

区からのお知らせ

SUGINAMI INFORMATION

保険・年金

「国民健康保険被保険者証(保険証)」が新しくなります

現在お手元にある保険証の有効期限は、9月30日です。10月1日からの新しい保険証は、9月中に世帯主宛てに簡易書留で送付します。

新しい保険証はうぐいす色に変わり、有効期限は5年9月30日です。ただし、5年9月30日より前に保険証の種類が変わる方などは、有効期限が異なります。

現在の保険証は、有効期限を過ぎたら個人情報に十分留意して、ご自身で破棄してください。

◇国民健康保険料を滞納している方はご相談ください
保険料を一定期間滞納している方には、「有効期間の短い保険証」または「資格証明書」を交付します。

「資格証明書」を交付された方は、病院や診療所などの窓口で支払う医療費が全額自己負担となります。申請により医療費の国民健康保険負担相当分の返還を受けることはできますが、原則、滞納している保険料へ充当します。

理由もなく保険料を滞納していると、法律に基づき財産を調査し、預貯金、生命保険、給与などの差し押さえを行う場合もあるため、早めにご相談ください。

☎保険証については、国保年金課国保資格係 ☎5307-0641。滞納については、同課国保収納係 ☎5307-0374

年金生活者支援給付金制度

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入金額やその他の所得が一定基準以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給される制度です。支給要件を満たす場合、2年目以降の手続きは原則、不要です。

3年度、新たにこの制度の対象となり得る方には、9月以降、日本年金機構から請求書が送付されます。必要事項を記入の上、指定された期日までに同機構へ

① 感染症防止対策

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

返送してください。要件に該当すると、10月分から支給されます。

☎ねんきんダイヤル ☎0570-05-4092 (050で始まる電話番号からは ☎5539-2216)

施設情報

ゆうゆう方南館の臨時休館

ゆうゆう方南館(方南1-51-7)は、受変電設備改修のため9月19日(日)・20日(祝)は臨時休館します。

☎同館 ☎3324-1171

図書館の臨時休館

区立図書館では、特別整理(蔵書点検)を行うため、下表のとおり臨時休館します。臨時休館中、当該図書館の本などは通常通り予約できますが、貸し出しまでに時間がかかる場合があります。

☎各図書館

図書館	休館日
西荻 ☎3301-1670	9月27日(月)～30日(木)
南荻窪 ☎3335-7377	10月19日(火)～22日(金)

子育て・教育

外国人学校に通学する児童・生徒の保護者の方へ

外国人学校に通学する児童・生徒の保護者に、授業料などの負担を軽減するための補助金を交付しています。

◇要件 次の全てを満たすこと

- ・学校教育法に基づく認可を受けた外国人学校に、義務教育年齢に該当する児童・生徒を通学させている
- ・児童・生徒および保護者が区内に住所を有し、同一

【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。



世帯である

- ・児童・生徒または児童・生徒の父もしくは母が、日本国籍を有していない
- ・授業料を納付している
- ・所得が限度額未満である(詳細は、区ホームページをご覧ください)

◇補助金額 月額7000円×授業料を支払った月数

◇申請時期 上期(4～9月)分の申請を9月30日まで受け付け

◇申請方法 学校により申請方法が異なります。詳細は、お問い合わせください。学校教育法に基づく認可を受けた外国人学校に該当するかどうかは、通学している学校に確認してください。

☎区民生活部管理課庶務係

4年度小学校に入学するお子さんの保護者の方へ

◇就学時健康診断

4年4月に小学校に入学するお子さん(平成27年4月2日～28年4月1日生まれ)を対象に、就学時健康診断を行います。対象者には「就学時健康診断のお知らせ」を9月24日ごろに送付します。各学校の実施日・受付時間等は、区ホームページをご覧ください。

☎10月14日(休)～11月25日(休)の各区立小学校が指定する日 ☎各区立小学校(住所地の指定校) ☎学務課保健給食係 ☎5307-0762

◇指定校変更制度

入学する学校については、住所地の指定校へ通学することが原則ですが、特別な事情等がある場合は、指定校変更の申し立てができます。詳細は、「就学時健康診断のお知らせ」に同封するほか、9月24日から区ホームページでご覧になれます。

☎学務課学事係 ☎5307-0760

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★	☎月・金曜日、午後1時～4時(9月20日を除く) ☎区役所1階ロビー	☎東京土建杉並支部 ☎3313-1445、区住宅課
建築総合無料相談会・ブロック塀無料相談会★	☎9月7日(火)午後1時～4時 ☎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等を持参	☎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
マンション管理無料相談	☎9月9日(休)午後1時30分～4時30分 ☎区役所1階ロビー ☎区内在住のマンション管理組合の役員・区分所有者等 ☎3組(申込順)	☎杉並マンション管理士会 ☎http://suginami-mankan.org/から申し込み。または申込書(区ホームページから取り出せます)を、同会事務局 ☎3393-3652へファクス ☎同会事務局 ☎3393-3680、区住宅課空家対策係
高齢者被害特別相談★	☎9月13日(月)～15日(水)午前9時～午後4時(都消費生活総合センターは午後5時まで) ☎消費生活相談▶方法=相談専用電話=区消費者センター ☎3398-3121、都消費生活総合センター ☎3235-1155、高齢者被害110番(高齢者本人、家族からの相談) ☎3235-3366、高齢消費者見守りホットライン(ホームヘルパーなどからの相談) ☎3235-1334 ▶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
専門家による空家等総合無料相談	☎9月16日(休)午前9時20分・10時15分・11時10分 ☎土木管理課相談室(区役所西棟5階) ☎区内の空き家等の所有者等(親族・代理人を含む) ☎各1組(申込順) ☎1組45分	☎電話または直接、住宅課空家対策係(区役所西棟5階)。または申込書(区ホームページから取り出せます)を、9月14日(必着)までに同係 ☎5307-0689へ郵送・ファクス ☎同係
不動産に関する無料相談	☎9月16日(休)午後1時30分～4時30分 ☎区役所1階ロビー	☎電話で、東京都宅地建物取引業協会杉並区支部 ☎3311-4937(午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)) ☎同支部、区住宅課
書類と手続き・社会保険に関する相談会★	☎9月17日(金)午後1時～4時 ☎区役所1階ロビー ☎関係資料がある場合は持参	☎東京都行政書士会杉並支部 ☎0120-567-537、東京都社会保険労務士会中野杉並支部 ☎6908-8046、区政相談課
弁護士による土曜法律相談	☎9月18日(土)午後1時～4時 ☎相談室(区役所西棟2階) ☎12名(申込順) ☎1人30分	☎電話で、9月13日～17日に専門相談予約専用 ☎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)で予約 ☎同課

※★は当日、直接会場へ。

凡例 ☎日時 場所 内容 講師 対象 定員 費参加費(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 ☎その他 ☎Eメールアドレス ☎ホームページアドレス

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やそれに伴う子どもの預かり、保護者の外出時などの子どもの一時的な預かり(会員宅や児童館などで)ほか▶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、各研修に参加できる方 電話で、杉並区社会福祉協議会 ☎5347-1021 会員登録後、9月7日(火)に研修会あり。詳細は、お問い合わせください

「わがまちの警察官」の推薦

区では、日ごろから地道に警察活動を推進し、犯罪の抑止に顕著な成果を挙げた警察官を「わがまちの警察官」として顕彰しています。

杉並・高井戸・荻窪警察署に勤務し、区民の安全・安心のために活躍している警察官を推薦してください。

電話・はがき・ファクス・Eメール(タイトルは「わがまちの警察官 候補者推薦書」としてください)に、推薦する警察官の氏名・所属警察署・推薦理由・推薦者の氏名(フリガナ)・電話番号を書いて、9月30日

(必着)までに危機管理対策課 ☎5307-0616 ☎3312-3326 tikianzen-k@city.suginami.lg.jp 同課

生活・環境

都市計画案の縦覧と意見書の提出

「都市計画法」の規定に基づき、関係区の住民および利害関係人は縦覧期間中に意見書を提出することができます。

東京都市計画生産緑地地区の変更(杉並区決定) ▶縦覧期間=9月14日(火)~28日(火)(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)に意見を提出する都市計画案の名称・日付・住所・氏名を書いて、9月28日(必着)までに同課へ郵送 意見書は杉並区長宛

都市計画の原案への公述申出と公聴会

対象計画案=防災街区整備方針▶対象区域=特別区(千代田・中央・港区を除く) ▶縦覧・申出書の配布=都市整備局都市計画課、区都市整備部管理課(区役所西棟5階)。申出書は都市整備局ホームページからも取り出せます▶縦覧期間=9月15日まで(土・日曜日を除く)▶公述申出対象=区域内に在住または計

画案に利害関係のある方(1人10分以内) 公述申出書を、9月15日(必着)までに都市整備局都市計画課(〒163-8001新宿区西新宿2-8-1)へ郵送・持参

公聴会(公述申出がある場合のみ) 10月19日(火)・20日(水)午後7時 東京都議会議事堂(新宿区西新宿2-8-1)

いずれも 都市整備局都市計画課 ☎5388-3336 詳細は、都市整備局ホームページをご覧ください

杉並名誉区民の訃報

観世流シテ方の能楽師で人間国宝である杉並名誉区民の野村幻雪(本名=野村四郎(右写真))氏が、8月21日、逝去されました。84歳。



謹んでご冥福をお祈りいたします。 総務課

事前に備えて、危険から身を守ろう

台風等の強風に備える



●建物の外の備えは十分に

強風により屋根板などが飛んでいかないよう、お住まいの建物や所有している空き家についても、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を調べ、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。 建築課、住宅課

●樹木の管理は適切に

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する等、日頃から適切な管理を行いましょう。

みどり公園課

河川ライブカメラ配信開始

——問い合わせは、土木計画課へ。



河川の様子をリアルタイムで確認できる、河川カメラのYouTubeライブ配信を開始しました。YouTube杉並区河川ライブカメラチャンネル(右2次元コード)からご覧になれます。水害時の避難行動の判断材料等に活用してください。



CHECK! 動画配信を行っています!

区議会を開会します

第3回定例会は2年度決算を審査します。

——問い合わせは、区議会事務局へ。

日程

第3回定例会 (初日は午後1時開会予定) 9月9日(木)~10月15日(金)(予定)

※会議の詳しい日程は、区議会ホームページからご覧になれます。

本会議は区議会ホームページ(右下2次元コード)でライブ中継と録画中継を行っています。決算特別委員会は、録画中継のみを行っています(録画中継は会議終了からおおむね24時間後に「速報版」を、おおむね1週間後に内容や質問者ごとの「詳細版」をご覧になれます)。



区民の声から



区民の皆さんからいただいた声と、それに対する区からの回答の一部を掲載します。

——問い合わせは、区政相談課へ。

◇「すぎ丸」のGoogle マップ表示について

南北バス「すぎ丸」をよく利用していますが、バス停名や発車時刻がGoogle マップに表示されません。最近、Google マップ等で運行状況を検索すること

が多いので、不便に感じている人も多いと思います。他自治体ではGoogle マップへの登録を進める動きもあるようです。「すぎ丸」も、よりみんなが便利に使えるようにデータの登録をお願いします。

◇回答

区では、南北間の交通不便地域解消と高齢者等への移動交通手段の提供を主な目的として、南北バス「すぎ丸」を開設し南北交通網の整備を進めてきました。現在、けやき路線(阿佐ヶ谷駅~浜田山駅)、さくら路線(浜田山駅~下高井戸駅)、かえで路線(西荻窪駅~久我山駅)の3路線を運行しています。

これまで、「すぎ丸」の運行情報の周知を目的に、区ホームページに3路線の路線図や運行時刻表を掲載するとともに、区の電子地図サービス「す

ぎナビ」では、路線図やバス停の位置を地図上で確認できるようにしています。また、区ホームページ上に「すぎ丸」運行事業者(京王バスおよび関東バス)の外部リンクを掲載し、運行情報を入手できるようにしています。

Google マップ等への表示については、運行事業者を介しアプリ運営会社へ情報提供をしていますが、情報掲載の有無については、アプリ運営会社の基準に委ねられています。

なお、現在、「駅すぱあと」などには、「すぎ丸」の運行情報が登録されています。(担当 都市整備部管理課)

区政への主なご意見・ご要望と区からの回答の概要は、区ホームページ「区長への手紙」(区政へのご意見・ご要望)→「区政への主な意見と回答」からご覧になれます。

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「誰にでも起こり得る危機」であり、特別な人だけの問題ではありません。区では5・9・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。

講演会 うつ病の方の家族向け講演会 ～大切な人がうつ病になったとき、あなたができること

時9月24日(金)午前10時～正午 場区役所第4会議室(中棟6階) 講師 松沢病院精神科医師・川上伸太郎(右写真)
対象 うつ病になった方の家族、パートナーほか 定50名(申込順) 電話で、9月13日～22日に杉並保健所保健予防課 手話通訳あり(事前申込制)



講演会 助けてといえない子どもたち ～子どものSOSにどう気づき対応するか

時9月30日(木)午後2時～4時 場ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 講師 NPO法人OVA代表理事・伊藤次郎(右写真)
対象 区内在住・在学のお子さんの保護者 定30名(申込順) 電話で、9月13日～28日に杉並保健所保健予防課 手話通訳あり(事前申込制)



ストレスチェック こころの体温計

「こころの体温計」とは、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(右2次元コードからアクセス可)。

チェックの後、相談先を紹介しています。



▲こころの体温計

セミナー 飲酒を一人でやめることの難しさ アルコールを飲まずに生きる

時9月17日(金)午後2時～4時30分 場天沼区民集会所(天沼3-19-16ウェルファーム杉並内) 講師 昭和大学附属烏山病院医師・常岡俊昭 対象 アルコール依存症の当事者、家族、関係者ほか 定36名(申込順) 甲Eメール(8面記入例)で、AA永福グループ✉iriva@outlook.jp 同グループ・西 ☎090-4530-6139

配布 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」

区内および区近隣事業所へ配布しています。働く人のメンタルヘルス不調を予防するために、研修やストレスチェック実施時等に、活用してください。

甲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



講演会 ひきこもりから学ぶ家族の絆

時9月26日(日)午後1時30分～4時30分 場天沼区民集会所(天沼3-19-16ウェルファーム杉並内) 講師 ひきこもりジャーナリスト・池上正樹 対象 ひきこもりの当事者、家族、関係者ほか 定55名(申込順) 費500円(当事者は無料) 甲Eメール(8面記入例)で、フリーランス杉並家族会 ✉freeransu1.2.3@gmail.com 同会 ☎090-4749-2497

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。期間・テーマは、各図書館へお問い合わせいただくか、区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。



集い つぼみの会(大切な人を亡くした人の集い)

時配信日時=9月30日(木)午後2時～3時30分 場オンライン(Zoom)で実施 対象 友人・恋人・同僚などを自死で亡くされた方 定6名(申込順) 甲自殺予防団体「風のとびら」ホームページ(右2次元コード)から申し込み 同団体 ☎080-3436-7217



各種自殺予防相談窓口

※時間変更や休止の場合があります。

心の健康や悩み相談

- 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 (午前8時30分～午後5時。土・日曜日、祝日、年末年始を除く))
- 東京いのちの電話 ☎3264-4343 (24時間(日～火曜日は午前8時～午後10時))
- 東京自殺防止センター ☎5286-9090 (午後8時～翌午前2時30分(月曜日は午後10時30分から。火曜日は午後5時から))
- 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 ☎0570-087478 (午後2時～翌午前5時30分)
- 相談ほっとLINE@東京 午後3時～10時(受け付けは午後9時30分まで。右2次元コードで友達登録)



生活の相談

- 福祉事務所(荻窪 ☎3398-9104 / 高円寺 ☎5306-2611 / 高井戸 ☎3332-7221 (午前8時30分～午後5時。土・日曜日、祝日、年末年始を除く))
- くらしのサポートステーション(生活自立支援窓口) ☎

3391-1751 (午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く))

子ども向けの相談

- すぎなみいじめ電話レスキュー ☎0120-949-466、080-8825-0119 (月～金曜日午前10時～午後7時(祝日、年末年始を除く))
- 24時間子供SOSダイヤル ☎0120-0-78310 (24時間)
- 18歳までの子ども専用チャイルドライン ☎0120-99-7777 (午後4時～9時(年末年始を除く))
- チャット 毎週木・金曜日、第3土曜日(年末年始を除く(右2次元コード))
- ヤング・テレホン・コーナー ☎3580-4970 (24時間)



借金(多重債務)の相談

- 消費者センター ☎3398-3121 (相談専用。午前9時～午後4時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く))

子育てに関する相談(0～18歳)

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

除く))

DV(配偶者・パートナーからの暴力)に関する相談

- すぎなみDV専用ダイヤル ☎5307-0622 (午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く))
- 福祉事務所

家族や生き方などの悩み相談

- 男女平等推進センター ☎5307-0619
 - ・一般相談=午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)
 - ・法律相談(予約制)▶受け付け=午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)▶相談時間=木曜日午後1時30分～4時30分(月1回は夜間に実施)
- 東京都性自認及び性的指向に関する専門電話相談 ☎3812-3727 (火・金曜日午後6時～10時(祝日、年末年始を除く))

法律などの専門家による相談

- 区政相談課(法律・税務・家事・司法書士) ☎5307-0617 (予約専用電話(午前8時30分～午後5時。土・日曜日、祝日、年末年始を除く)。相談時間は午後1時～4時)

民営化宿泊施設をご利用ください

コニファーいわびつ

所在地 群馬県吾妻郡東吾妻町大字原町4399

申問電話で、コニファーいわびつ ☎0279-68-5338



阿佐ヶ谷駅南口出発 / 秋の2泊3日周遊バスツアー

10月からの無料直行バス運行予定

阿佐ヶ谷駅南口～コニファーいわびつ間の無料直行バスを運行します(宿泊予約時に申し込みください)。

運行日 10月4日(月)～7日(木)、11月29日(月)～12月2日(木)・6日(月)～9日(木)・20日(月)～23日(木)、4年1月11日(火)～14日(金)・17日(月)～20日(木)・24日(月)～27日(木)、2月1日(火)～4日(金)・7日(月)～10日(木)・14日(月)～17日(木)、3月1日(火)～4日(金)・7日(月)～10日(木)・14日(月)～17日(木)

運行時間 阿佐ヶ谷駅南口出発(午後0時30分)→コニファーいわびつ到着(午後3時) コニファーいわびつ出発(午前9時30分)→阿佐ヶ谷駅南口到着(正午)

最少催行人数 5名(運行の決定は出発6日前までに連絡)

近代美術の鑑賞やリクエスト多数の「鬼押し出し園」の見学、「史跡足利学校」(ガイド付き)と「鑿阿寺」の散策に加えて、地元の味を堪能できます!

日程 10月20日(水)～22日(金)・27日(水)～29日(金)・31日(日)～11月2日(火)・7日(日)～9日(火)・10日(水)～12日(金)

料金(2泊3日/7食・お土産付)

3万6000円。3歳～小学生3万6000円。65歳以上の方・障害者3万4000円 ※いずれも区民補助適用後。諸税・サービス料・保険料含む。

最少催行人数 15名(催行の決定は出発7日前までに連絡)

広告

お見合い結婚しませんか

お世話してお陰様で28年目になりました 日高 晶元 ひだかあきもと がサポートします

全国仲人連合会 ☎03-5386-3161 新宿区高田馬場4-1-6-401 木曜休



※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。

楽しい毎日は健康な体から

9~11月は 杉並区健康づくり推進期間



区では、全ての区民が生涯にわたって生き生きと暮らせる社会の実現を目指し、9~11月を「杉並区健康づくり推進期間」と定めています。期間中にご自身の健康を振り返り、健康的な生活習慣を身に付けてみませんか。

—— 問い合わせは、杉並保健所健康推進課 ☎3391-1355へ。

生活の中に運動を

いつまでも若々しい体を維持するためには、ウォーキング等の有酸素運動のみではなく、筋力や体のバランスを保つための運動を生活の中に取り入れると効果的です。

生活に取り入れたい工夫が詰まった「健康づくり実践ガイド集」を区ホームページに掲載しています。



▲健康づくり実践ガイド集



野菜を先に食べよう!

いつまでも元気な体で、おいしいものをおいしく食べ続けるために、健康について考えてみませんか? 食べる順番でもできる工夫があります。

野菜をごはんやパン、麺より先に食べることで、血糖値の上昇が緩やかになります。血管の負担が減るため、生活習慣病予防に効果があるといわれています。

「野菜のレシピ集」を区ホームページ(右下2次元コード)に掲載しています。おいしい野菜料理のレシピをぜひ参考にしてください。



▲野菜のレシピ集

野菜から食べて、主菜(肉・魚・卵・大豆製品)や主食(ごはん・パン・麺類)もバランスよく食べましょう。



9月
20日(祝)

敬老の日

~楽しいイベントをご用意しています!



—— 問い合わせは、高齢者活動支援センター ☎3331-7841へ。

チェアヨガ~座りながらヨガをしよう

時 午前11時~午後0時30分 師 ヨガインストラクター・糸ゆう子 対 区内在住の60歳以上で日常生活で支障なく歩ける方、介護保険の要介護・要支援認定を受けていない方 定 30名(申込順) 備 上履き持参

美しい字で季節の手紙を書こう

時 午後1時~2時30分 師 シルバー人材センター・西川榮香 対 区内在住で60歳以上の方 定 15名(申込順)



..... いずれも

場 高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) 日 9月3日から電話または直接、高齢者活動支援センター 備 「高齢者活動支援センター・ゆうゆう館利用証」「温水プール減額利用者証」を提示。初めて利用する方は、利用証作成のため、氏名・住所・年齢が確認できる書類(健康保険証、運転免許証など)を受付で提示

どなたでも

カフェでひと息つこう

午前11時~午後5時=ソフトドリンク全品100円引き



おめでとうございます

長寿お祝い品を贈呈します

—— 問い合わせは、高齢者施策課いきがい活動支援係へ。

100歳以上の方へのお祝い品

3年度に満100歳以上の誕生日を迎える方(大正11年3月31日以前の生まれ)のうち、6月の調査でお祝い品を希望された方へ、9月中旬に自宅へお祝い品(区内共通商品券)をお贈りします。

90歳の方へのお祝い品

90歳の方(昭和5年9月22日~6年9月1日生まれ)へ、9月中旬に自宅へお祝い品(区内共通商品券)をお贈りします。



事業についてのお悩みを専門家が伺います

暮らしと事業の相談会 IN杉並

10士業(弁護士、税理士、建築士、中小企業診断士、社会保険労務士など)の専門家がチームでお応えします。新型コロナウイルス感染症の影響下での事業継続のための各種申請、経営に関することや、不動産相続に伴う法律、税務、登記についてもご相談ください。

日 9月25日(土)午後0時30分~4時 場 産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 対 区内在住・在勤・在学の方 定 16名(申込順) 申 電話で、9月14日までに東京司法書士会杉並支部 ☎5913-7452(午前10時~正午) 備 相談時間は30分(1回のみ)



衣類の拠点回収のお知らせ

回収拠点で古着として着用できる汚れや破れのない衣類を回収しています。

日 毎月第2土曜日午前10時~正午(雨天中止) 場 区役所(中杉通り側)、宮前図書館(宮前5-5-27)、方南会館(和泉4-42-5)、本天沼区民集会所(本天沼2-12-10)、地域区民センター(井草<下井草5-7-22>、永福和泉<和泉3-8-18>、荻窪<荻窪2-34-20>、西荻<桃井4-3-2>)、リサイクルひろば高井戸(高井戸東3-7-4) 備 NPO法人すぎなみ環境ネットワーク ☎5941-8701(雨天中止については当日午前9時以降) 他 高円寺地域区民センター(セシオン杉並)は、大規模改修工事のため5年4月(予定)まで休止



※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。