

東やまと市報

今号の主な記事

平成26年度予算の概要	1~3面
市道愛称の投票を	4面
後期高齢者医療保険料率の改定	4面
5月1日から市民葬儀料金を改定	4面
平和文集の原稿を募集します	5面
平成26年度青少年健全育成方針	5面
情報マップ・健康ひとくちメモ	6・7面

〔東大和市男女共同参画 都市宣言(抄)〕

わたしたちは 性別による差別をなくし 自らの意思で社会のあらゆる分野に参画できる 魅力あるまちをつくります

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

平成26年度予算

住みよい、活気あるまちづくりのために

平成26年度の一般会計と5つの特別会計を合わせた予算総額は、四七四億六、七三三万二、〇〇〇円(前年度比4.1%増)となりました。

予算編成では、「開かれた市政の実現のため、情報公開と説明責任の徹底を図り、市民の理解と信頼を得ること」、「持続可能な市政の

第3回 東大和市グルメコンテスト

4月26日(土)・27日(日)開催



今年で3回目を迎える食の祭典「東大和市グルメコンテスト」うまかんべえ祭りのイベントプログラムが決定しました。

市民グループや市内飲食店など18団体が、地元の食材を生かして、健康を意識した自慢の料理で競い合うグルメコンテストを中心に、様々なジャンルのステージイベントや友好都市喜多方市の物産展、同時開催のイベントなど、皆さんが楽しめる内容となっています。

グルメコンテストは、メニュー(1食100~200円)を食べた方にお渡しするコインの投票で入賞が決まります。皆さん参加してみませんか。

日時 4月26日(土)・27日(日) 午前10時~午後3時

会場 都立東大和南公園 平和広場

同時開催イベント うまかんべえウォーキング

期日 4月27日(日)

1日目【4月26日(土)のイベントスケジュール】

午前9時40分	開会式
10時	グルメ販売・投票開始(場内放送/太鼓で合図) 出展団体PRタイム(①~⑨番ブースの出展団体)
10時15分	ステージ発表①【バンド演奏】西多摩社中
10時45分	ステージ発表②【フラダンス】フラダンスの会 ハナレイ
11時15分	出演団体PRタイム(⑩~⑯番ブースの出展団体)
11時30分	ステージ発表③【コーラス】コール セゾン
午後0時10分	ゲスト出演【歌とダンス】Ring-Trip(リングトリップ)
0時40分	お笑い芸人「蓮華」ステージショー
1時10分	ステージ発表④【歌&ギター】YOSHIE(ヨシエ)
1時40分	ステージ発表⑤【和太鼓】三宅太鼓(東大和教室)
2時10分	元気ゆうゆう体操
3時	グルメ販売・投票終了(場内放送/太鼓で合図)

2日目【4月27日(日)のイベントスケジュール】

午前9時30分	うまかんべえウォーキングスタート受付開始
10時	グルメ販売・投票開始(MC紹介) 出展団体PRタイム(⑩~⑯番ブースの出展団体)
10時15分	ステージ発表⑥【和太鼓】和太鼓げやき
10時45分	ステージ発表⑦【キッズダンス】パワーガリッシュ
11時15分	出演団体PRタイム(①~⑨番ブースの出展団体)
11時30分	ステージ発表⑧【コーラス】さくらホールミュージックコミュニティ合唱団
午後0時10分	ゲスト出演【パーカッションアンサンブル】パーカッション・シアター・ギミック
0時40分	ステージ発表⑨【フラダンス】レイアロハナニフラ
1時10分	ステージ発表⑩【ベリーダンス】ラカッス
1時40分	ステージ発表⑪【ゴスペル】プリリアントスターズ西東京
2時10分	お笑い芸人「蓮華」ステージショー
3時	グルメ販売・投票終了(場内放送/太鼓で合図)
3時20分	閉会式/表彰式

受付時間・場所 午前9時30分~11時/多摩モノレール上北駅前

コース 上北台駅 うまかんべえ祭会場

参加賞を差し上げます。

◆お問合せは、東大和市グルメコンテスト実行委員会事務局(産業振興課内)・内線1074まで。

線1074まで。

うまかんべえ祭開催に合わせて旧日立航空機機体展示を特別公開します

戦争の痕跡を残す貴重な文化財として、市が保存している建物の内部を特別公開します。

建物内では、空襲の様子

をすす写真パネル、今年3月に卒業した第二小学校6年生が変電所を未来に保存するための提案を班ごとにまとめた資料を展示します。

日時 4月26日(土)・27日(日) 午前10時~午後4時

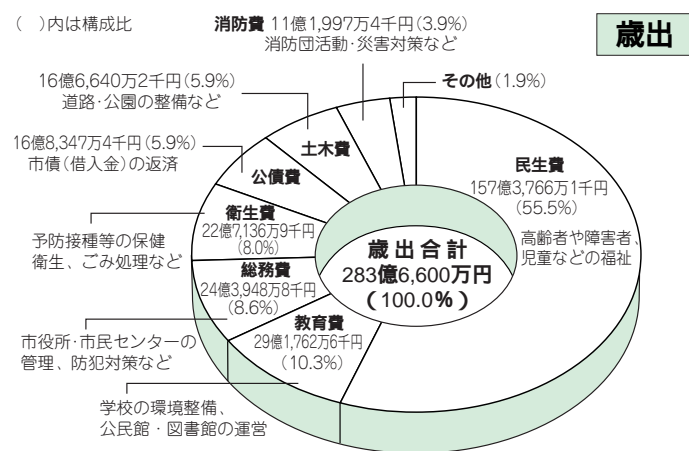
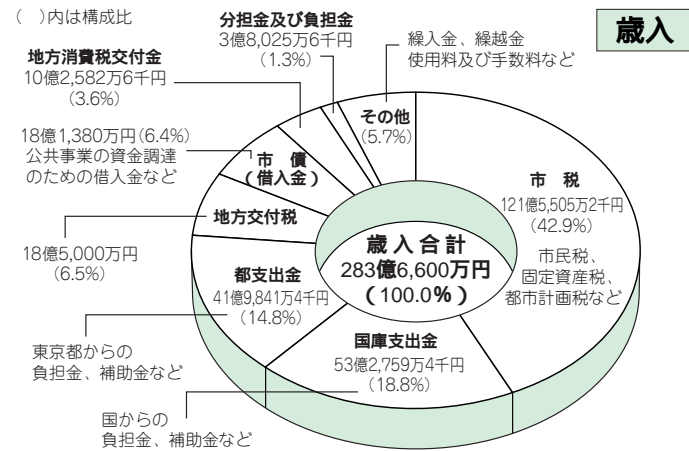
問合せ 郷土博物館 ☎042-567-4800まで。

キングの実施等により東大和市の魅力を積極的に発信していきます。

また、民間保育園の開設や定員増により、待機児童の解消に取り組み、廃棄物の減量施策として家庭廃棄物の有料化と戸別収集を実施します。さらには、災害対策用のマンホールトイレの整備や中央公民館の耐震補強工事の実施等、災害に強いまちづくりを進めます。

概要については、2ページをご覧ください。

問合せ 財政課・内線1431まで。



平成26年度 住宅・店舗 リフォーム 資金助成(補助)制度



市民の方が所有する住宅または店舗のリフォームを市内の建設業者に発注した場合、工事費用の一部を予算の範囲内で補助します。

対象となる住宅・店舗

- 住宅：市内に所有する自己居住用の住宅
- 店舗：市内にある自己営業用の小売店舗等で、風俗営業法の規制を受けないもの(自己営業用の店舗を賃借している場合も可)

平成24年度以降に同一の住宅・店舗でこの補助金を受けた方は今年度の補助は受けられません(平成23年度以前に利用している場合は対象となります)。

対象となる工事 工事金額が消費税額を除き15万円以上で、市内の建設業者が行うもので、交付決定以降に着工、平成27年3月31日までに完了する増改築工事であること(申請前に着工した工事は除く)

補助金額 工事金額の5%以内(最高限度は10万円)

問合せ 産業振興課・内線1075まで。

東大和市議会 3月議会の報告会を開催します

4月20日(日)午後2時~4時/中央公民館ホール

市議会では、平成26年度予算等を審議した第1回定例会(3月議会)の内容を市民の皆さんに報告する「議会報告会」を開催します。昨年10月に続く第2回となる報告会に、皆さんのお越しをお待ちしています。

日時 4月20日(日)午後2時~4時

問合せ 議会事務局・内線2003まで。

場所 中央公民館ホール

事前の申込みは不要ですが、手話通訳を希望する方は、議会事務局へご連絡ください(ファクス042-563-5926)。

特別会計の概要

(単位未満四捨五入)

国民健康保険事業 96億 2,167万円

国民健康保険の加入者に係る療養給付費や出産育児一時金等の保険給付費、後期高齢者医療制度に係る支援金等を予算計上しました。

Table with 2 columns: 主な歳入 (Main Revenue) and 主な歳出 (Main Expenditure). Items include National Health Insurance Tax, National Treasury Expenditure, and various social security benefits.

下水道事業 21億 8,013万円

公共下水道施設の維持管理費や必要な区域の公共下水道管渠(かんきょ)布設工事費及び公共汚水ます設置工事費等を予算計上しました。

Table with 2 columns: 主な歳入 (Main Revenue) and 主な歳出 (Main Expenditure). Items include Sewerage Usage Fees, Sewerage Construction, and Maintenance Costs.

土地区画整理事業 2億 6,723万円

立野地区事業として建築物等の移転補償費や都市計画道路築造工事費等を予算計上しました。

Table with 2 columns: 主な歳入 (Main Revenue) and 主な歳出 (Main Expenditure). Items include Land Reclamation, Relocation Compensation, and Road Construction.

介護保険事業 53億 9,059万円

第5期介護保険事業計画の最終年度として、居宅介護及び施設介護サービス給付費等を予算計上しました。

Table with 2 columns: 主な歳入 (Main Revenue) and 主な歳出 (Main Expenditure). Items include Home Care, Facility Care, and Insurance Premiums.

後期高齢者医療 16億 4,176万円

75歳以上の方などの医療に係る後期高齢者医療制度について、東京都の広域連合に対する納付金や人間ドック等受診料助成費などを予算計上しました。

Table with 2 columns: 主な歳入 (Main Revenue) and 主な歳出 (Main Expenditure). Items include Post-retirement Medical Insurance, Regional Joint Contribution, and Medical Expenses.

税金

土地の負担調整措置の据置特例が廃止されます

平成9年度の評価替え以降、課税の公平の観点から、地域や土地によりばらつきのある負担水準(評価額に対する前年度課税標準額の割合)の均衡化を重視した税の負担調整措置が講じられ、負担水準の高い土地は税負担を引き下げまたは据え置き、負担水準の低い土

土地の負担調整措置の据置特例が廃止されます

地はなだらかに税負担を上昇させることで負担水準のばらつきを狭めていく仕組みが導入されています。平成24年度税制改正により平成24年度から住宅用地等の土地に対する負担調整措置の据置措置が廃止されましたが、平成24、25年度は税負担を軽減する観点から、負担水準が90%以上100%未満の住宅用地等の土地を対象に据置措置を継続してまいりました。平成26年度から住宅用地等の土地に対す

据置措置がなくなるため、負担水準が100%未満の場合、税額が上昇します。

る据置措置がなくなるため、負担水準が100%未満の場合、税額が上昇します。問合せ 課税課土地資産係・内線1057まで。平成26年度固定資産税・都市計画税の納税通知書を5月1日(木)に発送します

産税係・内線1060まで。平成26年度軽自動車税納税通知書を5月1日(木)に発送します

4月1日現在のバイク・内線1051まで。4月1日から市の組織を改正しました

軽自動車等の所有者に対して、平成26年度軽自動車税納税通知書を発送します

問合せ 課税課市民税係・内線1051まで。4月1日付の部課長級人事異動についてお知らせします。()内の職名は前職

市職員の人事異動

4月1日付の部課長級人事異動についてお知らせします。()内の職名は前職

市職員の人事異動

問合せ 企画課・内線1425まで。4月1日付の部課長級人事異動についてお知らせします。()内の職名は前職

表彰

厚生労働大臣表彰を受賞

公益社団法人東大和市医師会が、公衆衛生事業功労者厚生労働大臣表彰を受賞されました。これは、多年

日本公衆衛生協会会長表彰を受賞

一般社団法人東京都東大和市歯科医師会が、公衆衛生事業功労者一般財団法人

日本公衆衛生協会会長表彰を受賞

にわたる公衆衛生の活動に尽力された功績が顕著であると認められたものです。日本公衆衛生協会会長表彰を受賞されました。これは、多年にわたる公衆衛生の活動に尽力された功績が顕著であると認められたもので

産税係・内線1060まで。平成26年度軽自動車税納税通知書を5月1日(木)に発送します

4月1日現在のバイク・内線1051まで。4月1日から市の組織を改正しました

産税係・内線1060まで。平成26年度軽自動車税納税通知書を5月1日(木)に発送します

4月1日現在のバイク・内線1051まで。4月1日から市の組織を改正しました

産税係・内線1060まで。平成26年度軽自動車税納税通知書を5月1日(木)に発送します

4月1日現在のバイク・内線1051まで。4月1日から市の組織を改正しました

産税係・内線1060まで。平成26年度軽自動車税納税通知書を5月1日(木)に発送します

4月1日現在のバイク・内線1051まで。4月1日から市の組織を改正しました

市立小・中学校 校長・副校長の人事異動

- List of school principals and vice-principals for elementary and middle schools, including names and dates of changes.

私たちのまちの道路に 愛称をつけよう

市道の愛称の投票にご参加を

幹線市道4路線の道路愛称については、皆さんから多くの応募をいただきました。ご応募ありがとうございました。

市役所1階市民ロビー、土木課(市役所2階)市民センター、公民館(中央・蔵敷・狭山)、郷土博物館、市民体育館、ハミングホールに投票箱と共に設置しますので、投票用紙に必要事項を記入し、投票してください。

路線番号	路線の特色
①	武蔵大和駅から新青梅街道へ向かう市道です。両側の歩道には、ヤマモモが植えられています。
②	用水北通りから野火止用水までの市道です。両側の歩道には、ユリノキが植えられています。
③	青梅街道から二ツ池公園を通り、湖畔を抜けて都道128号線へ向かう市道です。
④	新青梅街道と青梅街道を結ぶ、市の中央を南北に通る道路です。途中にはハミングホールがあります。



応募いただきました愛称から、選定委員会において、各路線5候補を選定しました。今回は、選定された候補の中から愛称を決定するための投票を実施します。最もふさわしいと思うものに投票をお願いします。

投票方法
投票用紙は、投票用紙は、各路線で1人1票とします。

投票期間 4月15日(火)～30日(水)(当日消印有効)
愛称決定 今回投票いただいた愛称は、投票数を参考に、選定委員会において決定します。決定した愛称は、6月に市報や市のホームページでお知らせします。

後期高齢者医療 平成26・27年度の 保険料率が決まりました

平成26・27年度の保険料率 後期高齢者医療の保険料率は、2年ごとの見直しを推計して、2年ごとに見直されることとなっています。東京都後期高齢者医療広域連合では、平成26・27年度の新しい保険料率を決定しました(表1参照)。

均等割額	所得割額	年間保険料
一人当たり 42,200円	賦課のもととなる 所得金額×8.98%	上限57万円

総所得金額等の合計が下記に該当する世帯	軽減割合
33万円以下で被保険者全員が年金収入80万円以下(その他の所得がない)	9割
33万円以下で9割軽減の基準に該当しない	8.5割
33万円+(24.5万円×被保険者の数)以下	5割
33万円+(45万円×被保険者の数)以下	2割

※65歳以上(平成26年1月1日時点)の方の公的年金所得については、その所得からさらに高齢者特別控除15万円を差し引いた額で判定します。

賦課のもととなる所得金額	軽減割合
① 15万円以下	100%
② 20万円以下	75%
③ 58万円以下	50%

※①②は、東京都後期高齢者医療広域連合独自の軽減措置です。

高齢者への虐待

地域が温かい見守りや支え合いで防止しよう

高齢者虐待は、高齢者の身体状況(認知症や生活機能の低下等)や介護者の介護疲れなど、様々な要因が背景にあり、起こっています。虐待を早期に見出し、虐待の深刻化を防ぐためには、地域の温かい見守りや支え合いが必要で、ご近所で「ちょっと変だな」「もしかしたら虐待かな?」と心配される高齢者の方がいましたら、高齢者の総合相談を担当する高齢者ほっと支援センターや市役所高齢介護課へご連絡ください。ご連絡いただいた方の個人情報保護されますので、ご安心ください。

高齢者への虐待 者の支援に関する

高齢者ほっと支援センター

- 高齢者ほっと支援センター
111もくほ(茅窪) 316
1111、5042 563 8777 / 担当地区: 多摩湖、茅窪、蔵敷、奈良橋、湖畔、高木、狭山、上北台1・2丁目
- 高齢者ほっと支援センター
いきよはら(清原) 1134号棟1階 ☎590 1138 / 担当地区: 清水、仲原、向原、清原、新堀
- 高齢者ほっと支援センター
1なんがい(南街) 2493 ☎042 566 8133 / 担当地区: 上北台3丁目、桜が丘、立野、中央、南街

5月1日から 市民葬儀の 料金が 変わります

5月1日から、葬儀が華美になるのを抑え、市民の方の経済的負担を軽減することを目的に実施している市民葬儀制度の料金が次のように変わります。

料金は、葬儀終了後に直接指定取扱業者にお支払いください。

祭壇の種類	税抜料金	税込(8%)料金
三段飾	140,000円	151,200円
五段飾	170,000円	183,600円
上等三段飾	200,000円	216,000円
上等五段飾	240,000円	259,200円

指定取扱業者名	所在地	電話番号
(株)あんしん葬祭	南街2-1-4	0120-482-333
(株)セレモア	南街1-11-9	0120-470-470
総合祭典	新堀3-13-19	042-565-4455
(株)あさひセレモニー	南街2-115-1	042-567-0505
(有)三礼	蔵敷3-863-8	042-562-3012
(株)東京都民葬祭	清原2-1279-7	0120-594-419

平成26年10月1日から家庭廃棄物有料化を実施します

市では、家庭廃棄物有料化の実施に伴い、8月から排出方法の変更及び戸別収集の試行を開始します。問合せ ごみ対策課・内線1241まで

平和文集の原稿を募集します

「いま、語り継ぎたいこと」～戦争と平和～

市では、恒久平和の実現のために、戦争を体験した方々の思いを後世に伝える平和文集を毎年発行しています。8月の発行にあたり、原稿を募集しています。

戦争体験記
第二次世界大戦(太平洋戦争)の戦前・戦中・戦後に体験されたことを、概ね一、六〇〇字以内で書きください。代筆を希望する方は、お問い合わせください。

小学5・6年生と中学生の作文
戦争や平和について聞いたこと、知ったこと、感じたこと、思うことを概ね800字以内で書きください。

提出様式 書式は自由です。市民センター、公民館、図書館、郷土博物館で原稿用紙を配布しています。

提出先 企画課(市役所4階、〒207-8585東大和市中央3-930、メール nigashiyamato@gp.jp)

提出期限 6月13日(金)

提出先 企画課(市役所4階、〒207-8585東大和市中央3-930、メール nigashiyamato@gp.jp)

平成26年度 東大和市青少年健全育成方針

東大和市青少年問題協議会では、平成26年度東大和市青少年健全育成方針を定めました。

市では、今後この方針に沿って、児童・青少年の健全育成に努めていきます。

基本方針 子どもたちの夢と心を育てるのは大人の責務です。

重点目標 全体の取り組み「人に対する優しさ・思いやりを大切にしよう」

市役所3階、市民センター、公民館、図書館、市のホームページからもご覧いただけます。

問合せ 青少年課・内線1742まで。



多摩湖駅写真展

3月21日に行われた多摩湖駅伝大会で、懸命に走る選手と声援を送る方々をおさめた写真を展示します。

日時・場所 4月14日(月) 18日(金)午前8時30分～午後5時(市役所1階市民ロビー、4月22日(火)～25日(金)午前9時～午後5時は郷土博物館ロビー)

問合せ 社会教育課・内線1554まで。



中央公民館から

保育付講座 子育てハッピートレーニング講座「幸せな子育ては自分探しから」
子育てに大事なことは、「頑張る!」ことではなく「愛する」ことです。子どもへの愛は、あなたの心の余裕から生まれます。まず、自分を理解し、受け入れることから始めましょう。

対象 成人の方

期間 5月14日～9月17日(水曜日)午前10時～正午(全13回。そのうち、慣らし保育と保育懇談会を各1回実施します)。6月7日(土)はパル講座です。

場所 中央公民館

定員 20人

内容 勇気づけ子育て、誕生学

講師 百瀬裕子氏(勇気づけリーダー)、青木千景氏(パースコーディネーター)

未就学児(定員は16人) 申込期限 5月7日(水)

青年ビートルクラブの参加者・ボランティアスタッフを募集します

青年ビートルクラブは、知的障害のある若者と健常の若者が音楽やゲームなどの活動を通して交流し、共に学び合う場です。今年度の参加者(知的障害のある方)、ボランティアスタッフを募集します。音楽や人と交流することが好きな方、新しいことをはじめてみたい方、まずはお気軽にお越しください。

対象
・参加者・おおむね16歳～40歳の知的障害のある青年
本人、付き添いの方と会場まで来ることが出来る方
・ボランティアスタッフ・おおむね16歳～40歳の青年
正式にスタッフになっていただく方には謝礼をお支払いします。

期日 5月下旬～3月中旬の間の土曜日、おおむね月2回(全17回、毎回来ることができなくても可)

時間 午後2時～4時

場所 中央公民館

定員 参加者は30人、ボランティアスタッフは15人(共に申込順)

内容 定例活動(ゲーム、打楽器等を使った音楽活動)、納涼会、クリスマス会等、季節に沿った行事

講師 菅田政志氏(音楽教室講師)

◆以上の申込み・問合せは、中央公民館☎042-564-2451まで。

第2回市民大学「東大グリーンカレッジ」

生涯学習の一環として、市民が主体的に豊かな地域社会をつくることを目指し、地域で学び、互いにふれあい、自己実現するための機会を提供します。幅広い分野の講座を用意し、1年間じっくり学習します。詳細は、こどもみかん日より5月1日号をご覧ください。

日時 土曜日午後2時～4時(全25回)

申込期間 5月2日(金)～17日(土)必着

申込み 開催する公民館にお問い合わせください。



スクエアード・ストリート方式による体験型自転車交通安全教室

最近、自転車が増えるにつれて、交通事故の割合が増加しています。また、信号無視や車道の右側を走行する等、自転車利用者による無謀な運転も大きな社会問題となっています。「スクエアード・ストリート」とは、「恐怖を直視させる」という意味で、スタントマンが受講者の目の前で交通事故を再現することにより、交通事故の衝撃や怖さを実感させ、交通ルールの必要性について受講者自身に考える機会を与えるという教育技法です。どなたでも見学できますので、ぜひお越しください。

日時 4月25日(金)午後1時30分～3時

場所 第四中学校校庭

雨天時は中学校体育館

主な内容 スタントマンによる交通事故再現、生徒による危険な自転車の乗り方体験

問合せ 土木課・内線1213まで。

郷土博物館から
「ぼくたち惑星8兄弟」
「ゴルデンウィークに合わせ、子ども向けの番組を投影します。太陽先生と一緒に惑星のことを勉強しましょう。惑星8兄弟の歌を歌ったり、惑星の大きさを比べます。前半は星座の紹介をします。ぜひご家族でお越しください。」

問合せ 土木課・内線1213まで。

市立小・中学校 セーフティ教室 道徳授業地区公開講座 学校公開

セーフティ教室
警視庁職員等を講師として招き、非行防止や犯罪の被害に遭わないための授業を公開します。また、保護者、地域の皆さん、関係機関の担当者に参加していただき、非行や犯罪被害から児童・生徒を守る具体的な取り組みについて意見交換を行う予定です。

道徳授業地区公開講座
東京都教育委員会と東大和市教育委員会の共催事業です。道徳の授業を公開し、家庭・学校・地域が一体となった道徳教育のすすめ方について意見交換を行います。

平成26年度学校公開日程一覧

学校名(電話番号)	セーフティ教室	道徳授業地区公開	学校(授業)公開
第一小学校(042-561-2321)	6月7日	6月27日	日程は各学校にお問い合わせください。セーフティ教室・道徳授業地区公開講座の実施日も、学校公開を実施しています。
第二小学校(042-561-2322)	6月17日	平成27年1月23日	
第三小学校(042-561-2323)	5月21日	6月14日	
第四小学校(042-562-1982)	5月24日	平成27年1月24日	
第五小学校(042-562-1981)	6月14日	平成27年2月7日	
第六小学校(042-562-1158)	6月19日	11月15日	
第七小学校(042-563-3831)	平成27年1月16日	6月21日	
第八小学校(042-564-1280)	9月20日	6月28日	
第九小学校(042-564-3251)	7月11日・14日	6月14日	
第十小学校(042-565-7617)	10月4日	6月28日	
第一中学校(042-561-2326)	5月1日	6月14日	学校公開 開かれた学校教育を推進するため、授業等の教育活動を一歩公開するものです。詳細については、直接学校にお問い合わせください。
第二中学校(042-561-2328)	5月10日	11月1日	
第三中学校(042-564-5411)	7月11日	5月10日	
第四中学校(042-564-8511)	4月25日	11月1日	
第五中学校(042-561-0050)	7月9日	7月5日	

交通災害共済「ちょこっと共済」にご加入ください

平成26年度の加入を受け付けています。わずかな掛け金で加入でき、手続きも簡単です。土木課・内線1213まで

情報マップ



麻疹・風しんの感染を 予防しましょう

都内で麻疹発生報告数
が、例年に比べ多くなつて
います。

また、風しんの発生も、
例年に比べて、まだ多い状
況が続いています。

感染を防ぐため、麻疹
・風しん(MR)ワクチン
1期及び2期の接種対象に
なっている方は、早めに接
種してください。

今までに1期、2期の接
種を逃してしまった方は、
市立保健センターまでご連
絡ください。

予防接種の定期化

平成26年秋から、水痘ワ
クチン及び高齢者肺炎球菌
ワクチンについて、予防接
種の定期化が予定されてい
ます。

詳細は、決定次第、市報
と市のホームページなどで
お伝えします。

◆以上のお問合せは、市立
保健センター ☎042-565-5
2111まで。



妊婦学級

妊婦とその家族/期日・
内容 左表のとおり/午前
は9時30分/正午、午後は
1時30分/4時/市立保健
センター/20組(事前申込
制。第1子目の方を優先し
ます。定員を超えた場合は、
7月の教室になります)/
調理実習終了後、第4・5
回は2グループに分かれて
実施します/母子健康手帳
筆記用具

開催日		内容	時間
第1回	5月8日(木)	産科医師の話	午後
第2回	5月12日(月)	妊娠中の歯の話	午後
第3回	5月15日(木)	妊娠中の栄養の話 と調理実習	午前
第4回	5月22日(木)	妊婦体操と呼吸法	午前 午後
第5回	5月24日(土)	もく浴の実習	午前 午後

乳幼児の身長・体重計測

就学前までの乳幼児/5
月1日(木)午前9時30分/11
時/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/5月7日(水)午後1
時30分/3時/市立保健セ

ンター/20人(申込順。4月
16日(水)から受付を開始しま
す。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
/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
生活習慣病予防教室「今
よりも、一歩健康的な生活
を目指しませんか」
普段何気なく過ごしてい
る生活習慣について改めて
正しい知識を学びましょう。
対象 概ね65歳未満の方/
日時・内容・講師等 左表
のとおり/市立保健センタ
ー/30人程度

日時	内容(講師)	持ち物等
5月10日(土) 午後1時30分 ~4時	医師の講話(林秀和 氏)、血管年齢測定 (保健師)	健康手帳(お持ちの 方)、筆記用具、健診 結果等
5月15日(木) 午後1時30分 ~4時	運動の実技と講話(運 動指導士)、お口の体 操(歯科衛生士)	健康手帳(お持ちの 方)、筆記用具、飲み 物、動きやすい服装
5月21日(水) 午前9時30分 ~午後0時30分	栄養講話と調理実習 (栄養士)	健康手帳(お持ちの 方)、筆記用具、エプ ロン、三角巾

女性のための健康相談

女性特有の病気に悩みの
ある方/5月8日(木)午前10
時/正午/事前予約制/市
立保健センター/女性医師
が相談に応じます。

健康に関する意識調査の 報告書を公表します

市では、(仮称)健康増進
計画を策定する基礎資料と
するため、平成25年10月に

東大和市民の健康に関する
意識調査を実施しました。
調査への協力ありがとうございました。
ございました。この度、調査
の報告書がまとまりました。
ので次のとおり公表します。
調査対象者 市内在住で20
歳以上の男女二、〇〇〇人
/回答者数 766人/回収率
38.3%/報告書の閲覧
市立保健センターで閲覧で
きます。また、市のホームペ
ージでもご覧いただけます。
◆以上の申込み・問合せは、
市立保健センター ☎042-565
5211まで。

公立昭和病院 第13回市 民公開講座

4月27日(日)午後2時/3
時30分/公立昭和病院講堂
/大腸がんについて/消化
器外科医長、がん相談につ
いて/がん相談担当看護師
/事前申込みは不要です。
お気軽にご参加ください/
公立昭和病院医事課 ☎042
461 0052へ。



介護保険運営協議会

5月13日(火)午後7時から
/市役所会議棟第1・2会
議室/傍聴者の定員 10人
(当日先着順)/高齢介護
課・内線1171まで。

東日本大震災義援金・シ リア人道危機救援金

日本赤十字社による東日
本大震災義援金の被災15都
道県を送金対象とした募集
は終了しました。平成23年
3月14日/平成26年3月31
日の間に東大和市でお預か
りした総額は、六六三万

四、九一四円になりました。
皆様のご協力に感謝いたし
ます。なお、まだ多くの住
民の方々が不自由な生活を
強いられていることから、
岩手、宮城、福島、茨城県
の4県については、平成27
年3月31日まで東日本大震
災義援金の受付を行うこと
になりました。また、シリ
ア人道危機救援金は、シリ
ア情勢が依然として危機的
な状況であり、今後も改善
の兆しが見えないことから
受付期間を平成26年9月30
日まで延長することになり
ました。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、引き続きご協
力をお願いします/福祉推
進課・内線1131まで。

5月の出張かるがもひろ 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等を行
います。育児や子どもの発
達等の相談も受け付けます。
対象 0歳~3歳児と保護
者/期日・場所 5月7日
(水)は湖畔集会所、5月14日
(水)は清水集会所、5月21日
(水)は仲原集会所、5月27日
(火)はむこうはら児童館/午
前10時30分/11時45分/当
日直接会場にお越しくださ
い/子ども家庭支援センタ
ー ☎042-565 3651まで。

食品の放射性物質簡易検 査を実施しています

市では、消費者庁から貸
与された食品用の放射性物
質簡易機器で、市民の皆さ

木造住宅の
耐震診断・耐震改修
助成制度
市では、木造住宅の耐震
診断・耐震改修に対する助
成を行います。診断・改修
の実施前にご相談ください。
耐震診断の助成
対象 昭和56年5月31日
以前に着工された市内にあ
る木造2階建て以下の戸建
て住宅を所有する個人
診断機関 東京都建築士
事務所協会立川支部所属の
建築士事務所または東京都
木造住宅耐震診断事務所
助成額 耐震診断費用の
3分の1(限度額5万円)
耐震改修の助成
対象 市の耐震診断の助
成制度を受けて診断した結

市民情報

健康チェック・忘れ物チ
ェック(三多摩健康友の会)
/4月17日午後2時/4時
/南公民館/血管年齢、
骨密度、体脂肪、血圧など
/相談員 大南クリニック
/浜口042-564 4806
第3回原発問題「見て話
し合う会」さよなら原発東
大和/市民/4月20日午
後1時30分/4時30分/桜
が丘市民センター/放射線
被曝による健康被害につ
いて/300円/佐藤042-562
3916
心身・精神障害者共同作
業所作品展(共同作業所連
絡会)/4月21日/25日午
前9時30分/午後4時30分
(21日は10時から、25日は
4時まで)/市役所1階市
民ロビー/革工芸品、手工
芸品、陶芸品、菓子等の展
示・販売/ライプリー工
房042-567 1441
第21回空堀川の清掃(空
堀川を考える会)/4月26
日午前9時/正午(小雨決
行。雨天の場合は翌日へ順
延します)/清水富士見緑
地集合/軍手と火バサミは

主催者で用意します。保険
は主催者で加入します/後
援 東京都北多摩北部建設
事務所/協賛 東大和市環
境課、森永乳業(株)/小倉
070 5467 6860
講演会「あれから3年こ
れからも続く放射能問題」
(東大和から放射能不安を
なくす会)/4月27日午後
2時/4時/中央公民館/
池田こみち/300円/
懸樋042-565 7478
第78回春季市民ソフトテ
ニス大会(団体戦)(ソフト
テニス連盟)/市内在住・
在勤・在学・在クラブで中
学生以上の方/5月18日午
前8時/午後6時(予備日
6月1日)/上仲原公園テ
ニスコート/60人(申込順)
/男女別1チーム6人のク
ラス分け団体戦/1チ
ム三千円/5月9日まで
に青島042-511 1857へ。
太極拳会員募集(一楽庵)
/高校生以上/毎週土曜日
午後2時/3時30分/市民
体育館/気功法を取り入れ
た太極拳/二千円/大
村090 5577 6227
フラダンス会員募集(ア
ネラ)/毎月土曜日(月2
回)午後6時/7時/中央
公民館/二千円/二千
円(ほかに雑費500円)/
芝端042 567 2348

祝日のごみ収集
4月29日(火)は祝日で
すが、ごみ等の収集は
通常どおり行います/
ごみ対策課・内線12
41まで。

健康ひとくちメモ

睡眠障害はありませんか

日本では、成人の5人に1人が不眠に悩んでいるという調査結果があります。睡眠障害のサインは、①不眠②日中の過剰な眠気③睡眠中の異常行動④睡眠と覚醒リズムの問題の4つに分けられます。睡眠障害によって、眠気やだるさ、集中力の低下など日中にも症状が出現します。また、睡眠不足や睡眠障害が長期間持続すると、生活習慣病やうつ病などになりやすくなる可能性があります。快適な睡眠をするために、睡眠習慣を見直してみましよう。

朝の光で体内時計をスイッチオン

毎朝同じ時間に起床して、太陽の光をあびましよう。

就床時刻にこだわりすぎない

眠ろうと意気込んで床に入るのは逆効果です。30分以上眠れなかったら床を離れて、リラックスしてから床に入りましよう。

睡眠時間にこだわらない

一般的に年齢が上がると睡眠時間は短くなります。大事なものは睡眠時間ではなく、睡眠の質です。

④夕食後のカフェインを避ける

カフェインの覚醒作用は接種後30分から出現して4～5時間続きます。

アルコールは不眠のもと

アルコールは睡眠が浅くなり中途覚醒が増えてよい睡眠をすることができません。睡眠障害のサイン以外にも、体養感がない、体調がすっきりしない等を感じたら、心や体が疲れているサインかもしれません。一人で抱えこまず、専門家に相談をましよう。

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。

防犯ブザーを貸与します
市では、登下校時などの安全対策のため、私立小・中学校等に通学している児童・生徒に対して防犯ブザーを貸与します。市立小・中学校の児童・生徒には学校を通じて希望者に貸与済みです。防犯ブザーは、地域の皆さんと連携することにより効果が発揮されまう。子どもたちが安全に通学できるようにご協力をお願いします。

対象 私立小・中学校等（特別支援学校、外国人学校を含む）に通学している児童・生徒／貸与期間 私立小・中学校等の卒業時または転出・退学時まで／申込方法 通学を証明する書類を防災安全課（市役所3階）までお持ちください／防災安全課・内線1353まで。

支援ボランティアを募集します
都市農業や農地に関心があり、健康でボランティア精神のある方なら農業の知識や経験は問いません。月1回程度、平日に行われる農業実習により農業の基礎知識を学んだ後、適時、農業者の求めに応じ、無償で農作業を支援するものです。**対象** 市内在住、在勤、在学で18歳以上の方（グループでの登録もできます）／若干名／申込方法 4月22日（火）までに産業振興課（市役所1階）にある申込書に必要事項を記入し、提出してください／産業振興課・内線1072まで。



農地管理にご協力を
農地は、農作物を生産するかがえのない場所です。次のことを守って、農地の管理にご協力ください。**市民の皆さんへ** 農地にペトボトルや空き缶などごみを投げ捨てたりしないようにしましょう。畑に柵がないからといって勝手に入ったり、犬を放したりしないようにしましょう。農家の方へ 耕作を行わず雑草を繁茂させたり、耕耘だけで作付けを行わないと、近隣の農地や住民の方へ迷惑

をかけることとなりますので、十分な管理をお願いします。農地を農地以外の目的に利用（転用）するには、農地転用の届け出が必要ですが、また、農地は国や東京都が借りるなど法律に定めのある場合を除き、許可を受けないと貸し借りはできませんので、事前にお問い合わせください／お近くの農業委員または農業委員会事務局・内線1072まで。

体育施設利用料金減額・免除に該当する団体は申請をお願いします
体育施設利用料金の減額及び免除に該当する団体は、社会教育関係団体として承認が必要です。希望する団体は、市内在住・在勤の方で組織され、市内在住者が半数を超えている団体（子ども料金対象団体及び東大和市体育協会加盟団体は申請の必要はありません）のうち活動が広く市民に開放されている団体です／**提出書類** 社会教育関係団体承認申請書、団体規約、構成員名簿、平成25年度事業実績書及び収支決算書、平成



総合優勝 青少年チーム（写真下段）

26年度事業計画書及び収支予算書／必要書類は、社会教育課（市役所5階）及び市民体育館で配布します／**申込方法** 5月9日（金）までに社会教育課へ提出してください／社会教育課・内線1554まで。

北多摩西部消防署の防災コンクール
北多摩西部消防署で行われた防災コンクールの結果は次のとおりです。**総合優勝** 青少年／優秀賞 たんぼぼ、東京ユニオンガデンA、多摩湖畔自治会／**敢闘賞** ステイツ武蔵野・グランパサージュ管理組合、第一光が丘、よつわB／北多摩西部消防署☎042-565-0119へ。

シルバー人材センターの仕事の受注
次の仕事をお受けします。ぜひご利用ください。**仕事の内容** 住宅リフォーム（大工仕事、内装工事、電気工事）、襖・障子・網戸張り替え、和洋服仕立て、家事手伝い、除草、屋内外の清掃、植木剪定、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、家庭のちょっとした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／シルバー人材センター☎042-565-0531へ。

社会福祉協議会から手話講習会の受講生を募集します
市内在住・在勤・在学で高校生以上の方／初級クラスは5月20日（火）から、中級クラスは5月21日（水）から、上級クラスは5月22日（木）から／共に昼・夜コースがあります／5月13日（火）に合同開講式を開催します／**時間** 昼コースは午前9時30分～11時30分、夜コースは午後7時～9時／社会福祉協議会☎042-564-0012へ。

市税・国民健康保険税臨時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、休日臨時収納窓口及び土曜開庁窓口を次のとおり開設します。**今月の休日臨時収納窓口** 4月27日（日）午前8時30分～正午
土曜開庁窓口 毎週土曜日午前8時30分～正午（祝日は除く）
休日臨時収納窓口・土曜開庁窓口における納税相談は、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時までに納税課にご連絡の場合は、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」
口座振替依頼書は、納税課（市役所1階）、市内金融機関にあります。また、コンビニエンスストアでも納付することができます。**問合せ** 納税課・内線1041まで。

《今月の納期》
納期限 4月30日（水）

- 国民健康保険税 過年度分第1期分
- 介護保険料 過年度分第1期分
↳ お問合せは、高齢介護課・内線1171まで
- 後期高齢者医療保険料 過年度分第1期分
↳ お問合せは、保険年金課・内線1026まで

ほん本BOOK

- 図書館の新作資料をご紹介します。
- 一般書**
●世界の絶滅危惧生物図鑑
IUCN（国際自然保護連合）編集
- 児童書**
●ネルソン・マンデラ
●借りるの哲学
サルトル・ラジュ、ナタリー 著
- キング**
●明日へのしょうゆ
小澤るしや 著
●明日へのしょうゆ
塩沢慎 著
- 児童書**
●かえるくんどうちがどっち？
松橋利光 著
●思い出をレスキューせよ！
堀米薫 著

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

市民記者レポート



出会いの現場 - 東大和市の働き人 -

誰だって、なじられればへこみます。優しい言葉をかけられれば、元気になります。これを日々体感している部署が、市役所の中にあります。市民部市民課です。

ここは、住民票や印鑑証明の発行、戸籍登録などで、市民サービスの最前線にあります。だからこそ、市民の行政への思いや考えが、直接に伝わってくるのです。

今回、この現場で奮闘する市民課職員の方々から、お話を伺いました。

まず、市民である私の自戒にもつながった事は、「私たちは、褒められるよりも、叱られる事の方が多いのです」との、この方々の述懐です。特に、「遅い」とのクレームは、その職務への無理解がある、との印象を強く持ちました。

このような市民の姿勢の背後には、今の風潮である行政非難への同調と、権利行使についての自分本位になりがちな考え方が、見え隠れしていると思います。

しかし、そのような部署だからこそ、市民の方々とのナマの心暖まる交流も生まれます。取材の中で、「困ったり、必要な事があって皆さん市役所に来られるのだから、その思いとしっかり向き合いたい」との言葉に触れました。これは、市民課のみならず、市職員共通の思いを代弁したものと、私には映りました。

市民課でも、そんな心意気によって、市民の方々との出会いが重ねられています。心の弱さを抱える方に傾聴しながら業務を行い、感謝された経験。涙ながらに悩みを訴える方に寄り添いながら、その方だけへの対応に1時間、2時間を費やした例。等々。

これを聴いて、市役所の一角で、こんなドラマが日常的に展開されているのかと、私は感動しました。

「小事に忠実でこそ大事成る」と、古人は語ります。市民と行政の協働も、こうしたところに、原点があるのではないのでしょうか。

(平成25年度市民記者 浅利和彦)

**東大和市民会館
ハミングホール**
受付時間：午前9時～午後5時
☎ 042-590-4414

チケット発売中の自主事業

ハミングホールのチケット予約の電話番号と受付時間が変更になりました。

ハミング・ザ・シネマ《春》
レ・ミゼラブル 最後のマイ・ウェイ
5月25日(日) 午前10時30分開演 午後2時30分開演 / 大ホール 全席指定 / 500円

わらび座ミュージカル「小野小町」
6月15日(日)午後3時開演 / 大ホール 全席指定 / 4,500円 (友の会4,000円) / 脚本 内館牧子 / 演出 栗城宏

わらび座ワークショップ~わらび座劇団員と一緒に役者体験を!
5月10日(土)午後2時から / 小ホール / 事前申込制 (5月

1日(木)必着) / 500円 / 定員30人

本格的! 和太鼓ワークショップ
祭り囃子も体験できる「お祭り編」(14日)とみんなで曲をつくる「創作編」(22日)の2回開催です。

6月14日(土)・22日(日)午後2時から / リハーサル室 / 事前申込制 (6月2日(月)必着) / 1,000円 / 定員 各回14人

【ワークショップの申込方法】
往復はがきの往信面に 講座名 希望日・時間 住所 氏名(ふりがな) 年齢 性別 電話番号を、返信面に住所・氏名を記入のうえハミングホール(〒207-0013東大和市向原6-1)へ。記入漏れ、複数応募は無効です。定員を超えた場合は抽選となります。

新規に発売する自主事業

1966カルテット ビートルズ・クラシックス・コンサート
ビートルズナンバーをピア

ノカルテットでお届けします。
7月12日(土)午後3時開演 / 大ホール 全席指定 / 3,500円 (友の会3,000円)
4月19日(土)から一般発売を開始します。

ロビーコンサート

フレッシュ・クラシック
4月23日(水)正午開演 / 入場無料 / 曲目 カミーユ・サン＝サーンス「動物の謝肉祭」より「白鳥」, J.S.バッハ「アリア」, マックス・ブルッフ「コルニドライ」ほか / 出演 山本善哉(チェロ), 丸山智代(ピアノ)

5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27年5月
その他の施設	平成26年11月

市民を対象とした調整会議は、5月1日(木)午後1時30分から行います。

国民年金

だより

国民年金保険料前納割引制度(現金払い)について

国民年金保険料を前納すると割引があります。平成26年度の保険料について、1年度分(12か月分)を現金で前納すると「三、二五〇円」の割引、6か月分を現金で前納すると「七四〇円」の割引となります。

1年度分(12か月分)・6か月分前納のお支払い期限は平成26年4月30日です。現金払いでの前納は、1年度分(12か月分)や6か月分だけではなく、任意の月分から年度末までの分を前納することも可能です。この場合、別に納付書が必要となりますので、立川年金事務所までお問い合わせください。



国民年金保険料の免除申請ができる対象期間が拡大されます

国民年金は、所得が少ない時や失業等により保険料を納めることが経済的に困難な場合、保険料の免除または猶予を申請することができます。

平成26年4月からは、申請時点の2年1か月前の月分まで申請ができるようになります。

また、災害・失業などを理由とした免除(特例免除)についても、平成26年4月からは、災害・失業などがあつた年の翌々年6月までの期間について、特例免除の申請ができるようになりました(平成26年3月以前に発生した平成26年3月以前の災害・失業なども対象となります)。

必要な添付書類や申請方法など、詳しくはお問い合わせください。

【ご注意ください】
●2年1か月前の月分まで免除(猶予)申請をするこ

国民年金保険料の免除申請ができませんが、申請が遅れると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受給できない場合がありますので、すみやかに申請してください。

●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。

●全額免除と一部免除は配偶者および世帯主、若年者納付猶予は配偶者についても所得審査を行います。

ねんきんダイヤルをご利用ください

電話番号 05701165

IP電話・PHSからは0367001165

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1025まで。

こまったときの救急ハウス 協力していただける方を募集します

「こまったときの救急ハウス」とは、通学途中などに防犯上の非常事態が発生した時に、小・中学生の保護等を地域の皆さんにお願いするものです。協力していただける方には、自宅の門や塀などに子どもたちの目印となるポスターの掲示をお願いしています。

▶問合せ 青少年課・内線1742まで。