

区からのお知らせ

SUGINAMI INFORMATION

保険・年金

年金受給者の「扶養親族等申告書」の提出

老齢年金は、その年に支払いを受ける年金額が65歳未満で108万円以上または65歳以上で158万円以上の場合、所得税の課税対象となり、各支払月に支払われる年金から源泉徴収されます（障害年金・遺族年金は課税されません）。

上記の方が配偶者控除や扶養控除等の各種控除を受けるためには、日本年金機構が9月から順次送付している「公的年金等の受給者の扶養親族等申告書」を提出する必要があります。

税制改正に伴い、扶養親族等申告書を提出する場合と、しない場合で所得税率に差がなくなりました。各種控除に該当しない方は、提出する必要はありません。

扶養親族等申告書お問い合わせダイヤル ☎0570-081-240 (050から始まる電話からは ☎6837-9932)

生活・環境

(仮称) 杉並第八小学校跡地公園整備計画案づくり ワークショップ

📅10月2日(土)午前10時～正午 📍高円寺学園 (高円寺北1-4-11) 区内在住・在勤・在学の方 定60名程度(抽選) 申込電話・ファクス・Eメール(12面記入例)で、9月22日までにみどり公園課公園企画係 ☎5307-0697 MIDORI-K@city.suginami.lg.jp 申込4回程度実施。2回目以降は10月末～12月の土曜日または日曜日の午前中を予定(開催場所は未定)

子育て・教育

新しい乳・子医療証の送付

現在、中学3年生までの年齢に該当している方に交付している乳・子医療証(若草色)の有効期限は9月

30日です。

9月末に、10月1日から使用できる医療証(薄オレンジ色)を送付します(郵送先は医療証に記載の住所です。居住状況の確認のため、それ以外の住所には送付できません)。

新しい医療証の有効期限は4年9月30日です。ただし、4年3月に中学校を卒業する方の子医療証と、4年4月に小学校に入学する方の乳医療証の有効期限は4年3月31日です。小学校に入学する方の子医療証(有効期間が4年4月1日～9月30日)は、4年3月末までに送付する予定です。

乳・子医療証をお持ちでない方はお問い合わせください。なお、生活保護(医療扶助)を受給している方や児童福祉施設等に措置により入所している方などは、対象にならない場合があります。

子ども家庭部管理課子ども医療・手当係

健康・福祉

高齢者インフルエンザ予防接種

65歳以上の方へ、9月末に「予防接種予診票」を送付します。

対象者=区内在住の12月31日時点で、次の①②のいずれかに該当する方①65歳以上②60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能に障害がある身体障害者手帳1級相当(②に該当し接種を希望する方は、10月1日以降に障害者施策課障害福祉サービス係、保健センターへ身体障害者手帳または医師の証明を持参し、予診票を受け取ってください)▶自己負担額=2500円(生活保護、中国残留邦人等支援給付を受給中の方は、費用が免除されます)▶接種期間=10月1日(金)～4年1月31日(月)▶接種場所=東京23区・三鷹市・武蔵野市の契約医療機関(これら以外の場所で接種を希望する方は、接種を希望する医療機関がある市町村へお問い合わせください) 杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025、各保健センター(荻窪 ☎3391-0015/高井戸 ☎3334-4304/高円寺 ☎3311-0116/上井草 ☎3394-1212/和泉 ☎3313-9331)

「特定保健指導利用券」の送付

国保特定健診の結果、生活習慣病のリスクがあると判定された方へ「特定保健指導利用券」を送付します。

特定保健指導とは、国保特定健診の結果に基づき、医師や保健師、管理栄養士等の専門職から生活習慣

改善のための具体的なアドバイスやサポートが受けられます。初回面接で目標を設定し、3～6カ月間取り組みます。

①次の①～③の全てに該当する方①40歳以上で杉並区国民健康保険に加入している②国保特定健診で、生活習慣病のリスクがあると判定を受けた③高血圧症、脂質異常症、糖尿病のいずれの内服治療も受けていない 国保年金課医療費適正化担当 委託事業者(ALSOKあんしんケアサポート)から電話で利用の勧奨を実施

高齢者肺炎球菌予防接種(定期接種)

「広報すぎなみ」4月15日号でお知らせしたとおり、3年度の高齢者肺炎球菌予防接種費用助成について、東京都の補助事業を受け、10月1日以降に接種を受ける方の本人負担額を次のように決定しました。予診票は9月中旬に発送します。

対象者=高齢者肺炎球菌予防接種を一度も受けたことがなく、下表①～③のいずれかに該当する方▶接種方法=東京23区内の契約医療機関へ予診票を持参。9月末までに予診票が届いていない場合は、保健センター、保健福祉部管理課地域福祉係(区役所西棟10階)で交付▶本人負担額=1500円。生活保護、中国残留邦人等支援給付を受給中の方は、事前の手続きにより費用が免除されます(予診票に「免除」と記載されている方は手続き不要)▶接種期間=3年10月1日～4年3月31日(1人1回)

(対象者)

	年齢	生年月日
①	65歳	昭和31年4月2日～32年4月1日
	70歳	昭和26年4月2日～27年4月1日
	75歳	昭和21年4月2日～22年4月1日
	80歳	昭和16年4月2日～17年4月1日
②	85歳	昭和11年4月2日～12年4月1日
	90歳	昭和6年4月2日～7年4月1日
	95歳	大正15年4月2日～昭和2年4月1日
	100歳	大正10年4月2日～11年4月1日
③	60～64歳	昭和32年4月2日～37年4月1日生まれで心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障害がある身体障害者手帳1級相当

※①②は4年3月31日時点の年齢。②は5年度までの経過措置。③に該当し、接種を希望する方は身体障害者手帳等を持参し、障害者施策課(区役所東棟1階)または保健センターで予診票の交付申請手続きが必要。

杉並保健所保健予防課保健予防係 ☎3391-1025

10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	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)	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	21日(木)	計測は1歳の誕生日まで(荻窪・高円寺保健センターは7カ月まで)。 時間帯はお問い合わせください。	6日(水) 13日(水)	午後1時30分～4時。初産の方優先(荻窪保健センターは初産の方のみ)。週数制限なし。	18日(月) 午後1時30分～3時	27日(水)	午前 15日(金) 29日(金) 午後 14日(木)	15日(金)	28日(木) 午後1時30分	13日(水) 21日(木) 午後1時30分
高井戸 (高井戸東3-20-3) ☎3334-4304	4日(月)	14日(木) 21日(木)	-	5日(火)	午前 4日(月) 25日(月) 午後 15日(金)	7日(木)	午前9時～正午	22日(金) 午前9時30分	5日(火) 20日(水) 28日(木) 午後1時30分	
高円寺 (高円寺南3-24-15) ☎3311-0116	-	-	-	13日(水) 29日(金) (29日は生後9カ月頃から)	午前 5日(火) 19日(火) 午後 7日(木)	19日(火)	午前9時～正午	14日(木) 午後2時	8日(金) 28日(木) 午前9時30分	
上井草 (上井草3-8-19) ☎3394-1212	27日(水)	-	-	28日(木)	午前 27日(水) 午後 13日(水)	-	午前9時～正午	12日(火) 午後1時30分	18日(月) 午後1時30分	
和泉 (和泉4-50-6) ☎3313-9331	14日(木)	12日(火) 19日(火)	-	21日(木)	午前 14日(木) 午後 27日(水)	-	午前9時～正午	20日(水) 午前10時	5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、予防接種予診票が必要な方は、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。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。チェーン錠をつけるなど各自ご注意ください。

歯の健康相談 9日(土)午後2時～4時30分。問い合わせは、杉並区歯科医師会(阿佐谷南3-34-3 ☎3393-0391)へ。

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

施設情報

セシオン杉並(高円寺地域区民センター・社会教育センター)の休館

セシオン杉並(高円寺地域区民センター・社会教育センター)は、設備の老朽化が著しいため、大規模改修工事を実施しています。これに伴い、5年4月末(予定)まで休館します(新型コロナワクチンの接種会場となったため、休館期間が変更となりました)。

休館期間中は、近隣の地域区民センター、区民集会所、区民会館などの施設をご利用ください。

なお、セシオン杉並内の高円寺区民事務所は、11月1日(月)～5年4月28日(金)の間は地域包括支援センターケア24松ノ木2階(松ノ木3-3-4)に仮移転します。

☎地域課高円寺地域活動係☎3317-6561、高円寺区民事務所仮移転については区民課管理係

募集します

塚山公園、13公園維持管理業務の委託事業者

☎期間=4～6年度▶募集方法=公募型プロポーザル方式▶公募期間=10月4日(月)～18日(月) ☎公園、庭園施設またはこれに類する施設における管理業務の実績を有し、当該施設の管理運営業務を円滑に遂行できる区内の法人・その他の団体 ☎みどり公園課管理係 ☎詳細は、区ホームページ参照

学校運営協議会委員

☎4年1月から学校運営協議会に出席(月1回程度)ほか▶募集校・人数=桃井第一小学校(桃井2-6-1)=4名▶資格=募集校の通学区域または隣接する通学区域に在住・在勤・在学中で、4年1月1日時点で18歳以上の方▶報酬=4000円(協議会への出席1回につき)▶任期=2年 ☎申込書(学校支援課〈区役所東棟6階〉)、募集校で配布。区ホームページからも取り出せ

ます)に作文「学校運営協議会委員を志望する理由」(800字程度)を添えて、10月15日(必着)までに学校支援課へ郵送・持参 ☎同課 ☎書類審査合格者には面接を実施(11月上旬予定)。応募書類は返却しません

相談

不動産総合相談会

調査・売買・登記など、不動産に関するあらゆる問題に、区内の関係団体の専門家が答えます。

☎10月1日(金)午前10時～午後4時 ☎区役所1階ロビー ☎各杉並支部事務局(東京土地家屋調査士会☎3323-3431/東京宅地建物取引業協会☎3311-4937/東京司法書士会☎5913-7452) ☎関係資料がある場合は持参

住民税(特別区民税・都民税)夜間電話相談

昼間に連絡することが難しい方を対象に夜間の電話相談を実施します。

☎9月21日(火)午後5時～8時30分 ☎納税課☎5307-0634・0636

特別相談「多重債務110番」を実施します

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。

☎9月29日(水)・30日(木) ☎相談方法=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

その他

住民基本台帳の閲覧状況の公表

4～6月の住民基本台帳法に基づく住民基本台帳の一部の写しの閲覧状況を公表しています。

◆住民基本台帳の一部の写しの閲覧とは

住民基本台帳に記録されている項目のうち、氏名・住所・生年月日・性別の4項目を閲覧するものです。閲覧申請が認められた場合、必要最小限の範囲で前述4項目の閲覧が可能となります。

◆閲覧が認められる理由

- 原則、以下の理由以外認められません。
 - ・官公庁が職務として請求する場合
 - ・公益性の高い調査研究に利用する場合
 - ・公共的団体が公益性の高い活動に利用する場合
- ※閲覧の際は区職員が立ち会います。
☎区民課住民記録係

「令和3年8月大雨災害義援金」にご協力をお願いします

◇日本赤十字社での受け付け

【受付期間】 4年3月31日まで
【入金方法】「ゆうちょ銀行・郵便局 口座記号番号00190-2-697167 口座加入者名 日赤令和3年8月大雨災害義援金」へ振り込み
※受領証の発行は、通信欄に「受領証希望」と記入。窓口での取り扱いの場合、振替手数料はかかりません。

◇区役所にも義援金箱を設置します

【設置期間】 4年3月31日まで
【設置場所】 保健福祉部管理課地域福祉推進担当(区役所西棟10階) / 休業日を除く
☎保健福祉部管理課地域福祉推進担当

4年3月31日まで

新型コロナウイルス感染症対策特例資金を拡充し申込期間を延長します

「新型コロナウイルス感染症対策特例資金(経営安定運転特例資金・経営安定運転特例小口資金)」は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、売上げが減少した区内中小企業が、3年間無利子で融資を受けることができる制度です。

10月1日申し込み分から限度額を拡大・据え置き期間を拡充するため、開会中の第3回区議会定例会に関連する予算案を計上しています。詳細は、区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。



— 問い合わせは、産業振興センター就労・経営支援係☎5347-9077へ。

申込受付期間	4年3月31日まで
限度額	700万円→1200万円 ※現在、新型コロナウイルス感染症対策特例資金を利用している場合は、その残高と合わせて1200万円以内。
返済期間(うち据え置き期間)	7年以内(6カ月→1年以内)
本人負担率	貸し付けから3年間=0.00%、3年経過後=0.48%(年利)
対象者	新型コロナウイルス感染症の影響により、最近1カ月の売上高が次の①～③のいずれかに該当する方 ①前年同期と比較して減少している ②前々年同期と比較して減少している ③最近1カ月を含む最近3～6カ月の平均売上高と比較して減少している
資金使途/信用保証料	運転資金/全額補助

ありがとうございました

新型コロナウイルス感染症に係る寄贈



寄贈された物品は、新型コロナウイルス感染症の予防・拡大防止に活用します。
—— 問い合わせは、総務課総務係へ。

主な寄贈品と寄贈者(8月1日現在)

- ※「広報すぎなみ」7月15日号以前掲載分を除く。
- アルコール除菌スプレー：匿名分=4本

国民健康保険加入のみなさんへ

新型コロナウイルス感染症に伴う傷病手当金の適用期間を延長します

12月31日(金)まで

杉並区国民健康保険加入で、新型コロナウイルス感染症に感染または感染が疑われ、療養のため労務に服することができない方に支給している傷病手当金の適用期間を、12月31日まで延長します。支給を受けるためには申請が必要です。必ず事前に電話で、お問い合わせください。詳細は、区ホームページをご覧ください。

☎国保年金課国保給付係☎5307-0642

区内空間放射線量等測定結果

8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、区ホームページをご確認ください。

☎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

屋外の移動が困難な障害のある方へ

移動支援事業を見直しました

屋外での移動が困難な障害のある方に対し、余暇活動のための外出などの際に付き添い、支援するガイドヘルパーを派遣する移動支援事業を、3年度からより利用しやすくなるよう見直しました。

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、障害者施策課管理係へ。



項目	見直し後の内容
余暇活動の充実 （多様化した生活に合わせた見直し）	<ul style="list-style-type: none"> ●通所帰りなど自宅を始点・終点としないことも可 ●プールの送迎についてプール内での見守り支援も可 ●利用上限時間について年単位での選択も可
社会参加の機会の充実 （一人ひとりの障害に応じた見直し）	<ul style="list-style-type: none"> ●通学支援も事業の対象として、保護者などの付き添いが困難な場合、個々の状況に応じた時間での利用も可 ●精神障害者や肢体不自由者などの支給決定にあたり、障害の程度などによる一律の判断基準を一部緩和し、利用希望者の移動の困難さを個々に審査
事業者への支援 （ヘルパー不足に対応した見直し）	<ul style="list-style-type: none"> ●支援内容に合わせた単価区分の見直しと単価金額の引き上げ ●ガイドヘルパー1人が複数の障害者の同時支援（グループ支援）も可

区民意見を募集します

【ご意見をお寄せください】

◇意見提出方法

はがき・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（在勤の方は勤務先の名称と所在地、在学の方は学校名と所在地、事業者は事業所名と所在地・代表者の氏名）を記入（区ホームページにもご意見を書き込めます）。

※いただいた主な意見の概要とそれに対する区の考え方などは、後日公表する予定。

第11次杉並区交通安全計画（案）

◇計画の経緯

区では、交通安全に関する総合的な施策を定め、計画的に推進していくため、交通安全計画を策定し、取り組みを実施してきました。昭和46年に第1次を策定し、5年を計画期間として、これまで10次にわたり策定してきましたが、第10次計画（平成28～令和2年度）の期間が終了したことから、第11次計画を策定することとなりました。この計画は交通安全対策基本法により、国や東京都の計画に基づき作成するものです。

◇計画の期間

3～7年度の5年間

◇計画の趣旨

人命尊重の理念に立ち、区内の交通事故の防止、交通事故死傷者を無くすこと等を目標とし、関係機関と連携しながら、交通安全施策を計画的に推進するものです。

◇計画の目標数値

- ・交通事故件数を10%減の754件以下
- ・交通事故死者数を0人
- ・自転車の交通事故関与件数を10%減の330件以下
※2年は交通事故件数838件、死者数3名、自転車関与件数367件。

◇意見提出先・問い合わせ先

杉並土木事務所交通安全係（〒166-0015成田東3-17-30 ☎3315-4178 ☎3316-9932 ✉DOBOKU-J@city.suginami.lg.jp）

◇閲覧場所（各休業日を除く）

杉並土木事務所、区政資料室（区役所西棟2階）、区民事務所、図書館

◇閲覧・意見募集期間（必着）

10月15日まで

9～11月は杉並区健康づくり推進期間

区内事業者の方へ 屋内施設は原則禁煙です

—— 問い合わせは、杉並保健所健康推進課健康推進係 ☎3391-1355へ。

「健康増進法」「東京都受動喫煙防止条例」により、多くの方が利用する施設では、原則、屋内禁煙です。

対象になる施設は右表のように区分され、それぞれ規制の内容が定められており、違反者には罰則（過料等）が適用される場合があります。

喫煙専用室を設ける場合も、国が示す基準を満たす必要があります。飲食等、喫煙以外のことはできません。また、飲食店では、店頭到店内の喫煙に関する標識を掲示することが義務付けられています。

類型	対象施設	規制内容
第一種施設	幼稚園・保育所・小学校・中学校・高等学校ほか	敷地内禁煙。屋外に喫煙場所設置不可
	病院・児童福祉施設・行政機関・大学ほか	敷地内禁煙。屋外に喫煙場所設置可
第二種施設	第一種施設と喫煙目的施設以外で、多数の者が利用する施設（オフィス・事務所、従業員（※1）のいる飲食店ほか）	原則、屋内禁煙。屋内に喫煙専用室と指定たばこ専用喫煙室（※2）の設置可
	次の全てを満たす飲食店 ・2年4月1日現在で既に営業している ・客席面積100㎡以下 ・中小企業（資本金5000万円以下）または個人経営 ・従業員がいない	屋内禁煙または喫煙を選択可（経過措置）（※3）
喫煙目的施設	たばこ販売店、たばこの対面販売をしているなど一定条件を満たしたバーやスナック	喫煙可

※1「従業員」とは、労働基準法第9条に規定する労働者（アルバイト、パートタイムなども含む）。
※2「指定たばこ専用喫煙室」とは、加熱式たばこに限り、喫煙しながら飲食等ができる喫煙室。
※3 喫煙可とした場合は、届け出が必要です。



外出自粛で自宅に“こもりきり”になっていませんか？

介護予防講演会



外出自粛が続き、運動や人とのつながりの機会が減ってしまうと、心身の機能や活力が低下しがちです。

「いつまでも元気にいきいきと自分らしく毎日を過ごせるように」自宅でできる効果的な運動プログラムや口腔体操をご案内します。

各講演会の参加者に
サコッシュを
プレゼント！

※各講演会でデザインが異なります



何歳からでもはじめられる体力づくり 「自宅でできる効果的な運動プログラム」

10月6日(水) 午後2時30分～4時30分

☑ウェブアプリ「Biosignal Art」・運動の効果と自宅でできるトレーニング方法を紹介
☒順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科教授・町田修一（右写真）



◀サコッシュデザイン

口腔機能の向上を楽しく続ける 「自宅で、絶対続けられる健口体操」

10月8日(金) 午後2時～4時

☑オーラルフレイルとは、自宅でできる健口体操
☒東京都健康長寿医療センター歯科口腔外科部長・平野浩彦（右写真）



◀サコッシュデザイン

いずれも

☒西荻地域区民センター（桃井4-3-2） ☒区内在住・在勤・在学の方 ☒100名（申込順） ☒☎電話で、荻窪保健センター☎3391-0015

10月は乳がん月間

乳がん検診を受診 しましょう



乳がんは、日本人女性の9人に1人がかかると言われています（出典＝国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」）。「乳がんになるとしこりができる」といわれていますが、小さながんは外から触れても分からない場合があります。早期の乳がん発見にはマンモグラフィーによる検診が必要です。40歳になったら、2年に1回、定期的に検診を受けましょう。

—— 問い合わせは、杉並保健所健康推進課健診係☎3391-1015へ。

週末に検診車で乳がん検診を！

平日の受診が難しい方などを対象に、乳がん検診を実施します。

☒10月23日(土)・30日(土)午前9時～午後3時30分 ☒場杉並保健所（荻窪5-20-1） ☒問診・乳房エックス線検査（マンモグラフィー） ☒区内に住居登録があり、2年4月1日～申込日時時点で乳がん検診を受診していない40歳以上（4年3月31日時点）の女性で、次の①～⑦に当てはまらない方①乳腺疾患で治療中・経過観察中②妊娠中・授乳中・断乳直後（6カ月以内）③豊胸手術（注入などを含む）を受けた④水頭症シャント術をしている⑤ペースメーカー等を装着している⑥2年度または3年度に同様の乳がん検診を受診した⑦職場等で乳がん検診を受診できる ☒各50名（申込順） ☒各500円（クーポンをお持ちの方は無料） ☒☎電話で、杉並保健所健康推進課健診係 ☒撮影技師は女性



70歳になる方へ

もの忘れ予防検診



区では、認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、認知症の「予防」とともに「共生」を車の両輪として認知症施策を推進しています。今年度から、新たに医師による問診等を行う「もの忘れ予防検診」を11月～4年1月に実施します。

認知症を予防するためには、早く気付くことが大切です。検診案内が届いた方は、同封してある自己チェックリスト等をぜひご覧ください。

☒対象者 昭和26年4月2日～27年4月1日に生まれた方

☒案内発送時期 10月初旬

☒高齢者在宅支援課地域包括ケア推進係

広告

夫婦 親子 相続 借金

私たち弁護士にお悩みをご相談ください

弁護士法人 鎧橋法律事務所 杉並支所
よろいばしすぎなみ 03-5929-8966

新高円寺駅徒歩3分の法律事務所です
法律相談（土曜限定）予約受付中（税込1時間 11,000円）

※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。