

広報すぎなみ

今号は区内全世帯に
配布しています

Suginami



みどり豊かな 住まいのみやこ

10/1
令和6年(2024年)
No.2387

区の広報紙「広報すぎなみ」は、主に新聞折り込みでお届けしていますが、10月1日号は新聞購読の有無にかかわらず区内全世帯に配布しています。 ※全世帯配布は10月1日号のみです。10月15日号からは通常どおり新聞折り込みで配布します。 図全戸配布に関する問い合わせは、全戸配布コールセンター☎5972-4144（10月11日までの午前9時～午後5時〈5日・6日を除く〉）、区広報課 他委託事業者=ジャストプレゼンテーション

特集



あなたはどれを選ぶ？

～区民参加型予算の投票受け付け中



あなたはどれ を選ぶ? ～区民参加型予算の投票受け付け中

区では、行政にはない新たな発想・考えを取り入れた行政課題の解決と、区民の区政への参加促進を目的に、区民の意見を直接的に行政活動に反映する区民参加型予算事業を5年度からモデル実施しています。今号では、区民参加型予算の仕組みや、現在投票を受け付けている投票対象事業について紹介します。

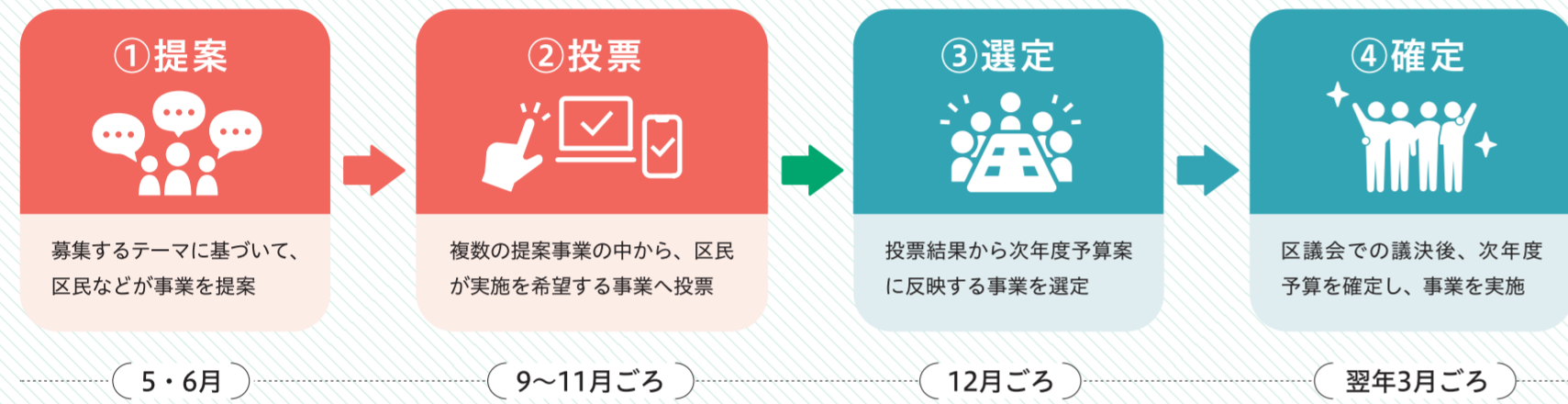
—問い合わせは、財政課へ。

区民参加型予算とは

区が募集するテーマに基づいて、区民などから提案された事業の中から、区民投票の結果を踏まえて次年度予算案に反映する事業案を選定する取り組みです。区議会での議決をもって予算を確定し、次年度に事業を実施します。

皆さんが行います

区・区議会が行います



皆さんの投票が に!

5年度は、森林整備促進を目的とした森林環境譲与税基金の使い道をテーマに57件の提案を頂きました。投票結果を踏まえて、以下の3事業に取り組んでいます。

歩行者が気軽に利用できる木製ベンチをまちなかへ広めよう

安心して歩くことができる環境の整備などを目指して、まち歩きや買い物途中で誰もが自由に休憩できる木製ベンチなどの設置費用の一部を補助などしています。



木製ベンチを設置しました!

歩き疲れたときや座って話したいときに、気軽にご利用ください。
田淵さん宅(宮前4丁目)

災害時に活用できる用具を公園に設置

防災機能の向上を目指して、蚕糸の森公園・井草森公園に災害時の炊き出し用かまどとして活用できる「かまどベンチ」を7年3月ごろまでに4基設置します。

区立公園に木製の遊具やベンチを設置

自然素材(木材)に接し、自然への関心を高めることを目指して、区の公園に木製遊具・ベンチを設置します。7年3月開園予定の(仮称)下高井戸四丁目第二公園に木製遊具などを設置し、そのほかの公園にも改修工事に合わせて木製ベンチを設置する予定です。

皆さんの投票をお待ちしています!

杉並区長 岸本 聡子

区のお金の使い道を区民の皆さんと一緒に考える「区民参加型予算」。この取り組みの試行実施も、今年度で2回目を迎えました。今回のテーマは「防災」。1月の能登半島地震に続き、8月には南海トラフ地震の想定震源域内で大地震が発生し、皆さんも改めて防災への意識を強く感じていることと思います。こうした中、地域の防災力の向上に結び付く、具体的なアイデアを募集したところ、実に83件ものご提案を頂きました。

提案頂いた83件は、どれもワクワクするような素晴らしい提案でしたが、実現可能性などの観点から区で10事業を厳選しました。そのうち、あなたが実施してほしい事業はどれか、区民による投票を実施し、その結果を踏まえて、区では来年度の予算案に反映していこうと考えています。

あなたの投票が、地域の未来の防災力を高めるための1票になります。皆さんからの熱い投票をお待ちしています。



message

皆さんの投票をお願いします!

6年度区民参加型予算事業では、「防災・減災」分野と他分野とのかけ合わせにより、それぞれの取り組みを推進できる事業などについて、区民の皆さんなどから83件の提案を頂きました。頂いた提案のうち、区で内容を確認し作り上げた10事業について、実施を希望する事業への投票を受け付けています。詳細は、区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。



- 対象者 投票日時時点で区内在住の方
- 閲覧場所 財政課(区役所東棟4階)、区政資料室(西棟2階)、区役所1階ロビー、区民事務所、図書館(いずれも休業日を除く)
- 投票方法 投票用紙(各閲覧場所で配布(区役所1階ロビーを除く)。区ホームページからも取り出せます)を、財政課へ郵送。またはLoGoフォーム(右2次元コード)から投票/投票期限=11月11日
- その他 1人1回まで。最大3事業まで投票可

投票はコチラ!



投票対象事業

1 [防災×子育て] 防災井戸 知ろう、使おう、遊ぼう



災害時の防災井戸の役割を知ってもらうため、防災井戸を活用した、子ども向けの水遊びイベントを開催する。

2 [防災×温暖化対策] 区立公園で太陽光発電と蓄電をしよう



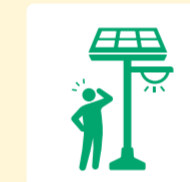
有事のときに持続的に点灯し非常用電源としても活用するため、区の公園に太陽光パネル・蓄電設備・ソーラー園灯を設置する。

3 [防災×運動会] 防災運動会を開催しよう



防災用品などに関する使用方法を知り、防災意識の向上を図るため、防災用品などを活用した種目で構成された地域参加型の運動会を開催する。

4 [防災×防犯] LEDソーラー街路灯給電スポットを駅前広場に設置しよう



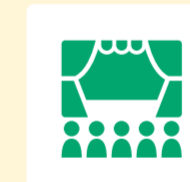
有事のときに持続的に点灯し非常用電源としても活用するため、人が集まる駅前広場にソーラー街路灯を設置する。

5 [防災×助け合い] エレベーター用備蓄品を設置し、地域の見守りを強化しよう



防災意識の向上を図るため、マンションのエレベーターを対象に、防災キャビネット購入費用の一部を補助するほか、防災や地域のたすけあいネットワークに関する情報などの資料を配布する。

6 [防災×演劇] 演劇を通して防災について考えよう



区民が防災について考える契機とするため、東日本大震災を題材にした演劇の公演を実施する。

7 [防災×グリーンインフラ] 水害対策にグリーンインフラを活用しよう



グリーンインフラの気運醸成を図るため、区の公園に雨庭・雨水タンクを設置する体験型フィールドワークを実施する。

8 [防災×キャンプ] 防災デイキャンプを開催しよう



地域防災力の向上を図るため、防災用品・震災救援所備蓄品・起震車・訓練用消火器・煙体験ハウスなどを使用した防災訓練をデイキャンプ形式のイベントとして開催する。

9 [防災×防災] 防災コミュニティをつくらせて地域別のタイムラインをつくらう



地域防災力の向上を図るため、水害が発生している地域の方を対象としたワークショップを開催する。意見を出し合うことで、地域に対応したタイムライン(行動計画)を作成する。

10 [防災×人材] 防災士資格試験料等の助成制度をつくらう



地域防災力の向上を図るため、防災士の資格取得費用の一部を補助するほか、地域防災コーディネーター養成講座を拡充する。

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発送されます。年金の未加入期間がないなどの条件を満たした方は、マイナポータルとねんきんネットを利用して、スマートフォンやパソコンからも申請ができます。

また、繰り上げ請求（60～64歳の間に受給開始を早めて、減額された年金を受け取る）や、繰り下げ請求（66～75歳の間に受給開始を遅くして、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、厚生年金など（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

健康・福祉

6年度 眼科検診

10月1日から眼科検診を開始しています。対象の方へ9月中旬に受診券を発送しました。必ず電話などで検診実施機関に事前予約をしてから受診してください。
検診名＝眼科検診（緑内障・加齢黄斑変性）▶対象＝区内在住で40・45・50・55・60歳の方（7年3月31日時点）▶費用＝300円▶受診期限＝7年1月31日

各種相談

内容	日時・場所・対象・定員ほか	申し込み・問い合わせ
住まいの修繕・増改築無料相談★	時 月・金曜日▶受け付け＝午後1時～3時45分（祝日を除く） 場 区役所1階ロビー	区東京土建杉並支部☎3313-1445、区住宅課
住宅の耐震無料相談会・ブロック塀無料相談会★	時 10月9日(水)午後1時～4時 場 区役所1階ロビー 他 図面などがある場合は持参。ブロック塀無料相談会は、ブロック塀の現況写真などを持参	区市街地整備課耐震改修担当
マンション管理無料相談	時 10月10日(木)午後1時30分～4時30分 場 区役所1階ロビー 対 区内在住のマンション管理組合の役員・区分所有者ほか 定 3組（申込順）	申 杉並マンション管理士会ホームページから申し込み。または申込書（区ホームページ同案内から取り出せます）を、同会事務局☎3393-3652へファクス 問 同会事務局☎3393-3680、区住宅課空家対策係
行政相談★	時 10月11日(金)午後1時～4時 場 区政相談課（区役所東棟1階） 内 国の仕事など（年金・福祉・道路など）の苦情・相談	問 区政相談課
行政書士による相談	時 10月11日(金)午後1時～4時 場 相談室（区役所西棟2階） 内 相続・遺言・離婚・金銭問題などの書類作成や手続きに関すること 定 6名（申込順） 他 1人30分	申 問電話で、10月4日から東京都行政書士会杉並支部☎0120-567-537（午前8時30分～午後5時〈土・日曜日、祝日を除く〉）
建築総合無料相談会・ブロック塀無料相談会★	時 10月15日(火)、11月5日(火)午後1時～4時 場 区役所1階ロビー 他 図面などがある場合は持参。ブロック塀無料相談会は、ブロック塀の現況写真などを持参	問 東京都建築士事務所協会杉並支部☎6276-9208、区市街地整備課耐震改修担当
専門家による ^{あきや} 空家等総合無料相談	時 10月17日(木)午前9時20分・10時15分・11時10分 場 ①オンラインで実施②住宅課（区役所西棟5階） 対 区内の空き家などの所有者ほか（親族・代理人を含む） 定 各1組（申込順） 他 1組45分	申 電話で、住宅課空家対策係。または申込書（区ホームページ同案内から取り出せます）を、同係☎5307-0689へ郵送・ファクス。またはLoGoフォーム（区ホームページ同案内にリンクあり）からも申し込み可▶申込期限＝①10月8日②15日 問 同係
不動産に関する無料相談	時 10月17日(木)午後1時30分～4時30分 場 区役所1階ロビー	申 電話で、東京都宅地建物取引業協会第10ブロック☎6407-9152（午前9時～午後5時〈正午～午後1時、土・日曜日を除く〉） 問 同団体、区住宅課
弁護士による土曜法律相談	時 10月19日(土)午後1時～4時 場 相談室（区役所西棟2階） 定 12名（申込順） 他 1人30分	申 電話で、専門相談予約専用☎5307-0617（午前8時30分～午後5時）。または直接、区政相談課（区役所東棟1階）▶申込期間＝10月15日～18日 問 同課
杉並区 ^{あきや} 空家等利活用相談窓口個別相談会	時 10月24日(木)・25日(金)午前10時～午後4時 場 和田区民集会所（和田2-31-21） 対 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 電話・Eメール（12面記入例）で、杉並区空家等利活用相談窓口☎5397-7717☎suginami-akiya@hosoda.co.jp（午前9時～午後6時〈水・日曜日を除く〉）。または申し込みフォーム（区ホームページ同催し案内にリンクあり）から申し込み。電話または直接、住宅課空家対策係へ申し込み可 問 同係 他 協働＝細田工務店

※★は当日、直接会場へ。

区杉並保健所健康推進課健診係☎3391-1015

「高齢者のしおり」の発送

「高齢者のしおり」は区が行っている高齢者向けのサービスを中心に冊子にまとめたものです。3年ごとに発行しており、10月中旬に65歳以上の方がいる世帯に発送します。また、高齢者施策課（区役所東棟1階）、地域包括支援センター（ケア24）、区民事務所などでも配布します。

問 高齢者施策課管理係

募集します

広告掲載

◆広報すぎなみ

7年1～3月に発行する「広報すぎなみ」に掲載する広告を募集します。

主な配布方法＝新聞折り込み、区施設・駅・コンビニエンスストアなどの広報スタンドほか。希望者への個別配布あり▶発行日＝月2回（1・15日）▶発行部数＝約15万8000部（5年度実績）▶掲載料＝1号1枠1万円▶規格＝縦10mm×横235mm▶掲載位置＝広報紙中面下部欄外▶募集枠数＝1号4枠（1社1号1枠）▶申込書（区ホームページ同案内から取り出せます）に広告原稿案を添えて、10月31日までに広報課広報係へ郵送・ファクス・Eメール・持参

◆区ホームページ バナー広告

閲覧数＝月平均約18万7000件（トップページ。5年度実績）▶掲載料＝月1枠2万円▶規格＝GIF画像またはJPG形式。縦60ピクセル×横120ピクセル。4キロバイト以下▶掲載位置＝トップページ下部▶募集枠数＝月20枠（1社月1枠）▶その他＝毎月5日までの申し込みで翌月1日からの掲載▶申込書（区ホームページから取り出せます）に広告原稿案を添えて、広報課広報係へ郵送・ファクス・Eメール・持参

…………… いずれも ……………

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

NPO等活動推進協議会委員

「杉並区NPO・ボランティア活動及び協働の推進に関する条例」に基づき設置している協議会で、NPOなどの活動や協働の推進について審議します。

任期＝7年1月～8年12月▶募集人数＝3名以内（選考）▶報酬＝日額1万2000円 対 区内在住・在勤または区内でNPO活動をしている18歳以上で、年5回程度の会議に出席できる方 問 作文「地域の課題を解決する協働について」（様式自由。800字以内）に住所・氏名（フリガナ）・年齢・電話番号・NPOなどでのボランティア活動経験があれば略歴も書いて、10月31日までに地域課協働推進係（〒166-0015成田東4-36-13）へ郵送・持参 問 同係☎3312-2381 問 応募書類は返却しません

すぎなみ本の帯アイデア賞の作品

その本が読みたくなるような帯を募集します。
問 作品は本にかけて提出。用紙の種類・字体・字数などは自由。著作権・個人情報保護に触れるものは使用不可。応募者本人の創作で未発表のもの。1人1点 対 区内在住・在学・在勤の小学生～18歳の方 問 区立小中学生で在学の学校で作品をまとめている場合＝学校へ提出▶個人＝作品に応募用紙（図書館で配布。区ホームページからも取り出せます）を添えて、中央図書館（〒167-0051荻窪3-40-23）へ郵送・持参▶申込期間＝10月17日～31日 問 同図書館事業係☎3391-5754 問 作品は11月下旬（入選作品は7年2月中旬）に返却

東京都子育て支援員研修の受講者

子育て支援分野に従事する上で、必要な知識や技能などを有する「子育て支援員」の養成研修▶研修実施時期＝12月から▶コース＝①地域保育②地域子育て支援③放課後児童 対 都内在住・在勤の方 問 申込書（地域子育て支援課〈区役所東棟3階〉・子どもセンターで配布。①東京都福祉保健財団②保健福祉振興財団③ポピンズプロフェッショナルホームページからも取り出せます）を、①東京都福祉保健財団（〒163-0719新宿区西新宿2-7-1新宿第一生命ビルディング19階）②保健福祉振興財団（〒102-0094千代田区紀尾井町3-12紀尾井町ビル5階502号室）③ポピンズプロフェッショナル（〒150-0012渋谷区広尾5-6-6広尾プラザ）へ簡易書留で郵送。または各財団・各社ホームページから申し込み▶申込期限＝10月15日（消印有効） 問 ①東京都福祉保健財団☎3344-8533②保健福祉振興財団☎6261-0307③ポピンズプロフェッショナル☎3447-5826

生活・環境

ダニアレルゲン量の検査

ダニは6～10月にかけて増え、その死骸やふんは、アレルギー疾患の原因となることがあります。区では、ダニアレルゲン量が多くなるこの時期に、布団などに掃除機をかけて吸い取ったホコリに含まれるダニアレルゲン量の簡易測定を行い、結果をお知らせします。
 電話で、10月31日までに杉並保健所生活衛生課 ☎3391-1991

衣類の拠点回収の再開・休止

区では、毎月第2土曜日に各回収拠点で、古着として着用できる汚れや破れのないきれいな衣類を回収しています。
 回収拠点のうち、本天沼区民集会所(本天沼2-12-10)は改修工事が終了し、10月からコミュニティふらっと本天沼として開設されるため、回収を再開します。また、荻窪地域区民センター(荻窪2-34-20)は、改修工事に伴い、11月から休止します。
 区民生活部区民課管理係 ▶雨天中止の問い合わせ

☎NPO法人すぎなみ環境ネットワーク ☎5941-8701 (午前9時以降)

子育て・教育

7年度 新入学児童・生徒の保護者へ

7年4月に区立小中学校へ入学する子どもの保護者に、入学する学校を記載した「就学通知書(入学のお知らせ)」を12月中旬に発送します。

◆住所地の指定校への入学が原則です

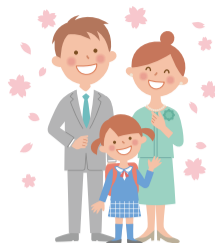
小中学校へ入学する児童・生徒は、お住まいの地域によってあらかじめ指定された学校(指定校)へ通学することが原則です。ただし、特別な事情により指定校への通学が困難な場合は、指定校変更の申し立てをすることができます。申し立て事由に該当するかは、区ホームページをご覧ください。

◆第7号事由による指定校変更

指定校変更の認定事由に「学校の特色ある教育活動に参加を志望する場合」(第7号事由)を設けています。申し立ては、指定校に隣接する学校1校に限り志望することができます。第7号事由による受け入れ人数には上限があり、1校当たり小学校は10名、中学校

は15名までです。ただし、教室不足などの状況によっては、受け入れができない学校もあります。

詳細は、案内(新小学1年生は「就学時健康診断のお知らせ」に同封。新中学1年生は、区立小学校を通じて配布)または区ホームページをご覧ください。
 区学務課学事係



その他

特別養護老人ホーム「エクレシア南伊豆」個別入居相談窓口の開設

入居を希望する方を対象に、個別入居相談窓口を開設します。施設や入居者が参加したイベントの様子分かるパネル展示も行います。入居を検討中の方もお気軽にお立ち寄りください。
 10月10日(木)・11日(金)午前10時～正午・午後1時～4時
 区役所1階ロビー 区高齢者施策課施設整備推進担当

住民票・戸籍証明書などの支払いでキャッシュレス決済を利用できます

10月1日から、区民事務所でも住民票・戸籍証明書などの発行手数料の支払いで、キャッシュレス決済が利用できます。



対象となる証明書

住民票・戸籍証明書・税証明など(税金・国民健康保険料などを除く)

利用可能な窓口

区民事務所・区民課窓口(区役所東棟1階)

利用可能なキャッシュレス決済

クレジットカード・交通系IC・コード決済

利用可能なクレジットカードなどの詳細は、お問い合わせください。

区民生活部区民課管理係

赤い羽根共同募金運動にご協力をお願いします

さまざまな地域課題に取り組む民間の社会福祉施設や地域福祉団体などの活動に役立てられます。同募金は、12月31日まで受け付けています。ご協力をお願いします。



東京都共同募金会杉並地区協力会(杉並区社会福祉協議会内) ☎5347-2064

東京都最低賃金の改正

東京都最低賃金は、10月1日から時間額1163円に改正されます。都内で働く全ての労働者に適用されます。最低賃金の引き上げに向けた環境整備のための支援策として、業務改善助成金などの各種助成金制度を設けています。

東京都最低賃金=東京労働局労働基準部賃金課 ☎3512-1614、東京働き方改革推進支援センター ☎0120-232-865 ▶業務改善助成金=業務改善助成金コールセンター ☎0120-366-440、東京働き方改革推進支援センター ☎0120-232-865、東京労働局雇用環境・均等部企画課 ☎6893-1100

ぜひご参加ください

富士見ヶ丘駅周辺まちづくり方針に関するオープンハウスの開催



区では、富士見ヶ丘駅周辺地域の皆さんやまちづくり協議会に意見を伺いながら、地域の課題やまちづくりの方向性をまとめた「富士見ヶ丘駅周辺まちづくり方針」を3月に策定しました。策定したまちづくり方針の内容について、パネル展示を行い、来場者に区職員が直接説明するほか、富士見ヶ丘通りなどの地域課題についても意見交換を行います。

日時 10月26日(土)午前9時～正午・28日(月)午後5時～8時

場所 富士見ヶ丘小学校(久我山2-19-1)

区市街地整備課拠点整備係 車での来場不可

※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。

南阿佐ヶ谷地域（仮称）デザイン会議の参加者募集

中杉通りの延伸計画がある南阿佐ヶ谷地域において、参加者や地域の方が主体となって、区と共に将来のまちづくりについて考え、協働していく場として、（仮称）デザイン会議を開催します。今回は、会議の運営や進め方などを一緒に考えます。

—— 問い合わせは、市街地整備課沿道のまちデザイン係へ。



日時 10月27日(日)午後1時～3時30分

場所 区役所第3・4委員会室（中棟5階）

☑区内在住・在勤・在学の方 ☑電話で、市街地整備課沿道のまちデザイン係。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**=10月15日 ☑手話通訳あり（事前申込制）



申請期限は10月31日まで

令和6年度新たな住民税非課税世帯等に対する物価高騰対策支援給付金の申請期限が迫っています

低所得者支援として、令和6年度新たな住民税非課税世帯または均等割のみ課税世帯に対し、物価高騰対策支援給付金（10万円）を支給しています。また、その支給対象世帯のうち、子育て世帯に対して加算金（児童1人当たり5万円）を支給しています。対象者には「支給のお知らせ」、確認書または申請書を7月25日（加算金は8月23日以降順次）に発送しています。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。



—— 問い合わせは、杉並区物価高騰対策支援給付金コールセンター☎0120-378-233（午前8時30分～午後5時15分〈土・日曜日、祝日を除く〉）へ。

対象世帯・支給金額

- 6月3日現在、杉並区に住民登録があり次に該当する世帯
- ①6年度住民税非課税または均等割のみ課税=1世帯当たり10万円（1世帯1回限り）
※5年度物価高騰対策支援給付金（7万円または10万円）の支給対象となった世帯を除く
 - ②①を受給し、かつ18歳以下の児童がいる=児童1人当たり5万円（世帯ごとに支給）

手続き

- ①「支給のお知らせ」が届いた世帯=原則手続きは不要▶確認書または申請書が届いた世帯=必要書類を提出
※対象世帯で案内が届かない場合はお問い合わせください。
- ②原則手続きは不要。ただし、6月4日以降に生まれた児童がいる世帯・扶養している児童が別世帯にいる世帯などは、申請書（区ホームページ同案内から取り出してください）に必要書類を添えて提出

申請期限 10月31日（消印有効）

申請期限は10月31日まで

令和6年度杉並区定額減税補足給付金の申請期限が迫っています



定額減税可能額が減税前税額を上回ると見込まれる方に対し、差額の給付を行っています。対象者には確認書などを7月25日に発送しています。申請は、スマートフォン・パソコンからの電子申請が便利です。ぜひ、ご利用ください。詳細は、特設ホームページ（右下2次元コード）をご確認ください。

—— 問い合わせは、杉並区物価高騰対策支援給付金コールセンター☎0120-378-233（午前8時30分～午後5時15分〈土・日曜日、祝日を除く〉）へ。

対象者 定額減税可能額が、令和6年に区が入手可能な課税情報を基に把握した当該納税者の推計所得税・個人住民税所得割を上回ると見込まれる方（合計所得金額が1805万円以下の方のみ）

手続き 確認書が届いた方は口座確認書類などを提出

申請期限 10月31日（消印有効）



安心・安全・役に立つ!

杉並区の情報をお知らせしています



X (旧 Twitter)

フォローしてね

イベント情報や区からのお知らせ、日々のちょっとした出来事などをお届けします。

★アカウント名=杉並区広報課
☎広報課



YouTube

見てね

広報番組「すぎなみスタイル」「すぎなみビトMOVIE」をはじめ、区長記者会見動画や各課作成の動画などを配信しています。

★アカウント名=杉並区公式チャンネル
☎広報課



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** 10月31日（消印有効）まで

◇**閲覧場所** 各閲覧場所のほか、区政資料室（区役所西棟2階）・区民事務所・図書館（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。区ホームページに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れない方はその旨を書き添えてください。
- ・住所・氏名を公表することはありません。

（仮称）杉並区子どもの権利に関する条例（骨子案）

◆概要

「杉並区基本構想」が目指す「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」の実現に向けて、子どもの権利擁護をより一層推進するため、「児童の権利に関する条約（子どもの権利条約）」「こども基本法」を踏まえ、「（仮称）杉並区子どもの権利に関する条例」の制定を目指しています。

◆主な項目

- ・条例の目的、基本理念、定義
- ・子どもの権利の保障

- ・区の責務と保護者などの役割
- ・子どもの権利を保障するための施策

◆**閲覧場所** 子ども家庭部管理課子ども政策担当（区役所東棟3階）、区立保育園・子供園、児童館、学童クラブ、ゆう杉並（荻窪1-56-3）、子ども・子育てプラザ

◆**意見提出先・問い合わせ先** 子ども家庭部管理課子ども政策担当 ☎5307-0686 ✉k-seisaku-t@city.suginami.lg.jp

（仮称）杉並区いじめ防止対策推進条例（骨子案）

◆概要

「いじめ防止対策推進法」の趣旨を踏まえ、いじめの防止など（防止・早期発見・対処）のための対策を総合的・効果的に推進するため、「（仮称）杉並区いじめ防止対策推進条例」の制定を目指しています。

◆主な項目

- ・条例の目的、基本理念
- ・いじめの禁止など
- ・区・学校・保護者の責務など

- ・いじめの防止などのための措置、啓発活動
- ・重大事態への対処

◆**閲覧場所** 庶務課（区役所東棟6階）

◆**意見提出先・問い合わせ先** 教育委員会事務局庶務課 ☎5307-0692 ✉kyoiku-iinshomu@city.suginami.lg.jp

ぜひお越しください

「（仮称）杉並区子どもの権利に関する条例（骨子案）」に関するオープンハウスの開催

「（仮称）杉並区子どもの権利に関する条例（骨子案）」のパブリックコメントの実施に合わせて、骨子案の内容をパネル展示などにより説明します。24日は主に子どもを対象としたパネル展示や説明を行います。

日時 ①10月22日(火)・23日(水)午前10時～午後6時30分
②24日(木)午後4時～9時

場所 ①区役所中杉通り側入り口前
②ゆう杉並（荻窪1-56-3）

〒167-8501 区子ども家庭部管理課子ども政策担当



7年4月入所・入園分(認可保育所など、区立子供園(長時間保育))

保育施設入所(一次)の申し込み受け付けを開始します

①認可保育所など

詳細は、「令和7年度保育施設利用のご案内」をご覧ください。

●郵送・窓口

送付・受け付け先=保育課認定・入園係(区役所東棟3階)

申込期限=12月2日

※簡易書留・レターパックなど発着記録が分かる方法で郵送してください。

※以下の児童は保育課でのみ受け付け。

- ・障害などで通院中、配慮が必要な児童=10月16日～22日
- ・他自治体に申し込む区民=申込先自治体の申込期限7日前まで

●電子申請

申込期限=12月2日午後5時

園保育課認定・入園係



▲利用案内



▲申し込み方法

杉並区公式LINEからも
問い合わせができます!

入園相談チャットボット▶

②区立子供園(長時間保育)

詳細は、「令和7年度区立子供園利用案内」をご覧ください。

●郵送・窓口

送付・受け付け先=保育課子供園・幼稚園係(区役所東棟3階)

申込期間=10月15日～12月2日

※簡易書留・レターパックなど発着記録が分かる方法で郵送してください。

●電子申請

申込期間=10月15日～12月2日午後5時

園保育課子供園・幼稚園係



▲利用案内



▲申し込み方法

子どもセンターでも受け付けています

☎受付場所=子どもセンター(荻窪☎5347-2081/高井戸☎5941-3839/高円寺☎3312-2811/上井草☎3399-1131/和泉☎3312-3671(いずれも要予約))▶申込期間=①12月2日まで②10月15日～12月2日

7年4月入園分

私立幼稚園・区立子供園(短時間保育)の園児を募集します



私立幼稚園

区内には私立幼稚園が35園あります。創立者の教育理念のもとに設立され、各園ともそれぞれの特色を生かした創意工夫あふれる幼児教育を行っています。

全園で3年保育を行っています。満3歳保育(3歳の誕生日を迎え、3歳児クラスへ入園するまでの幼児に対する保育)を実施している園があります。また、保護者の就労などに対応するため、教育時間の前後に預かり保育を実施している園も多くあります。詳細は、各園へお問い合わせください。

●申し込み

入園願書(10月15日以降に各園で配布)を、11月1日から入園を希望する各園へ持参

●入園料・保育料など

- ・入園料・保育料などは各園で定めています。▲私立幼稚園一覧
- ・幼児教育・保育無償化により、保育料などが上限内で無償となります。その他入園料などに対しても補助を行っています。詳細は、区ホームページをご覧ください。



▲私立幼稚園一覧

区立子供園(短時間保育)

●対象・募集人数

区内に保護者と共に住民登録している集団保育のできる幼児

- ・3歳児(令和3年4月2日～令和4年4月1日生まれ)=9名
- ・4歳児(令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれ)=12名

●保育時間

月～金曜日の午前9時～午後2時(水曜日は月2回程度、午前11時45分まで。祝日を除く)※歳児により各園の降園時間が異なります。

●利用案内の配布開始日・場所

各子供園、保育課(区役所東棟3階)、子どもセンター、区民事務所、児童館、子ども子育てプラザ/配布開始日=10月15日

●申し込み

- 申請書を、11月1日午前9時30分～正午に入園を希望する子供園へ持参
- ・申し込みは1園のみで、郵送・電子申請での受け付け不可。
- ・定員を超える応募があった場合は11月5日に抽選を実施。
- ・定員に満たない場合は、12月2日以降、随時申し込みを受け付け。

●その他

昼食の提供方法は園によって異なるため、各園へお問い合わせください



▲区立子供園一覧

園保育課子供園・幼稚園係

児童手当の制度改正に伴うお知らせの発送

児童手当・特例給付を受給している方へ、児童手当の制度改正に伴い10月から新たに支給対象となる児童の確認に関する通知を発送します。手続きが必要な方は期限までに申請してください。なお、6年度所得額が上限額を超えたことにより、受給資格が消滅する方には9月11日に消滅通知書とあわせて制度改正に係る申請の案内を発送しています。

また、現在、児童手当・特例給付を受給していない方(公務員を除く)で、区の公簿上で確認ができ、新たに申請が必要な方へ案内を7月16日に発送しています。公簿上で確認できない方については案内が届きませんので、自身で申請の要否をご確認ください。詳細は、区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。



申請期限 7年3月31日

※期限までに申請があった場合は、6年10月に遡及して支給。

園子ども家庭部管理課児童手当専用☎5913-9389

ひとり親家庭手続きガイドをご利用ください

ひとり親家庭・これからひとり親家庭になる方などに向けて、スマートフォン・パソコンから質問に答えると、個別の状況に応じた手続き・サービスがまとめて調べられるひとり親家庭手続きガイド(右2次元コード)を導入しました。ぜひ、ご利用ください。

—— 問い合わせは、子ども家庭部管理課ひとり親家庭支援担当☎5307-0343へ。

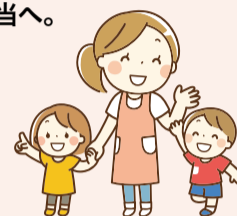


認可保育所などを利用できない方・夜間保育を必要とする方へ

ベビーシッター利用料金などを助成します

認可保育所・小規模保育事業所・家庭的保育事業所などの利用ができない保護者や夜間保育を必要とする保護者の負担軽減のため、10月からベビーシッターの利用料金・交通費の一部を助成します。申請方法などの詳細は、区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。

—— 問い合わせは、保育課認定・入園係保育料担当へ。



助成内容

ベビーシッター利用料金=1時間当たり150円で利用可
交通費=月額上限2万円

☑ベビーシッター利用支援事業(一時預かり利用支援)とは異なる事業です。認証保育所・認可外保育施設の保育料補助金との併用不可。第2子以降は多子世帯負担軽減制度により別途月額上限3万3000円を助成

一人で抱え込まないでご相談ください

子育て中のパパ・ママへ 子どもたちへ



子育てが思いどおりにいかずイライラしてしまう、子どもをかわいと思えない…こんな気持ちで不安な方はいませんか。それは決してあなただけではありません。一人で悩まず、ご相談ください。

—— 問い合わせは、杉並子ども家庭支援センター☎5356-2602へ。

子育て中のお父さん・お母さん、おうちのことで悩んでいる子どもたちへ

17歳以下の子どもの子育てに関する相談を受け付けています。子ども・家族のことなどお気軽にご相談ください。子どもからの相談も受け付けています。また、ゆうラインのほか、子ども家庭支援センター(荻窪・高井戸・高円寺)でも相談いただけます。

●杉並子ども家庭支援センター相談専用窓口(ゆうライン)

阿佐谷北1-4-2☎5356-2601(来所=月~土曜日午前9時~午後5時▶電話=月~土曜日午前9時~午後8時<いずれも祝日、年末年始を除く>)

妊娠が分かって悩んでいるあなたへ

妊娠に関する悩みや不安がある方は、保健センターの保健師へご相談ください。

●保健センター

荻窪☎3391-0015▶高井戸☎3334-4304▶高円寺☎3311-0116
▶上井草☎3394-1212▶和泉☎3313-9331/いずれも月~金曜日午前8時30分~午後5時(祝日、年末年始を除く)

児童虐待の相談・連絡先

●子ども家庭支援センター

荻窪☎5335-7877▶高井戸☎5913-9501▶高円寺☎3315-2800/いずれも月~土曜日午前8時30分~午後5時(祝日、年末年始を除く)

●都杉並児童相談所☎5370-6001

(月~金曜日午前9時~午後5時<祝日を除く>)

●都児童相談センター☎5937-2330

(月~日曜日<午後5時45分以降>、祝日、年末年始を含む)

●児童相談所全国共通(24時間)☎119

11月はオレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーンです

児童虐待防止講演会

「子どもを救う言葉とは?」~すぐに使える子どもとのかかわり方

時11月10日(日)午前10時~正午 場区役所第4会議室(中棟6階) 師東京未来大学副学長・出口保行 区内在住・在勤・在学で子育て中の保護者・関係者ほか 定100名(申込順) 問電話で、杉並子ども家庭支援センター☎5356-2602。またはLoGoフォーム(右2次元コード)から申し込み 備子どもの同席不可



養育家庭(里親)になりませんか

養育家庭(里親)制度は、さまざまな事情で親と一緒に暮らすことのできない子どもたちを一定期間家庭に迎え、一緒に生活して養育する制度です。制度の詳細は、都杉並児童相談所☎5370-6001へお問い合わせください。

—— 問い合わせは、区児童相談所設置準備課☎5307-0355へ。

主な要件

- ・養子縁組を目的としない
- ・都内在住の夫婦である(配偶者のいない場合は一定の条件あり)
- ・家族の構成に応じた適切な居住環境がある
- ・養育期間は短期から可能
- ・委託期間中の子どもの養育費などは都が基準に基づいて支払う

養育家庭体験発表会

より多くの方に同制度を知ってもらうために、養育家庭体験発表会を開催します。

時11月17日(日)午後2時~4時 場ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 定35名(申込順) 問電話で、区児童相談所設置準備課☎5307-0355、都杉並児童相談所☎5370-6001 備2歳~就学前の託児あり(3名程度<申込順>)。電話で、同課

グリーンインフラの活用関連イベントの開催

区では、自然環境が持つ多様な機能を活用したグリーンインフラの取り組みを区民協働で推進しています。グリーンインフラについて知り、体験するイベントを開催します。

グリーンインフラ推進会議

グリーンインフラについて考え、実際につくる体験を通して、グリーンインフラのビジョンを話し合います。

📅①10月27日(日)午後1時30分～4時30分、12月14日(土)午前9時30分～正午
②7年2月2日(日)午後1時～3時45分(計3回) 📍①柏の宮公園管理事務所(浜田山2-5-1) ②区役所第4会議室(中棟6階) ③30名程度(抽選) 📞電話で、土木計画課土木調整グループ。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=10月14日 📧結果は10月18日以降に通知



土木計画課

みんなで「知ろう」グリーンインフラ～カエル博士のあまみず浸透実験

公園の土を使って、土による浸透能力の違いを学ぶ実験を行います。

📅10月20日(日)午前11時15分～正午・午後1時15分～2時・2時15分～3時 📍善福寺公園遅野井川あずまや付近 ④各12名(先着順) 📞共催=善福寺川を里川にカエル会

10月1日オープン! ふらっとお立ち寄りください

コミュニティふらっと本天沼オープンニングイベントの開催

コミュニティふらっとは、誰もが身近な地域で気軽に利用でき、世代を超えて交流・つながりが生まれる地域コミュニティ施設です。子どもも大人も楽しめるイベントを開催します。

📅日時 10月20日(日)午前9時30分～午後2時30分 📍住所 本天沼2-12-10

📎親子リトミック・カポエイラ体験、縁日(くじ引き・射的・焼きそばの販売ほか。子育て応援券利用可)、阿波おどり披露、コンサート(天沼中学校吹奏楽部)ほか 📞コミュニティふらっと本天沼 ☎5310-4633



すぎなみ舞祭の開催

この日のために練習を重ねてきた子どもたちがその成果を披露します。36チーム約550名の子どもたちの元気に踊る姿と笑顔をぜひ会場でご覧ください。また、会場内には屋台やキッチンカーの出店、無料で遊べるキッズエリアもあります。

📅日時 10月20日(日) 午前10時30分～午後3時30分(荒天中止)

📍場所 下高井戸おおぞら公園 (下高井戸2-28-23)

- 舞祭大会
10名以上で構成された26チームが参加
- Cedar CUP
2名以上9名以下で構成された10チームが参加
- 来場者参加型イベント
子どもから大人まで楽しめる舞祭曲の振付ワークショップ

- キッズエリア
キックターゲット、フィールドゲーム、車にお絵かき、しゃぼん玉ほか
- すぎなみ舞祭公式グッズ販売
舞祭オリジナルなみすけのイラストが入ったTシャツ・トートバッグなどの販売



📞すぎなみ舞祭実行委員会事務局(児童青少年課青少年係内) ☎3393-4760 📎車での来場不可

11月11日～17日は税を考える週間

区・税務署・都税事務所・税務関係民間団体が協力して納税意識の向上、期限内の納税の推進、e-Tax・eLTAXの利用促進のための催しを実施します。

杉並納税街頭キャンペーン

📅📍10月27日(日)(雨天中止) ▶午前10時～10時30分=オープニングセレモニー(区役所青梅街道側広場) ▶10時30分～11時30分=パレード(①阿佐谷パールセンター ②青梅街道) ▶午前11時30分～正午=エンディングセレモニー(①JR阿佐谷駅前 ②杉並公会堂) ▶出演=①杉並第一小学校ジュニアバンド②日本大学鶴ヶ丘高等学校 納税課管理係

税を考えるパネル展

中学生の税についての作文・標語・絵はがきの優秀作品などの展示を行います。
📅11月1日(金)・5日(火)午前8時30分～午後5時 📍区役所1階ロビー 📎納税課管理係

税の無料相談会

📅①11月1日(金)・5日(火)午前9時～正午・午後1時～4時②11日(月)・12日(火)午前10時～正午・午後1時～4時③15日(金)・16日(土)午前9時～正午・午後1時～4時 📍①区役所1階ロビー②東京税理士会杉並支部(阿佐谷南3-1-33) ③東京税理士会荻窪支部(荻窪5-16-12) ④①各32名②各7名③各12名(いずれも申込順) 📞電話で、各開催日前日までに①②東京税理士会杉並支部 ☎3391-1028③東京税理士会荻窪支部 ☎3391-0411(午前9時30分～午後4時30分(正午～午後1時、土・日曜日、祝日を除く)) 📎①②1人40分③45分



荻外荘完成記念イベントを開催します



12月に開園する荻外荘公園の完成を記念し、有識者対談や活動弁士による無声映画上映を行います。

日時 12月15日(日)午前9時30分～11時15分

場所 杉並公会堂 (上荻1-23-15)

☑有識者対談=工学院大学理事長・後藤治、建築家・隈研吾 ▶無声映画上映=活動弁士・坂本頼光 ☑700名(抽選) ☑往復はがき(12面記入例。3名まで連記可)に同伴者氏名(フリガナ)・住所、車いす使用人数も書いて、みどり公園課。またはLoGoフォーム(右二次元コード)から申し込み/申込期限=10月31日 ☑みどり公園課みどりの計画係 ☑車での来場不可



荻外荘とは

戦前に首相を3度務めた政治家・近衛文麿の旧宅で、日本政治史上重要な場所として平成28年に国の史跡に指定されました。区では、近衛文麿居住当時の姿に復原して、区立公園として開園する「荻外荘復原・整備プロジェクト」を進めています。



▲後藤治



▲隈研吾
©Designhouse



▲坂本頼光

荻外荘ボランティアスタッフを募集します

荻外荘で来館者への解説をしていただくボランティアスタッフを募集します。応募にはオンライン説明会への参加が必要です。

☑説明会=10月19日(土)午後1時30分～2時・21日(月)1時30分～2時・4時～4時30分 ☑申し込みフォーム(右二次元コード)から、各実施日前日午後4時までに申し込み ☑荻窪三庭園指定管理者 ☎3398-5814 ☑解説内容の事前研修あり



こども伝統芸能わくわく体験を開催します

子どもたちに日本の伝統文化を伝えるためのイベントです。詳細は、区ホームページ(右二次元コード)をご覧ください。



日時 11月24日(日)

場所 座・高円寺
(高円寺北2-1-2)

見てみよう!

◆人形芝居

箱車に乗った人形遣いが両手両足で命を吹き込む、人形芝居をお楽しみください。
☑午前11時～正午・午後1時30分～2時30分
☑出演=八王子車人形西川古柳座五代目家元・西川古柳(右写真)ほか ☑小中学生とその保護者 ☑各230名(抽選) ☑申し込みフォーム(区ホームページ同案内にリンクあり)から、10月27日までに申し込み ☑結果は11月上旬までに通知。車人形体験あり(各10名。抽選)



やってみよう!

◆殺陣体験

伝統文化である歌舞伎や時代劇の立回り「殺陣」から、日本の美しい立ち居振る舞いや所作を楽しく体験してみませんか。
☑午前10時30分・11時30分(各45分程度) ☑俳優・帆之丞 ☑小中学生 ☑各20名(先着順) ☑整理券を午前10時から配布。靴下着用

◆スポーツ百人一首

杉並オリジナルの百人一首。大判にした百人一首の取り札をコート内にばらまき、お手玉を投げて取り合います。
☑午後1時・1時40分・2時20分(各30分程度) ☑小中学生 ☑各20名(先着順) ☑整理券を午後0時30分から配布

◆昔あそび

お手玉・折り紙・だるま落とし・あやとりなど昔なつかしい遊びを楽しみましょう!
☑午前10時30分～午後2時50分 ☑中学生以下(保護者同伴可)

…………… いずれも ……………

☑文化・交流課文化振興担当 ☑当日の様子を後日YouTube杉並区公式チャンネルなどで配信するため撮影が入ります



催し

平和のシンボル 高井戸中学校 「アンネのバラ」秋の一般公開

10月12日(土)～15日(火)午前9時～正午 高井戸中学校(高井戸東1-28-1) 同中学校 ☎3302-1762

年中行事「十三夜」

10月12日(土)～20日(日)午前9時～午後5時(15日・17日を除く) 郷土博物館(大宮1-20-8) 費100円(中学生以下無料) 郷土博物館 ☎3317-0841

シニアのための就業・起業・地域活動個別相談

10月16日(水)午前9時～午後5時 高円寺南館(高円寺南4-44-11) 相談員・久野哲、小川裕子 区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方 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

すぎなみ仕事ねっとフェア

10月17日(木)・18日(金)午前11時～午後2時 区役所1階ロビー 施設通所者が作るお菓子・パン・雑貨、各施設のお菓子詰め合わせセットなどの販売 障害者生活支援課就労支援係

大田黒公園「移動映画館キノ・イグルーとお月見の会」

10月18日(金)午後6時30分～8時30分 大田黒公園(荻窪3-33-12) 費500円(就学前の子どもは無料) 大田黒公園管理事務所 ☎3398-5814

福祉会館秋フェスタ

10月20日(日)午前10時～午後3時 杉並障害者福祉会館(高井戸東4-10-5) ゲームコーナー、ドラムサークル、作業所製品の販売、キッチンカーの出店、バルーンアート、バザーほか 杉並障害者福祉会館 ☎3332-6121

他車での来場不可

すぎのき生活園 陶芸作品展

10月21日(月)～25日(金)午前9時～午後5時(25日は4時まで) 区役所1階ロビー すぎのき生活園 ☎3399-8953

すまいるロービジョンカフェ～見えない・見えづらい方々の交流会

10月27日(日)午後1時30分～3時30分 高円寺障害者交流館(高円寺南2-24-18) 社会福祉士・岡崎あずさ 区内在住・在勤の方とその家族・支援者 定20名(申込順) 電話で、障害者地域相談支援センターすまいる(高円寺 ☎5306-6381/高井戸 ☎3331-2510/荻窪 ☎3391-1976) いずれも休館日を除く)

30分の無料マッサージ体験

10月30日(水)午前10時～午後3時10分 杉並視覚障害者会館 区内在住・在勤・在学の方 定27名(抽選) はがき(記入例)で、10月17日までに杉並視覚障害者会館(〒167-0052 南荻窪3-28-10) 同会館 ☎3333-3444 (月～金曜日午前9時～午後4時(祝日、休館日を除く))

人形劇団ブーク公演会

11月10日(日)午後2時～3時25分 高井戸地域区民センター 演目=スイミーほか 区内在住・在学で小学生以下の方(小学3年生以下は保護者同伴) 定200名(抽選) 費2000円(2歳以下膝上無料。子育て応援券利用可(カード版応援券を除く)) 申込往復はがき(記入例)で、10月16日までに高井戸地域区民センター(〒168-0072 高井戸東3-7-5) 同センター ☎3331-7841

産業振興センター都市農業係

◆すぎのき農園「秋の収穫体験」

11月16日(土)午前10時30分～正午(雨天順延) 農福連携農園すぎのき農園(井草3-19-23) 定25組(抽選)

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、各記事の甲欄でご確認ください。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

費1組500円 結果は10月22日以降に公開

◆農業公園「秋の収穫体験」

11月20日(水)・30日(土)、12月7日(土) 午前10時～正午(雨天中止) 成田西ふれあい農業公園(成田西3-18-9) 各24組(抽選) 費各1組500円 結果は10月25日以降に公開

..... いずれも

区内在住の方(小学生以下は保護者同伴) 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、10月14日までに申し込み 産業振興センター都市農業係 ☎5347-9136 他マイバッグ持参

講演・講座

剪定講習会

10月19日(土)午前10時～正午・午後1時30分～3時30分 塚山公園みどりの相談所(下高井戸5-23-12) 5歳以上の方(小学生以下は保護者同伴) 各10名(申込順) 費各500円 電話で、10月2日から塚山公園管理事務所 ☎3302-8989

消費者講座 在宅避難に備える!知っておきたい5つのコト～防災備蓄収納

10月22日(火)午後2時～4時 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 防災備蓄収納プランナー協会代表理事・長柴美恵(右写真) 区内在住・在勤・在学の方 定35名(申込順) 電話で、消費者センター ☎3398-3141 他長寿応援対象事業



子どもの心を育てるコーチング「思春期(小学5年～中学生)」

10月24日(木)、11月7日(木)・21日(木) 午前9時30分～11時30分(計3回) 杉

並子ども家庭支援センター(阿佐谷北1-4-2) 生涯学習開発財団認定コーチ・高野まゆみ 区内在住で小学5年生～中学生の保護者 定12名(申込順) 電話で、杉並子ども家庭支援センター ☎5356-2601 (午前9時～午後5時(10月12日、日曜日、祝日を除く)) 子どもの同席不可

ささえあいシンポジウム in 杉並 つなかりを育む～世代を超えて

10月24日(木)午後2時30分～4時30分 勤労福祉会館(桃井4-3-2) 講演「社会的処方～まちとのつながりで元気になる方法」(プラスケア代表理事・西智弘)、取り組み発表 定250名(先着順) 高齢者在宅支援課高齢者見守り連携係・日常生活支援事業係 他車いす・手話通訳あり(10月10日までに、同係)

図書館ネットワーク講演会

10月26日(土)午後2時～3時30分 中央図書館(荻窪3-40-23) メディアに潜むメッセージとは～映画で考える哲学 高千穂大学人間科学部准教授・小平健太 区内在住・在勤・在学の方 定40名(抽選) 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、10月14日までに申し込み 中央図書館 ☎3391-5754 結果は10月16日午前9時以降に公開

身近な素材でお家の寒さ対策 自分でできる簡単断熱リフォーム

10月26日(土)午後2時～4時 西荻地域区民センター(桃井4-3-2) 杉並・地域エネルギー協議会 市川好子 区内在住・在勤・在学の方 定20名(申込順) ファクス・Eメール(記入例)で、10月18日までに杉並エネルギー会議・樋口 ☎3390-1025 enekyoh@gmail.com 環境課温暖化対策係

家族教室 発達障害のわが子への理解と接し方～小4からの家族のサポート

10月31日(木)、11月8日(金)・15日(金)・22日(金) 午前10時～正午(計4回) 日善第2ビル(阿佐谷南1-16-10) 式場隆三郎記念クリニック院長・式場典子、共栄大学准教授・木村文香 愛の手帳をお持ちでない発達障害(疑いを含む)の小学4年生～中学生の保護者 定20名(申込順) 電話で、障害者施策課管理係。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/ 申込開始日=10月15日

読書週間記念講演会 「老いとケアの現象学」

11月2日(土)午後2時～3時30分 西荻図書館 東京女子大学現代教養学部人文学科哲学専攻教授・榊原哲也 区内在住・在勤・在学の方 定25名(申込順) 電話または直接、西荻図書館(西荻北2-33-9 ☎3301-1670)

ゆうゆう館の催し

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

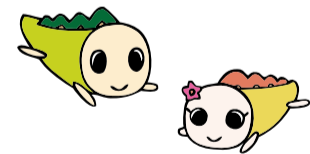


Table with 3 columns: ゆうゆう館名, 内容, 日時など. Rows include: 高円寺南館 (歌サロ), 井草館 (講座), 今川館 (撮影会), 西田館 (エイジングケア), 上荻窪館 (コーラス).

※申し込み・問い合わせは、各ゆうゆう館へ。第3日曜日は休館です。今川館は第1月曜日・第3木曜日は休館。いずれも長寿応援対象事業。

凡例 日時 場所 内容 講師 対象 定員 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

作家・ドリアン助川氏講演会
「組み合わせと創造」

時 11月9日(土)午後2時～3時30分 場 永福図書館 対 小学生以上の方 定 40名(申込順) 申 電話または直接、10月2日から永福図書館(永福3-51-17 ☎3322-7141)

初心者向き男性料理教室
「感染症にかかりにくい体を作ろう」

時 11月11日(月)午前10時～午後0時30分 場 高齢者活動支援センター 内 メニュー=生姜ご飯、秋鮭のホワイトシチュー、ほうれん草の韓国風和え、じゃがき粉の茶巾、ヨーグルトデザート 師 栄養士・奥本典子 対 区内在住で60歳以上の男性 定 30名(申込順) 費 900円 申 電話または直接、10月11日午前8時45分から高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5 ☎3331-7841) 他 エプロン・三角巾・布巾持参

杉の樹大学「スマートフォン講座」

時 ①11月14日(木)=アプリ活用講座 ②28日(木)=SNS活用講座/いずれも午後1時30分～4時 場 高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) 対 区内在住で60歳以上の方 定 各20名(抽選) 申 往復はがき(12面記入例)で、①10月31日②11月14日までに高齢者施策いきがい活動支援係 同 関係 他 貸出機(主にらくらくスマートフォン)を使用

就労支援センター

◆シニアの暮らしと働き方 しごとと中心ではない自分らしい生き方へ脱皮

時 10月19日(土)午後1時～3時 師 人材コンサルタント・神谷敏康 対 おおむね55歳以上で求職中の方 定 18名(申込順)

◆経験者に聞いてみよう定年前後の再就職 想定される各種不明点の整理

時 10月25日(金)午後1時～3時30分 対 おおむね55歳以上で求職中の方 定 6名(申込順)

◆MOS検定(MOS Excel2019)PCスキルを証明できる対策講座

時 10月28日(月)・30日(水)・31日(木)、11月1日(金)・5日(火)午前10時～午後3時 師 PC専任講師・日坂元娘、千葉輝子 対 54歳以下で求職中の方(過去に同講座を受講した方を除く) 定 各14名(申込順) 他 10月8日(火)または17日(木)午前10時から事前個人面談を実施(1人20分)

…………… いずれも ……………

場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 申 電話で、就労支援センターすぎJOB ☎3398-1136

荻窪保健センター

◆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

時 10月24日(木)・31日(木)、11月7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) 師 歯科衛生士・管理栄養士・健康運動指導士 対 区内在住の65歳以上で当日に介助の必要がない方 定 20名(申込順) 申 電話で、10月17日までに同センター 他 お持ちの方は、はつらつ手帳持参。長寿応援対象事業

◆「ウォーキング講座」歩いて延ばそう健康寿命

時 11月15日(金)・22日(金)・29日(金)午後2時～4時(計3回) 場 セシオン杉並(梅里1-22-32) 師 NPO法人杉並さわやかウォーキング 対 区内在住の65歳

手話通訳者認定試験対応フォローアップ講座

過去に杉並区登録手話通訳者認定試験を受験した方などに向けた受験対応講座です。詳細は、区ホームページ(右下2次元コード)をご覧ください。

日時 ①11月5日(火)・19日(火)、12月3日(火)・17日(火)、7年1月14日(火)午前10時～正午 ②11月8日(金)・22日(金)、12月6日(金)・20日(金)、7年1月10日(金)午後7時～9時 ※いずれも各計5回。

場所 ①杉並障害者福祉会館(高井戸東4-10-5) ②区役所第4会議室(中棟6階)

対象 区内在住・在勤・在学の18歳以上(6年4月1日時点)で、次のいずれかに該当する方
・過去5年以内に実施された杉並区手話通訳者認定試験を受験したことがある
・杉並区手話講習会手話通訳者養成基本クラス以上、または東京都手話通訳者等養成講習会地域手話通訳者クラスの修了見込みがあり、今年度の杉並区手話通訳者認定試験を受験する

申 杉並区手話通訳者連絡会ほか 定 各10名(抽選) 申 申込書(障害者施策課事業推進係(区役所東棟1階)で配布。区ホームページ同講座案内からも取り出せます)を、障害者施策課事業推進係へ郵送・持参。またはLoGoフォーム(区ホームページにリンクあり)から申し込み/申込期限=10月15日 同 障害者施策課事業推進係 他 車での来場不可



任意後見制度についての正しい知識を学ぼう

任意後見制度を有効に活用できるように、制度の概要や利用の仕組みについて学べる講座です。

日時 10月28日(月)午後2時～4時 場所 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16)

師 司法書士・浜田玉代 対 区内在住・在勤の方 定 40名(申込順) 申 電話で、杉並区成年後見センター ☎5397-1551(午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く))

以上で当日に介助の必要がない方 定 20名(抽選) 申 はがき(12面記入例)で、10月21日までに同センター 他 ウォーキング記録ノートを差し上げます …………… いずれも ……………

場 荻窪保健センター(〒167-0051荻窪5-20-1 ☎3391-0015)

環境活動推進センター

◆簡易金継ぎクラフト方式

時 10月19日(土)午後1時～3時 場 同センター 対 区内在住・在勤・在学の高校生以上で漆アレルギーのない方 定 12名(抽選) 費 1500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、10月12日までに申し込み 他 陶器1点(欠け・割れ・ヒビ割れが2カ所程度)・割箸3膳・タオル1枚持参。長寿応援対象事業

◆おもちゃのクリニック

時 10月20日(日)▶受け付け=午後1時～3時 場 同センター 対 区内在住・在勤・在学の方 定 15名(申込順) 費 部品代 申 電話で、10月13日までに同センター 他 1人1点

◆手縫いで作るチャームングな冬のクロッシェ

時 10月26日(土)、11月2日(土)午前10時30分～午後0時30分(計2回) 場 同センター 対 区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 定 10名(抽選) 費 1500円 申 電話・Eメール(12面記入例)で、10月17日までに同センター 他 裁縫道具一式持参。長寿応援対象事業

◆木の実とシルクのはぎれで作る秋のブローチ

時 10月31日(木)午後1時30分～3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 10名(抽選) 費 350円 申 電話・Eメール(12面記入例)で、10月17日までに同センター 他 裁縫道具一式・目打ち持参。長寿応援対象事業

◆再生おはじきで七色ランプを作ろう

時 11月3日(祝)午前10時～午後3時 場 同センター 対 区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 定 8名(抽選) 費 2500円 申 電話・Eメール(12面記入例)で、10月25日までに同センター 他 エプロン持参。長寿応援対象事業

◆かんきょう講演会「自分でできるグリーンインフラ」

時 11月9日(土)午後2時～4時 場 同センター 師 熊本県立大学特別教授・島谷幸宏(右下写真) 対 区内在住・在勤・在学の方 定 30名(申込順) 申 電話・Eメール(12面記入例)で、同センター 他 長寿応援対象事業



◆ネイチャーゲーム～秋とあそぼう

時 11月17日(日)午後1時15分～3時45分(雨天中止) 場 妙正寺公園(清水3-21-21) 師 すぎなみシェアリングネイチャーの会 対 区内在住・在学・在園で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、10月17日までに申し込み 他 バンダナ・敷物持参

◆東京港の「海の森」にバスで育林に行こう

時 11月23日(祝)午前9時～午後4時30分 場 集合・解散=同センター 対 区内在住・在勤・在学で小学生以上の方(小学生は保護者同伴) 定 36名(抽選) 費 500円(保険料を含む) 申 NPO法人すぎなみ環境ネットワークホームページから、10月10日までに申し込み 他 昼食・軍手持参

…………… いずれも ……………

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

スポーツ①

競技大会

■秋季ソフトテニス選手権大会

時 11月3日(祝)午前9時～午後7時(予備日=23日(祝)) 場 松ノ木運動場(松ノ木1-3-22) 対 一般=男女(年齢制限なし)▶シニア=男女(45・60・70・75歳以上)▶チャレンジ=男女(男子の部はミックスペア可)、ベテラン(80歳以上)、初・中級者(年齢制限なし。教室経験者優先)/予選はリーグ戦、決勝戦はトーナメント戦またはリーグ戦でダブルス戦 対 区内在住・在勤・在学の方ほか 定 60組(抽選) 費 1組2000円。中学生1組1000円 申 はがき・ファクス・Eメール(12面記入例)にクラブ名・種目別の参加ペアの氏名・代表者氏名も書いて、10月19日までに区ソフトテニス連盟・毒島智和(〒168-0071高井戸西1-5-38-403 ☎3332-8038 ☎busujima0303@gmail.com) 同 毒島 ☎3332-8038(午後7時～9時)

■さわやかスポ・レク大会

時 11月4日(休)午前9時～午後5時 内 下表のとおり 場 TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 費 200円。中学生以下100円(いずれも保険料を含む) 同 杉並区スポーツ振興財団 ☎5305-6161

時間	種目など
午前9時45分～11時30分	ユニカール、ミニ野球、スポーツチャンバラ、モルック、フライングディスク
正午～午後0時45分	開会式、チアリーディング・ヒップホップ演技
午後1時～2時45分	インディアカ、ペガールボール、ダーツ、ウォーキングフットボール、ペタンク、スポーツデビュー
午後3時～4時45分	ソフトバレーボール、ミニテニス

※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。

スポーツ②

区民体育祭

◆花の民謡大会(観覧者募集)
10月20日(日)午後1時~4時 場座・高円寺(高円寺北2-1-2) 区民踊連盟・藤本 ☎090-3085-9703

◆ペタンク大会
10月26日(土)午前8時~午後2時(予備日=27日(日)) 場桃井原っぱ公園(桃井3-8-1) 区内在住・在勤・在学の方 定30名(先着順) 費300円 区ペタンク連盟・矢澤 ☎090-3909-2951

◆馬術
11月23日(祝)午前11時30分~午後6時 場東京乗馬倶楽部(渋谷区代々木神園町4-8) 内種目=馬場馬術(第2

課目B。1種目のみ)、部班競技A(100鞍未満)・B(100鞍以上)、ジムカーナA(速歩、100鞍未満)・B(速歩、100鞍以上) / A・Bを選択。2種目まで参加可 区内在住・在勤・在学で参加種目に見合う乗馬歴を有しスポーツ安全保険に加入している方 費2000円(別途エントリー料馬場馬術4000円。その他2000円) 往復はがき(12面記入例)に乗馬歴・参加種目も書いて、10月22日までに区馬術連盟・平野光子(〒168-0064永福2-18-18) 平野 ☎3327-1749(午後7時~9時)

スポーツ教室

◆ふれあいフットサル教室
10月27日(日)午前11時~午後1時 場高円寺みんなの体育館(高円寺南2-36-

31) 区サッカー連盟 区内在住・在勤・在学・通所で障害があり簡単な指示の下集団行動ができる方(小学生以下は保護者同伴) 定30名(先着順) 杉並区スポーツ振興財団 ☎5305-6161 上履き持参。配慮が必要な方は要連絡(実施日前日・当日は高円寺みんなの体育館 ☎3312-0313)



水泳指導員養成講習会・基礎検定試験

11月9日(土)午前9時~午後5時 21日(土)午前9時~午後4時30分(計2回)

場高井戸地域区民センター、高井戸温水プール(いずれも高井戸東3-7-5) ①学科・実技講習②実技講習、学科・実技検定 区内在住・在勤・在学・在クラブの18歳以上で、100m個人メドレーが泳げる方 定30名(申込順) 費5000円 往復はがき(12面記入例)に性別も書いて、10月20日までに区水泳連盟(〒168-0065浜田山4-5-5杉並南郵便局留) 同連盟・米田 ☎090-2251-5992

体験乗馬(引き馬)

11月23日(祝)午後2時40分 場東京乗馬倶楽部(渋谷区代々木神園町4-8) 区内在住・在学の小学生 定10名(申込順) 費500円 区電話で、10月8日までに区馬術連盟・中島 ☎3382-8255

家庭教育講座

どうする?子どものおこづかい ~キャッシュレス時代のお金を考える

キャッシュレスが進む中、家庭で子どもにお金の役割・大切さ・使い方を伝えるヒントを学べる講座です。

日時 11月6日(水)午前10時~正午
場所 区役所第4会議室(中棟6階)



講師 J-FLEC認定アドバイザー・吉田淳子 区内在住・在勤で小学生の保護者 定40名(申込順) 区電話で、学校支援課家庭・地域教育担当 ☎5307-0759。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=11月4日



10月1日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは



10月10日は銭湯の日 そうだ 銭湯に行こう

毎日の疲れを癒やしてくれるお風呂。家のお風呂も良いけど、ときには近くの銭湯でゆったりとお湯に浸かってみませんか。今回は、癒やしの場として、そしてまちのコミュニティースペースとしての機能を持つ銭湯の魅力をご紹介します。

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)



区広報課報道係

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

ポールde歩こう会 ①10月9日(水)、11月13日(水)午後1時~3時②10月18日(金)、11月15日(金)午前10時~正午③10月24日(水)、11月21日(水)午前10時~正午 / ①桃井原っぱ公園②蚕糸の森公園③柏の宮公園 / 各20名(先着順) / 区NPO法人杉並さわやかウォーキング①鈴木 ☎090-1420-2149②飯島 ☎090-4733-2886③横倉 ☎080-5016-0936 / 健康保険証・手袋・帽子持参。ポールレンタルあり
10月10日は銭湯の日 みんなで銭湯に行こう 区内銭湯でラベンダー湯を実施 10月10日(木) / 杉並浴場組合加盟銭湯 / 大人550円。小学生200円。就学前の子ども100円 / 区杉並浴場組合加盟銭湯(午後1時以降) / 実施日が異なる銭湯あり

できる。できない。じゃない!やってみるんだ!展 10月12日(土)・13日(日)午前11時~午後5時 / 産業商工会館 / 区の放課後等デイサービスから集めたアート作品展示ほか / 300円。高校生以下100円ほか / 一部事前申込制 / 区同催し実行委員会・江崎 ☎090-3612-8854 / 詳細は同催しホームページ参照
大鍋チャリティーパエリア収穫祭~能登半島復興支援 10月14日(祝)午前10時~午後5時 / 馬橋稲荷神社(阿佐谷南2丁目) / 一般チャリティー配布あり(午後1時から。1500名(先着順))・屋台・物販ほか / 区全日本パエリア連盟・結城 ☎090-5437-0304

座の市 10月19日(土)午前11時~午後5時(売り切れ次第終了) / 座・高円寺 / 杉並で取れた野菜や交流自治体の物産品、地方の逸品などを販売 / 場座・高円寺 ☎3223-7500
都立西高OB吹奏楽団演奏会 10月20日(日)午後2時~午後4時30分 / 杉並公会堂 / 曲目=フィリップ・スパーク「宇宙の音楽」ほか / 900名(先着順) / 区同楽団事務局 ☎080-1158-5573
シニアパラダイス・ウインドアンサンブル定期演奏会 11月3日(祝)午後2時~4時 / 杉並公会堂 / 曲目=「ガイーン」ほか / 1000名(先着順) / 区同団体・上村 ☎090-6544-1120
中央フィルハーモニア管弦楽団定期演奏会 11月4日(休)午後2時~4時 / 杉並公会堂 / 出演=鈴木織衛(指揮)ほか / 曲目=ドボルザーク「交響曲第6番二長調作品60」ほか / 4歳以上の方 / 1000名(先着順) / 1000円 / 区同楽団・重泉 ☎080-9161-4979 / 区民100組200名を招待(申込順) =同楽団ホームページから、10月27日午後11時までに申し込み
荻窪音楽祭・秋の交流コンサート~フォルテピアノの音色と共に 11月8日(金)午後7時~8時45分 / 杉並公会堂 / 出演=飯野明日香(ピアノ)ほか / 曲目=ベートーベン「バイオリンソナタ第1番」ほか / 小学生以上の方 / 180名(申込順) / 3000円 / チケット販売窓口=杉並公会堂 / 区同催し事務局 ☎5347-0244 / 区民10名を招待(抽選) =往復はがき(12面記入例)で、10月15日までに同催し事務局(〒167-0051荻窪5-18-14興建社内)
インド古典舞踊公演 11月9日(土)午後6時~8時 / 座・高円寺 / 出演=丸橋広実モヒニアタム舞踊団 / 7歳以上の方 / 230

名(申込順) / 4000円。学生・障害者3500円ほか / 区電話・Eメール(12面記入例)に人数も書いて、ケアラ企画 ☎080-3013-0924 / keralakikaku@gmail.com / 区民5組10名を招待(抽選) =Eメール(12面記入例)に人数も書いて、10月31日までに同団体
新空間パントマイム公演「新呼吸」 11月17日(日)午後6時~7時30分 / 座・高円寺 / 出演=山田とうしほか / 小学生以上の方 / 200名(申込順) / 3500円 / 区Eメール(12面記入例)に人数も書いて、11月17日までに新空間 / mimesinkukan@gmail.com / 区同団体・三神 ☎090-6951-3500 / 区民5組10名を招待(申込順) =Eメール(12面記入例)に人数も書いて、11月17日までに同団体
講演・講座
認知症サポーター養成講座 ①10月13日(日)午後1時30分~3時30分②15日(火)午前10時~11時30分③11月9日(土)午後1時30分~3時 / ①ゆうゆう大宮前館②荻窪会議室③産業商工会館 / キャラバン・メイト / 区内在住・在勤の方 / ①10名②③30名(いずれも申込順) / 区電話で、①ゆうゆう大宮前館 ☎3334-9640②ケア24荻窪 ☎5336-3724③ケア24成田 ☎5307-3822 / 認知症サポーターの証し「認知症サポーターカード」を差し上げます
人生の最期まで大事にしたいこと~もしバナカードで見つめ直す家族と私 10月18日(金)午前10時~11時30分 / ゆうゆう善福寺館 / 越川病院看護部長・中山祐紀子ほか / 区内在住・在勤の方 / 20名(申込順) / 区電話で、ケア24善福寺 ☎5311-1024
認知症サポーターステップアップ講座 10月18日(金)午後2時~3時30分 / 荻窪保

健センター / キャラバン・メイト / 区内在住・在勤の認知症サポーター / 20名(申込順) / 区電話で、ケア24荻窪 ☎3391-0888
スマホ教室「スマホでLINEに楽しくチャレンジ!」 10月18日~11月15日の金曜日、午前10時~正午(11月8日を除く。計4回) / 杉並区シルバー人材センター本部(阿佐谷南1丁目) / 12名(申込順) / 5000円 / 区電話・ファクス(12面記入例)で、10月15日までに杉並区シルバー人材センター本部 ☎3317-9091 / 3317-9093
【家庭教育講座】不登校の子ども的高校進学 10月19日(土)午前9時45分~午後0時15分 / 阿佐谷地域区民センター / 講演「不登校の子どもたちの進路とは」(元定時制高校教員・多賀哲弥)、情報交換会 / 中学生以上の不登校当事者・家族ほか / 30名(申込順) / 500円 / 区申し込みフォーム(区ホームページ同講座案内にリンクあり)から、10月16日までに申し込み / 区ミモザの花~子どもの不登校を考える会・五十嵐 ☎090-8497-8099(午後7時~9時)
自然と遊ぼう!ネイチャーゲーム どんぐりはどこだ? 10月20日(日)午後1時15分~3時45分 / 善福寺公園(善福寺2・3丁目) / 日本シェアリングネイチャー協会公認指導者・小野恵子ほか / 4歳以上の子どものとその保護者 / 30名(申込順) / 300円(保険料を含む) / 往復はがき(12面記入例)に参加者全員の氏名(フリガナ)・子どもの年齢も書いて、10月11日までにすぎなみシェアリングネイチャーの会・小野(〒167-0034桃井1-33-5) / 区同会・小野 ☎5932-2664

大宮前体育館

◆背骨コンディショニング

時10月18日～12月27日の毎週金曜日、午後1時～2時(計11回) 師背骨コンディショニングインストラクター・永井 定20名(申込順) 費1万5730円 申電話で、10月17日までに同体育館

◆やさしいベリーダンス

時10月21日～12月23日の月曜日、午前10時30分～11時30分(11月4日、12月9日を除く。計8回) 師MAKITA 定10名(申込順) 費1万1440円 申電話で、10月20日までに同体育館

..... いずれも 場 間大宮前体育館(南荻窪2-1-1 ☎3334-4618) 定16歳以上の方

ヴィムスポーツアベニュー

◆運動不足改善 カラダ若がえろう教室 時11月2日～12月21日の土曜日、午前

10時20分～11時5分(祝日を除く。計7回) 内バランス・体幹トレーニング 定20～64歳の方 定16名(申込順) 費1万4000円

◆丈夫な足腰をつくろう教室

時11月6日～27日の毎週水曜日、午前10時～11時15分(計4回) 定65歳以上で医師から運動制限を受けていない方 定15名(申込順) 費8000円

..... いずれも 場 間ヴィムスポーツアベニュー(宮前2-10-4 ☎3335-6644 <午前11時～午後5時>) 申電話で、10月20日までに同施設

スポーツハイツ

◆チャレンジフィットネスday

時11月12日(火)①午前10時～11時15分・午後1時～2時15分・7時30分～8時45分=成人水泳(初・中・上級)②午後

1時15分～1時45分=骨盤エクササイズ③午後1時15分～2時15分=アクアエクササイズ 場スポーツハイツ(堀内2-6-21) 師同施設インストラクター 定高校生以上の方 定各5名(申込順) 費①③各1650円②770円 申電話で、11月11日までに同施設

◆体カアップにおすすめ駅からノルディックハイキング

時11月17日(日)午前10時～11時30分

(雨天中止) 場武蔵国分寺お鷹の道 ▶集合=国分寺駅改札前 師全日本ノルディック・ウォーク連盟講師 大方孝 定3km程度歩ける方 定20名(申込順) 費2500円 申電話で、11月10日までに同施設 他ウエストバッグまたはリュックサック・ポール持参

..... いずれも 間スポーツハイツ ☎3316-9981 他長寿応援対象事業

すぎなみみんなの大運動会の参加者募集

30歳以下のプロジェクトメンバーが考えた大運動会を開催します。運動以外の企画もあり、子どもから大人までどなたでも楽しめます。

日時 11月23日(祝)午前10時30分～午後3時30分

場所 杉並第十小学校(和田3-55-49)

内借り人競争・杉並クイズ・ダンシング玉入れほか 定区内在住・在勤・在学の方 定200名(申込順) 申LoGoフォーム(右2次元コード)から、11月13日までに申し込み 間社会教育センター ☎3317-6621 他レジャーシート(晴天時)・上履き持参(雨天時)。当日の運営スタッフの募集あり



教育現場の今をお届けします

すぎなみ教育だより

第6号

おいしい!の声を聞くために



学校の夏休み期間に区役所で開催された学校給食展示会は、パネル展示やクイズラリー、回転釜での調理体験などを通して、区の給食についてたくさんの方に知っていただける機会となりました。

区の学校給食は、発育に必要な栄養素を確保しながら「心のこもった、手作り料理による楽しい給食」を目指し、食事内容の充実・安全対策の徹底を図っています。

詳細は、杉並区教育委員会ホームページ



間学務課保健給食係

認知症対応型グループホームって、ご存知ですか? 10月26日(土)午後2時～4時/もえぎ西荻北(西荻北1丁目)/吉田洋之ほか/区内在住・在勤の方/10名(申込順) 申電話で、もえぎ西荻北 ☎3301-2036

施設選びと成年後見制度について 10月29日(火)午後1時30分～3時10分/久我山会館/介護施設を検討する心構え(介護施設研究所・齋藤弘毅)、成年後見と相続のはなし(行政書士・野積優)/区内在住・在勤の方/25名(申込順) 申電話で、ケア24久我山 ☎5346-3348

知っておきたいサルコペニア～予防して元気な毎日を送るために 10月30日(水)午後3時～4時/さんじゅ阿佐谷(阿佐谷北1丁目)/機能訓練指導員・川人貴広/区内在住・在勤・在学の方/10名(申込順) 申電話で、さんじゅ阿佐谷 ☎5373-3911

お金と時間 あなたの生活を見直してみませんか 10月31日(木)午前10時～正午/東京第三友の家(松庵2丁目)/区内在住・在勤・在学の方/30名(申込順) 申電話・Eメール(12面記入例)で、10月30日までに東京第三友の家・岩田 ☎090-4098-6671 ✉m.amor.1121@gmail.com

東京衛生アドベンチスト病院 転倒予防教室 ①10月31日(木)②11月7日(水)午後2時～3時30分/同病院(天沼3丁目)/理学療法士・上田誠/おおむね60歳以上の方/各5名(申込順) 申電話で、①10月18日②25日までに同病院健康教育学 ☎3392-6151 (月～金曜日午前11時～午後5時(金曜日は2時まで。祝日を除く))

認知症の新しい考え方を知ろう! 共に笑

顔で暮らすために 11月6日(水)午後2時～3時30分/認知症介護研究・研修東京センター(高井戸西1丁目)/同センター・永田久美子/区内在住・在勤の方とその家族/20名(申込順) 申電話で、ケア24高井戸 ☎3334-2495

すぎなみサイエンスLabo 11月10日(日)、12月8日(日)午後1時30分～3時30分/杉並第十小学校ほか/区内在住・在学の小学4～6年生(保護者同伴不可)/各30名(抽選)/各500円/申申し込みフォーム(区ホームページ同講座案内にリンクあり)から、10月12日までに申し込み/間NPO法人サイン ☎070-8473-2605 (月～金曜日午前9時～午後5時(祝日を除く)) /1人1回まで。次世代育成基金活用事業助成対象事業

事業者の担当の方向け「年末調整説明会」 11月13日(水)午後2時～4時/産業商工会館/杉並税務署担当官/区内事業者/60名(申込順) 申杉並法人会ホームページから申し込み/間同会 ☎3312-0912

マンション管理セミナー 11月16日(出)①午後2時～4時②4時～5時/産業商工会館/①講演「最近の重要判例から学ぶマンション管理」(弁護士・篠原みち子)②個別相談会/区のマンション管理組合役員、区分所有者ほか/①50名②7組(いずれも申込順) 申Eメール(12面記入例)にマンション名、②は相談内容も書いて、11月13日までに杉並マンション管理士会 ☎suginamimankan@yahoo.co.jp/間同会 ☎3393-3680

◆杉並青色申告会 ◆フリーランス勉強会 iDeCo・NISA・小規模企業共済の制度内容等 10月18日(金)午後8時～9時/同会(阿佐谷南3丁目)/同会職員/区内在住の個人事業主

/12名(申込順) 申Eメール(12面記入例)で、10月17日までに同会

◆定額減税説明会 10月28日(月)午後2時～3時30分/産業商工会館/26名(申込順) 申Eメール(12面記入例)で、10月25日までに同会/長寿応援対象事業

..... いずれも 間杉並青色申告会 ☎3393-2831 ✉seminar@aioiro.org

◆荻窪青色申告会 ◆会計ソフトで帳簿をつけよう 10月22日(火)・23日(水)午前10時15分・午後1時15分・2時15分・3時15分・4時15分(各45分)/同会(荻窪5丁目)/同会事務局職員/個人事業主/各3名(申込順)/各500円

◆新規開業者のための帳簿の書き方 10月24日(木)・25日(金)午前10時15分・午後1時15分・2時15分・3時15分・4時15分(各45分)/同会(荻窪5丁目)/同会事務局職員/個人事業主/各3名(申込順)/各500円

..... いずれも 申電話で、荻窪青色申告会 ☎3393-1951

その他 杉並区シルバー人材センター入会相談会 10月9日(水)・15日(火)、11月1日(金)午前10時～11時30分・午後2時～3時30分/同センター本部(阿佐谷南1丁目)/区内在住のおおむね60歳以上で臨時的・短期的または軽易な仕事を希望の方/各10名程度(申込順) 申電話で、同センター本部 ☎3317-2217 (月～金曜日午前9時～午後5時(祝日を除く))

税金なんでも相談会 10月17日(木)・22日(火)午前10時～正午・午後1時～4時/東京税理士会杉並支部(阿佐谷南3丁目)

/申電話で、各実施日前日までに同支部 ☎3391-1028/1人40分程度 一日合同行政相談所の開設 10月18日(金)午前10時～午後4時/JR新宿駅西口広場/間総務省東京行政評価事務所 ☎3363-1100

千代田区立神田一橋中学校通信教育課程生徒募集 選考=12月7日(出)/昭和21年3月31日以前の尋常小学校卒業および国民学校初等科修了で高等学校の入学資格がない方ほか/申願書(同学校で配布)を、11月22日までに同学校(〒101-0003千代田区一ツ橋2-6-14)へ郵送/間同学校 ☎3265-5961

耐震キャンペーン「耐震フォーラム」 12月10日(火)午後1時～4時/都民ホール(新宿区西新宿2丁目)/都内在住・在勤・在学の方/250名程度(申込順) 申電話で、同キャンペーン事務局 ☎042-794-9995 (午前9時～午後6時)。または同キャンペーンホームページから申し込み/詳細は都耐震ポータルサイト参照

杉並区シルバー人材センタースマホ講師出張サービス 1時間2500円/申間杉並区シルバー人材センター清水分室 ☎3394-2253

◆東京都行政書士会杉並支部 ◆行政書士による無料相談会 10月19日(土)午前10時～午後4時/荻窪タウンセンター前広場(上荻1丁目)/区内在住・在勤・在学の方

◆相続、離婚、金銭問題等書類・手続無料相談会 10月28日(月)午後1時～4時/庚申文化会館(高円寺北3丁目)/区内在住・在勤・在学の方

..... いずれも 間東京都行政書士会杉並支部 ☎0120-567-537

※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。

プライバシー確保
ストレス軽減

今から
できる
防災対策

日頃の備えと在宅避難

防災対策には、自助・共助・公助それぞれの備えが大切です。区では、地震の発災後、倒壊・火災の危険性がなく自宅などに住み続けられる場合は、自宅にとどまること（在宅避難）を推奨しています。また、災害時には不確かな情報が出回ることがあるため、区からの正しい情報を入手してください。この機会に今からできる防災対策を考えてみませんか？

—問い合わせは、防災課へ。

在宅避難の判断のポイント

- 余震などが起きても倒壊の危険性がない
- 近隣で火災・土砂崩れなどの危険性がない
- 生活上で大きな支障がない ほか

自宅での備蓄と在宅避難

日頃から備蓄品の準備をしましょう 大災害時には流通もストップ！

在宅避難に欠かせない食料・飲料水（1人1日3ℓ）、生活用品、常備薬などを、最低3日分、可能であれば7日分備蓄しましょう。ライフライン（電気・ガス・水道）の被害に備え、懐中電灯、カセットコンロ、簡易トイレの備蓄もしましょう。

● ローリングストック

日頃から利用している食料・日用品を少し多めに買い置きして、日常生活の中で定期的に消費しながら新たに買い足し、常に一定量を保つ方法です。



● 防災用品あっせん

区では、防災用品・保存食・携帯トイレ・衛生用品などのあっせんをしています。詳細は、区ホームページ（右2次元コード）をご覧ください。



知っておこう！

● ライフライン復旧までにかかった日数

過去の震災から、地震によりライフライン（電気・ガス・水道）が被害を受けた場合は、復旧までに時間がかかります。

電気	阪神・淡路大震災	6日
	熊本地震	6日
ガス	阪神・淡路大震災	84日
	熊本地震	16日
水道	阪神・淡路大震災	90日
	熊本地震	105日

出典＝兵庫県庁ホームページ「阪神淡路大震災の支援・復旧状況」「平成29年版 情報通信白書」第5章 熊本地震とICT利活用

正しい情報を入手するために！～区の防災情報

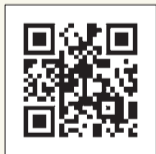
最新の災害情報・避難時に活用できる情報など、「いざ」というときに備える情報を発信しています。

● 杉並区公式LINE @suginamicity

災害・避難情報や気象情報、区からのお知らせなどを配信しています。

☎ 広報課

友だち追加してね



▲杉並区公式LINE

● 区公式電子地図サービス「すぎナビ」

土砂災害ハザードマップなどの防災地図のほか、公共施設・都市計画・道路情報などをパソコン・スマートフォンで簡単に収集できます。災害時は、避難所の開設状況などをご覧になれます。

☎ 土木管理課、防災課

見てね



▲すぎナビ

● 杉並区（地震・水防情報等）X (旧Twitter) @suginami_tokyo

災害時における被災者への支援情報や、その他災害に関連した区の取り組みなど、区民の皆さんの生命・財産を守る情報をリアルタイムで発信しています。

☎ 広報課

フォローしてね



▲杉並区（地震・水防情報等）X

● 防災・防犯情報メール配信サービス

災害時または災害発生の恐れがある場合に、区から緊急のお知らせを配信します。また、防災行政無線の放送内容の確認もできます。登録は、防災課 ☎ t.sss@sgnm.lisaplusk.jpへ空メールを送信してください（右2次元コードを読み込むとメール送信画面が起動します）。

☎ 防災課

登録してね



世帯と人口

(住民基本台帳)

9月1日現在。()は前月比

世帯数	日本人のみの世帯	316,546(166減)	合計 334,310 (124減)
	外国人のみの世帯	14,998(14増)	
	日本人と外国人の世帯	2,766(28増)	

人口		男	女	小計	合計 577,127 (109減)
	日本人	266,770(64減)	289,040(118減)	555,810(182減)	
	外国人	10,871(39増)	10,446(34増)	21,317(73増)	