南・高円寺北・高円寺南・成田西・成田東・梅里・西荻北・南荻窪・清水・宮前・桃井・天沼・本天沼・上荻・荻窪・西荻南
	渡辺防災設備(〒168-0062方南1-51-6 ☎3322-8819 ☎3322-2303)	和田・方南・和泉・堀ノ内・松ノ木・大宮・久我山・松庵・永福・浜田山・高井戸西・高井戸東・上高井戸・下高井戸・井草・上井草・下井草・今川・善福寺
②その他 防災用品	東京都葛飾福祉工場「杉並区防災用品あっせん係」(〒125-0042葛飾区金町2-8-20 ☎3608-3541 ☎3608-5200 ☎suginami-tkf@tocolo.or.jp)	区内全域

	商品番号	品名	あっせん価格
避難・ 防災用品 (※3)	4231	イワタニ カセットフー 風まるⅢ(カセットコンロ)	8415円
	4237	イワタニ カセットガス6本セット(液化ブタンガス250g)	2244円
	5916	エマーゼンシーブランケット&ツインウェーブ(防災の達人)セット	1402円
	6150	コンパクト肌着セット(男性用。Tシャツ・ブリーフ・靴下・タオル各1点。材質/綿・レーヨン・ポリエステル)	2431円
	6160	コンパクト肌着セット(女性用。Tシャツ・ショーツ・靴下・タオル各1点。材質/綿・レーヨン・ポリエステル)	2431円
	6668	エレベーターチェア(スリムタイププレミアム。飲料水・ライト・トイレを収納した椅子)	8万4100円
	7179	ソールパリア(フリー(22.0~30.0cm)。材質/ポリエステル)	3179円
	7280	防じんマスク(10個)	1870円
	7349	感震ブレーカーアダプター(ヤモリ)	3721円
	7361	感震ブレーカーアダプター用オプション(ヤモリ・デ・リモート)	2420円
7362	感震コンセント(ヤモリ・デ・コンセント)	7480円	
7364	感震ブレーカーアダプター用オプション(パワーヤモリ)	5720円	
7983	タタメット ズキン3(折りたたみヘルメット。47~62cm)	3880円	
家具類 転倒防止 用品	8934	杉並区特注非常持出袋(保存水500mL×2本・乾燥梅がゆ・アルファ米<わかめご飯>・缶入りクラッカー×2缶・簡単トイレセット×3枚・救急セット)	5993円
	7037	ガラス飛散防止フィルム(ヘラ付き。縦92×横185cm)	3459円
	7039	とびらロック2組セット(止め金具<2組>・クサリ<6cm・9cm。各1本>)	1402円
	7050	家具転倒防止板 ふんばる君(2本1組。幅4.3×90cm。カット可能)	1870円
	7098	家具転倒防止器具 ふんばりくんZ(2本)	7442円
	7380	耐震シート薄型テレビ用(6枚。50×50×厚さ5mm)	2337円
	7420	不動王T型固定式2個組	3272円
	7920	家具転倒防止器具 ML-35(2本1組。25~35cm用。鋼鉄製)	8134円
	7921	家具転倒防止器具 ML-50(2本1組。35~50cm用。鋼鉄製)	8134円
	7922	家具転倒防止器具 ML-80(2本1組。50~80cm用。鋼鉄製)	8134円
7923	家具転倒防止器具 ML-110(2本1組。80~110cm用。鋼鉄製)	8602円	
トイレ・ 衛生用品	6097	トイレ用脱臭剤(保存期間10年)	1122円
	6107	さわやかトイレ ハーブの香り(10回分)	1683円
	6108	さわやかトイレ ローズの香り(10回分)	1683円
	6116	簡単トイレ(収便袋20枚)	3272円
	6118	組立式簡単トイレセット(収便袋10枚・脱臭剤4袋・収納袋)	5423円
	6126	洋式便器用簡単トイレセット(受けネット・収便袋10枚)	3478円
	6193	SKK備蓄用ウェットティッシュ(30枚入り×3袋。5年保存。ノンアルコール)	1542円
	6198	からだふきボディータオル(12枚入り×2袋。300×600mm。レーヨン不織布)	1402円
	9312	ペーパー歯磨き(8年保存)	1683円
	9355	ウェット手袋(2枚)10袋セット(5年保存)	2805円

※1. 消火器には耐用年数があります。定期的に点検・買い替えをしましょう。
 ※2. 住宅用火災警報器の取り付けは、取り付け場所により料金が異なります。表2の各業者にお問い合わせください。
 ※3. 感震ブレーカーの取り付けについては防災課までお問い合わせください。

※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

区では、「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）」および「杉並区バリアフリー基本構想」を改定するとともに、新たに「杉並区地域公共交通計画」を策定しました。

改定および策定に先立ち、「杉並区区民等の意見提出^{てつぎ}に関する条例」に基づき、「広報すぎなみ」で各案を公表し、皆さんからご意見を伺いました。改定および策定した方針のほか、頂いたご意見と区のお考え等は、都市整備部管理課（区役所西棟5階）、区政資料室（区役所西棟2階）、区民事務所、図書館で5月15日まで閲覧できます（各閲覧場所の休業日を除く）。また、区ホームページ（右2次元コード）でも閲覧できます。



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）

●意見提出期間=4年12月15日～1月31日 ●意見提出件数=252件（延べ536項目）

図都市整備部管理課企画調査係

該当箇所	頂いたご意見（概要）	区のお考え方（概要）
全般	区、区民及び事業者の協働によりまちづくりを推進してほしい。可能な限り、区民の声も活かしていただけるような仕組みを作って頂きたい。	まちづくりは、行政だけで実現できるものではなく、区、区民及び事業者等の協働により取り組んでいくものです。そのため、まちづくりの計画段階から区民等の参画を基本とし、対話を大切にしたいと考えています。
道路整備方針	都市計画道路は進めてほしい。阪神淡路大震災や東日本大震災の教訓を忘れてはいけない。都市の骨格である道路は、人が暮らす上で最も基本となるもの。 脱炭素の視点においては、車優先から人優先の道路に転換すべきで、都市計画道路自体を見直すところから始めるべき。全ての路線の見直しと中止を求める。	東京都と区市町は、都市計画道路を計画的、効率的に整備するため、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定めた「事業化計画」を策定し、見直しを行いながら事業の推進に努めています。区は、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、事業の凍結・廃止の考えはありません。ただし、事業化しているからと拙速に進めるのではなく、その町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。事業認可を取得していない区内の都市計画道路につきましては、都や隣接自治体と連携してあらためて東京都全域の将来都市計画道路ネットワークの検証を行い、必要性を確認します。また、これとは別に、区においては、未着手の路線ごとの整備効果を、例えば、防災機能の強化、環境負荷の軽減、他には、移動の快適性やアクセシビリティの向上など、これまでの費用便益分析以外の様々な観点で検証することを考えています。
交通整備方針	歩道上をスピードを出して走る自転車や並走する自転車に対して、交通規則の再教育や取締り強化をお願いしたい。自転車購入時に、交通安全教育を徹底する仕組みを作りたい。	これまででも自転車利用者に対して、交通事故の防止などの観点から啓発活動の重要性を認識し、小学校や中学校のほか、大人向けに自転車教室や街頭キャンペーンを警察や関係団体等と連携し実施しています。自転車利用者へのヘルメット着用を義務化を契機に、交通事故を防止するため、これまで以上に警察や関係団体等との連携を密にし、より一層の交通ルールやマナーの普及啓発に取り組めます。
防災・減災・事前復興まちづくり方針	中央線以北は広域避難場所、一時避難地が少ないので改善してほしい。また、人口に対して震災救援所も不足していないか。	現状では、区内において都が指定した広域避難場所以外の公園等のオープンスペースはほとんど存在しない状況です。今後は、区地域防災計画で指定している一時避難地について、引き続き広域避難場所としての指定を目指し、都と協議を進めていきます。また、現在区内には、64カ所の震災救援所があり、約10万人を収容可能人数としています。
みどり水のまちづくり方針	ゼロカーボンの観点や豪雨による洪水対策として、緑の保全、生産緑地の有効活用を期待する。	農地の保全は雨水貯留や地下水 ^{かんすい} に貢献し、グリーンインフラの考えからも重要な取組と考えています。引き続き、農地の保全に取り組んでいきます。
ゼロカーボンシティを目指すまちづくり方針	杉並区のCO ₂ 排出は、半分以上が家庭から出るものである。太陽光パネルの推進と共に、住宅の断熱化を進めて頂きたい。	区では、今後、地球温暖化対策実行計画を策定し、温室効果ガス排出量やエネルギー消費量の削減に区民、事業者の皆様との協力を頂きながら取り組んでいきます。その中で、太陽光発電の活用や住宅の断熱化など、再エネ・省エネにつながる情報の周知や再エネルギー機器の導入、窓や扉の断熱等に係る費用の助成を進めていきます。また、建築物のエネルギー消費性能の向上に関する法律に基づき、対象となる建築物についての省エネ性能を確認し、必要な指導を行います。

杉並区バリアフリー基本構想（案）

●意見提出期間=1月1日～2月6日 ●意見提出件数=4件（延べ17項目）

図都市整備部管理課都市施設担当

該当箇所	頂いたご意見（概要）	区のお考え方（概要）
心のバリアフリー	商業施設等では、エレベーターは健常者が多く利用しており、譲ってくださる方は、ほばいないため、乗るまでに10分から20分間程待つことがある。また、初めての駅は1人では怖くて行けない。	鉄道事業者や施設管理者等と連携し、エレベーターなどの施設や設備を、真に必要な方が必要な時に適切に利用できるような、バリアフリーに関する啓発活動等を行っていきます。また、頂いたご意見を鉄道事業者等に共有し、必要に応じて人的対応を行うなど、区内のバリアフリー化のため、連携・調整を図っていきます。
まち歩き点検等	バリアフリーといいながら、誰のために作ったものなのかと思うことがある。介助者がいなくても、一人で移動しやすいようなバリアフリー化をしてほしい。	区では、当事者の利用実態にあったバリアフリー化を推進するため、杉並区バリアフリー基本構想（案）を作成するにあたり、当事者等によるまち歩き点検を実施しています。また、杉並区バリアフリー推進連絡会では、施設見学等を定期的に行い、当事者の意見を取り入れながら改善、見直しを行っていきます。

杉並区地域公共交通計画（案）

●意見提出期間=1月1日～2月6日 ●意見提出件数=37件（延べ49項目）

図都市整備部管理課交通企画係

該当箇所	頂いたご意見（概要）	区のお考え方（概要）
すぎ丸	すぎ丸のおかげで駅までの便がよくなり助かっている。子どもが習い事に利用しているが、終バスの時刻が19時台であるのが難点で、利用者の活動時間を踏まえタイムスケジュールを再考してほしい。	本計画の施策「すぎ丸の魅力を高めるための再設計」のうち、具体的な取組として「運行時間・ダイヤ・回送車活用などの柔軟な見直し」を掲げており、計画の運用にあたり運行時間の見直しなどを検討してまいります。学識経験者や交通事業者、区民等で構成する「杉並区地域公共交通活性化協議会」における協議事項となり、今後の検討を進める上での参考とさせていただきます。
デマンド交通	歩きたがりの1歳の息子と妊娠中の大きなお腹を抱えて、若干遠いバス停に行くのが大変である。出産後もベビーカーでの移動で子どもを連れてバスに乗るのも気が引けるため、デマンド交通は実現したらとてもありがたい。	デマンド交通は、路線を定めずに一定の区域内を予約（需要）に応じて運行し、自宅から鉄道駅やバス停までの移動を補完する移動サービスで、近年の技術革新に伴い、昨今は都市部でも活用が進んでいます。区では、本計画に基づき、主に公共交通不便地域を対象に、高齢者や障害者、子育て世帯や妊娠中の方々など、誰もが使いやすい新たな公共交通サービスとしてデマンド交通の導入を検討してまいります。

人生100年時代を健康に過ごすために

一般介護予防事業のご案内

健康を保つために少しずつ動きのある時間を増やし、家事や趣味はもちろん、社会参加による生きがいや楽しみのある生活を心がけましょう。各事業への参加をお待ちしています。

—— 問い合わせは、荻窪保健センター介護予防事業担当☎3391-0015へ。

栄養満点サロン

管理栄養士・栄養士が健康的な食生活のヒントと簡単にできる料理を紹介しします。

時場定下表のとおり 費各200円 申電話で、4月28日までに荻窪保健センター栄養満点サロン担当☎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

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)	5月2日(火)午前10時~11時30分 定14名 他上履き持参
井草地域区民センター(下井草5-7-22)	5月9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)	5月12日(金)午前10時~11時30分 定10名
ゆうゆう永福館(永福2-4-9)	5月19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)	5月22日(月)午後1時30分~3時 定12名
高井戸保健センター(高井戸東3-20-3)	5月23日(火)午前10時~11時30分 定8名

人生100年時代！ はつらつ生活のための口腔ケアと栄養講座

いつまでもはつらつとした生活を送るために、口腔機能の低下の予防とバランスの良い食生活について学びましょう。

開①6月1日(木)②8日(木)③15日(木)午後2時~4時(計3回) 場高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) 関①お口の健康を保つためには・低栄養を防ごう②口腔ケア・栄養バランス③おいしく食べよう! お手軽レシピ紹介 関歯科衛生士・管理栄養士・健康運動指導士 関30名(抽選) 関はがき(12面記入例)で、5月8日までに荻窪保健センター口腔・栄養講座担当(〒167-0051荻窪5-20-1) 関同担当☎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

足腰げんき教室

時場定下表のとおり 関健康運動指導士 関はがき(12面記入例)に番号・希望会場(1カ所)も書いて、4月30日までに荻窪保健センター足腰げんき教室担当(〒167-0051荻窪5-20-1) 関同担当☎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

番号	会場	日時(計4回)・定員(抽選)
4	JA東京中央城西支店(成田東5-18-7)	6月8日~29日の毎週木曜日、午後1時30分~3時30分 定15名
5	コーシャハイム方南町GC(和泉4-44-1)	6月7日~28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
6	杉並保健所(荻窪5-20-1)	6月5日(月)・12日(月)・19日(月)・27日(火)午後1時30分~3時30分 定13名

いずれも

関区内在住の65歳以上で当日に介助の必要がない方

飼い主のいない猫を増やさない活動支援事業

不妊去勢手術等の費用助成

飼い主のいない猫を適切に管理し、増えないように見守る活動を支援するため、東京都獣医師会杉並支部の協力の下、猫の不妊去勢手術等の費用を助成します。詳細は、区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。

—— 問い合わせは、杉並保健所生活衛生課管理係☎3391-1991へ。

助成内容

- 区が指定する動物病院で、以下の処置を受けることができます。
- ・不妊去勢手術
 - ・マイクロチップの挿入・登録
 - ・耳カット
 - ・墮胎(妊娠中の雌のみ)
 - ・猫3種ワクチン接種
 - ・寄生虫駆除(ノミ・内部寄生虫)



科学の拠点と集会機能の複合施設

名称が「IMAGINUS」に 決定しました

10月に開設予定の、旧杉並第四小学校(高円寺北2-14-13)の跡地を活用した科学の拠点と集会機能からなる複合施設の名称が「未来をつくる杉並サイエンスラボ IMAGINUS」に決定しました。

同施設は、区が運営事業者(コングレ)に建物等を貸し付け、同事業者が独自に運営を行う科学体験施設です。何度来ても新しい発見ができる科学展示・実験教室を実施し、夏休みなどの長期休暇期間には科学の面白さに気付くきっかけとなる特別企画展を行う予定です。

施設名称の由来

「IMAGINUS」は、“私たちの未来を想像する”という意味の造語で、IMAGINE(想像)とUS(私たち)をつなげたものです。SUGINAMIのアナグラム(文字を入れ替えることで別の意味を持たせること)になっています。



IMAGINUSとは

施設案内 ワークショップルーム、科学団体活動室、企画展示室、ショップ・自由工作室、カフェ、常設展、実験工作室、モノづくり工房、映像スタジオ、集会室、体育館、多目的室

※観覧料や集会室等の予約方法等の詳細は、順次イマジナスホームページ・「広報すぎなみ」・区ホームページ等でお知らせします。

関生涯学習推進課管理係

なかま集まれ!

区主催のサークル活動をご紹介します。活動に区は関与していません。問い合わせは、直接各掲載団体へ。 1・4・7・10月の15日号に掲載

掲載の申し込み・問い合わせ

生涯学習・芸術・文化・その他
社会教育センター

(〒166-0013堀ノ内2-5-26済美教育センター内 ☎3317-6621 ☎3317-6620)
※6月以降、セシオン杉並(〒166-0011梅里1-22-32)に移転します。電話・ファクス番号は変わりません。

スポーツ(ダンス・健康的運動を含む)

スポーツ振興課施設管理係(住所・電話は区役所宛 ☎5307-0693)

生涯学習・芸術・文化

楽しい英会話サークル・米人大学講師(初中級)/ジョイフル 土曜日午後1時~3時(月2回)/荻窪地域区民センター/月3000円/☎眞船 ☎090-8742-6124

英語・会話/英語トレーニング会 月・水曜日(レベル別。約2時間30分)/佐藤宅(浜田山1丁目)ほか/各1200~1400円/☎佐藤 ☎090-8330-9689

楽しんで会話力も身につく/杉並ドイツ語会 金曜日午前10時~正午/阿佐谷地域区民センターほか/入会金2000円。各1200円/☎井上 ☎080-3601-6256

生涯学習のスペイン語会話/フェベス 第1・3木曜日午後6時~8時/ゆうゆう荻窪東館/月3000円/☎柄谷 ☎5932-2598

スペイン語/ドミンゴの会 第2・4日曜日午前9時30分~午後0時30分/西荻地域区民センター/月3000円/☎加藤 ☎3399-3546

韓国語の会話(初・中級程度)/韓国大好き会 木曜日午前10時~11時30分(月3回)/阿佐谷地域区民センター/月3500円/☎鈴木 ☎070-4362-5400

英語の小説を楽しむ集い/英語読書会 第1・3金曜日午前10時~正午/服部宅(善福寺2丁目)/各500円/☎服部 ☎070-2671-9731

日常英会話 カナダ+日本人講師/AEC 第2・4木曜日午前11時~午後0時30分/阿佐谷地域区民センター/月4000円/☎窪木 ☎090-6542-1406

俳句/泉句会 第2火曜日午後1時~3時/角川庭園・すぎなみ詩歌館/6カ月9000円/☎松井 ☎080-6892-0580 ☎5306-1157

そばを手打ちする会/杉並そば打ち会 第3土曜日午後1時~5時/ゆうゆう下井草館/入会金2000円。月2000円/☎田中 ☎090-9148-9672

日本画/群青の会 月曜日午後1時~3時45分(月2回程度)/西荻地域区民センター/各2000円/☎小池 ☎080-5538-4000

写真(スマホ写真可、見学歓迎)/樺写友会 第3日曜日午後1時~3時45分/井草地域区民センター、四宮区民

集会所/月2500円/☎武村 ☎3332-0912

写真/杉並写水会 第1水曜日午後6時30分~8時30分/方南会館ほか/月2000円(写真展時別途)/☎二本柳 ☎5938-5212

水彩画/水彩樹らら 第1・3土曜日午後1時~3時/コミュニティふらっと阿佐谷/入会金1000円。月2000円/☎川添 ☎080-5679-5195

お花で心豊かな毎日!/花カトレア 第2・4金曜日午後1時~3時/阿佐谷地域区民センター/月2500円(花材費別途)/☎谷村 ☎090-5368-8298

能楽教養講座/桜柳の会 月曜日午後4時~5時(月1回)/井草地域区民センター/月2000円。大学生1000円(高校生以下無料)/☎清水 ☎090-9203-4885

合唱サークル/ヴォナヴィータ 第2・4火曜日午前10時~正午/永福和泉地域区民センターほか/月3000円/☎小貫 ☎090-4598-3920

シャンソンを楽しく歌う会/アンシャンタン 第1・3土曜日午後1時~3時/阿佐谷地域区民センター/入会金2000円。月4000円/☎甘田 ☎3337-1618

女声コーラス/やよい会 金曜日午前10時~正午(月3回)/福家スタジオ(阿佐谷南2丁目)/各1000円/☎福家 ☎090-5399-3614 ☎tfmelody@ybb.ne.jp

女声バーバーショップコーラス(アカペラ)/DIVA 水・土曜日午後2時~4時(月3・4回)/福家スタジオ(阿佐谷南2丁目)/各1000円/☎福家 ☎090-5399-3614 ☎tfmelody@ybb.ne.jp

女声合唱/コーラスアルジェント 第2・4水曜日午前10時~正午/橋本陽子エコーレドゥバレエスタジオ(成田東4丁目)/月2000円/☎大場 ☎3313-0971

カラオケ/さちの会 第1・3水曜日午後2時~4時/荻窪地域区民センター/月3000円/☎大野 ☎090-9344-8341

カンツォーネを原語で歌う(見学可)/VOLARE 金曜日午前10時~正午(月3回)/荻窪地域区民センターほか/月5000円/☎齋藤 ☎5311-3064

中高年初心者ピアノ/井草健康ピアノの会 第1・3月曜日午後1時30分~2

時30分/八区民集会所/月3000円/☎小野寺 ☎080-6585-9032

女声合唱/カミニート 第1金曜日午前10時30分~正午/浜田山会館/月2500円/☎吉田 ☎5370-4433

ウクレレ/ホワパニ 第2・4火曜日①午後3~4時②4時~5時(4月25日(火)、5月9日(火)に体験会あり)/杉並公会堂/☎佐藤 ☎3393-4663/ウクレレ貸し出しあり

混声合唱/高井戸混声コーラス 原則、第1・3・4水曜日午後6時30分~9時/浜田山会館ほか/入会金1000円。月3500円/☎古河 ☎3333-0108

歌と表情筋・歌って健康に 中高年/はるはな 第2・4水曜日午後1時30分~3時/高井戸地域区民センター/月3000円/☎常岡 ☎090-3501-6921

ギター合奏/シュガー 原則、第2・4土曜日午後1時~3時/阿佐谷地域区民センターほか/月2000円/☎川添 ☎080-5679-5195

バンド/ハローミュージック 火曜日午後1時~3時/杉並障害者福祉会館/月500円/☎太田 ☎3325-5557

ハンドベル/シュガープラム 火曜日午後1時~4時/和田区民集会所ほか/入会金1000円。月6000円/☎瀬戸口 ☎3397-5151

ケーナを吹く/夢追い組 原則、第1・3火曜日午後1時30分~3時30分/ゆうゆう西荻北館/月1000円/☎久米 ☎5936-3085

囲碁(級・段位者歓迎)/天元会 月曜日午後1時~3時45分/永福和泉地域区民センター/月1000円/☎村上 ☎080-8724-1124

野外植物・昆虫観察/みかんの会 土曜日または日曜日(月1回)/関東の野山・公園/入会金1000円。年3000円/☎津田 ☎080-3520-6582

3分間で、人を、唸らせてください/好話会 第4土曜日午前10時~正午/

ゆうゆう高井戸東館/月2000円/☎石川 ☎080-1516-9389

スポーツ

太極拳/鳳雅武術太極拳クラブ 水曜日午後1時~1時50分(月2回)/荻窪体育館/各500円。会場費100円/☎松井 ☎090-5846-0815

体にやさしい太極拳/古伝太極拳118式 第1・3日曜日午後1時30分~3時30分/永福和泉地域区民センター/月2000円/☎近野 ☎090-9323-4590

健康エアロビクス体操/コスモス 第1・3月曜日、第2・4木曜日午後1時30分~2時45分/ゆうゆう大宮前館/各300円/☎蓑輪 ☎3332-8605

きんこんかん体操/爽健美会 水曜日午前10時30分~正午(無料体験は11時まで)/阿佐谷地域区民センター/各1600円/☎畑 ☎090-2738-0130

初中級者硬式テニス/気楽クラブ 原則、火曜日午前11時~午後1時/TAC杉並区妙正寺体育館/各300円程度/☎松澤 ☎5932-3450

硬式テニス(中上・上級)/エースを狙えgogo 原則、土・日曜日、祝日、各2~4時間/区内テニスコートほか/各500円~800円/☎渡辺 ☎5335-9667

パドルテニス/荻窪PTC 金曜日午前11時~午後1時/荻窪体育館、大宮前体育館/入会金1000円。月1000円/☎小松原 ☎3311-4675

弓道(初心者)/大宮八幡宮振武会 5・11月の土・日曜日午前(各月8回)/大宮八幡宮(大宮2丁目)/月5000円/☎橋本 ☎090-7733-5887

中高年登山ハイキング/ひばり登山クラブ 第2・4土曜日/奥多摩・秩父・都近県の山/年3000円/☎小原 ☎090-5576-9837



日本フィル×東急コミュニティー「60歳からの楽器教室」

☎5月15日(月)~6年3月31日(日)/各1時間程度(計18回) ☎西荻地域区民センター ☎日本フィル楽団員ほか ☎①バイオリン②チェロのレッスン・発表会 ☎区内在住で60歳以上の方 ☎①25名②20名(いずれも抽選) ☎各7万3000円 ☎はがき・Eメール(12面記入例)に希望楽器・楽器歴も書いて、西荻地域区民センター楽器教室係(〒167-0034桃井4-3-2 ☎nishigi@tokyu-com.co.jp)。または直接、同センター/申込期限=4月21日(消印有効) ☎同係 ☎3301-0811、日本フィルハーモニー交響楽団60歳からの楽器教室係 ☎5378-6311 ☎楽器持参(レンタルあり)。日程等の詳細は、当選者のみに通知



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
HP<https://www.igusahome.org/>
おもちゃの病院
時4月22日(土)、5月13日(土)午後1時30分～3時 場杉並おもちゃドクターズ・片岡末廣ほか 費実費 他1組1点



私が見た「天才手塚治虫」
時4月26日(水)午後1時～3時 場日本デザイナー学院顧問・金子博巨 定30名(抽選) 申往復はがき(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21日 他手話通訳あり(事前申込制)。長寿応援対象事業

災害時、生き延びクッキング
時5月27日(土)午前10時～正午 内メニュー=ポリエチレン袋を使ったサバ缶カレー・蒸しケーキ・だし巻き卵ほか 場サバイバルキャンプ杉並・市橋綾子 定小学生以上の方(小学4年生以下は保護者同伴) 定10名(抽選) 費500円(保険料を含む) 申往復はがき(12面記入例)に保護者氏名も書いて、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=5月9日 他エプロン・三角巾・お手拭きタ

オル持参。手話通訳あり(事前申込制)
…… いずれも ……

荻窪地域区民センター協議会
〒167-0051荻窪2-34-20
☎3398-9127
HP<https://ogikubokyougikai.sakura.ne.jp/>

楽しく学ぼう!ラジオ体操
時5月26日(金)、6月2日(金)午前10時～11時30分(計2回) 場全国ラジオ体操連盟公認一級指導士・銚立和子 定区内在住・在勤の方 定30名(抽選) 費200円 申往復はがき(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=5月7日 他上履き持参

季節の草花の寄せ植え(洋風)
時5月27日(土)午後1時30分～3時 場グリーンアドバイザー・吉野華恵 定20名(抽選) 費2000円 申往復はがき(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=5月7日 他エプロン・はさみ・ビニール手袋・ペットボトルのキャップ4個・マイバッグ持参

リズム&ストレッチ
時6月1日～29日の木曜日、午後1時30分～3時30分(15日を除く。計4回) 場健康運動指導士・後藤鈴香 定25名(抽選) 費200円 申往復はがき(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=5月14日 他上履き・ヨガ

マットまたはバスマット持参
…… 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
HP<https://www.asagaya-kyogikai.org/>
「手ぶらで気軽に!日本舞踊」 さくらさくら・荒城の月に合わせて踊りましょう
時5月17日(水)午前10時～正午 場日本舞踊石井流師範・石井晶子 定15名(抽選) 申往復はがき(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30日
変わる不動産の相続
時5月28日(日)午前10時～正午 場東京司法書士会杉並支部司法書士・河井正人、蓼沼輝美 定40名(抽選) 申往復はがき(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=5月10日

…… いずれも ……
場阿佐谷地域区民センター 他長寿応援対象事業

高円寺地域区民センター協議会
〒166-0012和田1-41-10
☎3317-6614
HP<https://www.koenji-kyogikai.org/>
わい!わい!わだまつり
時4月23日(日)午前10時30分～午後2時30分 場①和田障害者交流館(和田

2-31-21) ②和田小学校(和田2-30-21) 内①模擬店、苗木de募金(150本〈先着順〉)、ポッチャ体験②白バイ・ミニパト、キッズ消防士体験、ごみぱっくん、ダンス、木工細工、スーパーボール・ミニ消しゴムつかみどり、缶バッジ(100円)、輪ゴムde射的、バルーンアート、朝採れ野菜の販売、防災倉庫見学ほか 他マイバッグ持参
トンネルの大きさに圧倒!

環状七号線地下調節池見学
地下43m、内径12.5mのトンネル内を見学し、東京都の水害対策を学びましょう。

時5月18日(土)午後2時～3時45分 場集合・解散=善福寺川取水施設(堀ノ内2-1-1) 定35名(抽選) 費100円 申往復はがき(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=5月10日 他長寿応援対象事業

高井戸地域区民センター協議会
〒168-0072高井戸東3-7-5
☎3331-7980
HP<http://takaido-kyogikai.sakura.ne.jp/>
アンネのバラと杉並清掃工場見学
時5月10日(水)午前9時～正午 場同センター 定区内在住の方 定40名(抽選) 費100円(保険料を含む) 申往復はがき(12面記入例)で、4月25日までに同協議会 他長寿応援対象事業

人気の特産品が登場!

おぢやフェア

区の交流自治体である新潟県小千谷市の物産展を開催します。特産品の笹団子や小千谷そばなどを販売します。

時4月23日(日)午前11時～午後1時30分(売り切れ次第終了) 場小千谷学生寮(井草4-16-23) 場小千谷市産業開発センター☎0258-83-4800 他マイバッグ持参。車での来場不可

区民が創る情報サイト **すぎなみ学倶楽部**

第187号

区内に訪ねる 今川氏に由来する地を

区北西部は、徳川家から与えられた今川氏の領地でした。徳川家康の庇護を受けた今川氏真。三代将軍・徳川家光の時代に亡くなった後、家光に仕えた孫の今川直房は、井草村など3カ村を与えられました。現在の桃井原っぱ公園の北側に「今川」という地名が登場したのは約80年前。地名を提案したのは当時の観泉寺の住職です。

詳しくは または

場産業振興センター観光係☎5347-9184

杉並農業を応援する

「援農ボランティア」の募集

区内の農家が営農を継続できるよう、農作業などをサポートする「援農ボランティア」を募集します。研修を受講し、農業に関する基礎的な知識や技術を習得した後にボランティア活動に参加できるため、初めての方でも安心して参加できます。

内土づくり、農作物の栽培・収穫・出荷準備、除草などの農作業補助 場区内農地 定区内在住の18歳以上で都農林水産振興財団が実施する「地域援農ボランティアの養成講座(立川市での技術講座=3回、区内農家実習=10回程度)」に参加できる方 定10名程度(抽選) 費実費(保険料等) 申申込書(区ホームページ〈下2次元コード〉から取り出せます)を、5月1日までに産業振興センター都市農業係(〒167-0043上荻1-2-1Daiwa荻窪タワー2階)へ郵送・持参 場同係 ☎5347-9136



催し

公園自然散策会
 4月22日(土)午前10時～11時・午後1時～2時 場 塚山公園みどりの相談所(下高井戸5-23-12) 内 山野草・生き物の散策、観察会 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100円 申 電話で、4月16日から塚山公園管理事務所 ☎3302-8989

シニアのための就業・起業・地域活動個別相談
 5月6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 電話・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

郷土博物館

5月の年中行事「端午の節供」
 古民家で五月人形などを飾ります。
 4月21日(金)～5月17日(水)午前9時～午後5時(月曜日を除く)

端午の節供関連イベント
 よろいかぶとを着てみよう
 5月5日(祝)午後2時～4時

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

産業振興センター都市農業係

農業公園
「親子で植え付け・収穫体験」
 5月13日(土)、6月24日(土)、11月4日(土) ▶ サツマイモ(5月28日(日)、7月30日(日)、10月14日(土)) ▶ ラッカセイ(6月17日(土)、7月9日(日)、

11月18日(土)) / いずれも午前10時～午後0時30分(雨天中止) 対 区内在住で小学生以下のお子さんとその保護者 定 20組(抽選) 申 往復はがき(記入例)に、希望コース(第3希望まで)、代表者以外の参加者名・年齢も書いて、4月24日までに同係

農業公園「春の収穫体験」
 5月27日(土)午前10時～午後0時30分(雨天中止) 対 区内在住の方(小学生以下は保護者同伴) 定 24組(抽選) 申 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、4月24日までに同係

…… いずれも ……
 場 成田西ふれあい農業公園(成田西3-18-9) 費 1組500円 園 産業振興センター都市農業係(〒167-0043 荻1-2-1 Daiwa荻窪タワー2階 ☎5347-9136) 他 マイバッグ持参。結果は5月上旬に通知

講演・講座

杉並視覚障害者会館「てぬぐい体操」
 4月19日・26日、5月17日・24日、6月14日・28日、7月12日・26日、9月13日・27日、10月18日・25日 / いずれも水曜日、午前10時～正午 場 同会館(南荻窪3-28-10) 師 てぬぐい体操フレッシュの会代表・迎里時江 対 視覚障害のある方 定 各6名(申込順) 申 電話で、各実施日前日までに同会館 ☎3333-3444(月～金曜日午前9時～午後4時(祝日を除く))

管理栄養士による栄養・健康ミニ講座
 5月11日(木) = 糖尿病予防の食事(高井戸保健センター〈高井戸東

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 電話でご確認ください。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

3-20-3) ②12日(金) = 高血圧予防の食事(荻窪保健センター〈荻窪5-20-1) ③23日(火) = 脂質異常症予防の食事(高円寺保健センター〈高円寺南3-24-15) / いずれも午前10時～10時45分 対 区内在住・在勤・在学の方 申 電話で、①高井戸保健センター ☎3334-4304 ②荻窪保健センター ☎3391-0015 ③高円寺保健センター ☎3311-0116

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」

5月13日(土)・23日(火)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 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

犬のしつけ方教室

5月27日(土)②6月17日(土)午前10時30分～11時30分・午後1時～2時 場 ①井草森公園(井草4-12-1) ②柏の宮公園(浜田山2-5-1) 師 ヒューマン財団 対 飼い犬1頭につき2名まで ▶ 参加犬の条件 = 生後6カ月以上、飼い犬の登録を行っている(マイクロチップまたは犬鑑札の装着必須)、狂犬病予防注射済票の交付を受けている(注射済票の装着必須)、生理中の雌を除く 定 各10組(申込順) 申 電話で、各実施日3日前までに杉並保健所生活衛生課管理係 ☎3391-1991

休日パパママ学級・休日母親学級

休日パパママ学級
 6月10日(土)・11日(日)・18日(日) ▶ 午前 = 9時30分～正午 ▶ 午後 = 1時30分～4時(18日は午後のみ) 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 定 各24組
休日母親学級
 6月18日(日)午前9時30分～正午 内 妊娠中の過ごし方、出産の流れ、母乳・産後の話ほか 対 区内在住で初産の方 定 40名

…… いずれも ……
 場 子ども・子育てプラザ善福寺(善福寺1-18-9) 師 助産師ほか 申 ポピズプロフェッショナル ☎ https://poppins-education.jp/parentsclass_suginami/ から5月5日までに申し込み 園 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5月15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

採用される応募書類の書き方 自己PRや志望動機の見方と表現の仕方

5月1日(月)午後1時～4時 師 人事コンサルタント・高橋健太郎 対 54歳以下で求職中の方 定 18名(申込順)
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
 5月6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

ハローワーク職員が解説する「求人票の見方」

5月10日(水)午前10時～11時30分 対 求職中の方 定 18名(申込順)

転職の誘惑からの脱出 転職グセを克服して辞めスパイラルを防止する

5月11日(木)午後1時～3時 師 公認心理師・高垣泰邦 対 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エクセル応用②パワーポイント基礎
 5月15日(月)②29日(月)午前10時～午後3時 師 PC専任講師・長沢春子、日坂元娘 対 54歳以下で求職中の方 定 各14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

環境活動推進センター

おもちゃのクリニック

5月7日(日) ▶ 受け付け = 午後1時～3時 対 区内在住・在勤・在学の方 定 10名(申込順) 費 部品代 申 電話で、4月30日までに同センター 他 1人1点

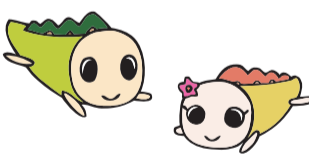


学校プールのヤゴ救出に参加してみませんか?

5月9日(火)午後4時30分～6時 師 東京都環境学習リーダー・境原達也 対 区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 定 20名(申込順) 申 Eメール(記入例)で、同センター

ゆうゆう館の催し

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



ゆうゆう館名	内容	日時等
大宮前館(宮前5-19-8 ☎3334-9640)	楽しく学べるおとなの英会話	4月24日から毎月第1・2・4月曜日、午後6時30分～7時30分 定 各12名(申込順) 費 各2000円
梅里堀ノ内館(堀ノ内3-37-4 ☎3313-4319)	春まつり ハワイアン&ハーモニカ演奏会	4月30日(日)午後1時30分～3時30分 定 40名(申込順)
高円寺東館(高円寺南1-7-22 ☎3315-1816)	紅茶の世界 美味しい紅茶と焼き菓子を楽しみましょう	5月2日(火)、6月7日から毎月第1水曜日 / いずれも午後6時30分～8時 師 日英アフタヌーンティー協会認定講師・かまづかみゆき 定 各15名(申込順) 費 各1200円
大宮堀ノ内館(堀ノ内1-27-9 ☎3317-9156)	新緑の景信山ハイキング	5月20日(土)午前7時50分～午後4時30分 場 集合・解散 = JR三鷹駅 師 廣瀬修敬 定 10名(申込順) 費 800円
井草館(井草2-15-15 ☎3390-9672)	太極拳 初級	毎月第1土曜日、午前10時30分～正午 ▶ 第4土曜日、午後1時30分～3時 師 鄧邦兵 定 各13名(申込順) 費 各1200円(初回のみ500円)
荻窪館(南荻窪2-25-17 ☎3335-1716)	ワード・エクセル・インターネット「基礎から学べるパソコン教室」	毎月第2・4金曜日、午後1時30分～3時45分 定 各10名(申込順) 費 各1250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 ☒ホームページアドレス

◆フリーマーケット in 高井戸
(出店者募集)

時5月14日(日)午前10時～正午 区内在住・在勤の方(業者を除く) 募集区画=8区画(抽選) 往復はがき(12面記入例)で、5月4日までに同センター 他車での搬出入・来場不可。当選権利譲渡不可▶出品物=衣類・子ども用品・アクセサリー・雑貨

…………… 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 <水曜日を除く>)

高齢者活動支援センター

◆シニアヨガ教室

時5月17日～6月21日の毎週水曜日、午前10時～11時20分(計6回) 区内在住の60歳以上で自立して歩くことができ、あお向けで寝られる方 定18名(抽選) 費2400円



◆初心者向け男性料理教室「旬の新茶と美味しい食事で5月病を予防しよう」

時5月22日(月)午前9時30分～午後0時30分 メニュー=茶飯、ポークチャップ、かぶのレモンしょうゆ、セロリとベーコンのスープ 師すぎなみ栄養と食の会栄養士・奥本典子 区内在住で60歳以上の男性 定30名(抽選) 費900円 他エプロン・三角巾・布巾持参



…………… いずれも ……………

場 高齢者活動支援センター (〒168-0072高井戸東3-7-5 ☎3331-7841) 往復はがき(12面記入例)で、4月22日までに同センター 他結果は4月23日以降に通知

スポーツ①



競技大会

■わんぱく相撲杉並区大会

時5月21日(日)午前9時～午後5時 場阿佐ヶ谷中学校(阿佐谷南1-17-3) 区内在住・在学の小学生 定200名(申込順) 同大会ホームページから、5月12日までに申し込み 河 ☎050-3593-0189

スポーツ教室

■GWカラダ引き締め教室

時4月29日(祝)午前9時30分～10時20分=初めてのピラティス▶10時30分～11時30分=ファットバーンシェイプ 場TAC杉並区妙正寺体育館(清水3-20-12) 15歳以上の方(中学生を除く) 定各40名(申込順) 費各800円 同TAC杉並区妙正寺体育館ホームページから申し込み 同同体育館 ☎3399-4224 他上履持参

■バックストロークナイト

時5月12日(金)・26日(金)①午後7時～7時50分②8時～8時50分(各計2回) 場杉並第十小学校温水プール(和田3-55-49) 師下拂敏行 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) 定各10名(申込順) 費入場料 同電話で、各実施日7日前の午前10時から杉並第十小学校温水プール ☎3318-8763 他車での来場不可

■初心者区民乗馬教室

時5月17日～6月8日の毎週水・木曜日、午前10時～午後0時30分(雨天延期。各計4回) 場東京乗馬倶楽部(渋谷区代々木神園町4-8) 区内在住・在勤・在学の方 定各10名(抽選) 費各2万円 往復はがき(12面記入例)に生年月日・性別・職業・馬歴も書いて、4月25日までに区馬術連盟・平野光子(〒168-0064永福2-18-18) 同平野 ☎3327-1749 (午後7時～8時)

■春のすぎなみ区民歩こう会
「高輪ゲートウェイから魅力の街散策」

時5月28日(日)①午前9時15分②10時 場集合=JR高輪ゲートウェイ駅 内コース=①9km/約4時間30分▶②7km/約3時間30分 区内在住・在勤・在学で全行程を歩ける方(小学

意欲あふれる女性の皆さんを応援します

女性のための創業セミナー

産業競争力強化法に基づく特定創業支援等事業です。受講したことの証明書の発行対象事業です(要件あり)。



時内師下表のとおり(計4回) 場産業振興センター(上荻1-2-1Daiwa荻窪タワー2階) 区内で創業を目指す女性 定20名(申込順) 同電話で、産業振興センター就労・経営支援係 ☎5347-9077 (月～金曜日午前8時30分～午後5時<祝日を除く>)。またはLoGoフォーム(右上2次元コード)から申し込み 他電卓持参。1歳～就学前の託児あり(定員あり。5月19日までに同係)

日時	内容	講師
6月3日(土) 午前9時30分～午後0時30分	起業の心得(経営)、地域資源やつながりを起業に活用する(人材育成)	キャリア・ママ 代表取締役・堤香苗
6月10日(土) 午前9時30分～午後0時30分	IT、SNSを活用して地域で起業しよう(販路開拓)	ノーブルウェブ 代表取締役・松原伸禎
6月17日(土) 午前9時30分～午後0時30分	資金計画の基礎を学ぶ(財務)	ブレイクポイント 代表取締役・若山泰親
6月24日(土) 午前9時30分～午後1時	アイデアをビジネスにする 事業計画の作り方(経営)	キャリア・ママ 代表取締役・堤香苗

生以下は保護者同伴) 定200名(抽選) 往復はがき(12面記入例。4名まで連記可)で、杉並区スポーツ振興財団(〒166-0004阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル8階)。または同財団ホームページから申し込み/申込期限=4月30日 同財団 ☎5305-6161

荻窪体育館

◆子どもHIPHOP教室体験

時5月11日(休)午後5時～6時 師emi、Aya 区内在住・在学の小学1～4年生 定6名(申込順) 費1350円 同電話で、4月17日正午から同体育館

◆チアリーディングスクール体験会

時5月12日(金)①午後4時～5時②5時～6時③6時～7時 師諏訪千尋、濱名和美 区内在住・在園・在学の①年長～小学1年生②小学2・3年生③小学3・4年生 定各10名(申込順) 費各1350円 同電話で、4月17日午後2時から同体育館

◆なぎなたKids & Junior体験会

時5月13日(土)午後1時～2時・2時～3時 師区なぎなた連盟 区内在住・在学の小中学生 定各4名(申込順) 費各850円 同電話で、4月17日午後2時から同体育館

◆障害者ユニカール体験教室

時5月14日(日)、6月11日(日)午前11時～午後1時 区内在住・在勤・在学で障害があり簡単な指示の下動ける方 定各10名(申込順) 費各100円 同電話で、各実施日7日前の午前9時30分から同体育館

◆ポッチャ体験教室

時5月20日(土)午後1時～3時 師すぎポッチャクラブ 区内在住・在勤・在学の方 定30名(申込順) 費200円 同電話で、4月17日午前10時から同体育館

…………… いずれも ……………

場 荻窪体育館(荻窪3-47-2 ☎3220-3381)

庭園で初夏を楽しむ

角川庭園まつり

日時 4月29日(祝)午前10時～午後3時30分

場所 同庭園(荻窪3-14-22)



初夏を楽しむ野点

初夏の庭を眺めながらのお茶会を開催します。

時午前10時・10時30分・11時・11時30分 内席主=せんおう会表千家教授・水町宗江 定各6名(申込順) 同電話で、4月17日午前9時から同庭園

あおぞら寄席

時午後1時～3時30分 内出演=杉並江戸落語研究会 定40名(雨天の場合は20名。いずれも先着順)

…………… いずれも ……………

場 同庭園 ☎6795-6855

杉並アニメーションミュージアム企画展

チキップダンサーズ展

個性的なキャラクターたちがダンスで大活躍するアニメ「チキップダンサーズ」。テレビで放映されたアニメの全話紹介や、かわいいジオラマの展示も行います。



▲ホームページ

▲ツイッター

日時 7月17日(祝)まで/午前10時～午後6時

(入館は5時30分まで。7月17日は4時まで。月曜日<祝日の場合は翌日>を除く)

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) 同施設 ☎3396-1510 他車での来場不可

©San-X/チキップダンサーズおどるん会



※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

TAC杉並区上井草スポーツセンター

◆GWカラダ引き締め教室
 5月3日(祝)午前9時30分～11時30分
 格闘技ダンベルエアロシェイプ 15歳以上の方(中学生を除く) 定40名(申込順) 費1320円 申同センターホームページから申し込み 他上履き持参

◆フライングディスク体験会
 障害のある方も楽しめます。
 4月30日(日)午後1時30分～2時30分
 小学生以上の方 定30名(抽選) 費280円 申同センターホームページから、4月22日までに申し込み 他上履き持参。結果は4月24日以降に通知

◆体操教室 レッスン体験会
 5月1日(月)・4日(祝)①午後3時15分～4時30分②4時45分～6時 場1日=同センター▶4日=TAC杉並区妙正寺体育館(清水3-20-12) 内マット運動・鉄棒・跳び箱ほか 対①3歳半～未就学児②小学生 定各15名(抽選) 費各800円 申1日は同センター、4日は

TAC杉並区妙正寺体育館ホームページから、4月22日までに申し込み 他結果は4月24日以降に通知

◆シニア体力測定会
 5月2日(火)午前10時～11時30分・午後1時10分～2時40分 内体力測定、家庭でできる簡単な体操・ストレッチなどの紹介 対65歳以上の方 定各24名(申込順) 申電話または直接、同センター 他上履き持参

◆子どもの日特別企画
 大体育館で思いっきり運動しよう
 障害のある方も楽しめます。
 5月5日(祝)午前9時30分～午後0時30分 内卓球・バドミントン・バスケットボール・的当てゲームほか 対中学生以下の方(小学3年生以下は保護者同伴) 定40名(先着順) 費100円 他上履き持参。ラケット・ボール貸し出しあり

◆プレキッズ&マミーサッカー教室
 5月10日(水)・17日(水)・24日(水)①午前10時～10時50分②11時～11時50分 師FC東京普及部コーチ 対区内在住・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
 5月11日(木)午後3時20分～4時 師FC東京普及部コーチ 対区内在住・在勤(保護者)・在園で年少のお子さん 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
 障害の有無に関係なくみんなで楽し

く運動する教室です。
 5月25日(土)午後5時30分～6時40分 師FC東京普及部コーチ 対区内在住・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 同TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1 ☎3390-5707)

4月15日発行 **マイスポーツすぎなみ**

スポーツ教室などの関連情報は「マイスポーツすぎなみ」をご覧ください。
 内配布方法=新聞折り込み。区体育施設でも配布。杉並区スポーツ振興財団ホームページ(右2次元コード)からもご覧になれます 同財団 ☎5305-6161



「区長と学ぼう」
自転車マナー講習会




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が義務づけられました。この機会に、区長と一緒に自転車用ヘルメットの正しい着用方法、自転車の交通ルールとマナーを、講習と実技を通して学びませんか。

5月27日(土)午前10時～正午 場 区役所第4会議室(中棟6階)、中杉通り 内自転車の交通ルールとマナー、自転車の乗車前点検、ヘルメットの正しい着用方法、実技 師杉並警察署員 対区内在住・在勤・在学で18歳以上の方 定20名(抽選) 申LoGoフォーム(下2次元コード)から、5月10日までに申し込み 場 杉並土木事務所交通安全係 ☎3315-4178 他自転車持参(雨天時を除く)。ヘルメット・ベストの貸し出しあり。終了後に修了証と「選べる記念品(交通安全グッズ)」を差し上げます




高円寺びっくり大道芸 2023

よりすぐりのパフォーマーが、空中曲芸・中国雑技・ジャグリング・パントマイム・マジック・ウォーキングアクトなどを披露します。まちが劇場に変身する高円寺の春のお祭りを一緒に楽しみましょう。



4月30日(日)正午～午後6時 場 高円寺地域11商店街・JR高円寺駅前広場・高南通り・高円寺北公園(高円寺北3-20-15)・高円寺中央公園(高円寺南4-31-7)・長仙寺(高円寺南3-58-4)・氷川神社(高円寺南4-44-19) 同催し実行委員会事務局 ☎3314-4147 他詳細は、同催しホームページ(右2次元コード)参照



4月15日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは

自然と遊ぼう! ネイチャーゲーム
 ~春みつけ



心と体で自然を楽しむネイチャーゲーム。今回は四季折々の自然にあふれる善福寺公園で行われた、子どもも大人も一緒に楽しめるネイチャーゲームの様子をご紹介します。


● 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時から毎日放送)



同広報課

自分をふり返し、社会とのつながりを見つける大人の放課後

すぎなみ大人塾 地域コース(久我山～浜田山)



「すぎなみ大人塾」は、参加者と地域づくりを学び、活動を通じて、自らの可能性を発見したり、ネットワークを築いたりできるプログラムです。
 久我山～浜田山コースは、「まちの発見」につながるクイズをつくり、解いたりして遊びの中から地域の魅力を学びます。

時場所 内右表のとおり 師 学習支援者・矢野恒 対 区内在住の方 定 30名(抽選) 申 LoGoフォーム(右上2次元コード)から、5月11日までに申し込み 場 社会教育センター ☎3317-6621

みんなで遊楽体験～まち発見クイズ・プロジェクト

日程	内容等
6月3日(土)	遊ぶ、学ぶ、わくわくするを体験しよう 場 高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) 師 ハンズオン埼玉常務理事・西川正
7月1日(土)	みんなとつながろう 場 オンラインで実施
7月29日(土)	地域のことを自分たちで考えてみよう 場 高井戸地域区民センター
8月19日(土)	地域を歩いて発見しよう 場 高井戸地域区民センター
9月9日(土)	地域の歴史を知ろう 場 浜田山会館(浜田山1-36-3) 師 郷土博物館学芸員
10月14日(土)	「まち発見クイズ」をつくろう 場 浜田山会館
11月26日(日)	「まち発見クイズ」で遊ぼう 場 浜田山会館
6年1月13日(土)	クイズづくりをふり返ろう 場 浜田山会館
2月10日(土)	成果を発表しよう 場 セッション杉並(梅里1-22-32)

※実施時間=午後1時30分～4時(6月3日は午前9時30分～正午。8月19日、2月10日は4時30分まで)。

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) 同問い合わせ 他その他 内Eメールアドレス 内HPホームページアドレス

集まれ中高生!

児童館やゆう杉並の委員会活動に参加してみませんか

5年度の児童館とゆう杉並で活動する中高生の委員を募集します。

—— 問い合わせは、児童青少年課児童館運営係 ☎3393-4760へ。

地域中・高校生委員会

中高生の地域における居場所づくり・意見表明・社会参画を目的に、児童館4カ所を拠点に活動しています。

これまでの主な活動

地域の要請でお祭りに出店、児童館、子ども・子育てプラザのキャンプや縁日のコーナー担当、委員交流会、お化け屋敷、地域清掃や乳幼児向けの絵本読み聞かせ会、小学生向けのゲーム会ほか

☑任期=5月から1年間(再任あり) ▶活動日=月1回程度 ☑区内在住・在学または区立児童館、子ども・子育てプラザを利用している中高生 ☑各施設10名程度 ☑直接、5月15日までに各施設

活動場所・連絡先

施設名	住所	電話番号
堀ノ内東児童館	堀ノ内3-49-19-101	☎3315-7923
四宮森児童館	上井草2-41-11	☎3395-1574
高井戸児童館	高井戸西2-5-10	☎3334-0902
子ども・子育てプラザ善福寺	善福寺1-18-9	☎3395-1576

「ゆう杉並」中・高校生運営委員会

「ゆう杉並」が中高生にとって、より魅力的な場所になるように利用者の声を運営に反映します。また、いろいろな地域の中高生や施設との交流も行っています。

これまでの主な活動

利用者の声を集めるための意見箱等の設置、研修会、ゆう杉並への意見提案、地域イベント(お祭り等)への協力、ゆう杉並のイベント参加、委員会イベントの企画・運営、他施設見学ほか

☑児童青少年センター(ゆう杉並) ☑任期=6月から1年間(再任あり) ▶活動日=月1~3回の定例会議・部会・臨時会議ほか ☑区内在住・在学または児童青少年センター(ゆう杉並)を利用している中高生 ☑20名程度(申込順) ☑直接、5月27日までに児童青少年課事業係(荻窪1-56-3児童青少年センター内)

2・3面の特集も併せてご覧ください

表現のプロに学ぼう!

ゆう杉並Officialメンバーを募集します

演劇や表現活動、舞台制作(照明・音響等)に興味のある中高生、歌うことが好きな中高生を募集します。ぜひ、ご参加ください。



演劇メンバー

☑5月17日~6年3月13日の水曜日、午後6時30分~8時30分(祝日、休館日、テスト期間を除く) ☑児童青少年センター(ゆう杉並)内や区内施設での公演ほか ☑演技トレーナー・万田祐介 ☑役者=10名程度▶照明・音響=若干名(いずれも申込順)

Vocalメンバー

☑5月11日~6年3月28日の木曜日、午後6時45分~8時45分(祝日、休館日、テスト期間を除く) ☑阿佐谷ジャズストリート出演、ゆう杉並内・区内施設での公演ほか ☑ボーカル担当・上島尚子、ピアノ・アレンジ担当 八木美恵子 ☑ボーカリスト=10名程度▶ピアノ伴奏者=若干名(いずれも申込順)

いずれも

☑児童青少年センター(荻窪1-56-3ゆう杉並内☎3393-4760(休館日を除く)) ☑中高生 ☑直接、児童青少年センター

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

荻窪音楽祭・春の交流コンサート 5月25日(木)午後7時~9時/杉並公会堂/出演=桑原志織(ピアノ)▶曲目=シューベルト「さすらい人幻想曲」ほか/小学生以上の方/190名(申込順)/3000円/☑チケット販売窓口=杉並公会堂☎5347-4450/☑同催し事務局☎5347-0244

講演・講座

令和5年度税制改正~相続税改正とインボイス制度で準備しておくこと 5月9日(火)午前9時30分~11時30分/産業商工会館/東京税理士会杉並支部所属税理士・斎藤英一/区内在住・在勤の方/15名(申込順)/2000円/☑☑電話で、5月2日までに杉並法人会☎3312-0912
文化講座「ウィーンの歴史と建築文化」5月14日(日)午後1時30分~3時20分/

阿佐谷地域区民センター/元国土交通省土地・水資源局長 倉林公夫/区内在住・在勤・在学の方ほか/80名(抽選)/1000円(学生無料) ☑Eメール(12面記入例)にEメールアドレスも書いて、5月1日までに異文化アカデミー☑ibunkaac@gmail.com ☑同団体・山田☎080-5090-7340

歴史講演会 淡島雅吉のアトリエガラスの「かたち」を求めて 5月20日(土)午後1時30分~3時30分/高井戸地域区民センター/郷土博物館学芸員/80名(先着順)/500円/☑☑杉並郷土史会・幸田☎090-2436-1962

◆すぎなみ文化協会

◆津島修治が太宰治になった荻窪~周辺の作家と共に 4月22日~6年3月23日の毎月第4土曜日、午前10時~正午(計12回)/ウェルファーム杉並/郷土文学研究者・濱野安生ほか/20名(申込順)/1万円
◆荻窪三庭園を知る・歩く(大田黒・角川・荻外荘の魅力) 4月22日~6年3月23日の毎月第4土曜日、午後2時~4時(計12回)/オンラインで実施/郷土史研究者・

木原秋好ほか/20名(申込順)/1万円
..... いずれも

☑☑電話・はがき(12面記入例)にEメールアドレスも書いて、4月21日までにすぎなみ文化協会・村田くるみ(〒167-0022下井草5-22-10☎080-5644-2592)

●河北医療財団 広報課

◆河北健康教室 命をつなぐ心肺蘇生の方法・救命処置の方法など 4月27日(木)午前10時30分~11時30分/阿佐谷地域区民センター/河北総合病院クリティカルケア認定看護師・河村葉子/80名(申込順)

◆河北健康教室 体操とLINEの登録教室~運動不足を解消しよう 5月18日(木)午後1時30分~3時30分/阿佐谷地域区民センター/河北総合病院理学療法士/50名(申込順)

..... いずれも

☑☑電話で、河北医療財団広報課☎3339-5724(月~金曜日午前10時~午後5時(祝日を除く))

●杉並青色申告会

◆シニア向けLINEセミナー 5月16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10名(申込順)/各1000円/☑☑電話・ファクス(12面記入例)で、5月15日までに同会/LINEがインストールされたスマートフォン持参。長寿応援対象事業

◆事業者向けInstagram活用術&交流会 5月18日(木)午前10時~正午/産業商工会館/セールスプランナー・伊丹恵美/区内在住の方、区内事業者/16名(申込順)/1000円ほか/☑☑電話・Eメール(12面記入例)で、5月17日までに同会

..... いずれも

☑☑杉並青色申告会☎3393-2831☑☑3393-2864☑☑seminar@aioiro.org

その他

税金なんでも相談会 4月27日(木)午後5時~8時、5月11日(木)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、祝日を除く))/1人45分程度

※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。

新型コロナワクチン接種

令和5年春開始接種のお知らせ



現在実施している「令和4年秋開始接種」（12歳以上の方を対象としたオミクロン株対応2価ワクチンの接種等）は5月7日に終了します。重症化リスクの高い65歳以上の方等を対象とした「令和5年春開始接種」は、5月8日～8月31日に実施します。詳細は、コールセンターへお問い合わせいただくか、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、杉並区新型コロナワクチン接種コールセンター ☎0120-023-015（午前9時～午後5時）へ。

■対象者 初回接種（1・2回目）を完了した次のいずれかの方

- ・65歳以上の方
- ・基礎疾患（※）がある5～64歳の方
- ・医療従事者、高齢者施設等の従事者等

※慢性の呼吸器の病気、慢性の心臓病（高血圧を含む）等で入院・通院している方が対象です。17歳以下の方と18歳以上の方で対象となる疾病等が異なります。

■接種を受けられる場所

●区集団接種会場（計9会場）

区集団接種会場のほか、区内医療機関でも引き続き接種を実施します。

会場名	所在地	開設日	使用するワクチン
タウンセブンホール	上荻1-9-1タウンセブンビル8階	7月30日(日)まで	ファイザー社製オミクロン株対応2価ワクチン (BA.1)
NEW 阿佐谷地域区民センター	阿佐谷北1-1-1	5月21日(日)～6月27日(火)	
NEW 高円寺ワクチン接種特設会場	高円寺北2-5-1ホテルメッツ高円寺3階	5月15日(月)～6月30日(金)	
高井戸地域区民センター	高井戸東3-7-5	5月16日(火)～6月29日(木)	
永福ワクチン接種特設会場 (旧永福図書館)	永福4-25-7	5月15日(月)～6月25日(日)	
桃井原っぱ公園【仮設会場】	桃井3-8-1	5月17日(水)～6月15日(木)	
下高井戸おおぞら公園	下高井戸2-28-23	5月16日(火)～6月15日(木)	
NEW 方南・和泉ワクチン接種特設会場	和泉1-38-3	5月15日(月)～6月25日(日)	
タウンセブンフォーラムU	上荻1-9-1タウンセブンビル8階	5月3日(祝)～6月29日(木)	モデルナ社製オミクロン株対応2価ワクチン (BA.4-5) ※従来型ワクチン・小児接種（5～11歳）も実施。

※いずれの会場も車での来場不可。



●区内医療機関

詳細は、区ホームページ（下2次元コード）をご覧ください。



接種券（クーポン）について

「令和5年春開始接種」の対象となる65歳以上の方のうち一部の方には、日時・会場指定がある接種券を送付します。日時・会場指定のない65歳以上の方や基礎疾患がある方等には、自身で予約が必要な接種券を送付します。基礎疾患がある5～64歳の方や医療従事者等は、一部の方を除き接種券の発行申請が必要です。

●接種券・発送日等

対象者	発送日（予定）・申請方法等
日時・会場指定がある65歳以上の方（※）	5月1日(月)（ゴールデンウィークの影響で接種券の到着は5月8日以降〈予定〉）
日時・会場指定がない65歳以上の方、4回目接種を従来型ワクチンで接種した18～64歳で、5回目接種を2月28日までに接種した方	4月24日(月)
基礎疾患がある5～64歳の方、医療従事者等で上記に当てはまらない方	接種券発行申請書（区ホームページから取り出せます）を、杉並保健所保健予防課新型コロナウイルス予防接種担当（〒167-0051荻窪5-20-1）へ郵送。またはLoGoフォーム（右2次元コード）から申し込み▶発送日=4月24日(月)以降順次



※5回目接種を4年11・12月に接種した65歳以上で、4・5回目接種のいずれかを区集団接種会場で接種を受けた方。

予約開始日 4月25日(火)正午