

今号の主な記事

- 武蔵大和駅駐輪場定期利用申込受付…2面
- シルバーパス更新手続き……………3面
- 中央公民館保育付講座……………4面
- 夏休みもあと少し!……………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

〔東大和市市民憲章 (抄)〕

健康で働き生活を楽しみ
明るい家庭を
つくりましょう

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

9/3(日) 総合防災訓練に参加して 災害に備えましょう

第四中学校で総合防災訓練を行います

- ▷日時 9月3日(日)午前9時～正午
- ▷場所 市立第四中学校
- ▷内容

①市民の方が参加できる訓練：初期消火、救出・救助、応急救護、避難所体験、マンホールトイレの取扱、応急給水キットの使用、煙体験、炊き出し

②展示・体験：警察・消防・自衛隊等の車両展示、制服着用体験、備蓄食料試食等



▲昨年の総合防災訓練の様子(第一中学校体育館)

9月3日(日)に、市立第四中学校で、総合防災訓練を行います。

災害はいつ起きるかわかりません。総合防災訓練に参加して、災害に備えましょう。また、日頃の備えは万全か、この機会にもう一度チェックしましょう。

事前の備えがあなたと家族を守ります。

▷問合せ 防災安全課・内線 1354 まで。

地域の防災訓練にもご参加ください

自治会などが、各地域で防災訓練を行っています。身近な地域での防災訓練に参加しましょう。

なお、地域で防災訓練を行う場合は、防災安全課まで事前にお問い合わせください。



▲東京ユニオンガーデンで行われた防災訓練の様子(放水訓練)



▲高木自治会で行われた防災訓練の様子(応急救護訓練)

備えは万全ですか？ この機会に

要 チェック!

備蓄品を用意

食料品や日用品をいつもより多く買っておく「日常備蓄」をしましょう。最低3日分、できれば1週間分の備蓄を目指しましょう。

非常持出品を用意

災害時に必要なものは、持ち出しやすい場所にまとめておきましょう。飲料水、食料、医療品、衣類、携帯トイレ、燃料、ラジオ、ライト、お金など。

連絡方法を確認

災害用伝言ダイヤル171、携帯電話の災害用伝言板など、家族が離ればなれになったときの連絡方法を確認しましょう。

避難場所の確認

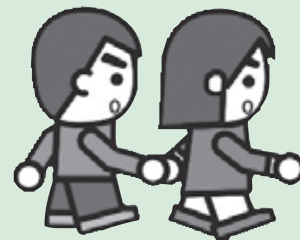
自分の住んでいる地域の避難場所を確認し、安全な経路を確認しながら、実際に歩いてみましょう。家族での集合場所も決めましょう。

家の危険箇所をチェック

建物の耐震性、家具の転倒対策、ブロック塀の倒壊対策、火災対策などをチェックしましょう。また、火を使用する場所には、消火器を置きましょう。

災害時要配慮者の登録

体の不自由な方などは、災害時の避難に配慮が必要であることを事前に登録できます。福祉推進課(市役所2階)にお問い合わせください。



9月5日(火)から開会予定
平成29年第3回
市議会定例会

市議会はどなたでも傍聴できます。ご希望の方は当日直接、議会事務局(市役所2階)の受付へお越しください。会議時間は午前9時30分～正午、午後1時30分～5時です。なお、会議時間及び下表の日程は変更する場合があります。

手話通訳の配置をご希望の方は、傍聴希望日の1週間前までに議会事務局(ファクス 042-563-5926)へご連絡ください。

▽問合せ 議会事務局・内線 2002 まで。

開催日	会議	内容
9月5日(火)	本会議	開会・議案の審議など
9月6日(水)～8日(金)・11日(月)・12日(火)	本会議	一般質問
9月13日(水)～15日(金)	常任委員会	付託案件の審査など
9月19日(火)・20日(水)	決算特別委員会	平成28年度決算審査
9月22日(金)	本会議	委員会審査報告など・閉会

高齢者の悪質商法被害を防止 みんなで見守り悪質商法をSTOP!



高齢者の悪質商法被害が後を絶ちません。「もしかして」と思ったら、市の消費生活センターへご相談ください。高齢者の周囲の皆さんも、消費者被害の未然防止、早期発見にご協力ください。

東京都は毎年9月を高齢

者悪質商法被害防止キャンペーン期間として、東大和市では、都と連携しリーフレットの配布や特別電話相談などを行います。

▽悪質商法に注意

- 巧みな芝居で「必ず儲かる」「値上がり確実」↓安易な儲け話には手を出さない。
- 「今なら無料」「あなたに特別」の誘い文句↓1人で判断せずに、すぐ相談しましょう。

▽高齢者被害特別相談 悪質商法被害に関する相談は、通常でも受け付けていますが、9月11日(月)～13日(水)午前10時～午後4時の間、対応強化の取組みとして特別相談を行います。この機会にぜひご相談ください。

▽問合せ 消費生活センター・内線 1713 まで。

8月15日(火)は72回目の終戦記念日です。戦争により尊い命をなくされた方々の冥福と、恒久平和の実現を祈念するため、正午から1分間の黙とうにご協力をお願いします。問合せ 企画課・内線 1425 まで

平成 29 年 10 月 1 日(日)オープン 武蔵大和駅前駐輪場の 定期利用の申込受付を開始します



違法駐輪禁止



自転車は駐輪場へ

市では、武蔵大和駅前周辺の市が運営している無料の駐輪場を10月1日(日)から有料化します。有料化する駐輪場のうち、武蔵大和駅前第1、2公共自転車等駐輪場は、ホームページかはがきで事前申込みすること、定期利用ができます。

開発事業を行う場合、 届出、協議が必要です



次の開発事業を行う場合は、東大和市街づくり条例に基づく手続きや協議が必要です。

▽対象となる開発事業 ①都市計画法第29条の規定に

よる許可を要する開発行為

②面積が500㎡以上の敷地における建物の建築③高さが10mを超える建物の建築④地上3階以上の建物の建築⑤15戸以上の集合住宅の建築⑥敷地面積が500㎡以上の自動車駐輪場の設置⑦葬儀場の設置⑧遺体の保管を目的とする施設の設置⑨ペトを対象とする火葬施設及び霊園の設置⑩屋外レクリエーション施設の設置

雨水浸透施設・雨水貯留槽の設置補助制度をご利用ください

市では、水環境の保全及び雨水の活用を推進するため、雨水浸透施設等を設置する方に補助を行います。

◎雨水浸透施設設置補助金 (雨水浸透ます)

▽対象 市内に既存の一角を所有する個人 (急傾斜地崩壊危険区域は除く)

費用の3分の2以内 (限度額三万五、〇〇〇円)

【共通事項】

▽対象工事 平成30年3月31日(土)までに完了する設置工事等。

▽申請場所 下水道課 (市役所2階)

※詳細は、下水道課にお問い合わせいただくか、市のホームページをご覧ください。

▽問合せ 下水道課・内線1231まで。

ごみの出し方よくある質問

雨天・荒天時の資源物収集

原則として通常どおり行いますが、紙類は、次回に排出してください。台風や強風などで危険な場合は、収集を中止することがあります。その場合は、ごみ分別アプリや広報車などでお知らせします。

プラスチック製品の出し方

大きさにより排出方法が異なります。15cm未満は可燃ごみ、15cm以上は不燃ごみです。指定収集袋に入らない大きさで180cm以下のものは粗大ごみです。粗大ごみは粗大ごみ受付センター(☎042-562-6500)へ。※容器包装プラスチックは、商品を包装しているもので、プラスチック製品とは異なりますので、ご注意ください。

傘の出し方

不燃ごみの日に、指定収集袋に半分以上入った状態で排出してください。

問合せ ごみ対策課・内線1241まで

31日(木)午後8時の間に、<https://www.jitensha-web.jp/myhtml/アクセス>し、申し込んでください。

●はがきでの申込み

通常はがき(62円)の通信面に以下の項目を記入して、〒103-0021中央区日本橋本石町4-6-7日本橋日銀

通りビル4F(公財)自転車駐輪場整備センター管理部武蔵大和駅前係へ郵送してください(8月31日(木)消印有効)。

①氏名②フリガナ③郵便番号④住所⑤電話番号⑥車種(自転車・バイク小(50cc以下))⑦区分(一般・学生・減額)

⑧第1希望(自転車→ア第1公共・イ第2公共)、(バイク小→ウ第1公共)⑨第2希望(自転車→ア第1公共・イ第2公共)

※バイク小(50cc以下)は、⑨は記入不要です。

▽結果通知 応募者全員に結果を通知します。9月21

日(木)までに通知が届かない場合は、お問い合わせください。

▽問合せ 申込みについては(公財)自転車駐輪場整備センター ☎03-6262-1532(平日9時~午後5時15分)、その他は土木課・内線1213まで。

武蔵大和駅周辺駐輪場地図



駐輪場の名称・利用料金など

自転車						
No	名称	区分	1か月	3か月	6か月	収容台数 設備等
①	武蔵大和駅前第1公共自転車等駐輪場	一般 市内	1,800円	5,100円	9,700円	226台 屋根なしラック
		一般 市外	1,800円	5,400円	10,800円	
		学生 市内	1,350円	3,850円	7,300円	
		減額 市内	900円	2,550円	4,850円	
②	武蔵大和駅前第2公共自転車等駐輪場	一般 市内	2,000円	5,700円	10,800円	395台 屋根ありラック
		一般 市外	2,000円	6,000円	12,000円	
		学生 市内	1,500円	4,250円	8,100円	
		減額 市内	1,000円	2,850円	5,400円	
③	西武スマイルパーク武蔵大和駅前駐輪場	なし	12時間ごと100円(予定)			600台 平置き
バイク小(50cc以下) ※水色ナンバー受付不可。						
No	名称	区分	1か月	3か月	6か月	収容台数 設備等
①	武蔵大和駅前第1公共自転車等駐輪場	一般 市内	2,700円	7,700円	14,600円	30台 屋根なし平置き
		一般 市外	2,700円	8,100円	16,200円	
		学生 市内	2,000円	5,700円	10,800円	
		減額 市内	1,350円	3,850円	7,300円	

※市内は、東大和市・武蔵村山市在住の方(武蔵村山市も用地費の負担があるため)。
※学生は、東大和市・武蔵村山市在住で、学校教育法に規定する学校等に通学している方。
※減額は、東大和市・武蔵村山市在住で、身体障害者手帳・愛の手帳・精神障害者保健福祉手帳のいずれかをお持ちの方、生活保護受給世帯の方。

市と協定を結んだ事業者によるパソコン等の宅配便回収

家庭で使わなくなったパソコンや携帯電話など、小型家電のリサイクル方法として、自宅から宅配便を利用できるサービスがあります。パソコンやスマートフォン、携帯電話など、小型家電のリサイクル方法として、自宅から宅配便を利用できるサービスがあります。

要件に該当する方に指定収集袋を交付します

平成29年10月~平成30年9月までの指定収集袋の交付が始まります。

▽申請がお済みの方 指定収集袋の交付場所等を記載した書類を郵送します。9月1日(金)~29日(金)の間に指定収集袋を受け取ってください。

▽申請がお済みでない方 指定収集袋(市役所3階)窓口で申請の受付を行ってください。

▽問合せ ごみ対策課・内線1241まで。

重量を超えるもの、石油・ガスを利用するもの、事業で使用していたもの

▽費用 一、六二〇円(税込み)

※パソコン本体を含む場合は無料です。

▽梱包サイズ・重量 3辺合計140cm、20kg以内

▽申込み リネットジャパン(株)のホームページ(<http://www.renet.jp>)からお申し込みください。

▽問合せ ごみ対策課・内線1241まで。

表2 東京都シルバーパス更新手続きにおける費用・必要書類

対象	平成29年度の市民税が平成28年度の合計所得金額が125万円を超え	平成29年度市民税が非課税の方	平成29年度経過措置対象の方	
			平成29年度の市民税は課税であるが、平成28年分の合計所得金額が125万円以下の方(注)	平成29年度の市民税は課税であるが、平成28年度経過措置のうち、平成17年度の市民税が非課税であったことにより、1,000円でパスの発行を受けた方
必要な費用	20,510円	1,000円		
更新申込書	白色で一部赤標記		白色で一部青標記	
いずれか1つの書類	非課税を確認できる書類 (ア)平成29年度介護保険料納入(決定)通知書の所得段階区分欄に「1」～「5」の記載があるもの (イ)平成29年度市民税非課税証明書 (ウ)生活保護受給証明書(生活扶助)			
シルバーパス	現在、使用中のシルバーパス(有効期限が平成29年9月30日までのもの)			
本人確認書類	保険証、運転免許証等(住所、氏名、生年月日が確認できるもの)。住民票やパスポートは使用できません。			

(注)長期譲渡所得または短期譲渡所得に係る特別控除の適用がある場合は、合計所得金額から特別控除額を控除して得た額が125万円以下の方が対象になります。この場合、必要書類が異なる場合がありますので、お問い合わせください。

※(ア)は7月上旬に高齢介護課から送付されます(再発行はできません)。(イ)は課税課で発行することができます。発行には、本人確認書類として写真付きのものであれば1点、写真付きでないものは2点必要となります(例としては、健康保険証と介護保険証)。また、発行手数料がかかります。

表1 シルバーパス更新会場日程表

期日	場所
9月1日(金)、9月4日(月)～7日(木)	シルバー人材センター
9月8日(金)	奈良橋市民センター
9月11日(月)・12日(火)	清原市民センター
9月13日(水)	向原市民センター
9月14日(木)	上北台市民センター
9月15日(金)	桜が丘市民センター
9月19日(火)	狭山公民館
9月20日(水)	蔵敷公民館
9月21日(木)・22日(金)	南街市民センター
9月25日(月)	新堀地区会館
9月26日(火)～29日(金)	シルバー人材センター

※時間は午前10時～午後4時。

シルバーパス更新手続き

現在シルバーパスをお持ちの方(平成29年9月30日が有効期限のパスをお持ちの方)で、10月以降有効な新しいパスを希望する方は、表1の更新会場で更新手続きをしてください。費用・必要書類は、表2のとおりです。

なお、7月末現在、シルバーパスをお持ちの方には、8月下旬に東京バス協会が「シルバーパス更新手続きのご案内・更新申込書・更新窓口案内図」をご自宅に郵送します。



ただし、シルバーパスを8月・9月に購入した方には、バス購入時に、常設発行窓口で更新関係書類一式が配布されます。

申込書等が届かない場合は、東京バス協会シルバーバス専用電話(03-5308-6950)へお問い合わせください。

▽問合せ その他全般的なお問合せは、西武バス事業部運輸営業課 ☎04-2995-8130へ。

心身障害者(児)医療費助成制度(障)医療制度

心身障害者(児)の保健の向上と福祉の増進を目的に東京都が医療費の一部を助成する障医療制度があります。この制度を利用するためには、次の対象要件に該当する方が、申請に基づいて障受給者証の交付を受ける必要があります。

- ① 住所要件：市内に住所を有する方
- ② 障害要件：身体障害者手帳1級または2級(内部障害3級)の方、若しくは愛の手帳(療育手帳)1度または2度の方(重度障害者)
- ③ 医療保険給付要件：国民健康保険または都が定める社会保険各法による医療の給付が行われる方
- ④ 所得要件：平成28年中の所得額(20歳未満の方の場合)

合は世帯主等)が左下表の基準額以下の方

▽対象除外 次に該当する方は対象となりません。

- 生活保護を受けている方
- 東京都規則に定める施設に入所している方
- 平成12年8月中旬に障受給者証を有していなかった方で、②に該当した時の年齢が65歳以上の方
- 平成12年8月中旬に障受給者証を有していなかった方で、②に該当した時の年齢が65歳未満の方で、かつ65歳に達する日の前日までに障受給者証の交付申請を行わなかった方。ただし、次に該当する方は除く。

所得制限基準額

扶養親族等の人数	基準額
0人	3,604千円
1人	3,984千円
2人	4,364千円
3人	4,744千円

※基準額は、各種控除を差し引いたもの。1人増すごとに38万円を加算。
基準額 ≥ 収入額 - 給与所得控除額 - 所得控除額

○ 65歳に達する日の前日において生活保護を受けていた方

● 65歳に達する日の前日に

○ 65歳に達する日の前日において生活保護を受けていた方

● 65歳に達する日の前日に

○ 65歳に達する日の前日において生活保護を受けていた方

● 65歳に達する日の前日において生活保護を受けていた方

国民健康保険 医療費通知を送付します

国民健康保険制度と健康に対する理解を一層深めていただくために、年2回(8月と12月)、医療費通知を送付しています。

国民健康保険(国保)に加入している方が、平成29年5月に医療機関等で受診した際の医療費と6月に柔道整復師から市に対して請求のあった療養費の全体額をお知らせします(ただし、同じ人が同じ月内に同じ医療機関等にかかった総医療

費が三、〇〇〇円未満のもの(除く)。

国保の場合、他法・他施策等による自己負担軽減制度が適用される場合を除き、医療費の額のうち、3割(未就学児は2割、70歳以上の高齢者の方は1割から3割。ただし、高額療養費に該当する場合には自己負担限度額まで)を被保険者が病院などの窓口で支払い、残りは国保税や国の負担金などでまかなわれています。例えば、3割負担の方が三、〇〇〇円を窓口で支払った場合は、七、〇〇〇円を国保が負担しています。

適切な受診は、国保財政の健全化につながります。国保の運営にご理解ご協力をお願いします。

なお、この通知を受けたことにより、特に申請等の手続きを行う必要はありません。ご不明の点はお問い合わせください。

▽問合せ 保険年金課・内線1021まで。



ひとりで悩まず、一緒に解決策を見つけましょう

くらし・しごと 応援センター「そえる」

くらし・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、精神的なこと、家庭のことなど、様々な問題に対して専門の支援員が相談をお受けしています。

また、住居確保給付金として、一定の要件のもと、離職者に対する家賃補助を行っています。

【「そえる」の支援】

- 相談を行ったうえで、ご本人にとって適切な窓口へご案内します。
- 状況によっては、相談員が支援制度・手続き等をサポートし、自立に向けた支援を行います。

● 市内に居住し、失業等により生活にお困りの方

▽対象

● 市内に居住し、失業等により生活にお困りの方

▽問合せ 生活福祉課・内線1145またはお近くの民生委員まで。

臨時福祉給付金(経済対策分)の申請受付中です

臨時福祉給付金(経済対策分)の申請を受け付けています。

該当すると思われる方に申請書を送付していただきます。

※土・日曜日、祝日は除く。午前8時30分～午後5時。

▽申請期限 10月27日(金)

▽問合せ・提出先 臨時福祉給付金コールセンター(市役所2階)・内線3910まで。

● 本事業による支援を必要とする方

※住居確保給付金の利用は、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詳細をご覧いただくことができます。

▽開設日時 午前8時30分～午後5時15分(平日のみ)

▽場所 市役所1階相談室(食堂前)

▽問合せ くらし・しごと 応援センター「そえる」・内線1081まで。

■生活保護制度と暮らしにお困りの方へ

病気等のため、生活費や医療費等の支払いに困り、資産の活用ができず、ほかからの援助が得られず日常生活が困難となった時は、生活保護制度があります。

この制度は、世帯の困窮の程度に応じて援助を行い、その世帯の生活の自立を図ることを目的としています。

保育付講座 勇気づけのお片づけ& 癒しの音楽タイム



子育て中の忙しい時こそ、同じ悩みを持った仲間と一緒に過ごしてみませんか。

【保育利用について】
対象は、平成29年1月3日生まれ〜就学前の乳幼児

児。10月3日(火)午前10時〜11時30分は慣らし保育・オリエンテーション、12月5日(火)午前10時〜正午は保育懇談会
▽申込期間 9月1日(金)〜20日(水)
▽申込み 中央公民館 ☎042-564-2451まで。

自分や家族を「勇気づけるお片づけ」で部屋をスッキリさせるコツを学び、身体や楽器を使った音楽でリフレッシュ＆こころのビタミン補給をしましょう。
▽開催日等 下表のとおり
▽時間 午前10時〜正午
▽場所 中央公民館
▽定員 20人(保育室利用者16人。定員を超えた場合は、保育室未経験者を優先し抽選)
※保育を利用しない方も募

保育付講座一覧

開催日	内容	講師
10月10日(火)	片づけのサイクルと片づかない原因を知る	丸山郁美氏 (「勇気づけのお片づけ」提唱者)
10月17日(火)	子育て期の整理術	
10月24日(火)	子育て期の収納術	
10月31日(火)	子どものやる気を引き出す「勇気づけ」のかわり方	
11月7日(火)	片づけで自分を勇気づけ、幸せママに	小崎幸子氏 (ピアニスト、指導者)
11月14日(火)	うた・リズム・ミュージックベル体験&学習①	
11月21日(火)	うた・リズム・ミュージックベル体験&学習②	
11月28日(火)	学習発表会「Happyママ!みんなのコンサート」	

ニュースポーツ で遊ぼう!

ニュースポーツの普及と、幅広い世代の方がスポーツを通じて健康増進と相互交流を深めることを目的に、スポーツ推進委員事業として「ニュースポーツで遊ぼう!」を実施します。
小学生以上であればどこでも参加できます。ぜひ、遊びに来てください。
▽参加資格 市内在住・在学の小学生以上の方
▽日時 9月2日(土)午後1時30分〜3時50分(受付は



▲ボッチャの競技風景

1時15分〜3時30分)
▽場所 東大和市ロンドミンなどの体育館
▽予定種目 ウェイトリフティング、宝とり鬼(ごっこ)、ラダーゲッター、ボッチャ
▽持ち物 室内用運動靴、飲み物、タオルなど
▽申込方法 当日受付で必要事項を記入し、お申し込みください。
▽問合せ 社会教育課・内線1553まで。

市では、市内で活動しているサークル・団体の紹介や人材バンク制度の案内等を掲載した「学びあいガイド29(市民による生涯学習)」を発行します。「学びあいガイド」とは、

さくらがおか
児童館まつり
ゲームコーナーや模擬店などを行います。ぜひ遊びに来てください。また、小学4年生以上の方を対象に、児童館まつりのお手伝いを

市職員を募集します



応募受付は
8月25日・26日・28日

平成30年4月1日付で採用する職員を募集します。詳しくは、募集案内、募集

要項をご覧ください。なお、一般事務職の筆記試験は、基礎的な学力や思考力を問う問題です。従来型の公務員試験ではありません。
▽採用職種・予定人数 一般事務、一般事務(身体障害者)、建築技術いづれも若干名
▽募集要項の配布 8月28日(月)まで、職員課(市役所3階)で配布します。また、

8月26日(土)のみ、受付会場で配布します。
※募集案内、募集要項等は、市のホームページからダウンロードできます。
▽応募受付 8月25日(金)・26日(土)・28日(月)
※26日(土)は正午までの受付。
▽提出書類 当市規定の履歴書、受験票等
▽問合せ 職員課・内線1331まで。

友好都市イベント情報
喜多方市に出かけよう!
第9回
かあちゃんたちの雪室そばまつり
かあちゃんたちの雪室そばまつりは、そば処山都の「山都三大そばまつり」のひとつです。

雪室(雪を利用する冷温貯蔵施設)で熟成されたそばを使った、美味しいおそばが楽しめます。なお、おそばはチケット制となります(会場当日販売です)。
▽日時 9月9日(土)・10日(日)午前10時〜午後3時
▽場所 福島県喜多方市飯豊とそばの里センター前広場

雪室(雪を利用する冷温貯蔵施設)で熟成されたそばを使った、美味しいおそばが楽しめます。なお、おそばはチケット制となります(会場当日販売です)。
▽日時 9月9日(土)・10日(日)午前10時〜午後3時
▽場所 福島県喜多方市飯豊とそばの里センター前広場

5月に発行している「行政による生涯学習」(市が実施する事業等を紹介)とともに、多くの市民の皆さんが学習活動に参加し、豊かな人生を送る手助けになるよう発行しているものです。ぜひ、ご利用ください。
▽閲覧・配布場所 社会教育課(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



子ども家庭支援センター
0歳児親子の開放日
子ども家庭支援センター「かるがも」では、センター内の地域活動室を開放します。同年齢の親子同士で一緒に遊んだり、情報交換など、他の親子との交流を楽しめます。お部屋の出入りは自由ですので、都合の良い時間に遊びに来てください。午前11時からふれあい遊びを行う予定です。
▽日時 9月7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
▽問合せ 子ども家庭支援

出張かるがもひろば
子ども家庭支援センターでは、担当保育士が児童館や集会所などに出張し、親子で遊びや絵本の読み聞かせ、参加者同士の情報交換などを行います。育児や子どもの発達などについてもご相談をお受けします。
▽対象 3歳までの乳幼児とその保護者
▽開催日・場所 9月6日(水)湖畔集会所、9月13日(水)清水集会所、9月20日(水)仲原集会所、9月26日(火)むこうはら児童館

ひとり親
全力サポート
仕事を探しているが見つからない方、今の仕事より条件のよい仕事を探している方は、出張ハローワークにご相談ください。
▽対象 ひとり親の方
▽日時 8月30日(水)・31日(木)午前10時〜午後4時
▽場所 市役所1階入口ホール
▽申込み 子育て支援課・内線1764まで。

子ども家庭支援センター
0歳児親子の開放日
子ども家庭支援センター「かるがも」では、センター内の地域活動室を開放します。同年齢の親子同士で一緒に遊んだり、情報交換など、他の親子との交流を楽しめます。お部屋の出入りは自由ですので、都合の良い時間に遊びに来てください。午前11時からふれあい遊びを行う予定です。
▽日時 9月7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
▽問合せ 子ども家庭支援

子ども家庭支援センター
0歳児親子の開放日
子ども家庭支援センター「かるがも」では、センター内の地域活動室を開放します。同年齢の親子同士で一緒に遊んだり、情報交換など、他の親子との交流を楽しめます。お部屋の出入りは自由ですので、都合の良い時間に遊びに来てください。午前11時からふれあい遊びを行う予定です。
▽日時 9月7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
▽問合せ 子ども家庭支援

子ども家庭支援センター
0歳児親子の開放日
子ども家庭支援センター「かるがも」では、センター内の地域活動室を開放します。同年齢の親子同士で一緒に遊んだり、情報交換など、他の親子との交流を楽しめます。お部屋の出入りは自由ですので、都合の良い時間に遊びに来てください。午前11時からふれあい遊びを行う予定です。
▽日時 9月7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
▽問合せ 子ども家庭支援

子ども家庭支援センター
0歳児親子の開放日
子ども家庭支援センター「かるがも」では、センター内の地域活動室を開放します。同年齢の親子同士で一緒に遊んだり、情報交換など、他の親子との交流を楽しめます。お部屋の出入りは自由ですので、都合の良い時間に遊びに来てください。午前11時からふれあい遊びを行う予定です。
▽日時 9月7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
▽問合せ 子ども家庭支援



申請をお願いします
マイナンバード
マイナンバードカードを取得していない方は、申請手続きをご検討ください。申請から交付までに要する期間は約1か月です。また、マイナンバードカードの申請方法や使い方を説明した「マイナンバード

ド早わかりガイド「うまべえとおしてマイナちゃん!」を市民課(市役所1階)で配布しています。また、市のホームページ「マイナンバード」の申請・受け取りについてのページからダウンロードできます。ぜひご覧ください。
▽問合せ 市のマイナンバード専用ダイヤル ☎042-516-9301まで。



上仲原公園のラジオ体操

夏休みも、あと少し！

楽しい夏休みも、残すところあと少しとなりました。2学期の準備は万全ですか。引き続き、早起、早寝、早起、朝ごはんを規則正しい生活を送り、元気に2学期を迎えられるようにしましょう。

さて、今号では、皆さんが残りの夏休みを有意義に過ごすための「ヒント」をお届けします。

「まだまだいっぱい遊びたい！」と思っている人には、おすすめのお出かけスポットを紹介します。

「そろそろ宿題を片付けなければ…」と思っている人のお手伝いができるような情報も集めましたので、自由研究などの参考にしてください。

まだまだ遊びたい派には

◎東大和市 Rond みんなのプール

暑い夏を思いっきり楽しみたい！という人には、プールがおすすめ。東大和市 Rond みんなのプールは、8月31日(木)まで毎日営業中です。

ウォータースライダーや流れるプールもある、本格的なプールですが、料金はとってもお手頃。小学生なら50円で、2時間遊べます！

ピンゴ大会などのイベントも随時開催していますので、ぜひ楽しんでください。

▷問合せ 東大和市 Rond みんなのプール ☎042-565-0061 へ。

プール、楽しいよ！



そろそろ宿題派には

▽東大和市立郷土博物館



◎狭山緑地 アスレチック

市北部の市立狭山緑地の一角に、子ども達が楽しく遊べる、アスレチックコースがあります。森の中にあつて木陰も多く、夏でも比較的ひんやりしています。

料金は無料です。虫刺され対策をしっかりとって、楽しんでください。

▷問合せ 環境課・内線 1271 へ。



◎自由研究は郷土博物館で

まだ、自由研究のテーマが決まっていない人は、郷土博物館に行ってみよう！郷土博物館の展示室には、市の歴史を伝える歴史展示コーナーなど、自由研究のテーマになりそうな材料がたくさんあります。

「昔の東大和はどんな様子だったの?」「多摩湖はいつできたの?」など、質問があったら、郷土博物館の職員に気軽に聞いてください。

▷問合せ 郷土博物館 ☎042-567-4800 まで。

企画展示・開催中
「写真で見る
多摩湖竣工 90年」
9月3日(日)まで

◎都立東大和南公園 じゃぶじゃぶ池

都立東大和南公園の一角に、水遊びができる「じゃぶじゃぶ池」があります。水深も浅く、小さな子どもでも楽しく遊べます。もちろん料金は無料です。靴を履いて遊んでね！

▷問合せ 東大和南公園 サービスセンター ☎042-562-1498 へ。



◎資料探しは中央図書館で

夏休みの宿題、特に自由研究などでは、いろいろな資料が必要になることがあります。でも、1人で調べるのは大変です。

こんな時は、中央図書館のレファレンスサービスをご利用ください。相談を受けた職員が、資料探しのお手伝いをします。

ご利用の際は、受付カウンター(1階と2階)の職員に声をかけてください。

▷問合せ 中央図書館 ☎042-564-2454 まで。

◎中央公民館

夏休み☆みんなで作る遊空間

中央公民館では、8月24日(木)まで、子どもたちの居場所づくりとして学習室等を開放しています。

また、8月23日(水)の午前10時から、様々なイベントを体験できる「こどもマルシェ」を開催します。

勉強もできて、遊びも楽しめる中央公民館を、ぜひご利用ください。

▷問合せ 中央公民館 ☎042-564-2451 まで。



昆虫博士に聞いてみよう！

郷土博物館には、昆虫にとっても詳しい職員の「昆虫博士」がいます。

郷土博物館がある狭山緑地には、子ども達が大好きな昆虫がいっぱいです。昆虫博士にいろいろ聞いて、自由研究のテーマにしましょう。



「昆虫博士」の原島真二さん

情報マップ



予防

■平成29年度予防接種費用助成制度のご案内

市ではお子さんの定期予防接種について、やむを得ない事情で対象期間中に受けられなかった場合に自己負担で受けた接種費用の一部を助成します。

対象の予防接種 ①定期予防接種の対象年齢を過ぎてから1か月以内に接種した予防接種。ただし、麻疹・風しん混合(MR)は2歳〜18歳以下(定期接種の対象期間は除く) ②平成28年4月1日〜平成28年7月31日生まれの方で、B型肝炎予防接種の2回目の接種を終え、3回目の接種を1歳を迎えてから平成29年9月30日(土)までに接種する方

申請期限 接種日当日を含む90日以内。ただし、接種日が平成30年1月以降の場合、平成30年3月30日まで。
※必ず接種前にご相談ください。助成額や申請方法等をご説明します。
◆お問い合わせは、市立保健

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/9月6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。8月16日(水)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

■育児相談会〜さくらんぼグループ

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) / 8月24日(木)午前9時30分〜11時/場所 市立保健センター / 子育てについての情報交換 / 母子健康手帳 / 当日直接会場にお越しください。

■育児相談会〜かんがるーグループ

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歓迎) / 8月25日(金)午前9時30分〜11時/場所 市立保健センター / 子育てについての情報交換や小児科医への相談ができません / 母子健康手帳 / 当日直接会場にお越しください。



健センター ☎042-565-5211まで。

■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、専門医が相談のります / 9月6日(水)午前10時〜正午(事前予約制) / 場所 市立保健センター

■女性のいきいき健康教室(保育付) / 心身リフレッ

咳やくしゃみでの尿もれは20代からみられ、40歳以上の女性の40%にその経験があるといわれています。骨盤底筋をきたえ、尿もれの改善のほか身体に良いことがたくさんあります。手軽にできる運動を日常生活の中に取り入れて、骨盤底筋をきたえましょう。日々の子育てで自分の体は後回しだったママもぜひご参加ください / 保育あり(定員:6人 対象:乳児)

■特定不妊治療の助成

東大和市では、高額な特定不妊治療(体外受精及び顕微授精)を受ける方に対して、経済的負担軽減を図るため、東京都が実施している特定不妊治療費助成制度に加え、治療費の一部を助成しています。また、平成27年4月から東京都特定不妊治療費助成制度の「精巣内精子生検採取法等に係る医療費助成」が開始されたことに伴い、その助成を同時に受けた方においても、現行制度の特定不妊治療の助成額に加え、上限3万円を限度として助成しています。

■特定不妊治療の助成

東大和市では、高額な特定不妊治療(体外受精及び顕微授精)を受ける方に対して、経済的負担軽減を図るため、東京都が実施している特定不妊治療費助成制

度に加え、治療費の一部を助成しています。また、平成27年4月から東京都特定不妊治療費助成制度の「精巣内精子生検採取法等に係る医療費助成」が開始されたことに伴い、その助成を同時に受けた方においても、現行制度の特定不妊治療の助成額に加え、上限3万円を限度として助成しています。

■審査会等

8月29日(火)午後3時から / 場所 中央図書館 / 傍聴者の定員 10人 / 中央図書館 ☎042-564-2454まで。

■図書館協議会

8月31日(木)午前10時30分 / 場所 市役所会議棟 / 傍聴者の定員 10人 / 中央図書館 ☎042-564-2454まで。

■地域福祉協議会第2回地域福祉部会

8月31日(木)午後7時から / 場所 市役所会議棟 / 傍聴者の定員 10人 / 手話通訳が必要 / 申込は8月24日(木)までに福祉推進課(ファクス ☎042-563-5930)へご連絡ください / 福祉推進課・内線1131まで。

■多摩立川保健所第11回歯ミカップの参加者・参加施設を募集

歯みがきや歯の治療など、歯と口の健康づくりに取り組んでいる障がい者(児)と障がい者施設を募集します。特に熱心な方に表彰状を贈呈します。応募者全員に参加賞があります。10月19日(木)午後1時30分〜3時 / 場所 東大和市ロンドみんなの体育館 / 健

■若年層健康診査

市内在住の20歳〜39歳(昭和53年4月2日〜平成10年4月1日生まれ)で、健診を受ける機会のない方(現在治療中の方、職場での健診を受けている方は除く) / 10月1日(日)〜31日(火) / 医療機関の休診日は除く / 場所 指定医療機関(東大和市・小平市・武蔵村山市) / 240人(抽選) / 問診、身体測定、尿検査、血圧測定、血液検査等 / 9月下旬頃に、健診票を送付予定。

■肺がん検診(大腸がん検診とのセット検診が可能)

市内在住で40歳以上の方(現在、呼吸器疾患で治療中または経過観察中の方、肺がんの診断を受けた方、妊娠中または妊娠していると思われる方、肺がん検診(前期)を受診した方は除く) / 12月4日(土)まで。

■熱中症に注意しましょう!!

熱中症予防のための空調設備の使用ポイントをお伝えします。

■若年層健康診査

市内在住の20歳〜39歳(昭和53年4月2日〜平成10年4月1日生まれ)で、健診を受ける機会のない方(現在治療中の方、職場での健診を受けている方は除く) / 10月1日(日)〜31日(火) / 医療機関の休診日は除く / 場所 指定医療機関(東大和市・小平市・武蔵村山市) / 240人(抽選) / 問診、身体測定、尿検査、血圧測定、血液検査等 / 9月下旬頃に、健診票を送付予定。

■肺がん検診(大腸がん検診とのセット検診が可能)

市内在住で40歳以上の方(現在、呼吸器疾患で治療中または経過観察中の方、肺がんの診断を受けた方、妊娠中または妊娠していると思われる方、肺がん検診(前期)を受診した方は除く) / 12月4日(土)まで。

■熱中症に注意しましょう!!

熱中症予防のための空調設備の使用ポイントをお伝えします。

■電子申請

電子申請 / 9月8日(金)まで、市のホームページからお申し込みください。 / 窓口 / 9月8日(金)午後5時までに、市立保健センターでお申し込みください。 / ※不備のあるものは、受付できません。

■健(検)診の申込み

健(検)診の申込みに関する問合せは9月8日(金)午後5時までにお願いします。 / 市立保健センター ☎042-565-5211まで。

■熱中症に注意しましょう!!

熱中症予防のための空調設備の使用ポイントをお伝えします。

■熱中症に注意しましょう!!

1. 申込者の住所
2. 氏名(ふりがな)
3. 生年月日・年齢・性別
4. 電話番号

※肺がん検診は以下について記入してください(第1〜3希望日・午前、午後を選び記入してください)。

5. 検診日時
※必ず大腸がん検診同時実施の有無も記入してください。

①○月○日(○曜日)午前・午後
②○月○日(○曜日)午前・午後
③○月○日(○曜日)午前・午後
(はがきウラ)

20170815

東大和市立保健センター行

東大和市中央3-918-1

東大和市立保健センター

電子申請 / 9月8日(金)まで、市のホームページからお申し込みください。 / 窓口 / 9月8日(金)午後5時までに、市立保健センターでお申し込みください。 / ※不備のあるものは、受付できません。

健(検)診の申込みに関する問合せは9月8日(金)午後5時までにお願いします。 / 市立保健センター ☎042-565-5211まで。

熱中症予防のための空調設備の使用ポイントをお伝えします。

熱中症予防のための空調設備の使用ポイントをお伝えします。

熱中症予防のための空調設備の使用ポイントをお伝えします。

熱中症予防のための空調設備の使用ポイントをお伝えします。

熱中症予防のための空調設備の使用ポイントをお伝えします。

熱中症予防のための空調設備の使用ポイントをお伝えします。

健康ひとくちメモ

「いいことたくさん! 野菜をたくさん食べましょう!」 ~めざそう! 1日5皿(350g)~

みなさん、野菜をたくさん食べていますか?平成25年に実施した「東大和市民の健康に関する意識調査」では、1日あたり5皿分(350g)以上の野菜(生なら両手のひら、加熱してあるなら片手にのるくらいが100gが目安です)を摂取している方は1割以下であり、野菜の摂取が不足している結果となりました。

野菜摂取は健康づくりの基本のひとつです。野菜のチカラをご紹介します。

①生活習慣病を予防する ビタミンやミネラル、食物繊維などが多く含まれているため、血糖値やコレステロール値の上昇を抑える働きがあり、生活習慣病を防いでくれます。

②便秘を予防する 食物繊維が豊富なので、腸の働きを活発にし、腸内環境をととのえ、便秘の予防につながります。

③肥満を予防する 野菜にはよく噛まないといけない食材も多く、食べすぎを防いでくれます。また、豊富な食物繊維が、糖質や脂質の吸収を抑える働きがあります。

野菜をかしこくたくさん食べるための工夫をご紹介します。

①かさ減らして食べる 野菜は生の状態より、炒めたり蒸したりみそ汁などの具にすることで食べやすい量になります。

②栄養の吸収を考えて調理する 色の濃い野菜であるトマト・人参・かぼちゃなどに含まれるビタミン類は油と一緒に摂ることで栄養素の吸収率がアップします。

③旬の野菜を食べる 旬の野菜は他の時期と比べ栄養価も高いうえ、美味しく食べることができます。

④野菜料理を毎食1皿以上食べる習慣をつける つけ合わせの野菜を食べたり、外食は定食を選ぶようにしましょう。

⑤冷凍を活用する つくり置きできる野菜料理を冷凍したり、市販の冷凍野菜を常備しましょう。

まずは、毎日あと1皿多く食べることから始めてみませんか?

健康に関する相談・お問い合わせは、市立保健センター ☎042-565-5211まで。

■社会福祉協議会

◎手話通訳者養成講座

当会主催の手話講習会上級修了者等を対象に、手話通訳者の養成を目的として実施します。3月に行われる市登録手話通訳者認定審査を受験する場合、過去に受験したことがない方は、この講座の受講修了が必須要件となりますので、ご注意ください。

実施しています。ボランティア精神を基に、協力会員として登録していただき高齢者への家事援助サービス、子育て支援、産前産後の家事支援などの活動をしていただくものです。現在、サービスの担い手となる協力を大募集しています。仕事や家事、子育ての合間に、地域の誰かをサポートしませんか。

◎成年後見人(保佐人・補助人)として活動中の方へ 「あんしん東大和」では、成年後見人(保佐人・補助人)として支援活動を行っている方から相談を受け付けています。身近な相談窓口として、お気軽にお問い合わせください。

◎第三者後見人等連絡会 専門職の後見人等/9月4日(月)午後1時30分~3時30分/場所 社会福祉協議会/参加希望の方はご連絡ください/あんしん東大和 ☎042-590-0018へ。

上出席した方/費用 一、八〇円(資料代等) 講座初日に集金/申込み 9月11日(月)までに社会福祉協議会 ☎042-564-0012へ。

◎さわやかサービスの協力会員として活動しませんか さわやかサービスでは、市民相互の助け合い活動を実施しています。

◎さわやか講座 協力会員登録したい方、関心のある方、自分自身のために勉強したい方など/8月29日(火)午前10時~正午/場所 社会福祉協議会/以上のお申込み・問合せは 社会福祉協議会 ☎042-565-0531へ。

派遣される会員は(公財)東京しごと財団に雇用された労働者として、事業主(派遣先)から指揮命令を受け、仕事に従事します。60歳以上の方の入会、事業主からの発注をお待ちしています/シルバリー人材センター ☎042-565-0531へ。

■Business (ビジネス)

◎創業準備・新規事業コース

10月1日(日)利用開始/申込みを31日まで募集中です。創業準備・新規事業コースとは、創業に興味がある、創業を目指している個人、創業間もない法人へ1人1人に合わせた専属サポーターが支援サービス(ビジネスアイデア構築、テストマーケティング、プレゼン資料作り等)を支援するコースです。この他のコースについては随時利用申込を受付中です/場所 Business Nest (中小企業大学校東京校内(東大和市桜が丘2-137-5)/各コースの支援サービス内容、利用可能期間等詳細については、「中小機構ビジネス」のホームページをご覧ください/Busines Nest 担当 ☎042-565-1195へ。

市民情報

□ホースセラピー(桜梅桃李) /子供・大人 /8月20日(日)午後3時~7時/場立野東公園 /講義口操子/費セラピー...三千元(15分)、引馬は500円(公園2周)/引馬は予約不要/岡鬼久保 ☎090-2490-4601

□東大和元気ゆうゆう体操と歌のひろば(介護予防リターゲッ)/市民/8月22日(火)午後1時30分~3時30分/場中央公民館ホール/東大和元気ゆうゆう体操とみんなで歌を歌う集い。ア

□夏の子ども音楽会(りぼん会)/幼児、小学生/8月28日(月)午後2時~2時30分/場気まま館フレンドシップ/30人/みんなで楽しく歌いましょう/岡崎 ☎042-564-8762

□大和会公開医学講座「沈黙の臓器 膵臓の臨床」/がんを早期発見するために/9月2日(土)午後3時~4時/場東大和病院/講室谷研/申込不要/岡大和会法人本部広報企画課 ☎042-567-8307

□第18回東大和民商こいこいまつり(東大和民商こいこいまつり実行委員会)/10月1日(日)午前10時~午後3時/場市役所中庭、公民館等/フリーマーケット参加者募集/費一、〇〇〇円(参加費)/岡同実行委員会 ☎042-563-6464

◎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。

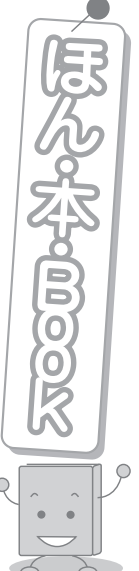
土曜収納窓口 毎週土曜 日午前8時30分~正午 ※祝日は除く。 ※土曜収納窓口での納税相談は、円滑に相談ができるように事前予約制とさせていただきます。金曜日の午後5時までに納税課へご連絡ください。相談時間が重なる場合は申込順とします。

「市税・国民健康保険税の納付方法は簡単便利な口座振替もあります」

納税課(市役所1階)で

市・都民税	第2期
国民健康保険税	第2期
介護保険料	第2期
後期高齢者医療保険料	第2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



◎図書館の最新資料をご紹介します。

〈一般書〉

- 散歩本を散歩する 池内紀著
- にっぽんスズメ散歩 ポンプラポ編集
- 自分を好きになろう 岡映里著
- 奇跡の澤井珈琲 澤井理憲著

〈児童書〉

- おもしろ音楽器事典 佐伯茂樹著
- ダイズ 赤木かん子作
- あめがふるふる 田島征三作
- ふしぎな銀の木 ウエツタシンハ、シビル再話



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



ボランティア

ボランティアについて市内の小学校で地域の皆様に1時間ほど話をしました。

震災があった時に駆けつけて活動することは、素晴らしい行動力であり、ボランティア活動となります。しかし、小学生が被災地に駆けつけることは難しいものです。

大切なことは、「私は“ボランティア”をする人です」と言える人になることではないでしょうか。

例えば、鉛筆やノートを半分使って新しいものに交換するとします。交換したら新しいものになり、気分もいいでしょう。しかし、その原料となる木を東南アジアやアフリカから持ってくることで、その国の森林から木は伐採され、その木の根は腐ってしまうことがあるようです。森林では、根が大切な土を掴んでいることで、雨季などで発生する洪水から土が守られているのです。しかし、木を伐採することで根が腐り土を守れなくなり、土が洪水と共に流された森林は岩山となり、植物が育たない土地となります。私も14年間アフリカのエチオピアを訪ねていますが、昨年まで森林だった山が、いきなり岩山になっている風景を良く見かけます。

そこで、「木を原料とする製品を大切に長持ちさせればこの森林は守れるかもしれない」と思い生活をする中で、「私は森林を守る“ボランティア”をする人です」と言えるのではないのでしょうか。道端にゴミが落ちていれば拾って帰るなども習慣にすると、これも「私は“ボランティア”をする人です」となります。

まず、普段の生活の中で、そのような考え方や行動が自分の中に普通のことのように存在する人になることが重要です。頑張るって活動することも素晴らしいですが、頑張らずに普通に日常から「私は“ボランティア”をする人です」と言える人になりたいですね。

(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

●三遊亭究斗のミュージカル落語「宮沢賢治」

9月9日(土)午後2時開演/小ホール 全席自由/一般3,200円(友の会2,500円)、子ども(高校生以下)1,500円/3歳未満のひざ上鑑賞無料/終演後に友の会会員限定<トーク&交流会>を開催。

●友好都市喜多方マイスター講座～蒔絵給付け体験～

「蒔絵」の技法で給付けして、オリジナルの漆器を作ります。

9月30日(土)午後1時から/小ホール/1,500円/20人(申込順)/往復はがき、窓口でお申し込みください。往復は

がきは、往信欄に①応募する講座名②住所③氏名④年齢⑤性別⑥電話番号、返信欄の宛先に住所を記入し、ハミングホール「応募する講座名」係宛(〒207-0013 東大和市向原6-1)に郵送/参加料の支払方法を明記した参加証を返信します/必要事項の記入漏れは無効。

●Music Box みんなのコンサート<参加者募集>

リレーコンサートに出演し、スタインウェイ、ベヒシュタインピアノを大ホールで弾き比べませんか。

9月30日(土)午後2時から/大ホール/事前申込制[8月31日(木)必着]/1団体500円(1グループ15分)/応募者多数の場合は抽選。

新規に発売する自主事業

●サンリオファミリーミュージカル ハローキティのドリームトラベラー

11月26日(日)①午前11時開

演②午後2時開演/大ホール全席指定/2,400円/2歳以下ひざ上鑑賞無料。席が必要な場合は有料/友の会先行予約は8月29日(火)～9月1日(金)(電話予約のみ)、一般販売は9月2日(土)から電話予約を、9月3日(日)から窓口販売を開始します。

ロビーコンサート

●第198回ロビーコンサート 葉月「ソプラノデュオとピアノで贈る～爽やかな夏～」

8月30日(水)正午開演/入場無料

9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9月
その他施設	平成30年3月

市民を対象とした調整会議は、9月1日(金)午後1時30分から行います。

国民年金 だより

国民年金の保険料は便利で確実な口座振替で!

国民年金保険料の納め忘れがあると、将来受け取る老齢基礎年金額が減額されたり、受けられなくなったりします。また、万が一のときの障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなる場合があります。

そこで、国民年金保険料の納付には、便利で確実な口座振替をおすすめします。口座振替は、全国の銀行・郵便局・農協・漁協・信用金庫・信用組合・労働金庫で利用できます。

お申込みの際は、年金事務所、市役所及び金融機関に備え付けの申出書に必要な事項を記入して、口座振替を希望する金融機関等の窓口にて提出してください。



国民年金保険料をクレジットカードでお支払いいただけます

国民年金保険料が、クレジットカードで納付できます。

ご希望の方は年金事務所、市役所に備え付けの申出書に必要な事項を記入して、年金事務所に提出してください。

お支払いいただける保険料は「定額保険料」及び「付加保険料込みの定額保険料」です。

過去の未払い分及び保険料の一部を免除されている場合はご利用いただけません。

また、クレジットカードでの毎月払い(毎月の保険料を当月末に支払い)には割引はありません。二年前納、一年前納及び半年前納の割引額は、現金で納付する場合と同額となります。

なお、カード会社へのお支払い回数は一回払いのみとなりますのでご注意ください。

国民年金保険料の後納制度について

後納制度とは、時効で納めることができなかつた国民年金保険料について、過去5年分まで納めることができる制度です(平成30年9月までの特例措置)。

後納制度を利用することで、年金額が増えたり、納付した期間が不足して年金を受給できなかつた方が年金受給資格を得られる場合があります。

詳しい内容は、ねんきん加入者ダイヤル ☎0570-003-004 までお問い合わせください。

◆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。



自治会加入のすすめ

「住んでよかった」と思えるまちをつくるには、行政だけではなく市民の皆さんの活動も欠かすことができません。防犯・防災等で近所での連携が必要な時には、自治会が重要な役割を果たしています。そのため、市では、自治会の存在がまちづくりの核になると考え、自治会への加入をお勧めしています。「自治会に入りたい」、「新しい自治会を設立したい」とお考えの方はお気軽にご連絡ください。

▷問合せ 地域振興課・内線1711まで。