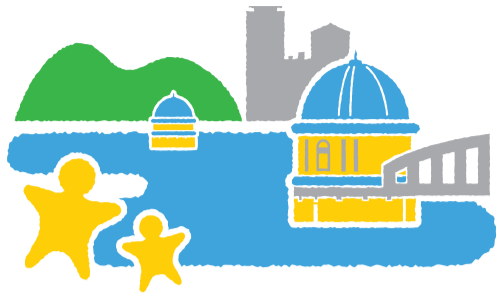


注目情報 認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを進めています

9月21日は世界アルツハイマーデー

5面に記事掲載

市が行っている認知症の方への支援施策や認知症への正しい理解を進めるためのイベントを紹介します。



東京 ゆったり日和 東やまと

今号の主な記事 2面：子ども家庭支援センターは子育てを応援します 3面：図書館のイベント 4面：東大和市ロードレース大会参加申込
5面：世界アルツハイマーデー 6・7面：情報マップ・医師会コーナー 8面：市民記者レポート

子ども家庭支援センター「かるがも」って、どんなところ？

子ども家庭支援センターは、乳幼児から18歳未満の子どもとその子育てに関する相談・子育て支援サービスの提供等を行っています。ぜひ、ご利用ください。

- ▷開館日時 月～土曜日午前9時～午後5時 (祝日、年末年始は除く)
- ▷所在地 立野1-16-1 (下図参照)
- ▷問合せ 子ども家庭支援センター☎042-565-3651まで。



子ども家庭支援センター「かるがも」



愛称「かるがも」について

東大和市でも見ることができる野鳥「かるがも」は、ひな育ての様子がニュース等でも報じられるなど、「子育て」のイメージとともに、親しまれています。市民の皆さんに、子ども家庭支援センターをより知っていただき、利用してもらうために、愛称として使用しています。



▲かるがも かもちゃん

子ども家庭支援センターの子育て支援事業の詳細は、2面をご覧ください

令和5年秋開始接種を実施します

市では、国の通知に基づき、以下のとおり新型コロナワクチンの令和5年秋開始接種を実施します。なお、この記事は、9月6日現在の情報に基づき作成しています。最新情報は市のホームページ(右の二次元コードからアクセス可)をご覧ください。

- ※令和5年春開始接種は、9月19日(火)で終了します。
- ▷対象 **初回接種【1・2回目(生後6か月～4歳の方は3回目)】を完了した生後6か月以上の市民の方**
- ▷期間 9月20日(水)～令和6年3月末
- ▷接種券の入手方法 前回の接種から概ね3か月を経過する方に、順次、接種券を郵送しています。※対象となる方のうち、未使用の接種券があると思われる方には、今回の接種券は郵送しません。お手元の接種券を使用してください。前回の接種後に東大和市に転入した方や接種券を紛失等している方は、お問い合わせいただくか市のホームページ等から交付申請をしてください。
- ▷問合せ 東大和市コールセンター☎042-563-8551まで。



実施方法	集団接種(旧みのり福祉園)	個別接種(市内医療機関)
対象	12歳以上の方	生後6か月以上の方
接種日時	●10月1・8・15・22・29日(いずれも日曜日)午前9時～正午、午後1時30分～4時30分 ●10月7・14・21・28日(いずれも土曜日)午後1時30分～4時30分 ※11月以降の実施日は未定です。	9月20日(水)以降、準備の整った医療機関から順次開始します。
予約方法	市のコールセンターへ電話またはウェブ予約システム	接種を希望する医療機関へお問い合わせください。
使用ワクチン	オミクロン株XBB.1.5対応ワクチン(ファイザー社またはモデルナ社製)	

※17歳以下の方は、原則保護者の同伴が必要です。

子ども家庭支援センターは子育てを応援します

～子育て支援事業の紹介～

▷問合せ 子ども家庭支援センター ☎042-565-3651まで。

かるがもひろば

おもちゃや遊具、絵本などがあり、乳幼児が安心して遊べます。公園マップなどの子育て情報掲示板や保護者向けの雑誌もあり、保護者の方は、友だち作りや情報交換の場として利用できるほか、保育士に子育ての相談ができます。また、子育て講座や子どもの年齢別イベントなど、様々な行事を行っています。

午前11時30分～午後1時は専用スペースで食事ができます。
▷対象 乳幼児と保護者
▷時間 午前9時～午後5時
(午後4時30分からはおもちゃや遊具の消毒、片付けとなります)



出張かるがもひろば

保育士が集会所などに出張し、手遊びや絵本の読み聞かせなどを行います。参加者同士の情報交換や保育士への子育て相談もできます(事前予約不要)。

▷対象 3歳までの乳幼児と保護者
▷時間 午前10時30分～11時45分
▷場所 【奇数月】湖畔集会所、仲原集会所、狭山公民館
【偶数月】清水集会所、芋窪集会所、清原市民センター

*10月の出張かるがもひろば

▷期日・場所
●10月4日(水): 清水集会所
●10月18日(水): 芋窪集会所
●10月25日(水): 清原市民センター



かるがも一時保育室

保護者の理由を問わず、保育施設に入所していない1歳以上の幼児をお預かりします(予約制)。

※利用前に登録が必要です。

▷時間・利用料金
●1日(午前9時～午後5時): 2400円
●半日(午前9時～午後1時、午後1時～5時): 1200円

▷利用回数 週3回まで
▷一時保育室での過ごし方
朝の会、散歩や季節に合わせた遊び、おやつ、昼寝等
※詳細は、市のホームページ(右の二次元コードからアクセス可)をご覧ください。



ひとりで抱え込まずにご相談ください

子どもと家庭に関する総合相談

18歳未満のお子さんとその子育てについて、相談員や心理士に相談ができます。

ひとり親家庭等相談

ひとり親家庭の生活や就業等について、自立支援員に相談ができます(予約制)。

▷時間 午前9時～午後4時

子ども家庭支援センターのイベント等の詳細は、市のホームページ(右の二次元コードからアクセス可)をご覧ください。



令和6年度 入園案内配布 保育施設

保育施設(認可保育園・認定こども園等)への令和6年4月入園の入園案内・申請書を10月2日(月)から配布します。

▽配布場所
●保育課(市役所1階)
●子ども家庭支援センター
●市立保健センター

●清原市民センター
●各児童館
●市内の保育施設
●入園案内・申請書は、市のホームページからも入手できます。
※市外の保育施設の利用を希望する場合は、受付期間等が異なる場合があります。詳細は、保育施設のある市区町村へお問い合わせください。
◎入園相談会(事前予約制)
令和6年4月入園を検討

している方を対象とした相談会を実施します。
▽日時 10月14日(土)午前9時～正午
▽場所 市役所会議棟第14会議室
▽予約受付期間 9月22日(金)～10月6日(日)(日曜日、祝日は除く)
▽予約方法 保育課まで電話または来所
▽申込み・問合せ 保育課・内線1754まで。

令和6年度 入園案内配布 市内幼稚園

市内の私立認可幼稚園への令和6年4月入園の願書を各幼稚園で配布します。
※詳細は、入園希望の各幼

稚園へお問い合わせください。
▽配布開始日・対象幼稚園
【10月13日(金)】
●大和富士幼稚園(向原4-16-17) ☎042-561-2379
●狭山ヶ丘幼稚園(高木1

87-1) ☎042-562-0661
●大和八幡幼稚園(奈良橋1-258) ☎042-561-4433
▽問合せ 保育課・内線1756まで。

通知を送付します 就学時 健康診断

市教育委員会では、令和6年4月に小学校に入学する新1年生を対象に、「就学時健康診断」を実施します。

9月中旬に、保護者宛に就学時健康診断の通知を送付しますので、指定の学校で受診してください。
日程・持ち物等については、通知に同封するお知らせに記載していますので、ご確認ください。
通知が届かない場合や病

場合等は、教育総務課(市役所5階)までご連絡ください。
▽問合せ 教育総務課・内線1522まで。



令和6年度 「こどもまんなか 児童福祉週間」 標語の募集

こども家庭庁では、5月5日の「こどもの日」から1週間(5月5日～11日)を「こどもまんなか児童福祉週間」と定めて、児童

福祉の理念の普及・啓発のための各種行事を行います。
令和6年度の「こどもまんなか児童福祉週間」に向けて、その象徴となる標語を募集します。
※応募方法等の詳細は、(公財)児童育成協会のホームページをご覧ください。

▽期限 9月30日(土)まで(消印有効)
▽募集内容 こどもたちを応援する標語や、未来に向けてのこどもたちからのメッセージとなる標語
▽問合せ (公財)児童育成協会「標語募集」係 ☎03-5357-1174へ。

コンビニ交付の利用停止

9月20日(水)は午前11時以降、各種証明書等のコンビニ交付が利用できません。9月21日(木)から平常通り利用できます。なお、印鑑登録証明書を窓口で取得する場合、印鑑登録証が必要です/問合せ 市民課・内線1086まで

消費者生活情報

トラブル急増中！ ネット申込みによるロードサービスに注意！

車の事故や故障の際に心強いロードサービスですが、近年「ネット申込みによるロードサービスに関するトラブル」が急増しています。そこで、消費生活センターに実際に寄せられた相談の事例とともに、被害を防ぐためのポイントを紹介...

消費生活センターに寄せられた相談事例

自動車で外出しようとしたらエンジンがかからなかったので、インターネットで見つけた「基本料3000円」の修理業者に電話した。「状況を見ないとわからない」と言われたので来てもらうと、基本料金に加え緊急対応費、お盆特別料金が加算されて合計73800円を請求された。



被害を防ぐためのポイント

- 自分が契約している損害保険会社に連絡をする
●ホームページに表示された費用を鵜呑みにしない

9月23日(祝日) 土曜窓口業務はお休みします

9月23日(土)は祝日と重なるため、市役所本庁舎の土曜窓口業務はお休みとなります。

なお、市役所本庁舎の土曜窓口は、毎週土曜日の午前8時30分～正午(祝日、年末年始12月29日～1月3日は除く)、市民課、課税課、納税課、子育て支援課、保育課、保険年金課の窓口で、

あなたの生きづらさを話してみませんか ひきこもりUx女子会 同時開催「つながる待合室」

ひきこもり状態にあり、生きづらさを抱えたり、生きづらさを抱えたりする女性が、男性の目を気にすることなく女性だけで安心して集まれる場として、当事者会「ひきこもりUx女子会」を開催します。
▽対象 ひきこもり状態にあったり、対人関係の難しさを感じたりしているなど、様々な生きづらさを抱えている女性自認の方
▽日時 9月28日(木)午後2時～4時30分

東大和市都市マスタープラン 改定懇談会委員の募集

市では現在、都市づくりの基本的な方針である「東大和市都市マスタープラン」の改定に取り組んでいます。改定にあたり、懇談会に参加し、意見をいただける市民委員を募集します。
▽応募資格 市内在住の18歳以上(令和5年9月1日現在)で、都市計画や都市づくりに関心があり、原則として平日の日中に開催される懇談会に出席できる方
※他の懇談会等の委員との兼任はできません。
▽任期 11月～令和7年3月
▽募集人数 2人以内
▽応募方法 所定の申込書に必要事項を記入し、テーマ「懇談会への応募動機」の作文(400～800字程度)を



切り替えがお済みでない方へ 公共下水道への切り替えを お願いします

下水道法では、「下水道の供用開始すべき日から3年以内にくみ取り便所を水洗便所に改造しなければならぬ」と規定されています。現在、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

読書の秋、図書館のイベントに参加してみませんか?

桜が丘図書館30周年イベント 図書館司書体験 図書館で「桜」をさがそう
▽対象 市内在住・在学・在勤の小学生以上の方(保護者の付添可)
▽期日 10月9日(祝日)
▽時間 午後2時～3時30分
▽場所 桜が丘図書館
▽定員 30人(申込順)
▽講師 図書館職員
▽申込み 9月16日(土)から桜が丘図書館まで電話または来館

ブックカバーかけ講座
▽場所 桜が丘図書館
▽定員 10人(申込順)
▽参加費 100円
▽持ち物 本2冊
▽講師 図書館職員
▽申込み 9月22日(金)から桜が丘図書館まで電話または来館

子育て世代のための「マネー講座」
▽場所 清原図書館
▽定員 20人(申込順)
▽保育 若干名(申込順)
▽講師 國行沙恵子氏(関東財務局東京財務事務所職員)
▽申込み 9月16日(土)から清原図書館まで電話または来館

問合せ先 桜が丘図書館 ☎042-567-2231 清原図書館 ☎042-564-2944

観光ガイド付まち歩きツアー 秋の薬用植物と 野火止用水散策

秋の薬用植物園と野火止用水を歩きながら、観光ボランティアが園内の植物や野火止用水周辺の歴史等を紹介します。
▽日時 10月7日(土)午前10時～正午(雨天中止)
▽集合・解散場所 東大和市駅
▽コース 東大和市駅～薬



東大和 だれでも縁日

障害のある方も 障害のない方も 楽しめる だれでも縁日
▽日時 10月8日(日)午後1時～4時
▽最終入場は午後3時30分です。
▽場所 中央公民館ホール
▽内容 輪投げ、ジェスチャーゲーム、クイズ&射的、音楽演奏、盆踊り、飲み物販売など
※先着200人限定で、全ての

模擬店を回ると景品がもらえるスタンプラリーを行います。
▽参加費 無料(縁日で販売している飲み物等は有料)
※手話通訳あり。
▽問合せ 障害福祉課・内線1123(ファクス042-563-5928)まで。

9月末締切! マイナポイント第2弾

最大2万ポイントがもらえる「マイナポイント第2弾」の申込期限は9月末です。まだ申し込んでいない方は早めにお申し込みください。問合せ 総務省マイナンバー総合フリーダイヤル(無料) 0120-95-0178へ

9/20~26 動物愛護週間

問合せ 環境対策課・内線1248まで。

国は、広く動物の愛護と適正な飼養についての理解と関心を深めていただくため、毎年9月20日~26日を動物愛護週間と定めています。次のことに留意して、動物愛護や適正な飼育について、もう一度見直してみましょう。

point 1 動物の終生飼養の責任を果たしましょう

飼い主は、動物を飼育するうえで、その習性や生理をよく理解し、愛情をもって終生飼養する責任があります。日頃から体調管理に気を配り、犬には狂犬病の予防注射を必ず受けさせましょう。



point 2 身元の表示をしましょう

飼い主の責任の所在を明らかにし、迷子になった動物の発見を容易にするためにも、犬には鑑札やマイクロチップを装着し、その他の動物には名札等をつけましょう。

point 3 犬の散歩はルールを守りましょう

犬の散歩をするときは、犬をリードでつなぎましょう。また、飼い主の責任として、散歩中にオシッコをしてしまったときはすぐに水で流し、フンをしたときは自宅まで持ち帰りましょう。



『地域猫活動』パネル展

地域猫活動とは、飼い主のいない猫による被害を地域の問題として捉え、地域住民、ボランティア、行政が適切な役割を分担し、問題の解決に向けて連携・協働していく取り組みです。

市では、動物愛護週間に合わせ、こうした取り組みへの理解を深めていただくため、市内で地域猫活動に取り組んでいるボランティアの方々の活動状況を、パネル展示により紹介します。

地域猫活動に興味のある方だけでなく、猫による糞尿の被害にお困りの方なども、地域猫活動について、一緒に考えてみませんか。

- ▷期間 9月20日(水)~26日(火) (祝日は除く)
- ▷場所 市役所1階入口ホール



皆さんの申込みをお待ちしています 東大和市ロードレース大会 参加申込受付開始

市では、第58回東大和市ロードレース大会の参加申込を、受け付けています。
※詳細は、市のホームページ(下の二次元コードからアクセス可)または開催要項をご覧ください。

▽対象 小学4年生以上の方

▽期日 12月3日(日)
※荒天時は中止。

▽コース 都立東大和南公園陸上競技トラック及びその周辺道路



▽定員 500人程度(申込順)

▽参加費
●一般・1000円
●中学生以下・300円

▽開催要項の配布場所 生涯学習課(市役所5階)、東大和市ロンドンみんなの体育館、各市民センター・公民館にて配布

※市のホームページでも入手できます。

▽申込方法 次のいずれかの方法で申込み
●10月13日(金)までに、専用の郵便振込用紙に必要事項を記入し、参加費を振込み



▲令和4年度のロードレース大会の様子

※専用の郵便振込用紙は、開催要項に掲載しています。
●10月20日(金)までに、市のホームページから専用の申込フォームにアクセスし、必要事項を入力の上、参加費を支払い

▽問合せ 生涯学習課・内線1553まで。

様々な競技を お楽しみいただけます ふれあい 市民運動会

玉入れ、綱引きなどのほか、ふれあい市民運動会オリジナル競技やニュースポーツ等をお楽しみいただけます(午後の競技の申込みは終了しました)。

▽日時 9月24日(日)午前10時~午後3時30分

▽問合せ 生涯学習課・内線1553まで。

市内で活動している団体によるチャリディング及びバトンを披露します。

また、当日は、事前申込不要で誰でも気軽にバーチャルサイクリングを体験することができ、イベントをGRAND CYCLE TOKYO実行委員会の主催により実施します。

※プログラムの詳細は、市のホームページをご覧ください。

▽場所 東大和市ロンドンみんなの体育館

▽持ち物 体育館履き、外靴を入れる袋、飲み物、タオル等

※貴重品は各自管理してください。

▽問合せ 生涯学習課・内線1553まで。

ご参加ください ゴルフ大会

子どもから高齢者まで気軽に楽しむことができる「グラウンドゴルフ」の大会を行います。

大会で1~3位に入賞した方にはメダルを授与します。

※用具の貸出があります。

▽対象 市内在住・在勤・在学の小4年生以上の方

▽日時 10月1日(日)午前9時30分~午後1時(午前9時受付開始)

▽場所 市立第五小学校

▽定員 60人(申込順)

▽持ち物 飲み物、タオル

▽申込み 9月26日(火)までに生涯学習課・内線1553まで。

あなただけの作品を 作ってみませんか 大人の 竹細工体験講座

市立狭山緑地の竹を使って、竹細工(靴べら・竹ナイフ・スプーン・一輪差し・孫の手など)を作る体験講座を開催します。

この体験講座は、市立狭山緑地で活動を行っているボランティア団体「東大和市狭山緑地雑木林の会」の協力で開催します。

▽対象 市内在住・在勤の方

▽日時 10月3日(火)午前9時30分~正午(雨天中止)

▽場所 市立狭山緑地

▽集合場所 郷土博物館

▽定員 10人(申込順)

▽持ち物 飲み物、タオル、帽子、軍手

▽申込み 9月26日(火)までに土木公園課・内線1218まで。

お越しく下さい 企画展示 「吉岡堅二展」

東大和市ゆかりの日本画家・吉岡堅二画伯の展覧会を開催します。

今回の展覧会では、画伯が家族の姿を描いた作品をはじめ、画伯の父母、弟妹たちの作品など、創作活動が生活とともにあった吉岡

一族の活動も併せて紹介します。弟の常雄氏の作品は、市では初めての公開となります。

▽期間 9月23日(祝日)~11月5日(日)

▽期間中の休館日 月曜日(10月9日は開館)、9月26日(火)、10月10日(火)

▽場所 郷土博物館

▽関連イベント

○展示解説(申込不要) 博物館職員が、展示内容

の解説を行います。

▽日時 10月1日(日)午後1時30分~2時

○ワークショップ「和綴じ画帖作り挑戦!」

和紙を使ってオリジナルのミニ画帖を作ります。

▽日時 10月22日(日)午前10時~11時

▽定員 10人(申込順)

▽申込み 郷土博物館 ☎042-567-4800まで。

郷土博物館 プラネタリウム秋番組 投影開始

郷土博物館のプラネタリウムにおいて、秋の新番組の投影を開始します。どの番組も星座解説があります。投影時間は45分程度。投影途中での入退場はできません。

★投影期間 9月16日(土)~12月3日(日)(休館日、11月14日(火)は除く)

★休館日 月曜日(祝日は開館)、9月19日(火)・26日(火)・10月10日(火)・11月7日(火)・24日(金)

★場所 郷土博物館プラネタリウム

★定員 100人(先着順)

★観覧料 大人300円、小・中学生100円、未就学児は無料。

★問合せ 郷土博物館 ☎042-567-4800まで。

一般番組 宇宙の話しよう

宇宙へのあふれるほどの夢を持つ女の子と、技術者のパパとの会話でロケット開発や宇宙の不思議について紹介します。ドームいっぱいに未来への夢が広がります。

★投影日時 開館日の午後3時から

特別番組 キトラ古墳壁画 天文図と中国星座の世界

奈良県明日香村のキトラ古墳の天井には天文図が描かれています。日本天文遺産に認定されているこの天文図がドームいっぱいに映し出されます。

★投影日時 土・日曜日、祝日午後1時から

子ども番組 プラネタリウムでチコちゃんに叱られる! 天の川と星の星座タイムトラベル 謎のラミアクア超銀河団

NHKの人気番組で有名な永遠の5歳児・チコちゃんが「星空」をテーマに大活躍します。

★投影日時 土・日曜日、祝日午前11時から

※10月22日(日)・11月26日(日)は、春番組で投影した子ども番組「ほしみるおじさん」に変更します。



認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを進めています

9月21日は世界アルツハイマーデー

毎年9月21日は、認知症への正しい理解を進めることを目的に、国際アルツハイマー病協会が、世界保健機関と共同で平成6年に制定した「世界アルツハイマーデー」です。このことに合わせ、認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを進めるため、市が行っている認知症の方への支援施策や認知症への正しい理解を進めるためのイベントを紹介します。

認知症の方への支援施策

認知症高齢者等みまもりシール交付事業

ただいまオレンジ

認知症の症状（周辺症状）により、外出して帰宅が困難になり、行方不明になることがあります。その際、早期に発見し、自宅へ帰ることができるよう、市では、QRコード付のラベルシールを交付しています。普段身に着ける衣服や持ち物にラベルシールを貼っておき、ラベルシールに気づいた発見者がスマートフォン等でQRコードを読み取ることで、ご家族へ瞬時にメールを届けることができます。発見者とご家族は、個人情報をお互いに教えることなく、「どこシル伝言板」で直接連絡を取り合うことができます。事業の詳細は、市のホームページをご覧ください。

○問合せ 地域包括ケア推進課・内線1179まで。

認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、認知症の方や家族を支援する認知症サポーターの養成講座を定期的に開催しています。認知症サポーターとは、なにか特別なことをする人ではなく、地域で認知症の方を温かく見守る応援者です。受講した方には、認知症サポーターの目印である「オレンジリング」を差し上げます。

○申込み 高齢者ほっと支援センターしみず ☎042-843-6635へ。



地域みんなで

温かい見守りと・協力を

【どこシル伝言板 利用の流れ】



※QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。

関連イベント

認知症のことを知り みんなであつなごう

ケアラースカフェほのぼの

介護が必要な方やその介護者、地域の方が気軽に集まる「ケアラースカフェほのぼの」を毎月開催しています。9月は、医師へ直接相談ができる「医師の相談コーナー」を実施します。

- 対象 市内在住の方
- 日時 9月28日(休)午後1時30分～3時30分
- 場所 総合福祉センターは～とふる
- ※公共交通機関等でお越しください。
- 費用 無料（お茶を注文する場合は200円）
- 問合せ 総合福祉センターは～とふる ☎042-516-3982へ。

認知症普及啓発パネル展

認知症の症状や市の取組みをパネルで紹介し、また、小学生向け認知症キッズサポーター養成講座を受講した方をはじめ、市民の皆さんからのメッセージも展示しています。

- 期間 9月30日(土)まで
- 場所 市役所1階入口ホール、イトーヨーカドー東大和店
- 問合せ 地域包括ケア推進課・内線1179まで。



認知症図書展

認知症に関連する資料や小説、児童書・絵本などの図書を展示しています。

- 場所 中央図書館
- 期間 10月18日(水)まで（休館日は除く）
- 問合せ 中央図書館 ☎042-564-2454まで。

物忘れ相談会

物忘れが心配な方や認知症について知りたい方等を対象とした物忘れ相談会を開催します。また、9月21日(木)は、「世界アルツハイマーデーをみんなで知ろうイベント」を開催します。

- 期日・場所 下表のとおり
- 時間 午後2時～4時
- 相談員 認知症地域支援推進員
- 問合せ 地域包括ケア推進課・内線1179まで。

【令和5年度の物忘れ相談会開催予定】 ※申込不要・出入自由

期日	場所
偶数月の第3木曜日	上北台市民センター
偶数月の第4月曜日	清原市民センター
奇数月の第4火曜日	狭山公民館
奇数月の第4水曜日	向原市民センター
毎月第2土曜日	SOMPOケア ラヴィーレ東大和（仲原4-7-1）
10月2日(月)	中央図書館
9月21日(木)	C3（南街2-48-1）



+

予防

■9月24日(日)〜30日(土)は結核予防週間

厚生労働省によると、毎年新たに結核と診断される方は約1万5000人、また、約2000人が結核により命を落としています。

●感染から発症・せきやくしゃみと一緒に空気中に飛び散った結核菌を吸い込んで感染します。感染しても必ず発症する病気ではありませんが、菌は体内に留まり、抵抗力が落ちた時に発症することがあります。感染から発症まで、数か月〜数十年と個人差があります。

●治療：現在は内服薬で治療できます。たんの中に結核菌が混じっている場合は、周囲への感染を防ぐために入院が必要ですが、感染を広げる可能性がない場合は、外来通院で治療ができます。

のとれた食事や睡眠、適度に体を動かす等、規則正しい生活を心がけ、免疫力を高めること・落とさないようにすることが大切です。また、禁煙も重要な予防方法です。乳児は予防接種で感染の予防を、その他の方は定期的な検診で、早期発見、早期治療を行います。2週間以上、せきやたんが続くようなら、早めに医師へ相談してください。

BCG予防接種

5か月以上12か月未満／5か月を迎える月の前月末に予防票を送付していただきます。5か月になったら、早めに接種してください。

▽問合せ 市立保健センター ☎042-565-5211まで。

+

保健

幼児食講習会(保育付)

1歳6か月〜3歳の幼児の保護者／10月12日(木)午前10時〜正午／場所 市立保健センター／8人(申込順)

●保育定員 6人(申込順)／電子申請受付可／幼児食の話、調理実習、試食、個別相談／母子健康手帳、筆記用具、バスタオル、エプロン、三角巾

こころの健康相談

気持ちが悪く不安定になり、専門医を受診すべきかどうか悩んでいる方やその家族のために、専門医が相談をお受けします。10月4日(水)午前10時〜正午(事前予約制)／場所 市立保健センター

成人健康相談

普段の生活で、身体、食事、歯の気になること等を保健師・栄養士・歯科衛生士に相談してみませんか。栄養ソフトによる、食事診断もできます。10月6日(金)午前10時〜11時30分／場所 市立保健センター／当日直接会場へお越しください。

▽問合せ 市立保健センター ☎042-565-5211まで。

妊婦健康診査を助産院や東京都外の医療機関等でお受けになった方へ

妊婦健康診査を助産院や東京都外の医療機関で受診した場合、お手持ちの「妊婦健康診査受診票」は使用できず、自己負担となります。このような場合、出産後の申請により、上限額の範囲内で一部費用を助成しています。申請期間 出産日から12か月を経過する日まで。申請方法 期間内に「東大和市妊婦健康診査費助成金支給申請書」に記入のうえ、必要書類等を添えて市立保健センターまで提出／申請書及び制度案内のリーフレットは市のホームページから入手可。

祝日等歯科応急診療

●9月18日(月)・ソラハレ歯科・矯正歯科(桜が丘3-44-32)／シャハイム玉川(上水1-1) ☎042-590-2233

9月23日(土)内野歯科医院

(南街2-80-3) ☎042-561-3070

受付時間 午前9時30分〜午後4時／持ち物 保険証(乳幼児医療証等をお持ちの方は併せてお持ちください)

+

検診・健診

胃がんリスク検査(後期)、骨粗しょう症検診

①胃がんリスク検査(後期) 市内在住の40〜74歳(昭和24年4月2日〜昭和59年4月1日生まれ)の方で、過去に市の胃がんリスク検査を受診したことがない方(胃・十二指腸疾患で治療中または経過観察中の方等は除く)／11月1日(水)〜12月28日(木)医療機関の休診日は除く。場所 指定医療機関(東大和市・小平市・武蔵村山市)／150人(定員を超えた場合、抽選)／問診、血液検査(ピロリ菌抗体等)

骨粗しょう症検診

令和5年4月2日〜令和6年4月1日に40・45・50・55・60・65・70歳になる市内在住の女性／11月1日(水)〜令和6年1月31日(水)医療機関の休診日は除く。場所 市内指定医療機関

200人(定員を超えた場合、抽選)／問診、骨量測定検査(超音波検査またはX線検査)

①②申込方法 ●郵送・健康づくりカレンダー(4月上旬に配布)の



申込はがき(①のみ)または郵便はがきに必要事項を記入のうえ、10月8日(日)消印有効)までに市立保健センター(〒207-0015東大和市中央3-98-1)へ郵送／表面に「胃がんリスク検査(後期)」または「骨粗しょう症検診」と記入。裏面に氏名(ふりがな)・住所・生年月日・年齢・性別・電話番号を記入／はがき1枚につき1人1検査(検診)の申込み

●電子申請・10月8日(日)までに、東京共同電子申請・届出サービス(下の二次元コードからアクセス可)で申込み



●窓口・10月6日(金)までに市立保健センターで申込み ※検診票は10月下旬に発送予定。

▽問合せ 市立保健センター ☎042-565-5211まで。

i

お知らせ

市職員の人事異動

9月1日付の部課長級人事についてお知らせします。 ※内職名は前職です。

異動(課長級)

▽総務部職員課長兼人材育成担当係長事務取扱 高田匡章(総務部職員課長) 介護保険運営協議会が傍聴できます

9月26日(火)午後7時／場所 市役所会議棟第6会議室／傍聴人の定員 5人(先着順)／手話通訳 9月19日(火)までに申込み／当

日直接会場にお越しください。介護保険課・内線1136、ファクス042-563-5930まで。

ごみ排出カレンダーを配布しました

10月〜令和6年9月の「ごみ排出カレンダー」を全戸に配布しました。お手元に届かない場合や地区が異なるものが届いた場合は、お問い合わせください。市役所1階入口ホール、環境対策課、市民センター、公民館でも配布しています。集団回収を行っている地域は、ごみ排出カレンダーと排出日が異なる場合があります。環境対策課・内線1241まで。

自然観察会「空堀川の鳥たち」

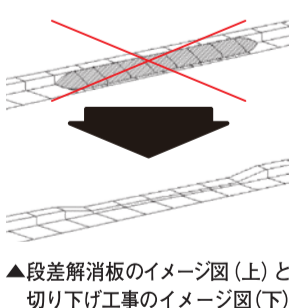
秋の渡り鳥がやってくる頃です。野鳥観察を楽しみませんか。10月9日(祝)午前9時30分・武蔵大和駅下広場集合(昼前に解散予定) 観察地 空堀川／案内 郷土博物館職員／筆記用具・双眼鏡／郷土博物館 ☎042-567-4800まで。

自治会に加入しませんか

「住んでよかった」と思えるまちをつくるには、行政だけではなく、市民の皆さんの活動が欠かせません。市では、自治会の存在がまちづくりの核になると考え、自治会への加入をお勧めしています。また、防犯・防災等でご近所での連携が必要なおきに、自治会が重要な役割を果たしています。自治会に興味のある方は、ご連絡ください。地域振興課・内線1715まで。

道路等と私有地との境界の確認

市道や水路等と私有地との境界がわからない場合は、道路交通課(市役所2階)にお問い合わせください。家の建替えやブロック塀の築造の際には、あらかじめ境界を確認してから工事をするようにしてください。なお、境界には、曲がり角ごとに境界を示すための境界標(コンクリート杭、金属製プレート等)が設置されています。工事の際には、これらを動かしたり、



▲境界標のイメージ図(上)と切り下げ工事のイメージ図(下)

道路交通課 ●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るおそれがあり、事故が発生すると、設置者の損害賠償責任が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ので、段差解消板を設置している場合は、速やかに撤去してください。玄関や車庫の出入口などの段差を解消したい場合は、道路法第24条に基づく手続きにより、道路の歩道部分や縁石などの切り下げ工事を自費で行ってください。道路交通課・内線1211まで。

BuSiNeSt「金融相談会」

日本政策金融公庫の方が対面で悩みに応える「金融相談会」を開催します。創業間もない方、創業に関する方、創業を目指している方。10月11日(水)午前10時〜11時、午後1時〜2時・3時(各回1時間以内)／場所 中小企業大学校東京校内/BuSiNeSt ☎042-565-1195へ。

社会福祉協議会

◎フードバンク事業(フリードライブ) 食にお困りの方への支援として、家庭で消費できない食品や寄附金を広く市民や企業の皆さんから受け付けています。対象の食品保存がきく未開封の食品で賞味期限が令和6年1月1日以降のもの。受付期間 11月13日(月)まで

法人化50周年記念式典

社会福祉協議会では、法人化50周年を迎えるにあたり、記念式典を行います。10月14日(土)／第一部表彰式・午後1時30分から、第二部記念アトラクション(ERS)、漫談(林家まる子氏・カレー子氏)、和太鼓(大和まほろば太鼓)／700人(先着順)／場所 ハミングホール／表彰式の対象者には別途案内しています。

▽問合せ 社会福祉協議会 ☎042-564-0012へ。

放置自転車は撤去します

安全な歩行空間を確保するため、駅近くの放置禁止区域内の歩道などには自転車等を放置しないでください。駅から概ね800メートル以内にお住まいの方は、自転車等の利用の自粛をお願いします。道路交通課・内線1213まで



※凡例 会場所、講師、費用(記載なしは無料)、収入会金、月会費、留年会費、留持ち物、問合せ、問申込み ※市の主催事業ではありません。申込みや問合せは、記事の主催者へお願いします。

【第5回多摩湖音楽祭(多摩湖音楽実行委員会)】 市民/9月23日(祝)午後1時15分〜9時/鷺ハミングホール/30人(申込順)/音楽演奏、障害者施設・NPO手工芸品販売/特別ゲスト・小室等/問前売:2千200円、当日:2千500円/9月22日までに内田☎090-8306-5931へ。

【シニアのための健康講座と簡単な体操(東大和ラジオ体操連盟)】/60才以上/10月2日(月)午前9時30分〜正午/東大和市ロンドみんなの体育館/60人(申込順)/講座と簡単な体操/鷺鈴木大輔/問上履き、軽い服装、飲み物、筆記用具/問伊藤☎042-563-6687(ファクスも可)へ。

【「法の日」無料相談(東国土地家屋調査士会立川支部)】/10月4日(水)午後1時〜4時/問中央公民館/土地・建物の調査・測量、境界問題及び不動産の表示に関する登記の相談/問伊東☎042-840-9753へ。

【秋の全国交通安全運動】 9月21日(木)〜30日(土)に、秋の全国交通安全運動が実施されます。また、9月30日(土)は「交通事故死ゼロを目指す日」となっています。交通安全ルールを守り、安全運転を心がけましょう/スロীগアン 世界一の交通安全

【会員募集(健康マージャン新堀クラブ)】/シニア/毎週水曜日午後1時〜4時/問新堀地区会館/脳トレ等手先を使い健康麻雀を楽しもう/問千円/問500円/問中村☎090-6346-2959へ。

【会費募集(蔵敷健康麻雀)】/シニア/毎週火・木曜日午後1時〜4時/問蔵敷公民館/呆け防止、脳トレを兼ねて健康麻雀を楽しむ/問千円/問500円/問高野☎090-4051-4962へ。

【「法の日」無料相談(東国土地家屋調査士会立川支部)】/10月4日(水)午後1時〜4時/問中央公民館/土地・建物の調査・測量、境界問題及び不動産の表示に関する登記の相談/問伊東☎042-840-9753へ。



【秋の全国交通安全運動】 9月21日(木)〜30日(土)に、秋の全国交通安全運動が実施されます。また、9月30日(土)は「交通事故死ゼロを目指す日」となっています。交通安全ルールを守り、安全運転を心がけましょう/スロীগアン 世界一の交通安全

【会費募集(蔵敷健康麻雀)】/シニア/毎週火・木曜日午後1時〜4時/問蔵敷公民館/呆け防止、脳トレを兼ねて健康麻雀を楽しむ/問千円/問500円/問高野☎090-4051-4962へ。

【「法の日」無料相談(東国土地家屋調査士会立川支部)】/10月4日(水)午後1時〜4時/問中央公民館/土地・建物の調査・測量、境界問題及び不動産の表示に関する登記の相談/問伊東☎042-840-9753へ。

【会費募集(蔵敷健康麻雀)】/シニア/毎週火・木曜日午後1時〜4時/問蔵敷公民館/呆け防止、脳トレを兼ねて健康麻雀を楽しむ/問千円/問500円/問高野☎090-4051-4962へ。

【「法の日」無料相談(東国土地家屋調査士会立川支部)】/10月4日(水)午後1時〜4時/問中央公民館/土地・建物の調査・測量、境界問題及び不動産の表示に関する登記の相談/問伊東☎042-840-9753へ。

【読書会(東大和子どもの本を読む会)】/9月30日(土)午前10時15分〜正午/問中央図書館/「駆けぬけて、テッサ」K・M・ペイトン作/問小原☎042-561-9054へ。

【東大和サンマルシェ(東大和サンマルシェ)】/10月1日(日)午前11時〜午後6時

【上映会(東大和障害福祉ネットワーク)】/市民/10月7日(土)午後1時30分〜1時50分/問ハミングホール/「荒野に希望の灯をともし」/問一般:千200円(当日:千500円)、障害者:介助者:千小中学生:千円(当日:千

【裁判員制度・検察審査会】 令和6年の裁判員の選任については、地方裁判所からの割当通知に基づき、衆

【検察審査会】 交通事故、詐欺などの被害にあったのに、検察官がその事件を裁判にかけてくれない。このような不服を持つている方のために「検察審査会」があります。費用は無料で、秘密は固く守られますので、気軽ににご相談ください。

【市税・国民健康保険税の納付方法には簡便な口座振替もあります】 納税課(市役所1階)で

【市税・国民健康保険税の納付方法には簡便な口座振替もあります】 納税課(市役所1階)で

【市税・国民健康保険税の納付方法には簡便な口座振替もあります】 納税課(市役所1階)で

医師会コーナー 睡眠時無呼吸症候群(SAS)とは 夜間のいびきがひどく、途中で寝息が止まって日中の眠気、集中力低下、倦怠感を自覚している方、SASの疑いがあります。平成15年2月26日山陽新幹線の運転士の居眠りで、時速280Kmで8分間走り続け、自動列車制御装置が作動して列車が緊急停止をした事件がきっかけでSASに関する認識が高くなってきました。SASは、脳が低酸素状態となり睡眠障害を引き起こします。睡眠中に無呼吸や低呼吸が10秒以上持続し、この和(AHI)が1時間あたり5回以上となると疑われます。男性に多く、女性も年を重ねると多くなる傾向があります。SASの約75%は肥満を伴います。高血圧症、心不全、脳卒中、冠動脈疾患、糖尿病などの病気の発症や進展との関連が証明されています。SASの成因のほとんどが、睡眠中の舌根部の沈下や上気道を構成する筋肉の弛緩による上気道の閉塞です。SASの診断は、簡易睡眠モニター検査、終夜睡眠ポリグラフ検査を用いて診断します。治療は、検査においてAHI30以上(簡易検査は40以上)が対象になりますが、これ以下でも、日中の症状が強い方は対象になることもあります。治療法は、主に持続的気道陽圧(CPAP)療法です。固定電話機ほどの大きさの器具を使用し、通常4〜12水柱センチメートルの圧力を鼻腔にかけて、狭くなっている上気道を広げ呼吸を補助するものです。治療により日中の症状が軽減し、前述の病気の重症化を予防できることが確認されています。きちんと治療することで、交通事故や産業事故の減少に効果が上がっています。 公益社団法人東大和市医師会

ほん・本・BOOK 図書館の新书推荐をご紹介します。 (一般書) 昭和歌謡ものがたり 松井信幸著 倉部史記著 友だち ●大学職員のリアル ●ひと箱本屋とひみつの友だち ●さよなら、子ども虐待 赤羽じゅんこ作 ●宿場町の日 いわた慎二郎作・絵 (児童書) こねこのさがしもの ●こねこのさがしもの プラン・マーガレット・ワイズ作

市税・国民健康保険税 土曜収納窓口 仕事などで平日に納税相談及び納付することができない方のために、土曜開庁に伴う収納窓口を次のとおり開設します。 土曜収納窓口 毎週土曜日午前8時30分〜正午 ※祝日は除く。 ※土曜収納窓口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便な口座振替もあります) 納税課(市役所1階)で

平日及び土曜日に電話による納税の案内を行っています。番号042-566-8551から着信があった場合には納税課までご連絡いただくようお願いいたします。市税・国民健康保険税は電子マネー決済アプリを利用して24時間納付できます/問合せ 納税課・内線1091まで

市民記者 レポート

わが町の駐在さん

突然ですが、東大和市内に駐在所がいくつあるかご存知ですか？

見た目は同じような交番と駐在所ですが、交番は、24時間体制で複数の警察官が交替で勤務しています。

一方、駐在所は住宅も兼ねていて、1人の警察官が家族と共に居住しながら、地域の安全を守っています。わたしたちと生活圏が同じなので、お子さんがいれば地域の学校へ通い、近所のスーパーで買い物をし、10年、15年と長く同じ駐在所におられるようです。

駐在さんの仕事は、登下校時の見守り、パトロール、1件1件訪ねて世帯の状況確認や安全のため注意を促す巡回連絡をはじめ、自治会・学校・交通安全協会・福祉施設・祭りやイベント・市役所等々、様々な地域の人たちと顔を合わせる機会が多いのが特徴です。

この町で暮らしながら、町の人々に寄り添っている駐在さんは、とても近い存在で親しみを感じます。日頃からコミュニケーションを大事にされているので、顔見知りになると、挨拶はもちろん、ちょっとした立ち話で近況や気掛かりな事を話せる心強い味方です。

そんな関係を築いているからこそ、一度相談にのった人をその後も継続して気かけたり、振り込む前に恥を忍んで相談に寄ってくれて詐欺を未然に防げたことがあると、駐在としてのやり甲斐を教えてくださいました。

「なにか困った事があったら、ひとりで悩まず気軽に声を掛けてください」と頼もしい言葉を最後にいただきました。

さて、市内にある駐在所は4か所。村山貯水池・高木・蔵敷・芋窪と、狭山丘陵に近い北側エリアにあります(ちなみに、交通量が多い南側エリアには交番が4か所あります)。

今回のレポートに当たり、東大和警察署と駐在さんに取材にご協力いただきました。

「いつも安心をありがとうございます！」
(市民記者 市村和美)

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 humming hall
毎週月曜日休館・祝日の場合は翌日休館
問合せ：午前9時～午後8時30分 ☎042-590-4411
※状況により変更となる場合があります。

発売中情報

■アダムと行く！ホール体験コンサート

10月4日(水)午後7時開演／小ホール／全席自由／一般：2,500円 友の会：2,000円・学生：1,500円／出演：サクソス四重奏「アダム」(馬越脇峻、太田大地、野原シーサー朝宇、奥野祐樹)／曲目：琉球幻想曲(伊藤康英)ほか／話題のアダムが登場。2つの客席パターン変化を目と耳で体験。1度に2度楽しめるコンサートです／舞台転換により、座席の移動あり／3歳未満入場不可



©松尾淳一郎

■伊藤康英の童謡唱歌をもっともっともって、もっと楽しく～世界の歌編

11月2日(木)午後2時開演／小ホール／全席自由／一般：1,000円 友の会：800円／出演：伊藤康英(解説・ピアノ)、見角悠代(ソプラノ)／曲目：故郷の空、蛍の光、庭の千草、ロンドンデリーの歌、埴生の宿ほか／今年もやります！お馴染み、見角悠代と伊藤康英のコラボレーション。明治のはじめに日本に入ってきた世界の歌は、日本の童謡・唱歌と同様に親しまれています。あの歌、この歌、懐かしい歌の数々をお楽しみください／未就学児不可



ロビーコンサート vol.271

アンサンブル・パセオが贈る芸術の秋コンサート
9月27日(水)正午開演／入場無料

10月の施設利用申込み

大・小ホールは令和6年10月分、その他の施設は令和6年4月分です。なお、市民を対象とした調整会議は、10月1日(日)午後1時30分から行います。

各イベントの注意事項、最新情報等はハミングホールのホームページ(右の二次元コードからアクセス可)をご覧ください。

国民年金 だより



■保険料の追納制度

保険料の全額免除や一部免除の承認を受けた期間または納付猶予、学生納付特例制度の承認を受けた期間は、保険料を全額納めた時と比べて、将来受け取る年金額が少なくなります。

これらの免除等の期間は10年以内であれば、あとから保険料を納めることで、年金額を増やすことができます。ただし、保険料の免除や納付猶予、学生納付特例制度を受けた期間の翌年度から起算して3年度目以降に保険料を追納する場合には、当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされます。

●障害基礎年金などを受けた「特別障害給付金制度」
国民年金に任意加入していなかったために、障害基礎年金等を受給できない障害者の方を対象に「特別障害給付金制度」があります。

▽対象者
①平成3年3月以前に国民年金任意加入対象であった学生
②昭和61年3月以前に国民年金任意加入対象であった厚生年金・共済組合加入者等の配偶者

前記①②のいずれかに該当する方のうち、国民年金に任意加入していなかった期間内に初診日(障害の原因となった病気の発症の日、初めて医師の診療を受けた日)があり、65歳に達する日の前日までに障害基礎年金1、2級相当の障害状態にある方。

なお、原則として65歳に達する日の前日までに請求する必要はありません。

▽支給額等(令和5年度)
●障害基礎年金1級相当に

健康な皆様のご協力を 市役所にて献血を実施します

- ▷日時 9月27日(水)午前10時～11時30分、午後1時～4時
- ▷場所 市役所会議棟前
- ※ご希望の方には、血液検査の結果をお知らせします。
- ▷問合せ 市立保健センター ☎042-565-5211まで。



該当する方…月額5万3650円

●障害基礎年金2級相当に該当する方…月額4万2920円

●支給額は毎年度、物価の変動に応じて改定されます。

●本人が他の年金を受給している場合や本人の所得によつては、支給が調整(停止)される場合があります。

●給付金は請求のあった月の翌月分から支給されます。

●給付金の支給を受けた方は、申請により国民年金保険料の免除を受けることができます。

▽問合せ 立川年金事務所
☎042-523-0352または
保険年金課・内線1028まで。