

令和元年
9 / 1

広報

こまえ

1277号

東京オリンピック開幕まであと327日!



ROAD TO 2019/2020

毎月1日・15日発行

今号の主なトピックス

- 2面…令和2年国勢調査員募集
- 2面…中高生フェスティバルの出演・出展の参加者を募集します
- 2面…成人式にご参加ください
- 3面…令和2年度市職員募集
- 4面…9月はがん征圧月間
- 6面…スポーツで心も体もリフレッシュ
- 10面…「よりあいつこ」参加者募集

◎発行/狛江市 ◎編集/企画財政部秘書広報室 〒201-8585 狛江市和泉本町一丁目1番5号 ☎03(3430)1111 ホームページ <https://www.city.komae.tokyo.jp/>

ラグビーワールドカップ2019™ パブリックビューイング

9月20日(金)



垣永真之介さん



狛江市民



つのだりょうこさん



寺田有希さん

パブリックビューイング

時 午後6時～9時30分(予定)

所 エコルマホール

定 400人(予約不要※会場の定員に達した場合、入場制限を行うことがあります)

内 ラグビーワールドカップ2019™パブリックビューイング・開幕戦(日本代表対ロシア代表)、ゲストトークショー・解説

ゲスト 垣永真之介さん(サントリーサンゴリアス選手)

ライブステージ&体験ブース

時 午後3時～6時(予定)

所 エコルマホール4階ロビー

内 ゲストライブ、絵手紙体験、ミニコンサート

ゲスト つのだりょうこさん(18代目NHKうたのおねえさん)、寺田有希さん(女優)、狛江市民(音大生ユニット)

関 政策室オリンピック・パラリンピック等推進担当

駅前ライブ

時 午後5時～5時30分(予定)

※雨天時は、中止または時間帯を変更する場合あり。

所 狛江駅北口交通広場

内 東京都公認ヘブンアーティストが、マリンバ、ピブラフォン等の鍵盤打楽器やスティールパン、ドラムを中心とした編成でさまざまな曲をアレンジして演奏します。

出演 どやどや楽団(打楽器)

協力 ヘブンアーティスト運営実行委員会

問 一般財団法人狛江市文化振興事業団 ☎(3430)4106(火曜日休館)



どやどや楽団

9月1日～1月17日 東京都耐震キャンペーン

■耐震フォーラム「あなたを、家族を、まちを守るためにできること」
 日10月25日(金)午後1時～4時30分
 所都民ホール 定先着250人(要予約)

■耐震化個別相談会
 日10月25日(金)午後2時30分～5時
 所都政ギャラリー(都議会議事堂内) 定先着30組(要予約)

■耐震改修検討中の管理組合のための成功事例マッチング企画
 日キャンペーン期間中に4回程度
 定各回先着15人(要予約)
 ※詳細は、東京都耐震ポータルサイトをご覧ください。

■建物の耐震改修工法等の展示会
 ▼第1回
 日9月28日(土)～30日(月)
 時午前10時～午後6時(最終日のみ午後4時30分まで)
 所新宿駅西口広場イベントコーナー(入退場自由)

▼第2回
 日11月3日(祝)～5日(火)
 時午前10時～午後5時
 所有楽町駅前広場(入退場自由)

■震災写真・都の取組み等のパネル展示
 日10月25日(金)午前10時30分～午後5時30分
 所都政ギャラリー(都議会議事堂内)
 展示内容東日本大震災や熊本地震、大阪府北部での地震などの震災写真、緊急輸送道路沿道建築物の耐震化推進に関する取組み、東京都耐震化推進条例の改正内容など
 申耐震キャンペーン事務局 ☎(6261)3621(午前9時～午後6時)、
 ☎(6303)0886へ。
 問東京都都市整備局建築企画課 ☎(5388)3362

令和2年国勢調査員を募集します

令和2年10月1日を基準日として、全国一斉に国勢調査が実施されます。
 日本に住んでいるすべての方を対象に行う最も基本的な統計調査で、5年ごとに実施されています。
 調査の円滑な実施のため、調査員を募集します。

対▽20歳以上の健康な方
 ▼税務・警察・選挙事務に従事していない方
 ▼暴力団員、その他反社会勢力に該当しない方
 ※調査で知り得たことなどには、守秘義務があります。

定約350人
 内▽調査員説明会への出席(8月下旬～9月上旬に開催)
 ▼担当調査区の確認、リーフレットの配布(9月上旬～中旬)
 ▼調査票の配布・回収など(9月上旬～10月下旬)
 ※調査は郵送・オンラインでの回答も可能となっており、調査員の負担も軽減される予定です。

¥2調査区(約140世帯)で、7万円程度
 ※調査区数により増減します。

問総務課庶務統計係

9月1日から 飲食店における喫煙場所の有無に関する 店頭表示義務化が始まりました

東京都では9月1日から飲食店において施設の出入口に喫煙場所の有無に関する標識を掲示することが義務付けられました。
 市では現在、健康推進課・地域活性課・狛江市商工会で標識(シール型)および説明用パンフレットを配布しています。数に限りがありますので、お早めにお受け取りください。また、とうきょう健康ステーションホームページでもダウンロードできます。
 問東京都受動喫煙防止対策専用相談窓口 ☎0570(069690)

平成11年4月2日から平成12年4月1日生まれまでの方を対象に、成人式を開催します。
 新成人の皆さん、お誘い合わせの上、ご参加ください。

成人式にご参加ください

日令和2年1月13日(祝)午前11時～午後2時30分(予定)
 受午前10時15分からは、
 所エコルマホール
 ※開催時間等、変更になる場合があります。
 問児童青少年課児童青少年係

今年も中高生に演芸や展示などさまざまなジャンルの発表の場を提供する中高生フェスティバル(文化祭)を、11月10日(日)にエコルマホールで開催します。

市内在住・在学の中学・高校生
 少年課児童青少年係へ。

出演・出演の参加者を募集します

出演演劇・音楽・舞踊・コントなどの発表(一団体につき、準備・片付けを含め30分以内)
 出展絵画・書道・手芸・工芸・華道などの芸術や自由研究
 申9月20日(金)までに、児童青少年課児童青少年係へ。

国民健康保険被保険者証の更新と 短期被保険者証の交付

▼被保険者証の更新
 10月1日から使用する新しい被保険者証を9月上旬から順次、住民票に記載されている住所に簡易書留で送付します。有効期限は令和3年9月30日までです(下表に該当する方を除く)。
 10月1日以降に医療機関等で受診する場合には、新しい被保険者証を提示してください。

▼短期被保険者証の交付
 特別な事情がなく長期間国民健康保険税を滞納している世帯には、有効期限6カ月の短期被保険者証を交付します。保険税完納後、通常の被保険者証を交付します。

問保険年金課国民健康保険係

有効期限が異なる方	有効期限
令和3年9月1日までに65歳になる退職被保険者(本人)および同一世帯の退職被扶養者	65歳の誕生日を迎える月の月末(誕生日が1日の方は誕生日を迎える月の前月末)まで
令和3年9月30日までに75歳になる被保険者	75歳の誕生日の前日まで ※75歳以上の方は後期高齢者医療制度に加入するため
日本国内に在留することができる期限(在留期限)が令和3年9月29日以前の外国人の方	在留期限の日まで

子育て応援プログラム

「**コモンセンスペアレンティング(CSP)**
～ほめて育てる効果的なしつけ～」
 時午前10時～正午
 対市内在住で、3歳～小学校3年生の子どもの保護者
 ※原則全回参加できる方
 定先着12人
 ※保育を希望する方はご相談ください。
 内ビデオやロールプレイングを活用し、育みや予防教育、効果的なほめ方など、子どもと向き合う方法を学びます。
 申9月6日(金)から、子育て支援課企画支援係へ。

■子育て応援プログラム
コモンセンスペアレンティング(CSP)日程等

日程	会場	内容
10月4日(金)	防災センター4階会議室	発達・適切な期待値・育み
10月11日(金)		見せて話す・結果
10月18日(金)		効果的なほめ方・理由
10月25日(金)		予防的教育法・社会スキル
11月1日(金)		問題行動を正す教育法
11月8日(金)	防災センター3階会議室	自分をコントロールする方法
11月15日(金)		まとめ・修了式

「Yahoo!ブログ」のサービス終了に伴い、「こまえ安心安全情報ブログ」を閉鎖します。投稿サービスが終了する9月1日以降は記事の更新はありません。なお、既存の記事は12月15日まで閲覧できます。

問安心安全課

こまえ安心安全 情報ブログを閉鎖します

障がい者職場体験実習

日10月9日(水)～11日(金)・16日(水)～18日(金)
 日11月6日(水)～8日(金)・13日(水)～15日(金)
 ※各全6日間
 時午前10時～午後3時(休憩1時間含む)
 所市役所

対市内在住で一般企業への就労を目指している知的障がい者および精神障がい者で次のいずれにも該当する方(高校生不可)
 ▼狛江市障がい者就労支援センターへ。

障がい者就労支援センター・サポート ☎(5438)3533

申9月13日(金)午後5時(土・日曜日を除く)までに、狛江市障がい者就労支援センター・サポート ☎(5438)3533へ。

選9月30日(月)午前10時から面接を実施
 ※報酬・交通費の支給はなし。
 定各2人
 内封入・封かんなどの事務補助
 方ター・サポートに登録している方
 ▼全日参加できる方

「狛江市消費生活相談事例集」を発行しました

架空・不当請求や訪問販売、インターネットを介した契約など、消費生活に関するトラブルや被害を未然に防ぐため、「狛江市消費生活相談事例集」を発行しました。

巧妙化する悪質商法の手口や契約トラブルのさまざまな事例を知り、被害防止にお役立てください。

配布地域 地域活性化課 地域振興係

令和2年度市職員募集

令和2年度中における職員の欠員補充のため、採用資格試験を実施します。受験資格等詳細は実施要項(職員課窓口で配布または市ホームページからダウンロード可)をご覧ください。

第一次試験日 10月20日(日)

申問 9月17日(火)から20日(金)までに、持参で職員課へ。

職種・受験資格等

職種	受験資格	試験区分	募集人員
一般事務	平成4年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた方	上級(大卒程度)	若干名

※学歴不問

耐震についての豆知識

～旧耐震基準と新耐震基準って何?～

■そもそも耐震基準って?

昭和53年6月12日に発生した宮城県沖地震を受け、昭和56年6月1日に建築基準法が改正され耐震基準等が見直されました。

耐震基準はこの日より前を旧耐震基準、以降を新耐震基準といえます。建物がどちらの基準に沿っているかを知るためには、建築確認の日付等が参考になります。建築確認とは、建物を建築するにあたり、建築主事等が建築基準法等に適合しているか審査を行うことです。適合していると認められると、建築確認済証

■なんで耐震基準は大事?

国土交通省が平成28年9月に発表した「熊本地震における建築物被害の原因分析を行う委員会報告書概要」によると、この地震による倒壊・崩壊した木造建築物297棟のうち、旧耐震基準の木造建築

物が214棟で、約7割を占めています。

地震による建物倒壊は、人的・物的被害だけではなく、道路がふさがれることによる交通障害を生じさせ、二次災害を引き起こす危険性があります。

■被害を未然に防ぐには

大切な人を守るため、また地震による住宅の被害を防ぐためにも、市では、旧耐震基準で建てられた木造住宅等の耐震に関してさまざまな助成制度を設けている他、危険ブ

ロック塀等の撤去に対する助成を行っています。

市の助成制度を活用し、地震に強いまちづくりを進めていきましょう。

■まちづくり推進課住宅担当

9月の日曜窓口

9月29日(日)午前9時～午後1時

開設窓 市民課・課税課・納税課・保険年金課・子育て支援課 手当助成係

※取扱業務や必要書類等は、事前に担当課にご確認ください。

※平成31年度国民健康保険税(第3期分)は9月30日(月)までに納めてください。市税は、口座振替やコンビニエンスストア等で納付することができます。詳細は納税課へ。

市民課 狛江市総合戦略進捗管理報告書がまとまりました

平成27年度に策定した狛江市総合戦略は、計画の着実な推進を図るため、毎年度進捗管理を行うこととしています。

このたび、狛江市総合戦略推進委員会および狛江市財政改革推進本部での議論を経て、平成31年度の進捗管理報告書がまとまりました。

報告書は、政策室で一部30円で頒布している他、市ホームページからもご覧いただけます。

政策室企画調整担当

新たに資格を取得した方へ9月中旬に介護保険料決定通知書を送付します

8月4日～9月4日に65歳になった方 64歳までは健康保険料の中に介護保険料が含まれていましたが、65歳以降は市に介護保険料を納めていただきま

行政けいじばん

8月3日～9月3日に狛江市に転入した65歳以上の方 転入した月から市に介護保険料を納めていただきます。

※年金受給額が年額18万円以上の方は、翌年度以降に特別徴収(年金天引き)に随時変更される予定です。

※特別の事情なく介護保険料を滞納した場合、滞納期間に応じた保険給付を制限することがあります。

高年齢障がい課介護保険係

令和2年度から狛江市立学校で使用する教科書が決まりました

小学校

国語 光村図書出版▽書写 光村図書出版▽社会 日本文教出版▽地図 帝国書院▽算数 学校図書▽理科 東京書籍▽生活 東京書籍▽音楽 教育芸術社▽図画工作 日本文教出版▽家庭 東京書籍▽保健 光文書院▽英語 学校図書▽特別の教科 道徳 東京書籍

中学校

国語 光村図書出版▽書写 光村図書出版▽社会(地理的分野) 東京書籍▽社会(歴史的分野) 東京書籍▽社会(公民的分野) 東京書籍▽地図 東京書籍▽数学 東京書籍▽理科 大日本図書▽音楽(一般) 教育芸術社▽音楽(器楽合奏) 教育芸術社▽美術 日本文教出版▽保健体育 大日本図書▽技術・家庭(技術分野) 東京書

籍▽技術・家庭(家庭分野) 開隆堂出版▽英語 三省堂 ※主な採択理由等については教育委員会ホームページで公開します。

こまえ市議会だよりモニター募集

対市内在住の満18歳以上の方で、議会が行う広報・広聴活動に深い関心がある方

定先着10人

任期モニター登録日から2年間

こまえ市議会だよりに関するアンケートへの回答、モニター連絡会議への出席等

申請書(市ホームページからダウンロード可)を、持参・郵送・ファクスまたはshigijon@city.konae.jpで議会事務局(3430)0997へ。

審議会等の公開

平成31年度第2回狛江市市民福祉推進委員会

9月5日(木)午後7時から 防災センター3階会議室

地域福祉課

第2回狛江市男女共同参画推進計画改定委員会

9月12日(木)午後6時30分から 503会議室

政策室協働調整担当

狛江市教育委員会令和元年第9回定例会

9月13日(金)午後1時30分から 4階特別会議室

学校教育課教育庶務係

狛江市介護保険推進市民協議会

9月13日(金)午後6時30分から 4階特別会議室

案件第8期介護保険事業計画策定の諮問について、他

高年齢障がい課介護保険係 課税課

こまえ応援寄附金

4月から7月までに、次の方から寄附をいただきました。ありがとうございます。

T&Mクラブ

岡田憲太さん

高橋明子さん

高橋直之さん

課税課

狛江市公園フォーラム

10月5日(土)午前9時から 所むいから民家園

対市内在住・在学・在勤の方

定先着20人(要予約)

内和泉多摩川緑地周辺の現況や利用実態等を把握するため、一

公園作りに関する講演や公園整備についての意見交換会を行います。

師入江彰昭さん(東京農業大学准教授)

申問まちづくり推進課都市計画担当へ。

9月はがん征圧月間 がん検診を受けましょう!

がんは日本人の死因第1位で2人に1人ががんにかかる時代です。がんを予防・早期発見・早期治療していくためには、より健康的な生活習慣を心掛け、定期的に検診を受けていくことが大切です。

■がんリスクを低くする5つの健康習慣

- ▽禁煙する
- ▽節酒する
- ▽食生活を見直す
- ▽身体を動かす
- ▽適正体重を維持する

■がん検診

それぞれの医療機関に直接お申し込みください。電話がつながりにくい場合は、時間を改めておかけ直してください。
申込期間▽公益財団法人東京都予防医学協会 12月20日(金)まで(予約制・先着順)
 ▽市内実施医療機関 各診療日

注意次に該当する方は申し込みの際に、受診できるかを必ずご相談ください。
 ▽手術をしたことのある方
 ▽治療中または経過観察中の方

▽妊娠中または妊娠の疑いのある方

申▽公益財団法人東京都予防医学協会 新宿区市谷砂土原町1-2保健会館(JR総武線市ヶ谷駅から徒歩5分) ☎0120(128)331(固定電話のみ)または☎(3269)4752へ。
 ※受付時間は、平日午前9時～午後5時

▽市内実施医療機関 検診の実施は、各医療機関の診療日・時間のみです。詳細は市ホームページをご覧ください。
問健康推進課(あいとびあセンター) ☎(3488)1181

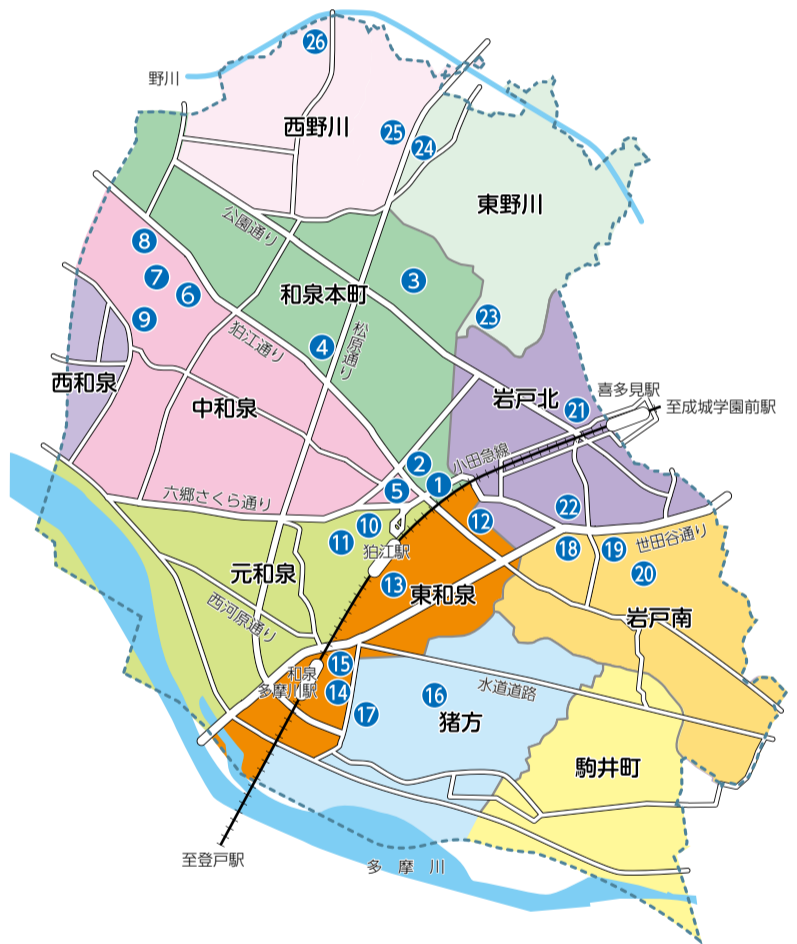




公益財団法人
東京都予防医学協会
がん検診申し込みページ
(狛江市民用)

平成31年度 市内実施医療機関一覧表

医療機関名	所在地	電話	肺	子宮	胃がんリスク
1 松本脳神経外科内科クリニック	和泉本町1-2-10	(5438)2657			○
2 西川クリニック	和泉本町1-6-1	(3480)2349			○
3 藤川医院	和泉本町2-16-5	(3489)3859	○		○
4 岩瀬外科内科	和泉本町3-3-18	(3489)3830			○
5 かとうクリニック	中和泉1-1-1-4F	(3430)9911	○		○
6 かたやま内科クリニック	中和泉5-1-20	(3488)6051			○
7 松岡医院	中和泉5-10-18	(3480)4122		○	○
8 かじわらハートクリニック	中和泉5-17-27	(5761)9091	○		○
9 岩下医院	中和泉5-20-11	(3489)3577			○
10 ファミリークリニックはら	元和泉1-4-4-2F	(3480)3992			○
11 染谷クリニック	元和泉1-5-19	(3488)3000			○
12 佐藤診療所	東和泉1-3-14	(3489)1771	○		○
13 保坂産婦人科クリニック	東和泉1-21-3	(3488)1103		○	○
14 和泉多摩川クリニック	東和泉3-3-9	(5497)1238			○
15 いずみたまがわ整形外科	東和泉3-3-15	(3430)7116			○
16 野澤医院	猪方3-18-10	(3489)2557			○
17 小幡医院	猪方3-23-1	(3489)6005			○
18 一の橋内科皮膚科	岩戸南1-4-11	(3430)1214			○
19 東京多摩病院	岩戸南2-2-3	(3489)3191			○
20 秋山医院	岩戸南2-11-9	(3489)8563			○
21 喜多見駅前内科クリニック	岩戸北2-19-13-102	(3488)7820			○
22 こしじまクリニック	岩戸北3-12-13-101	(3488)6083			○
23 近藤医院	東野川1-13-7	(3489)1035			○
24 西山整形外科	東野川2-20-5-102	(5438)4811			○
25 柏田内科クリニック	西野川1-15-19	(3430)0222	○		○
26 水口内科皮膚科	西野川4-40-4	(3480)5520			○



9月は「世界アルツハイマー月間」です

認知症になっても安心して暮らせる社会の実現に向け、国際アルツハイマー病協会では、9月21日を「世界アルツハイマーデー」、9月を「世界アルツハイマー月間」と定めており、この間、世界各国で啓発活動が行われます。この機会に認知症についての理解を深めましょう。

■認知症は誰もがなり得る身近なものです

日本では、65歳以上の約15%が認知症とされ、生涯で見ると半数近くの方が認知症になるといわれています。さらに、家族や友人等が認知症になる可能性も含め、多くの人のにとって身近なものといえます。

■大切なのは「共生と予防」

共生には、認知症の方が尊厳と希望を持って認知症とともに生きる、また認知症があってもなくても同じ社会で共に生きる

という意味が込められています。誰もが住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができる社会を目指しましょう。また、予防には認知症になるのを遅らせる、認知症になって進行を緩やかにするという意味が込められています。運動を継続すること、生活習慣病を予防・改善すること、社会とつながり人と交流すること、役割を持つこと等を積極的に行いましょう。

■お気軽にご相談ください

認知症やもの忘れについてご心配なことがあれば、福祉相談課、市内地域包括支援センター、慈恵医大第三病院認知症疾患医療センター(☎(3480)0702)にご相談ください。

介護の仕事はじめても大丈夫が

狛江市認定ヘルパー研修

介護の資格のない方でも、研修を受けると市認定ヘルパー(家事援助のみ)として働くことができます。

日 10月9日(水)・11日(金)

時 午前9時～午後4時20分

※3日間の研修後、半日程度の実習あり。研修最終日には合同面接会の開催を予定。

所 あいとびあセンター、他
 対 全日程参加できる18歳以上の方(学生を除く)
 定 20人(多数抽選)
 ※詳細は狛江市社会福祉協議会ホームページをご覧ください。

申 10月2日(水)までに、狛江市社会福祉協議会 ☎(3488)0294へ。

平成31年度 がん検診日程表

検診名	対象者	実施場所	実施期間	費用	申し込み
子宮頸がん検診 (2年に1回)	平成12年3月31日以前生まれの女性の方	公益財団法人 東京都予防医学協会	12月26日(木)まで 申12月20日(金)まで	自己負担なし	公益財団法人東京都予 防医学協会に直接電話 またはウェブ予約
		▽松岡医院 ▽保坂産婦人科クリ ニック	10月31日(木)まで		市内実施医療機関へ
乳がん検診 (マンモグラフィ) (2年に1回)	(1)昭和45年3月31日以前生まれの女性の方 (2)昭和45年4月1日～昭和55年3月31日生ま れの女性の方 ※昭和53年4月2日～昭和54年4月1日生ま れの女性の方には無料クーポンを送付 ※公益財団法人東京都予防医学協会を受診す る場合、子宮頸がん検診と同時検診可能 ※あいとぴあセンターで受診する場合、午前 中30人までは胃・肺・大腸がん検診と同時 実施可能 注意 授乳中または断乳してから半年未満の 方、豊胸手術、水頭症シャント術後・ポート 挿入後（化学療法）の方、ペースメーカー装 着している方などは受診できません。	公益財団法人 東京都予防医学協会	12月26日(木)まで 申12月20日(金)まで	(1)1,000円 (2)2,000円 ※生活保護受給 者は無料（要受 給証明書の提出）	公益財団法人東京都予 防医学協会に直接電話 またはウェブ予約 ★の検診日の午前中は、 一部保育付き。各回先 着順（生後5カ月～未 就学児・最大12人）で、 電話のみの受け付け
	あいとぴあセンター	9月8日(日)・9日(月)・ 17日(火) 10月29日(火)・30日(水)★ 11月21日(木)・22日(金)・ 24日(日)・25日(月) 12月6日(金)★・7日(土)			
がん検診 (胃・肺・大腸) (午前中のみ実施)	【女性】 昭和60年3月31日以前生まれの女性の方 ※肺がん検診における喀痰細胞診対象者は50 歳以上かつ喫煙指数（喫煙本数×過去から 現在までの喫煙年数合計）が600以上の方 ※午前中30人までは乳がん検診（マンモグラ フィ）と同時実施可能	あいとぴあセンター	9月8日(日)・9日(月)・ 17日(火) 10月29日(火)・30日(水)★ 11月21日(木)・22日(金)・ 24日(日)・25日(月) 12月6日(金)★・7日(土)	自己負担なし	公益財団法人東京都予 防医学協会に直接電話 またはウェブ予約 ★の検診日は、一部保 育付き。各回先着順（生 後5カ月～未就学児・ 最大12人）で、電話の みの受け付け
	【男性】 昭和60年3月31日以前生まれの男性の方 ※肺がん検診における喀痰細胞診対象者は50 歳以上かつ喫煙指数（喫煙本数×過去から 現在までの喫煙年数合計）が600以上の方		9月7日(土)・10日(火)・ 18日(水) 10月28日(月)・31日(木) 11月1日(金)・2日(土) 12月5日(木)		公益財団法人東京都予 防医学協会に直接電話 またはウェブ予約
胃がんリスク検査 (ABC検査)	昭和54年4月1日～昭和55年3月31日生まれ 昭和49年4月1日～昭和50年3月31日生まれ 昭和44年4月1日～昭和45年3月31日生まれ 昭和39年4月1日～昭和40年3月31日生まれ 昭和34年4月1日～昭和35年3月31日生まれ 昭和29年4月1日～昭和30年3月31日生まれ ※狛江市国民健康保険特定健診対象者で検査 希望の方は、原則同時実施。	市内実施医療機関	10月31日(木)まで	700円 ※生活保護受給 者は無料（要受 給証明書の提出）	市内実施医療機関へ
肺がん検診（個別）	昭和60年3月31日以前生まれ ※喀痰細胞診対象者はあいとぴあセンターで のがん検診と同じ		10月1日(火)～31日(木)	自己負担なし	

9月は東京都の 自殺対策強化月間です

「ゲートキーパー研修
～身近な人の悩みに気づき、声
をかけ、話を聴き、必要な支援
につなげ、見守る～」

- 日 9月30日(月)午後2時～3時30分
定 先着80人
- 内 ゲートキーパー研修「私たち一
人ひとりにできる自殺予防」
- 師 小高真美さん（武蔵野大学人間
科学部社会福祉学科准教授）
- 所 申問健康推進課（あいとぴあセ
ンター） ☎（3488）1181へ。

家族を介護している方 一緒にお話しませんか

ご家族に認知症等の心配のある方や介護を
されている方が集まって、情報交換や相談、
交流ができる場です。まずは話を聴くだけ
でも結構です。お気軽にご参加ください。入退
室は自由です（予約不要）。

■認知症疾患医療センター講師によるミニ講 座と相談会

- 日 9月11日(水)午前10時～正午
- 所 杉の子（中和泉5-9-3）

■介護者の会 9月の日程等

会場	日時	参加費	申し込み・問い合わせ
防災センター4階会議室	19日(木)午後1時30分～3時30分 (毎月第3木曜日)	100円 (お茶・お菓子代含む)	高齢障がい課高齢者支援係
地域包括支援センターこまえ苑 (岩戸南4-17-17)	20日(金)午後1時30分～3時30分 (奇数月第3金曜日)	—	地域包括支援センターこまえ苑 ☎(3489)2422
地域包括支援センターこまえ正吉苑 (西野川2-27-23)	25日(水)午後1時30分～3時 (毎月第4水曜日)	—	地域包括支援センターこまえ正吉苑 ☎(5438)2522

- 内 ミニ講座「認知症者の介護拒否への対応」
- 師 梶井文子さん（慈恵医大老年看護学教授）
- 料 200円（お茶・お菓子代含む）
- ※別途600円で昼食あり。
- ※認知症疾患医療センターは、都の指定を受け、認知症の専門医療相談等を実施している医療機関です。
- 申問 あいとぴあ地域包括支援センター ☎（5438）3565へ。

スポーツで心も体もリフレッシュ

少年少女スポーツ教室 (フットサル)

日 9月21日～11月30日の毎週土曜日 (10月12日、11月9日・23日を除く・全8回)
時 午前9時～11時 所 西和泉体育館 対 小学校3～6年生
定 先着20人 ¥800円 (保険料・消耗品代)
申 9月2日(月)から9日(月)までに、社会教育課社会教育係へ。



市民硬式テニス大会(男女別ダブルス戦)

日 9月29日(日) (予備日10月6日(日))
集 午前9時30分 (男子シニアの部は午前10時30分)
※集合後、組み合わせ抽選会を実施
所 ▽男子 元和泉市民テニスコート ▽女子 東野川市民テニスコート
対 市内在住・在学・在勤の高校生以上の男女別ペア(1人は市外でも可)
定 ▽男子一般の部 先着28組
▽男子シニアの部 (二人とも55歳以上) 先着16組
▽女子A 先着16組
▽女子B (初中級または試合経験の少ないペア) 先着8組
¥ 1ペア3,000円 (高校生同士は1,000円、協会員を含む場合は2,000円)
※銀行振り込み
申 9月15日(日)午前9時から22日(日)午後5時までに、狛江市体育協会ホームページメールフォームから申し込み
※詳細は狛江市体育協会ホームページをご覧ください。
問 狛江市体育協会 ☎(3480)6211 (平日午前9時～午後5時)



市民卓球大会

日 10月6日(日)午前9時から 所 市民総合体育館
対 市内在住・在学・在勤および卓球連盟登録者
内 ▽一般(男子・女子) ▽40代の部(男子・女子)
▽50代の部(男子・女子) ▽70歳以上の部(男子・女子)
▽新人戦 (狛江市の大会で3位入賞者および新人戦優勝者を除く男子・女子)
▽中学生以下の部 ▽小学生以下の部
▽ダブルス戦 (男子・男子125歳以上・女子・女子125歳以上)
※男子・男子125歳以上はミックス・女子ダブルスでの参加可
※個人戦1種目とダブルス戦1種目の計2種目まで申し込み可。参加人数により種目統合等の変更あり。
¥ 1種目につき1人750円 (中学生以下は300円) ※当日持参
申 9月13日(金)午後5時までに、狛江市体育協会 ☎(3480)6211 (平日午前9時～午後5時) へ。
問 狛江市卓球連盟・秋元 ☎(3489)4559

市民秋季ソフトボール大会

日 10月6日～11月3日の毎週日曜日 (10月20日を除く・全4回)
所 西和泉グラウンド
対 過半数が市内在住・在学・在勤者で構成されたチーム
内 F Pの部、S Pの部、シニアの部 (45歳以上の方)
¥ 1万円 (協会登録団体は5,000円)
申 9月16日(祝)までに、狛江市ソフトボール協会事務局・高橋 ☎090(8022)9824へ。

市民ゴルフ大会

日 10月9日(水) 所 相模湖カントリークラブ ※現地集合・解散
対 市内在住・在勤の方 定 先着150人
¥ 1万5,500円 (プレー代)
※パーティー代、別途4,000円
申 9月25日(水)までに、狛江市民ゴルフ連盟・小杉 ☎090(6309)6282へ。



成人スポーツ教室 (バドミントン)

日 10月9日～12月11日の毎週水曜日 (全10回)
時 午前9時～11時 所 西和泉体育館
対 市内在住・在勤の20歳以上の方 定 先着20人
¥ 1,000円 (保険料・消耗品代)
申 9月2日(月)から9日(月)までに、社会教育課社会教育係へ。

第17回市民剣道競技大会

日 10月13日(日)午前9時30分から 所 市民総合体育館
対 市内在住・在学・在勤および市内剣道団体の会員
内 ▽小学生の部 (低・中・高学年) ▽中学生の部 (男女別)
▽一般男子の部 (高校生以上で3段以下・4段以上)
▽一般女子の部 (高校生以上で段位制限なし)
¥ ▽小・中学生、高校生 300円 ▽一般 500円
申 9月2日(月)から9日(月)までに、狛江市体育協会 ☎(3480)6211 (平日午前9時～午後5時) へ。

フィットネスで楽しい汗を流しましょう

日 10月19日(土)
内 時 ▽リンパピクス 午前9時30分～10時15分
▽太極舞 (タイチーダンス) 午前10時30分～11時15分
▽ズンバ 午前11時30分～午後0時15分
※年齢に応じて運動強度を決定
定 各プログラム先着30人
師 辻幸子さん (フィットネスインストラクター)
持 室内用運動靴、タオル、飲み物
所 申 上和泉地域センター ☎(3489)9101へ。



第53回市民バドミントン大会

日 10月20日(日) 受 午前9時から 所 市民総合体育館
対 市内在住・在勤 (高校生以下を除く) または8月末時点で狛江市バドミントン協会登録会員のペア
※1人は市内または協会員でなくても可
内 男・女ダブルス、1～3部 ¥ 1人1,100円 (会員は900円)
申 9月13日(金) (必着) までに、申込用紙 (市民総合体育館受付または狛江市バドミントン協会ホームページからダウンロード可) および振込用紙 (写し) を郵送で〒201-0013元和泉1-14-1大久保千夏 ☎080(5187)2961へ。



あいとぴあセンタープールの利用登録の受付 (10月～3月)

対 (1) プールの利用に支障がない心身障がい者、指定難病認定者
木曜日午前9時～正午
(2) 65歳以上で医師から機能訓練の指示を受けている方 木曜日午前9時～正午
(3) 65歳以上の方 月・火曜日午前9時～正午
※いずれも市内に住居登録がある方に限ります。また(1)(2)の方は介助者の同伴が可能です。応募多数の場合は抽選あり。
¥ 1,000円 (登録期間内。介助者は無料)

申 ▽新規利用の方 9月2日(月)～6日(金)までに、(1)(2)の方は障がいの程度が分かる手帳または医療証等各種証明書、(3)の方は身分証明書を持参で、福祉総合相談窓口へ。
▽継続利用の方 9月6日(金) (必着) までに、申請書 (事前送付) を持参または郵送で担当窓口へ。
問 (1)(2) 高齢障がい課 障がい者支援係 (3) 高齢障がい課 高齢者支援係



市民総合体育館のエレベーターを休止します

市民総合体育館のエレベーターは、更新工事のため、10月28日(月)から令和2年1月10日(金)まで利用できません。
車いす等で来館される場合 問 社会教育課社会教育係

は、事前に来館の日時を市民総合体育館 ☎(3430)1141 にお知らせください。
ご理解をお願いします。

「狛江弁財天池特別緑地保全地区」9月行事予定

日 ▽一般開放 8日(日)
▽臨時開放 12日(木)～15日(日)
※雨天決行
時 ▽自然観察会 午前10時～11時
▽緑地の開放 午前10時～午後3時
内 動物・植物・キノコ等さまざまな生き物が観察できる観察会と緑地の開放を行います。
所 問 泉の森会館 ☎(5497)5444

※狛江弁財天池特別緑地保全地区市民の会の会員を募集中です。
問 坂田 ☎(3489)7139
■写真展「小さな緑地のいきものたち」
日 9月12日(木)～15日(日)
時 午前10時～午後6時 (最終日は午後5時まで)
所 問 泉の森会館 ☎(5497)5444

健康と衛生

検診

■結核検診

9月18日(水)受午前11時45分～午後0時15分(65歳以上の市民(勤務先等で検診の機会がある方を除く) 胸部レントゲン撮影 無料(1年度につき1回) ※予約不要

所問健康推進課(あいとびあセンター) ☎(3488)1181

教室

慈恵医大第三病院認知症疾患医療センター主催「介護者のための夜間のなんでも相談会」

10月4日(金)午後7時～9時(予約不要・出入り自由) 所問

ヤックポット泊江(市役所内) 認知症の方等を介護するご家族(介護を受けている方が同行する場合は事前にご連絡ください) 医療・介護の専門相談、介護者同士の情報交換・交流、食事会(希望者のみ) 師岩下達雄さん(認知症サポート医)、梶井文子さん(慈恵医大老年看護学教授)、市川裕太さん(社会福祉士) ¥300円(飲物代・ソフトドリンクのみ) ※夕食を希望する方は別途食事代が必要です。

高年齢障がい課 高齢者支援係



食育料理教室「わくわくキッチン」

9月19日(木)受午前9時45分～10時(11時30分終了予定) 定20人(多数抽選・今年度初めて参加の方優先) ※落選者のみ9月11日(水)から13日(金)までに連絡します。連絡がない場合は時間通りにお越しください。メニューし

ようがご飯、魚のネギ味噌焼き、ピーンズポテト、おくずかけ(仙台の郷土料理) 師沖山千恵子さん(栄養士) 持エプロン、三角巾、布巾、筆記用具※マニキュア・指輪をしての参加はご遠慮ください。 所問 9月10日(火) 10時～11時30分

正吉サロン ☎(3488)1181

健康推進課(あいとびあセンター) ☎(3488)1181

親子で歯ツピはみがき教室

10月3日(木)受第一部 午前9時25分～9時30分(10時45分終了予定) 第二部 午前10時25分～10時30分(11時45分終了予定) 誕生後6カ月～1歳未満の乳児と保護者定各回9組 内乳児と保護者の歯科健診、保護者のブラッシング指導、乳児の口

の観察と仕上げ磨き練習 持母子健康手帳、乳児と保護者の歯ブラシ、コップ、手鏡、タオル

地域包括支援センターこまえ

こまほっとカフェ ☎(3488)1181

健康講座「高齢者を狙う悪徳商法から身を守る方法」

9月17日(火)午前10時～11時30分 所こまえ正吉苑 師林田孝さん(居宅介護支援センターこまえ正吉苑管理者)

認知症予防体操 ☎(3488)1181

正吉苑 師小竹弘倫さん(じんだい接骨院院長)

地域包括支援センターこまえ 正吉苑 ☎(5438)2522



地域包括支援センターこまえ

自宅でもできる筋力トレーニング教室 ☎(3488)1181

10月の毎週金曜日(全4回) 時午後1時30分～3時 市内在住で全回参加できる方定先着25人 師平井あこさん(健康運動指導士)

持飲み物、上履き、動きやすい服装

所問 9月17日(火)から、地域包括支援センターこまえ苑 ☎(3488)2404(平日午前8時30分～午後5時30分)へ。

あいとびあ地域包括支援センター

65歳からの椅子ヨガ「安定した歩行を習慣に」 ☎(3488)1181

10月17日(木)から毎月第3木曜日(全6回) 時午後1時30分～3時 所あいとびあセンター定20人(多数抽選) 師山野乃花さん(ゆずりは健康運動指導士) 持飲み物、タオル

所問 9月17日(火)までに、あいとびあ地域包括支援センター ☎(5438)3565へ。

相談

犬のしつけ・飼い方相談

9月20日(金)午前9時30分～11時30分 初め犬を飼う方やみつき、無駄ばえなどでお困りの方定先着6人 師西川文二さん(東京都動物愛護推進員)

所問健康推進課(あいとびあセンター) ☎(3488)1181

育児相談(子どもの身長、体重も測れます)

9月25日(水)午前9時30分～11時30分 育児の悩みや、お母さん自身の心と体のことなどの相談 持母子健康手帳

所問健康推進課(あいとびあセンター) ☎(3488)1181

無料健康相談

9月19日(木)午後1時30分～2時30分 所あいとびあセンター

科目 小児科・耳鼻科 所 泊江市医師会事務所 ☎(3488)2267

セルフ健康チェック サービス事業

泊江市国民健康保険にご加入の35～39歳の方を対象としたセルフ健康チェックサービス事業を実施します。40歳以上の方が対象の無料の特定健診を受ける前に、自分の健康状態を確認してみましょう。

自分で指先から採血した検体を郵送すると、検査結果がスマートフォンやパソコンで見られます。

対象となる方には8月末に案内をお送りしています。希望する方はスマートフォンやパソコンでお申し込みください。

定先着100人
¥500円(自己負担)
問 保険年金課国民健康保険係

健康セミナー第3期に参加しませんか

40歳以上の市民 ※病气やけがなどのリハビリテーション目的の利用や身体の状態によっては参加できない場合があります。 生活習慣病の予防・改善を目的に、個人に合った運動プログラムを行います。 健康運動指導士 所問 9月2日(月)から19日(木)までに、健康増進室(あいとびあセンター) ☎(3488)1604(16日(祝)を除く午前10時～正午・午後1時～5時)へ。

健康セミナー第3期

コース	曜日	日時	定員(先着順)	内容	参加費
週2	火・金曜日(全21回)	10月8日から午前10時～正午	8人	エアロビクス 筋力トレーニング ストレッチ	5,000円
火曜	火曜日(全10回)				
水曜	水曜日(全10回)	10月9日から午後1時～3時	16人	バランスボール ウォーキングなど	
金曜午前	金曜日(全10回)				
金曜午後	金曜日(全10回)	10月11日から午後1時～3時	8人		
土曜	土曜日(全10回)				
日曜	日曜日(全10回)	10月5日から午前10時～正午	16人		
		10月6日から午前10時～正午			

※土曜コースのみ9回目は12月22日(日)に実施

どうぶつ愛護フェスティバル

9月20日～26日は動物愛護週間です。動物は責任と愛情をもって最後まで飼いましょ。 動物愛護管理功労者表彰式、講演・パネルディスカッション 「共に生きる」シニアペットとシルバー世代、芸大猫と地域との共生を考える会(東京藝術大学)によるコンサート

9月22日(日)午後1時～5時30分 所 台東区生涯学習センターミレニアムホール

定先着300人 所問 9月21日(土)正午までに、令和元年度動物愛護週間中央行事屋内行事実行委員会事務局ホームページまたは ☎(3478)1886から申し込み。

動物愛護セラモニー、スタンラリー、パネル展示、ペット美容実演等

9月14日(土)午前11時～午後4時 所 東京都立上野恩賜公園 ※詳細は、東京都福祉保健局ホームページをご覧ください。 問 東京都福祉保健局環境保健衛生課 ☎(5320)4412



9月8日(日)~14日(土)は 救急医療週間

▽救急の日 日 9月9日(月)
救急標語「まず行動 救える命 あなたから」
 ▽普通救命講習会
 日 9月8日(日)午前9時~正午
 内容 心肺蘇生法訓練、AED取り扱い訓練など
 料 1,400円(テキスト代)
 所 申問 狛江消防署警防課 ☎(3480)0119へ。

防災週間特別企画

▽防災週間
 日 8月30日(金)~9月8日(日)
 ※パネル展示「過去の大震災から学ぶ」を行います。
 ▽新米パパ・ママのための応急手当講習会
 日 毎月第2土曜日午前11時~正午
 対 1歳未満の子どもの親またはこれから親になる方
 定 先着10組(要予約)
 内 日常生活に潜む赤ちゃんの事故の防止策、赤ちゃんの病気やけがに対する応急手当等
 所 申問 立川防災館(立川市泉町1156-1) ☎042(521)1119(毎週木曜日・第3金曜日休館)へ。



こまえ子育てねっと
https://komae-kosodate.net/

◎和泉児童館

☎(3480)1441

■わらべうたと絵本の会 日 9月4日(水)対時 0~1歳児
 親子 午前10時30分~10時50分
 分▽2歳児以上親子 午前11時~11時20分
 ■すくすく測定 日 9月5日(木)午後1時30分~2時30分
 乳児
 ■スラックライン教室 日 9月9日(月)午後4時~6時
 小・中学生、高校生※乳幼児は保護者同伴で参加可
 ゴムの上を歩く綱渡りのようなスポーツです。

■おはなし会 日 9月12日(木)午後1時30分~1時50分
 対 乳幼児親子
 ◎岩戸児童センター
 ☎(3489)5414

■おはなし会 日 9月4日(水)午後3時30分~4時15分
 対 小学生
 ■すくすく測定 日 9月12日(木)・26日(木)午前10時30分~11時30分
 (26日のみ栄養士による栄養相談あり) 対 乳幼児

■乳幼児おはなし会 日 9月19日(木)午前10時30分~11時
 対 乳幼児親子
 わらべうたと絵本など

■ミニベロロッキー 日 9月30日(月)午前11時~11時30分
 対 乳幼児(平成31年4月2日以降生まれ)とその保護者
 親子のふれあい遊びなど

◎こまっこ児童館
 ☎(3480)5701

■たいそうタイム 日 9月6日(金)午前10時45分~11時15分

対 おおむね2歳程度の乳幼児とその保護者
 ■こまっこクラブフト 日 9月11日(水)午後3時30分~4時30分
 対 小学校1年生~中学校3年生程度
 ■おにぎりカフェ 日 9月13日(金)午前11時~午後0時30分
 (おにぎり作りはご飯が無くなり次第終了) 対 乳幼児とその保護者
 乳幼児館で握ったおにぎりを食べながら交流します
 持参品、おかず、敷き物

◎子ども家庭支援センター
 ☎(5438)6606

■すくすく測定 日 9月4日(水)午前10時~10時45分
 午後1時30分~2時30分
 対 乳幼児親子

■ねんねプレイルーム 日 9月5日(木)・12日(木)午前10時~11時45分(出入り自由)
 ※午前11時まで測定タイムあり
 対 新生児~ずりばいの子どもの交流など

の交流など

インフォメーション

催し

消費生活センター特別相談を開催します

▽多重債務110番 日 9月2日(月)・3日(火) 対 多重債務でお悩みの方

▽高齢者被害特別相談 日 9月9日(月)・11日(水) 対 悪質商法や特殊詐欺等でお悩みの高齢者
 各回 対 午前9時~正午・午後1時~3時※電話での相談可
 問 地域活性化課地域振興係

■住まい探しの相談窓口
 日 10月1日(火)午前10時~10時50分
 午前11時~11時50分の2枠(要予約) 所 2階第一市民相談室
 市内在住の方 対 高齢者、障がい者、子育て家庭などの事情で住まい(民間賃貸住宅)の確保にお困りの方から相談を受け付けます。
 問 地域福祉課へ。

■会食会に参加しませんか
 10月からの参加者を募集します

所 日 ときの会(あいとびあせな) 第1火曜日正午~午後1時
 所 日 江共生の家「多麻」 毎週水曜日正午~午後3時
 65歳以上の方で、自力またはボランティアの協力を得ることにより会食会に参加できる方 定 若干名(先着順) 料 1回500円※

会食会はボランティア団体の協力で実施しています。ボランティア協力は随時募集中です。
 問 高齢障がい課高齢者支援係へ。

■上和泉地域センター自衛消防訓練と大掃除
 日 9月29日(日)午前10時~正午(予定) 内 避難訓練および防犯講座、センター大掃除 持 雑巾、軍手
 所 問 上和泉地域センター ☎(3489)9101

■第3回調布RGチャレンジカップ
 日 10月6日(日)午後2時~6時
 (見学自由) 内 調布RG狛江クラスによる新体操発表会
 池田美奈子さん、小鳥居千夏子さん
 所 問 上和泉地域センター ☎(3489)9101

■絵手紙ひろば
 日 9月19日(木)午前10時~正午
 午前11時まで(初めてのの方は10時までにお越しください) 所 市役所2階ロビー 内 絵手紙をかいたり、アドバイスを受けます
 所 絵手紙発祥の地「狛江」実行委員

■都立府中けやきの森学園「学校公開」
 日 9月25日(水)午前9時20分~正午
 午後9時~9時15分 内 説明会、授業見学、個別相談(要予約) ※車での来校不可
 所 問 9月18日(水)までに、申込書(都立府中けやきの森学園ホームページからダウンロード可)を、ファクスで都立府中けやきの森学園 ☎042(367)2511、☎042(369)8476へ。

■音訳ボランティア講習会
 日 9月26日(木)・27日(金)午前10時~正午
 所 問 防災センター3階会議室 対 両日とも参加できる方 定 先着10人 内 視覚障がい者の情報ツールである「デージー」や音訳について、デージー版CDの制作 師 福田みどりさん(NPO法人DAISY TOKYO)
 問 9月20日(金)までに、高齢障がい課障がい者支援係へ。

■古布再生「古い布を裂いて草履を作ろう」
 日 9月11日(水)午前10時~午後4時
 対 市民の方 定 先着5人 持 浴衣や敷布等(木綿地)を幅8cmで

の交流など

お知らせ

9月は高齢者悪質商法被害防止キャンペーン月間です

高齢者の悪質商法被害が後を絶ちません。被害の防止には、周囲の見守りも大切です。被害を発見したときは、すぐに消費生活センターへご相談ください。
 問 地域活性化課地域振興係

■狛江おもちゃ病院開院日
 日 9月5日(木)・19日(木) 対 午前10時~午後3時 内 ドクターが壊れた状況を聞きながらおもちゃの診察をします。
 所 問 清掃課(ビン・缶リサイクルセンター)

■ファミリー・サポート・センター事業説明会
 日 9月11日(水)午前10時30分~11時30分
 所 問 防災センター3階会議室 対 子育てのお手伝いをお願いしたい方(利用会員)とお手伝いをしてほしい方(サポート会員)が、相互に助け合いながら子育てをする有償ボランティア活動の説明会。利用会員希望者は説明会(サポート会員希望者は併せて講習会)への参加が必要です。

■都立府中けやきの森学園「学校公開」
 日 9月25日(水)午前9時20分~正午
 午後9時~9時15分 内 説明会、授業見学、個別相談(要予約) ※車での来校不可
 所 問 9月18日(水)までに、申込書(都立府中けやきの森学園ホームページからダウンロード可)を、ファクスで都立府中けやきの森学園 ☎042(367)2511、☎042(369)8476へ。

■音訳ボランティア講習会
 日 9月26日(木)・27日(金)午前10時~正午
 所 問 防災センター3階会議室 対 両日とも参加できる方 定 先着10人 内 視覚障がい者の情報ツールである「デージー」や音訳について、デージー版CDの制作 師 福田みどりさん(NPO法人DAISY TOKYO)
 問 9月20日(金)までに、高齢障がい課障がい者支援係へ。

の交流など

以下は広告枠です

45年の実績 調布でお見合いパーティー

参加費: 3,800円 開催: AM10:00~12:00 会場: 調布
 その他費用なし

9/29(日) 女性43才~59才
 10/20(日) 女性58才~74才
 11/10(日) 女性28才~44才
 12/01(日) 女性43才~59才
 ※男性は相応(+3才迄)の方

一緒に話しましょう!

親御様の無料結婚相談会(毎週水曜日)

042-484-8888 TTネット交流会 担当/高橋
 (夕 080-3449-7270) 経済産業大臣認定 サポート協会 加盟番号080-7008

セミナー

音訳ボランティア講習会

日 9月26日(木)・27日(金)午前10時~正午
 所 問 防災センター3階会議室 対 両日とも参加できる方 定 先着10人 内 視覚障がい者の情報ツールである「デージー」や音訳について、デージー版CDの制作 師 福田みどりさん(NPO法人DAISY TOKYO)
 問 9月20日(金)までに、高齢障がい課障がい者支援係へ。

学童保育所午前開放事業 「あそびの広場」

市内3カ所の学童保育所では、火・水・金曜日(学校休業日を除く)の午前中、施設を遊び場として乳幼児に開放している他、保育士等による子育て相談を実施しています。

時 午前10時～正午

■9月のイベント

▽10日(火) おはなし

▽24日(火) イベント(傘袋遊び)

▽27日(金) すくすく測定

☎松原学童保育所 ☎(3489) 9380、東野川学童保育所 ☎(3480) 8709、駒井学童保育所 ☎(3489) 2877

9月のプレーパーク (冒険遊び場)

☑毎週月・火・水曜日および、1日(日)・7日(土)・15日(日)・21日(土)・29日(日)

時 午前10時～午後5時

※実施時間以外は、通常の公園として利用できます。

所 西河原公園内

持 着替え、履き替え靴、タオル、飲み物など

※濡れても汚れてもよい服装でお越しください。

■乳幼児親子向け企画「ちょこま『絵の具であそぼう!』」

☑9月17日(火)午前10時30分～正午(雨天翌日延期)

※材料が無くなり次第終了

☑大きな布にお絵描きしたり、色水などが自由に作れます。

☎粕江プレーパーク ☎050(3707)2435(開催日午前10時～午後5時)

消費生活センターから (142)

◆《はがきだけでなく、封書でも届く架空請求に注意!》◆

◆相談事例

昨日封筒の表に「重要」と書かれた封書が届きました。が、差出人の記載はありませんでした。不審に思い開封したところ、「訴訟〇〇センター」という所から「民事訴訟最終通達書」と題して、「契約不履行による訴状が提出された。このまま連絡なき場合、預金や不動産等の差し押さえが強制的に執行される場合がある」と書いてありました。「訴訟取り下げ最終期日」は明日の日付で、取り下げ等の問い合わせは本人から連絡す

るようにと書いてあります。身に覚えがないのですが、どうしたら良いでしょうか。

◆アドバイス

数年前から同様の相談が多数寄せられています。これは身に覚えのない金銭の支払いを請求する架空請求の手口です。相手方は事例以外に、「法務省〇〇」、「地方裁判所〇〇」等、国の省庁や民事訴訟等に関係すると思わせる名称をかたり、不特定多数の人にはがきや封書を送ってきます。正式な裁判所からの訴状が郵便受けに投函されることや、は

がきで送られることはありません。訴状は「特別送達」という特別の郵便で、原則的に郵便配達員が名宛人に手渡し、受け取りの署名や押印が求められます。相手方から届いた書面に不安を感じた消費者が連絡すると、弁護士費用や供託金等の名目で金銭を支払うように要求されます。相談者には架空請求の手口を情報提供し、絶対に相手に連絡せず無視するように助言しました。同様のはがきや封書は同じ人に何度も届くケースが確認されています。十分注意しましょう。心配なことがあれば、消費生活センターへ。

縦に裂いたもの、筆記用具、裁縫道具、はさみ、糸※布は必ず古布を持参してください(¥200円(材料代))
所 粕江9月2日(月)から、清掃課(ピン・缶リサイクルセンター)へ。
■市民活動団体向け「助成金」勉強会
▽第1回「助成金ってなに?」
☑9月28日(土)粕江谷口陽香さん(東京ボランティア・市民活動センター)、助成金活用実績のある団体▽第2回「魅力を伝えるプレゼンテーション」
☑10月19日(土)粕江安藤雄太さん(東京ボランティア・市民活動センター)▽第3回「助成事業の成果の見せ方」
☑11月9日(土)粕江藤麻理子さん(日本ボランティアコーディネーター協会)
各回 午後1時30分～4時30分
分 粕江市民活動団体定先着15人(1団体2人まで) ¥500円(資料代)
申 問 各回の1週間前までに、窓口・電話または info@nacko-neo.org でこまえくぼ1234 ☎(5761)5556へ。
■第18回楽しく身につく市民健康講座「これって認知症?私はどうなる?家族はどうする?」
☑9月28日(土)午後2時30分から(2時開場) 所 エコルマホール 展示・多目的室(予約不要) 師 河合幸人さん(デザイナーズつむぎ粕江管理者)
☎粕江市薬剤師会 ☎(5497)2501

2501
■慈恵医大・國學院・帝京科学3研究室共同事業小児健康サポート検討会「第2回親子で参加!子ども健康教室・運動遊びで生活習慣について考えよう」
☑10月6日(日)午前10時30分～午後0時30分(要予約) 所 東京慈恵会医科大学国領キャンパス看護学科大講堂 粕江小学校1年生、中学校3年生の親子 ☑小児科医、臨床心理士、健康運動指導士への健康相談も可 師 宮田市郎さん(東京慈恵会医科大学小児科医)、川田裕樹さん(國學院大学准教授)、他
持 動きやすい服装、運動靴、飲み物、フェイスタオル、筆記用具
申 問 10月4日(金)までに、二次元バーコードから親子で参加!子ども健康教室事務局 ☎0120(446)870(前日・当日の問い合わせは東京慈恵会医科大学附属第三病院小児科 ☎(3480)1151)へ。
■BLUE多摩川アウトドアフィットネスクラブ無料講座「ラッセル」
☑9月19日(木)午前9時～10時15分 粕江市内在住・在学・在勤の18歳以上の方 定先着5人
申 問 BLUE多摩川アウトドアフィットネスクラブ ☎(3430)3117へ。
■東京都子育て支援員研修(第2期)
☑粕江内在住・在勤の方で、今後子育て支援員として就業する意

欲のある方等 粕江地域子育てコース、放課後児童コース※詳細は募集要項(子育て支援課窓口で配布)または株式会社東京リーガルマインドホームページをご覧ください。
申 問 9月2日(月)から18日(水)(必着)までに、申込書を郵送(書留)で株式会社東京リーガルマインド ☎(5913)6225へ。
◎西河原公民館 ☎(3480)3201
■西河原おはなし会 ☑9月5日(木) 絵本、切り紙▽12日(木) 紙芝居、お話、折り紙▽19日(木) 絵本、工作▽26日(木) 絵本、お話、工作 時 午後3時45分から
■西河原映画会「僕のワンダフル・ライフ」(監督:ラッセ・ハルstrom、出演:デニス・クエイド、ペギー・リプトン、ブリット・ロバートソン、他)
☑9月14日(土)時 午前10時～午後2時の2回上映(上映時間98分)
■女性セミナー「美以四季・秋の部」食と身体と内面美容」
☑9月20日(金)午後2時～4時 粕江市内在住・在勤の成人女性 定先着30人 ☑東洋思想による季節と食の向き合い方を学びます 師 高橋公子さん(食養指導研究会講師) ☑9月2日(月)午前9時から
◎中央公民館 ☎(3488)4411
■成人学習事業「市民セミナー」
「住んで良かった粕江」にしよう ☑9月28日(土)

粕江の「地区」とその特性を生かした市民のつながり▽11月30日(土) 緑が増えるまちをどう作る? 時 午前10時～正午 粕江内在住・在学・在勤の方 定各回先着20人 師 永山利和さん(元日本大学商学部教授) ☑9月1日(日)午前9時から
■こまえ市民大学「2020を目標に掲げたインバウンド」
☑9月28日(土)午後2時～4時 定先着50人 ☑訪日外国人の動向をテーマに分かりやすく解説します 師 広瀬正彦さん(元日本政府観光局) ¥200円(受講料) ☑9月1日(日)午前9時から
◎中央図書館 ☎(3488)4414
■子どもおはなし会 ☑9月の毎週水曜日 時 午後3時30分～4時 師 4歳以上の子ども
■親子で楽しむおはなし会 ☑9月12日(木)・26日(木) 時 午前10時30分～11時 師 1歳の子どもと保護者 午前10時30分～11時 師 2歳の子どもと保護者 午前11時～12時 師 2歳の子どもと保護者
☑9月21日(土)午前10時40分～11時 師 2歳の子どもと保護者
■秋の特別おはなし会「不思議の世界・魔法の時間」
☑10月20日(日) 時 午前10時～11時 師 4歳～小学校中学年の子ども 午後2時～2時30分 師 大人の部 午後3時～4時30分 所 中央公民館 定 各部先着50人 師 全日本語リネットワーク会員
☑9月4日(水) 午前10時から

9月の古民家園

■古民家園で遊ぼう

日5日(木)・21日(土)
 時午前10時～11時30分(雨天実施、出入り自由)

対子どもとその家族(原則親子同伴)

内子育て中の親子が屋内や園庭で楽しく遊び交流できます。

※子育ての専門スタッフが交流のお手伝いをします(授乳とおむつ交換の場所あり)。

スタッフ長谷川まゆみさん、大畑恵美子さん、田村泉さん(サポート狛江)、他

■お月見団子を作ろう

日7日(土)午前10時～正午
 対小学校3～6年生

定先着10人(要予約)

内かまどを使ってお団子を作り、手作りの三方に載せて月見飾りを作ります。作った月見飾りは持ち帰れます。

※保護者の方も一緒に体験できます。

持エプロン、三角巾、タオル、飲み物

※汚れてもよい服装でお越しください。

■藍の生葉でスカーフを染めよう

日8日(日)午前10時～正午
 対中学生以上の方

定先着10人(要予約)

内古民家園の畑で育てた藍を使ってスカーフを染めます。

師あいの会

持エプロン、タオル、飲み物、

帽子
 ※汚れてもよい服装でお越しください。

¥1,000円(材料代)

■中秋の名月を楽しもう

日13日(金)午後4時30分～7時30分(雨天中止)

内十五夜の夜に古民家の縁側に腰を掛けて、秋の味覚を楽しみながら中秋の名月を鑑賞しましょう。

※当日は開園時間を延長し、蒸かしたサツマイモを配布します(配布は午後5時30分ごろから。無くなり次第終了)。

■昔あそび体験

日28日(土)午後1時～4時(雨天実施、出入り自由)

内お手玉や折り紙など、昔ながらの遊びが体験できます。

師たま川お手玉の会

■年中行事「十五夜」

日11日(水)～13日(金)

内十五夜にあわせて、15個の団子とスキヤキや秋の収穫物を縁側に飾ります。

申問むいから民家園 ☎(3489)8981(月曜日休園※16日(祝)・23日(祝)は開園、17日(火)・24日(火)は休園)へ。



「よりあっこ」参加者募集

～第二のふるさと新潟県長岡市川口地域の大自然と食を楽しむ～

「よりあっこ」とは新潟県長岡市川口地域で昔から行われていた交流行事です。かねてから交流が続いている越後川口の風土や文化、歴史に触れてみませんか。

日10月19日(土)～20日(日)(1泊2日)

対市内在住の20歳以上の方

定各コース先着10人

内次の4つのコースの中から一つを選択

- ▽郷土料理教室
- ▽そば打ち体験
- ▽陶芸体験

▽トレッキング(山歩き用の靴持参)
 ※夜に川口地域の方と「よりあっこ」(交流会)も行います。また、2日目にはえちご川口秋まつりを観光します。

¥1万3,000円(宿泊費・食費・プログラム参加費)

申問9月2日(月)から18日(水)までに、コースの第1・第2希望をよりあっこ実行委員会事務局(地域活性課コミュニティ文化係)へ。

川口地域と交流しませんか

「音楽の街-狛江」イベントコーナー

■かわせみコンサート

▽第229回
 日9月14日(土)
 出演B.L.T.Jr Jazz Orchestra(ビッグバンド)

▽第230回
 日9月29日(日)
 出演タロニラ オリ タヒチ チーム(タヒチアングダンス)、成城クレイジーベンチャーズ
 各回時午後2時～4時(1時30分開場)

所谷戸橋地区センター
 問地域活性課コミュニティ文化係

B.L.T. Jr Jazz Orchestra

タロニラ オリ タヒチ チーム

成城クレイジーベンチャーズ

「狛江水辺の楽校」9月行事予定

～アレチウリ駆除月間～

■アレチウリ手摘み活動

▽ヤンマ池
 日1日(日)
 師門脇昭生さん(狛江第一小学校保護者)

▽オタマ池
 日8日(日)
 師増川邦弘さん(狛江第一小学校保護者)

▽カワセミ水路
 日15日(日)
 師池田のりこさん(狛江第六小学校保護者)

▽シジミ川
 日22日(日)
 師大津伴絵さん(市民ボランティア)

▽ドングリ村
 日29日(日)
 師石田誠さん(市民ボランティア)
 各日時午前10時～正午
 ※クルミ村集合(雨天中止)
 持軍手、タオル、のこぎり、鎌、水筒など
 問竹本 ☎090(3525)8506

相談名	開催日・時間	相談員	申し込み等
法律相談	毎週月・木曜日 午前9時～正午	弁護士	事前予約制(相談日の1週間前から秘書広報室で受け付け)
人権身の上相談	19日(木) 午後1時～4時	人権擁護委員	
行政相談	20日(金) 午後1時～4時	行政相談委員	
交通事故相談	17日(火) 午前9時30分～正午	弁護士	
土地家屋調査測量表示登記相談	26日(木) 午後1時～4時	土地家屋調査士	
不動産取引相談	10日(火) 午後1時～4時	宅地建物取引業協会	
相続相談	3日(火)・17日(火) 午後1時～4時 夜間相談 10日(火) 午後6時～8時	行政書士会調布支部	事前予約制(2日(月)から秘書広報室で受け付け。空きがあれば当日も受け付けます)
カウンセリング・心の相談	4日(水)・18日(水) 午前9時～正午	カウンセラー	※夜間相談は相談当日の午後4時まで受け付け。
女性のためのカウンセリング	11日(水)・25日(水) 午前9時～正午	カウンセラー	※通訳を希望する方はご相談ください。
登記相談	9日(月) 午後1時～4時	司法書士会調布支部	
労働相談	20日(金) 午前9時～正午	社会保険労務士会武蔵野支部	
税務相談	12日(木) 午後1時～4時 ※会場は東京税理士会武蔵府中支部 毎週木曜日 午前10時～正午 午後1時～4時	東京税理士会武蔵府中支部	事前予約制 ☎042(488)5550

9月の市民相談

相談名	開催日・時間	相談員	申し込み等
消費生活相談	月～金曜日 午前9時～正午 午後1時～4時	消費生活相談員	地域活性課へ(午後3時まで受け付け)
更生保護相談	24日(火) 午前10時～正午 午後1時～3時	保護司	第1市民相談室へ
手話通訳相談	毎週水曜日 午前9時～正午	手話通訳登録者	
介護保険相苦情相談	5日(木)・19日(木) 午後1時～4時	介護保険相苦情相談員	福祉総合相談窓口へ
生活困窮の相談	月～金曜日 午前8時30分～5時	生活困窮者自立支援相談員	福祉総合相談窓口こまYELLへ
こころの健康相談室	19日(木) 午前9時～正午	精神科医師	事前予約制(福祉相談課で受け付け)
ひとり親相談	月～金曜日 午前8時30分～正午 午後1時～5時	ひとり親家庭等専門相談員 母子・父子自立支援員	子育て支援課へ
婦人相談		婦人相談員	
教育相談	月～金曜日 午前9時30分～午後4時30分	教育相談員	狛江市教育研究所 ☎(3430)6655へ
健康相談	12日(木)・26日(木) 午前10時～正午	保健師、栄養士	直接2階フロアへ
年金相談	毎週月・水・金曜日 午前9時～正午 午後1時～4時	社会保険労務士	保険年金課へ(午後3時30分まで受け付け)
シルバー人材センター入会相談	9日(日) 午前10時～正午	狛江市シルバー人材センター ☎(3488)6735	※電話予約制