



東京 ゆったり日和 東やまと

注目情報 参加者募集

第54回東大和市民文化祭

3面に記事掲載

10月12日(土)～11月3日(祝日)に開催する第54回東大和市民文化祭の参加者を募集します。

今号の主な記事

2面：ひと涼みステーションを設置
5面：高齢者見守りぼっくす

3面：夏休み☆みんなでつくる遊空間
6・7面：情報マップ・健康ひとくちメモ

4面：プラネタリウム夏番組
8面：広報に関するお知らせ

6/24
(月)

東大和市LINE公式アカウントが

リニューアルします！

使いやすいメニューで
知りたい情報にすばやくアクセスできる



新機能ご紹介！



受け取りたい情報を選択可

「受信設定」をすることで、欲しい情報だけを受け取れます。

- ☒ イベント
- ☐ 子育て・教育（未就学）
- ☒ 子育て・教育（小学生以上）
- ☐ 健康・福祉
- ☒ 防災・防犯
- ☒ 文化・スポーツ
- ☐ 市政情報

- 6月24日(月)から受信設定ができる
 - 7月16日(火)から情報配信開始
- ※7月15日(祝日)までは、全ての方に全ての情報を配信します。

申請手続きもかんたんに！

スマートフォン等で簡単に手続きができます。

- 子育てイベントの申込み
- 各種健診（検診）の申請
- 保育施設の利用申込

等

友だち登録



市公式LINEの詳細は、
市のホームページを
ご覧ください



操作方法是ココ！

LINEの使い方や受信設定の変更ができます。

市報の入手も！

簡単に市報を入手できます。

- 最新号やバックナンバーの確認
- 宅配サービスの申込み

【問合せ】

広報プロモーション課・内線1411まで。

クーリングシエルトー 「ひと涼みステーション」 を設置しました

気候変動適応法が改正され、熱中症特別警戒情報が発表された場合、熱中症による重大な健康被害の発生を防止するため、クーリングシエルトー（指定暑熱避難施設）を設置することになりました。

市では、冷房設備を有する市内公共施設等をクーリ



▲のぼり旗

ングシエルトーとして指定します。「のぼり旗」や「タペストリー」等が目印です。気軽に立ち寄りください。

▽問合せ 市立保健センター ☎042-565-5211まで。

す。

ぜひ、お店の魅力をPRしませんか。

参加店の募集 ひがしやまと スイーツ ウォーキング

ひがしやまとスイーツウォーキングは、市内のスイーツ取扱店自慢の逸品を食べ歩きするウォーキングイベントです。

このイベント実行委員会として事業の企画及び運営にご協力いただけるスイーツ（和洋菓子パン等）取扱店を募集します。

●平日の夜間に開催される会議に出席できる方
▽活動期間 7月中旬～令和7年3月下旬予定
▽募集店舗数 20店舗程度
▽活動内容 飲食店等でスイーツを販売しているお店も大歓迎で

休館します 南街市民センター・ 桜が丘市民センター

市では、南街市民センター及び桜が丘市民センターの空調及び照明設備等更新工事を予定しています。

この工事は、いずれの施設も、エントランスや廊下を含む工事対象箇所天井及び既存配管等の撤去作業等を伴うことから、利用者

の安全を確保するため、5か月間にわたり全館を閉館して実施します。ご理解とご協力をお願いします。

▽期間 7月1日(月)～11月30日(土)
※休館期間の代替措置については、市のホームページ（下の二次元コードからアクセス可）をご覧ください。



友好都市交流 促進補助金制度

福島県喜多方市は、東大和市の友好都市です。市では、市民の皆さんが喜多方市において交流または宿泊する際にかかる費用の一部を補助しています。

▽補助の種類

①交流の補助…市内在住・在勤・在学の4人以上の市内団体が、喜多方市の団体と交流事業を実施した場合に、事業費の一部として一人当たり3000円を上限に補助します。

②宿泊の補助…市内在住の方が喜多方市内の宿泊施設を利用した場合、宿泊費の

ボランティアを募集します 外国人のための 日本語学習教室

市内にある3つの日本語学習教室では、外国人に日本語を教えるボランティアを募集しています。見学も

できますので、関心のある方は各連絡先へご連絡ください。

※日本語を学びたい外国人も募集していますので、各連絡先へご連絡ください。

【日本語の会】
●活動日時 毎週木曜日午前10時～正午

●場所 南街市民センター
●連絡先 浜野 ☎090-6506-4534

【にほんご友の会】
●活動日時 毎週土曜日午後

●場所 中央図書館
●連絡先 高橋 ☎090-4598-1382

家屋を新築・改築または取り壊した方へ 家屋調査等に ご協力をお願いします

令和6年1月2日、令和7年1月1日に新築または増築された家屋については、令和7年度から固定資産税と都市計画税が課税されます。

現在、市では、課税の基礎となる評価額を算出するため、家屋の床面積や内



部・外部の使用資材・仕上げなどを確認する調査（家屋調査）を行っています。調査は、市の職員が伺います。調査または竣工図等の資料を借用する図面調査の方法で行いますので、該当する家屋をお持ちの方は、連絡をお願いします。

調査の方法や実施日時等についてはご相談ください。また、家屋を取り壊した場合も、次年度から課税をしないための確認が必要となりますので、併せて連絡をお願いします。

▽問合せ 課税課・内線1059まで。

リサイクル協力店を ご利用ください

市内には、事業者（お店）の負担で資源物の回収・リサイクルを行う「リサイクル協力店」があります。市内の大型商業施設や、一部



のコンビニ、スーパーなどの「リサイクル協力店」に該当するお店へ買い物に行く時は、マイバッグに資源物を入れて、買ったお店に戻

すリサイクルにご協力ください。

傍聴ができます

審議会等

審議会等の傍聴ができます（先着順）。当日直接会場にお越しください。

■都市マスタープラン改定懇談会

▽日時 6月21日(金)午後2時30分

▽場所 中央公民館

▽定員 10人

▽問合せ 都市づくり課・内線1258まで。

■東大和市まち・ひと・しごと創生会議

▽日時 6月22日(土)午前9時30分

▽場所 中央公民館

▽定員 5人

▽問合せ 企画政策課・内線1421まで。

■公民館運営審議会

▽日時 6月27日(木)午後2時

▽場所 中央公民館

▽定員 5人

▽問合せ 中央公民館 ☎042-564-2451まで。

■子ども・子育て支援会議

▽日時 7月3日(水)午後2時

▽場所 中央図書館

▽定員 10人

▽問合せ 中央図書館 ☎042-564-2454まで。

▽場所 中央公民館

▽定員 5人

各種証明書のコンビニ交付

マイナンバーカードをお持ちの方は、住民票の写し等の各種証明書を取得する際に、コンビニエンスストアのコピー機を利用すると、市役所の窓口で取得する場合に比べ、概ね100円安く取得できます。▽問合せ 市民課・内線1086まで

観戦・参加しませんか

車いすバスケットボール

選手権大会・体験会

第49回東京都車いすバスケットボール選手権大会を開催します。迫力のあるプレーをぜひ、ご覧ください。現地観戦を希望する方は、当日直接会場へお越しください。

また、大会当日に実施する、市内在住・在学の小学生、市内在住・在学の小学生

4年生・中学3年生を対象とした車いすバスケットボール体験会の参加者を募集します。

▽日時 7月6日(土)

●大会・午前10時～午後5時(予定)

●体験会・午後2時～3時30分

▽場所 東大和市ロンドミ

▽定員 体験会・20人(申込順)

▽持ち物 体育館履きと外履きを入れる袋、飲み物

▽申込み 7月4日(木)正午までに市のホームページ(下の二次元コードからアクセス可)で申込み

▽問合せ 生涯学習課・内線1552まで。

盛り上げよう!

夏休み☆みんな

つくる遊空間

「第21回夏休み☆みんなをつくる遊空間」を各公民館で開催します。

公民館を利用してのグループの活動を体験できたり、自習・読書・おしゃべりできる学習スペースも開放したりします。

夏休み中の青少年の居場所として、公民館が賑わいます。ぜひ、遊びに来てく

ださい。

▽期間 7月20日(土)～8月16日(金)(日・月曜日は除く)

▽場所 中央・狭山・蔵敷・上北台公民館

▽対象 青少年(小学生～18歳)

▽申込方法 市のホームページ(下の二次元コードからアクセス可)で申込み

◎ボランティアの募集

期間中子どもたちの活動中のサポートをしてくれる方を募集しています。

▽問合せ

●中央公民館 ☎042-564-2451まで。

●狭山公民館 ☎042-565-2700まで。

●蔵敷公民館 ☎042-566-0551まで。

●上北台公民館 ☎042-567-2691まで。

夏野菜収穫体験・食育講話

夏野菜の収穫体験と食育講話を兼ねた試食会を開催します。

▽対象 市内在住の中学生以下のお子さんと保護者

▽日時 7月6日(土)午前9時～11時(午前8時30分から受付)

※小雨決行。荒天時は翌日

順延。順延及び中止が決定した場合は、当日午前8時までに電話で連絡します。

▽集合場所 東大和ファーマーズセンター

▽定員 50人(申込者多数の場合、抽選)

▽内容 とうもろこし狩り等体験、食育講話・夏野菜の試食会

▽費用 1人1000円(保険代ほか)

※当日受付時に集金します。

▽持ち物 軍手、収穫した野菜を持ち帰るための袋 ※汚れてもよい服装でお越しください。

▽申込み 6月23日(日)までに申込フォーム(下の二次元コードからアクセス可)で申込み

▽問合せ 産業振興課・内線1072まで。

第54回東大和市民文化祭

参加者募集

10月12日(土)～11月3日(祝日)に開催する第54回東大和市民文化祭の参加者を募集します。参加したい部門へお申し込みください。

▷事業に関する問合せ 生涯学習課・内線1555まで。

会場	部門	開催日	内容	費用	申込み・問合せ	備考
中央公民館	書道展	10月12日(土)～15日(火)	漢字等の書作品	200円	9月1日(日)(必着)までに、伊藤冬佳(向原6-1210-2)へ、はがきを郵送	サイズ等制限あり/1人1点/高校生以上
	JF1YHF東大和市アマチュア無線クラブ公開運用	10月13日(日)・14日(祝日)	子ども工作教室(ラジオまたはLEDゲーム作成)	無料	問合せは、杉本勲☎042-565-7634へ	小学生が対象/各日5人(当日先着順)
	おしゃれ装い桜の会作品展	10月14日(祝日)・15日(火)	きもの・きもの地洋服等	200円	8月31日(土)(必着)までに、高橋蓉富子(向原6-1181-2-202)へ、はがきを郵送	サイズ制限あり/1人1点
	アート&クラフト展		立体作品・平面作品	200円	8月31日(土)午後5時までに、小林ふみ子(muse.317.fk@gmail.com)へメール	サイズ制限あり/1人1点
	美術展	10月16日(水)～19日(土)	絵画・美術品等	300円	8月31日(土)(必着)までに、小林初朗(中央2-846-13)へ、往復はがきを郵送	サイズ制限あり/1人1点
	盆栽展	10月19日(土)～22日(火)	一般盆栽・小品盆栽等	無料	9月9日(月)午後1時までに、土谷俊雄☎042-565-8000へ	申込みは固定電話からのみ
	ボタニカルアート展(植物画展)		ボタニカルアート(植物画)作品	無料	9月10日(火)午後6時までに、堤健次☎042-562-2842へ	サイズ自由/1人2点まで
	陶芸展	10月20日(日)～23日(水)	花器・皿等の陶芸作品	無料	9月20日(金)(必着)までに、高橋利男(清水3-773-8)へ、はがきを郵送	サイズ等制限あり/1人数点
	写真展		単写真	無料	9月10日(火)(必着)までに、高橋利男(清水3-773-8)へ、はがきを郵送	市内在住・在勤・在学の方が対象/サイズ等制限あり/1人3点まで
	花道展	10月24日(水)～26日(土)	自由花・生花等	無料	8月20日(火)(必着)までに、小谷野和子(向原3-854-11)へ、往復はがきを郵送	1人1点
中央公民館	手工芸展	10月27日(日)～30日(水)	手作り作品	500円	9月15日(日)午後5時までに、杉本ミチ子☎042-562-1436へ	サイズ等制限あり/1人1点
	菊花展	10月29日(火)～11月1日(金)	大菊盆栽等	無料	10月15日(火)までに、堤健次☎042-562-2842へ	サイズ制限あり
中央公民館	落語・小唄発表会	10月14日(祝日)	落語・小唄の発表等	500円	8月31日(土)(消印有効)までに、河本順子(上北台3-429-3-808)へ、はがきを郵送	1枠5分
	健康マージャン大会	10月23日(水)	飲酒・喫煙・賭け事を伴わないマージャン	500円	10月15日(火)午後6時までに、若野雅實☎090-7423-0371へ電話またはショートメール	会員の方は200円で参加可
	フォークダンス	10月25日(金)	フォークダンス	無料	問合せは、田中敏枝☎042-565-0476へ	市外の方も歓迎/当日現地集合
	和太鼓演奏会	10月27日(日)	和太鼓	無料	8月31日(土)までに、高田直子(wadaiko-torock@hotmail.com)へ、件名「市民文化祭参加」でメール	市内在住・在勤・在学の方/市外の方は要相談
	茶席		茶席の作法等	800円	10月27日(日)までに、内野昌子☎042-565-8134へ	お茶をたててみたい方も歓迎
市民会館(ハミングホール)	日本舞踊	10月13日(日)	日本舞踊・新舞踊	15,000円	6月30日(日)午後5時までに、不二智美☎042-565-1518へ	1曲6分以内
	三曲演奏会		三曲(箏・三弦・尺八)	5,000円	8月31日(土)までに、石見満方勢☎090-9946-6845へ	費用は1人あたり
	市民コンサート	10月14日(祝日)	声楽・器楽	10,000円	7月5日(金)午後5時までに、佐藤和美(onren.higashiyamatoshi@gmail.com)へメール	費用は1ステージあたり
	市民音楽祭	10月20日(日)	合唱・器楽	1,000円	8月31日(土)までに、脇田正子☎042-564-1629へ	費用は1人あたり/高校生以下は1団体3,000円
	民謡大会	10月27日(日)	民謡の合唱等	3,000円	7月30日(火)までに、吉村皇水☎042-562-1731へ	市内で活動しているグループが対象
	バレエ&ダンス秋の祭典	11月3日(祝日)	バレエ・ダンス	2,500円	6月30日(日)午後5時までに、長沼陽子(vivid_d.company@yahoo.co.jp)へメール	バレエ・ダンスの市内団体が対象/費用は1分あたり/1枠10分以内
	音楽愛好会		歌・楽器・朗読等	7,000円	8月30日(金)までに、橋本智保子(hashimoto@mcmk.net)へメール	1枠10分以内

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。

▽対象 3歳までの乳幼児と保護者

▽期日・場所

- 7月5日(金) 湖畔集会所
- 7月9日(火) 狭山公民館
- 7月17日(水) 仲原集会所

▽時間 午前10時30分～11時45分

※事前予約不要。

▽問合せ 子ども家庭支援センター ☎042-565-3651まで。

かるがも
一時保育室

子ども家庭支援センター「かるがも」では、保護者の仕事や通院、リフレッシュなどを理由に、週3回までお子さんを予約制でお預かりします。

▽対象 市内在住の1歳以上で集団保育が可能であり認可保育施設に入所していない未就学児

▽実施日 月々土曜日(祝日、年末年始は除く)

▽保育時間・利用料

- 1日利用(午前9時～午後5時) 2,400円
- 半日利用(午前9時～午後1時または午後1時～5時) 1,200円

※利用には事前登録が必要です。子ども家庭支援センターに、母子健康手帳、健康保険証、乳幼児医療証をお持ちください。

※利用申請書は、児童館や公民館等の公共施設、市のホームページで入手可。

▽申込み 子ども家庭支援センター(一時保育室専用) ☎042-565-3655まで。

申請手続をお願いします
幼稚園等の
補助金

市内に住所があり、幼稚園や認定こども園、幼稚園類の幼児施設に通っている3～5歳児(令和6年4月1日現在。年度途中で満3歳になる幼児を含む)の保護者の方に補助金を交付します。

詳細は、園から配布される案内をご覧ください。なお、案内が7月中旬までにお手元に届かない場合や内容に不明な点がある場合は、お問い合わせください。

※認定こども園については、教育・保育給付1号認定の幼児の保護者に限ります。

▽問合せ 保育課・内線1756まで。

会計年度任用職員

児童館業務員の募集

▽募集職種 児童館業務員(有資格)または児童館業務員(その他)

▽任用期間 7月1日(月)～11月30日(土)(予定)

▽勤務時間 主に午後1時～5時(土曜日及び市立小学校夏期休業期間は、午前8時30分～午後5時)

▽勤務先 市内公共施設

▽募集人数 若干名

▽勤務内容 児童館事業の運営・環境整備等

▽報酬(時給) 児童館業務員(有資格) 1,190円、児童館業務員(その他) 1,120円

▽社会保険 週20時間以上の場合、加入

▽応募方法 当市規定の履歴書、各種資格証明書の写し(保育士は保育士証、教

男女共同参画事業

女性のための各種相談

市では、女性のための各種相談窓口として、「女性のための悩みごと相談」、「女性のための法律相談」を実施しています。

女性が抱える、様々な問題について、女性心理カウンセラーや女性弁護士が無料で相談に応じます。

一人でも悩まずご相談ください。

「女性のための悩みごと相談」

▽日時 毎月第2火曜日午後1時30分～4時20分(相談時間は1件につき、約50分間)

▽定員 各日3人(申込順)

「女性のための法律相談」

▽日時 毎月第3水曜日午後1時30分～4時(相談時間は1件につき、約25分間)

▽定員 各日5人(申込順)

【共通事項】

▽対象 市内在住の女性(性自認が女性の男性を含む)

▽場所 市役所内の相談室

▽申込み 各相談日の前日までに地域振興課・内線1716まで。

女子中高生向け

STEM分野の魅力発見
「オフィスツアー」

東京都では、STEM(科学・技術・工学・数学)分野での女性活躍を推進するため、女子中高生向けのオフィスツアーを開催し、将来の自分をしっかりイメージして進路選択することを応援します。

▽対象 都内在住・在学の女子中高生

▽日時・場所

- ①7月23日(火) 株ファーストリディング(江東区)
- ②7月25日(木) 株サイバーエージェント(江東区)
- ③7月30日(火) 株メルカリ(港区)

▽定員 ①②各40人、③50人(申込者多数の場合、抽選)

▽申込期限 6月25日(火)午後5時

※詳細は、東京都のホームページ(下の二次元コードからアクセス可)をご覧ください。

▽問合せ 東京都生活文化スポーツ局男女平等参画課 ☎03-5388-3189へ。

中央図書館レファレンス室の一部で
自習が可能になります(試行)

▽対象 中学生・大学生及び進学希望の方で市の図書館の利用者登録をしている方(未登録の方は利用不可)

▽期間 7月1日(月)～8月31日(土)(休館日は除く)

▽時間 午前10時～午後5時

選定し、市と事業者が一体となつて新しい学校づくりを進めます。事業者の選定に当たっては、「東大和市立第七小学校・第九小学校統合新校建設基本構想」で描く学校づくりを実現するため、施工実績や企画提案内容などを総合的に判断する必要があります。公募型プロポーザル方式により選定を行います。

参加者募集
新しい学校建設
プロジェクト

市立第七小学校と第九小学校の統合による新校(新校舎・仮校舎)の建設に当たり、工期短縮やコスト削減を図るため、デザインビルド方式(設計・施工一括発注方式)により事業者を

選定し、市と事業者が一体となつて新しい学校づくりを進めます。事業者の選定に当たっては、「東大和市立第七小学校・第九小学校統合新校建設基本構想」で描く学校づくりを実現するため、施工実績や企画提案内容などを総合的に判断する必要があります。公募型プロポーザル方式により選定を行います。

▽定員 10人(先着順)

▽利用方法 中央図書館2階レファレンス室で図書館利用カードを預け、自習利用券を受け取り利用

▽問合せ 中央図書館 ☎042-564-2454まで。

ついては、今・未来の子どもたちのため、市とともに新しい学校をつくるパートナー(事業者)を募集します。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)をご覧ください。

▽問合せ 教育総務課・内線1521まで。

郷土博物館
プラネタリウム夏番組

どの番組も前半に星座解説があります。メガスターの星空をお楽しみください。投影途中での入退場はできません。

▷投影期間 6月15日(土)～9月16日(祝日)(休館日は除く)

※7月7日(日)は特別投影のため、夏番組の投影はありません。

▷場所 郷土博物館プラネタリウム

▷定員 100人(先着順。券売機でお求めください)

▷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「名探偵コナン 灼熱の銀河鉄道」☆

名探偵コナンがプラネタリウムに登場です。宮沢賢治の世界を再現したテーマパークで銀河鉄道列車に乗り込んだコナンたちに怪盗キッドから予告状が届きます。

▷投影日時 開館日の午後3時から 土・日曜日、祝日午前11時から

☆特別番組「宇宙の模型 プラネタリウム誕生物語」☆

地上に星空を再現するために、様々な「宇宙の模型」作りに挑戦し、苦労の末に誕生したのがプラネタリウム投影機です。歴史上に誕生した宇宙の模型も含めて紹介します。

▷投影日時 土・日曜日、祝日午後1時から

ひきこもり等生きづらさを抱える方へ 居場所「One'sぷれいす」

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」を市内2か所で開催しています。

人と関わるのが苦手な方でも安心して過ごせる居場所づくりを目指しています。気軽ににお越しください。※申込不要・参加無料・入退室自由。

※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）をご覧ください。



【音楽珈笛 音楽茶居】
▽場所 南街5-89-10

【9月までの日程】

音楽珈笛 音楽茶居	コーシャハイム 玉川上水 第二集会室
・7月4日(木) ・8月1日(木) ・9月5日(木)	・6月18日(火) ・7月16日(火) ・8月20日(火) ・9月17日(火)

※10月以降の日程は、今後お知らせします。

ひきこもり UX女子会

同時開催「つながる待合室」

▽対象 ひきこもり等の生きづらさを抱える女性自認の方

▽日時 7月27日(土)午後2時～4時30分(午後1時40分開場)

▽定員 80人(先着順)
▽内容 第1部…ひきこもり経験者による体験談、第2部…当事者・経験者のみのグループトーク

◎つながる待合室

▽日時 7月27日(土)午後3時～4時30分(午後2時45分開場)

アロマキャンドル作り

アロマキャンドルを作りながら楽しく交流しませんか。

香りだけでなく、インテリアとしても楽しめます。気軽に参加ください。

▽対象 市内在住で障害のある方

ケアラーズカフェ 映画上映会

「99歳母と暮らせば」

今月の「ケアラーズカフェほのぼの」では、認知症のある99歳の母親と向き合い、人生の最終章を気持ちよく楽しく過ごしてもらうための方法を模索しながら奮闘する家族の姿を約1年間にわたり記録したドキュメンタリー映画「99歳母と暮らせば」の上映会を開催します。

▽対象 市内在住の方

▽日時 6月27日(木)午後1時30分～3時30分

▽場所 総合福祉センターはくとふる

※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くとふる ☎042-516-3982へ。

高齢者見守りぼっくす

市では、高齢者の見守り支援を専門とした相談窓口として、市内4か所に高齢者見守りぼっくすを設置しています。主な業務は次のとおりです。

○在宅高齢者の生活状況の把握・見守り
単身、高齢者のみの世帯を中心に、戸別訪問・電話連絡を行います。

○ひとり暮らし高齢者等の見守りネットワーク支援
見守りが必要な高齢者に対し、民生委員や自治会、関係機関等と連携して見守り支援を行います。

○救急代理通報システムの設置や発報があった際の対象者の状況把握
救急代理通報システムの設置相談に応じ、発報がある場合は、必要に応じて対象者の状況を確認します。

○在宅高齢者や家族等からの相談対応
地域の高齢者や家族等からの様々な相談に応じ、専門的な対応が必要な場合は、高齢者ほっと支援センター等の関係機関につなぎます。

市認定ヘルパー研修

要支援1・2等の方を対象に、生活援助のみを提供する訪問サービス(緩和型サービス)の従事者(市認定ヘルパー)となるための「市認定ヘルパー研修」を実施します。

市認定ヘルパーは、身体介護は行わず、生活援助に限定された仕事のため、介護の経験がない方でも、一般的な家事の技術があれば、十分に対応が可能です。

介護の仕事は、責任を伴いますが、とてもやりがいのある仕事です。

市認定ヘルパーの資格を取得して、活躍してみませんか。

※仕事をするには、緩和型サービス事業所に所属する必要があります。研修内で、市内の緩和型サービス事業所の案内を予定しています。

▽対象 緩和型サービスへの従事を希望する方で、全日程に参加できる方



【高齢者見守りぼっくすの一覧】

名称	場所・連絡先	開所日時	担当地区
高齢者見守りぼっくすならはし	奈良橋4-600 奈良橋市民センター2階 ☎042-566-8871	火～土曜日 午前9時～午後5時 (祝日、年末年始は除く)	芋窪、蔵敷、奈良橋、上北台、立野
高齢者見守りぼっくすしんぼり	新堀3-6-1 新堀地区会館2階 ☎042-516-9916	月～水・金・土曜日 午前9時～午後5時 (祝日、年末年始は除く)	仲原、清原、新堀、向原1・2・4・5丁目
高齢者見守りぼっくすなんがい	南街2-49-3 (在宅サポートセンター内) ☎042-590-1330	火～土曜日 午前9時～午後5時 (祝日、年末年始は除く)	南街、桜が丘、向原3・6丁目
高齢者見守りぼっくすしみず	清水2-838-1 ☎042-843-8178	火～土曜日 午前9時～午後5時 (祝日、年末年始は除く)	多摩湖、湖畔、高木、狭山、清水、中央

日程に参加できる方
▽日時 7月8日(月)～10日(水)午前9時30分～午後2時20分(7月8日(月)は午前10時から)

▽場所・内容 下表のとおり

▽定員 10人程度(申込順)

※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)をご覧ください。



▽申込み 7月4日(木)までに地域包括ケア推進課・内線1179まで。

期日	場所	内容
7月8日(月)	市役所会議棟第4会議室	オリエンテーション、高齢者の特徴、業務に関する基本法令
7月9日(火)	中央公民館	ヘルパーの仕事(生活援助の基本)、介護の仕事・その魅力とやりがい
7月10日(水)		福祉用具体験、接遇マナー・コミュニケーション技術、修了式、緩和型サービス事業所の案内



予防

糖尿病等重症化予防プログラム

国民健康保険の被保険者で、生活習慣を起因とした糖尿病等の治療をしている方の中から対象の方へ、糖尿病等重症化予防プログラムの案内を送付します。このプログラムは、食事や運動などの支援のため、保健師等によって生活習慣改善のための計画に基づいた面談や電話などを行い、糖尿病等の重症化を防ぐために実施しています。参加に当たっては担当医師と相談のうえ、お申し込みください。／保険年金課・内線1030まで。

保健

以下の実施場所・問合せは、市立保健センター☎042-565-5211。

子育て相談・イルカの会
同年代のお母さんと楽しく情報交換しませんか／35歳以上で第1子を出産した

お母さんとお子さん（1歳4か月まで）／7月10日(水)午前9時30分～11時／8組（事前申込制・初回の方優先）／母子健康手帳

【申込方法】
●郵送：4月上旬に配布している「健康づくりカレンダー」の申込専用はがきまたは郵便はがきを7月8日（消印有効）までに市立保健センター（〒207-0015 東大和市中央3-918-1）へ郵送／表面に大腸がん検診（前期）、裏面に氏名（ふりがな）・住所・生年月日・年齢・電話番号を記入

妊婦とその家族／日時・内容
左表のとおり／15組（事前申込制・第1子目の方優先）／第1～4回全てに参加／母子健康手帳、筆記用具

●ホームページ：7月8日（月）までに市のホームページ（下の二次元コードからアクセス可）で申込み



	日時	内容
第1回	7月8日(月) 午後1時30分～3時30分	歯科医師・栄養士の講話、試食、グループワーク
第2回	7月11日(木) 午前9時30分～11時30分	妊婦体操と呼吸法、先輩パママとの情報交換会
第3回	7月27日(土) ①午前9時30分～11時30分 ②午後1時30分～3時30分	もく浴の実習
第4回	出産後に郵送でお知らせ	同窓会、後輩へのアドバイス

※第3回は①②のどちらかに参加

このころの健康相談

気持ちがあが不安定になり、専門医に受診すべきかどうか悩んでいる方やその家族のために、専門医が相談をお受けします。7月3日(水)午前10時～正午（事前予約制）

検診・健診

大腸がん検診（単独・前期）

市内在住の40歳以上の方（大腸がんの治療中または経過観察中の方は除く）／8月1日(木)～9月30日(月)（医療機関の休診日は除く）

保健指導が受けられる利用券を送付します。／保険年金課・内線1030まで。

●後期高齢者医療健康診査
後期高齢者医療制度の被保険者の方に、東京都後期高齢者医療広域連合からの委託を受けて、健康診査が受診できる受診券を送付します（左表参照）／保険年金課・内線1028まで。

●特定健康診査・後期高齢者医療健康診査
40～74歳の国民健康保険の被保険者を対象に、特定健康診査の受診券を送付します（下表参照）／昭和24年4～9月生まれの方は、後期高齢者医療健康診査の受診券を75歳になる月の翌月（4月生まれの方は翌々月）に送付します。昭和24年10～12月、昭和25年1～3月生まれの方は、特定健康診査の受診券を6月中旬に送付します。／検査の結果、生活習慣病のリスクがあると認められる方には、特定

【場所】 市内指定医療機関／500人（抽選）／問診、便潜血検査（2日分の採便）

▽問合せ 市立保健センター ☎042-565-5211まで。

特定健康診査・後期高齢者医療健康診査

特定健康診査

40～74歳の国民健康保険の被保険者を対象に、特定健康診査の受診券を送付します（下表参照）／昭和24年4～9月生まれの方は、後期高齢者医療健康診査の受診券を75歳になる月の翌月（4月生まれの方は翌々月）に送付します。昭和24年10～12月、昭和25年1～3月生まれの方は、特定健康診査の受診券を6月中旬に送付します。／検査の結果、生活習慣病のリスクがあると認められる方には、特定

お知らせ

Rond みんなの体育館の再開

空調及び照明設備等更新工事で閉鎖していたRondみんなの体育館は、7月1日(月)から通常どおり再開します。／更新後の空調は、今後行う追加工事後に使用可

能となります。詳細は、Rondみんなの体育館のホームページをご覧ください。／生涯学習課・内線1552まで。

1月2日以降、市内に転入した方）／環境対策課・内線1246まで。

●有価物質を取り扱う事業者の方へ
〔適正管理化学物質のうち1物質あたり年間100kg以上取り扱う工場等の方〕毎年6月末日までに前年度の使用量等を市へ報告することが義務付けられています。対象となる化学物質は、トルエン、キシレン、ジクロロメタンなど59種類です。〔過去に有害物質等を取り扱っていた工場等で、事業の廃止を予定している方へ〕定められた期間で土壌汚染状況調査を行い、調査結果を市へ報告する義務があります。事前にお問い合わせください。対象の有害物質は、鉛、ひ素など26種類です。

●一般家庭での農薬・薬品の使用について
一般家庭で使用する殺虫剤等も農薬の一種であり、使用方法を誤ると思わぬ被害が発生することがあります。農薬を使用する際は、周辺の方々に健康被害が発生しないよう、使用方法・注意を守り、近隣への影響が少なく天候や時間帯を選ぶなど最大限の配慮をしてください。また、農薬の使用年月日、使用場所、対象植物、種類、使用量または希釈倍数についての記録を保管してください。

●蚊の発生の予防
これからの時期、蚊の発生が本格化してきます。蚊の幼虫は、植木鉢の受け皿や空き缶等、水が溜まりや

●環境対策課からのお知らせ
令和6年度家庭廃棄物処理手数料の減免
〔令和5年度に家庭廃棄物処理手数料の減免決定を受けた方〕 令和6年度（10月～令和7年9月分）の減免申請書を、6月下旬に送付します。継続して減免を受ける場合は、必要事項を記入して、環境対策課へ郵送してください。〔新たに減免申請をする方〕 環境対策課で申請を受け付けてください。申請をする前に、環境対策課へお問い合わせください。要件に該当することがわかる証明書、本人確認書類（原本）、世帯員全員が非課税であることがわかる書類（令和6年

●雨水浸透ますの目詰まりにご注意ください
宅地内に設置した雨水浸透ますは、手入れをしないと、長期間放置すると、目詰まりにより浸透能力が低下します。雨水浸透ますの機能を維持するには、点検や清掃等の維持管理が必要です。1年に1回程度、雨水浸透ますの中にたまった落ち葉や土砂を取り除きましよう。下水道課・内線1231まで。

●BusiNest「ハンドメイド起業コース」
ハンドメイドで起業を目指す方（過去にハンドメイド作品を手掛けたことがある方または自身のハンドメイド作品でテスト販売経験のある方に限る）／7月9

●見守り・声かけ活動をご利用ください
一人暮らしや高齢者のみの家庭へ、近所の方がボランティアとしてうかがいます。近年、地域のつながりが希薄になってきていると言われていますが、この活動はお互いに声をかけ合うことのできる、ふれあいのある地域づくりをめざして行われているものです。関心がある方は、同会へご連絡ください。／本活動にご協力いただける方も募集しています。／社会福祉協議会 ☎042-564-0012へ。



シルバー人材センターの仕事の受注

屋内外の清掃、植木せん定、除草（一部地域を除く）、家事（掃除・洗濯・食事づくり）、ふすま・障子・網戸張り替え、大工仕事、蜂の巣駆除、チラシ配布、パソコン教室（ワード、エクセル）、一般事務補助、毛筆宛名・賞状書き、介護予防・日常生活支援総合事業（掃除・買い物・調理・洗濯等）など、困り事があります。／料金はお見積りです。／より異なります。／シルバー人材センター ☎042-565-0531へ。

放置自転車等は撤去します

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。／都市基盤課・内線1256まで

健康ひとくちメモ

災害と健康管理

今年に入り大きな地震が多く発生し、災害への意識が高まっている方も多いのではないのでしょうか。災害が発生すると、普段当たり前のようにあるライフライン（水道、電気、ガス等の供給）が機能しなくなり、多くの混乱が生じます。いつ発生するかわからない地震や台風などに備え、防災グッズの準備や見直しを行いましょう。今回は、健康管理という視点で災害への備えをお伝えします。

まずは大切な薬についてです。地震はいつ発生するか分からず、外出先や旅先で発生する可能性もあります。普段から持病があり、内服している薬がある方は、その日分プラス3日分を携帯していると安心です。また、災害が発生すると、薬が処方されるまで、時間がかかることも想定されます。普段から、なくなる直前ではなく、“少し余裕をもって処方してもらう”ことをお勧めします。そしてお薬手帳は、これまでの治療の経過がわかる大切な記録です。いつでも持ち出せるよう、わかりやすい場所で保管をしましょう。

大規模な災害発生時には、避難所での生活や不自由な生活など、日常が大きく変わることでも大きなストレスがかかります。ストレスから血圧の上昇、不整脈が生じやすくなる等、全身に様々な影響がでます。このような心身への影響を知っておくことも大切です。自分自身や家族の健康を守るために、日頃からできる準備をしていきましょう。

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。



■令和6年度個人事業者のための源泉個別指導会
7月1日(月)～9日(火)午前10時～午後4時(土・日曜日は除く)／場所 商工会／給与支払明細書・扶養控除等申告書・納付書を必ず持参／商工会 ☎042-562-1131へ。



分く3時30分／嚮向原老人福祉館／介護に関する情報交換・経験談など／費100円／田村 ☎090-5308-6638へ。

■上北寄席(東大和落語研究会 上北亭)／6月22日(土)午後1時30分～4時／上北台公民館／50人(先着順)／落語発表会／岡松本 ☎kanikita.tei@gmail.comへ。

みんなの体育館／25組(申込順)／園団体戦・連盟加盟団体7千円・その他1万5千円、交流戦・小・中学生500円・連盟加盟者千200円・その他千800円／6月23日(日)までにワカバヤシ ☎matobad.2022@gmail.comへ。

二ツ塚処分場・谷戸沢処分場(JR八王子駅南口集合) ②8月1日(木)・クリンプラザふじみ・二ツ塚処分場・谷戸沢処分場(JR三鷹駅北口集合) ③8月6日(火)・立川市クリーンセンター・二ツ塚処分場・谷戸沢処分場(JR立川駅北口集合)／各施設までは、大型バスで移動／各30人(申込者多数の場合、抽選)／費1人500円(昼食代)／7月1日(月)(必着)までに、次のいずれかの方法で申込み①東京たま広域資源循環組合のホームページ②郵便はがきに「夏休み処分場見学会参加希望」と明記のうえ、参加希望日・参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢・郵便番号・住所・電話番号・通勤または通学先の市町村(多摩地域在住でない場合)を記入し、東京たま広域資源循環組合「夏休み処分場見学会」係(〒190-0181西多摩郡日の出町大字大久野7642番地)へ郵送／当日は取材により写真の撮影やインタビュー

にご協力いただくことがあります／東京たま広域資源循環組合 ☎042-597-6152へ。

■小平・村山・大和衛生組合
◎可燃ごみ処理の支援状況
小平・村山・大和衛生組合では、施設の建て替えを行っています。これに伴い、令和5年度は、多摩地域の他のごみ焼却施設(柳泉園組合、ふじみ衛生組合、西多摩衛生組合)で、可燃ごみの一部を処理(広域支援)していただきました。令和6年度も引き続き、同団体に支援をお願いしています。皆さんには、より一層のごみの減量・分別の徹底にご理解とご協力をお願いいたします／園小平・村山・大和衛生組合 ☎042-341-4345へ。

前9時～11時 ②午前10時～正午／嚮新ごみ処理施設建設工事現場(小平市中島町2-1)／各40人(申込者多数の場合、抽選)／7月12日(金)(消印有効)午後5時までに参加申込書(同組合のホームページまたは組合事務所入手可)を提出

■自転車損害賠償保険等の加入が義務となっています
自転車利用中の事故で、他人にけがをさせてしまった場合などの損害を賠償できる保険等への加入が義務となっています。対象は自転車利用者、未成年の自転車利用者はその保護者、自転車業務で使用する事業者、自転車貸付業者です／市では自転車保険の受付や取り扱いは行っていません。詳細は、東京都のホームページをご確認ください／園東京都生活文化スポーツ局総合推進課 ☎03-5388-13127へ。

◎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便利な口座振替もあります】
納税課(市役所1階)で

は、キャッシュカードを専用端末に通して暗証番号を入力することで、口座振替の申込みができるペイジー口座振替受付サービスを行っています(金融機関の届出印は不要です)。

▽問合せ 納税課・内線1091まで。

《〈今月の納期〉》
納期限 7月1日(月)

- ・市民税・都民税 第1期全期前納
- ・国民健康保険税 過年度分第3期
- ・後期高齢者医療保険料 過年度分第3期
問合せは、保険年金課・内線1026まで
- ・介護保険料 過年度分第3期
問合せは、介護保険課・内線1136まで

ほん・本・BOOK

◎図書館の新书推荐をご紹介します。

〈一般書〉

●35年目のラブレター

小倉孝保著

●食パンを極める!

堀田誠著

●フェス旅

津田昌太朗著

●虎と巨人

掛布雅之著

●体験格差

今井悠介著

●焚き火大事典

長野修平監修

▽問合せ

中央図書館 ☎042-564-2454まで。

〈児童書〉

●真実の口

いとうみく著

●こいめをつれたかりうど

牧野夏子再話

●植物が世界をすくう!

セイヴァリー、

アナベル文

●るりのワンピース

花里真希作

●ついでにうぐいす

三浦太郎作

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「地方税お支払サイト」を利用して納付できます／問合せ 納税課・内線1091まで

広報に関するお知らせ

市では、様々な媒体を活用して情報発信を行っています。市報の宅配サービスや「声の広報」もぜひ、ご利用ください。

市の最新情報はこちらをご確認ください



市公式ホームページ



市公式SNSをご利用ください



市公式Facebook





市公式X
(旧Twitter)





市公式LINE



市公式動画チャンネル(YouTube)をご覧ください



市公式動画チャンネル



市報の宅配サービスをご利用ください

市内にお住まいで、新聞を購読していないご家庭へ、市報を無料で宅配するサービスを行っています。申込みは電話や窓口、電子申請で随時受け付けています。

「声の広報」をお届けします

東やまと市報の内容をCDに録音した「声の広報」を、東やまと市報の発行日(1日、15日の月2回)に自宅へお届けします。
「声の市議会だより」(年4回程度)、「声の公民館だより」(奇数月1日発行)も共にお届けします。
▶**対象者** 視覚障害等の理由で、紙面の広報を読むことができない方
▶**問合せ** 広報プロモーション課(市役所4階)・内線1411まで。



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
(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。



発売情報

▶詳細は、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。

■押川浩士バリトンリサイタル

7月27日(土)午後2時開演／小ホール／全席指定／一般：2,500円、友の会：2,000円／押川浩士(バリトン)、赤星裕子(ピアノ)、三宅理恵(ゲスト・ソプラノ)／曲目：モーツァルト オペラ「フィガロの結婚」より“もう飛ぶまいぞ、この蝶々”ほか／魅惑のバリトンでお贈りする、至福のひとつとき。オペラから映画音楽・ミュージカルまで、幅広くお楽しみください／未就学児不可



■夏休みワークショップ・夏休み子どもweek！ (小ホール&ホワイエ・会議室)

●夏を感じる打楽器を作ってみよう！
年中児～小学1年生(要保護者同伴)／8月2日(金)午前10時30分～正午／10組(先着順)／一般：600円、友の会：500円
●子どものための五感アート教室2024
「キラめき☆マイ宇宙」
年中児～小学3年生程度／8月7日(水)午後1時30分～3時30分／15人(先着順)／一般：600円、友の会：500円
●ベヒシュタイン・ピアノ解体ショー！
4歳～小学6年生／8月8日(木)①午前10時15分から ②午後1時30分から(①②とも同内容・約90分)／各30人(先着順)／一般：800円、友の会：500円



ロビーコンサート vol.279

東大和の音楽家たちパート42
「初夏の風にロマンをのせて」
6月26日(水)正午開演／入場無料

6月の施設利用申込み

大・小ホールは令和7年7月分、その他の施設は令和7年1月分です。なお、市民を対象とした調整会議は、7月2日(水)午後1時30分から行います。

国民年金 だより



■国民年金保険料の免除・納付猶予制度

経済的な理由で保険料を納めることが困難な方のために、免除・納付猶予制度があります。

◆免除制度

本人・配偶者・世帯主の前年所得が一定基準以下の方は、申請して承認されると保険料の納付が免除になります。免除の種類には、全額免除と保険料の一部(4分の3、半額、4分の1)納付することで承認される一部免除があります。

◆納付猶予制度

20歳以上50歳未満の方で、本人・配偶者の前年所得が一定基準以下の方は、申請して承認されると保険料の納付が猶予されます。

◆失業による特例免除

失業した場合も申請することにより、保険料の納付が免除または猶予となる場合があります。失業により

申請をする場合は、雇用保険被保険者離職票の写し等、公的機関が発行した退職日が分かる証明書を添付のうえ、毎年申請が必要です。なお、過去に同一の失業の理由で申請し、その証明書類を添付したことがある場合は、改めて添付する必要はありません。

【申請受付先】

免除・納付猶予申請は、保険年金課(市役所1階)または立川年金事務所受付けます。また、マイナポータルを利用した電子申請も可能です。

※令和6年度(7月～令和7年6月分)の免除・納付猶予申請受付は、7月1日(月)から開始します。

※令和5年度に継続申請により全額免除・納付猶予の承認をされている方は、令和6年度の申請は必要ありません(ただし、令和5年1～12月の所得の申告が必要です)。

【申請可能期間】

申請日の2年1か月前の月分までさかのぼって申請

できます。

(例) 令和6年7月に申請する場合、令和4年6月分から令和7年6月分まで。

※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、免除等が承認されない場合があります。また、申請が遅れると障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合がありますので、ご注意ください。

■新型コロナウイルス感染症の影響により国民年金保険料の納付が困難となった場合の臨時特例免除申請

受付手続は、申請する月の2年1か月前の月分から令和5年6月分まで可能です。

▽問合せ

立川年金事務所 ☎042-523-0352、保険年金課・内線1028(新型コロナウイルス感染症の影響に伴う免除等の特例制度は内線1033)まで。



風水害時の避難情報について

大雨等の風水害で避難の必要性が高まった際は、防災行政無線等で警戒レベルに応じた呼びかけを行います。避難情報は、防災行政無線(☎042-563-2411で聞き直し可)、市のホームページ、市公式SNS、東大和市安全安心情報送信サービス等でお知らせします。

▶**問合せ** 防災安全課・内線1352まで。