

●武蔵野市ホームページ  
http://www.city.musashino.lg.jp/  
携帯電話版は末尾に m/ を。



目次

特集 武蔵野市くらし地域応援券	1・2	
コロナ関連…2	議会・お知らせ…3	募 集…4
講 座…6	子ども…8	健 康…9
スポーツ…10	イベント…11	図書館…11
コミュニティ…12	ごみリサイクル…12	

発行 ● 武蔵野市 編集 / 総合政策部秘書広報課 〒180-8777 武蔵野市緑町2-2-28 代表電話 ☎0422-51-5131

在住市民全員に  
(令和3年1月1日時点)

コロナを乗り越えよう!

## 「武蔵野市くらし地域応援券」

申込不要

5000円分をお届けします

使用期間

2月20日(土)予定  
～3月31日(水)

- 令和3年1月1日時点で武蔵野市に住居登録のあるすべての在住市民が対象
- くらし地域応援券は商品券ではなく、割引券です。
- 2月中旬より順次、特定記録郵便でお送りします。
- お手元に届いた応援券を持って、取扱加盟店でご使用ください。



この封筒でお届けします

市民への生活支援と市内事業者支援により、市民の暮らしを支えとともに、地域の活性化を図ることを目的として行うものです。市内の取扱加盟店で使用できる500円券が10枚の合計5000円分の割引券です ▶ 問：武蔵野市くらし地域応援券事務局 ☎0570-001-603 (午前9時～午後6時、土・日曜、祝日を除く)

取扱加盟店は以下で確認できます。

- ・取扱加盟店リスト掲載のチラシ(市報2月15日号と同時に全戸配布)
- ・市公式LINEアカウント
- ・特設サイト



市公式LINEアカウント



特設サイト

使用可能店舗 「武蔵野市くらし地域応援券取扱加盟店」のステッカーの掲示のあるお店で使用できます。



新型コロナウイルス感染症が初めて検出されてから既に1年が経過し、長らく大変厳しい状況が続いていますが、皆さまと共に知恵と力を合わせて取り組んでまいりたいと存じますので、引き続きご理解ご協力をお願いいたします。

また、市では、新型コロナウイルスワクチン接種の円滑な実施を図るため、1月7日、武蔵野市新型コロナウイルスワクチン接種推進本部を設置しました。今後、ワクチン接種体制の構築に取り組んでまいります。

皆さまには、さらなるご不便をおかけいたしますが、不要不急の外出を避け、「目、鼻、口」などの粘膜へのウイルスの侵入を防ぐなどの感染防止対策を徹底していただきますようお願いいたします。

新型コロナウイルス等対策特別措置法に基づく「新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言」が東京都を含む各地域を対象に発出されました。宣言発出に伴い武蔵野市では1月8日から2月7日までの間、市の施設などの開館時間を原則午後8時までとしています。学校や、保育所などの子育て関連施設、高齢者・障害者などの福祉施設は感染防止対策を徹底しながら継続しています。市民に最も身近な基礎自治体として、市民のいのちと暮らし、経済を守り、安心と活力を取り戻すため、国や都の感染防止対策とともに、今後も市の取り組みを進めてまいります。

武蔵野市長 松下玲子

感染拡大防止の徹底をお願いいたします



人口と世帯

(令和3年1月1日現在、( )は前月比)

人口14万7643人(19人減) 世帯数7万7854世帯(42減)  
●男7万626人(1人増) ●女7万7017人(20人減)  
(うち外国人住民数3223人(4人増))

City Report Musashino is available in 10 languages.  
市報むさしのを10言語で読むことができます。



# 武蔵野市 くらし地域応援券とは？

**申込不要**

市内の取扱加盟店で使用できる 500 円券が 10 枚の合計 5000 円分の割引券です。購入金額(税込み) 1000 円以上で応援券 1 枚を使用することができます。購入金額(税込み) 2000 円以上で 2 枚使用するなど、一度に複数枚使うことも可能です。

**3月31日(水)が使用期限です**

くらし地域応援券は **A 券 4 枚** と **B 券 6 枚** が届きます

**A 券  
4 枚**



大型店(売場面積 1000㎡以上の店舗)を含め、取扱加盟店すべてで使用可能

**B 券  
6 枚**



大型店を除く取扱加盟店のみ使用可能

**4人家族の場合**

3名分 + 1名分

1つの封筒には最大で3名分の応援券が入っています。4名以上の世帯の場合、複数の封筒が届きますので、必ず中身をご確認ください。

購入金額(税込み) 1000 円以上で応援券 1 枚が使えます

●税込み 1100 円の買い物をしたとき

▶ 1 枚使用し、残り 600 円支払う。



+ 600 円

●税込み 900 円の買い物をしたとき

▶ 使用できません。



●税込み 2000 円の買い物をしたとき

▶ 2 枚使用し、残り 1000 円支払う。



+ 1000 円

### Q & A

Q 郵便が届かない場合はどうすればよいですか？

A 応援券は世帯ごとに届きます。まずは家族が受け取っていないか確認してください。届いていない場合は、市役所に返送されている可能性があります。くらし地域応援券事務局 ☎ 0570-001-603 までお電話ください。なお、返送された応援券を受け取る際は、本人確認書類を持参の上、市役所産業振興課に来庁してください。再郵送は行いません。

Q デジタル版はないのですか？

A デジタル版はなく、すべて紙の応援券です。

### 以下のものには使用できません

- ① 出資や金融商品の購入
- ② 換金性の高いもの(商品券、ビール券、図書券、切手、官製はがき、収入印紙、電子マネーのチャージ、プリペイドカードなど)
- ③ 性風俗関連特殊営業などへの支払い
- ④ 国や地方公共団体への支払い、公共料金
- ⑤ 資産性の高いもの(不動産、自動車など)
- ⑥ 応援券の発行趣旨にそぐわないもの

商工会議所では応援券取扱加盟店の募集を行っています。参加希望の事業者の方は武蔵野市くらし地域応援券事務局 ☎ 0570-001-603 までお問い合わせください。



## 引き続き、緊急事態宣言に伴う要請にご協力ください

### 市民の皆さん

- 不要不急の外出、特に午後 8 時以降の外出の自粛を徹底してください。
- 買い物や通院など、必要な外出も短時間・少人数で済ませてください。
- 手洗いの徹底・手指消毒、マスクの着用、3 密の回避、人と人との距離の確保など基本的な感染防止策を徹底してください。

### 事業者の皆さん

- 緊急事態宣言期間中は、飲食店は営業時間を午前 5 時～午後 8 時(酒類の提供は午前 11 時～午後 7 時)の間としてください。
- 飲食店以外のお店についても営業時間の短縮にご協力をお願いします。

緊急事態宣言の内容は、今後の感染の状況により変更される場合があります。  
▶ 問：安全対策課 ☎ 60-1916

### あらためて「感染リスクが高まる 5 つの場面」に注意してください

① 飲酒を伴う懇親会



② 大人数や長時間の飲食



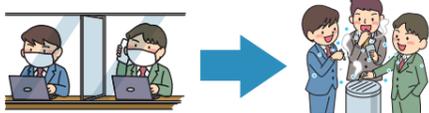
③ マスクなしでの会話



④ 狭い空間での共同生活



⑤ 居場所の切り替わり



## 新型コロナウイルス感染症が心配なとき ～まずは「かかりつけ医」に相談しましょう～

- (1) 発熱などの症状があり、「かかりつけ医」がいない場合は、次の相談窓口にご相談ください。  
東京都発熱相談センター ☎ 03-5320-4592  
24 時間対応(土・日曜、祝日含む)
- (2) 接触確認アプリ「COCOA」で通知を受けた方は、アプリ内で電話番号をお知らせします。

症状が無くても不安な方は、次の相談窓口にご相談ください。

新型コロナコールセンター ☎ 0570-550571  
午前 9 時～午後 10 時(土・日曜、祝日含む)

事業者支援「ほっとらいん」  
の開設期間を延長します ☎ 60-1969

市独自支援策の案内に加え、国や東京都が実施している支援制度についても適切な窓口案内するコールセンター。相談内容に応じて、中小企業診断士などによる相談窓口(予約制)を開設しています。

▶ 期間：3月31日(水)まで(平日午前 9 時～午後 5 時)

最新の情報(各施設の開館時間含む)は、各主催者にお問い合わせいただくか、市HPで確認してください。

## お知らせ

### コンビニ交付サービス・証明書自動交付機を停止します

システムメンテナンスのため。  
 ▶日時：2月16日(火)午後5時30分～17日(水)午前8時30分▶問：市民課 ☎ 60-1839

### 【むさしの創業支援コーナー】創業個別相談の拡充

創業前・後の経営、財務、人材育成、販路開拓などの課題を相談できます。詳細は市HP参照。  
 ▶日程：第2・4月曜▶場所：産業振興課▶対象：創業希望者、創業後5年未満の方▶講師：多摩信用金庫創業アドバイザー▶費用：無料▶申込・問：産業振興課 ☎ 60-1832

### 意見募集 提出意見は原則公開します



●市都市計画マスタープラン2021(原案)の縦覧と意見書の提出  
 都市計画の基本方針であるとともに、市民、事業者などと市が共有するまちづくりのビジョンです▶問：まちづくり推進課 ☎ 60-1870  
 ・縦覧▶日程：2月5日(金)～3月5日(金)▶場所：まちづくり推進課、各市政センター・図書館・コミセン  
 ・意見書の提出▶提出方法：2月5日(金)～3月5日(金・必着)に郵送・ファクス・Eメール(氏名、住所、電話番号を明記)または直接〒180-8777 まちづくり推進課 FAX51-9250、sec-machidukuri@city.musashino.lg.jpへ。  
 ・オープンハウスを開催します▶日時：2月20日(土)・21日(日)午前10時～午後4時▶場所：アトレ吉祥寺ゆらぎの広場▶申込：不要

●文化施設の在り方検討委員会 中間のまとめ  
 文化振興基本方針に基づく施設のレビューと当面の文化施設の活用、将来的な施設の在り方について検討しています。  
 ▶提出方法：2月15日(月・必着)までに郵送・ファクス・Eメール(氏名、住所、電話番号を明記)で〒180-8777 市民活動推進課 FAX51-2000、sec-katsudou@city.musashino.lg.jpへ▶閲覧：市民活動推進課、市政資料コーナー、各市政センター・図書館・コミセン、市内文化施設。市HPに掲載▶問：市民活動推進課 ☎ 60-1831

## 市議会からのお知らせ

右記の日程で、定例会閉会中の委員会を開催します。令和3年第1回定例会は、2月24日(水)開会予定です。今定例会で審議する請願・陳情の提出期限は、2月17日(水)です。所定の用紙(議会事務局で配布、市議会HP <http://www.city.musashino.lg.jp/shigikai/> から印刷可)での提出が必要です。また、傍聴については同事務局にお問い合わせください。  
 ▶問：議会事務局議事係 ☎ 60-1883

■期日・内容 開会時間(予定):午前10時 ☆は午後2時

期日	会議名
2/1(月)	総務委員会
2/2(火)	文教委員会
2/3(水)	厚生委員会
2/4(木)	建設委員会
2/9(火)	外環道路特別委員会
2/18(木)	議会運営委員会☆

### 市関連施設

吉祥寺市政センター  
 〒180-0004 吉祥寺本町 1-10-7 商工会館2階 ☎ 22-1821  
 中央政センター  
 〒180-0006 中町 1-2-8 ☎ 56-3800  
 武蔵境市政センター  
 〒180-0022 境 1-1-7 QuOla2 階 ☎ 53-2200

商工会館 〒180-0004 吉祥寺本町 1-10-7  
 観光機構(1階)/吉祥寺まちづくり事務所(2階)/消費生活センター(3階)  
 市民社協・ボランティアセンター武蔵野/福祉公社/地域包括ケア人材育成センター  
 〒180-0001 吉祥寺北町 1-9-1  
 障害者総合センター 〒180-0001 吉祥寺北町 4-11-16  
 総合体育館 〒180-0001 吉祥寺北町 5-11-20  
 野外活動センター・市体育協会(3階)

シルバー人材センター 〒180-0006 中町 3-5-16  
 高齢者総合センター 〒180-0012 緑町 2-4-1  
 みどりのこども館 〒180-0012 緑町 2-6-8  
 むさしのエコreゾート 〒180-0012 緑町 3-1-5  
 障害者福祉センター 〒180-0011 八幡町 4-28-13  
 国際交流協会(MIA) 〒180-0022 境 2-14-1スイング9階  
 市民会館/男女平等推進センター 〒180-0022 境 2-3-7  
 ふるさと歴史館 〒180-0022 境 5-15-5  
 武蔵野プレイス 〒180-0023 境南町 2-3-18

### 秘書広報課からのお知らせ ▶問：秘書広報課 ☎ 60-1804

市報は月2回「市報むさしの」は全戸配布のほか、市の施設、JR3駅などに置いてあります。視覚障害の方のために、音声版「声の市報」も作成しています。

むさしの ケーブルテレビ(11ch)  
 シティニュース ●毎日/9:30、12:00、20:30、23:00

マイシティ むさしの-FM(78.2MHz)  
 むさしの ●月～金曜/9:30、12:15、13:30、16:45、18:30、21:30 ●土曜/9:30、11:45、12:45、15:30、16:45、18:30 ●日曜/9:30、11:45

市政情報を発信しています

LINE: ホーム画面から「武蔵野市」・「@musashinocity」を検索  
 ツイッター: [https://twitter.com/musashino\\_hope](https://twitter.com/musashino_hope)  
 フェイスブック: <https://www.facebook.com/musashinocity>



むさしの防災・安全メール

台風・地震などの災害・防災情報、事件・不審者・環境などの安全情報ほか/配信不定期/利用方法: パソコンや携帯電話などから登録ページにアクセス。  
<http://mobile.city.musashino.lg.jp/index.cgi?page=4>



### 第13回 市民と市長のふれあいトーク

日時 2月27日(土)午後1時30分～3時30分  
 場所 吉祥寺西コミセンプレイルルーム  
 定員 35名(超えた場合抽選)  
 テーマ 第1部「高齢者・子育て世代の安心のまちづくりについて」  
 第2部「その他市政全般について」



市民と市長が、地域の課題などについて対話する会です。皆さんの意見に沿って話し合います。

▶共催：吉祥寺西コミュニティ協議会▶申込・問：2月10日までに申込書(各コミセン、市内公共施設で配布)を郵送・ファクス・電話または直接〒180-8777 市民活動推進課 ☎ 60-1829、FAX51-2000へ。

### 令和3年度「ちょこっと共済」加入申込開始



Aコース…年額1000円の会費で最高300万円の見舞金、Bコース…年額500円の会費で最高150万円の見舞金。  
 ▶共済期間：4月1日～令和4年3月31日▶対象：4月1日現在市内に住居登録のある方▶そのほか：詳細は全戸配布するパンフレットまたはちょこっと共

済HPを参照▶申込：2月1日から交通企画課、各市政センター(夜間窓口を除く)、市内金融機関(一部を除く)へ。同HPから申込可▶問：交通企画課 ☎ 60-1859



第一中学校改築基本計画、第五中学校改築基本計画を策定しました  
 改築事業において基本設計の基となる同計画を策定しました▶配布：下表参照、市HPに掲載▶問：教育企画課 ☎ 60-1972

第一中	教育企画課、市政資料コーナー、御殿山・吉祥寺西・中央コミセン
第五中	教育企画課、市政資料コーナー、西久保コミセン

### 会議などの開催と傍聴

※いずれの会議も傍聴できます。体調不良や熱のある方の入室をお断りすることがあります。

会議名	日時	会場	傍聴・議題など	申込・問
第11期環境市民会議	2月5日(金)午後3時～5時	市役所 対策本部室	5名程度(先着順)/次期環境基本計画に対する意見交換など	申込不要 環境政策課 ☎60-1841
男女平等推進審議会	2月8日(月)午後6時30分	市民会館 集会室	5名程度(先着順)/パートナーシップ制度導入検討についてほか	申込不要 男女平等推進センター ☎37-3410
市民活動推進委員会	2月15日(月)午後2時	市役所 412会議室	5名程度(先着順)	申込不要 市民活動推進課 ☎60-1830
子ども読書活動推進計画策定委員会	2月15日(月)午後5時30分	中央図書館 視聴覚ホール	5名(先着順)	申込不要 中央図書館 ☎51-5145

緊急事態宣言が発出されました。不要不急の外出を控え、感染防止策の徹底などを継続してください。

男女平等推進審議会の委員募集

男女平等推進計画の実施状況の評価や男女平等の推進について審議する委員会。

任期：4月1日～令和5年3月31日 対象：市内在住・在勤・在学で2月1日現在20歳以上の方... 報酬：月額1万2000円

も明記。作文を添付)または直接男女平等推進センターへ。結果は3月に通知。

消費生活相談の来所相談の予約制を試行します

新型コロナウイルス感染拡大防止のため基本電話相談ですが、2月1日から来所相談を予約制で試行します

善意の寄付ありがとうございます

藤村女子高等学校生徒会：金3万円。新型コロナウイルス感染症対策のため

武蔵野市特産うどの予約販売



市内農業者が生産する「東京うどん」。ぜひご賞味ください。

日時：2月1日(月)～15日(月)・16日(火)以降順次発送 場所：JA東京むさし武蔵野支店

新築記念樹のプレゼント

市内に住宅を建築する(した)方へ建築計画に合わせて新築記念樹の苗木を差し上げます。

樹種：ハナミズキ、シマトネリコなど 申込・問：3月中旬の配付は、2月20日(必着)までに

1万6300円～ 公開抽選：3月17日(水)市役所413会議室 申込書配布：2月15日(月)～24日(水)

不老体操に参加しませんか

高齢者向けの体操(不老体操)と入浴(浴場のみ)を実施します。

日時：4月～令和4年3月 対象：市内在住で60歳以上の方 講師：生活体操研究会

税の申告受付期間について

個人住民税 問：市民税課 60-1823

新型コロナウイルス感染防止のため、原則郵送でご提出ください。

郵送先：〒180-8777 武蔵野市役所市民税課 個人住民税の申告が必要と思われる方へ

期間：2月16日(火)～3月15日(月)

確定申告の作成補助や相談は税務署へ。確定申告をする場合は、原則個人住民税の申告は不要です。

所得税など 問：武蔵野税務署 53-1311

Table with 2 columns: 所得税等申告書作成会場, 2月1日(月)～3月15日(月) (土・日曜、祝日を除く)

※2月1日(月)～3月15日(月)は駐車場利用不可。混雑回避のために「入場整理券」を配付します。

詳細は市報1月15日号6・7頁参照

募集

都営住宅シルバーピア 入居者募集(市民限定)

八幡町四丁目(八幡町4-18)(30㎡)・緑町二丁目第三(緑町2-6)(32㎡)、各1戸・1人向1DK。

資格：申込者本人が65歳以上で市内に3年以上居住、合計所得が所得基準以内ほか

Table with 2 columns: 曜日, 場所. Lists various locations for activities like 弁天湯, 緑町パークタウン集会所, etc.

各午後2時から(★は午後1時30分から)。各浴場は午後2時30分から。応募者数によっては時間をずらして入替制

2月の相談ごと(無料)

指定外土・日曜、祝日、休館日休み。予約制

Table of consultation services for general, elderly, and women. Includes categories like 一般, 高齢者, 女性 and services like 一般相談, 法律相談, etc.

Table of consultation services for children, disabled, and health. Includes categories like 子ども, 障害者, 健康 and services like 教育相談, 法律相談, etc.

申込要領

記事に「申込要領参照」とある場合の記入事項 ①行事名(コース) ②住所 ③氏名(ふりがな) ④電話番号 ⑤そのほかの必要事項(記事に明示)

最新の情報(各施設の開館時間含む)は、各主催者にお問い合わせいただくか、市HPで確認してください。

都営住宅 入居者募集

ポイント方式による家族向、抽選方式による単身者向・単身者用車いす使用者向・シルバーピア。詳細は応募案内参照。

資格：申込者本人が都内に引き続き3年以上居住していること
申込：2月1日～9日に市役所案内・住宅対策課、各市政センター・図書館、都庁、東京都住宅供給公社募集センターほかで配布する応募案内参照。
https://www.to-kousya.or.jp/ から印刷可
問：東京都住宅供給公社募集センター ☎ 03-3498-8894、住宅対策課 ☎ 60-1905

市民講座「お菓子教室」参加者募集

野菜たっぷり、米粉の「ケーキサレ」。グルテンフリー、卵・乳製品不使用で作ります。
日時：2月27日(土) 午前10時～正午
場所：市民会館料理室

市民農園(北町・関前ふれあい・関前第2・境南) 使用者を募集

4カ所 399区画を募集します
申込・問：2月8日午後5時までに電子申請、同意書兼申込用紙(市HPから印刷可)をファクスまたは本人が直接産業振興課 ☎ 60-1833、FAX51-9408へ。

Table with 5 columns: 市民農園名(所在地), 区画数(1区画面積), 募集数, 管理協力員, 使用料(各年度)

Table with 2 columns: 使用期間, 応募条件, 選考方法, 結果通知

「農業体験教室」講習生を募集

農業の指導員の下、講座・実習を通して良質な旬の野菜を育て、農業体験ができます。カリキュラムに沿った野菜作り(自由栽培不可)。
【共通】 日時：講習日以外は適宜各自で作業
対象：市内在住で農業体験教室へ参加できる世帯で、受講のほか自分の畑を管理できる方、初心者歓迎。1世帯1区画(超えた場合抽選)。
※既に受講した世帯も申込可
そのほか：申込無効…同一世帯で複数コース・区画・公園の申込、他人名義での申込、事実と違う申込、申込期限経過後の申込。使用取消…長期間の耕作放棄、教室への不参加、著しく管理が悪い、係員の指示に従わない、使用料の未納。
抽選結果は3月1日までに文書を発送
問：緑のまち推進課 ☎ 60-1863

Table with 3 columns: 公園名, 内容, 日時・コース, 費用, 申込

対象：市内在住・在勤・在学の方、10名(超えた場合初参加者優先抽選)
講師：小川陽子(吉祥寺のパン教室ラトリエ・ソランナ主宰)
費用：1000円(材料費、当日払い)
持ち物：マスク、エプロンなど
申込・問：2月15日(必着)までに往復ハガキ(申込要領参照)または返信用ハガキを持って直接市民会館 ☎ 51-9144へ。専用フォームから申込可。



市民会館 4月分使用申込

仮申請が重なった場合、利用団体などによる公開抽選。空き室は使用当日まで申し込み可。
日時：仮申請…2月1日(月)～15日(月)、公開抽選…2月16日(火)午後1時30分、本申請2月20日(土)～28日(日)午前9時～午後8時
申込・問：市民会館 ☎ 51-9144

市の会計年度任用職員の募集

特に記載のないものは4月1日～令和4年3月31日(条件付採用期間あり・勤務成績が良好な場合、再度任用される可能性あり)、社会保険・雇用保険・共済会(互助会)加入あり/期期末手当あり/交通費あり(上限あり)/PCパソコン

Table with 4 columns: 所属・職種・人数, 業務・応募資格, 勤務・報酬など, 選考

関係団体の職員などの募集

特に記載のないものは令和4年3月31日まで(試用期間なし。再度任用される場合あり。正規職員を除く)、社会保険・雇用保険加入あり/期期末手当あり/交通費あり

Table with 4 columns: 所属・職種・人数, 業務・応募資格, 勤務・報酬など, 選考

ン(ワード、エクセル)操作のできる方/普免要普通自動車免許/面接の詳細は事前に通知(届かない場合要連絡)、提出書類の返却不可、結果は合否に関わらず通知/地方公務員法第16条に規定する欠格条項に該当する方は受験できません

(上限あり)/PCパソコン(ワード、エクセル)操作のできる方/普免要普通自動車免許/面接の詳細は事前に通知(届かない場合要連絡)、提出書類の返却不可、結果は合否に関わらず通知

●申込先の市内施設の住所は、3頁、12頁、見出し部分をご覧ください(市役所内の課へは〒180-8777で届きます。住所不要) ●市外局番「0422」は省略 ●HP=ホームページ ●講師の方などの敬称略 ●受け付け開始日について表記のないものは発行日1日・15日各施設の開館時間より受け付けます

緊急事態宣言が発出されました。不要不急の外出を控え、感染防止策の徹底などを継続してください。

令和3年度大学正規科目履修登録の受け付け開始



亜細亜・成蹊・日本獣医生命科学・武蔵野の四大学では、武蔵野地域自由大学学生に、文系・理系問わず一般学生が受講する正規科目の一部を開放しています。受け付けは年1回。事前に自由大学に入学するとスムーズに申し込みできます。

日時：2月26日(金)～3月1日(月) 午前10時～午後5時(正午～午後1時を除く) 場所：武蔵野プレイスフォーラム 対象：自由大学学生 費用：各大学共通で1科目につき通年科目は3万円、半期科目は1万5000円 必要書類：①自由大学学生証(同時入学の方は不要) ②健康診断書(令和2年2月1日以降に受診した胸部レントゲン検査結果と医師の総合所見のあるもの。コピー可[事務局でのコピー不可]) ③証明写真(縦4cm×横3cm[亜細亜大学は縦3cm×横2.4cm]、6カ月以内に撮影した背景1色・脱帽・正面から撮ったもの。スナップ写真・コピー不可) ※②③は希望する大学分の枚数必要、ただし②は亜細亜大学のみ不要 そのほか：聴講科目数に制限あり。シラバス閲覧…2月23日(火・祝)・25日(木)は同館スペースD・E、受け付け期間中は同館スペース。詳細は自由大学通信または同大学 http://www.jiyu-musashino.org/ 参照 申込・問：事前に電話で予約の上、直接武蔵野プレイス自由大学事務局 ☎ 30-1904 へ。シラバス閲覧のみは予約不要。



講座・講習

怒りやイライラの感情と上手に付き合う方法

障害のある方を支える上で求められるアンガーマネジメント。

日時：3月2日(火) 午後6時～8時 場所：オンライン(Zoom) 定員：50名(申込順) 講師：三好良子(人材育成コンサルタント) 費用：無料 申込：電子申請でびーとへ 問：びーと ☎ 54-5171、障害者福祉課 ☎ 60-1847 へ。



引きこもりサポート事業「それいゆ」家族セミナー

私たちの活動報告。 日時：2月20日(土) 午後2時～4時 場所：総合体育館大会議室 対象：不登校・引きこ

もりなどの悩みをもつ家族など、40名(申込順) 講師：文化学習協同ネットワークむさしの・みたか事業部スタッフ 費用：無料 主催：武蔵野市 申込・問：文化学習協同ネットワーク ☎ 24-6491

介護保険住宅改修施工業者研修会を開催します

介護保険制度を利用した住宅改修の事業者向け研修動画を公開します。 日時：2月15日(月)まで 場所：オンライン(YouTube 限定公開) 対象：住宅改修施工業者 費用：無料 そのほか：同研修に参加した事業者は希望により「研修会参加事業者リスト」に掲載、受領委任払い協定 申込・問：2月10日(必着)までにハガキ・ファクス(申込要領参照し、事業者名・所在地・電話番号も明記)で ☎ 180-8777 高齢者支援課 ☎ 60-1845、FAX51-9218 へ。

認知症サポーター 養成講座

認知症の基本的な知識、市の現状など。受講者にはサポーターの証であるオレンジリングを贈呈。

日時：2月25日(木) 午後2時～3時30分 場所：武蔵野プレイススペースC 対象：市内在住・在勤・在学の方、15名(申込順) 講師：桜堤ケアハウス在宅介護・地域包括支援センター 費用：無料 申込・問：高齢者支援課 ☎ 60-1846

精神障害者ホームヘルパー等 支援者研修

精神障害者支援の基礎知識「大人の発達障害」。

日時：①2月17日(水) 午前10時～午後3時(開場9時30分) ②3月1日(月)～14日(日) 場所：①総合体育館②オンライン(YouTube) 対象：市内事業所や市民の支援を実施している事業所所属のホームヘルパー・ケアマネジャー、①10名(申込順) 講師：精神科医、訪問看護師、福祉教員専門学校講師など 費用：無料 主催：武蔵野市 申込・問：①2月15日までに電話またはファクス(募集要項参照) ②2月26日までにEメール(募集要項参照)でライフサポート MEW ☎ 36-3830、FAX36-3700、helper.kenshu.mew@gmail.com へ。

武蔵野どうぶつセミナー(犬の躾け方教室) オンライン配信

犬の習性に基づいたしつけ方などについてドッグトレーナーが実演・解説。

日時：2月1日(月)～3月15日(月)(予定) 場所：オンライン(YouTube 限定公開) 講師：藤井聡(ドッグトレーナー) 費用：無料 主催：武蔵野市、東京都獣医師会武蔵野三鷹支部 そのほか：視聴用URLなどをEメールで返信 申込・問：2月1日～15日にEメールまたは直接環境政

策課 ☎ 60-1842、sec-kankyou@city.musashino.lg.jp へ。

市民セミナー「ピア まちをつなぐもの」オンライン上映

在宅医療と介護に関わるさまざまなテーマを分かりやすく取り入れた映画です。

日時：2月19日(金)～25日(木) 場所：オンライン 対象：市内在住・在勤の方、100名(申込順) そのほか：2月19日に視聴用URLとパスワードを返信 申込・問：2月12日までにEメール(申込要領参照し、年齢も明記)で地域支援課 ☎ 60-1941、sec-chiiki@city.musashino.lg.jp へ。



むさしの発見隊「武蔵野動物観察隊2 だれの足あと?どんな足?」



タヌキ剥製(日本獣医生命科学大学付属ワイルドライフ・ミュージアム蔵)

野生動物の写真や剥製を見ながら、足跡の見分け方を学びます。

日時：3月6日(土) 午前10時～正午、午後2時～4時 場所：ふるさと歴史館、※オンライン(Zoom)開催の可能性あり 対象：市内在住・在学の小学1～3年生、午前・午後各8名(保護者1名の同伴が必要) 講師：石井奈穂美・廣瀬光子(日本獣医生命科学大学付属ワイルドライフ・ミュージアム) 費用：無料 持ち物：筆記用具 申込・問：2月22日(必着)までに往復ハガキ・専用フォーム(申込要領参照し、学校名・学年、希望の部、保護者氏名も明記)または返信用ハガキを持って直接ふるさと歴史館 ☎ 53-1811、rekishikan@city.musashino.lg.jp へ。



ガイド&GUIDE

講師の方などの敬称略。申し込みの際は、必ず行事名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を明記してください。

講座・講習・イベント

シルバー人材センター 2月の予定

①入会説明会②手芸品販売③パソコン教室申込受付(3月開催分)④リサイクル休業日 日時：①9日(火)午後1時30分②18日(木)午前10時～午後3時(雨天強風時は第4木曜)③15日(月)～27日(土)④3日・17日(水)、土・日曜、祝日 場所：①③同センター②市役所正面玄関 対象：①市

内在住、60歳以上の健康で働く意欲のある方 持ち物：①年度会費2000円、ゆうちょ銀行の通帳 申込・問：前日までに電話で同センター①②③ ☎ 55-1231 ④ ☎ 51-3448 へ。

老いじたく講座

エンディングノートの書き方講座 日時：2月12日(金) 午後1時30分～3時 場所：福祉公会議室 定員：10名(申込順) 講師：同公社職員 費用：無料 申込・問：同公社 ☎ 23-1165

司法書士による相談会(予約制)

登記、相続、遺言、成年後見、債務整理、空き家問題などの相談 日時：2月13日(土) 午後1

時～4時 場所：公会堂 費用：無料 申込・問：東京司法書士会武蔵野支部・勅使 ☎ 27-6761

肝臓病教室

テーマ…肝臓の働き、肝臓にまつわるよろず相談 日時：2月17日(水) 午後2時30分～4時 場所：オンライン 講師：板倉潤(武蔵野赤十字病院消化器科副部長) 費用：無料 申込・問：ファクスまたは電話で同病院肝疾患相談センター ☎・FAX32-3135 へ。同センター ☎ から申込可。

司法書士・土地家屋調査士による登記相談会

相続、贈与、不動産登記、土地建物測量、空家問題などの相談 日時：2月18日(木) 午前10時

～午後3時 場所：市役所ロビー 費用：無料 申込：不要 問：東京司法書士会武蔵野支部・勅使 ☎ 27-6761、東京土地家屋調査士会武蔵野支部・黒田 ☎ 30-9800

語学ボランティア募集

法律相談の再現劇と活動のオリエンテーション。別途研修あり 日時：2月20日(土) 午後3時～5時 場所：国際交流協会会議室 対象：5月開催の「在住外国人のための法律と心理の相談会」での通訳に関心がある方。特に中国語、タガログ語、ネパール語 講師：弁護士、語学ボランティアほか 費用：ボランティア登録は会費2500円 持ち物：筆記用具 申込・問：2月13日までに同協

会 ☎ 36-4511 へ。https://mia.gr.jp/ から申込可。

離婚前後の親支援講座「養育費と面会交流を考えてみよう」

養育費や面会交流についてともに学び、話し合うセミナー 日時：2月27日(土) 午後2時～4時 場所：公会堂 対象：ひとり親家庭の方・子がいて離婚を検討している方・子と別居している方、20名 講師：山口美智子(家庭問題情報センター理事) 費用：無料 託児：2月22日までに要申込 申込・問：電話・ファクスで東京都ひとり親家庭支援センター ☎ 03-5261-1278、FAX03-5261-1343 へ。同センター ☎ から申込可。

申込要領

記事に「申込要領参照」とある場合の記入事項 ①行事名(コース) ②住所 ③氏名(ふりがな) ④電話番号 ⑤そのほかの必要事項(記事に明示) ●特に記載のない場合、1行事(コース)につき本人1回(家族対象のものは1家族1回)の申し込みです ●往復ハガキの場合は返信用にも住所・氏名を記入

最新の情報(各施設の開館時間含む)は、各主催者にお問い合わせいただくか、市HPで確認してください。

消費者スクール「食」を中心に  
くらしに役立つ知識を学ぶ



農家見学会の様子

市内農家見学、食品表示や食の安全、消費者に役立つ知識などについての講義や実習。

▶日時：4月～令和4年3月の第2金曜（原則全9回。8月・10月・11月除く）午前10時～11時30分（見学会除く）▶場所：消費生活センター、オンライン（Zoom）▶対象：市内在住で20歳以上の方、20名（超えた場合抽選）▶費用：無料▶託児：1歳～未就学児、5名（超えた場合抽選。見学会除く）▶申込・問：2月15日（必着）までにハガキ（申

込要領参照し、年齢、性別、受講方法[オンライン・会場]、Eメールアドレス、託児希望は子の氏名[ふりがな]・生年月日・性別も明記)で消費生活センター☎21-2972へ。市HPから申込可。



同行援護従業者・現任者フォローアップ研修

技術の振り返りや向上のための研修を行います。

▶日時：3月9日（火）午前9時30分～午後4時30分▶対象：同行援護従業者の資格を有し、市内の視覚障害者（児）の同行援護従業者として活動中、もしくは活動予定の方、8名（超えた場合選考）▶申込・問：2月12日（必着）までに申請書（障害者福祉課で配布）を郵送・ファクスまたは直接〒180-8777 障害者福祉課☎60-1847、FAX51-9239へ。

自転車安全利用講習会 整備点検の助成など特典あり

既受講者延べ約4万4000名。交通安全教育の専門家と武蔵野警察署員（予定）による交通ルール・マナーの確認、講話など（1時間程度）▶問：交通企画課☎60-1860

開催日	開始時間	会場	締切日(消印有効)
2月28日(日)	午前10時 午後1時30分★	市役所811会議室	2月14日(日)
3月13日(土)			2月28日(日)
対象/定員	市内で自転車を利用する中学生以上。★は小学生以下の子同伴可(認定証の交付なし。託児なし)/各回30名(市内在住者優先し超えた場合抽選)/定員に満たない場合、締め切り後も受け付け可		
持ち物	本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)、受講票・感染防止チェックシート(締め切り以降に郵送)、更新の方は自転車安全利用認定証		
特典	自転車安全利用認定証発行(有効期限あり)/整備点検TSマーク(保険付帯)の1000円助成(市内在住者のみ)/公共駐輪場定期利用の優先措置(必ずしも利用を保証するものではありません)※令和3年度定期利用の抽選では、講習会認定者の第1優先を中止します。		
申込	市HPから電子申請またはハガキ(申込要領参照し、希望日、希望時間、★は子の人数、更新の方は認定番号10桁も明記)で〒180-8777 交通企画課「自転車安全利用講習会担当」へ。二次元バーコードから申込可。※荒天などにより中止の場合あり。		



高齢者総合センター各種講座受講者募集 4月開講

▶対象：令和3年4月1日現在60歳以上の市民で、原則自力で講座に参加できる方(★は要支援1程度の方まで)、定員を超えた場合新規申込者優先し抽選。過半数に満たない場合中止の可能性あり▶費用：教材費実費▶そのほか：申し込みは1講座のみ。AB、①②同内容(重複申込不可)▶申込・問：2月14日(消印有効)までにハガキ(申込要領参照し、講座名AB①②、性別、生年月日、年齢も明記)で高齢者総合センター☎51-1975へ。詳細は<https://fukushikosha.jp/>参照。

期間	分野	講座名/費用など	定員	実施曜日	時間
★運動系講座	①	足から全身ストレッチ(足裏ほぐしからストレッチ)強度3	20	第1～4金曜	午後1時30分～2時15分
			20		午後2時45分～3時30分
	①	ときめき転倒予防体操(筋力トレーニングなど)強度2	20	第1～4水曜	午前10時30分～11時30分
			20		午後1時30分～2時30分
	①	気楽にイス体操(イスに座った体操)強度1	15	第1～4火曜	午後1時30分～2時15分
			15		午後2時45分～3時30分
	★運動系講座	★楽々タオル体操(イスに座った体操)強度1	25	第1～4月曜	午前10時～11時
			15		第1・3木曜
	★運動系講座	ジャズダンス(ステップ中心)	①12	第1～4月曜	午後1時30分～2時15分
			②12		午後2時45分～3時30分
	★運動系講座	ラージボール卓球 ラケット貸し出しあり(無料)	A15	第1・3水曜	午後1時30分～2時30分
			B15		第2・4水曜
★運動系講座	太極拳(楊名時八段錦)	15	第1～4月曜	午後2時～3時	
		①20		第1～4火曜	午前9時30分～10時15分
★運動系講座	ヨガ	②20	第1～4火曜		午前10時45分～11時30分
		20		第2・4火曜	午後1時30分～2時30分
半年講座	みんなで歌うポップス	20	第2・4火曜	午後1時30分～2時30分	
		20		第1・3木曜	午後2時～3時
	楽しく歌おう日本の歌	15	第2・4金曜	午前10時30分～11時30分	
		15		第1・3金曜	午前10時30分～11時30分
	コーラス	15	第1・3金曜	午前10時30分～11時30分	
		20		第2・4木曜	午後2時～3時
	シアターソング～映画音楽を歌おう～	25	第1～4金曜	午前10時～11時	
		15		第2・4火曜	午前10時～11時
	★一般講座	初心者バイオリン バイオリン貸し出しあり(無料)	15	第2・4火曜	午前10時～11時
			15		第2・4水曜
	★一般講座	書道	10	第2・4火曜	午前10時30分～11時30分
			15		第2・4月曜
★一般講座	季節の折り紙/各回100～150円程度(折り紙代)	A10	第1・3木曜	午後1時30分～2時30分	
		B10		第2・4木曜	午後1時30分～2時30分
★一般講座	陶芸/約1700円(道具代)・600円(粘土代)	A15	第1・3木曜	午前10時～11時	
		B15		第2・4木曜	午前10時～11時
★一般講座	飾れて贈れる似顔絵	10	第1・3月曜	午前10時30分～11時30分	
		10		第1・3月曜	午後1時30分～2時30分
★一般講座	水彩色鉛筆で絵を描こう	6	第2・4木曜	午前10時30分～11時30分	
		10		第4火曜	午前10時～11時
★年間講座	茶道(表千家)/実費負担あり	10	第2・4金曜	午後2時～3時	
		10		第2・4金曜	午後2時～3時

ガイド&GUIDE

講師の方などの敬称略。申し込みの際は、必ず行事名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を明記してください。

■行政書士による相談会(予約制) 相続・遺言、成年後見、許認可、会社設立、入管などに関する相談▶日時：2月16日(火)午前9時30分～11時50分▶場所：市役所ロビー▶申込・問：東京都行政書士会武蔵支部☎30-5899

■市民交響楽団吹奏楽特別演奏会 ラプソディー・イン・ブルー、アルセナール、天国の島ほか。全席指定▶日時：2月28日(日)午後2時(開場1時)▶場所：市

民文化会館大ホール▶費用：無料▶申込：同楽団☎から▶問：同楽団・太田☎080-2244-0955

■医学の世界から見た男女平等推進の現状 医学界の男女平等推進の現状と女性医師が抱える問題を考える▶日時：3月6日(土)午後2時～4時▶場所：オンライン(Zoom)▶対象：市内在住・在勤・在学の方、30名▶講師：富澤康子▶費用：無料▶申込・問：2月1日からEメールでむさしの男女平等推進市民協議会☎090-8805-2644、sijunokai@gmail.comへ。

■高齢社会における地域活性化コーディネーター養成プログラム 地域活動に必要なファシリテーション能力などの習得を目指し、さらなるスキルアップを図る▶日時：4月1日(木)～令和4年3月31日(木)▶場所：杏林大学井の頭キャンパス(三鷹市下連雀5-4-1)▶対象：市内在住・在勤の方、20名程度(書類選考)▶講師：古本泰之(同大学准教授)ほか▶費用：6万6000円▶持ち物：募集要項参照▶申込・問：同大学☎47-8000(平日午前9時～午後5時)

◆スポーツ◆

■水泳教室 ①ジュニア(火曜)②初心者(月曜)▶日時：①4月6日～6月29日(全11回)午後2時30分、3時30分(各50分)②4月5日～6月7日(全9回)午前9時30分、10時30分(各50分)▶場所：温水プール▶対象：市内在住の①年中・年長、各回6名②18歳以上の健康な方、各回12名▶費用：①4400円②4900円▶申込：2月14日(必着)までに往復ハガキ(生年月日も明記)で体育協会へ▶問：水泳連盟・佐藤☎080-8479-1573

◆お知らせ◆

■むさしのみたか市民テレビ 1日(月)～16日(火)【わがまちジャーナル】「1.和楽器三味線」[2.コロナ禍の「今」その1きらりトピックス!]/17日(水)～28日(日)【アンコールアワー】「1.ありのままを受け入れて 花岡与志子の挑戦!」(2015年6月放送)(別冊)▶問：同テレビ局☎79-1434

ガイド&GUIDEに掲載のイベントなどの開催の可否については、各主催者にお問い合わせください。

緊急事態宣言が発出されました。不要不急の外出を控え、感染防止策の徹底などを継続してください。



# 子ども

## 「私立幼稚園等の預かり保育」の無償化の申請について

申請し認定を受けた場合、無償化(上限あり)の対象となります。

▶対象: 令和3年4月以降に私立幼稚園等の預かり保育を利用予定の3~5歳児クラスの園児で、保育の必要性の事由が確認できる世帯の方(満3歳児クラスは住民税非課税世帯のみ) ▶そのほか: 新規(新入園児を含む)、前年度から利用中の方ともに毎年度申請が必要です。詳細は市HP参照 ▶申込: 各園締切日までに申請書(各園・子ども育成課に取りに来てください。市HPから印刷可)・保育の必要性を証明する書類(様式・有効期限あり)を直接各園へ ▶問: 子ども育成課 ☎ 60-1854

## 「認可外保育施設等」の利用料の無償化の申請について

申請し認定を受けた場合、無償化(上限あり)の対象となります。

▶対象: 令和3年4月以降に東京都認証保育所などの認可外保育施設を利用予定の3~5歳児クラスの子どものみで、保育の必要性の事由が確認できる世帯の方(0~2歳児クラスは住民税非課税世帯のみ) ▶そのほか: 新規(新入園児を含む)、前年度から利用中の方ともに毎年度申請が必要です。詳細は市HP参照 ▶申込・問: 3月15日(必着)までに申請書(子

ども育成課で配布、市HPから印刷可、認証保育所の利用者は利用施設でも配布)を郵送または直接〒180-8777 子ども育成課 ☎ 60-1854 へ。

## ひとり親家庭の小学校新入学児に入学祝金を支給します

児童1名につき2万円を支給。

▶日程: 2月1日(月)~3月5日(金) ▶対象: ひとり親家庭の医療費助成制度(㊦)の対象となる世帯で、令和3年4月に小学校へ入学する児童がいる世帯 ▶そのほか: 詳細は市民社協HP参照 ▶申込・問: 申請書、振込依頼書、住民票(直近3カ月以内で世帯全員が記載、1通)、㊦医療証の写しを郵送または直接市民社協 ☎ 23-0701 へ。

## 児童扶養手当と調整する障害基礎年金等の範囲が変わります

障害基礎年金等を受給している方は、障害年金の額が児童扶養手当の額を上回る場合、児童扶養手当を受給できませんでしたが、令和3年3月分の手当以降は、児童扶養手当の額が障害年金の子の加算部分の額を上回る場合、差額を児童扶養手当として受給できるようになります。必要書類を持参し申請してください。詳細は市HP参照 ▶問: 子ども家庭支援センター ☎ 60-1963

## 2月期児童手当・特例給付を振り込みます

2月10日(水)に令和2年10

月~3年1月分の手当を指定口座に振り込みます ▶問: 子ども家庭支援センター ☎ 60-1852

## 無認可幼児施設の保護者への補助金(令和2年度後期分)

①後期分(10~3月分) 保護者補助金...月額4000円 ②入園料補助金...3万円(1人1回)。3月16日(火)に交付。

▶対象: 令和2年10月1日以降、市に住民登録のある満3~5歳の幼児(平成26年4月2日~29年4月1日生および29年4月2日~30年4月1日生のうち3歳に達した者)を無認可幼児施設(基準あり)に通わせ、在籍費用を納めている保護者(幼稚園・保育園などの無償化給付を受けている方は対象外) ▶申込・問: 2月19日までに申請書(通園する施設で配布)を各施設に提出(最終締切...2月26日[必着]までに郵送または直接〒180-8777 子ども育成課 ☎ 60-1854 へ)。

## もうすぐパパ・ママのためのこのとり学級(土曜日クラス)

もく浴実習、赤ちゃんの抱っこ、母子保健サービスのご案内。

▶日時: 2月20日(土)午前9時20分~10時15分、10時55分~11時50分(受付10分前から。各回同内容) ▶場所: 保健センター ▶対象: 初妊婦(受講時に妊娠16~31週の方)とパートナー、34組(出産予定日が近い方優



先) ▶費用: 無料 ▶申込・問: 2月10日までに電子申請で健康課 ☎ 51-0700 へ。

## このとり学級(オンラインクラス)

母と子の歯の健康、食育講座、妊娠中から産後の過ごし方、赤ちゃんとの関わりなど。

▶日時: 2月22日(月)午後1時15分~3時15分 ▶場所: オンライン(ZOOM) ▶対象: 妊婦(妊娠16週以降の方)とパートナー、30組(出産予定日の近い方優先) ▶費用: 無料 ▶申込・問: 2月10日までに電子申請で健康課 ☎ 51-0700 へ。



## 乳幼児歯科相談(個別)

歯や口、食生活などを含めてのむし歯予防の保健指導と、歯科健診(フッ素塗布は行いません)。



▶日時: 3月8日(月)午後1時30分~3時、3月22日(月)午前9時30分~11時(15分間隔で予約) ▶場所: 保健センター ▶対象: 平成30年9月~10月生、29年2月~3月生の幼児。対象外の方も空き状況により参加可 ▶費用: 無料 ▶持ち物: 母子健康手帳 ▶申込・問: 2月26日までに電話または直接健康課 ☎ 51-0700 へ。

# 楽しく子育て

子育て中の方が気軽に利用できる催しを行っています ▶特に表記のない事業は、市内在住の各年齢の未就園児と親 ▶定員のあるものは申込順 ▶費用: 無料 ▶問: 詳細は主催者(各施設)にお問い合わせください

## 保育園

### プレママのひろば・あかちゃんのひろば

▶申込: 2月1日から各保育園へ(平日午前10時~午後4時)。定員のある園もあります。

☑プレママ: 妊娠5カ月以上の健康な方、出産後の育児をイメージできるよう妊婦同士、保育士や看護師と一緒に交流します

☑あかちゃん: 0歳~1歳3カ月児と親、あかちゃんと親同士で交流します。ちょっとした疑問や悩みは保育士に相談できます

●北町保育園 ☎21-6681 ▶日時: 2月18日(木)午前10時 ▶定員: 3組 ☑

## 保育園であそぼう



▶費用: 記載のあるもの以外無料 ▶申込: 電話で各園へ(平日午前10時~午後4時)

●南保育園 ☎48-1501 お庭で遊びましょう ▶日時: 平日のみ午後0時30分~3時30分 ▶対象: 未就学児と親

●東保育園 ☎21-2495 園庭開放 ▶日時: 平日のみ午後1時~3時 ▶対象: 未就学児と親

●北町保育園 ☎21-6681 見学会 ▶日時: 2月12日(金)時間は予約時に ▶対象: 3組

●吉祥寺保育園 ☎51-5206 お庭であそびましょう ▶日時: 平日のみ午後1時~3時30分 ▶対象: 未就学児と親

●ふじの実保育園 ☎55-2525 作ってあそぼう(凧づくり) ▶日時: 2月13日(土)午前9時30分~10時30分 ▶対象: 2歳児~未就学児と親

●千川保育園 ☎51-8478 お庭で遊ぼう ▶日時: 平日のみ午後1時~3時30分 ▶対象: 未就学児と親



## 子育て支援施設

運営団体: 子ども協会 ☎ 36-0673

▶内容: 詳細は各施設HP参照 ▶対象: 市内在住の方。3歳児対象事業は令和2年4月2日以降に4歳になった子も対象 ▶託児: なし ▶申込: 2月1日(吉祥寺は2日)午前9時から各施設へ

### 0123 吉祥寺

吉祥寺東町 2-29-12 ☎ 20-3210 休館: 日・月曜、祝日



●0歳ひろば ▶日時: 2月12日(金)・25日(木)午前10時30分~11時 ▶対象: 0歳と親、各8組 ▶申込: 要

●1歳ひろば「音で遊ぼう」 ▶日時: 2月17日(水) ①午前10時~10時30分 ②10時40分~11時10分 ▶対象: 1歳と親、各8組 ▶申込: 要

●2歳3歳ひろば「紙粘土で遊ぼう」 ▶日時: 2月19日(金)午前10時40分~11時10分 ▶対象: 2・3歳児と親、8組 ▶申込: 要



## 0123 はらっぱ

八幡町 1-3-24 ☎ 56-3210 休館: 金・土曜、祝日



●講師による2歳3歳タイム ~音楽ムーブメント~

▶日時: 3月2日(火)午前10時、10時45分(各35分間) ▶対象: 2・3歳児と親、各7組 ▶講師: 前田典子 ▶申込: 要(2月15日から電話または直接)

●2歳3歳タイム ▶日時: 2月24日(水)午前10時30分~11時 ▶対象: 2・3歳児と親、8組 ▶申込: 要(電話または直接)

●1歳タイム ▶日時: 2月16日(火)午前10時、10時45分(各30分間) ▶対象: 1歳と親、各5組 ▶申込: 要(電話または直接)

●0歳タイム ▶日時: 毎週月曜午後2時30分~3時 ▶対象: 0歳と親、各5組 ▶申込: 要(電話または直接)

●0123施設 オンライン ~ようこそ子育てひろばへ~ ▶日時: 2月16日(火)午後2時30分~3時 ▶対象: 0~3歳児と親、5組 ▶申込: 要(同施設HPから)

## 申込要領

記事に「申込要領参照」とある場合の記入事項 ①行事名(コース) ②住所 ③氏名(ふりがな) ④電話番号 ⑤そのほかの必要事項(記事に明示) ●特に記載のない場合、1行事(コース)につき本人1回(家族対象のものは1家族1回)の申し込みです ●往復ハガキの場合は返信用にも住所・氏名を記入

最新の情報(各施設の開館時間含む)は、各主催者にお問い合わせいただくか、市HPで確認してください。



「むさしのすくすくナビ」は、子育ての中で、必要な情報を探し出すお手伝いをするツールです▶問：子ども政策課☎60-1239



ごっくん教室 (離乳初期)

離乳食・生活リズムの話。2グループ制。試食はありませんが、サンプルで硬さなどを体験できます。▶日時：3月4日(木)グループA...午前9時30分~10時15分、グループB...11時~11時45分▶場所：保健センター▶対象：令和2年9月~11月生の子と親(第1子優先)、32組(申込順)▶費用：無料▶持ち物：母子健康手帳・バスタオルなど▶申込・問：2月25日までに電子申請で健康課☎51-0700へ。



もぐもぐ教室 (離乳中期)

離乳食・口の手入れの話。2グループ制。試食はありませんが、サンプルで硬さなどを体験できます。▶日時：3月12日(金)グループA...午前9時30分~10時15分、グループB...11時~11時45分▶場所：保健センター▶対象：令和2年7月~9月生まれの子と親(第1子優先)、28組(申込順)▶費用：無料▶持ち物：母子健康手帳・筆記用具▶申込・問：3月5



日までに電子申請で健康課☎51-0700へ。

ふたご・みつごのつどい

ふたご・みつごなどの多胎育児をされている家族のためのつどいです。当日は、会場とリモートでつながるオンラインの「ふたご・みつごのつどい」も行います。詳細は市HP参照。▶日時：2月18日(木)午前10時~11時30分▶場所：市役所和室▶対象：多胎育児をしている家族。プレママ、先輩ママ▶費用：無料▶持ち物：0歳児のみバスタオル▶申込：不要▶問：子ども政策課☎60-1239

親子で参加!こども国際交流クラブ

演劇メソッドに基づいたシアターゲームの体験。▶日時：3月13日(土)午前11時~正午▶場所：市民会館集会室、※オンライン(Zoom)開催の可能性あり▶対象：小学1~4年生と保護者、12組(申込順)▶講師：肥沼・ミシェル▶費用：一般...500円、国際交流協会会員...無料(前日・当日のキャンセルは参加費全額)▶持ち物：

動きやすい服装▶申込・問：2月2日~3月11日に国際交流協会☎36-4511へ。2月3日以降はhttps://mia.gr.jp/から申込可。

ママのための栄養講座&親子de体操

管理栄養士によるママの健康づくりに役立つ話と育児で生じる体の悲鳴を軽くする体操。▶日時：3月4日(木)午前10時30分~11時30分▶場所：オンライン(Zoom)▶対象：就学前の子と母親、15組(申込順)▶講師：健康づくり人材バンク▶



申込・問：応募フォームから健康づくり支援センター☎51-0793へ。同センターHPから申込可。



健康

インボディ測定会

筋肉量・基礎代謝量などの測定と健康運動指導士・管理栄養士によるフレイル・低栄養予防の講座。▶日時：測定日...3月11日(木)午前9時30分~午後0時10分(10分毎、各1名)、講座日...3月16日(火)午前10時30分~11時50分▶場所：市役所812会議室▶対象：65歳以上で筋肉量・筋力の低下を感じている方、測定・講座とも参加可能な方(ペースメーカー使用者・測定後1年未満の方不可)、16名(申込順)▶講師：健康づくり人材バンク▶費用：無料▶申込・問：3月3日までに電話で健康づくり支援センターへ。

登録は dan@star7.jp へ空メールを送信▶申込・問：2月1日~26日(消印有効)にメルマガ応募フォームまたは往復ハガキ(申込要領参照し、年齢も明記)で健康づくり支援センターへ。

マスクの下で、お口の中は大丈夫?

コロナ禍でマスクが外せない今、お口の中が大変なことに。歯科医師が対処法について解説します。▶日時：3月6日(土)午前10時30分~正午▶場所：スイングレインボーサロン▶対象：市民、50名▶講師：高橋周一(市歯科医師会会員)▶費用：無料▶申込・問：市HPから電子申請または電話で健康課へ。



インボディミニ測定

筋肉量・体脂肪量・基礎代謝量などの測定。結果票の見方の説明はありません。▶日時：2月24日(水)午前10時~正午(15分毎、各1名)▶場所：保健センター▶対象：60歳以上で過去にインボディ測定会に参加したことのある方(ペースメーカー使用者・測定後1年未満の方不可)、8名▶申込・問：2月17日までに電話で健康づくり支援センターへ。

学んで実践!ウォーキング教室

陸上競技場を使って、ダイナミックに歩きます。▶日時：3月12日(金)午前9時45分~10時30分▶場所：陸上競技場▶対象：20歳以上の市民で45分間屋外で歩く事が可能な方、15名(超えた場合抽選)▶講師：健康づくり人材バンク▶費用：無料▶その他：メルマガ

2月の健康相談

Table with 4 columns: 相談名, 日 時, 場 所, 問. Rows include: 健康なんでも相談, ベビーサロン, 健康相談(予約制), マタニティ安心コール(妊婦相談), ぐすりの相談.

保健センター〒180-0001 吉祥寺北町 4-8-10 健康課(1階) ☎51-0700 健康課(マタニティ安心コール) ☎51-0703 健康づくり事業団(2階) ☎51-2828 健康づくり支援センター(1階) ☎51-0793



桜堤児童館

未就学児は保護者同伴▶申込：特に記載のないものは当日、直接会場へ▶問：同館☎53-2206(開館時間：月~土曜午前9時30分~午後5時)

- ゆう・遊・グーの日(豆まきごっこ) ▶日時：2月2日(火)午前10時30分、11時▶対象：乳幼児と保護者、各12組(先着順) ●卓球教室 ▶日時：2月3日(水)午後3時~4時▶対象：小・中学生、15名▶講師：佐藤照雄、徳田美栄子(スポーツ指導員) ●ローズカフェ@桜堤児童館 ▶日時：2月15日(月)午前10時30分~11時15分▶対象：子育て中の保護者(子連れ可)、10名▶内容：心を育むコミュニケーション▶講師：水谷紀子(臨床心理士)▶申込：要 ●リフレッシュタイム(ピラティス) ▶日時：2月16日(火)午前10時30分~11時30分▶対象：子育て中の保護者(子連れ可)、20名▶講師：三井直美▶申込：要 ●ちびっこランドニャン3シー ▶日時：2月19日(金)午前10時30分~11時30分▶対象：2~4歳と保護者、20組▶内容：リトミック▶講師：荻原めぐみ▶申込：要

コミセン 親子ひろば

2月 定員あり。事前予約制となります。▶時間：午前10時~11時30分(西部は午前10時30分~正午)。中止は前日(土・日曜、祝日の場合は、その前の平日)までにすくすくナビなどでお知らせ▶対象：0歳~未就学児と保護者▶その他：情報交換やおしゃべりをしながら自由に遊べるひろば、★印は出張おもちゃのぐるりん。3月の日程など詳細は市HP参照▶申込・問：子ども政策課☎60-1239

- 吉祥寺東▶22日(月)▶6組 ●本宿▶1日・15日(月)▶8組 ●吉祥寺南町▶5日・19日(金)▶8組 ●御殿山▶9日(火)▶9組 ●本町▶17日(水)▶5組 ●吉祥寺西▶16日(火)▶14組 ●吉祥寺北▶13日(土)・26日(金)▶8組 ●けやき▶4日(木)▶7組 ●中町集会所▶12日(金)・22日(月)▶8組 ●西久保▶16日(火)▶7組 ●緑町▶25日(木)▶6組 ●八幡町▶6日(土)・17日(水)▶6組 ●西部▶9日・23日(火)▶18組 ●市民会館▶7日(日)▶13組 ●桜堤▶10日(水)▶8組

緊急事態宣言が発出されました。不要不急の外出を控え、感染防止策の徹底などを継続してください。

2月申込の健診・検診
種類 受診日/対象者・内容など 申込
胃がんエックス線・肺がんセット検診
【託児付】胃がんエックス線・肺がんセット検診
肺がん検診
肝炎ウイルス検診
妊婦歯科健診

健康講座 振り返ろう！健診結果から考える「生活習慣のコト」
生活習慣病に関する項目を中心とした健診結果の見方についての講義。食生活のアドバイスなど。
日時：①2月15日(月)午前10時～午後0時30分②3月27日(土)午後2時～4時30分(開場各30分前)
場所：①保健センター②商工会議所
対象：①60～74歳②40～74歳の国民健康保険加入者、各10名(申込順)
講師：健康づくり事業団保健師など
費用：無料
持ち物：国民健康保険被保険者証(保険証)、特定健康診査・環境健康診査・人間ドックなどの結果表
そのほか：個別相談あり(10分程度、5名[申込順])
申込・問：①2月10日②3月24日までに電

話または直接健康づくり事業団 ☎ 51-2828 へ。国保の資格については保険年金課 ☎ 60-1834 へ。

健康講座 生活習慣病予防講座 「しなやかな血管は自分で守る！」
健診で血中脂質の異常値を指摘された方などの生活習慣病の予防・改善のための講座。
日時：2月27日(土)午前10時～正午
場所：保健センター
対象：20歳以上の国民健康保険加入者、16名(申込順)
講師：健康づくり事業団管理栄養士
費用：無料
持ち物：動きやすい服装、国民健康保険証
申込・問：2月19日までに電話または直接健康づくり事業団 ☎ 51-2828 へ。国保の資格については保険年金課 ☎ 60-1834 へ。

スポーツ

武蔵野中央公園スポーツ広場使用中止日のご案内(3月)
大会使用およびスプリンクラー更新工事のため受け付けできません。
日時：1日(月)～5日・12日(金)・14日(日)・18日(木)・21日(日)～26日(金)・28日(日)
午前9時～午後5時、7日(日)
午前9時～午後1時、6日(土)
午後1時～5時
問：総合体育館 ☎ 56-2200

月日も明記。電話申込不可)または直接野外活動センター ☎ 54-4540、FAX51-9810 へ。野外活動センター ☎ https://www.musashino.or.jp/ から申込可。

\*旅行条件説明書は同センター ☎ または DoSports をご覧ください。(公財)武蔵野生涯学習振興事業団野外活動センター(東京都知事登録旅行業第2-6513号 一般社団法人全国旅行業協会正会員)吉祥寺北町5-11-20

アウトドアカレッジ ～野外のリスクマネジメント～
野外活動での危険を知り、安全を守る知識を身に付けます。
日時：3月6日(土)午前10時～午後3時
場所：総合体育館
対象：サポートスタッフ登録者または興味のある18歳以上の方(高校生不可)、20名(登録者優先し超えた場合抽選)。最少催行6名
講師：国際自然大学校
費用：登録者2040円、一般4280円、認定料別途500円

大山(富士山の展望を望む丹沢国定公園)登山
一般登山経験者向け。累積標高670m、歩行6km、4時間。貸切バス使用(添乗員同行)。
日時：3月19日(金)午前7時三鷹駅北口出発・午後6時30分解散。雨天実施
場所：神奈川県伊勢原市
対象：市内在住・在勤・在学の15歳以上の方(中学生を除く)、10名(超えた場合抽選)、最少催行3名
講師：市山岳連盟
費用：5600円
持ち物：昼食

2月の市民スポーツデー

市立小学校の校庭・体育館を一般開放。
日時：2月21日(日)午後1時30分～3時30分
場所：第一・第三(校庭のみ)・第四・第五・境南・千川・関前南小
対象：幼児～大人(体育館は人数制限あり)
費用：無料
持ち物：水筒、タオル、遊ぶ用具、上履き
そのほか：利用前に検温、利用者チェックリスト記入などあり。マスク着用必須。用具の貸し出し、遊具の使用中止
申込：不要
問：生涯学習スポーツ課 ☎ 60-1903

野外活動センター

申込・問：2月14日(必着)までにハガキ・ファクス(要受信確認)(申込要領参照し、生年

官公署だより

国民年金保険料の納付について

◎口座振替で…2年分(4月～翌々年3月)、1年分(4月～翌年3月)、半年分(4月～9月、10月～翌年3月)を前納すると割引となり、口座振替でさらに割引されます。当月末の口座振替で月の保険料が

50円割引となる早割制度もあります。4月分からの口座振替開始は、申出書を年金事務所へ提出してください。◎クレジットカードによる納付または現金で2年前納…詳細は年金事務所へ
問：武蔵野年金事務所 ☎ 56-1411

休日の医療機関 2/1(月)～14(日)

初期救急(入院を要しない急病) ○印=午前9時～午後5時 ◎印=午前9時～午後10時
風邪症状がある方は、必ず事前に連絡してから受診してください。
※症状によってはほかの病院での受診をお勧めする場合があります。
内科小児、小児科に成人が受診する場合は事前に電話連絡が必要です。
なお、午前9時～午後5時の間に1時間の休憩時間があります。
詳細については各医療機関に電話でお問い合わせください。

Table with 5 columns: 日, 医療機関名, 診療科目, 住所, ☎
7日(日) 桜堤ファミリークリニック 内科・小児科(乳児不可) 桜堤 2-8-55-118 53-1111
北町診療所 内科 吉祥寺北町 1-1-3 22-8151
吉祥寺南病院 内科 吉祥寺南町 3-14-4 45-2161
11日(木・祝) はせがわ内科 内科・小児科(乳幼児不可) 境 4-4-1 53-0001
内科 いしだクリニック 内科 中町 1-17-2 53-1115
武蔵野陽和会病院 内科 緑町 2-1-33 52-3212
14日(日) 渡辺医院 内科・小児科 吉祥寺本町 4-7-9 22-8937
長沼整形外科・内科医院 内科 境 2-13-6 59-1300
森本病院 内科 吉祥寺本町 2-2-5 22-5161

二次救急(入院を要する救急) 平日夜間、休日24時間
\*小児科は武蔵野赤十字病院で対応
吉祥寺南病院 内科・外科 吉祥寺南町 3-14-4 ☎ 45-2161
武蔵野陽和会病院 内科・外科 緑町 2-1-33 ☎ 52-3212
森本病院 内科 吉祥寺本町 2-2-5 ☎ 22-5161

二次救急・三次救急(二次救急では対応できない救命・救急)
武蔵野赤十字病院 境南町 1-26-1 ☎ 32-3111
\*同病院では、初診時に紹介状と予約が必要。まずはかかりつけ医へ。休日・夜間に緊急性の低い方が外来受診した場合、時間外選定療養費(8640円)の負担あり(15歳未満は5400円)
問：同病院

歯科診療 午前9時～午後5時 電話連絡のうえ受診
7日(日) こせ歯科医院 吉祥寺東町1-2-6 ☎ 23-0560
11日(木・祝) 小竹歯科クリニック 吉祥寺北町1-11-1-101 ☎ 21-4187
14日(日) 後藤歯科医院 吉祥寺東町2-17-1 吉祥寺マンション1階 ☎ 20-2961

調剤薬局 日曜午前9時～午後5時
当番薬局は市薬剤師会ホームページ https://www.musayaku.jp/ 参照

東京都医療機関案内「ひまわり」
東京消防庁救急相談センター
電話相談 #7119 または ☎ 042-521-2323
東京版救急受診ガイド 検索
東京都小児救急相談
月～金 18-翌8 / 土日祝年末年始 24時間
#8000 または ☎ 03-5285-8898

申込要領

記事に「申込要領参照」とある場合の記入事項 ①行事名(コース) ②住所 ③氏名(ふりがな) ④電話番号 ⑤そのほかの必要事項(記事に明示)
●特に記載のない場合、1行事(コース)につき本人1回(家族対象のものは1家族1回)の申し込みです ●往復ハガキの場合は返信用にも住所・氏名を記入

最新の情報(各施設の開館時間含む)は、各主催者にお問い合わせいただくか、市HPで確認してください。



## イベント

### 特別支援学級紹介・作品展

特別支援学級・通級設置校、特別支援教室拠点校による、学級(教室)の紹介と児童・生徒の作品展。  
▶日時: 2月2日(火)～10日(水)(土・日曜を除く)午前8時30分～午後5時(10日は3

時まで)▶場所: 市役所ロビー▶問: 教育支援課 ☎ 60-1908

### エンディング(終活)に関するトピック展示を実施します

エンディングに関する書籍を集めて展示。高齢者支援課では随時相談も受け付けています。  
▶日時: 2月4日(木)～25日(木)▶場所: 中央図書館▶費用: 無料▶問: 高齢者支援課 ☎ 60-1846

### 男女共同参画フォーラム 2020

自分で決める 私が変える 自分の暮らし▶問: 男女平等推進センター ☎ 37-3410、danjo@city.musashino.lg.jp

### ●コロナ禍の新しい暮らし、幸せのカタチ働き方を考える

コロナ禍での女性や非正規労働者の失業、家庭での家事・育児負担の偏りについて。



▶日時: 3月7日(日)午後2時～4時(開場1時30分)▶場所: スイングホール、※オンライン開催の可能性あり▶定員: 70名(申込順)▶講師: 竹信三恵子(和光大学名誉教授)▶費用: 無料▶託児: 6カ月～未就学児、10名(市内在住者優先し超えた場合抽選、無料、2月22日までに要申込)▶その他: 後日、講演会の動画を配信(市HPから要申込)▶申込: 2月1日からEメール(申込要領参照し、託児希望は子の氏名[ふりがな]・月齢も明記)または電話で男女平等推進センターへ。市HPから申込可。

●団体企画「わたしのヒーロー」オンライン上映会&意見交換会 育児に奮闘する男性を描いた映

画。  
▶日時: 2月21日(日)午後1時30分～3時30分▶場所: オンライン(Zoom)▶定員: 90名(申込順)▶講師: 佐藤陽子(「わたしのヒーロー」監督)▶費用: 無料▶申込・問: 2月1日から <http://forms.gle/xkaKTi9kCoLQsbvCA> またはEメール(申込要領参照し、年代、育児休業取得経験の有無も明記)で境おやこひろば・奥野 ☎ 090-8523-6133、infosakaioyako@gmail.com へ。

●映画上映会「ビリーブ」 女性差別を乗り越え、弁護士・米国最高裁判事として活躍したギンズバーグの生涯を描いた映画。

▶日時: 2月20日(土)①午後2時～4時②5時30分～7時30分(開場30分前)▶場所: 市民会館集會室▶定員: 30名(申込順)▶費用: 無料▶申込: 2月1日からEメール(申込要領参照し、希望参加回①②も明記)または電話で男女平等推進センターへ。市HPから申込可。

●登録団体紹介パネル展&大阪市淀川区パネル「LGBTの困りごと」

▶日時・場所: 2月15日(月)～28日(日)市民会館ロビー、3月1日(月)～5日(金)市役所ロビー▶費用: 無料



## 図書館

- 中央図書館: 吉祥寺北町4-8-3 ☎51-5145
  - 吉祥寺図書館: 吉祥寺本町1-21-13 ☎20-1011
  - 武蔵野プレイス: 境南町2-3-18 ☎30-1900
- <https://www.library.musashino.tokyo.jp/>  
携帯電話版は末尾に m/ を



### 2月の休館

中央: 3日(水・館内整理日)、5日・12日・19日・26日(金)  
※11日(木・祝)・23日(火・祝)は5時まで。吉祥寺・武蔵野プレイス: 3日・10日・17日・24日(水)▶問: 中央図書館

## 文化事業団

(割引料金設定)  
Ⓜ: アルテ友の会料金  
Ⓝ: 25歳以下料金(枚数限定)

### ①三遊亭小遊三の「大ホール特別」寄席

▶日時: 3月8日(月)午後3時開演▶場所: 市民文化会館大ホール▶費用: 2000円、Ⓜ 1800円▶出演: 三遊亭小遊三、桂歌助ほか

### ②デヴィッド・ブライアント ジャズ・ピアノ・トリオ

▶日時: 3月11日(木)午後3時開演▶場所: 市民文化会館小ホール▶費用: 3000円、Ⓜ 2700円、Ⓝ 1000円

### ●パイプオルガン体験 気軽に巨大な楽器を弾いちゃおう

パイプオルガンを10分間自由に弾くことができます。  
▶日時: 2月21日(日)、3月2日(火)午前10時～正午、午後1時～3時、4時～6時▶場所: 市民文化会館小ホール▶対象: 市内在住・在勤・在学の小学生以上、各日24グループ(1グループ5名まで)(初めての方優先し超えた場合抽選)▶費用: 1グループ1000円(小・中学生を含む場合500円)▶申込・問: 2月6日(必着)までに同事業団HPまたは往復ハガキ(希望日、希望時間帯、参加者全員の氏名・年齢・住所・電話番号を明記)で文化事業団(市民文化会館内)へ。

### ●吉祥寺美術館臨時休館のお知らせ

2月17日(水)はコピス吉祥寺全館休業のため、休館となります。

## 公演チケット申込



- チケット予約専用電話 ☎ 54-2011
- 文化事業団HP <http://www.musashino-culture.or.jp/> 参照
- 上記公演のチケットは①発売中、②2月6日(土)発売

\*特に表記のない公演は全席指定、小学生以上に限る。  
\*予約チケットの取り消し・変更はできません。  
\*午前10時から発売。発売日当日: 電話・インターネット予約のみの取り扱い。発売日翌日(休館日を除く)以降: 市民文化会館、芸能劇場、公会堂、スイングホール、吉祥寺シアター、各市政センターの窓口でも購入可。  
\*アルテ友の会には、電話予約時またはチケット取り扱いの各窓口で同時入会可(インターネットでは不可)。年会費1000円。



公会堂: 〒180-0003 吉祥寺南町1-6-22 ☎ 46-5121  
吉祥寺美術館: 〒180-0004 吉祥寺本町1-8-16F&Fビル7階 ☎ 22-0385  
吉祥寺シアター: 〒180-0004 吉祥寺本町1-33-22 ☎ 22-0911  
かたらいの道 市民スペース: 〒180-0006 中町1-11-16 武蔵野タワーズ1階 ☎ 50-0082  
芸能劇場: 〒180-0006 中町1-15-10 ☎ 55-3500  
市民文化会館: 〒180-0006 中町3-9-11 ☎ 54-8822  
スイングホール: 〒180-0022 境2-14-1 ☎ 54-1313  
松露庵: 〒180-0021 桜堤1-4-22 ☎ 36-8350

## 高齢者世帯の火災が増えています

- ・コンロやたばこなどの火の始末、電気ストーブや暖房器具の使用には十分注意し、未然に火災を防ぎましょう。
- ・住宅用火災警報器は付いていますか? 住宅用火災警報器は、火災を知らせる大切な機器で一般住宅の居室や階段、台所などすべてに設置が必要です。設置して10年以上経過しているものは、電池切れや機器本体の経年劣化により正常に作動しない恐れがあります。正常に作動するか定期的に点検し、設置から10年を目安に交換しましょう。
- ・市民防災協会では、住宅用火災警報器の取付販売を行っています。  
▶問: 武蔵野消防署 ☎ 51-0119、防災課 ☎ 60-1820、市民防災協会 ☎ 60-1926



緊急事態宣言が発出されました。不要不急の外出を控え、感染防止策の徹底などを継続してください。



～高齢者の皆さんへ～

オーラルフレイルを防ぎましょう

自粛生活が続くと、歯磨きを忘れてしまったり、会話で口を動かす機会が減るなど、オーラルフレイル（口の衰え）の状態になりやすくなります。嚥んだり飲み込んだりする力が低下すると、全身の健康にも影響し、要介護になるリスクが2倍以上になると報告されています。「最近むせやすくなった」「口が乾きやすい」などの兆候に気づいたら、早めに予防に取り組みましょう▶問：高齢者支援課 ☎ 60-1947

【ポイント】

- ①毎食後、歯磨きをして歯や入れ歯を清潔に保つ
②よく噛むよう心掛け、噛み応えのあるものを食べる
③電話などで会話したり、本を音読したりして、意識して口を使う
④定期的に歯科健診を受ける

コミュニティセンター事業案内 2月

コミセンの利用条件などを一部変更しています。詳細は各コミセンにお問い合わせください。

▶申込：事前に電話または窓口へ（市報発行日1日・15日から受け付け【休館日を除く】）。特に表記のないものは、会場は各コミセン、申込順、無料、当日直接会場へ ※マスク着用、検温、手指や貸出用具の消毒、氏名・連絡先の記帳、身体的距離の確保、小まめな換気の実施など、引き続き新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力ください▶問：各コミセン

Table with 4 columns: Location (e.g., 吉西, 吉北), Date, Activity Name, and Details (Time, Content, Staff).

コミュニティ研究連絡会

コロナ禍におけるコミュニティ研究連絡会の取り組み

コミセンは今年度、新型コロナウイルス感染症の影響で長期休館を余儀なくされました。各コミュニティ協議会の連絡組織であるコミュニティ研究連絡会(以下「研連」という)では、いかに利用者・運営者が共に安心してコミセンを使えるか、毎月の定例会や臨時会で各コミセンの運営方法や利用条件な

どについて情報交換・意見交換を重ねてきました。

新たな取り組みとして、会議や事業におけるオンラインの活用を研究するため、令和2年12月より研連会員の有志で「オンライン活用研究会」を立ち上げました。コロナ禍におけるコミュニティ活動の在り方についての試行錯誤は続きますが、今後、研連や各協議会の活動でオンライン事業を検討・実践していくことで新しいコミュニティ活動の道ができればと思っています。

四苦八苦の日々が続いています。1日も早い新型コロナウイルス感染症の収束を願うばかりです。

連絡先

電話をかける際はお間違いのないようご注意ください

Table listing contact information for various community centers, including location, phone number, and specific details for some.

ごみとリサイクル

- ごみ総合対策課：〒180-0012 緑町3-1-5 ☎60-1802
●粗大ごみ受付センター：☎60-1844

不要な生活用品のリユース掲示板をご利用ください

市民同士が「譲りたいもの」「譲ってほしいもの」の情報を提供する掲示板「むさしのエコポ」を下記の市内公共施設に設置しています。閲覧は各施設の開館時間内。市HPに掲載。掲示の申込方法は掲示板に設置されている利用案内または市HP参照。利用者間で直接交渉（市は交渉には関与しません）。

▶施設：市役所食堂前、クリーンセンター、総合体育館、市民会館、中央・吉祥寺図書館、0123 吉祥寺・はらっぱ、本宿・吉祥寺南町・境南コミセン、各市政センター▶問：ごみ総合対策課

祝日のごみ収集

2月11日(木)・23日(火)のごみ収集は通常通り行います。年間の祝日(年末年始および土・日曜の祝日を除く)・振替休日も通

常通り行います▶問：ごみ総合対策課

家庭から出る廃食用油、土を回収しています

土は1人100リットルまで。植物の根や石、砂などは回収不可。

▶日時：2月17日(水)午前11時～午後3時。荒天時は中止
▶場所：市役所駐車場、吉祥寺南町・吉祥寺北・西部コミセン▶そのほか：4月以降の回収は廃止予定です。今後の処分方法は4月以降に市HP参照▶問：ごみ総合対策課

3R環境講座「ブロッコリー茎までまるごと使いきりレシピ」

食品ロス削減を学べる料理教室です。講師の見本を見ながら同時に調理します。

▶日時：3月3日(水)午前10時～正午(予定)▶場所：オンライン(ZOOM)▶定員：15名程度(市内在住・在勤・在学者優先し超えた場合抽選)▶講師：間野実花(マノ料理学園園長)▶費用：無料(食材などは自分で用意)▶そのほか：当日の様子を録画し、市HPなどに掲載する場合があります▶申込・問：2月14日までに市HPからごみ総合対策課へ。



危険・有害ごみをほかのごみと混ぜて出さないでください
火災の原因となり非常に危険です

家電製品などの電池や充電電池は必ず取り外してください。取り外したことが分かるように(ふたを開けたままにするなど)してお出してください。電池の取り外せない小型家電は、本体のみ(部品や付属品は除く)危険・有害ごみでお出してください▶問：ごみ総合対策課

市民伝言板

市民の市内での活動の情報交換や仲間づくりをお手伝いするためのコーナーです。講師の方などの敬称略。掲載内容の責任は主催者にあります。詳細は、各催しの欄の方にお問い合わせください。

令和2年4月1日より申込書を変更しました。必ずご確認ください。新型コロナウイルス感染者の発生状況により、市の判断で急きょ掲載を取りやめることがあります。あらかじめご了承ください。
▶対象：市民または市民サークルによる市内での活動・催し。同一人・サークルの掲載は6カ月に1回▶掲載基準：申込書別紙および市HPに掲載▶申込：所定の申込用紙(秘書広報課、各市政センターで配布、市HPから印刷可)を郵送・ファクスまたは直接秘書広報課☎60-1804、FAX55-9009へ。電子申請も可。掲載申込締切：3/15号…2月10日、4/1号…3月1日

仲間あつまれ

市民が市内で活動しているサークルなど
☎は入会金。特に表記のないものは無料

Table with 3 columns: Group Name (Activity Content), Activity Time/Venue, and Fee/Registration Info.

申込要領

記事に「申込要領参照」とある場合の記入事項 ①行事名(コース) ②住所 ③氏名(ふりがな) ④電話番号 ⑤そのほかの必要事項(記事に明示)
●特に記載のない場合、1行事(コース)につき本人1回(家族対象のものは1家族1回)の申し込みです ●往復ハガキの場合は返信用にも住所・氏名を記入