東大和の歴史を、めくる。

～知らなかった魅力・文化を再発見～







東やまと市報

令和8年(2026年)11月 No.1393

世界を見据え、挑み続けた日本画家。

吉岡 堅二 1906 ― 1990



昭和の日本画革新運動の中心で活躍した、代表的な日本画家の一人。
戦後は新たな日本画のあり方を追求する美術団体「創造美術」の結成に大きく関わった。
東京芸術大学では教授を務め、のちに名誉教授に。文化財保護の歴史に残る、
法隆寺金堂壁画の再現模写事業で吉岡班のリーダーとして従事。
1971年には日本芸術院賞を受賞するなど、功績は高く評価されました。
その吉岡堅二が、長年創作を続けたアトリエが今も東大和に残っています。

主な受賞・栄典

若くして評価され、第一線へ。

- ▶1930年／《奈良の鹿》帝展特選
- ▶1933年／《小憩》帝展特選
- ▶1951年／《湿原》毎日美術賞
- ▶1951年／《楽苑》芸能選奨美術文部大臣賞
- ▶1971年／《鳥碑（二）》日本芸術院賞
- ▶1981年／勲三等瑞宝章

その他にも、日本画界に影響を与え挑戦してきた多くの受賞作品が存在します。

時代と向き合い、日本画の新しい表現を探し続けた吉岡画伯。



草に憩う三人の少女

1932年（若き挑戦期-26歳）
新しい日本画を模索し始めた。



蘆雁（ろがん）

1983年（晩年-77歳）
表現が深まっていく時代。

企画展示 生誕120年吉岡堅二展

～その一枚に至る、画家の思考～

日 10／3(土) ～11／15(日) 9:00～17:00
※期間中の休館日は、月曜日、10／13(火)、11／4(水)
※10／12(月・祝)、11／3(火・祝)は開館
場 郷土博物館1階企画展示室
問 郷土博物館 ☎042-567-4800

挑戦を続けた創作場や、作品が見学できます。

国登録有形文化財

例年、春と秋にはアトリエを公開しています。

吉岡堅二が実際に制作を続けたアトリエと住まいが、
旧吉岡家住宅として今も残されています。

旧吉岡家住宅



名主クラスの風格を漂わせる長屋門。



イーゼルや画材が残る。



画家なのに大工道具がずらり。

もっと詳しく知りたい方はこちら。

吉岡堅二の生涯や功績、旧吉岡家住宅について、
市のホームページで詳しく紹介しています。

市ホームページ

東大和の〝へぇ～そうなんだ〟

いつものまちが、ちょっと違って見えてくる。指定文化財である伝統芸能や、日本画家 吉岡堅二を紹介します。

人々の願いから生まれた、高木の獅子舞。

東大和市指定文化財

※「高木獅子舞の道具及び衣裳一式」が市指定文化財です。

病を退け、豊作を願う舞

江戸時代より、悪疫退散、五穀豊穣、子孫繁栄を祈念して舞われたことが始まりと伝えられています。





地域が蘇らせた伝統

戦後途絶えましたが、伝統文化を絶やしてはならないという地元住民の尽力により1994年に復活。1998年には「高木獅子舞保存会」が結成され、現在も例年9月にその舞を見ることができます。

問 高木獅子舞保存会：会長／尾崎 義美（おざき よしみ）☎042-565-2321

清水囃子は、農家の「冬の楽しみ」でした。

東大和市文化財（技芸）

※「清水囃子」は市指定文化財です。

地域に根づいた祭りの音

幕末期（約160年前）の清水村の農民たちは「自分たちの祭りにも囃子を」と、高円寺村の名人から囃子を習いました。冬の農閑期に清水神社で稽古を重ねたことが清水囃子の始まりとされ、現在も祭礼や市内行事で演奏されています。



問 清水はやし連：会長／原 弥寿雄（はら やすお） ☎090-4175-0895

文化を受け継ぐ「囃子」

芋窪や狭山にも、それぞれの地域で受け継がれてきたお囃子があります。



芋窪囃子



狭山ばやし

問 芋窪囃子保存会：顧問／進藤 雪男（しんどう ゆきお） ☎090-3134-1536
狭山ばやし保存会：副会長／竹内 真徳（たけうち まさのり） ☎090-9366-1718

「大和」の名前に込められた、6つの村の想い。



6つの村が「大いに和する」

今から100年以上前、東大和市のもととなった地域には、
芋窪・蔵敷・奈良橋・高木・狭山・清水という
6つの村がありました。

それぞれ独立した村として生活を営んでいましたが、
学校や道路の整備など、地域全体で取り組むべき課題が増えていきました。
6つの村は話し合いを重ねた結果、「お互いの心を一つにして、
強く結束する（大いに和する）」ことを決め、一つの地域として歩む道を選びました。

神奈川県の大和市が先に同じ字を使用していたため「東京都の大和市」という意味を込めて「東大和市」と名付けられました。

6つの村
芋窪・蔵敷・奈良橋
高木・狭山・清水

1919年 大和村 → 1954年 大和町 → 1970年 大和市 → 1970年 東大和市

※同日付で「大和市」から「東大和市」に改称。

東大和市公式 YouTube
紙面に載せきれなかった情報を動画でチェック！



多摩湖で特別な時間を楽しみませんか。

まちづくり体験プログラム　**11/21（土）22（日）23（月・祝）**

狭山丘陵・多摩湖フォトラリー

スマートフォンでお題の写真を撮りながら、
郷土博物館から見晴らしの丘を目指す、体験型イベントです。
ハイキングやサイクリングで
秋の狭山丘陵・多摩湖を満喫しませんか。

場 スタート郷土博物館～ゴール見晴らしの丘（約2.5km）
時 ゴール地点参加賞引き渡しは10:00～16:00
参 全7スポットを達成した方にうまべぇシールをプレゼント
条 東大和市公式LINEに友達登録していること
問 都市づくり課：内線1259





うまべぇシールプレゼント

各日、先着100名様「おひとり様1枚（1アカウント）」
Wチャンスとして抽選で
「プラレール多摩都市モノレール1000系」が当たる！

まちづくり体験プログラム

次世代モビリティ試乗会

電動パーソナル三輪「TOCKLE」（トックル）を、試乗してみませんか。未来の移動の楽しさやスムーズな走行が実際に体感できます。
ぜひ新しい乗り心地をお試しください。



場 見晴らしの丘付近広場
時 10:00～16:00
対 16歳以上（免許不要）
問 都市基盤課：内線1217
※東京都都市整備局と連携して実施します。

多摩湖周辺　各種イベント配置マップ



フォトラリーにご参加の方
郷土博物館へは上北台駅からちょこバスで行こう！

11/21（土）～12/20（日）

11/21（土）はスペシャル1Dayイベント実施

ライドアラウンド in 多摩湖

自転車で街を巡るポイント獲得ゲーム！
指定スポットやグルメを巡って、アプリ「TraVelo」で
ポイントを集めよう！貯めたポイントは商品と交換できます。
開催期間中、いつでもどこからでも参加OK！

詳細はこちら



問 ツール・ド・ニッポン事務局 info@roots-sports.jp

水と緑、モノレールがつなぐ、未来の風景

緑溢れる自然をはじめ、多彩な魅力が存在し、多摩都市モノレールの延伸が予定される狭山丘陵周辺エリア。
水と緑が育んできた多摩湖と狭山公園を舞台に、東京都と東大和市・東村山市がお届けする、歴史・自然・まち・人をめぐる特別な時間をお楽しみください。

11/21（土）

まちづくり体験プログラム

多摩都市モノレール延伸部の魅力や将来像が体験できるプログラムを実施します。狭山丘陵や多摩湖の壮大な景色を楽しめるカフェや、未来のまちを象徴する駅舎デザインのイメージも登場。多摩都市モノレールが創る新たなまちを感じてください。





※イラストはイメージです。

場 見晴らしの丘付近広場
時 10:00～16:00
問 東京都都市整備局多摩まちづくり政策部
多摩まちづくり推進課 ☎ 03-5320-5473

11/21（土）22（日）23（月・祝）

村山下貯水池完成 100周年記念イベント

村山下貯水池（多摩湖）はまもなく完成100周年を迎えます。会場では、貯水池の紹介パネルを展示するほか、記念ダムカードやオリジナルグッズ、花鉢を配付します。キャラクターも登場。村山下貯水池の完成100周年を一緒に祝いませんか。



場 見晴らしの丘付近広場
時 10:00～16:00
問 東京都水道局浄水部管理課
☎ 03-5320-6444

11/14（土）～11/23（月・祝）

狭山公園花と光のムーブメント

「音と遊びときらめくススキ」をテーマに、花や光、自然の魅力を体感できるイベントを狭山公園で開催します。昨年に引き続き、この秋もワークショップやパレード、音楽パフォーマンス、夜のライトアップなど多彩なプログラムをお楽しみください。





場 都立狭山公園 風の広場、ススキ原っぱ
時 土・日・祝　各日　11:00～19:00
問 （公財）東京都公園協会事業開発課
☎ 03-3232-3028

【凡例】 対 対象 時 時間 場 場所 問 問合せ 参 参加賞 条 参加条件

このまちには、体験や出会いがたくさん！

身近な場所で、新しい発見や出会いが待っています。
家族や友人と、もちろん一人でも。気になる体験へ出かけてみませんか。



第57回 東やまと産業まつり

農業者、商・工業者による展示や即売、ステージイベントなど、魅力あふれる「東やまと産業まつり」を開催します。

場所／市役所敷地内
※お車でのご来場はできません。
（市役所および近隣の店舗などへの駐車は絶対にしないでください）

ステージ出演者などの詳細はこちら

11/7（土） 10:00 ～ 16:00（開会式 9:30）
11/8（日） 9:00 ～ 15:30（閉会式 15:30）

漫才・トークショー　7日（土）10:00 ～ 10:10

社会を明るくする運動の趣旨を広く市民にご理解いただくため、吉本興業所属シンクロニシティによる漫才と社明推進委員とのトークショーを行います。



シンクロニシティ

農産物共進会即売会

8日（日）12:30
整理券配布 8日 11:00（会議棟）

宝分け

8日（日）13:30
整理券配布 7日 11:00・8日 10:00（市役所北側駐車場／ 200 円）

自転車シミュレーターで交通事故防止　体験ブースを設置

最新機器を活用し、実際の交通場面を再現した映像を見ながら、ゲーム感覚で危険予測と安全確認の重要性を体験することができます。子どもから大人まで参加できますので、ぜひお越しください。

問 都市基盤課 ☎内線 1213

行政コーナー

会場：市役所中庭（歯科相談は市立保健センター）

7（土）	8（日）	**社会を明るくする運動・シルバー人材センターPR** 犯罪・非行防止の啓発、啓発品・PR チラシ配布 問 地域福祉課 ☎内線 1131
		リユース品の回収・配布 食器・ぬいぐるみ・雑貨類の回収と配布会 問 環境対策課 ☎内線 1244
		人権に関する啓発・特設人権相談 パネル展、啓発品配布、人権擁護委員による相談 問 市民生活課 ☎内線 1716
7（土） 10:00 ～ 15:00		**行政相談委員による相談** 国・東京都などの業務に関する苦情・要望 問 市長室 ☎内線 1413（対象：市内在住）
	8（日）	**ゼロカーボンの普及啓発** 省エネ・脱炭素の展示、発電体験 問 環境対策課 ☎内線 1244 **薬物乱用防止の啓発** チラシなどを配布 問 健康推進課 ☎042-565-5211
	8（日） 10:00 ～ 14:00 保健センター	**なんでも聞こう！無料歯科相談** 子どもから大人まで、歯や口のお悩み相談 問 歯科医師会 ☎042-564-8750 ／ 健康推進課 ☎042-565-5211
	7（土） 10:00 ～ 16:00 8（日） 10:00 ～ 15:30	**行政書士による相談** 相続・遺言・成年後見制度、各種許認可など 問 東京都行政書士会立川支部 ☎042-595-7633
	7（土） 8（日）	**まちなかカラーハンティング ガラポン抽選会** 事業参加者・当日の参加者に景品をプレゼント 問 スポーツ観光課 ☎内線 1552

問 産業まつり実行委員会（農業部門 ☎042-561-4383 ／商工部門 ☎042-562-1131）

観光ガイド付きまち歩きツアー「芋窪南コース」

参加無料

ボランティアガイドの解説を聞きながら、
蔵敷公民館から豊鹿島神社などを巡るまち歩きツアーです。

11/15（日） 10:00 ～ 12:00　集合／蔵敷公民館

定 20人（先着順）
持 飲み物持参、動きやすい靴でお越しください
申 11/1（日）～ 13（金）に WEB 等で申込み
問 スポーツ観光課 ☎内線 1553

申込フォーム

市役所中庭にインクルーシブ遊具がやってくる！「市役所で遊ぶ」体験創出イベント 開催

1日限定



11/28（土） 10:00 ～ 16:00　場所／市役所本庁舎 中庭等

市役所中庭に遊具が設けられ、様々なイベントも開催されて、市役所が１日限定で「遊び場」に変わるイベントです。
当日OK 申込不要なので、当日お気軽にお越しください。

問 総務課 ☎内線 1311　詳細はこちら



参加者募集「子ども国際体験 DAY」～見て・知って・あそぶ！「いろんな国のいろんなコト」～

先着順

12/19（土） 11:00 ～ 16:00　場所／中央公民館ホール

子どもたちが主体となって楽しめるワークショップを開催します！
「いろんな国の食べ物」が並ぶクリスマスマーケットも同時開催！
ご家族みんなでお越しください。

- うたって、さわって 音楽からのぞく世界の文化
- しって、つたえる 世界に触れる！子どもたちの文化交流教室
- あそぶ、つくる 世界の遊び体験＆工作ワークショップ
- 事前予約不要 世界の遊びの出張博物館 世界の仲間とものづくり交流ブース

申 11/13（金）12:00 から 27（金）21:00 までに WEB で申込み
問 企画政策課 ☎内線 1421

申込フォーム　詳細はこちら

ふれあいスポーツフェスティバル

当日OK



スタンプラリー形式で、様々なスポーツを体験できる秋の体験型イベントです。

11/23（月・祝）
持 体育館会場は内履き・外履き入れ袋を持参
申 当日直接会場へ（屋外会場は雨天中止）

場所／
①東大和 S&D 体育館（スタンプラリー・健康チェック体験等）
②S&D フィールド桜が丘（スポーツ体験・マルシェ・フリマ）
③清原中央公園運動広場（歩くサッカー・フライングディスク）

詳細はこちら

問 東大和 S&D 体育館 ☎042-566-3531

お子様も特別な体験ができる「体験型託児」もあります。　場所／東大和 S&D 体育館

対 0歳1か月～小学生
定 60人（最大）
申 11/12（木）10:00 までに WEB で申込み
問 子育て支援課 ☎内線 1765

詳細はこちら



「第37回多摩湖駅伝大会」参加チーム募集

来春

Supported by 株式会社ロンド・スポーツ

令和9年 3/21（日）

場所／都立狭山公園及び多摩湖周回コース
※今年度はコースの変更を予定しています。

定 ①多摩湖周回コース（32.88km）：250 チーム（一般の部）
②公園周回コース（9.68km）：200 チーム
（一般、一般女子、壮年、中学生男女、小学生男女の部）
¥ 参加費 1チーム（4人編成）
多摩湖周回 12,000 円／公園周回一般 10,000 円
中学生 3,000 円／小学生 2,000 円
申 11/12（木）～ 1/15（金）に WEB で申込み（予定）
問 スポーツ観光課 ☎内線 1554

詳細はこちら

【凡例】 対 対象 定 定員 ¥ 費用 持 持ち物 申 申込方法・申請方法 問 問合せ

子ども・高齢者・障害のある方への 虐待を防止しましょう

地域の皆さんで あたたかい 見守りや 声掛けを！

疑いを持った場合は必ず連絡をしてください！

虐待の背景には、周囲からの孤立や虐待経験など、さまざまな事情やストレス、葛藤が考えられます。
「おや？虐待かな？」と疑いを持った場合は、必ず下記に連絡をしてください。
なお、連絡した方の個人情報は守られます。皆さんの連絡が子ども・高齢者・障害のある方、そして虐待をしてしまう家族や養護者などを救います。

虐待の種類
- 心理的虐待：差別的な扱い、言葉による侮辱・脅迫・無視・目の前での家族への暴力など
- 身体的虐待：身体に外傷が生じる恐れのある暴行
- 性的虐待：性的な暴力やいたずらなど
- ネグレクト：育児・介護の日常的な世話の放棄・拒否・怠慢など
- 経済的虐待：現金を渡さない、または取り上げて無断で使用する、財産を無断で処分するなど

虐待に関する連絡・問合せ先

子どもへの虐待
- 東大和市子ども家庭センター：☎ 042-565-3651（月曜～金曜 9:00～17:00）
- 小平児童相談所：☎ 042-467-3711（月曜～金曜 9:00～17:00）
- 児童相談所虐待対応ダイヤル：「189（いちはやく）」
  ※ 24時間365日、最寄りの児童相談所につながり、相談・通告を受け付けています。守秘義務により相談者の秘密は守られます。

休日・夜間・緊急性のある虐待に関する連絡
- 東大和警察署 生活安全課：☎ 042-566-0110



障害のある方への虐待
- 東大和市障害者虐待防止センター（障害福祉課内）：内線 1123

高齢者への介護施設従事者などによる虐待
- 地域福祉課：内線 1176

高齢者への養護者による虐待、養護者への支援
- 東大和市高齢者ほっと支援センター
  いもくぼ：☎042-563-8777（担当地区：芋窪、蔵敷、奈良橋、上北台、立野）
  きよはら：☎042-590-1138（担当地区：仲原、清原、新堀、向原1・2・4・5丁目）
  なんがい：☎042-566-8133（担当地区：南街、桜が丘、向原3・6丁目）
  し み ず：☎042-843-6635（担当地区：多摩湖、湖畔、高木、狭山、清水、中央）
- 地域福祉課：内線1176

11月は児童虐待防止推進月間 オレンジリボンキャンペーン

国では、児童虐待防止法が平成12年11月に施行されたことにちなんで、児童虐待防止を推進する月間としています。児童虐待防止に関心と理解を深めましょう。

●児童虐待防止パネル展
児童虐待の防止に関する啓発ポスターの掲示やパンフレットを配布します。

日 11/2（月）～30（月）
場 市役所１階入口ホール
問 子ども家庭センター ☎ 042-565-3651

東大和市子ども・高齢者見守りネットワーク 大きな和

市と社会福祉協議会が連携し実施している「大きな和」は、安全・安心に暮らせる地域づくりを目指し、地域で活動する団体等のご協力により、子ども・高齢者等をさりげなく見守り、異変に気付いた時にご連絡をいただく活動です。協力団体にはステッカーを差し上げています。

問 社会福祉協議会 ファミリーサポートセンター ☎ 042-567-0013

東大和市シルバー人材センター

お仕事の依頼をお待ちしています！

こんなお仕事をお受けします！



働く会員も募集しています！

東大和市内在住の60歳以上の方で、健康で働く意欲のある方を募集しています。

入会説明会
毎月第２水曜日に開催しております（予約制）。

問 お電話またはホームページ



公益社団法人
東大和市シルバー人材センター
〒207-0015東大和市中央3-912-3
☎ 042-565-0531（受付時間）平日8:30～17:15
ホームページ

令和８年度 市政功労者表彰

市政の発展・市民福祉の向上等に長年、貢献された方を表彰しました。（敬称略・順不同）

自治表彰

感謝状 農業委員会の委員の職にあった方

農業委員会	和地 毅、杉本 実、大熊 和春、橋本 訓夫、西川 慶子

一般表彰

表彰状 各事業や分野において、振興・推進に尽力し功績のあった方や団体、優秀な成績を収めた方

社会福祉	田﨑 純子、野上 ミチ子、神谷 哲司、内野 章、鳴島 悦子、眞﨑 一郎、大村 孝志、折原 悦子
保健衛生	与謝野 聡、大原 哲也
社会教育	秦 一浩、鈴木 富雄
行財政運営	渡邉 眞一
スポーツ優秀表彰	高井 康宏、小山 玲弥、大原 諒介、大木 宙、尾野 真歩
スポーツ奨励表彰	根本 優愛夢、阿部 遼、豊田 楓、原 奏実、早間 結愛、橋本 優杏、菊田 伊織、東京ワイルズ、SEIBUプリンセスラビッツ

感謝状 各事業や分野において、振興・推進に尽力し功績のあった方や、市の公益のため金品などの寄附をした団体

都市計画	大越 武
社会福祉	齊藤 弘子、森脇 千春、田中 正明、太田 雅文、藤澤 春惠、松本 美弥子、大野 静江、髙橋 厚子、猪俣 秀子、鎌田 雄子
保健衛生	岩佐 俊夫、甘利 裕介
学校教育	辻本 愛子、梅山 佐和、Qカフェ・Qプロ（東大和九小コミュニティ・スクール）
社会教育	外池 武嗣、才郷 正次、森脇 千春、豊田 誠、島 弘、村山 泰子、神野 善治、樫山 美智子、池田 陽子
行財政運営	渡邉 眞一、田村 茂、佐竹 俊之、横山 昌明、池田 陽子、辻 洋一郎
寄附	西武レクリエーション株式会社、株式会社IDOM

問 総務課庶務係：内線 1311

令和７年度 市職員の給与・勤務条件等の公表

人事行政の公平性と透明性を確保するため、「東大和市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、市職員の給与・勤務条件等についてお知らせします。詳細は、市のホームページをご覧ください。

職員の任免の状況

採用者数及び退職者数の状況

採用者数	退職者数				
	定年	勧奨	普通	その他	計
20人	0人	0人	23人	1人	24人

職員数の状況

部門別職員数の状況（令和８年４月１日現在）

職員数	一般行政部門								特別行政部門	公営企業等会計部門		合計
	議会	総務	税務	民生	衛生	農林水産	商工	土木	教育	下水道	その他	
	7人	101人	32人	119人	21人	2人	5人	44人	56人	9人	35人	431人

※職員数は、一般職に属する職員数であり、地方公務員の身分を保有する休職者及び派遣職員を含み、一部事務組合への派遣職員や臨時又は非常勤の職員を除きます。

職員の給与の状況

職員給与費の状況（令和７年度一般会計決算）

職員数（A）令和７年４月１日現在	給与費				1人当たり給与費（B／A）
	給料	職員手当	期末・勤勉手当	計（B）	
410人	1,624,256千円	486,726千円	779,027千円	2,890,009千円	7,049千円

※職員手当には、退職手当を含みません。 ※国民健康保険、介護保険、後期高齢者医療、下水道の各事業については、特別会計等となりますので、上記の数値には含みません。 ※再任用短時間職員分を含みます。

職員の分限処分・懲戒処分の状況

1 分限処分の状況

種類	人数
免職	0人
降任	0人
休職	14人

※分限・懲戒処分の人数は、当該年度に新たに処分を受けた職員数です。

2 懲戒処分の状況

種類	人数
免職	0人
停職	0人
減給	1人
戒告	0人

職員手当の状況

1 期末・勤勉手当（令和８年４月１日現在）

区分		東大和市	東京都	国
1人当たりの平均支給額（令和７年度決算）		1,896千円	―	―
支給割合	期末手当	2.525月分（1.425月分）	2.525月分（1.425月分）	2.525月分（1.425月分）
	勤勉手当	2.375月分（1.175月分）	2.375月分（1.175月分）	2.125月分（1.025月分）
加算措置の状況（職務上の段階、職務の級等による加算措置）		【職務段階別加算】3～20％	【職務段階別加算】3～20％ 【管理職加算】15～25％	【職務段階別加算】5～20％ 【管理職加算】10～25％

※（ ）内は、再任用職員に係る支給割合です。

2 地域手当（令和８年４月１日現在）

支給率	支給職員１人当たり平均支給年額（令和７年度決算）
16％	501,132円

※再任用短時間職員分を含みます。

3 その他の手当（令和８年４月１日現在）

手当名	内容及び支給単価		支給実績（令和７年度決算）
扶養手当	子	13,000円	40,466千円
	子以外の扶養親族	6,000円（課長級は3,000円）	
住居手当	月額15,000円または30,000円（年齢制限あり）		9,218千円
管理職手当（特別調整額）	部長及び局長	95,000円	51,338千円
	課長及び副参事	71,000円	

4 特別職等の報酬等の状況（令和８年４月１日現在）

区分	給料月額等
給料	市長 895,000円、副市長 766,000円、教育長 710,000円
報酬	議長 529,000円、副議長 484,000円、議員 458,000円
期末手当	市長、副市長、教育長 4.90月分
	議長、副議長、議員 4.90月分

※特別職の報酬等の額は「東大和市特別職報酬等審議会」の答申に基づき条例で定められています。

※詳細は、市のホームページをご覧ください。問 人事課：内線 1331

公共施設の再編に関する今（いま）



公共施設再配置に関する説明会・オープンハウスの結果報告

市では、令和7年12月に「東大和市公共施設再配置計画(素案)」を策定後、関係団体や市民で構成する策定懇談会において様々な視点からのご意見を伺ってきました。また、市民ワークショップでは、「みんなの学校」に関するアイデアもいただいたところです。

これらいただいたご意見等を踏まえ、このたび、“素案”から一歩進んだ「具体的な方針」を作成し、9月下旬から10月上旬にかけて市内各所で、市民説明会とオープンハウス(商業施設などで来場者に参加いただくもの)を開催しました。主な質疑やご意見は、以下のとおりです。

市民説明会での主なQ&A

問）学校の授業中は市民活動の利用は制限されるのか。
答）地域専用スペースは、これまでどおり午前中から夜間まで利用可能です。また、共用スペースでは学校が使用しない夜間・休日の利用を想定しています。

問）コーラスなどの音の出る活動はできなくなるのか。
答）防音対策などを施し、これまでと同様に活動できると考えています。

問）子どもの安全をどう確保するのか。
答）地域エリアと学校エリアを施錠できる扉で仕切るなど、物理的なセキュリティ確保を前提としています。その上で、地域の人が子どもを見守る環境もつくりたいと考えています。

問）避難所など防災上の検討が不十分ではないか。
答）段階的に整備するので、避難所となっている施設が今すぐなくなるわけではありません。社会情勢の変化も踏まえ、整備に合わせて配置を検討すると共に、防災対応の機能も向上させます。

問）地域の集会所が減り地域活動が衰退するのではないか。
答）全ての公共施設を更新することはできない中で、何を残していけるかを検討し、活動場所をできる限り残すため、みんなの学校として整備をしていく考えです。なお、地域の特性を考慮した検討も必要であると考えています。

問）中央公民館は今後どのようになるのか。
答）令和13年度の供用開始を目指す、「健康・福祉・子育て支援の拠点施設」の整備後、空いた場所などを候補として機能を移し、令和14年度以降に解体する予定です。天井の高さが必要な活動は、ハミングホールや学校体育館などを利用していただくことを考えています。

問）検討資料や内容についてもっと周知してほしい。
答）市報では、毎号、公共施設再編について情報発信をしていきます。また、ホームページにも資料等を掲載し、今後も、多くの方にご理解いただけるよう努めてまいります。

問）社会情勢の変化が速いので、２～３年程度で点検・見直しを行うべきではないか。
答）少なくとも10年ごとの見直しとしていますが、10年に固執することなく、社会状況の変化を捉えて見直す必要もあると考えています。



説明会の様子

オープンハウスでの主なご意見

〇地域の拠点「みんなの学校」整備について
・学校の統廃合は必要。公民館等は学校に入った方が活用しやすいと思う。
・すぐ公共施設がなくなってしまうと思っていたので、正確な内容がわかって安心した。
・集約は賛成。削減した経費は、インフラの改修にまわしてほしい。計画自体は早く進めてほしい。
・学校のセキュリティラインをしっかりして、目的をしっかり持って運営すれば、大変良いと思う。
・少し集約しすぎと感じる。北部は公共施設をもう少し残しておいてほしい。
・共用する部分については、学校と地域との関係を考えてほしい。防災倉庫など、防災拠点としての機能整備を望む。
・施設が老朽化しているので、再配置により早く整備されることを期待する。
・高齢者の方に子どもを見てもらうなど、うまく交流できると良い。
・廊下、エレベーター、市民利用エリアなどは、障害者の利用を考慮した設計をしてほしい。
・集約することには賛同だが、年寄りばかりなので駐車場を多くしてほしい。



オープンハウスでの様子

〇市役所周辺の再配置、中央公民館、屋内プールの整備について
・今は窓口が散らばっていてわかりにくいので、行きたい所がわかりやすいようにしてほしい。集めることで利用しやすくなるのは良い。
・中央公民館機能を移転する上で部屋数は減少すると思うが、必要な個数は確保してほしい。機能移転してからの解体なら納得できる。
・小学生の楽しみの1つがプールである。屋内型にすることで季節に関係なく利用できるのが望ましい。
・市民プールと学校プールの共用整備に賛成。どこの自治体でもやっているから進めて良いと思う。

〇その他
・良い計画だと思うが、財政面でやりきれるか心配。未来に負担とならないように考えてもらいたい。
・施設をすぐになくすのではなく、順に移行していってほしい。
・財政面は分からないが、物価等も変わるので、数年ごとに見直しは必要。
・エリアによっては全く公共施設がなくなるようなところがあるため、子どもの安全を確保できるか心配。
・今回、東大和市として初めて大きな改革を具体的に打ち出したのはすばらしい。ただし、人口推計などこのとおりにいくかわからない。５～10年といわず、毎年ローリングしていくべき。

これら説明会等でいただいたご意見も参考にし、今後は、「計画(案)」を策定していきます。
市民説明会及びオープンハウスの詳細につきましては、右の二次元コードよりご覧ください。

情報MAP



【掲載情報の共通事項】
●対象は原則市内在住・在学・在勤の方
●定員を超えた場合は抽選
●記載のない持ち物については、各自判断をお願いします。(飲み物・服装・タオルなど)
●郵送先：〒207-8585 東大和市役所〇〇課（申込先の宛先）※住所不要
●当日OK：申込不要。当日会場へお越しください。
※詳細はホームページをご覧ください。記事の二次元コードからアクセス可。

市の人口と世帯　令和８年10月１日時点

住民基本台帳		内外国人住民数	前月比	9月の出生数		世帯数
男	41,595人	697	+13	男	21	41,932世帯
女	43,449人	954	+6	女	15	
計	85,044人	1,651	+19	計	36	

講座・イベント

男女共同参画事業「女性に対する暴力をなくす運動」

女性に対する配偶者等からの暴力、性犯罪、ストーカー行為等は人権を著しく侵害するものであり、男女共同参画社会を形成していくうえで克服すべき課題です。運動期間に合わせて、パネル展を実施します。なお、市では女性のための各種相談も実施しております。

日 11月12日(木)～25日(水)
場 市役所１階入口ホール
問 市民生活課：内線 1716

【女性相談】

成人趣味・体験講座「初心者向け健康マージャン～楽しく学んで仲間づくり～」

ルールを学び、頭脳ゲームを体験します。新しい趣味や仲間を見つけませんか？

日 11月21日(土)～12月19日(土) 毎週土曜日 13:30～15:30
場 蔵敷公民館　定 20人（申込順）
講 若野雅貴氏(東大和市健康マージャン連盟会長)
申 11月４日（水）から電話 / 窓口 / WEBで申込み
問 蔵敷公民館☎ 042-566-0551



狭山公民館グループ発表会　当日OK

狭山公民館で活動するグループの活動成果をぜひご覧ください。車での来館はご遠慮ください。

日 11月14日（土）、15日（日）
場 問 狭山公民館 ☎ 042-565-2700

来て・見て・体験！　当日OK
上北台公民館フェスタ～利用者展示発表会～

上北台公民館で活動するグループの活動成果をぜひご覧ください。車での来館はご遠慮ください。

日 11月28日（土）、29日（日）
場 問 上北台公民館 ☎ 042-567-2691

人形劇＆音楽鑑賞会

対 幼児・小学校低学年児童と保護者
日 12月５日(土) 10:00～11:00
場 狭山公民館　定 40人
講 人形劇団 雁 ピアニスト・音楽療法士 山内和子氏
申 11月４日（水）から電話 / 窓口 / WEBで申込み
問 狭山公民館☎ 042-565-2700

【申込みフォーム】【概要ページ】

里山体験講座「ミニ門松づくり」～新年を可愛いミニ門松で迎えませんか？～

狭山緑地の竹木を活用した「ミニ門松づくり」の里山体験講座を行います。講座は、狭山緑地で活動を行っている「東大和市狭山緑地雑木林の会」の協力で開催します。

対 市内在住・在学・在勤の方
日 12月12日（土）9:30～12:00 ※受付：9:00 小雨決行
場 市立狭山緑地 集合場所は郷土博物館
定 10人（定員を超えた場合は抽選）
持 飲み物、タオル、滑り止め付きの軍手、筆記用具、汚れてもよい動きやすい服装
申 11月1日(日)～11月20日(金)に電話 /WEBで申込み
問 都市基盤課：内線 1211



クリスマスにぴったり！ドームケーキ作り

ドーム型のケーキと簡単料理をご紹介します。

対 概ね64歳までの方
日 12月２日（水）13:30～15:30
場 市立保健センター
定 16人(申込順)　保 2人(1～3歳)
講 エムズキッチン専属講師（森永乳業所属管理栄養士）
持 エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具
申 11月5日(木)～11月30日(月)にWEBで申込み
問 健康推進課 ☎ 042-565-5211



学校給食センター見学試食会

施設内の見学や釜まぜを体験した後、学校給食を試食します。子どもたちが食べている給食を食べてみませんか？

対 市内在住・在勤・在学の方
日 12月18日（金）10:00
場 東大和市学校給食センター
定 30人（申込順）　¥ 1人390円
申 11月5日(木)～11月24日(火)にWEBで申込み
問 学校給食センター☎ 042-564-1282
✉ kyushoku@city.higashiyamato.lg.jp



第16回 オータムフェスティバル　当日OK

今年も音楽の祭典を中央公民館で開催します。ぜひご来場ください。

日 11月７日（土）、８日（日） 10:30～15:00（８日は15:30まで）
場 中央公民館
問 生涯学習課 ☎ 042-564-2451

お知らせ

令和９年東大和市二十歳の成人式のご案内

二十歳の皆さんの門出をお祝いする式典と実行委員会による催し物を開催します。出席者のご家族は、ハミングホール小ホールにて、式典等の様子をご覧いただけます。
案内状は12月上旬に発送予定です。

対 平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれの方
日 令和９年１月11日（月・祝） 13:00（受付 12:30）
場 ハミングホール
問 青少年課：内線 1742



おやこふれあいフェス発表・出店団体を募集します！

今年度も「おやこふれあいフェス」を中央公民館にて開催します。親子で楽しめる舞台発表やゲーム・模擬店などのブースを出してくださる団体を募集いたします。

日 令和９年３月14日(日) 10:00～14:00（予定）
場 中央公民館ホール
申 12月１日(火)までにWEBで申込み
※申込みフォームからお申込みください。応募多数の場合は調整させていただきます。
問 生涯学習課☎ 042-564-2451

【申込みフォーム】【概要ページ】

下水道管清掃のお知らせ

下水道管の流下機能の回復等を目的として、定期的に下水道管清掃を実施しています。
清掃時、民地内に委託業者が立ち入ることがありますが、必ず腕章及び身分証明書を携帯して伺いますので、ご協力をお願いします。

日 11月中旬～令和９年１月下旬(予定) 9:00～17:00
場 流下機能低下が見込まれる箇所 ※近隣住民の方には事前にチラシを配ります。
問 下水道課：内線 1232

し尿・浄化槽清掃の年内受付

し尿の処理や浄化槽の清掃を行うには申し込みが必要です。

申 12月23日(水)までに電話で申込み
問 環境対策課：内線 1241

ごみの分別について

●火災事故防止のため分別を徹底してください
収集車やごみ処理施設で火災が発生すると、作業員や近隣住民などの人命に関わる重大な事故につながります。また、火災によりごみ処理施設の運転が停止すると、ごみの受け入れができなくなります。

●スプレー缶
中身を使い切り、穴を開けずに排出してください。誤った方法で排出すると火災の原因になります。

排出の仕方
スプレー缶類の日に透明または半透明の袋に入れて排出してください。

●小型充電式電池（リチウムイオン電池等）
可燃ごみや不燃ごみと一緒に排出すると、収集や処理の過程で火災が発生するおそれがあります。

排出の仕方
環境対策課（市役所３階）の窓口や市内の「協力店」で回収しています。電池を取り外すことができない製品は、市内の公共施設に設置されている小型家電回収ボックスに入れてください。

問 環境対策課：内線 1242
【協力店】

粗大ごみの年内受付

１日に処理できる件数には限りがありますので、年内の収集をご希望の場合はお早めにお申し込みください。

粗大ごみ 年内収集受付期限
電話申込み：12月４日（金）まで
インターネット申込み：12月11日(金)まで

【申込みフォーム】　【概要ページ】

問 粗大ごみ受付センター ☎ 042-562-6500
環境対策課：内線 1244

生活のしづらさなどに関する調査（全国在宅障害児・者実態調査）を実施します

11月上旬から中旬に調査員が調査地区内の世帯を訪問します。調査対象者がいる場合は調査票を渡しますので、記入及び郵送での回答をお願いします。調査は厚生労働省が抽出した地区が対象です（チラシを配布してご案内します）。

問 障害福祉課：内線 1121

都営住宅の入居者募集

募集概要や申込資格、申込方法等については、募集案内をご覧ください。

対 ①家族向・単身者向 ②地元割当
日 ① 11月２日(月)～11月17日(火)
※募集案内の配布は 11 日まで
② 11月18日(水)～11月25日(水)
問 ①東京都住宅供給公社都営住宅募集センター
☎ 03-3498-8894
②都市づくり課：内線 1262



東大和市駅前社会実験 当日OK

駅前の新しい過ごし方を体験しませんか。いただいたご意見をこれからのまちづくりに生かします。イベントでは、キッチンカー、まちの本棚、まちづくりパネル展などを実施します。

社会実験
11月６日（金）～11月16日（月）
10:00～16:00

イベント
11月6日(金)、7日(土)10:00～16:00

場 東大和市駅前
問 都市づくり課：内線 1259



三輪モビリティ実証実験の実施

上北台駅近くにポートを設置し、三輪マイクロモビリティの実証実験を行います。買い物や通院などの目的地まで移動する新たな選択肢となり得るか、安全性や使いやすさ、利用ニーズなどを検証します。

日 11月17日(火)～令和9年2月16日(火)
場 上北台駅
問 都市基盤課：内線 1213

野火止用水6市共同 クリーンデーボランティア募集

野火止用水沿川の６市（東大和市、立川市、小平市、東村山市、東久留米市、清瀬市）が、同日一斉に保全活動（ごみ拾い等）を行います。ぜひ、ご参加ください。

対 市内在住・在勤・在学の方
日 12月４日（金）10:00～12:00
集合時間は 9:30、小雨決行
場 東大和市駅前（東大和スケートセンター前）
定 20人（定員を超えた場合は抽選）
持 汚れてもよい服装
申 11月1日(日)～11月27日(金)に電話 /WEB で申込み
問 都市基盤課：内線 1211



訪問販売「強引」「しつこい」…迷惑な勧誘は、はっきり断りましょう！！

●勧誘を受けないために
来訪者にはインターフォンで対応
電話は、常に留守番電話対応

●勧誘を受けたときは
その場で契約しない
安易に家に立ち入らせない
お金を支払わない

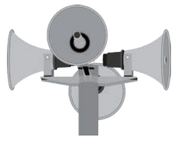
●契約してしまったら
まずは周囲に相談、188 に電話
「クーリングオフ制度」法定書面を受け取ってから８日間

問 東大和市消費生活センター：内線 1713

全国瞬時警報システム 全国一斉情報伝達試験

国が市の防災行政無線を自動起動し、緊急情報を瞬時に伝達するシステムの試験を市内全域で実施します。

日 11月11日(水) 11:00
予備日:11月25日(水)
問 防災安全課：内線 1353



審議会等の傍聴 当日OK

●社会教育委員会議
日 11月10日（火） 10:00
場 中央公民館 定 5人
問 生涯学習課☎ 042-564-2451

●図書館協議会
日 11月11日（水） 15:00
場 BOOKOFF 東大和市中央図書館 視聴覚室
定 10人
問 BOOKOFF 東大和市中央図書館
☎ 042-564-2454

●地域福祉審議会全体会
日 11月11日（水） 19:00
場 市立保健センター 定 5人
手 11月４日（水）までに申込み
問 地域福祉課：内線 1131
FAX：042-563-5930

●第4回第四次東大和市特別支援教育推進計画策定懇談会
日 11月12日（木）15:15
場 市役所会議棟第1会議室 定 3人
問 教育指導課：内線 1527

●介護保険運営協議会
日 11月17日（火） 19:00
場 市役所会議棟第6会議室 定 5人
手 11月10日（火）までに申込み
問 介護保険課：内線 1136
FAX：042-563-5930

●都市計画審議会
日 11月18日（水） 10:00
場 市役所会議棟第1･2会議室 定 5人
問 都市づくり課：内線 1258

●公民館運営審議会
日 11月19日（木） 14:00
場 中央公民館 定 5人
問 生涯学習課☎ 042-564-2451

●第2回東大和市まち・ひと・しごと創生会議
日 11月21日（土） 14:30
場 会議棟2階第6会議室 定 5人
問 企画政策課：内線 1421

●子ども・若者・子育て会議
日 11月25日（水） 14:00
場 市役所会議棟第1･2会議室 定 5人
保 満１歳以上の未就学児・11月13日（金）までに申込み
手 11月13日（金）までに申込み
問 子育て支援課：内線 1765
FAX：042-563-5928
✉ kosodateshien@city.higashiyamato.lg.jp

パブリックコメントについて

以下の計画等について、パブリックコメントを実施します。お知らせするとともに、ご意見を募集します。詳しくは市公式 HP をご確認ください。

①第三次東大和市環境基本計画（案）
日 10月21日(水)～11月20日(金)
問 環境対策課：内線 1249

②東大和市コミュニティバス（ちょこバス）運賃改定（案）のパブリックコメント
日 11月1日(日)～11月30日(月)
問 都市基盤課：内線 1213

③東大和市耐震改修促進計画(改定案)
日 11月19日(木)～12月18日(金)
問 都市づくり課：内線 1262

④東大和市交通安全計画改定のパブリックコメント
日 11月1日（日）～11月30日（月）
問 都市基盤課：内線 1213

⑤第七次東大和市地域福祉計画
日 12月1日(火)～令和9年1月4日(月)
問 地域福祉課：内線 1131

⑥高齢者福祉計画・介護保険事業計画
日 12月1日(火)～令和9年1月4日(月)
問 介護保険課：内線 1171

⑦障害者総合プラン
日 12月1日(火)～令和9年1月4日(月)
問 障害福祉課：内線 1129

⑧健康増進計画
日 12月1日(火)～令和9年1月4日(月)
問 健康推進課：内線 1181

⑨自殺対策計画
日 12月1日(火)～令和9年1月4日(月)
問 健康推進課：内線 1181

※⑤～⑨については、福祉５計画とし、オープンハウスを実施します。

オープンハウス
・12月11日(金)18:00～20:00
・12月12日(土)10:00～13:00
場 市立保健センター
問 地域福祉課：内線 1131



子ども・子育て

ひとり親家庭等を対象とした制度・事業

ひとり親家庭等を対象とした制度や事業があります。詳細は二次元コードをご覧ください。

問 子育て支援課：内線 1763
子ども家庭センター
☎ 042-565-3651

子どもショートステイ

保護者が病気や出産などでお子さんの養育が困難になったとき、養育協力員宅または児童養護施設れんげ学園で、お子さんを一時的にお預かりします。

対 市内在住の２歳～小学生のお子さんで、保護者が次の①～⑤のいずれかに該当する方
①病気や出産等で入院、療養等が必要な場合
②親族の病気等でその看病、介護が必要な場合
③事故・災害にあった場合
④冠婚葬祭に出席する場合
⑤育児に伴う身体的、精神的負担の軽減を要する場合

利用期間
１回につき１泊２日～６泊７日

利用料
１人１泊 3,000 円（減免規定有）
※お子さんに必要な食費、医療費、交通費等は自己負担

申 電話 / 窓口で申込み
問 子ども家庭センター☎ 042-565-3651
FAX：042-565-3652

年末保育の実施

玉川上水保育園では、保育園等の閉園する年末に、保育が必要な場合、お子さんをお預かりします。

対 利用日に保育が必要な市内在住の生後 57日目から就学前までの集団保育が可能な児童
日 12月29日(火)、12月30日(水)の7:00～18:00まで(19:00まで延長あり)
場 玉川上水保育園
申 11月13日（金）～11月20日(金)に申込み書を提出

申込み書等の提出先（郵送可）
玉川上水保育園
各日7:00～19:00まで※日曜を除く
問 保育課：内線 1751
玉川上水保育園
☎ 042-566-8670



令和9年度保育施設に入園希望の方へ 申請の受付が始まります

令和９年４月１日から保育施設（認可保育園・認定こども園等）へ入園を希望する方の申請を受け付けます。

一次入園申請の対象保育施設
認可保育所・認定こども園・小規模保育施設・家庭的保育

対 保護者が、仕事、病気等により、日常的に就学前のお子さんの保育にあたることができない方
日 11月２日(月)～11月14日(土)
場 保育課窓口
申 窓口 /WEB/ 郵送で申込み
※郵送の場合 11月 14 日(土) 消印有効
問 保育課：内線 1751



狭山保育園に遊びにきませんか

日 ①発育測定・運動あそび：11月４日(水)
②誕生会：11月10日(火)
③ 0･1･2歳児あそび広場:11月11日(水)
④おもちゃを作ろう:11月17日(火)
①～④ 10:00～11:00
対 ①④未就学児 ②年齢制限なし
③ ０～２歳児
場 狭山保育園 持 飲み物、着替え
申 イベント前日までに電話 /WEB で申込み
問 狭山保育園
☎ 042-564-2296



以下共通事項
場 市立保健センター
問 子ども家庭センター
母子保健係☎042-565-5212

ぺんぎんの会

保護者同士でお話して気分転換しませんか。

対 １歳6か月未満のお子さんと保護者
日 12月21日（月）9:30～11:00
定 8組
持 母子健康手帳・バスタオル・オムツ
申 11月16日（月）から実施日前日までに電話/窓口/WEBで申込み

さくらんぼの会

対 未就学の双子や三つ子とその家族（妊婦の方や保護者のみの参加も歓迎）
日 12月14日(月) 9:30～11:00
定 6組
持 母子健康手帳・バスタオル・オムツ等
申 11月16日(月)～実施日前日までに電話 / 窓口 /WEB で申込み



幼児歯科健康診査

対 １歳６か月児健診後～就学前の幼児
日 ①11月 9日(月) 9:30～11:00
②11月25日(水) 13:30～15:00
③11月30日(月) 13:30～15:00
定 30人（申込順）
持 歯ブラシ、コップ、歯のれんらくノート（初診の方は母子健康手帳）
申 実施日前日までに電話/窓口 /WEB で申込み



初めての離乳食講習会（3～6か月）

離乳食の進め方・作り方の話、実演、試食（保護者のみ）、個別相談

対 市内在住の生後３～６か月の乳児の保護者
日 12月17日（木）10:00～11:30
定 12人（申込順）
持 母子健康手帳、筆記用具、おんぶひも又はだっこひも
申 11月5日(木)から電話/窓口 /WEB で申込み

【保育付】簡単に作れる離乳食講習会（7～11か月）

離乳食の進め方の話、調理実習、試食、個別相談

対 市内在住の生後７～11か月の乳児の保護者
日 12月9日（水）13:30～15:30
定 10人（申込順） 保 8人
持 母子健康手帳、筆記用具、エプロン、三角巾、バスタオル
申 11月5日(木)から電話/窓口 /WEB で申込み



健康

結核住民検診

検診車による胸部レントゲン撮影です。事前申込制です。
受診できるのは年度内（令和8年4月～令和９年３月）に１回です。

対 18歳以上の市民
日 12月17日(木) 14:00～15:30
場 市立保健センター 定 45人(申込順)
申 11月5日(木)～11月30日(月)に電話 / 窓口 /WEB で申込み
問 健康推進課
☎ 042-565-5211



以下共通事項
場 市立保健センター
問 健康推進課☎ 042-565-5211

こころの健康相談

気持ちが不安定になり、受診すべきか悩んでいる方やその家族のために、専門医が相談をお受けします。
※現在精神科受診中の方は対象外

日 12月２日（水）10:00～12:00
（一人当たり 30～40 分程度）
申 前日までに電話 / 窓口で申込み ※要予約

お口の健康教室「歯を失わないための口腔ケア」

歯科衛生士による、講座と歯みがきの実習を行います。講座では、歯周病の原因や予防のポイントについて分かりやすく解説します。実習では実際に歯を磨きながら、正しい歯ブラシの当て方や動かし方を体験できます。

対 市内在住18歳以上64歳までの方
日 12月２日（水）10:00～11:00
定 12人 講 歯科衛生士 持 不要
申 実施日前日までに電話 / 窓口 /WEB で申込み

福祉

認知症サポーターステップアップ講座

認知症に関する正しい知識や地域の認知症の方やその家族への支援について、更に深く学ぶための講座を開催します。

対 次の条件を全て満たす方
①認知症サポーター養成講座を受講済の方
②地域の活動に関心のある方
③市内在住・在勤・在学の方
日 11月26日（木）・27日（金）10:00～11:30
場 中央公民館 視聴覚室 定 30人
講 ①東大和病院 認知症看護認定看護師
②公益社団法人 認知症の人と家族の会
申 電話 / WEB で申込み
問 介護保険課：内線 1171

【申込みフォーム】 【概要ページ】

ケアラーズカフェほのぼの 当日OK

介護や認知症のことについてお話しませんか。

対 高齢者を介護している方等
日 11月26日(木) 13:30～15:30
場 総合福祉センターは～とふる
¥ お茶を注文する場合は 200 円
問 総合福祉センターは～とふる
☎ 042-516-3982

11月30日は人生会議の日

人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）とは、将来の万一に備えて、家族等や医療・介護のスタッフと一緒に、自分が望む医療やケアについて繰り返し話し合うことです。
11月４日（水）～11月30日（月）は市役所にてパネル展も行います。この機会に「人生会議」をしてみませんか？
また、人生会議の際に活用できる「人生会議 記入シート」や在宅で療養する際に役立つ情報等をまとめた「私の在宅療養ハンドブック」を、市ホームページで電子公開及び介護保険課で配布中です。

【「人生会議」について考えてみませんか】
（人生会議 記入シートデータあり）

【私の在宅療養ハンドブック】

問 介護保険課：内線 1172

「もしも」に備える！おうちの安全と人生会議

住み慣れたわが家で安心して暮らしていく備えを学ぶ講座です。
前半は、家庭内の事故事例から、家の中の危険個所と具体的な対策を紹介します。後半は、自分が大事にしたいことや「もしも」の時について大切な人と話し合う「人生会議」について解説し、専用トランプを使ったプチ体験を行います。

対 65歳以上の市民
日 11月25日(水)14:00～16:00
場 中央公民館 301 学習室
定 20人（申込順）
講 ①井坂春樹氏・長澤真麻氏
（㈱ミライエ代表取締役社長・職員）
②東大和市在宅医療・介護連携支援センター
持 筆記用具
申 11月5日(木)～11月19日(木)までに電話 /WEB で申込み
問 介護保険課：内線 1172



相談窓口　相談無料　秘密厳守

※詳細は、市のホームページまたはお問い合わせください。
※市外局番「042」の表記を省略しています。

予約制

- 法律相談／登記相談／不動産取引相談／行政手続相談／税務相談／行政苦情相談／交通事故相談 問 市長室：内線 1413
- 多重債務相談／消費生活相談（予約優先） 問 消費生活 センター：内線 1713
- 女性のための悩みごと相談（男性要相談）／女性のための法律相談／人権身の上悩みごと相談 問 市民生活課：内線 1716
- 子育て相談／少年の非行等相談（専門）／ひとり親家庭等相談 問 子ども家庭 センター☎ 565-3651
- 教育相談 問 さわやか教育相談室☎ 562-7911
- ふくし法律相談／成年後見専門相談 問 社会福祉協議会あんしん東大和☎ 590-0018

予約不要

- 市民相談 問 市長室：内線 1413
- 職業相談 問 東大和就職情報室：内線 1194
- 高齢者相談／高齢者虐待・介護者支援相談 問 高齢者ほっと支援 センター☎ 563-8777（いちのくぼ） ☎ 590-1138（きよはら） ☎ 566-8133（なんがい） ☎ 843-6635（しみず）
- 障害者相談 問 総合福祉 センターは～とふる☎ 516-3982
- 福祉なんでも相談 問 社会福祉協議会☎ 564-0012
- 生活困窮に関する相談 問 東大和市くらし・しごと応援 センターそえる：内線 1081
- ひきこもり相談 問 東大和市ひきこもり相談窓口ラポール☎ 843-7820



令和７年度決算について

令和７年度一般会計、特別会計及び下水道事業会計の決算が市議会で認定されました。
概要は、市のホームページをご覧ください。 問 財政課：内線 1431

【凡例】対 対象　日 日時　場 場所　定 定員　保 保育　手 手話通訳　講 講師　¥ 費用　持 持ち物　申 申込方法・申請方法　問 問合せ

シニア

もの忘れあんしん相談会
当日OK

もの忘れが心配な方や認知症について知りたい方等を対象に、もの忘れあんしん相談会を開催します。

日 ①11月14日(土) ②11月19日(木) ③11月25日(水) 14:00～15:30
場 ①SOMPO ケア ラヴィーレ東大和（仲原 4-7-1） ②蔵敷公民館 ③向原市民センター
問 介護保険課：内線 1171

介護予防教室 楽しみマッスル教室（5・6期）

筋力向上を目的とした運動やマシントレーニング、認知機能の低下予防のためのレクリエーションを行います。

対 教室開始日以降、65歳以上の方（要支援・要介護認定を受けている方は利用不可）
※呼吸器疾患や循環器疾患をお持ちの方は、事前に主治医に確認してください。
日【5期】12月7日～3月15日の毎週月曜日（祝日の場合、金曜日に変更）10:00～11:30
【6期】12月11日～3月19日の毎週金曜日 13:00～14:30
場【5期】ロンドスクール MAX 上北台（上北台 1-3-4）
【6期】ロンドフィットネスクラブ東大和24＋（桜が丘 2-143）
定 各期10人 講 健康運動指導士他
持 タオル、飲み物、筆記用具、室内履き
申 11月5日(木)～11月13日(金)
問 ロンドスクール MAX 上北台 ☎042-565-6626（火～金曜日：10:00～17:00）
※申込者多数の場合、初回の方を優先し抽選

介護予防教室 いきいき運動プラス

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

対 教室開始日以降、65歳以上の方（要支援・要介護認定を受けている方は利用不可）
※呼吸器疾患や循環器疾患をお持ちの方は、事前に主治医に確認してください。
日 12月9日(水)～3月17日(水) 毎週水曜日（年末年始を除く）・全14回 14:00～15:30
場 上北台市民センター 定 15人
講 介護予防運動指導員他
持 タオル、飲み物、室内履き
申 11月5日(木)～11月13日(金)
問 ㈱ジェイレック☎03-3594-0597（平日：10:00～16:00）
※申込者多数の場合、初回の方を優先し抽選

65歳以上の方の体力測定会

ご自身の体力を確認（握力、身体を伸ばす、できるだけ速く歩く等）する体力測定会を実施します。

対 65歳以上の方
日 11月18日(水) 13:30～15:30 所要時間約30分
場 東大和S&D体育館
定 50人程度（申込順）
持 飲み物、体育館履き・外履きを入れる袋、東大和元気ゆうゆうポイント手帳（持っている方）
申 実施日前日までに電話で申込み
問 保険年金課：内線 1031



健康・介護予防講演会 100歳まで健やかに！腸とたんぱく質の新習慣

100歳時代を元気に過ごすカギは、お腹の健康と毎日の栄養にあります。腸活のポイントとたんぱく質の大切さを分かりやすくご紹介します。

対 65歳以上の方
日 11月25日(水) 13:30～15:00
場 中央公民館ホール
定 50人程度（申込順）
持 筆記用具
申 実施日前日までに電話で申込み
問 保険年金課：内線 1031

郷土博物館

以下共通事項
場 郷土博物館
休 月曜日、11月4日(水)、24日(火)（月曜日が祝日の場合は開館）
問 ☎042-567-4800 FAX：042-567-4166 ✉hakubutsukan@city.higashiyamato.lg.jp

以下プラネタリウム共通事項
定 100人
¥ プラネタリウム観覧料 大人300円、小中学生100円、未就学児は無料
※当日券売機で観覧券をお求めください。
※投影途中での入退場はできません。

昼間の星の観察会「太陽と月をみよう」
当日OK

太陽表面を特殊な望遠鏡で観察します。

日 11月3日(火・祝) 9:30～10:30
場 郷土博物館前



プラネタリウムお休み

プラネタリウム投影機の保守点検のため投影はお休みします。

日 11月10日(火)

写真展「記憶装置・戦災変電所の今」
当日OK

日本大学芸術学部写真学科の学生が変電所の内外を撮影した写真展です。

日 11月8日(日)～11月29日(日) 日曜日と水曜日のみ 10:30～16:00
場 旧日立航空機株式会社変電所（都立東大和南公園内）



文化財めぐり「狭山村の原風景をたどる～江戸末期の絵図を見て～」

今から150年前の狭山村の痕跡をたどり、明治初期の原風景を思い浮かべながらまちを巡ります。歩きやすい服装でご参加ください。

日 11月22日(日) 9:30集合、12:00頃解散
場 狭山公民館 定 30人
申 11月1日(日)から電話/窓口で申込み

自然観察会「バードウォッチング」
当日OK

紅葉の雑木林と貯水池で、野鳥観察を楽しみませんか？

日 12月6日(日) 9:00武蔵大和駅下集合、12:00解散
場 都立狭山公園
講 大庭健二氏・柴田佳秀氏・永石文明氏
持 双眼鏡・筆記用具
申 前日までに電話/FAX/窓口/WEB/メールで申込みも可



図書館

クリスマス子ども会

●「アドベントカレンダーを作ろう！」
クリスマスに向けて、絵をかいたり折り紙をはったりして、オリジナルのアドベントカレンダーを作る工作会です。

対 4歳～小学生（未就学児は保護者同伴）
日 12月6日(日)14:00～15:30
場 清原図書館 定 10人（抽選）
講 図書館スタッフ
申 11月1日(日)～11月25日(水)に電話/窓口で申込み
問 清原図書館☎042-564-2944

●「ピカピカ☆ツリー作り」
紙粘土を使って、LEDキャンドルが光るクリスマスツリーを作ります。ビーズや型抜きで飾りつけを楽しみながら、自分だけのツリーに仕上げます。

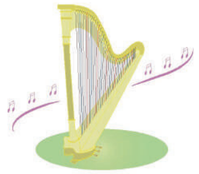
対 4歳～小学生（未就学児は保護者同伴）
日 12月20日(日)14:00～15:30
場 桜が丘図書館 定 10人（抽選）
講 図書館スタッフ
申 11月1日(日)～12月9日(水)に電話/窓口で申込み
問 桜が丘図書館☎042-567-2231



絵本と大人の素敵な関係 ～ハープと共に♫～

ハープの演奏と絵本の朗読を通し、大人にとっての絵本の魅力をお伝えします。

対 市内在住・在勤
日 11月29日(日)14:00～15:30
場 桜が丘図書館 定 25人（抽選）
講 山本潤子氏（絵本メンタルセラピスト）柴崎なおみ氏（ハープ奏者）
申 11月1日(日)～11月18日(水)に電話/窓口で申込み
問 桜が丘図書館☎042-567-2231



官公署・その他

居場所「One'sぷれいす」
当日OK

ひきこもり等生きづらさを抱える方を対象とした居場所「One's ぷれいす」を開催しています。お気軽にお越しください。

日 ①原則毎月第1木曜日 ②原則毎月第3火曜日 13:30～16:00
場 ①【音楽珈笛 音茶居】南街5-89-10 Yビル1F ②【コーシャハイム玉川上水第二集会室】桜が丘3-44-13 21号棟1階
問 社会福祉協議会 ひきこもり相談窓口ラポール ☎042-843-7820

ひきこもり家族会「つながり」
当日OK

日頃の悩みや不安を分かち合い、情報交換や学習会等を通じて本人の状態への理解を深め、「家族が安心できる居場所」として毎月定例会を開催しています。どうぞお気軽にいらしてください。

日 原則毎月第4月曜日 14:00～16:00
場 社会福祉協議会会議室
問 社会福祉協議会 ひきこもり相談窓口ラポール ☎042-843-7820

ケアラー交流会 ワークショップ「アロマオイルハンドケア」

好きな香りで作るアロマオイルのワークショップとオイルを用いたハンドケアの講習会を開催します。

対 障害のある方のご家族等
日 11月20日(金)10:00～11:30
場 東大和市総合福祉センターは～とふる
定 10人 講 加藤梨紗氏（ケアサロンいろどり）
申 11月18日(水)までに申込み
問 東大和市総合福祉センターは～とふる ☎042-516-3982



は～とふるまつり
当日OK

総合福祉センターは～とふるは、10月1日に開設10周年を迎えました。日頃ご支援ご協力いただいている皆様への感謝を込めて、「は～とふるまつり」を開催いたします。※模擬店・ステージ等

日 11月28日(土)10:00～14:00
場 東大和市総合福祉センターは～とふる ☎042-516-3981

第23回「こどもからの人権メッセージ発表会」in 立川
当日OK

多摩9市の小学生が、「人権の大切さ・素晴らしさ」をテーマに日常生活の中での気付き・体験を発表します。

日 11月28日(土)13:00～16:00（12:30開場）
場 たましんRISURUホール 大ホール
定 400人（先着順）
問 立川市市民部くらし相談課 ☎042-528-4319

中小企業者向け研修

対 経営者・管理者・新任管理者層等
場 中小企業大学校東京校
申 電話で申込み
問 中小企業大学校東京校 企業研修課 ☎042-565-1207



中小企業退職金共済（中退共）制度のご案内

中小企業退職金共済（中退共）制度は、中小企業の事業主が、従業員の退職金を計画的に準備できる国の退職金制度です。国からの有利な掛金助成や、税法上の優遇も受けられ手数料もかかりません。家族従業員やパートタイマーも加入できます。
※一部対象外あり。詳しくは、ホームページをご覧ください。

申 電話で申込み
問 中退共本部☎03-6907-1234

自衛官募集案内

陸上自衛隊高等工科学校生徒を募集します。
※2等陸・海・空士（任期制自衛官）については、年間を通じて募集しています。

対 令和9年4月1日現在、男子で中卒（見込含）17歳未満の者
受付期間
推薦：令和8年11月27日(金)まで
一般：令和9年1月14日(木)まで
試験日
推薦：令和9年1月9日(土)から1月11日(月・祝)までの間の指定する一日
一般：令和9年1月23日(土)又は1月24日(日)の指定する一日
申 電話/窓口で申込み
問 防衛省国分寺募集案内所 ☎042-324-1010



障害年金の制度をご存じですか

病気やけが等によって生活や仕事などが制限されるようになった場合に受け取ることができる年金です。障害の原因となった病気やけが等で初めて診療を受けた日に加入していた年金制度によって、請求先や障害年金の種類が異なります。

問 立川年金事務所☎042-523-0352 または保険年金課：内線 1033

「税を考える週間」

国税庁では、11月11日(水)から17日(火)の期間に「これからの社会に向かって」をテーマに、様々な取組や情報を提供します。詳しくは国税庁のホームページをご覧ください。

問 立川税務署☎042-523-1181

「老いる検定」自分の未来を理解するために

自分自身や身近な人の「老い」について理解を深めるための講座です。どなたでもお気軽にご参加ください。

日 12月7日(月)13:30～15:30
場 社会福祉協議会 定 25人(申込順)
講 大内陽子氏
申 12月4日(金)までに電話/FAX/窓口/WEB/郵送で申込み
問 社会福祉協議会あんしん東大和 ☎042-590-0018 FAX：042-564-3680

身近な地域で働きたいを応援！福祉のしごと相談・面接会
当日OK

「福祉の仕事に関心がある」「自宅に近いところで仕事をしたい」という方に福祉の仕事への理解を広げ、就職につなげる場として相談・面接会を開催します。無資格・未経験の方もお気軽にご参加ください。

日 12月3日(木)13:30～15:30
場 中央公民館ホール
問 社会福祉協議会 ☎042-564-0012

災害復興支援 第49回 東大和市福祉祭
当日OK

「個性的 そう言われたら ほこるべき」～すべての市民が安心して生活できるように～をテーマに第49回 東大和市福祉祭を開催します。

内容
民生委員・児童委員協議会の他、団体による模擬店（飲食を含む）、スタンプラリー等

日 11月15日(日)10:00～14:30（開会式9:45～）
場 中央公民館及び市役所中庭等
問 社会福祉協議会 ☎042-564-0012

秋の火災予防運動

11月9日(月)～15日(日) 秋の火災予防運動を実施します。防火防災意識や防災行動力を高め、火災の発生を防ぎ、万一、火災が発生した場合にも被害を最小限にとどめ、火災から尊い命と貴重な財産を守ることを目的として行います。期間中の午後8時～10時は市内全域で消防団が警戒活動を実施します。

問 北多摩西部消防署☎042-565-0119

医療安全支援センター 住民向け公開講座

上手な歯科のかかり方 ～安心して治療を受けるために～

配信期間
令和8年11月25日(水)から12月25日(金)まで
配信方法
都保健所YouTubeチャンネルによるオンデマンド配信
視聴方法
配信期間内に多摩立川保健所ホームページに掲載されるURLまたは二次元コードからどなたでも視聴可能

講 鳥山佳則氏（歯科医師）
問 多摩立川保健所 保健医療担当 ☎042-524-5171

動画を観て詐欺被害防止「特殊詐欺根絶アクションプログラム・東京」

SNS型投資詐欺、警察官を騙る詐欺、医療費等の還付金詐欺被害が多数発生しています。
このプログラムは、警視庁、東京都、経済団体等が特殊詐欺根絶のために開始したもので、どなたでも参加できます。詐欺の手口や被害に遭わないための対策をわかりやすく紹介しています。ぜひご利用ください。

問 東大和警察署 ☎042-566-0110

移動交番車

地域住民の立寄り場として、相談や交通事故の防止、パトロール活動を行います。地域情報の発信、落とし物や被害の届出、各種届出の取扱いも行います。

日 11月20日(金)14:00～15:00
場 新堀地区会館
問 東大和警察署 ☎042-566-0110

納期限のお知らせ

11月30日(月)

【国民健康保険税(普徴)】第5期
【後期高齢者医療保険料(普徴)】第5期
【介護保険料(普徴)】第5期
【学童保育所育成料】11月分

申込期間 11月1日～30日 成人健診・検診 申込み開始のお知らせ

●肝炎ウイルス検診・一般
●子宮頸がん検診・後期
●結核住民検診
結核住民検診は5日から申込み開始・先着順



申込みはこちら

狭山保育園おわかれ展示会の開催



昭和49年の開園から52年間、子どもたちの成長を見守ってきました。この度、令和9年3月31日をもちまして閉園になります。

閉園を前に狭山保育園に遊びにきませんか？
各部屋の展示物を見ながら、思い出を共有するひと時を一緒に過ごしませんか？

※小学3年生以下は、保護者の方と一緒に来園してください。駐車場は、台数に限りがありますので、止められない場合があります。

在園児とご家族の方
1月22日(金)14:00～19:00
卒園児とご家族の方及び地域の方
1月23日(土) 9:00～12:00、14:00～17:00
1月24日(日) 9:00～12:00
場 問 狭山保育園☎042-564-2296



おいでよ！じどうかん

乳幼児親子がゆったり楽しく過ごせる「子育てひろば」もあるよ！

季節の催し物や行事を開催中！

●開館時間：10:00～18:00（小学生は17:00まで）
●休館日：日曜日・祝日・年末年始（12月28日から1月3日）

各児童館の行事予定はこちら

各児童館には、図書室や併設の図書館（さくらがおか児童館）があり、絵本や児童書、コミック本（児童館のみ）などを自由に読むことができます。ボランティアさんによる絵本の読み聞かせを、定期的に行っている児童館もあり、子どもたちが、絵本に興味を持つきっかけになることもあります。児童館で「読書の秋」を満喫してみませんか？

また、11月も、体を使った遊びや手芸教室、楽しい工作など、魅力的な行事が盛りだくさん。市公式ホームページをご確認の上、ぜひご参加ください。

【凡例】対 対象　日 日時　場 場所　定 定員　保 保育　手 手話通訳　講 講師　¥ 費用　持 持ち物　申 申込方法・申請方法　問 問合せ

医師会コーナー

健康だより

女性を悩ませる２つの症候群

症候群というのは、ある病気でいくつかの症状が同時に出る場合につけられる病名のことです。最近有名になったアスペルガー症候群など多数の症候群があります。

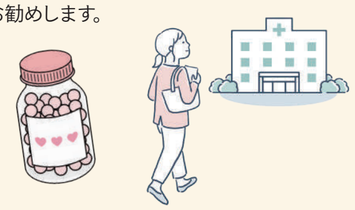
これらの中で女性を悩ませる2大症候群と言えば、月経前症候群と更年期症候群でしょう。それぞれPMS、更年期障害とも言われます。

どちらも４０代の方に多く見られるため、混同している方がいらっしゃいます。そこで、２つの違いを明らかにしたいと思います。

まずは年齢です。月経前症候群は４０代でも前半の方がほとんどです。（１０代から苦しむ方もいます。）それに対して、更年期症候群は、４０代の終わりから５０代の方がほとんどです。そして、月経が規則的な方は月経前症候群、２、3か月来ない方は更年期症候群と言い切ってしまっても良い程です。また、症状のある時期が月経前症候群は月経前の2週間だけのことが多く、更年期症候群の方では症状は持続し、月経がたまに来る前はかえって調子が良くなったりします。

これらの違いは、原因となっているホルモンの違いから来ています。月経前症候群は、排卵後月経が来るまで出る黄体ホルモンのプロゲステロンが分泌されること、更年期症候群は、女性ホルモンであるエストロゲンが欠乏することで起こるのです。

軽症の場合は、どちらも薬局で購入できる市販薬で対処可能ですが、良くならない場合は迷わず医療機関を受診されることをお勧めします。



Check 市民情報

会員募集

英会話トレーニングサークル

初級から中級、皆さんでモチベーション維持
対 英語に興味や関心のある方
日 毎週土曜日４回 10:00～12:00
場 中央公民館　¥ 月会費 3,000 円
申 山口正☎ 080-6616-1882

空堀川-秋の清掃活動 第57回クリーンアップ

〈空堀川を考える会〉
後援 東京都北多摩北部建設事務所工事第二課
協賛 東大和市・森永乳業㈱東京多摩工場
日 11月21日（土） 9:00～11:00
8:30集合
※事前申込制、小雨決行、雨天中止。
場 集合場所 上砂一の橋右岸/空川ひろば
持 長靴着用、軍手、火バサミ、保険は主催者で用意
申 11月20日（金）までに電話で申込み
小倉☎ 070-1448-0658



婚活電話相談会～お悩みサポート～

〈東大和婚活応援団〉
経験豊富な婚活アドバイザーによる無料相談
対 婚活を希望される本人・親御様、シニア可
日 11月1日(日)～14日(土)10:00～19:00
申 高井☎ 090-4715-5897



不登校、ひきこもり居場所

〈リスニングカフェ〉相談、心の支援、居場所
対 当事者と家族
日 11月27日（金） 14:00～16:00
場 東大和リビングテラス
¥ 1家族 500 円（申込不要）
申 青木 ✉ listening.cafe25@gmail.com

読書会のお知らせ

〈東大和子どもの本を読む会〉
「真夜中の動物園」ソーニャ・ハートネット（主婦の友社）
日 11月21日（土） 10:00～12:00
場 BOOKOFF 東大和市中央図書館 会議室
申 野澤敬子☎ 042-561-4078

介護者の集い

〈介護者の集い東大和〉介護者のつどい
対 介護中又は介護経験者の方、関心のある方
日 11月19日（木） 13:30～15:30
場 向原老人福祉館 教養娯楽室　¥ 100円
申 なるべく開催日の前日まで（当日でもOK）
田村美和子☎ 090-5308-6638



公共施設再配置計画地域別学習会

〈どうする学校・公共施設 市民の会〉
公共施設再配置計画についての学習
日 ①11月６日(金) 清原市民センター
②11月14日(土) 桜が丘市民センター
③11月20日(金) 新堀地区会館
④11月21日(土) 向原市民センター
⑤11月28日(土) 奈良橋市民センター
14:00～16:00
定 各回30人（先着順）
申 実川圭子☎ 090-8509-0134
✉ sisetsusaihaichi@gmail.com

初心者のスマホ講座 LINE

〈東大和どっとネットの会〉
スマホの基本操作とLINEの使い方
対 シニア
日 11月19日（木）10:00～12:00
場 中央公民館 定 15人（申込順）
講 スマホアドバイザー
持 スマートフォン（アンドロイド）
申 11月17日（火）まで
福田☎ 090-5818-7896

スマートフォン相談サロン

〈東大和どっとネット〉スマートフォンの基礎操作
対 シニア
日 11月３日(火・祝) 狭山公民館
10日(火) 上北台公民館
12日(木) 蔵敷公民館
18日(水) 中央公民館
24日(火) 南街公民館
9:30～11:30
講 どっとネットの会員
¥ 参加費 100 円　持 スマートフォン
申 申込不要
問 福田☎ 090-5818-7896
新井☎ 090-9851-1834



対話こそ共生社会を開くカギ

〈東大和障害ネットワーク〉
全盲の大胡田誠弁護士の講演会とインクルーシブミニコンサート
対 市民
日 11月28日（土） 13:00～16:15
場 ハミングホール小ホール
定 60人（先着順）
申 自立生活センター東大和内
☎ 042-567-2622

さやま・しみずモニュメント歴史めぐり

〈さやま・しみず楽しみたい〉
日 11月28日(土) 9:00～12:00
場 狭山公民館　¥ 100円　持 タオル
定 20人（事前申込制）
申 11月21日（土）まで
高齢者ほっと支援センターしみず
☎ 042-843-6635

2026年「平和バザー」

〈バザー実行委員会〉
日 11月21日（土） 9:30～12:00
場 中央公民館ホール　持 エコバッグ
申 平☎ 042-563-3591

大和会研究集会

〈社会医療法人財団大和会〉
医師及び職員による研究発表
対 市民
日 11月20日（金） 14:30～17:00
場 東大和市民会館ハミングホール
定 20人（先着順）講 医師及び職員
申 高草木正明☎ 042-567-8307
✉ kikaku@yamatokai.or.jp

異世代交流将棋教室

〈中央公民館利用者連絡会〉
異世代交流対局まわり将棋はさみ将棋他
対 市内在住小学生からシニアの方
日 11月28日（土） 9:00～11:00
場 中央公民館 203
定 30人（小学生から申込順）
講 石川宗徳氏、若野雅實氏
持 筆記用具、飲み物
申 11月10日（火）まで
若野雅實☎ 090-7423-0371



認知症予防サロン

〈いきいきひだまり東大和〉
予防や進行の食い止めに楽しく頭を使います。
対 認知症に関心がある方
日 11月12日(木),26日(木) 13:30～15:30
毎月第２・４木曜日
場 中央公民館 定 20人（先着順）
講 大西智恵子氏　¥ 500円（お茶菓子付）
申 大西智恵子☎ 090-8519-4370
✉ iki2hidamari@gmail.com

公開学習「社交ダンス」〈YSDC東大和〉

日 11月10日(火)13:30～15:00（中級）
15:10～16:00（初級）
場 中央公民館ホール 講 安岡覚氏
¥ 中級 1,500円、初級 1,000円
持 ダンスシューズ
申 安岡裕子☎ 090-2303-8441



2026 東大和植物画クラブ展

〈東大和植物画クラブ〉
草花の姿に癒されて描いた作品
日 12月2日(水)～6日(日)10:00～16:00
※最終日15:00まで
場 東大和市立郷土博物館 講 鈴木節子氏
申 濱本万里子☎ 042-565-7038





歴史ガイドツアー〈東大和南公園〉

航空写真で見る工場～基地～公園の変遷
日 11月22日(日)① 10:00～11:30
② 13:00～14:30
場 東大和南公園サービスセンターロビー
定 20人（申込順） 講 公園職員
申 11月20日（金）まで
細田雄一☎ 042-562-1498
✉ hosoday@tokyo-park.or.jp

【凡例】対 対象　日 日時　場 場所　定 定員　保 保育　手 手話通訳　講 講師　¥ 費用　持 持ち物　申 申込方法・申請方法　問 問合せ

ガンバるキミにスポットライト！ 小・中学生編

キックボクシングで活躍する 矢口３きょうだい

キックボクシングで優秀な成績を収めた、矢口 翔夢さん（長男）、怜煌さん（次男）、笑麻さん（長女）の３きょうだいが、表敬訪問してくれました。翔夢さんは「“XSTREAM1” ムエタイ kids -50kg」および「“IDEAL FIGHT” Jr キック -52kg」で、怜煌さんは「“XSTREAM1” ムエタイ kids -40kg、Jr ムエタイ -37kg」でチャンピオンに輝きました。また、笑麻さんは小学生ながら個人スポンサー契約を結ぶなど、３人それぞれが活躍しています。世界チャンピオンを目指す３人の活躍に注目しています。（7/23）



左から、笑麻（えま）さん、怜煌（れお）さん、翔夢（とむ）さん

昭和100年記念 全日本少年少女武道（剣道）錬成大会の第一ブロックで優勝

東大和警察署の少年剣道会に所属する団体チームが、７月に日本武道館で開催された大会にて、見事ブロック優勝を果たしました。同チームは、東大和市在住の髙島 大志さん、菊田 伊織さん、浅井 陽仁さんと、武蔵村山市在住の安藤 総司さん、國本 新さんの５名で構成されており、試合では素晴らしいチームワークを発揮しました。
日頃から切磋琢磨し、熱心に稽古に励む５名のさらなる活躍を応援しています。（9/11）



左から、髙島 大志（たかしま たいし）さん、菊田 伊織（きくた いおり）さん、安藤 総司（あんどう そうじ）さん、國本 新（くにもと あらた）さん、浅井 陽仁（あさい はるひと）さん

第６回 坂本龍馬杯武州剣道大会で優勝

東大和市剣道連盟所属の東 維世さんが、８月に TAC 東村山スポーツセンターで開催された「第６回坂本龍馬杯武州剣道大会（小学 5･6 年生の部）」にて、見事個人優勝を果たしました。東さんは昨年も同大会に出場したものの、惜しくもベスト８で敗退。今年はその悔しさを糧により一層稽古に励み、白熱した延長戦を制して雪辱を果たしました。
「中学生になったら、中学生の部でも優勝を目指したい」と力強く今後の目標を語った東さん。今後の活躍を応援しています。（9/15）



東 維世（あずま いせ）さん

東大和キッチン
Vol.02
地場野菜を使ったコロッケ

手作り里芋コロッケ

農家から仕入れた里芋（親芋）を活用し、学校給食の手作りメニューとして手作り里芋コロッケが提供されています。なめらかで優しい甘みがあるのが特徴。親芋をペーストにすることでホクホク&とろ～りおいしいコロッケ！
一度食べたら忘れられない一品に！

材料4人分

・油(炒め油)	少々
・豚ひき肉	80ｇ
・玉ねぎ(みじん切り)	55ｇ
・しょうゆ	3ｇ
・砂糖	1ｇ
・塩こしょう	2ｇ
・里芋1.5cm角	110ｇ
・里芋ペースト	220ｇ
・乾燥マッシュポテト	20ｇ
・小麦粉	40ｇ
・水	15ｇ
・乾燥パン粉	55ｇ
・油(揚げ油)	適量

1　準備

油でひき肉、玉ねぎを炒め、しょうゆ、砂糖、塩こしょうで味をつける。

2　蒸してつぶす

蒸した里芋を袋に入れてつぶし、ペースト状に。
乾燥マッシュポテトでかたさを調整する。
角切りの里芋も蒸しておく。

3　かたちを作る

①の粗熱を取り、②と混ぜて形を作る。

4　仕上げ

小麦粉と水を合わせてよく混ぜ合わせた「どろ(バッター液)」を作り、③につける。

5　完成

パン粉をつけて油で揚げる。

学校給食で提供



コツ・ポイント

＊コロッケのたねに、しっかりと「どろ」とパン粉を付けることで、綺麗な形に仕上がります。
＊里芋は電子レンジでも加熱することができます。カットした後、耐熱容器に入れ、600 Wで約５分程度加熱してください。

令和8年
11
November
2026

みんなのカレンダー



しもつき
霜月

【行事】文化の日・立冬・伏見稲荷大社火焚祭・七五三・勤労感謝の日
【食】月見団子・ぶり大根・鯛の塩焼き・千歳飴
【旬の食材】しめじ・白菜・小松菜・大根・れんこん・カリフラワー
【季節の言葉】小春日和・帰り花

日	月	火	水	木	金	土
1	2 元気ゆうゆう体操 12:30 ～ 12:50 （市役所中庭・雨天中止）	3 文化の日 あまり歯科 042-567-6789	4 中央①（3歳以下）	5	6 中央③（4歳以上） 手話通訳	7 中央③（大人） 東やまと産業まつり 10:00 ～ 16:00
8 東やまと産業まつり 9:00 ～ 15:30	9	10	11 清原③（4歳以上）	12 清原①（3歳以下）	13 桜が丘①（3歳以下） 手話通訳	14 中央③ （小学1年生以上） 狭山公民館 グループ発表会
15 狭山公民館 グループ発表会 東大和市福祉祭 10:00 ～ 14:30	16	17	18 中央①（3歳以下） 桜が丘③（4歳以上）	19	20 中央③（4歳以上） 手話通訳	21 桜が丘①（3歳以上）
22	23 勤労感謝の日 内野歯科医院 042-561-3070	24	25 清原③（4歳以上）	26 清原①（3歳以下） ロビーコンサート 場所：ハミングホール 時間：開場11:30 開演12:00 電話：042-590-4411	27 桜が丘①（3歳以下） 手話通訳	28 中央③ （小学1年生以上） 清原②（大人） 上北台公民館 フェスタ
29 上北台公民館 フェスタ	30	図書館おはなし会（30分）① 10:30 ② 15:00 ③ 15:30 祝日歯科応急診療 9:30 ～ 16:00（要電話予約） 手話通訳 手話通訳者がいる日 市役所1階・待機場所 市役所夜間開庁 17:00 ～ 19:00（市民課／保険年金課／子育て支援課）				「市役所で遊ぶ」体験創出イベント 場所：市役所本庁舎、中庭等 時間：10:00 ～ 16:00 問合せ：総務課・内線 1311

今月の新着図書

【一般書】
- さとこはいつも／沖田 修一 著
- 山の法律相談所／安藤 雅樹 著

【児童書】
- きみのいすはなかった／ダニエル・ギル 文
- 成長する有機体／歌代 朔 作

問 BOOKOFF 東大和市中央図書館
☎042-564-2454
電話・ホームページで予約ができます

みんなからの投稿

都立東大和南公園で撮影しました。私は逆ハートだと思い、毎年なるべく撮るようにしています。

投稿募集中



11月の表紙 こぼればなし

編集会議の時に、よく話題にのぼる**東大和あるある**。いろんな年代の職員で話していると、「へぇ～、そうなんだ！」と言うフレーズがよく出ます。そんな発想から、**市民のみなさんにも「へぇ～！」って言ってほしいね！**と話題になり… それがそのまま特集になってしまったという今回の特集。吉岡画伯の魅力に新たに気がつくこと、昔ながらの伝統文化、東大和市の成り立ちなど、東大和市の「へぇ～」にみなさんも触れてみませんか。

（広報プロモーション課）



休日診療

日曜日・祝日（内科、小児科）
- 10:00～11:45／13:00～15:45
- 休日急患診療所（立野1-16-1）☎042-564-8181 ※感染症流行時は要電話予約

診療案内

24時間（診療案内テレホンサービス）
- 東京消防庁救急相談センター☎ #7119（つながらない場合【多摩地区】☎042-521-2323）
- 東京都医療機関案内サービス「ひまわり」☎03-5272-0303、FAX 03-5285-8080（聴覚障害者専用）

市報の配送に関する問合せ
コールセンター
☎ 0120-221-523
月～土曜日9:00～18:00（祝日は除く）

配送中止はこちら　市公式ウェブサイト　市公式 LINE　その他、市公式 SNS（X・Instagram・動画チャンネル・Facebook）

発行／東大和市（11月発行）　編集／広報プロモーション課　〒207-8585 東大和市中央 3-930　☎042-563-2111　ホームページ https://www.city.higashiyamato.lg.jp