

本号に掲載している情報に関して、今後、内容を変更する場合があります。最新の情報に関しては市HP(右のQRコードからもアクセス可)をご覧ください。各担当課へお問い合わせください。



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



新型コロナウイルス感染症対策に向けた市長メッセージ

国分寺市長 井澤 邦夫

7月に入ってから東京都内における新型コロナウイルス感染は拡大しており、感染者数が300人を超える日も発生している状況になっております。

当市においても7月まで31人だった感染者が8月22日現在、70人まで急速に増加しており、市民の皆さまにおかれましては不安も増しておられることと思います。

この感染者数は当市に住所を有する方の人数であり、当市及び近隣5市を管轄する多摩立川保健所から公表されています。保健所が感染された方々の症状に応じて療養先を病院やホテル等にする処置を行っています。現在のところ市内でのクラスター(感染者集団)の確認はありませんが、最近の傾向として家庭内での感染が疑われるケースが多く見受けられ、10代から80代の方までの感染が広がっております。

その中で残念なことではありますが、市職員の感染も確認されております。当該職員の感染経過等は市ホームページ等で公表しているところですが、その対応として、職場の消毒や周辺職員の自宅待機の措置等を行い、感染拡大防止対策を徹底しております。

市では市民の皆さまに手の消毒やマスク着用、定期的な換気等についてご協力をお願いしております。それに加え感染拡大の予防の観点から、市施設を利用される方に対してサーマルカメラによる体温測定や非接触型体温計を用いた体調の確認をひかりプラザ・けやきスポーツセンター及び第一庁舎で実施しております。また、8月24日から順次全小中学校においても実施してまいります。

ご承知のとおり新型コロナウイルスに対するワクチンは未だ開発されておられません。お盆や夏休みシーズンも終わり、小中学校では2学期が始まるなど再び社会経済活動が活発化しています。引き続き、市民の皆さまにはうがい・手洗いの励行と3密の回避により感染防止に努めていただきますよう重ねてご協力をお願いします。

感染者に対する差別、偏見や誹謗中傷といった不当な取扱いをすることは決して許されるものではありません。感染者及びそのご家族の人権尊重や個人情報保護、また事業者への風評被害が生じないようぜひご配慮いただき、正しい情報に基づく冷静な対応をお願いします。市といたしましては、今後とも感染拡大防止に向けて更なる対策を講じ万全を期してまいります。

新型コロナウイルス感染症 緊急対策事業

中小企業診断士による 経営相談窓口を開設

日時	9月15日(火)~10月30日(金)の 火・金曜日 午前9時~午後5時15分
場所	経済課(市役所第3庁舎)
対象者	新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受けている市内の事業者
費用	無料
利用方法	相談をご希望の方は事前に連絡のうえ ご利用ください

→経済課(内351)

子育て・高齢者応援商品券を郵送

区分	子育て世帯	高齢者
対象者 基準日(5月31日時点)に、 市の住民基本台帳に登録が ある方	平成14年4月2日~基準日に 生まれた児童がいる世帯の 世帯主	基準日に75歳以上の方
支給額	対象児童の数×5,000円分	3,000円分
支給方法	9月20日(日)までに対象者1人につき1通を簡易書留で 郵送。届かない場合はご連絡ください。 対象者が複数の場合、届く順番が前後することがあります	
問い合わせ先	経済課	高齢福祉課

商品券の概要

使用期限12月31日(木)

使える店舗取扱店ポスターがあるお店※詳しくは商品券に同封のチラシまたは市HPをご覧ください※不動産・金融商品、たばこ、換金性の高いもの(商品券類・切手・印紙・プリペイドカードなど)、性風俗関連特殊営業、国や地方公共団体への支払いなどは使用対象外

※再発行はできません

→経済課☎(042)325-9517/高齢福祉課☎(042)321-1301

事業者の方へ

取扱店を募集しています。11月30日(月)まで申し込みできます。詳しくは市HPをご覧ください。か、経済課へお問い合わせください。

新型コロナウイルス感染症に関する 最新の情報はHPでお知らせしています

市HPで、

- 生活・事業者支援
- 市内の感染者数
- イベント・公共施設
- 皆さまへのお願い

など、新型コロナウイルス感染症に関する最新の情報をお知らせしています。情報は日々更新しておりますので、皆さまご活用ください。

こちらから
ご覧いただけます



がいこくじん

外国人のみなさんへ For foreign residents 外国朋友们

外国の方のためのお知らせを やさしい日本語、英語、中国語で 市のホームページから 見ることができます。

Information for foreign residents is available in Easy Japanese, English and Chinese on Kokubunji City Website.

在国分寺市网页可以通过简单日语, 英语, 中文查看面向外国人士的通知。



9月の休日窓口

Table with 3 columns: 内容 (証明発行、印鑑登録、転入・転出手続き、個人番号カード交付), 国民健康保険・国民年金に関する手続き (一部), 日時 (12日(土)午前9時~正午), 場所 (市民課 (市役所第1庁舎), 保険年金課 (同庁舎))

※第1・3日曜日午前8時30分~午後5時に、cocobunji市民サービスコーナー (cocobunji WEST5階)で証明発行、一部の申請書の預かりなどを行っています
※詳しくはお問い合わせください。市HPからも確認できます
→市民課(内311)/保険年金課(内314)/cocobunji市民サービスコーナー☎(042)329-4121

都営住宅(シルバーピア)地元割当入居者募集

市内にある都営住宅(シルバーピア(高齢者集合住宅))の入居者を募集します。

募集対象単身者向・二人世帯向各1戸(泉町2-7-7泉町二丁目アパート)

対本市に引き続き3年以上居住している65歳以上の方

申9月3日(木)~16日(水)に申込書を郵送(消印有効)で〒185-8501市民課へ

募集案内・申込書配布9月3日(木)~11日(金)(土・日曜日を除く)

に①市民課(市役所第1庁舎)②cocobunji市民サービスコーナー(cocobunji WEST5階)

暮らし 無料相談

③国立駅前市民サービスコーナー(国立駅前くにたち・こくぶんじ市民プラザ内)で※②は日曜日も配布
↓市民課(内306)

予約制

個人番号カード交付臨時窓口

cocobunji市民サービスコーナー(cocobunji WEST5階)で個人番号カードを交付します。

日9月①16日(水)②25日(金)午前9時~午後5時

対個人番号カードを申請して交付通知書が届いている方

定各17人

申9月2日(水)~①14日(月)②23日(水)(土・日曜日、祝日を除く)

午前9時~正午・午後2時~5時に電話で市民課へ※先着順

注カード申請時と受け取り時に氏名・住所が変更になっている方は市民課(市役所第1庁舎)でのみ交付可

↓市民課(内318)

予約制 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となる顔写真を無料で撮影し、申請をお手伝いします。

日9月26日(土)午前10時~午後4時30分※予約時間は30分単位

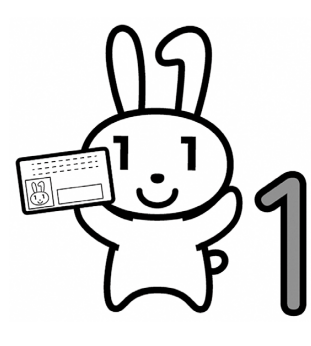
場リオンホール(cocobunji WEST5階)

対本市に住居登録のある方

定100人

申9月2日(水)~24日(木)(土・日曜日、祝日は除く)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)



9月・10月の保健事業(成人・母子)

場いずみ保健センター(6~7か月児・9~10か月児・妊婦歯科健診を除く)
要申は、電話で申し込み
→健康推進課☎(042)321-1801

Table with 3 columns: 対象 (母子(9月), 成人(10月), 母子(10月)), 事業名 (3~4か月児健康診査, 6~7か月児健康診査, 9~10か月児健康診査, 1歳6か月児健康診査, 3歳児健康診査, 個別栄養相談, 妊婦歯科健診, ひかりクラス, 離乳食講習会, 乳幼児歯みがきクラス, 2歳児歯みがきクラス, 2歳半歯科健診, 3歳半歯科健診, 発達健康診査), 日時 (13日(火)午前9時15分~11時5分, 13日(火)午前9時15分~正午, 17日(土)午前9時40分~10時50分, 19日(月)午後1時30分~2時15分, 20日(火)午後1時30分~2時30分, 19日(月)午前9時50分~11時10分, 15日(木)午前9時50分~11時10分, 20日(火)午前9時30分~11時30分, 7日(水)午前9時30分~11時30分)

郵対象者に案内を郵送。届かない方はお問い合わせください

要申

要申

要申

9月の無料相談(祝日を除く)

Table with 5 columns: 内容, 日程, 時間, 会場, 問い合わせ

注新型コロナウイルス感染症の状況で相談方法を変更する場合があります。詳しくは問い合わせ先へ

今月の介護認定(更新・申請)

Table with 2 columns: 対象, 認定有効期間 (10月31日(土)までの方)

更新申請 9月2日(水)~
新規申請 随時受け付け
区分変更 随時受け付け

※認定有効期間が9月30日(水)までの方は、早めに手続きをしてください

手続き郵送されている申請書を記入のうえ、申請窓口へ(郵送可)
申請窓口 高齢福祉課(いずみプラザ内)、高齢福祉課窓口(市役所第2庁舎)、地域包括支援センターもとまち・こいがくぼ・ほんだ・ひかり・ひよし・なみき

→高齢福祉課☎(042)321-1301

今月の保険料

今月は次の保険料の納期です。
介護保険料2期・後期高齢者医療保険料2期

納期限 9月30日(水)

Table with 3 columns: 保険料名, 介護保険料, 後期高齢者医療保険料

今月の市税

Table with 2 columns: 税目, 納期限 (国民健康保険税(第3期) 9月30日(水))

お近くの金融機関などで納付をお願いします(ゆうちょ銀行(郵便局)では納期限後は納付できません)
市税を納付いただくときは、税目・期別を確認してください
市税の納付は、便利な口座振替をご利用ください
バーコード・確認番号などが付いている納付書はコンビニエンスストア・モバイルレジ・クレジットカード(インターネット利用)でも納付いただけます(納期限まで)
詳しい納付方法はお問い合わせください

休日納税窓口

市税のほか、納期限内のもので納付書をお持ちいただいたものに限り、負担金・使用料なども納付できます。また、納税相談もできます。

Table with 2 columns: 日時, 場所 (9月27日(日) 午前8時30分~午後5時, 納税課(市役所第1庁舎))

→納税課(内553)

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。

放射線等測定結果 7月1日~31日に、市施設等の放射線等測定を行いました。いずれも各基準値以下でした。詳しくは、市HPをご覧ください

参画

救急の日

下水道の日

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 託託あり 主催 共催 注意事項

地域包括支援センターのイベント

共通事項 **¥無料**
申9月2日(水)から電話で各地域包括支援センターへ※先着順

<p>転倒予防教室 楽しみながらできる歩行改善と転倒予防 ふまねっと</p> <p>9月9日(水)午前10時~11時30分 本多公民館</p> <p>網を踏まないようにゆっくり慎重に歩くふまねっと運動を体験してみませんか 対おおむね65歳以上の市内在住の方 講ふまねっとサポーター 定20人 問地域包括支援センターほんだ ☎(042)300-2339 物運動しやすい靴・飲み物</p>	<p>家族介護者交流会 NHKスペシャル番組 「認知症の第一人者が認知症になった」の鑑賞会</p> <p>9月12日(土)午後1時30分~3時30分 さわやかプラザ</p> <p>番組を鑑賞し、日頃の介護の悩みなどを一緒に話してみませんか 対65歳以上の方、介護している方 定5人 問地域包括支援センターもとまち ☎(042)401-0035 物上履き・飲み物</p> <p>→高齢福祉課 ☎(042)321-1301</p>
---	--

301
↓高齢福祉課 ☎042・321・1301

対象。返却不可
選考方法 作文審査※情報公開のラザ内高齢福祉課へ

報酬なし
任期 10月~令和4年9月(2年間)
申9月15日(火)までに作文「応募の動機」を800字以内にとり、住所・氏名・年齢・性別・電話番号を明記し、郵送(必着)で〒185-0024 泉町2-3-8 いずみプラザ内高齢福祉課へ

敬老会や高齢者の生きがい推進に関するイベントの協議をする委員を募集します。
市内在住で65歳以上の会議(年3~6回・月々金曜日昼間2時間程度を予定)に出席できる方※市の他の附属機関の公募委員を除く
定2人
報酬なし
任期 10月~令和4年9月(2年間)
申9月15日(火)までに作文「応募の動機」を800字以内にとり、住所・氏名・年齢・性別・電話番号を明記し、郵送(必着)で〒185-0024 泉町2-3-8 いずみプラザ内高齢福祉課へ

生きがい推進事業協議会
委員を募集



公開
しています

●高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画策定検討委員会
9月17日(木)午後6時30分、
場いずみプラザ
内計画体系に関してほか
↓高齢福祉課 ☎042・321・1301

住工共存地区内における建築物の制限に関する条例(案)のパブリック・コメントの結果
6月15日号3ページに掲載した「住工共存地区内における建築物の制限に関する条例(案)」へのパブリック・コメント(意見提出手続)に寄せられた意見は、ありませんでした。決定した条例(案)は、前回と同じ公表場所で、10月1日(木)までご覧いただけます。
↓まちづくり計画課(内455)

9月9日は救急の日

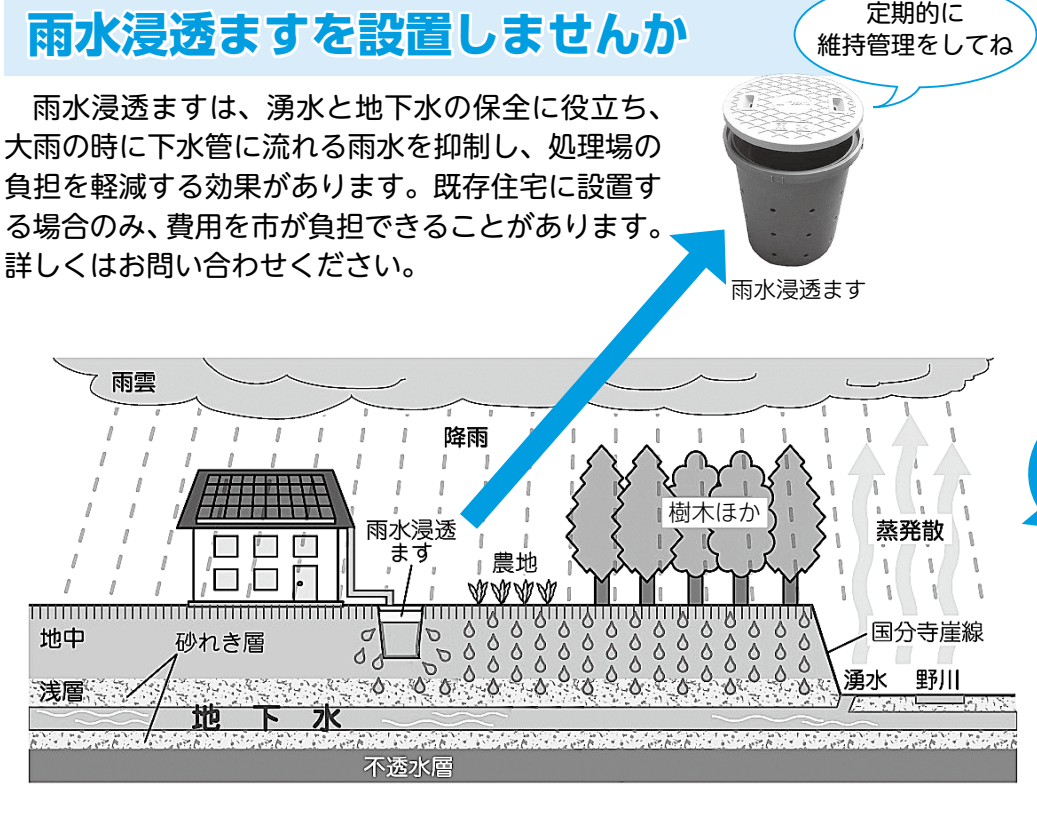
具合が悪くなったときや、けがをしたときの備えはできていますか。いざというときに慌てないように、普段から救急時の備えをしておきましょう。

救急箱の中身を確認しましょう
あと良いもの 体温計・三角巾・はさみ・とげ抜き・包帯・救急ばんそうこう・ガーゼ・ガーゼ止め用テープ、常備薬(使用期限を確認)

救急車を呼ぶ前に知っておきましょう
○緊急性がなく、自力で病院に行けるときは救急車以外の交通手段を使いましょう
○救急車を呼ぶか迷ったら、電話で#7119へ相談するか、インターネットを利用して東京版救急受診ガイドで確認しましょう
○新型コロナウイルス感染症対策のため、できるだけ患者・付き添いの方は検温し、マスクを着用しましょう
●新型コロナウイルス感染症が疑われる場合の相談は電話でかかりつけ医または相談機関へ
相談機関 多摩立川保健所 ☎(042)524-5171 (月~金曜日午前9時~午後5時)
※それ以外の時間= ☎(03)5320-4592

→保険年金課(内547)

9月10日は下水道の日



家庭や工場からの汚水は、下水道管を通して多摩川流域の水再生センター(下水処理場)に集められ、きれいに処理をし、河川・海へ流しています。下水道は、快適な生活環境を維持し、大雨による浸水被害から市民生活を守り続けています。快適に使い続けるために、ご協力をお願いします。

詰まり・爆発の原因になります 下水道に流してはいけないものの例

- 生ごみ
- 割りばし
- 水に溶けにくいティッシュペーパー
- 油
- 落ち葉
- 紙おむつ・生理用品
- ガソリンやシンナーなど揮発性の高い危険物

油を流さないために

- 鍋や皿に付いた油污は拭き取りましょう
- 古い油は吸い取るか固めて燃えるごみに出しましょう
- 残った油はこし器に移し、使い切りましょう

川や海の良い水環境を維持するためにも、下水道に油を流さないでね

→下水道課 ☎(内438)

健康

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

9月26日(土)
午前10時～11時30分
いずみプラザ

5分ですることができる効果的なエクササイズを楽しみながら、健康的な生活習慣づくりのきっかけをつかみませんか。

市内在住・在勤・在学・在活の方講座健康運動指導士12人無料9月2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・飲み物・汗拭き用タオル(注)動きやすい服装と靴(室内用)で参加

↓健康推進課☎042・321・1801

栄養講座・脂質異常症予防
どう付き合おう
コレステロール・中性脂肪

9月29日(火)
午後2時～3時15分
いずみプラザ

気になる健診結果はありませんか。血中脂質が増えない、動脈硬化が予防できる生活のポイントなど、管理栄養士が楽しく分かりやすく話します。歯科衛生士のミニ講座もあります。

市内在住・在勤・在学・在活の方定12人無料9月2日(水)午前9時から電話で健康推進課へ※先着順物筆記用具・飲み物、あれば健診結果

↓健康推進課☎042・321・1801

9月は食生活改善普及運動月間 食事をおいしくバランスよく

この機会に食生活を見直しませんか。

野菜を毎日プラス1皿

大人が1日に必要な野菜の摂取量は350gです。これは日本人の現状の平均野菜摂取量にもう1皿加えた量に相当します。市HPで野菜を簡単に調理できるレシピを公開しています。



おいしく減塩 1日マイナス2g

1日の食塩摂取目安量は男性7.5g女性6.5gです。これは日本人の現状の食塩摂取量から2g減らした量に相当します。栄養表示を見て塩分を確認し、だし・かんきつ類・香辛料などを使って、減塩しましょう。



毎日の暮らしにwithミルク

牛乳、チーズ・ヨーグルトなどの乳製品でカルシウムを摂取しましょう。苦手な場合は、大豆製品で摂取しましょう。



若い世代・男性に不足しがちなカルシウム・鉄分を多く含む簡単レシピ
小松菜と厚揚げの煮物

1人分エネルギー158kcal

- 材料(2人分)
- 小松菜2/3束(140g)
 - 厚揚げ1枚(160g)
 - かいわれ大根(15g)
 - 砂糖・しょうゆ各大さじ1弱
 - みりん大さじ1強 ●水100ml



お好みでおろし生姜を添えても😊

- 作り方
- ①小松菜を4cmに切る。かいわれ大根の根を切る
 - ②厚揚げはペーパータオルで油を拭き取り(または湯で油抜き)3cm角に切る
 - ③鍋に調味料と水を入れ、中～弱火で厚揚げを7分ほど煮る
 - ④小松菜を加え、さらに5分ほど煮る
 - ⑤かいわれ大根を入れ、ふたをして火を消し1分おく

→健康推進課☎(042)321-1801

悩みを抱えていませんか 周りに悩みを抱えている方はいませんか

9月は都の自殺対策強化月間

→健康推進課☎(042)321-1801

心の悩みを抱えていたり、自殺のことを考えていたりする方は、一人で悩まず相談してください。また、自殺を防ぐためには、周りの人が悩んでいることに気づき、受け止め、つなぐことが大切です。

悩んでいる心の声を聴かせてください

- 心の健康相談
さまざまな心の問題に関する相談を保健師が伺います。また、予約すると精神科医に相談することもできます(月1回実施。詳しくは2ページ「無料相談」をご覧ください)。
☎障害福祉課(内532)
- 自殺防止東京キャンペーン特別相談期間

相談窓口	電話番号等	特別相談期間(9月)
自殺予防いのちの電話 ☎(一社)日本のいのちの電話連盟	(0120)783-556	10日(木)午前8時～11日(金)午前8時
都自殺相談ダイヤル ころといのちのほっとライン ☎NPO法人メンタルケア協議会	(0570)087478	23日(水)～27日(日)(24時間)
傾聴電話 ☎NPO法人有終支援いのちの山彦電話	(03)3842-5311	日曜日・祝日の正午～午後8時
LINE相談 アカウント名相談ほっとLINE@東京		午後3時～9時30分
自死遺族相談ダイヤル ☎NPO法人全国自死遺族総合支援センター	(03)3261-4350	7日(月)～9日(水)午前11時～午後7時
自死遺族傾聴電話 ☎NPO法人グリーンケア・サポートプラザ	(03)3796-5453	15日(火)～18日(金)正午～午後4時
多重債務110番 ☎都消費生活総合センター	(03)3235-1155	7日(月)・8日(火)午前9時～午後5時

こころの体温計で心の状態をチェックしませんか

携帯電話やパソコンを使って簡単にメンタルヘルスチェックができます。心の悩みを感じていないという方もチェックしてみましょう。



HP<https://fishbowlindex.jp/kokubunji/demo/index.pl>

周りに心の悩みを抱えている方はいませんか

- ①サインに気づきましょう
自殺を考えている人は、悩みながら何らかのサイン(変化)を発しています。
周囲が気づくサイン(例)
○以前と比べて表情が暗く元気がない
○体調不良の訴えが多くなる
○仕事や家事の能率が低下、ミスが増える
○周囲との交流を避けるようになる
○遅刻・早退・休みが増加する
○趣味やスポーツ、外出をしなくなる
○飲酒量が増える
- ②サインに気づいたら声をかけてみましょう
- ③自殺をしないと打ち明けられたら話を聴きましょう
本人の気持ちを十分に受け止めてあげるために、TALKの原則を意識しましょう。
話す Tell 死んでほしくない自分の気持ちをはっきり伝える
尋ねる Ask 今、死にたいという気持ちがあるか
聴く Listen つらい気持ちをひたすら聴く
安全を確保する Keep safe 1人にしない 身近な危険物は隠しておく
- ④専門家に相談するように促しましょう

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。

イベント

託児付き

共に育つためのヒント
大人の視点、子どもの
視点から考える

9月25日(金)午前10時～11時
子ども家庭支援センターぶ
んちうち

子どもとのやり取りの中で、
子どもが自分でできると言った
のにできなかったり、約束した
のに約束を守らなかったりした
ことはありませんか。子どもの
視点で考えると違って見えるこ
とがあります。視点の違いを楽
しく学びませんか。

対乳幼児のいる保護者 臨床心
理士定員9人 ¥無料 9月2日(水)
～16日(水)に電話で子ども家庭支
援センターぶんちうちへ※先着
順。市内在住の方優先 市内在
住で3～4か月児健康診査受診
後の未就学児6人
↓子育て相談室 ☎042・572・
8138

キラッと子育て

ペアレント・トレーニ
ングで学ぶ
子育てのコツ

10月3日(土)午後1時30分～3
時45分
本多公民館

ペアレント・トレーニグは、
親と子がよりよいコミュニケー
ションで家庭生活を送れるよう
に考えられたプログラムです。
褒め方や子育てのコツを学んで
みませんか。

対どなたでも定員30人 ¥無料 9
月1日(火)～19日(土)に電話で子
ども家庭支援センターぶんちうち
へ※多数の場合抽選。市内在住・
初めての方優先
↓子育て相談室 ☎042・572・
8138

託児付き

女性視点で考えよう
災害への備えと
避難所運営

10月5日(月)午後2時～4時
ひかりプラザ

災害などの非常時にみんなが

尊重され、少しでも過ごしやす
い避難所生活を送るためには、
日頃の防災の現場や実際の避難
所運営の管理に、女性の参画も
必要です。いざという時に備え、
女性視点を取り入れた避難所生
活・避難所運営を考えてみませ
んか。

対どなたでも定員五十嵐ゆかりさ
ん(聖路加国際大学大学院教授)
定員20人 ¥無料 9月2日(水)午前
9時～25日(金)午後5時に、講座
名・氏名(ふりがな)・電話番号・
市内在住の方はその旨、託児希
望の方は子どもの名前・年齢・性
別を明記し、[sinkenheiva@
city.kokubunji.tokyo.jp](mailto:sinkenheiva@city.kokubunji.tokyo.jp)または
電話で男女平等推進センター ☎
042・573・4378へ※先着
順。市内在住の方優先 託児生6
カ月以上の未就学児6人



五十嵐ゆかりさん

↓人権平和課 ☎042・573・4
378

市民後見人養成講座
参加者募集の
事前説明会

9月15日(火)・16日(水)午前10時～
19日(土)午前10時～・午後1時～
※同内容。1時間程度
権利擁護センターこくぶんじ

市民後見人(*)養成講座の制度や選考
方法などに関する説明会を開催します。受
講希望者をご参加ください。なお、講座は
オンラインでの受講になります。インター
ネット環境がない方はご相談ください。

対市内在住の20歳以上で、市民後見人
に関心のある方 9月1日(火)～参加希望日
の前日に電話で同センター ☎(042)580-
0570へ 同センター

(*)弁護士や司法書士・社会福祉士といっ
た専門家ではない、必要な知識と技量を身
に付けた第三者の後見人です。認知症・知
的障害・精神障害等で判断能力が十分でない
方を身近な立場で支援し、成年後見活動
を行います

→地域共生推進課(内566)

障害のある方もない方も共に働く社会を目指して

9月は障害者雇用支援月間

障害のある方と共に働き、共に支え合う社
会に関して考えてみませんか。障害のある方
の働きたい思いを支援し、自立と社会参加を
促進するため、就労支援を行っています。

市障害者就労支援センターを
ご利用ください



市障害者就労支援センターを
利用して就職した方

就職した企業の指導員の方

障害のある方が就職活動や就業生活などを円滑に行えるよう
に、関係機関と連携を図りながらサポートを行い、身近な地域
で安心して働き続けていけるように支援しています。また、障
害のある方の雇用に関して、企業の方からのご相談も受け付け
ています。

相談時間

月～金曜日午前10時～午後7時、第1・3土曜日午後1時～7時
※祝日、12月29日～1月3日を除く

相談方法

☎(042)300-1500またはFAX(042)324-1718で

※面談は申し込み制

場 泉町2-3-8 (障害者センター内) ¥無料

作業の発注に市内の障害者施設をご活用ください

国分寺障害者施設
お仕事ネットワーク

市内の福祉作業所で働く障害者の仕事の拡充と工賃アップを
目指し、共同受注などに意欲的に取り組んでいます。清掃・印刷・
封入・ポスティングなどいろいろな仕事に対応していますので、
ご活用ください。

発注・問い合わせ先

国分寺障害者施設お仕事ネットワーク代表
☎(042)324-7071(ともしび工房内)

加盟団体 (社福)万葉の里・(社福)けやきの杜・(社福)ななえの
里・(社福)はらからの家福祉会・(社福)東京聴覚障害者福祉
事業協会・(社福)Ann Bee・NPO法人Ohana・NPO法
人国障連喫茶・(一社)Life Commit・(一社)一粒福祉会・(社
福)市社会福祉協議会



清掃作業をしています

国分寺ぶんぶんチャンネル
で紹介しています

いろんな仕事ができます
国分寺障害者施設お仕事
ネットワーク

HP <http://www.city.kokubunji.tokyo.jp/kouhou/1018308/1021556.html>

※QRコードから
アクセス可



→障害福祉課(内523)

イベント

地域福祉

障害者

凡例 日 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 Eメール 託児あり 主催 共催 注意事項

自宅での生活に危険がない場合に、避難所に行かずに自宅で避難生活を続ける

在宅避難という選択



特集 在宅避難という選択

→防災安全課(内220)

安全なら在宅避難も選択肢の一つです



- 避難所では、密集した環境下での集団生活などで新型コロナウイルスの感染が拡大するリスクが高まります。自宅が安全ならば避難所へ行かずに、自宅での在宅避難も考えてみましょう
- 自宅での在宅避難が難しい場合は、親戚・知人宅などへの避難も検討しましょう
- 在宅避難の備えは避難所への避難を禁止するものではありません。生命や身体に危険が迫っている時は、迷わず避難しましょう

在宅避難のために その① 建物や周辺は安全ですか

- 木造住宅やブロック塀などの安全確認をしましょう

市で行っている事業

木造住宅耐震化支援事業 (7月1日号市報7ページ参照)

☎まちづくり推進課 (内453)

ブロック塀等撤去工事等にかかる費用の一部助成 (4月1日号市報5ページ参照)

☎建築指導課 (内485)

在宅避難のために その② 備蓄品は確保されていますか

- 最低7日分の備蓄品を用意しましょう
- 食べ物・日用品は、期限が近くなったものから消費し、再購入しましょう



市で行っている事業

防災用品などのあっせん事業

感震ブレーカー、家具転倒防止器具、備蓄食料、非常持ち出し品などを定価より安く購入できます。器具などの設置代行も行います。商品内容・注文方法など詳しくは、防災用品あっせんの案内のチラシをご覧ください。

チラシ配布 防災安全課(市役所第4庁舎)、各公民館・図書館・地域センター・地域包括支援センター、福祉センター、ひかりプラザ、いずみプラザ、市民スポーツセンター、cocobunjiプラザ(cocobunji WEST5階)で※市HPからダウンロード可

☎市内への発送・設置に限ります。商品・サービスの内容、支払い方法などは直接業者へお問い合わせください。

防災用品販売事業者

(社福) 東京コロニー

☎(042)336-9131

感震ブレーカー・家具転倒防止器具等 取り付け事業者

東京土建一般労働組合小金井国分寺支部

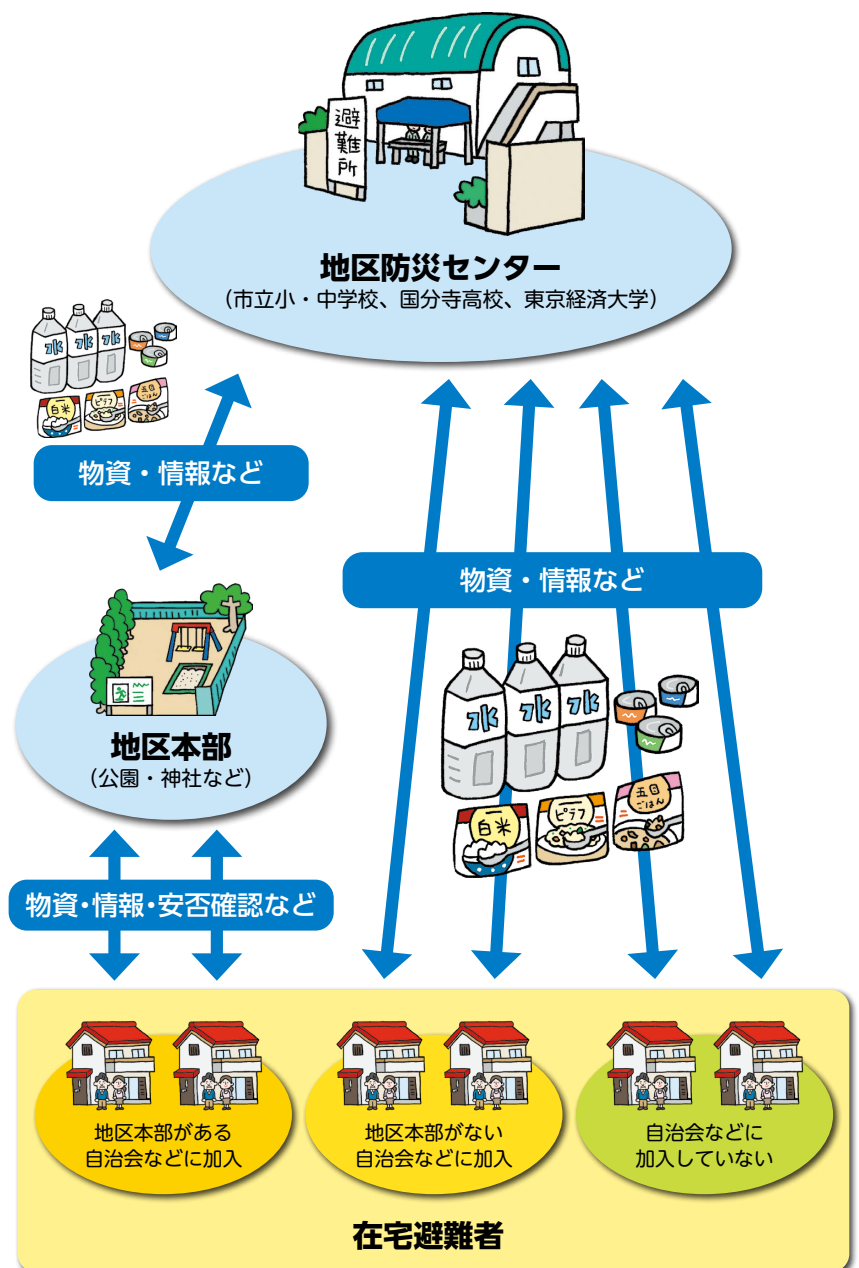
☎(042)324-5940



→防災安全課 (内511)

在宅避難のために その③ 在宅避難者への支援

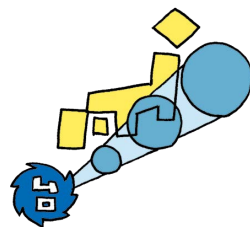
- 各戸への物資・情報などの支援は地区本部経由で実施します
- 地区本部は地域の防災活動の拠点として自治会・町内会・防災会などが設置し、市からの支援が一人ひとりに速やかに届きやすくなります
- 地区本部の有無・活動内容(設置場所など)は、各自治会・町内会・防災会などで異なるので確認しておきましょう。まだ地区本部に関して決まっていない自治会・町内会・防災会などは、災害が起こる前に皆さんで話し合っておきましょう
- 自治会などに加入していない方は、直接地区防災センターで物資・情報などを入手できます



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。

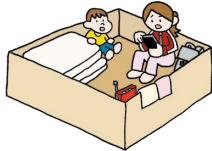
自分たちの命は自分たちで守る意識を持ち

コロナ禍の災害に備えましょう



コロナ禍の避難所生活はこう変わります

- 避難者同士のソーシャルディスタンスを確保するため、受け入れ可能人数が今までの半数以下に減少
- テント泊や車中泊による屋外避難の可能性あり
- 避難者受け付け時に検温・問診のうえ、健康チェック票・避難者カードを記入
- 発熱や咳がある時は校舎内の専用スペースで過ごし、トイレなどで他の避難者との接触をなくすよう配慮



避難所生活Q&A

Qペットと避難したい

Aケージに入れて一緒に避難できます。ペットは屋外または雨風をしのげる場所で受け入れ、同居はできません。なお、大型動物や危険動物は敷地内に入れません。盲導犬などは避難所で同居できます

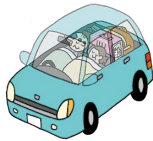


Q過酷な環境の避難所生活では、障害のある子どもが生活できるか心配

A避難所以外に、親戚・知人宅などへの避難も検討しましょう。また、地区防災センターでは障害者などの要配慮者のために、保護スペースを設けます

Q車で避難所に行きたい

A地区防災センターへの避難は徒歩が原則です。テント・車中泊ができる場所は現在検討中です。決まり次第お知らせします



避難所生活の心構え

- 避難所は被災したことで、自宅での生活に命の危険がある場合に避難する場所です
- 本来生活する場所ではない体育館や教室を使用するため、快適には過ごせません
- 避難所では見ず知らずの人と一緒にになります。気持ちよく過ごすために、みんなでルールを作り守っていくことが必要です。トイレの清掃やごみの持ち帰りなど、お互いに気をつけながら少しでも気持ちよく避難所生活を送れるように協力しましょう
- 通常の持ち出し品に加え、マスク・消毒液・体温計・スリッパを用意しましょう。荷物が多いと避難が大変になるので、持ち物の優先順位を付けておきましょう

一人ひとりが心がけること

手洗い、咳エチケット、マスクの着用、距離の確保、定期的な換気、検温などの健康管理、小声での会話



台風や豪雨で水害が予想されたら

ハザードマップで、自宅は浸水が想定される(色が塗られている)区域ですか

自宅の中に、想定される浸水深より高いスペースはありますか

避難に時間がかかる人がいる時
【警戒レベル3】
避難準備・高齢者等避難開始が出たら避難

避難に時間がかかる人がいない時
【警戒レベル4】
避難勧告が出たら避難

安全な場所に住む、身を寄せられる親戚・知人はいますか

在宅避難

※自宅周辺に低い土地や崖(土砂災害警戒区域など)がある時は、自宅は危険な場合があります

親戚・知人宅へ避難

※日頃から相談しておきましょう

地区防災センターへ避難

ハザードマップ



左のQRコードからアクセス可

HP <http://www.city.kokubunji.tokyo.jp/kurashi/bousai/1014226/1002434.html>

いろいろな情報手段

災害時には使えなくなる可能性があるため、なるべく複数登録しておきましょう。

生活安全・安心メール

✉ koku@kmel.jp

※空メールを送信すると登録できます



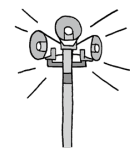
防災・防犯ツイッター

@koku_bousai



防災無線ダイヤルイン

☎(042)312-2000



防災アプリ「Yahoo!防災速報」



避難行動要支援者登録制度

災害時に自力での避難が困難な方を対象とした、地域の支援者(*1)による、安否確認や避難支援を定めた避難行動要支援者登録制度があります。制度登録の対象者(*2)には市から情報提供同意書をお送りしています。地域の支援者への情報提供に同意・不同意の意向と、必要事項を記入し、市へ返送してください。

(*1)市民生委員・児童委員、社会福祉協議会、国分寺消防署、市消防団、小金井警察署、登録している自治会・町内会

(*2)○介護保険の要介護4・5の方○身体障害者手帳1・2級の交付を受けている方※内部障害に関しては呼吸器の機能の障害のみ○

愛の手帳1・2度の交付を受けている方○精神障害者保健福祉手帳1級の交付を受けている方※6月1日時点

■その他支援が必要な方は申請を

高齢者・障害者・妊産婦など、災害時に支援が必要な方を対象に、名簿登録を随時受け付けています。

申請書を郵送または直接地域共生推進課(市役所第2庁舎)へ

申請書配布 地域共生推進課で※市HPからダウンロード可



→地域共生推進課 (内566)

認証保育所等保護者助成金額・申請方法

対象児童	助成金額(月額)	申請期間	申込方法	必要書類	申請書記布
対象外 ○住民税課税世帯および保育認定のない0歳～2歳児 ○保育認定のない3歳～5歳児	上限10,000円	9月1日(火)～16日(水)	必要書類を郵送(必着)または直接〒185-8501子ども子育て事業課(市役所第2庁舎)へ	認証保育所等保護者助成金交付申請書	対象児童の在籍する認証保育所、子ども子育て事業課(市役所第2庁舎)で※市HPからダウンロード可
対象 ○住民税非課税世帯で保育認定のある0歳～2歳児 ○保育認定のある3歳～5歳児	基本保育料から無償化給付分を控除した差額(上限10,000円)	10月1日(木)～16日(金)		○認証保育所等保護者助成金交付申請書 ○無償化申請に係る書類(施設等利用費請求書・領収書・特定子ども子育て支援提供証明書)	

新型コロナウイルス感染症拡大防止による臨時休園等に対する支援事業で保育施設から月額保育料の減額・返金を受けている場合は、減額・返金後の金額で算定

申請・請求 子ども

申請・請求

認証保育所等保護者助成金(前期分)申請の受け付け

認証保育所(市内・市外不問)に月ぎめ契約で在籍する(一時保育を除く)市内在住の児童の保護者

対象月 4月～9月※各対象月の初日に在籍していること

助成金額・申請方法など左表のとおり

子ども子育て事業課(内465)

幼児教育・保育無償化の施設等利用費の給付請求

幼児教育・保育無償化の対象となる子育て支援サービス(幼稚園等の預かり保育事業や認可外保育施設など)の4月～9月の施設等利用費の償還払いを行います。

①幼稚園(教育時間部分)・新制度未移行幼稚園(償還払いの施設) ②幼稚園預かり保育事業 ※保育の必要性の認定を受けている場合のみ ③認可外保育施設(認証保育所を含む)利用の方

図書館で託児サービスを利用しませんか

小さい子どもを育てる人のための本の時間



子育て中の方が、図書館でゆっくり自分のための本に触れることができるよう、併設の公民館保育室で保育スタッフがお子さんを預かります。市民団体の「ははがよむ」と市の協働事業です。

■場本多図書館=9月17日・10月15日・11月19日・12月17日・令和3年1月28日・2月18日(木)
光図書館=9月30日・10月28日・11月25日・12月23日・令和3年1月20日・2月24日・3月17日(水)

①午前10時～10時55分②11時5分～正午

市内在住の6か月児～3歳の未就園児と保護者

定各8人 無料

開催日の10日～3日前に、希望する時間、親子の氏名、子どもの年齢と平熱、お住まいの町名、当日連絡が取れる電話番号を明記し、hahayomu@gmail.comまたは電話でははがよむ・青木☎(090)9820-1073へ※先着順。空きがある場合は、当日直接会場の図書館で受け付け可

同時開催 とんとんとん

本を通して人・情報の交流が生まれる場所です。お薦めの本の紹介、子どもと行ける本のある場所など、みんなでおしゃべりしましょう。本の読み聞かせもあります。お子さんと一緒に気軽にお立ち寄りください。

①午前11時～午後0時20分
場本多・光公民館※当日直接会場へ
無料

→本多図書館☎(042)324-2022

外国人学校に通学している小・中学生の児童等の保護者に、補助金申請をお忘れなく

外国人学校児童等の保護者へ補助金申請をお忘れなく

外国人学校に通学している小・中学生の児童等の保護者に、

10月1日(木)①②23日③16日(金)に請求書類を郵送(消印有効)または直接〒185-8501子ども子育て事業課(市役所第2庁舎)へ

※利用施設で取りまとめている場合は各施設へ

請求書類配布利用施設で※市HPからダウンロード可

子ども子育て事業課(内359)

支給額 2千円/月

↓学務課☎042-574-4042

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。

みんなで子育て・子育て 9月のイベント

親子ひろば	利用定員を設け、入れ替え制で実施	実施日時、利用定員・方法など詳しくは、HP http://www.city.kokubunji.tokyo.jp/kurashi/1008608/1008667/1001398.html (右QRコードからアクセス可)をご覧くださいか、各団体へお問い合わせください
東部 東部地区拠点親子ひろば「BOUKENたまご」 場南町3-9-25都営住宅1階 問認定NPO法人冒険遊び場の会☎(042)312-0414 助産師のいる日=3日・17日(木)14時20分～15時40分、10日・24日(木)10時～11時20分/ミニ相談会(歯科)=25日(金)10時～11時20分 歯ブラシ・母子手帳/チョコの日=27日(日)10時～12時 専門家に発達の相談ができます/カウンセラーのいる日=月・水曜日 ひがしこいがくぼ3丁目よくこう親子ひろば 場在宅複合福祉施設あじさい苑1階 問(社福)浴光会☎(042)300-2088 助産師のいる日=23日(水)10時～12時 東恋ヶ窪親子ひろば 場 問第一・二東恋ヶ窪学童保育所☎(042)323-3822 本多親子ひろば 場 問本多児童館☎(042)322-1140 助産師のいる日=25日(金)10時～11時30分	気軽に立ち寄れて、安心して遊び・交流ができる場 対プレママ・プレパパ、主に0歳～3歳の子どもと保護者 休日曜日・祝日	
中央 泉町親子ひろば 場都営泉町二丁目アパート集会所 問子ども家庭支援センターぶんちっち☎(042)572-8138 助産師のいる日=3日(木)10時～12時 日吉町親子ひろば 場 問日吉町学童保育所☎(042)324-8100 プレイステーション親子ひろば「BOUKENどんどこ」 場市プレイステーション2階 問認定NPO法人冒険遊び場の会☎(042)323-8550 助産師のいる日=11日(金)14時30分～16時30分/カウンセラー相談=木曜日 市民室内プール親子ひろば「コアラッコ」 場市民室内プール 問コアラッコ・親子ひろばサポート国分寺☎(070)4133-4770 助産師のいる日=15日(火)10時～12時		
西部 西部地区拠点親子ひろば「ぶんちっちひろば」 場 問子ども家庭支援センターぶんちっち☎(042)572-8138 みんなで子育てフリートークの会 0歳児親子集まれ=16日(水)10時～11時/助産師のいる日=24日(木)9時30分～11時30分 北町親子ひろば 場北町地域センター 問(有)母と子のサロン(ファミリーサロン)☎(042)326-2414 西町親子ひろば 場 問にしまち児童館☎(042)575-8188 助産師のいる日=9日(水)10時～11時30分 戸倉親子ひろば 場 問戸倉学童保育所☎(042)324-9700		

こま 困ったことがあったら電話してね

子ども専用相談電話

☎(0800)800-9033 (通話料無料)
※つながらない時は
☎(042)572-3725 (通話料有料)
⑧8時30分～17時 休日・月曜日、祝日

お子さんに関わる悩みや子育てに関する心配、不安などの相談

養育困難や児童虐待の相談もできます。まずは、お電話ください

子ども家庭支援センターぶんちっち

☎(042)572-8138
FAX(042)572-0481

対0歳～17歳の子どもと保護者、子育てに関わる方
⑨9時30分～17時(第2・4木曜日は13時まで)
休日・月曜日、祝日

児童虐待など緊急性のある場合は下記でも相談できます
小平児童相談所☎(042)467-3711
⑨9時～17時 休土・日曜日、祝日
児童相談所虐待対応ダイヤル☎189

発達に関する悩みや心配ごとの相談(予約制)

こどもの発達センターつくしんぼ

☎(042)325-0070
FAX(042)323-7912

対0歳～17歳の子どもと保護者
⑧8時30分～17時 休土・日曜日、祝日

→子育て相談室☎(042)572-8138

イベント

学ぶ楽しむ参加する

会員募集

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

図書館利用マナーアップ 啓発標語を募集



図書館の本は皆さんの財産です。返却される本の中には、切り取りや汚されたもの、水にぬれたものや期限を過ぎても返却されないものがあります。皆さんが気持ちよく図書館を利用できるような、標語(キャッチコピー)を募集します。

応募資格 市内在住・在学・在勤の方

応募方法 9月30日(水)までに、必要事項を明記し、✉honda-to-shokan@city.kokubunji.tokyo.jp・郵送(必着)で〒185-0011本多1-7-1本多図書館または直接各図書館へ

募集要項配布 各図書館で※市HPからダウンロード可

注 作品は20字以内、1人1点まで。詳しくは市HPをご覧ください

→本多図書館 ☎(042)324-2022

いずみホール主催事業

第3回国分寺みらい音楽コンクール

音楽の楽しさを感じながら技術の向上を図り、文化を育むまちづくりの一環として開催します。

開催部門 ピアノ 予選=12月20日(日)・本選=令和3年1月31日(日)

場 いずみホール

対 小学校高学年部門=小学5・6年生、中学生部門=中学生※市外の方も参加可

課題 任意のクラシック曲 定 各部門10人

予選=1,000円・本選=2,000円※予選のみ申し込み時に支払い

本選審査員 酒井有彩さん(ピアニスト)

申 9月2日(水)午前10時~10月15日(木)午後6時に申込用紙に必要事項を明記し、直接いずみホールへ※先着順

申込用紙・参加要項配布 同ホール、各公民館・図書館※HP http://www.izumihall.com/・市HPからダウンロード可

問 同ホール ☎(042)323-1491 注 詳しくは参加要項をご覧ください →文化振興課 ☎(042)313-8182

学ぶ楽しむ

参加する

相続と遺言の無料相談会

9月9日(水)午後1時30分~4時30分 場 リオンホール(cocobunji WEST 5階)※当日直接会場へ 内 遺産相続・公正証書遺言など → 都行政書士会国分寺支部 ☎(042)324-5811

シルバー人材センター入会説明会

9月11日(金)・24日(木)午後1時30分~ 場 福祉センター 対 市内在住の60歳以上で就業希望の方 定 10人 申 9月2日(水)から電話で※先着順 物 住所・年齢が確認できるもの、年会費2,000円(入会希望者のみ) → ☎(042)325-4011

秋の風情、白萩の大悲願寺と里山横沢入ウォーキング

9月27日(日)午前9時~午後1時※雨天中止 場 JR国分寺駅下りホーム最後尾集合※当日直接集合場所へ → 武蔵増戸駅 → 大悲願寺 → 横沢入里山保全地域 → 武蔵増戸駅(解散)※距離約5km 対 どなたでも ¥200円(保険料など) 物 飲み物・軽食・雨具・交通費 注 マスクを着用してご参加ください → こくぶんじ地域クラブ事務局 ☎(090)9824-0401

秋期ゲートボール初心者講習会

全世代が楽しめるスポーツです。仲間との弾む会話、緊張感のあるゲームを楽しみましょう。

10月3日~12月5日の毎週土曜日午前9時~正午(全10回) 場 新町ゲートボール場・西元町ゲートボール広場 対 市内在住・在勤の方 講 市ゲートボール連

もしかするこくぶんじ ~自然×科学×まちづくり~



最先端の科学や技術を味方につけたら こくぶんじはどう変わる?

東京大学生産技術研究所の先生と話そう

ワークショップ もしかするこくぶんじ 自然×科学×まちづくり

9月26日(土)午後1時~4時 リオンホール(cocobunji WEST5階)

ペンシルロケットの開発者である糸川英夫さんが在籍していた東京大学生産技術研究所(東大生研)から講師を招いてワークショップを開催します。

参加者には折りたたみクッションをプレゼント

SDGs(エスディージーズ。持続可能な開発目標)の視点から、国分寺の新たな魅力を発見し、未来のまちの姿を想像しませんか。皆さんで考えたこくぶんじの未来や願いを込めたアイデアを大漁旗に描きます。

詳しくは科学自然都市協創連合HP https://www.iis.u-tokyo.ac.jp/inter-regional_network/ (右のQRコードからアクセス可)をご覧ください。



東大生研が進める最新の自動運転技術などを、須田義大さん(東京大学モビリティ・イノベーション連携研究機構長)が分かりやすくお話しします。

東大生研の最新研究を分かりやすく紹介するカードゲームでどんな科学の力がまちに生かせるか考えます。

対 大学生 定 15人 料 無料

申 9月2日(水)から、もしかするWS参加希望、参加者全員の氏名・学年・連絡先を明記し ✉ nikou@iis.u-tokyo.ac.jpへ ※先着順

催 東大生研・科学自然都市協創連合(本市含むほか6団体で構成)

→文化振興課 ☎(042)329-1205

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
女声合唱団ぶどうの木	月3回月曜日午前10時~正午(不定期)	いずみホールほか	3,000円	月5,000円	呉 ☎(042)322-2010	宗教曲、邦人曲、アヴェ・マリア集、ロシア二ほか。来秋に演奏会を予定
国分寺市グラウンド・ゴルフ協会	毎週火・水・金曜日午前9時~11時	火曜日=戸倉野球場 水・金曜日=けやき運動場	1,000円	年6,000円	武井 ☎(042)326-1546	ホールインワンを目指し、楽しみながら健康維持・増進に。初心者歓迎
ちゅちゅの会(バレエサークル)	毎週木曜日①幼児=午後4時30分~ ②小学生=5時30分~	ひかりプラザ	1,000円	①月3,000円 ②月3,500円	八木 ☎(090)7966-3582	気軽にバレエを親しめます 対 年少~小学3年生

○「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

大学生等対象の緊急雇用

放課後子どもプラン 協働活動サポーター募集

新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、アルバイト先の休業や家計収入の減少など経済状況が悪化した大学院・大学・短大および専修学校の学生を対象に、放課後子どもプランの協働活動サポーターを募集します。

勤務時間 令和3年3月31日(水)まで(予定)の月～金曜日午後3時～5時※時間応相談。各小学校や時期で異なる場合あり。小学校休業中は休み

場 市内の小学校

業務内容 放課後子どもプランに参加する児童の見守り、準備・片付け

定 20人程度

時給 1,060円

申 電話で社会教育課へ※ 選考あり



→社会教育課☎(042)574-4044

創業個別相談会

9月10日(木)

◎午後1時～5時※1人1時間
場 経済課(市役所第3庁舎)(受付)
対 創業を考えている方、創業後5年未満の方
定 4人
料 無料
申 9月2日(水)から電話で経済課へ※ 先着順
→経済課(内396)

第3回定例会は、9月2日(水)から開会予定です。詳しくは、市HPをご覧ください。詳しくは、市HPをご覧ください。詳しくは、市HPをご覧ください。

9月の議会日程

体育施設個人開放

休日急病診療

9月の体育施設個人開放日予定表

オパール会員証または生きがいセンター利用登録者証を提示すると無料で利用できます。新型コロナウイルス感染症の拡大防止を図るため、利用人数・時間などの制限、ルールがあります。詳しくは各施設へお問い合わせください

Table with 2 columns: Facility Name and Schedule. Includes 市民スポーツセンター, 戸倉野球場, and 市民室内プール.

9月の西元町ゲートボール広場予定表

3日・10日(木)11:00～12:00※当日直接会場へ 無料

※11月の体育施設使用状況と申し込み方法は、市HP http://www.city.kokubunji.tokyo.jp/kurashi/1011357/1011397/1002609.html をご覧ください

9月は高齢者悪質商法被害防止キャンペーン月間

誰もがみんな高齢者見守り隊

高齢者の悪質商法被害が後を絶ちません。突然金銭の請求や契約を求められたときは、落ち着いて周囲に相談しましょう。

周囲の皆さんも、消費者被害の未然防止・早期発見にご協力ください。

みんなで見守りましょう



点検商法

「このままだと大変なことになる」など不安をあおる言葉に注意

対策

- ☑その場で判断しない
☑少しでもおかしいと思ったら相談する

見守りポイント

- ◇見慣れない工業者がたびたび出入りしている
◇「本当に必要なの」などの周りからの声かけで被害に気づくこともある

架空・不当請求

身に覚えのない請求に慌てないで

対策

- ☑電話番号が記載されていても、絶対に連絡しない
☑連絡してしまい金銭を要求されても、絶対に支払わない

見守りポイント

- ◇困ったり、おびえたりしている様子がないか日頃から気にかけて、積極的に声をかける

気軽にご相談ください

高齢者被害特別相談を実施

日 14日(月)～16日(水)
午前9時30分～正午・午後1時～3時30分
問 消費生活相談室(内224)

→経済課(内396)

休日急病診療



新型コロナウイルス感染症対策のため次の症状がある方は、まず電話で医療機関にご相談ください。

- 発熱や咳などの風邪の症状
●強いだるさや息苦しさ

診療対象は急病患者に限ります。往診は行えません。また当日、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。なお、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。

- 健康保険証・後期高齢者医療証などをお持ちください
○診療科目に小児科を含んでいない場合、小児の診察ができないことがあります
○テレフォンサービス☎(042)322-7700(自動音声案内)

Table with 4 columns: Date, Clinic Name, Address, and Phone Number. Lists various medical facilities for emergency care on 9/6 and 9/13.

小児救急(24時間) 東京都立小児総合医療センター(府中市武蔵台2-8-29) ☎(042)300-5111

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」

HP https://www.himawari.metro.tokyo.jp/

▶QRコードからもアクセス可

☎(03)5272-0303 FAX(03)5285-8080(聴覚障害者向け専用)

国分寺消防署 ☎(042)323-0119

東京消防庁救急相談センター #7119 ダイヤル回線の方は☎(042)521-2323

東京都子ども医療ガイド

HP https://www.guide.metro.tokyo.lg.jp/

▶QRコードからもアクセス可

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。