

# 税の申告受付が始まります

▶問:市民税課 ☎60-1823

申告受付  
期間

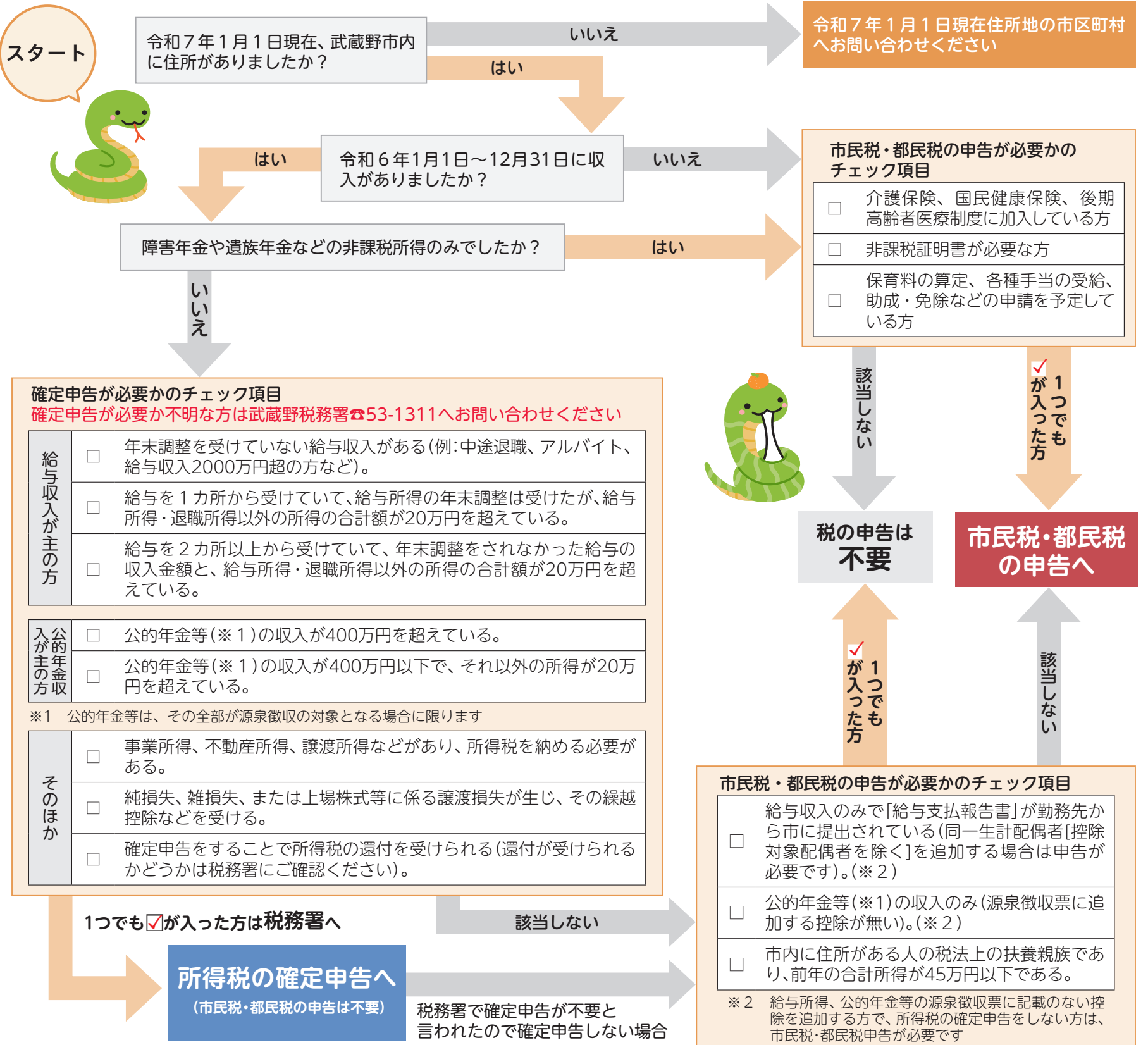
市役所  
税務署

2月17日(月)~3月17日(月)

手続きガイド  
からも申告が  
必要か確認で  
きます



## 税の申告早分かりチャート



### ふるさと納税をした方へ

ワンストップ特例の申請を行った方も注意!

確定申告書第一表の「寄附金控除」の記載と合わせて、第二表「住民税・事業税に関する事項」の「都道府県、市区町村への寄附(特例控除対象)」への記載を忘れずをお願いします。また、ワンストップ特例の申請を行った方も確定申告を行う場合はワンストップ特例分を含めたすべてのふるさと納税分の寄附金控除を申告する必要があります。「都道府県、市区町村への寄附(特例控除対象)」への記載が漏れていると住民税に控除が適用されない場合があります。

イメージ

の法付	都道府県、市区町村への寄附(特例控除対象)	共
		円

### 令和7年度の税制改正

詳細は市HP参照 ▶



#### ●住宅ローン控除の拡充・延長

子育て世帯(19歳未満の子を有する世帯)または若者夫婦世帯(夫婦のいずれかが40歳未満の世帯)が令和6年に入居する場合には、4年・5年入居の借入限度額が維持されます。また、合計所得金額1000万円以下の者に限り新築住宅の床面積要件を40平方メートル以上に緩和する措置について、建築確認の期限が6年12月31日まで延長されました。なお、6年1月以降に建築確認を受けた新築住宅の場合、省エネ基準を満たす住宅でない場合は住宅ローン控除を受けられませんのでご注意ください。

#### ●控除対象配偶者を除く同一生計配偶者の定額減税

合計所得金額が1000万円超1805万円以下である、納税義務者本人の同一生計配偶者(国内居住者のみ、合計所得金額が48万円以下の配偶者)について、7年度に限り、納税義務者本人の個人住民税の所得割から1万円が減税されます。





### 市民税・都民税の申告は郵送で市役所へ

市民税・都民税の申告はぜひ郵送で！

#### 郵送での提出書類と郵送先

##### 【提出書類】

- ①令和7年度 市民税・都民税申告書  
※電話番号を必ず記入してください
- ②マイナンバーカード両面の写し、または番号確認書類および本人確認書類(運転免許証など)の写し
- ③令和6年中の所得が分かる資料 (例)源泉徴収票など
- ④各種控除を申告する方は、各種証明書など(原本)  
(例)生命保険料の控除証明書、医療費控除の明細書など  
※健康保険証の写しや医療費通知を提出する場合は、保険者番号および被保険者等記号・番号部分を塗りつぶしてください



▲申告書・各種書類

<郵送先>〒180-8777 武蔵野市役所市民税課市民税係

【申告書などの入手方法】今年度から様式が変わりました

- 前年に市民税・都民税の申告書を提出した方には、2月5日(水)に申告書と返信用封筒を発送します(前年の申告内容から申告不要と判断した方は除く)。
- 申告書や医療費控除の明細書は市HPからも印刷可。

#### 市民税・都民税申告受付会場へお越しの方

申告受付本会場	2月17日(月)～3月17日(月) ※土・日曜、祝日は除く 午前9時30分～正午、午後1時～4時30分	市役所413会議室 ※昨年と異なります
出張受付会場	2月26日(水) 午前9時30分～正午、午後1時～4時	スイングスカイルーム (境2-14-1)

▶持ち物：左記【提出書類】の①～④(②は原本提示可)、ボールペン  
滞在時間の短縮にご協力ください

下記について、あらかじめ自宅などで記入・作成して来場してください。

- ・申告書の氏名・個人番号(マイナンバー)・電話番号・そのほか分かる箇所すべて
- ・医療費控除を申告する場合は「医療費控除の明細書」(領収書の添付不可)※様式は任意です。市HPからも印刷可



確定申告の作成補助や相談は税務署へ  
(市役所で相談は受けられません)

### 所得税の確定申告は税務署へ



確定申告はぜひスマートフォンで！  
簡単便利♪

確定申告は自宅などからe-Taxでスムーズに手続きを

#### 所得税等申告書作成会場へお越しの方

書かない確定申告  
マイナンバーカードでe-Tax

いつでも どこでも 初めての安心♪

スマホでサクッと♪

すでに約70%の方がe-Taxで申告しています!!

e-Taxの5つのメリット

- 自宅から申告可能
- 確定申告期間24時間利用可能
- 申告書がデータで取得可能
- 添付書類提出不要
- 早期還付(3週間程度で還付)

国税庁 法人番号7000012050002

日程	2月17日(月)～3月17日(月) (土・日曜、祝日は除く。3月2日[日]は開場)
時間	受付時間：午前8時30分～午後4時(提出は5時まで) 相談時間：午前9時～午後5時
場所	武蔵野税務署(吉祥寺本町3-27-1)

- ※混雑回避のために「入場整理券」を配付します
- ※「入場整理券」は、当日に会場で配付するほか、右記のLINEによる事前発行で入手できます。詳細は「LINEで事前発行(二次元コード)」をご覧ください
- ※入場整理券の配付状況に応じて、受け付けを早く締め切る場合があります
- ※3月は「入場整理券」の入手が困難となるため、2月中の来署をお勧めします
- ※1月28日(火)～3月31日(月)は、税務署の駐車場は使用できません



LINEで事前発行

- ◎「所得税及び復興特別所得税」・「贈与税」の確定申告書の提出および納付期限：3月17日(月)
- ◎「個人事業者の消費税および地方消費税」の確定申告書の提出および納付期限：3月31日(月)

#### 税理士による無料申告相談へお越しの方 事前申込

小規模納税者の「所得税及び復興特別所得税」および「個人消費税」、年金受給者および給与所得者の「所得税及び復興特別所得税」の申告(土地、建物および株式などの譲渡所得がある場合を除く)のための無料申告相談です。

日時	場所
2月7日(金) 午前9時30分～11時、 午後1時～3時	スイングレインボーサロン (境2-14-1)

▶持ち物：確定申告に必要な書類、前年の申告書などの控え、筆記用具、計算機器、マイナンバーカードまたは番号確認書類と本人確認書類 ▶申込：右記の事前申込サイトから

※税務署および市役所、会場などでの電話申込は受け付けていません  
※一部、入場整理券の当日配付を行いますが無くなり次第終了します



税理士無料相談事前申込サイト

#### 確定申告をする方へ、市役所からのお願い

- 確定申告書第二表「配偶者や親族に関する事項」や「住民税・事業税に関する事項」の住民税欄への記載をお願いします。記載が漏れている場合、個人住民税において控除が適用されない場合があります。
- 個人住民税への反映が遅れる場合がありますので、申告期限内にご申告ください。

「にせ税理士」および「にせ税理士法人」にご注意ください。税理士は、税理士証票を携帯し、税理士バッジを着用しています。  
東京税理士会 <https://www.tokyozeirishikai.or.jp>

#### 社会保険料控除

令和6年中に納めた国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料は、社会保険料控除の対象になります。確定申告などに証明書や領収証書などの添付は不要です。

◎お手持ちの資料で納付済額の確認ができます。

●年金天引きの納付額  
年金保険者から1月に送付される

「公的年金等の源泉徴収票」に1年間の納付済額が記載されています。

●納付書や口座振替の納付額  
お手持ちの領収証書などまたは記帳後の登録口座の通帳に記載されています。

◎納付済額を確認したい方は、市HPの申込フォーム、電話または市役所窓口でお問合せください。▶

申込・問：①国民健康保険税について…納税課☎60-1827、②介護保険料について…高齢者支援課

☎60-1845、③後期高齢者医療保険料について…保険年金課☎60-1913



①



②③

●高齢者の障害者控除対象者認定書の交付

65歳以上で要介護または要支援

認定を受けている方は、所得税・住民税などの控除が受けられる場合があります。申請により、障害者控除対象者認定書を該当する方に交付しています。

▶そのほか：認定基準日は申告対象年の12月31日(申請は毎年必要。認定書の発行には申請から1週間～10日程度かかります) ▶申込・問：申請書(高齢者支援課で配布、市HPからも印刷可)を高齢者支援課☎60-1925へ。





### 子ども

#### 令和7年度幼稚園・認可外保育施設の無償化の申請手続き

申請し認定を受けた場合、無償化給付(上限あり)の対象となります。

#### ①私立幼稚園などの預かり保育利用料②認可外保育施設などの利用料

▶対象: 7年4月以降に①私立幼稚園など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)②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: 新規の方(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。詳細は市HP参照 ▶申込・問: 2月17日~28日(必着)に郵送または電子申請で申請書(各園・子ども育成課で入手可能、市HPから印刷可)、保育の必要性が確認できる書類(所定様式・有効期限あり)を〒180-8777子ども育成課☎60-1854へ。



①幼稚園



②認可外保育

#### 令和7年4月認可保育施設入所2次申込受付

▶対象: 保護者が就労・病気・介護などの理由で子どもの保育に当たれない世帯(育児休業中の場合は5月1日までに復職すること) ▶そのほか: 2次受付前の空き状

況は1月30日(木)に市HPに掲載予定 ▶申込・問: 2月3日~6日に申込書一式(詳細は「令和7年度保育施設のしおり」参照)を電子申請、郵送または直接 〒180-8777子ども育成課 ☎60-1854へ。

#### 市立新小・中学生の入学通知書を送付します

①~⑥のいずれかに該当する方は教育支援課へ連絡してください。①入学通知書が1月31日までに届かない②市内転居・市外転出を予定③私立・国立・都立小学校在籍者で市立中学校入学予定④病弱などで就学猶予・免除を希望⑤私立・国立・都立小・中学校に入学が決まった(2月13日までに同課へ電話、後日入学許可書を提出)⑥指定学校の変更を希望(入学する学校は住所に応じて指定しますが、指定学校以外の学校へ通学を希望する場合には一定の基準内で変更を承認しています。1月27日までに申し出てください) ▶問: 教育支援課 ☎60-1900

#### 私立などの児童生徒の保護者へデジタルギフトを支給します

物価高騰対策として、私立・国立の小・中学校に通う児童生徒などの保護者の負担軽減を目的として、臨時給付金(1万円のデジタルギフト)事業を実施します。詳細は市HP参照 ▶問: 子ども子育て支援課 ☎60-1963

#### “学校に行きづらい子どもの気持ち”を考える保護者の集い

講演「ちょっと違った立場から見た不登校の子とその支援」と保護

者意見交換会。

▶日時: 2月18日(火) 午前10時~正午(開場9時30分) ▶場所: 公会堂第1・2会議室 ▶対象: 市内在住で不登校や登校渋りに悩みなどがある保護者、50名 ▶講師: 平林剛(弁護士) ▶費用: 無料 ▶申込・問: 2月9日(必着)までに市HP(メールアドレスを明記)または往復ハガキ(申込要領参照し、子の在籍小・中学校、保護者意見交換会の参加希望の有無を明記)で教育支援センター ☎60-1899(〒180-0001 吉祥寺北町4-11-37)へ。

#### もうすぐママ・パパのためのこのとり学級

▶対象: 初産婦(開催日当日に妊娠16~31週の方)とパートナー(申込順) ▶費用: 無料 ▶持ち物: 母子健康手帳、スリッパほか(②1日目のみバスタオル、ガーゼ) ▶そのほか: 動画視聴あり(動画視聴のみ妊娠32週以降の方、経産婦も可) ▶申込・問: 1月20日~2月2日に申込フォームで健康課 ☎51-0703へ。

①平日クラス…歯科や栄養、赤ちゃんについての講話、グループワークなど	
2月10日(月) 午後1時15分~3時30分 / 保健センター(15組)	
②土曜日クラス(2日制)…もく浴・抱っこの実習・保健師の話・子育てひろばの紹介など	
1日目(各2時間)	2月15日(土) 午前9時10分・10時20分 / 保健センター(40組)
2日目(いずれか、各1時間)	2月16日(日) 午前9時45分・11時 / 0123はらっぱ(20組)
	2月22日(土) 午前9時45分・11時 / 0123吉祥寺(14組)
	2月22日(土) 午前10時 / 桜堤児童館(15組)

#### 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。離乳食サンプルあり。

▶日時: 2月14日(金)グループA…午前9時30分~10時15分、グループB…午前11時~11時45分 ▶場所: 保健センター ▶対象: 令和6年8月~10月生まれと親(第1子優先)、32組(申込順) ▶費用: 無料 ▶持ち物: 母子健康手帳、筆記用具 ▶申込・問: 2月4日までに申込フォームで健康課 ☎51-0700へ。

#### もぐもぐ教室(離乳中期)



離乳食・口の手入れの話。離乳食の試食あり。相談もできます。

▶日時: 2月28日(金)グループA…午前9時30分~10時15分、グループB…午前11時~11時45分 ▶場所: 保健センター ▶対象: 令和6年6月~8月生まれと親(第1子優先)、32組(申込順) ▶費用: 無料 ▶持ち物: 母子健康手帳、筆記用具 ▶申込・問: 2月18日までに申込フォームで健康課 ☎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 ▶定員: 記載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。「すくすくナビ」参照。

### 保育園

#### プレママのひろば・あかちゃんのひろば

▶申込: 1月15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 ▶対象: 妊娠5カ月以上の健康な方 ▶内容: 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 ▶対象: 0~1歳3カ月と親 ▶内容: あかちゃんと親同士で交流します。保育士に相談もできます

●吉祥寺保育園 ☎51-5206 ▶日時: 1月22日(水) 午前10時~10時45分

●千川保育園 ☎51-8478 ▶日時: 1月21日(火) 午後1時30分~2時15分 ▶定員: 5組

●武蔵野赤十字保育園 ☎52-3298 ▶日時: 2月5日(水) 午前10時~11時

#### 保育園であそぼう

▶対象: 記載のないものは未就学児と保護者 ▶費用: 記載のないものは無料 ▶申込: 電話で各園へ(平日午前10時~午後4時)

●南保育園 ☎48-1501 園庭解放 ▶日時: 平日午前10時~午後3時30分

●北町保育園 ☎21-6681 えんていであそぼう(豆まき) ▶日時: 2月3日(月) 午前9時30分~10時15分 ▶対象: 1歳4カ月以上と保護者

●東保育園 ☎21-2495 豆まきに参加しませんか ▶日時: 2月3日(月) 午前10時~10時45分 ▶対象: 2歳~未就学児の親子、5組

●武蔵野赤十字保育園 ☎52-3298 体験保育 ▶日時: 2月4日(火) ①午前9時15分~10時10分 ②9時15分~10時20分 ▶対象: ①1歳児 ②2歳児

●千川保育園 ☎51-8478 お庭であそぼう ▶日時: 平日午後1時~3時30分

●ありんこ保育園 ☎54-1356 子育て・保育講座 ▶日時: 1月25日(土) 午後1時30分~3時30分 ▶対象: 子育て中の保護者

●精華第二保育園 ☎38-7352 冬の足形を制作しませんか ▶日時: 1月29日(水) 午後1時~1時30分 ▶対象: 妊婦、生後4カ月までと親

●境保育園 ☎53-1783 一緒に遊みましょう(親子でわらべうた) ▶日時: 1月21日(火) 午前10時~11時 ▶対象: 1・2歳児と保護者

●境南保育園 ☎32-2443 豆まき ▶日時: 2月3日(月) 午前9時30分~10時15分 ▶対象: 1・2歳児と親

●境南第二保育園 ☎32-8167 救命救急法講座 ▶日時: 1月25日(土) 午前9時30分~10時30分 ▶対象: 4カ月~1歳3カ月の親(子連れ可)

●グローバルキッズ武蔵境園 ☎51-2242 豆まき会 ▶日時: 2月3日(月) 午前10時~10時45分

●ひまわり保育園 ☎56-8732 ①1歳児クラスと一緒に遊ぼう(給

食体験・試食あり) ②人形劇を見よう ▶日時: ①1月22日(水) 午前10時~11時30分 ②30日(木) 午前10時~11時 ▶対象: ①1歳児 ②1歳児以上

### 幼稚園

▶内容: 未就園児親子向け事業。各園月のうち1事業のみを掲載。詳細は各園HP参照 ▶持ち物: 室内の事業は上履き・靴袋(親子とも) ▶申込・問: 各園へ

●武蔵野相愛幼稚園 ☎43-5260 たまごの会 ▶日時: 2月19日(水) 午後1時30分~3時 ▶対象: 2歳以上 ▶申込: ☎・園HP

●すみれ幼稚園 ☎22-2701 たのしい絵本との出会いかた ▶日時: 2月26日(水) 午前9時45分~11時 ▶対象: 未就園児の保護者、30名 ▶申込: ☎・園HP

●武蔵野中央幼稚園 ☎52-1136 中央ふたば ▶日時: 2月13日(木) 午前9時30分~10時30分 ▶対象: 1歳6カ月~3歳

●武蔵野中央第二幼稚園 ☎52-1136 第二ふたば ▶日時: 2月4日(火) 午前9時30分~10時30分 ▶対象: 1歳6カ月~3歳

### 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)



かみかみ教室 (離乳後期)

離乳食・口の手入れの話。離乳食の試食あり。相談もできます。

日時: 2月25日(火) グループA... 午前9時30分~10時30分... 場所: 保健センター... 対象: 令和6年4月~6月生まれと親(第1子優先)...



むし歯予防教室

むし歯予防・歯磨きのポイント・栄養の話、歯科健診を行います。

日時: 3月3日(月) 午前9時30分~11時30分... 場所: 保健センター... 対象: 同センターで1歳6カ月児健康診査... 費用: 無料...



市立小・中学校書き初め展

市立小・中学校児童・生徒の毛筆作品約750点と硬筆作品約250点。

日時: 1月25日(土)~27日(月) 午前10時~午後4時30分... 場所: 市民文化会館展示室... 問: 指導課 60-1897

市立小・中学校美術展

友好都市と市立小・中学校18校の図画工作科・美術科作品展。特別支援教育紹介・作品展を同時開催。

日時: 1月31日(金)~2月4日(火) 午前10時~午後4時30分... 場所: 市民文化会館展示室... 問: 指導課 60-1897, 教育支援課 60-1908

きょうだい交流会

ゲームやお話会など。

日時: 2月1日(土) 午前9時30分~午後1時30分... 場所: みどりのこども館... 対象: 市内在住の小学生以上... 費用: 無料...



むさしの自然観察園 冬越し中の生き物をさがそう

「冬の間、虫はどんなところにいるの? 何をしているの?」冬の虫をいろいろな場所で楽しく探そう。

日時: 1月25日(土) 午前10時~11時30分... 場所: 同園(吉祥寺北町3-12)... 対象: 小学生以上, 8名(小学1・2年生は保護者同伴)...



妊娠・出産したら、健康課でも手続きを



問: 健康課 ☎ 51-0700



●妊娠したら

妊娠が分かったら保健センター(健康課)に届け出てください。①母子健康手帳・妊婦健康診査受診票などを交付します②専任の保健師などが「ゆりかごむさしの面接(予約制)」を実施し、妊娠中の疑問や不安にお応えします。



ゆりかごむさしの面接予約

●出産したら

母子健康手帳に記載している二次元コード(出生通知票提出フォーム)から、こんにちは赤ちゃん訪問をお申し込みください。生後4カ月ごろまでの赤ちゃん全員を助産師・保健師が

家庭訪問(こんにちは赤ちゃん訪問)し、健康チェックや相談を行います。後日、子育て応援ギフト(国5万円+都5万円相当)を郵送。



出生通知票提出フォーム

●3~4カ月、6・9カ月、1歳6カ月、3歳になったら

乳幼児健康診査を受けましょう。対象者に個別に通知します。

●子どもの予防接種

標準的な接種期間に合わせて予防票などを郵送します。市内の指定医療機関で予防接種を受けるときは①接種前に冊子「予防接種と子どもの健康」を読んでください②必ず予防票と母子健康手帳を持参し、お子さんに同伴してください。予防票がない方は、申込フォーム・郵送または母子健康手帳を持って直接健康課へ。



予防票交付申請フォーム

●転入された方へ

各種お知らせが届かない場合があります。必ず健康課へ連絡してください。

※子ども子育て支援課でも各種手続きができます

※出産・子育て応援ギフトの申請には、居住などの条件があります



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



市地域映像アーカイブ展示 「乗り物のある風景」

写真展示と映像上映。日時: 1月27日(月)~2月2日(日) 午前9時30分~午後10時(初日は10時から、最終日は4時まで) 場所: 武蔵野プレイスギャラリー 費用: 無料 申込: 不要 問: 武蔵野プレイス

- けやき幼稚園 ☎52-2186 ミニ見に幼稚園 星組 日時: 2月4日・18日・25日(火) 午前9時30分~11時 対象: 1~3歳, 5組 費用: 200円 申込: ☎(申込順)
武蔵野東第一幼稚園 ☎51-3640 いっしょにあそぼ 日時: 2月14日(金)・17日(月) 午前10時~11時 対象: 令和8年度入園適齢児
武蔵野東第二幼稚園 ☎53-4367 なかよし園庭開放 日時: 2月15日(土) 午前10時~11時 対象: 令和8年度入園適齢児
栄光乃園幼稚園 ☎54-1200 たんぽぽクラス 日時: 2月19日(水) 午後2時 対象: 令和3年4月2日~5年4月19日生まれ 申込: 1月16日~20日に往復ハガキ

おもちゃのぐるりん

緑町2-6-8緑町二丁目 第3アパート8号棟1階 ☎37-2016 午前10時~午後4時 休館: 日・月曜、祝日



おもちゃ病院受付期間 おもちゃを預かって修理します 日時: 1月16日(木)~24日(金) 午前10時~正午、午後2時~4時 対象: 市内在住の方(1家族1点、上限に達し次第終了) そのほか: 1月25日(土)以降、1週間以内の引き取り 申込: 直接持参

境こども園いっこつ

境4-11-6 ☎090-3256-3126 午前9時~午後4時 休館: 日曜、祝日



- coco(0歳)コース 親子遊びとお話タイム 日時: 2月19日(水) 午前10時~10時45分 対象: 0歳と親, 10組。妊婦・パートナー, 3組
ico(1歳)コース 足形アートを作ろう 日時: 2月4日(火) 午前10時~10時45分 対象: 1歳と親, 10組

nico(2・3歳)コース 足形アートを作ろう 日時: 2月28日(金) 午前10時~10時45分 対象: 2・3歳と親, 10組

みんなのとことこ (とことこおやひろば)

関前 4-17-10 ☎27-7195 休館: 日・月曜、祝日



- とことこおやひろば リニューアルおひろめ会 日時: 2月1日(土) 午前10時~午後3時 内容: 2月4日から変わる新しいお部屋を見に来てください
あかちゃんのやわらか抱き方講座 日時: 2月6日(木) 午後1時~2時 対象: 1カ月~1歳くらいと夫婦 講師: 中保子 申込: とことこHP
とことこ×むさしのチェリーズふたごちゃんみつごちゃんの日 日時: 2月6日(木) 午前9時~正午 対象: 多胎児の親子, 6組程度 そのほか: 送迎のサポートもあります 申込: サポート、駐車場利用は要予約

プレパパ講座3回目(オンライン) 日時: 2月15日(土) 午後1時30分~3時 対象: プレパパ~生後3カ月ごろまでのパパ, 20組 内容: 出産前から父親にできること 講師: 中西信介 申込: とことこHP

ひまわりこそだてひろば

境南町 2-17-3 ☎90-3084 午前10時~午後4時30分 休館: 金・土曜、祝日



親子deリトミック 日時: 1月19日(日) 午前10時30分~11時30分 定員: 10組 講師: 三富志帆 申込: 受付中



子育て支援施設

対象: 市内在住の方。2歳児対象事業は令和6年4月2日以降に3歳になった子も対象 内容: 詳細は各施設HP参照 託児: 記載のあるもの以外なし 申込: 記載のないものは1月15日午前9時から電話または直接各施設へ





### 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)

#### HPVワクチンのキャッチアップ 接種期間終了後の経過措置

令和4年4月1日～7年3月31日に1回以上HPVワクチンを接種した方は、公費で残りの回数分を受けられます。

▶**期間**：7年4月1日～8年3月31日 ▶**対象**：平成9年4月2日～21年4月1日生まれの女子 ▶**費用**：無料 ▶**そのほか**：HPVワクチンは通常6カ月かけて計3回の接種を完了させる必要があります。詳細は市HP参照 ▶**申込・問**：予診票がない方は電話、申込フォーム、郵送または直接健康課 ☎51-0700へ。



#### 高齢者新型コロナ・インフルエンザワクチン予防接種実施中

▶**期間**：新型コロナ…3月31日まで、インフルエンザ…1月31日まで ▶**場所**：市内指定医療機関(三鷹・小金井・西東京市・杉並・練馬区の指定医療機関も可) ▶**対象**：接種日当日に満65歳以上の方または満60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能障害のある方(身体障害者障害程度等級1級相当) ▶**費用**：各2500円(生活保護受給者は免除) ▶**持ち物**：予診票、健康保険証など住所・年齢が分かるもの、生活保護受給証明書(生活保護受給者のみ) ▶**申込**：対象の指定医療機関へ直接予約。予診票が手元にない方は電話・申込フォームまたは直接健康課へ。 ▶**問**：予診票がない方は電話、申込フォーム、郵送または直接健康課 ☎51-0700へ。



新型コロナ  
インフルエンザ

#### 带状疱疹ワクチン任意接種助成事業についての大切なお知らせ

令和7年度から、65歳を対象とした定期接種が開始される予定のため、4月以降50歳以上の任意接種助成事業の実施は未定です。接種を希望する方は、3月31日までに接種をお願いします。助成事業が継続しない場合、4月1日以降の接種は全額自費となります。7年度以降の詳細は、決まり次第お知らせします ▶**問**：健康課 ☎51-7006



#### インボディミニ測定

筋肉量・脂肪量・基礎代謝量などを知る、体成分測定。測定のみ実施。  
▶**日時**：2月13日(木) 午前10時～正午(1名10分) ▶**場所**：保健センター講座室 ▶**対象**：市内在住で過去に「知って得する！カラダのセミナー」に参加したことのある、はつらつメンバーまたは60歳以上の方、12名(申込順。ペースメーカー使用者・妊娠中の方・測定後1年未満の方不可) ▶**費用**：無料 ▶**申込・問**：2月12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。

#### 寒い時期は献血者が減少します 冬季の献血にご協力ください

血液の安定供給のために、400ml献血や血液の回復が早い成分献血へのご協力をお願いします。  
▶**場所**：献血ルーム吉祥寺タキオン(吉祥寺本町1-15-2) ▶**託児**：満1歳～未就学児(毎週火曜、要予約) ▶**問**：吉祥寺タキオン ☎0120-26-1580、健康課 ☎51-7004

#### 2月 運動のきっかけづくり応援！健康体操教室 「ウェルネス・エクササイズ」

▶**場所**：保健センター健康増進室(★は多目的ホール) ▶**対象**：市内在住で運動制限がなく集団で運動が可能な20～64歳の方、各40名(先着順) ▶**費用**：無料 ▶**そのほか**：動きやすい服装。遅刻参加不可。詳細は二次元コード参照 ▶**申込**：不要 ▶**問**：健康づくり支援センター ☎51-0793



### 休日の医療機関 1月15日(水)～31日(金)

日	医療機関名	診療科目	住所	☎
19日(日)	○友利医院	内科・小児科	関前 2-5-14	51-7365
	○武蔵境病院付属 あんずクリニック	内科	境南町 4-1-15	50-9770
	○武蔵野内科	内科	境南町 2-28-14	26-1385
	○武蔵野陽和会病院	内科	緑町 2-1-33	52-3212
26日(日)	○松本医院	内科・小児科	吉祥寺東町 1-23-3	22-5755
	○樋口クリニック	内科	中町 1-13-1	56-3588
	○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  
武蔵野陽和会病院 内科・外科 緑町 2-1-33 ☎ 52-3212  
\*吉祥寺南病院は、令和6年10月以降、診療休止しています  
救急車では、市内だけでなく救急搬送可能な市外の病院にも運ばれます。隣接する区市には、24時間 365日救急車を受け入れる病院が約20カ所あります。

**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(8800円)の負担あり(15歳未満は5500円) ▶**問**：同病院

歯科診療	午前9時～午後5時	電話連絡の上、受診
19日(日)	つるが歯科医院	境1-4-12 ☎ 51-9070
26日(日)	林歯科医院	中町1-13-1 駅前田辺ビル5階 ☎ 54-3011

**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>

- 市外の医療機関でも休日診療を実施している場合があります。近隣区市の休日医療機関は、市HP「市内・都内の医療機関」参照
- 以下の電話番号内、インターネットサービスにおいても市外の休日医療機関を検索できます



#### 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  
厚生労働省「医療情報ネット(ナビイ)」▶



#### 病院に行く？救急車を呼ぶ？ 迷ったときの相談先

救急車の台数には限りがあります。本当に救急車を必要としている方のためにご協力をお願いします。  
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

#### 腰痛予防教室

～対象世代別の腰痛の予防や改善、セルフケア～  
▶**場所**：保健センター ▶**定員**：各30名(申込順) ▶**講師**：健康づくり人材バンク健康運動指導士 ▶**費用**：無料 ▶**託児**：③6カ月～未就学児、6名 ▶**そのほか**：重複申込不可 ▶**申込・問**：2月5日までに二次元コードまたは電話で健康づくり支援センター ☎51-0793へ。

コース(世代)	日時	対象(20歳以上で運動制限のない市内在住の方)	申込
①背骨コンディショニング(全世代)	2月8日(土) 午前10時～11時	うつ伏せになることが可能な方	
②今日からはじめるセルフケア！(動き盛り世代)	2月15日(土) 午後2時～3時	64歳までの方	
③子育てママらしくらくスタイルアップ(子育て世代)	2月20日(木) 午後2時～3時	子育て中の女性	

#### ごみとリサイクル

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

#### 複合素材製品ごみの出し方にご注意ください

可燃性素材(革製・布製・ビニール製など)の衣類、バッグ、靴などで、小さな金属製のボタンやファスナーなど取り外しての分別が困難な物や、木製・プラスチック製のハンガー、洗濯ばさみなどで、フック部分やバネ部分などに少量の金属を使用している物は「燃やすごみ」として出してください。金属部品

の多少により分別を迷う場合は「燃やさないごみ」として出してください ▶**問**：ごみ総合対策課

#### 能登半島地震災害廃棄物の受け入れについて

令和6年1月1日に発生した能登半島地震で被災した石川県珠洲市・輪島市を支援するため、都からの依頼により災害ごみを受け入れています。  
▶**期間**：3月31日(月)まで ▶**種類**：可燃ごみ(木くずなど) ▶**搬入量**：約40トン(予定) ▶**問**：クリーンセンター係

危険・有害ごみの分別をお願いします



#### 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)



文化・芸術 (武蔵野文化生涯学習事業団)

施設の使用申込

\*インターネット申込には、事前に施設窓口での登録手続きが必要で...

Table with columns: 施設名, 室名, 使用期間, 郵送締切(必着), 送付先, インターネット受付締切

\* 抽選結果確定後、15日から通常の使用申込が可能となります

●吉祥寺美術館「キチジョー人」展 関連イベント トーク&サイン会

①トーク...249名の小学5年生が参加した「キチジョー人」プロジェクトについて②サイン会



©tupera tupera

市民文化会館：〒180-0006 中町 3-9-11 ☎ 54-8822
吉祥寺美術館：〒180-0004 吉祥寺本町 1-8-16F&Fビル7階 ☎ 22-0385

施設 DATA



吉祥寺シアター



ガイド& GUIDE に掲載のイベントなどの詳細は、各主催者にお問い合わせください

ガイド& GUIDE

◆ 講座・講習・イベント ◆

■ 肝臓病教室「ウイルス性肝炎・脂肪肝・肝臓の最新の話」

最新の研究発表や進歩する治療、薬の話などを紹介 ▶日時：1月28日(火)午後2時30分～4時 ▶場所：①武蔵野赤十字病院山崎記念講堂②オンライン(Zoom) ▶定員：①40名(申込順) ▶講師：玉城信治(消化器内科副部長) ▶費用：無料 ▶持ち物：マスク ▶申込・問：同病院肝疾患相談センター ☎32-3135(平日午前9時30分～午後4時)へ。

■ 家族介護者教室 カフェ♡君の名は

講座「もっとみんなで語り合おう、認知症のこと」 ▶日時：1月25日(土)午後1時～3時 ▶場所：特別養護老人ホームゆとりえデイルーム ▶対象：家族介護者・当事者など、20名程度 ▶講師：菅朋江(認知症予防財団相談員) ▶費用：200円 ▶申込・問：ゆとりえ在宅介護・地域包括支援センター ☎72-0313

■ 終活の基本的な考え方と今からできる対策法

セカンドライフを楽しむために終活と資産運用を考えてみませんか ▶日時：1月31日(金)午後1時30分～2時30分 ▶場所：テンミリオンハウスそ〜らの家(吉祥寺南町5-6-16) ▶定員：20名 ▶講師：芳川宏輔(日本FPアドバイザーズ協会) ▶費用：無料 ▶申込・問：そ〜らの家 ☎71-3336

■ 高齢者向けスマホ体験会(東京都事業)

スマートフォンや各種アプリの活用を体験できる教室形式の体験会 ▶日時：2月3日・10日・17日(月)、26日(水)(全4回)午後2時～5時 ▶場所：商工会館市民会議室 ▶対象：市内在住でスマートフォンを持っていない・使い慣れていない60歳以上の方(申込多数)

の場合は抽選) ▶費用：無料 ▶持ち物：スマートフォン持参 ▶申込・問：スマートフォン普及啓発事業事務局 ☎03-6775-9480

■ 暮らしの保健室mini

医療・介護・健康について気軽に相談できる場。個別相談1人45分 ▶日時：2月2日(日)午後1時30分～4時30分 ▶場所：吉祥寺東コミセン ▶対象：市内在住の方、3名 ▶講師：松田寿枝(看護師) ▶費用：100円(お茶代) ▶申込・問：ゆとりえデイサービスセンター ☎72-0311

■ 老いじたく講座

老いじたくの基礎知識 ▶日時：1月23日(木)午後1時30分～3時 ▶場所：本町コミセン ▶対象：市内在住の方、10名(申込順) ▶費用：無料 ▶持ち物：筆記用具 ▶申込・問：福祉公社権利擁護センター ☎66-2987

■ 女性しごと応援キャラバン&個別相談会in吉祥寺

就職活動の基本的なステップ、働き方、求人探し方を学ぶ ▶日時：2月19日(水)午前10時～正午 ▶場所：吉祥寺東急REIホテル ▶対象：働きたい女性、40名(申込順) ▶費用：無料 ▶託児：6カ月～未就学児、10名(2月13日正午までに要申込) ▶その他：受講前に東京しごとセンター多摩の利用登録(当日会場登録可)。セミナー終了後、個別相談あり(1名30分、10名[要申込]) ▶申込・問：女性しごと応援キャラバン ☎または同事務局 ☎03-6734-1346へ。

■ 全年齢対象 就職支援セミナー&就職面接会

①就職支援セミナー②就職面接会 ▶日時：1月30日(木)①午前10時～11時45分(受付9時45分)②午後1時～3時40分(受付0時30分～3時10分) ▶場所：スイングホール ▶定員：①60名(申込順) ▶持ち物：①②筆記用具②履歴書、

ハローワーク紹介状(なくても参加可) ▶その他：②の参加企業はハローワーク三鷹 ☎参照 ▶申込：①電話でハローワーク三鷹 ☎47-8617へ②不要 ▶問：ハローワーク三鷹 ☎47-8617

■ こころを元気に!! 一緒に笑って楽しい江戸小断入門

江戸小断を聞いて笑って一緒に心を元気にしませんか ▶日時：2月8日(土)午後2時～4時 ▶場所：西久保コミセン ▶対象：市内在住の方、30名 ▶講師：高野まゆみ(江戸小断つながりコーチング代表) ▶費用：無料 ▶申込・問：ミュージック ☎36-3830

■ オーロラと宇宙シンポジウム～宇宙開発と私たちの未来～

JAXAが進める最先端の宇宙開発について楽しく学びましょう ▶日時：2月18日(火)午後4時30分～6時 ▶場所：成蹊学園本館大講堂 ▶定員：300名(先着順) ▶講師：吉田誠(JAXA角田宇宙センター) ▶費用：無料 ▶申込：不要 ▶問：同学園サステナビリティ教育研究センター ☎37-3480、event-ercs@jc.seikei.ac.jp。詳細は同学園 ☎参照。

■ 大人のための絵本の読み聞かせ+ゆったりトーク

多様性についての絵本の読み聞かせを聞き感想などを語り合う ▶日時：3月1日(土)午後2時～4時 ▶場所：かたらいの道市民スペース ▶定員：15名(市民優先し申込順) ▶講師：北川史歩子(ぐるぐるらいぶ代表理事) ▶費用：無料 ▶申込・問：2月28日(必着)までにEメール(申込要領参照)または電話でかたらいの会・作部 ☎070-5454-7642、katarainokai849@gmail.comへ。

■ クリーンむさしのを推進する会 市民集会

SDGs「食品廃棄物の飼料化とリサイクルループ 豚さんのお弁当箱」

▶日時：2月4日(火)午後1時30分～3時30分 ▶場所：武蔵野プレイス ▶定員：100名(先着順) ▶講師：高原淳(日本フードエコロジーセンター事業部長)ほか ▶費用：無料 ▶申込・問：同会 ☎080-4805-3926、cleanmusashino@yahoo.co.jp

◆ スポーツ ◆

■ グループ対抗戦バドミントン大会

3複数団体戦(男子・女子とも1部・2部) ▶日時：2月9日(日)午前9時 ▶場所：総合体育館メインアリーナ ▶対象：市内在住・在勤・在学の高校生以上の方 ▶費用：1チーム1000円 ▶持ち物：シャトル ▶申込：1月24日(必着)までに申込書(スポーツ協会で配布)をバドミントン連盟・寺井(〒180-0012緑町2-1-4-404)へ ▶問：同連盟・沼尻 ☎55-2675。詳細は募集要項(同協会配布、同協会 ☎から印刷可)参照。

■ スキー講習会&バッジテスト(SAJ公認)

▶日時：3月15日(土)午前6時30分市役所・6時45分三鷹駅出発～16日(日)午後8時30分解散予定 ▶場所：サンメドウズ清里スキー場(山梨県北杜市)、三鷹市川上郷自然の村泊 ▶対象：小学生以上の方(小学生は保護者同伴)、25名(申込順) ▶費用：2万6000円、小学生1万9000円(夕食・朝食・昼食2食、保険料含む)。参加申込後、期日までに振込(1週間前からキャンセル料) ▶持ち物：用具レンタル代は各自負担 ▶その他：詳細は募集要項(スポーツ協会で配布、スキークラブ ☎から印刷可)参照 ▶申込・問：2月15日までに同クラブ ☎、電話またはEメールでスキークラブ・望月 ☎51-4318(一岳堂内)、mskic80@gmail.comへ。

■ 大人からの水泳教室

①初心者②シルバー③どなたでも ▶日時：①4月7日～6月23日

の月曜②4月3日～6月12日の木曜③4月4日～6月6日の金曜、午前9時15分(各75分、全10回) ▶場所：温水プール ▶対象：市内在住の18歳以上の方 ▶費用：8000円 ▶申込：1月30日(必着)までに往復ハガキ(申込要領を参照し、①②③の希望、生年月日も明記)でスポーツ協会へ ▶問：水泳連盟・佐藤 ☎080-8479-1573

◆ お知らせ ◆

■ 令和7年度武蔵野プレイスワーキングデスク登録会員募集

1カ月に8コマが会員料金のみで利用可(会員以外の通常利用は1コマ400円) ▶対象：同館の有料施設利用登録をしている方で図書館カードの交付要件を満たす中学生以上の方、150名(抽選) ▶費用：年額2万4000円(現金一括払い) ▶申込・問：1月16日～30日に抽選申込書(同館市民活動カウンターで配布)を直接同館市民活動カウンター ☎30-1903へ。

■ 令和6年度肢体不自由児育成支援金の申請期間を延長しました

肢体不自由児への支援金として1人当たり2万円を支給します ▶対象：市内在住で身体障害者手帳(上肢、下肢、体幹、運動機能障害)を所持している平成18年4月2日以降生まれの方 ▶申込・問：3月14日までに申請書と身体障害者手帳の写しを直接または郵送で市民協 ☎23-0701へ。詳細は同社協 ☎参照。

■ 湖南衛生組合 競争入札参加資格登録申請の受け付け

令和7・8年度の建設工事などの入札参加資格登録申請を受け付け ▶申込・問：2月1日～28日に郵送で申請書(同組合 ☎から印刷可)を同組合 ☎042-561-1551へ。詳細は同組合 ☎参照。





スポーツ

野外活動センター

【②～④共通】▶申込・問：1月31日(必着)までに同センターHPまたはハガキ(申込要領参照し、生年月日、市内在勤・在学者は勤務先・学校名、④は部屋の希望[中央棟和室・洋室]も明記)で野外活動センター☎54-4540、gymyakatsu@musashino.or.jpへ。④はEメールでも申込可。

\*旅行条件説明書は同センターHPをご覧ください。か、直接お問い合わせください。(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

①ちよこつとアウトドア広場

モルック体験、クラフト・ロープワーク体験など。

▶日時：2月1日(土)午前10時～午後2時▶場所：境南ふれあい広場公園(武蔵野プレイス前)、雨天時武蔵野プレイスフォーラム▶費用：無料▶申込：不要

②幕山登山

山頂から望む相模灘や湯河原梅林の梅を楽しみます。

▶日時：2月27日(木)午前8時三鷹駅北口集合・午後5時解散▶場所：神奈川県湯河原町▶対象：15歳以上の方(中学生を除く)、24名(超えた場合抽選)。最少催行12名▶費用：8300円▶持ち物：昼食▶そのほか：累積標高423m、歩行距離5.3km(歩行時間約3時間)

③親子野あそびクラブ～馬とふれあい仲良くなろう 成蹊大編

世話や乗馬体験を通して馬と仲良くなろう。

▶日時：3月1日(土)①午前9時15分～正午②午後1時15分～4時▶場所：成蹊大学(現地集合・解散)▶対象：①小学1・2年生と保護者②小学3～6年生と保護者、各8組(2名1組、超えた場合抽選)、最少催行各4組▶講師：同大学馬術部▶費用：1組2900円



④自然の村直行バス運行

三鷹駅から自然の村まで往復送迎のバス運行を利用して自然の村とスキーを楽しみます。

▶日時：3月7日(金)午後7時三鷹駅北口出発～9日(日)午後5時解散▶場所：自然の村、シャトレゼスキーバレー小海・野辺山(長野県南佐久郡)▶対象：市内在住・在勤・在学ほか、23名(超えた場合抽選)。最少催行8名▶費用：中央棟泊大人6000円、小・中学生2800円、未就学児無料(食事・立ち寄り地での施設使用料別途)

はじめての親子テニス体験

親子で初めてのテニスを体験できる1日限りの体験教室です。

▶日時：2月15日(土)①午後1時30分～2時30分②3時～4時▶場所：総合体育館サブアリーナ▶対象：①年中児と保護者②年長児と保護者、各24組(超えた場合抽選)▶費用：1700円▶そのほか：当落一緒は家族のみ可。それぞれの氏名で要申込。詳細は同館HP参照▶申込・問：1月31日(必着)までに同館HPまたはハガキ(申込要領参照し、性別、年齢、生年月日、市内在園者は園名も明記)で総合体育館☎56-2200へ。

メディカルチェック・体の悩み相談会 今を知って未来を変える

部活動のパフォーマンス向上や腰痛・肩こりなど相談しませんか。

▶日時：2月13日(木)午後6時～8時、23日(日・祝)午前10時～正午▶場所：総合体育館軽体操ダンス室▶対象：小学生以上、①測定・相談…16枠(市内在住・在勤・在学者優先し申込順、1コマ15分)②測定のみ…定員なし▶講師：メディカルフィットネスプロデュース▶費用：①1コマ500円②無料▶申込・問：①1月16日午前9時から電話または直接総合体育館☎56-2200へ(市外の方は23日午前9時から)②不要。詳細は同館HP参照。

一時保育(2月分)

体育施設利用者、スポーツ教室参加者の子どもの一時保育。

▶日時：月(17・24日を除く)・火(11日を除く)・木・金・土曜午前9時～午後1時▶対象：3カ月～未就学児、10名(申込順)▶費用：1時間720円、以降30分単位で360

円加算。土曜は1時間770円、1時間30分1160円▶申込・問：希望日の2週間～2日前(利用日が月曜、18日・25日の場合は前週の金曜)午後4時までに直接総合体育館☎56-2200(休館日は☎56-1612)へ。詳細は同館HP参照。



コミュニティセンター事業案内 1月

事業の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(申込順、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、無料、当日直接会場へ▶問：各コミセン

Table with 2 columns: Location (e.g., 吉東, 本宿, 本町) and Event Details (Date, Time, Content, Fee).

連絡先

電話をかける際はお間違いないようご注意ください

Table with 2 columns: Location (e.g., 吉祥寺東, 本宿, 吉祥寺南町) and Contact Info (Phone number, Address).

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、各催しの図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カ月に1回▶掲載基準：申込書別紙および市HPに掲載。必ずご確認ください▶申込：申込フォームまたは所定の申込用紙(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。



掲載申込締切：3/1号…1月28日、3/15号…2月7日

「武蔵野市ロードレース2025」参加者募集

▶日程：3月16日(日)▶場所：むさしのエコリゾート前(スタート・中継点・ゴール)▶そのほか：申込後のメンバー変更および代理出走禁止。中学の部は、単一校で構成されていないチームの参加可。一般男子・女子・男女混成に中学生の参加可。詳細は総合体育館HP参照▶申込：1月31日(1月21日までは市内在住・在勤・在学者[駅伝はメンバー全員]のみ受け付け)までに二次元コードから▶問：総合体育館☎56-2200



Table with 2 columns: Event Name (駅伝競走大会, 健康マラソン大会) and Details (Time, Target, Department, Fee).

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

Table with 3 columns: Event Name (e.g., 第26回大人のためのおはなし会), Date/Time, Fee/Contact Info.

仲間あつまれ

市民が市内で活動しているサークルなど 又は入会金。特に表記のないものは無料

Table with 3 columns: Activity Name (e.g., 中世ルネサンス音楽), Activity Time/Location, Fee/Contact Info.

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)