

広報 すぎなみ

Suginami



みどり豊かな 住まいのみやこ

3/15
令和6年(2024年)
No.2374

「切る」が生み出す
幻想的な絵の世界。

繊細な線の表現と透明感あふれる美しい色使いで、見る人を幻想的な世界へと誘う。そんな唯一無二の切り絵作品を手掛けるのが、切り絵作家・佐川綾野さんです。京都でキャリアをスタートし、5年前に拠点を西荻窪に移して活動中。作品に込めた思いや切り絵の楽しさなどを、西荻窪のアトリエでお聞きました。



特集

人
すぎなみピト

佐川
切り絵作家

綾野

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



「広報すぎなみ」は月2回(1・15日)発行。新聞折り込みでの配布のほか、区施設・区内各駅などの広報スタンドに置いています。入手が困難な方には個別配布をしています。ご希望の方は、電話・ファクス・Eメール・LoGoフォームからお申し込みください。

詳細は、区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。





すぎなみビト
interview
佐川綾野
切り絵作家

プロフィール：佐川綾野（さがわ・あやの）静岡県生まれ。中学生の頃から独学で切り絵の制作を始める。京都府の美術大学で版画を学び、卒業後再び切り絵の世界へ。著書に「はじめてでもできる心が整う癒しの切り絵」（ナツメ社）、「そのまま切って飾れる きれいな5色の切り絵帖」（ホビージャパン）など。西荻窪のアトリエで切り絵教室を開いたりSNSで切り絵動画を配信したりするなど、切り絵の魅力発信にも積極的に取り組んでいる。

西荻窪のまちの充実感は、私に創造的な刺激を与えてくれます

木版画をきっかけに、見よう見まねで切り絵を始めた

一つ頃に何がきっかけで切り絵を始めたのですか？

子どもの頃、学校に飾ってあった木版画の作品を目にして、自分も作ってみたいと思いました。ですが、木版画には道具がたくさん必要で難しかったので、木版画と似ている切り絵を作ってみようと思ったのが始まりです。当時は中学2年生。その年頃ならではのエネルギーでどっぴりと制作に励み、高校時代にはかなり大きな作品も作っていました。



その後、大学では木版画を専攻されたそうですね。

京都の美術大学の版画科へ進学し、在学中は切り絵ではなく木版画に力を注ぎました。でも、木版画は材料の版木がとても重くて、削るにもかなりの力があるんです。とても体力を必要とする作業で、疲れてくると重い版木をひっくり返すこともできないくらい。私にとってはその点がなかなか苦しいところでした。卒業後も制作を続けていくに当たり、もう少し気軽にできるものはないかと考えたとき、思い出したのが切り絵だったのです。

切り絵に「ぼかし」の美しさを取り入れて

切り絵はどのように作っていくのですか？

まず、紙に図案の絵を描き、線や面として残す部分と、切り抜く部分を考えていきます。線を細かく切ると繊細さが表現され、大胆に面を残すと強さが出てきます。どの作品も図案のベースにあるのはファンタジーで、幻想的な物語を切り絵で表現したいという思いが根底にあります。ですから、できるだけ主人公がいる作品、人物が入った図案で切り絵を作りたいと思っていて、人物の表情は制作する中でも特に大切にしているポイント

の一つです。一方で、モチーフについては幻想的なものというよりは、日常の暮らしの中で「これを切り絵にしたらきれいかな」と、ヒントを得ることが多いです。

一佐川さんの作品は、独特の色使いがとても目を引きます。

色付けには和紙を使っていて、色和紙ならではのぼかしを取り入れて色を表現するところは、私の切り絵の最大の特徴と言えるかもしれません。「筆で色を塗っているの？」と聞かれることも多いです。和紙は透過性があるので、光にかざすとステンドグラスみたいですごくきれいなんですよ。

一色の表現に和紙を使うようになったのは、何がきっかけだったのですか？

原点にあるのは木版画です。木版画の作品というのは、刷り上げたときにいかにぼかしの表現がうまくいかが重要視されるのですが、そのぼかしの美しさを切り絵にも取り込めなかつたか考えたことが、和紙を使うことにつながっています。また、大学時代の恩師が和紙の研究者で、在学中に私も和紙の制作現場へ行く機会があり、そこで作り手の思いに触れた経験も、和紙を大切にしていきたいと考える背景にあります。切り絵作家として活動を始めてからは、日本各地の和紙の産地を訪れて、原料となる植物の刈り入れから経験し、和紙ができていく過程を体感することで、より理解を深めていきました。今は、見たり触ったりするだけで厚さや種類が分かるほど、和紙になじんでいます。



京都から西荻窪へ。拠点を移して作家活動に励む

一京都から西荻窪へアトリエを移された経緯を教えてください。
関西で親しくしていた刺しゅう作家さんが上京して西荻窪にアトリエを構



WORK 01 | 蕾の肯定



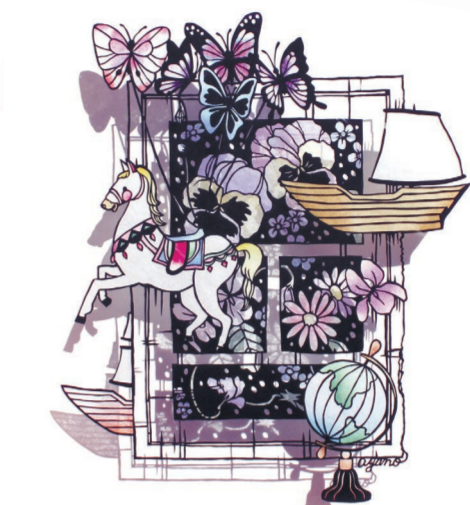
WORK 04 | ユリと女の子



WORK 05 | 白鳥の王子



WORK 02 | ネコと眠る



WORK 06 | 夢のよう



WORK 03 | 聞いたことない



WORK 07 | 憩いの国

えていて、私も時々そこで切り絵教室を開かせてもらっていました。するとある日、その作家さんから電話がきて、「綾野ちゃん、下の部屋が空いたから明日押さえてね！」と声をかけてくれて。突然の出来事でしたが、東京に行って活動の幅を広げたいという思いは以前からあったので、次の日にその部屋を申し込みました。その後、場所は変わりましたが、今も西荻窪のアトリエで制作と切り絵教室を続けています。

一西荻窪の住み心地はいかがですか？

西荻窪はコンパクトでありながら、すごく充実感のあるまちだなと思っています。個人店がたくさんあって、それぞれの個性が垣間見られる魅力的なお店が多いですね。クリエイターも多いし、近所のお店の方とたわいのない話をしている中でも、創造的な感覚を覚えることが多くとても刺激になっています。また、私は食べて飲むことが大好きなので、ディープなお店からカジュアルなお店まで、いろいろな所で西荻ライフを満喫しています。

一切り絵作家としての今後の活動についてお聞かせください。

一時出産でお休みしていましたが、今後は西荻窪での切り絵教室を再開し、制作活動にも力を入れていきたいです。また、以前から取り組んできた、YouTubeなどのSNSを通して切り絵の魅力を伝える活動も引き続き頑張ります。SNSを見た方から「作ってみました」「やってみたら楽しかった」などの声をもらうと本当にうれしくて。私が切り絵を始めた頃は珍しがられましたが、今は少しずつ切り絵が一般的な趣味として浸透しつつあるのかなと思います。

一今回の記事を見て、切り絵に興味を持つ方も増えるかもしれませんね。

簡単な図案でしたら、初心者でも十分楽しめるのでお勧めです。切り進めながら、うまく切れるたびにうれしい、そんなやさやかな喜びの繰り返しを味わえるのが切り絵です。興味がある方はぜひ挑戦してみてください。たくさんの人に切り絵の魅力や作ることの楽しさが伝わり、切り絵を楽しむ人が増えていくといいなと期待しています。

Let's try!

佐川さんに教わる切り絵の作り方!

用意するもの
図案・黒い紙・トレーシングペーパー・色和紙・テープ・デザインカッター・カッターマット・のり など

1 図案を黒い紙に貼り付けて、内側の白い部分・輪郭をカッターで切り取ります。

2 色を付けたい部分にトレーシングペーパーを当てて型を描き取ります。

3 ②のトレーシングペーパーを付けたい色の和紙に乗せて切り抜きます。

4 切り抜いた和紙を切り絵の裏からのりで貼り付けて完成!

できあがり!

YouTubeで配信中!

すぎなみビト MOVIE

すぎなみビト「佐川綾野さん」のインタビュー動画を、右2次元コードからご覧いただけます。

杉並区公式チャンネル

区からのお知らせ

SUGINAMI INFORMATION

保険・年金

年金の切り替え手続きをお忘れなく

20～59歳の第2号被保険者が退職すると、第1号被保険者になるため切り替えの手続きが必要です。また、第2号被保険者が扶養している配偶者(第3号被保険者)は、第2号被保険者が退職したり65歳に達したりしたときなどに、第1号被保険者になるため手続きが必要です。

手続きは、マイナポータルによる電子申請のほか、ねんきんネット上で必要書類を作成し、郵送で届け出することもできます。また、国保年金課国民年金係(区役所中棟2階)・区民事務所・杉並年金事務所(高円寺南2-54-9)でも手続きが可能です。

☎国保年金課国民年金係、杉並年金事務所 ☎3312-1511

生活・環境

南北バス「すぎ丸」の回送車活用

4月から当面の間、南北バス「すぎ丸」のかえて路線(西荻窪駅～久我山駅)の回送区間を営業運用とするため、運行時間を変更します(最終3便のみ)。詳細は、区ホームページ同案内をご覧ください。

☎都市整備部管理課交通企画係 ☎5307-0793

東京都市計画道路区画街路杉並区画街路第3号線ほか2路線の事業認可の取得

上井草駅周辺地区の杉並区画街路第3号線、西武鉄道新宿線付属街路第10号線・第11号線の事業認可を、3月6日に取得しました。駅周辺の交通環境改善や、歩行者・自転車利用者が安全に通行できる道路空間の形成を図ります。

告示文・事業平面図などは、都市整備部管理課(区役所西棟5階)で閲覧できます。

☎市街地整備課鉄道立体係

子育て・教育

私立・国立小学校の新入生への防犯ブザー貸与

区内在住で、4月から私立・国立小学校へ入学する新入生を対象に、防犯ブザーを貸し出します。

☎①危機管理対策課(区役所東棟5階) ②区民事務所=3月29日(金)まで、午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日を除く(②23日(土)は9時から。水曜日は7時まで)) ▶区民課区民係(東棟1階)=3月16日(土)・30日(土)午前9時～午後5時 ☎危機管理対策課 ☎子どもの年齢が確認できる保険証など持参。区立小学校の新入生には学校から貸し出し

子・育医療証の発送

☎医療証(乳幼児医療証)をお持ちで4月から小学校へ入学する新1年生の保護者宛てに☎医療証(義務教育就学児医療証)を、☎医療証をお持ちで3月に中学校を卒業する子どもの保護者宛てに☎医療証(高校生等医療証)を、3月下旬に発送します。医療証の切り替えに伴う手続きは不要です。

なお、3月中に区外へ転出した場合は対象になりません。届いた医療証は返還してください。

☎子ども家庭部管理課子ども医療・手当係

施設情報

杉並区更生保護サポートセンターの移転

杉並区更生保護サポートセンターは、3月25日にウェルファーム杉並(天沼3-19-16)へ移転します。現在の職員会館(成田東5-41-7)での運営は、3月22日に終了します。移転に伴い、電話番号が変わります。

◆移転後の電話番号

☎6276-9603

☎杉並区更生保護サポートセンター ☎5930-9098 (3月22日まで)

採用情報 ※応募書類は返却しません。

会計年度任用職員

事務補助・障害者採用(短時間)

☎印刷・丁合・封入・仕分け・シュレッダー作業、データ入力ほか ▶勤務期間=6月1日～7年3月31日(5回まで更新可) ▶勤務日時=週5日。原則、月～金曜日の午前9時～午後4時 ▶勤務場所=区役所・区内

の出先事業所 ▶資格=障害者手帳を有する方、児童相談所などにより知的障害者であると判定された方 ▶募集人数=4名程度 ▶報酬=時給1173円 ▶その他=期末・勤勉手当支給(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。区ホームページ同案内からも取り出せます)を、4月8日までに人事課人事係へ簡易書留で郵送・持参 ☎関係 ☎書類選考合格者には面接を実施



区以外の求人

NPO法人すぎなみ環境ネットワーク補助職員

☎リサイクル品などの販売 ▶勤務期間=4月1日～7年3月31日(更新可。67歳に達した年度末で退職) ▶勤務日時=月10日程度。原則、木～火曜日の午前8時30分～午後5時15分 ▶勤務場所=リサイクルひろば高井戸(高井戸東3-7-4) ▶募集人数=1名 ▶報酬=時給1240円 ▶その他=交通費支給(上限あり) ☎履歴書を、3月23日までにNPO法人すぎなみ環境ネットワーク(〒168-0072高井戸東3-7-4環境活動推進センター内)へ郵送・持参 ☎同団体 ☎5941-8701 ☎書類選考合格者には3月下旬に面接を実施

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、区内関係団体の専門家が答えます。

☎4月5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



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

保健センター名	赤ちゃん計測相談	平日母親学級	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)	計測は1歳の誕生日月まで(荻窪保健センターは7カ月になる月まで)。 時間はお問い合わせください。	3日(水) 10日(水)	時間はお問い合わせください。週数制限なし。初産の方優先。	-	24日(水)	午前 12日(金) 26日(金)	25日(木)	12日(金)	26日(金) 午後1時30分	2日(火) 午後1時45分 10日(水) 午後1時30分
高井戸 (高井戸東3-20-3) ☎3334-4304	8日(月)	-	25日(木)	午後1時30分	15日(月)	午前 8日(月) 22日(月)	-	4日(木)	午前9時～正午	26日(金) 午前9時30分	9日(火) 18日(木) 30日(火) 午後1時30分
高円寺 (高円寺南3-24-15) ☎3311-0116	9日(火)	5日(金) 12日(金)	26日(金)	午後1時30分	17日(水)	午前 16日(火)	18日(木)	16日(火)	11日(木) 午後2時	11日(木) 午後2時	24日(水) 25日(木) 午後2時30分
上井草 (上井草3-8-19) ☎3394-1212	24日(水)	-	-	-	25日(木)	午後 4日(木)	-	-	4日(木) 午前9時30分	4日(木) 午前9時30分	15日(月) 午後1時30分
和泉 (和泉4-50-6) ☎3313-9331	11日(木)	16日(火) 23日(火)	-	-	18日(木)	午前 11日(木)	17日(水)	-	18日(木) 午後2時	18日(木) 午後2時	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地域子育て支援課母子保健係(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) 関関係 ☎Eメールアドレス HPホームページアドレス

その他

住民基本台帳の閲覧状況の公表

5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

宝くじの助成事業でみこしを整備

自治総合センターが宝くじの受託事業収入を財源として実施している「コミュニティ助成事業」を活用し、高円寺パル商盛会のみこしの修繕に対して助成しました。この事業は、コミュニティ活動の促進と健全な発展を図るとともに、宝くじの社会貢献広報を目的としています。

区地域課



家内労働の委託状況届

家内労働者に内職などを委託している事業者は、毎年4月1日時点の家内労働者数などについて、委託

状況届を労働基準監督署へ提出することが義務付けられています。4月30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

6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・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）。区ホームページ同案内からもご覧になれます
 ※3月29日までは、高円寺保健センター（高円寺南3-24-15）、消費者センター（天沼3-19-16ウェルファーム杉並内）、区政資料室（区役所西棟2階）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

ご利用ください

すぎなみくらしのガイドの発行

区が実施しているサービス・区内施設などを掲載した「すぎなみくらしのガイド2024～2026」（旧すぎなみくらしの便利帳）を発行しました。転入者・希望者には区役所・区民事務所で配布しています。区ホームページ（右2次元コード）からもご覧になれます。

—— 問い合わせは、広報課報道係へ。



人と人、地域と地域をつなぎ、杉並を元気に

すぎなみフェスタ区民委員の募集

すぎなみフェスタを、より一層区民の皆さんが主体となって盛り上げていくために、内容などを話し合う区民委員を募集します。詳細は、すぎなみフェスタホームページ（右2次元コード）をご覧ください。

—— 問い合わせは、すぎなみフェスタ実行委員会事務局（地域課地域支援担当内）へ。



☎4月下旬～5月中旬の会議に2・3回出席 ▶ 募集人数= 5・6名程度（選考）
 ☑区内在住・在勤・在学で18歳以上の方
 ☑LoGoフォーム（すぎなみフェスタホームページにリンクあり）から、3月31日までに申し込み



建築物の解体等工事に係るアスベスト分析調査費用の補助

建築物の解体等工事におけるアスベスト事前調査について、所有者の負担軽減、調査実施の促進のため、区内の建築物におけるアスベスト分析調査費用の一部を補助します。申請には、事前相談が必要です。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、環境課公害対策係へ。



補助対象調査

解体等工事の着手前に実施するアスベスト分析調査（建築物石綿含有建材調査者が行う目視・設計図書などによる調査で明らかにならなかった場合に専門の分析調査機関に依頼する分析調査）

補助金額

分析調査費用の2分の1（上限5万円）

申請期間

4月1日～7年2月28日（予算がなくなり次第終了）

その他

同一補助対象建築物について1回。同一補助対象者について、同一年度につき1回



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・保育園など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=環境課公害対策係 ▶ 区立小中学校・保育園などの給食食材の放射能濃度測定=学務課・保育課 ▶ 放射能濃度測定の方法=杉並保健所生活衛生課衛生検査係 ☎3334-6400

※申し込みは、開始日の記載がない場合は「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。

早期発見・治療が大切です

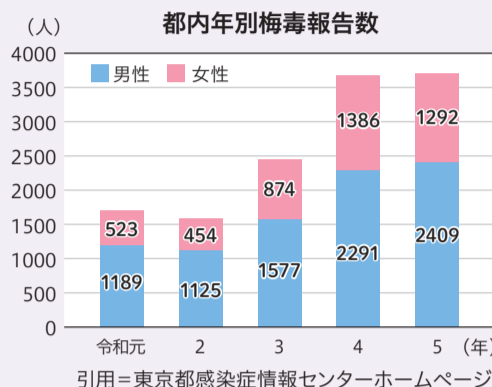
梅毒にご注意ください

5年中の都内の梅毒患者数は3700人を超え、過去最多となりました。梅毒には早期治療が有効です。感染機会から2カ月後を目安に、医療機関・保健所などで検査を受けましょう。区では、性感染症検査を実施しています。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、杉並保健所保健予防課感染症係☎3391-1025へ。



梅毒とは

- 梅毒トレポネーマによる感染症で、性行為により、粘膜・皮膚の小さな傷から感染します。
- 感染した部位にできたできもの・ただれは、数週間で消えてしまうため、検査・治療が遅れると病気が進行し、他の人に感染を広げてしまうことがあります。
- 妊婦が感染すると胎児にも感染し、死産・早産、先天性障害の原因となることがあります。



性感染症検査

杉並保健所では月2回、匿名で受けられる性感染症検査を行っています。

☎第1・3水曜日、午前9時～10時30分 ☎杉並保健所（荻窪5-20-1）☎HIV・梅毒・性器クラミジア・淋菌感染症検査（4月から実施）☎各30名（申込順）☎LoGoフォーム（区ホームページにリンクあり）で、各検査日の6日前から申し込み ☎検査結果は検査日翌週の水曜日に来所で通知

世界一の交通安全都市TOKYOを目指して

4月6日～15日は春の全国交通安全運動を実施します

4月10日は、交通事故死ゼロを目指す日です。詳細は、区ホームページ（右2次元コード）をご覧ください。



交通事故をなくすための重点目標

●子どもが安全に通行できる道路交通環境の確保と安全な横断方法の実践

交通事故の死者数は歩行中の割合が最も高く、横断禁止場所での横断や車両の直前直後の横断などの法令違反によるものもあります。

左右の安全を十分に確認し、横断歩道を渡りましょう。また、早朝・夕方・夜間の外出は、明るい色の服装・反射材用品を身に着けましょう。

●歩行者優先意識の徹底と「思いやり・ゆずり合い」運転の励行

車両を運転するときは、歩行者や他の車両に対する思いやり・ゆずり合いの気持ちをもって交通ルールを遵守してください。横断歩道などの直前では、歩行者がいないことが明らかな場合を除き、停止可能な速度で進行しましょう。

●自転車・電動キックボードなど利用時のヘルメット着用と交通ルールの遵守

全ての自転車、電動キックボードなどの特定小型原動機付自転車利用者に対して、乗車用ヘルメットの着用が努力義務になっています。都内の自転車事故では、死亡者の約7割が頭部に致命傷を負っています。また、自転車事故でヘルメットを着用していなかった場合の致死率は、着用していた場合と比較すると約2.3倍になります。命を守るため、自転車・電動キックボードなどに乗るときはヘルメットを積極的に着用しましょう。

問い合わせ

杉並警察署☎3314-0110、高井戸警察署☎3332-0110、荻窪警察署☎3397-0110、杉並土木事務所交通安全係☎3315-4178

あきや 杉並区空家等利活用相談窓口を開設します

空き家の利活用の促進を目的に、杉並区空家等利活用相談窓口を4月から開設します。空き家の利活用を検討中の方は、ぜひご相談ください。

—— 問い合わせは、住宅課空家対策係へ。



相談事例

- 地域交流の場や住宅確保要配慮者の住まいとして活用したい
- 空き家をリフォームし自宅・賃貸物件として利用したい
- 空き家を解体・売却したい
- 相続を円滑に進めたい

相談日時

午前9時～午後6時（水・日曜日、8月11日～18日、年末年始を除く）

対象者

- 区内にある空き家・空き家となる恐れがある建築物を所有している方
 - 区内在住で空き家（区内・区外）を所有している方
- ※いずれも親族・代理人を含む。

申し込み

電話・Eメールに住所・氏名・相談内容を書いて、細田工務店☎5397-7717✉suginami-akiya@hosoda.co.jp。または申し込みフォーム（右2次元コード）から申し込み



ご存じですか？

ひとり親家庭等子育て支援



区では、ひとり親家庭などの子育てを支援するため、以下の制度を実施しています。受給には申請が必要で、所得制限などの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。



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日を迎えるまでの児童を養育しているひとり親家庭などの父または母・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）

〒子ども家庭部管理課子ども医療・手当係 ☎5307-0785



▲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日を迎えるまでの児童（※）を養育しているひとり親家庭などの父または母・養育者で所得制限限度額未満の方

※中程度以上の障害がある場合は20歳未満。

手当額

月額1万410円～4万4140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加算あり）

その他

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



▲児童扶養手当

〒子ども家庭部管理課子ども医療・手当係 ☎5307-0785

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日を迎えるまでの児童（※）とその児童を養育し健康保険などに加入しているひとり親家庭などの父または母・養育者で所得制限限度額未満の方（生活保護など他の医療費助成を受けている場合を除く）

※中程度以上の障害がある場合は20歳未満。

助成範囲

健康保険証などを使って医療機関の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などがいる場合は、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の助成▶



〒子ども家庭部管理課子ども医療・手当係 ☎5307-0785

ひとり親家庭休養ホーム

助成対象

ひとり親家庭の保護者と20歳未満の子ども

助成範囲

区が指定する施設を利用するときに発生する利用料金の一部を助成します。

日帰り施設=1人当たり1500円（年度内1回まで）▶ 宿泊施設=1人当たり6500円（年度内2泊まで）

対象施設

東京ディズニーランド・東京ディズニーシー、東京ドームシティアトラクションズ、湯の里 杉菜、休暇村ほか



▲ひとり親家庭休養ホーム

〒子ども家庭部管理課ひとり親家庭支援担当 ☎5307-0343

仕事・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（区役所東棟3階）・福祉事務所では、相談員がひとり親家庭の悩み・困りごとの相談を受け、自立に向けた支援を実施しています。また、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。



▲ひとり親家庭の相談

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、養育費確保支援ほか

〒子ども家庭部管理課ひとり親家庭支援担当 ☎5307-0343

母子・父子福祉資金貸し付けの相談

20歳未満の子どもを扶養しているひとり親家庭などの父または母の技能習得資金、子どもの修学資金など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所相談

18歳未満の子どもを養育している母子家庭で、生活上の問題がある場合に、母と子どもが一緒に利用できる施設への入所相談を受け付けています。

ひとり親家庭の生活一般相談、夫婦男女問題・家族問題などの家庭相談ほか

〒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している「ひとり親家庭のしおり」を発行しています。子ども家庭部管理課・福祉事務所などで配布しているほか、区ホームページからもご覧になれます。ぜひご利用ください。



▲ひとり親家庭のしおり

〒子ども家庭部管理課ひとり親家庭支援担当 ☎5307-0343



意見募集の結果をお知らせします

いずれも改定・策定に先立ち、「杉並区区民等の意見提出^{ようび}手続に関する条例」に基づき、「広報すぎなみ」①5年11月2日号②12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などは、下記の閲覧場所のほか、区政資料室（区役所西棟2階）・区民事務所・図書館で4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）からも閲覧できます。



①杉並区総合計画など6計画の改定

●意見提出期間=5年10月31日～12月4日 ●意見提出件数=325件（延べ765項目） ●閲覧場所=企画課（区役所東棟4階）
企画画課

杉並区総合計画・杉並区実行計画

該当箇所	頂いたご意見（概要）	区の考え方（概要）
【防災・防犯】 施策1 強くしなやかな 防災・減災まちづくり	水害対策として、区でも区有地から随時グリーンインフラを進めてほしい。	ご意見を踏まえ、自然環境が有する多様な機能をインフラ整備に活用するグリーンインフラについて、区の治水事業の一つとして検討・導入することとし、取り組み内容を追記します。
【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	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・事業者の理解と協働により、実現していくものと分かるようにしてほしい。	今後も、区民の皆さんと意見交換を重ねながら、一つずつ地域の課題解決に取り組む考えであることから、ご意見を踏まえ記述を修正します。
【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	区立施設で利用する全ての電気を再生可能エネルギーへ切り替える時期を明示してほしい。また、国基準の中途半端なネットゼロエネルギービル化（以下、ZEB化）ではなく、本当の意味でのゼロエネルギービルであることを明言してほしい。	区役所本庁舎の電気は、6年度中に全て再生可能エネルギーに切り替えます。他の区立施設は、契約形態が異なるため、可能な限り速やかに転換を図ります。建物のZEB化については、区立施設の新築・改築時に、敷地形状・用途・規模などさまざまな条件を考慮した上で、原則、ZEB oriented相当以上のZEB化を図り、可能なものはより高い性能を目指すこととしています。ご意見を踏まえ記述を修正します。
【健康・医療】 施策13 地域医療体制の充実	新型コロナウイルス感染症は5類移行により実態が見えにくくなっているだけである。「今までの新型コロナウイルス感染症への対応を教訓に、今後も起こり得る新型コロナウイルス感染症や新興感染症の流行に適切に対処するため」のように修正してほしい。	現在、新型コロナウイルス感染症は5類感染症に分類されていますが、今後新たな変異株などにより感染者・重症患者が再び増大する場合は再興感染症と位置付けられる場合があるため、新興感染症と同様に適切に対処していきます。ご意見を踏まえ記述を修正します。
【福祉・地域共生】 施策14 人権を尊重する 地域社会の醸成	人権が尊重される地域社会の確立に向けた目標数値が低い。誠実に誰一人取り残さない姿勢で目標を立て、人権侵害を撤廃する覚悟を示してほしい。	これまでに区民を対象とした人権に関する意識調査などの実績がないことから、都民の意識調査の結果を参考値とし、他自治体の状況なども鑑み目標値を設定しました。しかしながら、ご意見のとおり、今後人権啓発の取り組みを実施するに当たり、目標値は高く設定することが望ましいと考え、12年度の目標値35%を現状値21.4%の約2倍に当たる40%に修正します。また、6年度以降に区民の人権意識調査を実施し、より効果的な啓発の検討や職員研修の内容の充実を図り、今後も適切な目標値を定めていきます。
【子ども】 施策18 子どもの権利を尊重し 育ちを支える 環境の整備・充実	子どもの意見表明・参画を推進してほしい。	基本構想に掲げる子ども分野の将来像「すべての子どもが、自分らしく生きていくことができるまち」を実現するためには、子どもが権利の主体であることを、子どもも大人も理解し共に社会をつくる一員として、子どもの意見・思いが尊重されることが大切であると考えています。ご意見を踏まえ、子どもに関する施策について、子どもが自分の望む方法で意見・思いを表明できる環境を整えられるよう、記述を修正します。
【学び】 施策23 多様なニーズに応じた きめ細かな教育の推進	不登校の子どもが自宅でも授業を受けられるようにしてほしい。	不登校をはじめ、何らかの理由で登校できない子どもの学びを保障するため、これまでも保護者の意向を確認しながら、自宅におけるオンラインによる学習支援を実施してきました。オンラインを活用した学習支援は、学び方の選択肢の一つとして、今後も推進していきます。ご意見を踏まえ記述を修正します。
【文化・スポーツ】 施策27 多様な文化・芸術の 振興と多文化共生・ 国内外交流の推進	「多文化共生」の言葉が入ったことは画期的である。今後数年の外国人人口の増加を見越した先見性のある計画だと思う。	区内在住の外国人は1月1日現在で1万9178人（総人口の3.3%）であり、今後も増加が見込まれます。こうした状況を踏まえ、国籍・文化の違いを互いに認め合い、対等な関係を築きながら、地域社会の構成員として共に生きていける多文化共生社会の実現に向けて取り組んでいきます。その一環として、6年度に多文化共生基本方針を策定し、多文化共生推進に関する区の基本的な考え方と取り組みの方向性を示していくこととしています。

杉並区区政経営改革推進計画

該当箇所	頂いたご意見（概要）	区の考え方（概要）
方針2 財政の健全性の確保と 時代の変化に即応できる 持続可能な 財政運営の実現	ふるさと納税は、区が本来得られるはずの住民税が他区市町村に流失している懸念があるが、総務省にふるさと納税の廃止などを交渉するべきではないか。	住民税流出額を減らすことが重要であるため、住民税流出の現状やふるさと納税制度の問題点について周知活動を強化し、健全な寄付文化の醸成を図ります。また、住民税流出の深刻さは23区共通の問題であるため、特別区長会を通してふるさと納税制度の廃止を含めた抜本的な見直しを求める要望書を提出しました。今後も引き続き、さまざまな機会を捉えて制度の見直しを働きかけていきます。ご意見を踏まえ記述を修正します。

杉並区協働推進計画

該当箇所	頂いたご意見（概要）	区の考え方（概要）
方針1 多様な主体との連携による 協働の推進	今後の課題の解決策の一つとして行政と区民の本来の対話・協調を作り上げていくための新たな仕組みを立ち上げることを提案する。	地域活動などの拡充やノウハウ・人材不足といった地域課題の解決を図っていく一つの手段として、公民連携プラットフォームを運用しています。こうした取り組みを進めていくためには、区職員が区民の皆さんとのコミュニケーションを深めていく必要があると考えています。提案内容も参考としつつ、必要な機能について考えていきます。また、ご意見を踏まえ記述を修正します。

杉並区デジタル化推進計画

該当箇所	頂いたご意見（概要）	区の考え方（概要）
方針1 デジタル技術を活用した 区民サービスの向上	パソコン・スマートフォンを使わない人がまだしばらくはいる時代だと思う。そのような人の存在を無視しないでほしい。	デジタル技術を活用した区民サービスの向上や業務効率化に資する取り組みを推進する一方で、デジタル技術を利用しない方が困らないよう、十分に配慮して進めていく必要があると考えています。こうした考えは、適宜、広報などで周知します。ご意見を踏まえ記述を修正します。

杉並区区立施設マネジメント計画

該当箇所	頂いたご意見（概要）	区の考え方（概要）
第1章 新たな計画の策定に 当たって	検証結果の評価に記載のある、「高齢者の居場所や地域共生社会の実現に向けた取り組み、子どもたちの多様な居場所の重要性など、今後の取り組みに生かしていくべき視点」を大事にしてほしい。施設再編整備の進め方において、施設利用者や地域住民の意見を十分に反映できていなかったことの反省の上に、今回の計画策定がされていることはうれしく思う。	これまでの取り組みを検証した結果、将来にわたって持続可能な行政運営を行いつつ、高齢化・区民ニーズの変化に対応していくという計画の目的については、一定の理解が得られていることが確認できました。また、ゆうゆう館・児童館の再編やコミュニティふらっとの整備について、再編後の取り組みにおいて課題・改善点はありませんが、おおむねこれまでの機能・役割が継承できていることが確認できました。加えて、高齢者の居場所や地域共生社会の実現に向けた取り組み、子どもたちの多様な居場所の重要性など、今後の取り組みに生かしていくべき視点も明らかになりました。一方で、施設再編整備の進め方においては、対象施設の利用者や地域住民の皆さんの意見を十分に反映できていなかったことが最大の課題であったと受け止めており、今後は全体最適・長期最適の視点や施設・地域の課題などを共有しながら、これまで以上に利用者・地域住民の皆さんの視点を取り入れた施設づくりを共に行っていきます。

②杉並区自転車活用推進計画の策定

●意見提出期間=5年12月1日～6年1月4日 ●意見提出件数=37件（延べ83項目） ●閲覧場所=都市整備部管理課（区役所西棟5階）

都市整備部管理課自転車計画担当

該当箇所	頂いたご意見（概要）	区の考え方（概要）
Chapter 1 人と環境にやさしいまち 杉並を目指して	自転車のメリットを説明することよりも、自転車を利用したいと思えるような環境づくりに努めてほしい。	自転車活用を推進するため、自転車に乗りやすい環境づくりを行うことは重要と考えています。ご意見を踏まえ、記述を修正します。
Chapter 3 人もクルマも安全・ 快適に移動できる通行空間整備	自転車道路の整備を進めてほしい。	自転車道・自転車専用通行帯の整備には、一定程度の道路幅員が必要です。幅員の狭い道路が多い区道で整備することは困難ですが、道路を拡幅する際は、自転車通行空間の整備について周辺住民の皆さんと対話しながら必要性も含め議論していく考えです。今後は、歩行者・自転車利用者の交通安全を確保するため、自転車通行空間の整備に努めていきます。
Chapter 4 「自転車」と「まち」が調和した 駐車環境づくり	自転車駐車場の整備を進めてほしい。	地域ごとの需要に応じた、区立自転車駐車場の規模適正化を進めていきます。また、自転車をより止めやすい環境にするため、民間事業者との協働により民有地の空きスペースなどを活用して、小規模点在型の自転車駐車スペースを区内各所に確保していきます。
Chapter 5 公共的な交通 「シェアサイクル」への期待	駅などにシェアサイクルポートを設置してほしい。	現在、シェアサイクル事業者との協働により、区立施設・区立公園などの公有地46カ所にシェアサイクルポートを設置しています。今後は、鉄道事業者・警察などと調整を図りながら、シェアサイクルポートの設置を拡充し、シェアサイクルの利便性向上を図っていきます。
Chapter 6 交通ルールを守り、 譲り合う風土づくり	交通ルールの遵守を徹底するため、警察と連携し違反車両へ注意喚起をしてほしい。	これまでも、区立小中学校の児童・生徒、区民、事業者を対象とした自転車安全利用講習会や、街頭キャンペーンなどの啓発活動を実施してきました。また5年度には、自転車用ヘルメットの購入費助成制度の導入に伴い新たにヘルメット着用促進講習会を開催し、交通ルールの周知などに努めています。警察などと連携を図りながら、電動キックボードなどの新たなモビリティの利用者を含めた啓発を行うなど、交通安全の確保に一層努めていきます。

皆様のご意見を募集します



より良い区政の実現に向けて、幅広い区民の声を聴きながら、区としての考えをまとめていきます。ぜひ一人でも多くの皆さんの声を聴かせてください。



パブリックコメント（区民等の意見提出手続き）

◇**閲覧・意見募集期間** 4月14日（消印有効）まで

◇**閲覧場所** 庶務課（区役所東棟6階）、区政資料室（西棟2階）、区民事務所、図書館（いずれも休業日を除く）。区ホームページ（右2次元コード）からもご覧になれます



◇**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・所在地・代

表者氏名）を記入。区ホームページからもご意見を書き込めます

◇**結果の公表**

- ・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」や区ホームページなどで公表する予定です。ご意見の全文公表を望ま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。

杉並区教育ビジョン2022推進計画の改定（案）

◆概要

「杉並区教育ビジョン2022」に掲げた教育行政の取り組みの方向性を具体化した行動計画です。

◆改定の趣旨

上位計画である「杉並区総合計画」「杉並区実行計画」の改定の前倒しに合わせ、改定を行います。

◆計画期間

6～8年度

◆**意見提出・問い合わせ先** 教育委員会庶務課 ☎5307-0692
✉koyoiku-iinshomu@city.suginami.lg.jp

杉並区子ども読書活動推進計画の改定（案）

◆概要

「子どもの読書活動の推進に関する法律」第9条第2項の規定に基づき、0～おおむね18歳の子どもを対象とした、読書活動を活発に進めるための施策の方向性・取り組みを示した計画です。

◆改定の趣旨

上位計画である「杉並区総合計画」「杉並区実行計画」「杉並区教育ビジョン2022推進計画」の改定の前倒しに合わせ、改定を行います。

◆計画期間

6～8年度

◆**意見提出・問い合わせ先** 中央図書館（〒167-0051荻窪3-40-23 ☎3391-5754 ☎3391-7808 ✉kikaku-unei@city.suginami.lg.jp）

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・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。6年度の申請を4月から受け付けます。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、産業振興センター就労・経営支援係 ☎5347-9077へ。

助成対象

①事業所家賃助成

次の要件を全て満たす事業所などの賃料が対象です。

- 区内に所在し助成対象者が事業のために継続して使用しており、住居と兼用しない
- 助成対象者が新たに賃貸借契約を締結する

●事務所などの貸し主が助成対象者の3親等以内の親族、または助成対象者が経営する会社の構成員でない

●シェアオフィス・コワーキングスペースなど、助成対象者以外の者と空間・設備などを共用する形態ではない

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、ホームページ作成に関する解説本などの購入費が対象です。

助成上限額 ①30万円（月額上限5万円×6カ月） ②20万円

助成率 いずれも3分の2

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13日(土)午後1時30分～3時 📍杉並おもちゃドクターズ・片岡末廣ほか
🎫実費 他1組1点
眠っている筋肉を覚醒させる体幹トレーニング
📅4月25日(木)午前10時～11時 📍おひさまサロン・鈴木恭子 定20名(抽選) 往復はがき(12面記入例)に手話通訳を希望の方はその旨も書いて、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=4月12日 他長寿応援対象事業

…… いずれも ……

📍井草地域区民センター

荻窪地域区民センター協議会

〒167-0051荻窪2-34-20
☎3398-9127
🌐<https://ogikubokyougikai.sakura.ne.jp/>
大人の絵本レッスン～すてきに生きるヒント
📅5月8日(水)・15日(水)・22日(水)午前10時～11時30分(計3回) 📍同センター
📎絵本専門士養成講座講師・生田美秋 定20名(抽選) 費200円 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14日



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/>
ロバート キャンベル講演会
📅4月27日(土)午後2時～4時 📍同センター
📎講演「あなたなら、どんな言葉を残しますか?～『戦争語彙集』の声に耳を傾けて」 定80名(抽選)
往復はがき(12面記入例)に手話通訳を希望の方はその旨も書いて、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=4月5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
🌐<https://www.takaido-kyogikai.org/>
高井戸消防まつり～地域の防火・減災対策を楽しみながら学習しよう
📅4月21日(日)午前10時～午後2時 内 初期消火・AED訓練、消防操法訓練披露、模擬店ほか 他車での来場不可▶
共催=高井戸町会
高井戸地区の歴史講座「江戸末期～昭和中期」
📅5月18日(土)午前10時～正午 📍佐藤友美 定40名(抽選) 往復はがき(12面記入例)に手話通訳を希望の方はその旨も書いて、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=4月30日 他長寿応援対象事業▶協力=郷土博物館

…… いずれも ……

📍高井戸地域区民センター

民営化宿泊施設をご利用ください

コニファーいわびつ

住所

群馬県吾妻郡東吾妻町
大字原町4399

☎☎電話で、コニファーいわびつ☎0279-68-5338(午前9時～午後8時)



4～9月の送迎バス運行予定

JR阿佐ヶ谷駅南口～コニファーいわびつ間で送迎バスを運行します。
運行日 4月8日(月)～11日(木)・15日(月)～18日(木)、5月13日(月)～16日(木)、6月3日(月)～6日(木)、7月1日(月)～4日(木)、8月26日(月)～29日(木)、9月2日(月)～5日(木)・9日(月)～12日(木)
運行時間 JR阿佐ヶ谷駅南口発(午後0時30分)→コニファーいわびつ着(午後3時)▶コニファーいわびつ発(午前9時30分)→JR阿佐ヶ谷駅南口着(正午)
料金 往復2500円。片道1250円
申込期限 各運行日10日前
最少催行人数 各10名(運行の決定は各出発日6日前までに連絡)

JR阿佐ヶ谷駅南口出発 2泊3日のバスツアー♪

洞窟観音・榛名山ロープウェイ・清津峡・トミオカホワイト美術館を見学します。地元の有名洋食店・豆腐料理も堪能できます。
日程 5月20日(月)～22日(水)・27日(月)～29日(水)、6月12日(水)～14日(金)・17日(月)～19日(水)・24日(月)～26日(水)
区民料金(2名以上。2泊3日7食付き)
4万2000円。3歳～小学生3万6000円。65歳以上の方・障害者4万円
※諸税・保険料含む。1名での参加の場合は8800円割増。
最少催行人数 各15名(催行の決定は各出発日14日前までに連絡)
☎電話で、フォレストリゾート予約コールセンター☎0570-038-489(午前9時～午後8時)

区民が創る情報サイト すぎなみ学倶楽部



杉並の川と桜が織り成す
ハーモニー



▲善福寺川緑地の桜

区内を流れる妙正寺川・善福寺川・神田川には、桜並木のある遊歩道が整備されています。水鏡に映る満開の桜や花びらが浮かぶ川面など、さまざまな春景色を楽しんでみませんか? すぎなみ学倶楽部では、20カ所以上のお花見ポイントを紹介しています。

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

杉並のイベント、文化人のお気に入り散歩コース、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、起業家や職人にも注目

ゆかりの人々 タレントや作家・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



東京シティ競馬
開催日程

3/18(月)～22(金) 20(水・祝)京浜盃(JpnII)

・東京シティ競馬(大井競馬)は、東京23区が主催しています。
・勝馬投票券の購入は20歳から、適度に遊ぶ大人のたしなみ。
・地方競馬の収益金は、畜産振興及び地方財政の改善に活用されています。

TCK

検索



※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。



催し

動かすチカラ～鉄道の科学

📅3月24日(日)～30日(土)午前9時30分～午後5時(入場は4時30分まで) 場セシオン杉並(梅里1-22-32) 内鉄道が動く仕組みのパネル展示・解説、鉄道運行の体験 問コングレ☎080-4576-6922、社会教育センター☎3317-6621

塚山公園自然散策会

📅3月30日(土)午前10時～11時・午後1時～2時 場塚山公園(下高井戸5-23-12) 対小学生以上の方(小学生は保護者同伴) 定各10組(申込順) 費各1組100円 申問電話で、3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

📅4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 申問電話・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

異業種交流会 in すぎなみ

📅5月23日(土)午後1時30分～4時30分 場区役所第4会議室(中棟6階) 内グループミーティング、自由交流会 対区内・区外近隣の事業所(個人事業主を含む) 定50社(1社1名のみ。申込順) 申 申込書(区ホームページ同催し案内から取り出せます)を、産業振興センター就労・経営支援係☎3392-7052へファクス。またはLoGoフォーム(区ホームページ同催し案内にリンクあり)から申し込み/申込期限=4月19日 問同係☎5347-9077 他申し込み後に審査あり。名刺、自社製品・商品・

サービスなどの案内・紹介物など持参 産業振興センター都市農業係

◆春の草花・植木・野菜等の即売会

📅3月28日(木)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 内出店=杉並区グリーンクラブ、JA東京中央城西生産部会・杉並中野生産部会、井草園芸研究会、高井戸花卉研究会 他マイバッグ持参

◆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。 📅4月17日・24日、5月15日・22日、6月12日・19日、7月3日・10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29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

カルトナージュ教室「カルトナージュでマイメモホルダーを作ってみよう」

📅4月14日(日)午前10時～正午 場杉並障害者福祉会館 師カルトナージュアーティスト・佐藤久子 対区内在住・

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、子どもの氏名・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

在勤・在学で障害のある方とその介助者 定12名(抽選) 費600円 申往復はがき(記入例)に障害の状況、在勤・在学の方は勤務先・学校名、介助者も参加の場合は介助者氏名、手話通訳を希望の方はその旨も書いて、3月29日までに杉並障害者福祉会館運営協議会事務局(〒168-0072高井戸東4-10-5) 問同会館☎3332-6121

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」

📅4月20日(土)・30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

家族介護教室

◆知っておきたい! よくわかる年金の基礎

📅3月26日(火)午後2時～3時 場方南二丁目福祉施設(方南2-6-28) 師東京都社会保険労務士会中野・杉並支部長冷水創史 対区内在住・在勤の方ほか 定12名(申込順) 申問電話で、ケア24方南☎5929-2751

◆スウェーデン生まれのタッチケア体験で心も体もほぐしてみませんか

📅3月30日(土)午後2時～3時30分 場ゆうゆう西荻北館(西荻北2-27-18) 師タクティールJAPAN公認インストラクター・眞島浩子 対区内在住・在勤の方ほか 定15名(申込順) 申問電話で、ケア24上荻☎5303-6851

休日パパママ学級・休日母親学級

◆休日パパママ学級

📅①5月11日(土)・12日(日)午前9時30分～正午・午後1時30分～4時②25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 他①車での来場不可

◆休日母親学級

📅5月25日(土)午前10時30分～正午 場オンラインで実施 内妊娠中の過ごし方、お産の流れ、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 申ポピズプロフェッショナルHPhttps://poppins-education.jp/parentsclass_suginami/から、4月5日までに申し込み 場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。持ち物は決定通知参照

阿佐谷地域区民センター

◆和菓子 練り切り体験教室

📅4月14日(日)午後1時～2時30分 師練り切りアーティスト・Misa 対5歳以上の方(8歳以下の子どもは保護者同伴) 費2300円 申Eメール(記入例)に参加人数も書いて、同センター。または直接、同センター。同センターホームページからも申し込み可/申込期限=4月6日

◆アロマ体験講座

📅4月21日(日)午前10時～11時30分 師メディカルアロマインストラクター・沼津そうる 対区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 費1500円 申Eメール(記入例)で、同センター。または直接、同センター。同センターホームページからも申し込み可/申込期限=4月12日

…… いずれも ……

場問阿佐谷地域区民センター(阿佐谷北1-1-1☎5356-9501 entry@ochk-asagaya-center.jp) 定30名(申込順) 他ハンドタオル持参

高齢者活動支援センター

◆「うたごえサロン」ピアノとヴァイオリンで歌おう

📅4月26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80名(先着順) 費300円



◆はじめての羊毛フェルト「きのこのブローチ」

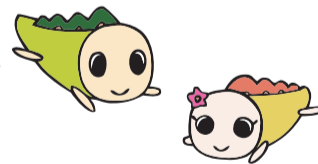
📅4月28日(日)午前10時～正午 師手芸作家・新崎優子 定30名(申込順) 費500円 申電話または直接、3月25日から同センター

…… いずれも ……

場問高齢者活動支援センター(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、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	日時など
下井草館(下井草3-13-9 ☎☎3396-8882)	囲碁初級講座	毎月第1・2・4木曜日、午後1時30分～4時30分 定各10名(申込順) 費各700円
西荻北館(西荻北2-27-18 ☎☎3396-8871)	初心者でも楽しめます「バステルアートサロン」	毎月第2火曜日、午後1時30分～3時 定各16名(申込順) 費各600円
高井戸西館(高井戸西1-17-5 ☎☎3332-1076)	「ハワイアン・キルト」バッグ、ポーチなど手づくりを楽しもう	毎月第2・4水曜日、午後2時～4時 師有馬良子 定各12名(申込順) 費各800円
堀ノ内松ノ木館(松ノ木2-38-6 ☎☎3315-7760)	やさしいヨーガ どなたにでもできる心と身体にやさしいトレーニング	毎月第2・4金曜日、午前10時～11時30分 師日本ヨーガ・ニケタンインストラクター 板橋理恵 定各12名(申込順) 費各600円
高円寺南館(高円寺南4-44-11 ☎☎5378-8179)	パソコン基礎クラス～はじめての一步から	4月5日から毎月第1・3金曜日 午前10時～正午 師竹箒の会パソコンインストラクター 定各8名(申込順) 費各1200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

就労支援センター

◆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
 4月5日(金)午後1時～3時30分 場 ウェルファーム杉並 (天沼3-19-16) 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) 申 電話で、同センターすぎJOB

◆就労支援センターの上手な活用法に関する説明会

4月6日(土)①午前10時～11時②午後1時～2時 場 ①ウェルファーム杉並 (天沼3-19-16) ②オンラインで実施 対 求職中の方 定各18名(申込順) 申 電話で、同センターすぎJOB。または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 他①当日参加可

◆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

4月8日(月)②22日(月)午前10時～午後3時 場 ウェルファーム杉並 (天沼3-19-16) 師 PC専任講師・長沢春子、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) 申 電話で、同センターすぎJOB

◆ハローワーク職員が解説する「求人票の見方」

4月10日(水)午前10時～11時30分 場 ウェルファーム杉並 (天沼3-19-16) 対 求職中の方 定18名(申込順) 申 電話で、同センターすぎJOB

◆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

4月15日(月)午後1時～4時 場 ウェルファーム杉並 (天沼3-19-16) 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) 申 電話で、同センターすぎJOB

…………… いずれも ……………

同就労支援センターすぎJOB ☎3398-1136

荻窪保健センター

◆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ます。

4月10日(水)午前10時～11時30分 場 ウェルファーム杉並 (天沼3-19-16) 対 求職中の方 定18名(申込順) 申 電話で、同センター

会場	日時・定員(申込順)
井草地域区民センター(下井草5-7-22)	4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)	4月12日(金)午前10時～11時30分 定10名
ゆうゆう高井戸西館(高井戸西1-17-5)	4月16日(火)午前10時～11時30分 定14名 他 上履き持参
ゆうゆう永福館(永福2-4-9)	4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	4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)	4月23日(火)午前10時～11時30分 定8名

◆足腰げんき教室

4月22日(月)午後1時30分～3時 場 同センター 対 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日までに同センター

番号	会場	日時(計4回)・定員(抽選)
1	杉並保健所(荻窪5-20-1)	5月9日～30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1日～22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	高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5)	5月7日～28日の毎週火曜日、午後1時30分～3時30分 定15名 他 上履き持参

…………… 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 場 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

環境活動推進センター

◆布ぞうり作り

3月28日(木)午前9時30分～午後1時30分 場 同センター 対 区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 定5名(抽選) 費 1000円 申 往復はがき・Eメール(12面記入例)で、3月22日までに同センター 他 Tシャツ類3・4枚、綿ジャージなど伸縮性のある物、裁ちばさみ、洗濯ばさみ2個、輪ゴム5・6本、お持ちの方は先割れ靴下持参。長寿応援対象事業

◆フリーマーケット in高井戸(出店者募集)

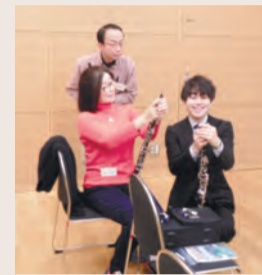
3月31日(日)午前10時～11時30分 場

日本フィル×東急コミュニティー



60歳からの楽器教室

4月13日(月)～7月31日(月)=バイオリン・チェロ(セッション杉並) ②5月21日(火)～7月31日(月)=クラリネット(西荻地域区民センター) / 各1時間程度(各計18回) 対 区内在住で60歳以上の方 定 ①45名②20名(いずれも抽選) 費 各7万3000円 申 はがき・Eメール(12面記入例)に希望楽器・楽器歴・楽器の有無も書いて、①セッション杉並楽器教室係(〒166-0011梅里1-22-32 ☎ session-office@tokyu-com.co.jp) ②西荻地域区民センター楽器教室係(〒167-0034桃井4-3-2 ☎ nishiogi@tokyu-com.co.jp)。または直接、各施設/ 申込期限=3月31日(消印有効) 場 日本フィルハーモニー交響楽団 ☎5378-6311 他 楽器持参(レンタルあり)。日程などの詳細は、当選者のみに通知



同センター 対 区内在住・在勤の方(業者を除く) 定 募集区画=8区画(抽選) 申 往復はがき(12面記入例)で、3月23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

◆勝沼城跡森林ボランティア

4月7日～9月15日の第1・3日曜日、午前9時30分～午後3時(8月を除く。雨天順延) 場 集合=JR青梅線東青梅駅 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、各実施日3日前までに同センター 他 汚れてもよい服装・靴で、手袋・昼食持参

◆1年間を通して川と遊ぼう! 「川ガキ復活講座」

4月14日(日)、5月12日(日)、6月2日(日)、7月7日(日)、8月19日(月)・20日(火)(1泊2日)、10月6日(日)、11月10日(日)、12月1日(日)、7年1月13日(祝)(計9回) 場 同センター、善福寺川・秋川流域ほか 師 東京都環境学習リーダー・境原達也、善福寺川を里川にカエル会・渡辺博重ほか 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28日までに申し込み

◆ネイチャーゲーム～春とあそぼう

4月21日(日)午後1時30分～4時(雨天中止) 場 蚕糸の森公園(和田3-55-30) 師 すぎなみシェアリングネイチャーの会 対 区内在住・在園・在学で4歳以上の子どもとその保護者 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25日までに申し込み 他 バンダナ・敷物持参

◆春の道草さんぽ～春爛漫、花のレストラ

4月27日(土)午前10時～正午 場 同センター 師 植物生態学者・多田多恵子 対 区内在住・在勤・在学で中学生以上の方 定 36名(抽選) 費 300円 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24日までに申し込み

…………… 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))

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

4月～6月のまの湯健康事業

4～6月のまの湯健康事業

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3日(水)、5月1日(水)、6月5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21日(日)、5月19日(日)、6月16日(日)午後2時 定各8名
小杉湯(高円寺北3-32-17)	☎3337-6198	てぬぐい体操★ 4月10日(水)、5月8日(水)、6月12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17日(水)、5月15日(水)、6月19日(水)午後1時30分 定各7名
杉並湯(梅里1-13-7)	☎3312-1221	健康エアロビクス★ 4月10日(水)、5月8日(水)、6月12日(水)午後2時30分 定各6名
ゆ家 和ごころ 吉の湯(成田東1-14-7)	☎3315-1766	健康エアロビクス 4月6日(土)、6月1日(土) てぬぐい体操 5月19日(日) / いずれも午後0時30分 定各6名
井草湯(下井草5-3-15)	☎6913-7226	健康エアロビクス★ 4月10日(水)、5月8日(水)、6月5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9日(火)、5月14日(火)、6月11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14日(日)、5月12日(日)、6月9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9日(火)、5月14日(火)、6月11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21日(日)、5月19日(日)、6月16日(日)午後1時30分 定各18名

※申し込みは、開始日の記載がない場合は「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。

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・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。

—— 問い合わせは、各図書館へ。



図書館名	日時・対象
高井戸 (高井戸東1-28-1) ☎3290-3456	3月23日(土)~4月7日(日)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23日(土)~4月7日(日)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)
下井草 (下井草3-26-5) ☎3396-7999	3月24日(日)~4月2日(火)午前9時~午後5時(3月27日を除く) ㊦小学生~高校生(小学生は保護者同伴可)
南荻窪 (南荻窪1-10-2) ☎3335-7377	3月24日(日)~4月7日(日)午前9時~午後8時(日曜日は5時まで) ㊦小学生~高校生(小学生は保護者同伴可)
阿佐谷 (阿佐谷北3-36-14) ☎5373-1811	3月25日(月)~4月7日(日)午後2時~5時(3月27日、4月3日を除く)

※休館日、行事などで使用する日を除く。

介護予防・フレイル予防に!

公園から歩く会



区内公園などに集まり、健康づくりのために歩きます。受付で地図を受け取り、グループ別の集団歩行をします。

㊦㊧下表のとおり ㊦区内在住の65歳以上で介助を必要とせず3~5km程度歩ける方 ㊧杉並保健所保健サービス課管理係☎3391-0015

受付場所	実施曜日(4月~7年3月)
善福寺公園(善福寺2・3丁目) / ボート乗り場前	第1火曜日
善福寺川緑地(成田西3丁目) / 杉並第二小学校前広場	第1金曜日
高井戸公園(久我山2丁目) / 遊具広場	第2水曜日
井草森公園(井草4丁目) / 管理事務所前広場	第2木曜日
蚕糸の森公園(和田3丁目) / 管理事務所前広場	第2金曜日
和田堀公園(大宮1・2丁目) / 大宮八幡宮一之鳥居北側広場	第3火曜日
大宮前体育館(南荻窪2丁目) / 体育館前広場	第3木曜日(9月を除く)
妙正寺公園(清水3丁目) / 遊具広場	第3金曜日(9月を除く)
桃井原つば公園(桃井3丁目) / 管理事務所前広場	第4月曜日(9月を除く)
柏の宮公園(浜田山2丁目) / 遊具広場	第4水曜日

※いずれも7・8月、祝日を除く。受け付け=午前9時30分~10時(雨天中止)。

スポーツ



競技大会

ターゲット・バードゴルフオープン大会

㊦4月19日(金)午前11時~午後4時 ㊦TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) ㊦区内在住・在勤・在学の高校生以上で経験者 ㊦50名(抽選) ㊦500円 ㊦往復はがき(12面記入例)で、4月12日までに鈴木本司(〒167-0051荻窪4-13-17) ㊦鈴木☎090-3696-7454(午前9時~午後8時) ㊦ゴルフグローブ・クラブ・マット持参(クラブ・マットは貸し出しあり)

スポーツ教室

太極拳講習会

㊦4月1日~22日の毎週月曜日、午前9時15分~10時45分(計4回) ㊦TAC杉並区妙正寺体育館(清水3-20-12) ㊦区内在住・在勤・在学の方 ㊦20名(申込順) ㊦往復はがき・ファクス・Eメール(12面記入例)で、3月27日までに区太極拳連盟・下川和久(〒167-0051荻窪5-14-4-304)☎3391-3515✉yawaragiwushu@gmail.com) ㊦下川☎3391-3515(午前8時~午後6時) ㊦上履き持参

フェンシング教室

㊦4月6日(土)・20日(土)、5月18日(土)・26日(日)、6月1日(土)・15日(土)①午後3時~5時②5時~7時(各計6回) ㊦大宮前体育館 ㊦区フェンシング協会 ㊦区内在住の①小学1~3年生②小学4年生~中学生 ㊦①20名②30名(いずれも申込順) ㊦各1万5660円 ㊦直接、大宮前体育館(南荻窪2-1-1) ㊦同体育館☎3334-4618

杉並子どもラグビー体験教室

㊦4月14日(日)午後1時30分~3時30分 ㊦井草森公園運動場(井草4-12-1) ㊦区内在住・在学の3歳~中学生 ㊦

70名(申込順) ㊦杉並少年ラグビースクールホームページから、4月7日までに申し込み ㊦同団体・早川☎090-1526-6604

障害者のためのわいわいスポーツ教室「外で体を動かそう」

㊦5月11日(土)午前10時~11時30分 ㊦杉並和泉学園(和泉2-17-14) ㊦区内在住・在勤・在学の15歳以上で障害のある方 ㊦30名程度(抽選) ㊦申込書(スポーツ振興課事業係<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。区ホームページ同催し案内からも取り出せます)を、同係へ郵送・持参。またはLoGoフォーム(区ホームページ同催し案内にリンクあり)から申し込み/㊦申込期限=4月12日 ㊦同係

高円寺みんなの体育館

◆春ヨガ教室

㊦4月4日(木)・11日(木)午後1時15分~2時45分 ㊦石丸あかね ㊦各1000円 ㊦電話で、同体育館。または同体育館ホームページから申し込み/㊦申込開始日=各実施日7日前

◆ヨガ初級

㊦4月6日(土)・13日(土)午後7時15分~8時35分 ㊦今田直樹 ㊦各1000円 ㊦電話で、同体育館。または同体育館ホームページから申し込み/㊦申込開始日=各実施日7日前

◆小さなボールでセルフメンテナンス

㊦4月9日(火)午後3時10分~4時10分 ㊦HIKARU ㊦800円 ㊦電話で、4月2日から同体育館

…… いずれも ……

㊦高円寺みんなの体育館(高円寺南2-36-31)☎3312-0313 ㊦区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) ㊦各16名(申込順)

TAC 杉並区上井草スポーツセンター

◆幼児・児童のボールゲーム教室

㊦4月9日(火)・23日(火)①午後3時10分~3時55分②4時5分~4時50分 ㊦区内在住・在勤(保護者)・在園・在学で6年度①4歳~就学前の子ども(保護者同伴)②小学1~3年生 ㊦各20名(申込順) ㊦各690円

◆プレキッズ&マミーサッカー教室

㊦4月10日(水)・17日(水)①午前10時~10時50分②11時~11時50分 ㊦区内在住・在勤(保護者)・在園で6年度①2歳②3・4歳の子どもとその保護者 ㊦各15組30名(申込順) ㊦各1組570円(子育て応援券利用可)

◆年少サッカー教室

㊦4月11日(木)午後3時20分~4時 ㊦区内在住・在勤(保護者)・在園で6年度年少の子ども ㊦15名(申込順) ㊦800円

◆放課後エンジョイフットボール

㊦4月11日(木)①午後4時20分~5時20分②5時30分~6時45分 ㊦区内在住・在勤(保護者)・在学で6年度小学①1~3年生②3~6年生 ㊦各30名(申込順) ㊦各570円

◆スマイルサッカー教室

障害の有無に関係なく誰でも一緒に楽しく運動する教室です。㊦4月25日(木)午後5時30分~6時40分 ㊦区内在住・在勤(保護者)・在学で6年度小学生、走ることができる障害児 ㊦30名(申込順) ㊦690円

◆親子サッカー教室

㊦4月29日(祝)①午前11時10分~正午②午後0時10分~1時10分 ㊦区内在住・在勤(保護者)・在園・在学で6年度①年中・年長②小学1・2年生の子どもとその保護者 ㊦各16組32名(申込順) ㊦各1組1000円

◆スキルアップサッカー教室

㊦4月29日(祝)午後1時20分~2時40分

㊦区内在住・在勤(保護者)・在学で6年度小学3~6年生 ㊦15名(申込順) ㊦500円

…… いずれも ……

㊦TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1)☎3390-5707 ㊦FC東京普及部コーチ ㊦TAC杉並区上井草スポーツセンターホームページから、3月22日~26日に申し込み

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

㊦4月11日~6月27日の①第2②第4木曜日、午前10時~10時55分 ㊦吉田雅美 ㊦区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) ㊦各20名(申込順) ㊦各500円 ㊦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

㊦4月12日(金)・26日(金)①午後7時~7時50分②8時~8時50分 ㊦高巻美砂 ㊦区内在住・在勤・在学の15歳以上で①泳法によらず25m②平泳ぎで25m程度泳げる方(いずれも中学生を除く) ㊦各10名(申込順) ㊦入場料 ㊦電話で、各実施日7日前の午前10時から同プール

◆小学生チャレンジスイム教室

㊦4月16日~6月25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7日・28日、6月4日を除く。各計8回) ㊦ニッセイファシリティ ㊦区内在住・在学の6年度小学①1・2年生②3~6年生 ㊦各20名(抽選) ㊦各8800円 ㊦往復はがき(12面記入例)で、3月25日までに同プール

…… いずれも ……

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

おめでとうございます

杉並区商店コンクール受賞店の決定

杉並区商店会連合会加盟事業所を、運営の創意工夫や商店会・地域への貢献などの観点から審査する、5年度の杉並区商店コンクール表彰式を2月2日(金)に実施しました。詳細は、区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。



問い合わせは、杉並区商店会連合会 ☎3220-1221へ。

区長賞 榎本豆腐店(井草北商店会)

三代続く豆腐専門店で豊富な種類の豆腐・厚揚げなどと手作りの総菜が売ります。商品・レシピの説明が丁寧で、遠方から来るお客さんも多数います。また、地元小学校での豆腐作り教室にも取り組んでいます。



区議会議長賞 ガネーシャガル(西荻北銀座商友会)

カレーやナンが人気のインド料理店です。ビーガン・子ども向けメニューの提供もあり、幅広い層の方が利用しています。地域イベントでは、キッチンカーでの出張販売なども行います。



東商杉並支部会長賞 西荻のことビル(西荻東銀座会)

一日単位でポップアップストアとして出店できるカフェ形態のシェアスペースや、上映会・落語会・ヨガ教室として利用できるレンタルスペースがあります。新しいモノやコトに出会える場を提供しています。

杉商連会長賞 慧医会 井荻歯科医院(西武井荻商店街)

歯科医師・歯科衛生士が連携しており、さまざまな治療に対応できる設備が整っています。予防管理を重視し訪問診療にも力を入れるなど、患者さんの口内の健康に寄り添ってくれる歯科医院です。

【その他 優秀賞2店、優良賞3店】

協賛=東京商工会議所杉並支部

スポーツをもっと身近に

ユニバーサルタイムの参加者募集



障害のある方のスポーツ・運動のきっかけづくりの場として、さまざまなプログラムを実施しています。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。

時①5月1日(水)午後3時30分～5時30分②22日(水)午後3時～5時 場①荻窪体育館(荻窪3-47-2)②TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 内ウオーキング、ボール遊びほか 障害のある方(介助が必要な方は介助者同伴) 図スポーツ振興課事業係 回①上履き持参

①JR・東京メトロ丸ノ内線荻窪駅②西武新宿線上井草駅などからの誘導サポーターを希望の方は、電話・Eメール(12面記入例)で、①4月25日②5月17日までにスポーツ振興課 ☎sp-sinkoka@city.suginami.lg.jp

「ユニバーサルタイム」紹介動画をYouTube杉並区公式チャンネルで公開しています



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
高井戸交通安全フェスティバル 3月24日(日)午前10時～午後3時▶午前11時～正午=式典/高井戸地域区民センター/交通安全教室ほか/ 図高井戸警察署交通課 ☎3332-0110

講演・講座
河北健康教室「尿失禁・頻尿セミナー」3月30日(土)午前10時～11時/阿佐谷地域区民センター/河北総合病院泌尿器科部長・村田明弘/50名(申込順)/ 図電話で、3月29日までに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))

石けん作り体験 4月5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)/ 図電話・Eメール(12面記入例)で、3月29日までにNPO法人すぎなみ環境ネットワーク ☎5941-8701 ☎kouza@ecosuginet.jp (木～火曜日午前9時～午後5時)/ 図手・エプロン持参

その他
税金なんでも相談会 3月23日(土)午前9時～正午/東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目)/ 図電話で、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

司法書士による無料相談会 4月3日(水)午後1時～4時/区役所1階ロビー/ 図電話で、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4日(木)午後1時～4時/ 図東京都宅地建物取引業協会第10ブロック ☎3311-4999 ☎6407-9152 (①は実施日のみ)

3月15日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは

地震による電気火災を防ぐ 感震ブレーカー



地震による被害を減らすためには日頃の備えが重要です。また、地震によって引き起こされる火災は、その発生をいかに食い止めるかがポイントです。今回は、電気火災を未然に防ぐ感震ブレーカーの機能と、区が進めている設置支援事業についてご紹介します。



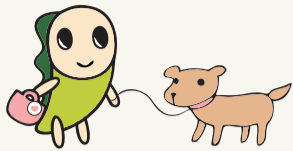
● 視聴方法 ●

- ・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)



図広報課

※申し込みは、開始日の記載がない場合は「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。



3月30日(土) 午前10時オープン! 区立ドッグラン広場の開設

NEW OPEN!

人と動物が共生する地域社会の実現を目指し、区立ドッグラン広場を開設します。
利用には、登録手続きが必要です。詳細は、区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。



開場時間

午前7時～午後6時(5～8月は7時まで。11～2月は5時まで)
臨時休業日(月1回程度)、年末年始を除く。荒天中止

住所

松ノ木1-1-4和田堀公園内

利用できる犬の条件

犬鑑札またはマイクロチップ・狂犬病予防注射済票を装着している ほか

利用登録手続き

犬鑑札またはマイクロチップ番号・狂犬病予防注射済票・身分証明書を、ドッグラン利用登録窓口(松ノ木1-3-22松ノ木運動場管理棟内(午前9時～午後5時))へ持参
※松ノ木運動場受付窓口とは異なります。

事前登録の受け付け

3月30日(土)のオープンから利用するための事前登録を受け付けます。
時 3月26日(火)～29日(金)正午～午後4時 場 ドッグラン利用登録窓口

問い合わせ

運営=杉並保健所生活衛生課管理係 ☎3391-1991
整備=みどり公園課管理係・公園整備係

その他

15歳以下の子どもは保護者同伴(6歳以下入場不可)

拡大MAP



郷土博物館 企画展

『おいしいくらし』

現代の調理器具につながるユニークな器具・家電、近年人気が高まっているガラス製品など、昭和40年代前後の台所道具を展示し、調理・食事がどのように変わってきたのかを紹介します。

— 問い合わせは、郷土博物館 ☎3317-0841へ。

日時

3月30日(土)～5月12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)を除く)

場所

郷土博物館(大宮1-20-8)

費用

100円(中学生以下無料)



昭和レトロなキッチン用品が見られるよ!

CHECK /

関連イベントも実施します!

EVENT-1 展示解説

時 4月13日(土)、5月12日(日)午後2時～2時30分
所 同博物館学芸員
対 小学生以上の方

EVENT-2 給食模型と記念撮影

時 4月29日(祝)午後1時～5時
所 昭和40年代と平成期の給食模型
他 カメラ持参



Check!

「広報すぎなみ」4月1日号を区内全世帯に配布します

※4月1日号の新聞折り込みはありません。4月15日号からは通常どおり新聞折り込みで配布します。

3月29日(金)～31日(日)に、区の委託事業者の配布員(区発行従事者証明書を携帯)がポストに直接投函します。
問 広報課(広報紙の汚損や3月31日を過ぎても届かないなどの配布に関しては、全戸配布コールセンター ☎5389-0787(4月12日までの午前9時～午後5時。7日を除く))
他 委託事業者=フットワークス