

こくぶんじ



毎月1日・15日発行
2 / 1
令和7年(2025年)
No. 1488

子育て支援の拠点

このまちで
育つ・育てる
すべての人へ。

今春オープン



外国人のみなさんへ
外国の人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
から見るができます。

For foreign residents
Information for foreign residents is available on Kokubunji City Website.

外国朋友们
在国分寺市网页
可以看到给外国
人士的通知。



今号の注目記事

- 5面 ご存じですか 市役所5階「木漏れ日テラス」
 - 6面 公共施設予約システム 利用登録の更新
 - 8面 第20回 国分寺環境シンポジウム
- ぶんじ地域応援商品券をご利用ください



この街が好き、ずっと一緒。
(祝国分寺市制60周年)

発行/国分寺市 編集/政策部市政戦略室
〒185-8501 東京都国分寺市泉町 2-2-18
☎042-325-0111(代) FAX042-325-1380

市HP



市公式エックス・
フェイスブック



**国分寺市役所は
泉町2-2-18へ移転しました**



NEW

妊娠・出産・子育ての総合相談窓口

こども家庭センター

4月1日
オープン!!

子ども家庭支援センターが保健センター(母子保健)の機能と一緒にあります。
 保健師・栄養士・歯科衛生士・社会福祉士・保育士などの専門職に相談できます。
 ☎月～金曜日8:30～17:00※祝日・振休・年末年始を除く
 場いずみプラザ 1階
 問子育て相談室 ☎042-321-1801

ぜひお気軽にお越しください



こんなお悩みありませんか

- 初めての妊娠と出産で不安・・・
- 育児に協力してくれる人がいない・・・
- 子どもの言葉が遅い気がする・・・

ひとりで悩まず
一緒に考えていきましょう



親子ひろばとは

妊娠期とその家族や乳幼児(主に0～3歳)の親子が一緒に安心して過ごせる場所で、親子の交流・遊びができます。
 市内に12か所あり、地域の子育て関連情報の提供・子育てに関する講習会など年間を通じてさまざまなイベントを企画。常時職員がいるため、育児の相談なども気軽にできます。

4月1日
オープン!!

NEW

中部地区拠点親子ひろば いずみひろば

子どもに愛される、地域に愛される親子ひろばとして開所します。
 親子のタッチケア、音楽リズムあそび、抱っこひも調整講座などのイベントも開催予定です。
 主に0～3歳の子どもの家族。妊娠期の方とその家族
 ☎月・火・木・金・土曜日9:30～16:30※祝日・振休・年末年始を除く
 場いずみプラザ 2階
 問子育て相談室 ☎042-572-8138



1032066



広告

下肢静脈瘤は早期の発見が大切です

❗足にこのような症状はありませんか?
 足のかゆみがおさまらない 足が重い・だるい 足の血管の痛み

上記の症状がある方は下肢の血管状態の悪化、もしくは下肢静脈瘤の可能性があるので、**静脈瘤検査**を受けられることをおすすめします。

立川静脈瘤クリニック 院長 清水 義夫

無料 静脈瘤検査 無料血管検査は保険外検査です **2月 25日(火)** **公式サイト**

検査項目 ●超音波エコーによる足の血管チェック ●下肢静脈瘤 ※無料静脈瘤検査は予約制となります。

立川静脈瘤クリニック ☎042-595-9550
〒190-0023 東京都立川市柴崎町2-1-4五光トミオ第二ビル2階

家族葬は、公益社

お電話1本で「終活セット」資料をプレゼント!
 (9:00～17:00受付)

公益社 ご葬儀相談センター [24時間・365日受付] ぎょうしゃのこころ
 ☎0120-347-556 相談無料・随時受付中 事前相談承ります
 (オンラインでもご相談いただけます)

公益社 国分寺会館 240973
 駅近! 駅から徒歩約1分 東京都国分寺市南町2-16-15

住宅設備のサポーター

エアコン キッチン バス・トイレ 洗面所 電気

「修理」「取り替え」「困った!」ときは、
LINE または **電話一本**
 お客センター ☎0120-54-6666

日々豊かな生活を支える
 NIPPO ニッポ設備株式会社 営業時間▶8:30～18:00

「市報こくぶんじ」に広告を掲載してPRサービス集客? しませんか?

広報紙広告ならではの**メリット**

- エリアを絞った情報発信
- 地域での知名度向上
- 自治体発行の信頼度の高い広報媒体

他エリア自治体広告もお任せください!
 株式会社ジチタイド ☎092-716-1401
 福岡県福岡市中央区薬院1-14-5MG薬院ビル7F 財源確保 検索

※株式会社ホープの広告事業は、2021/12/1付で「株式会社ジチタイド」に会社化しております。

お試し松茸舞昆 **1,000円(税込)** (1袋132g)

広告限定特別企画 **1袋132g まかない舞昆プレゼント!!** 1袋18g入(2食分) **5袋お買上げごとに 旨だし3包プレゼント!!** 1袋8g入×3包

白ごはんに贅沢を 味覚の王様に舞昆の真心を

初回送料無料 ※2回目以降は送料別途 限定先着500袋 お一家族様5袋まで ※写真はイメージです

お申し込みは「23M級」とお電話でお伝えください。 ☎050-1880-0053

舞昆のころら 大阪市住之江区東加賀屋1-3-40

●ご注文から10日前後でお届け(製造状況により遅れることもあります)。 ●お支払いは、商品到着後14日以内に同封の振込用紙にてコンビニか郵便局にて(手数料無料)、または代金引換(手数料330円/税込) ●返品・交換は未開封に限り、商品到着後8日以内(返送料お客様負担)。 ●2回目以降の送料は880円/税込(北海道・沖縄・離島は1,210円/税込)。詳しくはお尋ねください。 ※お預かりした個人情報等は発送・案内などの業務に限り利用させていただきます。



市役所の受付時間
月～金曜日(祝日・振替休日を除く)
8:30～17:00

子ども

Pencil Rocket

4月から定期利用保育事業を開始



対 次のすべてに当てはまる児童
○市内在住○令和7年4月1日時点で満1歳以上満3歳未満○令和7年度の施設利用保留通知書が届いている○保護者が就労のため、継続して保育が必要○同居の親族等が保育していない○都認証保育所等の保育サービスを利用していない

場 恋ヶ窪保育園、ひかり保育園

内 認可保育所等に入所待機中の1～2歳児を、一定期間、継続的に保育

申 2月10日(月)～26日(水)に申込フォーム(原則)

他 保留通知書に案内を同封

問 保育幼稚園課 ☎042-312-8649

4月からベビーシッター利用支援事業を開始



対 次のどちらかに当てはまる市内在住の保護者○0～5歳児クラスの待機児童がいる(保留通知書に案内を同封)○0歳児で認可保育所等の入所申込をせず、1年間の育児休業後、1歳の誕生日から復職する

内 認可保育所等に入所するまで、都の認定を受けたベビーシッターの利用料の一部を助成

利用者負担額 1時間150円(税込み)
※利用時間の上限を超えた分、入会金・交通費等は対象外

利用時間 月～土曜日の7:00～22:00のうち、1日11時間かつ月220時間まで※保育認定時間による

申 2月10日(月)から直接保育幼稚園課(市役所2階)

問 保育幼稚園課 ☎042-312-8648

高齢者

Pencil Rocket

今月の介護認定(更新・申請)

対 有効期間3月31日(月)までの方

日 1月30日(木)から受け付け

内 有効期間が2月28日(金)までの方は、早めにお手続きを。新規申請・区分変更は随時受け付け

申 申請書を直接高齢福祉課(市役所

2階)、各地域包括支援センター
※郵送も可

問 高齢福祉課 ☎042-312-8640

保健・福祉

Pencil Rocket

オーラルフレイル健診

対 市に住民登録のある40～74歳(入れ歯の使用可)※初めての方優先

日 2月26日(水) 13:20～14:20

場 いずみプラザ

内 歯科医師の口腔内診査・舌圧測定(飲み込む力の検査)や個別相談(歯科・栄養)など

定 14人(先着)

申 2月3日(月)9:00から電話で健康推進課 ☎042-312-8627

問 1031349

HPVワクチンキャッチアップ接種を条件付きで延長



対 次のすべてに当てはまる女性
○平成9年4月2日～21年4月1日生まれ○HPVワクチンを令和4年4月1日～7年3月31日に1回以上接種済み○必要回数分の接種が未完了

内 子宮頸がんの原因、ヒトパピローマウイルス(HPV)感染防止のため、3月31日(月)までキャッチアップ接種を実施中/対象者は令和8年3月31日まで無料で延長

特 母子健康手帳・予診票・15歳未満で保護者同伴なしの場合は同意書

申 実施指定医療機関に予約

他 予診票がない・実施指定医療機関以外で接種する方は要事前申請

問 1029999

問 健康推進課 ☎042-312-8628

暮らし

Pencil Rocket

今月の市税・保険料の納期 2月28日(金)

内 ①固定資産税・都市計画税(第4期)
②国民健康保険税(第8期)
③介護保険料(第6期)
④後期高齢者医療保険料(第7期)

問 ①②1000974

問 ①②納税課 ☎042-325-0123
③高齢福祉課 ☎042-312-8639
④保険年金課 ☎042-312-8608

Jアラート 全国一斉情報伝達訓練

日 2月12日(水) 11:00ごろ

内 市内40か所の防災行政無線から「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」と放送

問 防災安全課 ☎042-312-8684



男女平等推進センター 団体登録



内 男女共同参画社会の実現を目指して学習・活動する団体を登録。使用料免除や優先的な施設貸出あり

申 2月3日(月)～3月7日(金)(土日祝日・振替・休館日を除く)に直接男女平等推進センター(ひかりプラザ内)/申請書配布は同センター・市HP ☎1022956

他 申込期間外も随時受け付け

問 同センター ☎042-573-4378

情報誌「ライツこくぶんじ」編集委員を募集



対 夜間の編集会議等(年5回程度・土日祝日を除く)への出席、メールで連絡等ができる市内在住・在勤・在学・在活の方

内 情報誌の内容を企画・提案/講座等への参加・取材/取材に基づき原稿作成

募集人数 若干名

任期 4月1日～令和9年3月31日

謝礼 1回3,000円(交通費の支給なし)

申 2月3日(月)～21日(金)に、件名「ライツこくぶんじ編集委員申込」、本文に氏名(ふりがな)・住所・電話番号・応募動機(200字程度)を、jinkenheiwa@city.kokubunji.tokyo.jpまたは郵送(必着)で〒185-8501人権平和課

問 1014307

問 人権平和課 ☎042-312-8693

家族向・単身者向 都営住宅入居者を募集



対 都内に居住・住宅に困っている・所得が基準に当てはまる方

申込書配布 2月3日(月)～12日(水)

申込配布 市民課(市役所1階、8日(土)9:00～12:00も配布)、cocobunji市民サービスコーナー、国立駅前市民サービスコーナー、ひかりプラザ(土日祝日も配布)、本多公民館、都庁(土日祝日も配布)、都住宅供給公社都営住宅募集センター、各市区町村役場

申 2月3日(月)～18日(火)に、郵送(必着)またはオンライン

問 1030663

問 同センター(土日祝日を除く)

申込期間中
☎03-5467-9269・☎0570-010-810

申込期間外 ☎03-3498-8894
市民課 ☎042-312-8603

あなたのまちに 移動販売車が来ます 2月

内 市商工会の出張販売

他 荒天時中止。売り切れ次第終了

主催 市商工会・市

問 市商工会 ☎042-323-1011
経済課 ☎042-312-8613

日	時間	場所	出店舗名
19日(水)	11:00～12:30	光公民館前	鎌倉廻米店
21日(金)	11:00～13:30		しむら青果
26日(水)	11:00～12:30	北の原地域センター前	パティスリー ルパン
27日(木)		光公民館前	パンの家 ラ・ママン
28日(金)			パティスリー ルパン

住宅用消火器を備えましょう

内 消火器での初期消火は、火災の被害抑制に非常に効果的です。一般住宅向けの消火器は小型で軽量のため、簡単に使用できます。いざというときのために、家庭に消火器を備えましょう

問 国分寺消防署 ☎042-323-0119
防災安全課 ☎042-312-8684

自転車用ヘルメット購入費助成 2月28日(金)まで延長

必要書類などは市HP ☎1030576
直接または郵送(消印有効)で〒185-8501交通対策課(市役所3階)
交通対策課 ☎042-312-8671

旧市民戸倉野球場の 暫定開放予約

市内スポーツ団体・スポーツサークル登録団体・市内在住の方
場旧市民戸倉野球場(戸倉1-31-1)
4月1日(火)~12月27日(土)の利用予約
2月3日(月)から直接市スポーツ協会(市民スポーツセンター内)
※火曜日・土日祝日・振休を除く
先行申込・先着申込期間は市HP ☎1033485
同協会 ☎042-312-0380
スポーツ振興課 ☎042-325-0145

選挙管理委員が決定

任期令和6年12月28日~10年12月27日
定例会で委員長・委員長職務代理者を決定
委員長 釜我健二さん
委員長職務代理者 福田高志さん
委員 高丸保也さん、青木恵美さん
選挙管理委員会事務局 ☎042-325-0195

都労働相談情報センターによる 遠隔労働相談

市内事業者、市内在住・在勤
毎週金曜日9:30~10:30・10:45~11:45
労働問題全般(労使どちらでも可)
※市役所からオンライン接続
各回1組(先着)
各相談日の前日12:00までに電話で経済課 ☎042-312-8614



イベント

Pencil Rocket

冬のスイーツ& ハンドメイドフェア

2月8日(土)・9日(日) 10:00~16:00
※ワークショップは11:00~16:00(最終受付15:30)
場ミーツ国分寺4階イベントスペース
バレンタインにぴったりの手作りのお菓子や創作品を販売。楽しいワークショップも同時開催
○キラキラビーズのストラップ作り(AnnBee)
2月8日(土) ¥500円

○パンチニードルハートのオーナーメント作り(ともしび工房)
2月9日(日) ¥1,000円

ワークショップは二次元コードから(先着)
主催国分寺障害者施設お仕事ネットワーク
協力(株)三越伊勢丹
1027298
同ネットワーク(ともしび工房内)
042-324-7071
障害福祉課 ☎042-312-8630

読み聞かせ講習会~妊娠期や産後の方へ向けて~

次のすべてに当てはまる方
○妊娠期・産後○2回とも参加可
○これから読み聞かせを始める・始めて間もない
2月28日・3月14日(金) 10:00~12:00
場もとまち公民館
講大西友子さん(絵本専門士)
定20人(先着)
2月2日(日)9:30から件名「読み聞かせ講習会申込」、参加者氏名・連絡先、託児希望の方は子どもの氏名・年齢を honda-toshokan@city.kokubunji.tokyo.jp 電話または直接もとまち図書館 ☎042-325-4222

他託児あり(6か月~未就学児) 定5人(先着) 2月16日(日)まで

ゲートキーパーに なりませんか

市内在住・在勤・在学・在活
2月28日(金) 14:00~16:30
場リオンホール
悩んでいる人への声のかけ方、話の聴き方などのロールプレイ
講公認心理師
定40人(先着)
2月4日(火)9:00から電話で健康推進課 ☎042-312-8627
1030766

メタボ予防 賢く付き合おう おやつ

市内在住、在勤、在学、在活
※特定保健指導対象者を優先
3月1日(土) 10:00~11:30
場いずみプラザ
健康(栄養)セミナー「おやつを0kcalにする方法?!」メタボリックシンドローム予防に活用できる食事のバランスチェック、おやつのお賢い付き合い方・選び方・食べ方
講管理栄養士
定15人(先着)
2月4日(火)9:00から電話で健康推進課 ☎042-312-8627
1013424

声の力を信じよう 「思いを伝える話し方」



3月8日(土) 14:00~16:00
場ひかりプラザ
国際女性デー企画/元NHKラジオキャスターのスピーチレッスン。人前で自信を持って話すための、聞き取りやすい声の出し方や話し方
講遠田恵子さん(フリーアナウンサー)
定70人(先着)
2月3日(月)9:00~3月3日(月)17:00に、氏名・フリガナ・電話番号、託児希望の方は子どもの氏名・フリガナ・年齢を、市HP ☎1033384の申込フォーム、 jinkenheiwa@city.kokubunji.tokyo.jp または電話で男女平等推進センター ☎042-573-4378(土日祝日・振休・休館日を除く9:00~17:00)
他託児あり(6か月~未就学児) 定6人(先着) 2月21日(金)17:00まで
共催国際ソロプチミスト国分寺(同センター登録団体)



公開・参画

Pencil Rocket

●青少年問題協議会
2月14日(金) 14:00~16:00
場市役所会議室201 ☎1015352
子ども若者計画課 ☎042-312-8646
▼エックス山を守ろう(作業)
2月14日・21日・28日(金)
※いずれも9:30~11:30
場市民室内プール西側むかしの井戸
内市とエックス山等市民協議会の協働事業。林の若返り・維持管理
問緑と公園課 ☎042-325-0129
▼2月の環境ひろば
2月16日(日) 10:00~12:00
場市役所会議室201 ☎1027141
問まちづくり計画課 ☎042-312-8663

生産緑地地区の指定申請・説明会

指定を希望する農地所有者等
令和7年度の新産緑地地区の追加指定申請の受付を開始※30年間の肥培管理義務あり/税制上の優遇措置あり/特定生産緑地の指定とは異なる
2月3日(月)~5月23日(金)に直接まちづくり計画課(市役所3階)/申請用紙配布は同課
説明会 2月17日(月) 14:00~
場市役所会議室401
問まちづくり計画課 ☎042-312-8664

学ぶ楽しむ参加する

Pencil Rocket

相続と遺言の無料相談会

2月10日(月) 13:30~16:30
場リオンホール(当日直接会場へ)
遺産相続・公正証書遺言など
問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

市内在住で就業希望の60歳以上
2月14日(金)②26日(水)
※いずれも13:30~
場①福祉センター②ひかりプラザ
活動内容・就業状況などの説明。
入会の相談・手続き
定各20人(先着)
¥年会費2,000円(入会希望者のみ)
持住所・氏名・年齢確認できるもの
2月3日(月)から電話でシルバー人材センター ☎042-325-4011

シルバー人材センター イベント



共通事項
電話でシルバー人材センター ☎042-325-4011
●バレンタインアレンジメント
市内在住の60歳以上
2月13日(木) 13:30~15:30
場福祉センター
オーナメントを使った世界に一つだけのリース制作
講斉藤微紅さん(草月流師範)
定15人(先着)
¥1,000円(教材費)
持はさみ・持ち帰り用の袋
申込期間2月3日(月)~12日(水)
●はじめてのスマートフォン体験(入門編)
原則スマートフォンを持っていない方
2月14日(金) 9:30~11:30
場福祉センター
スマートフォン(貸出機)の機能紹介・基本操作
講ソフトバンク(株)
定20人(先着)
申込期間2月3日(月)~12日(水)
●保育のお仕事セミナー
市内在住の60歳以上
2月21日(金) 13:30~16:00(受付13:15~)
場本町・南町地域センター
保育補助の役割・心得、子どもの遊びなど
講伊野直美さん(ニチイ学館)
定20人(先着)
申込期間2月3日(月)~20日(木)

就職面接会 in 国分寺

対国分寺市を含む多摩地域で就職希望の方
日2月19日(水) 13:30~15:00
場リオンホール
他参加企業は1月30日(木)頃に市HP
 🔍1026730・ハローワーク立川HP
問ハローワーク立川事業所第一部門
 ☎042-525-8615
 経済課 ☎042-312-8614

都立多摩図書館映画会

日2月20日(木) 14:00~
場都立多摩図書館(泉町2-2-26)(当日直接会場へ)
内「四季を楽しむ」をテーマとしたドキュメンタリー(「おばんざい歳時記 庶民の味覚と四季」ほか2本)
問同図書館 ☎042-359-4020

親族後見人懇談会



対国分寺市・国立市在住で、親族後見人等または親族後見人になる予定の方
日3月1日(土)10:00~12:00
場国立駅前にたち・こくぶんじ市民プラザ
内日頃の悩みや気になることを話してみませんか。専門職後見人も参加
定各市10人(先着)
申2月3日(月)から申込フォームまたは電話で権利擁護センターこくぶんじ ☎042-580-0570
共催市社会福祉協議会・国立市社会福祉協議会
 🔍1033427

国分寺スポーツ少年団(硬式テニス)募集

対市内在住の新小学3・4年生
日毎週土曜日9:00~11:00(4月開始)
場戸倉第二テニスコート
内テニス練習(別途スケジュールあり)・夏合宿・親子ハイキング・スケート等
定25人程度(抽選)
料入会金2,000円
 年会費26,000円(練習費)
申2月15日・22日(土)9:30~10:30に戸倉第二テニスコート※車での来場不可
問国分寺スポーツ少年団・ますぶち
 ☎090-8856-5040 📧suposyo.kokubunji@gmail.com

2月トリシソ子ども食堂



対未就学児~中学生(保護者同伴可)
日2月17日(月) 16:00~20:00
場炭火酒場 鶏真(本町4-1-10)
内ちらし寿司作り。ミニ講座あり
申二次元コード
問「鶏真ボランティア」の会 ☎042-349-6185

会員募集

自立生活体操クラブ・月曜西町

日毎週月曜日13:30~14:30
場西町地域センター
内有酸素運動やいすを使った筋力トレーニングで楽しく健康づくり
料入会金500円 会費月1,500円
問高田 ☎042-576-8593

令和7年度 月額会計年度任用職員採用試験

募集職種 特別支援学級介助員、看護師、障害児療育指導・相談担当、教育総合支援担当、児童館・学童保育担当・図書館司書

試験科目・試験日 筆記・面接 2月19日(水) **採用人数** 若干名

応募方法 2月10日(月)までに、簡易書留郵送(必着)で〒185-8501職員課

他募集職種は追加の場合あり/資格・勤務内容・勤務時間は募集要項で確認。配布は同課(市役所4階)・市HP 🔍1033435

問職員課 ☎042-312-8686



地域包括支援センターのイベント

問高齢福祉課 ☎042-312-8641

家族介護者交流会 遠く離れた家族を見守るために

対高齢者などを介護している方
日2月14日(金) 14:00~15:30 **場**さわやかプラザもとまち
内近居・遠居問わず、高齢の親が無事で過ごしているか心配は尽きません。さまざまな見守りグッズの実物を見て、どう活用できるか考えませんか
講遠藤成幸さん(ロイヤル介護入居相談室 多摩丘の上プラザ店室長)
定15人(先着)
申2月3日(月)から電話で地域包括支援センターもとまち ☎042-401-0035

介護予防教室 元気なうちから始める物と心の整理

対市内在住のおおむね65歳以上
日2月19日(水) 10:00~11:30 **場**cocobunjiプラザ
内高齢期を穏やかに過ごせるよう、整理術を学んでみませんか
講石見良教さん(整理コーディネーター)
定20人(先着)
申2月3日(月)から電話で地域包括支援センターほんだ ☎042-300-2339

ご存じですか 市役所5階「木漏れ日テラス」

都立武蔵国分寺公園から都心部まで一望できる「木漏れ日テラス」。晴れの日には、東京スカイツリーもはっきり見えます。市役所開庁中は、どなたでも自由に景色を楽しめます



絶好の撮影スポット



四季折々の風景を楽しめます



視線の先には東京スカイツリー

消費生活相談室から

消費者だより



事例「全身脱毛エステ店が突然閉店に」.....

SNSで全身脱毛無料体験の広告を見て、エステ店へ行った。

無料体験の後、「50万円の2年間回数無制限コースを本日契約すれば半額にする。クレジットで分割払いにすれば、1回当たりの支払額が安く抑えられる」と言われ、そのコースを契約した。しかし、数回施術を受けた頃から予約が取りにくくなった。

後日、予約できた日にエステ店へ行くと「閉店のお知らせ」という張り紙があった。もう施術が受けられないなら、完済していないクレジットの分割代金を支払いたくない。

相談室から.....

すでに施術を受けた分の支払いは必要ですが、「回数無制限」と言いながら有料施術回数と無料施術回数が混在する、問題の多い契約内容になっていました。エステ店とは連絡が取れないため、まずはクレジット会社に見合わせる書面を出し、様子を見るよう伝えました。身体をきれいに保ちたいと考える若者らを中心に、脱毛や痩身目的でエステの契約をする人が増えています。

- 体験当日限定の割引価格やモニター価格を提示され、その場で契約を急がされるケースがあります。エステに緊急性はありません。セールストークをうのみにせず、よく考えてから契約を
- エステの契約は、金額が5万円を超え、かつ期間が1か月を超える場合、契約日から8日以内であればクーリング・オフが適用されます。契約内容に疑問を感じたら、早めに相談室へご相談を
- 脱毛エステでは、レーザー光線や薬品を使うため、それが原因でやけどを負うこともあります。自身の体調や体質を考え、施術によるリスクの説明を受けることも重要です

おかしいな 困ったなと思ったら
消費生活相談室へ☎042-312-8712
 ☎月～金曜日(祝日・振休を除く)
 9:30～12:00・13:00～15:30
 ☎原則市内在住・在勤・在学・在活の方
 土日祝日・振休は消費者ホットライン☎188

**公共施設予約システム
利用登録の更新**



- ☎令和6年12月までに利用登録をしていて、令和7年度も引き続き利用したい方
- ☎4月1日(火)から施設を利用したい方は2月1日(土)から、下表の期間に申し込み(各施設休館日を除く)
- ☎利用登録等申出書・本人確認書類※②ホール施設・駅前広場⑥アクティ・ココブンジを法人が利用する場合は社員証・登記事項証明書等が必要
- ☎☎直接各施設
- ☎利用登録等申出書配付は各施設または市HP☎1015509。いきいきセンター・生きがいセンターは別途団体登録が必要。内藤地域センターは休館中のため、他の地域センターへご提出ください

更新施設一覧①スポーツ施設②ホール施設・駅前広場③コミュニティ施設④いきいきセンター⑤生きがいセンター⑥アクティ・ココブンジ

施設名	☎042	受付締切日	
①	市民スポーツセンター	326-2211	2月28日(金)
	市民ひかりスポーツセンター	595-8865	
	市民室内プール	325-6868	
②	いずみホール	323-1491	3月7日(金)
	cocobunjiプラザ	325-6330	
	国分寺駅北口駅前広場	312-8662	
	西町地域センター	577-6868	
	北町地域センター	328-0055	
	北の原地域センター	322-1311	
③	本町・南町地域センター	326-1700	3月7日(金)
	もとまち地域センター	324-9911	
	本多公民館	321-0085	
	恋ヶ窪公民館	324-1926	
	光公民館	576-3991	
	もとまち公民館	325-4221	
	並木公民館	321-9971	
	福祉センター	324-4681	
	男女平等推進センター	573-4378	
	教育センター	573-4370	
④	いきいきセンター	328-6486	2月28日(金)
⑤	生きがいセンターにしまち	575-8883	
	生きがいセンターとくら	323-5095	
⑥	生きがいセンターこいがくぼ	325-0250	3月15日(土)
	アクティ・ココブンジ	327-3771	



**令和7年度 継続受付開始
いずみホール
芸術文化団体登録**



引き続き登録を希望する団体は、申請が必要

- ☎芸術文化の振興を図るため、令和7年度の継続登録を受け付け。登録団体が要件を満たす利用の場合、いずみホール使用料が減額
- ☎2月1日(土)～28日(金) [3日・17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(市役所1階)
- ☎申請書・必要書類・代表者の本人確認書類
- ☎申請書配布はいずみホール・文化振興課・市HP。新規の登録も受け付け可。期間外は文化振興課でのみ受け付け
- ☎1012519
- ☎いずみホール☎042-323-1491



福間 洸太朗

公開ピアノ・レッスン



☎3月20日(祝)13:00～
 場いずみホール
 因市観光大使の福間洸太朗さんによるピアノ・レッスンの様子をご覧ください
 定300人(先着)※未就学児入場不可
 料全席自由1,000円
 申2月15日(土)10:00～電話予約 ☎042-323-1491、同ホールオンラインチケットサービス※利用登録(無料)が必要。窓口販売は13:00～
 他いずみホール主催事業



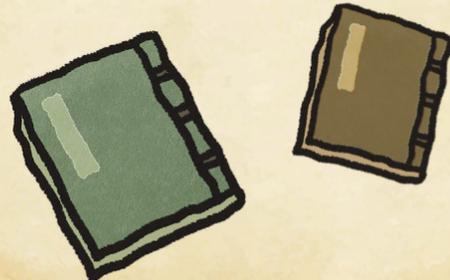
古文書講座

テーマ編



市史編さんに関わる方々が、市内に現存する古文書から読み解く江戸時代や明治時代の国分寺市域を解説。

☎①3月2日②9日③16日※いずれも日曜日14:00～16:00
 場本多公民館
 因①御門訴事件と国分寺の村々
 ②国分寺市域の庶民文化を読み解く
 ③国分寺の鷹場史料を読む
 講①三野行徳さん(昭和女子大学 専任講師)
 ②工藤航平さん(国立歴史民俗博物館研究部歴史研究系 准教授)
 ③山崎久登さん(都立砂川高等学校 主任教諭)
 定各50人(抽選)※3回全て参加できる方優先
 申2月20日(木)までに、市HP 1033426または二次元コードの申込フォーム
 問市史編さん室 ☎042-571-7815



大切な人・支援してくれる人に思いを言葉で伝えることがスタートライン

自分らしく生きるための人生会議(ACP) ～カードゲームで始めてみませんか～



対市内在住・在勤・在活・在学
 日3月9日(日)13:30～15:30
 場リオンホール
 因人生会議の必要性や理解を深める講義・カードゲーム
 講坂井志麻さん(上智大学総合人間科学部 看護学科教授)
 定70人(先着)
 申2月1日(土)～28日(金)に、二次元コードまたは電話で高齢福祉課 ☎042-312-8641
1032018



坂井志麻さん

人生会議(ACP)とは

「病気や介護が必要となったとき、自分はどのように生きたいか」を、あらかじめ家族や大切な人、医療・介護ケアチームと繰り返し話し合うこと

ハイブリッド フレイル予防合同筋トレ

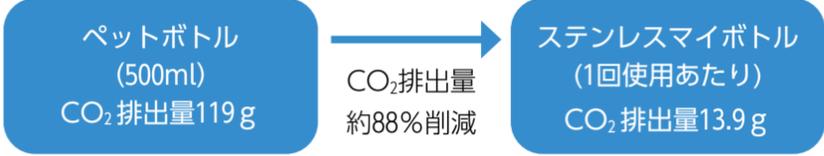
対市内在住 ☎2月27日(木)13:30～16:00
 場①リオンホール②オンライン(さわやかプラザ)
 因集いの場「暮らしを拓げる10の筋力トレーニング」の説明と体験を通じた、介護予防の取り組み方
 講浅川康吉さん(東京都立大学 健康福祉学部 理学療法学科教授)
 定①50人②10人(いずれも先着)
 申2月3日(月)～26日(水)に電話で高齢福祉課 ☎042-312-8641
 他②タブレット端末は貸し出し/自宅参加の場合、機器・通信料は自己負担。操作等の問い合わせ不可
1019304



市は、2050年温室効果ガス排出量を実質ゼロとする、ゼロカーボンシティの実現を目指しています

みんなで取り組むゼロカーボン vol.8 お出かけにはマイボトルを持って行こう!

ペットボトルなどのプラスチックごみは、海洋汚染などの大きな問題を引き起こしています。ペットボトルをマイボトルに変えると、プラスチックごみを削減できるほか、CO₂の削減にもつながります。



出典 環境省「リユース可能な飲料容器およびマイカップ・マイボトルの使用に係る環境負荷分析について」
※ステンレスマイボトルは100回使用した場合のCO₂排出量を算定

脱炭素社会の実現に向け、ウォータースタンド(株)と「脱炭素社会の実現に向けたプラスチックごみ削減の推進に関する協定」を締結し、「マイボトル対応型の給水機」(常温水)を以下の施設に設置しました。

場 市民スポーツセンター、福祉センター、さわやかプラザもとまち、ひかりプラザ、本多・光・もとまち・並木公民館

☎1033452 問 まちづくり計画課 ☎042-312-8663



マイボトルでの給水機の利用は、地球に優しい脱炭素型ライフスタイルへの転換の第一歩。マイボトルを持ってお出かけしてみませんか!

第20回 国分寺市環境シンポジウム

～東京の緑の骨格軸～ 「国分寺崖線」をめぐる生物多様性向上の取り組み

生物多様性の保全は、今や世界的な重要課題です。生物多様性を守るために何ができるのか、具体的な事例を交えながら一緒に学び、未来への一歩を踏み出しましょう。

日 3月1日(土) 13:30～15:30

場 ①リオンホール②オンライン

内 基調講演、市内の生物多様性向上の取り組み紹介

※①のみ手話通訳あり

講 基調講演 佐藤留美さん(NPO法人Green Connection TOKYO 代表理事) / 取組紹介 大橋勇貴さん(リオン株式会社)

定 ①100人(抽選)②400人(先着)

申 2月17日(月)までに、氏名・電話番号またはメールアドレス・参加人数・参加方法(①か②)を申込フォーム(☎1033422)または電話(土日祝日を除く月～金曜日8:30～17:00)でまちづくり計画課 ☎042-312-8663

共催 市環境ひろば



佐藤留美さん

国3・2・8号線の 一部区間が交通開放されます



日 2月17日(月) 14:00～

内 都が整備を進めている国分寺都市計画道路3・2・8号府中所沢線のうち、国分寺都市計画道路3・4・6号小金井国分寺線から市役所通りまでの約460mの区間(上図参照)が、暫定的(北行き暫定1車線・南行き2車線)に交通開放されます。今後も市役所通りから五日市街道までの整備に向けて工事が続きますが、ご協力をお願いします

問 都北多摩北部建設事務所工事第一課 ☎042-540-9511
まちづくり計画課 ☎042-312-8664

ぶんじ地域応援商品券を ご利用ください



長引く物価高騰により影響を受けている市民の暮らしと中小事業者の応援を目的とした「ぶんじ地域応援商品券」が、2月28日(金)まで利用できます。

利用期間 2月28日(金)まで

支給対象者 令和6年8月1日時点で住民基本台帳に登録されている方
額面 一人当たり3,000円分

使えるお店 取扱店舗ポスターを掲示。特設サイトでも確認可

※最新の取扱店舗は特設サイトをご確認ください

利用方法 商品券を店舗に提示するだけ

(店舗が二次元コードを読み取り)

残高確認方法 残高確認専用サイトで会員コードを入力
または利用者専用コールセンターへ問い合わせ

※残高確認専用サイトは、商品券裏面の二次元コードからアクセス可

商品券は令和6年10月31日までに郵送済み / 詳しくはぶんじ地域応援商品券特設サイト <https://bunji-ouen.com/>



特設サイト



残高確認サイト

コールセンター ※いずれも土日祝日・振休を除く

◆利用者専用コールセンター ☎0120-627-999

開設期間 3月10日(月)まで 月～金曜日9:00～17:00

◆事業者専用コールセンター ☎0120-247-999

開設期間 3月19日(水)まで 月～金曜日9:00～17:00





防災まちづくり推進地区発表会 ～高めよう！地域の防災力～

対市内在住・在勤・在学・在活
日2月15日(土) 14:00～16:30
場リオンホール(当日直接会場へ)
内地域の「防災」に関して改めて考えるきっかけに。
 3地区が防災の取組を発表
 ●防災まちづくり推進地区第8号地区西町弁天町内会
 新たな公園を活用した地区防災計画の見直しなど
 ●同地区第7号地区戸倉自治会中・西・北地区防災会
 地区防災計画の内容や計画に基づき実施している活動など
 ●同地区第13号地区西恋ヶ窪一丁目地域連合防災会
 10年間の歩みと課題など
 ●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)
問防災安全課 ☎042-325-0196

新小学6年生のための算数教室

対市内在住・在学の新小学6年生
日5月31日(土)～12月のうち10回程度(予定)、主に9:30～11:00
場ひかりプラザほか
内児童が興味を持つ楽しい問題を取り上げ、算数・数学の考え方を伸ばします
定50人程度(抽選) ¥2,500円(教材費等)
申2月1日(土)～21日(金)に、市HP☎1012471から申込フォームまたは直接学校指導課(市役所2階)／4月上旬に結果を通知
他募集要項配付は学校指導課・各公民館・ひかりプラザ。
 市立小学校の対象学年には学校で配布
問学校指導課 ☎042-312-8657(9:00～17:00)

新小学5・6年生のための科学教室

対市内在住・在学の新小学5・6年生
日4月19日(土)～令和8年2月28日(土)のうち12回程度(予定)
5年生 主に9:30～11:30 **6年生** 主に13:30～15:30
場ひかりプラザほか
内自然体験や科学の実験を通して身の回りの不思議を発見し、粘り強く探究する姿勢を磨き、問題解決能力を育てます
定5年生100人 6年生70人※いずれも抽選 ¥2,000円(教材費等)
申2月1日(土)～21日(金)に、市HP☎1012472から申込フォームまたは直接科学センター事務局(ひかりプラザ4階)・学校指導課(市役所2階)／4月上旬に結果を通知
他募集要項配付は学校指導課・各公民館・ひかりプラザ。市立小学校の対象学年には学校で配布
問科学センター事務局 ☎042-573-6750(木・金曜日9:00～17:00)
 学校指導課 ☎042-312-8658(9:00～17:00)

児童館であそぼう

対0～17歳(幼児は保護者同伴)
日月～土曜日10:00～19:00
 ※2月は日曜日・祝日・振休、第4火曜日午前は休館
内工作・お話し会など。乳幼児が利用できるイベントも開催
☎1025666
問本多児童館 ☎042-322-1140・いずみ児童館 ☎042-322-8849
 もとまち児童館 ☎042-359-1488・ひかり児童館 ☎042-576-2581
 しんまち児童館 ☎042-324-7489・にしまち児童館 ☎042-575-8188

おもちゃ病院

日2月4日・18日(火)
場各児童館で受け付け。ひかり児童館で修理

親子ひろば

対プレママ・プレパパ、主に0～3歳の子どもと保護者
内気軽に立ち寄れて、安心して遊び・交流ができる場
問子育て相談室 ☎042-572-8138

子ども専用相談電話(こそでん)

対17歳以下の子ども
日8:30～17:00※日・月曜日、祝日はお休み
☎0800-800-9033(通話料無料)
 ※つながらない時は ☎042-572-3725(通話料有料)

母子保健事業

両親学級

☎1012499
対これからママ・パパになる方(初妊婦の方優先)
 ●ひかりクラス
内もく浴・妊婦ジャケット体験・保健師の話
 ●わくわくクラス
内栄養士・歯科医師・保健師の話、わくわく同窓会の先輩ママ・パパとの交流

離乳食講習会

☎1012502
対乳児の保護者
 ●1回食
内栄養講話・滑らかに潰した状態を保護者が体験
 ●2・3回食
内栄養講話・歯科講話・離乳食の目安量や歯ブラシの見本を展示

歯科健診・歯みがきクラス

☎1012501
 ●妊婦歯科健診
対妊娠中の方
 ●2歳半・3歳半歯科健診
対2歳3～11か月児・3歳3～11か月児と保護者
内フッ素塗布を含む

●乳幼児歯みがきクラス
対おおむね1～1歳5か月児と保護者
内講話(かじり取りと仕上げみがき)と歯みがき相談
 ●2歳児歯みがきクラス
対おおむね2～2歳6か月児と保護者
内講話(むし歯予防とかむこと)と歯みがき相談

場いずみ保健センター
申電話で子育て相談室 ☎042-321-1801またはぶんじ子育てナビ

ぶんじ子育てナビをご利用ください

予防接種のスケジュール管理や、子育てに関する情報の提供など、子育て中のママ・パパをサポートするアプリ。パソコンでWeb版も利用可。



2月の無料相談

★は要予約

※ 祝日・振休を除く



日時の記事がない場合は、市HP☎1030006またはお問い合わせください

暮らし ※翌月の日程はお問い合わせください

- ★法律相談 日火・金曜日
 - ★税務相談 日12日・26日(水)
 - ★登記相談 日3日・3月3日(月)
 - ★不動産・空き家等相談 日10日(月)
 - ★行政苦情相談 日5日(水)
 - ★遺言・相続などの書類作成相談 日17日(月)
 - ★年金・労災・雇用保険・労務相談 日13日(木)
 - ★マンション管理相談日27日(木)
- 【共通事項】時間13:30～16:30 場 問政策法務課 市民相談室 ☎042-312-8713



- ★交通事故相談 日6日(木) 13:30～16:00
場 問政策法務課 市民相談室 ☎042-312-8713
- 消費生活相談 日月～金曜日9:30～12:00・13:00～15:30
場 問経済課 消費生活相談室 ☎042-312-8712
- ★オンブズパーソンへの面談による申立日
日火曜日9:00～12:00
場 オンブズパーソン相談室 問オンブズパーソン事務局 ☎042-312-8713
- ★心の健康相談 日20日(木) 13:30～16:30
場 市役所相談室23 問障害福祉課 ☎042-312-8632
- ★個別栄養相談 日13日(木) 9:15～12:00
場 市役所相談室22 問健康推進課 ☎042-312-8627

子ども

- ★教育相談 問 ☎1001512・教育相談室 ☎042-573-4376
- 乳幼児母性健康相談 日4日(火) 9:20～11:00(予約可)
問子育て相談室 ☎042-321-1801(代表)
- 子どもの総合相談 かるがも相談
問子ども家庭支援センター ☎042-572-8138
- ★子どもの発達相談
問児童発達支援センターつくしんぼ ☎042-325-0070

人権

- ★身近な人権相談
日13日(木) 13:00～16:00 場市役所相談室44 問人権平和課 ☎042-312-8693
- ★にじいろ相談(面談・電話・オンライン)
日19日(水) 17:00～20:00 問性的指向・性自認等に関すること
- ★女性法律相談(面談・オンライン) 日20日(木) 13:30～16:30
- ★女性のためのカウンセリング(面談・電話・オンライン)
日4日・18日(火) 13:30～16:30
【共通事項】場男女平等推進センター相談室 問人権平和課 ☎042-573-4378
- 女性の悩みごと相談(面談・電話※予約優先、★オンライン)
- 犯罪被害者等支援相談
【共通事項】日月～金曜日9:00～12:00・13:00～17:00(面談受付16:00まで)
※休館日(原則第2・4月曜日)除く
場男女平等推進センター相談室 問相談専用電話 ☎042-573-4342

福祉

- ★母子父子・女性福祉相談 問生活福祉課 ☎042-312-8636
- ★ふくし法律相談 日27日(木) 13:30～16:30
- ★成年後見専門相談 日13日(木) 13:30～16:30
- 福祉サービス総合相談 日月～金曜日9:00～17:00
【共通事項】場 問権利擁護センターこくぶんじ ☎042-580-0570

仕事

- ★高齢者就業相談 問おおむね60歳以上 日月～金曜日9:00～16:30
場福祉センター 問シルバー人材センター ☎042-325-4011
- ★創業個別相談 日27日(木) 13:00～17:00
- ★事業承継個別相談 日10日(月) 13:30～16:00
【共通事項】場市役所相談室11 問経済課 ☎042-312-8613

市広報番組

国分寺ぶんぶんチャンネル

毎回異なるMC「ぶんぶんメッセンジャー」が、市の情報や魅力をお届けします。ジェイコム東京デジタル11チャンネルのほか、市公式YouTubeチャンネルでも公開しています。

放送時間 毎日12:00～12:15

※月単位で同じ放送内容。再放送月あり

問市政戦略室 ☎042-312-8699



2月の休日急病診療



発熱、咳などの風邪の症状のある方は
まず電話で医療機関にご相談ください



対急病患者 持健康保険証・後期高齢者医療証など
他往診・電話での場所案内は行えません／小児科以外では小児の診察ができないことがあります／休日の診療科目は通常の診療日と科目が異なる場合があります。医療機関名の横の科目が休日診療の診療科目となります／受付時間は医療機関によって異なります

■診療時間 医科10:00～13:00・14:00～18:00
薬局10:00～18:00
歯科9:00～12:00・13:00～18:00



☎1001917

2日(日)			
医科	福沢内科	北町5-7-2	☎042-324-7119
	国分寺さくら眼科(眼)	本町2-2-1 cocobunji EAST2階	☎042-320-7077
歯科	じゅんデンタルクリニック	本多3-3-3	☎042-326-4181

9日(日)			
医科	のむらクリニックスクエア (眼・内・小)	本多1-8-3	☎042-325-0087
	石川てる代 ウィメンズクリニック(婦)	南町3-1-28	☎042-324-9661
薬局	みよの台薬局国分寺店	本多1-4-12 コーポ神山1階	☎042-326-5260
	アビック薬局国分寺南町店	南町3-1-28 飛べない飛行船地下1階	☎042-322-2039
歯科	都筑歯科医院	日吉町2-34-17	☎042-576-6480

11日(祝)			
医科	くろさわ子ども& 内科クリニック(小)	本多3-7-25	☎042-323-9630
	ひまわり皮膚科 (皮・アレ)	本町2-9-12 オリエンタ丹野2階	☎042-326-1155
薬局	みよの台薬局国分寺店	本多1-4-12 コーポ神山1階	☎042-326-5260
	もり薬局国分寺本店	本町2-9-12 国分寺オリエンタ丹野102号室	☎042-329-1786
歯科	富山歯科医院	光町2-10-24 アルコパレーノ1階	☎042-575-2123

緊急時 24 時間利用できます

■医療情報ネット(都)
☎03-5272-0303
FAX03-5285-8080



■都立小児総合医療センター
☎042-300-5111

■東京消防庁救急相談センター
☎#7119

■都こども医療ガイド
子どもの病気や発熱・けが・子育て情報が簡単に見つかるWebサイト



■国分寺消防署
☎042-323-0119