

●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。



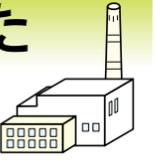
- 紙面から
- 特集 6月は食育月間 毎月19日は食育の日… 8
  - 市の面積および各町丁目の面積の変更… 2
  - 社会保障・税番号制度(マイナンバー制度)… 3
  - 武蔵野プール(夏期プール)のお知らせ… 4

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

## 一般廃棄物処理基本計画(平成27~36年度)がまとまりました



## 身近なところからごみ減量を目指しましょう



市では「一般廃棄物(ごみ)処理基本計画」に基づき、ごみの発生抑制・減量・資源化に取り組んでいます。皆さんの努力により、市民1人1日当たりのごみ排出量は、順調に減ってきています。社会経済状況などの変化や新クリーンセンター(仮称)の稼働を見据え、前計画期間(平成29年度まで)を前倒し、27年度を初年度とする10年間の計画を策定しました。市民・事業者・行政が連携し、資源循環型社会の実現を目指しましょう。計画書は市役所市政資料コーナー、ごみ総合対策課、各図書館などで配布し、市ホームページに掲載しています / 固ごみ総合対策課(クリーンセンター内) ☎60-1802



### 基本理念

環境負荷の少ない省エネルギー・省資源型の持続可能な都市を目指す

### 基本方針

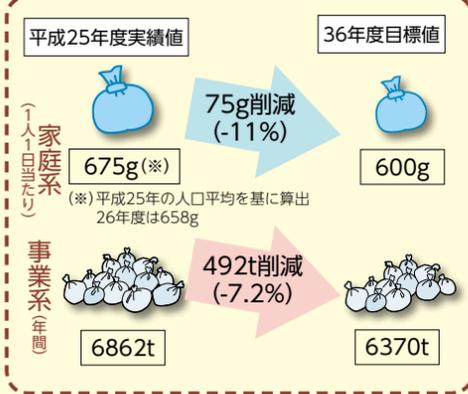
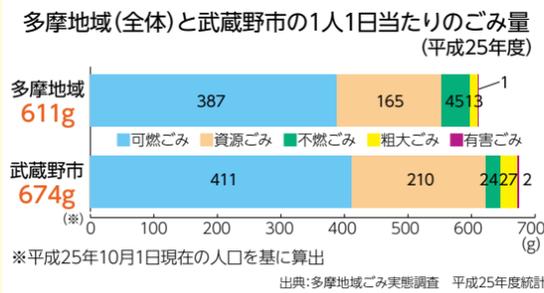
市民・市民団体・事業者・行政の連携の再構築

### 計画の目標

目標年次の平成36年には、25年より4000人近く人口が増えると推計されています。今後、市全体から発生するごみ量を減らすために、市民・事業者のさらなる取り組みが必要です。

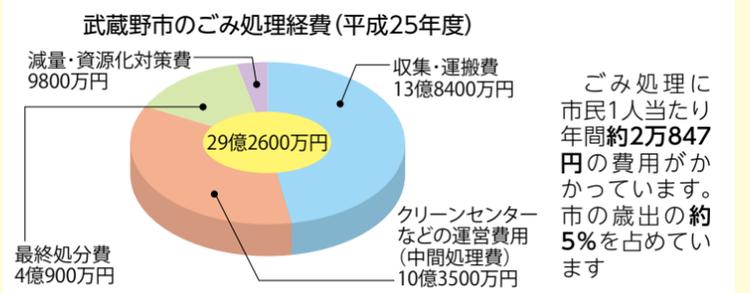
### ●ごみ発生抑制と資源化

・1人1日当たりの家庭系ごみ排出量 ~多摩地域の各市と比較して多量



### ●ごみ処理・資源化コストの効率化と環境負荷の低減

・事業の改善およびコストの効率化 ~効率的な事業運営



### ・事業系持込ごみの排出量

~事業系一般廃棄物の持込量の削減

### ・最終処分量の削減 ~最終処分場の延命

市で焼却したごみの焼却灰は、日の出町にある最終処分場へ運ばれ処理されています。処分場の埋め立てが終了した場合、次の処分場の見込みがありません。最終処分場の負荷を減らすためにも、最終処分量の削減が必要です。



ニッ塚最終処分場

### ごみを減らすために…日ごろからできること

- 必要な物だけを購入する
- 買い物袋(マイバック)を利用し、レジ袋や過剰包装を断る
- 手入れや修理による長期利用
- ごみの分別の徹底
- トレイなどは購入店の店頭回収、古紙などは集団回収を利用
- リユース掲示板の利用による不用品の有効活用

## 身近なごみについて考えてみましょう

### 夏休みごみ探検隊

ごみ収集車積み込み体験、プラスチックなどのリサイクル中間処理施設見学、風の子・太陽の子広場(青梅市)で自然観察と環境授業など、楽しみながらごみについて学びます。  
対象:小学生(中・高校生も参加可)  
実施日:8月19日(水) 募集:市報7月1日号



### ごみの行方を知るツアー

プラスチックなどのリサイクル中間処理施設とニッ塚最終処分場の見学を通して、日常生活で排出されるごみの流れが理解できます。つるつる温泉(日の出町)にも立ち寄ります。  
対象:18歳以上(高校生不可)  
実施日:10月8日(木) 募集:市報9月1日号



## 議長に深沢達也氏を選出 副議長に小美濃安弘氏 監査委員に橋本しげき氏

5月19日~22日の4日間で開催した第2回臨時会で、改選後初めての正副議長、議会選出の監査委員の選出をはじめ、各委員会の委員を決めました。結果は下記のとおりです(敬称略)。

固議会事務局 ☎60-1883



- ▶議長 深沢達也(民主生活者ネット)
- ▶副議長 小美濃安弘(自由民主・市民クラブ)
- ▶監査委員 橋本しげき(日本共産党武蔵野市議団)
- ▶議会運営委員長 落合勝利(市議会公明党)
- ▶総務委員長 与座 武(自由民主・市民クラブ)
- ▶文教委員長 土屋美恵子(自由民主・市民クラブ)
- ▶厚生委員長 蔵野恵美子(民主生活者ネット)
- ▶建設委員長 斉藤シンイチ(空)

## 第2回定例会を開会中

現在、第2回定例会を開会中です / 開会時間:午前10時(予定) / 本会議の様子を市議会ホームページ <http://www.city.musashino.lg.jp/shigikai/> で生中継しますのでご覧ください。日程などは変更することがあります / 固議会事務局 ☎60-1883

- 6/16(火) 総務委員会
- 6/18(木) 文教委員会
- 6/19(金) 厚生委員会
- 6/22(月) 建設委員会
- 6/25(木) 本会議(委員会審査報告など)

\*特別委員会が設置された場合は、23日(火)に開催予定

### 人口と世帯

《平成27年6月1日現在、( )は前月比》

人口 14万3275人(37人増) 世帯数 7万4819世帯(30増)  
 ●男 6万8845人(2人増) ●女 7万4430人(35人増)  
 (うち外国人住民数)2560人(29人増)

### むさしの-FM(78.2MHz)「マイシティむさしの」

月~金 9:30 12:15 13:30 16:45 18:30 21:30  
 土 9:30 11:45 12:45 15:30 16:45 18:30  
 日 9:30 11:45

### ケーブルテレビ(11ch)「むさしのシティニュース」

毎日 9:30 12:00 20:30 23:00

### 名誉市民 山崎倫子氏 逝去

本市の名誉市民である山崎倫子(やまざき・りんこ)氏が5月29日、逝去されました。96歳でした。

山崎氏は、東京女子医学専門学校を卒業後医業に携われ、終戦直後の中国ハルビン市内に国際病院を設立し人々を救済されました。その後、本市に医院を開業。自宅を市に寄付し、全国初の高齢者単独型デイサービスセンター「北町高齢者センター」の設立に寄与されました。

女性社会の指導者として公私に活躍され、ボランティア育成に尽力し、高齢化問題に対する実践活動は高い評価を受け、平成6年には日本女医会最高賞である吉岡弥生賞を受賞されました。

ここに、謹んでご冥福をお祈りいたします。



## お知らせ

文中の敬称略

### 国民健康保険(国保)税のお知らせ

●平成27年度から賦課限度額および一部の均等割額が改定されました

27年度の所得割の税率・均等割額・賦課限度額は次のとおりです。国保税は、①②③の所得割額(「26年度中の総所得金額等から33万円を引いた額」×税率)と均等割額の合算となります。

国保税内訳	所得割の税率	均等割額	賦課限度額
①医療給付費基礎課税額	4.7%	2万2500円	51万円
②後期高齢者支援金等課税額	1.7%	8000円	14万円
③介護納付金課税額(40歳以上65歳未満)	1.4%	1万1400円	12万円

●均等割額の軽減: 下表に該当し、税務署または市区町村に所得の申告をしている世帯は均等割額が軽減されます。申請は必要ありません。

※27年度から対象となる世帯が拡充されました。

軽減区分	軽減基準(世帯の前年所得)	軽減後の均等割額		
		①	②	③
7割	33万円以下	6750円	2400円	3420円
5割	「33万円+被保険者数×26万円」以下	1万1250円	4000円	5700円
2割	「33万円+被保険者数×47万円」以下	1万8000円	6400円	9120円

●納税通知書の発送: 7月中旬に世帯主宛てに送付します。世帯主が国保加入者でない場合でも納税義務者となります。

●国保課(税額・計算方法・軽減など: 国保年金係 ☎60-1835、納付相談・納付方法変更など: 収納係 ☎60-1836)

### 平成27年度青少年問題協議会(青少協)地区委員長が決まりました

活動: むさしのジャンボリー(2泊3日の自然・野外体験活動)、子どもを守る家(子どもが避難できる地域家庭)、自転車防犯帯、CAP(自分の身を守るプログラム)、夏まつり、どんど焼き、地域運動会、地域パトロール、美化活動など/子どもたちを地域で育む青少協活動にご協力ください/☎児童青少年課 ☎60-1853

地区委員会	委員長	該当学区
第一地区	長嶋光子	第一小
第二地区	高橋淳子	第二小
第三地区	齋藤理恵	第三小
第四地区	谷井由美	第四小
第五地区	大西聡	第五小
大野田地区	市川祐子	大野田小
境南地区	永坂弦多	境南小
本宿地区	高木須磨子	本宿小
千川地区	北村淳子	千川小
井之頭地区	本郷伸一	井之頭小
関前南地区	金子孝之	関前南小
桜野地区	高橋まゆみ	桜野小

## ごみとリサイクル

クリーンセンター ☎54-1221、粗大ごみ受付センター ☎60-1844  
ごみ総合対策課 ☎60-1802 (〒180-0012 緑町3-1-5)

### 「ざつがみ(雑紙)を「燃やすごみ」に出していませんか?

お菓子の紙箱・封筒・メモ用紙・割りばし袋・シュレッダーした紙などは透明袋や紙袋などに入れ、「ざつがみ」と書いて、資源の日(古紙)に出してください。ボール紙・包装紙・コピー用紙なども資源になります。ただし、油紙・感熱紙・感圧紙・写真・ビニールコート紙・アルミ加工紙・防水加工紙・臭いや香りがついた紙などは資源にならないため、燃やすごみで出してください/☎ごみ総合対策課

### ペットボトルとキャップ・ラベルは分別してください

ペットボトルのリサイクルは本体のみです。キャップとラベルはプラスチック製容器包装として別々にリサイクルされます。混合したままではリサイクルすることができません。キャップとラベルは取り除いて、ペットボトル本体とは別の袋に入れて、排出してください。ご協力をお願いします/☎ごみ総合対策課

「ゴミへらす 気持ち大切 実行に」山崎愛菜さん(五小4年)  
セカンドステージ! 武蔵野ごみチャレンジ600グラム宣言中

市政センター  
▷ 吉祥寺 〒180-0004 吉祥寺本町1-10-7 商工会館2階 ☎22-1821  
▷ 中央 〒180-0006 中町1-2-8 ☎56-3800  
▷ 武蔵境 〒180-0022 境2-10-27 ☎53-2200

### 市の面積および各町丁目の面積の変更について

3月に国土地理院が公表した「全国都道府県市区町村別面積調」により、市の面積が10.73km<sup>2</sup>から10.98km<sup>2</sup>に変更されました。これは、国土地理院において面積の算出方法がデジタル化されたことによるものです。これに伴い、6月1日から町丁目別面積が下表のように変更になりました/☎総務課 ☎60-1807

町丁目	面積(km <sup>2</sup> )	構成比(%)	町丁目	面積(km <sup>2</sup> )	構成比(%)	町丁目	面積(km <sup>2</sup> )	構成比(%)
吉祥寺東町	0.92	8.4	中 町	0.70	6.3	境	1.17	10.7
1丁目	0.24		1丁目	0.17		1丁目	0.22	
2丁目	0.31		2丁目	0.26		2丁目	0.27	
3丁目	0.23		3丁目	0.27	3丁目	0.14		
4丁目	0.14	西久保	0.65	6.0	4丁目	0.22		
吉祥寺南町	0.99	1丁目	0.25		5丁目	0.32		
1丁目	0.20	2丁目	0.19		境南町	1.05		
2丁目	0.20	3丁目	0.21	1丁目	0.27	9.6		
3丁目	0.29	緑 町	0.54	2丁目	0.29			
4丁目	0.20	1丁目	0.14	3丁目	0.16			
5丁目	0.10	2丁目	0.23	4丁目	0.18			
御殿山	0.40	3.6	3丁目	0.17	5丁目	0.15	5.5	
1丁目	0.26		八幡町	0.55	5.0	桜 堤		0.61
2丁目	0.14	1丁目	0.14	1丁目		0.19		
吉祥寺本町	0.86	7.8	2丁目	0.21		2丁目	0.19	
1丁目	0.21		3丁目	0.14	3丁目	0.23		
2丁目	0.20		4丁目	0.06	計	10.98	100.0	
3丁目	0.20		関 前	1.10	10.1	1丁目	0.21	
4丁目	0.25	1丁目	0.29	2丁目		0.21		
吉祥寺北町	1.44	2丁目	0.21	3丁目		0.28		
1丁目	0.24	3丁目	0.28	4丁目		0.14		
2丁目	0.19	4丁目	0.14	5丁目		0.18		
3丁目	0.54	13.0	5丁目	0.23				
4丁目	0.24							
5丁目	0.23							



### 市民安全大会を開催します 目指そう!安全・安心なまち

6月20日(土) 午前10時~正午/スイングホール/①防犯防災講話②地域防犯活動の紹介③振り込め詐欺実演講話/無料/車での来場不可/☎当日、直接会場へ/☎安全対策課 ☎60-1916

### 介護保険負担限度額認定証の申請・更新

認定要件に該当する方には介護保険施設など利用時(短期入所含む)の居住費(滞在費)・食費の自己負担が軽減される認定証を発行。平成26年度の認定証(有効期限:7月31日)をお持ちの方には申請書を送付しますので、更新の手続きをしてください。8月から住民税非課税世帯の要件に住民票上の世帯が異なる場合の配偶者の所得も対象となります。一定の預貯金などの資産がある場合は対象外となります(通帳など写しの提出が必要)。新たに要件に該当し、施設などを利用する方は高齢者支援課へ申請してください/☎同課 ☎60-1845

### 新しい放課後等デイサービス事業所を8月に開設します

児童福祉法に定められた障害のあるお子さんの通所サービス/ビーキッズむさしの(吉祥寺南町3丁目、☎56-8432)/対象者: 身体障害者手帳、愛の手帳をお持ちの小学生~高校生で市から受給者証を受けた方/原則、サービス費用の1割、おやつ代、教材費などの自己負担あり/見学・説明会: 7月に開催予定。直接、事業所にお問い合わせください/☎障害者福祉課 ☎60-1847

### 平成26年度水道工事における優良な工事の公表について

より良い公共工事の品質確保と受注者の適正な選定および指導育成を目的に、請負金額500万円以上の工事を対象に工事成績評価を実施し下記の工事を26年度水道工事における「優良な工事」と認めました/☎総務課 ☎60-1819 (契約番号順)

工事名	受注者名
第二浄水場配水モータ及び回転制御改修工事	荏原実業(株)
庁舎災害用自家発電機設置工事	(株)第一テクノ
第二浄水場電線及びバルブコントローラ取替工事	荏原実業(株)

### 会議などの開催と傍聴

\*いずれの会議も傍聴できます

会議名	日時	会場	傍聴・議題など	☎☎
非核都市宣言平和事業実行委員会	6月18日(木) 午後6時15分	かたらいの道 市民スペース	10名(申込順)/夏季平和事業についてほか	前日までに 市民活動推進課 ☎60-1829へ
地域自立支援協議会全体会	6月23日(火) 午後6時30分	市役所 811会議室	10名程度(先着順)/今年度の各部会の活動について	当日、直接会場へ 障害者福祉課 ☎60-1904
新クリーンセンター施設・周辺整備協議会	6月25日(木) 午後7時	クリーンセンター 見学者ホール	20名(先着順)/施設・周辺整備の検討	当日、直接会場へ クリーンセンター ☎54-1221

「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/☎秘書広報課 ☎60-1804

お知らせ/ごみとリサイクル

図書館運営委員会の委員募集

特色ある図書館づくりのために設置している同委員会の委員を公募します...

農業振興基本計画(平成28～37年度)の策定委員会を設置

現行の計画期間が満了することから委員会を設置し、新たな計画の策定を進めます...

Table with 2 columns: Name, Position. Includes members like 井口良美, 北沢俊春, etc.

委員長 井口良美 副委員長 小島祐一

店頭看板・広告塔などの

安全管理を徹底してください

大雨、強風などで看板などの落下事故の危険性が高まります。看板、広告塔などの屋外広告物の設置者は、日ごろから安全点検や必要な改修などの管理を徹底し、事故の未然防止に努めるようお願いします。

防止に努めるようお願いします。

◎屋外広告物講習会:8月25日(火)・26日(水)午前9時20分～午後4時45分。都庁大会議場。都内の屋外広告業者。201名(申込順)。

学校施設整備基本方針を策定

本市の学校施設の現状と課題を整理し、今後の改築計画の基礎となる学校施設整備基本方針を策定しました...

一部地域の民生委員・児童委員が欠員になりました

6月1日から下記地域が欠員となりました。新しい委員が決まり次第、市報に掲載します。

緑町2丁目6(1～4、9) 相談は鈴木委員(☎56-2012)へご連絡ください

☎地域支援課☎60-1941

市ホームページアンケート

市ホームページ利便性向上のためアンケートを行っています。回答期限:6月26日(金)まで。市ホームページのお知らせの「ホームページアンケート実施中」から画面に従って回答してください。

☎秘書広報課☎60-1804

申込要領

ハガキ・ファクス・Eメールの記入例

- ① 行事名(コース)
② 住所
③ 氏名(ふりがな)
④ 電話番号

- ほかに記入事項のある場合は、記事に明示します
●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
●申込先の市内施設の住所は、見出し部分や頁下の欄外、最終頁をご覧ください(市役所内の課へは〒180-8777で届きます。住所不要)
●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

募集

嘱託職員の募集

特に記載のないものは平成28年3月31日まで(更新の可能性あり。最長5年)...

Table with 4 columns: 所属・職種・人数, 業務・応募資格, 勤務・報酬など, 選考. Includes positions like 保育士, 一般事務, etc.

臨時職員の募集

Table with 4 columns: 所属・職種・人数, 業務・応募資格, 勤務・報酬など, 選考. Includes positions like 保育補助, 学童クラブ臨時職員, etc.

子ども・スポーツ・体験活動事業の実施団体を募集

対象:社会教育関係団体が実施する、市内在住・在学の19歳以下を対象とした文化・スポーツ事業・体験活動...

社会保障・税番号制度 マイナンバー制度 が始まります

10月から住民票の住所に、マイナンバー(個人番号)が記載された通知カードを郵送します。 情報管理課☎60-1805

社会保障・税番号制度(マイナンバー制度)は、10月より住民票を有するすべての方に番号を付番し、平成28年1月から社会保障・税・災害対策の各分野の事務で利用が開始されるものです。

詳細はこちらでご確認ください

- マイナンバー制度の最新情報(内閣官房ホームページ)
http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/index.html
□国のマイナンバー制度のコールセンター
0570-20-0178(日本語窓口) 0570-20-0291(外国語窓口)
【平日 午前9:30～午後5:30】
◆情報管理課☎60-1805



マイナンバーキャラクター「マイナちゃん」

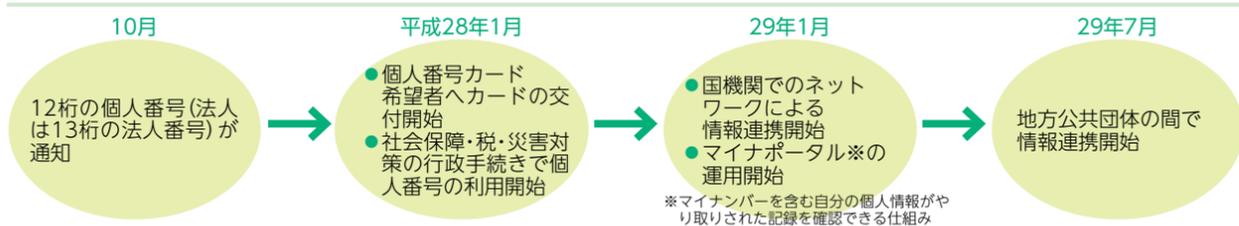
市民の皆さまからの条例案への意見を募集します

市では社会保障・税番号制度(マイナンバー制度)の開始にあたり、マイナンバー法に基づき、2つの条例を定める予定です。

- ①マイナンバー利用条例(仮称)の基本的な考え方
②特定個人情報保護条例(仮称)の基本的な考え方

配布:市役所市政資料コーナー・情報管理課・市民活動推進課、各市政センター。市ホームページに掲載/意見の提出:☎:7月3日(金・消印有効)までに郵送・Eメール(氏名・住所を明記)または直接①は〒180-8777情報管理課☎60-1805、sec-jyuhou@city.musashino.lg.jp、②は〒180-8777市民活動推進課☎60-1809、sec-katsudou@city.musashino.lg.jpへ。

マイナンバー制度導入のスケジュール



\*マイナンバーを含む自分の個人情報がやり取りされた記録を確認できる仕組み

お知らせ/募集

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/☎秘書広報課☎60-1804



災害時に備え防災ブログを開設します 本市がヤフー株式会社と締結した「災害に係る情報発信等に関する協定」に基づき、ヤフーサービス上にブログを開設します...

## ■青少年善行表彰「子鳩・けやき表彰」の推薦受付中

子どもたちの心温まる行動を表彰する「子鳩・けやき表彰」の推薦を受け付けています。【申・問】10月31日までに所定の様式（児童青少年課で配布。市ホームページから印刷可）で郵送または直接同課☎60-1853へ。

個人・グループ	対象	市内在住・在学の18歳までの青少年
	行い	グループまたは団体は、以前受賞している場合5年を経過していること 困っている友達や近隣の方への手助け、地域や社会への奉仕活動など
奨励団体		①～⑤すべてに該当①市内の子どもの健全育成を対象にしたボランティア団体②活動期間5年以上③以前受賞している場合は10年を経過していること④市から補助金を受けていない⑤会員の3/4以上が市内在住

## 子育て・教育

講師の方の敬称略

## ■私立幼稚園などの保護者補助金

対象	4月1日以降、市内に住居登録のある園児（平成21年4月2日～24年4月1日生）を私立幼稚園、幼稚園類似施設（基準あり）、認定こども園（基準あり）に通園させ、入園料・保育料を納めている保護者（園児と同一世帯）。27年度中に満3歳に達して途中入園した場合も対象	
補助金	入園料補助金	3万円（27年4月1日以降入園の方、1人1回）
	保育料補助金	月額5000円～1万1200円（27年度の市民税額による）
	就園奨励費補助金	27年度の市民税額が基準に該当する方（幼稚園によっては交付されない場合あり）

基準となる市民税額、補助金額などの詳細は在籍施設で配布する「お知らせ（申請書付き）」を参照。【申・問】7月10日までに申請書を郵送または直接子ども育成課、各市政センター（夜間窓口を除く）へ。【問】同課☎60-1854

■平成28～31年度使用  
中学校教科書見本の展示

28年度から使用する市立中学校の教科書採択に伴い、見本本の展示を行います。6月23日（火）～7月6日（月）／①吉祥寺図書館2階②武蔵野プレイス③市役所教育推進室／各施設の開館時間内。①②の展示初日は午後から。感想・意見は指



定用紙で意見箱へ。【問】指導課☎60-1897

## ■子育て支援講座講演会「思春期のアンガーマネジメント」～キレやすい子への理解と対応

6月30日（火）午前10時～正午（開場9時30分）／市役所811会議室／思春期のお子さんの保護者、関心のある方／80名（先着順）／本田恵子（早稲田大学教授）／無料。【申・問】当日、直接会場へ。【問】教育支援センター☎60-1899

## スポーツ

## ■スポーツ教室 産後ヨガ（保育あり）

7月29日～9月16日の毎週水曜（全8回）／午後1時30分～2時30分／総合体育館柔道場／生後2カ月～1歳未満の子どもと母親／20名（保育6名）（超えた場合抽選）／4000円（保育希望は別途1回1500円、保育は参加する子以外が対象）／【申・問】6月30日（必着）までにハガキ・ファクス（3頁の申込要領参照し、生年月日、在勤者は勤務先、保育希望は子の名前・生年月日も明記）または所定の申込用紙（総合体育館で配布）で同館☎56-2200、FAX51-5493へ。http://www.musashino.or.jp/から申込可。



## ● 6月のお知らせ ●

## ■善意の寄付ありがとうございました

◎医療法人社団華仁会理事長石井美夏様。写真パネル（A2サイズ）9枚。地域の中学生に自然の素晴らしさを知ってもらうため。◎カムバック吉祥寺ディスク様。2万円。福祉のため。【問】管財課☎60-1815

## ■商工会館／10月分申込

市民会議室、会議所会議室：7月7日（火）午前9時30分までに申込書提出（午前9時開場）／商工会館5階会議室。その後6階事務室で随時。【問】商工会議所☎22-3631

## ■選挙人名簿登録者数（6月定時登録）

6月2日現在の登録者数は、男5万

6269人、女6万2588人、計11万8857人です。また、在外選挙人名簿の登録者数は、男206人、女218人です。【問】選挙管理委員会事務局☎60-1893

## ■市民税・都民税納期のお知らせ

第1期の納期限は6月30日（火）です。納期内納付にご協力ください。【問】納税課☎60-1827

## ■介護保険料納期のお知らせ

第2期の納期限は6月30日（火）です。年金引き落とし：6月の年金から／口座振替：6月30日に引き落とし／納付書払い：6月30日まで。【問】高齢者支援課☎60-1845



## ■武蔵野プール（夏期プール）のお知らせ 図総合体育館☎56-2200

武蔵野プール（吉祥寺北町5-11-33）			
期間	7月1日（水）～9月13日（日）		
時間	午前9時～午後6時（屋外・屋内プール） 午後6時～9時30分（屋内プールのみ）		
使用料金（2時間）	高校生以上200円、ゴールドカードをお持ちの方100円、小・中学生10円、プラチナカードをお持ちの方・未就学者児は無料		
注意事項	小学4年生以下の単独入場不可／おむつの必要な乳幼児入場不可／付き添い（中学卒業以上、水着着用）が必要な方：未就学児（2名まで）、病弱者、泳げない方、午後6時以降に利用する中学生以下／ロッカーは10円の返却式／水泳帽を必ず着用／夏休み期間中（特に午後1時～4時）は混雑のため入場制限あり（定員1400名）／天候・教室開催などにより中止・一部使用不可の場合あり／持ち物に制限あり		
休場など	7月15日（水）	全日休場	定期休場日
	9月5日（土）	屋外プール午後1時～休場	市民水泳大会準備
	9月6日（日）	屋内プール午後6時～開放	市民水泳大会
	9月11日（金）	屋外プール午後1時～休場	アクスロン大会準備
	9月12日（土）	屋外・屋内プール午後2時～開放	アクスロン大会
※9月6日午前9時～午後6時、9月12日午前9時～午後1時は四中プールを代替で開放			
50mプール	50×25m深さ0.8～1.8m	小学生以上の泳げる方、一部未就学児使用可	
幼児用プール	直径12m深さ0.3～0.4m	未就学児と責任者	
25mプール	25×15m深さ1.2～1.4m	小学生以上の泳げる方（3年生までは責任者の付き添いが必要）	
15mプール	15×8m深さ0.9～1.0m		

## ■市民体育大会

7月5日（日）午前9時／日本獣医生命科学大学馬場（境南町1-7-1）／市内在住・在勤・在学の高校生以上の方／馬場馬術競技、小障害飛越競技ほか／3000円（保険料、馬借料）／【申・問】6月29日（必着）までにハガキ（3頁の申込要領参照し、年齢、性別も明記）で体育協会☎55-4119へ。

武蔵野市のゲリラ豪雨対策  
～的確な情報入手が必要

ゲリラ豪雨は、台風とは異なり、地域的かつ30分といった短時間に降る大雨で、気象庁では局地的大雨と呼んでいます。一時間に50mm以上という大雨の観測回数は1970年代と比較して増えてきていると言えます。

ここ数年市内でも、床上浸水、床下浸水、道路の冠水、マンホールの周囲の隆起といった被害もたらされてきました。平成26年度は4回の床上浸水があり、特に7月24日には、10分間に17.5mmという大雨が記録され、約40件の床上浸水がありました。その時に付近道路が冠水し、最も深い場所で150cmの水深となりました。

このようなゲリラ豪雨に対して、市ではハード面での対策をいくつか行っています。1つ目は北町保育園の園庭地下に雨水貯留施設を設置しました。2つ目は市立の各小・中学校に雨水貯留浸透施設の整備を進めており、現在2/3の学校に設置が完了しています。そのほか、雨水浸透ますの整備や道路の透水性舗装といった対策がとられています。下水道管は一時間当たり50mmの雨に対応することを目標に作られており、それを上回る雨の場合、水があふれてしまいます。大雨の時には、できる限り下水道管に水を流さないようにするため、これらの対策がとられています。合わせて、市の対策だけではなく、一般家庭でも大雨時には水をできる限り下水道管へ流さないという心がけが必要です。

市民ができるハード面での対策

としては、雨水浸透施設や雨水のタンクの設置です。どちらも設置については助成制度があるので、雨水の有効活用のためにも制度を利用してははいかがでしょうか。そのほか、市民ができる対策として、道路脇に設置されている雨水ますの清掃です。取水口に落ち葉や木の枝がたまると、雨水が流れなくなるので、こまめに清掃を行いましょう。また、雨水ますを車乗り入れのブロックでふさぐことも禁止されています。水が流れ込みやすい構造の家屋や地下に駐車場がある場合、浸水対策として、土のうや止水板の準備も必要です。土のうについては、希望者には配布をしています。

実際にゲリラ豪雨が起きた場合に市は、市内に設置されたスピーカーから防災行政無線で大雨警報などの情報を提供しています。また、防災行政無線の内容は、電話からも確認できます（☎60-1920通話料がかかります）。そのほか、むさしの-FMやホームページ、防災・安全メールといった複数の情報提供手段を用意しています。市民はこういった情報を的確につかむことも必要です。市の提供する情報のほか、東京都の下水道局や気象庁が発信している気象情報もあるので、的確な情報を入手し、ゲリラ豪雨に備えましょう。

（取材協力：防災安全部防災課／執筆者：小町友則）

## ■問市政資料コーナー☎60-1809

○記事で紹介した内容については防災課☎60-1821へ

## 市関連施設

●商工会館〒180-0004吉祥寺北町1-10-7／観光機構（1階）／消費生活センター（3階）●市民協・ボランティアセンター武蔵野／福祉公社〒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●福祉作業所〒180-0001吉祥寺北町4-12-20●総合体育館〒180-0001吉祥寺北町5-11-20／生涯学習振興事業団（1階）／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●障害者福祉センター〒180-0011八幡町4-28-13●むさしのヒューマン・ネットワークセンター〒180-0022境2-10-27武蔵野市政センター2階●国際交流協会〒180-0022境2-14-1スイング9階●市民会館〒180-0022境2-3-7●武蔵野プレイス〒180-0023境南町2-3-18●武蔵野ふるさと歴史館〒180-0022境5-15-5

■野外活動センター ☎54-4540、FAX51-9810、http://www.musashino.or.jp/

◎スキューバダイビング(ジュニア)〜シュノーケルとフィンを覚えて、魚とご対面  
 プール講習(参加必須):7月23日(木)・24日(金)・27日(月)午前10時〜正午、武蔵野プール。海洋実習:7月28日(火)午前7時30分市役所出発〜29日(水)午後6時解散(予備日:8月6日(木))、静岡県大瀬崎(大瀬崎宿泊)／クロールで25m以上泳げる市内在住、在学の小学3年〜中学生／23名／最少催行7名／指導:Dive House HORIZON／1万8400円／28日の昼食持参／**申**6月30日(必着)までに

◎親子野あそびクラブ〜夏の高原で遊ぼう〜  
 7月25日(土)午前7時三鷹駅北口出発〜26日(日)午後5時解散／1泊2日／自然の村宿泊(保護者の男女別相部屋)／市内在住・在学の小学生と保護者／30名／最少催行10名／昆虫採集など夏ならではの体験／指導:むさしの自然史研究会／大人1万7300円、子ども1万1300円／25日の昼食持参／**申**6月30日(必着)までに

◎夏休み標本教室〜アトラスオオカブトの標本作りに挑戦  
 8月2日(日)①午前9時30分②午後1時／各2時間／総合体育館／市内在住・在学の小学生(2年生以下は保護者同伴)／各25名／最少催行8名／指導:むさしの自然史研究会／1100円／**申**6月30日(必着)までに①・②の希望も明記、重複申込不可

◎沼ッ原湿原散策〜高層湿原特有の植物の自然散策へ  
 8月5日(水)午前7時三鷹駅北口出発・午後6時30分解散／栃木県那須塩原市／市内在住・在勤・在学の中学生以上の方／40名／最少催行13名／初心者向け／累積標高133m、歩行距離約3.8km、歩行時間約3時間／6200円／昼食持参／**申**6月30日(必着)までに

◎親子キャンプ〜自然の中で、親子で過ごす素敵な時間  
 8月14日(金)午前7時三鷹駅北口出発〜16日(日)午後6時解散／2泊3日／自然の村テント泊／市内在住・在学の小学生と保護者／40名／最少催行13名／指導:国際自然大学校／大人1万7500円、子ども1万2500円／14日の昼食持参／テント・寝袋貸出あり／**申**7月14日(必着)までに

【共通】貸切バス使用(係員同行、夏休み標本教室除く)／定員を超えた場合抽選／**申**ハガキ・ファクス(3頁の申込要領参照し、生年月日、在勤・在学者は勤務先・学校名も明記。ファクスは要受信用確認。電話申込不可)または直接同センターへ。ホームページから申込可

◎「自然の村直行バス運行」2泊3日で自然の村へ  
 8月21日(金)午後7時三鷹駅北口出発〜23日(日)午後5時解散。22日に清里へ無料送迎あり／自然の村(長野県川上村)宿泊／市内在住・在勤・在学の方ほか／25名(申込順)／最少催行5名／往復4000円(宿泊・食事・施設使用料別途)／**申**2カ月前〜2日前に、自然の村の宿泊予約と合わせて直接同センターへ

\*旅行条件説明書はホームページまたはDo Sports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

■親子で水中運動教室

7月26日(日)／武蔵野プール／下表参照。おむつが必要な方・妊婦不可／各15組(超えた場合抽選)／子どもとできる水中運動を紹介／1組500円／**申**6月30日(必着)までにハガキ・ファクス(3頁の申込要領参照し、生年月日(親子とも)、在勤者は勤務先も明記)または所定の申込用紙(総合体育館で配布)で同館 ☎56-2200、FAX51-5493 へ。http://www.musashino.or.jp/ から申込可。

時間	対象
① 午前9時30分〜10時30分	平成23年4月2日〜25年4月1日生と保護者
② 午前10時45分〜11時45分	
③ 午後1時〜2時	21年4月2日〜23年4月1日生と保護者

■夏休み幼児教室・ジュニア教室

各1時間(ボール投げは1時間30分)／幼児①③:平成23年4月2日〜24年4月1日生(器械運動、ボール運動)・②④:21年4月2日〜23年4月1日生(走る・跳ぶ運動とボール運動)、ジュニア:小学生／1人1教室／定員を超えた場合抽選／各2000円(ボールの投げ方は各1000円)／**申**6月30日(必着)までにハガキ・ファクス(3頁の申込要領参照し、生年月日、学年、在学・在園者は学校名も明記)または所定の申込用紙(総合体育館で配布)で同館 ☎56-2200 へ。http://www.musashino.or.jp から申込可。

やってみよう!夏休み幼児スポーツ教室 同館サブアリーナ/各24名	7月21日〜24日		7月27日〜30日	
	① 午前9時30分	② 午前10時45分	③ 午前9時30分	④ 午前10時45分
ジュニア水泳 7月21日〜7月24日 温水プール	① 午後1時50分 ② 午後3時	A 水なれ〜バタ足コース	各20名	
		B クロール基礎コース (面キックが7m以上できること)	各20名	
		C 平泳ぎ基礎コース (3年生以上でクロールが25m泳げること)	各10名	
ジュニアスポーツ体験 ボールの投げ方教室 同館メインアリーナ	① 7月21日〜22日	午前10時	各40名	
	② 7月23日〜24日			

● スポーツ関連のお知らせ ●

○未就学児の一時保育(7月)

3日・17日(金)／午前9時〜午後1時／1時間(1000円)以上30分(500円)単位で受付／総合体育館3階和室研修室／20名(先着順)／体育施設利用者、スポーツ教室参加者に限る／**申**希望日の2日前までに直接同館 ☎56-2200 へ。

イベント

■農業ふれあい公園「夏まつり」

6月27日(土)午後3時〜5時／荒天時28日(日)／農業ふれあい公園(関前5-19)／野菜の無料収穫体験、野菜の無料・格安提供、ハーブティー・ジャムクラッカーの無料提供、武蔵野にいだんご汁の格安提供、和太鼓、フラダンス、七夕飾り、子ども遊びなど／**申**当日、直接会場へ／**申**コミュニティファーム ☎53-7170、緑のまち推進課 ☎60-1863



文化事業団

事務局(市民文化会館内 ☎54-8822)  
 (☎)アルテ友の会(年会費1000円)

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

前進座公演 松本清張記念館プロデュース 松本清張 朗読劇シリーズ

8月15日(土)・16日(日) 吉祥寺シアター／脚色・演出:鈴木幹二／出演:津田恵一、小林祥子、柳生啓介、浜名実貴、上沢美咲／全席指定2500円、**申**2300円、2回券4500円、4回券8000円／2回券・4回券の友の会割引なし・電話予約のみ受付、予約時に作品名を指定。

	15日(土)	16日(日)
午後2時	「球形の荒野」	「西郷札」
午後4時	「張込み」	「或る『小倉日記』伝」

加藤登紀子

Tokiko 50th ANNIVERSARY

9月12日(土)午後4時30分開演／市民文化会館 大ホール／予定曲目:百万本のバラ、さくらんぼの

実る頃、知床旅情ほか／全席指定6000円

デジタル・ランカトール  
ソプラノ・リサイタル

10月27日(火)午後7時開演／市民文化会館 小ホール／「椿姫」より「ああ、そはかの人か〜花から花へ」ほか／全席指定5000円

ラウド・マイノリティ  
ジャズ・クインテット

11月25日(水)午後7時開演／スイングホール／出演:ケニヤッタ・ビズリー(トランペット)、キース・ロフティス(サクソ)、ダニー・グリセット(ピアノ)、デズロン・ダグラス(ベース)、アルバスター・ガーネット(ドラムス)／全席指定4000円

チケット予約専用電話 ☎54-2011 ホームページ www.musashino-culture.or.jp		*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
公演名	発売日	
「前進座」加藤登紀子「デジタル・ランカトール」ラウド・マイノリティ	6月20日(土)	
*午前10時より発売。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、電話予約時または各窓口で購入時に同時入会可(インターネットでは不可)		

施設の 使用申込	*受付開始時間に必ず来所。希望日が重なった場合、協議、抽選または調整のうえ抽選／市民文化会館(展示室)、美術館、シアター以外の空き室は、翌日(休館日除く)から相互施設と各市政センターで随時受け付けます				
施設名	室名	使用期間	受付開始時間・場所		
市民文化会館	大ホール、小ホール	※平成28年4月〜29年3月は改修工事のため休館します			
	展示室、練習室、会議室、和室、茶室	28年1月	7/2(木)	午後2時	3階会議室
芸能劇場	小劇場、小ホール	※12月1日〜28年2月29日は改修工事のため休館します			
		28年1月	7/1(水)	午前9時30分	2階会議室
公会堂	ホール、会議室、和室	※ホールは11月9日〜28年2月1日は改修工事中ですが、平日夜間(午後6時〜10時)と土・日曜、祝日は使用可。平日昼間(午前9時〜午後5時)は使用可(使用条件あり)。会議室・和室は通常どおり使用可。詳細はお問い合わせください			
スイングホール	スイングホール、レインボーサロン、スカイルーム	28年1月	7/5(日)	午前9時	10階スカイルーム
			7/10(金)	午前9時	和室
松露庵	茶室		7/1(水)	午前9時	音楽室
吉祥寺美術館	音楽室		7/2(木)	午後2時	会議室
市民スペース	会議室	28年1月・2月	7/2(木)	午後2時	会議室
吉祥寺シアター	舞台芸術上演	5日以上使用	劇場	28年12月・29年1月	調整中 詳細は7/15号 中2階事務室
		5日未満使用	劇場	28年8月・9月	
	舞台芸術の上演以外使用	劇場	28年1月★	7/1(水)	
	舞台芸術以外で使用		けいこ場	27年10月	午後2時

★は優先分(自主事業・貸館)のため劇場の空きなし  
 \*芸能劇場、公会堂ホールおよびスイングホール(イベントホール)は毎月第1木曜〜翌週火曜、シアター劇場は奇数月24日〜同月末、非営利の市内アマチュア芸術文化団体の優先期間です。受付開始時に対象団体の申し込みのない場合は一般の申し込みを受け付けます

小池博史ブリッジプロジェクト「マハーバーラタ」体感ワークショップ

吉祥寺シアター12月公演「マハーバーラタ」のプレイイベントとして、スロームーブメントを中心に物語を体感するワークショップ／7月11日(土)午前10時〜午後5時、7月12日(日)午後1時〜5時(6時から発表会)／同シアター稽古場／高校生以上(未成年は保護者の承諾が必要)／20名(申込順)／1000円／**申**ファクス・Eメール(3頁の申込要領参照し、性別、あればEメールアドレス、ワークショップを知ったきっかけ、未成年者は保護者氏名も明記)で同シアター FAX22-0977、theatre@mushino-culture.or.jp へ。

文化財展示 七夕飾り

6月29日(月)～7月8日(水)(土・日曜を除く)／午前9時～午後5時(29日は午後1時から、8日は午後2時まで)／市役所ロビー／市に伝わる七夕飾り、お供え(まんじゅう、野菜、神酒口など)、市民から聞き取りした七夕の様子をまとめたパネル展示な



ど／無料／固ふるさと歴史館 53-1811

青少年の「やってみたい事」企画募集

全員が中学生～20歳を迎えた年度末までの方／1組(選考により決定)／スタッフがサポート／無料／7月5日までに企画申込書(武蔵野プレイス地下2階受付で配布、http://www.musashino.or.jp/から印刷可)を同受付へ／固同館青少年担当 30-1902

市民会館夏休み子ども向け教室

◎ワークショップ
①陶芸:7月21日(火)「土器の動物をつくろう!」馬場咲夫(陶芸教室主宰)1000円(材料費)
②工作:7月24日(金)「オイル式万華鏡をつくろう!」広瀬明日子(アトリエチャイルド主宰)800円(材料費)。午前10時～正午。市内在住・在学の小学3～6年生。各24名。
◎遊びのミニ学校「親と子が一緒に体験する手作り教室」
①洋菓子教室「プリンアラモード」:7月25日(土)午前10時～午

後0時30分。12組。1500円
②造形教室「段ボール工作」:7月25日(土)午前10時～正午。20組。500円
③料理教室「ハンバーガー」:8月1日(土)午前10時～午後0時30分。市内在住・在学の小学生と保護者2名1組。12組。1500円。参加者以外の入室不可
【共通】定員を超えた場合抽選
【申問】6月30日(必着)までに往復ハガキ(3頁の申込要領参照し、子どもの氏名くふりがな)、学校・学年、性別も明記)または返信用ハガキを持って直接同館 51-9144へ。

子ども

講師の方などの敬称略

土曜学校 亜細亜大学経営学教室 社長さんになってみませんか

7月18日(土)午後1時～5時／同大学／市内在住・在学の小学5・6年生／25名(超えた場合抽選)／シミュレーション・プログラムを使用し、経営の仕組みをチームで学ぶ／夏目重美(同大学教授)、AUSCPシニア・コミッティ(同大学生)／無料／申問6月27日(必着)までに往復ハガキ(3頁の申込要領参照し、性別、生年月日、学校名・学年、保護者名も明記)または返信用ハガキを持って直接武蔵野プレイス生涯学習担当 30-1901へ。http://www.mus



帽子屋さんになって経営体験

ashino.or.jp/から申込・当落確認(7月4日～7月18日)可。

夏休み子どもボランティア 手話教室

7月23日(木)～25日(土)／全3回／午前10時～正午／市民社協議室／市内在住の小学2～6年生(2回以上出席)／20名(全回出席者を優先し超えた場合抽選)／手話でのあいさつや自己紹介、歌を通じて耳の聞こえない方とのつながりを持つ／無料／主催:武蔵野市／申問7月8日(必着)までに往復ハガキ(3頁の申込要領参照し、学校・学年も明記)でボランティアセンター武蔵野「子ども手話教室」担当 23-1170へ。



子育て支援事業

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／無料／市報発行日1日・15日各施設の開始時間から受け付け。☎は事前に電話。◎印は事前に電話または直接各施設へ。☑は各ホームページなどから申し込み／固詳細は主催者(各施設)にお問い合わせください

幼稚園

費用はおやつ・教材費／申問各園

Table with columns: 幼稚園・連絡先・事業, 日程・対象, 固. Rows include activities like 'ミニ見シアター', '園庭開放', '夏に遊ぼう(スイカ割り)', etc.

ガイド&GUIDE

各事業への申込方法 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。●市の主催事業ではありませんので、申し込みや問い合わせは各記事の主催者へ。●講師の方などの敬称略

講座・講習・イベント

商工会議所サービス業部会 基調講演会

6月17日(水)午後3時～4時30分／90名(申込順)／商工会館市民会議室／チャンピオンから学ぶ、闘争心と感謝心／高橋良輔(元東洋太平洋クルーザー級チャンピオン)／申問同会議所 22-3631(土・日曜、祝日除く)

亜細亜大学連続討論会 「街づくり未来塾Ⅰ」

6月15日・22日・29日、7月13日の月曜(全4回)／午後2時30分～4時／同大学2号館2階227教室(境5-24-10)／「まちづくりとメディア」大橋一範(週刊きちじょう編集主幹)、「井の頭恩賜公園100年と武蔵野の森～現在・過去・未来」山縣正彦(前・井の頭恩賜公園100年実行委員会事務局長)、「武蔵野プレイスの4年をふりかえって」加藤伸也(武蔵野プレイス館長)、「学生プロジェクトチームの発表」栗田充治(亜細亜大学街づくり未来塾

I担当教授)／無料／固当日、直接会場へ／固電話またはEメールで同大学地域交流課 36-2469、chiiki@asia-u.ac.jpへ。

市民交響楽団 室内楽定期演奏会

6月21日(日)午後2時(開場1時30分)／市民文化会館小ホール／曲目:弦楽四重奏曲第9番ハ長調作品59の3「ラズモフスキー第3番」(ベートーベン)、木管五重奏のための6つのバガテル(リゲティ)ほか／入場無料／全席自由(定員あり)／固同楽団・太田 080-2244-0955

東京女子大学3人の卒業生学長による講演会「はばたけ東女生!」

6月22日(月)午後1時15分～2時45分／同大学講堂(杉並区善福寺2-6-1)／一般の方、在学生、同窓生／湊晶子(13代)、眞田雅子(14代)、小野祥子(15代、現学長)／無料／固当日、直接会場へ／固同大学教育研究支援課 03-5382-6451、http://www.twcu.ac.jp/100th/参照。

市民のための老いじたく 老いじたくの基礎知識

6月22日(月)午後1時30分～3時／市民会館第2学習室／20名(申込順)／成年後見制度について／無料／固福祉公社 23-1165

家族介護支援プログラム 「高齢者の食事と栄養」

6月23日(火)午後2時～4時／さくらえん(桜堤2-8-31)／15名

／高齢者向けの食事内容や形態について(試食会あり)／無料／固同施設・下田、瀬戸口 51-5597

テンミリオンハウスそ～らの家 健康セミナー「転倒予防」

6月24日(水)午前10時～11時／20名程度／転倒する原因や自分でできる予防策など理学療法士による解説と体操／無料／固同施設 71-3336(吉祥寺南町5-6-16)

家族介護教室「みどりの輪」 人に聞けない葬儀の話

6月24日(水)午後1時30分～3時／高齢者総合センター4階研修室／市内在住で興味のある方／20名(申込順)／講師:(株)愛香祭典／固同センター在宅介護支援センター 51-1974

認知症について考える

6月25日(木)午後1時30分～3時／吉祥寺ナースィングホーム在宅介護支援センター(吉祥寺北町2-9-2)／20名(申込順)／認知症の方の気持ちに配慮した対応や声かけなどを学ぶ／無料／固同センター 20-0847

ボランティア入門講座

チャレンジ☆ボランティア…座学:6月27日(土)午後1時～4時30分、市民社協議室、活動に備えて心構えやマナー、コミュニケーションスキルを学ぶ。体験:7月18日(土)～8月21日(金)に実施する、夏!体験ボランティアに

参加／市内在住・在勤・在学のボランティア活動に興味のある方／20名(申込順)／参加費200円、保険料300円別途／申問ボランティアセンター武蔵野 23-1170、FAX23-1180

日本語&学習支援 市民ボランティア研修講座

6月27日(土)午後2時～4時／東京YWCA武蔵野センター4階(中町1-19-16)／日本語支援・学習支援に関心のある方／20名／「外国にルーツを持つ子どもの現状と課題」ピッチフォード理絵(多文化教育アドバイザー)／一般1000円、学生500円／固同センター 52-3881、FAX53-1436、musashino@tokyo.ywca.or.jp

テンミリオンハウス月見路 健康講座「体を動かして楽しく脳トレーニング」

6月30日(火)午後1時30分～3時／10名(65歳以上の方優先し申込順)／椅子に座って手足を動かして脳を活性化／健康づくり人材バンク健康運動指導士／無料／固6月27日までに月見路 20-8398(吉祥寺北町1-11-7)へ。

地域交流会「七夕祭り」 親子参加者募集

7月1日(水)午後1時30分～3時／高齢者総合センター2階サービスセンター／利用者と一緒に竹の飾りつけと交流。おやつあり／無料／上履き持参、汚れても良い服装で／申問同センター・方波見 51-2933

都内産野菜の即売会

7月2日(木)午前11時30分～午後2時／練馬区立区民・産業プラザホール(同区練馬1-17-1ココネリ3階)／都内の38市区町村が連携し、都内農産物や加工品を販売／固都市農地保全推進自治体協議会事務局 03-5984-4759

シルバー人材センター

◎パソコン教室受講者募集(ウィンドウズ7・8対応、PC持込可)…①初心者:7月8日・9日・15日・16日・22日・23日の水・木曜(全6回)午後1時30分～3時30分。6000円②エクセル:7月10日・17日・24日の金曜(全3回)午後1時30分～3時30分。3000円③インターネット&メール:7月18日(土)午前10時～午後3時。2000円④パソコン相談室:7月9日・23日の木曜(各1回)午前10時～正午。各1600円／【共通】同センター講習会室。各5名、相談室は各2名(申込順)。費用はテキスト・教材費ほか。6月17日から料金を持って直接同センターへ。◎パソコン訪問指導…1時間1819円～(電話受付)。◎補習教室生徒募集…吉祥寺・中町・桜堤教室で学校の教科書に沿った小グループ編成。市内および近隣地域の公・私立小学3年生～中学生。1科目週1回。小学生:国語、算数、英語1科目3500円、中学生:国語、数学、英語1科目4500円。入会金2000円。定員あり／申問同センター 55-1231

イベント／子ども

子育て施設

- 【保育園】●南…吉祥寺南町3-6-15 48-1501 ●吉祥寺…吉祥寺北町5-11-51 51-5206 ●境…境4-11-3 53-1783 ●境南…境南町5-1-1 32-2443 ●東…吉祥寺東町3-28-3 21-2495 ●北町…吉祥寺北町1-23-17 21-6681 ●千川…八幡町1-4-13 51-8478 ●境南第2…境南町2-20-17 32-8167 ●桜堤…桜堤2-1-27 52-4671 ●武蔵野赤十字…中町3-25-7 52-3298 ●まのちの保育園…吉祥寺本町3-27-13 38-8260 ●ありんこ…西久保1-11-10 54-1356 ●精華…西久保1-37-9 54-3854 ●精華第二…西久保2-15-3 38-7352 ●西久保…西久保2-18-6 51-5307 ●ふじの実…緑町3-4-3 55-2525 【その他の施設】●境こども園…境4-11-6 53-2312 ●桜堤児童館…桜堤2-1-29 53-2206

保育園

6月15日から各保育園へ(月～金曜午前10時～午後4時)
定員のある園もあります

Table with columns: プレママのひろば・あかちゃんのひろば, 会場, 日程, 時間, プレママ, あかちゃん

保育園であそぼう 保育園に通っていない未就学児の親子/無料/電話で各園へ(月～金曜午前10時～午後4時)

Table with columns: 保育園, 事業名, 日程, 時間・費用, 対象, 申込

子育て支援施設

運営団体:子ども協会 ☎36-0671

吉祥寺:0123吉祥寺 吉祥寺東町2-29-12 ☎20-3210 休館 日・月曜
はらっぱ:0123はらっぱ 八幡町1-3-24 ☎56-3210 休館 金・土曜
いこっと:境こども園いこっと 境4-11-6 ☎53-2312 休館 日曜
ぐるりん:おもちゃのぐるりん 緑町2丁目第3アパート1階 ☎37-2016 休館 日・月曜

市内在住の方/3歳児対象事業は平成27年4月2日以降に4歳になった子ども対象/※託児:生後5カ月以上の希望者(兄弟姉妹の託児は3日前までに予約)/☎15日(月)(吉祥寺は16日(火))から電話または直接各施設へ\*いこっとは月～金曜午前9時～午後4時

Table with columns: 事業名, 日程・対象・内容, 申込, 託児

トピックス 「出かけて探して見つけよう!武蔵野市の自然」発行

市の緑、水、生き物に関する小学生向けの小冊子を発行しました。マンガ「探そう!武蔵野市の自然」「自然探検マップ」...



若者・中小企業交流会

7月3日(金)午後1時～4時30分(受付0時30分～3時30分)/スイングレインボーサロン/学生および29歳以下の求職者/若者が多摩地域の中小企業について直接知る機会として実施/筆記用具持参/共催:武蔵野市/☎042-329-4510

就業支援セミナー

①ミドルのための再就職支援講座:7月7日(火)。30～54歳②採用への近道:7月9日・23日(木)。34歳以下③シニアの再就職対策講座:7月14日(火)。55歳以上④合同就職面接会:7月16日(木)。おおむね55歳以上⑤プラスワンセミナー:7月17日(金)。全年齢⑥就活エクスプレス:7月21日(火)～27日(月)の5日間。30～44歳の非正規雇用者⑦女性再就職サポートプログラム:8月20日(木)～9月4日(金)・25日(金)。女性/東京しごとセンター多摩(国分寺市南町3-22-10)/①②③⑤予約制・申込順、⑥資格要件、選考あり(要問い合わせ)⑦選考、託児あり(要問い合わせ)/詳細は http://www.tokyoshigoto.jp/tama/を参照/☎042-329-4524

講演会「成人期発達障害への新たな支援」

7月9日(木)午前10時～午後0時20分/武蔵野プレイスフォーラ

ム/80名(申込順)/平雅夫(世田谷区発達障害者就労支援センター「UNI」センター長)/会員500円・そのほか800円/☎090-5805-9783, st2014kikaku@gmail.com, http://shorttemper.blog.fc2.com/から申込可。空きがあれば当日可。

志梅さんの中国家庭料理教室

7月11日(土)午後2時～5時/市民会館料理室/18歳以上/18名(申込順)/手作り麺の肉みそがけ・ダールウ麺(野菜の餡かけ麺)、ザーサイのスープほか/蘭志梅(中国出身国際交流協会会員)/1500円(同協会会員1000円)。当日キャンセルは参加費全額/エプロンと筆記用具持参/☎07月9日までに同協会 ☎36-4511へ, http://www.mia.gr.jp/から申込可。

テンミリオンハウスくるみの木「布ぞうり作り」

7月15日・29日(水)/午後1時30分～3時/10名(申込順)/初めての方も可/700円(材料費込み)/☎くるみの木 ☎38-7552(中町3-25-17)

◆スポーツ◆

市老人クラブ連合会

◎健康ウォーキング:6月23日(火)午前10時(受付9時30分～)。雨天:翌日。境南ふれあい広場(武蔵野プレイス前)から神代

植物公園までウォーキング。100名(申込順)。飲み物持参。☎6月22日までに電話で同連合会へ。◎椅子を使った介護予防体操講習会:6月26日、7月24日、8月28日の金曜。午前10時。スイングレインボーサロン。80名。無料。タオル持参。☎当日、直接会場へ/【共通】市内在住で60歳以上の方/運動のできる服装/☎同連合会事務局(市民社協内) ☎23-0701

初心者も楽しめる太極拳教室

6月28日(日)午後1時30分～3時/武蔵野館ダイルーム(関前2-16-5)/市内在住・在勤・在学の方/20名(先着順)/教室後、先生を囲んで茶話会/山本高弘(内家拳研究会指導員)/無料/動きやすい服装と内履(素足可)/☎同館・桑原、梅田 ☎36-7711

ソシアルダンス教室

中級教室(ルンバ):7月3日～9月25日の金曜(7月10日、9月11日を除く11回)、午後7時～8時50分、5000円。初級教室:7月7日～9月8日の火曜(全10回)、午後7時～8時45分、4000円/総合体育館/☎6月25日までにハガキ、所定の申込用紙で同館または電話、Eメールで島森へ/☎ソシアルダンス連合会・島森 ☎080-6555-2144, t-shima2000@nifty.com

夏休みジュニア育成水泳教室

前期:8月3日(月)～7日(金)、後

期:8月17日(月)～21日(金)/午前9時30分～11時/武蔵野温水プール/市内在住で25m以上泳げる幼児、小学生/各30名/2000円/☎7月14日(必着)までに往復ハガキ(性別、生年月日、学校名・学年、前期・後期・通しも明記)またはハガキを持って体育協会へ/☎水泳連盟・佐藤 ☎080-8479-1573

◆お知らせ◆

司法書士・土地家屋調査士による無料登記相談会

6月18日(木)、7月9日(木)/午前10時～午後3時/市役所ロビー/相続・遺言、売買、贈与などの不動産登記に関する相談など登記全般/☎当日、直接会場へ/☎東京司法書士会武蔵野支部 ☎27-6761、東京土地家屋調査士会武蔵野支部 ☎33-9844

商工会議所無料相談会

◎税務:7月6日(月)午前10時30分～午後4時30分。市内在住・所在の個人事業主。記帳・決算申告・税金など。帳簿、昨年の決算書など持参。予約優先。◎金融:7月7日(火)午後1時30分～4時。創業予定者、会社経営者。資金調達。完全予約制/☎同会議所 ☎22-3631(吉祥寺本町1-10-7)

司法書士による無料法律相談会

7月11日(土)午後1時～4時/公

会堂/登記、相続、遺言、成年後見、債務整理など/☎☎前日までに東京司法書士会武蔵野支部・勅使 ☎27-6761へ。

保育園などの保育士アルバイト(夏期)募集

保育補助/若干名/保育士有資格者または保育士養成学校在学生/勤務:7月上旬～9月中旬。週5日(月～金曜。応相談)午前8時30分～午後5時/子ども協会が運営する保育園・こども園/日額7800円～8400円、交通費別途/☎☎6月26日(金・必着)までに市販の履歴書(写真貼付・返却不可)。「夏期アルバイト希望」と明記)を郵送で子ども協会事務局 ☎36-0671(〒180-0022境4-11-6)へ。採用予定者のみ7月10日ごろまでに電話連絡。

戦没者遺児による慰霊友好親善事業の参加者募集

戦没者の遺児の方/戦没地訪問実施地域:旧満州、旧ソ連、西部ニューギニア、ボルネオ・マレー半島、マリアナ諸島、東部ニューギニア、中国、トラック・パラオ諸島、ソロモン諸島、ミャンマー、フィリピン/費用:10万円/☎日本遺族事務局 ☎03-3261-5521

むさしのFM放送番組審議会

5月15日(金)午後2時より商工会館で開催しました/詳細はむさしのFMホームページに掲載/☎エフエムむさしの ☎23-0782

# よくかんで

# いっぱい食べて

# じょうぶなからだ

## 6月は食育月間

## 毎月19日は食育の日

### 食育標語

市では、地域全体で豊かな「食」が育まれるよう、各世代に多様な取り組みを行っています。食を通じた楽しいコミュニケーションで、家族や地域の絆を深め、食文化を次世代につないでいけるよう応援しています。



平成26年版「食育のしおり」

### 新生児～幼児

#### このとりベジタブル事業

新生児を保健師などが訪問する「こんにちは赤ちゃん訪問」の際に、市内産の野菜・果物と交換できる「野菜等引換券」(2000円分)を贈呈。引換券は、JA新鮮館、アンテナショップ、麦わら帽子、市内農産物直売所(一部)で利用可/1歳未満の乳児のいる家庭/申込不要(通年事業)/**固**生活経済課☎60-1833

#### 離乳食講座

境こども園の栄養士による離乳食講座。初期の離乳食の作り方、味付け、食べさせ方などを学びます/市内在住の4~7カ月の子と親/年2回実施(10月・2月実施予定)/**固**随時市報に掲載/**固**境こども園いこっと☎53-2312

#### 食事相談

実施日:偶数月第4火曜、午後1時30分~ /境こども園/市内在住の未就学児の親/離乳食から幼児食まで、子どもの食事についてのさまざまな相談に、栄養士が応じます/**固**不要。お気軽にご来館ください/**固**境こども園いこっと☎53-2312



### 小・中学生

#### 学校給食

給食・食育振興財団では、教育委員会と連携し、市立小・中学校への給食の提供を担っています。栄養指導や調理員のクラス訪問なども実施し、学校給食を生きた教材とした食育を推進しています。また、給食には新鮮な地場野菜を取り入れ、地産地消を進めています/**固**教育支援課☎60-1901、**同**財団☎54-2090



#### むさしの給食・食育フェスタ2015

8月22日(土)午前10時~午後2時30分/市民会館/「みんなでチャレンジ!たべもの博士」をテーマに健康的な食生活を考えるきっかけ作りになるよう、さまざまな体験コーナーを用意しています(詳細は市報8月1日号に掲載)/**固**同財団☎54-2090



### 65歳以上

#### おいしく元気アップ!教室

現在の食生活をより栄養バランスの良いものにするための教室です。管理栄養士による個別相談や講義、簡単な試食、体操を行います/第2期:9月~11月、吉祥寺南町コミセン。第3期:平成28年1月~3月、スイングホール/午前10時~正午/65歳以上の市民/20名(申込順)/**固**随時市報に掲載/**固**健康課



### 成人

#### 料理講習会

生活習慣病予防料理講習会:毎日の食事と栄養面から生活習慣病を予防する工夫や献立を学ぶ/**固**随時(市報最終頁コミュニティセンター事業案内欄に掲載)

50歳以上

男性のための料理講習会:初めて包丁を持つ方も気軽に参加できる講習会。基礎的な料理を作りながら、健康な食生活のアドバイスも行う。年7回程度開催(6・9・10・11・12・2月ごろ実施予定)/**固**随時市報に掲載

60歳以上の男性

介護者のための料理講習会:介護が必要となった方向けの献立や調理方法に関する講習。また、家族と一緒に食卓を囲む献立を学ぶ。介護者、または関心のある方。年3回(6・9・11月ごろ実施予定)/**固**随時市報に掲載

介護者

**固**高齢者支援課☎60-1846

### 親子

#### 夏休み親子教室

加工食品と手づくりの食べ物を比較します/7月30日(木)「手打ちうどんづくり」小学生と親/**固**市報7月1日号に掲載/**固**消費生活センター☎21-2972



#### けんこう☆からだづくり食育出前型教室

チャレンジキッズ教室・食べ力のびのび教室・親子食育ウォーキング教室のいずれかを出前型で開催/市内在住・在学・在園のおおむね5歳~小学生と保護者の小グループ(対象者の親子5組以上)/**固**随時、健康づくり支援センター☎51-0793へ



#### 健康づくり出前講座~栄養プログラム~

「間違いだらけの食の常識」や「見た目も中身も若く健康でいるために」など22の栄養プログラムの中から、希望の講座を健康づくり人材バンク管理栄養士などが出前で実施/市内在住・在勤者10名以上のグループ/**固**随時、健康づくり支援センター☎51-0793へ



#### (通信制)食事♡(ハート)診断

あなたやあなたの気になる方の1日分の食事記録と写真から食事バランスを分析。その結果と相談票を基に、食生活習慣改善に役立つアドバイスを返信/健康づくりはつらつメンバーへの登録が必要(市民のみ)/毎月6名(申込順)/**固**随時、健康づくり支援センター☎51-0793へ



## 野菜を 1日350g 食べよう!

食事は「バランスよく食べる」ことが基本ですが、なかでも生活習慣病予防のためには野菜の摂取が欠かせません。しかし、成人1日あたりの野菜類の平均摂取量は302.5g(平成25年の東京都民の健康・栄養状況の結果)と、目標量より不足しています。野菜の摂取目標量は1日350gです。あと1皿分(70g)加えてみましょう。



- 主食(ごはん・パン・麺)
- 副菜(野菜・きのこ・いも・海藻料理)
- 主菜(肉・魚・卵・大豆料理)
- 牛乳・乳製品
- 果物

## もう一皿野菜を食べよう!



1日にとりたい野菜の量350g

料理だと5皿分



# 講座・講習

講師の方の敬称略

## 後期高齢者2000万人時代を 生き抜く知恵と健康法

7月7日(火)午後2時~4時(開場1時30分) / 武蔵野プレイスペースC / 30名(申込順) / 団塊世代が75歳以上となる2025年に向けて人々の健康を支える知恵と健康法についての講演 / 多田羅浩三(大阪大学名誉教授) / 無料 / 印 6月30日までにハガキ・ファクス(3頁の申込要領参照)で〒180-8629 亜細亜大学栗田研究室シニアネットむさしの事務局 FAX03-6730-1556 / 固 市民活動推進課 ☎60-1830

## 市民活動マネジメント講座 【はじめての資金調達講座】

7月23日(木)午後7時~9時 / 武蔵野プレイスペースC / 市民活動をしている方・興味のある方、活動資金不足にお悩みの方 / 30

名(申込順) / 市民活動の基盤を固める! 資金不足の不安を解消し、資金調達に取り組むための基礎講座 / 小堀悠(NPOサポートセンター事務局長) / 700円 / 印 電話、Eメール(3頁の申込要領参照)または直接同施設市民活動担当 ☎30-1903、gr-shikatu@musashino.or.jp へ。

## 世界連邦運動協会

### 武蔵野支部総会基調講演

6月27日(土)午後2時30分 / 公会堂第4会議室 / 小・中学生、親子(大人のみも可) / 45名(先着順) / 武蔵野市の戦争のお話を聞く / 牛田守彦(武蔵野の空襲と戦争遺跡を記録する会) / 無料 / 固 当日、直接会場へ / 固 生涯学習スポーツ課 ☎60-1902、同支部・深田 ☎090-8025-4457

# 図書館

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

## 土曜の午後の映画会

6月27日(土)午後2時30分(開場2時15分) / 中央図書館視聴覚ホール / 中学生以上 / 70名(先着順) / 「リトル・ショップ・オブ・ホラーズ」(1960年、アメリカ、72分、モノクロ、字幕版、監督:ロジャー・コーマン) / 無料 / 固 当日、直接会場へ / 固 同館

## 中央図書館の書庫資料の一部利用停止について

6月19日(金)~7月1日(水) / 書庫の工事に伴い書庫資料の一部を利用することができません。ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします / 固 同館

# 健康

健康課(保健センター1階) ☎51-0700 (〒180-0001 吉祥寺北町4-8-10)

特に表記のない限り、場所は保健センター、対象は市内に住民登録のある方、無料。ハガキなどでの申し込みは3頁の申込要領参照

## 肺がん検診のお知らせ

7月31日(金) / 男性:午後1時~2時、女性:2時30分~3時30分 / 平成28年3月31日現在40歳以上の方(3カ月以内に市の健康診査を受けた方、妊娠中または可能性のある方、ほかで胸部X線を受ける方、血痰の出ている方は対象外) / 45名 / 胸部X線直接撮影、喀痰細胞診検査(必要な方) / 印 固 ハガキ・封

書(生年月日、①たばこを喫煙中(過去に喫煙)の方は1日の本数と喫煙年数②過去6カ月以内に痰に血が混じったことがある方は「血痰あり」①②ない方は「なし」と記入)または直接健康課へ。市ホームページから電子申請可 / 注意:最近6カ月以内に血痰の症状があった方は、肺がん検診ではなく、直接医療機関で検査を受けてください。

## 官公署だより

### 子どもの人権110番強化週間

6月22日(月)~28日(日) / いじめや児童虐待など / ☎0120-007-110 平日午前8時30分~午後7時、土・日曜午前10時~午後5時 / 対応:人権擁護委員、法務局職員 / 無料 / 秘密厳守 / 固 東京法務局人権擁護部 ☎03-5213-1234

### 介護支援専門員(ケアマネジャー)実務研修受講試験

試験日:10月11日(日) / 受験要項:高齢者支援課、各在宅介護支援センター、都庁などで配布。郵送希望は角2封筒(400円切手貼付)を同封し、東京都福祉保健財団ケアマネ試験担当(〒163-0719 新宿区西新宿2-7-1 小田急第一生命ビル19階)へ / 印 固 7月8日(消印有効)までに簡易書留郵便で同財団 ☎03-3344-8512 へ。

東京都中小企業ワークライフバランス支援 ◎推進助成金:働き方の見直しに取り組む都内の労働者数300人以下の中小企業などに助成 / ①経費助成:ワークライフバランスの推進にかかる経費の1/2(上限100万円)連続する2年度まで助成 ②仕事と介護の両立奨励金:定額40万円を助成 / 固 東京都労働相談情報センター 国分寺事務所 ☎042-323-8511。◎認定企業募集:書類審査通過企業にコンサルタントを派遣(無料)。認定企業を都の各種広報で公表 / 印 固 7月10日までに都産業労働局雇用就業部労働環境課 ☎03-5320-4649 へ / 【共通】詳細は「TOKYOはたらくネット」ホームページ参照。

## 母子保健

### もうすぐパパ・ママのための こうのとりの学級(土曜日クラス)

7月25日(土)午前9時30分~正午 / 初妊婦(受講時に妊娠16~31週の方)と夫 / 32組(申込順) / 赤ちゃんの生活、産後の体と心の変化、もく浴実習・妊婦体験ジャケット / 母子健康手帳、バスタオル、筆記用具持参 / 印 固 7月17日までに電話または直接健康課へ。

### 乳幼児健康診査

3~4カ月児、6・9カ月児、1歳6カ月児、3歳児の健康診査は対象者に個別通知をしています / 転入の方には通知が届きませんのでお問い合わせください / 固 健康課

### 高齢者は熱中症に十分気を付けましょう

熱中症患者のおよそ47%は65歳以上の高齢者です。高齢者は、のどの渇きなど水分不足を感じにくく、発汗量も少ないため体内に熱がこもりやすくなります。のどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給をしましょう。熱中症は家の中でも多く発生しているので、注意が必要です。暑いという感覚だけでなく、温度計で室温を計り、28度を目安に、エアコンや扇風機などで温度調整を行いましょう。シャワーや冷たいタオルも身体を冷やす効果があります。水分補給と暑さを避けることが大切です。上手に工夫して、熱中症を予防しましょう / 固 健康課

## 健康づくり事業団

健康づくり事業団(保健センター2階) ☎51-2828  
健康づくり支援センター(同1階) ☎51-0793

◎人間ドック(予約状況は<http://www.musashino-health.or.jp>に掲載) 実施日:火・木曜 / 午前中に検査、午後には医師による結果説明。健康相談可 / オプション検査(別途料金):胸部CT、頸動脈超音波、A B C 検査など / 市内住民登録の方:2万1000円、その他:4万2600円 / 印 固 同事業団

### 健康づくり支援センター

◎健康づくり応援教室~ころばぬコース第2期~ 8月20日~11月5日の木曜(全12回) / 午前10時30分~正午 / 保健センター増進室 / 65歳以上で転ぶことに不安のある方など(要介護認定を受けていない方) / 35名(初参加者優先し超えた場合抽選) / 筋力をアップし、バランス能力の向上を目指した運動など / 無料 / 印 固 6月24日(必着)までにハガキ(生年月日、性別も明記)または直接同センターへ

来月の予防接種	保護者は必ず、「予防接種と子どもの健康」を読み、母子健康手帳を持って子どもに同伴してください / 固 健康課
集団	BCG 1回接種 / 7/7・21(火) 保健センター。午後2時~3時30分(時間厳守)
個別	予防票を持って市内の指定医療機関で受けてください。転入などで予防票をお持ちでない方は母子健康手帳を持って直接健康課へ

## 休日の医療機関 6/15(月)~30(火)

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				
※症状によってほかの病院での受診をお勧めする場合があります。内科に小児、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。				
日	医療機関名	診療科目	住所	☎
21日(日)	○武居小児科医院	小児科	境南町2-8-17 2階	32-4152
	○美夏クリニック	内科	吉祥寺本町1-8-3	28-2033
	◎吉祥寺南病院	内科	吉祥寺南町3-14-4	45-2161
28日(日)	○長谷川小児科医院	小児科	吉祥寺北町2-8-5	22-6804
	○むらくにクリニック	内科	吉祥寺南町1-5-12	76-8036
	◎武蔵野陽和会病院	内科	緑町2-1-33	52-3212

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

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

歯科診療	午前9時~午後5時 電話連絡のうえ受診
21日(日)	歯科川崎医院 境2-2-18 MHビル2階 ☎51-3200
28日(日)	吉祥寺北歯科 吉祥寺本町1-13-10 アミノビル2階 ☎21-8469

調剤薬局	日曜午前9時~午後5時 市薬剤師会武蔵野管理センター
武蔵野管理センター薬局	中町3-7-1 武蔵野コーポラス105 ☎55-6710

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
☎03-5272-0303(自動応答)	電話相談 ☎71119 または ☎042-521-2323
FAX03-5285-8080(聴覚障害者向け)	東京版救急受診ガイド 検索
☎03-5285-8181(外国語) 毎日9-20	東京都小児救急相談 月~金17:22 / 土日祝9-17
印 <a href="http://www.himawari.metro.tokyo.jp/">http://www.himawari.metro.tokyo.jp/</a>	☎81000 または ☎03-5285-8898

武蔵野赤十字病院の初診には紹介状と予約が必要です。まずはかかりつけ医を受診してください。

**コミュニティセンター** 講師の方などの敬称略

**6月** 事業案内 問い合わせは各コミセン(頁下欄外を参照)へ

●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)  
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

■生活習慣病予防 午前10時30分/50歳以上/指導:市協力栄養士  
料理講習会 /600円/エプロン、三角巾を持参

吉東	20日(土)	■「アジアを知ろう」香港シリーズ第2回「家族の肖像〜関元昌一家の場合」午後2時/グローバルに広がる中華系家族の姿を自身の家族史を題材に語る/容應英(亜細亜大学副学長)/茶菓子付き
	25日(木)	■コミュニティのつどい「東町をとりまく道路計画(外環の2ほか)」午後7時〜9時/市まちづくり推進課
	27日(土)	■吉祥寺のまちの変化と今後のまちづくり 午後2時〜4時/住宅地の空き家など、まちの現状と変化とこれからのまちづくりへの提案/三浦展(カルチャースタディーズ研究所所長)
本宿	28日(日)	■囲碁を楽しむ会 午後1時〜5時/自由対局
	21日(日)	■本宿子ども劇場 午前11時(開場10時30分)/幼児〜小学校低学年/「三匹のこぶた」/劇団かかし座
吉南	27日(土)	■利用者懇談会 午前11時/たくさんのご意見をお待ちしています
	20日(土)	■読書会 午前10時/「小さいうち」中島京子著
	28日(日)	■むさしの地区外環問題協議会総会 午後2時/3コミセンネットワーク事業(吉祥寺東・本宿)
御殿山	7/6(月)	■生活習慣病予防料理講習会「骨密度を上げ骨そしょう症を防ぐ」/☎30日まで
	24日(水)	■コミュニティわいわい広場 午後2時30分〜4時30分(受付4時まで)/小学生/40名/工作:木のヨーヨー、レインボールーム、ゲーム:ダッシュでGO、マジックナインほか。わたあめ/共催:桜堤児童館
	7/2(木)	■みんなでカフェ 午後2時〜4時/ドリップで入れたコーヒーとクッキーでひとときを/100円/共催:御殿山福祉の会
	7/4(土)	■七夕の会 午後1時30分/短冊に願いを込め飾りつけ/共催:御殿山福祉の会
吉西	27日(土)	■サロンでイベント 午後2時/漫才(林家ライス・カレー子)を楽しみましょう/いれたてのコーヒー(1杯100円)もどうぞ
	7/1(水)〜	■パソコン学習会特別講座 7/22までの毎週水曜(全4回)/初級(ワード・エクセル):午前10時〜正午、1200円。中級(Windowsシステム・ペイント作品):午後1時30分〜3時30分、1回500円/各11名/Windows7・8対応/☎17・19日に窓口か会場へ
	7/12(日)	■フリーマーケット 午前10時〜午後2時/雨天実施/32店舗/出店料300円/地元野菜販売・瀬戸物(食器)リサイクル同時開催/共催:グリーンむさしのを推進する会/☎19日〜30日
吉北	20日(土)	■お話の会「さくらんぼ」 午後2時/絵本テーマ:「かさ」、紙芝居、工作:あまがさ作り
	21日(日)	■お昼のひとときをピアノ演奏で 午後0時40分
けやき	20日(土)	■けやき茶社 午後2時〜4時/いれたてのサイフォンコーヒーとスイーツでティータイム
	27日(土)	■よみきかせ紙ふうせん 午前11時〜正午/紙芝居、絵本よみ聞かせ、折り紙で遊ぼう
	28日(日)	■けやき塾講演会「惑星の一日」 午後2時〜4時/40名/草場純(元小学校教員)/100円
中央	募集	■東北復興支援フリーマーケット出店者募集 7/5(日)午前10時30分〜午後2時/20区画(1区画2畳)/300円/☎15日午前10時〜25日
	27日(土)	■ピンポンの日 午後1時30分〜5時/小・中・高校生(親子も可)/卓球台2台あり。自由に遊べます/ラケット持参可
西久保	28日(日)	■七夕まつり&カフェ 午後1時30分〜4時/七夕飾りを作り飾る。笹のお土産あり。カフェでつづろぎのひとときを(コーヒー・紅茶・ジュース各100円)
	7/4(土)	■生活習慣病予防料理講習会「夏バテを防ぐ食事」 15名/☎30日までに窓口へ(キャンセルは7/1まで)
緑町	21日(日)	■利用者懇談会 午後2時/要望、情報交換など
	27日(土)	■七夕飾りを作ろう 午前10時〜正午/持ち帰りできます
八幡町	7/8(水)	■コミュニティわいわい広場 午後2時〜4時30分(受付4時まで)/小学生/工作:万華鏡。遊び:サッカーゲーム、ダッシュでGO、マジックナイン、オセロ/共催:桜堤児童館
	7/1(水)	■生活習慣病予防料理講習会「食物繊維をとりましょう」 8名/☎参加費を添えて窓口へ
関前	7/1(水)	■皆で七夕飾りを作りましょう 午後2時〜4時/折り紙と笹のお土産あり/共催:関前福祉の会
	7/4(土)	■関前子ども劇場「道化師(ピエロ)からのおくりもの」 午後2時30分〜3時10分(開場2時20分)/関前南小体育館/出演:マイムランド/パントマイムとマジックの不思議な世界/共催:関前南あそべえ企画運営会議
西部	7/4(土)	■講習会「浴衣の着付け」 午前10時〜午後0時30分/15組(親子または個人)/持ち物:浴衣、半巾帯、タオル1枚、ひも3本/☎
	28日(日)	■カラオケ大会 午後1時〜4時/☎21日までに窓口へ
境南	22日(月)	■親子で楽しくわらべうたで遊ぼう 午前10時30分〜11時30分/0歳〜未就学児と保護者/わらべうたの会「げっくりにかくり」
	26日(金)	■幼児対象読み聞かせ 午前10時30分〜正午/絵本、工作、手遊びなど/共催:ママサンクラブ、境南地域社協
桜堤	7/7(火)	■3人のプロ演奏家による「楽しい七夕コンサート」 午後1時30分〜3時/60名/☎16日から窓口へ
	26日(金)	■読みきかせ 午前10時30分〜11時/0〜3歳ぐらい/50名

担当:市民活動推進課

**地域別** 第61回 主役は市民。あなたの意見を聞かせてください  
**市民と市長のタウンミーティング**

7月12日(日)午後1時30分〜3時30分  
場所:吉祥寺東コミセン  
共催:吉祥寺東コミュニティ協議会

市民と市長が、地域の課題や市政全般について意見交換を行う会です。皆さんの意見に沿って話し合います。どなたでも参加できます。当日、直接会場へお越しください/☎市民活動推進課☎60-1829

**コミュニティレポート** けやきコミュニティ協議会 「花でつなぐコミュニティ」

感謝状

けやきコミセンの特色は何といっても、まちづくり局の12チームが年間を通してさまざまなテーマで活発に活動していることです。「このゆびとまれ」方式で運営委員を含む3人以上が集まって、自分たちのやりたいことで仲間づくり・まちづくりをしたいと提案し、承認されたチームです。その中の1つである「けやきガーデナーズ」は、「花でつなぐコミュニティ」をテーマに掲げ、「花いっぱい」のまちをつくる「花をつくる人を増やす」「花で人をつなげる」ことを考えて花の手入れをしています。毎週月曜日のけやき花壇の手入れは、種まきからのガーデニングを心がけ、一緒に作業している「デイセンター山びこ」の方たちとの交流の場にもなっています。竹中コミュニティガーデンやN T T 研究開発センターのクリスマスローズの花壇の手入れなど、花を通してのつながりが広がっています。昨年は思いがけずN T T から感謝状をいただくというご褒美もあり、皆で喜び合いました。

25周年を昨年末に迎え、各チームともどもさらなる絆づくりに力を入れていくつもりです。花の美しい季節です。花いっぱいのけやきでつづろぎのひとときをお過ごしください。

**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☎の方にお問い合わせください。

**掲載希望の方へ** 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か月に1回/掲載基準:申込書裏面および市ホームページに掲載。必ずご確認ください/申し込み:所定の申込用紙(秘書広報課、各市政センターで配布、市ホームページから印刷可)を郵送・ファクスまたは直接窓口へ。電子申請も可/☎☎秘書広報課☎60-1804、FAX55-9009 掲載申込締切 7/15号…6月17日、8/1号…7月3日

**おいでください** 市民が市内で主催する催しなど。特に表記のないものは無料

催しもの(団体名)	日時・場所	会費/☎☎	備考
エアロビクス公開講座(ローズマリー)	6月15日・22日(月)午前10時15分/市民会館集會室	1回500円 木下50-4480	初心者でもOK。要予約(午後9時まで)プロの指導
第8回おれんじコンサート(吹奏楽団マザーズバンドおれんじ)	6月28日(日)午後2時開演(開場1時30分)/市民文化会館大ホール	森36-6439	マゼラン/アラジン/ナウシカほか/授乳エリアあり
午後のシューマン歌曲集「詩人の恋」ほか	6月30日(火)午後2時開演/吉祥寺美術館音楽室	石瀬 080-4627-5458	ソプラノ独唱とピアノ伴奏による音楽会

**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

団体名(活動内容)	活動時間・場所	会費/☎☎	備考
香南風友の会(歌体操、お手玉、速歩、筋トレほか)	毎日朝7時前後/武蔵野中央公園/コース・時間自由	井出51-7475	アンチエイジングの志向で各体操、コースは自由
梅林社 紫草句会(俳句会)	毎月第3木曜/午後1時30分〜4時30分/御殿山コミセン	月1200円 中里55-6623	個性尊重の指導のもと楽しい句会です。初心の方歓迎
声楽同好会(ボイストレーニング抒情歌、愛唱歌、童謡など)	月2回第2・4金曜(次回6月27日、7月10日予定)/午後1時/市民会館	1回1500円 田中53-9449	老若男女を問わず大歓迎。発声方法を勉強し楽しく歌いましょう
オリーブの会(ゆっくりヨガを皆で楽しませよう)	月3回土曜/午後3時〜4時30分/三小・小体育館	月1200円 塚本22-9145	40歳以上の方が多い
武蔵野M・B・C(ミニバスケットボールクラブ)	毎週土・日曜:午前9時〜午後2時、火・水曜:午後4時〜6時/一小体育館ほか	月1500円 奥村38-8454	小学1〜6年生男女児童。見学・体験歓迎
武蔵野シニアソフトボール倶楽部(練習、対外試合)	毎週日曜/午前9時〜正午/浦田38-4698	月1500円	練習後ビールで懇親を深めています/年齢男女問わず大歓迎
合気会合気道武友会(心と体を鍛え礼法をみにつけよう)	毎週日曜/午後3時30分〜6時/総合体育館	月3000円 末廣90-9936	初心者、女性、大人募集 見学体験歓迎

コミュニティ

**コミセンの連絡先**

☎電話をかける際はお間違いのないようご注意ください

●吉祥寺東(吉祥寺東町1-12-6) …… ☎21-4141	●吉祥寺南町(吉祥寺南町3-13-1) …… ☎43-6372	●けやき(吉祥寺北町5-6-19) …… ☎54-8719	●中央(中町3-5-17) …… ☎53-3934	●関前(関前2-26-10) …… ☎51-0206
●本宿(吉祥寺東町3-25-2) …… ☎22-0763	●御殿山(御殿山1-5-11) …… ☎48-9309	●中央(中町3-5-17) …… ☎53-3934	●中町集会所(中町1-28-5) …… ☎53-2251	●関前分館(関前3-16-6) …… ☎51-0206
●吉祥寺西分館(吉祥寺本町3-20-17) …… ☎55-3297	●本町(吉祥寺本町1-22-2) …… ☎22-7002	●西久保(西久保1-23-7) …… ☎54-8990	●緑町(緑町3-1-17) …… ☎53-6954	●境南(境南町3-22-9) …… ☎32-8565
●吉祥寺北(吉祥寺北町1-22-10) …… ☎22-7006	●吉祥寺西分館(吉祥寺本町4-10-7) …… ☎55-3297	●八幡町(八幡町3-3-16) …… ☎54-0169	●桜堤(桜堤3-3-11) …… ☎53-5311	