

区からのお知らせ

SUGINAMI INFORMATION

保険・年金

産前産後期間の国民年金保険料免除制度

平成31年2月以降に出産日がある国民年金第1号被保険者は、出産(予定)日が属する月の前月(多胎妊娠の場合は3カ月前)～出産(予定)日が属する月の翌々月の国民年金保険料が免除され、保険料納付済み期間に算入されます。

届け出は出産予定日の6カ月前から、マイナポータルによる電子申請のほか、国保年金課国民年金係(区役所中棟2階)・区民事務所・杉並年金事務所です。届け出に期限はなく、出産後も届け出ができます。また、当該期間の保険料をすでに納付している場合や他の免除制度を受けている場合でも届け出が必要です。保険料をすでに納付している場合は、充当または還付されます。

☎杉並年金事務所 ☎3312-1511、国保年金課国民年金係

生活・環境

都市計画案の縦覧と意見書の提出

「都市計画法」に基づき、区民・利害関係人は意見書を提出することができます。

☑「東京都市計画公園第4・4・18号下高井戸公園」の変更 ▶ **縦覧期間**=2月17日～3月3日(土・日曜日、祝日を除く) ▶ **縦覧場所**=都市整備部管理課(区役所西棟5階) ▶ **意見書の提出**=意見書(書式自由)に都市計画案の名称・日付・住所・氏名を書いて、2月17日～3月3日に同課へ郵送・持参 ☎同課庶務係

施設情報

高齢者ゲートボール場使用抽選会

4月から高齢者ゲートボール場(児童青少年センター(ゆう杉並)併設)の使用抽選会を行います。
☎3月11日(火)午前10時30分 ☎児童青少年センター(荻窪1-56-3)

☎高齢者施策課施設担当 ☎ゲートボール場を使用するには、区への団体登録が必要 ▶ **登録要件**=次の全てを満たしている団体①区内在住の60歳以上の方10名以上で構成されている②名簿を有する③代表者が明確に定められ、自主的に責任ある使用ができる ▶ **登録方法**=申請書(新規登録団体は電話で、2月25日までに同担当へ請求)を3月3日までに同担当へ郵送



採用情報 ※詳細は、区・団体ホームページ参照。

区以外の求人

●報酬は6年度実績。

杉並区障害者団体連合会 受付補助員

☑部屋・備品の貸し出しなどの受け付け ▶ **勤務期間**=4月1日～8年3月31日(更新可。ただし65歳に達した年度末で退職) ▶ **勤務日時**=月13日程度。午前8時30分～午後9時のうち実働4時間程度(土・日曜日、祝日を含む。交代制。②は夜間1時間延長の場合あり) ▶ **勤務場所**=①和田障害者交流館(和田2-31-21) ②高円寺障害者交流館(高円寺南2-24-18) ▶ **募集人数**=若干名 ▶ **報酬**=時給1300円 ☎履歴書を、3月5日までに同連合会事務局(〒166-0003高円寺南2-24-18高円寺障害者交流館内)へ郵送・持参 ☎同事務局 ☎5306-2627(午前9時～午後5時(第3月曜日を除く)) ☎書類選考合格者には面接を実施

杉並区交流協会

◆事務局職員

☑経理事務、事業の企画運営ほか ▶ **勤務日時**=月16日。午前8時30分～午後5時15分 ▶ **勤務場所**=同協会 ▶ **報酬**=月額20万8474円～ ☎履歴書に応募動機(様式自由。800字程度)を添えて、2月28日までに同協会へ郵送

◆コミュかるショップ販売スタッフ

☑食品・雑貨などの販売、接客、陳列、品出し、パソコン操作ほか ▶ **勤務日時**=週2・3日程度、午前8時50分～午後0時50分・0時45分～4時45分(交代制) ▶ **勤務場所**=区役所1階コミュかるショップ ▶ **報酬**=時給

1185円 ☎履歴書を、2月28日までに同協会へ郵送

…………… いずれも ……………

☑勤務期間=4月1日～8年3月31日(更新可。ただし65歳に達した年度末で退職) ▶ **募集人数**=1名 ☎杉並区交流協会(〒166-0004阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル5階 ☎5378-8833) ☎書類選考合格者には面接を実施

募集します

ファミリーサポートセンター協力会員

☑保育園・学童クラブなどへの送迎、会員宅・児童館などでの子どもの一時的な預かりなど ▶ **謝礼**=1時間800円。早朝・夜間1000円 ☎区内または区に隣接する区市在住の20歳以上で研修に参加できる方 ☎☎電話で、杉並区社会福祉協議会杉並ファミリーサポートセンター ☎5347-1021 ☎会員登録後、3月5日(水)に研修あり

生涯学習活動の指導者傷害保険加入者

活動中の事故により、死亡・けがをした場合に補償する傷害保険です。保険料は区が負担します。

☑保険期間=4月1日～8年3月31日 ☎区内で生涯学習活動が無報酬で行っている団体の責任者・指導者 ☎申請書(生涯学習推進課管理係(区役所東棟6階)で配布。区ホームページ同案内からも取り出せます)を2月20日～3月13日に同係へ郵送・持参 ☎同係

相談

特別相談「多重債務110番」

☎3月3日(月)・4日(火) ☎電話相談=区消費者センター ☎3398-3121(午前9時～午後4時)、都消費生活総合センター ☎3235-1155(午前9時～午後5時) ▶ **来所**=区消費者センター(天沼3-19-16ウェルファーム杉並内) ☎区消費者センター ☎3398-3141 ☎特別相談以外にも、随時相談を受け付け

その他

さざんかねっと(集会施設利用)の更新手続き

さざんかねっと利用者登録カードの有効期限が3月31日の方で、4月以降も引き続き集会施設を利用する方は更新の手続きが必要です。詳細は、区ホームページをご覧ください。

☑更新手続き期限=3月31日 ☎地域課地域施設係

3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	ものわずれ相談	心の健康相談
荻窪 (荻窪5-20-1) ☎3391-0015	6日(木)	5日(水) 12日(水)	-	26日(水)	午前 14日(金) 28日(金) 午後 13日(木)	-	14日(金)	28日(金) 午後1時30分	12日(水) 午後1時30分 19日(水) 午後2時15分
高井戸 (高井戸東3-20-3) ☎3334-4304	3日(月)	6日(木) 13日(木)	-	4日(火) 18日(火) (18日は生後9カ月ごろから)	午前 3日(月) 17日(月) 午後 7日(金)	21日(金)	6日(木)	27日(木) 午後1時30分	4日(火) 18日(火) 午後1時30分
高円寺 (高円寺南3-24-15) ☎3311-0116	11日(火)	-	-	12日(水)	午前 4日(火) 18日(火) 午後 6日(木)	13日(木)	18日(火)	13日(木) 午後2時	10日(月) 午前9時30分 26日(水) 午後2時
上井草 (上井草3-8-19) ☎3394-1212	26日(水)	6日(木) 13日(木)	-	27日(木)	午前 26日(水) 午後 12日(水)	19日(水)	-	6日(木) 午前9時30分	24日(月) 午後1時30分
和泉 (和泉4-50-6) ☎3313-9331	13日(木)	-	12日(水) 午後1時30分	27日(木)	午前 13日(木) 午後 26日(水)	-	-	6日(木) 午後1時45分	4日(火) 午後1時30分

※杉並区に転入し、妊婦・乳幼児健診受診票、予防接種受診票が必要な方は、各保健センターまたは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。掛間違いのないようご注意ください。

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

**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が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。

☎3月6日(休)・7日(金)午前10時～正午・午後1時～4時
☕区役所1階ロビー ☕高齢者施策課施設整備推進担当

**障害者支援施設「リーフぼけっと」の
施設見学会・利用説明会の開催**

4月に開設する障害者支援施設の施設見学会などを開催します。

☎3月27日(休)午前10時30分～正午 ☕場リーフぼけっと(久我山1-8-36) ☕区内在住の方ほか ☕障害者生活支援課就労支援係

善い行いをした青少年の表彰

区では、地域や人の役に立つ善い行いをした青少年を表彰して、その機運を高めていくことに取り組んでいます。6年度は、69事例1000名の青少年が表彰されました。詳細は、区ホームページをご覧ください。

☎児童青少年課青少年係 ☎3393-4760



ご寄付ありがとうございました

6年11・12月(広報すぎなみ6年12月15日号掲載分を除く)のご寄付(敬称略・順不同)

- 【社会福祉基金】千葉葉子▶永保彩佳▶轡田克義▶竹中良太▶匿名および氏名のみ公表分計=89万円
- 【みどりの基金】みどりの保全=成田西ふれあい農業公園来場者有志=14万2700円▶杉並区立桃井第二小学校6年2組=10万5940円▶上田潤=2万2000円▶令和6年度天沼小学校=1万9343円▶落ち葉感謝祭2024参加者有志=9600円▶佐藤淳=5000円▶はじっこまつり実行委員会/荻外荘公園などの整備=末並史年=2万円▶望月孝男=1万円▶只野佑里子=1万円▶中代重幸▶大山知児▶滝沢信男▶奥澤作郎/匿名および氏名のみ公表分計=55万1750円
- 【NPO支援基金】NPO支援基金普及活動協力者=3万4704円▶山城隆盛▶NPO法人ハンド・ミー・ダウン▶秋澤博之▶轡田克義▶栗原裕子▶竹中良太▶匿名および氏名のみ公表分計=12万5102円
- 【次世代育成基金】ケンコーマヨネーズ株式会社=20万1900円▶株式会社ワイズマート=20万円▶方南銀座商店街振興組合=6120円▶佐藤春樹=5万円▶齊藤晃一=3万円▶中村央=3万円▶平松貴志=3万円▶小川宣昭=2万円▶寺井幸子=1万9000円▶宮嶋みちこ=5000円▶杉並区立桃井第二小学校6年▶南信ビルサービス株式会社▶井出紀子▶杉本賢太▶齊藤智▶秋澤博之▶吉川治夫▶玉木伸雄▶渡辺元▶本間雅浩▶巢籠健太郎▶佐藤芳子▶富澤一恵▶轡田克義▶小笠原一能▶匿名および氏名のみ公表分計=135万7418円
- 【日本フィル被災地支援活動寄附】渡辺元=2万円▶大塚歴▶山村隆▶小野綾依子▶匿名および氏名のみ公表分計=17万500円
- 【杉並区応援寄附金】小梶幸一=1万円▶武内匡=2万円▶瀬尾佳美=2万円▶山田彰=1万円▶秋元秀一=1万円▶宮原愛三郎▶木村公優▶牛木昭文▶匿名および氏名のみ公表分計=65万5000円
- 【動物との豊かな共生社会をめざす寄附金】轡田克義▶小野綾依子▶匿名および氏名のみ公表分計=38万500円
- 【児童養護施設退所者等への支援】二之宮崇宏=1万円▶坂本茂▶加藤実▶菊地哲郎▶末藤智子▶清水照子▶星弘之▶三宅航太郎▶茂木智子▶内村令子▶上原栄美▶轡田克義▶匿名および氏名のみ公表分計=182万1500円

申告期限は4月1日まで

バイク・軽自動車の廃車手続きはお早めに



軽自動車税(種別割)は、毎年4月1日現在の所有(登録)者に課税されます。原動機付自転車・バイク・軽自動車などの処分・譲渡・売却などをしたときは、必ず4月1日までに廃車の申告をしてください。盗難などで警察に届け出ている場合でも申告が必要です。申告がない場合は、引き続き課税されるため、早めの手続きをお願いします。

なお、7年度の軽自動車税(種別割)納税通知書は5月上旬に発送します。

車種	問い合わせ先
原動機付自転車(125cc以下)、特定小型原動機付自転車、ミニカー、小型特殊自動車	課税課税務管理係
二輪バイク(125cc超)	東京運輸支局練馬自動車検査登録事務所 ☎050-5540-2032
軽自動車(軽三輪、軽四輪)	軽自動車検査協会東京主管事務所練馬支所 ☎050-3816-3101

「ふれあい入浴カード」の更新

「ふれあい入浴」とは、区内在住の65歳以上の方を対象に、下記の公衆浴場を週1回100円で利用できるサービスです。

4~6年度の「ふれあい入浴カード」をお持ちの方は、7年度のカードと交換するため実施浴場で更新手続きをお願いします。また、初めて利用する方・紛失した方は、マイナンバーカードなどの身分証明書を実施浴場へ持参してください。

☎高齢者施策課いきがい活動支援係

- 弁天湯(高円寺南3-25-1☎3312-0449) / 香藤湯(高円寺南5-1-7☎3316-4514) / なみのゆ(高円寺北3-29-2☎3337-1861) / 小杉湯(高円寺北3-32-17☎3337-6198) / 玉の湯(阿佐谷北1-13-7☎3338-7860) / 阿佐ヶ谷温泉 天徳泉(阿佐谷北2-22-1☎3338-6018) / 杉並湯(梅里1-13-7☎3312-1221) / ゆ家 和ごころ 吉の湯(成田東1-14-7☎3315-1766) / 桜湯(和田3-11-9☎3381-8461) / 第二宝湯(本天沼2-7-13☎3390-8623) / 文化湯(西荻北4-3-10☎3390-1051) / 天狗湯(西荻南1-21-4☎3333-9461) / 銭湯GOKURAKUYA(上荻2-40-14☎3390-6764) / 湯の楽代田橋温泉(和泉1-1-4☎3321-4938) / 大黒湯(和泉1-34-2☎3328-2137)

**駅周辺まちづくり活動
合同報告会
(明大前・下高井戸・桜上水)の開催**

京王線連続立体交差事業を契機に設立された各駅(明大前・下高井戸・桜上水)周辺地区街づくり協議会が、まちづくりの取り組みに関するパネル展示を行います。また、下高井戸駅周辺については、「みんなでつくる明日のしもたかブック」に掲げるまちの将来像や方向性などについてもパネル展示し、区職員が質問に答えます。

日時 2月28日(金)、3月1日(土)午後1時~7時
場所 松沢区民集会所(世田谷区赤堤5-31-5)

☎市街地整備課地区計画係
他車ででの来場不可



※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。

一緒にみどりを育てませんか？

みどりのボランティアの募集

区では、活動内容・場所の異なる3種類のみどりのボランティアを募集しています。詳細は、お問い合わせください。

—— 問い合わせは、みどり公園課みどりの協働係へ。



みどりのボランティア杉並

地域緑化に関するボランティア活動を始めようとする方が、個人単位でできるボランティア制度です。

活動内容 公園などの清掃活動、中低木の剪定、花壇の管理、屋敷林の落ち葉掃き、みどり公園課主催のイベントへの参加・「みどりの新聞」の編集ほか

対象 区内在住・在勤・在学の方、区内で活動できる方
区からの支援 清掃用具・園芸用具・腕章などの支給・貸与、ボランティア保険への加入費用の負担、他のボランティアグループとの情報交換の補助

その他 登録期間は4月から原則2年間（1回まで更新可）。長寿応援対象事業

☎はがき・ファクス・Eメールに氏名（フリガナ）・住所・電話番号を書いて、3月15日までにみどり公園課みどりの協働係☎5307-0697✉midori-k@city.suginami.lg.jp

すぎなみみどり育て組

公園などの清掃、植栽の手入れなどを行う、団体単位のボランティア制度です。

活動内容 公園などの清掃活動、中低木の剪定ほか（事前に区と協定を結び、活動場所・内容などを決定）

対象 区内在住・在勤の方を5名以上含む団体

区からの支援 清掃用具・腕章などの支給・貸与、ボランティア保険への加入費用の負担

花咲かせ隊

公園などで花壇づくりなどの緑化活動を行う、団体単位のボランティア制度です。

活動内容 活動を希望する公園などで、花壇のデザイン、花の植え付け・水やり、除草などの日常の維持管理（花壇の広さは、原則、1グループ4㎡程度）

対象 区内在住・在勤の方を5名以上含む団体

区からの支援 花の苗（年3回予定）・肥料・園芸用具・腕章などの支給・貸与、ボランティア保険への加入費用の負担

女性が生涯健康でいるために

3月1日～8日は女性の健康週間

—— 問い合わせは、杉並保健所健康推進課健康推進係☎3391-1355へ。



思春期は生涯の健康の土台となる時期

20代の女性の5人に1人が痩せすぎといわれ、思春期でも痩せている方の割合が増えています。脂肪細胞が減ると女性ホルモンが減少し、月経異常や不妊症の原因にもなります。また、骨粗しょう症予防にはこの時期にバランスの良い食事や運動で骨量を十分に高めることが重要です。

更年期はセカンドステージへの転換期

閉経の前後10年を更年期といい、40代から女性ホルモンの低下などが原因で、さまざまな症状が現れます。婦人科などでは、ホルモン補充療法や漢方薬など、体質に合った治療を受けることができます。他の病気の可能性を見逃さないためにも医療機関などへの受診をお勧めします。

女性特有のがんに注意

女性特有のがんのうち、子宮頸がんは20代後半から、乳がんは40代から患者数が増えています。早期発見の場合、5年相対生存率（※）が子宮頸がんでは約95%、乳がんでは約99%と高く、治療の選択肢も増えてきます。そのため区では2年に1回、子宮頸がん検診は20歳から、乳がん検診は40歳から受けるよう案内しています。

また、乳がんの早期発見には日頃から乳房の状態を意識する生活習慣「ブレスト・アウェアネス」が大切です。詳細は、都ホームページ（右2次元コード）をご覧ください。



※がんと診断された人のうち5年後に生存している人の割合が、日本人全体で5年後に生存している人の割合に比べてどのくらい低いかを表す。

女性の健康パネル展示会

☎3月3日(月)・4日(火)午前8時30分～午後4時 ☎区役所1階ロビー

女性のためのトータル測定フェア

☎3月8日(土)①午前9時30分～午後0時30分②1時30分～3時30分 ☎杉並保健所(荻窪5-20-1) ☎測定会(骨密度・唾液・野菜摂取量・体組成・内臓脂肪・口コモ度ほか)、動画上映、パネル展示 ☎区内在住・在勤で20歳以上の女性 ☎①60名②40名(いずれも申込順)

☎申し込みフォーム(右2次元コード)から、3月7日までに申し込み



▶ 乳がんと仕事の両立についての動画をYouTube杉並区公式チャンネルで公開しています



意見募集の結果をお知らせします

いずれも策定に先立ち、「杉並区区民等の意見提出手続に関する条例」に基づき、「広報すぎなみ」①②6年10月1日号③12月5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3月16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（仮称）杉並区子どもの権利に関する条例（骨子案）

●意見提出期間=6年9月29日～10月31日 ●意見提出件数=38件（延べ84項目）

●閲覧場所=子ども家庭部管理課（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
 〇子ども家庭部管理課子ども政策担当

頂いたご意見（概要）	区の考え方（概要）
保護者などの役割の部分は、保護者だけではなく、子ども関係施設の職員・区民・事業者が主体となっていることがとても重要なので、あえて「保護者等」とまとめないでほしい。	子どもの権利を保障するために、保護者をはじめ各主体が重要であると認識しています。それぞれの役割を個別に定める修正を行うとともに、普及啓用のリーフレットなどで分かりやすく伝えていきます。
「意見を聴かれる権利」の、「ボランティア活動や地域行事への参加など」という記述については、子どもの社会的活動を限定するように読み取れ、違和感を覚える。後述される「多様な社会的活動」で十分なため、削除してほしい。	子どもを含む全ての区民の皆さんに、多様な社会的活動を分かりやすく伝えるための一例として記載したものです。参加する活動を特定する意図はありませんので、例示を削除します。
子どもの権利を保障するための具体的な施策は、条例の中でも特に重要になってくると思う。ぜひこの仕組みを実体化して継続的に見直しながら運営してほしい。	子どもを権利の侵害から救い解決していくことは、解決手段を持たない子どもにとって大切なことであると考え、子どもの権利救済委員会を設置します。子どもの権利救済委員は、権利侵害に関する相談について子どもや保護者の気持ちを受け止め、子どもにとって最も善い解決方法を一緒に考え解決に向けた支援を行います。

②（仮称）杉並区いじめ防止対策推進条例（骨子案）

●意見提出期間=6年9月29日～10月31日 ●意見提出件数=11件（延べ15項目） ●閲覧場所=庶務課（区役所東棟6階）

〇庶務課

頂いたご意見（概要）	区の考え方（概要）
知らず知らずのうちに相手を傷つけるような言動の事例をクラスで話し合い理解を深めることができる機会を、年1回程度設けるのがよいのではないかと。また、話し合いが確実に実施されるよう、文書で全ての小中学校などに通知して実効性を保ってほしい。	区立小中学校で年3回以上のいじめに関する授業を行うよう、「杉並区いじめ防止対策推進基本方針」「いじめ対応マニュアル」に示しています。道徳の授業では、いじめをテーマに話し合うことも行っています。
いじめを防止するためには、先生や周りの人がよく見てあげることが大切だと思う。一番いけないのが見て見ぬふりである。	学校では、教職員による日常の見守りはもちろん、アンケートなどに児童・生徒が書いた情報を複数で確認するなど、組織的な体制をとっています。また、いじめを受けた子どもや行った子どものみならず、傍観したり周りに居たりした子どもに対しても、日頃から指導を行っています。
この内容はいじめの防止にはなっておらず、全て対処になっている。根本的ないじめが起きるのかということに一切触れていない。もっと根本に踏み込んだ対策を考えないと時間の無駄だと思う。例えば学校・受験・塾・習い事で忙しい子どもたちはストレスで一杯である。	いじめの防止も非常に重要であると考えていますので、教育活動を通じた道徳教育・体験活動などの充実を図ることとしています。また、子どもが抱えるストレスについては、いじめに限らず不登校などの問題に発展する可能性もあることから、スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカーといった心理・福祉の専門職とも連携しながら、支援していくことが重要と考えています。

③杉並区建築物への再生可能エネルギー利用設備の設置の促進に関する計画（案）

●意見提出期間=6年12月3日～7年1月6日 ●意見提出件数=9件（延べ23項目） ●閲覧場所=建築課（区役所西棟3階）

〇建築課

頂いたご意見（概要）	区の考え方（概要）
ぜひこの内容で施行してほしい。建築士が使うことのできる区のリーフレットには、電気代がお得になることなどに加え、背景にある温暖化の現状についても言及してほしい。	ご意見を踏まえ、計画の取り組みを進めていきます。また、リーフレット作成時の参考にさせていただきます。
太陽光パネルは20～30年で大量の廃棄物として処理不能となり環境問題を引き起こすだろう。「建築物再生可能エネルギー利用促進区域制度」の導入そのものに反対する。	都の「太陽光発電設置解体新書」に記載のとおり、太陽光パネルはリサイクルが可能であり、首都圏にも複数のリサイクル施設があります。太陽光発電パネルの戸建住宅などへの設置は、効果的に再生可能エネルギーの導入拡大を図ることができるため、建築物再生可能エネルギー利用促進区域制度の導入は必要と考えています。

