



東京 ゆったり日和 東やまと

注目情報

令和4年第4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
11月30日(水)	本会議	開会・議案等審議
12月1日(木)・2日(金)・5日(月)～7日(水)	本会議	一般質問
12月9日(金)・12日(月)・13日(火)	常任委員会	付託案件の審査等
12月15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：実施計画を策定しました 3面：市職員の給与・勤務条件等を公表します 4面：ひとり親家庭等を対象とした制度・事業
 5面：「人生会議」をしてみませんか 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



かるがもひろばとは？

子ども家庭支援センター内にある乳幼児親子の交流スペースです。すべり台やおままごとコーナーなどがあり、お子さんが楽しく遊ぶことができます。また、保育士が常駐しているため、育児の不安・悩みを相談することもできます。

出張 かるがもひろば

子ども家庭支援センターでは、毎月、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などを行っています。また、保護者同士の情報交換や保育士への子育て相談もできます。気軽にご参加ください。

対象 3歳までの乳幼児と保護者

- 期日・場所**
- 12月2日(金) かみきただい児童館
 - 12月7日(水) 清水集会所
 - 12月14日(水) 芋窪集会所
 - 12月26日(月) 清原市民センター

時間 各日午前10時30分～11時45分(事前予約不要)
 ※会場毎に利用定員を設けています。

問合せ 子ども家庭支援センター ☎042-565-3651まで。

お子さんが楽しめるその他のイベント

「かるがも」ミニクリスマス会

ブラックシアターやハンドベルの演奏などを行います。またサンタさんと一緒に記念撮影もできます。

▷対象 市内在住で、生後6か月～3歳(参加当日)のお子さんと保護者

▷期日 ①12月6日(火)、②12月13日(火)

▷時間 各日とも午前10時または午前11時(二部入替制)

▷場所 子ども家庭支援センター

▷定員 各回10組(申込順)

▷申込み ①は11月22日(火)以降、②は11月30日(水)以降に子ども家庭支援センターまで。

※各日とも、窓口での受付は午後1時から、電話での受付は午後2時からとなります。



クリスマス子ども会

ステンドグラス風

オーナメントを作ろう!

クリスマスに向けて、ツリーやベルなどの枠に色セロハンを貼り、オーナメントとして使うことができるステンドグラス風の飾りを作る工作会です。

▷対象 4～12歳のお子さん(未就学児は保護者同伴)

▷日時・場所 ①12月18日(日)午後2時～3時30分：清原図書館

②12月25日(日)午後2時～3時30分：桜が丘図書館

▷定員 各館10人(申込順)

▷講師 図書館スタッフ

▷申込み 桜が丘図書館 ☎042-567-2231

清原図書館 ☎042-564-2944



新型コロナ ワクチン接種について

オミクロン株対応ワクチンの接種について

▷対象 初回接種(1・2回目)を完了した12歳以上の市民
 ※オミクロン株対応ワクチンは、1人1回の接種となります。また、12～17歳の方は、保護者の同伴が必要です。

※初回接種(1・2回目)がお済みでない方は、12月末までの接種をご検討ください。

▷使用するワクチン ファイザー社製オミクロン株BA.4-5ワクチン

【集団接種(旧みのり福祉園)】

▷接種日 ●18歳以上の方 水・木・土・日曜日(土曜日は午後のみ)
 ※その他の年齢が対象の接種日は除く。

●12～17歳の方 11月20日(日)及び12月11日(日)の午前

▷予約方法 市のコールセンターへ電話またはウェブ予約システムで予約

【個別接種(市内医療機関)】 接種日や予約方法等は、医療機関ごとに異なります。

市では、国の通知に基づき、以下のとおり、新型コロナワクチンの接種を実施します。この記事は、11月8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。



生後6か月～4歳の方への接種について

▷対象 生後6か月～4歳の市民(保護者の同伴が必要です)

▷使用するワクチン ファイザー社製ワクチン(生後6か月～4歳用)

▷接種間隔 1回目の3週間後に2回目を接種。2回目の8週間後に3回目を接種。

▷接種券 対象となる方へ順次、郵送しています。

【個別接種(市内医療機関)】 接種日や予約方法等は、医療機関ごとに異なります。
 ※市の集団接種会場では実施していません。

5～11歳の方への追加接種(3回目)について

▷対象 初回接種(1・2回目)を完了した5～11歳の市民(保護者の同伴が必要です)

▷使用するワクチン ファイザー社製ワクチン(5～11歳用)

【集団接種(旧みのり福祉園)】

▷接種日時 11月19日(土)及び12月10日(土)の午後(両日とも初回接種(1・2回目)も可能です)

▷予約方法 市のコールセンターへ電話またはウェブ予約システムで予約

【個別接種(市内医療機関)】 接種日や予約方法等は、医療機関ごとに異なります。

ワクチン接種の際の注意事項

新型コロナワクチンと他のワクチン(インフルエンザワクチンは除く)との接種は、原則13日以上、間隔を空ける必要があります。

実施計画を策定しました

市では、令和5～7年度を計画期間とする新たな実施計画を策定しました。

実施計画は、第五次基本計画に定めた施策の実現と新たな行政需要に的確に対応するため、優先度の高い事業や継続実施が求められる事業のうち主要なものとして定めるもので、今後の予算編成の指針となります。実施計画の内容については、市のホームページ等をご覧ください。また、企画政策課(市役所4階)等で、販売・閲覧・貸出も行っていきます。

実施計画(令和5～7年度)に定める主要事業(抜粋)

まちづくりの基本施策 第五次基本計画	基本施策1 子どもたちの笑顔があふれるまちづくり ・オンライン英会話マンツーマンレッスン(中学校) ・学童保育所新設 ほか
	基本施策2 健康であたたかい心のかよいあうまちづくり ・第3次健康増進計画及び第2次自殺対策計画策定 ・産後ケア事業 ほか
	基本施策3 安全・安心で利便性が高いまちづくり ・木造住宅耐震助成事業 ・都市マスタープラン改定 ほか
	基本施策4 心豊かに暮らせるまちづくり ・第4次生涯学習・生涯スポーツ推進計画策定 ・(仮称)東京街道運動広場管理棟新設 ほか
	基本施策5 環境にやさしいまちづくり ・公共施設等空調設備更新及び照明LED化工事 ・狭山緑地フィールドアスレチック改修事業 ほか
	基本施策6 暮らしと産業が調和した活力あるまちづくり ・商店街活性化創業施設運営等応援補助 ・まち・ひと・しごと創生事業 ほか
行財政運営	・デジタル化の推進(デジタル化推進支援業務委託、戸籍情報システムのクラウド化) ・窓口業務等委託 ・包括施設管理業務委託 ほか

12月3日(土) 土曜窓口業務をお休みします

12月3日(土)は、システム入替作業を行うため、市役所本庁舎の土曜窓口業務を臨時閉庁します。

新築・増改築をお考えの方へ 届出の必要性をご確認ください

市内には、建築物の新築や増改築等を行う場合に、工事着手の30日前までに、市へ届出が必要となる地区があります。この届出が必

- 要となる地区には「地区計画」というまちづくりのルールがあり、建物の使い道・高さ・色彩・敷地の大きさ等が定められています。
- ▽「地区計画」が決定している地区
- ①湖岸二丁目地区
 - ②向原団地地区
 - ③上北台駅周辺地区
 - ④立野一丁目地区
 - ⑤桜が丘二丁目地区
 - ⑥清水六丁目・狭山五丁目地区
 - ⑦立川東大和線沿線地区
 - ⑧芋窪六丁目・上北台一丁目地区
 - ⑨東京街道団地地区
- ▽問合せ 都市づくり課・内線1255まで。

申込みはお早めに 粗大ごみ・し尿等の年内処理

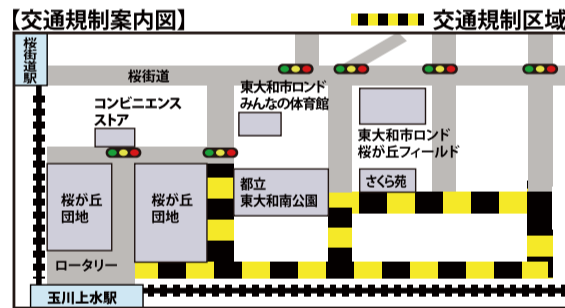
粗大ごみの収集、し尿等の処理及び浄化槽の清掃を行うには、申込みが必要です。1日に処理できる件数に限りがありますので、年

内の処理及び清掃を希望する場合は、早めにお申し込みください。粗大ごみの年内処理についての受付終了の目安は、12月12日(月)です。▽申込み 粗大ごみは、粗大ごみ受付センター ☎042-562-6500、し尿汲取り・浄化槽清掃は、環境対策課・内線1246まで。

ロードレース大会 開催に伴う交通規制

第57回東大和市ロードレース大会の開催に伴い、都立東大和南公園の周辺道路を交通規制します。

- ▽日時 12月4日(日)午前8時30分～午後1時頃
- ▽交通規制区域 下図のとおり
- ▽問合せ 生涯学習課・内線1553まで。



申請を受け付けています 入札参加資格審査

市が発注する物品の買入れ、業務委託、工事の競争入札等に参加を希望する事業者の方は、事前に資格審査の申請を行い、入札参加資格を取得する必要があります。

- 令和5・6年度の入札参加資格審査申請について、電子調達サービスを利用して、市内営業事業者の方を対象に、書類による申請を受け付けています。
- ※申請書・申請要領等は、契約検査課(市役所3階)または市のホームページで入手できます。
- ※入札参加資格審査申請は東京電子自治体共同運営サービス「電子調達サービス」を利用することで、インターネットで随時行うことができます。
- ▽業種 物品・委託、工事
- ▽受付期間 12月2日(金)午後4時まで
- ▽受付場所 契約検査課
- ▽申請方法 申請要領をご覧ください
- ▽問合せ 契約検査課・内線1343まで。

中央図書館からのお知らせ

中央図書館では試行的に会議室を自習室として開放します。中央図書館では試行的に会議室を自習室として開放

5年3月の土・日曜日、12月26日(月)～令和5年1月6日(金) ※中央図書館事業実施日及び休館日は除く。▽時間 午前10時30分～午後4時45分

※販売行為はできません。▽対象 市内を中心に活動し、芸術文化活動を行っている団体(宗教団体及び企業等の営利を目的とした団体は除く)▽貸出期間 令和5年1月20日(金)～3月31日(金)のうち概ね2週間以内(設営・撤収を含む)▽定員 18人(先着順)※利用は、個人学習(自習)に限ります。

入居者を募集します 都営住宅(地元割当)

入居者を募集します。2人以上世帯向・東京街道(2戸) ※募集戸数を超える応募があった場合、抽選。

- ▽申込区分 ②2人以上世帯向・東京街道(2戸)
- ▽申込条件 ①申込者本人が市内に居住する成年者(18歳未満の既婚者を含む)であること ②同居親族がいること ③所得が定められた基準内であること ④住宅に困っていること ⑤暴力団員でないこと ※詳細は、申込書をご覧ください。
- ▽申込資格 次の全てに該当すること

▽申込書配布期間 11月16日(水)～28日(月)▽申込書配布場所 地域振興課(市役所3階)、市民センター▽申込受付 申込用紙の配布期間中に地域振興課まで郵送(11月28日(月)消印有効)または持参▽問合せ 地域振興課・内線1715まで。

電力・ガス・食料品等 価格高騰 緊急支援給付金

電力・ガス・食料品等の価格高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい低所得世帯等に対し、1世帯あたり5万円を支給します。

- ▽対象 ①世帯全員の令和4年度分
- ②①のほか、予期せず令和4年中に家計が急変し、住民税非課税世帯と同様の事情にあると認められる世帯(家計急変世帯)
- ※事業活動に季節性がある場合等、予期せず収入が減少したと認められない場合は、支給対象外となります。
- ▽案内の送付 11月上旬から、①の対象となる可能性

がある世帯に対し、案内を送付しています。※申請方法等の詳細は、案内をご確認ください。※②に該当すると思われる方は、コールセンターにお問い合わせください。▽申請期間 令和5年1月31日(火)まで(消印有効)▽問合せ 住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金コールセンター ☎042-567-5007まで。

市職員の給与・勤務条件等を公表します

人事行政の公平性と透明性を確保するため、「東大和市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、市職員の給与・勤務条件等についてお知らせします。詳細は、市のホームページをご覧ください。
▶問合せ 職員課・内線1331まで。

職員の任免の状況

1 令和3年度採用者数及び退職者数の状況

採用者数	退職者数				
	定年	勸奨	普通	その他	合計
26人	10人	0人	16人	0人	26人

2 昇任試験・昇任選考の実施状況(令和4年4月1日付昇任)

区分	対象者	受験者	合格者
主任職昇任試験及び選考	80人	23人	15人
係長職昇任選考	-	-	7人
課長職昇任選考	-	-	4人

職員数の状況

1 部門別職員数の状況と主な増減理由(各年4月1日現在)

部門	区分	職員数		対前年増減数	主な増減理由
		令和3年	令和4年		
一般行政部門	議会	7人	7人	0人	【総務】組織再編・業務執行体制の見直しによる増、欠員不補充による減等 【税務】欠員不補充による減 【民生】組織再編による増、業務執行体制の見直しによる減等 【衛生】業務執行体制の見直しによる増、組織再編による減等 【土木】組織再編による増、欠員不補充による減等 【教育】組織再編による増、指定管理者制度の導入による減等 【下水道】業務執行体制の見直しによる減 【その他】組織再編による増等
	総務	124人	127人	3人	
	税務	36人	35人	△1人	
	民生	106人	104人	△2人	
	衛生	33人	34人	1人	
	農林水産	3人	3人	0人	
	商工	5人	5人	0人	
	土木	44人	45人	1人	
小計	358人	360人	2人		
特別行政部門	教育	64人	58人	△6人	
	小計	64人	58人	△6人	
公営企業等会計部門	下水道	9人	8人	△1人	
	その他	33人	34人	1人	
	小計	42人	42人	0人	
合計		464人	460人	△4人	

※職員数は、一般職に属する職員数であり、地方公務員の身分を保有する退職者及び派遣職員を含み、一部事務組合への派遣職員や臨時または非常勤の職員を除きます。

2 級別職員数の状況(令和4年4月1日現在)

(1) 一般行政職

区分	1級	2級	3級	4級	5級	計
標準的な職務内容	主事	主任	係長	課長	部長	
職員数	123人	101人	97人	37人	11人	369人
構成比	33.3%	27.4%	26.3%	10.0%	3.0%	100.0%

(2) 技能労務職

区分	1級	2級	計
標準的な職務内容	技能主事	技能主任	
職員数	1人	13人	14人
構成比	7.1%	92.9%	100.0%

※標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職務です。

3 年齢別職員構成の状況(令和4年4月1日現在)

区分	20歳未満	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～65歳	計
職員数	0人	90人	123人	103人	136人	25人	477人

※再任用短時間職員を含みます。

職員の給与の状況

1 人件費の状況(令和3年度一般会計決算)

住民基本台帳人口 令和4年1月1日現在	歳出額(A)	実質収支	人件費(B)	人件費率(B/A)
85,285人	36,391,028千円	2,912,384千円	4,661,304千円	12.8%

※人件費には、特別職に支給される給料及び報酬を含みます。
※数値は、令和3年度地方財政状況調査の数値です。

2 職員給与費の状況(令和3年度一般会計決算)

職員数(A) 令和3年4月1日現在	給与費				1人当たり給与費(B/A)
	給料	職員手当	期末・勤勉手当	計(B)	
438人	1,604,815千円	443,725千円	691,657千円	2,740,197千円	6,256千円

※職員手当には、退職手当を含みません。
※国民健康保険、下水道、区画整理、介護保険、後期高齢者医療の各事業については、特別会計となるため、上記の数値には含みません。
※再任用短時間職員分を含みます。

3 職員の平均給料月額、平均給与月額及び平均年齢の状況(令和4年4月1日現在)

一般行政職			技能労務職		
平均給料月額	平均給与月額	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
315,630円	412,598円	41.3歳	339,129円	395,539円	56.9歳

※平均給料月額とは、職員の基本給の平均です。
※平均給与月額とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当、地域手当、住居手当、時間外勤務手当などの諸手当の額を合計したものです。

4 職員の経験年数別、学歴別平均給料月額の状況(令和4年4月1日現在)

区分	経験年数10年	経験年数20年	経験年数25年	経験年数30年
一般行政職(大学卒)	280,867円	365,479円	該当者なし	410,700円

職員手当の状況

1 期末・勤勉手当(令和3年度)

区分	東大和市	東京都	国
1人当たりの平均支給額	1,556千円	-	-
支給割合	2.40月分(1.35月分)	2.40月分(1.35月分)	2.55月分(1.45月分)
加算措置の状況(職務上の段階、職務の級等による加算措置)	【職務段階別加算】 3～20%	【職務段階別加算】 3～20% 【管理職加算】 15～25%	【職務段階別加算】 5～20% 【管理職加算】 10～25%

※()内は、再任用職員に係る支給割合です。

2 退職手当(令和4年4月1日現在)

区分	東大和市		東京都		国	
	普通	勸奨・定年	普通	勸奨・定年	普通	勸奨・定年
支給率						
勤続20年	23.00月分	23.00月分	23.00月分	23.00月分	19.6695月分	24.586875月分
勤続25年	30.50月分	30.50月分	30.50月分	30.50月分	28.0395月分	33.27075月分
勤続35年	43.00月分	43.00月分	43.00月分	43.00月分	39.7575月分	47.709月分
最高限度額	43.00月分	43.00月分	43.00月分	43.00月分	47.709月分	47.709月分

※退職手当の支給事務を共同処理するため、東大和市は、他の地方公共団体とともに退職手当組合を組織しています。退職手当組合を構成する団体の退職手当の算定方式は、同じです。

3 地域手当

支給職員1人当たり平均支給年額(令和3年度決算)	465,779円
支給率	12%

※再任用短時間職員分を含みます。

4 特殊勤務手当

支給職員1人当たり平均支給年額(令和3年度決算)	36,839円
職員全体に占める手当支給職員の割合(令和3年度決算)	9.6%

※再任用短時間職員分を含みます。
※【特殊勤務手当の種類】 行旅死病人取扱手当、防疫作業手当、危険薬物取扱手当、滞納整理事務手当、賦課調査事務手当、社会福祉業務手当、犬・猫等の死体処理手当、災害時緊急出動手当

5 時間外勤務手当

区分	令和3年度	令和2年度
支給実績	106,718千円	101,084千円
職員1人当たり平均支給年額	253千円	205千円

※再任用短時間職員分を含みます。

6 その他の手当(令和4年4月1日現在)

手当名	内容及び支給単価	支給実績(令和3年度決算)
扶養手当	子	9,000円
	子以外の扶養親族	6,000円(課長級は3,000円)
住居手当	月額15,000円(年齢制限あり)	9,896千円
管理職手当(特別調整額)	部長及び局長	95,000円
	参事	83,000円
	課長及び副参事	71,000円
管理職員特別勤務手当(平日深夜(午前0時～5時))	参事(部長・局長)	12,000円 [6,000円]
	参事(上記以外)	10,000円 [5,000円]
	副参事	10,000円 [5,000円]
宿日直手当	1回12,000円	実績なし

7 特別職等の報酬等の状況(令和4年4月1日現在)

区分	給料月額等	
給料	市長895,000円、副市長766,000円、教育長710,000円	
報酬	議長529,000円、副議長484,000円、議員458,000円	
期末手当	市長、副市長、教育長(令和3年度支給割合)4.45月分 議長、副議長、議員(令和3年度支給割合)4.45月分	
退職手当	市長	給料月額×4×勤続年数 任期ごとに支給
	副市長	給料月額×3×勤続年数 任期ごとに支給
	教育長	給料月額×2.5×勤続年数 任期ごとに支給

※特別職の報酬等の額は、「東大和市特別職報酬等審議会」の答申に基づき条例で定められています。
※退職手当の支給事務を共同処理するため、東大和市は、他の地方公共団体とともに退職手当組合を組織しています。退職手当組合を構成する団体の退職手当の算定方式は、同じです。

職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

1 職員の勤務時間、休憩時間等の概要

正規の勤務時間	休憩時間	週休日
午前8時30分～午後5時15分	正午～午後1時	日曜日、土曜日

※職務の性質により特別の勤務形態で勤務する必要がある職員については、勤務時間の割り振り等を別に定めています。

2 年次有給休暇の取得の状況(令和3年中)

平均取得日数	13.0日
--------	-------

職員の分限処分・懲戒処分の状況

1 分限処分の状況(令和3年度)

種類	人数
免職	0人
降任	0人
休職	7人

※分限・懲戒処分の人数は、当該年度に新たに処分を受けた職員数です。

2 懲戒処分の状況(令和3年度)

種類	人数
免職	0人
停職	0人
減給	0人
戒告	0人

申請はお済みですか 令和4年度子育て世帯生活支援特別給付金 (ひとり親世帯分・ひとり親世帯以外分)

給付金の申請期限は令和5年2月28日(火)です。支給の要件に該当する方は早めに申請をお願いいたします。
※詳細は、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 子育て支援課・内線1765まで。



▲ひとり親世帯以外はこちら



▲ひとり親世帯分はこちら

ご参加ください プレママ

おはなし会

妊婦の方とその家族向けに、出産後に赤ちゃんとの生活に備えようという絵本の読み聞かせや、妊娠中や出産・育児に役立つ資料の紹介を行います。気軽に参加ください。

※乳児・児童同伴可。
▽日時 12月11日(日)午後2時～2時30分
▽場所 清原図書館
▽定員 10人(申込順)
▽講師 図書館スタッフ
▽申込み 清原図書館 ☎042-564-2944まで電話または来館



ご利用ください 「かるがも」 一時保育室

子ども家庭支援センター「かるがも」では、保護者の仕事や通院、リフレッシュなどの際に週3回までお子さん(認可保育施設に入所していない場合に限る)を予約制でお預かりします。
▽対象 市内在住の1歳以上で集団保育が可能な未就学児
▽実施日 月～土曜日(祝

日、年末年始は除く)
▽保育時間・利用料
〔1日利用(午前9時～午後5時)〕 2400円
〔半日利用(午前9時～午後1時または午後1時～5時)〕 1200円
※利用には事前登録が必要です。子ども家庭支援センターの窓口にて、母子健康手帳、健康保険証、乳幼児医療証をお持ちください。
▽申込み 子ども家庭支援センター(一時保育室専用電話) ☎042-565-3655まで。

ひとり親家庭等を対象とした制度・事業

①～③の制度の受付は随時子育て支援課(市役所1階)で行っています。
④～⑨の事業の利用を希望する方は、事前に子ども家庭支援センターへご連絡いただき、相談予約をお願いします。
※各制度・事業には、一定の要件及び所得制限等があります。詳細については、お問い合わせください。

制度・事業名称	対象者	内容	問合せ
①児童扶養手当	18歳に達した日以後の最初の3月31日までの間にある児童(一定の障害がある場合は20歳未満)を養育しているひとり親家庭等の父、母または養育者	全部支給 43,070円 一部支給 10,160～43,060円 ※児童2人目以降の加算あり	子育て支援課 ・内線1761
②児童育成手当(育成手当)	18歳に達した日以後の最初の3月31日までの間にある児童を養育しているひとり親家庭等の父、母または養育者	児童1人につき13,500円 ※20歳未満の児童対象の児童育成手当(障害手当)あり	
③ひとり親家庭等医療費助成	18歳に達した日以後の最初の3月31日までの間にある児童(一定の障害がある場合は20歳未満)を養育しているひとり親家庭等の父、母または養育者及びその児童	保険診療の自己負担分を助成 ※区分に応じ一部自己負担あり	
④ひとり親家庭ホームヘルプサービス事業	ひとり親となって間もないため日常生活に支障が生じている場合や、就業、就職活動、冠婚葬祭、疾病等により、生活援助等が必要なひとり親家庭の保護者	家庭へのホームヘルパー派遣による、家事・育児等の支援 ※所得により本人負担あり	子ども家庭支援センター ☎042-565-3651
⑤東京都母子及び父子福祉資金貸付事業	都内に6か月以上お住まいのひとり親家庭の保護者で、20歳未満の児童を扶養している方	修学資金、就学支度資金、技能習得資金、転宅資金等の貸付け	
⑥東京都女性福祉資金貸付事業	都内に6か月以上お住まいの配偶者のいない女性(親・子・兄弟姉妹を扶養していない場合は、所得制限・年齢制限あり)		
⑦母子家庭及び父子家庭自立支援給付金支給事業	児童扶養手当の支給を受けているか、または同等の所得水準にある方	能力開発のための講座費用や、資格取得のための修学期間における生活費の一部を支給	
⑧母子・父子自立支援プログラム策定事業	児童扶養手当の支給を受けている方	就業による経済的自立を支援するため、面接による自立支援プログラムの策定	
⑨ひとり親家庭高等学校卒業程度認定試験合格支援事業	児童扶養手当の支給を受けているか、または同等の所得水準にある方及び児童	高等学校卒業程度認定試験の講座受講費用の一部を支給	

⚠️ 消費者生活情報 ⚠️ この引き落としって何?!

知らぬ間にクレジットカードの引き落としがされていた、覚えのない支払いのため返金して欲しい、という相談が多く寄せられています。

— 事例1 —
買い物でクレジットカードを使って支払いをしようとしたら、限度額がいっぱいで決済できなかった。不思議に思い、明細を確認したら身に覚えのない支払いがあった。

— 事例2 —
確定申告のためにクレジットカードの明細を整理していたら、毎月不明な金額が引き落とされていることに気づいた。

— 消費者へのアドバイス —
クレジット決済は、明細を確認する習慣がないと、身に覚えのない引き落としがあっても気づきにくいものです。「メールから誘導された偽サイトにカード情報を入力していた」「子どもが黙ってゲームに課金していた」「サブスク(定額制サービス)の解約を忘れていた」「電気や携帯電話等の基本契約に様々なオプションサービスがついていた」など、いろいろな原因があります。気づくのが遅れると多額な支払いや、カード会社が定める不正利用に対する補償期間が過ぎてしまうことがあります。内容によりカード会社の対応は異なりますが、原因を取り除くことで、今後も続く引き落としは停止できます。クレジットカードの利用明細は日頃から確認するクセをつけておきましょう。

▷問合せ 消費生活センター・内線1713まで。

猫の飼養を ご希望の方へ 保護猫の譲渡会

▽主な譲渡条件
●終生飼養(安易に手放さないこと)
●完全室内飼養(ベランダや庭も不可)

●家族全員の同意
●ペット可の住居
●適切な飼養(食餌、室温等)
●安定した収入
●心身ともに健康な方
▽日時 11月26日(土)午前10時～正午
▽場所 中央公民館ホール
▽譲渡費用 譲渡が確定し

た際に、保護から譲渡までかかった医療費及び実費相当の譲渡費用を里親の方に負担いただきます。
※当日に猫を連れて帰ることはできません。
▽問合せ 環境対策課・内線1248まで。



パブリックコメントを実施します 東大和市子ども・子育て未来プランの中間見直し

市では、すべての子どもたちの健やかな育ちと、若者や子育て世代を支援するために策定した「東大和市子ども・子育て未来プラン」に包含される5つの計画のうち、「第2期東大和市子ども・子育て支援事業計画」及び「第1期新・放課後子

ども総合プランに基づく東大和市行動計画」の中間見直しを進めています。見直しにあたり、市内在住・在勤・在学の方等から意見を募集するため、パブリックコメントを実施します。
▽意見提出・閲覧等期間 12月14日(水)まで



各種証明書のコンビニ交付

コンビニエンスストアのコピー機で住民票の写し等の各種証明書を取得できます。ご利用にはマイナンバーカードが必要です。お持ちでない方は、この機会にマイナンバーカードの申請をご検討ください。問合せ 市民課・内線1086まで

生活習慣病予防教室 今日から始めよう糖尿病予防

糖尿病予防の基礎やポイントについて学ぶことができます。糖尿病予防は、少しでも早い取り組みが肝心です。第2・3回は保育を実施します。

- ▷対象 18歳～概ね64歳の方（保育の対象は3・4か月健診後～4歳未満の乳幼児）
- ▷日時・内容・定員等 下表のとおり（定員はいずれも申込順）
- ▷場所 市立保健センター
- ▷申込み 市立保健センター☎042-565-5211まで。

	日時	内容（講師）	定員 (保育定員)	持ち物等
第1回	11月28日(月)①～④のいずれかに参加	・体成分分析装置INBODY測定 ・血管年齢 ・結果説明	各回3人 ※保育なし	健康手帳(お持ちの方)、筆記用具 ※素足で測定します。
	①午後1時30分～2時			
	②午後2時～2時30分			
	③午後2時30分～3時 ④午後3時～3時30分			
第2回	12月7日(水) 午後1時30分～3時30分	・医師の講話(關雅之氏) ・栄養の講話とレシピ紹介(栄養士)	10人 (3人)	健康手帳(お持ちの方)、筆記用具
第3回	12月12日(月) 午後1時30分～3時30分	・運動の実技と講話(運動指導士) ・歯科の講話(歯科衛生士)	10人 (3人)	健康手帳(お持ちの方)、筆記用具、 タオル、動きやすい服装、飲み物

障害福祉課からのお知らせ

■地域自立支援協議会障害者理解促進事業スタンプリー「障害ってなあに？」
大人も子どもも楽しみながら障害について知ることが出来るスタンプリーを実施します。

すべてのコーナーを回った方には先着順で記念品を差し上げます。

▽日時 12月3日(土)午前10時～午後3時

▽場所 中央公民館

▽内容 スタンプリー方式で次の4つのコーナーを回ります。

- ①作業所を知ろう(作品展・販売等)
- ②動画で学ぶコロナ禍の障害のある方への配慮
- ③障害者災害時支援いろはカルタで遊ぼう
- ④海老原宏美さん(前地域自立支援協議会会長)の足跡をたどる

▽特別企画「障害ってなあに？大雑談会」(スタンプリー対象外)

▽時間・テーマ
●午前10時30分～11時30分
●午後1時30分～2時30分
分はたらく

▽定員 各回15人(先着順)
※手話通訳があります。

▽問合せ 障害福祉課・内線1129、ファクス042-563-5928まで。

▽総合福祉センターはくとふるのイベント

◎障害者理解促進講演会「聞こえない聞こえづらい世界を知ろう」
聴覚障害者の聞こえない世界を知ってお互いのコミュニケーションに活かしましょう。講演会後に聴覚支援機器(磁気ループ等)の体験会も行います。

▽対象 市内在住・在勤で関心のある方、聴覚障害のある方やその家族等

▽日時 12月10日(土)午後1時30分～3時

▽定員 25人(申込順)

▽講師 城後友子氏(東大和市聴覚障害者協会副会長)

◎視覚障害者向け料理講座

▽対象 身体障害者手帳をお持ちの視覚障害のある方

▽日時 12月7日(水)午前9時～午後0時30分

▽定員 10人(申込順)

▽内容 パン作り体験

▽講師 堀池えりか氏(料理教室講師)

▽費用 500円

▽持ち物 エプロン、三角巾

【共通事項】

▽場所 総合福祉センターはくとふる

※公共交通機関等でお越しください。

▽申込方法 総合福祉センターはくとふるへ電話または来所

※①住所②氏名③電話番号をお伝えください。

▽申込み・問合せ 総合福祉センターはくとふる地域活動支援センター☎042-516-3982、ファクス042-516-3984へ。

里山体験講座 ミニ門松づくり

狭山緑地の竹木を活用した「ミニ門松づくり」の体験講座を行います。

講座は、狭山緑地で活動を行っているボランティア団体「雑木林の会」の協力により開催します。ぜひ、ご参加ください。

▽対象 市内在住・在勤の方

▽日時 12月10日(土)午前9時30分～正午(雨天決行)

▽場所 市立狭山緑地

▽集合場所 郷土博物館(受付開始は午前9時)

▽定員 10人(申込順)

▽持ち物 飲み物、タオルまたは帽子(ヘルメット着用のため)、滑り止め付軍手、筆記用具

※動きやすく、汚れてもよい服装でお越しください。

▽申込み 11月22日(火)までに土木公園課・内線1218まで。

上北台公民館グループ 展示・発表会だよ 全員集合!

上北台公民館で活動しているグループの日頃の活動成果を展示・発表します。

喫茶コーナー「じゃらんじやらん」も営業します。

※公共交通機関等でお越しください。

▽日時 12月3日(土)午前10時40分～午後2時50分、12月4日(日)午前10時～午後3時35分

▽場所 上北台公民館

▽内容

- 展示・フラワーアレンジメント、折り紙、書、ポスターサイト運営、絵手紙、手工芸、防災対策研究など
- 発表・フラダンス、落語、和太鼓、三線、体操実演、口笛、芋窪囃子、ウクレレ、コーラスなど

▽事業協力 上北台公民館利用者連絡会

▽問合せ 上北台公民館☎042-567-2691まで。

総合福祉センターはくとふるでは、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「ケアラズカフェほほのぼの」を定期開催しています。介護の悩みを話すことや、認知症や介護に関するミニ講座などを行っています。相談員などに相談することもできます。

▽対象 市内在住の方

▽日時 11月24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。

▽費用 無料(お茶を注文する場合は200円)

▽問合せ 総合福祉センターはくとふる地域活動支援センター☎042-516-3982

ご参加ください ケアラズカフェ

総合福祉センターはくとふるでは、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「ケアラズカフェほほのぼの」を定期開催しています。介護の悩みを話すことや、認知症や介護に関するミニ講座などを行っています。相談員などに相談することもできます。

▽対象 市内在住の方

▽日時 11月24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。

▽費用 無料(お茶を注文する場合は200円)

▽問合せ 総合福祉センターはくとふる地域活動支援センター☎042-516-3982

「人生会議」をしてみませんか

「人生会議 (ACP)」とは

「人生会議 (ACP: アドバンス・ケア・プランニング)」とは、皆さんや皆さんの大切な人が、あらかじめ家族や、親しい人、かかりつけ医師等の信頼できる方と一緒に、本人が大切にしていることや、人生の最期をどこで暮らしたいのか、どのような治療や介護サービスを受けたいか等を繰り返し話し合うことです。進め方に決まりはありません。

※厚生労働省はACPの愛称を「人生会議」と定め、11月30日を「人生会議の日」とし、人生の最終段階における医療・ケアについて考える日としています。

「私の在宅療養ハンドブック」公開中

市では、医療・介護の専門職が一丸となって、在宅医療と介護の提供体制の構築を推進しています。

この度、ご高齢の方が在宅で療養する際に役立つ情報などをまとめた「私の在宅療養ハンドブック～住み慣れた東大和市で暮らし続けるために～」を作成しました。

本冊子は、在宅療養について、実例や対応できる医療機関等を簡単に紹介しています。初めての方でも在宅療養という選択肢をイメージしやすい内容となっていますので、人生会議をする際にもお役立てください。

なお、冊子は、市のホームページで公開しているほか、地域包括ケア推進課(市役所2階)でも配布しています。

▷問合せ 地域包括ケア推進課・内線1171まで。



終活セミナー セカンドライフの確認事項

高齢化に伴う介護との向き合い方や、この世代が知っておくべき公的制度、財産の整理整頓、無理や無駄の点検等を、実例を交え分かりやすく解説します。

▽対象 市内在住・在勤の方

▽日時 12月11日(日)午後2時～3時30分

▽場所 桜が丘図書館

▽定員 30人(申込順)

▽講師 石坂廣人氏(2級ファイナンシャルプランナー)

▽申込み 11月16日(水)から桜が丘図書館☎042-567-2331まで電話または来館





保健

初めての離乳食講習会 (4・6か月)

生後4〜6か月の乳児の保護者/12月8日(木)午後1時30分〜3時/場所 市立保健センター/8人(申込順)/電子申請受付可/離乳食の進め方・作り方の話、実演、個別相談/母子健康手帳、筆記用具、おんぶひもまたはだっこひも、バス



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・看護師・栄養士・歯科衛生士がお受けします/12月2日(金)午前10時〜11時30分/場所 市立保健センター/当日直接会場へお越しください/健診結果をお持ちの方はご持参ください。

乳幼児の身長・体重計測

偶数月生まれの乳幼児/12月1日(木)午前9時30分〜11時/場所 市立保健センター/バスオトル/当日直接会場にお越しください。

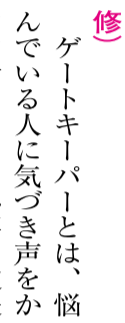


子育て相談「さくらんぼの会」

双子や三つ子とその家族の方(妊婦の方や保護者のみの参加も歓迎)/12月7日(水)午前9時30分〜11時/場所 市立保健センター/6組(申込順)/子育てについての情報交換/母子健康手帳

こころの健康相談

気持ち不安定になり、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/12月7日(水)午前10時〜正午(事前予約制)/場所 市立保健センター



ゲートキーパー養成研修

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき声をかけ、話を聞いて必要な支援につなげ、見守る人のこと、「命の門番」とも言われています。悩みをきいた時にどのように考え、声をかけていくのかなどについて学びます/12月8日(木)午前10時〜正午/場所 市立保健センター/15人程度(申込順)/テーマ 「死にたい」と言われたら/私たちにできること/講師 東京多摩いのちの電話研修担当

食育推進事業「時短にも災害時にも役立つポリックク(ポリ袋調理法)」(保育付)

ポリッククとは、ポリ袋に入れて加熱(湯せん)する調理法です。普段は時短、災害時は節水に役立ちます。今回はお祝いイベントでも活躍してくれる、簡単で美味しい、見栄えのするレシピを紹介します/市内在住の方/12月6日(火)午前9時30分〜正午/場所 市立保健センター/8人(申込順)/保育定員 3人(1〜3歳。申込順)/講話、実習、試食(お子さんの試食はなし)/エプロン、三角巾、筆記用具

祝日等歯科応急診療

●11月23日(水)小池歯科医院(南街4-1-1根岸南ビル2階) ☎042-563-9100
●11月24日(木)市立保健センター ☎042-565-5211
受付時間 午前9時30分〜午後4時/持ち物 保険証(乳幼児医療証等をお持ちの方は併せてご持参ください)/受診前に必ず電話をしてください/市内の歯科医療機関による輪番制のため、毎回診療場所が異なります。

検診・健診

子宮頸がん検診(後期)、肝炎ウイルス検診

①子宮頸がん検診(後期) 市内在住の20歳以上の女性(令和3年4月〜令和4年12月に市の子宮頸がん検診を受けた方、今年度子宮頸がん検診無料クーポン券対象の方、子宮頸がんで治療中、経過観察中の方は除く)/令和5年1月4日(水)〜2月28日(火)(医療機関の休診日は除く)/場所 阿部産婦人科、川田医院、東大和病院附属セントラルクリニック、レディー・スクワッド、マリ・アヴィラ/20人(定員を超えた場合、抽選) /問診、子宮頸部の細胞採取と検査

地域福祉審議会健康推進部会

11月25日(金)午後7時30分/場所 市立保健センター/傍聴人の定員 10人(先着順)/当日直接会場にお越しください/市立保健センター ☎042-565-5211

自然観察会「バードウォッチング」

紅葉の雑木林で、野鳥観察を楽しみませんか。昼頃終了します/12月4日(日)(事前申込制)/集合 午前9時・武蔵大和駅下広場/観察地 都立狭山公園/講師 大庭健二氏(都市鳥研究会幹事)、柴田佳秀氏(日本鳥学会会員)、永石文明氏(東京農工大学講師)/持ち物 筆記用具、双眼鏡/郷土博物館 ☎042-567-4800

①②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の申込専用はがき(①のみ)または、郵便はがきに必要事項を記入のうえ、12月8日(木)(消印有効)までに市立保健センター(〒207-0015 東大和市中中央3-918-1)へ郵送/表面に、希望する検診名を記入。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。
※①は第1〜3希望の医療機関名も記入してください。
※はがき1枚につき1人1検診の申込み。
●電子申請(①のみ) 12月8日(木)までに、市のホームページから申込み
●窓口 12月8日(木)午後5時までに市立保健センターで申込み
※検診票は12月下旬に発送予定。
◆以上の問合せは、市立保健センター ☎042-565-5211

お知らせ

「税についての作文」及び「税の標語」コンクール作品展示

租税教育推進活動の一環として、中学生の「税についての作文」及び「税の標語」コンクールが行われました。市役所1階入口ホールにおいて優秀作品を展示しますので、ぜひ、ご覧ください。また、市のホームページでも作品を紹介いたします/展示期間 11月30日(水)〜12月9日(金)/課税課・内線1051まで。

野火止水水6市共同クリーンデーボランティア募集

野火止水用水沿川の6市(東大和市、立川市、小平市、東村山市、東久留米市、清瀬市)が、同日一斉に保全活動(ごみ拾い等)を行います。ぜひ、ご参加ください/市内在住・在勤・在学の方/12月3日(土)午前10時〜正午(小雨決行)/集合 午前9時30分・東大和市駅前/20人(申込順)/汚れてもよい服装で参加/11月30日(水)までに土木公園課・内線1218まで。

東大和市市民センターの体育館駐車場改修工事

改修工事のため、令和5年1月4日(水)〜31日(火)の間、東大和市ロンドみんなどの体育館駐車場の利用ができなくなります。詳細は決まり次第、市のホームページ等でお知らせします/生涯学習課・内線1552まで。

●福祉標語「最優秀作品決定」
市内の小学生を対象に福祉標語を募集しました。応募

「税についての作文」及び「税の標語」コンクール作品展示

租税教育推進活動の一環として、中学生の「税についての作文」及び「税の標語」コンクールが行われました。市役所1階入口ホールにおいて優秀作品を展示しますので、ぜひ、ご覧ください。また、市のホームページでも作品を紹介いたします/展示期間 11月30日(水)〜12月9日(金)/課税課・内線1051まで。

野火止水水6市共同クリーンデーボランティア募集

野火止水用水沿川の6市(東大和市、立川市、小平市、東村山市、東久留米市、清瀬市)が、同日一斉に保全活動(ごみ拾い等)を行います。ぜひ、ご参加ください/市内在住・在勤・在学の方/12月3日(土)午前10時〜正午(小雨決行)/集合 午前9時30分・東大和市駅前/20人(申込順)/汚れてもよい服装で参加/11月30日(水)までに土木公園課・内線1218まで。

東大和市市民センターの体育館駐車場改修工事

改修工事のため、令和5年1月4日(水)〜31日(火)の間、東大和市ロンドみんなどの体育館駐車場の利用ができなくなります。詳細は決まり次第、市のホームページ等でお知らせします/生涯学習課・内線1552まで。

●福祉標語「最優秀作品決定」
市内の小学生を対象に福祉標語を募集しました。応募

シルバー人材センターの仕事の受注

屋内外の清掃、植木せん定、除草(一部地域は除く)、家事(掃除・洗濯・食事づくり)、ふすま・障子・網戸張り替え、大工仕事、内装工事、蜂の巣駆除、チラシ配布、パソコン教室(ワード、エクセル)・パソコン周辺機器設定、毛筆宛名賞状書き、介護予防・日常生活支援総合事業(掃除・買物・調理・洗濯等)など、困り事がありましたらご相談ください。なお、料金は仕事の内容により異なります/シルバー人材センター ☎042-565-0531

市民情報

●公開講座「初めてのスマホを話題に仲間と楽しく教えあう」(南街だべりサロン)/シニア/11月22日(火)午前9時30分〜11時30分/蜀南街公民館/脳トレを行い、スマホを教えあう会/副都心ネットの会員/費100円/蜀スマートフォン/関佐藤 ☎070-4191-5438

医師会コーナー

脳卒中の危険因子とは

脳卒中（脳梗塞・脳出血・くも膜下出血など）は脳の血管が急に破れたり、詰まったりして、脳の血液の循環に障害をきたして様々な症状を「突然」起こす病気です。かつて、脳卒中は我が国の死亡原因第1位の疾患でした。その後、医療の進歩などもあり死亡原因の第4位（令和2年度）となりましたが、健康寿命を損ねる（寝たきり・要介護）原因第1位の病気が脳卒中です。後遺症に悩む方も多く、予防がとても大切です。

世界脳卒中機構（WSO）は、毎年10月29日を「世界脳卒中デー」として多くの啓発活動を行っています。米国や英国では毎年集中的に啓発活動が行われています。日本でも公益社団法人日本脳卒中協会が、令和3年より10月の1か月間を「脳卒中月間」として啓発活動を行っています。

令和4年度の標語は「脳卒中 予防に勝る 薬なし」です。高血圧、糖尿病、脂質異常症、喫煙、多量飲酒、不整脈（非弁膜症性心房細動）などは脳卒中の「危険因子」とされており、放置すると脳の血管が傷つき、血栓ができる原因などとなって脳卒中を発症しやすくなります。特に高血圧は大敵です。脳卒中を予防するためには、原因となる病気や生活習慣をかかりつけ医、専門医と一緒に管理することがとても大切です。

脳卒中発症時の合い言葉は、「ACT FAST」と呼びかけられています。顔（Face）、手（Arm）、言葉（Speech）の異常が突然現れたら脳卒中を疑い、症状が出た時刻（Time）を確認して急いで（FAST）、行動（ACT）することが重要です。脳卒中かな、と思ったら、すぐに救急車を呼びましょう。発症後早期の専門的治療によって命を救い、症状を軽くすることが可能です。発症した場合は、時が命、「ACT FAST」です。

公益社団法人東大和市医師会

■20周年記念写真展（全日本年金者組合東大和支部写真サークル）／市民／11月29日（火）～12月4日（日）午前10時～午後4時（初日は午後3時まで）／郷土博物館展示室／園菊池☎080-5033-5441へ。

■公開学習会「認知症と向き合う」～地域とともに生きる～（まめの会）／どなたでも／12月3日（土）午前10時～正午／園南街公民館／30人（申込順）／介護体験談、在宅サービスなど／園100円／12月1日までにデイスサービスえんどうまめ☎042-565-9778へ。

■オンライン住宅相談会（東京土建一般労働組合村山大和支部）／12月4日（日）午前10時～正午／10人（申込順）／Zoomを使用したオンラインでの住宅相談、電話での住宅相談／12月2日までに東京土建村山大和支部☎042-563-3261へ。

■第21回東京都障害者ダンス大会ドレミファダンスコンサート（アヴァ）／12月4日（日）午後1時～3時（午後0時30分開場）／園東大和市ロンドみんなの体育館／園障害者及び同伴者は無料、その他一般入場はチャリティ／若さ溢れるパフォーマンスから繊細な演奏まで様々なダンスと音楽を楽しむのコンサートや風船ショーなど／園アヴァ☎03-5413-5578、ファクス03-5413-5579へ。

■こどもの心に花育（まちなみ）／小学生・保護者可連・花*みどりカフェ）／年長児・小学生・保護者可連／12月10日（土）午前10時～正午（9時30分から種・苗の交換会）／園南街公民館／15人（申込順）／切り花を通してこどもの心と想像力を育む／園箕輪和子ほか／園500円／園お手拭き、持ち帰り袋、花ばさみ（お持ちの方）／12月7日までに石田☎042-507-3846（留守電に氏名・電話番号・参加人数を録音）へ。

官公署 だより

■東京都水道局アプリのリリース

東京都水道局は、10月に東京都水道局アプリをリリースしました。アプリを利用することで、スマートフォンから簡単スピーディーに各種手続きが可能です。また、アプリ内で検針票や使用水量・料金、水道局からの様々なお知らせ等を確認できます。詳細は、東京都水道局のホームページをご覧ください／園東京都水道局☎042-548-5373へ。

■インボイス制度説明会

令和5年10月から消費税のインボイス制度が始まります。立川税務署では、次の日程で説明会を開催しますので、この機会に参加していただき、早めの準備をお願いいたします／開催日 11月17日（木）・29日（火）午前10時～11時30分、午後2時～3時30分／園中央公民館ホール／対象 事業者の方／各回150人（定員になり次第入室）

■自衛官採用案内～陸上自衛隊高等工科学校生徒資格

令和5年4月1日現在、15歳以上17歳未満の男子／受付期間 推薦・12月2日（金）、一般・令和5年1月6日（金）／試験日 推薦・1月5日（木）～7日（土）の指定する1日、一般・1月14日（土）または1月15日（日）の指定する1日／その他自衛官候補生は、年間を通じて募集／園防衛省国分寺募集案内所☎042-324-1010へ。

■高齢者の交通事故を防止しましょう

市内では、65歳以上の高齢者が関与する交通事故件数が増加しています。交通ルールを守り、次のことに注意して交通事故に遭わないようにしましょう。

- 信号を守り、青信号でも必ず右左の安全を確認し、点滅が始まったら、無理な横断はやめましょう。
- 横断禁止の標識があるところは、遠回りでも横断歩道か歩道橋を渡りましょう。
- 自転車は車の仲間です。一時停止（止まれ）の標識のある所や見通しの悪い場所では、必ず止まって、車が来ていないか確認してから通過しましょう。
- 車には死角というところも見えない部分があります。「ドライバードライバーは気づいているだろう」と思い込むことなく、車の動きに注意しましょう。

■安全確認をしましょう

●早朝、夕方夜間の外出は明るい色の服装や反射材用品を身に付けましょう。

●自転車に乗る時はヘルメットを着用しましょう。

【ドライバードライバーの皆さんへ】

車を運転する際に、高齢者の近くを通行する時は徐行するなど「思いやりのある運転」を心がけましょう／園東大和警察署☎042-566-0110へ。

令和4年度の標語は「脳卒中 予防に勝る 薬なし」です。高血圧、糖尿病、脂質異常症、喫煙、多量飲酒、不整脈（非弁膜症性心房細動）などは脳卒中の「危険因子」とされており、放置すると脳の血管が傷つき、血栓ができる原因などとなって脳卒中を発症しやすくなります。特に高血圧は大敵です。脳卒中を予防するためには、原因となる病気や生活習慣をかかりつけ医、専門医と一緒に管理することがとても大切です。

脳卒中発症時の合い言葉は、「ACT FAST」と呼びかけられています。顔（Face）、手（Arm）、言葉（Speech）の異常が突然現れたら脳卒中を疑い、症状が出た時刻（Time）を確認して急いで（FAST）、行動（ACT）することが重要です。脳卒中かな、と思ったら、すぐに救急車を呼びましょう。発症後早期の専門的治療によって命を救い、症状を軽くすることが可能です。発症した場合は、時が命、「ACT FAST」です。

公益社団法人東大和市医師会

安全確認をしましょう

■早朝、夕方夜間の外出は明るい色の服装や反射材用品を身に付けましょう

●早朝、夕方夜間の外出は明るい色の服装や反射材用品を身に付けましょう。

●自転車に乗る時はヘルメットを着用しましょう。

【ドライバードライバーの皆さんへ】

車を運転する際に、高齢者の近くを通行する時は徐行するなど「思いやりのある運転」を心がけましょう／園東大和警察署☎042-566-0110へ。

■自衛官採用案内～陸上自衛隊高等工科学校生徒資格

令和5年4月1日現在、15歳以上17歳未満の男子／受付期間 推薦・12月2日（金）、一般・令和5年1月6日（金）／試験日 推薦・1月5日（木）～7日（土）の指定する1日、一般・1月14日（土）または1月15日（日）の指定する1日／その他自衛官候補生は、年間を通じて募集／園防衛省国分寺募集案内所☎042-324-1010へ。

■高齢者の交通事故を防止しましょう

市内では、65歳以上の高齢者が関与する交通事故件数が増加しています。交通ルールを守り、次のことに注意して交通事故に遭わないようにしましょう。

- 信号を守り、青信号でも必ず右左の安全を確認し、点滅が始まったら、無理な横断はやめましょう。
- 横断禁止の標識があるところは、遠回りでも横断歩道か歩道橋を渡りましょう。
- 自転車は車の仲間です。一時停止（止まれ）の標識のある所や見通しの悪い場所では、必ず止まって、車が来ていないか確認してから通過しましょう。
- 車には死角というところも見えない部分があります。「ドライバードライバーは気づいているだろう」と思い込むことなく、車の動きに注意しましょう。

■安全確認をしましょう

●早朝、夕方夜間の外出は明るい色の服装や反射材用品を身に付けましょう。

●自転車に乗る時はヘルメットを着用しましょう。

【ドライバードライバーの皆さんへ】

車を運転する際に、高齢者の近くを通行する時は徐行するなど「思いやりのある運転」を心がけましょう／園東大和警察署☎042-566-0110へ。

■自衛官採用案内～陸上自衛隊高等工科学校生徒資格

令和5年4月1日現在、15歳以上17歳未満の男子／受付期間 推薦・12月2日（金）、一般・令和5年1月6日（金）／試験日 推薦・1月5日（木）～7日（土）の指定する1日、一般・1月14日（土）または1月15日（日）の指定する1日／その他自衛官候補生は、年間を通じて募集／園防衛省国分寺募集案内所☎042-324-1010へ。

令和4年度の標語は「脳卒中 予防に勝る 薬なし」です。高血圧、糖尿病、脂質異常症、喫煙、多量飲酒、不整脈（非弁膜症性心房細動）などは脳卒中の「危険因子」とされており、放置すると脳の血管が傷つき、血栓ができる原因などとなって脳卒中を発症しやすくなります。特に高血圧は大敵です。脳卒中を予防するためには、原因となる病気や生活習慣をかかりつけ医、専門医と一緒に管理することがとても大切です。

脳卒中発症時の合い言葉は、「ACT FAST」と呼びかけられています。顔（Face）、手（Arm）、言葉（Speech）の異常が突然現れたら脳卒中を疑い、症状が出た時刻（Time）を確認して急いで（FAST）、行動（ACT）することが重要です。脳卒中かな、と思ったら、すぐに救急車を呼びましょう。発症後早期の専門的治療によって命を救い、症状を軽くすることが可能です。発症した場合は、時が命、「ACT FAST」です。

公益社団法人東大和市医師会

土曜収納窓口

◎市税・国民健康保険税

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。

【市税・国民健康保険税の納付方法には簡便な口座振替もあります】

納税課（市役所1階）で

安全確認をしましょう

●早朝、夕方夜間の外出は明るい色の服装や反射材用品を身に付けましょう。

●自転車に乗る時はヘルメットを着用しましょう。

【ドライバードライバーの皆さんへ】

車を運転する際に、高齢者の近くを通行する時は徐行するなど「思いやりのある運転」を心がけましょう／園東大和警察署☎042-566-0110へ。

自衛官採用案内～陸上自衛隊高等工科学校生徒資格

令和5年4月1日現在、15歳以上17歳未満の男子／受付期間 推薦・12月2日（金）、一般・令和5年1月6日（金）／試験日 推薦・1月5日（木）～7日（土）の指定する1日、一般・1月14日（土）または1月15日（日）の指定する1日／その他自衛官候補生は、年間を通じて募集／園防衛省国分寺募集案内所☎042-324-1010へ。

高齢者の交通事故を防止しましょう

市内では、65歳以上の高齢者が関与する交通事故件数が増加しています。交通ルールを守り、次のことに注意して交通事故に遭わないようにしましょう。

- 信号を守り、青信号でも必ず右左の安全を確認し、点滅が始まったら、無理な横断はやめましょう。
- 横断禁止の標識があるところは、遠回りでも横断歩道か歩道橋を渡りましょう。
- 自転車は車の仲間です。一時停止（止まれ）の標識のある所や見通しの悪い場所では、必ず止まって、車が来ていないか確認してから通過しましょう。
- 車には死角というところも見えない部分があります。「ドライバードライバーは気づいているだろう」と思い込むことなく、車の動きに注意しましょう。

安全確認をしましょう

●早朝、夕方夜間の外出は明るい色の服装や反射材用品を身に付けましょう。

●自転車に乗る時はヘルメットを着用しましょう。

【ドライバードライバーの皆さんへ】

車を運転する際に、高齢者の近くを通行する時は徐行するなど「思いやりのある運転」を心がけましょう／園東大和警察署☎042-566-0110へ。

自衛官採用案内～陸上自衛隊高等工科学校生徒資格

令和5年4月1日現在、15歳以上17歳未満の男子／受付期間 推薦・12月2日（金）、一般・令和5年1月6日（金）／試験日 推薦・1月5日（木）～7日（土）の指定する1日、一般・1月14日（土）または1月15日（日）の指定する1日／その他自衛官候補生は、年間を通じて募集／園防衛省国分寺募集案内所☎042-324-1010へ。

土曜収納窓口

◎市税・国民健康保険税

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。

【市税・国民健康保険税の納付方法には簡便な口座振替もあります】

納税課（市役所1階）で

安全確認をしましょう

●早朝、夕方夜間の外出は明るい色の服装や反射材用品を身に付けましょう。

●自転車に乗る時はヘルメットを着用しましょう。

【ドライバードライバーの皆さんへ】

車を運転する際に、高齢者の近くを通行する時は徐行するなど「思いやりのある運転」を心がけましょう／園東大和警察署☎042-566-0110へ。

自衛官採用案内～陸上自衛隊高等工科学校生徒資格

令和5年4月1日現在、15歳以上17歳未満の男子／受付期間 推薦・12月2日（金）、一般・令和5年1月6日（金）／試験日 推薦・1月5日（木）～7日（土）の指定する1日、一般・1月14日（土）または1月15日（日）の指定する1日／その他自衛官候補生は、年間を通じて募集／園防衛省国分寺募集案内所☎042-324-1010へ。

高齢者の交通事故を防止しましょう

市内では、65歳以上の高齢者が関与する交通事故件数が増加しています。交通ルールを守り、次のことに注意して交通事故に遭わないようにしましょう。

- 信号を守り、青信号でも必ず右左の安全を確認し、点滅が始まったら、無理な横断はやめましょう。
- 横断禁止の標識があるところは、遠回りでも横断歩道か歩道橋を渡りましょう。
- 自転車は車の仲間です。一時停止（止まれ）の標識のある所や見通しの悪い場所では、必ず止まって、車が来ていないか確認してから通過しましょう。
- 車には死角というところも見えない部分があります。「ドライバードライバーは気づいているだろう」と思い込むことなく、車の動きに注意しましょう。

安全確認をしましょう

●早朝、夕方夜間の外出は明るい色の服装や反射材用品を身に付けましょう。

●自転車に乗る時はヘルメットを着用しましょう。

【ドライバードライバーの皆さんへ】

車を運転する際に、高齢者の近くを通行する時は徐行するなど「思いやりのある運転」を心がけましょう／園東大和警察署☎042-566-0110へ。

自衛官採用案内～陸上自衛隊高等工科学校生徒資格

令和5年4月1日現在、15歳以上17歳未満の男子／受付期間 推薦・12月2日（金）、一般・令和5年1月6日（金）／試験日 推薦・1月5日（木）～7日（土）の指定する1日、一般・1月14日（土）または1月15日（日）の指定する1日／その他自衛官候補生は、年間を通じて募集／園防衛省国分寺募集案内所☎042-324-1010へ。

ほん・本・BOOK

◎図書館の新作資料をご紹介します。

＜一般書＞

●私のことば体験 松居直著 ●海に生きる！ウミガメのふしぎなひきだし 黒部ゆみ写真・文

●日本の珈琲 奥山儀八郎著 ●ふしぎなひきだし 荻田澄子作

●筋トレ最高の食事術 川端理香監修 ●デイジー図書

●こどもホスピス 田川尚登著



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。

《今月の納期》

納期限 11月30日(水)

・国民健康保険税	第5期
・後期高齢者医療保険料	第5期
問合せは、保険年金課・内線1026まで	
・介護保険料	第5期
問合せは、介護保険課・内線1136まで	

は、キャッシュカードを専用端末に通して暗証番号を入力することで、口座振替の申込みができるページにアクセスして、口座振替の申込みを行います（金融機関の届出印は不要です）。

▽問合せ 納税課・内線1091まで。

市民記者 レポート



『子どもの権利条約』と『子どもの権利条例』

18歳未満の子ども時代にぜひ知って欲しいと思っていることがあります。それは「子どもの権利条約」です。子どもの頃「権利」や「条約」は難しすぎて心に入ってきませんでした。学校や家で嫌なことがあっても、周りに合わせてノリで笑ってごまかし、自分が我慢していればいいんだと思っていました。しかし心のモヤモヤは消えず、生きにくさを感じることもありました。もしあの時「子どもの権利条約」を知っていたら、周りに合わせることなく、自分の事を大切に考えることができ、悩みや助けてほしいことを親や大人の誰かに伝える場所があったらと思っています。

「子どもの権利条約」は、子どもが生まれたときから持っている「幸せに生きるための権利」(基本的人権)を世界中で守ろう!と、世界の国々(国連)が文書で交わした約束(条約)です。そのままでは子どもたちに届きませんので、わかりやすくするために地域に寄り添った「条例」をつくる動きが各地で行なわれるようになりました。21年前の平成13年、日本で初めて「川崎市子どもの権利条例」ができ、令和3年の4月時点で50もの自治体に「子ども権利条例」ができました。東大和市では令和2年「子どもと大人のやくそく東大和市子ども・子育て憲章」ができました。また令和4年3月に発行された関連冊子の「子ども版解説編」では「子どもの権利条約」がとてもわかりやすく解説されています。この「子どもの権利条約」を実践するために『東大和市子どもの育ちを応援する会(平成31年発足)』では、子ども側の視点に立った子どもの育ちを応援する仕組みを構築することを目的とし「子どもの権利条例」を東大和市につくることを目標に取り組んでいます。

また「居場所づくり」や関連する学習会、自主上映会なども計画しています。子どもの生きにくさから「言っただけでどうせ何もかわらないよ。」と子どもたちに諦められないような、大人や地域でありたいと思っています。

(市民記者 山崎喜美子)

申込みはお済みですか マイナポイント第2弾

マイナポイント第2弾の申込期限は、令和5年2月末日(令和4年11月末日までのキャッシュレス決済サービスも一部あり)。マイナンバーカードをお持ちでない方でマイナポイント第2弾を申し込む場合、12月末日までにマイナンバーカードを申請してください。

▶問合せ 総務省マイナンバー総合フリーダイヤル(無料) ☎0120-95-0178へ。

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

■伊藤康英の童謡・唱歌、そして日本をめぐ る歌の数々をもっともっともっと楽しく

12月10日(土)午後2時開演/小ホール/全席自由/一般:1,000円 友の会:800円/出演:伊藤康英(ピアノ・解説)、見角悠代(ソプラノ)/曲目 夕焼け小焼け・七つの子、琵琶湖周航の歌、八木節ほか/コラトゥーラ・ソプラノの見角悠代の愛らしい美声と作曲家の立場から作品に切り込む伊藤康英がお送りする日本の歌シリーズ。これまでの童謡や唱歌に加え、今回は日本各地の歌、つまり「民謡」へと幅を広げます。新しい装いとなった民謡を、世代を超えて楽しんでいきます/未就学児不可



■東京佼成ウインドオーケストラメンバー 木管五重奏団「東京ELEMENTS」コンサート

12月16日(金)午後7時30分開演/小ホール/全席指定/一般:1,500円 友の会・学生:1,000円/出演:丸田悠太(フルート)、宮村和宏(オーボエ)、原浩介(クラリネット)、福井弘康(ファゴット)、堀風翔(ホルン)/曲目:L.バーンスタイン:キャンディード序曲ほか/東京佼成ウインドオーケストラ(TKWO)メンバーによる木管五重奏団「東京ELEMENTS」。同じオーケストラで演奏を重ねてきた5人が織りなす卓越したアンサンブルをぜひお楽しみください/未就学児不可



ロビーコンサート

■ロビーコンサート vol.261

国立音楽大学 学生によるコンサート「秋風にのって
~ピアノの調べ~」11月30日(休)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・詳細はハミングホールのホームページに掲載します。

12月の施設利用申込み

大・小ホールは無し(臨時休館)、その他の施設は令和5年6月分です。なお、市民を対象とした調整会議は、12月1日(休)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(休館情報含む)



国民年金 だより



■「ねんきん定期便」をお 届けています

日本年金機構では、国民年金及び厚生年金に加入している方に保険料納付実績や年金の見込額等を記載した「ねんきん定期便」を毎年誕生月に送付しています。

▽通知する内容

●節目年齢時(35・45・59歳)の方に、①⑥の更新した内容を通知します。
①年金加入期間(加入月数、納付済月数等)

②50歳未満の方には、加入実績に応じた年金見込額。50歳以上の方には、ねんきん定期便作成時点の加入制度に引き続き加入した場合の将来の年金見込額(既に入金受給中(全額停止中も含む)の方には通知しません)。

③保険料の納付額(被保険者負担分累計)
④年金加入履歴(加入制度、事業所名称、被保険者資格)

取得・喪失年月日等)

⑤厚生年金の全ての期間の月ごとの標準報酬月額・賞与額・保険料納付額

⑥国民年金の全ての期間の月ごとの保険料納付状況(納付、未納、免除等の別)

受け取られた際は加入記録・記載内容に漏れや誤りがないか、十分にご確認いただき、訂正があった場合、同封の「年金加入記録回答票」にて回答してください。

●節目年齢時以外の方には、上記①③は更新したもの、⑤と⑥は最新の月別状況を通知します。

▽問合せ ねんきん定期便専用ダイヤル ☎0570-058155(050で始まる電話からは、03-6700-1144)

月曜日は午前8時30分~午後7時、火~金曜日は午前8時30分~午後5時15分、第2土曜日は午前9時30分~午後4時

■年金相談やお手続きの際は、予約相談をご活用ください

年金事務所では、年金相談や年金請求手続きにつ

て、事前予約を行っています。待ち時間の少ない予約相談をご活用ください。予約相談希望日の1か月前から前日まで受付しています。事前予約をする際は、基礎年金番号のわかるもの(基礎年金番号通知書、年金手帳、年金証書など)を用意し、全国共通の予約専用受付電話 ☎0570-058990 にご連絡ください。

◆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。

