

今号の主な記事

東大和市 ともに生きる
まちづくりフォーラム ……2面
東大和市創業塾の内容が決定 ……3面
プラネタリウム夏の番組 ……4面
市民文化祭 参加者募集 ……5面
情報マップ・健康ひとくちメモ ……6・7面
ハミングホール・市民記者レポート ……8面

〔東大和市男女共同参画
都市宣言(抄)〕

わたしたちは 国際社会の一員として 安心して暮らせる
平和なまちをつくります

発行/東大和市 編集/企画財政部秘書広報課 (〒207-8585) 東大和市中心3-930 ☎042-563-2111(市役所代表) ファクス 042-563-5932

みんな～遊びにおいでよ!

放課後子ども教室

「こんにちは一。」放課後のチャイムが鳴ると、放課後子ども教室にたくさん子ども達がやってきました。放課後子ども教室は、放課後の子ども達の居場所作りのために、各小学校に設置されています。地域の方々の協力により運営されており、子ども達が安全に楽しく過ごせる場所です。この機会に、放課後の過ごし方の一つに加えてみてはいかがでしょうか。

▷問合せ 青少年課・内線 1742 まで。

誰でも利用できるの?

学童保育所入所児童以外の小学校全児童が利用できます。定員はありません。小学校により実施日時が異なりますので、自分の学校の予定をチェックしてみましょう!

▷実施日時

小学校	実施曜日※	実施時間
一小	月・水曜日	4月～9月 放課後～ 午後4時30分
二小	水曜日	
三小	木・金曜日	
四小	月・水曜日	
五小	月・水曜日	10月～3月 放課後～ 午後4時
六小	火・水曜日	
七小	月～金曜日	
八小	月・水曜日	
九小	月・水・金曜日	
十小	月・火曜日	

※学校行事等により変更となる場合があります。

▷参加申込み

自分の学校の放課後子ども教室または青少年課(市役所3階)で配布している登録票に必要な事項を記入し、提出してください。

参加費は **無料** です!

具体的な活動内容は?

教室内での工作や本読み、校庭でのボール遊びなど活動内容は様々です。

もちろん、宿題などの勉強もできますよ。

※活動内容は学校ごとに異なります。詳しくは、青少年課までお問い合わせください。



子ども達の過ごし方は?

子ども達の過ごし方は人それぞれ。受付を済ませて、すぐに遊び始める子もいれば、勉強から始める子もいます。

自分のペースで、放課後を過ごすことができるのが良いですね。



こんな役割も!

この教室では、学年の区別なく一緒に遊びます。友達づくりには最適な場所ですね。

また、運営に携わる地域の方々との「世代を超えた交流」により、子ども達には社会性を身に付けるという効果が期待でき、大人も子ども達から元気をもらう事ができます。



地域が支える 放課後子ども教室

放課後子ども教室で、子ども達と一緒に遊んだり、勉強を見てくれるのは、ボランティアの皆さん。放課後子ども教室は、地域に支えられています。

今回取材をした七小の放課後子ども教室にも、30人のボランティアの方がおり、交代で活動しています。

七小でボランティアの代表を務める中村勝昌さん(写真の前列右側)は、「放課後子ども教室に行くようになって、6年近くになります。子ども達は、地域のボランティアとのふれ合いで、様々な事を学んでいます。規則を守り、あいさつ等ができるようになりました。私達も、子ども達の顔を見ると元気がでできます。これからも、子ども達のために頑張っていきたいです」と語ってくれました。



△七小放課後子ども教室 ボランティアの皆さん

ボランティアを募集

お近くの小学校で活動できます!

▷活動内容

- セーフティサポーター
放課後子ども教室全体の安全管理や見守りをします。
 - 学習アドバイザー
宿題や予習・復習等、学習をしたい子どものサポートをします。
 - ボランティア指導員
子どもに遊びを教えたり、一緒に遊んだりします。
- ※セーフティサポーター・学習アドバイザーについては、少額ですが謝礼があります。

▷活動日時 平日のおおむね午後1時30分～4時30分
※月1回以上の活動ができる方

▷応募 青少年課(市役所3階)で随時受付しています。

地域での支え合いについて学びましょう

東大和市ともに生きるまちづくりフォーラム ささえあい〜今のわたしにできること〜

東大和市では、高齢化が進み、ひとり暮らしや高齢者のみの世帯が増えています。高齢になっても住み慣れた家や地域で生活するためには、介護保険のサービスだけでなく、地域住民同士の支え合いが必要になります。

東大和市では、高齢化が進み、ひとり暮らしや高齢者のみの世帯が増えています。高齢になっても住み慣れた家や地域で生活するためには、介護保険のサービスだけでなく、地域住民同士の支え合いが必要になります。

- ▽内容 ●基調講演「みんなで創ろう 助け合い社会」清水肇子氏(公益財団法人さわやか福祉財団理事長) ●パネルディスカッション「ともに生きるまちづくりのために、私たちにできること」市内で支え合い活動をしている団体の活動紹介など ※手話通訳あり。▽申込み 7月14日(金)までに東大和市社会福祉協議会 ☎042-564-0012へ。▽共催 東大和市社会福祉協議会

介護予防・健康維持の 東大和元気ゆうゆう体操



一緒に体を動かしましょう!

「東大和元気ゆうゆう体操」は、高齢者の介護予防、健康維持を目的に、東大和市が市民の皆さんと一緒に作り直しました。

この体操には、体の筋力アップ、バランス能力の向上、お口の機能向上などに効果のある動きが盛り込まれています。

下表の場所での体操が行われていますので、お近くの場所に参加して、いつまでも生き生きと自分らし

Table with 4 columns: 場所 (Location), 曜日 (Day of week), 時間 (Time), 備考 (Remarks). Lists various locations like 向原中央公園, 二ツ池公園横, etc., and their respective activity times and days.

く過ごしましょう。申込みなどは不要です。 ※飲み物をお持ちください。 ※屋外の体操は、雨天中止です。▽問合せ 高齢介護課・内線1179まで。



養成講座を開催します 介護予防リーダーになりませんか



高齢者の方が健康で、いつまでも住み慣れた地域で自立した生活を送るには、年齢とともにあらわれる心身の能力の低下を防ぐことが大切です。地域で介護予防を目的とした自主グループ活動を担うため、介護予防リーダー養成講座を開催します

- ▽対象 次の①②の両方にあてはまる方 ①市内在住で講座終了後に主体的に介護予防活動を行える方 ②基本的に全ての講座に出席できる方
- ▽日時・内容・場所 左表のとおり
- ※事前説明会にも参加が必要です。
- ▽定員 20人 ※申込多数の場合は抽選。
- ▽指導者 東京都健康長寿医療センター 研究員等
- ▽費用 無料
- ▽申込み 6月23日(金)までに高齢介護課・内線1179まで。

Table with 2 columns: 期日 (Date), 内容 (Content). Lists dates from 6月30日 to 12月22日 and corresponding activities like 事前説明会, 介護予防リーダーとは(講義), etc.

※時間はいずれも午前10時～正午です。場所は市役所や奈良橋市民センター等ですが、詳しくは申込者にお知らせします。

男女共同参画

- 情報誌編集委員 ボランティア募集
- 相談窓口をご利用ください

男女共同参画情報誌「はーもにい」編集委員ボランティアを募集します 「原稿を書いてみたい!」「イラストが得意!」 そんな皆さんの応募をお待ちしています。▽対象 市内在住・在勤・在学の方(性別、経験は不問)▽募集人数 5人以内

▽活動内容 男女共同参画情報誌「はーもにい」(年1回・2月発行予定)の企画・編集

認知症を体験してみませんか

認知症の症状を引き起こしている不安な気持ちを体験して、介護をされている方、介護に関心のある方、どなたでもご参加ください。▽日時 7月7日(金)午後1時30分～3時30分

より生活にお困りの方 ●「そえる」の支援を必要とされる方 ※同居確保給付金の利用については、一定の資産収入要件等があります。詳細は、お問い合わせください。また、市のホームページでもご覧いただけます。

そえる 暮らし・仕事でお困りの方にお手伝いします

「そえる」は、経済的な問題と合わせて、精神的な問題、家庭の問題など、様々な問題に対して専門の支援員が相談をお受けして、暮らし・しごと応援センター「そえる」では、経済的な問題と合わせて、精神的な問題、家庭の問題など、様々な問題に対して専門の支援員が相談をお受けして

東大和市創業塾の内容が決定！ ぜひお申込みください

期日	内容
1 7月1日	創業への第一歩を踏み出そう(経営) 先輩創業者から学ぶ成功要因(創業事例)
2 7月8日	創業の志を実現するためのビジネスプランを作成しよう(経営)
3 7月22日	顧客視点で販路開拓を実践しよう(販路開拓) ITを活用し販売促進や顧客獲得・ファンづくりにつなげよう(販路開拓) 自己のビジネスプランをブラッシュアップしよう(I)(経営)
4 7月29日	開業するにあたっての会計知識を身につけよう(財務) 自己のビジネスプランをブラッシュアップしよう(II)(経営) 関係者が生き生きと働く職場をつくろう(人財育成)
5 8月5日	好印象を持たれるデザイン力を身につけよう(販路開拓) 創業者に必要なビジネスマナーを身につけよう 創業に向けて支援機関を活用しよう

※全て土曜日、時間は午前9時30分～午後4時30分、場所は中小企業大学校東京校内 BusiNest(東大和市桜が丘2-137-5)
※個別の回のみでの参加はできません。

5回全て受講された方には、市内で創業する際に様々なメリットが受けられる証明書を発行します。
▼申込み 6月23日(金)までに、産業振興課窓口(市役所1階)、または電話でお申し込みください。市内公共施設に置いてある創業塾のチラシ裏面の申込書を利用して、ファクス(042-563-5927)でも申込みができます。
※チラシは市のホームページからダウンロードもできます。
▼参加費 無料(初回のみ、交流会費500円)
▼定員 30人(申込順)
▼問合せ 産業振興課・内線1075まで。

女性の創業・経営を サポートします

サポートします



経験豊かなアドバイザーがお悩みに対面で応えます。申込方法等詳細は「中小機構ビジネス」のホームページをご覧ください。
▼対象 女性で創業に関心のある方、創業を目指している方、創業間もない方、中小企業の経営者
▼相談日時 毎週水曜日の午前9時30分から、午前10時45分から、午後1時30分から、午後2時45分から
※相談時間は1時間以内
▼場所 BusiNest 内会議室(中小企業大学校東京校東大和寮3階)
▼問合せ BusiNest 担当 ☎042-565-1195

楽しく実りある人生にする方法を学びませんか 消費者講座「人生100年の居場所学」

退職や子どもの独立後に始まる第三の人生は、自分の居場所探しに例えられています。自分らしく年を重ねるために家庭や職場以外の第三の居場所(つながりや活動)を持つ意味や、人

生を楽しく実りあるものにしていく「居場所学」を学んで、考えてみませんか。
▼日時 7月14日(金)午後1時30分～3時30分
▼場所 中央公民館
▼定員 40人(申込順)
▼申込み 地域振興課・内線1715まで。

▼講師 澤岡詩野氏(公財)ダイヤ高齢社会研究財団・主任研究員
※申込みは6月15日(木)午前10時から、手話通訳のご希望は、6月30日(金)までにファクス(042-563-5931)またはメール(chikisinko@city.higashiyamato.lg.jp)にてお申し込みください。

社会を明るくする運動 中学生による 発表会にお越しください



社会を明るくする運動は、犯罪や非行のない明るい社会を築くことを目的とする全国的な運動です。市では、運動の一環として、市内の中学生が実行委員となり、司会進行、あいさつ、会場案内などを担当する「中学生の意見発表」を次のとおり行います。
▼日時 7月1日(土)午後1時～4時30分(午後0時30分開場)
▼場所 ハミングホール

▼内容
●「思いやりの言葉で生まれる勇氣、深まる絆、つながる地域」をテーマに市内中学生による意見発表及び感謝状授与式
●映画上映「ベット」
※入場は無料です。当日直接会場にお越しください。
▼問合せ 福祉推進課・内線1134まで。

補助金の申請手続きを ご確認ください



市内に住所があり、幼稚園や認定こども園、幼稚園類似の幼児施設に通われている3・4・5歳児(平成29年4月1日現在。年度途中)の相談もお受けします。
▼対象 3歳までの乳幼児とその保護者
▼日時・場所 7月3日(月)湖畔集会所/11日(火)むこうはら児童館/12日(水)清水集会所/19日(水)仲原集会所/各回とも午前10時30分～11時45分
▼子どもショートステイ
市内在住の満2歳～小学生を、保護者が次のいずれかの理由で一時的に養育できないとき、養育協力員宅に宿泊させることができます。
●病気、けが、出産等で入院、療養するとき
●親族の看護、介護をするとき
●事故、災害にあったとき

案内が7月中旬までにお手元に届かない場合や内容に不明な点がある場合は、お問い合わせください。
※認定こども園については、1号に認定されている幼児の保護者に限ります。
▼問合せ 保育課・内線1752、または通園している幼稚園等へ。

子ども家庭支援センターを ご利用ください

- 7月の出張かるがもひろば
- 子どもショートステイ
- 休館日



▼7月の出張かるがもひろば(事前予約不要)
子ども家庭支援センターの保育士が児童館や集会所などに出張します。親子で、手遊び、絵本の読み聞かせ、参加者同士の情報交換などを楽しみませんか。
育児や子どもの発達など

●冠婚葬祭に出席するとき
▼期間 1回につき1泊2日～6泊7日以内
▼利用料 子ども1人1泊につき二、〇〇〇円(その他お子さんにかかる医療費、交通費等の費用は自己負担です)
※申込方法等、詳しくはお問い合わせください。
▼子ども家庭支援センター休館日のお知らせ
7月22日(土)はワックス清掃のため、終日休館となります。一時保育や来館を予定されていた方にはご迷惑をおかけしますが、よろしくお願ひします。

●上記のお問い合わせは、子ども家庭支援センター ☎042-565-3651まで。

国民健康保険からの お知らせ



糖尿病等重症化予防プログラム

国民健康保険の被保険者で、生活習慣を起因とした糖尿病等の治療をしている方の中から対象となった方へ糖尿病等重症化予防プログラムの案内を送付します。このプログラムは食事や運動などの支援のため、保健師等によって、生活習慣改善のための計画に基づいた面談や電話などを行います。糖尿病等の重症化を防ぐために実施しています。参加は担当医師と相談し、お申し込みください。

▼日時 6月21日(水)・22日(木)午前10時～正午及び午後1時～3時
▼場所 市役所会議棟
▼定員 両日とも午前・午後各30人(当日先着順)
◆以上のお問合せは、保険年金課・内線1021まで。

臨時福祉給付金

申請期限は10月27日(金)です。お早めの申請をお願いします。該当すると思われる方に4月下旬に申請書を送付しています。

カクニンジャ!!



問合せ
臨時福祉給付金コールセンター
(市役所2階)・内線3910まで

マイバッグ 資源を入れて お買い物

ペットボトル、白色トレイなどの資源物は、お買い物のときにマイバッグに入れていき、買ったお店に戻しましょう。問合せ ごみ対策課・内線1241まで

プラネタリウム夏の番組



メガスターで満天の星空を

▶プラネタリウム投影機「メガスターII」

郷土博物館のプラネタリウムでは、6月17日(土)から、夏の番組が始まります。曜日や時間によって投影内容が変わりますが、どの番組の投影にも星座解説があります。期間中は投影回によって、職員が直接、星座解説をします。メガスターの星空をお楽しみください。

投影途中での入退場はできませんので、時間に余裕を持ってお越しください。

【夏番組・こども番組・特別番組の共通事項】

▽投影期間 6月17日(土)～9月10日(日)(休館日を除く)。
※7月2日(日)は全て「たなばたさまの星空」に変わります。このほかにも別の番組に変わることがあります。

▽投影時間 星座解説を含めて45分程度

▽場所 郷土博物館プラネタリウム

▽定員 100人(当日券売機でお求めください)

▽観覧料 大人300円、小・中学生100円

◎夏番組「フィール・ジ・アース」
葉加瀬太郎のヴァイオリ

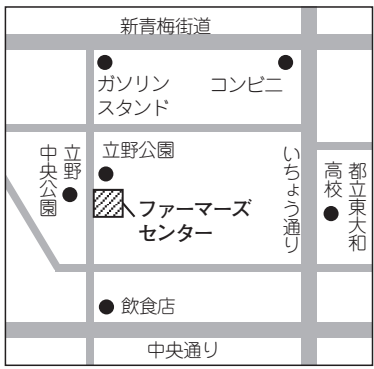
旬を収穫&味わう とうもろこし刈り体験



▽対象 市内在住・在勤で小学生以上の親子
▽日時 7月8日(土)午前9時～11時頃(受付は午前8時30分から)
※小雨決行。荒天時は翌日順延。順延が決定した場合は、当日午前8時までに電話でご連絡します。

▽集合場所 東大和ファーマーズセンター(下図参照)
▽定員 25組(申込順)

▽内容 とうもろこし刈り体験、試食会
▽費用 一人当たり200円(保険代等として)



ンとともに、私たちが住む地球という星をふりかえりましょう。

▽投影開始時刻 毎日午後3時

◎こども番組「ナナとハチうちきゅうにおちてきたネコのもがたり」
ゴロンくじいさんとその孫ナナのころへ宇宙からネコがおちてきました。「浦島太郎」の話のような時間が織りなすふしぎな昔話です。

▽投影開始時刻 土・日曜日、祝日の午前11時

※8月8日(火)～8月25日(金)の間、平日午前11時も投影します。なお、7月25日(火)～8月4日(金)の平日午前11時は、特別番組「太陽系フ

ライト」を投影します。



毎月第2日曜日 変電所の公開

戦争遺跡「旧日立航空機(株)変電所」を、毎月第2日曜日に公開しています。

統整により被災した建物及び展示資料について、文化財ボランティアの皆さんがわかりやすく解説します。

▽日時 7月9日(日)、8月13日(日)、9月10日(日)の午後1時～4時

▽場所 旧日立航空機(株)変電所 都立東大和南公園内

◎文化財ボランティア募集
旧日立航空機(株)変電所や和期の名車展示、懐かしい

の公開、文化財めぐりなど、郷土博物館の事業に関わってください方を募集しています。毎月第2日曜日の午前9時30分から郷土博物館で会合を行っています。歴史や文化をテーマに、東大和の魅力伝えていきます。

◎特別番組「バック・トゥ・ザ・ムーン・フォー・グッド」
「民間による月面無人探査レース」と月探査の歴史を紹介いたします。

大詰めを迎えたレースで、月に一番乗りをするのはどのチームでしょうか。

▽投影開始時刻 土・日曜日、祝日の午後1時

※7月16日(日)・17日(祝日)、8月5日(土)・6日(日)は星空さんぽに変わります。

■季節の投影「たなばたさまの星空」
天の川をたどりながら織姫星や彦星を探しましょう。満天の星空の下、職員が直接お話をします。

双眼鏡でプラネタリウムの天の川をみてもみませんか。双眼鏡の貸し出し有り

受講生を募集
メガツトくんクラブ

工作や実験をしながら身近な科学を学ぶ講座です。

遊び体験に昭和グルメの屋台など、多数のイベントメニューが楽しめます。この機会に、懐かしい昭和の時代に浸ってみませんか。

▽日時 7月15日(土)正午～午後9時、7月16日(日)午前9時～午後4時

▽場所 福島県喜多方市ふれあい通り商店街路上特設会場

▽問合せ 喜多方レトロ横丁実行委員会(会津喜多方商工会議所内) ☎0241-24-3131へ。

※その他のイベント情報は、喜多方観光物産協会のホームページ(<http://www.kitakata-rankoj.jp>)をご覧ください。

▽友好都市に関する問合せ 地域振興課・内線1711まで。

平成29年度は通年での募集を行います。
▽対象 小学4年生～中学生で、3日以上参加できる方
▽日時 7月17日(祝日)、9月3日(日)、10月15日(日)、11月26日(日)、平成30年1月14日(日)の午前9時30分～正午
▽場所 郷土博物館
▽内容 風船ロケットカー、水ロケット、万華鏡などの製作とそのしくみを紹介するほか、プラネタリウムのお話もあります。
▽定員 16人(申込順)
▽料金 無料
▽持ち物 筆記用具等
▽指導 博物館職員、星空ボランティア
▽申込み 郷土博物館 ☎042-567-4800まで。

学びあいガイド29
(行政による生涯学習)

市では、多くの市民の皆さんが学習活動に参加し、豊かな人生を送れるように、「学びあいガイド」を発行しています。

「行政による生涯学習」では、市が実施する事業、市内高校の公開講座等やひがしやまと出前講座(多摩湖塾)を紹介しています。

次の場所で閲覧及び無料配布しますので、ご利用ください。

また、団体・サークル紹介

市役所5階、公民館、市民センター、地区集会所、児童館、図書館、郷土博物館

◎ひがしやまと出前講座「多摩湖塾」

市民の皆さんが市の業務の内容について知りたいこ

▽取組状況(平成28年度末現在) 第三次東大和市情報化推進計画では、16項目の各種事業を推進しましたが、平成28年度末現在で目標を達成した事業が11項目、一部達成した事業が5項目、未達成の事業が0項目となりました。詳細は市のホームページをご覧ください。

▽問合せ 情報管理課・内線1371まで。

市道や水路等と私有地との境界がわからない場合は、土木課(市役所2階)にお問い合わせください。

家の建替えやブロック塀の築造等の際には、あらかじめ境界を確認してから工事をするようにしてください。

なお、境界には、曲がり角ごとに境界を示すための境界標(コンクリート杭、金属製プレート等)が設置されています。工事の際には、これらを動かしたり、壊したりしないようお願い

市道や水路等と私有地との境界がわからない場合は、土木課(市役所2階)にお問い合わせください。

家の建替えやブロック塀の築造等の際には、あらかじめ境界を確認してから工事をするようにしてください。

なお、境界には、曲がり角ごとに境界を示すための境界標(コンクリート杭、金属製プレート等)が設置されています。工事の際には、これらを動かしたり、壊したりしないようお願い

市役所5階、公民館、市民センター、地区集会所、児童館、図書館、郷土博物館

◎ひがしやまと出前講座「多摩湖塾」

市民の皆さんが市の業務の内容について知りたいこ

▽取組状況(平成28年度末現在) 第三次東大和市情報化推進計画では、16項目の各種事業を推進しましたが、平成28年度末現在で目標を達成した事業が11項目、一部達成した事業が5項目、未達成の事業が0項目となりました。詳細は市のホームページをご覧ください。

▽問合せ 情報管理課・内線1371まで。

市道や水路等と私有地との境界がわからない場合は、土木課(市役所2階)にお問い合わせください。

家の建替えやブロック塀の築造等の際には、あらかじめ境界を確認してから工事をするようにしてください。

なお、境界には、曲がり角ごとに境界を示すための境界標(コンクリート杭、金属製プレート等)が設置されています。工事の際には、これらを動かしたり、壊したりしないようお願い



市役所5階、公民館、市民センター、地区集会所、児童館、図書館、郷土博物館

◎ひがしやまと出前講座「多摩湖塾」

市民の皆さんが市の業務の内容について知りたいこ

▽取組状況(平成28年度末現在) 第三次東大和市情報化推進計画では、16項目の各種事業を推進しましたが、平成28年度末現在で目標を達成した事業が11項目、一部達成した事業が5項目、未達成の事業が0項目となりました。詳細は市のホームページをご覧ください。

第三次東大和市 情報化推進計画 取組状況を公表
市では、平成26年度～平成30年度までを計画期間とした第三次東大和市情報化推進計画に基づき、各種情報化施策を進めました。この度、平成28年度の取組状況がまとまりましたので、お知らせします。

雨水浸透ますの 目詰まりにご注意を
宅地内に設置した雨水浸透ますは、手入れをしないと長期間放置すると、目詰まりにより浸透能力が低下します。
雨水浸透ますの機能を維持するには、点検や清掃等の維持管理が必要です。一年に1回程度、雨水浸透ますの中にたまった落ち葉や土砂を取り除きましょう。
▽問合せ 下水道課・内線1231まで。

第47回 市民文化祭 参加者募集

開催期間：10月14日(土)～11月3日(祝日)

◎**展示部門** ※展示品の運搬中や展示中の破損につきましては、責任を負いかねますので、ご承知のうえお申し込みください。

部門	開催日・場所	募集内容	申込方法	申込期限	申込み・問合せ
手工芸展	10月14日(土)～17日(水) 中央公民館	・1人1点、手作り作品(大きさに制限あり、応相談) ・参加費1点につき500円 ・縦7cm×横10cmの画用紙に題名、氏名を記入し作品につけること	はがき 電話	9月15日 午後5時必着	川村たつ江(〒207-0014 南 街3-28-12。☎042-561- 3297)
美術展	10月18日(水)～21日(土) 中央公民館	・1人1点 ・参加費 200円 ・油彩、水彩、日本画、水墨画、アクリル画、切絵、陶芸、イラストデザイン ・大きさ0号から20号まで、額装または表装のこと ・住所、氏名、電話番号、作品の題名、大きさ、種類を明記のこと	往復はがき	9月30日	小林初朗(〒207-0015 中央 2-846-13。☎042-565- 1952)
盆栽展		・一般盆栽 ・小品盆栽 ・山野草	ファクス	9月9日必着	土谷敏雄(ファクス042-565- 8000)
ポタニカルアート展 (植物画展)		・ポタニカルアート(植物画) ・1人1点または2点 ・作品の大きさは自由	はがき 電話	9月30日 午後6時必着	堤健次(〒207-0031 奈良橋 1-627-17。☎042-562- 2842)
アマチュア 無線クラブ	10月21日(土)・22日(日) 中央公民館	・ラジオを作ってみませんか(IC+1石使用) ・10月21日・22日午後1時30分から ・小学4年生以上、両日とも当日先着順5人 ・中央公民館エントランスホール	はがき 電話	10月15日 午後5時必着	山田久雄(〒207-0015 中央 4-1037-13。☎042-561- 0509)
陶芸展	10月22日(日)～25日(水) 中央公民館	・1人数点 ・高さ50cm、幅・奥行40cm以内 ・住所、氏名、電話番号、作品の数・大きさ・形状(花器・皿等)作品名を明 記のこと	はがき	9月30日必着	三瓶範子(〒207-0022 桜が 丘1-1425-3-802。☎042- 563-6030)
書道展		・1人1点(半切幅以下の作品) ・参加費200円 ・漢字、かな、その他の書作品で軸装または額装済みのもの ・住所、氏名、電話番号、作品の大きさ、漢字・かな等区別、軸総・額装の別 を明記のこと	はがき	8月31日必着	柳澤冬明(〒207-0015 中央 3-920-8。☎042-561- 4292)
絵手紙展	10月26日(水)～28日(土) 中央公民館	・絵手紙とその応用などの展示 ・お1人からでもぜひご参加ください	電話	9月30日	三浦成子(☎042-561-8253)
花道展		・1人1点 ・自由花、生花、立花、アレンジメント他 ・参加費500円	往復はがき	8月20日 消印有効	才郷暉紅(〒207-0014 南街 3-38-1。☎042-563-2266)
写真展	10月29日(日) ～11月1日(水) 中央公民館	・「一般公募の部」(市内在住・在勤者、大学生含む)、「高校生の部」(在住・在 校生)、「連盟会員の部」(連盟加入団体の会員)の3部門 ・テーマは自由。単写真、1人2点まで。サイズはA4・四切～A3ノビ・半切 以内。額装またはマット貼り(長辺65cm以内、ガラス無し、吊りひも付) ・表彰(市長賞・議長賞・奨励賞、賞状と賞杯・記念品) ・部門名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、作品の題名(ふりがな)、撮影場所、 写真サイズと額の大きさを明記のこと ・参加費 1点につき500円(高 校生は無料) ・公序良俗に反するもの、コンテスト入賞・応募中・予定作品不可(審査のな い発表作品可)	はがき	9月25日必着	里脇秀雄(〒207-0013 向原 6-935-1-410。☎042-561- 7813)
菊花展	11月2日(水)～5日(日)	・大菊盆養の部：高さ鉢底より花首下105～165cm ・大菊切花の部：茎の長さ花首下50cm指定花瓶入り ・ダルマの部：鉢底より花首下60cm以下[7号鉢] ・福助の部：鉢底より花首下40cm以下[5号鉢] ・雑菊の鉢植の部：菊全般、鉢植えに限る ・一般の部：切花(茎の長さ、花首下50cm)、入れ物(500mlペットボトル)	電話	10月29日 午後8時	堤健次(☎042-562-2842)

◎**ステージ部門**

部門	開催日・場所	募集内容	申込方法	申込期限	申込み・問合せ
和太鼓演奏会	10月14日(土) 中央公民館	・和太鼓の継承と楽しさを考えるグループ ・和太鼓の演奏者の育成を考えるグループ	電話	8月31日 午後8時	麻生(☎042-561-7000)
ストリートダンス	10月15日(日) 中央公民館	・文化祭をダンスで盛り上げてくれるチーム	電話	8月5日 午後9時	橋野(☎090-4421-9139)
新舞踊大会	10月15日(日) ハミングホール	・個人踊り、団体踊りも可 ・新舞踊1曲6分以内 ・出演料 1曲13,000円	はがき 電話	6月30日	大沢三代子(〒207-0004 清水 2-815-15。☎042-562-0815)
市民コンサート		・声楽：器楽のソロ・アンサンブル(クラシック10分以内) ・市内在住・市内在勤、または東大和市音楽連盟の推薦があること ・参加費10,000円(10分以内)	電話 ファクス	8月10日必着	清水(☎・ファクス042-562- 1019)
吟詠大会	10月22日(日) 中央公民館	・吟題(絶句)、作者名、尺八伴奏の有無と本数、住所、氏名(本名)、電話番 号を明記のこと ・参加費1人1,500円(プログラム・昼食代を含む)	電話 はがき	8月15日必着	池内真規(〒207-0013 向原 3-10-11-203。☎042-563-2465)
市民音楽祭	10月22日(日) ハミングホール	・市内で活動しているアマチュア合唱グループ ・市内で活動している器楽のグループ ・参加費1人1,000円、3人以下の団体は1人1,200円、高校生以下の団体は 1団体3,000円	電話	8月15日	小山尚子(☎042-342-6520)
三曲演奏会		・琴、三絃、尺八による邦楽演奏 ・参加費1人4,000円	往復はがき	8月30日 午後5時必着	氏家瑠山(〒207-0014 南街 3-43-10)
フォークダンス	10月27日(金) 中央公民館	・市内在住または在勤者		当日参加可	増田絹子(☎042-564-2348)
フラダンス	10月28日(土) ハミングホール	・市内で活動しているフラダンスチーム ・会場費及び舞台費用は実費負担 ・団体名、代表者氏名、電話番号、参加人数を明記 ・出入りを含む必要分 数	ファクス	8月10日 午後5時	斉藤(ファクス042-563-6581)
日本舞踊	10月29日(日) ハミングホール	・日舞・新舞踊 ・1曲6分以内 ・個人または組踊り ・参加費15,000円(プログラム・舞台料を含む)	電話	6月30日 午後5時	不二智美(☎042-565-1518)
民謡大会		・民謡(唄、踊り、合唱・合奏) ・住所、氏名、電話番号、曲目を明記のこと ・参加費1人3,000円 合唱・合奏1組6,000円	はがき	8月17日 消印有効	大坂竹水(〒207-0015 中央 1-538-14。☎042-564-7409)
バレエ&ダンス 秋の祭典	11月3日(祝日) ハミングホール	・市内で活動しているバレエ・ダンスの団体 ・1団体につき10分程度 ・参加費1分につき2,000円	電話 メール	6月30日	長沼陽子(☎080-3088-5853。 メール vivid_d_company@ yahoo.co.jp)
音楽愛好会		・音楽演奏など(ジャンルは問わず) ・演奏時間10分以内(出入りを含む) ・グランドピアノ、マイク、マイクスタンド、スピーカー以外の備品は持参の こと ・団体数の上限：20団体 ・参加費用：一般団体7,000円(1枠)	メール ファクス	8月31日 消印有効	橋本(メール hashimoto@mcm k.net。ファクス042-566-8892)

◎**大会等**

部門	開催日・場所	募集内容	申込方法	申込期限	申込み・問合せ
将棋大会	10月15日(日) 奈良橋市民センター	・A級(二段以上)、対局時計使用 ・B級(初段以下)、対局時計使用 ・5対局得点制 ・参加費1人600円(昼食代含む)	電話	10月14日 午後5時	大場正男(☎042-564-2322)
囲碁大会	10月29日(日) 奈良橋市民センター	・A級(四段以上)、B級(初段～三段)、C級(1級以下) ・4対局制 ・参加費1人600円(昼食代含む) ・1段(級)差1子のハンディ戦	電話 ファクス	10月22日 午後5時 (当日参加不可)	鈴木(☎・ファクス042-563- 4000)

小学校道徳教科書法定展示会 市民の皆さんのご意見をいただくため、法定展示会を実施します/日時 6月16日(金)～7月5日(水)午前10時～午後5時
(土・日曜日は除く)/場所 東大和市教育センター(市立第三小学校内)/問合せ 教育指導課・内線1534まで

情報マップ



保健

育児相談会〜かんがるーグループ

子育ての情報交換や作業療法士による遊び方のアドバイスが受けられます。

小さく生まれたお子さん及び発達に不安や心配を抱えている家族（保護者のみの参加もできます）／6月22日（木）午前9時30分〜11時
／場所 市立保健センター
／母子健康手帳／当日直接会場にお越しください。

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／7月5日（水）午後1時30分〜3時／場所 市立保健センター／20人（申込順。6月16日（金）から受付開始。市のホームページから電子申請でも受け付けます）

／離乳食の進め方・作り方の話、試食（保護者のみ）／母子健康手帳、筆記用具、おんぶひもまたはだっこひも



簡単に作れる離乳食講習会（7〜11か月）

生後7〜11か月の乳児の保護者／7月12日（水）午後1時30分〜3時30分／場所 市立保健センター／20人（申込順。6月16日（金）から受付開始）／保育室有（15人。申込順）／離乳食の進め方の話、調理実習、試食／母子健康手帳、筆記用具、エプロン、三角巾、バスタオル等



熱中症にご注意を！

熱中症は高温多湿な環境に長く居ることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。

日中の炎天下だけでなく、室内や夜でも発生します。のどの渇きを感じる前からのこまめな水分補給。部屋の温度計測、涼しい服装、エアコンや扇風機の適度な利用などを心がけて熱中症を予防しましょう。

また、外出時はなるべく日陰を歩き、暑いときは無理をしないことが大切です。公共施設や店舗などの涼しい場所や休める施設を事前にチェックし、いざというときに活用しましょう。

◆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

厚生労働大臣特別表彰を受賞

加藤 和枝氏（歳敷在住）15年間にわたり、民生委員・児童委員として地域福祉に貢献されたことを評価されたものです。

図書館協議会

6月29日（木）午後3時から
／場所 中央図書館／傍聴者の定員 10人（当日先着順）／中央図書館 ☎042-564-12454まで。

消火器の排出方法

消火器は、市では回収していませんので業者に電話し、処理をお願いします。高千穂産業（株） ☎042-561-1200、（有）武田 ☎042-567-0480／ごみ対策課・内線1241まで。

東大和警察署安全運転管理者等の選任届の提出を忘れずに

安全運転管理者等の選任義務を熟知していない自動車の使用者や、法定台数以上の車両を保有しているが安全運転管理者等を選任していない事業所が見受けられます。次のような場合は、安全運転管理者等の選任が法律で定められています。次のような場合は、安全運転管理者等の選任が法律で定められています。

①乗車定員11人以上の自動車（マイクロバス等）を1台以上使用するとき②自動車5台以上使用するとき（自動二輪車（50cc以下）の原動機付自転車は除く）は、1台を0.5台として計算）／東大和警察署 ☎042-566-0110へ。

社会福祉協議会

さわやかサービス（子育て支援）のご案内
さわやかサービスでは子育て中のご家庭をサポートする子育て支援を行っています。保育園や学童のお迎えを代わりに頼みたい・少しいの時間子どもを預かってほしい、また、産前産後の家事や育児を手伝ってほしいなど、子育て生活の中で誰かの手を借りたいと思つたことはありませんか。さわやかサービスは、子育てをサポートをしてほしい人と、子育てのサポートをしたい人で構成される地域のみなんで助け合うサービスです。ぜひご利用ください。

対象 生後まもなく〜小学6年生（事前登録が必要です）／年会費 500円（非社協会員一、〇〇〇円）／利用料 時間内750円、時間外970円（1時間あたり1人につき）／活動は1時間からとなります。移動に係る交通費、お子さんの軽食や食事代などは別途利用者負担／詳しくはお問い合わせください／さわやかサービス ☎042-567-0013へ。

商工会個人事業者のための源泉所得税個別指導会

6月29日（木）7月7日（金）午前10時〜午後4時（土・日曜日は除く）／場所 商工会館／持ち物 給与支払明細書、扶養控除等申告書、納付書（必ず全てお持ちください）／商工会 ☎042-562-1131へ。

シルバー人材センターの仕事の受注

仕事の内容 ハチの巣駆除・掃除・洗濯・食事作り、襖・障子・網戸張り替え、大工仕事、内装・電気工事、洋服直し、除草、屋内外の清掃、植木せん定、チラシ配布、パソコン教室（ワード・エクセル）、パソコン周辺機器の設定、毛筆宛名・賞状書きなど、家庭内の困りごと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って異なります。す／シルバー人材センター ☎042-565-0531へ。

環境

一般家庭でも農薬の使用にご注意ください

一般家庭で樹木等に使用する殺虫剤等も農薬の一種で、使用方法を誤ると思わぬ被害を与えることがあります。使用の際は、周辺の方々へ健康被害が及ばないように最大限の配慮をしてください。

●使用方法、使用上の注意を守ってください。
●天候や時間帯を選んで散布してください。
●飛散が少ない形状の農薬や農薬が飛散しにくいノズルを使用してください。

●事前に近隣の方々に周知し、特に農薬が子どもにかからないように防止対策を徹底してください。
●使用年月日、場所、対象植物、農薬の種類、使用量または希釈倍数についての記録を保管してください。

蚊の発生防止について

蚊の発生が本格化する時期です。植木鉢の受け皿や空き缶、バケツ等、水がたまりやすい所にボウフラが発生するので、水をためない事や小まめな水の交換をお願いします。蚊が多い場所に出かける際は、肌の露出を最小限にし、虫よけ剤等で虫刺され防止対策を心掛けてください。また、市では、7月〜9月に蚊の幼体を駆除するため、発生源（U字溝等）に成長抑制剤（粒剤）の散布を行います。

◎CO₂削減／ライトダウン
キャンペーンへの協力を環境省では、地球温暖化防止のため、ライトアップ施設や家庭の電気を消していたり、CO₂削減／ライトダウンキャンペーンを6月21日（水）〜7月7日（金）の間、実施します。また、6月21日（夏至の日）に「夏至ライトダウン」、7月7日（七夕）に「クールアースデー・ライトダウン」と題し、午後8時〜10時の2時間、一斉に電気を消灯していただくことを呼びかけています。

◎ハチの巣を駆除するための防護服を貸し出します
市では、住宅等にできたハチの巣の駆除は、所有者または、居住者の方において対応をお願いします。ハチを駆除するために必要となる防護服の貸し出しをご希望の方は環境課（市役所3階）で予約し、利用してください（電話予約可）。また、スズメバチなど危険

大腸がん検診

市内在住で40歳以上の方（肺がん検診と大腸がん検診の同時受診を予定している方は申込対象外）／8月1日（火）〜9月30日（土）（医療機関の休診日は除く）／場所 市内指定医療機関／一、四〇〇人（抽選）／問診、便潜血検査（2日法）／検診票は7月下旬頃受診可能方へ発送します。

【検診の申込方法】
●郵送：はがきに下記のとおり記入し、7月8日（土）消印有効）までに郵送してください。
※はがき1枚につき1検診の申込みとします。料金不足など、不備のあるものは受付できません。

●電子申請：7月8日（土）までに、市のホームページから申込みしてください。

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）

20170015
東大和市中央3-918-1
東大和市立保健センター
※大腸がん検診申込み

度が高い場合は、専門業者に依頼して除去することをお勧めします。費用は自己負担です。

◎有害物質を取り扱う事業者の方へ
①都の条例により、適正管理化学物質（トルエン、キシレン、ジクロロメタンなど59種類）のうち、1物質当たり年間100キログラム以上取り扱う工場または指定作業場は、毎年6月末日までに前年度の使用量を市へ報告することが義務付けられています。該当する方は、環境課（市役所3階）へ報告書をお出しください。詳細は、市のホームページをご覧ください。

ペンゼン、ヘキサンについても報告をお願いします。②過去に有害物質（鉛、ひ素、トリクロロエチレンなど26種類）及び有害物質を含む物質を取り扱っていた工場または指定作業場で、事業の廃止または施設の除去を行う場合は、その30日前までに土壌汚染状況調査を行い、調査結果を市へ報告する義務があります。事業の廃止等をする予定がある場合は、事前に環境課までご連絡をお願いします。詳細は、市のホームページをご覧ください。

◆以上のお問合せは、環境課・内線1272まで。

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、所持物、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。

持水分、タオル 6月22日までに山口090-9843-3334

アマ・プロの演奏、スペインルゲスト・浅野孝巳(ゴダイゴ) 障害者対応(車いす、ストレッチャー、電源有)

公立昭和病院第21回市民公開講座 6月17日(土)午前10時30分

達順 費四、九〇〇円(別途有) 申込書配布 都市・区・瑞穂町の屋外広告物担当

市税・国民健康保険税 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

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届出印は不要です。

介護家族の会しゃぼん玉(まめの会) 6月18日(日) 7月16日(日)午前10時

東大和元気ゆうゆう体操と歌のひろば(介護予防リダー会) 6月27日(火)午後1時30分

第9回会員展「こころの景色」(写真連盟) 6月24日(土)午後9時30分

屋外広告物講習会 都内で屋外広告業を営んでいる方

健康でいきいきとした生活を送るために、歯の病気を予防して、しっかり噛める歯を保ちましょう。

健康に関する相談・問合せは、市立保健センター ☎042-565-5211 まで。

健康ひとくちメモ 「しっかり噛める歯が健康の源です」

健康ひとくちメモ

「しっかり噛める歯が健康の源です」 ~噛むことの健康効果

『卑弥呼(ひみこ)の歯がいーぜ』

虫歯や歯周病などの歯の病気になると、食べ物がよく噛めない、正しく発音できないなどの「体の問題」だけでなく、食事を楽しめない、人前で自然な笑顔が作れないといった「心の問題」までも出てきてしまいます。

- ①肥満を防ぐ(満腹中枢を刺激して食べ過ぎを防止する)、②味覚の発達を促す(よく噛むと食べ物本来の味が分かる)、③言葉の発音をはっきりさせる(よく噛むと舌の動きがスムーズになり発音が良くなる)、④脳の働きを活発にする(よく噛むと脳の血液量が多くなる)、⑤歯の病気や口臭を予防する(噛むと唾液量が増え、殺菌作用が働く)、⑥ガンを防ぐ(噛むと唾液量が増え、発ガン物質の毒素を防ぐ)、⑦胃腸の働きを促進(噛むと消化酵素がたくさん出て、消化吸収を助ける)、⑧全身の体力向上(よく噛むと栄養が十分に吸収され、力がみなぎる)。

しっかり噛むためには、1口30回を目安によく噛んで食べましょう。食材を大きめに切ったり、噛み応えのある食材を、食卓に取り入れましょう。

健康でいきいきとした生活を送るために、歯の病気を予防して、しっかり噛める歯を保ちましょう。

健康に関する相談・問合せは、市立保健センター ☎042-565-5211 まで。

ゆめる体操ゆるり公開講座(保育付) ゆめる体操ゆるり

第3回介護相談会だんらん(社会福祉法人向会) 7月1日(土)午後3時50分

第1回多摩湖音楽祭(多摩湖音楽祭実行委員会) 7月1日(土)午後3時50分

屋外広告物講習会 都内で屋外広告業を営んでいる方

健康でいきいきとした生活を送るために、歯の病気を予防して、しっかり噛める歯を保ちましょう。

健康に関する相談・問合せは、市立保健センター ☎042-565-5211 まで。

健康ひとくちメモ 「しっかり噛める歯が健康の源です」



ほん本BOOK

- 障害者雇用における合理的配慮 朝日雅也編集
日本詩歌思出草 渡辺京二著
自由に生きていんだよ 森本喜久男著
「超」実用的文章 レトリック入門 加藤明著

- 人間の経済 宇沢弘文著
ちびおに ビッキ 砂山恵美子作・絵
太陽と月の大地 ロペス・ナルバエス、コンチャ著
こぐまになつたピーナ P.E.I.A.C.O 著

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。

《今月の納期》 納期限 6月30日(金)
●市・都民税 第1期全期前納
●国民健康保険税 過年度分第3期
●介護保険料 過年度分第3期
お問合せは、高齢介護課・内線 1136 まで
●後期高齢者医療保険料 過年度分第3期
お問合せは、保険年金課・内線 1026 まで

市民記者 レポート



子育てしやすいまち日本一を目指して

先日、市役所のロビーで、とてもきれいなバックパネルを見つけました。気になったので職員の方に聞いてみると、婚姻届等の記念撮影用に5月から設置されたものでした。今までは、婚姻届を提出するという人生の節目であるにもかかわらず、すこし味気ないものでした。この素晴らしい思い出を末永く残してほしいとの思いを込めて設置したようです。市民課の窓口には様々なメッセージボードが用意されていて、カメラを持参すれば、職員が撮影してくれます。私も今年結婚30周年を迎えるので、利用してみようかなと思ってしまいました。

また、6月から「婚姻・子育て応援ブック」の配布が始まりました。カラー刷りでとても見やすく、最終ページにオリジナル婚姻届があり、多摩湖の取水塔がデザインされていて素晴らしいものです。ただ残念なことに、婚姻届は窓口で提出すると手元に記念でとっておくことができないので、提出の前に、バックパネルの前で撮影することをお勧めします。

さらに、東大和市で結婚するにあたりとてもいいニュースがあります。昨年、民間の新聞社の調査による「共働き子育てしやすい街ランキング2016」で全国主要都市の中で第4位と好評価を得ました。共働きをする際に必要な施設と補助に注目した評価ポイントでランキングされたものです。保育園が充実している上に、「子ども家庭支援センター」の存在や、保育コンシェルジュ、休日保育、病児・病後児保育お迎えサービスなどが高い評価を得たようです。

日頃、自然が多く、物価も安く、割と交通の便もいい東大和市を個人的に「ちょうどいい田舎」と思っているのですが、今後も行政サービスを活用し、この町で多くの方が子育てを楽しんでほしいです。そして、この町を「故郷」と呼ぶ人が、増えることを楽しみにしています。

(市民記者 鈴木富雄)

自転車等利用自粛のお願い

市では、各駅周辺の公共自転車等駐車場の整備工事を順次実施しています。工事期間中は、駐車スペースが限られますので、自転車等利用の自粛をお願いします。

▶問合せ 土木課・内線 1213 まで。



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

チケット発売中の自主事業

●ハミング・ザ・シネマ夏

- ①「スタンド・バイ・ミー」
- ②「セッション」

7月15日(土)①午後1時上映
②午後3時30分上映／小ホール 全席自由(全入替制)／各回500円

●由紀さおり・安田祥子コンサート2017



▶岡本知高(ソプラニスタ)

7月22日(土)午後3時開演／大ホール 全席指定／一般6,000円(友の会5,500円)、3歳以上は有料。3歳未満ひざ上鑑賞は無料、座席が必要な場合は有料。

●真夏に響けハーモニー～岡本知高・榎本潤・東大和青少年少女合唱団～

8月6日(日)午後4時開演／大ホール 全席指定／大人3,000円(友の会2,500円)、子ども2,000円(3歳以上中学生以下)／3歳未満ひざ上鑑賞は無料。

●スティールパンライブ！～感じようカリブの風～
8月11日(祝日)午後3時

開演／小ホール 全席自由／一般2,500円(友の会1,500円)、子ども1,000円(5歳以上小学生以下)

カリブ最南端の楽園で生まれた、世界で一番、人の心を癒す音をお楽しみください。

ロビーコンサート

●国立音楽大学生による演奏会「初夏を感じる」ランチタイムコンサート

6月28日(水)正午開演／入場無料／出演 梅枝理恵(オーボエ)、美濃部夏美(ユーフォニアム)、岡葉保(ピアノ)

7月の施設利用の申込み

施設名	申込対象月
大・小ホール	平成30年7月
その他施設	平成30年1月

市民を対象とした調整会議は、7月1日(土)午後1時30分から行います。

国民年金 だより

国民年金保険料の免除・納付猶予制度

経済的な理由で保険料を納めることが困難な方のために、免除・納付猶予制度があります。

○免除制度

申請者本人、申請者の配偶者、世帯主それぞれの前年所得が一定基準以下の方は、申請して承認されると保険料が免除になります。

申請免除には、保険料の全額が免除される全額免除と保険料の一部を納めることにより、一部(半額、4分の1、4分の3)の保険料が免除になる一部納付があります。

○納付猶予制度

申請者本人と申請者の配偶者それぞれの前年所得が一定基準以下で20歳以上50歳未満の方は、申請により保険料の納付を納期限から最長で10年、後払いにできます。

※両制度とも申請する被保険者本人が自署できない場合には印鑑が必要です。

※失業により申請(退職特例)をする場合は、雇用保険離職票、雇用保険受給資格者証、公的機関が発行する退職日が分かる証明書のいずれか(各証明書の退職日によっては、特例措置に該当しない場合があります)が必要となります。退職特例による免除・納付猶予の承認は、継続申請の対象外ですので、ご注意ください。

【申請受付】

平成29年7月～平成30年6月分(1年間)の免除・納付猶予申請は、7月1日(土)から保険年金課(市役所1階)で受け付けます。

平成28年度継続申請により全額免除・納付猶予の承認をされている方は、平成29年度の申請は必要ありません(ただし、平成28年中の所得の申告が必要です)。

○申請日の2年1か月前の月分までさかのぼって申請ができます

〔免除申請が可能な期間〕

(例)平成29年7月に申請する場合、平成27年6月分から平成30年6月分まで。

※申請期間に対応する前年所得に基づき審査を行いますので、免除が承認されない場合があります。また、申請が遅れると障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合がありますので、ご注意ください。

■ねんきんダイヤルをご利用ください

▽電話番号 0570-051165
※050から始まる電話からは、03-6700-1165

▽受付時間
●月～金曜日：午前8時30分～午後5時15分(月曜日は午後7時まで)
●第2土曜日(祝日は除く)：午前9時30分～午後4時

◆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。

