

街を守る!!!



東やまと市報

令和8年(2026年)2月 No.1384

私たちの街は、私たちが守る！

東大和の絆、「消防団」という誇り

「消防団」とは、地域の人々の有志によりつくられている防災組織です。

団員は、18歳以上65歳以下で、東大和市在住、在勤、在学の方々で構成されています。普段は本業を持ち、市内で火災や災害が起きたときには、東京都の機関である「消防署」と連携し、消火や救助活動や応急手当にあたるほか、日頃より火災予防・警戒活動を行っています。地域に根ざしているからこそ、いざというときに一番近くで迅速に動ける、頼れる存在です！



女性団員／



やまとなでしことは？

平成19年、東大和市では初となる女性消防団員が誕生しました。これは東京都北多摩地区でも先駆的な取り組みで、男女がともに地域防災を担う体制づくりを早くから進めてきました。現在は「やまとなでしこ」の愛称で親しまれ、男性団員と同様に火災現場での消火活動や警戒活動もします。あわせて、全員が応急手当普及員の資格を持ち、学校や地域で心肺蘇生やAEDの使い方を伝えるなど、命を守る知識の普及にも力を注いでいます。現場で実働する女性消防団員の存在は、東大和市の大きな強みとなっています。

女性も現場で活躍しています



私たちも放水します！



なぜ？／どうして？／ 消防団員に インタビュー

地域との関係性を大切にしています



=第一=
分団

仕事で東大和市に移住し、
自然豊かで
人も温かいこの地域で
役に立ちたい
と思い入団しました！

廣田さん(入団19年目)

ポンプ自動車を運転しています！

=第二=
分団

子どもの頃から狭山神社で
お囃子をやっていて、
消防団は身近な存在でした。
川嶋さん(入団16年目)

現場を経験し、
消防団の存在は不可欠だと
強く感じています

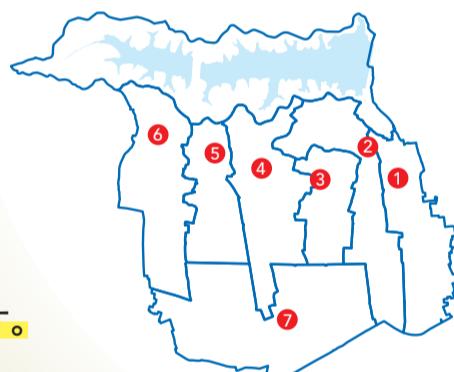
=第三=
分団

仕事や家庭を持つ団員同士が
気遣い合い、無理をしないことを
大切にしています！
五十嵐さん(入団16年目)



みんな知りたい／ 分団の素顔

東大和市消防団は、市内をいくつかの区域に分け、それぞれを担当する分団が配置されています。受持区域を中心に訓練や警戒活動を行い、災害が起きると複数の分団が出動区域の現場へ向かいます。あらかじめ区域と役割が決まっていることで、落ちていた連携と迅速な対応が可能になります。



▶ 消防団の受持区域 ▶

- ① 第一分団 ⑤ 第五分団
- ② 第二分団 ⑥ 第六分団
- ③ 第三分団 ⑦ 第七分団
- ④ 第四分団

=第六=
分団

第六分団の詰所は
豊鹿島神社の隣にあり、
地域の人が気軽に立ち寄ってくれます。
お祭りでは、ポンプ車に触れる
体験をしてもらっています。
比留間さん(入団7年目)



年に2回は
必ずAED訓練を
しています。

=第七=
分団

いち早くAEDを導入したのが
第七分団です！
市民の役に立てると思うと、
すぐに現場に駆けつけたくなります。
上岡さん(入団37年目)

東日本大震災を経験し、
災害時に役に立ちたいと思い
入団を希望しました

=やまとなでしこ=

学校で応急手当などの講習をしており、
実際に人命救助に繋がっていると
実感できることがあります。
市石さん(入団7年目)



家族も、
消防団員でした！

=第五=
分団

見学に行った時の
雰囲気が良く入団しました。
かっこいいなと思っていたので、
憧れだった存在になれて嬉しいです！
土屋さん(入団1年目)

初めて放水したときは
水圧に驚きました！

=第四=
分団

日頃から親睦会や旅行で
絆を深めているので、現場でもその
チームワークの良さが活きているな
と感じています。川鍋さん(入団2年目)



空気が乾燥し、
小さな火でも
広がりやすい季節です。
火の元の安全を
確認しましょう！

消防団員募集

●問合せ 防災安全課：内線1351
東大和市消防団 公式動画チャンネルで
活動の様子を見ることができます



市制60周年に向けた子どもイベント こどもたちとえがく 市役所 ガラスアートプロジェクト

参加費 無料!

市役所の大きな窓ガラス一面に
みんな集まれ~
みんなで描こう

全員で一つの窓ガラスアートを作るワークショップ

＜ガラスアートデザインおよびワークショップ講師＞
にしむらゆうき氏（東大和市出身イラストレーター）

小学生以上対象
窓ガラスアートへの色塗り、
セロファン切り貼りほか
※保護者と一緒にご参加ください。
※小学生以上も参加できます。

未就学児向け
窓ガラスアートへの手形押しほか
※保護者と一緒にご参加ください。
※色塗りが苦手なお子さまは未就学児向けへの参加
も大歓迎です。

日時
3月20日(金・祝) 3月21日(土)
①10:00～11:30 ④10:00～11:30
②13:00～14:30 ⑤13:00～14:30
③15:00～16:30 ⑥15:00～16:30

募集定員
①～⑥各枠約20人（合計：約120人）

日時
3月20日(金・祝) 3月21日(土)
Ⓐ10:00～ Ⓑ10:45～ Ⓒ11:30～ Ⓓ10:45～ Ⓔ11:30～

募集定員
Ⓐ～Ⓕ各枠約15人（合計：約90人）

応募方法
2月1日(日)～2月28日(土)市のホームページ経由、
ロゴフォームにて応募（3月上旬にメールにて抽選結果回答）

場所
東大和市役所1階市民ロビー
(庁舎内から描いて、外側から綺麗に見えるようにするよ！)

問い合わせ
総務課：内線1311

※アクリル水性絵の具を使いますので、汚れても良い服装でお越しください。※小さなお子さまは保護者同伴でサポートをお願いします。

戦後80年 「平和サミット」

～若者が紡ぐ次世代への平和メッセージ～
平和ネットワークの戦後80年事業の一つとして実施した
「多摩地域平和ユース研修事業」に参加した、
多摩26市在住の高校生・大学生26人で構成する平和ユースが、
多摩地域の市長たちに「平和のメッセージ」を伝えます。

第1部 講演
●講師：杉浦圭子さん（元NHKアナウンサー）
若い世代が平和を自分事としてとらえ、学び、語ることの意義とは何か。
ヒロシマを伝える者としての思いをお話します。

第2部 平和ユース活動報告
平和ユースが、研修先の「広島」における出会い・学び・気づきについて発表します。

第3部 トークセッション
●ファシリテーター：明星大学 竹峰誠一郎教授
平和ユースが、市長たちに「平和のメッセージ」を伝えます。

問い合わせ 市民生活課：1711

80th
平和委員会議事小委員会
Mayors for Peace

参加費無料
申込不要
手話通訳あり

杉浦圭子さん プロフィール
元NHKアナウンサー 広島市出身
被爆体験の伝承者
「7時のニュース」「紅白歌合戦」の
ほか、多くの平和関連番組を担当

＼令和8年1月1日現在 東大和市に居住していた方の／

市民税・都民税 の申告受付

問合せ
課税課：内線1056
申告は3月16日(月)まで

申告	→	税務署で確定申告をする方
不要	→	給与収入のみで、勤務先から市へ給与支払報告書が提出されている方（勤務先に確認してください）
不要	→	公的年金の収入のみの方 (遺族年金・障害年金のみの受給で扶養されていない方)
必要	→	その他収入がある方
不要	→	同居の親族に扶養されている方（配偶者に扶養されている場合は、配偶者の合計所得が1,000万円以下に限る）
必要	→	上記以外の場合 ①どなたの扶養親族にもなっていない ②扶養されていたが扶養している配偶者の合計所得が1,000万円を超える ③扶養している親族が別世帯である

税額及び所得額が記載された
非課税証明書が不要な場合

税額及び所得額が記載された
非課税証明書が必要な場合

オススメの申告方法

- 郵送受付
- 出張受付
- 窓口受付
- オンライン受付（eLTAX）

郵送受付
記入済みの申告書と必要書類を同封し、下記に郵送
〒207-8585 東大和市中央3-930
東大和市役所課税課市民税係
※受付書等の返却を希望する方は、返信用封筒を同封（宛名を記入し切手を貼付）
※必要な控除対象書類の同封がない場合は、控除が受けられません。

出張受付
日時：3月3日(火)
9:00～11:00
13:00～14:30
場所：清原市民センター

窓口受付
日時：2月16日(月)～3月16日(月)
9:00～16:00
※土曜日、日曜日及び祝日は除く
場所：市役所会議棟第1会議室

オンライン受付（eLTAX）
今回の申告からマイナンバーカードを利用の上、eLTAX(エルタックス)を経由して申告手続きができます。詳細は個人住民税に係る特設ページをご覧ください。

所得税の申告の受付・相談（原則としてすべて平日のみ）

期間	時間	受付場所
2月16日(月)～3月16日(月) ●臨時受付：3月1日(日)	受付：8:30～16:00 相談：9:00～17:00	立川税務署 (立川地方合同庁舎3階) ☎ 042-523-1181

記入済みの所得税申告書は
課税課(市役所1階)で受付を行います。
●期間：2月16日(月)～3月16日(月)
●時間：8:30～17:00

※確定申告会場は入場整理券が必要です。入場整理券は当日会場で配布、または国税庁LINE公式アカウントから事前取得が可能です。
※国税庁のホームページ内の「確定申告書等作成コーナー」では、計算誤りのない申告書を作成することができます。

食|料|品|等|物|価|高|騰|対|応|給|付|金|事|業|

食料品等の物価高騰による家計の負担を軽減するため、市民の皆様へ、
国の重点支援地方交付金を活用した給付を行います。
給付に関する通知を1月23日(金)に全世帯主宛てに発送しました。
配達が完了するまで1週間程度かかります。
通知が届かない場合は、コールセンターにご連絡ください。

対象者 令和8年1月1日時点で、当市の住民基本台帳に記録されている世帯の世帯主

申請方法 ①を選択した場合（電子申請）
給付に関する通知に二次元コードが記載されていますので、スマートフォン等から申請してください。※申請から平均1週間程度で、電子ギフトを取得できるURLを通知します。

支給額 ②を選択した場合（はがき申請）
給付に関する通知に同封の「おこめ券支給申請書」（はがき）にて、申請してください。※申請から概ね1か月以内に、住民登録のある住所に発送します。

申請期限 令和8年4月8日(水)

問い合わせ 東大和市食料品等物価高騰対応給付金コールセンター ☎ 042-563-8888
※DV等を理由で避難されている方の受取りは、コールセンターまでご相談ください。

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7年12月31日時点
住民基本台帳	内外国人民数	前月比	12月の出生数	世帯数	
男 41,575人	661	-19	男 16	41,516	
女 43,414人	890	+13	女 20		世帯
計 84,989人	1,551	-6	計 36		

講座・イベント

日本語学習ボランティア講座

- 対 日本語学習ボランティアに関心のある方(2回出席の方を優先)
日 ①2月28日(土) 10:00~12:00
②3月4日(水) 14:00~16:00
場 市役所会議棟第6・7会議室
定 各30人(申込順)
講 ①日本語学習ボランティアグループ
②新山忠和(千駄ヶ谷日本語教育研究所専任教師)
申 2月3日(火)~27日(金)に電話/窓口/WEBで申込み
問 市民生活課：内線1715

飼い主のいない猫対策セミナー

- 飼い主のいない猫(野良猫)による被害・トラブルでお困りの方へ!
日 2月21日(土) 14:00~16:00
場 市役所会議棟第6会議室
定 35人
講 黒澤泰氏(港区動物政策監・地域猫発案者)
申 2月20日(金)までに電話/窓口/WEBで申込み
問 環境対策課：内線1248

起業・創業向けセミナー「データ解析実践講座」

- 対 起業・創業されて間もない方、これから起業・創業を考えている方等
日 3月4日(水) 14:00~15:30
場 オンライン
申 BusiNest(ビジネス)
☎ 042-565-1195

第45回「歩こう会」

- 中央公民館を発着として、中央通りから多摩湖周辺のコース約8kmを歩きます。
日 3月1日(日) 9:00~13:00
(受付8:30~市役所中庭)
定 200人(申込順) ￥500円
申 2月3日(火)~18日(水)に東大和S&D体育館の窓口/郵送(必着)で申込み
問 スポーツ観光課：内線1553

里山体験講座「花炭づくり」

- 狭山緑地で採れた木の実などで「花炭

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 費用 持 持ち物 申 申込方法・申請方法 問 問合せ

西武園ゆうえんち 市民感謝デー

[当日OK]

市内在住・在学・在勤の方を対象に、西武園ゆうえんちが特別価格で利用できます。(他の割引等の併用不可)
大人：4,900円→3,900円
小人：3,600円→2,900円
日 2月21日(土)・22日(日)
問 西武園ゆうえんち
コールセンター ☎ 04-2929-5354

明るい選挙啓発 ポスター展

[当日OK]

令和7年度明るい選挙啓発ポスタークールに出展された中学生・高校生の作品を展示します。
日 2月24日(火)~27日(金)
場 市役所1階入口ホール
問 選挙管理委員会事務局：内線1593

男性の料理教室 「皮から手作り餃子教室」

皮から手作りの餃子と一緒に作りませんか?

対 18歳~概ね64歳までの男性
(小学生以上のお子さんがいる場合、親子参加可)
日 3月7日(土) 9:30~12:00
場 市立保健センター
定 12人(申込順)
持 エプロン・三角巾・手拭きタオル・筆記用具
申 2月3日(火)~3月6日(金)に電話/窓口/WEBで申込み
問 健康推進課 ☎ 042-565-5211

【保育付】上北台公民館 「ゆる体操ゆるり」

公民館利用グループ「ゆる体操ゆるり」の活動を体験する全3回の講座です。簡単、軽度で安全な運動なのでシニアの方、妊婦さんも大歓迎です。
対 18歳以上
日 2月13日(金)・27日(金)・3月13日(金) 10:00~12:00
場 上北台公民館
定 13人 保 5人
保 保育:各100円(おやつ代)
持 飲み物、汗拭きタオル
申 2月6日(木)までに電話/窓口/WEBで申込み
問 上北台公民館 ☎ 042-567-2691

お知らせ

選挙の期日前投票について

2月8日(日)に衆議院議員選挙が行われます。期日前投票を行う際、入場整理券がお手元に届いていない場合は、宣誓書をご記入いただければ投票が行えます。

問 スポーツ観光課：内線1554

第31回 人形村のなかまたち

市内で活動している人形劇サークルの公演を開催します。当時は、うまべえも会場に来ます。

問 選挙管理委員会事務局：内線1593

清原市民センター窓口での
証明発行・収納業務の廃止

コンビニエンスストアでの証明発行・収納の増加に伴い、3月31日(火)をもって、清原市民センター窓口での証明発行・収納業務を廃止します。貸館業務は引き続き実施します。

問 市民生活課：内線1710

男女共同参画
パネル展

[当日OK]

市では、平成13年2月に「東大和市男女共同参画都市宣言」を行い、男女共同参画社会の推進に取り組んでいます。宣言を行った2月にパネル展を実施します。

日 2月2日(月)~27(金)
場 市役所1階入口ホール
問 環境対策課：内線1248

喫煙マナー向上にご協力を

屋外での喫煙は、周囲の方に受動喫煙や危険・不快な思いを生じさせない配慮が必要です。たばこを吸う人も吸わない人も快適に過ごせるように、喫煙マナーを守ってください。

対 市と取引を行う事業者等
日 2月10日(火) 10:00~11:00
場 オンライン
問 環境対策課：内線1371

日 2月2日(月)~27(金)
場 市役所1階入口ホール
問 環境対策課：内線1716

納付額確認書 オンライン申請の開始

国保・後期・介護の納付額確認書のオンライン申請が、市のホームページと市公式LINEから可能になりました(郵送料は申請者負担)。市公式LINE「リッチメニュー」▶「オンライン手続き」▶「証明書等のオンライン申請」から申請。※確定申告で社会保険料控除を申告する際、根拠書類等の添付義務はありません。

問 保険年金課：内線1021(国保)
内線1025(後期)
介護保険課：内線1137

浄化槽の定期的な点検・清掃

浄化槽を設置している方は、公衆衛生の向上や公共用水域の水質保全のために浄化槽法で定められている義務(①保守点検 ②清掃 ③法定検査)を必ず実施してください。

問 東京都多摩環境事務所廃棄物対策課 ☎ 042-528-2692

公共下水道への 切り替えをお願いします

公共下水道への切り替え(接続)が済んでいない住宅の状況確認や下水道の接続についての資料配布等を行っています。くみ取り便所や浄化槽を使用している方は、公共下水道への切り替えをお願いします。

問 下水道課：内線1235

令和8年度以降の うまかんべえ～祭について

例年春に開催しておりました「うまかんべえ～祭」は、令和8年度の開催を見送ることとなりました。次年度以降につきましても、現時点では開催の予定はありません。今後も、市民の皆様に親しまれる魅力的なイベントの開催に向けて、取り組んでまいりますので、ご理解ご協力のほどお願い申し上げます。

問 市民生活課：内線1715

日本赤十字募金のお礼

令和7年5月から行なってきました赤十字活動資金募集では、39万9370円(令和8年1月5日現在)の募金がありました。自治会をはじめ、皆様からお寄せいただいた募金は、国内外を問わず、災害救護などに活用されます。ご協力いただきありがとうございました。

問 地域福祉課：内線1133

電子請求・電子契約システム 導入の説明会

[当日OK]

4月から、市と取引を行う際は、請求書・契約書をデジタル化することができます。導入システムの説明会をオンライン開催しますので、ぜひご参加ください。

対 市と取引を行う事業者等
日 2月10日(火) 10:00~11:00
場 オンライン
問 DX課：内線1371

日 2月2日(月)~27(金)
場 市役所1階入口ホール
問 環境対策課：内線1716

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 2月6日(金) 11:00
予備日：2月20日(金)

問 防災安全課：内線1353

交通災害共済

「ちょこっと共済」に加入を!

令和8年度交通災害共済「ちょこっと共済」の受付を2月2日(月)から各窓口で開始します。清原市民センターでの申込みは3月まで、ゆうちょ銀行・農協ではできません。インターネットからの申込みをお勧めします。窓口での加入の際は、おりのないようお願いします。詳細は1月下旬配布の加入申込書をご覧ください。

問 都市基盤課：内線1256

道路に段差解消板を 設置しないでください

玄関や車庫の出入口などに段差解消板を設置することは、法令違反です。歩行者や自転車等の転倒事故につながり、設置者が損害賠償責任を問われることがあります。また、雨水の流れにも支障をきたします。

問 都市基盤課：内線1211

日本語学習教室 ボランティア募集

外国人のための日本語学習教室では、日本語を教えるボランティアを募集しています。また、日本語を学びたい外国人の方の参加もお待ちしております。窓口でパンフレットを配布しています。

問 市民生活課：内線1715

出展団体募集

「エコアクションフェスタ2026」

例年6月に実施していた「環境市民の集い」に代わり、「(仮称)エコアクションフェスタ2026」を開催します。これに伴い、出展団体を募集します。

対 地球温暖化対策につながる活動を実施している団体

申 3月19日(木)までに窓口/WEBで申込み
問 環境対策課：内線1281

東大和市商工会「個人事業者 向け確定申告指導会」

日 2月16日(月)・18日(水)・20日(金)・25日(水)~27日(金)、3月2日(月)~6日(金)・9日(月)~13日(金)
場 東大和市商工会 ☎ 042-562-1131

農業体験農園

農業体験農園の入園希望者を募集しています。園主指導のもと、野菜づくりができます。【利用期間】3月1日(日)~令和9年1月31日(日)

申園主・内野 ☎ 090-6494-7670



ボランティア相談員の募集 東京多摩いのちの電話相談

相談員は、相談者からの電話に対応することにより、その苦しみに寄り添い、心の支えになることを願う無償のボランティアです。活動には、所定の研修(有料)を受講後、認定を受ける必要があります。対 令和8年4月1日現在で23歳以上、65歳以下の方
定 25人
手 2月17日(火)までに申込み
問 障害福祉課：内線1129
FAX: 042-563-5928
⑩自転車等駐車対策協議会
日 2月25日(水) 10:00
場 中央公民館 定5人
問 都市基盤課：内線1213
⑪地域福祉審議会
日 2月27日(金) 19:00
場 市立保健センター
定 5人
手 2月19日(木)までに申込み
問 地域福祉課：内線1131
FAX: 042-563-5930

審議会等の傍聴

認可外保育施設等の無償化申請

令和8年4月以降、認可外保育施設等(無償化対象施設)で3歳児クラスに進級する方や、新たに認可外保育施設等に通う方は無償化の対象となります。※無償化の認定を受けるためには申請が必要です。

対 保育の必要性がある3歳～5歳児クラスの児童・保育の必要性がある住民税非課税世帯の0歳～2歳クラスの児童申認定を受ける前月末までに窓口で申請
問 保育課：内線1756

甲 希望日前日までに電話/窓口/WEBで申込み



子育て相談・情報交換

●さくらんぼの会

対 双子や三つ子とその家族(妊娠の方や保護者のみの参加も歓迎)
日 2月25日(水) 9:30～11:00
定 6組(申込順)
持 母子健康手帳

甲 2月3日(火)～24日(火)に電話/窓口/WEBで申込み



●イルカの会

対 35歳以上で第1子を出産したお母さんとそのお子さん(1歳4ヶ月まで)
日 3月4日(水) 9:30～11:00
定 8組(申込順)
持 母子健康手帳

甲 2月3日(火)～3月3日(火)に電話/窓口で申込み

●かんがるーの会 当日OK
小児専門医を囲んで、お子さんの発育や発達について相談やアドバイスを受けられます。

対 お子さんの発育・運動発達に不安や心配のある方
日 2月4日(水) 9:30～11:00
持 母子健康手帳・バスタオル

初めての離乳食講習会(3～6ヶ月)

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ヶ月の乳児の保護者

日 3月12日(木) 13:30～15:00
定 12人(申込順)
持 母子健康手帳・筆記用具、だっこひも

甲 2月3日(火)～3月11日 (水)に電話/窓口/WEBで申込み

両親学級

①3月9日(月) 9:30～11:00
歯科医師・栄養士の講話、試食、グループワーク

②3月11日(水) 9:30～11:00
妊婦体操と呼吸法、先輩ママとの情報交換会(妊娠のみ)

③3月21日(土)
9:30～11:00 or 13:30～15:30
もく浴の実習、妊婦体験、グループワーク

対 妊婦とパートナー(全日程に要参加)
定 15組(申込順)
持 母子健康手帳・筆記用具

甲 2月16日(月)～3月8日 (日)に電話/窓口/WEBで申込み

シニア

あなたの声が児童虐待を防ぎます

児童虐待は、子どもに深刻な影響を与えます。次のようなことに気づいたら、連絡をお願いします。皆さんひと言が、子どもと保護者を救うきっかけになります。※連絡者の秘密は守られます。

- 子どもの泣き叫び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。

問 子ども家庭センター ☎ 042-565-3651
児童相談所虐待対応ダイヤル
☎ 189(24時間対応)

3月1日(日)～7日(土)子ども予防接種週間

ワクチンで防ぐことのできる感染症から、子どもたちを救いましょう。母子健康手帳の予防接種記録を確認し、未接種の場合には、早めに対応してください。

【診療の発行方法】
●母子健康手帳を持参の上、市立保健センターまで来館
●WEBから電子申請で申込み
問 子ども家庭センター・母子保健係 ☎ 042-565-5212

麻しん・風しん混合(MR)予防接種費用助成

【助成額】1回5,000円(接種費用が5,000円未満の場合は実費負担分)助成を受ける場合は、接種を受ける前に問い合わせください。

対 1期または2期を定期予防接種の期間に受けられなかった18歳以下の方
問 子ども家庭センター・母子保健係 ☎ 042-565-5212

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

幼児歯科健診検査

対 1歳6か月児健診後～就学前の幼児
日 2月18日(水) 13:30～15:00
25日(水) 9:30～11:00
3月2日(月) 9:30～11:00
定 30人(申込順)
持 歯ブラシ、コップ、歯のれんらくノート(初めての方は母子健康手帳)

健康

講演会「気分の落ち込みについて。その背景とつきあい方」

誰もが経験しうる「気分の落ち込み」。その背景にある要因や、日常生活での具体的なつきあい方について学びます。心の健康への理解を深める内容です。

日 2月25日(水) 13:30～15:30
場 社会福祉協議会 ☎ 40人(申込順)

講

田吉伸哉氏(東京都立精神保健福祉センター)
日 2月3日(火)～20日(金)に地域生活支援センターウエルカム ☎ 042-564-0891

講

以下共通事項

場 市立保健センター
問 健康推進課 ☎ 042-565-5211

講

高齢者はじめてのスマートフォン購入相談会

「高齢者スマートフォン購入相談会」を活用し、はじめてのスマートフォンデビューを応援します。当日は様々なキャリアが集まり、その場でスマートフォンに関する相談・購入・教室受講などができます。

対 65歳以上の市民
日 2月3日(火)～4日(水) 10:00～16:00
場 BIGBOX 東大和
問 地域福祉課 内線: 1176

講

健づくり講演会「今日から始める脳の健づくり」

脳血管疾患を防ぐために今できることを専門医が解説します。一緒に脳の健づくりを始めましょう。

日 3月4日(水) 9:30～11:00
定 8組(申込順)
持 母子健康手帳

甲 2月3日(火)～24日(火)に電話/窓口/WEBで申込み

講

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。※一人当たり30～40分程度

日 3月4日(水) 10:00～12:00
甲 電話/窓口で申込み

講

初めの離乳食講習会(3～6ヶ月)

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ヶ月の乳児の保護者

日 3月12日(木) 13:30～15:00
定 12人(申込順)
持 母子健康手帳・筆記用具、だっこひも

甲 2月3日(火)～3月11日 (水)に電話/窓口/WEBで申込み

講

口から食べて、ずっと元気に! オーラルフレイル予防

「むせる、噛みにくい、滑舌が悪くなつた」年齢を重ねても、口からきちんと食べるために、知って実践オーラルケア!

日 3月4日(水) 13:00～14:00
定 25人(申込順)
甲 2月3日(火)～3月4日 (水)に電話/窓口/WEBで申込み

講

ボランティア市民活動見本市in東大和

市内で活動するボランティア等のグループ紹介や展示を行います。ボランティア活動を始めたい方、市内の活動に興味のある方等のご来場をお待ちしております。

日 3月1日(日) 11:00～15:00
場 中央公民館ホール 定 100人
問 東大和ボランティア・市民活動センター ☎ 042-564-0035

講

会員募集「シルバー人材センター」

仕事は、除草、植木せん定、家事援助(掃除・洗濯・食事づくり)、施設管理、自転車駐輪指導、大工仕事、チラシ配布、プログラミング等です。

問 シルバー人材センター ☎ 042-565-0531

講

見守り・声かけ活動講演会

テーマ「地域包括ケアシステム～地域で支え合う仕組みを知ろう～」

社会福祉協議会では、高齢者等が安心して暮らせるよう、見守り・声かけ活動を行っています。活動協力員以外の方でも関心がある方はご参加ください。

日 2月25日(水) 14:00～16:00
場 中央公民館ホール 定 200人
甲 2月20日(金)までに社会福祉協議会 ☎ 042-564-0012

講

もの忘れあんしん相談会

2月14日(土)は、認知症の方とその家族が集い交流を深める、認知症カフェを認知症疾患医療センターと一緒に開催します。

対 もの忘れが心配な方や認知症について知りたい方等

日 2月4日(水)：向原市民センター

2月14日(土)：SOMPOケアラヴィーレ東大和(仲原4-7-1)

2月17日(火)：中央公民館

2月19日(木)：清水集会所

2月25日(水)：奈良橋市民センター

14:00～16:00

講

ケアラー交流会「フラワーアレンジメント」

お花を使ってアレンジメントを作ります。

対 障害のある方のご家族等

日 2月24日(火) 10:00～11:30
場 総合福祉センターは～とふる

定 10人
講 峯岸喬氏(株)フラワーショップみねざし

2月20日(金)までに総合福祉センターは～とふる ☎ 042-516-3982

講

希望日前日までに電話/窓口/WEBで申込み



申

申込方法・申請方法

問

問合せ

障害者虐待防止講演会「障害者と戦争」

戦中戦後に障害者が受けた差別や偏見について考えてみませんか。
※オンラインでも同時開催

日 3月14日(土) 13:30～15:30
場 総合福祉センターは～とふる 定 30人

講 小瀬崇明氏(東京大空襲・戦災資料センター学芸員)
甲 2月3日(火)～電話/窓口/WEBで申込み

QR code for application via phone or website

一日図書館員の募集

小学生の皆さん、一日図書館員になって図書館の仕事(貸出、返却、本の装備など)を体験してみませんか。

対 小学生5・6年生
日 3月1日(日) 9:00～12:15
定 8人
講 甲 2月15日(日)までに電話/窓口/WEBで申込み

QR code for application via phone or website

図書館

男女共同参画 図書展

男女共同参画に関する図書や資料の展示を実施します。

日 2月4日(水)～3月2日(月)

場 中央図書館 / 桜が丘図書館 / 清原図書館

問 中央図書館 ☎ 042-564-2454
桜が丘図書館

東大和市
男女共同参画情報誌
はーもにい
~男女共同参画社会の実現に向けて~

No.
46

令和7年9月12日(金)に、第四中学校2年生を対象に、特別授業「男女共同参画社会に関するワークショップ」を実施しました。

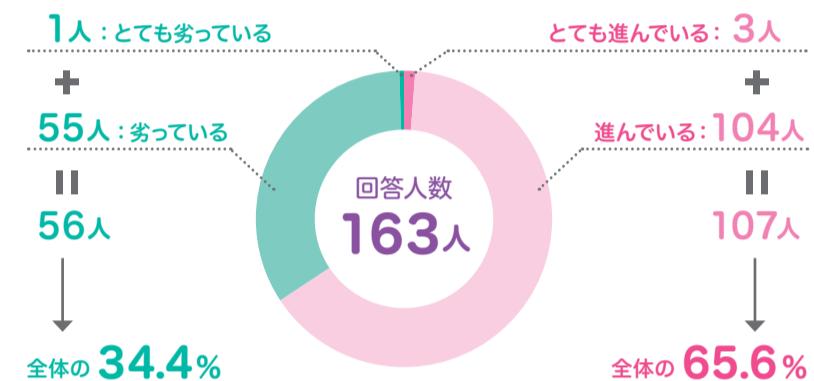
講師の久保田さんは市内出身で、令和6年12月からJICA海外協力隊隊員として、エクアドルに派遣され、カニャール県という地域でコミュニティ開発隊員として、ジェンダー平等や女性のエンパワーメントをテーマにしたワークショップを開催するなどの活動をされています。

特別授業では、第四中学校とエクアドルの久保田さんをオンラインで結び、久保田さんの現地での活動内容や、日本とエクアドルの女性の政治参加の比較等の講義が行われました。生徒からは「久保田さんの講義は内容がとても分かりやすく興味深かった」、「エクアドルのことやジェンダー平等などのことが学べた」といった感想が寄せられました。

四中2年生へのアンケート



Q.日本の男女共同参画社会について、どのように思いますか?



問合せ 市民生活課:内線1716

Check 市民情報

会員募集

<ウクレレサークルひだまり>
サークル新規立ち上げ!初心者歓迎
毎月第1・第3土曜日 10:00~12:00
場所 独山公民館 ￥月会費1,000円
申込 高野内 ☎ 090-4752-5537

東大和市元気ゆうゆう体操と歌のひろば

<東大和市ゆうゆう体操・介護予防会>
お琴とギターのアンサンブル
2月17日(火) 14:00~16:00
場所 ハミングホール 定員200人
申込 山内和子 ☎ 042-563-7706

つるし飾り展と体験講習会

<布あそび ぱれっと>
手作り人形等の展示と体験講習会
2月21日(土)・22日(日)
10:00~16:00
場所 芦原豊鹿島神社 社務所
料金 500円~※材料による
申込 島崎 ☎ 042-564-4688

春のつるし飾り展

<布あそび ぱれっと>

歯科医師会コーナー

歯を悪くする原因是
細菌と過大な力です!

歯を悪くする原因にも色々とありますが、そのなかでも特に細菌と過大な力が歯を悪くする大きな原因となります。それらの身体とのバランスがキーポイントとなります。

むし歯の原因となる細菌はミュータンス菌ですが、それが発生する酸によって初期むし歯が起こります。でも、歯が酸に対する抵抗力が強いと、つまり酸に溶けにくいと、細菌によって酸が產生されてもむし歯にはなりにくくなります。歯が生えて間もないお子さんの場合は、酸に対する抵抗力は弱いので特に注意が必要です。

歯周病の原因となる細菌の代表的なものはジンジバリス菌ですが、歯の汚れである歯垢の中のジンジバリス菌が歯肉に炎症を起こして歯周病が起こります。特に身体が疲弊していたり、喫煙の習慣のある方や糖尿病のある方など免疫力が落ちている方は、歯周病が進行しやすくなります。

歯ぎしりのような過大な力も歯を悪くする大きな原因となります。歯ぎしりは非常に過大な力で歯を咬み合わせるので、歯ぎしりによって歯がすり減ったり、歯が割れたり、歯周病を悪化させたりします。歯ぎしりがあっても健全な歯なら割れにくいですが、むし歯の歯や詰め物が古くなっている歯など弱っている歯は割れやすくなります。また、歯ぎしりがあっても歯周病のない健全な歯は問題が起こりにくいですが、歯周病が進行している場合は、より重症化してしまいます。

このように、歯を守るにもバランスが大切です。歯を悪くするリスクをお持ちの方は歯科医院での定期健診を必ず受けて、歯ぎしりがある方は寝るときにマウスピースを使うようにして歯を守るようにしましょう。

歯科医師会 岩佐俊夫



ガソバるキニに スポットライト! Take a look!

あなたのまちから編

輝く人や活動、魅力的なスポットなど、まちの話題を紹介する「あなたのまちから」。
市民の皆さんの素顔と、その想いを紹介します。今月はどんな素敵なお話に出会えるでしょうか。



第24回全国障害者スポーツ大会の 陸上競技1500mで金メダルを受賞

根本優愛夢(ねもとゆあむ)さん
高校1年生



根本さんは中学1年生の時、顧問の先生に誘われたことをきっかけに陸上競技を始めました。日々の努力がタイムの更新に結びつくことに喜びを感じ、それを糧にトレーニングに励んできました。これまでにも、東大和市ロードレース大会で表彰台に上がるなど、着実に実績を積み重ねてきました。元々は控えめな性格で、周囲と接するときに苦手意識がありました。競技を通じて自分に自信が持てるようになったといいます。「境遇や環境を理由に諦めず、目標を持って少しづつでも挑戦し続けることが大切です」と力強く語ってくれました。将来の目標はパラリンピックへの出場。さらなる高みを目指す根本さんの今後の活躍を、心から応援しています。(10月25日)



人権擁護委員を退任され 法務大臣感謝状が贈呈

真崎一郎(まさきいちろう)さん



真崎さんは平成22年から約15年間、人権擁護委員として対面の相談だけでなく電話相談、LINE相談など長年にわたり精力的に活動されました。相談を受ける際、真崎さんが大切にしてきたのは相談に対して答えを出したり、結論付けたりしないことでした。「『こうすべきです』と決めてしまうのではなく、『こういう方法もありますよ』と別の選択肢を提案する。あくまで最終的な答えはご本人の中にあるものと考え、解決への道筋と一緒に探る姿勢を貫いてきました。」と語りました。相談者の主体性を尊重する姿勢こそが、多くの人の心の支えとなっていました。「委員という立場は退きますが、これからも地域のためにできることはやっていきたい」と、今後も地域に貢献していく意欲を語ってくださいました。長きにわたる献身的な活動に、心からの敬意と感謝を贈ります。(11月26日)



令和7年度東京都統計功労者表彰伝達式で 東京都知事感謝状が贈呈

飯山静子(いいやましづこ)さん



東大和市で統計調査員として活動をはじめて15年。長年の功績が認められての受賞に飯山静子さんは「ありがとうございます」と、謙虚に喜びを語りました。飯山さんが活動の中で大切にしているのは、言葉遣いとマナーです。「協力してくれる方への敬意が、正確な調査への第一歩」という信念が、地域住民との信頼関係を築いてきました。「調査は大変だが、人と話すのが大好きなのでこの仕事にやりがいを感じています」と言いつける表情からはプロとしての熱意が伝わってきました。「これからも体に気をつけて、自分らしく活動を続けたい」。市民と行政の架け橋として飯山さんの挑戦は、これからも続きます。(11月12日)



令和7年度全国中学生人権作文コンクールで 特別優秀賞(全日本空輸株式会社賞)を受賞

八代空希(やしろいぶき)さん
第五中学校2年生

八代さんの受賞作「家族と暮らすのはあたり前じゃない」には、児童養護施設での葛藤や周囲への感謝が綴られています。今の経験があるからこそ、人の痛みに気づき、寄り添えるようになったそうです。八代さんにとっての人権とは、「どんな環境に生まれても自分らしく普通に生きられること」、そして「みんな違っていても大切にされること」です。自身の将来を見据えた力強いメッセージは、33,720編という膨大な応募作の中から、わずか8編のみに贈られる「特別優秀賞」として高く評価されました。作文を通じて、多様性を認め合い支え合うことの大切さを教えてくれた八代さん。輝かしい受賞、本当にめでとうございます。(12月13日)



子どもたち発案の 「狭山茶を使用したうまべぇクッキー」 をクリスマスマーケットで販売

第八小学校4年3組



このクッキーは、東大和市の魅力を広めることを目的に、総合的な学習の時間の一環として子どもたちが企画・立案しました。「お茶の木下園」と「お菓子工房 伸」の協力を得て、市の名産である狭山茶を使用した「うまべぇクッキー」を作製しました。そして昨年、市役所で初開催されたクリスマスマーケットにて、子どもたちが自ら販売を行いました。イベント当日、子どもたちの呼びかけに多くの市民が集まり、用意したクッキーは見事完売しました。売れた瞬間の嬉しそうな笑顔や、「いらっしゃいませ!」「ありがとうございました!」と元気に接客する子どもたちの姿が、とても印象的でした。(12月14日)



LGBT当事者として 第一中学校の3年生に向けて 特別授業を開催

碇 穂(いかりみのる)さん

東大和市出身の碇さんは、第七小学校・第五中学校を卒業後、女子プロ野球の選手・監督として活躍。2021年にトランジニアであることを公表し、現在は講演活動を通じて多様な生き方を伝えています。授業の中では、無数のカードの中から自分が大切にしている「3つの価値観」を見つけ出すワークショップを行いました。当初は本音を明かすことに照れていた生徒たちでしたが、徐々に表情が明るくなり、純粋に楽しんでいる様子でした。生徒からは「価値観は人それぞれあることを知り、他の人が自分の価値観を認めてくれる嬉しさを感じることができた」という感想が寄せられました。この経験は、卒業を控えた生徒たちの背中を優しく後押しする良い経験になったことでしょう。(11月21日)

令和8年

2

February
2026

みんなのカレンダー

きさらぎ
如月

【行事】節分・立春・初午(はつうま)・針供養
 【食】炒り大豆・恵方巻・いわしの梅煮・菜の花のおひたし・ふきのとうの天ぷら
 【旬の食材】果物:いよかん、ばんかん、はっさく/魚介類:寒ぶり、寒サバ、ヤリイカ、ワカサギ、牡蠣/野菜:菜の花、ふきのとう、せり
 【季節の言葉】如月・立春・余寒・雨水・春隣・東風・梅の便り



日

月

火

水

木

金

土

図書館おはなし会(30分): ①10:30 ②15:00 ③15:30	祝日歯科応急診療: 9:30~16:00 (要電話予約)	ゆったり日和 東やまと
乳幼児の身長・体重計測(対象:偶数月生まれ): 9:30~11:00 (市立保健センター/持ち物:バスタオル、オムツ)	手話通訳 手話通訳者がいる日: 市役所1階・相談室4	
元気ゆうゆう体操 12:30~12:50 (市役所中庭・雨天中止)	乳幼児の 身長・体重計測	手話通訳
知的書評合戦 ビブリオバトル <small>P9 参照</small>		手話通訳
15	16	17
22	23 天皇誕生日 内野歯科医院 042-561-3070	24
25	26	27
28		

今月の新着図書

- [一般書]**
- 小雪と発酵おばあちゃん
小雪/語り手
 - 侍タイムスリッパー
安田淳一/原作
- [児童書]**
- ラン・ガール・ラン!
アネット・ペイ・ピメンテル/作
 - エレベーターが止まつたら
新井けいこ/作

電話やホームページで
予約ができます。
問合せ: 中央図書館
042-564-2454



みんなからの投稿



投稿者: 藤原恵子さん [撮影日: 12月23日(火)]
早朝の上仲原公園、地平線からゆっくりと朝日
が昇ります。毎日行っているラジオ体操。冷たく
澄んだ空気を吸い込み一日がはじまります。

2月の特集 こぼればなし

今回の特集は消防団の皆さん!出初式の予行練習の合間の限られた時間で、撮影・取材に協力してくれました。集合写真の撮影は、数日前から口ケハンを行い念入りにシミュレーションを重ねていたのですが…撮影直前にカメラマンから「光の加減で反対側から撮りたい」と急な提案が。現場は大慌てでしたが、団員の皆さんの迅速な動きで、無事にベストショットを収めることができました。臨機応変な対応力と、インタビュー中の柔らかな笑顔。その姿に、「この人たちがいてくれれば大丈夫だ」と、肌で実感した一日でした。(広報プロモーション課)

休日・夜間
診療

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

平日の準夜帯(小児初期救急) 火・水・金曜日19:00~21:30 東大和病院 042-562-1411 ※要電話問合せ

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、042-521-2323
東京都医療機関サービス「ひまわり」 03-5272-0303、FAX 03-5285-8080(聴覚障害者専用)



市報の配達に関する問合せ

コールセンター
0120-944-900

(平日9:00~18:00)



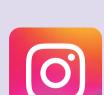
配達中止はこちら



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)