



東京 ゆったり日和 東やまと

注目情報

子ども家庭支援センター
かるがもの水遊び



—詳しくは3面で—
8月から、子ども家庭支援センターのミニプールで、水遊びが楽しめます。水の中で楽しめるおもちゃも用意しています。水遊びを楽しんで、暑さを吹き飛ばしましょう。

今号の主な記事

2面：夏休みが始まります 3面：子ども家庭支援センターから 4面：介護保険サービス等の利用者負担割合の変更
5面：国民健康保険のしくみと給付 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・ハミングホール

平成31年度
採用予定

市職員を募集

第1次試験は
9/23(祝)

市では、平成31年4月1日に採用する職員を募集します。一般事務職の筆記試験は教養試験のみで、知識偏重型の従来型公務員試験は実施しません。面接やグループワーク等の人物評価を中心に選考します。「公務員試験対策をしていない」と諦めずに、ぜひチャレンジしてください。
▷問合せ 職員課・内線1331まで。

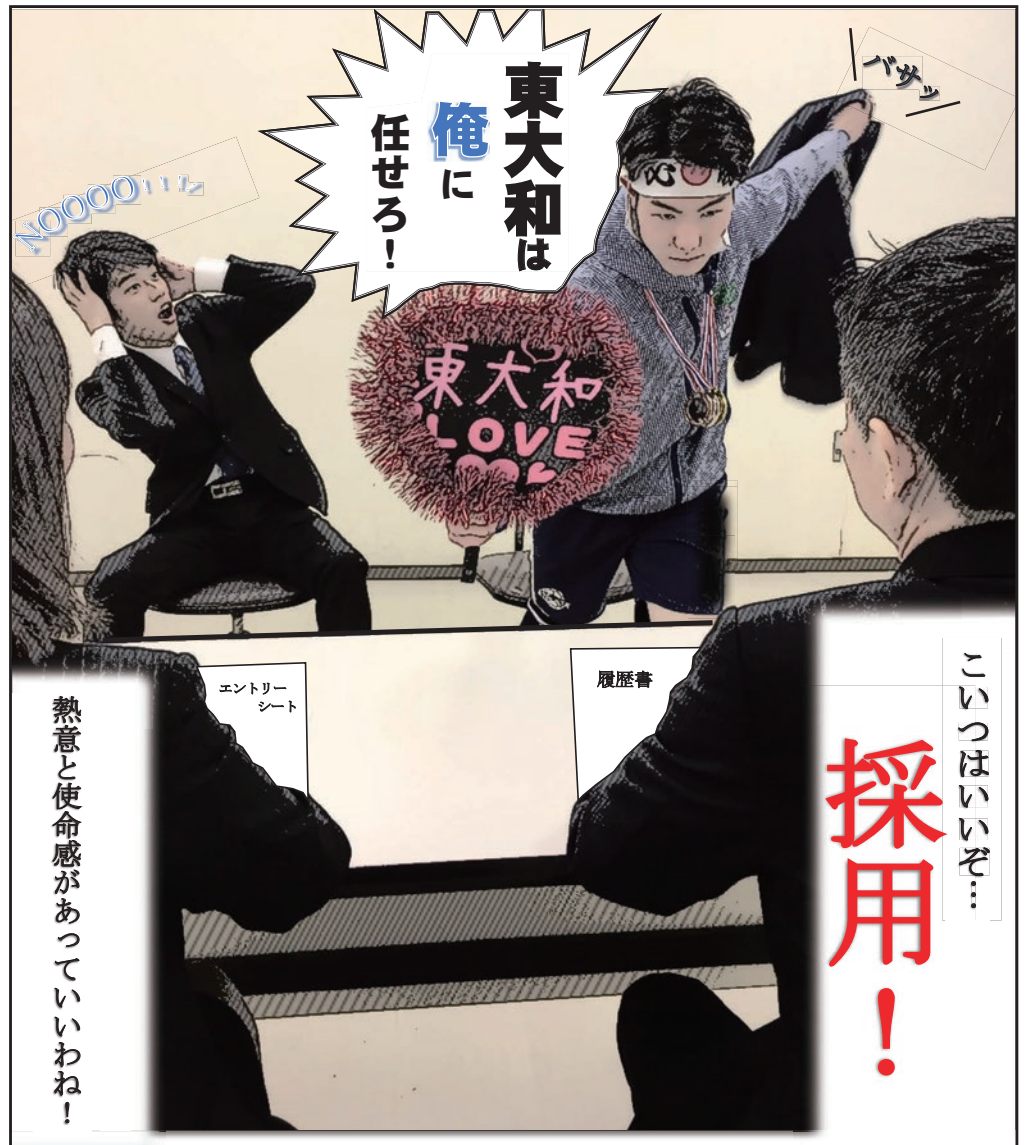
市が考える「目指すべき職員像」

熱意と使命感を持ち、市民とともに、東大和の明日を拓く職員

市役所の使命は、市民サービスの向上にあります。仕事の範囲は福祉や防災など多岐に渡っており、その専門性も高くなっています。
では、その仕事は誰が行うのでしょうか？パソコンや機械ではありません。職員が行うのです。だから職員には、その道のプロとして知識を磨き、アイデアを絞り、市民のために働くことが求められています。定例的な仕事をしていれば良い訳ではありません。
あなたの若い力で、東大和の明日を切り拓いてみませんか。熱意と使命感のある方の応募をお待ちしています。

東大和市職員を目指す方へのメッセージ
AR(拡張現実)で動画配信！

HP Revealアプリをインストールして、右の写真にスマートフォンをかざすと、東大和市職員を目指す方へのメッセージを動画で見ることができます。アプリのインストール方法等は、市のホームページをご覧ください。



▲大学生が作成した職員採用試験のポスター

上のポスターは、関東学院大学法学部と市が締結した「政策研究及び人材育成の推進に関する協定」に基づき、同大学のチーム東大和市LOVEさん(清水千晶さん、浜田恵利さん、細谷友梨さん)が作成しました。

— 採用試験の概要 —

- ▷ 募集職種等 右表参照
- ▷ 採用予定人数 各職種とも若干名
- ▷ 第一次試験
 - 期日：9月23日(祝日)
 - ※時間・場所等は、募集要項で確認してください。
 - 内容：教養試験(土木技術・建築技術及び保健師は、教養試験に代えて専門試験)、性格適性検査
- ▷ 募集要項 8月27日(月)までの平日午前8時30分～午後5時の間、職員課(市役所3階)で配布します。市のホームページからもダウンロード可。
- ▷ 応募受付 8月24日(金)・25日(土)・27日(月)に、市役所会議棟第4・5会議室で受け付けます。提出書類、受付時間等は、募集要項で確認してください。募集要項は受付会場でも配布します。

| 職種 | 応募資格 |
|-------------|--|
| 一般事務 | 平成5年4月2日～平成9年4月1日の間に生まれた方 |
| 一般事務(身体障害者) | <ul style="list-style-type: none"> ● 昭和54年4月2日～平成9年4月1日の間に生まれた方 ● 自力により通勤ができ、かつ介助員なしに職務の遂行が可能な方 ● 身体障害者福祉法第15条に定める身体障害者手帳の交付を受けている方 |
| 土木技術 | <ul style="list-style-type: none"> ● 昭和54年4月2日～平成9年4月1日の間に生まれた方 ● 土木技術の専門課程を専攻し卒業した方(平成31年3月末日までに卒業見込み者を含む) |
| 建築技術 | <ul style="list-style-type: none"> ● 昭和54年4月2日～平成9年4月1日の間に生まれた方 ● 次のア、イいずれかに該当する方 <ul style="list-style-type: none"> ア 建築の専門課程を専攻し卒業した方(平成31年3月末日までに卒業見込み者を含む) イ 建築士法に定める1級建築士又は2級建築士の資格を持っている方 |
| 保健師 | 昭和62年4月2日～平成9年4月1日の間に生まれた方で、保健師の免許を有する方(平成31年3月末日までに行われる国家試験により当該免許を取得する見込み者を含む) |
| 保育士(事務) | <ul style="list-style-type: none"> ● 保育士の資格を取得している方(平成31年3月末日までに保育士の資格を取得する見込み者を含む) 【大学卒】昭和62年4月2日～平成9年4月1日の間に生まれた方 【短大卒】昭和62年4月2日～平成11年4月1日の間に生まれた方 |

いよいよ夏休みが始まります 子どもたちに 安心・安全な環境を!

夏休みは、子どもたちにとって様々な体験ができる絶好の機会です。一方で、予期しない問題や事故等が発生しやすい時でもあります。

家庭や地域が連携して、子どもたちを見守り、安心・安全な環境づくりを行いましょう。

▷問合せ 教育指導課・内線1534まで。



家庭では…

- スマートフォンや携帯電話の利用に関するルールを再度確認しましょう。
- 1日1回は子どもの話を聞いたり、話し合ったりする機会をつくりましょう。
- 子どもの小さな変化やサインを見逃さないようにしましょう。
- 子どもが出かける時は、必ず行き先、経路、帰宅時間を確認しましょう。
- 困った時に近くの大人に助けを求めよう、110番する方法を教えましょう。
- 危険を感じた時は、救急ハウスの看板のある家に駆け込むように教えましょう。
- 子どものことで困ったら一人で悩まず、早めに市の相談機関等に相談するようにしましょう(秘密厳守)。

地域では…

- 暗い場所、大人の死角となる場所を確認し、樹木をせん定するなど、地域の見通しを良くしましょう。
- 顔見知りの子どもの中には、あいさつなど一言声をかけましょう。
- 子どもから助けを求められたら、家に入れるなど避難させ、警察に通報しましょう。

東大和警察署 子どもの 交通事故を 防ぎましょう

子どもたちにとって待望の夏休みも間近です。この時期は、自転車による事故等が多くなります。子どもを交通事故から守るために、正しい交通マナーを身につけさせましょう。

知っていますか? 自転車に乗る時の正しいルール

- 自転車は子どもからお年寄りまで利用する手軽で便利な乗り物です。
- 自転車に乗る時は交通ルールを守り、安全運転を心がけましょう。
- 【自転車安全利用五則】
①自転車は、車道が原則、歩道は例外②車道は左側を通行③歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行④安全ルールを守り、安全運転を心がけましょう。

◎図書館
夏休みおはなし会
スタンプラリー

▽対象 4歳～中学生
▽場所・開催日
①中央図書館
②小学1年生以下：7月20日(金)、8月3日(金)・17日(金)
③小学2年生以上：7月28日(土)、8月11日(祝日)・25日(土)
④桜が丘図書館：7月26日(木)、8月9日(木)・23日(木)
⑤清原図書館：7月25日(水)、8月8日(水)・22日(水)

▽時間 午後3時30分から
▽内容 初回の「おはなし会」でスタンプカードを配布します。「おはなし会」に参加するごとにスタンプを

1個押します。期間内に2個以上のスタンプを貯めた方には、最終回に景品を差し上げます。なお、景品は1人1個です。申込不要。

▽問合せ 中央図書館 ☎042-564-2454、桜が丘図書館 ☎042-567-2231、清原図書館 ☎042-564-2944まで。



ご利用ください
羽村市自然休暇村
～清里・ハケ岳
少年自然の家～

市では、市民の皆さんが羽村市自然休暇村を利用しやすいよう、運営管理事業者と割引協定を締結して

夏休み期間中、小学生は現金50円でちよこバスに

ちよこバスに小学生が乗車する時の通常運賃は90円ですが、夏休み期間は50円(現金のみ)で乗車することができ

ます。この機会に、ぜひちよこバスでお出かけください。

▽対象 小学生
▽期間 7月21日(土)～8月31日(金)
▽支払方法 ちよこバス乗車時に現金50円をお支払い

打ち水大作戦2018

東京都は、7月～9月を打ち水実施期間とし、都内各所で打ち水が行われます。打ち水には、コンクリートやアスファルト舗装の温度を下げ、周囲の気温を低下させる効果があります。朝や夕方時間帯に行うと効果的です。お風呂の残り湯

を再利用し、暑い夏を乗り切りましょう。

▽実施日 7月23日(月)
▽場所・時間 市役所中庭 午前11時から(雨天の場合は翌日同時刻に順延)

●森永乳業(株)東京多摩工場 午後3時30分から
▽協賛 森永乳業(株)
▽問合せ 環境課・内線1272まで。

ます。この施設は、山梨県の清里高原にある体験型大型宿泊施設です。天体観測室、体育館、キャンプ場等を備えています。予約は利用日の3か月前から可能(通常料金となりますが、利用日の1か月前から前日までに予約をした場合は羽村市民と同一価格(割引料金)でご利用できます。

▽所在地 山梨県北杜市高根町清里3545-387
▽施設案内の配布場所 市役所1階入口ホール、地域振興課(市役所3階)
▽申込み 羽村市自然休暇村 ☎0551-484017、またはフリーダイヤル0120-474017(携帯不可)
▽問合せ 地域振興課・内線1716まで。

8月は 平和月間です
「恒久平和を願って」
世界の平和と安全を実現することは、人類共通の願いでもあります。市は、恒久平和を願って、平成2年10月1日に「平和都市」であることを宣言しました。平和への願いを込めて、左表のとおり8月の「平和月間」に、平和に関する様々な事業を予定しています。



平和の大切さを再認識する機会として、多くの皆さんの参加をお待ちしています。▽問合せ 社会教育課・内線1554まで。

乳幼児の熱中症を予防しましょう

熱中症は自宅や屋外で多く発生します。乳幼児は、身体の機能が未熟なだけでなく、生活環境による体感温度の違いもあり、熱中症になりやすいため、注意が必要です。

暑さに気づかず 脱水症状になるリスクがあります

遊びに熱中していたり眠っていたりする時に、乳児は自分で水分補給や衣類を調節することができません。外出時や入浴後、よく汗をかいた時などは、こまめに水分補給をさせましょう。

地面に近いほど暑くなります

乳幼児は、身長が低いと、またはベビーカーにしていると、地面からの照り返し熱の影響で、大人が感じるよりも2～3℃暑い環境にいます。直射日光の下で長時間過ごすことは避け、風通しの良い日陰や冷房の効いた屋内にこまめに移動しましょう。

規則正しい生活による体調管理のほか、普段から運動や入浴で発汗の習慣をつけておくことで、身体が暑さに備える機能が高まります。メッシュ素材やゆったりとしたデザインの服など、熱がこもりやすく体温調節しやすい服装を選ぶことも大切です。

▷問合せ 市立保健センター ☎042-565-5211 まで。

平和事業一覧

| 行事 | 期日等 | 場所 | 内容 | 問合せ |
|-----------------|--------------------------|--------------------|---|--|
| 非核・平和図書展 | 8月1日(水)～20日(月)※休館日は除く | 中央図書館、桜が丘図書館、清原図書館 | 非核・平和に関する資料の展示・貸出 | 中央図書館 ☎042-564-2454 桜が丘図書館 ☎042-567-2231 清原図書館 ☎042-564-2944 |
| 平和祈念・戦争資料展 | 8月1日(水)～17日(金)(土曜日は正午まで) | 市役所1階入口ホール | 東京空襲及び旧日立航空機(株)変電所関連資料の展示 | 社会教育課・内線1554 |
| 多摩の戦跡～写真パネル展 | 8月1日(水)～31日(金) | 郷土博物館 | 多摩の戦跡を撮影した写真の展示 | 郷土博物館 ☎042-567-4800 |
| 戦争と平和について考える見学会 | 8月3日(金)午前8時20分～午後4時30分 | 埼玉ピースミュージアム、吉見百穴 | 小学生とその保護者を対象として、バスで関連施設を見学します。 | 中央公民館 ☎042-564-2451 |
| 平和市民のつどい | 8月18日(土)午後2時～7時40分 | 都立東大和南公園 | ●午後2時から：旧日立航空機(株)変電所の特別公開、平和文集の配布、戦争体験映像記録の上映など ●午後5時35分から：平和コンサート、戦争体験朗読劇など | 社会教育課・内線1554 |

平成30年大阪府北部地震災害義援金の受付

日本赤十字社による「平成30年大阪府北部地震災害義援金」はお近くの郵便局での振込み(無料)または福祉推進課(市役所2階)の募金箱までお願いします。▽問合せ 福祉推進課・内線1154まで

フリマサービスは個人間取引です 利用の際は慎重に

個人間取引（購入者と出品者の双方が消費者個人）であるフリマアプリ等のフリマサービスでの商品売買は、消費者保護に関する法律等の適用外となります。

例えば…

フリマアプリで新品と書かれた品物を購入したが、届いた商品は新品ではなく壊れていたといったトラブルは、当事者間で解決を図ることが求められます。

また、フリマサービスでは、購入者が出品者を「評価」することで代金が出品者に支払われる場合があります。これを悪用して、商品の到着前などに購入者に「評価」させ、代金が支払われた後に出品者と連絡が取れなくなってしまうといった事例もあります。

フリマサービスを利用する際は、利用規約をよく理解し、慎重に取引を行うようにしましょう。

▷ 問合せ 消費生活センター（地域振興課内）・内線1713まで。

子ども家庭支援センターからのお知らせ

問合せ 子ども家庭支援センター ☎042-565-3651

「かるがもひろば」で水遊びをしませんか

8月からミニプールで水遊びが楽しめます。水の中で楽しめるおもちゃも用意しています。水遊びを楽しんで、暑さを吹き飛ばしましょう。

▷ 対象 3歳くらいまでの乳幼児（保護者同伴）
▷ 日時 8月1日(水)～31日(金)の平日午前10時～11時50分（受付は11時30分まで）

※天候・気温の状況により、中止の場合もあります。

▷ 場所 子ども家庭支援センター玄関横

▷ 持ち物 タオル、水着や水遊び用のパンツ等

▷ 受付 事務室受付に声をおかけください（予約不要）

※発熱、下痢、とびひ、水いぼ等の症状がある場合は利用できません。



0歳児親子の開放日

0歳児親子対象。親子で友達づくりや情報交換しませんか。午前11時からふれあい遊びを行う予定です。

▷ 日時 8月2日(木)午前10時～午後1時（事前予約不要）

▷ 場所 子ども家庭支援センター



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、親子で手遊びや絵本の読み聞かせを行います。参加者同士のおしゃべりや保育士に子育ての相談もできます。

▷ 対象 3歳までの乳幼児とその保護者

▷ 開催日・場所

● 8月8日(水)：新堀地区会館

● 8月22日(水)：芋窪集会所

● 8月28日(火)：さくらがおか児童館

● 8月29日(水)：かみきただい児童館

▷ 時間 午前10時30分～11時45分（事前予約不要）



児童虐待を防ぎましょう

児童虐待は、発育の遅れ・情緒不安定など、子どもに深刻な影響を与えます。次のようなことに気がついたら、子ども家庭支援センターまでご連絡ください。皆さんのひと言が、子どもと保護者を救うきっかけとなります。なお、守秘義務により、連絡者の秘密は守られます。

【参考例】

- 子どもの泣き叫ぶ声や保護者の怒鳴る声が続く。
- 子どもの衣服や身体が極度に不衛生である。
- 乳幼児を家に置いたまま保護者が外出している。
- 子どものけがについて保護者が不自然な説明をする。



地域自立支援協議会・障害者相談員公開研修会「ゲームで学ぶ!」
障害のある方の介助
障害のある方を見かけた時に「何か助けになりたいけど、どうしていいかわからない」「介助するにしても難しい」と思っていることはありませんか。あなたの身の回りの方や、まちの中で介助したいと思っただけでどうすればよいか、ゲームを通して学びましょう。

▷ 日時 8月18日(土)午後2時～4時30分（開場は1時30分）



▷ 場所 中央公民館ホール
※手話通訳有り。
▷ 内容 障害者疑似体験・介助体験
▷ 定員 50人
▷ 申込み 障害福祉課・内線1123、ファクス042-563-5928まで。

生ごみ減量のポイント

問合せ ごみ対策課・内線1241

生ごみにしない

食材は、使い切る量を購入し、調理しましょう。また、食材を長持ちさせることも大切です。買い物に行く前に冷蔵庫の中をチェックし、無駄な食材が出ないように心がけてください。

生ごみの水切り

生ごみに含まれる水分は80%といわれています。水切りをしっかり行うことで、ごみの減量だけでなく、悪臭の防止にもつながります。

生ごみをたい肥化する

生ごみのたい肥化を促進するため、コンポスターの貸し出しや、購入費の補助制度を設けています。希望する方は、ごみ対策課までご連絡ください。

オータムフェスティバルの出演者を募集
オータムフェスティバルは出演者全員で作っていく音楽やダンスのライブイベントです。音響設備の整った公民館のステージで演奏してみませんか。特に10代20代の方の参加をお待ちしています。

▷ 日時 11月3日(祝日) 午前10時～午後5時
▷ 場所 中央公民館ホール・ピロティ
▷ 出演予定数 12グループ
※出演するグループを対象に説明会を開催します。7月28日(土)午後2時に中央公民館へお越しください。
▷ 申込期限 7月21日(土)
▷ 申込み 中央公民館 ☎042-564-2451まで。

市民企画講座 シニアクラスで学ぶ! 楽しむ!
▷ 対象 60歳以上の方
▷ 開催日・内容 8月28日(火) 9月11日(火) 9月25日(火) 10月9日(火) 10月23日(火) 11月6日(火) 11月20日(火) 12月4日(火)
A I (人工知能) の話、9月25日(火) 東大和市における明治150年の話、10月9日(火) 館外研修(キューピー工場・さきたま古墳)、10月23日(火) アロマ・ハーブのお話、11月6日(火) 音楽鑑賞会
▷ 時間 午後1時30分～3時30分(10月9日(火)は除く)
▷ 場所 新堀地区会館(10月9日(火)は除く)
▷ 定員 70人(申込多数の場合は抽選)
▷ 申込み 下の記入例を参考にし、往復はがきでお申

| | |
|----------------|-----------|
| 切手 20170015 | ①講座名 |
| 切手 おもて | ②申込者の郵便番号 |
| 申込者の住所 | ③住所 |
| 申込者の氏名 | ④電話番号 |
| | ⑤氏名(ふりがな) |
| | ⑥年齢 |

し込みください(7月31日消印有効。はがき1枚で2人以上の申込みはできません。介助が必要な場合は、その旨を記入してください)
▷ 問合せ 中央公民館 ☎042-564-2451まで。



問合せ 郷土博物館 ☎042-567-4800

多摩の戦跡～写真パネル展

多摩地域に残る軍事施設の一部や空襲の傷跡など、戦争を伝える場所を写真で紹介。

旧日立航空機(株)に勤務した方々が、戦後の物資不足の中で手作りした大神輿も展示します。

▷ 期間 8月1日(水)～31日(金)午前9時～午後5時まで

▷ 場所 郷土博物館エントランスホール

夏休みのプラネタリウム

夏休み期間は平日の投影回数が増えます。

▷ 場所 郷土博物館プラネタリウム

▷ 観覧料 大人300円、小・中学生100円

▷ 休館日 7月16日(月)を除く月曜日・7月17日(火)・8月14日(火)

▷ 夏番組投影期間 9月9日(日)まで

どの番組もメガスターでの星座解説を楽しめます。

◎ダイナソーDX～パタゴニア・巨大恐竜の謎
巨大恐竜たちの迫力ある映像で、ハラハラドキドキしてください。投影日時は、土・日曜日、祝日、平日(7月24日(火)～8月24日(金))午前11時から。

◎銀河鉄道の夜

KAGAYA氏の精細なイラストで描かれた宮沢賢治の世界をお楽しみください。投影日時は、土・日曜日、祝日、平日(8月7日(火)～8月17日(金))午後1時から。

◎宇宙への第一歩

人類が月に初めて降り立ってから50年経ちました。月の次は火星を目指します。投影日時は、毎日午後3時から。

文化財ボランティアの募集 & 養成講座

旧日立航空機(株)変電所・旧吉岡家住宅公開や文化財めぐりのガイド等を行っている文化財ボランティアの養成講座です。

▷ 対象 目的に沿った催し等に今後積極的に参加する意思があり、原則、全ての回に参加できる市民の方

▷ 日時 8月5日(日)・19日(日)、9月30日(日)、10月7日(日)、11月4日(日)・25日(日)の午前9時30分～11時30分(時間は予定・全6回)

▷ 場所 郷土博物館ほか

▷ 定員 15人(申込順)

▷ 内容 市の歴史の学習、郷土博物館の見学、旧日立航空機(株)変電所・旧吉岡家住宅の見学等

▷ 講師 郷土博物館職員、文化財ボランティア

▷ 持ち物 筆記用具

▷ 申込み 8月5日(日)までに郷土博物館まで

介護予防教室にご参加を

問合せ 高齢介護課・内線1179まで。

◎いきいき運動プラス(2期)

転倒予防のためのバランス機能や歩行機能のトレーニングを行います。また、口腔体操、栄養改善に必要な知識等を学ぶための講座、認知機能の低下予防のためのレクリエーションも行います。

- ▷対象 65歳以上で要支援・要介護認定等を受けていない方
- ▷定員 20人
- ▷実施日 8月21日～11月20日の毎週火曜日
- ▷時間 午後2時～3時30分(午後1時30分受付開始)
- ▷場所 奈良橋市民センター
- ▷講師 健康運動指導士、栄養士、歯科衛生士等

◎楽しみマッスル教室(3・4期)

筋力向上を目的とした、マシントレーニングを行います。トレーニングには負荷量の微調整が可能な機器を使用します。

- ▷対象 65歳以上で要支援・要介護認定等を受けていない方
- ▷定員 各10人
- ▷実施日 3期:8月24日～11月30日の毎週金曜日
4期:8月27日～12月3日の毎週月曜日
(内2回は金曜日に実施)

- ▷時間 午前10時～11時30分(午前9時30分受付開始)
- ▷場所 東大和市ロンドみんなの体育館
- ▷講師 理学療法士、健康運動指導士等

◎共通事項

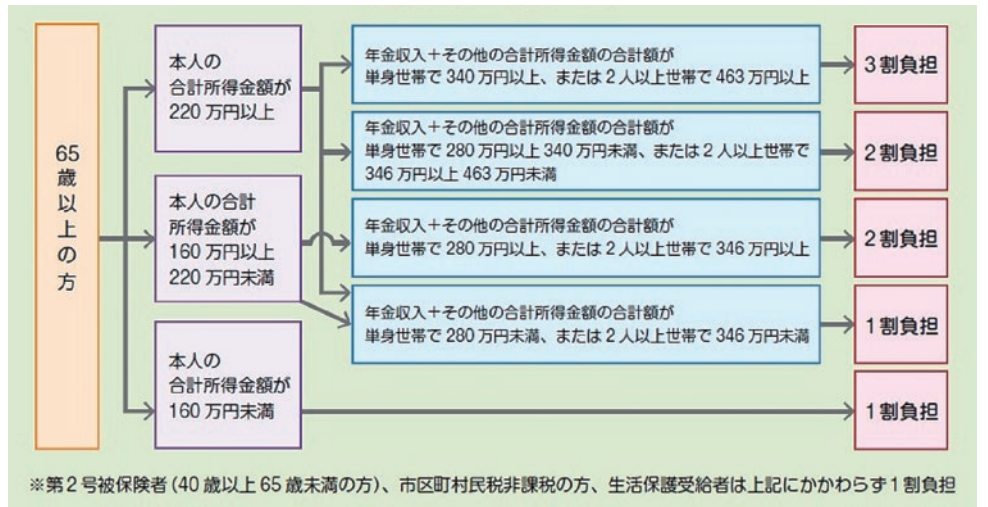
- ▷費用 無料
- ▷持ち物 タオル、水分補給のための飲み物、筆記用具
※動きやすい服装でご参加ください。
- ▷申込方法 はがきに希望する教室(楽しみマッスル教室は、3・4期どちらかも)、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号を記入して高齢介護課まで郵送してください。高齢介護課(窓口)でも申込み可。はがき1枚につき、1教室の申込みとなります。
- ▷申込期限 7月31日(火)

8月から介護保険サービス等の利用者負担割合が変わります



65歳以上で介護保険サービス(介護予防・生活支援サービスを含みます)を利用する場合の介護保険利用者負担割合が下表のとおり変更となります。なお負担割合が記載された「介護保険負担割合証」は、平成30年7月下旬頃に要支援・要介護認定を受けている全ての被保険者の方に発送する予定です。有効期間は、平成30年度8月1日から平成31年度の7月31日までです(毎年度発行)。介護保険サービス等を受けようとするときは、介護保険被保険者証とともに必ずこの負担割合証を事業者等へご提示ください。

利用者負担の判定の流れ



※1「合計所得金額」とは、収入から公的年金等控除、給与所得控除、必要経費を控除した後で、基礎控除や人的控除等の控除をする前の所得金額をいいます。また、長期譲渡所得・短期譲渡所得に係る特別控除を控除した額で計算されます。

※2「その他の合計所得金額」とは、合計所得金額から、年金の雑所得を除いた所得金額をいいます。

▽問合せ 高齢介護課・内線1138まで。

市の育成した介護予防リーダーによる、東大和元気ゆうゆう体操の講座を開催します。この体操は、介護予防・健康寿命の延伸を目的に制作されたものです。今回は、この体操の制作にご協力いただいた、東京医療学院大学教授の小島基永先生をお迎えします。どなたでもご参加できます。

東大和元気ゆうゆう体操の解説と実践講座

東大和元気ゆうゆうポイント事業 景品交換期間について

東大和元気ゆうゆう体操など介護予防に役立つ活動に1回参加すると1ポイントがもらえます。貯まった所定のポイントは、30ポイントごとに、景品と交換することができます。詳しくは、東大和市社会福祉協議会または市のホームページをご覧ください。

- ▷ポイントの交換期間・場所 8月1日(水)～9月28日(金) / 平成31年2月1日(金)～平成31年3月29日(金)(日曜日、祝日は除く)・東大和市社会福祉協議会
- ※上記以外の期間は交換できませんので、ご注意ください。
- ▷対象者 市内在住のおおむね65歳以上の方
- ▷問合せ 東大和市社会福祉協議会 ☎042-564-0012へ。

平成30年8月1日からサービスを利用した場合の利用者負担割合が、介護保険サービスと同様に所得に応じて1割、2割、3割になります(上表「利用者負担の判定の流れ」参照)。

東大和市高齢者住宅改修給付事業 東大和市高齢者自立支援日常生活用具給付事業 利用者負担割合が変わります

平成30年8月1日からサービスを利用した場合の利用者負担割合が、介護保険サービスと同様に所得に応じて1割、2割、3割になります(上表「利用者負担の判定の流れ」参照)。

負担割合が変わります



- ▽日時 7月28日(土)午後2時から
- ▽場所 中央公民館ホール
- ▽主催 東大和市介護予防リーダー会
- ▽その他 費用は無料、事前申し込みは不要です。なお、東大和元気ゆうゆうポイント事業の対象です。
- ▽問合せ 高齢介護課・内線1171まで。

表1 食費・居住費(滞在費)に係る軽減の対象要件、軽減後の負担限度額(単位:円/日)

| 利用者負担段階 | 対象 | 食費 | 居住費・滞在費 | | | | |
|---------|---|-----|---------|-------------|-------|-------|-----|
| | | | ユニット型個室 | ユニット型個室的多床室 | 従来型個室 | 多床室 | |
| 第1段階 | 生活保護受給者または老齢福祉年金受給者で世帯員全員が市民税非課税の方 | 300 | 820 | 490 | 320 | 490 | 0 |
| 第2段階 | 世帯全員が市民税非課税で、前年の合計所得金額と課税年金収入額と非課税年金収入額の合計が年間80万円以下の方 | 390 | 820 | 490 | 420 | 490 | 370 |
| 第3段階 | 世帯全員が市民税非課税で、第2段階対象者以外の方 | 650 | 1,310 | 1,310 | 820 | 1,310 | 370 |

※配偶者が市民税を課税されているかどうかを確認し、課税されている場合には、負担軽減の対象外になります。世帯が同じかどうかは問いません。
※市民税非課税世帯の方であっても、一定額を超える預貯金等の金額(配偶者がいる方は合計2,000万円、配偶者がいない方は1,000万円)がある場合は対象外になります。

介護保険サービス利用者など利用者の負担を軽減

◎食費・居住費の軽減
施設に入所した場合等の食費、居住費、滞在費は、原則、全額利用者負担ですが、表1に該当する方の場合、次の費用は負担限度額による減額措置があります。

- 介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)、介護老人保健施設、介護療養型医療施設、介護医療院の食費、居住費
- 短期入所(ショートステイ)の食費と滞在費
- 共に室料や光熱水費相当

◎利用者負担額等の軽減
次の全ての条件に該当する介護保険被保険者が、軽減措置を実施する事業者から対象サービスを受けた場合、利用者負担額、食費、居住費

住費等が25%軽減されます。世帯を構成する全ての方の申請日の属する年度の市民税が非課税であること

- 世帯を構成する全ての方の平成29年中の年間収入総額が表2に掲げる収入基準額以下であること
- 世帯を構成する全ての方の申請日現在の預貯金総額が表2に掲げる預貯金基準額以下であること
- 居住用の家屋その他日常生活のために必要な資産以外に利用し得る資産を所有していないこと
- 負担能力のある親族等に扶養されていないこと
- 介護保険料を滞納していないこと

▽軽減対象サービス ①訪問介護 ②通所介護 ③短期入所生活介護 ④訪問入浴介護 ⑤訪問看護 ⑥訪問リハビリテーション ⑦通所リハビリテーション ⑧短期入所療養

表2 利用者負担額軽減制度収入・預貯金基準表

| 世帯構成員数 | 収入基準額 | 預貯金基準額 |
|--------|--------------------------|----------------------------|
| 1人 | 1,500,000円 | 3,500,000円 |
| 2人 | 2,000,000円 | 4,500,000円 |
| 3人 | 2,500,000円 | 5,500,000円 |
| 4人以上 | 世帯構成員が1人増すごとに500,000円を加算 | 世帯構成員が1人増すごとに1,000,000円を加算 |

◆以上のお問合せは、高齢介護課・内線1138まで。

「利用者負担額等の軽減」は世帯員も含む)が必要で、また、「利用者負担額等の軽減」は平成29年中の収入が確認できる書類も必要です。前年に該当した方には市から申請の案内を郵送します。

◎軽減措置の申請方法
申請書に必要事項を記入・押印し、高齢介護課(市役所2階)へ提出してください。通帳の写しなど申請日現在の預貯金額が確認できる書類(食費・居住費の軽減)は配偶者を含む。「利用者負担額等の軽減」は世帯員も含む)が必要で、また、「利用者負担額等の軽減」は平成29年中の収入が確認できる書類も必要です。前年に該当した方には市から申請の案内を郵送します。

◎介護⑨小規模多機能型居宅介護⑩認知症対応型通所介護⑪夜間対応型訪問介護⑫定期巡回・随時対応型訪問介護看護⑬看護小規模多機能型居宅介護⑭介護福祉施設サービス⑮第1号訪問事業⑯第1号通所事業

※③～⑩は介護予防サービスを、⑪～⑭は地域密着型サービスです。生活保護受給者は、③と⑭のみ対象です。

※この軽減の実施の有無については、サービスを提供している事業所にお問合せください。

国民健康保険のしくみと給付



国民健康保険事業(国保)

は、対象となる市民の皆さん(被保険者)の病気、けが、出産、死亡に対し保険給付を行う国民健康保険法に基づく事業です。

◎国保の被保険者の資格
国保の被保険者は、次の①～③のいずれにも該当しない方です。

- ①健康保険等(健康保険、共済組合等)の被保険者及びその被扶養者
- ②後期高齢者医療制度の被保険者
- ③生活保護を受けている方

表1 届出一覧

| こんなとき | 手続きに必要なもの |
|---------------|--|
| 取得する資格を喪失する場合 | 東大和市に転入してきた時 職場の健康保険をやめた時 子どもが生まれた時 生活保護廃止の時 |
| 喪失する資格を回復する場合 | 東大和市から転出する時 職場の健康保険に加入した時 死亡した時 生活保護開始の時 |
| その他 | 住所、氏名、世帯主などに変更があった時 被保険者証をなくした時 子どもが修学で他の市町村に転出する時 |

※1 本人が手続きをされる場合は、印鑑は不要です。
 ※2 被保険者証の交付は、郵送です。ただし、運転免許証、パスポート、マイナンバーカード等の公的機関が発行した顔写真付の証明書がある場合は、窓口で交付します。

※市内在住で、3か月を超えて日本に滞在する外国人の方も国保の届出が必要です。株式会社等に勤務している方は、健康保険の適用になりません。パートなどでも勤務時間・日数等の要件により社会保険の適用になります。

◎被保険者資格の取得と喪失の手続き
国保の被保険者資格の取得と喪失の手続きは、異動があった日から14日以内に保険年金課(市役所1階)に世帯主が届出をしてください(表1参照)。

手続きが遅れた場合でも、国保の被保険者資格の取得日は、従前の健康保険の資格喪失日となり、転入した方は、転入日となります。なお、国保税は資格を取

得した月から課税されます。

表2 給付一覧

| こんなとき | このような給付が |
|---------------------|---|
| 療養給付 | ●病気になる時 ●けがをした時 ●歯が痛む時 |
| 療養費 | ●柔道整復師の施術費 |
| 高額療養費 | ●医療費が高額になった時 |
| 療養費(後からの支給が受けられる場合) | ●急病などでやむを得ず保険証を持たずに治療を受けたり、不慮の事故などで国保を扱っていない医療機関で治療を受けたりした時 ●はり、灸、マッサージなどの施術を受けた時 ●医師が治療上必要と認めたコルセットなどの治療用器具代がかかった時 ●海外渡航中に治療を受けた時 |
| その他の給付 | ●被保険者が出産した時 ●被保険者が亡くなられた時 ●人間ドック受診料の一部助成(脳ドックを含む) |

(注) 申請期限は、高額療養費は診療日の属する月の翌月1日、療養費は医療費を支払った日の翌日、出産育児一時金は出産のあった日の翌日、葬祭費は葬祭を行った日の翌日から2年以内です。詳しくは、お問い合わせください。

表3 一部負担金割合の判定基準

| 一部負担金割合 | 区分 | |
|-------------|---------------------------|------------------------|
| | 平成30年度の市町村民税課税所得(以下、課税所得) | 判定対象世帯員 収入(注4) |
| 2割(一般)(注1) | 145万円未満 | 国保被保険者が2人以上 520万円未満 |
| | 145万円以上(注2・3) | 国保被保険者が1人 383万円未満 |
| 3割(現役並み所得者) | 145万円以上 | 国保被保険者が2人以上 520万円以上 |
| | | 国保被保険者が1人 383万円以上 |

注1: 平成26年4月1日までに70歳の誕生日を迎えた方は1割となります。
 注2: 課税所得が145万円以上かつ、総所得金額等から基礎控除額を差し引いた所得が210万円以下の場合は2割となります。ただし、平成27年1月以降新たに70歳となった国保被保険者のいる世帯のみとなります。※申請は不要です。
 注3: 課税所得が145万円以上であっても、判定対象世帯員(同一の世帯に属する70歳以上の国民健康保険被保険者)の収入によって、申請をすると一部負担金割合が2割となります。
 注4: 収入は、同一の世帯に属する70歳以上の国民健康保険被保険者(旧国民健康保険被保険者(※)を含む。)の収入で判定します。
 ※旧国民健康保険被保険者は、後期高齢者医療制度の被保険者のうち、次の①、②に該当する方となります。
 ①後期高齢者医療制度の被保険者の資格を取得した日まで、国民健康保険の被保険者であった方。
 ②後期高齢者医療制度の被保険者の資格を取得した日以降、同一世帯の国民健康保険の世帯主と同一世帯の方。

◎国保の保険給付
国保には療養の給付等の様々な保険給付があります(表2参照)。

◎医療費が高額の時
同じ月内の医療費(保険適用分)の自己負担が限度額を超えた時、申請をして認められると、限度額を超えた分が高額療養費として、後日支給されます。対象者には市から通知します。

◎国保限度額適用認定証を更新される方へ
70歳未満の国保被保険者で、限度額適用認定証をお持ちの方は、7月31日(火)が有効期限となります。

8月以降、限度額適用認定証を継続して利用する場合は、更新手続きが必要です。限度額適用認定証をお持ちの方は、申請用紙をお送りいただいた方には申請用紙をお送りいたします。

◎国保高年齢受給者(70歳以上75歳未満)の方へ
国保被保険者が70歳になると、その誕生月の翌月(誕生日が1日の場合は当月)から国保高年齢受給者証の対象となります。

◎国保高年齢受給者証の一部負担金の割合と所得区分判定基準について
国保高年齢受給者証を提示して病院などで支払う医療費の一部負担金の割合は、1割から3割(国保高年齢受給者証に記載)です。国保高年齢受給者証による一部負担金の割合と所得区分判定基準は、表3をご覧ください。

◎交通事故などにあつたら
生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎国保高年齢受給者(70歳以上75歳未満)の方へ
国保被保険者が70歳になると、その誕生月の翌月(誕生日が1日の場合は当月)から国保高年齢受給者証の対象となります。

◎国保高年齢受給者証の一部負担金の割合と所得区分判定基準について
国保高年齢受給者証を提示して病院などで支払う医療費の一部負担金の割合は、1割から3割(国保高年齢受給者証に記載)です。国保高年齢受給者証による一部負担金の割合と所得区分判定基準は、表3をご覧ください。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。

◎特定健康診査・特定保健指導
原則、40歳～75歳未満の国保の被保険者に、生活習慣病を引き起こす原因とされている内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健康診査の受診券を送付します。生活習慣病予防に必要な基本的な情報を提供します。



情報マップ

保健

こころの健康相談

気持ちが不安になり、専門医に受診すべきかどうか悩んでいる方及びその家族のために、専門医が相談のります。

8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

■親子料理教室「パパッと作れる！夏休みごはん作り教室」

夏休みの思い出に親子で楽しく料理を作ってみませんか。メニューはハヤシライス、夏野菜サラダ、デザートです。

小学生とその保護者／8月9日(木)午前9時30分～午後0時30分／場所 市立保健センター／16組(申込順)／食育の話、調理実習、試食用具

◆以上の申込み・問合せは、市立保健センター ☎042-565-15211まで。

お知らせ

東大和市民会館の指定管理者を指定しました

市では、東大和市民会館の管理・運営を行う指定管理者を平成30年第2回市議会定例会での議決を経て、「株式会社コンベンションリンクージュ」に指定しました。指定期間 平成31年4月1日～平成36年3月31日／公共施設等マネジメント課・内線1481まで。

ならはし児童館く工作教室「空飛ぶ紙コップ」

小学生以上／8月8日(水)午後1時45分～3時／20人／無料／申込期間 7月23日(月)～31日(火)／窓口で申込み(電話での申込みはできません)／ならはし児童館 ☎042-562-3600まで。



ご意見をお寄せください

東京における都市計画道路の在り方に関する基本方針 中間のまとめ

東京都と特別区及び26市2町は協働で、「東京における都市計画道路の在り方に関する基本方針 中間のまとめ」を取りまとめ、発表しました。この中間のまとめは、東京都及び市のホームページ、都民情報ルーム(都庁第一本庁舎3階)並びに都市計画課(市役所2階)などでご覧になれます。

今後、中間のまとめに対する皆さんのご意見・ご提案も参考に、さらに検討を進め、「東京における都市計画道路の在り方に関する基本方針」を策定していきます。

意見等の提出方法 8月10日(金)までに東京都へ直接持参するか、郵送(〒163-8001東京都都市整備局都市基盤部街路計画課(当日消印有効))、ファクス03-5338-81354、メール

下水道調査のお知らせ

市では、下水道施設の状況(つまり、堆積、損傷、劣化等)の確認を目的として、定期的に下水道管の調査を実施しています。調査作業は道路上で行います。そのため一時車両の通行を規制させていただきます。お知らせします。期間 8月上旬～11月下旬の午前9時～午後5時／場所 芋窪1-4丁目、5-6丁目の各一部、蔵敷1-2丁目、3丁目、2-3-5-6丁目

の各一部、湖畔2丁目の一部／詳細はお問い合わせください。下水道課・内線1232まで。

公園のマナーを守ってください

公園などで、犬を放して散歩させる、家庭内のごみを捨てるなど、迷惑な利用が目立っています。誰もが楽しく、気持ちよく公園を使えるよう、一人ひとりがマナーを守りましょう。

「犬のふん」は必ず持ち帰ってください。

犬は必ずリードでつないで散歩させてください。

ごみは必ず持ち帰ってください。

夜遅くまで大声で騒がないでください。

火などは、やめてください

花火はやめてください。球技は、他の人に迷惑にならないようにやりましょう。

ゴルフは、危険ですのでやめてください。

下立野林間子ども広場は、市に利用申請をしてから利用してください。環境課・内線1271まで。

深夜営業を行う皆さんへ

飲食店等の夜間・深夜営業に伴うカラオケなどの音響機器を使用する騒音は、近隣の方々のくつろぎや睡眠時間の妨げになることがあります。東京都環境確保条例により、午後11時から翌日の午前6時までは、原則、カラオケ等の音響機器は使用できないこととなっております。

深夜まで営業される場合は、音響機器等から発生する音が外に漏れないことなど、騒音防止対策を図る必要があります。詳細は市のホームページへ

環境課・内線1272まで。

友好都市観光情報「喜多方市に出かけよう！」

子ども向けBusiness Summerイベント

「学校では教えたくない未来の仕事とお金のこと」を開催します

小学校3年～6年生(保護者同伴必須)／8月2日(木)午前10時～正午／場所 中小企業大学校東京校東大和寮／15人(申込順)／無料

申込方法等詳細については、「中小機構ビジネス」のホームページをご覧ください。

社会福祉協議会

夏！体験ボランティア参加者を募集

7月23日(月)～8月31日(金)のうち数日／高齢者・障害者施設、保育園等でのボランティア体験／ボランティア

8月15日(水)午後6時／場所 山都開発センター前

前立腺がん検診

市内在住の50歳以上の男性／前立腺がん検診(特定健診等)の同時実施(4月募集)で受診した方・受診予定者は対象外

9月1日(土)～9月30日(日)(医療機関の休診日は除く)／指定医療機関／200人(抽選)／問診、血液(PSA)検査

検診の申込方法

下記のとおりはがきに記入して、8月8日(水)(消印有効)までに郵送してください(はがき一枚につき1人1検診の申込み)。

市のホームページからの電子申請でも8月8日(水)まで受け付けています。保健センター窓口では、8月8日(水)午後5時まで受け付け

※申込み多数の場合は抽選。初めの方を優先します。※検診票は8月下旬頃に発送予定です。

※検診の申込みに関する問合せは、8月8日(水)午後5時までお願いいたします。※不備のあるものは受付できません。

▽問合せ 市立保健センター ☎042-565-5211まで。

東大和市中央3-918-1 東大和市立保健センター行

1. 申込者の住所 2. 氏名(ふりがな) 3. 生年月日・年齢・性別

(はがきウラ)

平成30年度 国営昭和記念公園 レインボープール割引券 (東大和市) コピー不可

この割引券を切り取って公園入口の発売窓口を持参すれば、プール料金(入園料含む)が割引となります。

| | |
|---------------|---------------|
| 大人(15歳以上) | 2,500円→2,300円 |
| 子ども(小・中学生) | 1,400円→1,200円 |
| 幼児(4歳以上の未就学児) | 500円→400円 |

- 1枚で5人まで利用できます(4歳未満の人数は除く)。
- ほかの割引券との併用はできません。
- 午後2時以降はサンセットチケットをご利用ください。
- 有効期間は平成30年7月14日(土)～9月2日(日)のプール営業期間中です。

大人： 人・子ども： 人・幼児： 人
問合せ 同公園管理センター ☎042-528-1751

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

放置自転車等は撤去します

市民情報

※凡例 場所、講師、費用(記載なしは無料)、入会金、月会費、年会費、持ち物、問合わせ、申込みは、記事の主催者へお問い合わせ下さい。

「音のない世界を知ろう」学習会(聴覚障害者協会等)

どなたでも 7月16日(祝)午前10時〜正午 向原市民センター/寸劇・やつてみよう/岡田042-565-3882(ファクス)

介護者の集い(介護者の集い東大和)

介護経験者・関心のある方 7月19日(木)8月1日(水)午後1時30分〜3時30分 向原老人福祉館②やまと苑カフェ/介護に関する情報交換など/費100円/当日までに田村090-5308-6338へ

夏休みラジオ体操(ラジオ体操連盟)

7月21日(土)8月24日(金)午前6時20分〜6時45分(雨天中止) ①ラジオ体操講習会 7月22日(日)午前6時45分〜8時 ②紙芝居「三びきのやぎの

「音のない世界を知ろう」学習会(聴覚障害者協会等)

どなたでも 7月16日(祝)午前10時〜正午 向原市民センター/寸劇・やつてみよう/岡田042-565-3882(ファクス)

介護者の集い(介護者の集い東大和)

介護経験者・関心のある方 7月19日(木)8月1日(水)午後1時30分〜3時30分 向原老人福祉館②やまと苑カフェ/介護に関する情報交換など/費100円/当日までに田村090-5308-6338へ

夏休みラジオ体操(ラジオ体操連盟)

7月21日(土)8月24日(金)午前6時20分〜6時45分(雨天中止) ①ラジオ体操講習会 7月22日(日)午前6時45分〜8時 ②紙芝居「三びきのやぎの

夏休みラジオ体操(ラジオ体操連盟)

7月21日(土)8月24日(金)午前6時20分〜6時45分(雨天中止) ①ラジオ体操講習会 7月22日(日)午前6時45分〜8時 ②紙芝居「三びきのやぎの

夏休み子ども音楽会(りぼんの会)

幼児・児童 8月2日(木)午後2時〜2時30分 向原市民センター/20人/みんなで楽しく歌って踊りましょう/岡田042-564-0197

ジュニアバドミントン教室(バドミントン連盟)

市内在住・在学の小中学生 7月29日(日)、8月5日(日)、19日(日)、26日(日)午後2時〜4時30分 向原市民センター/技術指導/運動靴、ラケット、タオル、着替え/運動のできる服装/7月20日までに山地042-562-7397(ファクス兼用)へ

夏やすみゆかいに遊ぼう(東大和市さつき会)

小学生 7月31日(火)午前10時〜正午 中央公民館/30人/折紙・手あそび・他/盟ホームページ <http://hytensis.org> (申込みは連盟ホームページのみ)へ

女子ダブルスA・B(テニス連盟)

市内在住・在学・在勤の中学生以上のペア(A・中・上級者、B・初心者・初級者) 9月9日(日)午前8時20分〜午後6時(予備日9月23日(祝)) 向原市民センター/20人/みんなで楽しく歌って踊りましょう/岡田042-564-0197

自衛官募集案内(自衛官候補生(任期制隊員))

①自衛官候補生(任期制隊員) ②一般候補生(航空学生) ③パイロット養成コース ④防衛医科大学校医学教育部看護学科学学生/医学科学学生/資格 ①②は18歳以上27歳未満の方、③は海上自衛隊・18歳以上23歳未満の方、航空自衛隊・18歳以上21歳未満の方④は18歳以上21歳未満の方(いずれも平成31年4月1日現在) 応募受付期間 ①年間を通じて

夏休み子ども歴史ガイド(東大和南公園サービスタワー)

どなたでも 8月12日(日)午後2時〜3時 向原市民センター/東大和南公園(平和広場)午後1時50分集合/戦争遺跡「旧変電所」の解説を聞きながら見学後、公園の役割や防災施設の見学/30人(先着順) 7月15日(日)午前9時から向原市民センター窓口または電話で受付042-562-1498へ

平成30年度排水設備工事責任技術者資格認定共通試験

試験日時 9月30日(日)午前10時〜正午/場所 青山学院大学青山キャンパス9号館/受験手数料 六千円/主催 東京都下水道局/申込書の配布 7月23日(月)〜8月31日(金)の平日、下水道課(市役所2階)/申込方法

必要事項を記入し、8月1日(水)〜31日(金)の間に東京都下水道サービス(千代田区大手町2-6-12)へ郵送(当日消印有効)

試験日 ①受付時にお知らせします②は9月21日(金)〜23日(祝)のいずれか1日、③は9月17日(祝)、④は看護学科・10月20日(土)、医学科・10月27日(土)・28日(日)/国防衛生省国防募集案内所042-324-1010

病気で中学校を卒業できなかった方へ(中学校卒業程度認定試験)

病気など、やむを得ない事由等により、中学校を卒業できなかった方などを対象に、中学校卒業程度認定試験が行われます。この試験は、中学校卒業程度の学力があるかどうかを認定するために国が行う試験で、合格者は高等学校の入学資格が得られます。願書受付期間 8月20日(月)〜9月7日(金)/試験日 10月25日(木)/試験会場 東京都教職員研修センター(文京区本郷1-3-3)/試験科目 国語、社会、数学、理科、外国語(英語)/東京都教育庁義務教育課03-5320-6752へ

土曜収納窓口

平日に納税相談及び納付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 午前8時30分〜正午 ※8月11日の土曜収納窓口はお休みします。 ※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

《今月の納期》

納期限 7月31日(火)

- 固定資産税・都市計画税 第2期前納
- 国民健康保険税 第1期全期第1期
- 介護保険料 第1期第1期
- 後期高齢者医療保険料 第1期第1期

お問合せは、高齢介護課・内線 1136まで
お問合せは、保険年金課・内線 1026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印刷は不要です。

平日に納税相談及び納付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 午前8時30分〜正午 ※8月11日の土曜収納窓口はお休みします。 ※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

《今月の納期》

納期限 7月31日(火)

- 固定資産税・都市計画税 第2期前納
- 国民健康保険税 第1期全期第1期
- 介護保険料 第1期第1期
- 後期高齢者医療保険料 第1期第1期

お問合せは、高齢介護課・内線 1136まで
お問合せは、保険年金課・内線 1026まで

医師会コーナー

認知症について

認知症は高齢者の病気と思っている人が多いですが、40歳代、50歳代にも認知症になる人はいます。認知症とはいろいろな原因で脳の細胞が損傷を受けたり、働きが悪くなることで認知機能が低下し、日常生活に支障をきたす状態です。

認知機能が低下すると、もの忘れをするようになりますが、加齢によるものと認知症によるものとは違いがあります。加齢によるもの忘れは、「もの忘れの自覚がある」「体験した一部や何を食べたかを忘れる」「場所や時間をすっかり間違えてしまう」ことなどです。一方、認知症によるもの忘れは、「もの忘れの自覚がない」「体験したそのものや食べたことを忘れる」「場所や時間がわからなくなる」ことなどです。

「同じことを何度も聞いてくる」「大切な物をしばしば紛失する(例:財布、診察券、保険証が見つからない)」「夕食に同じ料理がしばしば出てくるようになる」「同じ食材を何度も買ってきて冷蔵庫の中の食材を腐らせてしまう」「以前は穏やかな性格だったのが最近怒りやすくなった」「外出しづらくなった」ということなどがあれば、認知症を疑います。

認知症の中では、アルツハイマー型認知症が一番多く、続いて脳血管障害型認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症の順になります。その他に慢性硬膜下血腫、正常圧水頭症、脳腫瘍が原因となる場合もあります。

認知症は早くから気づくことが大事です。早めに診断し適切な治療を受ければ、住み慣れた街で最期まで過ごすこともできます。認知症を疑う場合は、かかりつけ医がいるならかかりつけ医に相談、かかりつけ医がいなければ、高齢者ほっと支援センター(地域包括支援センター)、東大和市役所高齢介護課に相談してください。

公益社団法人東大和市医師会

官公署 だより

自衛官募集案内(自衛官候補生(任期制隊員)) ①自衛官候補生(任期制隊員) ②一般候補生(航空学生) ③パイロット養成コース ④防衛医科大学校医学教育部看護学科学学生/医学科学学生/資格 ①②は18歳以上27歳未満の方、③は海上自衛隊・18歳以上23歳未満の方、航空自衛隊・18歳以上21歳未満の方(いずれも平成31年4月1日現在) 応募受付期間 ①年間を通じて



ほん・本・BOOK

◎図書館の新书推荐をご紹介します。

〈一般書〉

- 武器になる哲学 山口周著
- ヤングケアラー 澁谷智子著
- あなたのことがだいすき 西原理恵子原案・えがしらみちこ文 間山三郎著
- 酔農家 静子 間山三郎著

〈児童書〉

- 四人のヤッコ 西内ミナミ作
- いたずらトロールと音楽隊 ローベル、アニタ作
- なぜこうなった?あの絶景のひみつ 増田明代文

電話やホームページで予約できます。 問合せ 中央図書館☎042-564-2454まで。

市民記者

レポート



東大和市が出生率No.1!?

ランチに立寄ったお店で「東大和市 出生率都内No.1の秘密。」という市のPRチラシを発見して興味を持った。我が家はひとりっ子だが、周りには3人、4人、5人と子どもを持つ家庭が多いなという実感はあったものの「都内No.1(都内区市の中で平成26年から28年の合計特殊出生率の平均がNo.1)」とはすごい。

我が家が都心からこの街へ移住した理由は、緑が多く土や空や風が気持ちの良い土地で子育てしたかったから。それまでは名前も聞いたことがない街だったが、多摩湖、森のような公園、春の見事な桜。家から見える草や木々、数多くの野鳥、犬を散歩させる人たち。喧騒から離れたちょっと不便な立地、でも都心へのアクセスは悪くない、程良いご近所づきあい。暮らして10年ほど経つがなかなか気に入っている。

同じような思いで東大和市にやってくる子育て世代が多いのかもしれない。そしてのびのびした環境に影響を受けて、もうひとり。出生率都内No.1だ。

PRチラシで紹介されている市の子育て支援策の中で特に気になった「保育コンシェルジュ」の方にお話を伺うことができた。まず名前がかっこいい!

基本は、保育園や幼稚園といった子どもの預け先などの保育相談に乗ることだが、保育コンシェルジュは単なる案内だけでなく、その裏にある理由や悩みに目を向け、しっかり寄り添ってその親子にとって何が一番良いのかを一緒に考えてくれる。「相談に来た人が倒れないように支えつつ、とことん付き合います」という頼もしい言葉が心に響いた。

バリバリ働いて社会のことは詳しくても、初めての出産はわからないことだらけで不安と心配に押し潰されそうだった10余年前のわたしも頼りたかったな、コンシェルジュ。

豊かな自然×子育て世代を応援しようという心意気が、高い出生率の秘密かもしれない。

(市民記者 市村和美)

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



新規発売

■三浦一馬バンドネオン五重奏(キンテート) ガーシュウィン&ピアソラ〜タンゴ・セレクション〜

11月4日(日)午後3時開演/小ホール/全席自由/一般3,200円(友の会3,000円)/若手実力派バンドネオン奏者として各方面から注目を集める三浦一馬がキンテート(五重奏)で登場。ガーシュウィンとピアソラの楽曲の数々をお楽しみください/未就学児の入場はご遠慮ください。

予定曲目：ラプソディ・イン・ブルー、リベルタンゴ他

| 友の会 先行 | 一般 電話 | 一般 窓口 |
|-------------|-------------|-------------|
| 7/24 (火) | 7/28 (土) | 7/29 (日) |

チケット発売中

■WONDER SHADOW〜ワンダー・シャドウ〜

8月5日(日)午後2時開演/大ホール/全席指定/一般2,500円(友の会2,000円)小学生以下1,500円/3歳未満のひざ上鑑賞は無料/影絵の魅力をつぶり詰めこんだ家族みんなで楽しめるステージです。

■ジェントル・フォレスト・ジャズ・バンドコンサート Swingin' The 東大和

9月22日(土)午後6時開演/小ホール/全席自由/一般3,200円、(友の会2,500円) 高校生以下1,500円/大人気ビッグバンドが登場!

■歌舞伎「応挙の幽霊」身近にたのしむ伝統芸能@ハミングホール

9月30日(日)午後2時開演/大ホール/全席自由/一般3,000円(友の会2,500円) 高校生以下1,000円/ハミングホールで伝統芸能「歌舞伎」を身近に感じていただくためのスペシャルプログラム。

8月の施設利用申込み

大・小ホールは平成31年8月分、その他の施設は平成31年2月分です。なお、市民を対象とした調整会議は、8月1日(水)午後1時30分から行います。

ロビーコンサート

第209回ロビーコンサート文月

東大和の音楽家たちパート30〜音楽の楽しみ〜
7月25日(水)正午開演/入場無料



国民年金 だより



■国民年金は60歳以降でも加入できます

20歳以上60歳未満の日本に住所を有する方で、被用者年金制度の被保険者になり、国民年金の被保険者になり、保険料を納付しなければなりません。原則として、65歳から老齢基礎年金を受給することができ、年金受給権は10年以上保険料の納付・免除若しくは合算対象(カラ)期間が必要となります。受け取る年金額は、保険料の納付・免除期間によって異なります。年金受給権を満たしていない方、または未納期間や未加入期間があり、満額の老齢基礎年金を受け取ることができない方は、60歳以降の申出された月から65歳到達月の前月まで高齢任意加入することができ、また、昭和40年4月1日以前に生まれた方で、65歳になっても年金受給権を満たしていない方は、70歳到達月の前月までの期間で年金受給権を満たすことができる場合は特例高齢任意加入により、加入期間を延長できます。

■日本年金機構等の職員を名乗る詐欺にご注意ください

全国各地で、「日本年金機構」や「年金事務所」、「厚生労働省」、「市役所」などの職員と称して、現金を請求したり、銀行口座等を聞き出すなど、不審な電話や訪問があったという問合せが寄せられています。例えば「個人情報漏れており、キャッシュカードのデータを削除するため、キャッシュカードを預けてください」などと言われ、口座から現金が引き出された事例等があります。

年金事務所等の職員が、電話で銀行の口座番号を聞いたり、ATMの操作を指示するようなことはありません。また、届出や申請の手数料と称して現金を請求することもありません。

8月11日(祝日)の市役所本庁舎の土曜窓口業務はお休みします

8月11日(土)は祝日(山の日)と重なるため、お休みとなります。なお、市役所本庁舎の土曜開庁は、毎週土曜日の午前8時30分から正午まで(祝日、年末年始12月28日~1月3日は除く)、市民課、保険年金課、課税課、納税課、子育て支援課、保育課の窓口で平日業務の一部を行っています。取扱業務については平日に担当課へお問合せください。
▷問合せ 企画課・内線1424まで。



年金事務所等の職員を名乗った訪問や電話で不審な点がありましたら、その場で対応することなく、年金事務所及び警察へ連絡してください。なお、年金事務所職員が訪問する際は、身分証明書を携帯していただきますのでご確認ください。

《注意事項》
現在、「社会保険庁」や「社会保険事務所」の組織は存在しません。平成22年1月1日に廃止されています。

◆お問合せは、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1026まで。

広告