

すぎなみ地域大学

令和3年度 募集案内

10月→12月

「すぎなみ地域大学」は、
地域活動に必要な知識・技術を学び、
仲間をひろげ、地域で活躍する人材を育成するしくみです。
すぎなみで、地域活動の一步を踏み出しませんか。

地域活動 **基礎** コース

まちを知る！
大人の自由研究

11/2 (火)スタート
午後2時～4時半
全5回

地域活動 **基礎** コース

活動前の
スキルアップゼミ

11/8 (月)スタート
午後2時～4時
※最終回のみ4時半まで
全4回

詳しくは
こちらを
ご覧ください



地域活動の一步を、ここから

すぎなみ地域大学

令和3年度 募集案内

10月 → 12月



見つける、
わたしの
ライフワーク。



地域活動 **実践** コース

知的障害者
ガイドヘルパー
講座

10/16 (土)スタート
午前～午後
※時間は各回で異なります
全4回

地域活動 **実践** コース

認知症高齢者家族
安らぎ支援員
講座

10/7 (木)スタート
午前10時～11時半
全6回

地域活動 **実践** コース

みどりの
ボランティア
講座

10/29 (金)スタート
午後1時半～4時半
全6回



地域活動 **実践** コース

救急協力員講座

10/24 (日) いずれも
午前9時半～午後0時45分

11/20 (土)

12/3 (金)

上記のうち1日

地域活動 **実践** コース

福祉車両
運転協力員
講座

11/14 (日)スタート
午前～午後
※時間は各回で異なります
全3回

地域活動 **実践** コース

救急協力員
上級講座

11/24 (水)
午前9時半～午後5時45分

地域活動 **基礎** コース

- まちを知る！大人の自由研究
- 活動前のスキルアップゼミ

地域活動 **実践** コース

- 知的障害者ガイドヘルパー講座
- 認知症高齢者家族安らぎ支援員講座
- 福祉車両運転協力員講座
- みどりのボランティア講座
- 救急協力員講座
- 救急協力員 上級講座

見つける、
わたしの
ライフワーク。



すぎなみ地域大学 募集案内 CONTENTS

●すぎなみ地域大学とは	...	3
●すぎなみ地域大学 受講 Q&A	...	3
●地域活動基礎コース		
・まちを知る！大人の自由研究	...	4
・活動前のスキルアップゼミ	...	5
●地域活動実践コース		
・知的障害者ガイドヘルパー講座	...	6
・認知症高齢者家族安らぎ支援員講座	...	7
・福祉車両運転協力員講座	...	8
・みどりのボランティア講座	...	9
・救急協力員講座	...	10
・救急協力員 上級講座	..	11
●すぎなみ地域大学 会場案内	...	13
●申し込み方法（8月15日募集開始）	...	14
●受講申込書	...	15

感染症対策についての お願い

- ・感染症予防のため
定員を減らして開講します。
- ・受講中はマスクの着用にご協力ください。
- ・手指の消毒にも、
ご協力をお願いします。



ナミー



なみすけ

すぎなみ地域大学とは

地域活動に必要な知識・技術を学び、仲間を助け、区民の皆様が地域社会に貢献する人材、協働の担い手として活躍するための仕組みとして、平成18年4月に開校し、これまでに16,000人を超える方が学びました。

講座修了後は、多くの方が区のボランティアに登録したり、NPO法人などの団体に加入したり、仲間で団体を立ち上げる(26団体)など、学んだ知識を活かして様々な分野の地域活動に参加しています。



すぎなみ
地域大学

すぎなみ地域大学は
学ぶ楽しさと
まちに貢献する喜びを
皆様にご提供します。

すぎなみ地域大学基本理念

- 1 区民の社会貢献意欲を喚起し、自らの学びの成果を地域社会の中で活かす「協働の担い手」を育てる
- 2 地域貢献活動を担うNPO団体等を人材面から支援し、相互に連携・協力して「協働の輪」を広げる
- 3 地域の課題解決に向け、区民が知恵と力を出し合い取り組む「協働社会の基盤」をつくる

すぎなみ地域大学 受講 Q&A

基礎コースと実践コースは
何が違いますか。

「地域活動基礎コース」は、これから地域で何か活動したいという方のきっかけをつくるコースです。地域活動が何かを考えることから始めます。「地域活動実践コース」は、講座修了後に、学んだ知識を活かして区のボランティアやNPO法人等の団体に登録するなどして地域活動を実践していただくためのコースです。

はじめての受講を検討しています。
どのような講座がおすすめですか。

地域活動をしてみたいけれどまだ具体的にやりたいことが見つからない、という方は「地域活動基礎コース」の講座をご受講ください。人と話すワークや自己分析などで、何に関心があるか、どんな適性があるかを発見していきます。

複数の講座を申し込んでも
よいのですか。

申し込みいただける講座数に制限はありませんが、どの講座も内容が濃く、特に「地域活動実践コース」の講座は、受講後に活動ができる方を対象としています。受講後の活動も視野に入

れ、ご自身で無理なく受講できる講座数をお申し込みください。

全回出席できませんが、
受講できますか。

講座の受講は、原則として全回出席できることが条件となっております。やむを得ず欠席となる場合は仕方ありませんが、はじめから欠席がわかっている場合には受講申し込みを控えていただくよう、お願いいたします。

感染症対策は
どのようにしていますか。

新型コロナ対策として、今年度は受講人数をおおよそ半数に減らして実施しています。また、窓開け、サーキュレーターによる換気を徹底し、密にならないようにしています。受講生のみなさまには、マスク着用と手指の消毒のご協力をお願いしています。その他東京都のガイドラインに従って感染症対策を実施していますが、ご心配なことがあれば運営スタッフにお尋ねください。

自転車で行っても
大丈夫ですか。

各施設に駐車場がありますのでご利用ください。自家用車での来場はご遠慮ください。

みなさまの学びの時間が、
充実したものになるよう、
しっかりとした環境づくりを
していきます。
ご心配なことがあれば、
お気軽にお声掛けください。



まちあわせ
街逢瀬マチコ
©2020 MIHO ITO

まちを知る！ 大人の自由研究

ボランティア活動や地域活動をするためには……。まずは自分が住んでいる地域のことを知ることが大切です。この講座では、“まち”を知るための方法を学びます。NHKのアナウンサーとして取材を行い、後進の指導にあたってきたすぎなみ地域大学の木原秋好学長（元NHKアナウンス室長）等のアドバイスを受けながら、実際に調査を行い、成果の発表まで行う講座です。自分が住んでいる“まち”の課題や可能性に気づき、自信を持って第一歩を踏み出しましょう。

- 【日 時】 令和3年11月2日(火)開講 午後2時～午後4時30分(全5回)
- 【会 場】 杉並区役所分庁舎(成田東4-36-13)
- 【講 師】 すぎなみ地域大学学長 木原秋好(元NHKアナウンス室長)
- 【対 象 者】 区内在住・在勤・在学の方
- 【定 員】 12名
- 【受講料】 無料
- 【募集締切】 10月5日(火)
- ※受講の可否は10月15日(金)ごろ郵送でお知らせします。
- 【事業担当課】 地域課(すぎなみ地域大学担当)



木原秋好学長

●日程と内容

回	日 時	内 容
1	11月2日(火) 午後2時 ～午後4時30分	【オリエンテーション】 【調べる対象と方法を選ぶ】 数字で見る杉並、統計を読み解く
2	11月9日(火) 午後2時 ～午後4時30分	【実際の調査とこつ】 インタビューで人に聞く。グループワークで様々な視点から掘り下げる
3	11月15日(月) 午後2時 ～午後4時30分	【調べるための計画をつくる】 計画の立て方と調査研究のマネジメント
4	11月30日(火) 午後2時 ～午後4時30分	【中間発表をする】 調査研究の修正
5	12月14日(火) 午後2時 ～午後4時30分	【成果を発表する】 よくわかるプレゼンテーション



こんな方におすすめ

- ・何か調査したり、発表したりすることが好きな方
- ・何か自分の住む「まち」について気になっていることがある方
- ・この「まち」についてもっと知りたい、関わりたいと思う方

地域活動に活かせる 5つの力を身につけよう 活動前のスキルアップゼミ

どのような地域活動にも活かせる5つの力を、グループワークを通じて身につける講座です。情報収集力、コミュニケーション力、アイデア力、発信力、マネジメント力。これら5つの力を向上させることで、地域活動に踏み出す不安をなくします。そして、活動の中で自身のどのような力が活かせるのか、イメージを持つことができます。また、各回で実際に地域活動を行なっている方にお話しをしていただくので、どのような活動があるのか知ることができ、より具体的な活動イメージをふくらませることができます。

- 【日 時】 令和3年11月8日(月)開講 午後2時～午後4時(全4回) ※第4回のみ、午後2時～午後4時30分まで
- 【会 場】 杉並区役所分庁舎(成田東4-36-13)
- 【対 象 者】 区内在住・在勤・在学の方
- 【定 員】 16名
- 【受講料】 無料
- 【募集締切】 10月5日(火)
- ※受講の可否は、10月15日(金)ごろ郵送でお知らせします。
- 【事業担当課】 地域課(すぎなみ地域大学担当)

●日程と内容

回	日 時	内 容	講 師
1	11月8日(月) 午後2時 ～午後4時	【コミュニケーションスキルを上げて、情報収集しよう】 つくろう、すぎなみ検定① すぎなみの魅力再発見 ●地域活動ゲストトークあり	ひらがなネット株式会社 吉澤弥重子
2	11月22日(月) 午後2時 ～午後4時	【集めた情報を使って、アイデアを形にしよう】 つくろう、すぎなみ検定② 問題を作ろう ●地域活動ゲストトークあり	ひらがなネット株式会社 戸嶋浩子
3	11月29日(月) 午後2時 ～午後4時	【発信力を身につけ、活動を伝えよう】 SNS 活用 入門編 ●地域活動ゲストトークあり	ひらがなネット株式会社 清水果苗
4	12月6日(月) 午後2時 ～午後4時30分	【自分の役割を発見しよう】 チームマネジメントの基礎を学び、自分の役割を考える ●すぎなみ地域検定トライアル ●杉並区の地域活動についてのご案内	NPO 法人 CR ファクトリー 呉哲煥 氏 区・地域課長



こんな方におすすめ

自分がどのような地域活動に向いているかわからない、地域活動でどのようなスキルを生かせるか知りたい、といった、これから地域活動を始めたい方向けの講座です。ワークを通して楽しく学んでいきますので、地域活動への入口として、ぜひ受講してみてください。

知的障害者 ガイドヘルパー講座

一人で外出するのに困難を伴う知的障害の方に付き添い、余暇・社会参加をお手伝いするガイドヘルパーとして活動するための知識や技術を学ぶ講座です。座学だけでなく、実習や事業所紹介も行います。
障害のある方に寄り添い、積極的に福祉活動を行う意欲のある方を求めています。

【日 時】令和3年10月16日(土)開講（全4回）※時間は各回で異なります。
【会 場】杉並区役所分庁舎(成田東4-36-13)下の表でご確認ください。
【対 象 者】区内在住・在勤・在学の方

【その他特別な条件】
知的障害者の移動支援事業従事者資格(介護福祉士等)をお持ちでない方

【定 員】18名
【受講料】2,000円
【募集締切】9月26日(日)
※受講の可否は、書類審査の上、10月4日(月)ごろ郵送でお知らせします。
【事業担当課】障害者施策課



●日程と内容

回	日 時	内 容	講 師
1	10月16日(土) 午前9時～午後5時	開講式 ホームヘルプサービス概論 ホームヘルパーの職業倫理 障害者(児)福祉の制度とサービス ガイドヘルパーの制度と業務	社会福祉法人同愛会 阿部陽平 氏 小泉賢貴 氏 森川慶太 氏 古山恵治 氏
2	10月17日(日) 午前9時～午後5時30分	知的障害者の疾病・障害の理解 障害者(児)の心理 移動支援の基礎知識 実習オリエンテーション	社会福祉法人同愛会 阿部陽平 氏 小泉賢貴 氏 森川慶太 氏 古山恵治 氏
3	10月18日(月) ～12月15日(水) のうち1日	移動支援実習 移動の支援に係わる技術 ※実習の詳細は講座内で お知らせします。	社会福祉法人同愛会 阿部陽平 氏 小泉賢貴 氏 森川慶太 氏 古山恵治 氏 大川原ゆみ子 氏
4	12月19日(日) 午前9時30分～正午	修了証明書の授与 実習のふりかえり 区内事業所紹介	区・障害者施策課職員 社会福祉法人同愛会 森川慶太 氏

講座
修了後
は？

講座修了後は、移動支援事業所（区が委託する杉並区内の事業所は約80所あります）にガイドヘルパーとして登録し、知的障害の方の移動支援に従事することができます。

認知症高齢者家族 安らぎ支援員講座



認知症の高齢者を在宅で介護している家族の負担軽減及び休息を支援し、本人や家族介護者の生活の質の向上を図る「安らぎ支援員」として活動するために必要な知識・技術を学ぶ講座です。

【日 時】令和3年10月7日(木)開講 午前10時～午前11時30分(全6回)
【会 場】杉並区役所分庁舎(成田東4-36-13)
【対 象 者】区内在住の方
【定 員】10名
【受講料】3,000円
【募集締切】9月14日(火) ※受講の可否は、9月24日(金)ごろ郵送でお知らせします。
【事業担当課】高齢者在宅支援課

●日程と内容

回	日 時	内 容	講 師
1	10月7日(木) 午前10時～午前11時30分	オリエンテーション 認知症サポーター養成講座	NPO 法人ともしび会 事務長 小林善和 氏 (キャラバンメイト・回想療法講師)
2	10月14日(木) 午前10時～午前11時30分	「認知症を予防する脳環境をつくる ～楽しいおしゃべり回想法～」	NPO 法人ともしび会 事務長 小林善和 氏 (キャラバンメイト・回想療法講師)
3	10月28日(木) 午前10時～午前11時30分	傾聴のお話 ～優しい聴き手になるために～	NPO 法人ともしび会 事務長 小林善和 氏 (キャラバンメイト・回想療法講師)
4	11月11日(木) 午前10時～午前11時30分	家族や認知症の方を支援する 制度や仕組みについて	ケアプランえん 管理者 今泉淳一郎 氏 (主任居宅支援専門員)
5	11月18日(木) 午前10時～午前11時30分	傾聴技法の実践 ～演習から学ぶ～	NPO 法人ともしび会 事務長 小林善和 氏 (キャラバンメイト・回想療法講師)
6	11月25日(木) 午前10時～午前11時30分	研修総括 今後の活動について	NPO 法人ともしび会 安らぎ支援コーディネーター

講座
修了後
は？

講座修了後、希望する方は区の「安らぎ支援員」に登録します。ボランティアとして認知症高齢者を在宅で介護する家族宅へ訪問し、家族や高齢者本人の話し相手、高齢者の見守りを行うなど、家族介護者の負担の軽減を図ります。活動に際し、身体介護は伴いません。

福祉車両 運転協力員講座

「福祉有償運送」（移動サービス）の運転協力員として活動するため、「道路運送法及び施行規則」に基づく知識や技術を学ぶ講座です。

「福祉有償運送」とは、移動困難者（要介護者、障害者など）の移動手段が公共交通機関での利用が難しい場合、NPO法人等が会員に自家用車等で行う個別移動サービスです。

- 修了証の取得には、3回すべての講座への出席が必要となります。講座を1回でも欠席（遅刻・早退も含みます）されますと修了証は交付されませんので、ご注意ください。

【日 時】令和3年11月14日(日)開講（全3回）※時間は各回で異なります。
 【会 場】杉並区役所分庁舎(成田東4-36-13) 下の表でご確認ください。
 【対 象 者】区内在住・在勤・在学の方

【その他特別な条件】
 免許取得後3年以上経過した概ね68歳未満の方(過去3年以内に免許停止以上の処分なし)

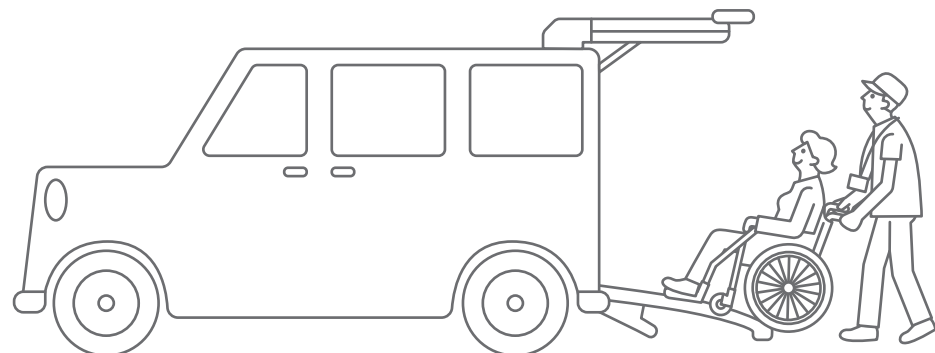
【定 員】18名
 【受 講 料】1,500円
 【募 集 締 切】10月19日(火)
 ※受講の可否は、10月29日(金)ごろ郵送でお知らせします。
 【事業担当課】保健福祉部管理課

●日程と内容

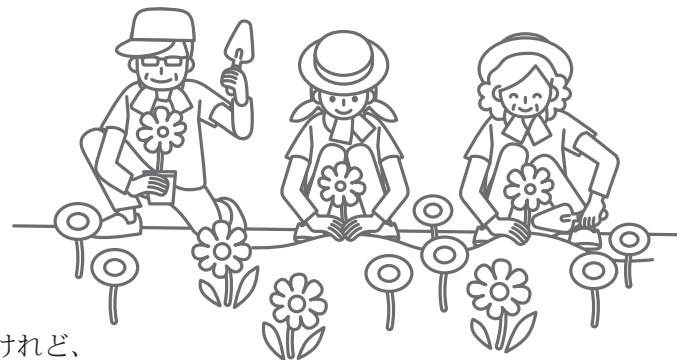
回	日 時	内 容	会 場
1	11月14日(日) 午前10時～午後4時50分	オリエンテーション 移動サービスの概要	区役所分庁舎 (成田東 4-36-13)
2	11月21日(日) 午前9時30分～午後4時50分	接遇・介助について 移動サービスの運転／緊急対応と安全運転 利用者理解／福祉有償運送団体紹介	区役所分庁舎 (成田東 4-36-13)
3	11月28日(日) 午前9時30分～午後5時30分	介助実技 福祉車両の取扱い実技 セダン等乗降介助実技 講評とまとめ	井草森公園 (旧杉並中継所 井草 4-15-18)

講座
修了後
は？

講座修了後は、NPO団体（福祉有償運送団体）等に登録後、障害者・高齢者などの移動困難者の福祉有償運送の運転協力員として活動します。活動日・時間等は、登録するNPO団体と相談のうえ決定します。



みどりの ボランティア講座



みどりに興味があり、みどりに関するボランティアをしたいけれど、「何をしたらいいかわからない」という方のためのボランティア入門講座です。座学だけではなく、区内のみどり散策や剪定、花壇の植付けなどの体験実習も行います。地域のみどりを守り、育てるボランティア活動に理解と意欲のある方を求めています。

【日 時】令和3年10月29日(金)開講 午後1時30分～午後4時30分(全6回)
 【会 場】杉並区役所分庁舎(成田東4-36-13) ※「実習体験」の回は会場が変わります。
 【対 象 者】区内在住・在勤・在学の方 下の表でご確認ください。
 【定 員】18名
 【受 講 料】無料
 【募集締切】10月5日(火) ※受講の可否は、10月15日(金)ごろ郵送でお知らせします。
 【事業担当課】みどり公園課

●日程と内容

回	日 時	内 容	講 師
1	10月29日(金) 午後1時30分 ～午後4時30分	オリエンテーション ボランティア活動の始め方	区・みどり公園課担当職員 NPO 法人ナチュラルリングトラスト 副代表 / 事務局長 小出仁志 氏
2	11月12日(金) 午後1時30分 ～午後4時30分	【実習体験】荻窪駅⇒浜田山方面 区内のみどり散策	公益財団法人日本花の会・樹木医 和田博幸 氏 区・みどり公園課担当職員
3	11月26日(金) 午後1時30分 ～午後4時30分	【実習体験】井草森公園 冬花壇の植付け	一級造園施工管理技士・ グリーンアドバイザー 吉野華恵 氏
4	12月10日(金) 午後1時30分 ～午後4時30分	【実習体験】 梅里区民集会所・梅里中央公園 中低木の剪定	株式会社大場造園 大場二郎 氏
5	令和4年1月14日(金) 午後1時30分 ～午後4時30分	杉並の自然を知る（生物多様性）	東京大学総合研究博物館 須田真一 氏
6	令和4年2月4日(金) 午後1時30分 ～午後4時30分	まとめ (今後のボランティア活動について) みどりのボランティア杉並活動紹介	NPO 法人ナチュラルリングトラスト 副代表 / 事務局長 小出仁志 氏 区・みどり公園課担当職員

講座
修了後
は？

「みどりのボランティア杉並」に登録することができ、公園やいこいの森等の樹木剪定や落ち葉掃きなどの維持管理、区主催の「みどりのイベント」「落ち葉感謝祭」等でボランティア活動を行います。また、「みどりの新聞編集グループ」では、区が発行する緑化に関する情報紙を協働で編集する活動も行っています。

救急協力員講座

あなたの大切な人が突然倒れたら、あなたは冷静に対応できますか？ 身近な場所で傷病者が発生したときに、医師や救急隊が到着するまでの間、適切な応急救護活動を行うための知識や技術を学ぶ講座です。東京消防庁認定の普通救命講習及び杉並区の救命救急体制の現状や救急協力員制度の概要・役割についての講義のほか、主に実習形式で心肺蘇生法とAED（自動体外式除細動器）の操作方法等を学びます。

★講座修了後は東京消防庁発行の救命技能認定証が交付され、救急協力員として杉並区に登録されます。救急協力員は杉並保健所で行う応急手当自主研修会、及び専門研修会にて技能を向上させることができます。

● ①～③、いずれかの1日をご受講ください。

日程①
<p>【日 時】 令和3年10月24日(日) 午前9時30分～午後0時45分</p> <p>【会 場】 杉並保健所(荻窪5-20-1) 地下一階講堂</p> <p>【募集締切】 9月30日(木)</p> <p>※受講の可否は10月8日(金)ごろ郵送でお知らせします。</p>
日程②
<p>【日 時】 令和3年11月20日(土) 午前9時30分～午後0時45分</p> <p>【会 場】 杉並保健所(荻窪5-20-1) 地下一階講堂</p> <p>【募集締切】 10月28日(木)</p> <p>※受講の可否は11月8日(月)ごろ郵送でお知らせします。</p>
日程③
<p>【日 時】 令和3年12月3日(金) 午前9時30分～午後0時45分</p> <p>【会 場】 杉並区役所分庁舎(成田東4-36-13)</p> <p>【募集締切】 11月11日(木)</p> <p>※受講の可否は11月19日(金)ごろ郵送でお知らせします。</p>

【対 象 者】 区内在住・在勤・在学の方(16歳以上)

【その他特別な条件】
区内在住・在勤・在学の方(16歳以上)で「救命技能認定証」をお持ちでない方が対象です。既に認定証をお持ちの方(期限切れの方を含む)や、救急協力員、まちかど救急隊に登録している方は受講できません。

【定 員】 各回 12名

【受 講 料】 500円 ※活動に対する報酬・交通費等の支給はありません。

【事業担当課】 健康推進課

講座修了後は？

救急協力員として杉並区に登録されます。救急協力員は杉並保健所で行う応急手当自主研修会及び専門研修会にて技能を向上させることができます。

救急協力員 上級講座

身近な場所で傷病者が発生した時に、医師や救急隊が到着するまでの間、適切な応急救護活動を行うための知識や技術を学ぶ講座です。

東京消防庁認定の普通救命講習で行う成人の心肺蘇生、AED（自動体外式除細動器）の使用方法、窒息の手当、止血の方法に加え、小児・乳児の心肺蘇生、傷病者管理、外傷の応急手当、搬送法の講習及び杉並区の救命救急体制の現状や救急協力員制度の概要・役割についての講義を行います。

★講座修了後は東京消防庁発行の上級救命技能認定証が交付され、救急協力員として杉並区に登録されます。救急協力員は杉並保健所で行う応急手当自主研修会、及び専門研修会にて技能を向上させることができます。

【日 時】 令和3年11月24日(水) 午前9時30分～午後5時45分

【会 場】 杉並区役所分庁舎(成田東4-36-13)

【対 象 者】 区内在住・在勤・在学の方(16歳以上)

【その他特別な条件】
※「上級救命技能認定証」や「応急手当普及員認定証」をお持ちでない方が対象です。既にどちらかの認定証をお持ちの方(期限切れの方を含む)は受講できません。なお救急協力員に未登録の方を優先いたします。

【定 員】 12名

【受 講 料】 1,000円

【募集締切】 10月31日(日) ※受講の可否は11月10日(水)ごろ郵送でお知らせします。

【事業担当課】 健康推進課

AEDとは



心臓がけいれんし血液を送り出すポンプ機能を失った状態(心室細動)になった際、心臓に対して電気ショックを与え、正常なリズムに戻すための医療機器です。医療従事者でない一般市民でも利用できるようになり、杉並区でも区役所、地域区民センター、保健センター、ゆうゆう館、図書館、体育館、プール、区立小・中学校・保育園など人が多く集まるところに設置しています。



わたしの地域活動メモ

●自分の経験・興味・やる気を整理してみましょう



どんなことに興味がある？

どんな性格？

チャレンジしてみたいことは？

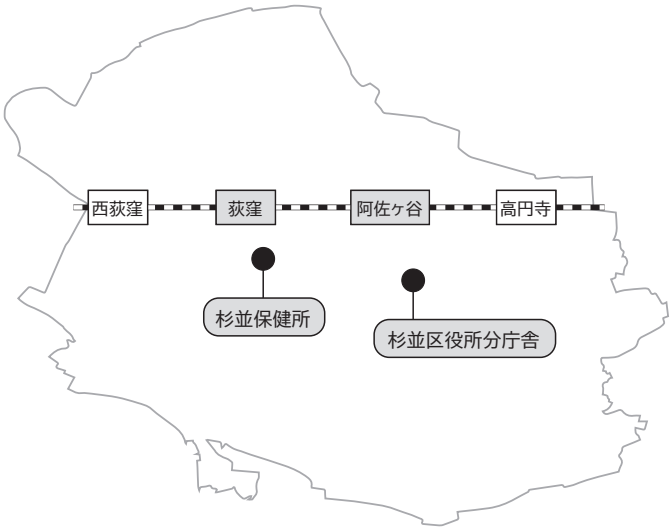
地域活動に活かせる経験はある？

活動できるのはいつ？

どんなことが不安？

興味のある講座・活動は？

知りたいこと・質問

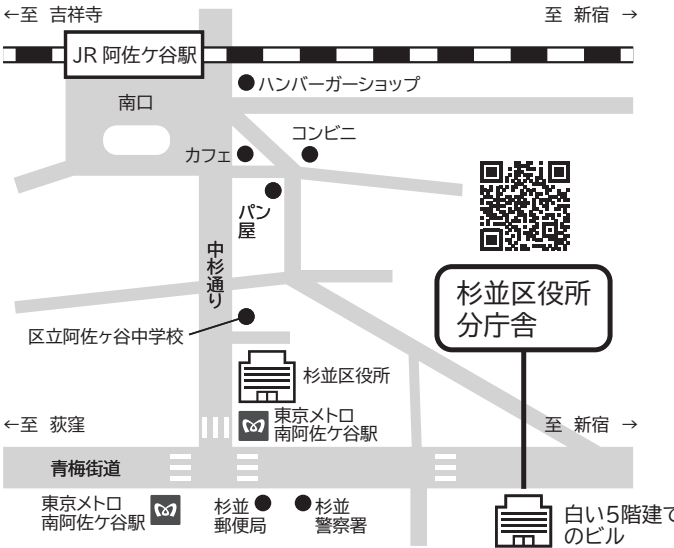


すぎなみ地域大学 会場案内

杉並区役所分庁舎

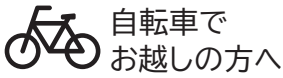
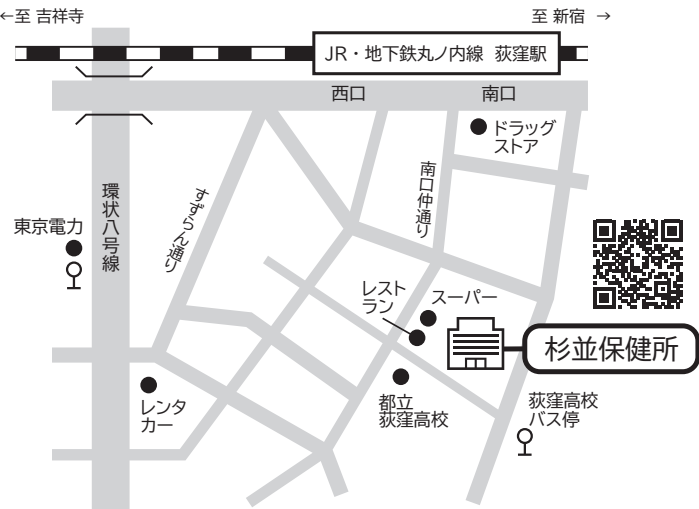
- 成田東4-36-13
- JR「阿佐ヶ谷」駅より徒歩 10 分
 - 地下鉄丸ノ内線「南阿佐ヶ谷」駅より徒歩3分

- 【この会場で実施する講座】
- ・まちを知る！大人の自由研究
 - ・活動前のスキルアップゼミ
 - ・知的障害者ガイドヘルパー講座
 - ・認知症高齢者家族安らぎ支援員講座
 - ・福祉車両運転協力員講座
 - ・みどりのボランティア講座
 - ・救急協力員講座(12/3)
 - ・救急協力員上級講座



杉並保健所

- 荻窪5-20-1
- JR・地下鉄「荻窪」駅より徒歩 5 分
- 【この会場で実施する講座】
- ・救急協力員講座(10/24、11/20)



区役所分庁舎、杉並保健所ともに、駐輪場に止めてください。
本庁舎に止めた方は、スタンプを押しますので運営スタッフまでお知らせください。

14