

# 区からのお知らせ

## SUGINAMI INFORMATION

### 保険・年金

#### 国民年金への切り替えをお忘れなく

国民年金制度では、他の公的年金に加入しておらず、国内に居住する20歳以上60歳未満の全ての方に、国民年金への加入が義務付けられています。

加入種別は次の3種類に分かれていて、届け出は加入時だけでなく、種別が変わった時にも必要です。

#### ◆国民年金の加入種別

**第1号被保険者**=自営業・学生・アルバイトなどで、次の第2号被保険者・第3号被保険者以外の方 ▶ **第2号被保険者**=厚生年金に加入している方 ▶ **第3号被保険者**=第2号被保険者に扶養されている日本国内に住所を有する配偶者

第2号被保険者が退職すると第1号被保険者となるため、届け出が必要です。また、その方が扶養している配偶者(第3号被保険者)がいる場合、配偶者も第1号被保険者への切り替えが必要です。

第1号被保険者への切り替えの手続きは、国保年金課国民年金係(区役所中棟2階)または区民事務所で行ってください。詳細は、お問い合わせください。

☎国保年金課国民年金係

### 採用情報 ※応募書類は返却しません。

#### 会計年度任用職員 衛生監視

☑食品・環境衛生監視指導業務など ▶ **勤務期間**=10月1日~3年3月31日(2回まで更新可) ▶ **勤務日時**=月16日勤務。原則、月~金曜日の午前8時30分~午後5時15分 ▶ **勤務場所**=杉並保健所 ▶ **資格**=食品衛生監視員・環境衛生監視員のいずれの資格も有する方 ▶ **募集人数**=若干名 ▶ **報酬**=月額21万5424円 ▶ **その他**=有給休暇あり。社会保険加入。交通費支給(上限あり) ☑申込書(杉並保健所生活衛生課で配布。区ホームページからも取り出せます)に資格証の写しを添えて、9月14日午後5時(必着)までに同課管理係(〒167-0051杉並区荻窪5-20-1)へ簡易書留で郵送・持参 ☑同課☎3391-1991 ☑書類選考合格者には面接を実施します。詳細は、募集案内を参照

### ① 感染症防止対策

区立施設・区事業を段階的に再開しています。利用者・参加者の皆さんも下記の対策にご協力をお願いいたします。

- 体調不良時の利用自粛
- マスク着用や手洗い・手指消毒の励行
- ソーシャルディスタンスの十分な確保
- 室内の定期的な換気
- 大声での発声、歌唱、声援等が生じる活動の自粛

### 区以外の求人

#### 地域包括支援センターケア24荻窪 正職員

☑高齢者に関する総合相談、介護予防プラン作成など ▶ **勤務日時**=月~金曜日の午前9時~午後5時または午前11時~午後7時、土曜日の午前9時~午後1時(いずれも交代制(祝日を除く)) ▶ **勤務場所**=ケア24荻窪(荻窪5-20-1) ▶ **資格**=社会福祉士、主任介護支援専門員(取得見込み含む)のいずれかの資格を有する方 ▶ **募集人数**=1名 ▶ **報酬**=当運営法人規定による ☑履歴書に職務経歴書・資格証の写しを添えて、杉並区医師会(〒166-0004阿佐谷南3-48-8)へ郵送 ☑同会☎3392-4114 ☑書類選考後に面接を実施。勤務開始時期は応相談

### 募集します

#### 杉並区スポーツ推進委員 追加募集

スポーツ・運動を通じた「区民の健康づくり」や「絆のあるまちづくり」を目指して、地域でのスポーツイベントの企画・運営、スポーツ活動の普及・啓発を行います。

☑任期=11月1日~4年3月31日 ▶ **身分**=区非常勤職員 ▶ **資格**=区内在住で満20歳以上の方(11月1日時点) ▶ **募集人数**=8名程度(選考) ▶ **報酬**=月額8000円 ☑申込書(募集要項に添付。スポーツ振興課(区役所東棟6階)、区体育施設などで配布。区ホームページからも取り出せます)に作文を添えて、9月18日午後5時(必着)までにスポーツ振興課へ郵送・持参 ☑同課☑活動内容や作文のテーマは、募集要項参照

#### 都営住宅入居者

☑募集戸数=①ポイント方式による募集(家族向けのみ)=1290戸(車いす使用者世帯向け15戸を含む) ②単身者向け=250戸(車いす使用者向け5戸を含む) ③シルバーピア(高齢者集合住宅・単身者ま

### 【重要なお知らせ】

新型コロナウイルスの感染状況によっては、本紙および過去の「広報すぎなみ」掲載の催しや募集の内容等が中止または延期になる場合があります。最新情報は、各問い合わせ先にご確認いただくか、区ホームページをご覧ください。



たは2人世帯向け) = 65戸④居室内で病死等があった住宅(単身者向け・車いす使用者向け・シルバーピア) = 70戸 ▶ **申込書・募集案内の配布期間**=8月17日~25日(各配布場所の休業日を除く) ▶ **配布場所**=区役所1階ロビー、子ども家庭部管理課(区役所東棟3階)、住宅課(西棟5階)、各福祉事務所、各区民事務所(休日と平日夜間は区役所の休日・夜間受付で配布)。配布期間中のみ、JKK東京(東京都住宅供給公社)ホームページからも取り出せます ☑申込書を、8月28日(①は午後6時。いずれも必着)までに専用封筒で郵送 ☑JKK東京☎3498-8894(申込書受付期間中は☎0570-010-810(いずれも土・日曜日、祝日を除く))、区住宅課住宅運営係

#### 杉並区子ども読書月間の標語

3年度の子どもの読書月間ポスターに載せる標語を募集します。

☑字数は自由。1人1点(未発表のものに限る) ☑区内在住・在勤・在学で小学生~18歳の方 ☑申込書(各図書館で配布。図書館ホームページからも取り出せます)を、8月17日~9月16日(必着)に中央図書館(〒167-0051荻窪3-40-23)へ郵送 ☑中央図書館☎3391-5754 ☑入選作品は図書館ホームページに掲載(原則、名前・学校名・学年も掲載)。応募作品は返却しません。入選作品の著作権は区に帰属します

#### 「地域・家庭文庫」新規登録

中央図書館では、地域の子どもたちに本の楽しさを伝えるため、「地域・家庭文庫」を支援しています。☑中央図書館からの図書の貸与ほか ☑自宅などを利用して、地域の子どもたち等に無償で図書の閲覧およびこれに付随する文化活動を行い、これらの活動実績(登録者数、利用者数、蔵書数等)の報告ができる個人または団体 ☑☎電話で、8月25日までに中央図書館事業係☎3391-5754

### 9月の各種健康相談 いずれも予約制。申し込みは、各保健センターへ。

保健センター名	子育て相談・交流	母親学級	平日パパママ学級	離乳食講習会	乳幼児歯科相談	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	17日(木)	2日(水) 9日(水) 16日(水)	-	1日(火)・23日(水) (1日は生後9カ月頃から)	午前 11日(金) 25日(金) 午後 10日(木) 24日(木)	11日(金)	17日(木) 午前9時30分 28日(月) 午後1時30分	9日(水) 午後1時30分
高井戸 (高井戸東3-20-3) ☎3334-4304	7日(月)	2日(水) 9日(水) 23日(水)	15日(火) 午後1時30分 ~4時	1日(火)	午前 7日(月) 28日(月) 午後 4日(金)	3日(木)	1日(火) 午後1時30分	15日(火) 24日(水) 午後1時30分
高円寺 (高円寺南3-24-15) ☎3311-0116	24日(木)	4日(金) 11日(金) 18日(金)	-	7日(月)	午前 1日(火) 15日(火) 午後 3日(木)	15日(火)	25日(金) 午前9時30分	4日(金) 10日(木) 午後2時 24日(水) 午前9時30分
上井草 (上井草3-8-19) ☎3394-1212	23日(水)	-	10日(木) 午後1時30分 ~3時	24日(木) (生後9カ月頃 から)	午前 23日(水) 午後 9日(水)	-	7日(月) 午前9時30分	30日(水) 午後1時30分
和泉 (和泉4-50-6) ☎3313-9331	10日(木)	1日(火) 8日(火) 15日(火)	-	17日(木)	午前 10日(木) 午後 -	-	17日(木) 午後1時45分	1日(火) 午後1時30分

※1 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子ども家庭部管理課母子保健係(区役所東棟3階)へ。  
※2 ベビーカー等の盗難が発生しています。会場は狭いためベビーカーで回ることができません。チェーン錠を付けるなど各自でご注意ください。

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)  
☑お問い合わせ 他その他 ☑Eメールアドレス HPホームページアドレス

**重度身体障害者入所施設「マイルドハート高円寺(なでしこ)」「永福南社会福祉ガーデン」の入所対象者**

入所者が退所した場合に、新たな対象者が利用できるよう、あらかじめ入所対象者を募集します。登録(3年9月末まで有効)し、入所者が退所した場合は、入所者推薦連絡会を開き、施設に推薦します。

**募集要項**(障害者施策課地域ネットワーク推進係(区役所東棟1階)、福祉事務所で配布。区ホームページからも取り出せます)を確認の上、申込書を9月14日午後5時(消印有効)までに障害者施策課地域ネットワーク推進係へ郵送・持参 **募集・申し込み**については障害者施策課地域ネットワーク推進係、入所希望者の推薦については障害者生活支援課就労支援担当

**相談**

**特別相談「多重債務110番」**

きちんとした手続きをとれば多重債務は解決できます。区は、多重債務問題の解決を手助けするため、東京都と共同で特別相談を実施します。

**相談日**=9月7日(月)・8日(火) **相談専用電話**=区消費者センター ☎3398-3121 (午前9時~午後4時)、東京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) **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



**ご寄附ありがとうございました**

4~6月(「広報すぎなみ」6月1日号掲載分を除く)のご寄附(敬省略・順不同)

**【社会福祉基金】** 加藤芳子=1万円▶鈴木和博▶長谷川明▶匿名および氏名のみ公表分計=30万円

**【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5・6月分=6万6921円▶高岡和敏=50万円▶さくら野町会▶鈴木和博/(仮称)荻外荘公園などの整備=中路正浩=1万円▶竹脇和男=1万円▶岡崎一夫▶雨宮正武▶岩崎康夫▶伊藤明彦▶奥田亜紀/匿名および氏名のみ公表分計=7万4000円

**【NPO支援基金】** 鈴木和博▶加藤芳子▶平田敦子▶匿名および氏名のみ公表分計=14万6000円

**【次世代育成基金】** 株式会社大場造園▶鈴木和博▶木下和子▶永塚光夫▶加藤芳子▶匿名および氏名のみ公表分計=38万8000円

**【日本フィル被災地支援活動】** 伊藤尚子▶熊澤秀哉▶匿名および氏名のみ公表分計=19万2000円

**【杉並区応援寄附金】** 松倉公子=10万円▶初鹿博雄・時子=10万円▶惠良雅博▶鈴木敬世▶中川学▶中森あづさ▶匿名および氏名のみ公表分計=97万3000円

**【新型コロナウイルス感染症対策寄附金】** 東京西南ロータリークラブ=300万円▶中田拓也=20万円▶秋山晋一郎=10万円▶桐島俊一=10万円▶渡辺光次=10万円▶友光英三=5万円▶山仲啓之=1万円▶白井裕馬=1万円▶畝本正一=1万円▶木村和博▶太田敬子▶堀内靖▶木村始▶中川浩司▶大井滋▶星弘之▶雨宮正武▶株式会社大場造園▶大場二郎▶山下勝男▶原田雅弘▶伊藤尚子▶成田順子▶瀧柳康代▶芦川博▶蓮尾隆一▶渡辺早苗▶御供静子▶佐藤高久▶佐藤康子▶井水千枝▶桑原誠▶浅原次郎▶川藤俊夫▶坂本茂▶匿名および氏名のみ公表分計=1153万2282円



▲寄附顕彰(東京西南ロータリークラブ)の様子

**東京都シルバーパス 更新のご案内**

東京都シルバーパスをお持ちの方に、東京バス協会から「更新手続きのご案内」が8月中に送付されます。

2年度の更新手続きは、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、郵送手続きで行います。手続き方法の詳細は、「更新手続きのご案内」で確認してください。新たに購入する方は、事前にお問い合わせください。

☎東京バス協会 ☎5308-6950、または最寄りのバス会社の営業所・案内所



**特別区民税・都民税第2期分の納期限は8月31日(月)です**

納期限までに金融機関、コンビニエンスストア、区民事務所などで納付してください。

モバイルバンキングを利用できる方は、スマートフォンから「モバイルレジ」をご利用いただけます。

口座振替の方は、8月31日(月)に指定の口座から振り替えます。預金残高をお確かめください。

感染症拡大予防の観点から、納め忘れがなく、対面での納付にならない口座振替をお勧めしています



口座振替依頼書を提出いただくか、キャッシュカードで申し込みができる「ペイジー口座振替受付サービス」もあります。

新型コロナウイルスの影響により、事業等の収入に相当の減少があった方は、1年間、住民税の徴収猶予(納期の延長)を受けられる場合があります。

詳細は、区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。



☎納税課管理係 ☎5307-0637

**街路灯についてのお知らせ**

—— 問い合わせは、杉並土木事務所街路灯係 ☎3315-4178へ。

**街路灯が故障等している際は、ご連絡ください**

街路灯の球切れや灯具の破損などお気づきの点がある場合は所在地や管理番号(右記参照)をご連絡ください。速やかに対応します。

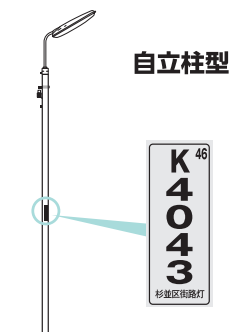
**街路灯のLED化**

区では、平成29年度から街路灯のLED化を本格実施しています。

2年4月1日現在のLED化率は、区道街路灯が約54%、私道街路灯(区設置灯)が約19%です。今後も、順次LED化を推進していきます。

**街路灯の助成制度**

区では、公共性のある私道上の街路灯を対象に、設置および電気料金の助成を行っています。詳細は、お問い合わせください。



※申し込みは「広報すぎなみ」の発行日からとなります。  
※紙面上では市外局番「03」の表記を省略しています。



# あなたの家は大丈夫? 台風等の強風に備える

近年、台風が大型化し、強風による被害が増えています。災害から身を守るために事前の備えを心掛けてください。

## 建物の備えは十分に

強風により屋根板などが飛んでしまうと、近隣の建物や車などに被害を及ぼす恐れがあります。そのため、お住まいの建物や所有している空き家の屋根、外壁、塀などの点検や補強を普段から行いましょう。

また、台風が接近する恐れのあるときは、窓ガラスのひび割れや窓枠のガタつきがないか調べ、窓にテープを貼るなどして補強しましょう。さらに、建物の周りを確認し、強風などによって飛ばされる恐れのあるものは室内にしまいましょう。

園建築課、住宅課



## 樹木の管理は適正に

強風による枝折れや倒木などによる被害を防ぐため、定期的に枯れ枝の除去や枝葉の剪定をして風通しを良くする等、日頃から適正な管理を行いましょう。

園みどり公園課



# ひとり親家庭の就労を支援します

区内在住で20歳未満の子どもの扶養している、ひとり親家庭のお父さん・お母さんの「就職」や「資格取得」を応援します。申請には条件があるので、詳細はお問い合わせください。

## 就労相談

家庭の状況、ニーズに合わせて助言、相談を行うとともに、能力開発事業の活用や情報提供などにより就労を支援します。

## 支援事業

事業名	対象	内容
自立支援教育訓練給付金	就職・転職のステップアップで資格取得を目指す方	区が指定する「教育訓練給付金対象講座」を受講した場合、受講修了後に受講料の一部を支給
高等職業訓練促進給付金	専門的な「国家資格」取得のため養成機関へ進学する方	看護師・保育士などの「国家資格」の取得を目指し養成校で修業する場合、生活費を支援
高等学校卒業程度認定試験合格支援事業	高等学校卒業程度認定試験の合格を目指す方（お子さんも対象）	就職・転職・資格取得のための「高等学校卒業程度認定試験」合格を支援

※いずれも講座を受講、養成機関を受験する前に、要事前相談。

いずれも

園子ども家庭部管理課ひとり親家庭支援担当 ☎5307-0343

## ご協力をお願いします

# 杉並区ひとり親家庭実態調査



区のひとり親家庭の実態やニーズを把握し、ひとり親家庭への支援策の基礎資料とするため、実態調査を行います。

## 調査対象

世帯主とその20歳未満の子を含む世帯（2000世帯。住民基本台帳から無作為抽出）

## 調査期間

8月中旬～9月上旬

## 調査方法

調査票の発送、回収ともに郵送（無記名回答）

## 調査項目

世帯の状況、仕事、生活、養育費・面会交流、子育て等に関する項目

## 調査結果

統計化したデータを、区ホームページで公表（12月末ごろを予定）

# 子どもセンターの利用が予約制になります

ご注意ください

保育施設の利用相談や申し込みで混雑が予想される10・11月は、「予約制での利用」をお願いします。



## 予約期間

10月1日(木)～11月13日(金)（土・日曜日、祝日を除く）

## 利用予約の受け付け



9月1日(火)～11月13日(金)に電話または直接、各窓口で予約（午前8時30分～午後5時（土・日曜日、祝日を除く）。申込順）。  
※利用希望日が11月16日以降の場合は、通常通り希望日の1カ月前から事前予約できます。

## 子どもセンター 利用予約先・問い合わせ先

荻窪（荻窪5-20-1杉並保健所4階 ☎5347-2081）／高井戸（高井戸東3-20-3高井戸保健センター1階 ☎5941-3839）／高円寺（高円寺南3-24-15高円寺保健センター2階 ☎3312-2811）／上井草（上井草3-8-19上井草保健センター1階 ☎3399-1131）／和泉（和泉4-50-6和泉保健センター1階 ☎3312-3671）

## 3年4月保育施設入所（一次）の申し込みについて

**申込期間** 10月1日(木)～11月14日(土)（土・日曜日、祝日を除く。11月7日(土)・14日(土)は区役所のみ受け付け）

※申込書の提出は、新型コロナウイルス感染症予防のため保育課宛てに原則郵送をお願いします。各保育施設の募集予定人数については、10月16日以降に区ホームページに掲載予定。

園保育課保育相談係

# 特別養護老人ホーム「エクレシア南伊豆」入居相談窓口を設置します

入居相談

パネル展示

エクレシア南伊豆への入居を希望される区民の方を対象に、入居相談窓口を設置します。

☎8月24日(月)・25日(火)午前10時～午後4時 園区役所1階ロビー  
☑施設や入居者がイベントに参加した様子のパネルも展示 園高齢者施策課施設整備推進担当



## 区内空間放射線量等測定結果

7月に実施した、区内の空間放射線量率および保育園等の給食食材の放射能濃度測定の結果、特に異常はありませんでした。詳細は、区ホームページでご覧になれます。

園空間放射線量率の測定については、環境課公害対策係。区立小中学校・保育園等の給食食材の放射能濃度測定については、学務課・保育課。放射能濃度測定の方法については、杉並保健所生活衛生課衛生検査係 ☎3334-6400



# 9月は自殺予防月間です

自殺に追い込まれるということは「誰にでも起こりうる危機」であり、特別な人だけの問題ではありません。区では5月、9月、3月を自殺予防月間とし、さまざまな講演会等を実施しています。

—— 問い合わせは、杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025へ。

## 講座

### ① 今どきの人間関係

～我が子の人とのつながり方を考える

「新しい生活様式」が子どもに与える影響や、親として、子どもにサポートできることは何かを考えます。  
 9月26日(土)午後2時～4時 ① 筑波大学人文社会学系教授・土井隆義 (右写真)



### ② SOSを出せないあなたに

～人とのつながりに安心を見つける

心の中の親との関係も含め、人生の転換期にある更年期女性の心の危機をどう生きるかを考えます。  
 10月2日(金)午後2時30分～4時30分 ① あさくさばしファミリーカウンセリングルーム・野口洋一 (右写真)



…………… いずれも ……………

① 杉並保健所 (荻窪5-20-1) ② 区内在住・在勤・在学の方 定員30名 (申込順) ③ 電話で、①9月25日②10月1日までに杉並保健所保健予防課 ④ 手話通訳あり (事前申込制)

## 「くらしとこころの総合相談会」

一人で悩みを抱えている方、相談先が見つからないあなたへ

「仕事が見つからない」「ひきこもりの家族が心配」「大切な人を亡くして悲しい」「お酒をやめられない」など生活上のさまざまな問題に、各分野の専門家が相談に応じます。相談内容の秘密は守られます。



9月4日(金) ▶ 受付時間 = 午前10時～午後3時 ① ウェルファーム杉並 (天沼3-19-16) ② 区内在住・在勤・在学の方 ③ 電話で、杉並保健所保健予防課 ④ 当日受け付け可。自殺予防団体「風のとびら」のピアカウンセラーへの相談は正午まで

## 「図書」の展示「生きるための本」

区立図書館で、自殺予防に関する図書を展示します。テーマ等の詳細は、各図書館へお問い合わせください。  
 開催期間 9月4日(金)～10月4日(日)



## 「心の健康相談」随時受け付け 相談無料

心の健康や病気のことについて、個別相談を行っています。地区の担当の保健師が相談を伺います。また、精神科医による個別相談(予約制)も設けています。相談内容の秘密は守られます。

① 保健センター (午前8時30分～午後5時 (土・日曜日、祝日、年末年始を除く))  
 荻窪 ☎3391-0015 / 高井戸 ☎3334-4304 / 高円寺 ☎3311-0116 / 上井草 ☎3394-1212 / 和泉 ☎3313-9331

## ストレスチェックシステム「こころの体温計」 こころの元気、計ってみませんか?



こころの体温計はスマートフォンやパソコンを使って、簡単に自分や家族のストレスチェックができるシステムです。チェックの後、相談先を紹介しています。

① 杉並保健所保健予防課



ご自身の健康状態、住環境などのストレス度が、水槽の中で泳ぐ金魚などの絵になって表示されます。



▶ 携帯・スマホはこちらから

杉並区 こころの体温計

## 働く人のメンタルヘルス不調を予防するために 冊子「これから始める“自分”改革～働く人のためのストレスチェック」を配布します

区近隣事業所へ配布しています。希望の事業所はファクスに事業所名、担当者名、所在地、必要部数を書いて、杉並保健所保健予防課 ☎3391-1927

活用例 新人研修や昇任研修、ストレスチェック実施時、個別相談時ほか

① 杉並保健所保健予防課



## 相談窓口

### 心の健康や悩み相談

- 東京いのちの電話 (午前8時～午後10時) ☎3264-4343
- 東京自殺防止センター (午後8時～翌午前2時30分 (月・土曜日は午後10時30分から。火曜日は午後5時から)) ☎5286-9090
- 東京都自殺相談ダイヤル～こころといのちのほっとライン (午後2時～翌午前5時30分) ☎0570-087478
- 相談ほっとLINE@東京 (午後5時～10時 (受け付けは9時30分まで))

▶ 相談ほっとLINE@東京



### 子育てに関する相談 (0～18歳)

- 子ども家庭支援センター (ゆうライン) (午前9時～午後7時 (日曜日、祝日、年末年始を除く)) ☎5929-1901

### 子ども向けの相談

- すぎなみいじめ電話レスキュー (午前10時～午後7時 (土・日曜日、祝日、年末年始を除く)) ☎0120-949-466または☎080-8825-0119
- すぎなみネットでトラブル解決システム (24時間 (年中無休)) ※詳細は、区ホームページ参照。
- 24時間子供SOSダイヤル (24時間 (年中無休)) ☎0120-0-78310
- ヤング・テレホン・コーナー (24時間 (年中無休)) ☎3580-4970
- 18歳までの子ども専用チャイルドライン (午後4時～9時 (年末年始を除く)) ☎0120-99-7777

▶ チャイルドライン®



広告

相談無料

遺産相続に強い弁護士への無料相談

お問い合わせはコチラ!

03-6256-8925

※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。

※相談内容によっては税理士等の専門家もご紹介しております。

東京都千代田区平河町2丁目7番4号 砂防会館別館8楼5階 直法律事務所