

今号の主な記事

- 3市共同資源物処理施設 生活環境影響調査結果の公表 ……2面
- 8月は平和月間 ……2面
- みのり福祉園納涼祭 ……3面
- 「かるがもひろば」で水遊び ……4面
- 国民健康保険のしくみと給付 ……5面
- 情報マップ・医師会コーナー ……6・7面

〔東大和市高齢者憲章(抄)〕

高齢者が、長年にわたって社会の発展につくしてきた人として、敬愛されるまちにしましょう。

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

**郷土博物館企画展示**  
**夏の自由研究**  
**おまかせ**  
**ください!**

身の回りのものを使った、ちよっとした実験・工作のヒントなどを紹介します。

**日時** 7月16日(土)～9月4日(日)午前9時～午後5時

**場所** 郷土博物館企画展示室(入場無料)

**【企画展示関連イベント】**  
**星座早見盤を作ろう**  
星座を探るときに使う、

**郷土博物館企画展示**  
**夏の自由研究**  
**おまかせ**  
**ください!**

**関連イベントも開催**

楽しい夏休み

**星座早見盤を作ります。**

**日時** 7月28日(木)・29日(金)午前10時～11時の間、好きな時間にお越しください。申込みは不要です。

**場所** 郷土博物館エントランスホール

**オリジナルコースター作り(事前申込制)**

電熱ペンで好きな絵を描き、コースターを作ります。

**日時** 7月30日(土)午前10時から

**場所** 郷土博物館会議室

**定員** 20人(申込順)

**ふしぎなコマ作り**

回すといろいろな色が見えるペンハムのコマを作ります。

**日時** 7月31日(日)午前10時～11時の間、好きな時間にお越しください。申込みは不要です。

**場所** 郷土博物館エントランスホール

**はたおりたいけん(事前申込制)**

機織の道具について学び、布地を織ってみます。

**日時** 8月21日(日)午前9時30分から

**場所** 郷土博物館エントランスホール

**対象** 小学生

**定員** 10人(申込順)

◆以上の申込み・問合せは、郷土博物館 ☎042-567-4800まで。

**星座早見盤を作ります。**

**日時** 7月28日(木)・29日(金)午前10時～11時の間、好きな時間にお越しください。申込みは不要です。

**場所** 郷土博物館エントランスホール

**オリジナルコースター作り(事前申込制)**

電熱ペンで好きな絵を描き、コースターを作ります。

**日時** 7月30日(土)午前10時から

**場所** 郷土博物館会議室

**定員** 20人(申込順)

**ふしぎなコマ作り**

回すといろいろな色が見えるペンハムのコマを作ります。

**日時** 7月31日(日)午前10時～11時の間、好きな時間にお越しください。申込みは不要です。

**場所** 郷土博物館エントランスホール

**はたおりたいけん(事前申込制)**

機織の道具について学び、布地を織ってみます。

**日時** 8月21日(日)午前9時30分から

**場所** 郷土博物館エントランスホール

**対象** 小学生

**定員** 10人(申込順)

◆以上の申込み・問合せは、郷土博物館 ☎042-567-4800まで。

**楽しい夏休み**

**を過ごすために**

●顔見知りの子どものには、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。

**問合せ** 指導室・内線1534まで。

**夏休み子どもの交通安全を妨げましょう**

子どもを事故から守るため、正しい交通マナーを身につけさせましょう。

**自転車安全利用五則**

自転車は、車道が原則、歩道は例外

車道は左側を通行

歩道は歩行者優先で、車道寄りを行く

安全ルールを守る(飲酒運転・二人乗り・並進の禁止、夜間はライトを点灯、交差点での信号遵守と一時停止・安全確認)

傘差し運転、携帯電話(画面注視を含む)やイヤホン等を使用しながらの運転もルール違反です。

子どもはヘルメットを着用

**問合せ** 東大和警察署 ☎042-566-0110まで。

**楽しい夏休み**

**を過ごすために**

●顔見知りの子どものには、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。

**問合せ** 指導室・内線1534まで。

**夏休み子どもの交通安全を妨げましょう**

子どもを事故から守るため、正しい交通マナーを身につけさせましょう。

**自転車安全利用五則**

自転車は、車道が原則、歩道は例外

車道は左側を通行

歩道は歩行者優先で、車道寄りを行く

安全ルールを守る(飲酒運転・二人乗り・並進の禁止、夜間はライトを点灯、交差点での信号遵守と一時停止・安全確認)

傘差し運転、携帯電話(画面注視を含む)やイヤホン等を使用しながらの運転もルール違反です。

子どもはヘルメットを着用

**問合せ** 東大和警察署 ☎042-566-0110まで。



夏休み恒例の上仲原公園でのラジオ体操(写真は一昨年度の様子)

楽しい夏休みを過ごすために

**7月31日(日) 東京都知事選挙**

**投票日時** 7月31日(日)午前7時～午後8時

**期日前・不在者投票日時** 7月15日(金)～7月30日(土)午前8時30分～午後8時

**期日前(不在者)投票所** 役所会議棟第1会議室

期日前投票所で投票する方は、自宅まで投票所入場整理券裏面の「期日前投票宣誓書」に、あらかじめ記入することができます。

**投票ができる方** 次の年齢要件及び住所要件のいずれにも該当する方。ただし、投票する時に、東京都外に転出した方、東京都内の区市町村に2回以上転出した方、転入届を提出していない方は、投票できません。

**選挙公報** 7月29日(金)までに全戸配布する予定です。

**問合せ** 選挙管理委員会事務局・内線1592まで。

**市職員を募集**

市では、平成29年4月1日付で採用する職員を募集します。

**試験の特徴** 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、従来型の公務員試験ではありません。民間企業志望者も十分に受験可能です。

**採用職種・応募資格**

一般事務・平成元年4月2日～平成7年4月1日生まれの方

一般事務(身体障害者)…次の全ての条件に該当する方

●平成元年4月2日～平成7年4月1日生まれ

●自力で通勤ができ、かつ介助員なしに職務の遂行ができる。

●身体障害者福祉法第15条に定め

出した方、選挙資格がない方は投票することができません。

**年齢要件** 平成10年8月1日以前に生まれた方

**住所要件**

平成28年4月13日までに転入届を出し、引き続き東大和市にお住まいの方

平成28年3月13日以降に東大和市から他の区市町村に住所を移した方のうち3か月以上東大和市にお住まいだった方

東大和市に選挙権がある方で、東京都内の区市町村に転出した方は、投票の際に「引き続き東京都内に住所を有する旨の証明書」または「住民票の写し」(選挙用は無料)が必要です。

**選挙公報** 7月29日(金)までに全戸配布する予定です。

**問合せ** 選挙管理委員会事務局・内線1592まで。

来たれ!熱意のある方

**市職員を募集**

市では、平成29年4月1日付で採用する職員を募集します。

**試験の特徴** 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、従来型の公務員試験ではありません。民間企業志望者も十分に受験可能です。

**採用職種・応募資格**

一般事務・平成元年4月2日～平成7年4月1日生まれの方

一般事務(身体障害者)…次の全ての条件に該当する方

●平成元年4月2日～平成7年4月1日生まれ

●自力で通勤ができ、かつ介助員なしに職務の遂行ができる。

●身体障害者福祉法第15条に定め



### 小平・村山・大和衛生組合より 3市共同資源物処理施設 生活環境影響調査

#### 結果の公表について

東大和市桜が丘2丁目122番地2で建設を計画している(仮称)3市共同資源物処理施設について、この度、施設の設定及び稼働に伴う生活環境影響調査を実施し、調査結果がまとまったため、次のとおり縦覧を行います。

**縦覧期間** 7月15日(金)～8月15日(月)土・日曜日、祝日は除く)の午前8時30分～午後5時15分

**縦覧場所** 小平・村山・大和衛生組合計画課、小平市役所資源循環課、武蔵村山市役所ごみ対策課、東大和市役所ごみ対策課

**意見書の提出** 7月15日(金)～8月29日(月)までの間に、小平・村山・大和衛生組合(〒187-0033小平市中島町2-1)に郵送、ファクス☎42-343 5374、メール(to:kmy-aisei@kumai.jp)持参のいずれかの方法で提出してください。

提出いただいた意見につ



現在、「こども」地方公共団体情報システム機構(ヘマイナンバーカード申請を行う場合、交付通知書の受

### 水銀を含む ごみに注意!

水銀を含むごみが清掃工場に持ち込まれると、焼却後の排ガス濃度に影響を与え、環境に負荷がかかります。水銀濃度が高くなると状況によっては焼却炉を停止することにつながり、ごみの処理ができなくなりま

す。

電池は必ず外して  
ください

電化製品やおもちゃ等に含まれる電池は必ず取り外してください。取り外した電池は、有害ごみの日に排出してください。

炊飯器など取り外しが困難な製品は粗大ごみとして排出してください。



### ごみ対策課からのお知らせ

### 廃棄物減量等 推進審議会の開催

**日時** 7月28日(水)午前10時30分から

**場所** 中央図書館2階視聴覚室

**傍聴者の定員** 10人(先着順。当日直接会場にお越しください)

**ごみ排出力レンドーのごみ対策課・内線1241まで。**

### マイバッグ 資源を入れてお買い物



マイナンバーカードを申請した方は、交付通知書が届きましたら、同封の案内書類を確認し、来庁日時を予約の上、市民課まで受け取りにお越しください。

**問合せ** 市のマイナンバー専用ダイヤル☎042-516 9301まで。

### 公園のマナーを守りましょう



公園やこども広場内で、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、また気持ちよく使えるよう、一人ひとりがマナーを守って、公園を利用しましょう。

- 公園やこども広場の「犬のふん」には多くの方が迷惑しています。飼い主が必ず持ち帰ってください。
- 犬を放して散歩させると、他の人を咬んだり転倒させたりする恐れがあり、大変危険です。犬は必ずリードでつないで散歩させましょう。
- ごみの投げ捨てはやめ、必ず持ち帰ってください。
- 夜遅くまで大声で騒ぐなど、近所の迷惑になることはやめましょう。
- たばこの投げ捨てや焚き火などは、大きな事故につながるのをやめましょう。
- 花火はやめましょう
- 公園やこども広場内での打ち上げ花火等は、非常に危険です。近所の方の迷惑になり、また、火災の原因にもなるのでやめましょう。
- 球技について

### 特色ある公園 懇談会委員を募集します

市では、平成28年3月に特色ある公園整備基本方針を策定しました。

地域の活性化の拠点となるような特色ある公園を整備するにあたり、懇談会を設置して広くご意見をいただきたいと考えています。

そこで、市民公募委員としてご意見をいただける方

### ルールを守って 深夜営業を 行いましょう

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による騒音は、近隣の方々にとってくつきり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、原則、カラオケなどの音響機器は使用できないこととなっています。深夜まで営業される場合は、音響機器等から発生

### 8月は 平和月間



世界の平和と安全を実現することは、人類共通の願いであると共に、崇高な責務でもあります。市では、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。今年も、平和への願いを込めて、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、多くの市民の皆さんの参加をお待ちしています。

**問合せ** 企画課・内線1425まで。

事業名	開催日時	場所	内容	問合せ
非核・平和図書展	8月3日(水)～25日(木)	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
多摩の戦跡パネル展	8月2日(火)～31日(水)	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
平和祈念・戦争資料展	8月3日(水)～31日(水)	中央公民館	広島・長崎被爆写真パネル等の展示	企画課(市役所4階)
戦争と平和について考える見学会	8月12日(金)	埼玉ピースミュージアム他	小学生を対象とした、戦争と平和について考えるバス見学会	中央公民館：042-564-2451
第12回 平和市民のつどい	8月13日(土)午後2時～7時40分	都立東大和南公園 平和広場	平和コンサート、戦争体験朗読劇、平和祈念キャンドルの点灯、旧日立航空機(株)変電所のライトアップ、平和祈念式典、広島派遣事業報告	企画課(市役所4階)
旧日立航空機(株)変電所特別公開	8月13日(土)午後2時～7時40分	都立東大和南公園 平和広場北側	被害を受けた旧日立航空機(株)の写真展示など	郷土博物館：042-567-4800

※開催日時は、各施設等の休館日は除きます。

### 熊本地震災害義援金 お礼と報告

4月18日から行ってきた「平成28年熊本地震災害義援金」では、窓口での募金箱の設置や街頭募金などの募金活動において、当市では、二三四万八〇二円(6月30日現在)の寄付がありました。お寄せいただいた義援金は、日本赤十字社を通じて、全額が被災された方に届けられます。

なお、募金は現在も福祉推進課(市役所2階)で受け付けています。

**問合せ** 福祉推進課・内線1132まで。

有害ごみ・スプレー缶類が他のごみに混ざると火災等の原因になります 有害ごみ・スプレー缶類は、決められた日に、品目ごとに袋に分けて排出してください。問合せ ごみ対策課・内線1241まで





みりの福祉園は、平成28年10月の「東大和市総合福祉センターはくとふる」開設に伴い閉園となります。今年で33回目となる恒例

の「納涼祭」も、最後の開催となります。最後を飾るにふさわしい盛大なお祭りを企画しています。ぜひご来場ください。



等でお越しください。問合せ みりの福祉園 ☎042-564-1381、ファクス ☎042-564-1382まで。

# 和らぐとぽ 東大和

東大和市の観光資源を紹介した「東大和ぐるっとさんぽ」を市公式動画チャンネルにて配信しています。通常は公開していない旧日立航空機株式会社変電所の2階部分や(仮称)東大

和郷土美術館(故・吉岡堅二画伯宅アトリエ)等を、まるでその場所にいるかのような臨場感で疑似体験することが出来ます。

さらに、市内各所に設置している3Dゴーグルにスマートフォンを取り付けると、バーチャルリアリティをお楽しみいただけます。

動画の種類 旧日立航空機株式会社変電所他4種類 視聴方法 YouTubeの東大和公式動画チャンネルに配信している「東大和く

るっとさんぽ」の動画をパソコン・スマートフォン等で視聴していただけます。視点を自由に動かすことが出来ます。

ウェブブラウザがInternet Explorerである、適切に視聴できません。Chrome, Opera, Firefox等をご利用ください。

3Dゴーグル設置場所 市役所1階観光情報コーナー、郷土博物館 問合せ 産業振興課・内線1074まで。

ウエブブラウザがInternet Explorerである、適切に視聴できません。Chrome, Opera, Firefox等をご利用ください。

観光キャラクター「うまべえ」出沒情報 Campaign Street Dancing in 東大和

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

毎年春に行われている、観光イベント「うまかんべえ」祭」を企画、運営する実行委員会委員を募集します。実行委員会は年間を通

じ活動しています。謝礼・報酬はありません。 募集期間 随時 応募条件 市内に在住・在勤または市内で活動している各種市民団体に所属している18歳以上の方で、次の条件を全て満たす方

●地域交流、活性化について強い志のある方 ●平日の夜間に毎月1回程度開催される会議に出席でき、準備期間及び当日等

●応募書類を確定しご本人に連絡します。 問合せ 産業振興課・内線1071まで。

●応募書類を確定しご本人に連絡します。 問合せ 産業振興課・内線1071まで。

●応募書類を確定しご本人に連絡します。 問合せ 産業振興課・内線1071まで。

●応募書類を確定しご本人に連絡します。 問合せ 産業振興課・内線1071まで。

●応募書類を確定しご本人に連絡します。 問合せ 産業振興課・内線1071まで。

●応募書類を確定しご本人に連絡します。 問合せ 産業振興課・内線1071まで。



祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方 祭の開催に協力できる方

## 中央図書館会議室を自習室として開放します(試行)

中央図書館では次の期間、会議室を試験的に自習室として開放します。

対象 5年生以上の小学生及び中学・高校生で東大和市の図書館利用カードを

持っている方 日時 7月23日(土)〜8月31日(水)午前10時30分〜午後4時45分(図書館休館日は

加えて午後1時から) 夏の一般番組「宇宙への旅」 ドームいっぱい広がるプラネタリウムならではの映像をお楽しみください。

投影開始時刻 午後3時から 夏休み特別番組「火星旅行へ出かけよう」 プラネタリウムの機能を使って、宇宙旅行へ出かけましょう。

## 第6回オータムフェスティバル 出演グループ大募集

オータムフェスティバルは出演者全員で作る、若者が日頃の活動の成果を発表するイベントです。昨年もバンド、ダンス、フォークソングなど様々なグループ

が出演しました。この機会に、音響設備の整ったステージで、日頃の練習成果を発表してみませんか。

日時 11月5日(土)午前10時〜午後5時(予定) 場所 中央公民館ホールピロティ

出演申し込み 7月23日(土)まで 出演グループは申込順で12団体を予定しています。

出演グループ説明会 8月6日(土)午後2時〜4時に中央公民館で行います。

## 友好都市イベント情報 日橋川川の祭典

喜多方市をはじめ、周辺地域は豊かな川に育まれ発展してきました。「川の祭典」では、手作りのイカダ

によるイカダ下り大会や夜空を彩る花火大会など、夏満喫のイベントを楽しめます。

開催場所 イカダ下り大会・喜多方市塩川町日橋川緑地公園上流特設会場 花火大会・喜多方市塩川町日橋川緑地公園特設花火会場

開催日 7月31日(日) 荒天の場合は、イカダ下り大会は中止、花火大会は翌日に延期となります。

開催時間 イカダ下り大会・午前9時30分〜午後4時 花火大会・午後7時30分〜8時30分

## ご利用ください 羽村市自然休暇村

市では、市民の皆さんが羽村市自然休暇村を利用して、自然を満喫していただけます。

予約受付は羽村市民と同一価格でご利用できます。

施設の所在地 山梨県北杜市高根町清里3545 3877

利用方法 直接、自然休暇村(☎0551-484017/フリーダイヤル0120-474017(携帯不可))へ連絡してください。

施設案内 市役所1階市民ロビー、市民生活課(市役所3階)にて配布

## 問合せ 市民生活課・内線1711まで。

問合せ 市民生活課・内線1711まで。

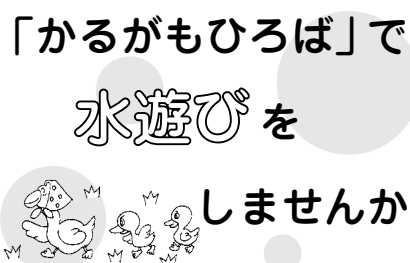
問合せ 市民生活課・内線1711まで。

問合せ 市民生活課・内線1711まで。

問合せ 市民生活課・内線1711まで。

問合せ 市民生活課・内線1711まで。





**持ち物** 体を拭くタオル、水着や水遊び用のオムツ等  
**受付方法** 当日、事務室受付に声をおかけください。予約は必要ありません。発熱や下痢、とびひ、水いぼ等の症状がある場合は利用できません。  
**8月の出張かるがもひろば** 保育士が集会所などに出張し、親子で手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お気軽にお受けします。  
**対象** 3歳までの乳幼児とその保護者  
**開催日・場所**  
 日時 8月1日(月)～31日(水) 午前10時～11時50分  
 受付は11時30分まで。土・日曜日を除く。  
 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

### 家庭的保育事業 (保育ママ) を募集します

家庭的保育事業(保育ママ)は、保育の技能と経験を生かして、生後5日～3歳未満の乳幼児を自宅等において保育する事業です。市では家庭的保育事業を行う方を募集しています。次の全ての条件に該当する方は、ぜひご応募ください。現在実施している保育ママの施設も見学できます。

開催日	場所
8月10日(水)	新堀地区会館
8月24日(水)	芋窪集会所
8月29日(月)	かみきただい児童館
8月30日(火)	さくらがおか児童館

**家庭的保育事業者の条件**  
 市内在住の心身健全な方  
 保育士、教員、助産師、保健師、看護師のいずれかの資格を有し、かつ保育経験を有すること。また、市が指定する研修を受講し、修了すること  
 ●研修実施時期 10月～12月のうちの6日間(研修後、実習が2日間以上必要です)  
 ●研修場所 西新宿、飯田橋、立川、新宿、茗荷谷等  
 現在、養育している6歳未満の子どもらいがないこと

**時間** 午前10時30分～11時45分  
**当日直接会場にお越しください。**  
**みんなの力で防ごう！児童虐待**  
 児童虐待は、発育の遅れ・情緒不安定等、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、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。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いつも聞こえる。  
 ●子どもの衣服や身体が極端に不衛生である。  
 ●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。  
 ◆以上のお問合せは、子ども家庭支援センター ☎042-563-3651まで。

### 高齢者向け給付金 (年金生活者等支援臨時福祉給付金の申請を受け付けています)

高齢者向け給付金(年金生活者等支援臨時福祉給付金)の申請を受け付けています。  
**提出先** 臨時福祉給付金等担当(市役所2階 207-855 東大和市中央3 930)  
**問合せ** 臨時福祉給付金等コールセンター・内線3910まで。  
**受付時間** 午前8時30分～午後5時。土・日曜日、祝日は除く。  
 該当の方で、まだ申請していない方は、お早めに申請してください。

### 職場見学を兼ねた 保育職員の面接会

ハローワーク立川は、認定こども園東大和子ども園(学校法人大和学園大和富士幼稚園)で、保育職員のツアア面接会を開催します。保育のツアア面接会は、職場見学と面接をセットにした面接会です。ぜひご参加ください。  
**募集職種** 保育職員  
**問合せ** ハローワーク立川 ☎042-525-8629へ。

### 国民健康保険の 保健事業

国民健康保険被保険者の方を対象に、診療報酬明細書(レセプト)データ及び特定健康診査のデータを活用した保健事業を実施します。  
**医療機関への受診勧奨通知の送付**  
 特定健康診査の結果から改善が必要な項目があった方のうち、医療機関を受診していない方、生活習慣病

### 介護サービス利用料等の 軽減を実施します

**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、原則として全額利用者負担となつています。次の費用には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に入所した場合の食費と居住費(室料や光熱水費相当)の食費と滞在費(室料や光熱水費相当)の対象の段階別負担限度額は表1参照。  
**利用者負担額の軽減**  
 次のすべての条件に該当する被保険者が、軽減措置を実施する事業者から対象となるサービスを受けた場合、利用者負担額、食費及び居住費等が25パーセント

表1 食費・居住費(滞在費)に係る軽減の対象要件及び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		従来型個室		
			個室	準個室	介護老人福祉施設	介護療養型医療施設	
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がある場合は対象外になります。なお、一定額を超える預貯金等の金額とは、配偶者がいる方は合計2,000万円、配偶者がいない方は1,000万円です。

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1137～1139まで。

**【食費・居住費の軽減、利用者負担額の軽減の申請方法】**  
 申請書に必要事項を記入・押印し、高齢介護課(市役所2階)に申請してください。なお、申請日現在の預貯金額が確認できる書類や通帳等の写しが必要(食費・居住費の軽減は、配偶者も必要)になります。また、「利用者負担額の軽減」は、平成27年中の収入が確認できる書類(非課税証明書やその他収入がある場合は、その通帳の写し等)が必要になります。前年に該当した方には市から申請の案内を郵送します。

軽減されず、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平成27年中の年間収入総額が表2に掲げる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の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)介護福祉施設サービス(5)訪問入浴介護(6)訪問看護(7)訪問リハビリテーション(8)通所リハビリテーション(9)短期入所療養介護(10)小規模多機能型居宅介護(11)認知症対応型通所介護(12)夜間対応型訪問介護



# 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)の病気の発生、出産及び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、次のいずれにも該当しない方です。

- 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
- 後期高齢者医療制度の被保険者
- 生活保護を受けている方

また、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、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す。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)。

表1 届出一覧

	こんな時	手続きに必要なもの
取得する場合	東大和市に転入してきた時	印鑑、他の市区町村の転出証明書
	職場の健康保険をやめた時	印鑑、資格喪失証明書または退職証明書
	子どもが生まれた時	印鑑、被保険者証、母子健康手帳
	生活保護廃止の時	印鑑、生活保護受給証明書
喪失する場合	東大和市から転出する時	印鑑、被保険者証
	職場の健康保険に加入した時	印鑑、国保・社保両方の被保険者証
	死亡した時	印鑑、被保険者証
	生活保護開始の時	印鑑、被保険者証、生活保護受給証明書
その他	住所、氏名、世帯主などに変更があった時	印鑑、被保険者証
	被保険者証をなくした時	印鑑、身分証明書等
	子どもが修学で他の市町村に転出する時	印鑑、在学証明書、被保険者証

※1 本人が手続きする場合、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顔写真付きの公的身分証明書がある場合は、窓口で交付します。

表2 給付一覧

	こんな時	このような給付が
療養給付	○病気になった時 ○けがをした時 ○歯が痛む時	総医療費の一部【一部負担金(未就学児は2割、70歳以上75歳未満は1割~3割)】の支払いで治療が受けられます。
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	自己負担限度額を超えた時、その超えた分を高額療養費として後から支給されます。対象の方には診療月の2~3か月後に、世帯主宛に通知しますので申請してください。 ※医療機関に提示することにより、入院・外来とも窓口の支払いが自己負担限度額までとなる「限度額認定証」があります。
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	いったん全額自己負担となりますが、その後、保険年金課へ申請し、東京都国民健康保険団体連合会での審査を経て、支給決定されると、自己負担限度額を除いた額が後から支給されます。申請から3か月程度かかります。診療報酬明細書(レセプト)等が必要となります。保険年金課にお問い合わせください。 ※審査の結果、支給されない場合があります。 ※はり、灸については支給の対象となる疾病に限られています(神経痛、リウマチ等)。 ※医師が治療上必要と認められた証明書等が必要な場合があります。
	○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られ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	出産育児一時金42万円が支給されます。なお、支払い先(医療機関・本人)によって、申請時期や書類が異なりますのでお問い合わせください。
	○被保険者が亡くなられた時	喪主に対し、葬祭費5万円が支給されます。
	○人間ドック受診料の一部助成(脳ドックを含む)	日本病院会、全日本病院協会の指定を受けた病院、独立行政法人国立病院機構、公立病院、健康保険法に規定される保険医療機関で人間ドックまたは脳ドックを受診した時、1人に年度で1回に限り23,000円を限度に助成します。 ※受診日に満40歳以上、納期の到来した国保税の未納がない方が対象です。 ※PET健診及び簡易な健康診断は対象外です。 ※申請期限は、受診後、1年以内です。
※その他、訪問看護ステーションの利用料や重病人の入院などの移送費の一部が支給される場合があります。		

(注) 申請期限は、高額療養費、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 一部負担金割合別の市町村民税課税所得(以下、課税所得)等と自己負担限度額

一部負担金の割合	区分		自己負担限度額(1か月)		
	平成28年度の課税所得	判定対象世帯員	収入(注4)	外来	外来+入院(世帯単位)
2割(注1)	145万円未満	国保被保険者が2人以上	520万円未満	12,000円(一般)	44,400円(一般)
			383万円未満		
3割	145万円以上	国保被保険者が2人以上	520万円以上	44,400円(現役並み所得者)	80,100円+(医療費-267,000円)×1%(現役並み所得者)
		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210万円以下の場合には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。※申請不要  
 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の割合が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及び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

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。



### 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は、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(日)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、更新手続きが必要です。更新手続きの対象の方には申請用紙を送付しますので、申請用紙に同封のご案内に基づき、手続きをお願いいたします。

**国保高齢受給者(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)から国保高齢受給者証の対象となります。  
 該当する方には、70歳の誕生月の月末(誕生日が1日の場合は前月の月末)までに、国保高齢受給者証を送付します。病院などにかかる場合は、被保険者証と一緒に提示してください。  
 現在お持ちの国保高齢受給者証の有効期限は平成28年7月31日(日)までです。新しい国保高齢受給者証は、7月下旬に郵送します。使用できなくなった国保高齢

受給者証は、保険年金課または市民センターに返却するか、各自で裁断するなど、確実に処分してください。  
 なお、平成29年7月31日(月)までに75歳になる方は、後期高齢者医療制度に移行するため、75歳の誕生日前日が国保高齢受給者証の有効期限となります。



**国保高齢受給者証の一部負担金の割合と所得区分判定基準**  
 国保高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~3割(国保高齢受給者証に記載)自己負担限度額までです。  
 国保高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相談を**  
 交通事故など第三者(加害者)の行為で、けがなどをした時は、警察に届けて事故証明をもらい、保険年金課へ「第三者行為による傷病届」を提出してください。国保では、医療費を一時的に立て替え、後に加害者に請求します。  
**特定健康診査・特定保健指導**  
 原則、40歳から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。健診を受診した方には、生活習慣病の予防に必要な基本的な情報を提供します。また、受診の結果、生活習慣病になりやすいと判定された方には、特定保健指導(動機付け支援または積極的支援)の利用券を送付します。  
 ◆以上のお問合せは、保険年金課国民健康保険給付係・内線1021、国民健康保険係・内線1023まで。



# 情報マップ



## B型肝炎予防接種が定期予防接種になります

平成28年10月1日から、B型肝炎予防接種が定期接種となります。

**対象者** 平成28年4月1日以降に生まれ、接種当日2か月から1歳の誕生日の前日までの方／**接種回数** 3回(今までに接種したB型肝炎ワクチンの回数と合計して3回まで)／予診票の発送は9月中旬下旬を予定／市立保健センター ☎042-565 5211まで。



## 食育推進事業「フライパンでピザ作り！」

フライパンを使って、夏らしいピザを作りませんか。簡単にできるデザートも作ります。お友だちとの参加も大歓迎です。

小学4年生・中学生／8月17日(水)午前9時30分～午後0時30分／場所 市立保健センター

保健センター／20人(申込順)／エプロン、三角巾、筆記用具

**親子料理教室**  
夏休み、人気の学校給食メニュー作りに挑戦してみませんか。

小学生とその保護者／8月3日(水)午前9時30分～午後0時30分／場所 市立保健センター／16組32人(申込順)／食育の話、調理実習、試食／エプロン、三角巾、筆記用具



## 両親学級(9月コース/全5回)

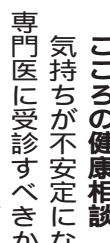
妊婦とその家族／**期日等** 左表のとおり／午前は9時30分～正午、午後は1時30分～4時／**場所** 市立保健センター／20組(申込制) 8月1日(月)から受付開始) 第1子目の方を優先。定員を超えた場合は、11月のコースになります。第5回は、午前または午後の参加／母子健康手帳、筆記用具

開催日	内容	時間
第1回 9月8日(木)	産科医師の話	午後
第2回 9月12日(月)	妊娠中の歯の話	午後
第3回 9月15日(木)	妊娠中の栄養の話と調理実習	午前
第4回 9月29日(木)	妊婦体操と呼吸法	午後
第5回 10月1日(土)	もく浴の実習	午前 午後

**こころの健康づくり講演**  
会々大切な人のために、あなたができること

周囲の人の変化への気付きや声かけについてお話しします。あなたの大切な人の不調を知って、困っている人へ寄り添える人になりましょう。

8月22日(月)午前9時30分～11時30分／場所 市立保健センター／講師 吉村由未氏(臨床心理士)／20人程度(申込順)



## 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及びその家族のために、保健師や専門医が相談にのります。

8月3日(水)午前10時～正午(事前申込制)／場所 市立保健センター

◆以上の申込み問合せは、市立保健センター ☎042-565 5211まで。



## 市へのご寄付

次の団体から市へのご寄付がありました。厚くお礼申し上げます。(敬称略)

- 麻雀卓(台付) 13台
- 麻雀牌 13セット
- 健康麻雀同好会
- 中央公民館で活用させていただきます。



**審議会等**  
審議会等の傍聴ができません(定員10人。先着順)。当日直接会場にお越しください。

**環境保全審議会**  
7月21日(木)午後1時30分から／場所 中央図書館／環境課・内線1274まで。

**介護保険運営協議会**  
8月2日(火)午後7時から／場所 市役所会議棟第7・8会議室／高齢介護課・内線1137まで。

**第1回総合教育会議**  
8月5日(金)午後3時30分から／場所 中央公民館／学校教育課・内線1511まで。

「(仮称)芋窪六丁目・上北台二丁目地区地区計画等」に関する懇談会

市では、新青梅街道拡幅事業に伴い、沿線地区である芋窪六丁目・上北台一丁目地区について、街づくりのルールを定める地区計画等の導入を検討しています。

東大和市街づくり条例の規定に基づき、市民の皆さんのご意見を伺うため、懇談会を開催します。

8月5日(金)午後7時～8時30分 8月6日(土)午後2時～3時30分 8月7日(日)午前10時～11時30分／場所 芋窪集会所／都市計画課・内線1255まで。

## 国立感染症研究所村山庁舎(武蔵村山市)の一般公開

7月30日(土)午後1時～5時(入場は4時30分まで)／感染症の解説、ゲーム・工作、各種体験コーナー／駐車場に限りがあります。お待たせいただく場合があります。国立感染症研究所村山庁舎 ☎042-561 0771へ。



**平成28年度排水設備工事責任技術者資格認定共通試験**  
試験日 10月2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(渋谷区渋谷4-4-25)／受験手数料 六、〇〇〇円／主催 東京都下水道局／申込書の配布 7月21日(木)～8月31日(水)の間、下水道課(市役所2階)で配布(土・日曜日、祝日は除く)／申込方法 申込書に必要事項を記入し、8月1日(月)～31日(水)に同封の封筒に入れて、東京都下水道サービスク(〒100-0044千代田区大手町2-6-2)へ郵送(当日消印有効)／下水道課・内線1235まで。

**植物(ウメ・モモなど)の病気の原因となるプラムポックスウイルス調査を実施**

農林水産省と東京都では、7月下旬～9月上旬に、市内のウメ・モモなどの「ウメ輪紋ウイルス(プラムポックスウイルス)調査」を行います(職員証を持参)。ウイルス感染の疑いがある場合、所有者の了解を得たうえで、葉を採取します。ご協力をお願いします。

なお、プラムポックスウイルスは、人や動物には感染しません。また、感染している果実を食べても健康に影響はありません。東京都農業振興事務所 ☎042-548 4881または農林水産省横浜植物防疫所国内検査担当 ☎045-285 7135へ。



**社会福祉協議会 さわやかサービスの協力会員を募集しています**

安心して暮らせるまちづくりのひととして、市民相互の助け合い活動「さわやかサービス」を実施しています。これは、高齢者等への家事援助サービス及び子どもを自宅で預かる子育て支援サービスです。

現在、サービスの担い手となる協力会員を募集しています。本会の「さわやか講座」を受講すれば、協力会員になることができます(その他、訪問介護員・看護師・保育士等の資格でも可。子育て支援の活動は、子育て経験のみでも可)。

活動すると1時間当たり900円の報酬が支給されます。仕事や家事、子育ての合間を使って、活動ができます。助け合いの気持ちで、さわやかサービスの協力会員になりませんか。社会福祉協議会さわやかサービス ☎042-567 0013へ。

**見守り・声かけ活動**

高齢者に対する見守り・声かけ活動を行っています。この活動は、高齢者の安否確認とふれあいのある地域づくりを目指す活動です。お申し込みいただくと、近隣の方々がボランティアとして高齢者のお宅を訪問し「声かけ」をしたり、さりげなく「見守り」を行います。「見守り」か「声かけ」かは、希望により選択できます。費用は無料です。

日中ひとりであることが多い方や、家族と離れて暮らしている方、ご近所にお

---キリトリ線---

**平成28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)	2,300円	2,100円
子ども(小・中学生)	1,200円	1,000円
幼児(4歳以上の未就学児)	300円	200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28年7月16日(土)～9月4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

## 乳幼児の熱中症

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**

遊びに熱中していたり、眠っている時は、乳幼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。

**地面に近いほど暑い**

身長が低いことや、ベビーカーに座っている状態は、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 暑い環境になります。



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、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、熱がこもりにくく体温調節しやすい服装を選ぶことも大切です。

なお、この活動に協力いただける方も募集しています。活動に関心がある方はご連絡ください。社会福祉協議会 ☎042-564 0012へ。



市民情報

凡例 場所、講師、費用(記載のないものは無料) 入会金、月会費、持ち物、問合せ、申込み

川の清掃「第28回空堀川の清掃」(空堀川を考える会) / 7月23日(土)午前8時30分〜11時(小雨決行。雨天の場合は翌日へ順延) / 集合場所:清水富士見緑地 / 軍手と火バサミは主催者で用意 / 保険は主催者で加入 / 後援:東京都北多摩北部建設事務所 / 協賛:東大和市、森永乳業(株) / 小倉070-5467-6860

3時 / 中央図書館 / 50人 / 絵本の読み聞かせ、わらべうた、おり紙 / 上田042-562-2175

東大和市シニア健康水泳教室(水泳協会) / 60歳以上の男女(初心者、初級者の方歓迎) / 8月20日(土)・21日(日)・27日(土)・28日(日)午後4時〜5時30分 / 東大和市ロンドみんなのプール / 20人(申込順) / 楽しく泳いで25m完泳を目指しましょう / 水着、ゴーグル、スイムキャップ / 8月10日までに杉本070-6409-1226へ。

市内のアマチュアの合唱と器楽演奏の発表会 / 合唱連盟加盟団体1人300円、非加盟団体1人千円(3人以下の団体1人千二百円)、高校生以下の1団体三千円 / 8月27日までに手塚042-563-1991へ(午後7時以降)。

第17回演奏会参加者募集(市民合唱団「第九を歌う会」) / 市民の成人及び小学生、高校生 / 平成29年2月26日(日)午後2時〜4時 / ハミングホール / 74人 / フォーレ「レクイエム」、「ヴィヴァルディが見た日本の四季」 / 指揮者 辻秀幸 / 二万円(参加費・楽譜代) / 8月31日までに河本042-564-0173へ。

第18回MOA美術館東大和児童作品展(MOA美術館東大和児童作品展実行委員会) / 小学1〜6年生 / 中央公民館ホール(12月展示予定) / 絵画の部:4つ切り(B3)の水彩・パステル。書写の部:半紙/どちらもテーマは自由。全ての作品が展示され、優秀作品はフランスで展示されます / 9月16日までに作品を提出してください / 山城042-565-2986

市内のアマチュアの合唱と器楽演奏の発表会 / 合唱連盟加盟団体1人300円、非加盟団体1人千円(3人以下の団体1人千二百円)、高校生以下の1団体三千円 / 8月27日までに手塚042-563-1991へ(午後7時以降)。

夏休みラジオ体操

ラジオ体操講習会 人形劇パネルシアター(ラジオ体操連盟) / 7月21日(木)〜8月24日(水)午前6時20分〜6時45分(雨天中止) / 7月22日(金)午前6時45分〜7時30分 / 7月25日(月)午前6時45分〜7時30分 / 上仲原公園芝生広場 / 上演作品「三匹のヤギのガラガラドン」「ももたろ」 / 小坂愛 / 藤原042-562-1373

キッズ・フラ体験教室「フラガールになろうよ」(ラウナ・レア・ヒナノ新規発足) / 年長以上 / 小学生 / 7月23日(土)・30日(土)午前10時30分〜11時30分 / 奈良橋市民センター / 10人(申込順) / フラダンス。お子様の往復にご配慮ください。付き添い可 / 尾崎実千代 / 飲み物、汗ふき用タオル(スカート) / 私服可 / 7月21日までに尾崎042-9088へ。

挑戦(東大和ごみレスくらぶ) / 7月24日(日)午前10時〜正午 / 上北台公民館 / 20人抽選 / 生ごみのたい肥化 / 内野真奈美 / 7月17日までに内野042-562-1935(ファクス兼用)へ。

ジュニア育成ソフトテニス技術講習会(ソフトテニス連盟) / 市内在住の小・中学生、高校生 / 8月7日(日)午前9時〜午後5時 / 都立東大和南公園テニスコート / 50人(申込順) / ソフトテニスの基本・中級・上級技術の講習 / 大谷直哉ほか / テニスシューズラケット / 7月22日までに山本042-564-6286へ。

文庫連まつり(文庫連絡会) / 幼児親子、小学生 / 7月25日(月)午後1時30分〜4時30分 / 3・4年生 / 東大和市ロンド桜が丘フイールド / 各学年100人(申込順) / リーグチームのコーチたちがサッカーの面白さを教えてくれる / F C東京のコーチ他 / サツカーボール(4号球)、飲料水、帽子等 / 7月27日までに小澤042-563-6383へ(協会登録チームはチームでまとめてお申し込みください)。

女子ダブルスA・B(テニス連盟) / 市内在住・在勤・在学の中・高以上のペア(A・中・上級者、B・初心者・初級者) / 9月11日(日)午前8時20分〜午後6時(予備日9月22日(祝)) / Aは午前10時、Bは午前8時20分までに集合 / 東大和市ロンドテニススクエア / 1ペア二千円、大人と中高生ペア千五百円、中高生ペア千円 / 8月26日までに東大和市ロンドみんなの体育館に置いてある台帳に記入 / 連盟メールで tennis@ymensis.org

市民音楽祭合唱連盟 / 市内のアマチュアの合唱と器楽演奏のグループ / 10月23日(日)午前11時30分〜午後4時 / ハミングホール / 4時 / ハミングホール / 山城042-565-2986

市内のアマチュアの合唱と器楽演奏の発表会 / 合唱連盟加盟団体1人300円、非加盟団体1人千円(3人以下の団体1人千二百円)、高校生以下の1団体三千円 / 8月27日までに手塚042-563-1991へ(午後7時以降)。

医師会コーナー

腰部脊柱管狭窄症について

人間が立って歩く限り、腰は常に無理な姿勢では痛みを感じるようになってきます。私も腰痛に若い頃から随分と悩まされてきました。この腰痛の1つであり、この頃話題になることの多い腰部脊柱管狭窄症について説明します。

腰部脊柱管狭窄症は、変形した椎間板や椎間関節、肥厚した黄色靭帯が脊髄を前後から圧迫することによって下肢に色々な症状を起す病気です(これに対して腰椎椎間板ヘルニアは、主に椎間板の変性により神経根を前方から圧迫するものです)。

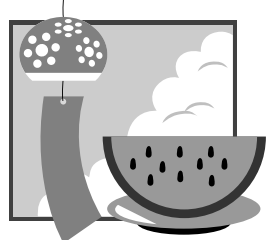
特徴は、間欠跛行です。これは歩くと脚の痛みやしびれが強くなり歩行困難をきたすものの、数分間の安静によってまた歩行可能になることを言います。病気が進むにつれて歩ける距離が短くなってきます。自転車に乗るなどの前傾姿勢では症状が消えるのが特徴です。家で腹ばいになって膝を曲げると、大腿部に疼痛が走るようなら専門医の診察を受けることをお勧めします。

痛みが主な症状の場合は、生活に無理をせず、座る姿勢を多くして、歩行は可能な範囲にとどめ、椅子・杖・シルバーカー等を活用するのがよく、このようなことで自然と治る傾向があるとされています。

専門医は、下肢のしびれや歩行能力の改善には、薬を出し、必要に応じて腰椎のMRIを撮り、症状に応じて手術を勧めます。

足がしびれて足に原因があると思って来院する人の中にも、実際には腰部脊柱管狭窄症が原因の人が多々いらっしゃいます。心配な方は早めに診察を受けましょう。

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

自衛官募集案内 自衛官候補生(任期制隊員) 一般自衛官候補生 航空学生(パイロット養成コース) 防衛医科大学校医学教育部署 看護学学生・医学科学学生 / 資格: 18歳以上27歳未満の方、18歳以上21歳未満の方(いずれも平成29年4月1日現在) / 応募受付期間: 男子は年間を通じて募集、女子は8月1日〜9月8日、9月5日〜30日 / 試験日: 男子は受付時にお知らせ、女子は9月23日〜27日のいずれか1日、9月16日・17日のいずれか1日、9月22日 / は看護学科・10月15日 / 医学科・10月29日及び30日 / 防衛省国防分募集案内所042-324-1010

市税・国民健康保険税 土曜収納窓口を開設します

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単便利な口座振替もあります】 納税課(市役所1階)では、

《今月の納期》 納期限 8月1日(月)
・固定資産税・都市計画税 第2期
・国民健康保険税 第1期全期前納
・介護保険料 第1期
・後期高齢者医療保険料 第1期
お問合せは、納税課・内線 1041まで。

ほん本・BOOK 図書館の新书推荐を(紹介)します。
一般書
・漂流の島 高橋大輔著
・リオデジャネイロという生き方 中原仁・ケイタ ブラジル共著
・自分を知らぬいのちの科 録音図書 鹿の王 下 上橋菜穂子著
児童書
・パンブルアーディ センダック、モリス作
・小やぎのかんむり 市川朔久子作

電話やホームページで予約できます(録音図書の利用は、障害者登録をしている方に限ります)。お問合せは、中央図書館☎042-564-2454まで。
リオデジャネイロという生き方
小やぎのかんむり



# 市民記者レポート



## 高齢者と共に一母との暮らしから

私の母は、今年の3月で92歳になりました。年齢が年齢だけに、肉体的な不具合は抱えていますが、心が元気なので、その不具合にへこたれずに日々前向きに生きています。私の食事作りなど、家事も一生懸命やってくれています。そのせいか、物忘れは多くなったものの、認知症にはなっていません。

高齢者が関係する悲惨な事件や事故が、連日報道されています。そして、こうした事になってしまう家庭と私たち親子とは、どこが違うのかと考えます。

そこでいつも思い至るのは、“高齢者”に対する感じ方やイメージの持ち方の相違です。

マスコミなどで高齢者の特集がよく組まれますが、どんなに美辞麗句を並べても、その根底に一貫して流れているのは、老いに対する負のイメージです。これは、社会全体の本音を吐露していると言えます。

この社会の“常識”に取り囲まれている各家庭は、必然的に、高齢者に対する否定的な考え方の影響に晒される事になります。

しかし、私たち親子は、この社会から押し寄せる波を、何と無く潜り抜けてきたみたいで、思い当たる大きな理由に、私たち親子は、お互いに遠慮無く迷惑を掛け合い、世話をし合うという関係を築いて来たという事を、上げる事が出来ます。

私たち親子には、《母＝面倒を掛ける人／息子＝面倒を掛けられる人》《母＝頼る人／息子＝頼られる人》という図式はありません。各自の出来ないことを、互いに補い合いながら生活しています。それで間に合わない場合は、外部の人の手を借ります。

このような親子関係を実現出来る背景として、東大和市という街の存在は大きいです。この市について、不満を持たれる方もおられるかも知れませんが、私たちにとっては住みやすい所です。母も私も、市の業務に携わる方々の常日頃の献身に感謝しています。

(市民記者 浅利和彦)

## 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

### 新規に発売する自主事業

ハミング・ザ・シネマ / 秋の音楽・歌謡映画まつり (平成28年度文化庁優秀映画鑑賞推進事業)

ジャンケン娘 / 9月30日(金) 午前11時開演

大学の若大将 / 9月30日(金) 午後1時30分開演

エノケンの頑張り戦術 / 10月1日(土) 午前11時開演

君も出世ができる / 10月1日(土) 午後1時30分開演

【ハミング・ザ・シネマの共通事項】

大ホール 全席自由 / 各回500円、全作品見放題チケット1,200円(2日間有効) / 友の会先行予約は7月15日(金)まで

(電話予約のみ) 一般販売は7月16日(土)から電話予約、7月17日(日)から窓口販売を開始。

### タイムファイブコンサート

2016 Japanese Standards

10月29日(土)午後4時30分開演 / 小ホール 全席自由 / 一般3,000円(友の会2,500円) / 未就学児童の入場はご遠慮ください / 友の会先行予約は7月26日(火)～29日(金)(電話予約のみ) 一般販売は7月30日(土)から電話予約、7月31日(日)から窓口販売を開始します。

10月29日(土)午後4時30分開演 / 小ホール 全席自由 / 一般3,000円(友の会2,500円) / 未就学児童の入場はご遠慮ください / 友の会先行予約は7月26日(火)～29日(金)(電話予約のみ) 一般販売は7月30日(土)から電話予約、7月31日(日)から窓口販売を開始します。



### チケット発売中の自主事業

スグテツコンサート～クラシックを遊ぶ真夏の音楽実験室～

8月21日(日)午後3時開演 /

小ホール 全席自由 / 一般2,500円(友の会2,000円) / 3歳未満の入場はご遠慮ください。



### ミュージカル「眠れる森の美女」

9月25日(日)午後2時開演 / 大ホール 全席指定 / 大人・子ども同一料金2,500円(友の会2,250円) / 3歳未満のひざ上鑑賞は無料です。

### 8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29年8月
その他の施設	平成29年2月

市民を対象とした調整会議は、8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は、被用者年金制度の被保険者または、老齢(退職)年金を受付けられる方を除いて、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ませんが、年金受給権は25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出来ます。また、昭和40年4月1日以前に生まれ

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出来る場合は、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を** 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いことはありません。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。年金事務所等の

## 第66回はたらく消防の写生会作品展

市内小学校で消防車の写生を行いました。その中から選ばれた入選作品を展示します。ぜひご覧ください。

▷日時 7月22日(金)午後～7月28日(木)正午の開館時間内

▷場所 中央公民館2階ロビー

▷問合せ 北多摩西部消防署 ☎042-565-0119へ

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、年金事務所の職員が訪問する際は、身分証明書を携帯していますのでご確認ください。**《ここに注意》** 現在、「社会保険庁」や「社会保険事務所」という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。**ねんきんダイヤルをご利用ください**  
電話番号 057005  
1165  
IP電話・PHSからは0367001165  
**受付時間**  
●月～金曜日(年末年始、祝日は除く) 午前8時30分～午後5時15分  
●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。