

主な記事

- 特集 税の申告はお早めに 4・5
- いきいき高齢社会を目指す市民の集い 2
- 教育フォーラム 3
- 地区防災計画発表会 6
- 文化財防火デー 6
- 殿ヶ谷戸庭園・武蔵国分寺跡散策ツアー 8

市政情報



やってるよ!



© ホッチプロジェクト

発行/国分寺市 編集/政策部市政戦略室 〒185-8501 東京都国分寺市戸倉1-6-1 ☎(042)325-0111 FAX(042)325-1380
市公式ホームページ(市HP)、市公式ツイッター、市公式フェイスブック、市モバイルサイトは、国分寺市 で検索 市長へのファクス☎(042)324-0906

気軽にスタート 市内で農業体験

→経済課(内397)



農を通じたコミュニティの場

D 国分寺いきいき農園使用団体等募集

注同一人の(1)(2)同時応募不可
(1)国分寺いきいき農園の使用団体の募集
①障害者利用ゾーン
市内障害者団体が使用する区画です。
注主たる構成員が市内在住の障害者である市内の団体
②市民団体ゾーン
市民で構成される団体が使用する区画です。
注構成員の2分の1が市内在住者の団体。同一団体による使用は連続2回まで
①②共通事項
使用期間3月1日(金)～平成32年12月31日 ¥33,000円(月額1,500円×22か月)※一括納入。①は減免制度あり甲1月31日(木)までに申請書に必要事項を明記し、郵送(消印有効)また

は直接〒185-8501経済課(市役所第3庁舎)へ※多数の場合公開抽選(日2月15日(金)午後2時～場市役所プレハブ会議室第3定15人)。結果は2月下旬までに申請者全員に通知。当選の照会には対応できません募集区画各2区画※1区画約60㎡申請書記布経済課で※市HPからダウンロード可
(2)新規事業協力員の募集
市民利用のモデルとなるモデル農業ゾーンと市が農業体験教室などの事業を行う農業体験ゾーンで、野菜等の栽培・管理、農園全体の管理などをボランティアとしてお手伝いいただく事業協力員を募集します。
注市民農業大学修了生定15人甲1月16日(水)から電話で経済課へ※先着順

自分のペースで野菜作り

A 市民農園使用者募集

使用期間4月1日(月)～平成33年1月31日(区画等(予定)①西恋ヶ窪126区画②戸倉79区画③東元町75区画④光町51区画※1区画約16㎡ ¥8,800円(月額400円×22か月)※一括納入市内に住所を有する方※2月1日(金)現在市民農園使用者を除く甲1月31日(木)までに、はがき(消印有効)に市民農園使用申請書・住所・代表者氏名(ふりがな)・住民票上の同一世帯の中で使用する方全員の氏名(ふりがな)・電話番号・使用申請する市民農園の名称を明記し、〒185-8501経済課へ※多数の場合公開抽選(日2月28日(木)①午後1時～②2時～③3時～④4時～場市役所プレハブ会議室第3定15人)。結果は3月までに申請者全員に通知注当選の照会には対応できません/同一世帯員からの複数の申請は無効/他人名義・郵送以外の申請不可/当選した申請者(申請書に記載した住民票上の同一世帯員含む)には使用承認にあたり全員の氏名を記載した使用者証を交付。名義貸しや転貸、使用者証に未記載の方の使用が発覚した場合は使用承認を取り消し

基礎から農業を学ぶ

B 市民農業大学受講生募集

市内に住所を有する満18歳以上の方(既修生を除く)市内農家の協力・指導で、野菜の種まきから収穫までを実践的に取り組めます。果樹・植木のせんでいや鉢花教室も行います。併せて開講する「援農ボランティア技術習得講座」を修了した方は、市内の農家の畑で農作業を手伝う援農ボランティア活動ができるようになります定30人受講期間4月6日(土)～12月中旬の水・土・日曜日午前8時30分から約2時間(土・日曜日のみ出席可)開講式=日4月6日(土)午前9時～場J A東京むさし国分寺支店 ¥10,000円(保険料、種・苗木などの教材費の一部)※援農技術習得講座を併せて受講の場合も費用は同じ実習地戸倉3-7-2※車での来校不可甲2月4日(月)までに、往復はがき(消印有効)に市民農業大学受講希望・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号、援農ボランティア技術習得講座受講希望の有無と、返信宛名を明記し、〒185-8501経済課へ※多数の場合公開抽選(日2月15日(金)午後1時30分～場市役所プレハブ会議室第3定15人)。結果は3月下旬までに応募者全員に通知

農家のお手伝いをしませんか

現在83人が活躍中です

C 援農ボランティア活動希望者募集

新規登録者向けの説明会・交流会開催
日2月2日(土)①事業説明会=午前10時～正午②交流会=正午～午後2時場J A東京むさし国分寺支店注援農ボランティア認定証をお持ちの方内①平成31年度受け入れ希望の農家からの説明(新たに活動したい方向け)②援農ボランティア活動者と受け入れ農家の交流会(注援農ボランティア受入農家推進協議会) ¥1無料②500円甲①当日直接会場へ②2月1日(金)正午までに同支店指導経済課☎(042)324-2116へ

プロの農家の指導で野菜作りを体験

E 農業体験農園入園者募集

農園主の指導を受け、初心者でも新鮮でおいしい野菜を育てることができます。また、苗や肥料・農具など、必要なものはすべて農園主が用意するので手軽に参加できます。
甲問直接下表の農園主へ

名称(区画面積)	所在地	農園主・☎(042)	利用期間	特徴	講習日	年会費(税込み)
青空農園(25㎡)	日吉町3-15-2	峯岸桂さん 322-0236	3月～翌年2月	一区画を数人で利用でき、団体の参加も可能	水曜日の午前または土曜日の午前・午後	33,000円
ふれあい体験農園(30㎡)	北町1-15 並木町3-2	野中明さん 321-3558	4月～翌年2月	年間25品目以上の安心な野菜作りを実施	水・土曜日の午前	36,000円
みどり農園(30㎡)	北町3-11	加藤美智子さん 321-5439	3月～翌年1月	共同圃場では年間10種類以上の作物を栽培	土曜日の午前	36,000円(共同圃場使用の場合38,000円)
体験農園 長ちゃんのはたけ(30㎡)	東元町4-6	小坂良夫さん 321-5773		伝統的な野菜類を栽培する広大な畑	水・日曜日の午前	34,000円(税別)
学習型体験農園 みのり村(10㎡)	東戸倉1-27-2	粕谷英雄さん 323-1892 HP: http://minorimura.jimdo.com/	4月～翌年1月	個人・共同区画では年間20品目を栽培。イベントも多数	土・日曜日の午前	40,000円(税別)
花咲く街農園(30㎡)	本多3-4-39	鈴木一雄さん 325-9568		国分寺駅に最も近い体験農園	水曜日または土曜日の午前	36,000円
恋ヶ窪ふるさと体験農園(23㎡)	東恋ヶ窪4-27-1	鈴木吉弘さん 324-0804 HP: http://shopwanta.lolipop.jp/wptest/	3月～翌年1月	個人・共同区画での栽培。講習・休憩所用のクラブハウス有り	金・土曜日の午前	36,000円



↓秘書課(内425)

橋本正之の副市長

**副市長に
橋本正之氏を再任**

昨年12月31日に副市長任期が満了になり、12月5日の市議会同意を得て、橋本正之氏が再任しました。今回で2期目となり、任期は1月1日から4年です。

初登庁日には、自治基本条例の理念に基づき、公正かつ誠実に職務を執行することを宣誓しました。



関東東海花の展覧会に市内農家が出品

日2月1日(金)午後1時～6時・2日(土)午前10時～午後6時・3日(日)午前10時～午後0時30分(最終入場=正午まで)場サンシャインシティ文化会館2階展示ホールD ※当日直接会場へ内花の品評会・即売会など ¥無料 ※園芸体験は有料 埼玉県農林部生産振興課 ☎(048)830-4381 ※1月30日(水)～2月3日(日)は ☎(03)3980-2595

暮らし 高齢者

個人番号カード用の
顔写真を無料で撮影

個人番号カードを申請する際
に必要な顔写真を、無料で
撮影します。予約が必要です。

1月29日(火)午前10時～正午・
午後1時30分～4時30分
国立駅前こくぶんじ市民
プラザ会議室(本市に住民登録
のある方)80人(1月16日(水)・
28日(月)・土・日曜日を除く)午
前9時～正午・午後2時～5時
に電話で市民課へ※先着順
↓市民課(内318)

わんわんパトロールを
始めてみませんか

小金井警察署では、普段の犬
の散歩時に、気軽に地域の見守
り活動ができる「わんわんパト
ロール」のリード標を配布して
います。散歩時にリード標を着
けることで、この地域は防犯に
対する意識が高いことをアピール
することが出来ます。また、
犯罪を行うおとする者に対する
抑止効果にもつながります。
対おおもね5人以上のグループ
申代表者が直接小金井警察署
(小金井市貫井南町3-21-13)

へ 小金井警察署 ☎042・
381・0110 (内312)

↓ 防災安全課 (内357)

事業者

平成31・32年度
小規模工事受注希望者
申し込み受け付け

市内建設工事等請負業者で、
建設業法等に定める許可を受け
ていない等の理由で建設工事に
参加できない資格審査サービ
スの申請ができない事業者を対
象に、平成31・32年度に市が発
注する小規模工事・修繕の受注
希望者の申し込みを受け付けま
す。

申込書配布1月16日(水)から契約
管財課(市役所第3庁舎)で※
市HPからダウンロード可(1月
16日(水)・2月28日(木)・土・日曜
日、祝日を除く)午前9時～正
午・午後1時～5時に必要書類
を直接契約管財課へ※期間後の
受け付けはお問い合わせくださ
い必要書類小規模工事受注希望
申込書・登記簿謄本・印鑑証明
書・納税証明書等※法人と個人
では必要書類が異なります
↓ 契約管財課 (内424)

家族の介護を行う労働者の
離職を防ぐために

労働者が、家族の介護のため
に突然離職しなくてはならない
利用できる制度などをあらかじ
め労働者に周知しましょう。

利用できる制度(介護休業対象
家族1人につき3回、通算93日
まで。給付は休業前賃金の67%
介護休業年5日(対象家族が2
人以上の場合年10日)まで。半
日取得可(勤務時間等短縮の
措置対象家族1人につき制度利
用開始から3年間に2回まで所
定労働時間の制限対象家族の介
護のために残業を免除する制度
注)会社の制度が育児・介護休業
法の内容を上回る場合があるの
で、就業規則等も確認しましよ
う)東京労働局 ☎03・3512・
1611

↓ 経済課 (内351)

健康推進課から

↓ ☎042・321・18001

生活習慣病予防

なりたい自分を指して
新生活習慣提案セミナー

2月23日(土)午前10時～11時30分
いずみプラザ

メタボリックシンドローム予
防にすぐに活用できる我慢しな
い上手な食べ方(食事・間食・
飲酒など)を、管理栄養士が楽
しく分かりやすく伝えます。

市内在住・在勤・在学・在活
の方 ☎40人 ¥無料 1月16日(水)
から電話で健康推進課へ※先着
順。特定保健指導の案内が届い
た方優先(物筆記用具)

障害福祉課から

↓ (内343)

体操教室

2月16日(土)午前10時～正午
障害者センター

座って行う健康体操やボッチ
ャで、一緒に体を動かしません
か。手話通訳士も参加します。

市内在住の障害・難病のある
方で、介助の必要がない方(講師
本公子さん(スポーツ教室講師)
定)10人(1月15日(金)までに電
話 ☎042・321・1207 また
は直接地域活動支援センターつ
ばさ ☎042・321・1136 へ
※多数の場合抽選

高齢福祉課から

↓ ☎042・321・13001

在宅医療・介護連携推進 市民講演会

2月4日(月)午後1時30分～
4時
リオンホール(cocobunji
W5T5階) ※当日直接会場へ

高齢者が住み慣れた地域で暮
らし続け、自分らしい最期を迎
えられるよう、終活に関して考
えます。

①講演「落語で学ぶ自分らし
い終活」②自宅で受けられる医
療サービス講③天神亭きよ美さ
ん(行政書士)④奥山尚さん(医
師) ¥無料

今月の保険料

今月は次の保険料の納期です。
後期高齢者医療保険料 6期

納期限 1月31日(木)

保険料名	後期高齢者医療保険料
問い合わせ	保険年金課 (市役所第1庁舎) (内319)

認知症高齢者 家族懇談会

ほっ!
とできる場

2月4日(月)午後1時30分～4時
いずみプラザ ※当日直接会場へ
対認知症高齢者を
介護している方、介護を経験した方 ¥無料
→ 高齢福祉課 ☎(042)321-1301

2月のおれんじCafe

■ 共通事項

◎ 午後1時～4時 対認知症の方やその
家族、地域の方 ¥100円

おれんじCafeにんじん

6日・20日(水)
場 リハセンターにんじん・健康
の駅(西元町2-16-34)
☎(042)322-7706

おれんじCafeサンライト

12日・26日(火)
場 特別養護老人ホームサンライ
ト(西町1-31-2)
☎(042)595-7351

→ 高齢福祉課 ☎(042)321-1301

第18回いきいき高齢社会を目指す 市民の集い

2月1日(金) 午後1時30分～4時30分(開場=1時)
いずみホール ※当日直接会場へ

高齢者の自立と社会参加を進め、自ら進んでいきいき暮らせる国分寺
を作りたい。こうした願いのもと、高齢者が企画して、今年も実施します。

内講演会「健康長寿のため
の口腔ケア オーラルフ
レイル予防」= 平野浩彦さん(都健康長寿医療セン
ター 歯科口腔外科部長)・
合唱= 混声合唱団 青春
隊・演芸= まりもちゃん
(ものまねタレント)

¥無料
注 Aホールが満席になった
場合はBホールでの観覧



平野浩彦さん



まりもちゃん

→ 高齢福祉課 ☎(042)321-1301

地域包括支援 センターのイベント

■ 共通事項

対市内在住の方 ¥無料
→ 高齢福祉課 ☎(042)321-1301

地域で取り組むフレイル予防 「体力測定会」

1月29日(火) 午前10時～11時30分
(受付=11時15分まで)
特別養護老人ホームうれしの里(日吉町4-32-6)
※当日直接会場へ

自分では気付にくい老化のサインを、介護
予防シートと測定でチェックしてみませんか
室内用運動靴
☎地域包括支援センターひよし ☎(042)
300-1405
注 動きやすい服装で参加

■ 家族介護者交流会

「自宅で転倒しない住まい方」

1月23日(水) 午前10時～11時30分
地域包括支援センターほんだ
(本多2-3-3市商工会館3階)

よくつまづく敷居、暗くて見えないトイレの段
差などの家庭内事故を未然に防げるように、安
全に自宅で暮らすための工夫を話します
講 小林宣基さん(福祉住環境コーディネーター2級)
定 15人
申 1月16日(水)から電話で地域包括支援セン
ターほんだ ☎(042)300-2339へ ※先着順

■ 家族介護者交流会

「自宅で暮らすための介護・医療の利用を考えよう」

2月9日(土) 午後1時30分～3時30分
特別養護老人ホームうれしの里(日吉町4-32-6)
※当日直接会場へ

自分が年齢を重ねてきた時や、家族が介護
を必要とした時の在宅生活での工夫、制度
の活用、福祉・医療の支援のことを一緒に話
し合います
内 意見交換と情報提供
☎ 地域包括支援センターひよし ☎(042)
300-1405

高齢者・子どもを対象としたインフルエンザ予防接種事業を1月31日(木)まで実施しています。重症化・感染予防のためにも予防接種を受けましょう

市役所への申し込み・問い合わせの時間は、特記がない場合は月～金曜日午前8時30分～午後5時(正午～午後1時を除く)の受付となります。



公開 しています

1月の環境ひろば
第四次地球温暖化
防止行動計画(市役所版)
について

日1月20日(日)午前10時~正午
場市役所第5庁舎1階会議室
↓まちづくり計画課(内356)

2月の子ども・子育て支援
円卓会議

国分寺子育て支援事業者連絡
協議会と市の協働開催です。

日2月5日(火)午前9時30分~11
時30分
場子ども家庭支援センターぶん
ちっち

子どもに関する活動を市内で
行っている個人・団体
↓子ども家庭支援センターぶん
ちっち☎042・572・8138

●農業委員会総会

日1月18日(金)午前9時30分~
場市役所プレハブ会議室第1
↓農業委員会事務局(内394)

●環境審議会

日1月22日(火)午前10時~正午
場市役所プレハブ会議室第3
↓まちづくり計画課(内356)

●教育委員会定例会

日1月24日(木)午前9時30分~
場ひかりプラザ
↓教育総務課☎042・574・4
040

●総合教育会議

日1月28日(月)午前9時30分~
場ひかりプラザ
↓教育総務課☎042・574・4
040

●青少年問題協議会

日1月28日(月)午後2時~4時
場市役所プレハブ会議室第1
↓子ども若者計画課(内390)

●意見交換など

↓子ども若者計画課(内390)

●教育委員会臨時会
日1月29日(火)午前9時30分~
場ひかりプラザ
↓教育総務課☎042・574・4
040

●3市ごみ減量推進市民会議
日1月29日(火)午前10時~正午
場日野市東部会館(日野市石田
1-11-1)会議室
注傍聴は10人まで。受付11時
45分~※先着順

●ごみ減量推進課☎042・
300・5303

●湧水等保全審議会

日1月30日(水)午前9時~正午
場リオンホール(Cocobunji WE
ST5階)
↓緑と建築課(内353)

●廃棄物の減量及び再利用推進
審議会

日1月30日(水)午前10時~正午
場恋ヶ窪公民館
↓ごみ減量推進課☎042・
300・5303

●選挙管理委員会定例会

日2月1日(金)午前9時30分~
場市役所プレハブ会議室第1
↓選挙管理委員会事務局(内367)

●清掃センター周辺地元協議会

日2月2日(土)午前10時~
場市民室内プール会議室
内(仮称)リサイクルセンター
施設整備基本計画の見直し、生
活環境影響調査書の縦覧・意見
募集など

●被虐待救済委員会

日2月4日(月)午前10時~
場市役所第4庁舎2階会議室
↓経済課(内396)

●消費生活審議会

日2月6日(水)午後1時30分~
場市役所第4庁舎2階会議室
↓経済課(内396)

子ども

明るい選挙啓発ポスター
入賞作品展
1月21日(月)~2月1日(金)午前
9時~午後10時※初日は1時
から※最終日は4時まで
まちの魅力発信コーナー(Co
cubunji WEST5階)※当日
直接会場へ

市内小・中学生、高校生から
応募のあった70点のうち、入賞
した25点の作品を展示します。
↓選挙管理委員会事務局(内368)

パパの日企画
パパと体を使って
元気に遊ぼう!
1月26日(土)午前10時30分~
11時15分
場東部地区拠点親子ひろば「B
OUKENたまご」(南町3-
9-25都営住宅1階)※当日
直接会場へ

おはなしポケット講演会
子どもの想像力を養う
絵本の読み聞かせから
お話づくりまで
1月27日(日)午後2時~4時
本多公民館※当日直接会場へ

子ども想像力の育み方を、
一緒に考えてみませんか。自分
だけの小さな絵本作り体験もで
きます。
講原正和さん ¥無料物ペン・色
鉛筆など ¥おはなしポケット協
力本多図書館講師紹介作家・編
集者。日本児童文学者協合理事。
著書に、「絵本「ゆめのふね」(絵:
黒井健、チャイルド本社)「お
父さんの気持ち」(とまちめ社、
電子書籍)など

にしまち児童館臨時休館
西町プラザで電気の高圧ケーブル交換作業
を行うため、にしまち児童館を臨時休館します。
ご理解・ご協力をお願いします。
臨時休館日
1月30日(水)午前10時~正午、2月13日(水)
注作業中は全館停電
→協働コミュニティ課☎(042)325-1991

ぴかりこひろば
2月26日(火)午前10時~正午
手作りおもちゃで遊ぼう
※未就学児定7組申2月12日(火)~25日(月)
の月~金曜日午前10時~午後4時に電話でひ
かり保育園☎(042)575-7237へ※先着順
→子ども子育て事業課(内465)

保育園 ☎(042)	保育園であそぼ!ミニ講座 注土・日曜日、祝日はお休み	きて・みて・あそぼ!
もとまち ☎324-0741	<園庭開放>1日(金)~28日(木) 10時~16時30分	1日(金) 豆まき&もとまちレストラン 給食試食あり(離乳食はなし) ※0歳~3歳児
こくぶんじ ☎322-0211	<園庭開放>1日(金)~28日(木) 10時~13時 <栄養士+保育士>7日(木) 13時30分~14時30分	22日(金) 同年齢と一緒に遊ぼう ※1歳~3歳児
しんまち ☎324-8811	<園庭開放>1日(金)~28日(木) 10時~16時	1日(金)豆まき・試食 ※0歳~5歳児
ひかり ☎575-7237	<園庭開放(★)>20日(水) 10時~12時	19日(火)9時30分~11時 お絵かき楽しいな
恋ヶ窪 ☎321-0465	-	5日(火)9時45分~12時30分 0歳児集まれ!・離乳食講座・ 給食試食会

※保育園であそぼ!ミニ講座当日直接保育園へ※(★)を除く/きて・みて・あ
そぼ!と(★)参加希望日の2週間前~前日の月~金曜日10時~16時に電話また
は直接実施保育園へ※各回先着7組※園庭開放の際は園児が遊んでいる場合が
あります/雨天や保育園の状況で中止となる場合があります/発熱等がある場
合は参加をお断りします/行事内容と時間は各保育園へお問い合わせください

特別支援学級
合同学習発表会
2月9日(土)午前9時35分~11時
45分
いずみホール※当日直接会場へ

読み聞かせ講習会
①2月15日(金)②3月1日(金)午前
10時~正午
本多公民館
市内在住・在勤・在学・在活
の方で読み聞かせを始めたい・
始めて間もない方内①読み聞か
せの始め方②科学の本の読み聞
かせ方講①小野寺愛美さん(公
財)東京子ども図書館司書②
市川雅子さん(科学読物研究会
運営委員)定20人 ¥無料申1月
17日(木)午前9時30分から電話ま
たは直接本多図書館へ※先着順
①1歳以上の未就学児10人(申
順)
↓本多図書館☎042・324・2
022

都ひきこもり
サポートネット出張相談
ひきこもり相談会
①2月13日(水)②22日(金)午前10
時~午後5時※1組45分程度
本多公民館
引きこもっている子どもへの
声のかけ方や将来への不安な
ど、悩み事をお伺いします。
※市内在住で、引きこもりなど
自立に困難を抱える15歳~お
おむね34歳の方、その家族※中学

お父さんとお話のなかへ
父と子のお話12か月
(2015年 本の泉社)
お父さんとお話のなかへ
父と子のお話12か月
(2015年 本の泉社)
お父さんとお話のなかへ
父と子のお話12か月
(2015年 本の泉社)

参加 画面 子ども
凡例 日日時 場所 会場 対象 内容 講師 定員 費用 申込方法 物持ち物 問い合わせ先 HP ホームページ FAX ファクス Eメール 託児あり 主催 共催 注意 事項

所得税・贈与税などの申告はお早めに

→課税課(内327)

申告書等作成・提出・問い合わせ

○立川税務署 〒190-8565立川市緑町4-2立川地方合同庁舎内 ☎(042)523-1181

申告書の相談・提出

日2月18日(月)～3月15日(金)(2月24日・3月3日(日)以外の土・日曜日を除く)

申告書の提出時間 午前8時30分～午後5時

相談の受け付け時間 午前8時30分～午後4時

注混雑時は受け付けを早めに締め切る場合や、混雑のため長時間お待ちいただく場合があります/公共交通機関をご利用ください

ホームページも
ご参照ください

- 国税庁HP <http://www.nta.go.jp/>
- e-TaxHP <http://www.e-tax.nta.go.jp/>
- 東京税理士会HP <http://www.tokyozeirishikai.or.jp/>

郵便などでも提出できます

郵便または信書便で、所轄の税務署へ提出できます(ゆうメール・ゆうパック・ゆうパケット不可)。消印の日付を提出日と見なしますので、早めに送付してください。
※收受日付印のある控えが必要な場合は、複写式で作成またはボールペンなどで記載した申告書の控え、返信用封筒(宛名明記・切手貼付)を同封

すべて記入済の確定申告書は市でも仮受け付けします

日2月18日(月)～3月15日(金)午前9時～午後4時
(2月24日(日)以外の土・日曜日を除く)
場市役所書庫棟会議室

申告書の作成は国税庁HPで

国税庁HP内確定申告書等作成コーナーで作成した申告書は、印刷し郵送・信書便または直接立川税務署へ。
※e-Taxを利用し、パソコン・スマートフォンからの提出も可能です

マイナンバーが必要です

申告書へのマイナンバー(個人番号)の記載と、下記の個人番号と本人確認ができる書類の提示または写しの添付が必要です(e-Taxからの場合、マイナンバーの記載以外不要)。

個人番号と本人確認ができる書類

- マイナンバーカードをお持ちの方=マイナンバーカード
- マイナンバーカードがない方=個人番号が確認できる書類(個人番号通知カード、個人番号の記載のある住民票の写しまたは住民票記載事項証明書)と本人確認書類(運転免許証・パスポート・保険証・年金手帳など)



申告・納税の期限と対象

納税方法 振替納税(*)・現金(納付書を添えて期限内に金融機関(日本銀行歳入代理店)または所轄の税務署へ)・e-Tax

(*)期限内に申告書を提出した場合のみ利用可。新規利用の方は、申告期限までに預貯金口座振替依頼書兼納付書送付依頼書を税務署へ郵送などで提出してください。転居などで所轄の税務署が変わった場合も手続きが必要です

所得税・復興特別所得税

期限 3月15日(金) 振替日 4月22日(月)

対(1)給与所得がある方

給与所得者の大部分の方は、年末調整で所得税と復興特別所得税が精算されるので申告は不要です。ただし、次の①～③のいずれかに該当する方は、確定申告が必要です。

- ①給与の収入金額が2,000万円を超える
 - ②給与所得や退職所得以外の所得金額(収入金額から必要経費を控除した後の金額)の合計額が20万円を超える
 - ③給与を2か所以上から受けている
- ※確定申告をする義務のない方でも、次の場合は、確定申告をすると源泉徴収された所得税と復興特別所得税が還付される場合があります
- マイホームを住宅ローンなどで取得した
 - 多額の医療費を支払った
 - 災害や盗難に遭った
 - 年の途中で退職し再就職していない
 - 給与所得者の特定支出控除の特例を受ける

対(2)公的年金等に係る雑所得のみの方

公的年金等に係る雑所得の金額から所得控除を差し引き、残額がある方は確定申告が必要です。

※公的年金等の収入金額が400万円以下で、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下の場合は不要です。この場合も、還付を受けるための申告書を提出することはできません(外国からの公的年金などを受給しているなどの場合は除く)

対(3)退職所得がある方

外国企業から受け取った退職金など、源泉徴収されないものは確定申告が必要です。

対(4)(1)～(3)以外の方

各種の所得の合計額(譲渡所得や山林所得を含む)から所得控除を差し引き、その金額(課税される所得金額)に所得税の税率を乗じて計算した税額から配当控除額を差し引き、残額のある方は確定申告が必要です。

注上場株式等に係る譲渡損失の繰越控除の特例など、一定の特例の適用を受けようとする方は、(1)～(4)に当てはまらない場合も確定申告が必要

贈与税

期間 2月1日(金)～3月15日(金)

- 対(1)個人から財産の贈与を受け、その合計額が110万円を超える方
- 対(2)相続時精算課税・住宅取得等資金の贈与税の非課

税を受ける方

注振替納税は利用不可

個人事業者の消費税・地方消費税

期限 4月1日(月) 振替日 4月24日(水)

- 対(1)平成28年分の課税売上高(輸出などの免税取引引きを含め、返品・値引き・割り戻しの金額を差し引いた金額)が1,000万円を超える個人事業者の方
- 対(2)消費税課税事業者選択届出書を提出している方
- 対(3)(1)(2)に該当しない平成29年1月1日～6月30日の課税売上高が1,000万円を超える方(同期間の1,000万円の判定は給与等支払額の合計額でも可)

財産債務調書・国外財産調書の提出は3月15日(金)まで

財産債務調書 申告書を提出する方で、平成30年分の総所得金額と山林所得金額の合計額が2,000万円を超え、かつ30年12月31日時点で3億円以上の財産または1億円以上の国外輸出特例対象財産を有する方(いずれも価額の合計額)

国外財産調書 平成30年12月31日時点で、価額の合計額が5,000万円を超える国外財産を有する方

ご注意ください

還付金は銀行・郵便局などの口座に振り込みます

申告時に、振込先の金融機関名、預貯金の種別・口座番号(申告者本人の名義のみ)を正確に記載してください。
注口座名義が旧姓のままの場合、振り込み不可。本人の氏名以外に店名・事務所名などが含まれる場合は振り込みできないことがあります/インターネット専用銀行への振り込みの可否はインターネット専用銀行へお問い合わせください/ゆうちょ銀行への振り込みを希望する場合、確定申告書の還付される税金の受取場所欄に、貯金通帳の口座の記号と番号をつなげた7～13桁の数字を記載してください[再発行番号(記号と番号の間に表示される枝番)は不要]

医療費控除を受けるための手続きが変わりました

平成29年分の申告から、領収書の提出に代わり医療費控除の明細書の添付が必要となりました(平成29年～31年分の確定申告では、医療費の領収書の添付または提示でも可)。

注税務署から求められた場合、提示が必要となるので、医療費の領収書は自宅で5年間保存してください

復興特別所得税は記載しましたか

還付申告を含め、すべての方に平成25年分～49年分の復興特別所得税(原則各年分の所得税額の2.1%)の申告・納付が必要です。

二七税理士にご注意を

税理士資格の無い者が税務相談、税務書類の作成、税務代理をすることは、法律で禁じられています。また、専門知識が欠けているなどのため、依頼者が不測の損害を被るおそれがあります。

確定申告書配布場所(市内)

注申告書の数に限りがあるため、なくなり次第終了。記載のない書類は立川税務署へ

配布場所	期間	時間	配布書類
課税課(市役所第1庁舎)	1月29日(火)～2月15日(金)(土・日曜日、祝日を除く)	午前8時30分～午後5時	○確定申告書A・B ○医療費控除の明細書
市役所書庫棟会議室	2月18日(月)～(2月24日(日)以外の土・日曜日を除く)	午前9時～午後4時	○住宅借入金等特別控除関係 ○決算書 ○収支内訳書
いずみプラザ正面玄関入口	2月1日(金)～	午前8時30分～午後5時	○確定申告書A・B ○医療費控除の明細書
ひかりプラザエントランスホール		午前8時30分～午後9時30分 ※2月12日(火)・25日(月)は5時閉館	
本多公民館1階入口付近	2月1日(金)～(第1・3月曜日は除く)	午前8時30分～午後9時30分	
もとまち公民館1階入口付近	2月1日(金)～(第3月曜日、祝日は除く)		

税理士による無料申告相談の開催日程

申告書を作成して提出できます

◎午前9時15分～午後0時30分(受付=11時まで)・午後1時30分～4時(受付=3時30分まで)※混雑時は受け付けを早めに締め切ることがあります。注小規模納税者の所得税、復興特別所得税、消費税、年金受給者・給与所得者の所得税、復興特別所得税の申告(土地・建物・株式などの譲渡所得のある場合を除く)物印鑑、源泉徴収票など収入が分かる書類など、申告に必要な書類注公共交通機関をご利用ください/提出のみの方は直接税務署へ/市民税・都民税の受け付けは行いません

会場	1月			2月					
	31日(木)	1日(金)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	12日(火)	13日(水)
昭島市役所	●	●	●	●	●				
東大和市中央公民館			●	●	●	●			
リオンホール(cocobunji WEST5階)				●	●	●	●		
くにたち市民総合体育館					●	●	●	●	●
武蔵村山市市民会館						●	●	●	●

市役所への申し込み・問い合わせの時間は、特記がない場合は月～金曜日午前8時30分～午後5時(正午～午後1時を除く)の受付となります。

防 災

フ ォ ト ニ ュ ース

環 境 シ ン ポ ジ ウ ム

命を守る・つなぐためには平常時からの体制づくりが必要です

地区防災計画発表会

1月29日(火) 午後2時~4時30分
いずみホール※当日直接会場へ。手話通訳あり →防災安全課(内511)

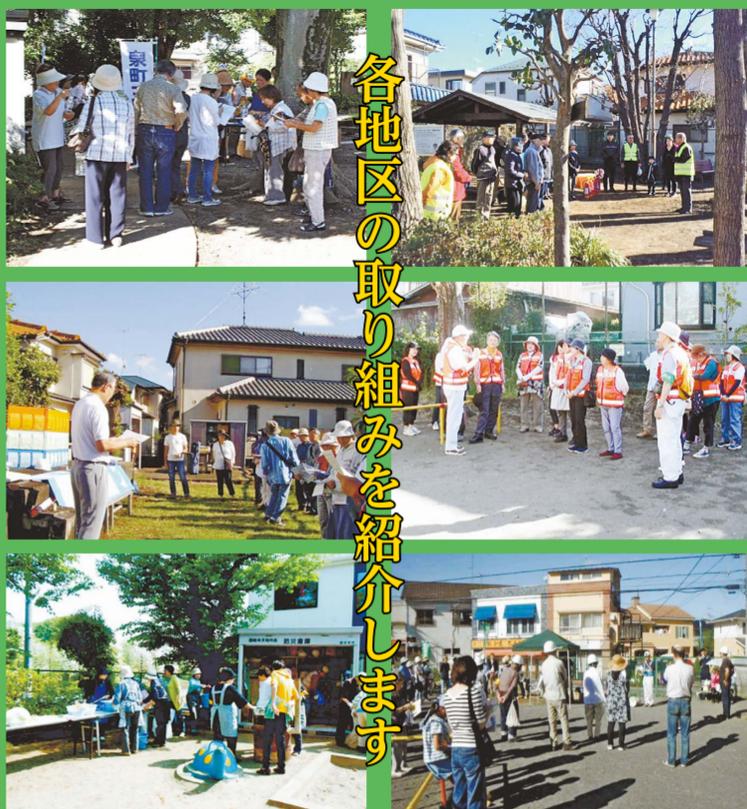
地区の住民などが自主的に策定した地区防災計画を、各地区の代表者が発表します。課題や活動内容が地区ごとに異なることから、独自の計画を策定し、災害時にはこの計画に基づいて、状況に応じた活動を行います。発表会を通じて、他の地区の地区本部や在宅避難者対策などの取り組みを知り、ご自身の地域のことも考えてみませんか。

防災まちづくり推進地区の地区防災計画発表

発表地区 泉町三丁目地区連自治防災会、新町地区連自治防災会、国立団地協議会、戸倉自治会中・西・北地区防災会、西町弁天町内会、西恋ヶ窪一丁目地域連自治会

パネルディスカッション

コーディネーター 吉井博明さん(東京経済大学名誉教授)
パネリスト 発表地区の代表者



各地区の取り組みを紹介します

地区防災計画とは

災害に備え、地区の住民などが自ら作る防災計画です。アンケートやまち歩きを行い、自助・共助を中心に各地区の状況を踏まえた計画を策定しています。計画策定後、市の地域防災計画の中に地区

防災計画を定めることを提案できます。地域防災計画の中に定めることで、自助・共助・公助の連携を図り、スムーズな災害対応につながります。現在市内では、6地区が地区防災計画を市の地域防災計画に定め、その他7地区が策定済み、1地区が策定中です。

地区本部とは

災害時に、地区住民の安否確認、情報収集・伝達、在宅避難者支援など、地区防災計画に基づく活動を行う拠点となる場所です。

在宅避難とは

災害時に自宅で生活できる場合、そのまま避難生活を続けることで、過去の災害から在宅避難者対策が求められています。

フォトニュース

第67回全国青年大会バドミントン優勝



11月10日、第67回全国青年大会バドミントンで市バドミントン協会6人の代表チームが優勝しました。同チームは9月1日に開催された都予選で優勝し、都代表として同大会へ出場しました。

犯罪被害者週間行事を開催



11月11日、都と共催で犯罪被害者週間行事を開催しました。被害に遭った際に必要な支援や、途切れることのない支援の大切さを、神戸連続児童殺傷事件被害者遺族の土師守さんに話していただきました。また、混声合唱団青春隊の合唱も披露されました。

人権のつどいを開催



12月1日、リオンホールで人権のつどいを開催しました。国分寺・ジュニア・ミュージック・シアターの合唱、中学生人権作文の表彰式・朗読、インターネットと人権をテーマに佐藤佳弘さん(武蔵野大学名誉教授)の講演が行われました。

消防防災科学技術賞を受賞



市消防団第六分団団員の藤田信輔さん(写真右)が消防防災科学技術賞を受賞しました。藤田さんが開発した消防活動用地理情報システムの機能と使いやすさが高く評価され、今回の受賞となりました。

育てよう 歴史を守る 防火の心

文化財防火デー

1月26日(土) 午前10時~
国分寺薬師堂

昭和24年1月26日に奈良県の法隆寺金堂が焼損したのを機に、昭和30年に文化財保護委員会(現在の文化庁)と国家消防本部(現在の総務省消防庁)が毎年この日を文化財防火デーと定め、全国で文化財防火運動を実施しています。市では、この運動の一環として、消防演習を行います。

■演習参加団体 国分寺消防署、市消防団、東京消防庁災害時支援ボランティア、国分寺薬師堂周辺町会・自治会
→ふるさと文化財課☎(042)300-0073
→防災安全課(内373)

環境シンポジウム

国分寺の樹木・樹林地を考える みどりあふれるまちを目指して

2月2日(土) 午後1時30分~ (開場=1時)
リオンホール(cocobunji WEST5階) ※当日直接会場へ

市内に残る貴重な自然を守るには、市民・事業者・行政が協力して緑化推進を図ることが重要です。植生管理学の専門家から、樹木や樹林地の保全を学び、緑あふれるまちを目指して、一緒に考えてみませんか。

■無料
■講師 福嶋司さん(東京農工大学名誉教授)
■主催 環境ひろば・市
■手話通訳あり



福嶋司さん

→まちづくり計画課(内356)

↓防災安全課(内357)



中学生の部最優秀賞 山下真生



小学生の部最優秀賞 神藤美咲

●空き巣防止の部



中学生の部最優秀賞 坂本優来



小学生の部最優秀賞 小淵みちる

●自転車カギかけの部

おわびと訂正
1月1日号4ページ「防犯ボスターコンクール入賞者発表」の自転車カギかけの部と空き巣防止の部に掲載したボスターのキャプションに誤りがありました。おわびして訂正します。

市役所への申し込み・問い合わせの時間は、特記がない場合は月~金曜日午前8時30分~午後5時(正午~午後1時を除く)の受付となります。

学ぶ楽しむ参加する

市民掲示板

会員募集

リサイクル

凡例 日時 場所 会場 対象 内容 講師 定員 費用 申込方法 持ち物 問い合わせ先 HP ホームページ FAX ファクス メール 託託あり 主催 共催 注意事項

学ぶ楽しむ参加する

若者支援に関する地域支援者向け講習会

①若者の自立等支援の先進的取り組み
日1月22日(火)午後1時30分～4時 場中野サンプラザ(中野区中野4-1-1)

②困難を抱える若者への就労等支援
日1月29日(火)午後1時30分～4時 場武蔵野の森総合スポーツプラザ(調布市西町290-11)

■共通事項
対民生・児童委員、保護司など地域で活動している支援者、若者の相談に携わる民間支援団体の職員、行政関係者など
定60人 申①1月17日(木)②24日(木)までに申込書を郵送(必着)またはFAX(03)5388-1217で〒163-8001新宿区西新宿2-8-1都青少年・治安対策本部青少年課へ※多数の場合抽選 ■申込書配布 子ども若者計画課(市役所第2庁舎)※HP<http://www.metro.tokyo.jp/tos/ei/hodohappyo/press/2018/11/27/08.html>からダウンロード可 / ☎(03)5388-2257

■百人一首かるた会
日1月27日(日)午後1時30分～3時30分 場ひかりプラザ どのなでも※小学生歓迎 ¥500円 申1月25日(金)までに住所・氏名・電話番号を電話またはファクスで / →レクリエーション協会・深瀬 ☎& FAX(042)577-2251

■JA東京むさし国分寺支店から
①バラのせんていと誘引講座
春にバラをきれいに咲かせるためのせんていと誘引、寒肥の与え方など、バラの育て方に関する悩みを解決します。

日1月29日(火)午前10時30分～正午 講中村裕美子さん(バラ苗生産者) 定10人 ¥1,500円(当日集金) 物筆記用具・メモ帳

②カルチャー講座「手作りまんじゅう教室」
市内産のじねんじょを使って、家庭でもできるまんじゅうを作ります。

日2月5日(火)午前10時30分～午後0時30分 講海老原康二さん(製菓衛生師)

定12人 ¥500円(当日集金) 物エプロン・布巾・タオル・筆記用具

③手作り味噌教室
大豆・米麹・塩のみで、添加物のない、おいしい味噌を作りませんか。

日2月9日(土)午後1時～3時30分 講松村真由子さん(管理栄養士) 定20人 ¥3,000円(当日集金) 物エプロン・三角巾・タオル・布巾・持ち帰り用容器

■共通事項
場同支店 申1月16日(水)～①②25日(金)③30日(水)に電話で※先着順 / →☎(042)324-2115(午前11時～午後5時)

■シルバーフェスティバル
高齢者の就業・入会相談、会員の芸術・音楽活動の紹介のほか、市内の保育園児や習字教室の作品を展示。

日1月29日(火)～31日(木)午前10時～午後7時(29日=午後1時から・31日=3時30分まで)※オカリナ演奏会・ハーモニカ演奏会・フラダンスは31日午後1時30分～ 場リオンホール(cocobunji WEST5階) ¥無料 / →シルバー人材センター ☎(042)325-4011

■市ソフトバレーボール大会参加チーム募集

日2月11日(祝)午前9時～午後4時 場ひかりスポーツセンター 募集チーム①女子の部=中学生以上の女子チーム②ミックスの部(ふれあいの部または競技の部)=中学生以上の男女混合チーム③個人参加者※初心者向け講習会あり(最少催行人数4人) ¥①②1チーム2,000円③500円 申2月1日(金)までに電話または☎kokubunjivba@gmail.comで※申し込み後、大会要項・メンバー登録用紙を返信 / →市バレーボール連盟・岩片 ☎(090)7753-4470

■国際協会から
①英語で語る易しい文化論「Japan through Foreign Eyes こんなに違う日本のイメージ」

日2月16日(土)午後2時～4時 場本多公民館 講Joshua Paul Daleさん(東京学芸大学英語教師) ¥800円

②日本語支援ボランティア養成講座
外国人(日本語初級レベル)への日本語の教え方を学びます。

日2月23日～3月16日の土曜日午前10

時～午後2時40分(全4日間8講座) 場東京経済大学 講木戸恵子さん(目白大学講師) ¥7,500円 物筆記用具・昼食※使用テキスト「みんなの日本語初級I」第2版をご用意ください

■共通事項
定40人 申①2月13日(水)②6日(水)までに、住所・氏名・電話番号(②は参加動機も)を明記し、はがき(②は往復はがき)(必着)・FAX(042)505-6138または☎kia@mrj.biglobe.ne.jpで〒185-0034光町1-46-8国際協会へ※多数の場合抽選 / →☎(042)505-6132

■講演「心不全とはいったいどんな病気? 心不全を防ぐには」

日2月17日(日)午後2時～(開場=1時30分) 場リオンホール(cocobunji WEST5階) 講小谷英太郎さん(日本医科大学准教授) 定180人 ¥無料 申1月16日(水)から電話で※先着順 / →市医師会 ☎(042)322-4338(月～金曜日午前10時～午後4時)

■講演「気持ちを軽くするコツ 認知行動療法のエッセンスをもちいて、しなやかな心を育む」

日3月2日(土)午後2時～4時 場リオンホール(cocobunji WEST5階) 講大野裕さん(精神科医) 定260人 ¥無料 申電話またはHP<https://www.tamainochi.com>で注手話通訳・託児・車いす席あり / →東京多摩いのちの電話 ☎(042)328-4441(月～金曜日午前10時～午後5時)

■千代田区立神田一橋中学校通信教育課程生徒募集

選考日時2月3日(日)午前10時～ 対都内在住または在勤で①尋常小学校卒業生・国民学校初等科修了者②高等学校の入学資格がない方 定40人 申1月25日(金)までに願書(同学校で配布)を郵送(消印有効)または直接〒101-0003千代田区一ツ橋2-6-14千代田区立神田一橋中学校へ / →☎(03)3265-5961

■都消費生活調査員を募集

任期委嘱日～平成32年3月31日 注詳しくはHP<https://www.shouhiseika.tu.metro.tokyo.jp/>または電話で / →都生活文化局消費生活部企画調整課 ☎(03)5388-3076

浅川清流環境組合(*)議会

日2月5日(火)午後2時～
場東京自治会館(府中市新町2-77-1)
☎浅川清流環境組合 ☎(042)589-0555
(*)日野市・国分寺市・小金井市が可燃ごみを共同処理するために設立した一部事務組合

市民掲示板

●真向会体操無料講習会

日1月21日(月)午前9時15分～10時15分 場もとまち地域センター※当日直接会場へ ¥無料 / →真向会・伊勢 ☎(042)323-3644

●市の地形と自然災害セミナー

日1月26日(土)午後1時30分～3時30分 場cocobunjiプラザセミナールーム(cocobunji WEST5階) 定30人 ¥無料 申1月16日(水)から☎momo.mizukoshi@nifty.comまたは電話で※先着順 / →ミズモリ団・前澤 ☎(090)9892-2997

●音楽を使った認知症予防体操講習会

日1月28日(月)午前10時～11時30分 場さわやかプラザもとまち※当日直接会場へ ¥無料 物室内用運動靴・水 / →自立生活体操クラブ・金子 ☎(042)323-3639

●白門かわせみチャリティーコンサート

日2月2日(土)午後2時～4時30分(開場=1時30分) 場いずみホール※当日直接会場へ 柳家小団治さんの落語、三小・中央大学音楽研究会の演奏など ¥無料 / →中央大学学生会国分寺白門会支部・新井 ☎(090)8776-7781

●子育てママのミニ家計講座

日2月15日(金)午前10時～11時30分 場子育て広場ぶらんこ国分寺(泉町3-33-2-203) 定10組 ¥500円 申1月16日(水)から電話で※先着順 託生後6か月から(¥500円) / →生活クラブ子育て広場ぶらんこ国分寺 ☎(042)312-2576

リサイクルコーナー

→ごみ減量推進課 ☎(042)300-5303

譲ってください 食器棚・衣装ケース・洗濯機・ファンヒーター・キーボード・フルート

譲ります

電気ストーブ・乗馬式健康器具・介護用バスチェア・ソファ(2人掛け)・折り畳み式シングルベッド・整理たんす・二段ベッド・ホットカーペット(2畳)・ベビーベッド・敷布団(乳児用)・チャイルドシート・おむつ入れ

譲渡は無料です。当事者間でやり取りしてください。詳しくはお電話でお問い合わせください

今月のリサイクル家具販売会

1月27日(日)午前10時～正午

場ストックヤード(西元町2-9-6)

※荒天中止/駐車場数台あり/配送不可
→ごみ減量推進課 ☎(042)300-5303

会員募集

○「市民掲示板」「会員募集」の各サークルの活動・掲載内容の確認、トラブルの解決は当事者間でお願いします
○見学・無料体験ができます(日時・会場は施設の予約が取れない場合があるため、目安になります)

サークル名	日時	会場	入会金	会費	問い合わせ	備考
国分寺走ろう会(国分寺ランニングクラブ)	毎週日曜日午前7時30分～	都立武蔵国分寺公園内	なし	月100円	半田 ☎(090)8442-7812	初心者歓迎。ランニングをみんなで楽しみましょう(6kmコース)
ゲートボール ゴールデンアロー	毎週火・水・金～日曜日午前9時～11時30分	西元町ゲートボール場	なし	年2,000円	植田 ☎(042)323-0392	一緒にゲートボールを楽しみましょう
健康麻雀 戸倉クラブ	毎週日曜日午後0時30分～4時30分	福祉センター	2,000円	年1,000円	田中 ☎(090)6045-6946	賭けない、飲まないの健康麻雀を楽しんでいます。初心者の方もどうぞ
共益クラブ(ゲートボール)	毎週月・水・金曜日午前9時～正午	新町ゲートボール場	なし	年3,000円	安藤 ☎(042)407-4371	適度な運動量があり、頭脳も使うスポーツで健康保持と老化防止に最適
自立生活体操クラブ・内藤	毎週火曜日午前9時30分～11時	内藤地域センター	500円	月1,500円	齋木 ☎(042)574-8105	腰や膝が痛い、糖尿や高血圧でも医師の勧めがあれば体操できます
健康体操クラブ・戸倉	毎週金曜日午前10時30分～11時30分	福祉センター	1,000円	月1,500円	多賀 ☎(042)502-6918	運動が苦手でも楽しくできる、健康運動指導士による健康作りの体操
日本スポーツ吹矢協会国分寺支部	毎週水曜日午後2時～5時	本多公民館など	1,000円	月1,500円	根本 ☎(090)4452-2354	本多公民館でもスポーツ吹矢教室を始めました
自立体操クラブ・金曜けやき	毎週金曜日午前9時15分～10時30分	市民スポーツセンター	500円	月1,500円	植村 ☎(042)312-2510	健康寿命を延ばそう。筋力トレーニング・有酸素運動ストレッチの総合体操

○「市民掲示板」「会員募集」の掲載申し込み用紙は市政戦略室広報担当(内409)で配布。市HPからダウンロード可。掲載申し込み締め切りは掲載希望号の1か月前です

○「会員募集」の掲載は、原則、公民館を除く市内の公的・公共会場のものに限ります

イベント しごと

休日急病診療

イベント

鳩山町連携事業ミニ展示

武蔵国分寺と南比企窯跡群の瓦

1月19日(土)～2月17日(日)午前9時～午後5時(入館14時45分まで) 武蔵国分寺跡資料館

友好都市・埼玉県鳩山町にある南比企窯跡群と、消費地である武蔵国分寺跡から出土した瓦を紹介いたします。

¥100円(入園料)※中学生以下無料 休月曜日※祝日の場合は開館し翌日休館

↓ふるさと文化財課☎042・300・0073

多摩郷土誌フェア

1月19日(土)・20日(日)午前10時～午後5時(20日は3時まで) 立川市女性総合センターアイム(JR立川駅北口徒歩7分)※当日直接会場へ

多摩25市町(24市1町)が行う郷土・歴史・文化財・自然などに関する図書を集め、展示販売します。

↓ふるさと文化財課☎042・300・0073

cocobunji プラザ自企画 ローカル テーブル 国分寺たんたん探検

1月25日(金)午後7時～9時 カフェローカル(cocobunji WEST5階)※当日直接会場へ

市内のイベントやプロジェクトを紹介し、新企画や課題を考える参加型ワークショップです。

↓協働コミュニケーション課☎042・325・1991

市民活動団体向け講座 Let's 協働

1月31日(休)午後2時～4時 cocobunji プラザセミナー1M(cocobunji WEST5階)

行政の求める市民の力、地域課題を市と協働で解決をテーマに、総合ビジョンや市の仕組みなどと併せて、協働に関して分かりやすく学べます。

↓ふるさと文化財課☎042・300・0073

子どもの見守り活動のための交通安全講話会

2月3日(日)午前10時～11時30分 市役所第1庁舎3階第一・二委員会室※当日直接会場へ

小金井警察署員を講師に招いての交通安全講話や、子どもの見守り活動に関する情報交換を行います。

↓交通対策課(内363)

私らしく両立できる仕事との出会い方 in 国分寺

2月15日(金)午前10時～午後0時30分 リオンホール(cocobunji WEST5階)

仕事にも役立つ断捨離セミナーと、企業との交流会を行います。

↓協働コミュニケーション課☎042・325・1991

健康づくりセミナー マイ ロングライフ フィットネス

①2月16日②3月16日(土)午前10時～正午(受付19時30分) 市民スポーツセンター

世代を超えた健康作りをテーマに、ウォーキングがもたらす

市役所への申し込み・問い合わせの時間は、特記がない場合は月～金曜日午前8時30分～午後5時(正午～午後1時を除く)の受付となります。

休日急病診療

当日、各医療機関では急病患者対応のため、電話での場所案内は行えません。暮らしのガイドの「医療機関一覧」または市HPでご確認ください。また、薬を処方された場合は、処方する薬局をその医療機関へお問い合わせください。

- 診療対象は急病患者に限ります。往診は行えません
○健康保険証・後期高齢者医療証などをお持ちください
○テレホンサービス☎(042)322-7700(自動音声案内)

Table with 4 columns: 日, 診療時間, 医療機関名, 所在地・☎(042)

24時間いつでも利用できます。急な病気やけがの場合にご活用ください

- 東京都医療機関案内サービス「ひまわり」
国分寺消防署
東京消防庁救急相談センター
東京都子ども医療ガイド

効果などを教えます。

市内在住で15歳以上の方※中学生を除く①健康作りのため

②バランス・総合運動「フィジカルウォーキング」講渡辺昭彦さん(スポーツプログラマー)

1月31日(木)までに、住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、電話または sports@city.kokubunji.tokyo.jp スポーツ振興課へ※多数の場合抽選(※スポーツ推進委員協議会)

エッセイ等市民協議会講演会 花が作られる 秘密を探る

2月23日(土)午後1時30分～4時 本多公民館

花は、花葉(花に化けた葉)とも呼ばれます。葉と花の類似点を探し、果実に見られる葉の痕跡を観察してみませんか。

心理講座 「私は私。母は母。」の作者と母娘関係を考える

2月26日(火)・27日(水)午前10時～正午 ひかりプラザ

母とのこじれた関係に苦しんでいる女性が、自分らしく生きるためにはどのような解決法があるのか。また、上手に付き合っていくためにはどうしたらいいのか、講師と一緒に考えてみませんか。

女性講師加藤伊都子さん(フェミニストカウンセラー) 定20人

無料 1月16日(水)午前9時から電話で男女平等推進センター

↓人権平和課☎042・573・4378

東京しごとセンター多摩の就労支援

申電話で※予約制・先着順 場東京しごとセンター多摩☎(042)329-4524

Table with 4 columns: 対象, セミナー・イベント名, 内容, 日時

早春の佐渡へ行こう

佐渡島のみなさんが歌って踊る お腹もいっぱいスペシャル旅

姉妹都市・佐渡市へ行ってみませんか。旬の海産物や郷土料理、地元の方々が披露する郷土芸能を楽しめます。

市内在住・在勤の方 定40人(最少催行人数20人) 大人=38,000円・小学生以下=28,000円(宿泊費、貸切バス代など)

①3月10日(日)～12日(火) ②16日(土)～18日(月) 市役所駐車場(集合・解散)

1月16日(水)～①2月28日(木) ②3月6日(水)に電話または https://enjoysado.net/で(一社)佐渡観光交流機構☎(0259)27-5000へ※先着順。旅行条件書を必ずご確認ください(電話申し込みの場合は郵送)

→人権平和課☎(042)573-4378

殿ヶ谷戸庭園連携事業

殿ヶ谷戸庭園・武蔵国分寺跡散策ツアー

2月26日(火)午前9時～正午 ※雨天の場合=3月5日(火) 殿ヶ谷戸庭園サービスセンター前(集合)

講師の解説付きで、国分寺産線と周辺に広がる文化財を巡ります。

主な見学場所 殿ヶ谷戸庭園、お鷹の道、おたかの道湧水園(旧本多家住宅長屋門・武蔵国分寺跡資料館)、史跡武蔵国分寺跡(僧寺金堂跡・講堂跡) 定30人 無料 申2月5日(火)までに往復はがき(必着)に住所・参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢・電話番号、返信宛名を明記して185-0021南町2-16殿ヶ谷戸庭園サービスセンター殿ヶ谷戸庭園・武蔵国分寺跡散策ツアー係へ※多数の場合抽選。1枚のはがきで2人まで申し込み可。小学生以下は保護者同伴 物飲み物 殿ヶ谷戸庭園サービスセンター☎(042)324-7991 注 動きやすい服装・靴で参加

→ふるさと文化財課☎(042)300-0073