



Hello! SUGINAMI

Suginami City Population (as of November 1, 2024)
Total population 577,741
Foreign residents 22,283

Issued on the 1st of even-numbered months

Published by: Suginami City Office **Editing:** Public Relations Section **Address:** 1-15-1 Asagaya-Minami, Suginami-ku, Tokyo 166-8570
Tel: 03-3312-2111 (main switchboard) **Fax:** 03-3312-9911 (direct line for Public Relations Section) *Please make inquiries in Japanese. **URL:** <https://www.city.suginami.tokyo.jp/>

2024 Suginami City Junior High School Relay Race and Traffic Restrictions

The Suginami City Junior High School Relay Race, established in 2000, is welcoming its 25th year. We are working to make this year's race exciting with even more of our residents.

[Date and Time] Sunday, December 8, 9:00 am to 1:00 pm (postponed in case of inclement weather)
9:45 am Girls start their race.
10:45 am Boys start their race.

[Start/Goal] Wadabori Park Athletic Field No. 1 (2-26 Ōmiya)

[Course] See the map to the right.

[Details] Teams of five people compete in a relay race.

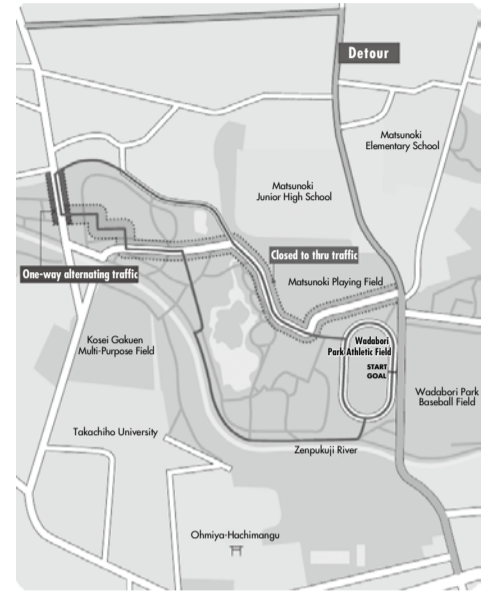
Participating teams: Boys' and girls' teams made up of students at Suginami City junior high schools

Please cooperate with the traffic restrictions.

In line with the relay race, traffic restrictions will be implemented from 9:30 am to 12:00 pm on the day of the race. Thank you for your understanding and cooperation.

[Contact] 2024 Suginami City Junior High School Relay Race Executive Committee Office (within the Sports Promotion Section)
Tel: 03-5307-0765

[Misc.] Do not use unmanned aerial vehicles (such as drones).



Application for 2025 Gakudo Club After-School Care for Elementary School Children

The Gakudo Club is a place for children to spend time after school, open to children whose parents or guardians are away from home during the day due to work and other obligations. Please refer to the Suginami City Gakudo Club application guide* for details (distributed by the Gakudo Club and downloadable from the Suginami City website via the QR code to the right). *Available in Japanese only.

[Membership] April 1, 2025, to March 31, 2026

[Hours] Monday to Friday: After school to 6:00 pm (extended hours until 7:00 pm are available; open from 8:00 am during school holidays)
Saturday: 8:30 am to 5:00 pm

*Excluding national holidays and December 28, 2025, to January 4, 2026. There are requirements for extended hours and/or Saturday use, and a separate application is required.

[Cost] 4,000 yen/month (plus 1,800 yen for snacks; extended hours use is 1,000 yen/month, one-time use of extended hours is 500 yen per use)
*Reductions and exemptions are available.

[Eligibility] Elementary school students residing or attending school in Suginami City (children with severe or multiple disabilities are welcome at the Shinomiyamori Gakudo Club and Kōenji Gakuen Gakudo Club)

[Application] Submit the application documents* (distributed by the Gakudo Club and downloadable from the Suginami City website via the QR code to the right) in person to the Gakudo Club of your choice between December 2, 2024, and January 20, 2025 (Monday to Friday: 10:00 am to 6:00 pm; Saturday: 9:00 am to 5:00 pm; excluding national holidays and December 28, 2024, to January 4, 2025)
*Available in Japanese only.

[Contact] Gakudo Clubs or the Children and Youth Section **Tel: 03-3393-4760**

[Misc.] • First-time applicants will be asked to attend an interview.

• Prior consultation is required for applicants with children who require medical care.

• Consultation is required upon application for those applying to change their child's designated school or planning to consult on their child's entering school.



2025 Gatherings for Those Turning 20

Gatherings for Those Turning 20 will be held on the following date. Please register in advance and check the correct start time for the area you reside in.

[Date] January 13, 2025 (national holiday)

[Location] Suginami Koukaidou Concert Hall (1-23-15 Kamiogi)

[Times and Areas/Junior High School Districts]	
9:30 am	Ogikubo, Kami-Takaido, Kugayama, Shōan, Takaido-Nishi, Takaido-Higashi, Nishiogi-Minami, Minami-Ogikubo, Miyamae, Shimo-Takaido (5-chōme), Narita-Nishi (1-chōme 10 - 30, 2 to 4-chōme), Narita-Higashi (1-chōme 9 - 51, 2-chōme 10 - 39, 3 to 4-chōme, 5-chōme 1 - 11/23 - 33/36 - 38/41/42), Hamadayama (2 to 4-chōme) Junior high school districts: Shōkei, Shinmei, Takaido, Nishimiya, Higashita, Fujimigaoka, Miyamae
12:30 pm	Asagaya-Kita, Amanuma, Igusa, Imagawa, Kami-Igusa, Kamiogi, Shimizu, Shimo-Igusa, Zempukuji, Nishiogi-Kita, Honamanuma, Momoi, Kōenji-Kita (3-chōme 5 - 16/26 - 31/36 - 42, 4-chōme) Junior high school districts: Amanuma, logi, Igusa, Ogikubo, Suginomori, Nakase, Higashihara
3:30 pm	Asagaya-Minami, Izumi, Umezato, Eifuku, Ōmiya, Kōenji-Minami, Hōnan, Horinouchi, Matsunoki, Wada, Kōenji-Kita (1 to 2-chōme, 3-chōme 1 - 4/17 - 25/32 - 35/43 - 45), Shimo-Takaido (1 to 4-chōme), Narita-Nishi (1-chōme 1 - 9), Narita-Higashi (1-chōme 1 - 8, 2-chōme 1 - 9, 5-chōme 12 - 22/34/35/39/40), Hamadayama (1-chōme) Junior high school districts: Asagaya, Izumi, Ōmiya, Kōenji, Kōnan, Kōyō, Sennan, Matsunoki, Wada

[Eligibility] Persons born between April 2, 2004, and April 1, 2005, for whom one of the following applies:

• Those who are registered as residents of Suginami City

• Those who live outside of Suginami City, but have lived in Suginami City or attended one of the City's elementary or junior high schools in the past, and who contacted the Children and Youth Section and let them know that they want to participate before November 6

[Application] Apply via the application form included on the invitation.

[Contact] Youth Subsection, Children and Youth Section **Tel: 03-3393-4760**

[Misc.] Invitations were posted to those eligible at the end of November. You will need to contact the Youth Subsection if you have not received the invitation by December 11.

Japanese Classes for Foreign Residents Living in Suginami City

These are level-based classes for learning how to speak, read, and write basic Japanese phrases necessary for everyday life.

[Dates and Times]

(1) Mondays and Wednesdays: January 8 to March 24, 2025, 9:30 am to 11:30 am

(2) Tuesdays and Fridays: January 7 to March 18, 2025, 7:00 pm to 9:00 pm (no classes on national holidays)

Each 10 or 20 times in total

[Location] (1) Secion Suginami (1-22-32 Umezato); (2) Online class

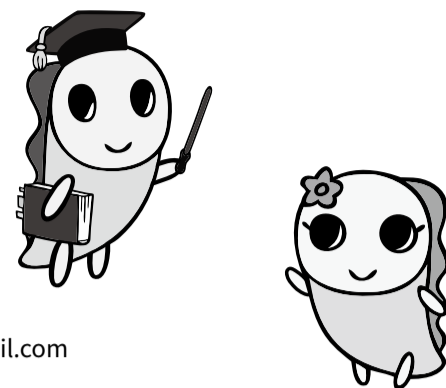
[Instructors] Members of Nihongo Gakusyu Suginami no Kai

[Eligibility] Persons living, working, and/or studying in Suginami City

[Cost] 3,000 yen per 10 classes (excluding the cost of textbooks)

[Application] Please send an e-mail including the course name as well as your postal code, address, name, age, and telephone number to Nihongo Gakusyu Suginami no Kai by January 4, 2025. E-mail: suginaminihongo@gmail.com

[Contact] Nihongo Gakusyu Suginami no Kai Tel: 090-7212-7909



Announcement from Suginami Association for Cultural Exchange

Suginami Association for Cultural Exchange (SACE) organizes events where foreign residents can join freely and enjoy socializing with other foreign residents, as well as Japanese residents. Please join us.

●Foreign Culture Seminar – Ukraine

Suginami Association for Cultural Exchange holds the Foreign Culture Seminar every year. Ukraine will be featured this year. For details, please see the website of Suginami Association for Cultural Exchange.

◇Foreign Culture Seminar: The Current State of Ukraine and Ukrainian Refugees from the Perspective of Ukrainians Living in Japan

[Date and Time] Wednesday, January 8, 2025, 2:00 pm to 3:00 pm

[Location] No. 4 Meeting Room (Central Wing, 6F) at Suginami City Office

[Lecturer] Mr. Igor Ievtushuk (Vice Chairperson of Japan-Ukraine Friendship Association Kraiany)

[Eligibility] Persons living, working, and/or studying in Suginami City

[Capacity] 60 people (chosen in order of application)

[Application] Apply via the Suginami Association for Cultural Exchange website.

◇Photography Exhibition: Ukrainians Displaced by the Devastation of War and Their Lives in Japan

[Dates and Times] Monday, January 6, 2025, to Friday, January 10, 2025, 8:30 am to 5:00 pm

[Location] Residents' Gallery at Suginami City Office 2F

●Free Professional Consultation for Foreign Residents

You can consult with specialists such as lawyers free of charge about issues related to your visa, marriage, divorce, job, pension, insurance, and taxes. Confidentiality will be strictly observed.

[Date and Time] Saturday, February 8, 2025, 1:00 pm to 4:00 pm

[Location] No. 4 Meeting Room (Central Wing, 6F) at Suginami City Office

[Specialists] Lawyers, administrative scriveners, certified tax accountants, licensed social insurance and labor consultants, etc.

[Available languages] English, Chinese, Korean, Nepali, Ukrainian (inquire for other languages)

[Application] Apply to Suginami Association for Cultural Exchange by phone or e-mail by January 26. For persons who require childcare services, please make a request in your application.

●Call for Participants for the Japanese Speech Contest

We are calling for foreign residents to make use of their Japanese studies and make a speech in Japanese about their impressions about Japan, their home country, or another relevant topic.

[Date and Time] Saturday, March 8, 2025, 1:30 pm to 5:00 pm

[Location] No. 4 Meeting Room (Central Wing, 6F) at Suginami City Office

[Details] Topics: Impressions about Japan, your home country, etc. ▼Length of speech: About 5 minutes

[Capacity] About 10 people (applicants will undergo a selection process)

[Application] Submit the application form by e-mail to Suginami Association for Cultural Exchange by January 17, 2025. You can download the application form from the website of Suginami Association for Cultural Exchange. Those who wish to receive the form by post should contact the Association by phone.

[Misc.] Applicants will be notified of the results of the selection process by the end of January 2025.

●Support Desk for Foreign Residents

Volunteer interpreters provide support for foreign residents who require assistance with various procedures at the Suginami City Office. Interpretation services are available in English, Chinese, Korean, and Nepali. Please feel free to contact the Support Desk for assistance.

[Dates and Times/Languages]

•English: 1:00 pm – 4:00 pm every Monday; 9:00 am – 12:00 pm every Friday

•Chinese: 9:00 am – 12:00 pm every Monday; 1:00 pm – 4:00 pm on the 1st, 3rd, and 5th Friday of every month

•Korean: 1:00 pm – 4:00 pm on the 2nd and 4th Friday of every month

•Nepali: 9:00 am – 12:00 pm on the 1st and 3rd Wednesday of every month

*Not available on national holidays and year-end/New Year's holidays.

[Location] Public Hearing Section (East Wing, Suginami City Office 1F)

[Consultation Methods]

Visit Suginami City Office in person, call the Public Hearing Section, or write to them by post, fax, or e-mail.

[Cost] Free of charge

●SACE Website, Facebook, and LINE

These sites/accounts offer information on events hosted by SACE, Japanese language classes held in Suginami City, and friendship cities of Suginami City.

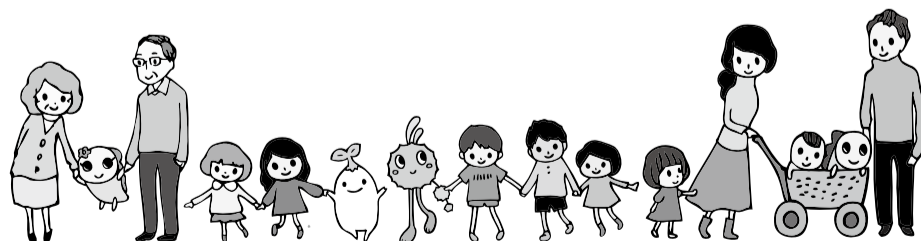
For applications and inquiries, please contact Suginami Association for Cultural Exchange

[Address] Minami-Asagaya Building 5F, 1-14-2 Asagaya-Minami 166-0004

[Tel] 03-5378-8833

[Fax] 03-5378-8844

[E-mail] info@suginami-kouryu.org



[SACE Website]



[Facebook]



[LINE]





Hello! SUGINAMI

Suginami City Population
(as of November 1, 2024)
Total population 577,741
Foreign residents 22,283

Issued on the 1st of even-numbered months

Published by: Suginami City Office Editing: Public Relations Section Address: 1-15-1 Asagaya-Minami, Suginami-ku, Tokyo 166-8570
Tel: 03-3312-2111 (main switchboard) Fax: 03-3312-9911 (direct line for Public Relations Section) *Please make inquiries in Japanese. URL: <https://www.city.suginami.tokyo.jp/>

杉並区中学校対抗駅伝大会2024の開催と交通規制

2000年に始まった杉並区中学校対抗駅伝大会も、今年で25回目を迎えます。より多くの区民の皆さんと共に、活気ある大会に向けて取り組んでいきます。

【日時】 12月8日(日)午前9時～午後1時(荒天中止)
午前9時45分＝女子の部スタート
午前10時45分＝男子の部スタート

【スタート・ゴール】 和田堀公園第一競技場(大宮2-26)

【コース】 右図のとおり

【内容】 1チーム5名による駅伝競走
参加チーム＝区内中学校の生徒で構成する男子・女子チーム

交通規制にご協力ください

駅伝大会の開催に伴い、当日午前9時30分～正午に交通規制を行います。ご理解とご協力をお願いします

【問い合わせ】 杉並区中学校対抗駅伝大会2024実行委員会事務局(スポーツ振興課内)
電話 03-5307-0765

【その他】 無人航空機(ドローン)などの使用はご遠慮ください



2025年度学童クラブ入会児童の募集

学童クラブは、保護者が就労などにより保育ができない家庭の子どもを対象にした、下校後の生活の場です。

詳細は、「杉並区学童クラブ入会案内」(学童クラブで配布。区ホームページ<右2次元コード>からも取り出せます<日本語のみ>))をご覧ください。

【入会期間】 2025年4月1日～2026年3月31日

【運営時間】 月～金曜日＝下校後～午後6時(午後7時までの延長あり。学校休業日は午前8時から)
土曜日＝午前8時30分～午後5時

※祝日、2025年12月28日～2026年1月4日を除く。延長・土曜日利用は要件があり、別途申請が必要。

【利用料】 月額4000円(別途おやつ代月額1800円。延長月額1000円。スポット延長各500円)

※減額・免除制度あり。

【対象】 区内在住または在学の小学生(重度重複障害の子どもは四宮森・高円寺学園学童クラブで受け入れ)

【申し込み】 申請書類(学童クラブで配布。区ホームページ<右上2次元コード>からも取り出せます<日本語のみ>))を、12月2日～2025年1月20日に希望の学童クラブへ持参(月～金曜日午前10時～午後6時、土曜日午前9時～午後5時。祝日、12月28日～2025年1月4日を除く)

【問い合わせ】 学童クラブ、児童青少年課 電話 03-3393-4760

- 【その他】
- ・初めて入会を希望する方には面接を実施。
 - ・医療的ケアが必要な子どもは事前に要相談。
 - ・指定校変更申し立てや就学相談を予定されている方は申請の際に要相談。



2025年 二十歳のつどい

「二十歳のつどい」を開催します。事前登録の上、お住まいの地域(町名)ごとに、次の時間にお越しください。

【日程】 2025年1月13日(祝)

【場所】 杉並公会堂(上荻1-23-15)

【時間とお住まいの地域(町名)・中学校区】

午前9時30分 荻窪、上高井戸、久我山、松庵、高井戸西、高井戸東、西荻南、南荻窪、宮前、下高井戸(5丁目全域)、成田西(1丁目10～30番、2～4丁目全域)、成田東(1丁目9～51番、2丁目10～39番、3・4丁目全域、5丁目1～11・23～33・36～38・41・42番)、浜田山(2～4丁目全域)

中学校区＝松溪、神明、高井戸、西宮、東田、富士見丘、宮前

午後0時30分 阿佐谷北、天沼、井草、今川、上井草、上荻、清水、下井草、善福寺、西荻北、本天沼、桃井、高円寺北(3丁目5～16・26～31・36～42番、4丁目全域)

中学校区＝天沼、井荻、井草、荻窪、杉森、中瀬、東原

午後3時30分 阿佐谷南、和泉、梅里、永福、大宮、高円寺南、方南、堀ノ内、松ノ木、和田、高円寺北(1・2丁目全域、3丁目1～4・17～25・32～35・43～45番)、下高井戸(1～4丁目全域)、成田西(1丁目1～9番)、成田東(1丁目1～8番、2丁目1～9番、5丁目12～22・34・35・39・40番)、浜田山(1丁目全域)

中学校区＝阿佐ヶ谷、和泉、大宮、高円寺、高南、向陽、泉南、松ノ木、和田

【対象】 2004年4月2日～2005年4月1日生まれで次のいずれかに該当する方

- ・区に住民登録がある
- ・区外に在住で過去に区内在住歴・区立小中学校在学歴があり、2024年11月6日までに児童青少年課に参加希望の連絡をした

【申し込み】 案内状に記載の申込フォームから申し込み

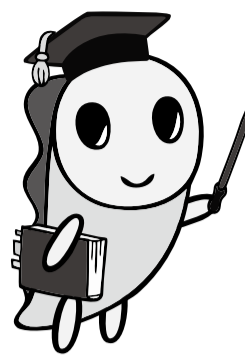
【問い合わせ】 児童青少年課青少年係 電話03-3393-4760

【その他】 案内状は、11月下旬に対象者へ発送済み。12月11日までに届かない場合は、要問い合わせ

杉並でくらす外国人のためのほんご教室

日常生活に必要な基本的な日本語の会話や読み書きを学ぶレベル別クラスレッスンです。

- 【日 時】 ①2025年1月8日～3月24日の月・水曜日、午前9時30分～11時30分
②2025年1月7日～3月18日の火・金曜日、午後7時～9時(いずれも祝日を除く)
各計10または20回
- 【場 所】 ①セッション杉並(梅里1-22-32)②オンラインで実施
- 【講 師】 にほんご学習すぎなみの会
- 【対 象】 区内在住・在勤・在学の方
- 【費 用】 各10回3000円(別途テキスト代)
- 【申し込み】 Eメールに講座名・郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、2025年1月4日までに
にほんご学習すぎなみの会 Eメール suginamihongo@gmail.com
- 【問い合わせ】 にほんご学習すぎなみの会 電話 090-7212-7909



杉並区交流協会のお知らせ

杉並区交流協会では、外国の方が気軽に参加でき、日本人をはじめ外国の方と楽しく交流できるイベントを企画しています。

●海外文化セミナー ウクライナ

杉並区交流協会が毎年開催する「海外文化セミナー」。今年は「ウクライナ」を取り上げます。
詳細は、杉並区交流協会ホームページをご覧ください。

◇講演「在日ウクライナ人から見たウクライナ情勢・ウクライナ避難民の現状」

- 【日 時】 2025年1月8日(水)午後2時～午後3時
- 【場 所】 区役所第4会議室(中棟6階)
- 【講 師】 NPO法人日本ウクライナ友好協会KRAIANY副理事長 イェフトウシュク・イーゴル
- 【対 象】 区内在住・在勤・在学の方
- 【定 員】 60名(申込順)
- 【申し込み】 杉並区交流協会ホームページから申し込み

◇写真展示「戦禍を逃れ避難したウクライナ人 日本での暮らし」

- 【日 時】 2025年1月6日(月)～10日(金)午前8時30分～午後5時
- 【場 所】 区役所2階区民ギャラリー



●外国人のための無料専門家相談会

ビザ・結婚・離婚・仕事・年金・保険・税金にかかわる問題について、弁護士などの専門家に無料で相談できます。秘密は厳守します。

- 【日 時】 2025年2月8日(土)午後1時～4時
- 【場 所】 区役所第4会議室(中棟6階)
- 【専 門 家】 弁護士・行政書士・税理士・社会保険労務士ほか
- 【通 訳】 英語・中国語・韓国語・ネパール語・ウクライナ語(その他の言語は要問い合わせ)
- 【申し込み】 電話・Eメールに託児希望の方はその旨も書いて、1月26日までに杉並区交流協会へ

●日本語スピーチ大会発表者募集

日本に来て感じたこと・自分の国のことなどを、学んだ日本語を使って発表する外国人を募集します。

- 【日 時】 2025年3月8日(土)午後1時30分～5時
- 【場 所】 区役所第4会議室(中棟6階)
- 【内 容】 テーマ=日本に来て感じたこと、自分の国のことなど▼発表時間=5分程度
- 【定 員】 10名程度(選考)
- 【申し込み】 申込書(杉並区交流協会ホームページから取り出せます。または電話で、杉並区交流協会へ請求)を、2025年1月17日までに杉並区交流協会へEメール
- 【そ の 他】 結果は、2025年1月末日までに通知

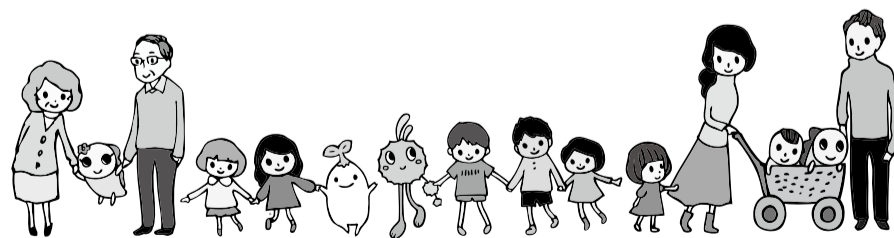


●外国人サポートデスク

ボランティア通訳が区役所での手続きをサポートします。英語・中国語・韓国語・ネパール語で対応しています。お気軽にお越しください。

- 【日時・言語】 ・英語=毎週月曜日午後1時～4時、金曜日午前9時～正午
・中国語=毎週月曜日午前9時～正午、第1・3・5金曜日午後1時～4時
・韓国語=第2・4金曜日午後1時～4時
・ネパール語=第1・3水曜日午前9時～正午
※いずれも祝日、12月29日～翌年1月3日を除く。

- 【場 所】 区政相談課(区役所東棟1階)
- 【相談方法】 来所・電話(区政相談課)・文書(郵送・ファクス・Eメール)
- 【費 用】 無料



●杉並区交流協会ホームページ・Facebook・LINE

杉並区交流協会主催のイベントや区内の日本語教室、杉並区の交流自治体の情報などを掲載しています。

申し込み、詳細の問い合わせについては、杉並区交流協会へ

- 【住 所】 〒166-0004 阿佐谷南 1-14-2 みなみ阿佐ヶ谷ビル5階
- 【電 話】 03-5378-8833
- 【ファクス】 03-5378-8844
- 【Eメール】 info@suginami-kouryu.org

【ホームページ】



【Facebook】



【LINE】

