

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。各担当課へお問い合わせください。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



武蔵国分寺跡史跡指定100周年記念
天平メニュー・国分寺ごはん

武蔵国分寺が栄えた時代の食事をイメージし、地場野菜(こくべじ)を使って市の栄養士が市制50周年記念事業で考案したメニューです。
リーフレット・レシピ配布こくべじ直売所(一部)、各公民館・図書館、または市HP [検索1012513](#)で

食育講座 **昔の食生活とバランスのいい食事**
11月17日(木)10:00~11:30 いずみプラザ
内容 天平メニュー・国分寺ごはんに関する歴史、栄養、試食
対象 市内在住・在勤・在学・在活の方 講師 市職員(学芸員・管理栄養士)
定員 24人※先着順 申込 11月2日(水)9:00から電話で健康推進課へ 持ち物 筆記用具

特定健診 後期高齢者医療健診 **受診期限を一律令和5年2月28日(火)に変更**
対象 特定健康診査(市の国民健康保険加入の66歳以上の方対象)・後期高齢者医療健康診査の対象者で受診票が郵送されている方

生活習慣病 予防 **なりたい自分を目指して 新生活習慣提案セミナー**
11月19日(土)10:00~11:30 いずみホール
内容 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)
対象 市内在住・在勤・在学・在活の方※特定保健指導の案内が届いた方優先
講師 管理栄養士 定員 15人※先着順 持ち物 筆記用具
注意 駐車場・駐輪場はありません

託児付き 栄養講座 **糖尿病予防 血糖値がちょっと高めの方へ**
11月29日(火)14:00~15:45 いずみプラザ
内容 血糖をコントロールする食べ方のコツ。試食・歯科衛生士のミニ講座
対象 市内在住・在勤・在学・在活の方 講師 管理栄養士
定員 24人※先着順 持ち物 筆記用具(あれば健診結果) 託児 未就学児4人
共通事項 無料 申込 11月2日(水)9:00から電話で健康推進課へ

→健康推進課 ☎(042)321-1801

よくカメ(噛め)強化月間 **11月8日は、いい歯の日**
ひと口30回ゆっくりよく噛もう

歯はいつまでもおいしく楽しく食事をするために、重要な役割を果たしています。バランス良く色々な食品を食べることが健康長寿につながります。定期健診を続け、歯と口の健康状態を維持しましょう。食事の際は、前歯でかじって奥歯でしっかり噛んで表情をつくる筋肉を刺激し、いつもより「プラス10回」噛む回数を増やしてみましょう。

噛むことの効用 ひみこの歯がい~ぜ

- 肥満の防止 満腹中枢が刺激されて食べ過ぎを防ぐ
- 味覚が発達 食材本来の味が分かる
- 言葉がはっきり 口の周りの筋肉をしっかり使うことで発音が明瞭に
- 脳の働きを活性化させる 脳の血流が増加して記憶力や集中力が高まる 認知症の予防にもつながる
- 歯の病気を予防する 唾液は虫歯菌の活動を抑え、口の中を清潔に保つ
- がん予防 唾液には発がん物質の働きを減少させる成分がある
- 胃腸での消化吸収を助ける 唾液中の消化酵素と食物がよく混ざり、胃腸での消化・吸収が高まる
- 全力投球 全身に力が入り、運動能力の向上にも関係がある

無料 歯科 健診 20歳~74歳まで [検索1027396](#) 75歳以上 [検索1027397](#)

新型コロナウイルスワクチン接種情報 掲載内容は10月24日時点※最新情報は市HP [検索1025222](#)

オミクロン株対応ワクチン接種 実施中 接種を希望される場合、接種予約サイトまたはコールセンターへ

接種間隔が **5か月から3か月に短縮**

接種対象者 初回接種(1・2回目接種)を完了し、**前回接種日から3か月経過した12歳以上のすべての方**

使用するワクチン ファイザー社ワクチンをBA.4-5対応型に順次切り替えています

オミクロン株対応ワクチンの種類	1・2回目接種対象者	3回目以降の接種対象者
ファイザー社(BA.1対応型・BA.4-5対応型)	×	○
モデルナ社(BA.1対応型)	×	○

ファイザー社ワクチンのBA.4-5対応型切り替え時期
市役所集団接種会場 11月1日(火)から
ひかりプラザ接種会場 11月5日(土)から
市内実施医療機関 11月1日(火)~10日(木)

ファイザー社のBA.1対応型ワクチンは都のワクチン大規模接種会場で引き続き実施中

乳幼児接種を11月から開始 市HP [検索1028676](#)
対象 生後6か月~4歳の方
使用ワクチン 乳幼児用ファイザー
※オミクロン株対応ではありません
接種回数 初回接種で合計3回の接種が必要
【2回目】1回目接種から3週間後
【3回目】2回目接種から少なくとも8週間経過後
接種会場 市役所集団接種会場 市内実施医療機関
注 対象者には接種券を郵送します。詳しくは同封しているお知らせをご覧ください

小児接種(1~3回目接種)も実施中 市HP [検索1027490](#)
対象 5~11歳の方※3回目接種は2回目接種完了日から5か月経過後
使用ワクチン 小児用ファイザー
※オミクロン株対応ではありません

市新型コロナウイルス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) 月~土曜日(祝日含む)8:30~17:00 ※かけ間違いにご注意ください 市新型コロナウイルスワクチン接種予約サイト

外国人のみなさんへ For foreign residents 外国朋友们 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。

エコラベルなどが付いた環境に優しい商品を選ぶ、グリーン購入を心がけましょう

暮らし 税 無料相談

社会保険料(国民年金保険料)控除証明書を郵送

日本年金機構から、社会保険料控除証明書(1月〜9月納付分)が11月上旬に郵送されます。国民年金保険料は、確定申告や年末調整の際、全額が社会保険料控除の対象となり、家族分の納付も申告できます。申告などの際は、証明書の添付が必要になりますので、大切に保管してください。

問ねんきん加入者ダイヤル ☎ 570-003-004 ※IP電話の場合は ☎ 03-6630-252

生労働省が抽出した調査地区で調査を行います。調査員が12月に直接訪問し、趣旨説明と対象となるかを確認します。対象となる場合は調査票をお渡ししますので回答をお願いします。

生活のしづらさなどに 関する調査(全国在宅障害児・者等実態調査)

在宅の障害児・者等の生活実態とニーズを把握するため、厚

問 042-324-6831 または電話で障害福祉課へ ※厚生労働省 ☎ 03-5253-1111 (内3029)でも ↓障害福祉課(内521)

11月の休日窓口 11月12日(土)

Table with 3 columns: 内容, 時間, 場所. Rows include 証明発行・転入・転出手続き, 国民健康保険・国民年金に関する手続き, 市税の納付・納税相談.

○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 または ☎ (042) 325-0264 へ ○6日・20日(日)8:30~17:00に、cocobunji市民サービスコーナーで証明発行、一部の申請書等の預かりなどを行います ○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 →市民課(内311) / 保険年金課(内314) / 納税課(内553) / cocobunji市民サービスコーナー ☎ (042) 329-4121



今月の納期 11月30日(水)

- 国民健康保険税第5期分
○介護保険料第4期分
○後期高齢者医療保険料第4期分

納付に関しては納付書裏面等の納付方法をご確認ください 問 国税=納税課(内553)/介護保険料=高齢福祉課 ☎ (042) 321-1301/後期高齢者医療保険料=保険年金課(内319)

軽自動車の車検時に納税証明書の提示が原則不要になります

令和5年1月から、軽自動車税納付確認システム(軽JNKS)での照会が可能となり、継続検査窓口での納税証明書の提示が原則不要になります。ただし、納付方法によっては、納付情報が軽JNKSに登録されるまで相応の日数を要する場合がありますため、車検をお急ぎの場合は、早めに納付してください。また、次の場合、紙の納税証明書が必要となる場合があります。

- 納付したばかりのため、納付情報が登録されていない
○中古車の購入直後
○他の市区町村へ引っ越した直後
○対象車両に過去の未納がある

※制度に関しては地方税共同機構 HP https://www.lta.go.jp/jidouya/ (右の二次元コードからアクセス可) をご覧ください



軽自動車の車検は、軽JNKS で変わる! 納税証明書の提示が原則不要に! 継続検査申請(OSS/OCR) 軽自動車検査協会 照会 ↓ 回答 軽JNKS 軽自動車検査協会 照会 ↓ 回答 軽JNKS 納付情報 ↑ 登録 市区町村

Table with 2 main sections: 会計年度任用職員(時間額報酬任用)募集 and 保健師・看護師・助産師・心理相談員募集. Each section has a table with columns for 職名, 資格・経験等, 任期, 勤務地, 勤務内容, 採用人数, 勤務日, 勤務時間, 時給, 交通費, 応募方法, 市指定履歴書配布, 問い合わせ.

Table for 11月の無料相談(祝日を除く) (*印は予約制) ☎ (042) 325-0111. Columns: 内容, 日程, 時間, 会場, 問い合わせ.

Table for 11月の無料相談(祝日を除く) (*印は予約制) ☎ (042) 325-0111. Columns: 内容, 日程, 時間, 会場, 問い合わせ.

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) 8時30分〜17時(12時〜13時を除く)の受付となります。



西武ヶ窪緑地(エックス山)の林の若返り・維持管理の活動に参加しませんか

市とエックス山等市民協議会との協働事業です。

作業日 11月11日・18日・25日(金)9時30分～11時30分
場内市民室内プール西側「むかし」の井戸(集合)
↓緑と建築課(内352)

子ども・子育て会議
11月7日(月)18時30分
場内市役所第1庁舎第一・二委員会室

子ども若者・子育ていきいき計画に係る施策評価に関して(令和3年度実績)ほか
↓子ども若者計画課(内439)

国分寺市健康増進計画策定検討委員会
11月10日(木)19時
場内いずみプラザ
↓健康推進課 ☎042-321-1

家庭用指定収集袋・粗大ごみ処理券の取り扱い開始販売店

家庭用指定収集袋

JA東京むさし国分寺ファーマーズ・マーケット ムーちゃん広場(東武ヶ窪4-23-8)

家庭用指定収集袋・粗大ごみ処理券

ローソン・スリーエフ小平上水本町一丁目店(小平市上水本町1-29-10)

→環境対策課 ☎(042)300-5300

令和5年1月・2月の戸倉野球場利用時間

申し込みの際、お間違いのないようご注意ください。

使用区分

11:00～13:00
13:00～15:00
15:00～17:00

休場日

令和5年1月1日(祝)～3日(火)

→スポーツ振興課(内278)



年末保育を行います

12月29日(木)・30日(金)7時～19時

のうち希望する時間※18時～19時は延長保育時間帯(延長保育の対象は1歳以上)場内ヶ窪保育園(対次)のすべてに該当する児童○市内に住所を有する○認可保育所または家庭的保育・認定保育所・認定こども園保育認定部分・小規模保育所などに入所している○保護者のいずれもが実施日に就労などのため保育ができない※児童1人につき3千円/日(延長保育料は別途400円/日)申12月1日(木)～9日(金)(必着)に、申込書を郵送(必着)または直接〒185-8501保育幼稚園課(市役所第2庁舎)へ

申込書配布(市役所第2庁舎)へ
幼稚園課 ※市HP ☎検索1001144からダウンロード可
↓保育幼稚園課(内386)

令和4年中に建物の新築・増築・取り壊しをした方へ
建物の調査を実施
令和5年度に課税する固定資産税・都市計画税の根拠となる評価額を算出するため、令和4

年中に新築・増築・取り壊しをした建物の調査・確認を実施しています。該当の建物を所有している方は、課税課へご連絡ください。
↓課税課(内380)

家族向・単身者向
都営住宅入居者募集
11月1日(火)～16日(水)に郵送(必着)※詳しくは募集案内をご覧ください
申込書・募集案内配布11月1日(火)～10日(土)祝日を除く
市民課(市役所第1庁舎) ☎20000000
↓市民課(内309)

問 都営住宅供給公社都営住宅募集センター(土日祝日を除く)申し込み期間中は ☎0570-010810 ※申し込み期間以外 ☎03-3498-8894
↓市民課(内309)

年中に新築・増築・取り壊しをした建物の調査・確認を実施しています。該当の建物を所有している方は、課税課へご連絡ください。
↓課税課(内380)

家族向・単身者向 都営住宅入居者募集

11月1日(火)～16日(水)に郵送(必着)※詳しくは募集案内をご覧ください
申込書・募集案内配布11月1日(火)～10日(土)祝日を除く
市民課(市役所第1庁舎) ☎20000000
↓市民課(内309)

③国立駅前市民サービスコーナー
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は日曜日④は土日祝日も配布。配布期間中は都住宅供給公社HP
↓市民課(内309)

11月1日(火)～16日(水)に郵送(必着)※詳しくは募集案内をご覧ください
申込書・募集案内配布11月1日(火)～10日(土)祝日を除く
市民課(市役所第1庁舎) ☎20000000
↓市民課(内309)

問 都営住宅供給公社都営住宅募集センター(土日祝日を除く)申し込み期間中は ☎0570-010810 ※申し込み期間以外 ☎03-3498-8894
↓市民課(内309)

問 都営住宅供給公社都営住宅募集センター(土日祝日を除く)申し込み期間中は ☎0570-010810 ※申し込み期間以外 ☎03-3498-8894
↓市民課(内309)

武蔵野台地の雑木林の現在と未来

人間の管理と生物多様性の関係

11月19日(土)14:00～16:00(開場=13:30)

本多公民館 定30人※先着順

内 メガシティ東京における雑木林の現在と未来、雑木林を維持管理する意義
講 内田圭さん(東京大学大学院農学生命科学研究科助教 理学博士)
申 11月2日(水)9:00から電話で緑と建築課へ
催 市・エックス山等市民協議会
→緑と建築課(内353)

西部地区拠点親子ひろば ぶんちっちひろば

災害時の子どもの心と身体のケア

11月22日(火)10:30～11:30 子ども家庭支援センター

内 災害時に役立つ知恵、子どもの心と身体をケアするマッサージの実技
対 未就学児の保護者 講 浜野浩一さん(鍼灸師・マッサージ師)
料 無料
定 8人※先着順。市内在住の方優先
申 11月9日(水)～16日(水)(日・月曜日を除く)に電話または直接子ども家庭支援センターぶんちっち ☎(042)572-8138へ
注 市内在住で6か月児以上の未就学児8人
→子育て相談室 ☎(042)572-8138



市内事業者向け

包括施設管理委託の導入に関する方針の説明会

11月①21日(月)②22日(火)18:30～19:30

持続可能な公共施設マネジメントの推進を目的として、令和6年度から導入を予定する包括施設管理委託(*)の説明会を開催します。

(*)各施設担当課が行っている維持管理の業務をとりまとめ、包括管理事業者(監督事業者)によって一体的に行う管理の手法。事業者の経験に基づくノウハウにより、維持管理水準の向上や新たなサービスの付加による安全・安心の確保や利便性の向上を図っていく取り組み

場 ①リオンホール(オンライン配信あり)②市役所プレハブ会議室第1
※当日直接会場へ

注 オンライン配信については市HP ☎検索1027430をご覧ください
→公共施設整備推進室(内498)

ウォーキング 落合川の湧水と緑地めぐり

12月3日(土)8:30～12:00※雨天中止

こくぶんじ 地域クラブ

場 西武国分寺線国分寺駅ホーム先頭(集合)→電車移動→東久留米駅→ウォーキング(約6km)→東久留米駅(解散)

料 300円(保険料など)※交通費は自己負担

申 11月24日(木)までに氏名・年齢・性別・電話番号を

club-59bunji@softbank.ne.jpまたは電話で

問 こくぶんじ地域クラブ事務局 ☎(090)9824-0401

注 中止の場合は、当日7:00にブログでお知らせ(右上の二次元コードからアクセス可)
→スポーツ振興課(内279)



11月の予定表

体育施設個人開放日 →スポーツ振興課(内278)

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)／卓球=2日・9日・16日・30日(水)12:00～16:00／バスケットボール=2日・9日・16日・30日(水)16:30～21:30／スポレク広場=5日(土)14:00～16:30／バドミントン=金曜日16:30～21:30
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・22日・29日(火)11:00～13:00／グラウンド・ゴルフ=金曜日9:00～11:00

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=8日・15日・22日・29日(火)9:00～11:00
-------	---

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	ミニテニス=4日・18日(金)11:30～15:30／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／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・28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

参画 公開 暮らし

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 検索 ページ番号 検索 アクセス メール 託託あり 主催・共催 注意事項

子育てガイド

官民協働発行事業者を募集

応募資格 地方公共団体の印刷物の作成等の実績がある事業者
申込 11月1日(火)~30日(水)に直接子ども若者計画課(市役所第2庁舎)へ
募集要項配布 11月1日(火)から子ども若者計画課で
※市HP 検索 1028893からダウンロード可
→子ども若者計画課(内439)

試行実施

民設民営学童保育所で小学4年生の児童を募集

実施期間 令和5年4月1日(土)~令和6年3月30日(土)
対象施設 小学1~3年生の4月1日入所児童の決定後に、定員に空きがある民設民営学童保育所
申込開始 令和5年1月上旬予定
入所決定時期 令和5年2月中旬予定※施設により前後する場合あり
注 実施を予定している施設は、令和5年1月6日(金)

から市HP 検索 1028870(右の二次元コードからもアクセス可)
でお知らせします



→試行実施に関すること
=子ども若者計画課(内439)
学童クラブ費・公設の退所手続等に関すること
=子ども子育て支援課(内387)

市プレイステーション 夕暮れフェス

日 11月①7日(月)②16日(水)③18日(金)④21日(月)
時 ①14:00~16:30 ②③17:30~20:00 ④10:00~12:30
場 市プレイステーション※当日直接会場へ
対 13歳~18歳
内 ①学校に行くのがつらい子のための日「五平餅を作って食べよう」②ボードゲームで遊ぼう③ポテトチップスを作ろう④学校に行くのがつらい子のための日「音楽の日」
料 無料
問 認定NPO法人冒険遊び場の会 ☎(042)323-8550
注 ④は電子ドラム・キーボードの用意あり。持参も可

通常営業もしています

夕暮れカフェは中高生の居場所です。遊びにきてみませんか。

日 毎週火曜日~金曜日(9日(水)、祝日を除く)
時 17:30~20:00 注 保護者のみの見学も可

→子ども子育て支援課 ☎(042)322-1140(本多児童館)

提案型協働事業

ゆいぼっこのオンライントークルーム

①11月7日(月)②29日(火)

1部=10:00~11:00 2部=11:00~12:00
オンライン(ZOOMアプリ使用)

①はり師・きゅう師②助産師
と参加者同士で話しましょう。

内①〔1部〕妊婦さん向けのセルフケア
〔2部〕フリートーク
②〔1部〕卒乳に関して
〔2部〕フリートーク

対 妊娠中~未就学児を子育て中の方

定 各10組※先着順

料 無料※通信料は自己負担

申 11月2日(水)から氏名・お住まいの町名・電

話番号・妊娠週数・お子さんの年齢を yuibocco@gmail.com(右の二次元コードからも送信可)または電話でゆいぼっこ~地域につなげるサポーターS~
☎(070)3363-8554へ



注 詳しくは市HP 検索 1027714をご覧ください
→健康推進課 ☎(042)321-1801

児童館6館合同乳幼児向け企画

親子でチャレンジ~はじめてのタップダンス

通年で各児童館を回ります

①にしまち児童館 11月22日(火)

定 15組 申込期間 11月8日(火)~16日(水)

問 同児童館 ☎(042)575-8188

②もとまち児童館 11月29日(火)

定 22組 申込期間 11月15日(火)~22日(火)

問 同児童館 ☎(042)359-1488

共通事項

時 11:00~11:45

対 乳幼児と保護者 内 リズム遊び

講 小島美保さん(タップダンス講師) 料 無料

申 申込期間の10:00~18:00に直接各児童館へ※日曜日を除く

物 水筒・汗拭きタオル・履きなれた室内用運動靴(お子さんの分も)

注 先着順(市内在住優先)。動きやすい服装で参加

→いずみ児童館 ☎(042)322-8849

みんなで子育て・子育て 11月のイベント

親子ひろば

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
実施日時・利用定員・方法 市HP 検索 1001398(右からアクセス可)をご覧ください
催しもの実施状況 市HP 検索 1003024(右からアクセス可)をご覧ください



▲1001398

▲1003024

Table listing various parent cafe events across different districts: 東部 (東部地区拠点親子ひろば, 東恋ヶ窪親子ひろば, ひがしこいがくぼ3丁目よくこう親子ひろば, 本多親子ひろば), 中央 (泉町親子ひろば, 日吉町親子ひろば, プレイステーション親子ひろば, 市民室内プール親子ひろば), 西部 (西部地区拠点親子ひろば, 北町親子ひろば, 西町親子ひろば, 戸倉親子ひろば).

児童館

対 0歳~17歳(幼児は保護者同伴) 時 10:00~19:00 休 日曜日・祝日、28日(月)
注 ★は指定管理者。詳しくは市HP 検索 1001404をご覧ください

Table listing activities at various children's centers: 本多児童館, いずみ児童館, もとまち児童館, ひかり児童館, しんまち児童館. Includes details on art classes, reading, and other activities.

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
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
電話相談 ☎8:30~17:00
来館相談 ☎9:30~17:00(第2・4木曜日は13:00まで)
休日・月曜日、祝日

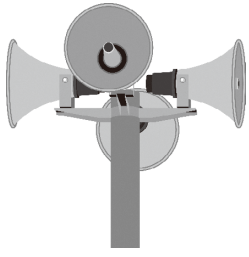
発達に関する悩みや心配ごとの相談(予約制)
こどもの発達センターつくしんぼ
☎(042)325-0070 FAX(042)323-7912
対 0歳~17歳の子どもと保護者
☎8:30~17:00 休 土日祝日

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(こぞでん)
☎(0800)800-9033 (通話料無料)
※つながらない時は ☎(042)572-3725 (通話料有料)
☎8:30~17:00 休 日・月曜日、祝日

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)8時30分~17時(12時~13時を除く)の受付となります。

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 11月16日(水)11:00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40か所に設置してある防災行政無線から、月～金曜日14:15に放送している「子どもの見守り放送」と同程度の音量で、下記の内容を一斉に放送します。

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)

秋の火災予防運動

11月9日(水)～15日(火)

もうすぐ火災が発生しやすい季節を迎えます。火災予防意識の一層の高揚を図り、尊い生命と貴重な財産の損失を防ぐために、毎年「119番の日」である11月9日から実施しています。

国分寺消防署と市消防団で11月9日に消防車での市内巡行パレードで注意喚起を行い、期間中は消防車での広報を行います。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

火災から身を守るために

市内では、令和4年9月までに火災が17件発生しました。これからの火災の発生しやすい時季を前に、防火防災に関する正しい知識と防災行動力を高めて、より一層防災に強いまちを目指しましょう

身近な火災予防対策

- 建物の周囲は整理整頓し、放火されやすい物を放置しない
- ほこりが付かないように、コンセントやプラグをこまめに清掃する
- タコ足配線はしない
- たばこは灰皿のある場所で必ず水につけてから捨てる
- 調理中に火をつけたら目を離さない

→防災安全課(内373)/国分寺消防署 ☎(042)323-0119



火災発生件数

件数	17件
焼損床面積	136㎡
死者	0名
傷者	4名

出火原因

1位	電気設備機器(*1)
2位	火気設備機器(*2)
3位	たばこ

※令和4年1月～9月・国分寺消防署管内(*1)差し込みプラグ、コンセントなど(*2)ガスコンロなど

火災現場では消火活動で使用する消防ホースなどの資機材が配置され危険ですので、消防隊員や消防団員の誘導のもと行動してください

防災講座

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)8時30分～17時(12時～13時を除く)の受付となります。

道路上の障害物は危険です

道路上に店の商品や看板、家庭の樹木・プランター、段差解消ブロックなど、個人の所有物は置けません。道路に障害物を置くと、道路を有効に利用できなくなるほか、交通の障害となったり、通行する方がけがをする場合があります。速やかな撤去をお願いします。

→道路管理課(内429)

西町地域センター

本のリサイクルバザー

11月12日(土)14:00～16:00 西町地域センター

西町地域センター図書室運営委員会によるリサイクル本と小物の販売や、図書室の除籍本と雑誌の無料配布を行います。また、図書室運営委員会では、本の貸し出し・選書のボランティアを募集しています。

問 同センター ☎(042)577-6868

催 同センター図書室運営委員会

注 売り切れ次第終了。エコバッグを持参



三市・東京学芸大学連携講座

本市・小平市・小金井市と東京学芸大学の連携で行う、地域で子どもの育ちに関わる方のスキルアップのための講座です。

日 内 講 定 下表のとおり

申 11月23日(祝)までに申込フォーム <https://codomode.org/codocollege/>

(右の二次元コードからアクセス可)または往復はがき(必着)に、希望講座番号・氏名・住所・電話番号・性別・年代と返信用宛名を明記し、〒184-8501小金井市貫井北町4-1-1NPO法人東京学芸大こども未来研究所へ ※多数の場合抽選。オンデマンド講座は申込フォームからのみ申し込み可

問 同大こども未来研究所・樋口 ☎(080)4091-3786(月～金曜日(祝日除く)10:00～18:00)

●対面講座

場 リオンホール 料 無料 注 小平市及び小金井市会場でも実施。詳細は市HPで

講座番号	日時(受付=30分前)	講座名・講師	定員
国分寺①	12月1日(木) 18:30～20:30	思春期の子どもの向き合い方 講 小林拓哉さん(同大学こどもの学び困難支援センター)	100人
国分寺②	12月12日(月) 14:00～16:00	子どもの居場所にどう関わり得るか 講 小林拓哉さん(同上)	60人
国分寺③	令和5年1月10日(火) 10:00～12:00	遊びを通じた関わり 講 田嶋大樹さん(同上)	100人

●オンデマンド講座

受講期間 12月1日(木)～31日(土) 料 無料 ※通信費は自己負担 定 70人

講座名・講師	時間
支援者とは 講 柴田彩千子さん(同大学准教授)	75分
子どもを取り巻く環境 講 坂本史生さん(同大こども未来研究所・学術フェロー)	90分
こども理解 講 鈴木聡さん(同大学副学長)	75分
こどもとの接し方 講 木村翔太さん(同大学附属世田谷小学校教諭)	90分
特別支援とは 講 大鹿綾さん(同大学講師)	90分
特別支援-学習面へのサポート 講 平田正吾さん(同大学准教授)	75分
特別支援-行動面へのサポート 講 村尾愛美さん(同大学特任教員)	90分

→子ども若者計画課(内390)



cocobunjiプラザ自主事業

路上観察のススメ

～KOKUBUNJI MAPを使って国分寺の街を再発見～

cocobunjiプラザ内の壁面に設置されている巨大な市の地図KO KUBUNJI MAPに、参加者の撮影した街の写真を貼り、「路上観察マップ」を作成します。街の魅力を路上観察学会国分寺と一緒に探してみませんか。

日 内 講 下 表 の と お り 場 リオンホール 対 どなたでも

定 100人※先着順 料 無料

申 11月2日(水)から電話でcocobunjiプラザ総合案内 ☎(042)325-6330へ 問 同プラザ総合案内

注 詳しくは [HP https://www.cocobunji-plaza.com/](https://www.cocobunji-plaza.com/) (右の二次元コードからアクセス可)をご覧ください



日時(全2回)	内容
11/15(火) 18:30～20:30	○講演 路上には神様が宿る 講 藤森照信さん(建築家・建築史家) ○オリエンテーション 講 路上観察学会国分寺
12/12(月)	○座談会 路上観察トーク 撮影した写真をもとに藤森照信さんと一緒に国分寺の風景談義

もとまち地域センター自主事業

楽しい落語講座

11月12日(土)14:00～16:00 もとまち地域センター

江戸時代から現在まで傳承されている日本の伝統芸能である落語を聴き、楽しい時間を過ごしてみませんか。

対 市内在住の方 講 東京経済大学落語研究会 定 15人※先着順 料 無料

申 11月3日(祝)9:00～電話でもとまち地域センター ☎(042)324-9911(水曜日を除く)へ

問 同センター

障害者週間記念講演会

ユニバーサルマナーセミナー 今日からできること

12月3日(土)14:00～15:45(開場=13:30)

リオンホール※当日直接会場へ

障害のある方や子育て中の方などの多様なニーズに応えるためのマナー(ユニバーサルマナー)を学んで、自分にできることは何かを一緒に考えてみませんか。

対 関心のある方はどなたでも

講 薄葉幸恵さん [(株)ミライロ]

催 市・市障害者福祉を進める会

注 詳しくは市HPページ [検索1001749](#)をご覧ください



薄葉幸恵さん

講師紹介 幼少の頃肺炎にかかり、その後遺症で聴力が落ちつづけ、失聴。コミュニケーションの方法は、口話、筆談、手話など相手や状況に合わせて使い分ける。当事者の視点を活かし、全国で公演を行っている

→障害福祉課(内521)

イベント

男女共同参画と防災講座
避難生活での
助け合いの質を高めよう

12月11日(日) 14:00~16:00
 リオンホール

高齢者、障害のある方、女性や子どもなどが安心して過ごせる在宅避難や避難所生活のこと、災害が起こるとどのような困りごとが起こるか、どのような支援ができるかを皆で話し合ってみませんか。

対 どなたでも ※市内在住・在勤・在学・在活の方優先

講 浅野幸子さん(減災と男女共同参画研修推進センター共同代表)

定 40人 ※先着順

¥ 無料

申 11月2日(水)~12月8日(木)に、件名に「防災講座申込み」、本文に氏名(ふりがな)・電話番号、市内在住・在勤・在学・在活のうち該当するものを明記し、✉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 ※市HP 🔍検索1028790から電子申請も可(右の二次元コードからもアクセス可)

注 市外の方は11月17日(木)以降受け付け



浅野幸子さん



→人権平和課 ☎(042) 573-4378

12月4日~10日は
 人権週間

第21回人権のつどい

中学生人権作文市長賞受賞者表彰式・発表会と「転んだら、どう起きる?」をテーマに講演会を行います。

12月17日(土)
 12:45~16:00予定(開場=12:15)
 リオンホール



宇梶剛士さん

講 宇梶剛士さん(俳優) 定 150人 ※先着順

申 11月2日(水)~12月9日(金)に件名に「人権のつどい申込み」、本文に氏名(ふりがな)・電話番号を明記し、✉jinkenheiwa@city.kokubunji.tokyo.jpまたは電話で人権平和課へ ※市HP 🔍検索1019604から電子申請も可(右の二次元コードからもアクセス可)

注 生後6か月以上の未就学児6人 ※先着順 [申]11月2日(水)~12月2日(金)に子どもの氏名(ふりがな)・年齢を明記し、メールまたは電話で人権平和課へ

催 市・国分寺地区人権擁護委員の会 注 手話通訳あり



身近な人権相談をご利用ください

職場や学校など、身の回りで人権が侵害されたとき、日常生活の中で悩みや不安を感じる時は気軽にご相談ください。人権擁護委員が相談を受けます。秘密は守ります。

日 毎月第2木曜日 13:00~16:00 ※1日号「無料相談」参照

場 男女平等推進センター相談室(ひかりプラザ内)

¥ 無料 申 電話で人権平和課へ

→人権平和課 ☎(042) 573-4378

**11月は児童虐待防止
 推進月間です**

●児童虐待とは

家族間の葛藤や地域からの孤立など、社会的要因が背景にあるといわれており、4つに分類されます。

身体的虐待

殴る、蹴る、たたく、溺れさせる、やけどを負わせる、家の外にしめだすなど

ネグレクト

乳幼児を家に残して外出する、食事を与えない、自動車の中に放置するなど

性的虐待

子どもへの性的行為、性的行為をみせる、ポルノグラフィの被写体にするなど

心理的虐待

言葉での脅し、無視、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるうなど

●子育ては色々な人の力と共に

LINE相談 子ゴコロ・親ゴコロ
 相談@東京

子育ての悩みや困りごとなどが相談できます。ひとりで抱え込まず、気軽に相談してください。

利用方法 右の二次元コードから友だちに追加

相談対応時間 月~金曜日=9:00~23:00
 (受付=22:30まで)、土日祝日=9:00~17:00



●虐待かも、と思われる心配な子どもがいるとき、相談できる窓口があります

通告・相談は匿名で行うことも可能です。通告・相談した人やその内容に関する秘密は守られます。

※一部のIP電話からはつながりません
 ※命にかかわる危険がある場合は警察 ☎110へ

いちはやく
189
 児童相談所
 虐待対応
 ダイヤル

→子育て相談室 ☎(042) 572-8138

WRリボンキャンペーン

DVなどの性暴力と児童虐待が密接に関連していることから、「女性に対する暴力をなくす運動(期間=11月12日~25日)」と「児童虐待防止推進月間」の2つのシンボルを合わせたWRリボンキャンペーンを実施します。性暴力根絶を目指すとともに、子どもたちが安心して生活できる社会をつくりましょう。

1 ライトアップ
 国分寺駅北口駅前広場

性暴力と虐待根絶を目指し、シンボルカラーのパープルとオレンジにライトアップします。
 日 11月11日(金)~25日(金)

2 パネル展

DVと虐待の関連や性被害を受けたときの対応、相談窓口に関するパネルやツリー型のメッセージボードを展示します。
 日 11月12日(土)~25日(金) 場 cocobunji WEST5階 まちの魅力発信コーナー

●性暴力とは

望まない・同意のない性的な行為は、年齢・性別にかかわらず性暴力にあたります。

DV・デートDV

DVは夫婦間、デートDVは恋人同士や親密な関係にある、またはあったものから振られる身体的暴力や精神的暴力など

セクシュアルハラスメント

相手の意に反する性的な言動によって就業環境が妨げられること

ストーカー

特定の相手やその家族につきまといや電話をかけるなどの行為を繰り返し行うこと

性犯罪

レイプや痴漢など刑法上の性的な犯罪のこと

子どもが暴力を目撃すること(面前DV)で不安が大きくなり、子どもの成長や発達に多大な影響を与えます。



性犯罪・性暴力に関する相談窓口 ひとりで悩まず、ご相談ください。

○男女平等推進センター相談窓口 ☎(042) 573-4342 ✉soudan@city.kokubunji.tokyo.jp
 相談時間 月~金曜日(祝日・年末年始を除く) 9:00~17:00

○ODV相談プラス ☎(0120) 279-889 電話・メール(24時間相談可)、チャット(受付=12:00~22:00)で相談できます。右の二次元コードからご利用ください

○性暴力救済センター・東京(SARC東京) ☎(03) 5607-0799 24時間365日の相談受け付け、医療機関や警察への付添い、弁護士などの専門家の紹介や同行などの支援を行います

11月18日(金)~24日(木)「女性の人権ホットライン」強化週間

DVやストーカーなど女性をめぐる様々な人権問題について人権相談活動を強化します。

女性の人権ホットライン ☎(0570) 070-810

平日(水曜日を除く)=8:30~19:00、水曜日、土日祝日=10:00~17:00 相談員 人権擁護委員・東京法務局職員 問 東京法務局人権擁護部 ☎(0570) 011-000(ナビダイヤル)

→人権平和課 ☎(042) 573-4378

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

インボイス制度 (適格請求書)説明会

令和5年10月1日からインボイス制度(*)が始まります。立川税務署では、事業者の方を対象に説明会を開催します。

(*)売り手が買い手に対して、正確な適用税率や消費税額等を伝えるものです。売り手から買い手へインボイスの交付がなければ、買い手は仕入れ額控除を適用することができません。売り手がインボイス発行事業者となるには令和5年3月31日までに登録申請が必要です(任意)。登録を受けると、課税事業者として消費税の申告をしなければなりません。買い手は、仕入れ額控除の適用のために、原則として売り手から交付を受けたインボイスを保存する必要があります。

日 11月①9日(水)10:00~11:30②14日(月)13:30~15:00・15:30~17:00※同内容
場 リオンホール
定 各回130人※当日直接会場へ
問 立川税務署法人課税第1部門 ☎(042)523-1181(内316)

→課税課(内327)

地産農畜産物や史跡の魅力を味わってみませんか こくベジマルシェと 史跡・農家めぐり

11月3日(祝)史跡武蔵国分寺跡(雨天時=四小)

■物販
①10:30~16:00 ②こくベジ・オリジナルグッズの販売
■史跡・農家めぐり
③①11:00~12:00(予定)②14:00~15:00(予定) ④史跡等4か所(僧寺講堂跡・七重塔跡・国分寺楼門・真姿の池湧水群)の見学・説明、農家2か所(普段入れない畑・歴史ある建物の見学・説明、庭先直売所)を訪問
定 各10人程度※先着順 ⑤11月2日(水)に電話で経済課へ ¥1人1,000円(史跡のお土産、こくベジの野菜・オリジナルピンバッジ付き) ⑥荒天中止
■共通事項 ⑦こくベジプロジェクト推進連絡会 →経済課(内397)

農業祭 秋の立毛品評会

市農業祭秋立毛(*)品評会が10月18日に行われました(主催市農業祭運営委員会)。市内で多く栽培されている人気の秋野菜ブロッコリー・キャベツの露地栽培を行う市内農家の畑を回り、その育成状況などを審査した結果、次の方が優秀な成績を収めました(敬称略・順不同)。
(*)畑で生育中の農作物

👑**優秀賞**
嶋崎貴之(ブロッコリー・並木町)

👑**優良賞**
尾崎裕一(ブロッコリー・東恋ヶ窪)、濱仲充(キャベツ・戸倉)

嶋崎貴之さん →経済課(内397)

こくベジメニュー 提供店舗を募集

市内農家の農畜産物こくベジを使用し、魅力的なメニューを開発・提供する店舗を募集します。
①市内で飲食店などを営む方
②詳しくは経済課へ →経済課(内351)

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 🔍検索1001917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に関する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、小児の診察ができません
- 受付時間は、医療機関によって異なります

日	診療時間	医療機関名	所在地・☎(042)
11月3日(祝)	10:00~13:00 14:00~18:00	ケン小児科内科クリニック(小・内・皮)	東恋ヶ窪5-14-1 アメニティ97 1階 ☎320-5045
		笠原整形外科(整外)	西恋ヶ窪2-2-1 ビーンズ・アネックス西国分寺1階 ☎321-5521
	10:00~18:00	ディ・エムエル西国分寺調剤薬局	西恋ヶ窪2-2-1 ビーンズ・アネックス西国分寺2階 ☎320-3871
11月6日(日)	9:00~12:00 13:00~19:00	けんもつ歯科クリニック	光町1-45-11 1階 ☎571-8777
		伊佐治内科(内)	戸倉4-45-5 ☎300-1347
	10:00~18:00	曾根医院(眼)	本町4-19-8 ☎322-0516
11月13日(日)	10:00~13:00 14:00~18:00	アガペ国分寺薬局	戸倉4-45-5 ☎300-0197
		小池歯科医院	東元町1-23-8 ☎323-6848
	10:00~18:00	ひらまつ内科(内)	南町2-17-5 恵ビル1階 ☎301-1111
10:00~18:00	東もたち婦人科クリニック(産・婦)	東元町2-11-30 ☎312-0628	
	みどり薬局南町店	南町2-11-14 トミービル1階 ☎329-8090	
9:00~12:00 13:00~19:00	神山歯科医院	戸倉2-16-1 ☎326-1035	

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 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

もとまち地域センター自主事業

専門家無料相談会 ファイナンシャル・プランナーによる ライフプラン相談

11月13日(日)10:00~12:00・13:00~16:00※1人45分
もとまち地域センター

豊かな暮らしに向けて、専門家がさまざまな疑問や課題にお答えします。
①市内在住の方
講 伊東伸一さん(ファイナンシャル・プランナー)
定 5組※先着順 ¥無料
②11月3日(祝)9:00から電話でもとまち地域センター ☎(042)324-9911へ
問 同センター

11月 都労働相談情報センターによる 遠隔労働相談

都労働相談情報センター多摩事務所に市役所からオンラインで相談できます。
③11月4日・11日・18日・25日(金)9:30~10:30・10:45~11:45
④原則市内事業者、市内在住・在勤の方
⑤労働問題全般に関すること ⑥1日2枠※先着順 ¥無料
⑦相談日の前日(土日祝日にあたる場合はその前日)12:00までに電話で経済課へ →経済課(内396)

特定創業支援等事業

自分らしく始める。ゼロからの創業入門セミナー

12月5日(月)19:00~21:00 リオンホール
自分らしく事業を始めるために必要な、商品設計・集客・経営者マインドについて一緒に考えてみませんか。
⑧これから創業を目指している方・創業間もない方
講 浅川絢子さん(こくぶんじ創業塾講師)
定 20人※先着順 ¥無料
⑨11月2日(水)~12月2日(金)に市HP 🔍検索1016763または電話で経済課へ →経済課(内396)

こくベジ 事業者 休日急病診療

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)8時30分~17時(12時~13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

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 ページ 検索 ページ 番号 検索 フォックス メール 託託あり 催主催 共催 注意事項

昨年度は 59世帯が 参加

冬の省エネに挑戦しませんか 冬期環境家計簿 モニター募集

省エネへの取り組み状況や アイデアなども お聞かせください

環境家計簿は、家庭の電気・ガスの使用量を記録し、温室効果ガス排出量(二酸化炭素排出量換算)を把握することで、省エネ意識を持ち、温室効果ガス削減につなげる取り組みです。参加者には省エネの取り組み方法やアイデアをまとめた「モニターさんの声」や二酸化炭素排出量の増減・参加者の順位などを示した集計結果を全員にお送りします。電気製品の消費電力を簡易測定するワットモニターの無料貸し出しも行っていきます。

対 市内在住の世帯

申 11月1日(火)～12月15日(木)に、電話・✉machikeika ku@city.kokubunji.tokyo.jpでまちづくり計画課へ※事前登録が必要

■モニター手順

- ①12月～2月分の電気・ガスの使用量を記録
- ②二酸化炭素排出量を簡単な計算式で計算
- ③環境家計簿を提出



→まちづくり計画課 ☎(042)314-9005

収穫体験付き野菜作り体験講習会 (初心者向け)

11月20日・12月4日(日)9:30～11:30(全2回) 国分寺いきいき農園(戸倉3-14) ※雨天決行

農作業経験がない方向けの、農業に親しむ講習会です

対 市内在住・在勤・在学・在活の中学生以上で2日とも参加できる方※1家族2人まで

内 土作り、種まき、野菜の収穫など

講 いきいき農園事業協力員

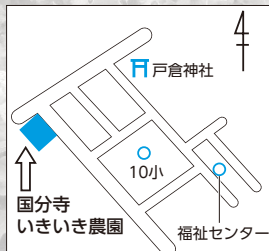
定 15人※先着順

料 無料

申 11月2日(水)から電話で経済課へ

物 軍手・持ち帰り用エコバッグなど

注 自動車での来場不可。汚れてもよい服装・靴で参加



→経済課(内397)

学ぶ楽しむ 参加する

J A東京むさし国分寺支店から

宝船の展示と即売会を開催 国分寺駅北口イベント広場で宝船を展示し、夜間はライトアップ。また市内農畜産物(こくベジ)を販売。

宝船の展示=11月5日(土)14:00～6日(日)12:00(予定) 即売会=6日(日)10:00～13:00 場 国分寺駅北口イベント広場 催 J A東京むさし国分寺地区青壮年部 / →同支店 ☎(042)324-2116

相続と遺言の無料相談会

日 11月7日(月)13:30～16:30 場 リオンホール ※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

センター会員の活動内容や就業状況などを説明します。入会の相談・手続きもできます。 日 11月11日(金)・24日(木)13:30～ 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 各10人※先着順 料 無料 申 11月2日(水)から電話で 物 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

第45回住宅デー

住宅相談会や包丁研ぎを行います。 日 11月13日(日)10:00～15:00(包丁研ぎの受付=14:00まで) 場 市内4か

所 無料 / →東京土建一般労働組合小金井国分寺支部 ☎(042)324-5940

飲食イベント・こくめし「井」

期間中に参加店舗で対象メニューを注文した方にオリジナルボールペン(数量限定)、スタンプを3つ集めるとこくめし参加店舗で使用できる商品券1,000円分をプレゼント(定20人※先着順)

開催期間 11月14日(月)～12月4日(日) 参加店舗 まんぷく処竹茂食堂、May cafe、肉巻きダイニングアトレストダイナー、BAR at Resta、チャイニーズレストランオトメ、ビアカフェガンブリヌス、そば処豊年屋、日本料理天松、居酒屋よっちゃん国分寺店、Grill Kitchen笑人、サロン・ド・カフェ・ベルビュー、伊太利亜酒場CHU LU亭、大人の食堂シロボシ、炭火酒場鶏真、織田島酒店、千俵、参百圓食堂日吉小町(順不同) 注 詳しくは東京経済大学鈴木特別ゼミのTwitter(@kokumes hi_tku)・Instagram(@kokumeshi_tku)・Facebook(https://www.facebook.com/profile.php?id=100037634561797)で / →東京経済大学地域連携センター ☎(042)328-7950

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 12月3日(土) 対 次のAまたはBのいずれかの条件のすべてに該当する方 A=〇尋常小学校卒業生・国民学校初等科を修了している〇高等学校に入学する資格がない B=〇義務教育未修

了者で、義務教育修了資格を必要とする〇令和5年4月1日時点で満65歳以上〇ほかの中学校・高等学校に入学する資格がない〇都内在住・在勤〇願者Aに準ずる 申 11月18日(金)までに願書(同校で配布)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

市民掲示板

●家事家計講習会 家事力アップと家計レッスン 生活を見直してみませんか。食費と光熱費の工夫

日 11月15日(火)10:00～11:30 場 セミナールーム 定 20人※先着順 料 500円 申 11月2日(水)から電話で / →多摩友の会けやき最寄・上西 ☎(042)304-3035

●ふるさと自然と歴史を訪ねる会

高尾駅から西八王子駅まで、新旧の甲州街道・真覚寺などを巡ります。 日 11月16日(水)9:30(JR高尾駅北口集合)～15:00(JR西八王子駅解散) 定 30人※先着順 料 1,000円※保険・資料代含む 申 11月2日(水)～9日(水)に、電話または ☎fumihito.n08@jcom.zaq.ne.jpで 物 健康保険証・昼食 / →国分寺市にふるさとをつくる会・二瓶 ☎(042)325-8752

●MOA美術館国分寺児童作品展

当初の予定より1週間早い開催。絵画

と書写の展示です。

日 11月19日(土)10:00～16:00・20日(日)10:00～15:00 場 本多公民館 ※当日直接会場へ 料 無料 / →MOA美術館国分寺児童作品展実行委員会 ☎(090)9963-5750

●多摩に歩く会 もみじの紅葉が美しい九品仏浄真寺から等々力渓谷、多摩川河川敷緑地をのんびり歩いてみませんか。

日 12月1日(木)9:00(JR西国分寺駅南口噴水前集合)～15:00(東急大井町線二子玉川駅解散) ※雨天中止 定 25人※先着順 料 500円※保険・資料代含む 申 11月2日(水)～15日(火)に、住所・氏名(ふりがな)・電話番号を明記し、 ☎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 / →酒井 ☎(070)6667-9241

●コミュニケーションワークショップ ケンカしないでいい案出そう

ゴードンメソッド(親業)による効果的な会話と話し合いのコツを体験してみませんか。 日 12月8日(木)10:00～11:30(受付=9:40) 場 本多公民館 定 40人※先着順 料 無料 申 11月2日(水)から ☎winwin.kbj@gmail.com または電話で / →ウィンウィンサークル国分寺・大野 ☎(042)321-4357



会員募集

〇「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をお願いします 〇見学・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
かな書道の会	毎月第2・4土曜日 13:30～15:00	西町地域センター	なし	月1,500円	庄司(16:00～18:00) ☎(080)8728-2100	年賀状を書いてみましょう
健康体操クラブ・もとまち	毎週月曜日 13:15～14:45	もとまち地域センター	500円	月1,700円	田嶋 ☎(042)323-9693	運動の苦手な75歳までの方、専門の指導者の指導で元気になりませんか
女声合唱団ぶどうの木	月3回月曜日 10:00～12:00(不定期)	いずみホールほか	3,000円	月5,000円	呉 ☎(042)322-2010	来春演奏会を開催予定。ロッシェニ「三つの聖歌」、フォーレ「小ミサ」ほか
太極拳L(エル)の会	毎週金曜日 10:00～11:30(月4回)	リオンホール	なし	月2,500円	宇野 ☎(090)3342-6948	初心者歓迎。無理をしない、競わない。心と身体に優しいL(エル)の会です
いきいき健康体操クラブ	毎月第1・2・4土曜日 13:00～15:00	いきいきセンター	なし	1回500円	植田 ☎(090)8003-6629	楽しくゆったり体操をしている集まりです
国分寺市民混声合唱団 クノスペン・コール	毎週木曜日 19:00～21:00	九小	1,000円	月4,000円	谷 ☎(090)2232-6593	単独コンサートに向けて練習中です。一緒にハーモニーを作りましょう
舞ほっち	毎週木曜日 18:30～20:30	本町・南町地域センター	なし	1回500円	町田 ☎(042)505-5361	社交ダンスを始めてみませんか。ステップを踏んで健康寿命を延ばしましょう

〇「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 〇「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

児童館合同行事

第25回

いずみジョイントライブ 参加者募集

小・中学生、高校生中心の参加者が自ら企画して作り上げていく参加型ライブです。アカペラ・カラオケ・お笑い・バンド・ダンスなど、ジャンルは問いません。日頃の練習の成果を舞台の上で発表してみませんか。

- 日 リハーサル=令和5年3月11日(土) 本番=12日(日)
場 いずみホール
対 幼児～高校生
申 11月14日(月)～12月17日(土)に応募用紙を各児童館へ※11月28日(月)・日曜日・祝日は除く
応募用紙配布 各児童館または市HP 検索1028897からダウンロード可
注 参加者は令和5年1月14日(土)・2月4日(土)15:00～18:00にいずみ児童館で行う話し合いに参加
問 ひかり児童館 ☎ (042) 576-2581
→いずみ児童館 ☎ (042) 322-8849

武蔵国分寺跡史跡指定100周年記念 100年の歴史を感じるリラクソヨガ 参加者募集

ぶんぶんウォーク [11月18日(金)～30日(水)]のうち、史跡湧水タウン内で史跡ヨガを行います。国史跡指定100周年の歴史を感じながら、ヨガで心身を整えましょう。ゆっくりとした動きで、体が硬い方やヨガが初めての方でも安心してご参加いただけます。
日 11月26日(土) 14:00～15:10
場 武蔵国分寺跡講堂跡※雨天時は四小体育館
対 中学生以上の方
講 富永ゆかこさん(YIN YOGA YUKAKOヨガ講師)
定 30人※先着順 ¥2,000円
申 11月2日(水)9:00から件名に「ヨガ申込」、本文に氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・参加人数を明記し、senryaku@city.kokubunji.tokyo.jpまたは電話で市政戦略室へ
物 ヨガマットまたは厚みのあるレジャーシート
注 車ででの来場不可
→市政戦略室(内441)



こくフェス 実行委員募集

令和4年5月に初めて開催したこくフェスは市内全23会場で、出演者数100組超、来場者数は約16,000人と、多くの方々に音楽を楽しんでいただきました。「音楽の力で国分寺を元気にしよう」をコンセプトとした来年のこくフェスを一緒につくっていきませんか。
日 令和5年5月27日(土)・28日(日)
申 件名に「こくフェス2023実行委員応募」、本文に氏名・電話番号を明記し、こくフェス実行委員会・冬木 kokufes.info@gmail.comへ
問 同委員会・冬木へメールで 同こくフェス実行委員会・市
注 こくフェスの詳細はHPまたはフェイスブック(右の二次元コードからアクセス可)をご覧ください
→まちづくり推進課 ☎ (042) 314-9006



成年後見制度講演会 相続・遺言・成年後見制度

「子どもや親族に迷惑をかけたくない」「遺言書は準備した方が良いのか」など将来に向けた不安や悩みの解決に向け、司法書士が分かりやすくお話しします。今から自分と家族の未来を考えてみませんか。
日 11月25日(金) 14:00～16:00(開場=13:30)
場 リオンホール
講 栗原健太さん(司法書士)
定 100人※先着順
料 無料
申 11月2日(水)から専用申込フォーム(右の二次元コードからアクセス可)または権利擁護センターこくぶんじ ☎ (042) 580-0570へ
→地域共生推進課(内565)



民生委員・児童委員協議会合唱団・リヤン 創立10周年記念チャリティーコンサート

「ル・リヤン」はフランス語で「絆」を意味します。地域の皆様とのつながりを大切に明るい歌声をお届けしています。心安らぐひと時をお過ごしください。
日 11月23日(祝) 13:00～16:00(開場=12:30) 場 いずみホール
出演 民生委員・児童委員協議会合唱団・リヤン、進美沙子(指揮)、成井木綿子(ピアノ)、熊谷晃(特別指揮)
料 無料 注 当日会場で集まった募金は、すべて市内の子どもたちの支援事業へ寄附。入場に必要の整理券は11月2日(水)から地域共生推進課(市役所第2庁舎)で配布※先着順
後援 市・市教育委員会・市社会福祉協議会・市音楽連盟
→地域共生推進課(内346)



いずみホール主催事業 江戸の粋を楽しむ

山田流箏曲と尺八のひととき
令和5年2月5日(日) 14:30開演(開場=14:00) いずみホール
出演 龜山香能さん、岸辺美千賀さん、中彩香能さん、水野香盟さん
江戸時代中期に人々をとりこにした山田流箏曲。その魅力とは何か、解説を交えて演奏します。
定 366人※先着順 ¥1,000円※全席自由
申 11月5日(土)10:00から窓口またはオンライン(右の二次元コードからアクセス可)で※電話予約は13:00～
問 同ホール ☎ (042) 323-1491



cocobunjiプラザ自主事業

日本フィルハーモニー交響楽団 クリスマス金管五重奏コンサート
クリスマス前の午後、優雅にクラシック鑑賞しませんか。国内最高峰の技術と音色をココブンジプラザでお届けします。
出演 日本フィルハーモニー交響楽団 金管クインテット
日 12月21日(水) 14:00開演(開場=13:30)
場 リオンホール
対 どなたでも(4歳以下入場不可)
定 100人※多数の場合抽選
料 無料
申 11月25日(金)までに、往復はがき(必着)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、〒185-0012本町3-1-1cocobunji WEST 5階cocobunjiプラザ総合案内へ。結果は郵送でお知らせ
問 同プラザ総合案内 ☎ (042) 325-6330



いずみホール主催事業 映画音楽・クラシックで春を呼ぶ

トリオ・カルディア コンサート
各々がソロ奏者として活動し、国立音楽大学附属小学校時代からの幼馴染でもあるトリオ・カルディアの息の合ったアンサンブルを楽しんでみませんか。
出演 フルト=日野真奈美さん、ヴァイオリン=星野沙織さん、ピアノ=高橋亜侑美さん
予定曲 亡き王女のためのパヴァーヌ/ラヴェル、リベルタンゴ/ピアソラ、ムーン・リバー/ヘンリー・マンシーニ、オペラ座の怪人/アンドリュー・ロイド・ウェバーほか
日 令和5年2月19日(日) 14:30開演(開場=14:00)
場 いずみホール 定 366人※先着順
料 ¥1,000円※全席自由
申 11月5日(土)10:00からオンライン(右の二次元コードからもアクセス可)または電話で※窓口販売は6日(日)10:00～
問 同ホール ☎ (042) 323-1491



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)8時30分～17時(12時～13時を除く)の受付となります。