



東京 ゆったり日和 東やまと

注目情報

令和4年第2回市議会定例会

▷問合せ 議会事務局・内線2002まで。
(ファクス 042-563-5926)

開催日	会議	内容
6月1日(水)	本会議	開会・議案等審議
6月2日(木)・3日(金)・ 6日(月)～8日(水)	本会議	一般質問
6月10日(金)・13日(月)・ 14日(火)	常任委員会	付託案件の審査等
6月16日(木)	本会議	委員会審査報告等・閉会

※通常の会議時間は午前9時30分～正午、午後1時30分～5時です。
※日程等は変更になる場合がありますので、詳細はお問い合わせください。

今号の主な記事

2面：SDGsの達成に取り組んでいます 3面：子ども子育て支援会議の委員を募集します 4面：春の公開 旧吉岡家住宅
5面：消費者生活情報 クレジットカードのリボ払いに注意 6・7面：情報マップ・医師会コーナー 8面：市民記者レポート

5月14日(土)～6月30日(木)
第37回 東大和市環境市民の集い
～みんなで築こうよりよい環境～

オンライン開催

環境市民の集いを、昨年に引き続き、オンライン（インターネット上）で開催します。市内で活動する環境団体の取組みや活動の紹介等を通して、子どもから大人まで楽しみながら広く環境について考える催しです。パソコンやスマートフォン等で市のホームページへアクセスしてお楽しみいただけます。



環境ポスター最優秀賞
(第二小学校 後藤愛海さん) の作品

環境団体の取組みや活動を紹介!

- 空堀川の調査・清掃活動
- 狭山緑地の保全活動
- 里山体験講座
- 花*みどりカフェ
- プラスチックごみ
- 食品ロス
- 太陽光発電
- 放射能不安
- 薬物乱用防止
- 障害者の環境

お子さんも楽しめる内容もご用意!

環境ポスターの掲載

市内の小学4年生（令和3年度）が描いた作品の中から、入選した34作品をインターネット上に掲載します。

キーワードクイズ

特設サイト内に隠されたキーワードを探し出すクイズです。正解した方の中から抽選で、景品を差し上げます。

リサイクル工作

牛乳パックを使用した、お子さんが楽しめる工作を紹介します。



環境市民の集いには
こちらからご参加ください

お手持ちのスマートフォン等で右の二次元コードからお楽しみいただけます。
▷問合せ 環境対策課・内線1248まで。



狭山公民館にも設置しました
コカ・コーラボトラーズジャパンの
ペットボトル自動回収機を
ご利用ください

nanacoポイントが
貯められます

ご利用可能日時

火～土曜日の午前8時30分～午後5時15分
※祝日・年末年始及び休館日は除く。

回収機への排出方法

キャップとラベルをはずして中をゆすぎ、乾かしてから、自動回収機に投入してください。
※nanacoカードが無くても利用できます。

回収できないもの

- ・色がついているもの
- ・汚れがあるもの
- ・2ℓを超える大型のもの



▷問合せ 環境対策課
・内線1241まで。

新型コロナウイルス
ワクチン接種について

この記事は、5月9日現在の情報に基づき作成しています。最新情報は、市のホームページ（右の二次元コードからアクセス可）をご覧ください。
▷問合せ 東大和市コールセンター ☎042-563-8551まで。



ワクチン接種をご検討ください

国は、重症化リスクが高い基礎疾患をお持ちの方等について、特に3回目接種を推奨していますので、接種をご検討ください。
ワクチン接種を希望する方は、市内の接種会場のほか、東京都が設置している市外の接種会場での接種もご検討ください。

今後の集団接種会場での接種について

6月の水・木曜日は、集団接種会場での接種を休止します。集団接種会場での接種を検討されている方は、早めの接種をお願いします。

予約なし接種を実施しています

仕事の都合などにより事前の予約が困難な市民の方への接種を推進するため、市の集団接種会場において、事前予約なしでの接種を実施しています。
▷対象 18歳以上の市民の方（3回目接種対象者）
▷実施日時 ●水・木曜日午前9時～11時30分、午後1時30分～2時30分
●日曜日午後1時30分～2時30分
※6月は、水・木曜日の接種を休止します。
▷使用するワクチン 武田/モデルナ社製ワクチン
▷持ち物 予防接種済証、接種券付予診票（市が発行したもの）、本人確認書類（運転免許証等）

東大和市では、 SDGsの達成に取り組んでいます

市では、持続可能な社会の実現のため、各種施策を通して、SDGsの達成に取り組んでいます。
今号では、SDGsの概要と市が行っている主な取組みについて紹介します。
▶問合せ 企画政策課・内線1425まで。

SDGs（持続可能な開発目標）とは

「SDGs（Sustainable Development Goals：持続可能な開発目標）」は、平成27年（2015年）の国連サミットで採択された国際目標です。令和12年（2030年）を目標年限とし、「地球上の誰一人として取り残さない」持続可能な社会の実現に向けて、下の17のゴール（目標）を定め、国際社会全体で取り組むこととされています。



市が行っているSDGs達成に向けた主な取組み

各課窓口にSDGsのゴールを掲示

各課の業務とSDGsのゴールとの関連性を「見える化」することにより、市民の皆さんに対してSDGsの周知・啓発を図るとともに、職員の意識向上につなげることを目的として、各課の窓口に掲示しています。



「健幸都市宣言」に基づく健康寿命延伸等の取組みの実施

「生涯にわたって健康でいきいきと豊かな人生をおくることができるまち」を目指して行った「健幸都市宣言」に基づき、健康増進に寄与するイベントの企画・開催を行っています。



GIGAスクール構想に基づき児童・生徒に配布したタブレット端末の活用

GIGAスクール構想に基づき、児童・生徒に1人1台のタブレット端末等を用意し、学びの充実を図っています。



廃棄物の減量とリサイクルの推進

廃棄物の減量とリサイクルの推進のため、民間事業者等と連携し、ペットボトルや使用済みプラスチック容器の回収・再商品（資源）化に取り組んでいます。



SDGsの達成に向けて 私たちができること

SDGsの達成のため、普段の生活の中で、できる範囲の取組みを進めていきましょう。



「東大和元気ゆうゆう体操」に参加するなど、定期的に運動する

ペットボトルは「使用済みペットボトル回収機」に入れる



水防訓練を 関係者のみで実施します

市役所敷地内において「東大和市水防訓練」を実施します。

●第1部訓練・東大和市を中心とした集中豪雨の発生を想定して、気象情報・被害状況等から対応を検討する

●第2部訓練・市役所北側砂利敷き駐車場を被害か所と想定して、土のうを作成し積み上げ、浸水を未然に防ぐ水防工法の訓練を実施します。

市役所敷地内において「東大和市水防訓練」を実施します。本格的な水害発生時期を前に、市と関係機関（消防署等）が連携し、水害による被害を最小限にするために、市水防本部運営の図上訓練のほか、土のう作成や各種水防工法の訓練を実施します。



▲図上訓練の様子

推薦期限は6月17日(金) 市政功労者の 推薦をお願いします

市では、市政の振興、公共の福祉増進、文化の向上、公益の増進等に功績のあった方、善行のあった方または広く市民の模範となる方や団体を表彰しています。該当する方の推薦をお願いします。

推薦基準

①社会福祉事業の振興、保健衛生の普及推進、防災・交通安全・地域の発展、学校教育の振興、社会教育の発展などに2年以上継続し

て多大な功績のあった方
②2年以上継続して善行を行っている方
③人命救助等多くの市民の模範となる善行のあった方
④その他、市の公益に特に功績のあった方

この期間に終了している場合を対象とします。なお、善行については、継続中も対象となります。
▽推薦方法 6月17日(金)までに、推薦書を総務管財課（市役所3階）へ郵送または持参
※推薦書は、総務管財課または市のホームページで入手できます。
▽選考方法 市が実施する審査会で選考のうえ決定
※選考結果は、表彰をもって発表にかえさせていただきます。

②社会福祉事業の振興、保健衛生の普及推進、防災・交通安全・地域の発展、学校教育の振興、社会教育の発展などに2年以上継続し

▽対象期間 令和3年6月1日～令和4年5月31日
※継続的な功績については、線13111まで。

▽表彰時期 10月1日(土)
▽問合せ 総務管財課・内線13111まで。

子ども・子育て支援会議の委員を募集します

子ども・子育て支援事業計画の策定等に関する審議を行う、「東大和市子ども・子育て支援会議」の委員を募集します。

▽対象 市内在住で以下の条件全てに該当する方

①令和5年3月31日時点で19歳未満のお子さんの保護者である方

②子育てに関する施策に理解と関心がある方

▽任期 令和4年8月1日から3年間

▽募集人数 3人以内

▽開催予定 年5回から7回程度(原則平日昼間)

※初回は10月下旬を予定。会議当日の保育あり。

▽報酬 市が定める基準に基づき、会議1回あたり9000円を支給

▽応募方法 6月1日(水)15日(水)に、申込書に「応募動機と子育てに対する思い」をテーマとした400〜800字程度の作文を添えて、子育て支援課(市役所1階)まで持参

※必ず応募者本人が持参してください。

※申込書及び作文の様式は子育て支援課、子ども家庭支援センター及び市のホームページ等で入手できます。

▽問合せ 子育て支援課・内線1765まで。



都営住宅(地元割当)入居者の募集

▽申込区分 単身者向…東京街道(2戸)

※応募者多数の場合は、抽選となります。

▽申込資格 次の①〜④の全てに該当する方

①申込者本人が市内に3年以上居住する単身の成年者で、次のいずれかに該当すること

●60歳以上であること

●1〜4級の身体障害者手帳を所有していること

●1〜3級の精神障害者保

地域の子育て拠点「子育てひろば」をご利用ください

市内には9か所の子育てひろば(民間保育園3か所、児童館6か所)があります。子育てひろばには、おもちゃを用意してあり、乳幼児向けのイベントも開催するため、親子で遊んだり、友だちづくりができたりします。また、育児の悩みなどを相談できる「子育て相談」も実施しています(一部事前予約制)。

※イベント等の詳細は、各施設にお問い合わせください。

▽大和南保育園「子育て支援センター・ぼけっと」

▽オーブンデー 月・水・金曜日の午前10時〜正午(事前予約制)

▽子育て相談 月〜金曜日 午前10時〜午後4時

▽お問い合わせ フアックス ☎042-563-3990、ファクス ☎042-561-5487

▽玉川上水保育園「子育てひろば(にこにこ広場)」

▽オーブンデー 火〜金曜日の午前10時〜11時、11時〜正午(事前予約制)

※各時間帯とも3組までとなります。

▽子育て相談 火〜金曜日 午前10時〜午後4時

子ども家庭支援センターからのお知らせ

◎6月の出張がもひろば

子ども家庭支援センター「かるがも」では、保育士が児童館や集会所などに出張し、手遊びや絵本の読み聞かせ等を行います。参加者同士の情報交換や保育士への子育て相談もできます。

▽対象 3歳までの乳幼児と保護者

▽期日・場所

●6月1日(水)・清水集会所

ファミリー・サポート・センター(子育て支援)

ファミリー・サポート・センター(さわやかサービス)は、お手伝いをしたい方(協力会員)が、お手伝いをして欲しい方(利用会員)からの依頼を受けて、子育てや家事等に協力する住民参加型の有償サービスです。

※市からの補助を受けて、社会福祉協議会が実施しています。

▽対象 小学校6年生までのお子さんがある家庭

▽サービス内容

①保育園・幼稚園への送迎とその前後の預かり

②学童保育終了後の子どもの預かり

③放課後の子どもの預かり

④臨時的な子どもの世話

▽問合せ 社会福祉協議会ファミリー・サポート・センター(さわやかサービス) 担当 ☎042-567-0013へ。

ご利用ください ケアララース カフェ

総合福祉センターはくふるでは、認知症等で介護が必要な方、その介護者、地域の方が気軽に集まる「ケアララースカフェほほの」を定期開催しています。介護の悩みを話すことや、相談員などに相談することができます。また、認知症や介護に関するミニ講座なども行っています。

▽対象 市内在住の方

▽日時 5月26日(木)午後1時30分〜3時30分

※公共交通機関等でお越しください。

▽参加費 無料(お茶を注文する場合は200円)

▽問合せ 総合福祉センター ☎042-516-3982へ。

障害のある方の相談に応じます 身体障害者相談員 知的障害者相談員

障害のある方やそのご家族の方が、日常生活で困った時などに市から委託を受けた相談員(左表参照)が電話等により相談に応じます。

相談員は、障害のある方やその保護者の方ですので、気軽にご相談ください。

▽問合せ 障害福祉課・内線1123まで。

区分	氏名	問合せ
身体障害	肢体	廣井 要栄 080-4181-4519
	重心	本田 未奈 080-3178-9673
	聴覚	細田 恵子 ファクス 042-565-3882
	視覚	水谷 雅弘 080-5447-1987
知的障害	尾崎 美佐子 042-563-9825(事業所)	
	上手 恵美子 042-562-5152	
	吉田 敏子 042-565-3386	

ご参加ください 子どもと楽しむわらわらた〜♡♡♡♡♡をしながらあそび

親子でわらわらたやふれあい遊びを一緒に楽しむ保育付きの講座を開催します。親子や家族でコミュニケーションの時間や、同年代の子どもを持つ保護者同士

▽日時 6月5日(日)午後2時〜3時



▽場所 清原図書館

▽定員 5組(申込順)

※保育についても申込順となります。

▽講師 久津摩英子氏(子どもの文化研究所所属)「赤ちゃんのわらわらたあそび」著者

▽申込み 清原図書館 ☎042-564-2944まで。



▲旧吉岡家住宅 蔵

東大和市ゆかりの日本画家・吉岡堅三画伯の作品と旧宅(国の登録有形文化財)を3日間公開します。

▽日時 5月27日(金)～29日(日) 午前10時～午後4時(入場は午後3時30分まで)

▽場所 旧吉岡家住宅(清水3-779)

▽イベント

- 塗り絵・旧吉岡家住宅に実際に生えている季節の植物や建物をモチーフにした塗り絵を配布します。お子さんや日頃絵を描かない方も、お楽しみいただけます。色鉛筆・画板は現地に用意します。
- 場所当てクイズ・屋内外の特徴的な部分を探すクイズを掲載した用紙を配布します。
- ※イベントには、公開時間内であれば、いつでも参加できます。直接会場にお越しください。
- ※会場では、図録、ポストカード、一筆箋を販売します。

▽問合せ 郷土博物館 ☎042-567-4800まで。

春の公開 旧吉岡家住宅

いきいきヘルシー教室 「ドローイングでお腹まわりをスッキリしましょう」(保育付)

ドローイングとは、お腹を凹ませたり膨らませたりする動きで、インナーマッスを鍛える体幹トレーニングです。ぽっこりお腹の解消、姿勢改善等に効果があります。日常生活に取り入れられる運動や代謝が上がる食事のとり方の紹介、INBODY(体成分分析装置)測定も行います。

※状況により、内容が変更になる場合があります。

▽対象 概ね64歳までの方

▽日時内容等 左表のとおり

▽場所 市立保健センター

▽定員 8人(申込順)

▽保育定員 3人(1～3歳、申込順)

▽健康手帳(お持ちの方)、筆記用具、タオル、飲料水(水分補給用)、運動靴 ※動きやすい服装で参加

▽健康手帳、筆記用具、エプロン、三角巾

▽栄養に関する講話(栄養士)、調理実習、試食

ご参加ください 料理教室

◎男性の料理教室「自分のお弁当を作ろう」

食事のバランスや盛り付け方のコツについて一緒に学びましょう。今回は、卵焼きと生姜焼きを作ります。

▽対象者 概ね64歳以下の男性(初心者歓迎)

▽日時 6月1日(水) 午前9時30分～正午

▽場所 市立保健センター

▽定員 8人(申込順)

▽内容 栄養講話、調理実習、試食なし(持ち帰り可)

▽持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具、持ち帰り用容器、保冷剤

◆以上の問合せは、市立保健センター ☎042-565-5211まで。

後期高齢者医療 歯科健康診査

後期高齢者医療制度に加入し、今年度76・80・85歳になる方が対象です。左表の対象者には、個別に水色のはがきを郵送しています。

▽期間 7月1日(金)～令和5年1月31日(火)

※医療機関の休診日は除く。

▽場所 指定医療機関

▽受診内容 問診、口腔内診査

※詳細は、はがきをご覧ください。対象者ではがきが届いていない方は、保険年金課までお問い合わせください。

国民健康保険・後期高齢者医療制度 葬祭費の支給

国民健康保険(国保)及び後期高齢者医療制度(後期)の被保険者の方が亡くなられた場合は、喪主の方の葬祭費(5万円)を支給します。

▽申請に必要なもの 葬儀等の領収書(喪主の方及び亡くなられた方の氏名が記載されているもの)、喪主の方の印鑑、振込先がわかるもの、亡くなられた方の保険証

▽問合せ 保険年金課・国保については内線1021、後期については内線1026まで。

ご利用ください 友好都市交流 促進補助金制度

喜多方市と友好都市となり、今年で10周年になりました。両市の親交が更に深まりますよう、市民の皆さんが利用できる補助金制度をご案内します。

▽補助の種類

- ① 交流の補助：市内在住・在勤・在学の4人以上のグループが、喜多方市の団体と交流事業を実施した場合に、事業費の一部として1人あたり3000円を上限に補助します。
- ② 宿泊の補助：市内在住の方が喜多方市内の宿泊施設を利用した場合、宿泊費の一部として1人あたり2000円を上限に補助します。
- ③ 補助の同時申請はできません。

▽申請方法等 交流または宿泊の10日前までに申請書を提出してください。その後、交流または宿泊に関する領収書等を添えて、請求書を提出してください。

※申請書は地域振興課や市のホームページから入手できます。

▽提出場所 地域振興課(市役所3階)

▽問合せ 地域振興課・内線1715まで。

ご利用ください 事業資金融資 あっせん制度

事業資金融資あっせん制度は、小規模事業を営んでいる方や新たに事業を始めようとする方の事業資金の融資について、市内の金融機関(銀行、信用金庫、信用組合)をあっせんする制度です。

▽融資の種類

- 小口事業資金融資制度
- 特例小口零細企業資金融資制度

▽融資条件等 左表のとおり

※詳しくは、市のホームページ(下の二次元コードからアクセス可)をご覧ください。

▽問合せ 産業振興課・内線1076まで。

令和4年度後期高齢者医療歯科健康診査の対象者

対象者の年齢	対象者の生年月日
76歳	昭和21年4月2日～昭和22年4月1日
80歳	昭和17年4月2日～昭和18年4月1日
85歳	昭和12年4月2日～昭和13年4月1日

▽問合せ 保険年金課・内線1028まで。



Business Nest (ビジネス・ネスト) 利用者募集中

Business Nest(ビジネス・ネスト)では、創業を目指す個人や新規事業展開を目指す中小企業を対象にした創業準備コース(7月1日(金)利用開始)の利用者を5月31日(火)まで募集しています。



サービス内容、利用料金、利用可能期間等詳細は、Business Nestのホームページをご覧ください。

▽場所 中小企業大学校東京校内(桜が丘2-137-5)

▽問合せ Business Nest 担当 ☎042-565-1195へ。

小口事業資金融資制度

資金用途	保証割合	利率	限度額	償還期間	保証料補助	利子補給
運転資金	80%	1.9%	500万円	5年	1/3	50%
設備資金	80%	1.9%	700万円	7年	1/3	50%
不況対策特別運転資金	80%	1.9%	300万円	5年	1/3	70%

特例小口零細企業資金融資制度

資金用途	保証割合	利率	限度額	償還期間	保証料補助	利子補給
運転資金	100%	1.8%	500万円	5年	1/3	50%
設備資金	100%	1.8%	700万円	7年	1/3	50%
創業資金	100%	1.8%	500万円	5年	2/3	法人 70% 個人(市民) 70% 個人(市民以外) 0%
特定創業資金	100%	1.8%	700万円	7年	3/3	法人 100% 個人(市民) 100% 個人(市民以外) 70%



ご検討ください 運転免許の 自主返納

運転に自信がなくなった方や、家族等から「運転が心配」と言われた方は、運転免許証の自主返納をご検討ください。

運転免許証を自主返納した方は、「運転経歴証明書」を申請できます。「運転経歴証明書」を提示することで、高齢者運転免許自主返納サポート協議会の加盟店等で特典を受けられます。

また、平成24年4月1日以降に交付された「運転経歴証明書」は、交付後6か月を超えても本人確認書類として利用できます。

◎運転免許を自主返納した65歳以上の方にちよこバス回数乗車券を差し上げます
高齢者の運転免許証の自主返納を支援するため、運転免許証を自主返納した65歳以上の方に、ちよこバス回数乗車券1冊(90円券×25枚)を差し上げます。

放置自転車等は 撤去します

安全な歩行空間を確保するため、駅近くの放置禁止区域内の歩道などには自転車等を放置しないでください。

駅から概ね80メートル以内にお住まいの方は、自転車等の利用の自粛をお願いします。



飼い猫のマナーを 守りましょう

市には、猫のふん尿、におい、鳴き声等に関する相談が寄せられています。人と猫が安心して快適な生活を送るために、マナーを守って飼育しましょう。

【猫は室内で飼いましょう】
猫を外で飼うと、飼い主が知らないところで近隣に迷惑をかける場合があるほか、交通事故、感染症、猫同士のケンカなど、猫にとって危険が多くなります。上下運動ができるよう、家具の上などにも上げられる

工夫をし、専用のトイレ、つめとぎを用意する等、猫が室内で過ごしやすい環境を整えましょう。

【不妊・去勢手術】
猫は繁殖力の強い動物で、オスは生後8〜12か月、メスは4〜12か月頃には繁殖可能となり、年に2〜3回出産し、1回の出産で4〜8匹の子猫が生まれます。室内飼いをしているも、一時的に外に出た際に妊娠してしまふ可能性がありま

【身元の表示】
迷子になり、飼い主のもとに戻ることができない猫は少なくありません。飼い猫には、連絡先がわかる首輪をつけて、飼い主のいな

の鳴き声、尿スプレー(マーキング)の習慣、尿のにおいが軽減されます。また、交尾によって感染する病気を予防できます。望ましい繁殖や病気を防ぐために、飼い猫でも不妊・去勢手術をしましょう。

新成人の皆さんへ クレジットカードのリボ払いに注意



令和4年4月に、成年年齢が20歳から18歳に引き下げられました。成人になると自分の意志で「スマートフォンを買う」、「クレジットカードをつくる」、「アパートを借りる」など契約を結ぶようになり、できることが増えました。今号では、クレジットカードを持つ前に知っておきたい知識を紹介します。クレジットカードでの支払いには、「一括払い」「分割払い」「リボ払い(正式名称リボルビング払い)」の方法があり、「3回以上の分割払い」や「リボ払い」には、利用手数料がかかります。また、最近では、「リボ払いへの変更でポイント〇倍」などのメリットを強調し「リボ払い」の利用促進を図るクレジットカード会社がありますが、「リボ払い」は消費者トラブルに発展するケースも増えています。次の事例から、望まない「リボ払い」を避ける方法やクレジットカードの使用手数料等について確認しましょう。

▷問合せ 消費生活センター・内線1713まで(予約優先)。

事例1

クレジットカードの利用明細を確認したところ、借入残高が50万円となっており、自分のクレジットカードがリボ払い専用カードであることがわかった。



「リボ払い」は、利用金額・件数に関わらず、月々の支払額を一定にできる支払方法です。月々の支払額を抑えられ、金銭管理が容易になりますが、支払期間が長期化することで、多くの手数料を負担することになるため、支払総額が増加します。

事例2

デパートでクレジットカードを利用して買い物をした際に、支払方法を確認されたので、「一括払い」と指定したが、クレジットカードの利用明細を確認するとリボ払いになっていた。



【30万円の商品を買った場合の支払総額の違い】

支払方法	月々の支払額	手数料総額	支払総額
一括払い	30万円	0円	30万円
分割払い(3回払いにした場合)	10万+手数料	約7,500円	約30万7,500円
リボ払い(月々の支払額を1万円に設定した場合)	1万円+手数料	約54,400円	約35万4,400円

※それぞれの手数料は、(一社)日本クレジット協会の試算表より実質年率15%で算出。算出方法やクレジットカードの種類の違いにより実際とは異なる場合があります。

消費者へのアドバイス

クレジットカードに関するトラブルに巻き込まれないよう、申し込む時や利用する時には、以下のチェックリストを使用して、トラブルを未然に防ぎましょう。

クレジットカードを申し込む時

- ☑ **カードの種類を確認する**
クレジットカードには、一般的なカードとリボ払い専用のカードがあります。必ずカードの種類を確認してください。
- ☑ **支払い方法の初期設定を確認する**
予め申込書の「全てリボ払いにする」という欄にチェックされている場合があります。また、初期設定が「リボ払い」になっている場合、店頭で「一括払い」を指定しても、リボ払いとなります。
- ☑ **契約内容を身近な信頼できる大人に確認してもらう**
初めてカードを申し込むときは、身近な信頼できる大人に契約内容を確認してもらってから申し込んでください。

クレジットカードを利用する時

- ☑ **引落日を確認する**
- ☑ **不審なサイトには、カード情報を入力しない**
誤ってカード情報を入力してしまった場合は、すぐにクレジットカード会社に連絡してください。
- ☑ **利用明細はこまめにチェックする**
意図しない「リボ払い」や不正利用に気づいた場合は、すぐにクレジットカード会社に連絡してください。
- ☑ **他人にカードを貸さない**
- ☑ **カードの裏面に署名する**



+

予防

■妊娠中の風しんの感染を 防ぎましょう

妊娠初期に風しんに感染すると胎児に感染して先天性風しん症候群(難聴、先天性心疾患、白内障及び網膜症等)が高い確率で発生します。風しんの免疫を獲得し、風しんから胎児を守りましょう。

◎風しん抗体検査

19歳以上の市民の方で次に該当する方①将来妊娠を希望する女性 ②①の方と同居する方 ③妊婦と同居する方/ただし、過去に風しんを含むワクチン(MR・MMR等)を2回以上接種している方、既に当事業(平成26~令和3年度)における抗体検査を受けている方、抗体検査の結果、抗体価が不十分ながすがすでに確認できている方は除く/昭和37年4月2日~昭和54年4月1日生まれの男性については、この制度の対象にならず、クーポン券を利用して受けられます(お手元がない方はお問い合わせ)

合わせてください) / 期間

5月15日(日)~令和5年3月10日(金) / 実施方法 抗体検査実施医療機関に直接予約し、検査当日の住所・生年月日の分かるもの(保険証や免許証等)を必ず持参 / 無料

◎麻しん・風しん混合(MR)ワクチン予防接種

19歳以上の市民で抗体検査の結果、抗体価が低かった方(HI法で16倍以下またはEIA法で8未満)のうち、次に該当する方①将来妊娠を希望する女性 ②①の方と同居する方 ③妊婦と同居する方/ただし、過去に風しんを含むワクチン(MR・MMR等)を2回以上接種している方は除く / 期間 5月15日(日)~令和5年3月31日(金) / 実施方法 前記の抗体検査を利用した方は、検査を行った医療機関に直接予約。自費で検査を受けた方と過去の妊婦健診で風しん抗体検査を受けた方は、抗体検査の結果のコピーを市立保健センター窓口にお持ちください。予防接種の予約票を発行します。なお、女性は接種後2か月間妊娠を避ける必要があります / 無料 / 抗体検査及び予防接種の実施医療機関については、市のホームページをご覧ください。お問い合わせは、市立保健センター ☎042-565-5211まで。



+

保健

■乳幼児の身長・体重計測

偶数月生まれの乳幼児 / 6月2日(木)午前9時30分~11時 / 場所 市立保健センター / バスタオル / 当日直接会場にお越しください。方はご持参ください。

■献血実施のお知らせ

医療用血液不足の対応に協力するため、市役所で献血を行います。献血会場では、徹底した感染症予防対策を行っています。会場では皆さんをお願いする400mlの全血献血の年間採血回数は、男性3回以内、女性2回以内となっており、前回の献血から所定の間隔をあける必要があります。詳細は、東京都赤十字血液センターのホームページをご確認ください / 5月19日(木)午前10時~11時30分、午後1時~4時 / 場所 市役所会議棟前



■こころの健康相談

気持ちが不安定になり、専門医に受診すべきかどうか悩んでいる方やその家族のために、専門医が相談をお受けします / 6月1日(水)午前10時~正午(事前予約制) / 場所 市立保健センター

■成人健康相談

普段の生活で、身体、食事、歯の気になること等、気軽に相談してみませんか。保健師・栄養士・歯科衛生士がお受けします / 6月3日(金)午前10時~11時30分 / 場所 市立保健センター / 当日直接会場にお越しください / 健診結果をお持ちの方はご持参ください。

■COPD(慢性閉塞性肺疾患)をご存じですか

たばこの煙に含まれる有害物質の吸入により、気管支炎や肺に炎症がおこり呼吸困難になる病気で、慢性のせきやたん、息切れが特徴です。一度発症すると、進行を遅らせることはできません。9割程度が、たばこが原因と言われています。自覚症状がある人は、まずはかかりつけ医を受診し、必要に応じて呼吸器科の専門医を紹介してもらいましょう。

■胃がん検診(前期)

市内在住の35歳以上の方(胃・十二指腸の病気で治療中または経過観察の方は除く) / 場所 市立保健センター(検診車) / 7月19日(火)~21日(木)、8月2日(火)~3日(水) / 8日(月)~10日(水) / 12日(金)~31日(水) / 480人(抽選) / 受付時間 いずれの日程も午前中 / 第1~3希望日を必ず記入してください / 問診、胃部のバリウムによるレントゲン撮影 / 検診票は、東京都予防医学協会より7月中旬以降順次送付予定

■乳がん検診(前期)

市内在住の40歳以上の女性(令和3年4月~令和4年3月に市の乳がん検診を受けた方、令和4年度クーポン券による乳がん検診対象の方、乳腺疾患で治療中または経過観察の方は除く) / 場所 ①東大病院附属セントラルクリニック / ②8月1日(月)~10月29日(土) / ③8月1日(月)~10月29日(土) / ④8月1日(月)~10月29日(土) / ⑤8月1日(月)~10月29日(土) / ⑥8月1日(月)~10月29日(土) / ⑦8月1日(月)~10月29日(土) / ⑧8月1日(月)~10月29日(土) / ⑨8月1日(月)~10月29日(土) / ⑩8月1日(月)~10月29日(土) / ⑪8月1日(月)~10月29日(土) / ⑫8月1日(月)~10月29日(土) / ⑬8月1日(月)~10月29日(土) / ⑭8月1日(月)~10月29日(土) / ⑮8月1日(月)~10月29日(土) / ⑯8月1日(月)~10月29日(土) / ⑰8月1日(月)~10月29日(土) / ⑱8月1日(月)~10月29日(土) / ⑲8月1日(月)~10月29日(土) / ⑳8月1日(月)~10月29日(土) / ㉑8月1日(月)~10月29日(土) / ㉒8月1日(月)~10月29日(土) / ㉓8月1日(月)~10月29日(土) / ㉔8月1日(月)~10月29日(土) / ㉕8月1日(月)~10月29日(土) / ㉖8月1日(月)~10月29日(土) / ㉗8月1日(月)~10月29日(土) / ㉘8月1日(月)~10月29日(土) / ㉙8月1日(月)~10月29日(土) / ㉚8月1日(月)~10月29日(土) / ㉛8月1日(月)~10月29日(土) / ㉜8月1日(月)~10月29日(土) / ㉝8月1日(月)~10月29日(土) / ㉞8月1日(月)~10月29日(土) / ㉟8月1日(月)~10月29日(土) / ㊱8月1日(月)~10月29日(土) / ㊲8月1日(月)~10月29日(土) / ㊳8月1日(月)~10月29日(土) / ㊴8月1日(月)~10月29日(土) / ㊵8月1日(月)~10月29日(土) / ㊶8月1日(月)~10月29日(土) / ㊷8月1日(月)~10月29日(土) / ㊸8月1日(月)~10月29日(土) / ㊹8月1日(月)~10月29日(土) / ㊺8月1日(月)~10月29日(土) / ㊻8月1日(月)~10月29日(土) / ㊼8月1日(月)~10月29日(土) / ㊽8月1日(月)~10月29日(土) / ㊾8月1日(月)~10月29日(土) / ㊿8月1日(月)~10月29日(土)

+

検診・健診

■肝炎ウイルス・胃がん・乳がん検診

①肝炎ウイルス検診(節目) 市内在住の節目年齢(40・45・50・55・60歳)の方で今まで市の肝炎ウイルス検診を受けていない方 / 7月1日(金)~9月30日(金) (医療機関の休診日は除く) / 場所 指定医療機関 / 250人(抽選) / 問診、血液検査

■胃がん検診(前期)

市内在住の35歳以上の方(胃・十二指腸の病気で治療中または経過観察の方は除く) / 場所 市立保健センター(検診車) / 7月19日(火)~21日(木)、8月2日(火)~3日(水) / 8日(月)~10日(水) / 12日(金)~31日(水) / 480人(抽選) / 受付時間 いずれの日程も午前中 / 第1~3希望日を必ず記入してください / 問診、胃部のバリウムによるレントゲン撮影 / 検診票は、東京都予防医学協会より7月中旬以降順次送付予定

■乳がん検診(前期)

市内在住の40歳以上の女性(令和3年4月~令和4年3月に市の乳がん検診を受けた方、令和4年度クーポン券による乳がん検診対象の方、乳腺疾患で治療中または経過観察の方は除く) / 場所 ①東大病院附属セントラルクリニック / ②8月1日(月)~10月29日(土) / ③8月1日(月)~10月29日(土) / ④8月1日(月)~10月29日(土) / ⑤8月1日(月)~10月29日(土) / ⑥8月1日(月)~10月29日(土) / ⑦8月1日(月)~10月29日(土) / ⑧8月1日(月)~10月29日(土) / ⑨8月1日(月)~10月29日(土) / ⑩8月1日(月)~10月29日(土) / ⑪8月1日(月)~10月29日(土) / ⑫8月1日(月)~10月29日(土) / ⑬8月1日(月)~10月29日(土) / ⑭8月1日(月)~10月29日(土) / ⑮8月1日(月)~10月29日(土) / ⑯8月1日(月)~10月29日(土) / ⑰8月1日(月)~10月29日(土) / ⑱8月1日(月)~10月29日(土) / ⑲8月1日(月)~10月29日(土) / ⑳8月1日(月)~10月29日(土) / ㉑8月1日(月)~10月29日(土) / ㉒8月1日(月)~10月29日(土) / ㉓8月1日(月)~10月29日(土) / ㉔8月1日(月)~10月29日(土) / ㉕8月1日(月)~10月29日(土) / ㉖8月1日(月)~10月29日(土) / ㉗8月1日(月)~10月29日(土) / ㉘8月1日(月)~10月29日(土) / ㉙8月1日(月)~10月29日(土) / ㉚8月1日(月)~10月29日(土) / ㉛8月1日(月)~10月29日(土) / ㉜8月1日(月)~10月29日(土) / ㉝8月1日(月)~10月29日(土) / ㉞8月1日(月)~10月29日(土) / ㉟8月1日(月)~10月29日(土) / ㊱8月1日(月)~10月29日(土) / ㊲8月1日(月)~10月29日(土) / ㊳8月1日(月)~10月29日(土) / ㊴8月1日(月)~10月29日(土) / ㊵8月1日(月)~10月29日(土) / ㊶8月1日(月)~10月29日(土) / ㊷8月1日(月)~10月29日(土) / ㊸8月1日(月)~10月29日(土) / ㊹8月1日(月)~10月29日(土) / ㊺8月1日(月)~10月29日(土) / ㊻8月1日(月)~10月29日(土) / ㊼8月1日(月)~10月29日(土) / ㊽8月1日(月)~10月29日(土) / ㊾8月1日(月)~10月29日(土) / ㊿8月1日(月)~10月29日(土)

■成人歯科健康診査

市内在住で、今年度30・40・50・60・70歳になる方または、今年度76・80・85歳になる方で無保険等の方 / 7月1日(金)~令和5年1月31日(火) (医療機関の休診日は除く) / 場所 指定医療機関 / 390人(抽選) / 問診、口腔内診査 / 対象者(30歳の対象者は除く)には、申込方法等の詳細が記載された黄色のがきを個別に郵送しています。今年度30歳になる方以外の対象年齢の方ではがきが届いていない方は、お問い合わせください / 今年度30歳になる対象の方には健診票と案内を送付しますので、申込みは不要です(6月下旬頃送付予定)。

■申込方法

①~③申込方法 郵送: 4月上旬に配布している健康づくりカレンダー1の申込専用はがきまたは、郵便はがきに必要事項を記入のうえ、6月8日(水)(当日消印有効)までに郵送(〒207-0015 東大和市中央3-918-1 市立保健センター) / 表面に各検診名を記入し、裏面に氏名(ふりがな)・住所・生年月日・年齢・性別・電話番号を明記(②③は希望日を必ず記入) / 電子申請: 6月8日(水)までに、市のホームページから申込み / 窓口: 6月8日(水)午後5時までに市立保健センターで申込み



i

お知らせ

■ウクライナ人道危機救援金へのご協力をお願いいたします

市では、日本赤十字社による「ウクライナ人道危機救援金」の募金箱を市民課(市役所1階)及び福祉推進課(市役所2階)に設置しています。5月31日(火)まで救援金を募集していますので、ご協力をお願いいたします。なお、同救援金は、三井住友銀行すずらん支店、三菱UFJ銀行やまびこ支店、みずほ銀行クヌギ支店、ゆうちょ銀行、郵便局への振込みにする方法でも可能です / 税制上の優遇措置 同救援金は、個人については所得税法第78条第2項第3号、法人については法人税法第37条第4項に規定する寄附金に該当します。個人住民税のうち、都民税については、都条例により寄附金の全額(ただし上限は寄附者の年間所得総額の30%まで)から2千円を差し引いた額の4%が税額から控除されます / 福祉推進課・内線1134まで。



▲市民課に設置している募金箱

■市民農園の利用者を募集

対象の農園 奈良橋市民農園・東大和ファーマーズセンター / 利用期間 6月1日(水)から2年間 / 申込み 5月27日(金)までに産業振興課(市役所3階)まで / 申込者数が空き区画数を上回った場合は抽選となります / 産業振興課・内線1072まで。



■医療事務員を募集

市の休日急患診療所では、医療事務員を募集しています。ローテーションで月1~3回の出務です。平日に別の仕事をしている方も活躍しています / 応募要件 医療事務の資格をお持ちの方 / 採用予定人数 若干名 / 出務日 日曜日、祝日、年末年始(ローテーション出務) / 出務内容 休日急患診療所での受付及び医療事務等(手書きレセプト作成有) / 報酬 日曜日、祝日: 9750円、連休: 1万3875円、年末年始: 1万6125円(1回あたり) / 市立保健センター ☎042-565-5211まで。



▲休日急患診療所

医師会コーナー

糖尿病網膜症

患者数の増加が著しい病気の代表として糖尿病があります。糖尿病は、インスリンが十分に働かないために血液中を流れるブドウ糖という糖（血糖）が増えてしまう病気で、国内の患者数は約1,000万人、予備軍を含めると約2,000万人とも言われています。糖尿病は体の様々な部分に合併症を起こしますが、3大合併症の1つに糖尿病網膜症があります。

目の奥には、網膜というカメラでいう“フィルム”の役割をする組織があります。明るさや色を感知する役割があり見るために大変重要なところ。網膜には細かい血管が全体に張りめぐらされています。糖尿病で血糖値が高い状態が続くと、血管に負担がかかり血液の流れが悪くなったり血管が切れたりします。細かい血管が密集する網膜は、高血糖の影響を非常に受けやすいです。

糖尿病網膜症の重症度によって、単純糖尿病網膜症・前増殖糖尿病網膜症・増殖糖尿病網膜症といった区分がされていますが、それ以外にも網膜が浮腫を起こしたり出血を起こしたりすることで、視力が悪くなります。眼圧が上がって神経が痛むこともあります。内服薬やレーザー治療、目の中への注射、さらには手術が必要となる可能性があります。

糖尿病と診断されたときから定期的な眼科の検査を受け、糖尿病と眼科の適切な治療を続けていれば失明は防げます。しかし、実際には糖尿病を放置している人が少なくなく、毎年多くの方が糖尿病の合併症で視力を失い、成人の失明原因として非常に大きな比率を占めています。もちろん糖尿病にならないことが一番ですが、糖尿病と診断された方は失明を防ぐために眼科を受診してください。

公益社団法人東大和市医師会

■社会福祉協議会「あんしん東大和」

「あんしん東大和」では、権利擁護の視点のもと、成年後見制度の相談・支援、福祉サービス利用援助（地域福祉権利擁護事業）、福祉サービスに関する苦情対応・相談、専門職による成年後見・ふくし法律相談などを実施しています。

市民情報

※凡例 場所、講師、費用（記載なしは無料）、収入会金、月会費、年会費、持ち物、問合せ、申込み ※市の主催事業ではありません。申込みや問合せは、記事の主催者へお願いします。

はじめての太極拳体験会

（白鶴の会）5月15日（日）22日（日）29日（日）午前10時～11時30分 豊新堀地区会館

地域交流会「第三みんなの家」

（第三みんなの家）市民 5月22日（日）午前10時～午後2時 第三みんなの家

空堀川ウォッチング

（環 境学習リーダー連絡会） 成人の方 5月27日（金）午前

10時～正午 豊四小近くの樹木広場/10人（申込順）

居合の体験講習

（居合道 連盟刀神会）初心者（年齢不問）5月29日（日）午前10時～11時30分

第45回住宅デー

（東京土 建一般労働組合村山和支部）5月29日（日）午前10時

春季バドミントン大会

（バドミントン連盟）市内で活動する団体に属する高校生以上の男・女

6時～豊東大和市ロンドミの部の部は内1つトリプル

「むさしの・ガーデン紀行」

（武蔵野コッツウォルズ）6月5日（日）花と玉川水

東大和警察署から

◎ご存知ですか？自転車の幼児用座席のルール



官公署 だよ



ました。緩和の内容 16歳以上の運転者が、幼児用座席を設けた自転車に乗車させることができる子どもについて、「6歳未満の幼児1人」から「小学校入学までの幼児1人」に緩和されました。子どもを同乗させる場合は、正しいルールに従い、安全に自転車を利用してください。

高齢者の交通事故を防止

交通事故による死者数は減少傾向にある一方、65歳以上の高齢者が占める割合は高くなっています。高齢者の交通事故は、道路を横断中に多く発生しています。交通ルールを守り、次のことに注意して交通事故をなくしましょう。①信号を守



土曜収納窓口

仕事などで平日に納税相談及び納付することができない方のために、土曜開庁に伴う収納窓口を次のとおり開設します。

土曜収納窓口 毎週土曜 日午前8時30分～正午 ※祝日は除く。 ※土曜収納窓口における納税相談は、円滑に相談ができるように事前予約制とさせていただきます。金曜日の午後5時までに納税課にご連絡ください。相談時間が重なる場合は申込順とします。

《今月の納期》	
納期限 5月31日(火)	
固定資産税・都市計画税	第1期全期前納
軽自動車税	全期
国民健康保険税	過年度分第2期
後期高齢者医療保険料	過年度分第2期
介護保険料	過年度分第2期

問合せは、保険年金課・内線1026まで
問合せは、介護保険課・内線1136まで

ほん・本・BOOK

- 数式図鑑 横山明日希著 ● ゆきちゃんは、ぼくのともちだち！ 武田美穂著
- LOVE&SDGs 織田友理子著 ● かたつむり キムミヌ著
- 七十歳ババア、起業する？ 近恵子著 ● デイジー図書 心の傷を癒すということ 安克昌著



電話やホームページで予約ができます（デイジー図書の利用は障害者登録をしている方に限ります）。
▽問合せ 中央図書館 ☎042-564-2454まで。

市民記者 レポート



よろこび上手

5月になると夏めいた日が多くなってきます。あおあおした緑とさわやかな空色、草木も花々も鳥も虫も獣も人も日の光を浴びて輝きます。旧暦によると今の季節は、立夏から小満に移る頃で、命が満ち満ちていく頃だそう。春から始まった新しい生活環境にも次第に慣れてきた頃でしょうか。楽しい事嬉しい事はたくさんありますか、大変な事苦しい事はないですか。ある本の中に「毎日がとてもしんどく感じられた頃の事です。1日に1回、どんな事があっても遊ぶ…そう決心しました。」という文章がありました。大きな喜びを見つけようとするとなかなか見つけられないけれど、その気になって遊ぶようにしていると良い事がどんどん見つかるようになり、他人に対しても暖かい視線で接する事ができる、というのです。遊ぶことを習慣にしていると、自然によろこび上手になれるのかもしれませんが。私はどうしても良いようなささいな事で喜びます。同居人が笑ったとか、ご飯が上手に炊けたとか、レシートに表示された合計金額が777円だったとか。努力して飲んでるうちに、なんでも嬉しい感じになってくるように思えます。遊ぶことが上手になったら今度は自分を褒めてあげましょう。前向きになる言葉をかけて励まします。以前友人から教えてもらったのですが、こんな言葉はどうでしょう。「うれしい」「たのしい」「しあわせ」「大好き」「ありがとう」「ついで」「愛してる」「(“アルプス一万尺”のリズムに合わせて歌いましょう) 笑顔になれたでしょうか。

令和4年度、東大和市総合計画「輝きプラン」に掲げられた『水と緑と笑顔が輝くまち 東大和』を目指して重要施策等に取り組むとの市長施政方針が出されました。狭山緑地や野火止緑地等の保全・維持管理。子どもから高齢者みんなが笑顔で安心して暮らせる支援やまちづくりなど大いに期待しています。

これからも豊かな自然あふれるこの東大和で季節と並んで歩ける暮らしができれば嬉しいです。

(市民記者 氏井直美)

東大和市民会館 ハミングホール

窓口販売：午前9時～午後8時30分
電話予約：午前9時～午後5時 ☎042-590-4414
毎週月曜日休館・祝日の場合は翌日休館
問合せ：午前9時～午後8時30分 ☎042-590-4411



※状況により変更となる場合があります。

好評発売中

■ワクワク！0才からの親子リトミックコンサート

7月3日(日)①午前11時開演②午後2時開演／大ホール舞台／一般：1,500円 友の会：1,200円 小学生以下：500円 (0才のお子さんからチケットが必要です)／出演：神宮前カルテット(鈴木瑛子(ピアノ)、大浦万由子(フルート)、石川成美(クラリネット)ほか)／曲目：アンパンマンマーチ、クラリネット壊しちゃった、ディズニー、ジブリより数曲 ほか／集まれちびっこ！みんなで楽しく音に合わせてからだを動かして遊ぼう！



■ホームアロマセラピスト講座

6月10・24日(金)、7月8・29日(金)午後1時30分～3時(全4回)／会議室／一般5,500円・友の会5,000円／講師：関田祥子(ヨガ・アロマサロン&スクールAries(アリエス))／定員：15人(先着順)／対象：高校生以上／資格は必要ないけれど、アロマを安心して日常生活に取り入れたい方向けの講座です。基礎知識や心と身体に働きかける作用、クラフト作りを通して、アロマについて深く学んでいきます。



【開催間近】■小島康平 津軽三味線の響き 5月21日(土)午後5時開演／小ホール／全席自由／一般1,000円・友の会800円／出演：小島康平(津軽三味線・解説)／曲目：津軽じょんがら節 ほか

ロビーコンサート

■ロビーコンサート vol.255

「きらめく風にのせて…」
5月25日(水)正午開演／入場無料

【注意】全公演とも、マスク着用を必須とさせていただきます。
最新情報はハミングホールのホームページに掲載します。

6月の施設利用申込み

大・小ホールは令和5年6月分、その他の施設は令和4年12月分です。なお、市民を対象とした調整会議は、6月1日(水)午後1時30分から行います。

ハミングホールの
ホームページ



国民年金 だより



国民年金の種別変更について

国民年金制度は、国内に居住する20～60歳までの全の方に加入が義務付けられています。国民年金の種別は、次の3種類に分かれており、届出は加入時だけでなく、種別が変わったときにも必要です。

【国民年金の加入種別】

◆第1号被保険者 自営業者・農林漁業者とその配偶者、学生、アルバイト、無職の方等で20歳以上60歳未満の方が対象です。加入や種別変更の手続きは、被保険者の方が行います。

◆第2号被保険者

会社員や公務員など、厚生年金保険に加入している方が対象です。加入手続きは、勤務先で行います。

◆第3号被保険者

第2号被保険者に扶養されている配偶者が対象です。届出は第2号被保険者の勤

務先を通じて行います。

【種別変更となるケース】

◆第1号被保険者になる方 60歳未満の第2号被保険者が会社等を退職すると、第3号被保険者となる方を除き、第1号被保険者となります。また、その方に扶養されていた第3号被保険者も第1号被保険者になります。

◆第2号被保険者になる方

第1号、第3号被保険者が就職して厚生年金保険に加入すると第2号被保険者になります。

◆第3号被保険者になる方

第1号、第2号被保険者が婚姻、退職等により第2号被保険者の被扶養配偶者になると第3号被保険者になります。

■付加保険料を納付している方

国民年金保険料を納めた期間(厚生年金等の加入期間を含む)と国民年金保険料の納付を、免除や猶予された期間が10年以上ある方は、65歳から老齢基礎年金が支給されます。年金額を

少しでも多く受給したい方は、国民年金保険料とあわせて付加保険料(月額400円)を納付すると老齢基礎年金に付加年金が加算され支給されることとなります。

◎納付額と受給額の例(付加保険料を10年間納付した場合)
付加保険料の納付額 400円 × 12月 × 10年 = 4万8000円
付加年金の受給額(年額) 200円 × 12月 × 10年 = 2万4000円

〈留意事項〉

●付加保険料の納付を希望される方は、申出書の提出が必要となります。

●国民年金基金に加入中の方は、付加保険料を納付できません。

◆以上の問合せは、立川年金事務所 ☎042-523-0352 または保険年金課・内線1028まで。



くらしの便利帳を ご活用ください

1月に全戸配布しました「東大和市くらしの便利帳 令和3～4年度版」は、市の行政サービスや手続き、各公共施設などの案内、毎日の生活に役立つ情報等を掲載しています。ぜひ、ご活用ください。

▷問合せ 秘書広報課・内線1413まで。