

広報 すぎなみ

Suginami



みどり豊かな 住まいのみやこ

2/15  
令和7年(2025年)  
No.2398

伝統の彫金技術で  
生み出す繊細美。

都が指定する伝統工芸品の一つ、東京彫金。日本画の筆使いさながらの、繊細な彫りの表現が特徴的な伝統工芸に30年以上にわたって取り組み続けるのが、区内在住の彫金家・小川真之助さんです。今回は、家業である彫金家の道へ進み、長く続けてきた背景にどのような思いがあるのかなどを伺いました。



特集

人  
すぎなみピト

彫金家  
小川  
真之助

〒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・申し込み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(右二次元コード)をご覧ください。



# 人の手で作るからこそできる彫金を追求したい

## 繊細であか抜けたデザインが魅力の東京彫金

—小川さんが取り組む東京彫金とはどのようなものですか？  
彫金とは伝統的な道具であるたがねを用いて金属を彫る金属彫刻で、中でも都が指定する伝統工芸品の東京彫金は、繊細かつあか抜けた図案と彫りが魅力です。華美になりすぎない上品な輝きも特徴で、使い込むことで風合いの変化を楽しめます。

原料となる銀・金・銅などの金属は、彫りの細かさや細工によって硬さを調節するために、配合して地金を作り、図案に合わせて切り出します。彫金の工程で使用するのが半球状の鉄製のヤニ台。松ヤニを溶かし地金を貼り付けて固定し、彫りを施していきます。

—作業場にたくさんの鑿がありますが、全部で何本くらいあるのですか？

数えたことはありませんが、おそらく1000本は超えているのではないのでしょうか。鑿は先端の形状・太さ・大きさが1本1本異なります。図案を描き、その彫りを施すために必要な鑿を手持ちのものから探すこともあれば、新たに作ることも多いので、どんどん蓄積されていきます。中にはその作品限りでしか使わないものもあります。



—図案はどのように決めていくのですか？

図案のモチーフのベースは花鳥風月。特定のを依頼されたとき以外は、自分がそのときにいいなと感じたものをモチーフとして選ぶため、外ではアイデアを探しているいろいろなものを見るようにしています。祖父の代から続く小川彫金では特に図案の柔らかさにもこだわっていて、かわいらしさやクスツと笑えるような要素を意識した作品が多いです。とはいえ、最初に図案を決めても、彫ってみないと分からないこともあって。立体化させることを肉彫りと呼びますが、彫り進めるとそれがうまくいかず「この図案は肉になりにくいな」なんて言い方を昔からよくしています。そんなときは途中でやめて、もう一度最初からやり直すことも少なくありません。

—小川さんはどのような作品を作ることが多いですか？

さまざまなアイテムを作りますが、やはりブローチやペンダントといった装身具の需要は高いですね。最近は着物の帯留めも人気があります。帯留めは粋な世界のもので、着物の中でも遊びの部分ですから、作り手としても制作が特に楽しいアイテムです。

## 彫金が身近にあった子ども時代。自然と自身もその道へ

—子ども時代は彫金にどのような印象を持っていましたか？

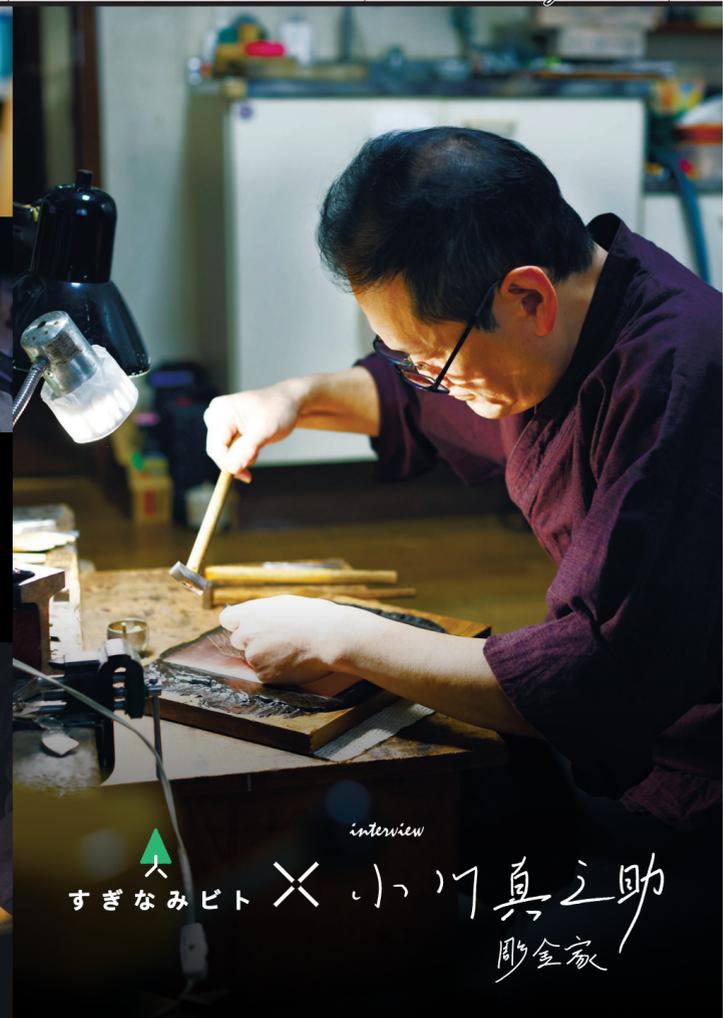
祖父の代から彫金に取り組む小川家に生まれ、祖父と父が彫金をしているのが当たり前環境だったので、特別な意識はありませんでした。当時はまちにいろいろな職人がいて、「そのうちの一つだな」くらいの感覚。生活と仕事が地続きにあるので、仕事場に入って祖父や父のそばで何かをしている時間が長かったです。その辺に転がっている道具で遊んだり、模型を作ったり。夏休みにのんびり寝ていると金槌を打つ音が聞こえてきて、その音で目が覚めるんです。あの音の感覚は子ども時代の強い記憶として残っています。松ヤニのおいも常に家中に充満するので、それも記憶の一つですね。

—自身も彫金家の道へ進むことを決めたのはいつだったのですか？

自分もやろうと思ったタイミングは、はっきりとしていません。祖父や父に「やりなさい」と言われたことは一度もなく、彫金をやることは僕にとって自然なことだったんです。学生時代から手伝いはしていましたが、本格的に始めたのは大学卒業後の22歳。それまで日常的に見てきた仕事をそのままできるところからサポートしていく形で始めました。やっていく中で少しずつできる範囲を広げていき、一通りの技術を習得していきました。彫金には多くの工程があり、昔から分業制で絵付けの人、彫りの人、仕上げの人など分担することも珍しくなかったようですが、小川彫金は「自分の作品として世に出すからには仕上げま



プロフィール：小川真之助（おがわ・しんのすけ） 昭和42年東京生まれ。平成2年より、祖父・英鳳（日展審査員）、父・健次郎のもとで美術工芸・彫金を本格的に学び始める。平成14年に「東京都伝統工芸産業振興 功労者 都知事感謝状」を受賞する。平成19年には、東京都伝統工芸士に認定される。令和5年から日本彫金会会長。



interview  
すぎなみピト × 小川真之助  
彫金家

で必ず自分で」という祖父の教えが根付いているので、全ての工程を自分で行っています。

—彫金の難しさ・面白さはどのようなところにあると感じますか？

仕上げでいぶし銀を作り上げるには、一度真っ黒にしたところから磨いて落していくのですが、この工程は特に作り手の気持ちに左右される部分です。昨日の段階で「これがいい」と思っていた、今日見て「いい」と感じるとは限らない。どのくらいの色の深さを求めるのが、そのときのその人の感覚に完全に委ねられます。だからこそ、作品に正解も終わりもないという難しさがあって、機械ではなく人の手で作るということの良さではないでしょうか。判で押したように同じものができないのが、彫金作品の面白さでもあります。

—彫金に向き合う上で特に大切にしていることは何ですか？

人の手で作るからこそできる作品を追求し、「小川彫金はこれです」と言えるものを体現すること。そこだけは絶対に失わないで大切にしたいと思っています。また、自分が作った作品に責任を持つこと。作品を手から離れたらおしまいではなく、祖父や父が作った作品も含めて、何かあったらいつでも修理・補修・改修できるとお客さんに伝えてあります。先日も古くからのお客さんの要望で、父が作ったブローチを帯留めに改修しました。

## 振り返ったときに変化を感じられる彫金家人生を

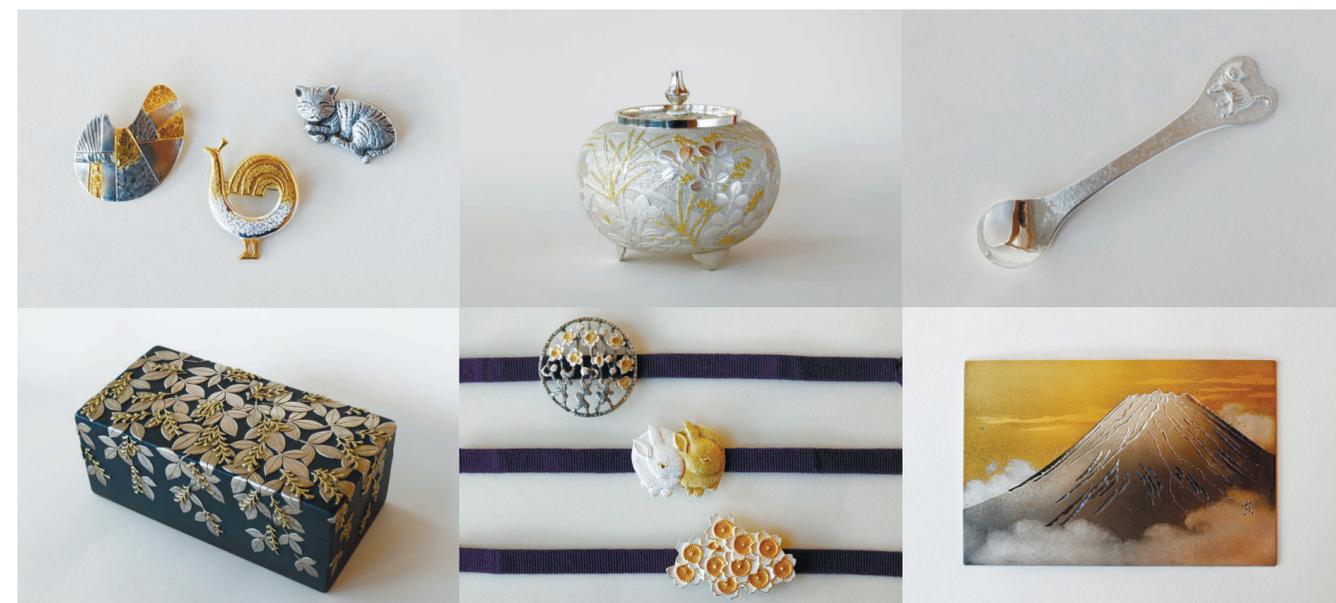
—長く彫金を続けてきたその原動力は何だと思えますか？

根幹には当然「これしかできない」という思いもあるし、「この仕事は誰もができないことではない」という思いもあります。伝統工芸という世界

に長く身を置いている限り、プライドを持たなければ仕事としては続けられないので、それが原動力の一つであることは確かです。一方でプライドだけでなく、お客さんに作品を求められ、喜んでもらうことが次へのモチベーションにもなっています。彫金技術に終わりはないので、続けている間はずっと追求し続けていこう。ただ、彫金を始めた頃などの過去の作品が今よりも劣っているかという、そうとも言えないのが不思議なものです。後で作品を振り返ると、そのときの自分にしか作れなかったのだと感じられるから面白いと思います。

—彫金家としてのこれからをどのように思い描きますか？

彫金家というのは、ある日突然インベーションが起きて何かが変わるとい仕事ではないので、長く続けていく中でふと振り返ったときに、こんな風が変わってきたんだと感じられればいいのかなと思います。今は亡き職人たちの作品が今でも私たちを楽しませてくれているように、たとえ伝統そのものが途絶えても、作品は残っていく。そのことを忘れず、今後も彫金と向き合い続けていければと思います。



YouTubeで  
配信中!

すぎなみピト  
MOVIE

すぎなみピト「小川真之助さん」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

#### 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	ものわすれ相談	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。掛け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 ☎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「リーフぽけっと」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 場リーフぽけっと(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▶匿名分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 場区役所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 場杉並保健所(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 区区内在住・在勤で20歳以上の女性 定

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。根本的ななげ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。



### 地域区民センター協議会が企画する催し・講座など

# コミュニティー通信

詳細・問い合わせは、各地域区民センター協議会へ  
(月～金曜日午前8時30分～午後5時〈祝日、年末年始を除く〉)

毎月15日号に掲載

#### 井草地域区民センター協議会

〒167-0022下井草5-7-22  
☎3301-7723  
HP<https://www.igusahome.org/>  
おもちゃの病院  
☎2月22日(土)、3月8日(土)午後1時30分～3時 場同センター 師杉並おもちゃドクターズ・片岡末廣ほか 費実費 他1組1点  
春まつり  
☎3月2日(日)午前10時～午後3時 場四宮区民集会所(上井草2-28-13) 内作品展示・綿あめ・缶バッジ・ゲーム・工作教室ほか  
初めての鉛筆画  
☎4月26日(土)午後1時～3時 場同センター 師鉛筆画講師・藤まなみ 対小学5年生以上の方 定10名(抽選) 費1000円 申往復はがき(9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=3月25日 他長寿応援対象事業

#### 西荻地域区民センター協議会

〒167-0034桃井4-3-2  
☎3301-0815  
HP<https://nisiogi-kyogikai.org/>  
観て・遊んで・体験して「西荻センターまつり」  
☎3月1日(土)午前11時～午後5時・2日(日)午前10時～午後3時 場同センター 内楽器演奏・鉄道模型・模擬店・縁日コーナーほか 費一部有料 他自転車での来場不可  
荻窪地域区民センター協議会  
〒167-0052南荻窪2-28-13荻窪会議室1階  
☎3398-9127  
HP<https://ogikubokyougikai.sakura.ne.jp/>  
地域交流会「こみゅに亭カフェ」～川柳を楽しんでふれ合おう  
☎3月1日(土)午後2時～3時30分 場荻窪会議室(南荻窪2-28-13) 師暮田真名

定20名(抽選) 費200円 申往復はがき(9面記入例。2名まで連記可)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=2月22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  
HP<https://www.asagaya-kyogikai.org/>  
あさがや区民センターまつり  
☎3月9日(日)午前10時～午後3時 場同センター 内ダンス・バンド・コーラスなどの発表、作品展示、リサイク

ル本の配布、模擬店ほか

#### 高円寺地域区民センター協議会

〒166-0011梅里1-22-32  
☎3317-6614  
HP<https://www.koenji-kyogikai.org/>  
地元杉並能楽堂で観る狂言  
☎3月26日(水)午後2時～4時 場杉並能楽堂(和田1-55-9) 師大蔵流狂言方・山本東次郎 定80名(抽選) 費2000円 申往復はがき(9面記入例。2名まで連記可)で、3月10日までに同協議会 他長寿応援対象事業

2月15日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは

## 強盗・空き巣から我が家を守る 杉並区の防犯診断事業



全国各地で頻発する強盗事件。周到に準備し、宅配便や工事業者を装うなど手口も巧妙化しています。今回は、こうした強盗の被害に遭わないための防犯対策についてお伝えします。



#### ● 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)



☎広報課報道係

## 群馬県東吾妻町物産展

区の交流自治体である群馬県東吾妻町の特産品・農産物を販売します。

—— 問い合わせは、東吾妻町まちづくり推進課☎0279-68-2111へ。

**日時** 2月27日(木)午前10時～午後2時 (売り切れ次第終了)

**場所** 区役所中杉通り側入り口前

他マイバッグ持参



## 杉並区手話通訳者派遣利用者懇談会



区の手話通訳者派遣を利用している方と手話通訳者および派遣業務を行っている担当者との意見交換を実施します。

**日時** 3月20日(祝)午後2時～4時

**場所** 区役所第5・6会議室(西棟6階)

☎区内在住で過去2年以内に「杉並区手話通訳者派遣事業」を利用したことがある方(杉並区聴覚障害者協会会員、杉並区中途失聴・難聴者の会会員を除く) 定20名(申込順) 申申込書(区ホームページ同案内(右2次元コード)から取り出せます)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)から申し込み/申込期限=3月5日 同同係 他手話通訳・要約筆記あり



### 区民が創る情報サイト すぎなみ学倶楽部



杉並アニメーションミュージアム名誉館長

日本を代表する漫画家となった仲間たちとトキワ荘で過ごし、23歳でアニメの世界に飛び込んだ鈴木伸一さん。今もアニメに関わる活動を続けています。ぜひ、杉並アニメーションミュージアムで、アニメ制作などを体験してみませんか?

詳しくは  または



☎産業振興センター観光係☎5347-9184

## 地域活動の鍵は情報! 「トル・ダス・ツナグ」

地域活動に必要な情報の取得・発信・活用のコツをミニゲームや身近な事例トークを通して学ぶ講座です。

**日時** 3月12日(水)午後6時～8時30分

**場所** セシオン杉並(梅里1-22-32)

☎区内在住の方ほか 定40名(申込順) 申申し込みフォーム(右2次元コード)から、3月4日までに申し込み 同社会教育センター☎3317-6621 他協力=NPO法人TFF



# イベントひろば

## EVENT PLAZA

### 催し

#### シニアのための就業・起業・地域活動個別相談

時 3月1日(土)午前9時～午後5時 場 ゆうゆう高円寺南館(高円寺南4-44-11) 師 相談員・久野哲、小川裕子 対 区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方 申 電話・Eメール(記入例)で、ゆうゆう高円寺南館☎5378-8179✉takebouki\_suginami@tempo.ocn.ne.jp 他1人45分程度

#### 炭焼き体験会

時 3月1日(土)午前10時～午後4時=炭焼き窯見学、飾り炭づくり、しいたけ菌打ち体験▶2日(日)午前10時～11時=窯出し(雨天・強風時は中止・順延) 場 柏の宮公園(浜田山2-5-1) 間 みどり公園課みどりの協働係 他 車での来場不可



#### 春のタベ 大人のお話会

時 3月1日(土)午後4時30分～6時 場 西荻図書館 師 同図書館語りの会 対 中学生以上の方 定 30名(申込順) 申 電話または直接、2月16日から西荻図書館(西荻北2-33-9☎3301-1670)

#### 浜田山おやこ演劇フェスティバル

時 3月2日(日)午後1時30分～3時45分 場 浜田山会館(浜田山1-36-3) 内 人形劇・和太鼓・日舞などの発表 間

子ども・子育てプラザ成田西☎3391-1857

#### かたりと和らいぶ 阿佐ヶ谷de太幸

時 3月2日(日)午後3時～4時30分 場 阿佐谷図書館 師 語りと和楽の芸人衆(かたりと) 対 中学生以上の方 定 30名(申込順) 申 電話または直接、2月22日から阿佐谷図書館(阿佐谷北3-36-14☎5373-1811)

#### 陽春柿木寄席

時 3月8日(土)午後2時～4時 場 柿木図書館 師 杉並江戸落語研究会 対 小学生以上の方 定 25名(申込順) 申 電話または直接、柿木図書館(上井草1-6-13☎3394-3801)

### 講演・講座①

#### 地域公開講座「コミュニケーションを取りづらい人とかかわり方のコツ」

時 3月3日(月)午後1時30分～3時30分 場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 師 NPO法人I am OKの会理事長・林田道子 対 区内在住・在勤・在学の方 定 50名(申込順) 申 電話で、2月25日までに杉並区社会福祉協議会生活支援課ささえあい係☎5347-3131

#### 管理栄養士による生活習慣病予防のためのミニ講座

時 場 ①3月6日(木)=高血圧の予防は、まず減塩から!(高井戸保健センター<高井戸東3-20-3>) ②14日(金)=血液の中性脂肪、コレステロールを減らそう!(荻窪保健センター<荻窪5-20-1>) ③18日(火)=気になる血糖値改善の食事対策!(高円寺保健センター<高円寺南3-24-15>) / いずれも午前10時～10時45分 対 区内在住・在勤・在学で74歳以下の方 申 電話で、①

### はがき・ファクス・Eメール申し込み記入例

申込先の住所・ファクス番号・Eメールアドレスは、各記事の申 電話でご確認ください。住所が記載されていないものは、区役所〇〇〇課(〒166-8570阿佐谷南1-15-1)へお申し込みください。

※往復はがきの場合は返信用の宛先も記入。託児のある行事は託児希望の有無、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

高井戸保健センター☎3334-4304②荻窪保健センター☎3391-0015③高円寺保健センター☎3311-0116

#### 高次脳機能障害者支援セミナー「子どもの高次脳機能障害について」

時 3月8日(土)午後1時30分～3時30分 場 杉並保健所(荻窪5-20-1) 師 高次脳機能障害の子どもを持つ家族の会ハイリハキッズ代表・中村千穂 定 50名(申込順) 申 電話・Eメール(記入例)で、障害者生活支援課地域生活支援係☎3332-1817✉s-sien@city.suginami.lg.jp。または申し込みフォーム(区ホームページ同講座案内にリンクあり)から申し込み/申込期限=3月5日 他 配慮が必要な方は2月26日までに要連絡

#### 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」

時 3月8日(土)・25日(火)午後1時30分～4時25分 場 高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) 対 区内在住で60歳以上の方 定 各10名(申込順) 申 電話で、高齢者施策課いきがい活動支援係 他1人30分程度

#### 金田一耕助と明智小五郎～正史と乱歩のあゆみ

時 3月8日(土)午後2時～3時30分 場 下井草図書館 師 さいたま文学館所属芸員・加藤光男 対 中学生以上の方 定 30名(申込順) 申 電話または直接、2月17日から下井草図書館(下井草3-26-5☎3396-7999)

#### 【家庭教育講座】おうち性教育～子どもを守る第一歩

時 3月11日(火)午後2時～3時30分 場 区役所第4会議室(中棟6階) 師 NPO法人ピルコン理事長・染矢明日香 対 区内在住・在勤で小中学生の保護者 定

40名(申込順) 申 電話で、学校支援課家庭・地域教育担当☎5307-0759。または申し込みフォーム(区ホームページ同講座案内にリンクあり)から申し込み/申込期限=3月9日

#### 聴覚障害と手話の理解を深める研修

時 3月14日(金)午前10時～正午 場 区役所第4会議室(中棟6階) 師 杉並区聴覚障害者協会、杉並区中途失聴・難聴者の会、杉並区手話通訳者連絡会 定 70名(申込順) 申 申込書(区ホームページ同講座案内から取り出せます)を、障害者施策課事業推進係☎3312-8808へ郵送・ファクス・持参。または申し込みフォーム(区ホームページ同講座案内にリンクあり)から申し込み/申込期限=3月3日 間 同係 他 手話通訳・要約筆記あり

#### 児童文学講演会「ムーミン誕生秘話と作者トーベ・ヤンソンの想い」

時 3月15日(土)午後2時～3時30分 場 中央図書館(荻窪3-40-23) 師 元講談社編集者・横川浩子 定 40名(抽選) 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、2月25日までに申し込み 間 中央図書館事業係☎3391-5754 他 結果は2月28日に公開

#### マクラメ手芸講座「花模様ガラスを使ったネックレス」

時 3月23日(日)午前10時～正午 場 高齢者活動支援センター 師 日本マクラメ普及協会・田中公代 対 区内在住で60歳以上の方 定 30名(申込順) 費 1800円 申 電話または直接、2月27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)

#### 休日パパママ学級・休日母親学級

◆休日パパママ学級 時 4月5日(土)・6日(日)・20日(日)午前=9時30分～正午▶午後=1時30分～4時(20日は午後のみ) 内 妊娠・出産の話、産後の心と体の変化、抱っこ・おむつ替え・もく浴の仕方ほか 対 区内在住の初産で実施日時点妊娠24週～36週6日のカップル 定 各24組

#### ◆休日母親学級

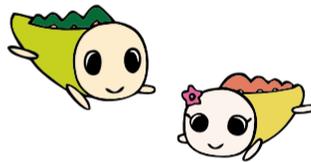
時 4月20日(日)午前9時30分～正午 内 妊娠中の過ごし方、お産の流れ、母乳・産後の話ほか 対 区内在住で初産の方 定 40名

…… いずれも ……

場 子ども・子育てプラザ成田西(成田西3-10-38) 師 助産師ほか 申 ポピズプロフェッショナルIP [https://poppins-education.jp/parentsclass\\_suginami/](https://poppins-education.jp/parentsclass_suginami/)から、3月5日までに申し込み 間 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3月14日までに通知。応募者多数の場合は出産予定日などで調整。持ち物は決定通知を参照。車での来場不可

## 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
和田館(和田1-41-10 ☎FAX 3384-3751)	チャリティーバザー	3月8日(土)午前10時30分～午後2時30分
高円寺南館(高円寺南4-44-11 ☎FAX 5378-8179)	初歩から楽しく学ぶ ハワイアンフラ★	3月13日から毎月第2・4木曜日、午前10時～午後1時30分 師 長沼知恵子 定 各20名(申込順) 費 各500円
上高井戸館(高井戸東2-6-17 ☎FAX 3306-0441)	岡田照男監督 ドキュメンタリー映画「しあわせな日々」を語る会	3月30日(日)午後2時～4時 定 35名(申込順) 他 終了後に交流会あり
桃井館(桃井1-35-2 ☎FAX 3399-5025)	手作りランチを皆で いっしょにいただきますか 「おたのしみ昼食会」★	毎月第2金曜日、午前11時～午後1時 定 各15名(申込順) 費 各700円
高井戸東館(高井戸東3-14-9 ☎FAX 3304-9573)	みんなで歌って楽しい歌声さろん★	毎月第2・4金曜日、午後3時～4時30分 定 各20名(申込順) 費 各600円
下高井戸館(下高井戸4-19-6 ☎FAX 3302-2161)	「歌活」ピアノ伴奏でみんなで 歌って心もからだも元気に★	毎月第3土曜日、午前10時～11時30分 師 角南敬子 定 各15名(申込順) 費 各500円

※申し込み・問い合わせは、各ゆうゆう館へ。第3日曜日は休館です。★は長寿応援対象事業。

※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。

講演・講座②

就労支援センター

◆就労支援センターの上手な活用法(施設説明会)

開3月1日(土)午前10時～11時 場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 対 求職中の方 定5名(申込順) 申 電話で、同センターすぎJOB。または申し込みフォーム(区ホームページ同講座案内にリンクあり)から申し込み 他 当日参加可

◆爽やかな自己主張ができる人になる職場で自分らしさを表現する

開3月3日(月)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

◆面接のポイント(オンライン面接対策含む)自己PRのコツを学ぶ

開3月5日(水)午前10時～正午 場 オンラインで実施 師 人事コンサルタント・高橋健太郎 対 54歳以下で求職中の方 定20名(申込順) 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)から申し込み

◆ミドルシニアが考える人生100年時代 75歳までの働き方

開3月7日(金)午後1時～4時 場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 師 1級キャリアコンサルティング技能士・江森富雄 対 おおむね45歳以上で求職中の方 定18名(申込順) 申 電話で、同センターすぎJOB

◆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

開①3月10日(月)②24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・日坂元娘ほか 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」

開3月12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

◆仕事への活力を生む習慣化 あなたの望む自分になる自己管理法

開3月15日(土)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

..... いずれも ..... 開 就労支援センターすぎJOB ☎3398-1136

荻窪保健センター

◆認知症のリスクを減らそう～希望をもって自分らしく暮らし続けるために

開3月10日(月)午後2時～4時 場 区役所第4会議室(中棟6階) 師 認知症介護研究・研修東京センター作業療法士花田健二 対 区内在住・在勤の方 定80名(申込順) 申 電話で、荻窪保健センター

◆男性料理教室(入門編)

開3月11日(火)午前10時～午後1時 場 同センター 内メニュー=赤飯、豆腐の肉巻き、菜の花サラダ、プリン 師 管理栄養士・中村直美 対 区内在住・在

勤の男性 定8名(申込順) 費700円 申 電話で、2月17日～3月3日に同センター 他 エプロン・三角巾・布巾持参 ▶企画=荻窪・上井草健康づくり自主グループ

◆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。

開 下表のとおり 対 区内在住の65歳以上で当日に介助の必要がない方 申 電話で、荻窪保健センター 他 お持ちの方は、はつらつ手帳持参。長寿応援対象事業

Table with 2 columns: 会場, 日時・定員(申込順)など. Rows include 井草地域区民センター, 和泉保健センター, ゆうゆう高井戸西館, ゆうゆう永福館, 荻窪保健センター, 高井戸保健センター.

..... いずれも ..... 開 荻窪保健センター(荻窪5-20-1 ☎3391-0015)

環境活動推進センター

◆ソーラーランタン工作教室～親子で学ぼう! エネルギーの創・蓄・省

開3月15日(土)午前10時～11時30分 師 パナソニック エレクトリックワークス社・鈴木亜紀 対 区内在住・在学で小学3～6年生とその保護者 定10組20名(抽選) 費1400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、2月27日までに申し込み 他 マイバッグ持参

◆思い出のネクタイを使ってネックレス作り

開3月23日(日)午前10時～正午 対 区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 定10名(抽選) 費700円 申 電話・Eメール(9面記入例)で、3月6日までに同センター 他 裁縫道具一式・30cmものさし持参。長寿応援対象事業

◆手作り乾電池で子供と楽しくリサイクルを学ぼう

開3月29日(土)午前10時～正午 師 JBRC 担当部長・竹原定 対 区内在住・在学の小学3～6年生(保護者同伴可) 定10名(抽選) 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13日までに申し込み 他 マイバッグ持参

..... 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@ecosuginet.jp <水曜日を除く>)

スポーツ

競技大会

東京都スポーツ大会予選

◆硬式テニス

開3月9日(日)午前9時(予備日=3月15日(土)) 場 松ノ木運動場(松ノ木1-3-22) 内 種目=男子・女子ダブルス 対 区内在住・区テニス連盟会員(高校生以下を除く) 定48組(抽選) 費1組2000

円 申はがき(9面記入例。2名まで連記可)に所属クラブも書いて、3月1日までに区テニス連盟・吉永節子(〒166-0015成田東2-33-13-301) 申 吉永 ☎090-4528-5523 (午後7時～9時)

◆アーチェリー

開3月9日(日)午前9時～午後5時=1次選考会▶23日(日)午前9時～午後1時=2次選考会 場 TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 内 種目=ターゲット・リカーブ(一般男子・女子) 対 区内在住で18歳以上の方、区アーチェリー協会会員(高校生・学連加入者を除く) 定32名(申込順) 申 Eメール(9面記入例)に性別も書いて、2月25日までに区アーチェリー協会・井口 ☒yoshinoigu@pony.ocn.ne.jp 申 井口 ☎090-2416-8379

◆バレーボール

開3月23日(日)午前9時～午後7時 場 TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 内 種目=一般男性・女性(いずれも9人制) 対 区内在住・在勤の方で編成されたチーム(大学の登録チーム、高校生以下を除く) 費1チーム5000円 申 申込書(区体育施設で配布。区バレーボール協会ホームページからも取り出せます)を、3月7日までに同協会・松井史江(〒167-0023上井草3-13-3 ☒svakyougibu@gmail.com)へ郵送・Eメール 申 松井 ☎090-4077-6843

スポーツ教室

ビーチスポーツイベント

開3月9日(日)午後2時～4時30分(雨天中止) 場 TAC杉並区永福体育館(永福1-7-6) 内 ビーチフラッグス・しっぽ取りほか 申 スポーツ振興課事業係 他 小学3年生以下は保護者同伴

ふれあいスポ・レク体験会

開3月16日(日)午前10時～午後3時 場 高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) 内 eスポーツ、デフ卓球・陸上、モルック、卓球パレー、ペガール、手話ダンス 申 杉並区スポーツ振興財団 ☎5305-6161 他 上履き持参。障害の有無にかかわらず参加可。出入り自由

ビーチテニス体験会

開3月20日(祝)①午後2時30分～3時30分②3時40分～4時40分 場 TAC杉並区永福体育館(永福1-7-6) 対 区内在住・在勤・在学の①小学4年生～中学生②高校生以上の方 定各24名(申込順) 申 TAC杉並区永福体育館ホームページで、3月1日から申し込み 申 同体育館 ☎3328-3146 他 靴下持参

荻窪体育館

◆子どもHIPHOPスクール

開4月3日～6月19日の木曜日①午後5時～6時②6時～7時(5月1日を除く。各計11回) 師 emi, Aya 対 区内在住・在学の7年度小学①1～4年生②5年生～中学生 定各若干名(抽選) 費各月1万4850円(別途ユニフォーム代)

◆bjジュニアバスケットボールスクール

開4月3日～6月19日の木曜日、午後5時～7時(5月1日を除く。計11回) 師 bjアカデミーコーチングスタッフ 対 区内在住・在学の7年度小学3～6年生 定若干名(抽選) 費1万5950円

◆なぎなたKids&Junior

開4月5日・12日、5月10日・31日、6月

7日・21日/いずれも土曜日、午後1時～2時・2時～3時 師 杉並区なぎなた連盟 対 区内在住・在学の7年度小学生～高校生 定各8名(抽選) 費各5100円

◆初心者向け子どもバレエ教室

開4月7日～6月16日の月曜日①午後4時～4時50分②5時～6時(5月5日を除く。各計10回) 師 REI 対 区内在住・在園・在学の7年度①年中・年長②小学1～3年生 定各若干名(抽選) 費各1万3500円

◆子ども総合スポーツ教室

開4月7日～6月16日の月曜日①午後5時～5時50分②5時55分～6時45分(5月5日を除く。各計10回) 師 Biima sports 対 区内在住・在園・在学の7年度①年長～小学2年生②小学3～5年生 定各若干名(抽選) 費各2万2000円

◆子どもチアリーディング

開4月8日～6月20日の火・金曜日①午後4時～5時②5時～6時③6時～7時(4月29日、5月2日・6日・30日を除く。各計9回) 師 諏訪千尋、濱名和美 対 区内在住・在園・在学の7年度①年長・小学1年生②2・3年生③4・5年生 定各若干名(抽選) 費各1万2150円(別途ユニフォーム代)

◆子ども体操教室

開4月9日～6月11日の水曜日①午後3時40分～4時30分②4時40分～5時30分(第3水曜日を除く。各計8回) 師 齊藤なみゑ 対 区内在住・在園・在学の7年度①年中・年長②小学1～3年生 定①10名②12名(いずれも抽選) 費各1万800円

..... いずれも ..... 場 荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2 ☎3220-3381) 申 往復はがき(9面記入例)で、同体育館。または同体育館ホームページから申し込み/申込期限=2月28日

高円寺みんなの体育館

◆ヨガ初級

開3月1日～29日の毎週土曜日、午後7時15分～8時35分 師 今田直樹 定各16名(申込順) 費各1000円 申 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

◆リフレッシュ体操&リラックスヨガ

開3月3日(月)・17日(月)・31日(月)午前11時15分～午後0時15分 師 植村まき 定各16名(申込順) 費各800円 申 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

◆楽しく健康タイム

開3月4日(火)・18日(火)・25日(火)①午前11時～正午②正午～午後1時 内 ①アロマヨガ②アロマヨガ&ストレッチ 師 植村まき 定各70名(先着順) 費各410円。①②連続受講610円

◆小さなボールでセルフメンテナンス

開3月4日～25日の毎週火曜日、午後3時10分～4時10分 師 HIKARU 定各16名(申込順) 費各800円 申 電話で、実施日7日前から同体育館

..... いずれも ..... 場 高円寺みんなの体育館(高円寺南2-36-31 ☎3312-0313) 対 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く)

TAC杉並区上井草スポーツセンター

◆プレキッズ&マミーサッカー教室

時3月5日(水)・12日(水)・19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)・在園の①2歳②3・4歳の子どもとその保護者 定各15組30名(申込順) 費各1組570円(子育て応援券利用可)

◆年少サッカー教室

時3月6日(木)・13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4歳になる子ども 定各15名(申込順) 費各800円

◆放課後エンジョイフットボール

時3月6日(木)・13日(木)①午後4時20分～5時20分②5時30分～6時45分 対①小学1～3年生②3～6年生 定各30名(申込順) 費各570円

◆幼児・児童のボールゲーム教室

時3月11日(火)・25日(火)①午後3時10分～3時55分②4時5分～4時50分 対①4歳～就学前の子ども②小学1～3年生 定各20名(申込順) 費各690円

◆スマイルサッカー教室

障害の有無に関係なく、みんなで楽しく運動する教室です。

時3月27日(木)午後5時30分～6時40分 師FC東京普及部コーチ 区内在住・在勤(保護者)・在学の小中学生、介助なしで歩くことができる障害児 定30名(申込順) 費690円

..... いずれも .....

場 間TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1 ☎3390-5707) 申同センターホームページで、2月22日から申し込み

杉並第十小学校温水プール

◆バタフライナイト

時3月7日(金)・21日(金)①午後7時～7時50分②8時～8時50分 内①初心者対象のバタフライ②フォーム完成と泳力アップ 師高巻美砂 区内在住・在勤・在学で15歳以上の①泳法によらず25m②バタフライで25m泳げる方(いずれも中学生を除く) 定各10名(申込順) 費入場料 申電話で、各実施日7日前の午前10時から同プール

◆アーティスティックスイミング教室 体験会

時3月22日(土)午後5時～7時 師小川みゆき 区7年度小中学生でクロール・背泳ぎ・平泳ぎのいずれも25m以上泳げる方 定20名(申込順) 費260円 申電話で、同プール

..... いずれも .....

場 間杉並第十小学校温水プール(和田3-55-49 ☎3318-8763) 他車での来場不可

スポーツハイツ

◆【女性の健康週間】ここからはじめよう運動習慣

時 内下表のとおり 区16歳以上の女性 定①各3名②～④各5名(申込順) 費①～③各1650円④770円 申電話で、同施設 区各実施日前日までに要登録

Table with 2 columns: クラス名, 日時. Rows include ①フリー遊泳, ②成人水泳(初・中・上級), ③アクアエクササイズ, ④骨盤エクササイズ.

◆チャレンジフィットネスday

時 内3月11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=マスターズ成人水泳(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 区高校生以上の方 定各5名(申込順) 費①③各1650円②770円 申電話で、3月9日までに同施設 他長寿応援対象事業

◆パパあつまれ、子育て応援運動講座

時3月20日(祝)①午前10時～11時②11時15分～正午 区①3歳～就学前の子ども②生後6カ月～2歳の子どもとその保護者 定各20組(申込順) 費各1組1650円(子育て応援券利用可(カード版応援券を除く) 申電話で、3月17日

までに同施設

..... いずれも .....

師スポーツハイツインストラクター 場 間同施設(堀ノ内2-6-21 ☎3316-9981)

高井戸温水プール

◆水曜夜間ヨガ教室

時4月9日～6月11日の水曜日、午後6時15分～7時15分・7時30分～8時30分(4月30日、5月7日を除く。各計8回) 師ヨガインストラクター・浦 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定各9名(抽選) 費各1万400円 申往復はがき(9面記入例)で、2月25日までに同プール

◆水中エクササイズ

時4月15日～7月9日の火・水曜日、午前10時～10時50分・11時～11時50分(4月30日、5月7日、6月17日・18日、祝日を除く。各計10回) 師区水泳連盟指導員 区内在住で16歳以上の方 定各20名(抽選) 費各7700円 申往復はがき(9面記入例)に性別・身長も書いて、3月10日までに同プール

◆障がい者①水中歩行②水慣れ水泳③水泳スキルアップ教室

時①4月26日、5月24日、6月14日②5月10日・31日、6月21日③5月17日、6月7日・28日/いずれも土曜日、午前

10時～11時(各計3回) 師区水泳連盟指導員 区内在住・在勤・在学の小学生以上で障害者手帳をお持ちで③は25m以上泳げる方 区各5名(抽選) 申往復はがき(9面記入例)に性別、障害の箇所・等級も書いて、3月10日までに同プール

◆①初心者②泳法上達③幼児④小学生12.5m⑤小学生25m完泳水泳教室

時4月28日～6月30日の月曜日①午前10時～10時50分②11時～11時50分③午後3時30分～4時20分④4時30分～5時20分⑤5時30分～6時20分(第3月曜日、祝日を除く。各計7回) 区内在住で①16歳以上の方②16歳以上でクロールの泳力が25m以上の方③4～6歳の就学前の子ども④クロールの泳力が12.5m未満の小学生⑤クロールの泳力が12.5m以上の小学生(③～⑤は要保護者送迎) 定①～④各20名⑤10名(いずれも抽選) 費①7700円②8400円③～⑤各1万1200円 申往復はがき(9面記入例)に性別・身長も書いて、3月10日までに同プール

..... いずれも .....

場 間高井戸温水プール(〒168-0072 高井戸東3-7-5 ☎3331-7841)

自分で決められるうちに備える!

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するために、制度の概要・利用の仕組みについて学ぶ講座です。

日時 3月12日(水)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 区内在住・在勤の方 定40名(申込順) 申 間電話で、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))

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

シェルム弦楽四重奏団 東京公演 3月16日(日)午後2時～4時/杉並公会堂/出演=木野雅之ほか▶曲目=福島弘和「鼓吹の桜」ほか/小学生以上の方/194名(申込順)/3500円ほか/申チケットぴあ(Pコード=287-677)ほか/区民14組28名を招待(抽選)=Eメール(9面記入例)で、2月28日までに同団 schelm.string.quartet@gmail.com 大人と子どもに贈る 春のコンサート 3月20日(祝)午前11時～正午・午後2時～3時/杉並公会堂/出演=なかむらりえ(歌)ほか/就学前の子どもとその保護者/各150名(申込順)/2500円。2～12歳500円(1歳以下膝上無料。子育て応援券利用可)/申 間電話・Eメール(9面記入例)に子どもの年齢・参加人数も書いて、ほんわか村事務局・高橋 ☎090-9809-8428 honwaka.accho.0315@

gmail.com

講演・講座 石けん作り体験 3月7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)/申 間電話・Eメール(9面記入例)で、3月3日までにすぎなみ環境ネットワーク ☎5941-8701 kouza@ecosuginet.jp(午前9時～午後5時(水曜日を除く)) /エプロン・マスク・軍手持参 歴史講演会「江戸西郊の武蔵野の開発について」 3月8日(土)午後1時30分～3時30分/高井戸地域区民センター/法政大学兼任講師・米崎清実/80名(先着順)/700円/申杉並郷土史会・幸田 ☎090-2436-1962 講演会「打ち返す力」 3月14日(金)午後6時～7時30分/杉並公会堂/東京五輪卓球混合ダブルス金メダリスト・水谷隼/1000名(申込順)/申 荻窪法人会ホームページから申し込み/申 間 ☎3392-1338 知って得! 肺がん外科治療の最新線 3月15日(土)午後3時～4時/杉並区医師会館(阿佐谷南3丁目)/新百合ヶ丘総合病院呼吸器センターセンター長・小田誠/80

名(先着順)/申 間杉並区医師会 ☎3392-4114(月～金曜日午前9時～午後5時) 東京衛生アドベンチスト病院健康セミナー「過活動膀胱」という病気 3月19日(水)午後2時～3時/東京衛生アドベンチスト病院(天沼3丁目)/同病院泌尿器科医師・加藤大貴/100名(先着順)/申 間同病院健康教育部 ☎3392-6151(月～金曜日午前11時～午後5時(金曜日は2時まで)) 講演会「子どもが一步を踏みだすとき」親子の和解と修復のものがたり 3月23日(日)午後1時30分～4時30分/阿佐谷地域区民センター/心理カウンセラー・内田良子/ひきこもりの子どもを持つ家族ほか/80名(申込順)/1000円ほか/申 間電話・Eメール(9面記入例)で、3月23日正午までにフリーランス杉並家族会 ☎090-4749-2497 freelance-suginami@gmail.ne.jp(月～金曜日午前9時～午後5時) 河北健康教室 からだに優しいがん放射線治療 3月24日(月)午前10時30分～11時30分/阿佐谷地域区民センター/河北総合病院放射線腫瘍科部長・唐澤久美子/80名(申込順)/申 間電話で、河北医療財団広報課 ☎3339-5724。または同財

団ホームページから申し込み(月～金曜日午前10時～午後5時(祝日を除く))

その他

春の火災予防運動 3月1日(土)～7日(金)▶2日(日)午前9時30分～午後1時=杉並消防署(阿佐谷南3丁目)/庁舎開放=特別救助隊の訓練披露、はしご車乗車体験(午前9時30分～9時45分。30組(当日抽選))、消防服の着装体験ほか/申 間杉並消防署予防課防火管理係 ☎3393-0119 税金なんでも相談会 3月5日(水)午後1時～4時/東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目)/9名(申込順)/申 間電話で、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 3月5日(水)午後1時～4時/区役所1階ロビー/申 間電話で、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 3月6日(木)午後1時～4時/申 間東京都宅地建物取引業協会第10ブロック① ☎3311-4999② ☎6407-9152(①実施日のみ) 中学校夜間学級生徒の募集 都内在住・在勤で15歳以上の方/申 間葛飾区立双葉中学校夜間学級 ☎3602-7979

※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。

## 杉並区気候区民会議シンポジウムの観覧者募集

区では、「2050年ゼロカーボンシティ」の実現に向けて、区民の皆さんの参加による気候変動対策を推進するため、杉並区気候区民会議を開催してきました。

今回は、会議の開催報告のほか、ごみ清掃芸人として活躍しているマシガンズ・滝沢秀一（右写真）による講演などを行います。この機会に気候変動対策の未来について一緒に考えてみませんか。



**日時** 3月20日(祝)午後1時30分～4時 **場所** 西荻地域区民センター(桃井4-3-2)

**内容** 会議の開催報告、意見提案に対する対応方針・取り組み紹介、講演(マシガンズ・滝沢秀一)、先進事例紹介、パネルディスカッション 定員300名(申込順) **申込** 電話で、環境課調整係。または申し込みフォーム(区ホームページ同案内(右2次元コード)にリンクあり)から申し込み/ **申込期限** = 3月10日 **対象** 1歳～就学前の託児あり(事前申込制)。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



## 区政を話し合う会 聴くオフ・ミーティング 参加者募集

区長と区民の皆さんが、行政課題をテーマに直接意見交換を行う「聴くオフ・ミーティング」の参加者を募集します。当日は、テーマについて説明した後、グループトーク・区長を囲んでの全体トークを行います。さまざまな意見やアイデアを伺い、今後の区政の参考にしていきます。



**テーマ** 20代から始めてみよう 杉並の地域づくり～地域と関わるきっかけについて考える

**日時** 3月22日(土) 第1回=午前10時～午後0時30分  
第2回=午後2時～4時30分

- 参加者は本募集によるほか、無作為抽出で案内した2000名の中から応募した方を対象に抽選により選出します。
- ミーティングの様子を、後日YouTube杉並区公式チャンネルなどで配信(第2回のみ)するほか、報告書などを作成するために撮影します。
- 当日の見学・傍聴をお断りしています。



**場** 区役所第4会議室(中棟6階) **対象** 区内在住で18歳以上の方 **定員** 各20名程度 **申込** はがき・Eメール(9面記入例)に希望回(第2希望まで)・テーマに関する意見も書いて、区政相談課 [sodan-k@city.suginami.lg.jp](mailto:sodan-k@city.suginami.lg.jp)。または申し込みフォーム(区ホームページ同案内(右上2次元コード)にリンクあり)から申し込み/ **申込期限** = 2月28日 **同課** **対象** 1歳～就学前の託児あり(事前申込制)。応募状況などにより参加回は区が調整

## あなたの声 × 区長の声

区民の皆さんからいただいた声に、区長がお答えします。

今回のテーマは…  
**ふるさと納税**

**区民の皆さんからの声**

ふるさと納税により住民税が他自治体に流出しているとのことですが、返礼品拡充の予定はありますか。

### ご意見ありがとうございます

ご心配の通り、6年度の区の住民税は、ふるさと納税により約53億3000万円の減収となりました。住民税は区民の皆さんの暮らしを守るために使われますので、この減収は区民の皆さんの心配事に直結します。例えば、ごみの回収などにかかる費用は年間約60億円です。昨年、私は区民との対話集会でこのテーマを扱い、たくさんのアイデアをいただきました。その一つは、ふるさと納税のことを未来の納税者である子どもたちに知ってほしい、家庭で話し合ってもらいたいというものでした。そこで「知っ

てびっくり!ふるさと納税」という漫画冊子を作成し、啓発活動に努めています。また制度がある以上、ただ座して待つわけにはいかないのでは、というご意見も多くいただいています。

区では、「健全な寄付文化の醸成」を目指す姿勢を堅持しつつ、区の魅力発信や地域経済の活性化につながる返礼品の拡充に取り組むことにしました。その企画内容については、区民や区内事業者の皆さんの知恵やアイデアを生かしながら作り上げていきます。

杉並区長 岸本 聡子



※実際の声を一部編集しています。