

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。最新の情報は市HP [検索1022636](#) (右の二次元コードからもアクセス可) をご覧ください。イベントなどへの参加にあたっては感染対策にご協力ください。



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の感染が再拡大しており、警戒が必要です

基本的な感染防止対策の徹底をお願いします



心配なときは、医療機関(かかりつけ医)に相談しましょう

症状があり、かかりつけ医がない
都発熱相談センターへ相談
☎(03)5320-4592 24時間対応
☎(03)6258-5780 午前9時～午後5時

症状はなくてもオミクロン株などの変異株も不安
新型コロナ・オミクロン株コールセンターへ相談
☎(0570)550571 午前9時～午後10時

新型コロナワクチン接種情報 1月24日現在の情報

3回目接種に関して、国通知に基づく接種の前倒しを行い、右表のとおり3回目接種用の接種券を発送します。接種券が届き、接種を希望される方は、市新型コロナワクチン接種予約サイトまたはコールセンターで予約してください。

2回目接種後に本市に転入された方などは申請が必要です。詳しくは、市HP [検索1026848](#) またはコールセンターまでお問い合わせください。インターネットを利用した東京電子申請・届出サービスでも申し込みできます。(右の二次元コードからアクセス可)



3回目接種は武田/モデルナ社のワクチンの予約が取りやすい状況です

3回目接種に関して、市役所集団接種会場では武田/モデルナ社のワクチンのみ使用し、現在、十分な予約枠を確保していますので、予約の際にご検討ください。ファイザー社のワクチンを希望される場合、市内実施医療機関で対応しています。

1・2回目接種でファイザー社のワクチンを接種した方が、3回目接種で武田/モデルナ社のワクチンを接種した場合も安全性と効果は実証されています。詳しくは1月15日号市報または厚生労働省HPをご覧ください。(右の二次元コードからアクセス可)



市新型コロナワクチン接種コールセンター
☎(042)320-3020 FAX(042)320-1181 (聴覚に障害があるかた向け)
日～土曜日(祝日含む) 午前8時30分～午後5時 [市新型コロナワクチン接種予約サイト](#)
※かけ間違いにご注意ください

これから満12歳に達する方や、都合により1・2回目接種ができなかった方の予約受付も継続中です

3回目接種スケジュール(予定)

2回目接種が完了した日(令和3年)	3回目接種用の接種券発送日(令和4年) ※届くまで数日かかります	3回目接種開始時期(令和4年)		
		2回目接種日からの接種間隔 ※対象者が異なります		
3・4・5月	発送済	①6か月以上	実施中	
6月		②7か月以上	実施中	
7月	1日～20日	接種券が届いた日から	2月～	
	21日～31日		2月3日(木)	
8月	1日～15日	接種券が届いた日から	3月～	
	16日～20日			2月15日(火)
	21日～31日			2月21日(月)
			2月28日(月)	

令和3年9月1日以降に2回目接種が完了された方への発送スケジュール等は、改めて市報等でお知らせ

- 令和4年3月末時点で65歳以上になる方(昭和32年4月1日以前に生まれた方)、医療従事者等、高齢者施設(通所サービスを含む)等の従事者・入所者・利用者、病院・有床診療所の入院患者
- ①以外の18歳以上の方

※接種は無料です
※接種開始時期は2回目接種日から接種ができる日が来る月を記載しています。接種できる日は期間が経過した日となりますのでご注意ください
※上表は、2月3日発送までの接種券に同封する案内文に記載している内容よりも最新の情報です

住民税非課税世帯などへ臨時特別給付金を支給

給付額 1世帯当たり **10万円**

給付対象となる世帯

①住民税均等割非課税世帯

基準日(令和3年12月10日)時点で市に住民登録があり、世帯全員の令和3年度分の住民税均等割が非課税である世帯
※住民税が課税されている方の扶養親族のみの世帯を除く

②家計急変世帯

令和3年1月以降に、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、①の世帯と同様の事情にあると認められる世帯

制度に関するお問い合わせ

内閣府住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金コールセンター
☎(0120)526-145
午前9時～午後8時

手続きに関するお問い合わせ

国分寺市臨時特別給付金コールセンター
☎(042)325-0263
月～金曜日午前8時30分～午後5時
注2月5日・12日(土)は受付可能

①の対象者に「臨時特別給付金支給要件確認書」を郵送(1月31日より順次発送)

- 必要事項を記入し、5月2日(月)までに返送してください
- 受付や給付は原則窓口では行いません(やむを得ない事情がある場合を除く)
- 返送期限を過ぎると、受給を辞退したものとみなして給付できません

下記の世帯については後日お知らせします

- 「①の中で、令和3年1月2日以降に転入した世帯(世帯の中に転入者がいる場合も含む)」と「②の世帯」の手続方法・受付開始日などは、決まり次第、市報や市HPでお知らせします

給付金に便乗した詐欺に注意

怪しい!!

と思ったら 小金井警察署 ☎(042)381-0110
警察相談専用電話 #9110 へ

詳しくは市HPをご覧ください

[検索1027269](#)

こちらからもアクセス可



→生活福祉課(内342)

外国人のみなさんへ
For foreign residents
外国朋友们



外国の 芳の ための お知らせを やさしい日本語で 市のホームページから見る事ができます。新型コロナワクチンのお知らせもあります。

Information for foreign residents is available on Kokubunji City Website, including COVID-19 vaccination information.

在国分寺市网页可以通过简单日语看到给外国人士的通知。还有关于新冠病毒疫苗的通知。

税

個人番号カード

無料相談

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々金曜日(祝日を除く)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。

戸籍の附票の記載事項の変更

住民基本台帳法の一部改正に伴い、1月11日から戸籍の附票の記載事項が変更になりました。
変更点○生年月日・性別を記載(省略不可)○本籍・筆頭者氏名の記載を省略(選択可)○在外選挙人名簿の登録情報の記載を省略(選択可)

↓市民課(内311)

コンビニエンスストアでの証明書の停止

メンテナンスのため、コンビニエンスストアでの各種証明書交付サービスを停止します。ご不便をおかけしますが、ご理解をお願いします。
停止期間2月13日(日)午前11時～午後7時

↓市民課(内338) / 課税課(内324) / 納税課(内551)

予約制 個人番号カード交付 臨時窓口

国立駅前市民サービスコーナー(国立駅前)にたち・こくぶんじ市民プラザ内)で、個人番号カードを交付します。
日2月17日(木)午前9時～午後5時

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17人

申2月2日(水)～15日(火)(土・日曜日、祝日を除く)午前9時～正午・午後2時～5時に電話で市民課予約専用ダイヤル☎042・325・0225へ※先着順
注カード申請時と受け取り時で氏名・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)

2月の休日窓口

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)

○個人番号カードの交付は、予約制です。予約はインターネット(右の二次元コードからアクセス可)または市民課予約専用ダイヤル☎(042)325-0225へ
 ○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、一部の申請書などの預かりなどを行います
注詳しくはお問い合わせいただくかHPをご覧ください
 →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



▲こちらからアクセス可



注①個人番号カード(マイナンバーカード)を新たに取得した・既に取得し第1弾でマイナポイント5,000ポイントまで受け取っていない方
 ②個人番号カードを健康保険証として利用申し込みを行った方
 ③公金受取口座の登録を行った方※口座登録の手続きは今後開始予定
注①=利用金額の25%(最大5,000円)のポイント付与
 ②・③=7,500円相当のポイント付与
 ※ポイント付与の開始時期・方法などは未定
注詳しくはHP<https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/>をご覧ください
 ただ、マイナンバー総合フリーダイヤル☎(0120)95-0178(午前9時30分～午後8時※土・日曜日、祝日は午後5時30分まで)へお問い合わせください※オープナー(市役所附属棟)でマイナポイント登録支援窓口を開設中

→情報管理課(内413)

撮影した小学生以下のお子さんにはオリジナルグッズをプレゼント

個人番号カード用の顔写真を無料で撮影

2月19日(土)午前9時～午後5時※予約時間は30分単位 国立駅前こくぶんじ市民プラザ

予約制

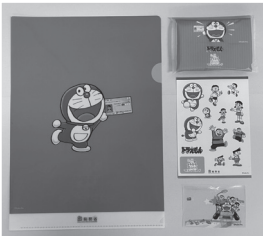
個人番号カードを申請する際に必要となる顔写真を無料で撮影し、申請をお手伝いします。

注本市に住民登録のある方

定80人

申2月2日(水)～17日(木)午前9時～正午・午後2時～5時に電話で市民課予約専用ダイヤル☎(042)325-0225へ
 ※先着順

→市民課☎(内318)



クリアファイルなど4点セットでプレゼント

今月の市税

税目	納期限
固定資産税・都市計画税(第4期) 国民健康保険税(第8期)	2月28日(月)

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・スマートフォン決済アプリ(モバイルレジ・PayPay・auPAY・d払い・J-Coin)・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

日時	2月12日(土) 午前8時30分～正午
場所	納税課(市役所第1庁舎)

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

→納税課(内553)

今月の介護認定(更新・申請)

対象	認定有効期間 3月31日(木)までの方
更新申請	1月31日(月)～
新規申請 区分変更	随時受け付け

※認定有効期間が2月28日(月)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

今月は次の保険料の納期です

今月の保険料

介護保険料6期

後期高齢者医療保険料7期

納期限 2月28日(月)

保険料名	介護保険料 高齢福祉課 (いずみプラザ内) ☎(042)321-1301	後期高齢者医療保険料 保険年金課 (市役所第1庁舎) (内319)
問い合わせ		

※年金天引きの方は2月15日(火)に天引き

都営住宅 入居者募集

募集対象○ポイント方式(家族向)○単身者向・車いす使用者向・シルバーピア
申2月1日(火)～16日(水)に郵送(必着)で※詳しくは募集案内をご覧ください
募集案内・申込書の配布2月1日(火)～9日(水)(土・日曜日を除く)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)③国立駅前市民サービスコーナー(国立駅前)にたち・こくぶんじ市民プラザ内)④都庁⑤各市区町村役場⑥都住宅供給公社都営住宅募集センター・各窓口センターで※②は6日(日)午前8時30分～午後5時④は土・日曜日にも配布。配布期間中は都住宅供給公社HP<https://www.to-kousya.or.jp/>からダウンロード可
問都住宅供給公社都営住宅募集センター(土・日曜日、祝日を除く)
申し込み期間中=☎(0570)010-810 **申し込み期間以外**=☎(03)3498-8894
 →市民課(内306)

2月の無料相談(祝日を除く)

(*)印は予約制

内容	日程	時間	会場	問い合わせ
身近な人権相談(*)	中止※法務省の電話相談をご利用ください			
にじいろ相談(*) (性的指向・性自認に関する)	相談日、お問い合わせください	午後5時～8時	男女平等推進センター相談室(ひかりプラザ内) ※女性のためのカウンセリングは電話での相談も可	人権平和課 ☎(042)573-4378 soudan@city.kobunji.tokyo.jp
女性法律相談(*) 女性のためのカウンセリング(*)	17日(木) 8日・22日(火)	午後1時30分～4時30分		
女性の悩みごと相談 (女性への暴力など)	月～金曜日	午前9時～正午・午後1時～5時(受付=4時まで)	生活福祉課(市役所第2庁舎) (内533)	人権平和課 相談専用電話 ☎(042)573-4342 soudan@city.kobunji.tokyo.jp
犯罪被害者等支援相談(*)				
母子父子・女性福祉相談(*)		午前9時～午後5時(受付=4時まで)	障害福祉課(内522)	オンズパーソン事務局(内559)
心の健康相談(*)	10日(木)	午後1時30分～4時30分		
オンズパーソンへの面談による申立日(*)	火曜日	午前9時～正午	福祉センター	シルバー人材センター☎(042)325-4011
高齢者就業相談(*) おおむね60歳以上	月～金曜日	午前9時～午後4時30分	福祉サービス総合相談	権利擁護センターこくぶんじ☎(042)580-0570
ふくし法律相談(*) 成年後見専門相談(*)	24日(木) 10日(木)	午後1時30分～4時30分		
福祉サービス総合相談	月～金曜日	午前9時～午後5時		

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

暖房器具の設定温度を1度上げる前に、衣類を使って工夫しましょう。3つの首(首・足首・手首)を温めるのが効果的です

子ども募集

4月にお子さんが小・中学校へ入学する方へ

子育て支援活動を行っている個人・団体を募集

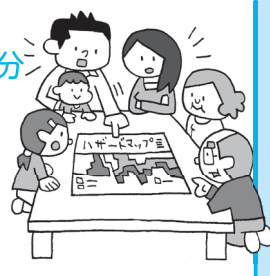
15歳以上の子どもの将来に不安を抱える家族の方へ

先着無料 2月2日(水)午前9時から電話

協議会都福祉人材センター 共催ハローワーク立川

講習会

パママ東京ぼうさい出前教室 災害から子どもを守るには



入学通知書を郵送 4月にお子さんが市立小・中学校へ入学する方の世帯主へ

子育て支援活動を行っている個人・団体を募集

家族セミナー コロナ時代 わが子の将来を考える

福祉のしごと 相談・面接会

西部地区拠点親子ひろば ぶんちっちひろば

パパと遊ぼう

パママ東京ぼうさい出前教室

入学通知書が届いていない 国立・都立・私立の小・中学校に入学が決まっている

子育て支援活動を行っている個人・団体を募集

お子さんの就労や自立のことで不安を感じていませんか

フルタイム・パートタイムなどいろいろな雇用スタイルの仕事を紹介いたします

子ども家庭支援センターぶんちっち

子ども家庭支援センターぶんちっち

0歳～小学生の保護者 後藤悦子さん(NPO法人ママプラグ)

新小学5・6年生のための 科学教室 算数教室

令和4年度採用会計年度任用職員 (月額報酬任用)採用試験の実施

児童館・学童保育所 会計年度任用職員(時間額報酬任用)募集

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々金曜日(祝日を除く)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。

介護予防・日常生活支援総合事業

住民主体型サービス 実施団体募集

4月から生活支援・介護予防サービスを住民主体型で提供するための実施団体を募集します。実施団体になると、最長3年間、訪問型サービスB事業は120,000円/年・通所型サービスB事業は84,000円/年までの補助金を交付します。

市内在住の方に対して介護予防の取り組みまたは生活支援サービスの提供実績が3年以上あり、生活支援・介護予防

サービスを提供できる非営利団体または公益社団法人

2月14日(月)～28日(月)に申請書・必要書類を直接高齢福祉課(いずみプラザ内)へ

募集要項・申請書配布2月1日(火)～28日(月)に同課で※市HPからダウンロード可

審査方法書類審査 注詳しくは募集要項をご覧ください。年度終了後、実績報告書などを提出

→高齢福祉課 ☎(042)321-1301

健康推進課から 健康推進課 ☎042-321-1801

生涯学習センター主催の事業 シニア層が対象 ①Word・②Excel講座

2月24日(木)・26日(土)・27日(日) ①午前9時30分～11時30分 ②午後1時30分～3時30分 生きがいセンターもとまち

初めてパソコンを使う・操作に自信がない方を対象にした3日間コースの講座です。どちらか一つ、または両方でも申し込みます。

市内在住で60歳以上の方 定各7人 各講座1千900円(テキスト代)

含む/3日間 申2月3日(木)から電話で生きがいセンターもとまち ☎042-359-5321(午前9時～午後5時・水曜日を除く)へ※先着順

物筆記用具 口腔機能向上 歯科健康診査

2月24日(木)午後2時～3時 いずみプラザ

加齢に伴い飲み込む力は少しずつ衰えていきます。いつまでも口から食べられるように口腔機能を測定してみませんか。

市内在住で40歳～74歳の方※入れ歯を使用している方も可 内歯科医師による口腔内診査・舌圧測定(飲み込む力の検査)・パタカ測定(口唇や舌の動きを検査)・歯科相談

申2月2日(水)午前9時から電話で健康推進課へ※先着順。初めの方優先

健康講座 そうだったのか 胃がん 最新情報

3月2日(水)午後2時～3時30分 いずみプラザ



胃がんの早期発見・治療などの最新情報を、専門家が話します。この機会に胃がんのことを学んでみませんか。 市内在住・在勤・在学・在活の方 講師 入口陽介さん(都がん検診センター副所長) 定15人 無料 申2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

特殊疾病者福祉手当の 支払回数・所得判定対象期間が変わります

特殊疾病者福祉手当は、令和4年度から下表のとおり取り扱いを変更します。

Table with 4 columns: 対象, 変更前, 変更後, 変更適用日. Rows include 手当支給時期(支給額) and 所得判定対象期間.

注令和4年7月末時点で本手当の受給資格があり、令和3年の所得(令和4年度課税所得)が支給要件の基準を超える場合、8月・9月分の手当を支給/所得が下がり支給要件を満たす場合、所得が下がった年度の8月から手当の申請が可能。遡っての支給は不可

→障害福祉課(内202)

地域包括支援センターのイベント

共通事項 無料 申2月2日(水)から電話で各地域包括支援センターへ※先着順 →高齢福祉課 ☎(042)321-1301

転倒予防教室 転ばない体づくり・自宅で行うセルフケア 2月16日(水)午前10時～11時30分 本多公民館... 転倒予防教室 歯と口の健康と食生活から考えるフレイル予防 2月18日(金)午後2時～3時30分 いずみホール...

高額介護合算療養費申請書を 郵送



→保険年金課(内319)

Table 1: 申請方法※郵送または直接〒185-8501各申請先(市役所第1庁舎)へ. Columns: 医療保険, 申請書類発送日(3月), 申請先.

Table 2: 問い合わせ先. Columns: 令和3年7月31日時点で加入していた医療保険, 問い合わせ先.

世帯内で同一の医療保険に加入している方の毎年8月から1年間にかかった医療費と介護サービス費の自己負担額を合計し(高額療養費・高額介護サービス費などの払い戻し分は差し引く)、一定の限度額を超えた場合に、その超えた分を払い戻します(超過分が500円以下の場合は払い戻しなし)。

令和2年8月1日～令和3年7月31日(計算期間)に、医療費と介護サービス費両方の自己負担額を支払っている世帯で、その合計額が限度額を超えている世帯

申右表1参照 問右表2参照 計算期間中に医療保険が変わった方・市外から転入した方=計算期間を通しての自己負担額の把握が困難なため、申請書を郵送できない場合があります。 該当すると思われる方は、令和3年7月31日時点で加入していた医療保険者へ計算期間を通して会社などの健康保険・共済組合・国民健康保険組合に加入していた方=令和3年7月31日時点で加入していた医療保険者へ 注介護保険自己負担額証明書が必要な場合は、高齢福祉課(いずみプラザ内) ☎(042)321-1301へ

凡例 日 日時 場所・会場 対象 内容 講師 定員 費用 申 申込方法 物 持ち物 問 問い合わせ先 HP ホームページ 検索 ページ番号 検索 ファックス メール 託児あり 主催 共催 注 注意事項

大規模災害（地震や風水害等）時に発生する災害廃棄物等の処理を適正かつ迅速に行うこと等を目的とした国分寺市災害廃棄物処理計画を策定

策定にあたり、パブリック・コメント(意見提出手続き)を実施し、1名から2件の意見をいただきました(1件は既に記載済み)。意見の概要とそれに対する市の考え方と本計画を公表します。

公表期間2月1日(火)～3月1日(火)

公表場所環境対策課(清掃センター内)、オープナー(市役所附属棟)、cocobunji市民サービスコーナー(cocobunji WEST5階)、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)、各公民館・地域センター、恋ヶ窪・光図書館、本多図書館駅前分館、福祉センター、市HP
※閉庁日・休館日にご注意ください。本計画は公表期間後も環境対策課・市HPでご覧いただけます

→環境対策課☎(042)300-5300

パブリック・コメントの意見反映状況(抜粋)

該当項目	いただいた意見の概要	市の考え方	反映状況
初動期における市民への広報について	被災地では、被災の翌日から後かたづけが始まるため、「市民への広報」が発災後の初動期約1週間後、しかも「状況に応じて策定する」のはいかにも後手ではないか。	災害廃棄物の排出場所や排出方法などについては、市内の被災状況によって異なります。そのため、市内の道路状況や廃棄物処理施設、仮置場の被害状況を確認し、災害廃棄物の発生量などを把握したうえで、「ごみ収集・集積計画」を策定し、災害廃棄物の収集運搬及び処理体制を確保したのち、約1週間を目途に「市民への広報」を実施します。また、今後は、災害廃棄物処理に関する情報について、平時より広報を継続的に実施していきます。	無
市民の役割について	市の回収作業を円滑に行うため、市が望む分別・地域集積所(近隣公園)等について、個人による持ち込み方法をあらかじめルール化し明示するなど、一定のルールを示して頂きたい。	ご提案いただきました事項につきましては、本計画の内容に基づき、発災直後の混乱が予想される初動期を中心に復旧・復興期まで対応すべき実務的な業務手順等について、今年度、「対応マニュアル」を作成いたします。内容については、対応マニュアルにおいて明記する予定です。	済

1月～3月 若者向け悪質商法被害防止キャンペーン

SNSで誘われて…もしかして悪質商法かも

SNSなどを悪用した巧妙な手口が増えています

手口① SNSで知り合った人に、「スキルアップになる」「将来成功できる」などとオンラインサロンの入会を勧められ、高額な契約をさせられる。

手口② 先輩から「簡単にもうかる」と投資のノウハウが入ったUSB教材の購入を勧められる。友人を誘えば紹介料も入ると言われ、学生ローンで借りて契約するが、全くもうからず、借金だけが残る。



市消費生活相談室(内224)

☐月～金曜日(祝日を除く) 午前9時30分～正午・午後1時～3時30分
対原則、市内在住・在勤・在学・在活の方 ¥無料

土・日曜日、祝日は
消費者ホットライン☎188へ

→経済課(内396)

消費生活教育講座

エシカル消費講座

3月2日(水)午後6時～7時
オンライン(ZOOMアプリ)

エシカル消費とは、地域の活性化や雇用などを含む、人・地域・環境に配慮した消費行動のことで、2030年までに持続可能でよりよい世界を目指す国際目標「SDGs」の12番目「つくる責任 つかう責任」と深く関係しています。日々の買い物を通して、持続可能な社会に向けた行動を考えてみませんか。

12 つくる責任 つかう責任



対市内在住・在勤・在学・在活の方
講 河原佑香さん((公財)消費者教育支援センター 研究員)

定30人

¥無料※通信料は自己負担

申2月24日(木)までに、市HP☐検索1027064に掲載する東京共同電子申請・届出サービスまたは電話で経済課へ※先着順

→経済課(内396)

消費者だより

消費生活相談室から

→経済課(内396)

「健康食品」は「医薬品」ではありません



アドバイス

●その健康食品は、「やせる効果がある」と明記してありましたか。効果や効能を標ぼうできるのは医薬品だけです。サプリメントを含む、いわゆる健康食品は法律上の定義は無く、メーカーの責任で製造されています。錠剤状やカプセル状になっているため、医薬品と混同される傾向があります。

●国の基準に沿った機能表示ができる保健機能食品は、特定保健用食品、機能性表示食品、栄養機能食品の3種類だけですが、いずれも病気の治療には使えません。

●健康食品に頼る前に、普段の食生活や生活習慣を見直すことから始めてみませんか。

●医師の指示で医薬品を服用している人が健康食品を利用する場合は、事前に医師に相談する方が良いでしょう。

事例

コロナ太りが気になり、「たちまちスッキリ体型に変身」というキャッチコピーにひかれて、健康食品を注文したがちっとも痩せない。騙された。

●製品の品質を保って健康食品を製造する基準として、GMPがあります。GMPが付いていても品質確保の目安であって、効果を保証しているものではありません。

注詳しくは、国立健康・栄養研究所HPをご覧ください

おかしな、困ったなど
と思ったら消費生活相談室へ

消費生活相談室(内224)

☐月～金曜日(祝日を除く)

午前9時30分～正午・午後1時～3時30分

対原則市内在住・在勤・在学・在活の方 ¥無料

土・日曜日、祝日は消費者ホットライン☎188へ

パブコメ

消費生活

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(祝日を除く)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。

暮らし

公共施設予約システム利用登録の更新

対 令和3年12月までに利用登録済みで令和4年度も引き続き利用したい方
期間 2月1日(火)～①スポーツ施設=2月28日(月)②③ホール施設・コミュニティ施設=3月11日(金)④アクティ・ココブンジ=3月15日(火)まで
 ※休館日・閉室日にご注意ください
申 各施設利用登録等申出書・本人確認書類、②④で法人の場合は社員証・登記事項証明書などを直接各施設へ
施設利用登録等申出書の配布 各施設で※市HPからダウンロード可
注 詳しくは各施設にお問い合わせください

更新施設一覧 ①スポーツ施設 ②ホール施設 ③コミュニティ施設 ④アクティ・ココブンジ

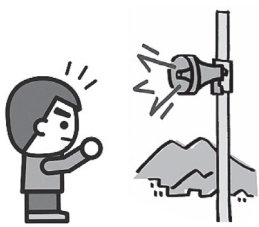
施設名	☎(042)	施設名	☎(042)
市民スポーツセンター	326-2211	もとまち地域センター	324-9911
① ひかりスポーツセンター	595-8865	本多公民館	321-0085
市民室内プール	325-6868	恋ヶ窪公民館	324-1926
② いずみホール	323-1491	光公民館	576-3991
cocobunjiプラザ	325-6330	③ もとまち公民館	325-4221
内藤地域センター	573-9393	並木公民館	321-9971
西町地域センター	577-6868	福祉センター	324-4681
③ 北町地域センター	328-0055	男女平等推進センター	573-4378
北の原地域センター	322-1311	教育センター	573-4370
本町・南町地域センター	326-1700	④ アクティ・ココブンジ	327-3771

→情報管理課(内412)

防災行政無線を用いたJアラートの全国一斉情報伝達訓練を実施します

訓練実施日時

2月16日(水)午前11時頃



地震や武力攻撃などの災害が発生した場合に備え、全国瞬時警報システム(Jアラート)からの緊急情報を、防災行政無線を用いて皆さんにお伝えするため、全国一斉情報伝達訓練を実施します。

訓練では、市内41か所に設置してある防災行政無線から、月～金曜日午後2時に放送している「子どもの見守り放送」と同程度の音量で、一斉に放送します。

放送内容 これは、Jアラートのテストです(3回繰り返す)。こちらは、防災こくぶんじです。(防災行政無線チャイム)

→防災安全課(内373)

令和4年度 団体登録の受け付け

共通事項 継続・新規で登録を希望する団体は、申請が必要。申請書は市HPからダウンロード可。新規の登録は申し込み期間以外も各課で受け付け

男女平等推進センター(ライツこくぶんじ).....
 →人権平和課 ☎(042)573-4378

男女共同参画社会の実現を目指して学習や活動を行っている団体の登録を受け付けています。登録団体には活動支援のため、使用料の免除・優先的な施設の貸し出しを行っています。

申 2月1日(火)～3月11日(金)(土・日曜日、祝日を除く)に直接人権平和課へ
物 申請書・必要書類
申請書配布 人権平和課(ひかりプラザ内)

いずみホールを利用する芸術文化団体.....
 →文化振興課 ☎(042)313-8182

芸術文化の振興を図るため、芸術文化団体の登録を受け付けています。登録団体は、要件を満たす利用の場合、いずみホール使用料が減額されます。

申 2月1日(火)～28日(月)(7日・21日(月)を除く)に団体代表者が直接いずみホールまたは文化振興課(cocobunji WEST5階)へ

物 申請書・必要書類・代表者の本人確認書類
申請書配布 いずみホール・文化振興課
問 いずみホール ☎(042)323-1491

令和4年度 市民スポーツサークル登録の受け付け開始

現在登録しているサークル、学校体育施設を使用するサークルも申請が必要です。登録すると施設使用料が減額され、事前申し込みができます。

申 2月1日(火)～28日(月)午後5時までに直接市民スポーツセンター・市民室内プール・ひかりスポーツセンターへ

物 ①市民スポーツサークル登録申請書兼活動調査書 ②会員名簿 ③使用料減

免申請書④会則⑤公共施設予約システムスポーツ施設利用登録等申出書⑥申請者の身分証明書※学校体育施設のみ利用する団体は⑤⑥不要

申請書等配布 申請先の各施設で※市HPからダウンロード可

注 認定条件に満たない場合登録不可。3月25日(金)から申請先の施設の窓口でサークル登録証などを交付

→スポーツ振興課(内278)

交通災害共済「ちょこっと共済」に加入を

ちょこっと共済は、都内の市町村にお住まいの皆さんが会費を出し合い、交通事故に遭ったときに見舞金を受けられる助け合いの制度です。

共済期間 4月1日～令和5年3月31日
申 2月1日(火)から市内の金融機関(ゆうちょ銀行は除く)またはちょこっと共済HP <https://chokottokyosai.jp/> (二次元コードからアクセス可)※詳しくは本号と同時配布の加入申込書付きパンフレットまたはちょこっと共済HPをご覧ください



→交通対策課(内570)

防犯ポスターコンクール入賞作品の展示

2月19日(土)・20日(日)
 午前10時～午後3時
 セミナールーム
 (cocobunji WEST 5階)

市内小・中学校の児童・生徒を対象に実施している、防犯ポスターコンクールの令和2・3年度入賞作品115点を展示します。



→防災安全課(内357)

2月の予定表 体育施設 個人開放日

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
注 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、利用人数・時間などの制限や施設利用ルールがあります。詳しくは各施設へお問い合わせください

市民スポーツセンター ☎(042)326-2211 休21日(月)	
第一体育室	親子プレイルーム(※未就学児)=2日・9日・16日(水)12:00～16:00/卓球=2日・9日・16日(水)12:00～16:00/バスケットボール=2日・9日・16日(水)16:30～21:30/バドミントン=4日・18日・25日(金)16:30～21:30/スポレク広場=5日(土)14:00～16:30/バウンドテニス=12日・19日・26日(土)11:30～15:30
フィットネスルーム	ストレッチ、エアロバイク、ウエイトトレーニング=休館日を除く毎日9:00～22:30 ※初めての方は講習の受講が必要(受付=10:00～20:30)/中学生から可。中学生は保護者の承諾書が必要
けやき運動場	ターゲットバードゴルフ=1日・8日・15日(火)11:00～13:00/グラウンド・ゴルフ=4日(金)13:00～15:00
戸倉野球場 ☎(042)326-2211(市民スポーツセンター)	
戸倉野球場	ターゲットバードゴルフ=5日(土)・10日(木)・19日(土)・24日(木)11:00～13:00/グラウンド・ゴルフ=火曜日13:00～15:00
ひかりスポーツセンター ☎(042)595-8865 休14日・28日(月)	
第一体育室	卓球=5日・19日(土)9:00～13:00/バスケットボール=12日・26日(土)9:00～13:00/バドミントン=12日・26日(土)13:00～17:00/ミニテニス=18日(金)11:30～15:30/スポレク広場=19日(土)14:00～16:30
フィットネスルーム	ストレッチ、エアロバイク、ウエイトトレーニング=休館日を除く毎日9:00～21:30 ※初めての方は前日の20:00までに講習の予約が必要/中学生から可。中学生は保護者の承諾書が必要
市民室内プール ☎(042)325-6868 休7日(月)	
けやき運動場 一般開放	7日・14日(月)15:00～17:00 ¥無料

※体育施設使用状況と申し込み方法は、市HP [検索](#) 1002609をご覧ください

やってみよう こくぶんじで スポーツ(第8回) バドミントン

個人開放日にはスポーツセンターでバドミントンの個人練習ができます。バドミントンは、球技の中で打球の初速が最も速いことでギネスブックに認定されています。ラケットの貸し出しもあるので、子どもから大人までみんなで楽しんでみませんか。お問い合わせのうえ、ご利用ください。



→スポーツ振興課(内278)

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 検索 ページ番号 検索 ファクス メール 託児あり 主催 共催 注意 事項

こくぶんじ発表会
こくぶんじカレッジ

こくぶんじスパイス

まちを使って、暮らしをつくる
メニュー発表&展示会

2月19日(土) 午前10時～午後1時
リオンホール (cocobunji WEST5階)

こくぶんじカレッジ(こくカレ)の受講生が半年間のプログラムの中で練り上げてきたプロジェクト(メニュー)と、それを進めるためのこれからのアクションを発表します。スパイスのようにピリッと効いたアイデア、まちを温める企画をお楽しみください。

プロジェクトの発表

対どなたでも 定50人 ¥無料
申2月2日(水)～18日(金)午後5時に
電話または mdc@city.kokubunji.tokyo
jpでまちづくり推進課へ※先着順

注オンライン開催になる可能性があるため、詳しくはHP <https://kokubunji-college.net/> をご覧いただくか、お問い合わせください

パネル展示

日場右表のとおり
対どなたでも
¥無料

プロジェクト一覧

おもしろ研究所 「みんなが笑顔になる」を発見・発信
医師焼き芋 プロジェクト 医師と看護師が街に出て芋とお節介を焼く
こくぶんじかん編集室 週末を国分寺で過ごしたくなるご近所案内
COKUCAMP さあいこう 人とつながるOUT DOOR
#国分寺笑顔プロジェクト 国分寺に笑顔がいっぱいの モザイクポスターを作るプロジェクト
ふわいふわい つながるPROJECT 誰でもない自分になって人と出会う まちとつながる

日程	会場※当日直接会場へ
2月20日(日)～28日(月)	セレオ国分寺9階 インドアガーデン
3月2日(水)～13日(日)	まちの魅力発信コーナー (cocobunji WEST5階)
3月15日(火)～27日(日)	光公民館※3月21日(月)は休館
3月29日(火)～31日(木)	市役所書庫棟会議室

→まちづくり推進課 ☎(042)314-9006

サポートスタッフ募集

音楽の力で国分寺のまちを元気に

こくフェス MusicDays 2022

こくフェスは、音楽に触れる機会や発表できる場をすることで、まちに元気を取り戻したい。そんな想いから生まれた市民主体の音楽イベントです。ボランティアとして一緒にイベントを盛り上げるサポートスタッフを募集します。



開催日

5月 28日(土)
29日(日)

会場・テーマ下表のとおり

内 イベントの準備・当日会場整理などの運営

問 こくフェス実行委員会・冬木 <https://sites.google.com/view/kokufes/> kokufes2022@gmail.com

備 こくフェス実行委員会・市



▲こちらからアクセス可

会場	企画テーマ
国分寺駅北口駅前広場	街角に流れるアコースティックなメロディ
いずみホール	ブラスバンド&クラシック
リオンホール (cocobunji WEST5階)	JAZZ&クラシック
本多公民館	ダンス ダンス ダンス
光公民館	ロック&ポップス
市内飲食店など	各店舗による自主企画

※企画テーマは変更となる可能性があります

→まちづくり推進課 ☎(042)314-9006

創業個別 相談会

2月10日(木)

☎午後1時～5時※1人1時間

場市役所第3庁舎2階会議室

対創業を考えている方、創業後5年未満の方

定4人 ¥無料

申2月2日(水)から電話で経済課へ
※先着順

→経済課(内396)

社会保険労務士による 働き方改革に関する 個別相談会

2月10日(木)午後1時～5時

場経済課(市役所第3庁舎)

対市内中小企業・小規模事業者の方、創業を予定している方

内時間外労働の削減や同一労働同一賃金への取り組み、就業規則、助成金、創業時に必要な社会保険・労働保険の手続きなどの相談

¥無料

申事前に keizai@city.kokubunji.tokyo.jp または電話で経済課へ

→経済課(内351)

エコミュージアム国分寺

国分寺の歴史を歩く

2月22日(火)午前9時～正午
※雨天中止

縄文・古代・中世の遺跡や、ハケと呼ばれる地下水が湧き出るエリアの周囲を巡ります。

行程いずみホール前(集合)→武蔵台遺跡公園→伝鎌倉街道→黒鐘公園→武蔵国分尼寺跡→文化財資料展示室→武蔵国分寺跡→国分寺薬師堂→お鷹の道・真姿の池湧水群→都立武蔵国分寺公園→東山道武蔵路跡→西国分寺駅(解散)(約4km)

定15人

申2月2日(水)午前9時から電話または直接緑と建築課(市役所第2庁舎)へ
※先着順

備エックス山等市民協議会・市

→緑と建築課 ☎(内353)

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。

- 新型コロナウイルス感染症検査(PCR検査)およびインフルエンザの迅速検査は、原則できません
- 健康保険証・後期高齢者医療証などをお持ちください
- 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

日	診療時間	医療機関名	所在地・☎(042)
2月6日(日)	10:00～13:00 14:00～18:00	国分寺駅おなかのカメラクリニック(消内・内視鏡内科・内)	本町2-2-1 cocobunji EAST2階 ☎323-7722
		みたにアイクリニック(眼)	光町1-37-15 ☎505-7040
	10:00～18:00	龍生堂薬局国立店	光町1-41-6 プラス式番館1階 ☎580-0151
2月11日(祝)	9:00～12:00 13:00～19:00	神山歯科医院	戸倉2-16-1 ☎326-1035
		国分寺ひかり診療所	光町3-13-34 ☎573-4011
	10:00～18:00	おがわ眼科(眼)	泉町3-35-1 西国分寺レガ3階 ☎325-4113
2月13日(日)	10:00～13:00 14:00～18:00	龍生堂薬局国立店	光町1-41-6 プラス式番館1階 ☎580-0151
		いずみ調剤薬局	泉町3-35-1 西国分寺レガ3階 ☎359-3267
	9:00～12:00 13:00～19:00	こくだ歯科医院	本多5-5-1-101 ☎300-0390
2月13日(日)	10:00～13:00 14:00～18:00	ふじまきクリニック(内)	本多2-1-1 山本ビル1階 ☎328-1598
		三谷耳鼻咽喉科医院(耳鼻)	光町1-37-15 ☎572-3643
	10:00～18:00	アカシア薬局	本町3-11-14 メディカルコア国分寺101 ☎329-8580
2月13日(日)	9:00～12:00 13:00～19:00	龍生堂薬局国立店	光町1-41-6 プラス式番館1階 ☎580-0151
		こだま歯科国分寺医院	西元町2-16-34 ザ・ライオンズ武蔵国分寺公園126 ☎324-1182

小児救急(24時間) 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/> ▶こちらからもアクセス可
☎(03)5272-0303 FAX (03)5285-8080 (聴覚障害者専用)



国分寺消防署 ☎(042)323-0119

東京消防庁救急相談センター #7119 注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/> ▶こちらからもアクセス可



意見募集

学ぶ楽しむ参加する

会員募集

凡例 日 日 時 場 場 所 ・ 会 場 対 象 内 容 講 師 定 員 費 用 申 込 方 法 物 持 ち 物 問 問 い 合 せ 先 着 順

ホームページ 検索 ページ 番号 検索

ファックス メール 託児あり 催主催 共催 注意事項

学ぶ楽しむ 参加する

東京学芸大学美術科卒業・修了制作展

日2月3日(木)～9日(水)午前10時～午後6時(9日=4時まで)場東京学芸大学芸術館(小金井市貫井北町4-1-1) ¥無料※入場には事前の予約が必要。詳しくは、Twitter(@tgu_sotsuten21)で→田中☎(080)2735-7792

ボールルームダンス ジュニアスクール

日2月6日～3月20日の毎週日曜日午後1時～2時30分(3月6日を除く全6回)場国分寺ウチダダンススクール(南町2-1-31青木ビル3階)対小・中学生※保護者同伴可定30人 ¥無料申2月2日(水)から電話で※先着順→(公財)日本ボールルームダンス連盟・早瀬☎(042)321-6626(同ダンススクール)

シルバー人材センター入会説明会

日①2月10日(木)②22日(火)午後1時30分～※同内容場①福祉センター②ひかりプラザ対市内在住の60歳以上で就業希望の方定各10人 ¥無料申2月2日(水)から電話で※先着順住所・氏名・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

相続と遺言の無料相談会

日2月14日(月)午後6時～8時場リオンホール(cocobunji WEST5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

肝臓病教室 肝疾患にまつわるよろず相談

日2月22日(火)午後2時30分～4時場①武蔵野赤十字病院(武蔵野市境南町1-26-1)②オンライン(Zoomアプリ使

用)講金子俊さん(消化器科医師)定①20人 ¥無料※②の通信料は自己負担申2月2日(水)から電話(土・日曜日、祝日を除く午前9時30分～午後4時)またはHP<https://kan-kyoten-musashino.jp/>で※①は先着順→同病院肝疾患相談センター☎(0422)32-3135

シニアスポーツ振興事業 スポーツウエルネス吹矢体験教室

日2月23日(祝)午後1時15分～4時場リオンホール(cocobunji WEST5階)対おおむね60歳以上の方定15人 ¥無料申2月2日(水)～22日(火)に住所・氏名・電話番号を明記し、fukiya-634@jcom.zaq.ne.jpまたは☎(042)322-2810で物飲み物・マスク催市体育協会・(公財)都体育協会・都注発熱や風邪などの症状がある方は参加をご遠慮ください→市スポーツウエルネス吹矢協会・雨宮☎(090)4613-3510

多摩に歩く会 梅香る烏山寺町から 玉川上水・神田川を歩く

日2月24日(木)午前9時30分～午後2時※雨天中止場西国分寺駅南口噴水前(集合)→JR吉祥寺駅→寺町通り→玉川上水緑道→神田川沿い→都立井の頭恩賜公園(解散)※約7km定20人 ¥500円(保険・資料代)※交通費別途申2月2日(水)～15日(火)に参加者全員の氏名(ふりがな)・携帯電話番号・メールアドレスを明記し、nemimi2006@adagio.ocn.ne.jpまたははがき(必着)で〒186-0013国立市青柳2-25-8-406酒井宏幸へ※先着順物弁当・飲み物・敷物注歩きやすい服装で参加→☎(070)6667-9241

講座 はじめの一步

テキストを使いながら、赤ちゃんのこことママ自身のことなど家族を創る初

図書館利用者懇談会



図書館を利用する皆さんから広く意見を伺い、今後の図書館運営に反映するため、利用者懇談会を開催します。

日時		会場 ※当日直接会場へ	対象図書館
2月12日(土)	午前10時30分～正午	並木公民館	並木
18日(金)	午後6時～7時30分	本多公民館	本多
22日(火)	午後1時30分～3時	いずみホール	
24日(木)	午後2時～3時30分	もとまち公民館	もとまち
25日(金)		恋ヶ窪図書館	恋ヶ窪
3月5日(土)	午前10時30分～正午	光公民館	光

アンケートでも意見を募集しています

提出方法3月5日(土)までに各図書館で配架する用紙に記入のうえ、利用者懇談会用ご意見箱へ投函してください
→本多図書館☎(042)324-2022

めの一步を話し合い、学び合いましょ

日2月25日～3月18日の毎週金曜日午後1時30分～3時(全4回)場生活クラブ子育て広場ぶんこ国分寺(泉町3-33-2-203)対初めての子育て中のママと2～5か月児定6組 ¥300円(テキスト代、保険料含む)申2月21日(月)までにbu-ranco.kokubunji@air.ocn.ne.jpまたは電話で※多数の場合抽選→☎(042)312-2576

大人のためのやさしい英会話教室 (前期) 新規開講

在日30年、英語指導歴豊富なカナダ人が講師です。アットホームなクラスで英語を学び直しませんか。

日4月12日～9月27日の原則第2～4火曜日午後1時30分～2時50分(5月また

は8月を除く全15回)場ひかりプラザ対初中級者講富樫・ブレフゲン・ローラさん定12人※最少催行人数7人 ¥25,000円※教材費別途申2月20日(日)までに、住所・氏名(ふりがな)・電話番号・メールアドレスを、info.1991kia@gmail.comまたは<https://www.1991kia.jp/>で国際協会へ※多数の場合抽選→☎(042)505-6132

消火栓や防火水槽付近は駐車禁止です火災発生時、消防隊は消火栓や防火水槽などの消防水利を活用して消火にあたります。消火活動の妨げにならないよう、消防水利標識や道路に黄色く塗装されている消防水利標示の周辺5m以内には駐車をしないでください。
→国分寺消防署☎(042)323-0119

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
スポーツウエルネス吹矢むさし国分寺	原則毎週土曜日 午前9時30分～正午	もとまち地域センター	なし	月1,000円	山田☎(090)4014-5829	楽しく健康的なスポーツウエルネス吹矢にチャレンジしてみませんか
生涯テニス(硬式テニス)	毎週水曜日 午後1時～3時	戸倉第二テニスコート	1,000円	月2,000円	本間☎(080)9983-2239	50歳～70歳の男女で毎週参加・試合のできる方歓迎。忘年会などあり
英会話レモネード	毎週木曜日 午前9時～10時30分	福祉センター	なし	月6,000円	松上☎(090)6144-4361	アメリカ人講師のネイティブな英語と一緒に楽しみましょう
自立生活体操クラブ・ひかりB2	毎週水曜日 午前11時30分～午後0時30分	ひかりスポーツセンター	500円	月1,500円	榎下☎(042)572-7179	有酸素運動・いすを使った筋力トレーニングなどで健康寿命を延ばします
昴(スバル)句会	第4木曜日 午後1時～4時	いずみホール	なし	月1,000円	平野☎(080)6785-1464	私たちの句会は虫好き草花好きが集まっています。一度のぞいてみませんか
美容バレエ フリーダム	毎週火曜日 午前9時45分～11時15分	ひかりスポーツセンターほか	1,000円	月3,500円	高瀬☎(042)327-5939	ストレッチやバレエレッスンで楽しく女子力をアップ。経験不問
けやきフォークダンスサークル	毎週木曜日 午後2時～4時30分	市民スポーツセンター	1,000円	月1,500円	小柳☎(042)321-6985	ワルツやタンゴなどの音楽に合わせて踊りながら健康づくりをします
いきいき拳倶楽部	毎週金曜日 午後1時～3時	いきいきセンター	1,000円	月1,500円	中村☎(042)325-1870	簡化二十四式太極拳、総合太極拳ほか。初心者歓迎
健康体操クラブ・西町	毎週木曜日 午後2時30分～4時	西町地域センター	500円	月1,700円	樋口☎(042)576-3588	健康運動指導士の指導で元気になりませんか運動の苦手な75歳までの方
三多摩医療生活協同組合「囲碁教室」	毎週土曜日 午前10時～正午	三多摩医療生協会館(本町4-12-14)	なし	月1,000円	小松☎(042)324-1922	初めての方歓迎。一から囲碁を学べます。認知症予防にも効果あり

○「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

親子で聞こう 平和講座

3月10日に起きたこと

3月5日(土)午後2時~3時30分
リオンホール
(cocobunji WEST5階)

絵本「またあしたあそぼうね」や東京空襲の体験談を通して、戦争の悲惨さと平和の尊さを学びませんか。「またあしたあそぼうね」は、東京空襲の体験談をもとにした山下さんの著作です。

- 対①市内在住の小・中学生と保護者
- ②市内在住の方

講山下ますみさん(東京空襲伝承者)
濱田嘉一さん(東京空襲体験者)

定①20組②20人 ¥無料

申2月2日(水)から件名に親子で聞こう平和講座申込、本文に氏名(ふりがな)・電話番号・親子参加の場合は子どもの氏名(ふりがな)・学年を明記し✉jinkenheiwa@city.kokubunji.tokyo.jpまたは電話で人権平和課へ※先着順



濱田嘉一さん



山下ますみ 文
ささきみお 絵
新日本出版社

東京空襲資料展

3月4日(金)~11日(金)
午前9時~午後10時
セミナールーム
(cocobunji WEST5階)

内都と共催で開催。戦中・戦後の生活や労苦を物語る資料や写真などを展示予定

¥無料

問都文化事業課☎(03)5388-3141・
HP https://www.seikatubunka.metro.tokyo.lg.jp/bunka/bunka_seisaku/0000000716.html
または人権平和課へ

→人権平和課☎(042)573-4378

東京2020大会 聖火リレートーチ、ユニフォームを展示

3月25日(金)まで
市役所第1庁舎

新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、直接見ることができなかったオリンピック・パラリンピック聖火リレー。点火セレモニーで使用されたトーチなどを展示します。トーチの輝きを間近でお楽しみください。

→スポーツ振興課(内276)

cocobunji プラザ自主事業

日本フィルハーモニー交響楽団 春の弦楽四重奏コンサート

3月24日(木)午後2時~(開場=1時30分)
リオンホール(cocobunji WEST5階)

楽団の技術と音色をお楽しみください。

対5歳以上の方

出演者 ヴァイオリン=太田麻衣さん・大貫聖子さん、
ヴィオラ=小中澤基道さん、チェロ=久保公人さん

定100人 ¥無料

申2月24日(木)までに、日本フィル参加希望、参加者全員の氏名(小学生以下は年齢も)、代表者の住所・電話番号、返信宛名を明記し、往復はがき(必着)で〒185-0012本町3-1-1cocobunji WEST5階ココブンジプラザ総合案内へ※多数の場合抽選。結果は2月28日(月)までに郵送でお知らせ

問同プラザ☎(042)325-6330・HP <https://cocobunji-plaza.com/>



左から、太田麻衣さん・大貫聖子さん・小中澤基道さん・久保公人さん

→文化振興課☎(042)329-1205

脱・モラハラ講座

怒られるのは私のせい?

3月4日(金)午後2時~4時
ひかりプラザ

夫やパートナーから、怒鳴られる・無視される・間違いや失敗を責め立てられるなどの行為を受けたことはありませんか。心当たりがあり、不安な日々を過ごしている方は、その原因や対処の方法を一緒に学んでみませんか。



対女性

講本田りえさん(臨床心理士)

定20人 ¥無料

申市内在住・在勤・在学・在活の方は2月2日(水)午前9時[それ以外の方は16日(水)]~3月2日(水)にモラハラ講座申込・氏名(ふりがな)・電話、託児希望の方は子どもの名前・年齢を✉jinkenheiwa@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

評6か月以上の未就学児4人

→人権平和課☎(042)573-4378

飼い主のいない猫との地域共生講座

飼い主のいない猫問題は地域猫で解決 台東区の取り組み

2月19日(土)午後1時30分~3時30分
市民室内プール会議室
※当日直接会場へ。先着順



飼い主のいない猫の問題を地域住民・ボランティア・行政で考えていく地域猫活動が全国的に広まっています。地域猫活動の現状を聞き、一緒に考えてみませんか。また、飼い主のいない猫などの相談も受け付けます。

講高松純子さん(都台東保健所愛護動物管理係長)

定15人 ¥無料

注開催状況は市HPでご覧いただくか、お問い合わせください

→環境対策課☎(042)328-2191



フォトニュース

こくぶんじジュニア歴史検定 成績優秀者表彰

第4回こくぶんじジュニア歴史検定で、大久保純さん(三小)・柴崎祐維さん(八小)が成績優秀者として教育長から表彰されました。



左から、古屋教育長・大久保純さん・古林校長



左から、内海校長・柴崎祐維さん・古屋教育長

薬物乱用防止ポスター 都選考で優秀賞を受賞

徳丸白華さん(三中2年)の作品が都優秀賞に選ばれ、市長を表敬訪問しました。作品は薬物乱用防止普及啓発に活用される予定です。



承認番号:3福保健薬第3760号

イベント フォトニュース

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(祝日を除く)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。