

●武蔵野市ホームページ
<https://www.city.musashino.lg.jp/>
携帯電話版は<http://www.city.musashino.lg.jp/m/>



目次

特集 新型コロナワクチン接種・予約情報…………… 2	特集 市民に情報を公開し、公正で透明な市政を推進します…12	
お知らせ…………… 2	議会…………… 3	募集…………… 3
講座…………… 4	図書館…………… 5	スポーツ…………… 6
健康…………… 7	休日の医療機関…………… 7	子ども…………… 8
イベント…………… 9	ごみとリサイクル…………… 10	コミュニティ…………… 11

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

戦後78年

～戦争も核もない世界を
武蔵野から～

第二次世界大戦中、現在の武蔵野中央公園周辺には、大規模な軍需工場である中島飛行機武蔵製作所があり、ゼロ戦などの戦闘機のエンジンが作られていました。この工場を標的とした米軍のB29爆撃機による空襲が、昭和19(1944)年11月24日から計9回もあり、工場の従業員をはじめ、周辺住民など多くの方が犠牲となりました。

市では、このような歴史がもたらした平和への強い思いから、昭和57年に市議会において「武蔵野市非核都市宣言」を行いました。平成20年度からは市民や市民団体による非核都市宣言平和事業実行委員会と協力して平和の大切さを伝える事業を行っています。

また、今後の平和施策のあり方について、「平和施策のあり方懇談会」を設置し、有識者や市民から意見を伺い検討を進めます。詳細は2・3頁参照 ▶ 問：市民活動推進課 ☎ 60-1829

映画上映会



内容：「この世界の片隅に」上映会
日時：8月19日(土)
午後1時30分～4時
場所：武蔵野プレイスフォーラム
定員：80名(超えた場合抽選)



© 2019 こうの史代・コアミックス / 「この世界の片隅に」製作委員会

平和を願うコンサート

出演：カテリーナ(バンドウーラ奏者)、むさし野ジュニア合唱団「風」
日時：8月20日(日) 午前10時30分～11時30分
場所：スイングホール
定員：130名(超えた場合抽選)
曲目：ウクライナ曲、群青、涙そうそう、翼をください ほか



共通 8月8日(必着)までにEメール・ハガキ(申込要領参照)・電話または直接〒180-8777 市民活動推
申込 進課 ☎ 60-1829、sec-katsudou@city.musashino.lg.jp へ。二次元コードから電子申請可。



パネル展

協力：武蔵野けやき会(武蔵野市原爆被害者の会)、
武蔵野の空襲と戦争遺跡を記録する会

武蔵野の空襲と中島飛行機、広島・長崎の原爆についてのパネルを展示します。

日時	場所
8月1日(火)～10日(木) 午前8時30分～午後5時(土・日曜除く)	市役所ロビー
8月12日(土) 午前10時～午後4時	吉祥寺駅南北自由通路はなこみち
8月18日(金)～21日(月) 午前9時30分～午後10時	武蔵野プレイスギャラリー

戦争関連資料展示

協力：延命寺

市民から寄せられた戦争関連資料を展示します。

日時	場所
8月1日(火)～31日(木) 午前8時30分～午後5時(土・日曜、祝日除く)	市役所正面玄関ショーウィンドー

「武蔵野から伝える戦争体験記録集(I～IV)」・「平和・憲法手帳第2版」を配布しています
貴重な戦争体験を継承していくため、戦争体験や武蔵野の空襲などについてまとめた記録集と平和・憲法手帳です。7月に戦争体験記録集第IV集を発行しました。

▶ 配布：市民活動推進課、各市政センター。市HPにも掲載 ▶ 費用：無料

黙とう

広島、長崎に投下された原爆による死没者の慰霊と、先の大戦において亡くなられた方々を追悼し、世界恒久平和の実現を祈念するため、黙とうのご協力をお願いします。

広島原爆投下の日

8月6日(日) 午前8時15分

長崎原爆投下の日

8月9日(水) 午前11時2分

終戦記念日

8月15日(火) 正午

青少年文流事業再開
平和な世界を
目指して

武蔵野市長 松下玲子
ようやく対面での武蔵野市と海外友好都市との青少年交流事業が再開し、6月にはアメリカ合衆国テキサス州ラボック市からジュニア大使を受け入れ、7月には韓国忠清北道忠州市へ青少年交流団派遣を行いました。どちらの事業も多数の応募があり、皆さまの関心の高さがうかがえました。

ホストファミリーを引き受けていただきましたご家族の皆さまと、ホームステイ最終日に直接お話しさせていただいた際に、お子さまが異文化と触れ英語で会話をする中で、お子さま自身が意欲的に英語を学びたいという気持ちを持ったことがとても嬉しくありたいとお言葉をいただきました。ホームステイを通じて日本文化を体験されたジュニア大使たちもとても嬉しそうな生き生きとした笑顔と別れを惜しむ涙がとても印象的で、今回の交流事業が皆さまにとってかけがえのない経験となったことを強く感じる事ができました。青少年交流事業で育まれた友情を大切にいただきたいと思います。

子どもたち同士、市民同士、自治体同士の交流が育まれることで、異文化への関心や理解が深まり、平和な世界を築くための礎になることを切に願っています。

これからも戦争も核もない平和な世界を武蔵野から発信し続けていきたいと思っています。

人口と世帯

(令和5年7月1日現在、()は前月比)

人口14万8214人(64人減) 世帯数7万8821世帯(53減)
●男7万953人(41人減) ●女7万7261人(23人減)
(うち外国人住民数3491人(2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。

新型コロナウイルス ワクチン接種・予約情報

市HP (ワクチントップページ)



ツイッター (ワクチン公式)



国の方針変更などにより、内容を変更する場合があります。変更した場合は市HPや各SNSなどでお知らせします。

対象者限定実施中 令和5年春開始接種【5月8日～8月末(予定)】

- 対象者** 初回(1・2回目)接種を完了し、最終接種日から3カ月以上経過した、①～③のいずれかに該当する方
 - ① 65歳以上の方
 - ② 5歳以上で基礎疾患を有する・重症化リスクが高いと医師が認める方
 - ③ 医療従事者・高齢者施設等で従事する方
- 接種回数** 1回 追加接種が可能
- 接種会場** 市内医療機関 ※集団接種の実施予定はありません
- 使用ワクチン** オミクロン株対応2価ワクチン
 - ※12歳以上の方で武田社の従来型ワクチン(ノババックス)を希望する場合は、東京都大規模接種会場で接種が可能です
- 予約方法**
 - ▶市インターネット予約システム(24時間)
 - ▶市コールセンター ☎03-6736-5604 (受付時間内)
 - ▶一部の個別接種実施医療機関の窓口、電話など

今後の予定 令和5年秋開始接種【9月～12月実施】

- 初回(1・2回目)接種を完了した、5歳以上のすべての方を対象に、1回追加接種を実施する予定です。国の示す接種方針に従って、市の接種体制を構築していきます。
- 接種券の送付時期、予約・接種開始時期などの詳細が決定次第、市報、市HP、各SNSなどでお知らせします。
- ※令和5年春開始接種を接種済みの方も対象です(最終接種日からの接種間隔は国で検討中 [7月24日時点])
- 使用ワクチン** オミクロン株 XBB.1 系統の成分を含有する1価ワクチン
- 接種券** 令和5年春開始接種を接種済みの方には新たな接種券を送付します。令和5年春開始接種を未接種の方は、お手元にある接種券を使用しますので大切に保管してください

そのほかの接種も引き続き実施しています。詳細は下記市HPからご確認ください。

乳幼児接種 (生後6カ月～4歳)

▶初回(1～3回目)接種
市内医療機関、東京都大規模接種会場で実施



小児接種 (5～11歳)

▶初回(1・2回目)接種
東京都大規模接種会場で実施
▶追加接種(オミクロン株対応)
市内医療機関、東京都大規模接種会場で実施



初回接種 (12歳以上の方)

▶1・2回目接種
東京都大規模接種会場で実施



市インターネット予約システム

※接種当日にキャンセルする場合は、必ず各医療機関に電話してください



市コールセンター (予約、接種券、接種会場など)

☎03-6736-5604 (平日午前8時30分～午後5時15分)

東京都新型コロナウイルスワクチン 副反応相談センター

☎03-6258-5802 (土・日曜、祝日含む24時間)

厚生労働省新型コロナウイルス ワクチン コールセンター (フリーダイヤル)

☎0120-761770 (土・日曜、祝日含む午前9時～午後9時)

お知らせ

電力・ガス・食料品等価格高騰 重点支援給付金

物価高騰の影響が大きい低所得世帯へ、1世帯当たり3万円の給付金を支給します。

▶**対象**：①基準日6月1日時点で、世帯全員の令和5年度分の住民税均等割が非課税である世帯(住民税が課税されている方の扶養親族のみなどの世帯を除く)②①のほか予約せず5年1月～10月に家計が急変し①と同様の事情にあると認められる世帯 ▶**申込**：①8月上旬に対象世帯の世帯主宛に送付する確認書を10月31日までに返送②10月31日までに申請書を郵送または直接〒180-8777地域支援課価格高騰重点支援給付金担当へ ▶**問**：市価格高騰重点支援給付金コールセンター ☎60-1994(土・日曜、祝日を除く午前9時～午後5時)

特別障害者手当・障害児福祉手当の受け付け

すでに受給中の方には所得状況届(現況届)を送付しましたので提出してください。本人および扶養義務者の所得による制限あり(特別障害者手当の本人所得には非課税所得とされる各種年金の給付金を含む)。障害程度は所定の診断書に

より判定(各種手帳を所持していなくても申請可)。手当額は国基準により改定される場合があります ▶**問**：障害者福祉課 ☎60-1904

特 20歳以上で重度の障害があるため日常生活に常時特別の介護が必要な方。おおむね身体障害者手帳1・2級、愛の手帳1・2度程度の方。あるいは、これらと同等の疾病、精神障害の方(施設入所、3カ月を超える入院の場合を除く) / 月額2万7980円

障 20歳未満で重度の障害があるため日常生活に常時介護が必要な方。おおむね身体障害者手帳1・2級の1部、愛の手帳1・2度程度の方。あるいは、これらと同等の疾病、精神障害の方(施設入所、障害年金受給者を除く) / 月額1万5220円

一部地域の民生委員・児童委員が新たに決まりました

8月1日から第3地区の民生委員・児童委員が新しく決まりました。困りごとの相談を受け、適切な関係機関への橋渡しを行います ▶**問**：地域支援課 ☎60-1941

氏名	電話	担当地区
郡司 美恵子	31-0334	境南町2丁目1～10

市農業委員会委員を任命

市議会の同意を経て、新農業委員を任命しました。 ▶**任期**：7月20日から3年間 ▶**委員**：榎本一宏(会長)、後藤幸治(会長職務代理者)、森田茂紀、松本正人、北沢俊春、下田誠一、榎本英明、

土屋美恵子、中村健二、大谷壽子、高橋栄治、吉野憲二、坂本和人、櫻井義則 ▶**問**：産業振興課 ☎60-1833

平和施策のあり方懇談会を設置します

市の平和施策のあり方について、市民や有識者から意見を伺います ▶**問**：市民活動推進課 ☎60-1829

竹内 久顕	東京女子大学現代教養学部准教授
大杉 由加利	国際交流協会理事長
牛田 守彦	武蔵野の空襲と戦争遺跡を記録する会
小餅 友子	非核都市宣言平和事業実行委員会副委員長
高橋 佑香	青少年平和交流派遣団参加者
田川 良太	市市民部長兼交流事業担当部長
藤本 賢吾	市教育部長

「まなこ」117号ができました



特集は「アンコンシャス・バイアスって？」です。市役所、各市政セ

ンター・図書館・コミセン、駅、市内医療機関、理美容院、大型店舗、金融機関、浴場など約470カ所で順次無料配布 ▶**問**：男女平等推進センター ☎37-3410

市民会館 10 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込可。 ▶**日時**：仮申請…8月15日(火)まで、公開抽選…8月16日(水)午後1時30分、本申請…8月20日(日)～30日(水)午前9時～午後8時 ▶**申込**・**問**：市民会館 ☎51-9144

まちの魅力発信を考えるトークセッションを開催

産業振興計画策定に当たってまちの魅力発信とは何かを一緒に考え、まちの広報とプロモーションのこれからのについて語ります。 ▶**日時**：8月24日(木)午後6時30分～8時 ▶**場所**：芸能劇場小劇場 ▶**定員**：100名(超えた場合抽選) ▶**講師**：田島朗(BRUTUS編集長)、坂井健司(市商店会連合会会長) ▶**費用**：無料 ▶**申込**・**問**：8月17日までに申込フォームまたはファクス(申込要領参照し、Eメールアドレスも明記)で産業振興課 ☎60-1832、FAX51-9408へ。



申込要領

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(消せるボールペン不可)

家屋調査にご協力ください

令和5年1月2日以降に新築または増・改築した家屋について、6年度からの固定資産税・都市計画税評価額算定のために、所有者などへ市から手紙を送っています。床面積や資材などを調査しますので、平面図や仕上表などの資料の提供にご協力ください。また、登記していない家屋で、年内に取り壊す予定の方(附属家など含む)、名義の変更(売買、相続、贈与など)があった方(予定の方)は、ご連絡ください▶問：資産税課☎60-1825

市登録文化財に「吉野家の大ケヤキ」「伊藤家の大ツバキ」を登録



吉野家の大ケヤキ 伊藤家の大ツバキ

7月4日に2件の樹木を市文化財に登録。特集展示「武蔵野の天然記

念物と樹木」で紹介しします。▶日程：8月24(木)まで▶場所：ふるさと歴史館特集展示コーナー▶費用：無料▶申込：不要▶問：ふるさと歴史館☎53-1811

寄附禁止 PR 強化期間中です

「贈らない！求めない！受け取らない！」。7月・8月は強化期間です。明るい選挙の実現と選挙の公正を図るため、政治家が選挙区内の方や団体にお金や物を贈ること、また、有権者が求めることは法律で禁止されています▶問：選挙管理委員会事務局☎60-1893

新築記念樹のお知らせ

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：9月中旬の配付は8月20日(必着)までに専用申込ハガキ(建築確認申請の事前調整時に緑のまち推進課で配付)を〒180-8777 緑のまち推進課☎60-1863へ。

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5年第3回定例会は、9月5日(火)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、8月30日(水)です。所定の用紙(議会事務局で配布または市議会HPhttps://www.city.musashino.lg.jp/shigikai/から印刷可)の提出が必要です。▶問：議会事務局議事係☎60-1883

Table with 2 columns: 期日, 会議名. Lists dates and committee names for the council sessions.

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。※会場にオンラインとある場合は、市HPの各会議ページから傍聴の申し込みができます

Table with 5 columns: 会議名, 日時, 会場, 傍聴・議題など, 申込・問. Lists council meetings and public hearing information.

募集

市の会計年度任用職員の募集

特に記載のないものは令和6年3月31日まで(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)／災害時に所属課の災害活動(所掌事務)に従事させる場合あり／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

Table with 4 columns: 所属・職種・人数, 業務・応募資格, 勤務・報酬など, 選考. Details recruitment for accounting staff.

関係団体の職員などの募集

特に記載のないものは令和6年3月31日まで(試用期間なし。更新の可

能性あり)／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

Table with 4 columns: 所属・職種・人数, 業務・応募資格, 勤務・報酬など, 選考. Details recruitment for various roles like general staff and childcare workers.

首都圏再エネ共同購入プロジェクト 参加事業者の募集

個別に再エネ電力を導入するよりも価格を抑えられる仕組みを提供します。WEB説明会も開催します。▶対象：市内事業者▶問：環境政策課☎60-1841。詳細は市HP参照。



市関連施設

- List of city facilities including: 吉祥寺市政センター, 中央市政センター, 武蔵境市政センター, 商工会館, 市民社協・ボランティアセンター, 障害者総合センター, 総合体育館.

- Address and contact info for: 商工会館, 市民社協・ボランティアセンター, 障害者総合センター, 総合体育館.

- List of facilities including: シルバー人材センター, 高齢者総合センター, 障害者福祉センター, 市民会館, 武蔵野プレイス.

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。むさしのシティニュース ケーブルテレビ(11ch) ●毎日/9:15, 12:00, 20:15, 22:00

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



LINE



ツイッター



フェイスブック

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。 https://mobile.city.musashino.lg.jp/index.cgi?page=4



福祉型住宅入居者募集 (高齢者用)

若干戸、1K~1DK(バス・トイレ付)、家賃2万円~4万円程度(所得により異なる)。

▶対象: 次の①~④すべてに該当する方①市内に引き続き3年以上在住②住宅に困っている③申込日において65歳以上のみの世帯④令和4年中の所得が月額21万4000円以下(1人の場合)▶そのほか: 住宅困窮度順に決定▶申込・問: 8月1日~4日午前9時~正午、午後1時~4時に電話で住宅対策課☎60-1905へ。

都営住宅 入居者募集

ポイント方式による家族向け、抽選方式による単身者向け・単身者用車いす使用者向け・シルバーピア。

▶応募資格: 申込者本人が都内に引き続き3年以上居住▶案内配布: 8月1日(火)~9日(水)。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。同公社URL: 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。詳細は応募案内参照。



講座・講習

後期いきいきセミナー



仲間づくりと生涯学習のきっかけがしの連続教養講座。武蔵野地域自由大学ポイント付与講座。

▶日程: 9月4日(月)~12月11日(月)のうち全12回▶場所: 武蔵野プレイスほか▶対象: 市内在住で9月1日現在60歳以上の方(いきいきセミナー・老壮セミナー・老壮大学修了者は除く)、24名(超えた場合抽選)▶費用: 無料(実費負担あり)▶そのほか: 開講式、ガイダンス、仲間づくり、「介護予防・認知症予防のために~脳を使ってからだを動かす」大久保洋子(成蹊大学名誉教授)など▶申込・問: 8月17日(必着)までにハガキ(申込要領参照し、生年月日、年齢も明記)または直接武蔵野プレイス生涯学習支援係☎30-1901へ。同館URLから申込・当落確認可(8月26日~9月4日)。



失語症会話パートナー養成講座 A 養成コース・B 基礎コース 失語症のある方への会話のかけ橋となるボランティアの養成講座。A

…全8回、B…全1回。

▶日時: ①A・B共通…10月7日(土)午後1時~4時②A…10月18日(水)~1月31日(水)午後1時30分~3時30分(全7回)▶場所: ①武蔵野プレイスフォーラム②障害者福祉センター会議室▶対象: 市内在住・在勤・在学で18歳以上の方、A6名・B20名▶講師: 言語聴覚士▶費用: A実費負担、B無料▶持ち物: 筆記用具▶主催: 武蔵野市▶申込・問: 9月8日(必着)までに往復ハガキ(申込要領参照し、在勤・在学者は勤務先・学校名[所在地と電話番号]、A・Bの希望も明記)でボランティアセンター武蔵野☎23-1170へ。

タガログ語会話交流教室~はじめの一步~

フィリピン標準語の会話入門と文化紹介。

▶日時: 9月30日~11月18日の土曜午前10時~正午(10月21日は午前9時)▶場所: 国際交流協会会議室(10月21日は市民会館料理室)▶対象: 18歳以上の方、20名(市民・同協会会員優先し、超えた場合抽選)。最少催行10名▶講師: 浅井エベリン(フィリピン出身)▶費用: 6000円(同協会会員4000円)、食文化体験は別途500円▶持ち物: 筆記用具▶申込・問: 9月16日(必着)までに電話または申込フォームから国際交流協会☎36-4511へ。



自転車安全利用講習会

自転車用ヘルメット購入費用の助成など特典あり

既受講者延べ約5万名。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(80分程度)▶問: 交通企画課☎60-1860

Table with columns: 開催日, 開始時間, 会場, 定員, 締切日(消印有効). Rows include dates from 8/26 to 8/30, times, and locations like 市役所802会議室 and スイングレインボーサロン.

◎自転車損害賠償保険などへの加入をお願いします。◎もしもの事故被害の軽減のため、自転車利用の際はヘルメットを着用しましょう。

8月の相談ごと(無料)

指定外土・日曜、祝日、休館日休み。予 予約制。相談日時・方式(対面・電話)は変更となる場合あり。

Table of consultation services. Columns: 相談名, 日時, 相談場所, 問. Rows include 一般相談, 法律相談, 人権相談, 行政相談, 交通事故相談, 消費生活相談, 福祉総合相談, 生活困窮に関する相談, 住まいのなんでも相談室, 高齢者なんでも電話相談, 認知症相談, 権利擁護に係る総合相談, 女性総合相談, 教育相談, 帰国・外国人教育相談, 子育てに関する総合相談, 発達に関する相談, 若者サポート相談, ひとり親家庭相談, マタニティ安心コール.

Table of consultation services. Columns: 相談名, 日時, 相談場所, 問. Rows include 外国人相談, 外国人・法律・心理相談, 法律相談, 住宅改造相談, 歯科相談, 健康なんでも相談, 健康相談, 歯科相談, くすりの相談, ひきこもり相談, こころの健康相談, 精神保健福祉相談, ボランティア相談, 創業相談, 出店相談, 事業承継相談, 経営相談, にじいろ相談.

申込要領

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(消せるボールペン不可)

認知症講演会と音楽会～わたしらしくをすべての人に～

認知症の方もそうでない方も一緒に音楽を楽しむとともに、認知症に関する講演会を行います。



日時：9月23日(土・祝)午後1時30分～3時30分
場所：市民文化会館小ホール
定員：400名(申込順)
講師：繁田雅弘(東京慈恵会医科大学精神医学講座教授)
出演：石上真由子(バイオリン)、城綾乃(ピアノ)
費用：無料
そのほか：手話通訳あり
申込・問：9月15日までに市HP、ファクスまたは電話で高齢者支援課
60-1846、FAX51-9218へ。



ずっと動ける身体づくり～座ってできるタキミカ体操～

講演と座ってできるタキミカ体操(背骨・肩甲骨・股関節などの運動)。弱った筋肉を鍛えます。



日時：9月23日(土・祝)午前10時～11時
場所：市民文化会館大ホール
定員：400名(申込順)
講師：中沢智治([株]パワーエージング代表取締役社長)
費用：無料
そのほか：手話通訳あり
申込・問：9月15日までに市HP、ファクスまたは電話で高齢者支援課
60-1846、FAX51-9218へ。



高齢者総合センター各種講座受講者募集

10月開講の半年講座。

対象：令和5年4月1日現在60歳以上の市民で原則自力で参加できる方(初参加者優先し、超えた場合抽選)、年間講座受講中の方は不可
費用：教材費実費
そのほか：申し込みは1講座のみ。過半数に満たない場合、中止の可能性あり
申込・問：8月15日(必着)までにハガキ(申込要領参照し、年齢、生年月日、性別、講座名[同内容講座はAB・①②・どちらでも可、初心者バイオリン講座は楽器貸出希望の有無]を必ず明記)で高齢者総合センター
51-1975へ。



Table with 5 columns: 講座名, 定員, 実施曜日, 時間, そのほか. Lists various courses like stretching, Tai Chi, Yoga, and music lessons.

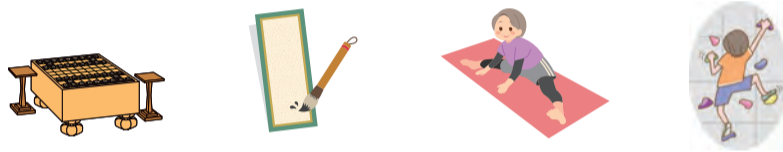
※★は要介護不可(支援2の方まで)

障害者福祉センター後期講習会

対象：①～③のすべてに該当する方①市内在住で障害者手帳を所持②令和5年4月1日現在18～74歳③1人で受講できる方(CDはヨガマットで起き上がり、仰向け、うつ伏せが可能、Eは階段昇降ができて体が支えられる方)、定員を超えた場合、初参加者優先し抽選
費用：無料
持ち物：マスク、飲み物など
主催：武蔵野市
申込・問：ABは8月17日(必着)、CDEは10月16日(必着)までにハガキ・ファクス・Eメール(申込要領参照し、希望する講習会名[複数申込可]、FAX番号、障害の種別・等級、年齢、手話通訳希望の有無も明記)で障害者福祉センター
55-3825、FAX51-9951、cnt-syogaisya@fukumusashino.or.jpへ。開講1週間前までに受講の可否を連絡。



Table with 4 columns: 講習会名, 日時, 場所/講師, 定員. Lists seminars like A将棋教室, B俳句教室, Cストレッチ教室, Dコアトレーニング&ストレッチ, Eボルダリング教室.



夏休み 夏休み期間(7月・8月)の小学生向けイベントです。市HPのキッズページに掲載しています。



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

(申込順) 申込・問：電話で中央図書館へ。

8月の休館

中央：2日(水・館内整理日)・4日・11日・18日・25日(金)。吉祥寺・武蔵野プレイス：2日・9日・16日・23日・30日(水)
問：中央図書館

どっきんどようび

夏休み 映画会「つるにのって」、工作「折り紙で鶴を折ろう!」。
日時：8月12日(土)午後2時30分(開場2時15分)
場所：中央図書館視聴覚ホール
対象：幼児・小学生と保護者、50名(先着順)
費用：無料
申込：不要
問：中央図書館

司書体験ワークショップ

司書の仕事を体験してみませんか。自分の本にカバーフィルムをかける作業などを体験します。
日時：8月14日(月)・17日(木)午後2時～4時
場所：中央図書館
対象：中学・高校生、各日4名

見てふれてためしてみよう 一日としょかんバリアフリーたいけん

夏休み 日程：8月23日(水)
場所：中央図書館視聴覚ホール
費用：無料
申込：不要
問：中央図書館

Table with 3 columns: 時間, 内容, 対象・定員など. Details the activities for the library accessibility experience.

※点字クイズチャレンジコーナー、点字おみくじで今日のラッキーアイテムを占おう、マルチメディアデジター・デジターの体験ブース、障害理解の資料・障害者用資料の展示あり



スポーツ

市民体育祭

【共通】▶対象：市内在住・在勤・在学の方▶そのほか：詳細は<https://musashino-taikyo.jp/>参照。

●軟式野球

一般の部単独トーナメントまたはリーグ戦(2チーム以下の場合は連盟内で実施)。

▶日時：8月27日から毎週日曜・祝日(雨天順延)午前9時▶場所：軟式野球場ほか▶対象：高校生以上で編成したチーム(監督含めて9名以上)▶費用：1チーム1000円▶持ち物：統一のユニフォーム・帽子▶そのほか：公開抽選会…8月10日(木)午後0時20分、体育協会。主将会議…8月18日(金)午後7時、総合体育館大会議室▶申込：8月7日(必着)までに往復ハガキ(申込要領参照し、チーム名、代表

者、携帯番号も明記)で体育協会☎55-4119へ▶問：軟式野球連盟・松嶋☎090-2624-2173

●インディアカ

一般女子の部(4人制)、混合の部(コート内男子2名以内、女子3名以内の4人制)。

▶日時：9月3日(日)午前9時▶場所：総合体育館サブアリーナ▶対象：中学生以上▶費用：1チーム100円(当日)▶申込：8月5日までに直接体育協会☎55-4119へ▶問：インディアカ連盟・依田☎55-2201

●卓球

ダブルス、シングルス(いずれも男女別)。

▶日時：9月3日(日)午前9時▶場所：総合体育館メインアリーナ▶対象：小学生以上▶費用：1人11円(申込時)▶持ち物：ゼッケン▶申込：8月11日までに直接体育協会☎55-4119へ▶問：卓球連盟・井谷☎50-2486(平日は午後7時以降)

●ソフトテニス

高校生、一般、シニア。

▶日時：9月10日(日)午前8時30分、予備日24日(日)▶場所：庭球場▶対象：高校生以上▶費用：高校生11円、一般・シニア500円(当日)▶申込：8月10日までに直接体育協会☎55-4119へ▶問：ソフトテニス連盟・竹内☎090-2550-0430、takeu_yasubou@yahoo.co.jp

野外活動センター

【ACDE共通】8月14日(必着)までに同センター☎ハガキ・ファクス・EはEメール(申込要領参照し、生年月日、市内在勤・在学・在園者は勤務先・学校名・園名、CDは時間の希望、Eは部屋の希望[中央棟和室・洋室、キャビン棟]も明記)または所定の申込用紙(同センターで配布)

で野外活動センター☎54-4540、FAX51-9810、gymyakatsu@musashino.or.jpへ。



*旅行条件説明書は同センター☎または DO SPORTS!をご覧ください。(公財)武蔵野文化生涯学習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

A アウトドアカレッジ~ブッシュクラフトキャンプ~

最小限の装備で快適に。ちょっとレベルアップしたキャンプ技術を学びます。

▶日時：9月9日(土)午前7時三鷹駅集合~10日(日)午後5時解散、1泊2日▶場所：自然の村(長野県川上村)▶対象：15歳以上の方(中学生を除く)またはサポートスタッフ登録者、20名(登録者優先し、超えた場合抽選)。最少催行10名▶講師：国際自然大学校▶費用：1万3400円(登録者7900円)▶持ち物：9日の昼食

B Sports for All カヌー(ちょっとカヌー)

競技で使用するカヌーを使ってカヌーに初挑戦。幼児プールなので小さな子どもでも参加できます。

▶日時：9月16日(土)午前10時~午後4時(受付3時30分まで、正午~午後1時は昼休み)▶場所：武蔵野プール(幼児プール)▶費用：無料▶そのほか：未就学児は保護者同伴▶申込：不要

C Sports for Allカヌー(カヌー体験教室)

乗り方やパドルの使い方、艇に乗って漕ぎ方やターンの練習などを行います。

▶日時：9月16日(土)①午前10時~11時30分②午後1時~2時30分③午後3時~4時30分▶場所：武蔵野プール(50mプール)

▶対象：①②小学1~3年生③小学4~中学3年生、各24名(超えた場合抽選)。最少催行各12名▶講師：本田宗洋(東京女子体育大学カヌー部顧問)▶費用：無料▶そのほか：①②重複申込不可

D 親子野あそびクラブ~動物博士になろう~

意外と知らない動物の秘密を発見してみよう。

▶日時：9月17日(日)①午前9時30分~11時30分②午後1時30分~3時30分、荒天中止▶場所：井の頭自然文化園(現地集合・解散)

▶対象：①年中児~小学2年生と保護者、15組②小学3~6年生と保護者、20組(2名1組、超えた場合抽選)。最少催行①8組②10組▶講師：同園動物解説員▶費用：1組500円(交通費実費)▶そのほか：参加者以外の入園不可

E 自然の村直行バス運行

三鷹駅から往復送迎のバス運行を利用して清りに立ち寄り、自然の村ではギターライブを楽しみます。

▶日時：10月26日(木)午前8時三鷹駅北口出発~10月27日(金)午後5時解散▶場所：自然の村(長野県川上村)▶対象：市内在住・在勤・在学の方ほか、19名(超えた場合抽選、1組7名まで)。最少催行9名▶費用：中央棟泊…大人5000円、小・中学生2400円、キャビン棟泊…大人4200円、小・中学生2100円、未就学児無料(食事・立ち寄り地での施設使用料別途)▶演奏：徳永真一郎(プロギタリスト)



武蔵野中央公園スポーツ広場使用中止日のご案内(9月)

大会使用予定のため、受け付けできません。

▶日時：2日(土)・3日(日)・9日(土)・10日(日)・16日(土)・17日(日)・23日(土・祝)・24日(日)・27日(水)…午前9時~午後5時、30日(土)…午後1時~5時▶問：総合体育館☎56-2200

総合体育館 スポーツ教室

【共通】詳細は<https://www.musashino.or.jp/>参照。重複申込不可。当落一緒に希望する方はきょうだいのみ可▶申込・問：8月14日(必着)までに同館☎、ハガキ・ファクス(要受信確認)(申込要領参照し、性別、年齢、生年月日、在園・在学者は園名・学校名、託児希望者は対象児の月齢を明記)または所定の申込用紙(同館で配布)で総合体育館☎56-2200、FAX51-5493へ。



●親子向けスポーツ教室

教室名	日程	曜日	時間	回数	場所	対象	定員	参加費
★親子体操	9月22日~11月17日	金	午前10時45分~11時45分	8	サブアリーナ	平成31年4月2日~令和3年4月1日生まれと保護者	30組	4600円
親子テニス①	9月30日~11月4日	土	午前9時~10時	6	庭球場	平成30年4月2日~31年4月1日生まれと保護者	6組	4100円
親子テニス②	※雨天予備日あり					平成29年4月2日~30年4月1日生まれと保護者	12組	

★はきょうだい(10カ月以上の未就学児)の一時保育あり(別料金)。対象児の月齢を明記

●幼児向けスポーツ教室

教室名	日程	曜日	時間	回数	場所	対象	定員	参加費
幼児水泳①	9月20日~11月8日	水	午後2時55分~3時45分	8	温水プール	年少~年長	各10名	6400円
幼児水泳②			午後4時~4時50分					
幼児運動①	9月20日~11月8日	水	午後3時30分~4時15分	8	サブアリーナ	年少~年長	各30名	3600円
幼児運動②			午後4時45分~5時30分					
幼児サッカー①	9月22日~11月24日	金	午後3時40分~4時30分	7	メインアリーナ	年中	各15名	3200円
幼児サッカー②								
幼児器械運動①	10月21日~12月9日	土	午前9時~9時45分	7	軽体操ダンス室	年長	各22名	5600円
幼児器械運動②			午前10時~10時45分					
幼児器械運動③			午前11時~11時45分					

●小学生向けスポーツ教室

教室名	日程	曜日	時間	回数	場所	対象	定員	参加費など
はじめてのスケートボード①	9月2日~10月14日	土	午前10時~10時50分	5	ストリートスポーツ広場	初心者	各12名	6600円
はじめてのスケートボード②			午前11時~11時50分					
ジュニアHIPHOPダンス	9月20日~11月8日	水	午後4時30分~5時30分	8	軽体操ダンス室	全学年	40名	3900円
ジュニアサッカー	9月22日~11月24日	金	午後4時40分~5時40分	7	メインアリーナ	1~3年生	30名	3400円
ジュニアテニス①	9月30日~11月4日	土	午前10時15分~11時15分	6	庭球場	1~3年生	各30名	4100円
ジュニアテニス②			午前11時30分~午後0時30分					
土曜学校水球①	9月2日~10月28日	土	午後1時30分~2時30分	6	第四中温水プール	ゴールなしで水に顔がつけられる方	各25名	無料講師：志水祐介
土曜学校水球②			午後3時~4時					

雨水浸透ます・雨水タンクの設置にご協力ください

~市の助成制度があります~




雨水を地面にしみ込ませたり、雨水の河川への流出の抑制などに効果があります。

個人住宅などに設置する場合、市の助成制度があります(既存住宅の雨水浸透ますはほぼ無料で設置可能)。詳細は市☎参照▶問：下水道課☎60-1867

申込要領

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(消せるボールペン不可)



健康

保健センター

- 〒180-0001 吉祥寺北町 4-8-10)
・健康課 (1階)
・健康づくり支援センター (1階)
・健康づくり事業団 (2階)

知って得する!カラダのセミナー

目からウロコの簡単自分ケア。筋肉・脂肪量の部位別バランスなどの測定と運動・栄養講座。

日時: 8月19日(土)午前9時30分~正午
場所: 保健センター
対象: 市内在住で20~64歳の方、12名(申込順)
講師: 健康づくり人材バンク
費用: 無料
託児: 6カ月~未就学児、6名
その他: ペースメーカー使用者・妊娠中の方・インボディ測定後1年未満の方不可
申込・問: 8月18日までに電話または直接健康づくり支援センター ☎51-0793へ。

インボディミニ測定

筋肉・脂肪量の部位別バランスや

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: 8月15日(火)午前10時~正午(1名10分)
場所: 保健センター
対象: 市内在住の60歳以上で過去に「知って得する!カラダのセミナー」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)、12名(申込順)
費用: 無料
申込・問: 8月14日までに電話または直接健康づくり支援センター ☎51-0793へ。

おいしく元気アップ!教室



高齢者のフレイル予防のための栄養と体操の講座です。手軽でおいしい料理の紹介・試食など。

日時: 9月4日・11日・25日(月)午前10時~11時30分
場所: 消費生活センター
対象: 65歳以上の方、20名(初参加者優先し申込順)
講師: 管理栄養士(講義)、

理学療法士(体操) 費用: 無料
持ち物: 筆記用具、飲み物
申込・問: 8月17日(必着)までに申込書(健康課で配布、市HPから印刷可、郵送希望の方は電話で同課へ)を郵送または直接健康課 ☎51-7006へ。

健康やわら体操

転倒予防など運動機能の維持を目指す介護予防教室です。

日時: Aコース...9月9日・30日、10月14日・28日、11月18日。Bコース...9月16日、10月7日・21日、11月11日・25日の土曜(全5回)午後0時30分~1時30分・1時50分~2時50分(時間指定不可)

場所: 総合体育館柔道場
対象: 要介護認定を受けていない65歳以上の市民で医師などから運動制限を受けていない方、44名(初参加者優先し、超えた場合ロコモテストの結果により選考)
講師: 柔道整復師
費用: 無料
持ち物: 筆記用具、飲み物
申込・問: 8月18日(必着)までに申込書(健康課で配布、市HPから印刷可、郵送希望の方は電話で同課へ)を郵送または直接健康課 ☎51-7006へ。



熱中症の症状と応急手当

熱中症は、急激に症状が悪化する場合があります。めまい、手足のしびれ、頭痛、吐き気など熱中症を疑う症状があった場合は、涼しい場所に移動し水分補給をしましょう。首筋や脇の下を、冷たいタオルなどで冷やすのも効果的です。口から水分がとれない場合や、症状が改善しない場合は早めに医療機関を受診してください。手当ての際に、会話の内容がおかしい、まっすぐ歩けないなど異変を感じた場合は、ただちに救急車を呼びましょう
問: 健康課 ☎51-0700

休日の医療機関

8/1(火)~14(月)

Table with columns: 日, 医療機関名, 診療科目, 住所, 電話. Includes 初期救急 and 二次救急 information.

Table for 二次救急 (入院を要する救急) 平日夜間、休日 24時間. Includes 吉祥寺南病院 and 武蔵野陽和会病院.

Table for 二次救急・三次救急 (二次救急では対応できない救命・救急). Includes 武蔵野赤十字病院.

Table for 歯科診療. Includes 6日(日), 11日(金・祝), 13日(日).

調剤薬局 休日に開いている薬局については市薬剤師会HP参照 https://www.musayaku.jp/holiday

医療機関の検索について 東京都医療機関案内「ひまわり」 ☎03-5272-0303(自動応答) FAX03-5285-8080(聴覚障害者向け) ☎03-5285-8181(foreign language 外国語) 毎日9-20 HP https://www.himawari.metro.tokyo.jp/

体調急変時の緊急対応について 東京消防庁救急相談センター 電話相談 #7119または☎042-521-2323 子供の健康相談室(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

Table for 8月申込の健診・検診. Columns: 種類, 受診日/対象者・内容など, 申込. Includes 40歳からの女性のためのがん検診, 胃がんエックス線・肺がんセット検診, 肺がん検診, 若年層胸部検診, 肝炎ウイルス検診, 若年層健康診査, 眼科健康診査, 歯科健康診査, 妊婦歯科健診.