



新型コロナウイルス感染症の感染拡大の状況により、今号に掲載している各事業・イベント等が中止または延期される場合があります。最新の情報は、各問合せ先へご確認ください。

今号の主な記事

2面：保育園のおしごと説明・相談会・「悪質な訪問販売お断り！」シールの配布
5面：税理士による無料申告相談会

6・7面：情報マップ・医師会コーナー

3・4面：市長への手紙

8面：ハミングホール・市民記者レポート

緊急事態宣言 発出中

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に向け 感染症対策の徹底を お願いします

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を受け、国は、一都三県に緊急事態宣言を発出しました。市内でも、12月下旬より、感染者数が急増しています。

皆さんの生命を守るために、国や東京都の取組等を踏まえた「緊急事態行動」の実践をお願いします。

感染拡大を防止するためには、市民の皆さん一人ひとりの注意が必要です。ご協力をお願いします。

※「緊急事態行動」等詳しくは、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 市立保健センター ☎ 042-565-5211 まで。



緊急事態宣言中に特にお願いしたいこと



不要不急の外出は控えましょう

午後8時以降は不要不急の外出を控え、「ステイホーム」を実践してください。また、不要不急の都県境をまたぐ移動の自粛にご協力ください。



3密（密閉・密集・密接）は絶対に避け、必要な外出も短時間で済ませましょう

お買い物や通院などの必要な外出も、できるだけ短時間で済ませてください。

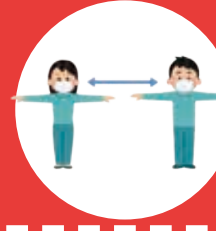
引き続き徹底をお願いしたいこと



手洗い



マスクの着用



人と人の距離の確保 (1m以上を目安に)



こまめな換気 (1時間に2回程度)

新型コロナウイルス感染症が疑われるときは電話で相談を(1月7日現在)

発熱等の症状がある

かかりつけ医がいる場合

電話でかかりつけ医に相談してください

かかりつけ医がない・かかりつけ医が休診の場合

東京都発熱相談センター

☎03-5320-4592 (24時間対応 (土・日曜日、祝日を含む))

症状はないものの、不安に思う方 (感染予防法が知りたい、感染したかもしれない)

東京都新型コロナコールセンター

☎0570-550-571

(午前9時～午後10時(土・日曜日、祝日を含む))

聴覚に障害のある方等、

電話での相談が難しい方向けの相談窓口

ファクス03-5388-1396

消費生活センター
「悪質な訪問販売お断り!」シールの配布

消費生活センターでは、消費者が意思をあらかじめ表示できるように、シールを作成し、希望する方に配布しています。

業者が突然訪問してきて、必要ではないと何度も伝えてもかかわらず、「工事をしていないで放置すると大変なことになる」と不安をおおったり、「今だけのサービス価格」などと強引な方法で契約をせまったりするなど、悪質な訪問販売には、「いりません!」ときっぱり断ることが大切です。

契約に関して不審な点や困りごと、トラブルがあった場合は、消費生活センターにご相談ください。

▽配布場所
 ●消費生活センター(市役所3階)
 ●高齢者見守りぼっくす(ならはし・しんぼり・ながい)
 ●高齢者ほっと支援センター(いもくぼ・きよはら・なんがい)
 ※配布数には限りがあります。



▽問合せ 地域振興課・内線1712まで。

保育園で働いてみませんか
保育園のおしごと説明・相談会

市内全ての私立認可保育園の人事担当者と直接、話ができます。求人がある保育園では、その場で面接を受けることもできます。

- ▷日時 1月23日(土)午後1時~3時30分(午後0時30分から受付)
- ▷場所 ビッグボックス東大和1階 ななかまど奥 面接会場(桜が丘1-1330-19)
- ▷求人予定 保育士、パート保育士、看護師
- ※資格をお持ちであれば、一定期間離職していた方、保育士・看護師としての就業経験がない方でも構いません。資格の取得を目指している方や取得予定の方も相談できます。
- ▷参加費 無料
- ▷持ち物 履歴書(面接希望の方)、ハローワークの紹介状(お持ちの方)等
- ※混み合う場合は、入場制限を設けます。
- ※延期または中止となる場合は、市のホームページでお知らせします。
- ※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 保育課・内線1757まで。

子ども家庭支援センター
「かるがも」からのお知らせ

◎令和3年度一時預かり利用申請書を配布
 子ども家庭支援センター「かるがも」では、令和3年度(令和3年4月1日~令和4年3月31日)の一時預かり利用申請書の配布を開始します。

▽申請書の配布 2月1日(月)から、子ども家庭支援センター、子育て支援課(市役所1階)、各児童館等で配布

▽申請方法 2月15日(月)午後1時以降、子ども家庭支援センターへ申請書を提出

◎2月の出張かるがもひろば
 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います。参加者同士の情報交換ができます。



- ▽対象 3歳までの乳幼児とその保護者
- ▽期日・場所
 ●2月3日(水)・清水集会所
 ●2月9日(火)・かみきただいい児童館
 ●2月17日(水)・芋窪集会所
 ●2月24日(水)・清原市民センター
- ▽時間 午前10時30分~11時45分
- ◆以上の問合せは、子ども家庭支援センター ☎042-563-3651まで。

協力機関が増えました
東大和市子ども・高齢者見守りネットワーク
大きな和



このネットワークは、地域の事業所等の協力により、日常業務の中で、子どもや高齢者をさりげなく見守っていくものです。

令和2年12月1日から、新たに「第一生命保険株式会社 所沢支社」と協定を締結し、ネットワークの協力機関が69か所となりました。

詳しくは、市のホームページ1176まで。

▽問合せ 子ども家庭支援センター ☎042-565-3651 または、高齢介護課・内線1176まで。

保育付き自主グループの体験講座

公民館では、保育付き自主グループの体験講座を行います。保育室の利用は、1歳~未就学児が対象で、下記の参加費のほか、おやつ代の実費負担があります。

| 場所 | 中央公民館 | | 上北台公民館 |
|------------|---|--|---|
| 期日 | ①2月5日(金) ②2月12日(金) ③2月26日(金) | ①1月29日(金) ②2月19日(金) ③3月5日(金) | ①2月5日(金) ②2月19日(金) |
| 時間 | 午前10時~正午 | | |
| サークル名 | みらくるママ | 顔ヨガなかよしくらぶ | りらくくま |
| サークルの紹介 | 子育て中のママが集まって、手芸、お菓子作りなど興味のあることを決めて楽しく活動しています。気軽にいらしてください。 | パワフルで優しい講師をお招きして、顔ヨガと全身メンテナンスをしています。日々頑張る自分を癒しに来てください。 | 子育て中のママがヨガを行うサークルです。わかりやすく丁寧な指導のもと体幹を鍛えてキレイな姿勢を目指しましょう。 |
| 内容 | ①ヨガ ②バレンタインお菓子作り ③バスボム作り | ①眼力up&肩こりケア ②顎のたるみ解消&骨盤底筋トレーニング ③ほうれい線ケア&足の冷え解消 | ヨガ ※ヨガマットをお持ちの方はご持参ください。 |
| 活動定員(保育定員) | 5人(5人) | 10人(7人) | 5人(1人) |
| 参加費 | ①・②各500円 ③100円 | 各回500円 | 各回500円 |
| 申込期限 | 1月23日(土) | 1月23日(土) | 1月26日(火) |
| 申込み・問合せ | 中央公民館 ☎042-564-2451 | | 上北台公民館 ☎042-567-2691 |

※希望のサークルを選択し、お申し込みください(重複可)。原則全ての回出席できる方を優先します。

ご加入ください
交通災害共済「ちよこつと共済」

令和3年度の交通災害共済「ちよこつと共済」の受付を、2月1日(月)から開始します。詳しくは、1月下旬から戸別配布する加入申込書をご覧ください。

▽加入できる方 市内に住み登録をしている方

▽対象となる交通災害 日本国内で発生した、交通機関の交通による人身事故

※ちよこつと共済は、事故の相手方の損害を補償するものではありません。

▽掛け金(年額) Aコース1000円、Bコース500円

▽見舞金
 ●Aコース・傷害の場合は4万~34万円、死亡の場合は30万円
 ●Bコース・傷害の場合は2万~17万円、死亡の場合は15万円

※両コースとも、会員が交

通災害で死亡したとき、中学生以下のお子さんがいる場合、年額12万円の交通遺児年金が支給されます。

▽共済期間 令和3年4月1日~令和4年3月31日

▽受付場所 市内の銀行(ゆうちょ銀行は除く)・信用金庫・信用組合・農協
 協同組合・清原市民センター・土木課(市役所2階)

※インターネットからも申し込みできます。詳細は、ちよこつと共済のホームページをご確認ください。

▽問合せ 土木課・内線1213まで。

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。駅からおおむね800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/問合せ 土木課・内線1213まで

市政にあなたのご意見を

市長への手紙



市では、「魅力あるまちづくり」を目指し、市民の皆様からのご意見を随時受け付けています。市の仕事や対応について感じたこと、疑問に思ったこと、苦情等をお寄せください。

いただいたご意見については、直接、市長が拝見し、施策の参考とするよう関係各部課に指示します。回答を希望された方には、検討結果や対応について、文書、電話、電子メール等で回答します。

なお、ご意見をお寄せいただいた方の個人情報、ご本人の同意を得ることなく、第三者に開示することはありません。

▽ご意見をお寄せいただく方法

◎手紙 下記の料金受取人払郵便(切手不要)の書式をお使いください。他の封書やはがき(郵送料は自己負担)でもお受けします。書式の指定はありません。

①手紙を郵送する場合の送付先 〒207-8585 東大和市中

②手紙を市役所に「ご持参いただく場合の提出先」

- 秘書広報課(市役所4階)
- 市民ポスト(市役所1階 入口ホール備付けのポストにご投函いただけます。用紙を常備しています)
- ◎ファクス 042-563-5932 / 東大和市長行
- ◎電子メール 市のホームページのトップページにある「市政へのご意見・ご要望」のメールフォームをご利用ください。
- ◎電話 ☎042-563-2111 / 内線1413
- ◎窓口 秘書広報課

▽ご意見をお寄せいただく際のお願

- 回答を希望される方は、必ず、氏名、住所、電話番号、メールアドレス等を正確にご記入ください。ご連絡先が正確でない場合は、回答できないことがあります。
- 他人の誹謗・中傷、個人情報公表や公序良俗に反する内容、企業の案内や営業活動に関するものなど、市政に関わりのないご意見、また、同一の方からの同一趣旨の繰り返しのご意見等には、回答しかねます。
- お寄せいただいたご意見は、個人が特定できないよう編集した上で、要旨を市報及び市のホームページ内の「よくある質問(Q&A集)」で紹介させていただきます。

▽問合せ 秘書広報課・内線1413まで。

※「市長への手紙」は、線に沿って切り取り、のりづけして封書とし、切手を貼らずに投函してください。

市では、「魅力あるまちづくり」を目指し、市民の皆様とともに歩む市政運営を進めております。

この「市長への手紙」をご活用いただき、ぜひ、市民の皆様のお声をお聞かせください。

令和3年1月15日

東大和市長
尾崎保夫

▷問合せ 秘書広報課 (☎042-563-2111・内線1413) まで。

料金受取人払郵便
武蔵村山局 承認
510
差出有効期間
令和4年1月14日まで

2078790

東京都東大和市中3丁目930番地

東大和市長 行



税理士による無料申告相談会

問合せ 立川税務署 ☎042-523-1181へ。

令和3年は新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、規模を縮小して実施します。可能な限り、自宅からの電子申告や郵送による提出、2月1日(月)から開設の税務署での申告相談をご利用ください。

▷相談対象 小規模納税者の所得税及び個人消費税、年金受給者、給与所得者の所得税

※土地、建物及び株式などの譲渡所得・贈与税・相続税の相談、複雑な内容の相談は行いません。

▷期間 1月29日(金)~2月4日(木)

▷時間 午前9時15分~午後3時30分

※正午~午後1時は除く。

▷場所 中央公民館ホール

▷持ち物 確定申告に必要な書類、計算器具、筆記用具、印鑑及びマイナンバーに係る本人確認書類(①マイナンバーカードまたは②通知カードなどの番号確認書類及び運転免許証等の本人確認書類)の写し、「令和2年分確定申告のおしらせ」のはがき等(税務署から届いた方のみ)

▷注意事項 会場内の混雑緩和のため、会場で相談時間を指定した入場整理券を配布します。また、整理券取得後、施設外へお待ちいただき再来場をお願いする場合があります。申告書の提出のみの場合は、直接税務署に提出(郵送可)してください。1日の受入可能人数を超えた場合その時点で受付終了となります。実施の可否や詳細は立川税務署にお問い合わせください。



「税についての作文」コンクール 市内の中学生が受賞しました

税を正しく理解し、考える機会を持つための租税教育推進活動の一環として、中学生を対象に「税についての作文」コンクールが行われました。

多数の応募作品の中から下記の皆さんが受賞されました。なお、市のホームページでも作品を紹介しています。

- ▽市長賞
 - 税金のイメージ(根本 詩織(第一中学校3年生))
 - さまざまな所で活躍する税(田嶋愛(第二中学校3年生))
- 税と関わる私達(栗原ひなた(第五中学校3年生))
- ▽立川都税事務所長賞
 - 税金が暮らしを支える(黒澤仁美(第五中学校3年生))

- ▽多摩納税貯蓄組合連合会 優秀賞
 - 税で地球を救いたい(杉本美音(第二中学校3年生))
- ▽東京納税貯蓄組合連合会 会長賞
 - 税金について考えること(渡辺敬介(第三中学校3年生))
- ▽問合せ 課税課・内線1052まで。



障害者理解促進講座 障害を負った後に陥りやすいフレイル

フレイルとは、「加齢等により心身が古い衰えた状態」のことです。高齢者だけでなく、障害を負った後にもフレイルに陥りやすくなります。講演会ではフレイルの理解を深め、元気に毎日を過ごすためのポイントなどについてお話しします。

- ▽講師 神田満氏(作業療法士)
- ▽対象 市内在住の介護者、関心のある方
- ▽日時 2月13日(土)午後1時30分~3時
- ▽場所 総合福祉センターはくとふる
- ※公共交通機関等をご利用してお越しください
- ▽定員 25人(申込順)
- ▽申込期限 1月22日(金)
- ▽申込み・問合せ 総合福祉センターはくとふる ☎042-516-3982、ファクス ☎042-516-3984へ。

元気ゆうゆうポイント事業 景品交換の申請受付

東大和元気ゆうゆう体操や介護予防活動で得たポイントは景品と交換することができます。景品交換の申請は社会福祉協議会の窓口に加え、郵送でも受け付けます(郵送料は自己負担)。

- ▽ポイント交換期間 2月1日(月)~3月31日(水)
- ※日曜日、祝日は除く。郵送の場合、3月31日(水)必着
- ▽郵送申請 申請書、東大和元気ゆうゆうポイント手帳を同封し、〒207-0015 東大和市中央3-912-3 社会福祉協議会東大和元気ゆうゆうポイント事業担当に郵送。申請書をお持ちでない方はお問い合わせください。
- ▽問合せ 社会福祉協議会 ☎042-564-0012へ。

JAF職員による高齢者運転講習会

JAFの職員を講師に招き、ゲーム形式のトレーニングや診断等、今後の安全運転に役立つコンテンツを体験出来る高齢者運転講習会を開催します。

- ▽日時 2月9日(火)午後2時~3時30分
- ▽場所 中央公民館ホール
- ▽定員 40人(当日先着順)
- ※中止となる場合は、市のホームページ等でお知らせします。
- ▽問合せ 土木課・内線1213まで。



ケアラー支援事業講演会 認知症にならないために

団塊の世代が75歳以上の後期高齢者となる令和7年には、65歳以上の高齢者のうち、5人に1人が認知症になることが想定されています。今回は、認知症の症状や、認知症を予防するために、普段の生活の中で気をつけるべきポイント等について講演します。

- ▽日時 2月4日(木)午後1時30分~3時
- ▽場所 総合福祉センターはくとふる
- ※公共交通機関等をご利用してお越しください。
- ▽講師 有村章氏(有村クリニック院長)
- ▽定員 25人(申込順)
- ▽費用 無料
- ▽申込み・問合せ 総合福祉センターはくとふる ☎042-516-3982へ。

あ、という間に50年

東大和市市制50周年記念連載



▲郷土博物館プラネタリウム

自然・歴史・民俗の面から郷土を紹介する施設として、平成6年4月に開館した市立郷土博物館。今号では、その中の設備「プラネタリウム」を紹介いたします。プラネタリウムは映像学習設備として設置され、現在では、一般観覧者が学ばず、生徒たちの校外授業の場としても活用されています。開館当時の投影機は、ドームにスライド画像を投影する方式であったため、投影できる情報に限りがありました。その後、デジタル投影機を導入したことで、星空解説を職員が行うことにより、多摩湖の星空など、地域に根差した番組を制作することができるようになりました。また、動

第8回 郷土博物館 プラネタリウム

画映像を取り入れた番組の制作も可能となったことから、観覧者にとっては、視覚的により分かりやすいものとなりました。さらに、映像学習の重要性を鑑み、平成26年3月、都内で初設置となる投影機「メガスターII B」を導入したことにより、従来の1000倍以上の数の星の投影や限りなく本物に近い色や明るさの星を表現することができるようになりました。特に、一つ一つ微細な星の集まりで表現される「天の川」は圧巻です。近年、東日本大震災直後の星空を表現したドキュメンタリー番組や子どもたちに人気のアニメとコラボレーションした番組等も投影しています。プラネタリウムに投影される多彩な星空は、観覧者に大きな感動を与え、その心を無限の宇宙へと誘ってくれます。都内では、東大和市のみで楽しめる壮大な宇宙の神秘を体験してみたいかがでしょうか。



保健

【共通事項】

市立保健センターには、検温をし、マスクを着用してからお越しください。また、ご家族の中に体調不良の方がいる場合は、来所をご遠慮ください。

■2月の幼児歯科健康診査

1歳6か月児健診後、4歳の誕生日を迎えるまでの幼児／2月1日(月)・18日(木)午前9時30分～11時、10日(水)午後1時30分～3時(時間予約制)／場所 市立保健センター／15組程度(要予約)／歯科健診、歯みがき指導など／歯ブラシ、コップ、予約カード(初診の方は母子健康手帳)、バスタオル、おもちゃ

■育児相談会「イルカグループ」(事前予約制)

同年代のお母さんと楽しくおしゃべりしませんか。35歳以上で第1子を出産したお母さんとお子さん(1歳4か月まで)／2月3日(水)午前9時30分～11時／場所 市立保健センター／母子健康手帳／初めて

の方優先

■幼児食講習会

1歳6か月～3歳の幼児の保護者／2月10日(水)午前10時～11時30分／場所 市立保健センター／8人(申込順)／電子申請受付可／食育講話、レシピ紹介、個別相談／母子健康手帳、筆記用具、バスタオル

■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／2月18日(木)①午後1時30分～2時30分②午後3時～4時／場所 市立保健センター／8人(申込順、各回4人)／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、バスタオル

■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ご家族のために、専門医が相談をお受けします。2月3日(水)午前10時～正午(事前予約制)／場所 市立保健センター

■いきいきヘルシー教室(保育付)

腸内環境を整えて、免疫力を高めましょう。日常生活に取り入れられる運動や食事のとり方を紹介します。体脂肪・筋肉量測定をします。状況により、プログラム等が変更になることもあります。

概ね64歳までの方／日時 内容等 右下表のとおり／場所 市立保健センター

8人(申込順)／保育1～3歳・3人(申込順)／費用 無料

| 日時 | 内容・講師 | 持ち物 |
|-----------------------|--|--------------------------|
| 2月3日(水) 午後1時30分～3時30分 | 運動実技(健康運動指導士) 保健に関する講話(保健師) 体成分分析装置 INBODY測定 | 健康手帳(お持ちの方)、筆記用具、飲みやすい服装 |
| 2月24日(水) 午前9時30分～正午 | 栄養に関する講話・調理実習(栄養士)・試食 | 健康手帳、筆記用具、エプロン、三角巾 |

■成人健康相談

健康相談に保健師・栄養士が応じます。歯科に関する相談は、事前に相談内容をお知らせください。2月5日(金)午前10時～11時30分／場所 市立保健センター／予約不要。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

■献血実施のお知らせ

東大和市役所にて献血を行います。献血会場では、徹底した感染症予防対策を行っています。1月28日(木)午前10時～正午、午後1時15分～4時／場所 市役所会議棟前

◆以上の申込み・問合せは、市立保健センター ☎042-563-1521 まで。



■審議会等

審議会等の傍聴ができます(当日先着順)。当日直接会場にお越しください(申込不要)。

◎廃棄物減量等推進審議会

1月20日(水)午前10時から／場所 市役所会議棟第1・2会議室／傍聴人の定員 3人／ごみ対策課・内線1247まで。

◎都市計画審議会

1月21日(木)午前10時から／場所 中央公民館ホール／傍聴人の定員 10人／都市計画課・内線1256まで。

◎地域福祉審議会健康推進部会

1月26日(火)午後7時30分から／場所 市立保健センター／傍聴人の定員 10人／市立保健センター ☎042-563-1521 まで。

■自然観察会「冬の生き物たち」

2月11日(祝日) 午前9時30分～郷土博物館集合／観察地 市立狭山緑地／案内 郷土博物館職員／筆記用具／申込み 郷土博物館 ☎042-567-4800 まで。

■消費者展(移動パネル展)

消費生活センターのご案内や悪質商法の典型事例などを紹介するパネルを展示します。1月16日(土)・22日(金)・蔵敷公民館・狭山公民館(共に月曜日は除く)、1月23日(土)・2月2日(火)・市役所1階入口ホール、2月4日(木)・10日(水)・桜が丘市民センター・新堀地区会館(新堀は木曜日は除く)／各施設の開館時間内(最終日は午後3時まで展示)／地域振興課・内線1715まで。

■東大和市介護保険運営協議会委員を公募

任期 令和3年4月1日～令和6年3月31日／応募資格 ①～④全てに該当すること。①昭和31年4月2日以前に生まれた方または昭和34年4月2日～昭和56年4月1日に生まれた方②市内に住所を有する方③介護保険の基本的な知識を有し市民の立場から建設的な意見ができる方④会議(原則、平日の夜間に開催)に出席できる方／報酬 日額9000円／募集期間 1月18日(月)～2月1日(月)／応募方法 本人が高齢介護課(市役所2階)に提出書類を持参／提出書類 申込書、作文(テーマ「介護保険運営協議会委員への応募の動機」)(800～1200字程度)／申込書等は高齢介護課で配布(市のホームページからもダウンロード可)／高齢介護課・内線1366まで。

■産休・育休代替を募集 勤務内容 学校給食管理業務等／採用予定人数 1人／勤務場所 東大和市学校給食センター／勤務期間 令和3年2月22日～6月11日(6月12日以降(育休期間)は、産休・育休を取得する職員の妊娠出産休暇及び育児休業の期間により、令和4年3月末まで期間延長の可能性あり)／給与等 東京都教育委員会が実施する「令和2年度東京都公立学校臨時的任用教職員採用候補者選考実施要項」と同等の内容。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。選考日時・内容 2月4日(木)に面接試験(開始時間は応募受付時にお伝えします)／応募受付 1月28日(木)・29日(金)2日間の午前8時30分～午後4時30分に学校給食センターで受付／履歴書及び栄養士免許状の写しを提出／給食課 ☎042-564-1128 まで。

■新小学1年生の義務教育就学児医療費助成制度(子医療証への切り替え)

4月から、小学校へ入学する児童(平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれの児童)の医療証についてお知らせします。医療証の負担者番号が「88138433」の方①医療証へ切り替わります。新たに申請する必要はありません。3月下旬に郵送します。②乳医療証の負担者番号が「88132436」の方③所得制限限度額以上のため、④医療証は交付されません。⑤医療証は3月末で資格喪失されます。本人負担のないひとり親家庭等医療費助成制度(子医療証)の認定を受けている方は引き続き子医療証をご利用ください。子育て支援課・内線1763まで。



■事業主の方へ給支払報告書の提出はお早めに

令和3年度の給支払報告書の提出期限は2月1日(月)です。給与支払報告書及び総括表は、給与受給者の住所(退職者は退職時の住所)の市区町村に提出してください。給与支払報告書は、eLTAX電子申告サービスを利用した提出も可能です。eLTAXのホームページまたは、eLTAXヘルプデスク(☎0570-081459)をご参照ください。東京都都内全62市区町村では、平成29年度から、原則としてすべての事業主の方を特別徴収義務者に指定しています。退職などで普通徴収を希望される場合は、給与支払報告書提出時に普通徴収切替理由書の添付が必要となります。普通徴収切替理由書は課税課(市役所1階)及び市のホームページで配布しています。課税課・内線1054まで。

■「市営住宅のあり方に関する方針(案)」パブリックコメントを実施 東大和市公共施設等総合管理計画の実効性を確保するための「東大和市公共施設等マネジメント行動計画」において、令和2年度に策定することが求められている「市営住宅のあり方に関する方針」について、案を取りまとめましたので、市内在住、在勤、在学の方等を対象に意見募集します。募集期限 2月15日(月)／提出 都市計画課(市役所2階)／募集要領の配布・閲覧場所 都市計画課及び市のホームページをご覧ください。内線1261まで。

■納付額確認書を送付

国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料の1年間の納付額をお知らせする納付額確認書を対象となる方に送付します。社会保険料控除の申告の際は、お持ちの領収証等の額を確認のうえ、ご利用ください。

対象者 国民健康保険、後期高齢者医療、介護保険の各制度において、共通の送付先を登録している方(制度ごとに送付先の情報が異なる方は、お問い合わせください)／対象期間 令和2年1月1日～令和2年12月31日(市で収納が確認できた保険料(料))／この確認書は、新たな手続きを希望するものではありません。1月下旬に発送／国民健康保険税に関しては保険年金課・内線1023、後期高齢者医療保険料に関しては保険年金課・内線1025、介護保険料に関しては高齢介護課・内線1136まで。



道路に積もった雪が凍結すると危険です!雪が降ったときは、自宅や店舗前の雪かきにご協力ください/問合せ 土木課・内線1211まで

■指名業者登録名簿に登録されていない小規模建設業者の方へ

令和3・4年度小規模工事等受注希望者登録を受け付けます。令和3・4年度に市が発注する競争入札以外の小規模工事等(工事・修繕)の受注を希望する方の登録を2月1日(月)から総務管財課(市役所3階)で受け付けます。登録申請書類は、1月15日(金)から総務管財課で配布。市のホームページからもダウンロードできます。発注対象 1件の契約目途額が50万円以下の工事及び修繕/登録有効期間 令和3年4月1日～令和5年3月31日/詳細は配布する登録申請書類をご覧ください/総務管財課・内線1342まで。

(閉庁日、休館日等は除く) 場所 ごみ対策課(市役所3階)、市民センター、中央・蔵敷・狭山公民館、市内の郵便局/回収箱は設置しませんので窓口で直接お渡しください/ごみ対策課・内線1241まで。

2月1日(月)/申告場所 課税(市役所1階)/課税課・内線1059まで。 交通少年団の団員を募集 交通少年団は、交通ルールやマナーを学び、やさしさと思いやりの心を持った交通社会人として育つことを願い、各交通安全協会単位に結成しています/入団資格 次の全ての条件に該当する方:①4月に小学3・4年生になる児童②自転車に乗れること③月1・2回、土・日曜日及び祝日の活動に参加できること/申込期限 2月19日(金)/申込み 東大和地区交通安全協会 ☎042-565-6161へ。

BusiNest「ビジネスフオロアアップ講座」 2月は第1部「新しい顧客を開拓するための様々な販売促進活動と展示会出展の効果最大化」、第2部「効果が上がるチラシをつくるコツ」についてセミナーを開催します。どちらか一方の参加も可能です。 2月6日(土)/時間 第1部:午後0時30分～2時30分、第2部:午後2時45分～4時45分/場所 中小企業大学校東京校/20人(先着順)/会費 無料/申込方法等の詳細については、「中小機構ビジネス」のホームページをご覧ください/お問い合わせは、042-565-1195へ。

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、介護予防・生活支援サービス(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/シルバールーム ☎042-565-0531へ。

湖南衛生組合競争入札参加資格登録申請の受付 令和3・5年度の物品買入れ等及び令和3・4年度の建設工事等の競争入札参加資格登録申請の受付を行います。 受付期間 2月1日(月)～26日(金)/詳しくは、湖南衛生組合のホームページをご覧ください/お問い合わせは、042-561-1551へ。

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。 ※土曜収納窓口での納税相談は、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時までに納税課へご連絡ください。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

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付いています(金融機関の届出印は不要です)。 問合せ 納税課・内線1091まで。

■「うっ?」「うたない?」 ~子宮頸がん予防ワクチンについて~ 子宮頸がんは主にヒトパピローマウイルス(HPV)の感染により発生する“がん”です。HPVには全女性の50~80%が感染し、子宮頸がんには年間で約1万人が罹患、約3千人が死亡しています。このがんは、HPVワクチンと定期的な検診で予防することが可能ですので、今回はワクチンについてお伝えしたいと思います。

HPVワクチンは7年前から小学校6年生~高校1年生相当の年齢の女性を対象に定期接種(無料接種)が始まりました。しかし、接種後の身体の痛みなどが報告されたために、国は積極的な接種の勧奨を差し控え、接種する人が減ってしまいました。その後の調査で、接種後の症状とワクチンの因果関係を示す証拠は乏しいことが報告されました。この様な経緯から、昨年秋に市は国が作成したリーフレットを高校1年生に対して送付し、情報提供を行いました。

では、ワクチンをうつ?うたない?の判断は、誰がどのように行えば良いのでしょうか?決めるのは保護者です。実際は多くの方が悩まれていると思います。まず大切なのはワクチンの効果とリスクについて知っていただくことです。リーフレットにはわかりやすく記載されていますが、不安なことは接種担当医師に相談してください。一医療者としては、有効性がリスクをはるかに上回るという科学的根拠から「筋肉注射で少し痛いですが、HPVからお嬢さんを守るためにぜひ、うってあげてください」とお伝えしています。無料接種期間内(自費接種は約5万円)によく検討していただき、子宮頸がんを苦しむ女性がこれ以上増えないことを願っています。

公益社団法人東大和市医師会

市民情報 会員募集(居合道連盟) 7歳~シニアの男女/毎月日曜日(2回) 午前9時~11時30分、月曜日(2回) 午後4時30分~7時/東大和市ロンドみんなどの体育館/大人から子どもまで楽しめる居合の基本と応用/千円/週二千円/園篠原 080-11186-1933

官公署 だより 湖南衛生組合競争入札参加資格登録申請の受付 令和3・5年度の物品買入れ等及び令和3・4年度の建設工事等の競争入札参加資格登録申請の受付を行います。 受付期間 2月1日(月)～26日(金)/詳しくは、湖南衛生組合のホームページをご覧ください/お問い合わせは、042-561-1551へ。

《今月の納期》 納期限 2月1日(月) ・市・都民税 第4期 第7期 ・国民健康保険税 第7期 第7期 ・介護保険料 問合せは、高齢介護課・内線1136まで ・後期高齢者医療保険料 第7期 問合せは、保険年金課・内線1026まで

平日及び土曜日に電話による納税の案内を行っています。番号042-566-8551及び042-563-9886から着信があった場合には折り返し電話いただくようお願いいたします。市税・国民健康保険税はインターネットを利用してクレジットカードで24時間納付できます/問合せ 納税課・内線1091まで

医師会コーナー

「うっ?」「うたない?」 ~子宮頸がん予防ワクチンについて~

子宮頸がんは主にヒトパピローマウイルス(HPV)の感染により発生する“がん”です。HPVには全女性の50~80%が感染し、子宮頸がんには年間で約1万人が罹患、約3千人が死亡しています。このがんは、HPVワクチンと定期的な検診で予防することが可能ですので、今回はワクチンについてお伝えしたいと思います。

HPVワクチンは7年前から小学校6年生~高校1年生相当の年齢の女性を対象に定期接種(無料接種)が始まりました。しかし、接種後の身体の痛みなどが報告されたために、国は積極的な接種の勧奨を差し控え、接種する人が減ってしまいました。その後の調査で、接種後の症状とワクチンの因果関係を示す証拠は乏しいことが報告されました。この様な経緯から、昨年秋に市は国が作成したリーフレットを高校1年生に対して送付し、情報提供を行いました。

では、ワクチンをうつ?うたない?の判断は、誰がどのように行えば良いのでしょうか?決めるのは保護者です。実際は多くの方が悩まれていると思います。まず大切なのはワクチンの効果とリスクについて知っていただくことです。リーフレットにはわかりやすく記載されていますが、不安なことは接種担当医師に相談してください。一医療者としては、有効性がリスクをはるかに上回るという科学的根拠から「筋肉注射で少し痛いですが、HPVからお嬢さんを守るためにぜひ、うってあげてください」とお伝えしています。無料接種期間内(自費接種は約5万円)によく検討していただき、子宮頸がんを苦しむ女性がこれ以上増えないことを願っています。

公益社団法人東大和市医師会

ほん・本・BOOK

◎図書館の新书推荐をご紹介します。

〈一般書〉

●シリアで猫を救う アルジャーリール、アララ、ダーク、ダイアナ共著

●山へようこそ 石丸謙二郎著

●そこにある山 角幡唯介著

●日本印刷文化史 印刷博物館編集

●猫町ふしぎ事件簿 廣嶋玲子作

●アルファイ ヒーダー、ティラ作

●デイジー図書館 希望の図書館

●ランサム、リサ・クライン作



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

心の距離を近づけよう

私は10年前から、ボランティアで、ある大学の陸上競技の駅伝チームの指導をしています。この大学は監督やコーチなどの指導者がいなく、選手たちだけで全日本大学駅伝の出場を目指しトレーニングをしているチームでした。

私はそのチームを強化するため、一週間の合宿を指導することにしました。約20名の選手たちは走れば遅く、身体もランナーの体格とは程遠いと感じました。しかし、ミーティングをすると私の一言一言を食い入るように聞き、メモを取る姿を見て少し楽しみになりました。毎日トレーニングとミーティングを行い、合宿が終わってから2か月ほど経つ頃には、選手たちは全日本大学駅伝の舞台に立ちたい、という気持ちがどんどん大きくなったようです。

ある日選手たちから「毎月のトレーニングメニューだけでいいので作ってほしい」と頼まれましたが、私は「どうせやるなら、毎月のトレーニングメニューと毎回のトレーニング内容のチェック及び各自のコメントに対する指導をメールで行うのはどうか」と提案しました。やるからにはボランティアの通信指導でも全日本大学駅伝に出場させたいと思ったからです。それから1年間、選手たちは指導者がいないグラウンドで毎日トレーニングに励みました。選手からは毎回反省文や後ろ向きな考えになるコメントが多くあったので、「タイムが遅くても、その中で自分をしっかりと組み立てること、また、ただ頑張るのではなく以前出来なかったことが今は出来るようになることを見つけ、自分を評価すること」なく、考え方をひとつずつトレーニングと楽しく向き合えることをアドバイスし続けました。選手たちは毎日送られてくる私からのメッセージを受け、「監督が毎日グラウンドにいるようです」と言ってくれるようになり、1年後、その成果は全日本大学駅伝の予選会で常連校を抑えて優勝、という形で表れました。

今では、リモートという新しい生活様式が定着しつつあります。離れていてもコミュニケーションをしっかりとれば信頼関係は築けると思います。人と人の距離は離れていても、心と心の距離は近づけていきたいと思います。

(市民記者 大隈広貴)

東大和市民会館 ハミングホール

窓口販売：午前9時～午後6時
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6時 ☎042-590-4411
※緊急事態宣言の期間中は、上記の時間になります。



発売中の公演

【延期公演】■小松亮太&オルケスタ・ティピカ ～アルゼンチン・タンゴ・コンサート～

2月19日(金)午後7時開演/大ホール
/全席指定/一般4,500円・友の会
4,000円/[出演]小松亮太・早川純・
鈴木崇朗(バンドネオン)、近藤久美
子・専光秀紀・CHICA(ヴァイオリン)、
御法川雄矢(ヴィオラ)、松本卓以
(チェロ)、田中伸司(コントラバス)、
鈴木厚志(ピアノ)/世界的バンドネ
オン奏者小松亮太と本場アルゼンチ
ンの伝統的な編成『オルケスタ・ティ
ピカ』による本格的なタンゴコンサ
ート/未就学児入場不可。



※本公演では席間を追加発売する場合があります

■開館20周年記念バーンスタイン 「キャンディード」(コンサート形式)

3月13日(土)午後3時開演/大
ホール/全席指定/一般7,000
円・友の会6,500円/[出演]田尾
下哲/[出演]大田翔(Sirius)、
田中俊太郎(Sirius)、鈴木玲奈
成田伊美、今井学、石川界人(声
優)ほか/[指揮]横山奏/[管
弦楽]東京21世紀管弦楽団/
バーンスタインの名作「キャン
ディード」を数々のオペラ・
ミュージカルを手がける田尾下哲演出にて上演!豪華
ソリストをキャスティングしたハミングホールだけの
スペシャルステージ/未就学児入場不可。



【公演間近】■笹沼樹 無伴奏チェロ・リサイタル 若手一流の演奏をワンコインで!

2月10日(水)午後1時30分開演/小ホール/全席自由/一般・友の会500円/[予定曲目]J.S.バッハ:無伴奏チェロ
組曲第1番 ト長調 BWV1007、黛敏郎:BUNRAKU(文楽)～チェロ独奏のための、G.カサド:無伴奏チェロ組曲

ロビーコンサート

■ロビーコンサート vol.239

国立音楽大学 学生によるコンサート『ピアノの調べ
～時空を超えて～』1月27日(水)正午開演/入場無料

【ご注意】 全ての公演とも、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。



ハミングホールの
ホームページ

2月の施設利用申込み

大・小ホールは令和4年2月分、その他の施設は
令和3年8月分です。なお、市民を対象とした調整
会議は、2月2日(火)午後1時30分から行います。

国民年金 だより



■国民年金保険料の前納について

国民年金では、保険料を前払いすると割引のある「前納」制度があります。

口座振替で「前納」されると現金納付やクレジットカード納付による「前納」よりも割引額が多くお得です。口座振替による6か月前納(4、9月分)、1年

及び2年前納の申込期限は令和3年2月末日です(4月末日に口座から引き落とされます)。

「前納」について詳しくご相談は、立川年金事務所へお尋ねください。

■学生納付特例制度と納付猶予制度

学生の方は、本人の所得が一定額以下の場合、申請によって国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

対象となる学生は、学校教育法に規定する大学(大

学院)、短期大学、高等学校高等専門学校、専修学校及び各種学校(修業年限1年以上である課程)及び、一部の海外大学の日本分校に在学する方です。また夜間・定時制課程や通信制課程の方も含まれます。

また、学生でない50歳未満の方には、本人及び配偶者の所得が一定額以下の場合に、申請によって国民年金保険料の納付が猶予される「納付猶予制度」があります。

これらの制度の申請を行わず、保険料を未納のままにしておくと、不慮の事故などにより障害が残った場合に、障害基礎年金を受け取ることができなくなる場合があります。

なお、承認された期間は老齢基礎年金を受け取るために必要な期間に算入されませんが、年金額には反映されません。就職などで、収入が得られるようになった場合は、将来受け取る年金額を増やすため、10年以内であれば、保険料を納める

ことができる「追納制度」を利用されることをお勧めします。

■年金手帳は大切に保管してください

公的年金制度では、すべての制度に共通して使用される基礎年金番号が用いられています。加入記録や保険料の納付状況などがこの番号で管理されます。

年金手帳は、年金に関する手続きの際に必要となりますので、大切に保管してください。

◆以上の問合せは、立川年金事務所 ☎042-523-0352 または東大和市役所保険年金課・内線1028まで。

市報の宅配サービス

ご利用ください

市内にお住まいで新聞を購読していないご家庭へ、市報を無料で宅配するサービスを行っています。

申込みは電話や窓口、電子申請で随時受け付けていますので、ご利用になりたい方は、お気軽にお問い合わせください。

問合せ 秘書広報課・内線1411まで。



広告