

令和元年
6 / 1

広報

こまえ

1271号

東京オリンピック開幕まであと419日!



毎月1日・15日発行

今号の主なトピックス

- 3面…市議会議長・副議長・監査委員が決まりました
- 3面…市民税・都民税の納税通知書発送
- 4面…熱中症にご注意ください
- 7面…児童手当・特別給付および児童育成手当の現況届の提出
- 8面…狛江市フェスタ in ジャイアンツ球場2019

発行/狛江市 編集/企画財政部秘書広報室 〒201-8585 狛江市和泉本町一丁目1番5号 ☎03(3430)1111 ホームページ <https://www.city.komae.tokyo.jp/>

健康もおトクも生きがいも

狛江ちゃきちゃき健康ポイント

狛江いきいき介護ボランティアポイント

が始まります



	狛江 [★] ちゃき [★] ちゃき [★] 健康ポイント	狛江 [♪] いきいき [♪] 介護ボランティアポイント
内容	明るく楽しく健康になることを目的に、特定健診・がん検診などの受診や運動・食事などの健康づくりへの取り組みによりポイントがたまる制度です。	高齢者の生きがいづくりと支え合いの地域づくりに向けて、老人ホーム等でボランティア活動を行うたびにポイントがたまる制度です。
対象	20歳以上の市民	65歳以上の市民
実施・応募期間	令和2年1月31日(金)まで ※応募は一人何通でも可	11月30日(出)まで (応募期間は12月2日(月)～13日(金)) ※応募は一人1通のみ有効
プレゼント	【100ポイント以上で抽選に申し込み】 3,000円分のクオカード 当選者数100人 ※抽選に外れた方にもメタボリックメジャーをプレゼントします。 ※抽選は令和2年2月を予定しています。結果はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。	【10ポイント以上で全員にプレゼント】 次の3つのうちから1つを選択 ▽狛江ブランド農産物 ▽新潟県川口地域特選品 (お米と漬物など) ▽山梨県小菅村特産品 (みそやこんにゃくなど) ※20ポイント以上ためた方のうち、抽選で50人の方にはさらにもう1つ追加でプレゼント
応募方法	▽市役所、あいとぴあセンター、地域センター等で配布している台紙を取得する。 ※特定健康診査・健康診査の対象者には受診券と併せてお送りします。 ▽各取組みを実施してポイントをため、申し込みを行う。 ※ポイント取得方法等詳細は、台紙をご覧ください。	
問い合わせ	健康推進課 (あいとぴあセンター) ☎ (3488) 1181	高齢障がい課高齢者支援係

6月は食育月間「食育講演会・食育講習会」

食育講演会「未来のアスリートを育てる食事」

日 6月24日(月)午前10時～正午 (9時30分開場)
 趣 スポーツを行う成長期の子どもの食事に興味のある市内在住・在勤の方
 定 先着80人 (要予約)
 ※狛江産野菜のお土産あり。
 ※未就学児の託児あり (先着5人程度・要予約)。
 6月3日(月)午前9時から、電話でお申し込みください。
 師 大村香織さん (帝京大学スポーツ医科学センター助教)



食育講演会

食育講習会「狛江の畑を食べよう」

日 7月5日(金)
 受 午後1時45分～2時 (4時終了予定)
 定 20人 (要予約・多数抽選)
 ※落選者のみ6月26日(水)までに連絡します。連絡がない場合は時間通りにお越しください。
 ※狛江産野菜のお土産あり。
 師 小川保さん、松坂進さん (農業委員)
 内 狛江の農業や夏野菜の話、調理実習 (試食あり)
 メニュー 鶏肉となすの黒酢炒め、二色白玉 (きなこ・ずんだあん)
 持 エプロン、三角巾、布巾、筆記用具

料 500円 (材料・資料代)
 ※マニキュア・指輪をしての参加はご遠慮ください。
 所 申込 6月21日(金)までに、専用申込書 (健康推進課窓口で配布または電子申請) もしくははがきに、希望講座名・氏名 (ふりがな)・電話番号・年齢・性別・食育講習会を希望される方は食物アレルギーの有無 (有る方は食品名) を記入の上、〒201-0013元和泉2-35-1 健康推進課 (あいとぴあセンター) ☎ (3488) 1181へ。



食育講習会

行政けいじばん

6月の日曜窓口

日30日(日)
時午前9時～午後1時

開設窓市民課・課税課・納税課・保険年金課・子育て支援課手当助成係

※取扱業務や必要書類等は、事前に担当課にご確認ください。

※平成31年度市民税・都民税(第1期分)は、7月1日(月)までに納めてください。

市税は、口座振替やコンビニエンスストア等で納付することができます。詳細は納税課へ。

市民課

経済センサス基礎調査を実施します

6月から令和2年3月までの期間、経済センサス基礎調査を実施します。

この調査は、調査員が全国全ての事業所の活動状況を実地確認し、新たに把握した事業所など一部の事業所には調査票を配布します。

調査へのご理解とご協力をお願いいたします。

総務課庶務統計係

平成30年度狛江市による障がい者就労施設等からの物品等の調達方針の調達実績を公表しました

国等による障害者就労施設等からの物品等の調達の推進等に関する法律により、調達実績を公表しています。平成30年度の調達金額は、101万586円

でした。 ※詳細は市ホームページをご覧ください。

総務課契約係

公道に準じた私道は申請により非課税(減免)になります

私道(私有地)のうち、その利用形態が公共の用に使用されていると認められるものについては、公道に準じた道路として固定資産税・都市計画税を非課税としています。

現況を確認の上、該当する私道は、令和2年度分から固定資産税・都市計画税を非課税とします。また、年度途中については申請日以後の納期限が到来する分からの減免としています。

なお、すでに非課税の取り扱いを受けている私道は申請の必要はありません。

▽2棟以上の住宅が利用している袋小路などの私道

申請減免申請書に私道分の地積が明らかとなる地積図を添付し、課税課へ。

心身障害者医療費助成制度

の対称拡大に係る経過措置期間が終了します

心身障害者医療費助成制度は、平成31年1月の制度改正により、精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの方も対象とし、65歳を超えている方も一定期間は申請が可能となる制度改正

時の特例(経過措置)を設けていますが、この経過措置期間が6月30日(日)で終了となります。

市内に住所を有し、平成30年12月31日以前に交付された現在も有効な精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの65歳以上の方は申請してください。ただし、所得制限基準額を超える方、医療保険に未加入の方、後期高齢者医療の被保険者で住民税が課税されている方等は除きます。

申請高年齢障がい課障がい者支援係へ。

6月は浸水対策強化月間

浸水の危険性が高まるため、道路の雨水ますや側溝にごみを入れたり、上に物を置かないようお願いします。

また、都内の降水情報は東京アメッシュでご確認ください。

下水道課、東京都下水道局流域下水道本部 ☎042(527)4828

まちづくりに関する提案を行う団体の活動を支援します

さまざまな教育の場を紹介しながら、子どもが持っている力を伸ばすために必要な環境や学習を考え、より適した就学先を相談していきます。

▽来年少小中学校に入学する児童で、特別な支援が必要な児童および就学に不安のある保護者

▽現在小学校6年生に在学する児童で、盲・ろう・特別支援学校の中学部または市立中学校の特別支援学級等へ入学・入級を希望する児童

▽現在、市立小・中学校に在学し、特別支援学級等への転学や特別支援教室の利用を考えている児童・生徒

※東京都市住宅供給公社ホームページからダウンロード可。

申請 東京都住宅供給公社募集センター ☎(3498)8894 (土・日曜日を除く)へ。

小・中学校用教科書見本の展示

令和2年度使用教科書の採択に伴い、教科書見本を展示します。展示と併せて市民アンケートも実施します。

6月14日(金)～27日(木) 所轄▽教育研究所 午前9時30分～午後5時30分(土・日曜日を除く)

中央公民館・西河原公民館 午前9時～午後9時30分(休館日を除く)

こまえ市民大学運営委員会 公募市民委員募集

18歳以上(6月1日現在)の市内在住・在学・在勤の方 定1人

任期委嘱日：令和3年3月31日 会議原則平日夜間

申請 6月24日(月)(必着)までに、住所・氏名(ふりがな)・年齢・生年月日・性別・職業・電話番号・メールアドレスを記入の上、作文「応募動機」(様式自由・800字程度)および略歴書を持参または郵送で中央公民館 ☎(3488)4411へ。

東京都施行型都民住宅の入居者募集案内・申込書を配布します

6月3日(月)～11日(火) 所市役所2階エレベーターホール(平日夜間、土・日曜日は宿直室)

※東京都住宅供給公社ホームページからダウンロード可。

申請 東京都住宅供給公社募集センター ☎(3498)8894 (土・日曜日を除く)へ。

ジェネリック医薬品差額通知書を送付します

現在処方されている薬をジェネリック医薬品に切り替えることができるかをお知らせする通知書を送付します。

国民健康保険 通知時期 6月から11月までの各月の上旬ごろ

国民健康保険証を使って薬の処方を受けた20歳以上の方で、薬代が一定額以上軽減されると見込まれる方

後期高齢者医療制度 通知時期 6月下旬または12月中旬

ジェネリック医薬品通知サポートデスク(国民健康保険に加入)

匿名 1人 課税課

マインス農業協同組合

入中の方は ☎0120(433)400、後期高齢者医療制度に加入中の方は ☎0120(601)494

審議会等の公開

平成31年度第1回狛江市市民福祉推進委員会

6月3日(月)午後7時から 所防災センター4階会議室

6月7日(金)午後1時30分から 所防災センター3階会議室

6月7日(金)午後1時30分から 所防災センター3階会議室

6月7日(金)午後1時30分から 所防災センター3階会議室

6月7日(金)午後1時30分から 所防災センター3階会議室

6月7日(金)午後1時30分から 所防災センター3階会議室

6月7日(金)午後1時30分から 所防災センター3階会議室

木造住宅の耐震化に対する啓発のため各戸訪問を行います

昭和56年5月以前の旧耐震基準に基づいて着工した木造住宅・木造集合住宅の所有者に対して、市が委託した建築士が各戸を訪問し、補助事業や耐震化に関する情報提供を行います。

訪問者 一般社団法人東京都建築士事務所協会南部支部所属の建築士

訪問区域 和泉本町1～4丁目、

訪問期間 12月ごろまで(予定)

令和元年 市議会第2回定例会

第2回定例会は、下表の日程で開催予定です。招集日・一般質問・最終日は、インターネット中継でもご覧になれます。ぜひ、ご利用ください。

時 午前9時開会（予定）

問 議会事務局

日程	内容	日程	内容
6月10日(月)	定例会招集日	6月26日(水)	総務文教常任委員会
6月17日(月)	一般質問	6月27日(木)	社会常任委員会
6月18日(火)	一般質問	6月28日(金)	建設環境常任委員会
6月20日(木)	一般質問	7月3日(水)	議会運営委員会
6月21日(金)	一般質問	7月4日(木)	定例会最終日

岩戸北二丁目周辺地区地区計画の懇談会を開催します

これまでの懇談会や意見交換でいただいたご意見などを踏まえ、地区計画の変更素案を取りまとめました。素案の内容を説明する第11回懇談会を開催します。

日 6月28日(金)午後7時30分から

日 6月29日(土)午前9時30分から

※各回とも同一の内容です(予約不要)。

所 防災センター4階会議室

対 岩戸北二丁目周辺地区関係者（右図参照）

問 まちづくり推進課都市計画担当

■岩戸北二丁目周辺地区対象地



市議会議長・副議長・監査委員が決まりました

問 議会事務局

市議会第1回臨時会が5月17日(金)に開催され、議長・副議長の選挙と議会選出の監査委員の選任が行われ、次の通り決まりました(敬称略)。

議長 石井功



副議長 西村あつ子



監査委員 石川和広



平成19年4月に初当選以来連続4期、この間第39代議長、議会運営委員会委員長、東京たま広域資源循環組合議会議員などを歴任されました。

平成11年4月に初当選以来連続6期、この間第41代副議長、社会常任委員会委員長、多摩川衛生組合議会議員などを歴任されました。

平成19年4月に初当選以来連続4期、この間監査委員、建設環境常任委員会委員長、多摩川衛生組合議会議員などを歴任されました。

新しい市民憲章の素案に対するパブリックコメント等の実施結果を公表します

3月15日から4月15日まで実施した、新しい市民憲章の素案に対するパブリックコメントで、皆さんからいただいた主な意見(概要)とそれに対する市の回答を公表します。

また、3月10日および4月7日に実施した素案に対するアンケートでいただいた主な意見(概要)と市の回答についても公表します。

なお、パブリックコメント等の結果の詳細は、政策室窓口で閲覧できる他、市ホームページからもご覧になれます。

また、国民健康保険税の口座振替を第1期分から希望する方は、6月10日(月)までに申し込みが必要です。

■パブリックコメント結果

意見(概要)	回答
「みんながふれ合い支え合うやさしいまち」より「～ほほえみのまち」の方がより具体的で、「表情」で周囲が明るい雰囲気を示すことができる。	表情だけでなく心や行動についても、みんなが思いやりをもって暮らすことのできるまちにしたいとの思い、さらにはそうした思いやりから施設や設備、物などハード面におけるやさしさも含めて捉え、「やさしいまち」としました。
「明るい歌声が響き」という表現に違和感がある。「明るい歌声が響き」からは実際に歌声が響いているまちと理解され、平和なまち、文化的なまちを連想できないと思う。	明るい歌声が平和、安全、文化の象徴であり、その歌声が響くことによりまち全体に広がっていくことへの願いを込めました。また、歌や音楽の他、学びや歴史といった多様な文化を大切にしていきたいという思いも込められています。文章の意味も含めて、今後しっかりと周知していきます。

■アンケート結果

意見(概要)	回答
「このまちで暮らしたい」の「このまち」は、「この地域」という表現の方がいい。	地域という表現は限定的であると捉えられるため、「このまちで」という表現にしました。
川以外に何かあれば入れてはどうか。	多摩川と野川に囲まれている地形が粕江市の大きな特徴であり、その象徴として表現しました。
「万葉の歴史」がどういうものかよく分からない。それを未来へつなぐということが想像できない。	「万葉」には、たくさんの木の葉、多くの時代といった意味がある古墳群や万葉歌碑といった歴史が残っています。これらの歴史を学び、守りつつ、多様な木の葉が生い茂るように、夢のある未来へつなぎ、成長させていきたいという思いが込められています。文章の意味も含めて、今後しっかりと周知していきます。

市民税・都民税の納税通知書を発送します

平成31年度市民税・都民税(住民税)の納税通知書(普通徴収)および公的年金からの特別徴収)を、6月10日(月)に発送します。ただし、給与からの特別徴収のみで納付される方および非課税の方には送付しません。

動的に振替納税をします。7月10日(水)(必着)までに申し込んだ場合、市民税・都民税第2期分から口座振替を開始します。なお、キャッシュカードを利用したペイジー口座振替受付サービスは、第1期分から口座振替が可能な場合があります。

また、国民健康保険税の口座振替を第1期分から希望する方は、6月10日(月)までに申し込みが必要です。

■市民税・都民税の減免制度

本年において所得が皆無となり、生活が著しく困難となった方には、市民税・都民税を減免する制度があります。

申請直近の納期限までに、減免申請書および減免事由を証明する書類を課税課へ。

■納付は便利で納め忘れのない口座振替をご利用ください

平成31年度市民税・都民税(住民税)の普通徴収で、口座振替納付ではない方に粕江市市税口座振替依頼書を納税通知書に同封して発送します。

口座振替は、指定金融機関の預貯金口座から納期限ごとに自動的に振替を行います。

■復旧時間

証明書コンビニ交付および証明書の自動交付機を一時停止します

税証明年度更新に伴うシステムメンテナンスのため、証明書コンビニ交付および証明書自動交付機を停止します。

6月9日(日)午後1時から6月10日(月)午前6時30分まで

6月10日(月)午前8時30分から

6月10日(月)午前8時30分

ご理解とご協力をお願いします。



風しんの追加的対策に伴う 抗体検査・定期予防接種

平成30年7月以降、風しん患者数が増加しています。患者の多くは、風しんの予防接種を受ける機会がなかった昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までの間に生まれた男性です。

これを受け、風しんの予防接種を受ける機会がなかった期間に生まれた男性を対象に、風しん抗体検査および定期予防接種(風しん第5期定期予防接種)を実施します。

対象者には指定医療機関等で利用できる無料クーポン券を発行します。まずは風しん抗体検査を受け、十分に抗体を保有していないことが分かった方は定期予防接種を受けましょう。

なお、この追加的対策による予防接種は、令和4年3月31日までの時限措置として行われるものです。

対昭和37年4月2日～昭和54年4月1日に生まれた男性

※ただし、次の方は抗体検査や定期予防接種を受ける必要はありません。

対昭和47年4月2日～昭和54年4月1日に生まれた男性

※昭和37年4月2日～昭和47年4月1日に生まれた男性で、クーポン券を希望する方には後日、発行を予定しています(申し込み方法等詳細は決まり次第、市ホームページでご案内します)。

対健康推進課(あいとびあセンター) ☎(3488)1181



普通救命講習

6月16日(日)午前9時～正午
所野川地域センター
市内在住・在勤の小学校5年生以上の方

定先着20人(要予約)
心肺蘇生法やAEDの使用法などの講習と実技(終了後、認定証を交付)

師狛江市消防団員(有資格者)

▽新規受講者 1,400円
▽再受講者(平成28年6月16日以降の認定証所有者) 1,200円

※いずれもテキスト代(当日持参)

申請 6月3日(月)午前9時から、安心安全課へ。



健康セミナー第2期に参加しませんか

対40歳以上の市民
※病気やけがなどのリハビリテーション目的の利用や体の状態によっては参加できない場合があります。

対生活習慣病の予防・改善を目的に、個人に合った運動プログラムを作成し、運動を行います。

師健康運動指導士

所申請 6月3日(月)～20日(木)までに、健康増進室(あいとびあセンター) ☎(3488)1604(15日(土)を除く午前10時～正午・午後1時～5時)へ。

■健康セミナー第2期

コース	曜日	日時	定員(先着順)	内容	参加費
週2	火・金曜日(全21回)	7月9日から午前10時～正午	8人	エアロビクス 筋力トレーニング ストレッチ バランスボール ウォーキングなど	1万円
火曜	火曜日(全10回)	7月10日から午後1時～3時	16人		
水曜	水曜日(全10回)	7月12日から午前10時～正午	8人		5,000円
金曜午前	金曜日(全10回)	7月12日から午後1時～3時	16人		
金曜午後	金曜日(全10回)	7月6日から午前10時～正午	16人		
土曜	土曜日(全10回)	7月7日から午前10時～正午	16人		16人
日曜	日曜日(全10回)	7月7日から午前10時～正午	16人		16人

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です ～いつまでも続くけんこう歯の力～

今年度の目標は「生涯を通じた8020運動の新たな展開」です。お口は健康の入り口です。80歳になっても20本の歯でおいしく、元気に食べられるよう正しい口腔ケアを心掛けましょう。

▽歯周病検診
受診期間 8月19日(月)～令和2年1月31日(金)
所各実施医療機関
対平成31年度中に40歳・50歳・60歳・70歳になる市民の方
対検診票
申▽電子申請 6月1日(土)から
▽窓口・電話 6月3日(月)～7月31日(水)
※申し込み後、実施医療機関に直接予約してください。
対健康推進課(あいとびあセンター) ☎(3488)1181



熱中症に「ぐ」注意ください

熱中症は、室温や気温が高い中で体内の水分や塩分(ナトリウムなど)のバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなるもので、ひどいときにはけいれんや意識の異常など、さまざまな症状を引き起こします。また、症状が重くなると命に危険が及びます。

■熱中症になりやすい人

体調不良の人、高齢者、子ども、肥満の人、普段から運動をしていない人など

■症状

体温上昇、目まい、体のだるさ、こむら返り、大量の発汗、失神、けいれん、意識の異常等

■対処方法

▽風通しのいい日陰や冷房が利いている室内など、涼しい場所に移る。

▽衣服を緩め、うちわや扇風機であおぐことで、体を冷やし、熱を放散させる。

▽水分・塩分を補給する。

※自分で水を飲めない、意識がない、全身のけいれん等の症状がみられる場合は、すぐに救急車等で病院に運んでください。

■熱中症の予防法

▽暑さを避ける 日陰を選んで歩いたり、日傘を差したり帽子をかぶる。

▽服装を工夫する 汗を吸収してくれる吸水性に優れた素材の服や下着を着る。

▽水分を補給する 水筒を持って外出するなどし、喉が渇く前に水分を補給する。

▽無理な節電をしない 適度に扇風機やエアコンを使用する。

▽暑くなり始めや急に暑くなる日、熱帯夜の翌日に特に気を付

熱中症予防スポットを ご利用ください

市内の各公共施設を「熱中症予防スポット」として開放します。熱中症予防のための一時的な休憩場所として気軽にお立ち寄りください。

利用可能施設 市役所、あいとびあセンター、ピン・缶リサイクルセンター、西河原公民館、中央公民館、市民総合体育館、各地域センター、こまえくぼ1234

※各施設ごとに冷房開始日は異なります。

対健康推進課(あいとびあセンター) ☎(3488)1181

市内有料老人ホーム等の協力を得て、高齢者向けの熱中症予防スポットを設置します。のぼり旗が目印です。

協働施設 地域包括支援センター、特別養護老人ホーム、シルバー人材センター、狛江市の家、有料老人ホーム、グループホーム、薬局、郵便局、金融機関等のうち、ご協力いただいている施設

※詳細は、7月発送の介護保険料決定通知書に同封する熱中症予防リーフレットをご覧ください。また、実施中はのぼり旗等を立てていますので、目印にしてください。

対高齢障がい課 高齢者支援係



女性のための働き方セミナー

出産・子育て、介護等の理由により、多様な働き方を希望する女性のための自営型テレワーク(在宅ワーク)に関するセミナーを開催します。

■日内▽6月27日(木) 入門コース「自営型テレワーク(在宅ワーク)～踏み出そう!はじめの一步～」

▽7月11日(木) 初級コース「自営型テレワーク(在宅ワーク)を始めたあなたへのアドバイス」

各回時午前10時～正午

受午前9時30分から

所エコルマホール展示・多目的室

市内在住の女性で、主に子育てや介護等の理由により、自営型テレワーク(在宅ワーク)をこれから始めようと考えている方または実際に始めている方

定各日20人(要予約)

※託児あり(若干名)。

師堤香苗さん(株式会社キャリア・ママ代表取締役)

申問 6月20日(木)(託児希望の方は6月13日(木)までに、地域活性課地域振興係へ。

家族介護についておしゃべりしませんか

ご家族に認知症等の心配のある方や介護をされている方が集まって、情報交換や相談、交流ができる場です。まずは話を聴くだけでも結構です。お気軽にご参加ください。入退室は自由です(予約不要)。

■介護者の会6月の日程等

会場	日時	参加費	問い合わせ
杉の子(中和泉5-9-3)	12日(水)午前10時～午後1時(毎月第2水曜日)	200円(お茶・お菓子代含む)※別途600円で昼食あり。	あいとびあ地域包括支援センター ☎(5438) 3565
防災センター4階会議室	20日(水)午後1時30分～3時30分(毎月第3木曜日)	100円(お茶・お菓子代含む)	高齢障がい課高齢者支援係
狛江共生の家(駒井町1-1-2)	21日(金)午後1時30分～3時30分(偶数月第3金曜日)	-	地域包括支援センターこまえ苑 ☎(3489) 2422
地域包括支援センターこまえ正吉苑(西野川2-27-23)	26日(水)午後1時30分～3時(毎月第4水曜日)	-	地域包括支援センターこまえ正吉苑 ☎(5438) 2522

「狛江水辺の楽校」

6月行事

▽オタマ池周辺の路づくり清掃

日2日(日)

師石田誠さん(狛江ほたる村)

▽ドンブリ村の路づくり清掃

日9日(日)

師矢間広司さん(市民ボランティア)

▽キツツキ村の路づくり清掃

日23日(日)

師酒井優さん(市民ボランティア)

▽ポンポコ村の路づくり清掃

日30日(日)

師野口昌男さん(水辺の楽校校長)

各日時午前10時～正午

※クルミ村集合・雨天中止

持草地进行する服装・軍手・鎌・タオル・水筒など

問竹本 ☎090(3525) 8506

市民協働事業
 東京2020大会は着物でもおとなし〜
 元気なパラリンピック応援団(こまえ)
 帯造り講座

日6月15日(土)午後1時～5時

所防災センター3階会議室

定先着12人

帯を切らずに造る、造り帯を作ります。造り帯は、留め糸を切れば元の帯に戻せます。

帯系切りはさみ、指ぬき、袋帯(4m以上)または名古屋帯、帯枕、帯揚げ、帯板、帯締め、タオル

問政策室オリピック・パラリンピック等推進担当

zuz3@fnet.or.jp

¥1,000円(消耗品代)

師鈴木富江さん(元気なパラリンピック応援団inこまえ代表)、他

申元気なパラリンピック応援団inこまえ・鈴木 ☎090(3691) 0055または ftsu

2023@fnet.or.jp

行政提案型市民協働事業として、市民団体「NPO法人狛江共生の家」と共に作成した狛江市オリジナルのエンディングノートを配布しています。

関わる人たちに自分のことを知ってもらうため、もしものことがあったときのため、大切な人たちに伝えたいこと等を書き出すことで、気持ちや考えが整理されてくることでしょう。

エンディングノートを書いて

狛江市エンディングノート(終活支援冊子)を配布しています

「これからも・まえむきに・えがおで」過ごしましょう。

配布場所高齢障がい課、地域包括支援センター、こまほっとシ

ルバー相談室

問高齢障がい課高齢者支援係

5438 2522

5438 2522

5438 2522

5438 2522

5438 2522

5438 2522

5438 2522

健康と衛生

教室

■地域包括支援センターこまえ正吉苑

▽こまほっとカフェ 日6月6日(木)・25日(火)時午前10時～午後2時30分所狛江団地第一集会所

¥100円(飲み物代含む)

▽正吉サロン 日6月12日(水)午前10時～11時30分所こまえ正吉苑

宛写真「野の花」

▽健康体操 日所師(1)6月12日(水)(谷戸橋地区センター) 宮崎正和さん(健康運動指導士)

日6月28日(金)(狛江団地さくら集会所) 房山野乃花さん(ゆずりは健康運動指導士) 時午後1時30分～3時

▽さくらカフェ 日6月13日(木)午後1時30分～3時30分所こまえ正吉苑二番館

宛認知症の方やその家族と地域の皆さんが集まり、交流を楽しむ場です

¥200円(飲み物代含む)

▽正吉講座「サービス付き高齢者向け住宅について」 日6月18日(火)午前10時～11時30分所こまえ正吉苑

師山田健介さん(こまえ正吉苑サービスマネジャー)

向住宅チームマネジャー)

▽認知症予防体操 日6月21日(金)午後1時30分～3時所野川地域センター

師小竹弘倫さん(じんだい接骨院院長)

問地域包括支援センターこまえ正吉苑 ☎(5438) 2522

2へ。

■地域包括支援センターこまえ正吉苑

▽マッサージをして体をほぐそう 日7月4日(木)師前川省子さん(体操指導士)

▽お口のケアと体操 日7月12日(金)師長谷川泰さん(歯科医師)・富士野喜美子さん(歯科衛生士) 時歯ブラシ、歯間ブラシ等、タオル

▽足腰を元気にする体操 日7月26日(金)師房山野乃花さん

各日時午後1時30分～3時

市内在住の方定先着30人

物、上履き、動きやすい服装

問 6月17日(月)から、地域包括支援センターこまえ

苑 ☎(3489) 2404(平日午前8時30分～午後5時30分)へ。

科小児科・眼科

問 狛江市医師会事務所 ☎(3488) 2267

無料健康相談

日6月20日(木)午後1時30分～2時30分

問 あいとびあセンター

81へ。

所 問健康推進課(あいとびあセンター) ☎(3488) 1181

犬のしつけ・飼い方相談

日6月28日(金)午前9時30分～11時30分

初め犬を飼う方やかみつき、無駄ばえなどで困りの方

定先着6人

師 西川文二さん(東京都動物愛護推進員)

問 問健康推進課(あいとびあセンター) ☎(3488) 1181

育児相談(子どもの身長、体重も測れます)

日6月26日(水)午前9時30分～11時30分

問 育児の悩みや、お母さん自身の心と体のことなどの相談

問 母子健康手帳

問 健康推進課(あいとびあセンター) ☎(3488) 1181

第7回 狛江市歯科医師会 市民健康フォーラム21

～口から育つ心とからだ、口からはじめる健康、長寿～

日6月30日(日)午後1時から(正午開場)

所エコルマホール

師 講演Ⅰ「からだを蝕む歯周病～歯周病予防は健康長寿の第一歩～」 和泉雄一さん(東京医科歯科大学名誉教授)

▽講演Ⅱ「人類誕生から日本人の形成へ～縄文人に学び、子や孫の顎を鍛えよう～」 馬場悠男さん(国立科学博物館名誉研究員)

※先着200人にお土産あり。

※会場には前列に車いすスペースがあります。

問 狛江市歯科医師会 ☎(3488) 7711



◎和泉児童館 ☎(3480)1441

■わらわらと絵本の会 6月5日(水)▽0〜1歳児親子 午前10時30分〜10時50分▽2歳児以上親子 午前11時〜11時20分▽わらわら、絵本の読み聞かせなどの時間です。

■すくすく測定 6月6日(木)午後1時30分〜2時30分 乳幼児子育て相談員がお子さんの身長、体重を測定します。

◎岩戸児童センター ☎(3489)5414

■おはなし会 6月5日(水)午後3時30分〜4時15分 対小学生 13日(木)午前10時30分〜11時 対乳幼児おはなし会 6月13日(木)午前10時30分〜11時 対小学生

乳幼児親子 対わらわらや紙芝居など

■すくすく測定 6月14日(金)・28日(金) 午前10時30分〜11時30分 対乳幼児 身長・体重の測定ができます。

◎こまっこ児童館 ☎(3480)5701

■たいそつタイム 6月7日(金)午前10時45分〜11時15分 対おむね2歳程度の乳幼児とその保護者 対乳幼児向けのダンスや体操を行います。

◎子ども家庭支援センター ☎(5438)6606

■すくすく測定 6月5日(水) 午前10時〜10時45分・午後1時30分〜2時30分 対乳幼児親子

■ねんねプレイルーム 6月6日(木)・13日(木) 午前10時〜11時45分(出入り自由) ※11時まで測定タイムあり 対新生児〜ずりばいの子ども 対スキンシップ遊びや保護者の交流など

◎6月のプレパーク (冒険遊び場)

■毎週月・火・水曜日および2日(日)・8日(土)・16日(日)・22日(土)・30日(日) 午前10時〜午後5時 ※実施時間以外は、通常の公園として利用できます

◎学童保育所午前開放事業 「あそびの広場」 市内3カ所の学童保育所では、火・水・金曜日(学校休業日を除く)の午前中、施設を遊び場として乳幼児に開放している

■おはなしの部屋 6月13日(木) 午前10時45分〜11時・午前11時45分〜正午 対おむね2歳程度の乳幼児とその保護者 対絵本の読み聞かせと手遊び

■松原学童保育所 ☎(3489)9380、東野川学童保育所 ☎(3480)8709、駒井学童保育所 ☎(3489)2877

イベントのご案内

催し

■住まい探しの相談窓口

■古布再生「古い布を裂いて草履を作ろう」

■谷戸沢処分場国蝶オオムラサキ見学会

■おひさまの会

■上和泉地域センター利用者懇談会

■シニア向けお仕事説明会

■6月行事予定

自然観察会 午前10時〜11時 緑地の開放 午前10時〜午後3時 対動物植物キノコ等さまざま生き物が観察できる観察会

6月22日(土)午前9時〜午後2時30分 所谷戸沢処分場(日の出町) 対オオムラサキ観察会

6月26日(水)午前10時〜正午・午後7時〜9時 ※各回とも内容は同一 対上和泉地域センターへの意見や要望、センターまつりについて等

7月27日(土)午前8時40分〜午後4時 対視覚障がいスポーツ体験、講演会、個別相談、教材展等

6月26日(水)午後0時30分から 所調布市文化会館 対づくり時

明会(セブンイレブン店舗の仕事内容やレジの体験、シニアの方の体験談など) 午後2時〜4時 個別相談会 対株式会社セブンイレブン・ジャパン、調布市

6月19日(水)午後6時〜8時 所2階第1市民相談室 対カウンセラー

6月6日(木)・7日(金)・20日(木) 午前10時〜午後3時 対ドクターが壊れた状況を聞きながらおもちの診察をします。

6月12日(水)午前10時30分〜11時30分 所防災センター3階会議室 対子育てのお手伝いをお願いしたい方(利用会員)とお手伝いをしたい方(サポート会員)

6月26日(水)午後0時30分から 所調布市文化会館 対づくり時

都立八王子盲学校学校公開 6月22日(土)午前9時〜午後0時50分 対授業公開・個別相談・体験コーナー等

6月2日〜8日は危険物安全週間「知っておこう くらしの危険物」

6月6日(木)・7日(金)・20日(木) 午前10時〜午後3時 対ドクターが壊れた状況を聞きながらおもちの診察をします。

6月22日(土)午前9時30分〜10時45分 対スポーツ団体の指導者、スポーツに興味のある方 対先着40人 対阿部章則さん(大塚製薬株式会社) 対持筆記用具、上履き

6月26日(水)午後0時30分から 所調布市文化会館 対づくり時

6月9日(日) (雨天決行) 対

セミナー

熱中症予防講習会〜スポーツ活動中の熱中症を予防しよう

6月22日(土)午前9時30分〜10時45分 対スポーツ団体の指導者、スポーツに興味のある方 対先着40人 対阿部章則さん(大塚製薬株式会社) 対持筆記用具、上履き

「音楽の街—拍江」イベントコーナー

■かわせみコンサート

▽第225回

■6月1日(土)午後2時～4時（1時30分開場）

■所 谷戸橋地区センター

■出演 茂とラテンな仲間たち

■間 地域活性課コミュニティ文化係



茂とラテンな仲間たち

あなたが主役！「音楽の街—拍江」駅前ライブ出演者募集

11月の「市民まつり駅前ライブ」をはじめ、年に6回開催している「駅前ライブ」に出演したい方やバンドを募集します。

■開催月(予定) 5月、6月、7月、10月、11月、3月の日曜日もしくは土曜日

■演奏時間 1組20分以内

■所 拍江駅北口交通広場

■対 「音楽の街—拍江」の活動に賛同していただける方（ジャンル不問。楽器・機材は持ち込み。音響

は主催者で用意）

■選考 音楽の街—拍江 エコルマ企画委員会による選考。結果は出演日の3カ月前に連絡。

※応募資料等は原則返却しません。

■申問 写真、メンバー構成、代表者の住所・氏名（ふりがな）・電話番号、音源（2曲程度をCD-Rに録音）を持参または郵送で〒201-0013元和泉1-2-1一般財団法人拍江市文化振興事業団事務局 ☎(3430) 4106（火曜日休館）へ。

児童手当・特例給付および児童育成手当の現況届の提出をお忘れなく

現在、手当を受給している方は、受給資格更新のために現況届の提出が必要です。

現況届の提出がない場合、6月分以降の手当を受給することができません。

※詳細は現況届の案内をご覧ください。

■提出期 6月20日(木)までに、子育て支援課手当助成係へ。

■支給額

区 分		手当月額	
所得制限限度額以内の方			
児童手当・特例給付	3歳未満（3歳の誕生日の月まで）	1万5,000円	
	3歳～小学生	第1子・第2子	1万円
		第3子以降（※）	1万5,000円
中学生	1万円		
所得制限限度額を超過する方			
0歳～中学生（一律）		5,000円	
児童育成手当	育成手当（18歳到達後最初の3月まで）	1万3,500円	
	障害手当（20歳の誕生日の月まで）	1万5,500円	

※第3子以降とは、支給対象者が養育している高校卒業まで（18歳の誕生日後の最初の3月31日まで）の児童のうち、3番目以降の児童をいいます。

■所得制限限度額

扶養親族等の人数	児童手当・特例給付	児童育成手当・障害手当
0人	622万円	360万4,000円
1人	660万円	398万4,000円
2人	698万円	436万4,000円
3人	736万円	474万4,000円
4人	774万円	512万4,000円

※5人目以降は1人増えるごとに38万円を加算

■そば打ち教室

■6月16日(日)午後1時から 定先着16人 師元祖蕎麦打ち達人会 持エプロン、三角巾、持ち帰り用容器（25cm×17cmぐらいのタッパ12個） ¥1,200円（材料費）

■所申問 6月10日(月)までに、岩戸地域センター ☎(3488) 7040へ。

■セルフケアに役立つ指圧とツボの体験会

■6月23日(日)午前10時～正午 定先着15人 ツボ・指圧・簡単体操を楽しく体験 師 武井百代さん（鍼灸指圧マッサージ師） 持筆 記用具、運動しやすい服装（柔らかい素材の服） ¥500円（資料代） ※当日持参

■所申問 上和泉地域センター ☎(3489) 9101へ。

■なんぶ講演会「陰陽五行と食養生」

■6月23日(日)午後2時～4時（終了予定） 定先着60人（予約不要） 肉身土不二・未病・気血水・万病一元、100歳を現役であるための食生活について 師 高橋公子さん（食養指導研究会講師）

■所申問 南部地域センター ☎(3489) 2150

■拍江電話訪問はとの会 公開講座「『老い』あなたはどの向き合いますか？」

■6月27日(木)午前10時～正午 定先着50人 師 松田仁雄さん（八雲総合研究所 精神科医）

■所申問 6月20日(木)までに、電話ま

たは ☎info@vc.komae.org でこまえくぼ1234 ☎(5761) 5556へ。

■障がい者料理教室「まいらい〜楽しく気軽に簡単料理・缶詰を活用して〜」

■6月22日(土)午前10時～午後1時30分 所 あいとぴあセンター 定原則として市内在住で15歳以上の将来自立生活を目標としている障がいのある方 定約10人（多数抽選） 師 拍江栄養士会 ¥1回500円

■所申問 6月18日(火)までに、拍江市障害者地域自立生活支援センター サポート ☎(5438) 3533、☎(3430) 9779へ。

■絵手紙ひろば

■6月8日(土)・20日(木) 定午前10時～正午 受午前11時まで（初めの方は10時までにお越しください） 所 エコルマホール 展示・多目的室 定絵手紙をかいたり、アドバイスが受けられます 師 「絵手紙発祥の地—拍江」実行委員

■BLUE多摩川アウトドアフットネスクラブ無料講座「やさしいピラティス」

■6月19日(水)午後8時30分～9時30分 所 市内在住・在学・在勤の18歳以上の方 定先着8人 師 BLUE多摩川アウトドアフットネスクラブインストラクター トネスブルーアウトドアフットネスクラブ ☎(34

30) 3117へ。

公民館

◎西河原公民館

☎(3480) 3201

■西河原おはなし会 日 6月6日(木) 絵本、工作 日 6月13日(木) 絵本、折り紙 日 6月20日(木) 絵本、紙芝居、折り紙 ※20日(木)はお休みです 時 午後3時45分から

◎中央公民館

☎(3488) 4411

■こまえ市民大学 ▽時事講座 第2回「北方領土問題」 日 6月22日(土) 師 石郷岡建さん（ジャーナリスト） ▽時事講座 第3回「西ドイツの移民 統一ドイツの難民政策」 日 6月29日(土) 師 藤井寛さん（ジャーナリスト） 各回 時 午後2時～4時 定 先着50人 ¥200円（受講料） 申 6月1日(土) 午前9時から

■成人学習事業「市民ゼミナール」

「住んで良かった拍江」にしよう 日 6月29日(土)、7月13日(土)、8月31日(土) 時 午前10時～正午 定 各回先着25人 内 ▽第1回 「変わる東京、変わらぬ東京」の中で ▽第2回 「衣替えする拍江」のキー・ファクター ▽第3回 誰もが安全に動けるまち 師 永山利和さん（元日本大学商学部教授） 申 6月1日(土) 午前9時から

図書館

◎中央図書館

☎(3488) 4414

■子どもおはなし会 日 6月5日(水)・12日(水)・26日(水) 時 午後3時

以下は 広告 枠 です

45年の実績 調布でお見合いパーティー

参加費：3,800円（その他費用なし）
開催：AM10:00～12:00 会場：調布

6/02(日) 女性43才～59才
6/23(日) 女性58才～74才
7/07(日) 女性28才～44才
8/04(日) 女性43才～59才
※男性は相応(+3才迄)の方

カウンセラーにお任せコースならなんと！成婚率は83%です！
親御様の無料結婚相談会（毎週水曜日）

042-484-8888 Tネット交流会 担当/高橋
(夕) 080-3449-7270 経済産業大臣認定 サポート協会 加盟番号080-7008

体験後入会でジョッパーバッグをプレゼント！ 2019 6/30まで

ジャザサイズはアメリカで生まれて今年50周年になる、世界をリードするフィットネスプログラムです。

《クラススケジュール》
月・水・金・土 9:30
火・木 19:00
*どのクラスにも参加できます
《託児有》月・水・金 1歳半～

初期登録料 3,780円(税込)
月会費 4,752円(税込)～
1クラス参加 1,404円(税込)

拍江市中和泉2-10-1 ポケットビル4F
ジャザサイズ フランチャイズオーナー 寺下貴久子
TEL:080-3004-4164
メール:terago5@yahoo.co.jp

クラス検索はこちら

JAZZERCISE

30分～4時 定4歳以上の子ども

■土曜日おはなし会 日 6月8日(土) 午前11時～11時30分 定2～6歳の子どもと保護者

■親子で楽しむおはなし会 日 6月13日(木)・27日(木) 定時 0～1歳の子どもと保護者 午前10時30分～10時45分 日 2～3歳の子どもと保護者 午前11時～11時20分

狛江市フェスタinジャイアンツ球場2019

☑6月29日(土)午後1時から(午前10時開場)
 ※雨天中止。当日、読売巨人軍ホームページでお知らせします。
 所読売ジャイアンツ球場(川崎市多摩区菅仙谷4-1-1)
 ※京王相模原線京王よみうりランド駅から無料シャトルバスあり。
 内イースタン・リーグ「読売ジャイアンツ対東北楽天ゴールデンイーグルス」

¥市内在住・在学・在勤の方は無料。当日、この広報紙、狛江市フェスタチラシ(秘書広報室で配布)または住所が確認可能な身分証(免許証、学生証、社員証等)を特設テントにお持ちください。



狛江市フェスタ特別企画

🏟️ 打撃練習見学

試合前の打撃練習をジャイアンツベンチ(1塁側ベンチ)内で見学できます。
 受午前9時30分~10時30分に特設テントで受け付けします。
 対市内在住の小学生 定先着60人

🏟️ オンユアマークス

試合開始直前に選手と一緒に守備位置につきます。
 時午後1時(試合開始直前) 対市内在住の小学生以下の親子
 定9組(要予約・多数抽選)

🏟️ ジャイアンツの選手とミニ運動会

時試合終了後 対市内在住の小学生以下の方(保護者の同伴不可)
 定100人(要予約・多数抽選)
 ※企画内容は予告なく変更する場合があります。
 ※詳細は市ホームページをご覧ください。



\\ 憧れのプロ野球選手に会いに行こう //



主催読売新聞社、日本テレビ
 共催狛江市

申問6月19日(水)(受信有効)までに、参加者の氏名(ふりがな)・電話番号・緊急時の連絡先(携帯電話番号等)・学校名・学年・保護者名、「オンユアマークス希望」または「運動会希望」と記入の上、☒kohot01@city.komae.lg.jpまたは市ホームページの専用フォームで秘書広報室へ。



古民家園で柿渋染めをしてみませんか

6月の古民家園

■古民家園で遊ぼう
 日6日(木)・15日(土)
 時午前10時~11時30分(雨天実施、出入り自由)
 対子どもとその家族(原則親子同伴)
 内子育て中の親子が屋内や園庭で楽しく遊び交流できます。
 ※子育ての専門スタッフが交流のお手伝いをします(授乳とおむつ交換の場所あり)。
 スタッフ長谷川まゆみさん、大畑恵美子さん、田村泉さん(サポート狛江)、他
 ■昔の道具に触れてみよう
 日8日(土)午後1時~3時(雨天実施、出入り自由)
 内農作業や養蚕、漁労などで使われていた昔の道具に触れながら、道具の作りや使い方について学びます。
 ■柿渋の話と染物体験
 日13日~27日の毎週木曜日(全3回・染め具合により7月4日(木)まで延長の可能性あり)
 時午前10時~正午
 対20歳以上の方
 定先着6人(要予約)

内伝統的な柿渋染めの技法について学びながら、布を染める教室です。
 師白井千雄さん
 持エプロン、ビニール袋、飲み物
 ※汚れてもよい服装でお越しください。
 ¥3,000円(材料代)
 ■昔あそび体験
 日22日(土)
 時午後1時~4時(雨天実施、出入り自由)
 内お手玉や折り紙など、昔ながらの遊びが体験できます。
 師たま川お手玉の会
 ■親子うどん打ち教室
 日23日(日)午前10時~正午
 対小学生以上の親子
 定先着4組(要予約)
 内親子で一緒にうどん打ちを体験します。打ったうどんは、民家園の大きなかまどでゆでて食べます。
 師知見孝一さん
 持エプロン、三角巾、タオル、飲み物
 ※汚れてもよい服装でお越しください。
 ¥500円(材料代)
 ■蚊帳吊り展示と蚊帳の体験
 日18日(火)~7月2日(火)
 内かつて夏に欠かすことができなかった蚊帳を主屋の座敷につります。展示期間中は、蚊帳の中にいることができます。
 問むいから民家園☎(3489)
 8981(開園時間午前9時30分~午後4時30分、月曜日休園)へ。

相談名	開催日・時間	相談員	申し込み等
法律相談	毎週月・木曜日 午前9時~正午	弁護士	事前予約制(相談日の1週間前から秘書広報室で受け付け)
人権身の上相談	20日(木) 午後1時~4時	人権擁護委員	
行政相談	21日(金) 午後1時~4時	行政相談委員	
交通事故相談	18日(火) 午前9時30分~正午	弁護士	
土地家屋調査測量表示登記相談	27日(木) 午後1時~4時	土地家屋調査士会	
不動産取引相談	11日(火) 午後1時~4時	宅地建物取引業協会	
相続相談	4日(火)・18日(火) 午後1時~4時 夜間相談 11日(火) 午後6時~8時	行政書士会調布支部	事前予約制(3日(月)から秘書広報室で受け付け。空きがあれば当日も受け付けます)
カウンセリング・心の相談	5日(水)・19日(水) 午前9時~正午	カウンセラー	※夜間相談は相談当日の午後4時まで受け付け。
女性のためのカウンセリング	12日(水)・26日(水) 午前9時~正午 夜間相談 19日(水) 午後6時~8時	カウンセラー	※通訳を希望する方はご相談ください。
登記相談	10日(月) 午後1時~4時 夜間相談 24日(月) 午後6時~8時	司法書士会調布支部	
労働相談	21日(金) 午前9時~正午	社会保険労務士会武蔵野支部	
税務相談	13日(木) 午後1時~4時 ※会場は東京税理士会武蔵府中支部 毎週木曜日 午前10時~正午 午後1時~4時	東京税理士会武蔵府中支部	事前予約制 ☎042(488)5550

6月の市民相談

相談名	開催日・時間	相談員	申し込み等
消費生活相談	月~金曜日 午前9時~正午 午後1時~4時	消費生活相談員	地域活性課へ(午後3時まで受け付け)
更生保護相談	25日(火) 午前10時~正午 午後1時~3時	保護司	第1市民相談室へ
手話通訳相談	毎週水曜日 午前9時~正午	手話通訳登録者	
介護保険相苦情相談	6日(木)・20日(木) 午後1時~4時	介護保険相苦情相談員	福祉総合相談窓口へ
生活困窮の相談	月~金曜日 午前8時30分~5時	生活困窮者自立支援相談員	福祉総合相談窓口 こまYELLへ
こころの健康相談	27日(木) 午後2時~5時	精神科医師	事前予約制(福祉相談課で受け付け)
ひとり親相談	月~金曜日 午前8時30分~正午 午後1時~5時	ひとり親家庭等専門相談員、母子・父子自立支援相談員	子育て支援課へ
婦人相談		婦人相談員	
教育相談	月~金曜日 午前9時30分~午後4時30分	教育相談員	狛江市教育研究所 ☎(3430)6655へ
健康相談	13日(木)・27日(木) 午前10時~正午	保健師、栄養士	直接2階フロアへ
年金相談	毎週月・水・金曜日 午前9時~正午 午後1時~4時	社会保険労務士	保険年金課へ(午後3時30分まで受け付け)
シルバー人材センター入会相談	10日(日) 午前10時~正午	狛江市シルバー人材センター ☎(3488)6735	※電話予約制