

## ゆりかごむさしの

武蔵野市母子保健サービスの愛称です

妊娠期から子育て期まで、切れ目なくサポートします

子どもの健やかな成長のため、妊娠期から一人ひとりに寄り添います。

▶問：妊娠や出産に関する相談…健康課(マタニティ安心コール)☎51-0703  
子育て相談…健康課☎51-0700

## ふたご・みつごのつどい



多胎育児中の家族が集まる交流会。オンライン参加可。

▶日時：2月19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、プレママパパ、先輩ママパパ▶費用：無料▶持ち物：0歳児はバスタオル▶そのほか：保健師相談あり▶申込：不要▶問：子ども子育て支援課☎60-1239



## きょうだい交流会

ゲームやお話会など。

▶日時：2月21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で特別な支援が必要または障害のある子のきょうだい▶費用：無料▶主催：武蔵野市ほか▶そのほか：当日お手伝いしてくれるきょうだい(中高生・大学生)も募集中▶申込：



問：2月13日までに二次元コードからハビット☎55-8510へ。

## クリーンセンター「アップサイクルイベント」

ワークショップやクイズラリーなどでアップサイクルを楽しく紹介。

▶日時：2月21日(土)・22日(日)午前10時～午後4時▶費用：無料

▶問：むさしのEサービス☎38-5541、ごみ総合対策課☎54-1221。詳細は同センターHP参照。



## むさしの自然観察園 はじめての草木染～植物でエコバッグを染めよう～

布に模様を作り、身近にある植物で染めます。エコバッグとガーゼマフラー作りを予定。

▶日時：2月15日(日)午前10時～正午▶場所：同園(吉祥寺北町3-12)▶対象：小学3年生～大人、8名▶主催：武蔵野市

▶申込：二次元コードから▶問：むさしの自然観察園☎55-7109



## 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



▲図書館HP

## 2月の休館

中央：4日(水・館内整理日)・6日・13日・20日・27日(金)。11日(水・祝)・23日(月・祝)は、午後5時まで。吉祥寺・武蔵野プレイス：4日(水)・12日(木)・18日・25日(水)▶問：中央図書館

## ちょこっと司書体験(後期)



司書のお仕事をちょこっと体験してみませんか。図書館が身近になるワークショップです。

▶日時：3月22日(日)までの火・金・日曜午後2時30分～4時30分のうち30～60分程度(応相談)▶場所：武蔵野プレイス▶対象：中学生以上の青少年(20歳になった

年の年度末までの方)▶費用：無料▶申込・問：希望する日の3週間～1週間前に電話で武蔵野プレイスへ。

## どっきんどようび

人形劇「さんびきのこぶた」ほか(約60分)。

▶日時：2月14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(子ども1名につき保護者1名まで)、90名(先着順)▶費用：無料▶公演：人形劇団オフィスやまいも▶申込：不要▶問：中央図書館

## 武蔵野プレイス図書館事業イベント「この街で本をつくるということ」



吉祥寺で出版社を営む講師による講演会を開催。

▶日時：2月28日(土)午後6時～7時30分▶場所：武蔵野プレイスギャラリー▶定員：28名(市内在住・在勤・在学者優先し申込順)▶講師：島田潤一郎([株]夏葉社代表)▶費用：1500円(ワンドリンク付き)▶申込・問：電話または直接武蔵野プレイス地下1階カウンターへ(市外の方は2月5日から)。



- 講師による0歳ひろば「親子で楽しむリラックスヨガ」▶日時：2月27日(金)午前10時・11時(各45分、同内容)▶対象：0歳と保護者、各7組▶講師：悠衣▶託児：兄弟は1週間前までに▶申込：HP

## ② 0123 はらっぱ

八幡町 1-3-24 ☎56-3210

休館：金・土曜、祝日



- 0歳ひろば、1歳ひろば、2・3歳ひろば▶日時：各年齢別の日時、内容、託児はHP参照▶対象：0～3歳児と保護者▶申込：0歳ひろばは不要
- 脳と心が豊かに育つファミリーLIVE『FUN! FUN! FUN!』▶日時：3月3日(火)午前10時45分～11時30分▶対象：0歳～未就学児と家族▶出演：シュガラボ▶申込：不要
- 応急救護訓練▶日時：3月5日(木)午前10時～11時▶対象：0～3歳児の保護者、20名▶内容：AEDの実技講習など▶託児：8カ月以上、15名(同室可)▶講師：武蔵野消防署

## 桜堤児童館

3月31日(火)まで休館

未就学児は保護者同伴▶対象：記載のないものは市内在住の未就学児と保護者▶そのほか：詳細は市HP、じどうかんだより参照▶申込・問：申込フォームから同館☎53-2206(月～金曜午前9時30分～午後4時30分)へ。



- お出かけ児童館in中央コミセン▶日時：2月5日(木)午前10時～11時30分▶場所：中央コミセン大広間▶内容：児童館の職員と遊んだり、お話ししましょう▶申込：不要
- お出かけ児童館with保健師in桜堤コミセン▶日時：2月12日(木)午前10時～11時30分▶場所：桜堤コミセン大広間▶内容：児童館の職員と遊んだり、お話ししましょう▶そのほか：保健師相談あり▶申込：不要
- ローズカフェ@桜堤児童館in市民会館▶日時：2月17日(火)午前10時30分～11時15分▶場所：市民会館和室▶定員：10組▶内容：親子で触れ合い遊び▶講師：阿部暁子

- ちびっこランドリトミックin市民会館▶日時：2月25日(水)午前10時30分～11時30分▶場所：市民会館集会室▶対象：ひとり歩きのできる1歳6カ月～未就学児と保護者、15組▶内容：リトミック▶講師：安藤朋子
- おせっかい児童館in中央コミセン▶日時：2月26日(木)午後3時～4時45分▶場所：中央コミセン第1会議室▶対象：小・中学生▶内容：児童館職員と工作を楽しもう▶申込：不要

## コミセン 親子ひろば

自由来所、開催時間内出入り自由▶時間：午前10時～11時30分(西部は午前10時30分～午後0時30分。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▶そのほか：○は保健師相談。そのほかの開催日など詳細は市HP参照▶問：子ども子育て支援課☎60-1239



## 2月



吉祥寺東▶16日(月)  
本宿▶工事のため休館  
吉祥寺南町▶6日・13日・20日(金)・28日(土)  
御殿山▶4日(水)  
本町▶18日(水)  
吉祥寺西▶工事のため休館  
吉祥寺北▶13日(金)・28日(土)  
けやき▶5日(木)  
中町集会所▶6日(金)・16日(月)  
西久保▶2日○・9日(月)・17日(火)・28日(土)  
緑町▶10日(火)○  
八幡町▶7日(土)・18日(水)  
関前▶4日(水)  
武蔵境自動車教習所▶開催なし  
西部▶3日・10日(火)  
境南▶4日(水)  
桜堤▶18日(水)





講座・講習

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しであるオレンジバッジを進呈。  
▶日時：3月3日(火)午後2時～3時30分▶場所：武蔵野プレイスペースC▶対象：市内在住・在勤・在学の方、20名程度▶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



老壮シニア講座 2月実践 在宅防災術

～災害で生き残る技を学ぼう～  
固定観念を捨て、自宅での避難生活のノウハウを学ぶ。



▶日時：2月18日(水)午後1時30分～3時30分(開場1時)▶場所：スイングホール▶対象：170名(先着順)▶講師：阿部慶一(防災まちづくり研究会会長)▶費用：無料▶申込：不要▶問：武蔵野プレイスペース生涯学習支援係☎30-1901、老壮連合会・鈴木090-7301-1989



ひきこもりサポート事業「それいゆ」家族セミナー

10代・20代の事例報告&懇談会、ひきこもり支援ハンドブック。  
▶日時：2月21日(土)午後2時～4時▶場所：スイングスカイルーム▶対象：不登校・ひきこもりなどの悩みをもつ家族など、30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▶申込・問：文化学習協同ネットワーク☎24-6491



自転車安全利用講習会(託児あり) ヘルメットの助成など特典つき

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

開催日	開始時間	場所	締切日(消印有効)
3月1日(日)	午前10時 午後1時30分★	市役所811会議室	2月15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、未就学児は託児あり(子への特典なし)/各回80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、締切後も受付可		
持ち物	本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証など住所が確認できるもの)、受講通知(締切日以降にEメールまたは郵送)、更新の方は自転車安全利用認定証		
特典	自転車用ヘルメット購入費用の2000円分助成券(市内在住者のみ)/点検整備TSマーク(保険付帯)の1000円分助成券(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)/自転車安全利用認定証発行(有効期限あり)		
申込	申込フォームまたはハガキ(申込要領参照し、希望日時[第2希望まで]、★は同伴する子の人数、託児希望の場合は子の氏名・月齢・性別、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。 ※荒天などにより中止の場合あり		



◎夜間はライトを点灯しましょう  
◎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

自転車用ヘルメット購入費用の一部を助成しています

▶問：交通企画課☎60-1860

- ▶対象者：市が実施する自転車安全利用講習会を受講した市内在住の方
- ▶方法：市内の事業協力店に助成券(講習会受講後に交付)を提出することで、購入費用の一部を控除
- ▶対象品：SGマーク認証付き(または同等品)の新品
- ▶助成額：2000円(購入金額が2000円未満の場合はその額まで、1人1回[1個])



自転車に乗る時はヘルメット着用を

すべての自転車利用者に対してヘルメットの着用が努力義務となっています。自転車事故で亡くなる方の多くは、頭部を損傷しています。ご自身の身を守るためにもヘルメットを着用しましょう。



市民こころの健康支援事業講演会「悲しむことは生きること。」



自死は私たちの社会の副作用。こころの不調を乗り越えるためのヒントにつながる話。

▶日時：2月28日(土)午後2時～4時▶場所：商工会館市民会議室▶定員：90名(市内在住者優先し

申込順)▶講師：蟻塚亮二(精神科医)▶費用：無料▶主催：武蔵野市▶その他：申込者にはドキュメンタリー映画「生きて、生きて、生きろ。」オンライン上映(2月1日[日]～3月30日[月])視聴用URLも送付。講演会はオンデマンド配信あり(3月30日[月]午前9時～4月30日[木]午後5時)▶申込：二次元コードから▶問：ライフサポートMEW☎36-3830



▲申込



▲オンデマンド配信

高齢者総合センター各種講座

年間講座(4月～令和9年3月)、半年講座(4月～9月)。

▶対象：市内在住で8年4月1日時点60歳以上の原則自力で講座に参加できる方(超えた場合抽選。1人1講座のみ受講可。第2希望まで申込可)。★は要介護不可(要支援2の方まで)▶費用：無料(教材費実費負

担)▶その他：過半数に満たない講座は中止の場合あり。貸出備品は持ち帰り不可。詳細は同センターHP参照▶申込・問：2月15日までに同センターHPまたは未記入のハガキを持参の上、直接高齢者総合センター☎51-1975(午前9時～午後5時[日曜、祝日を除く。土曜は4時まで])へ。



期間	分野	講座名	定員	実施曜日	時間	その他
運動系講座	運動系講座	楽々タオル体操★(イス使用、立位も有り)	35	第1～4月曜	午前9時30分～10時30分	運動強度1
		ときめき転倒予防体操★(マット使用)	35	第1～4月曜	午後1時30分～2時30分	運動強度2
		ヨガ★(マット使用)	35	第1～4火曜	午前9時30分～10時30分	
		気楽にイス体操★(イス使用)	35	第1～4火曜	午後1時30分～2時30分	運動強度1
		リズム体操★	25	第1～4水曜	午前9時30分～10時30分	運動強度3/室内用ひも付き運動靴使用
		フラダンス★	25	第2・4木曜	午前10時～11時30分	
		ラージボール卓球★	15	第2・4木曜	午後1時30分～3時	貸出用ラケットあり(無料)
		太極拳(楊名時八段錦)★	25	第1～4木曜	午後2時～3時	
		足から全身ストレッチ★	35	第1～4金曜	午後1時30分～2時30分	運動強度3
		季節の折り紙	20	第1・3月曜	午前10時～11時30分	2000円(折り紙代)
		ギター入門	15	第2・4火曜	午前10時～11時30分	貸出用ギターなし
		水彩色鉛筆で絵を描こう	15	第1・3水曜	午前10時～11時30分	
		鉛筆デッサンをはじめよう	15	第1・3水曜	午後1時30分～3時	
		書道	15	第2・4水曜	午後1時30分～3時	
		世界の歌	50	第1・3水曜	午後2時～3時30分	
一般講座	一般講座	はじめてのウクレレ	15	第2・4木曜	午前9時30分～11時	貸出用ウクレレあり(無料)
		水墨画	15	第1・3木曜	午前10時～11時30分	
		ゆったり囲碁入門	20	第1・3木曜	午前10時15分～11時45分	約1000円(テキスト代)※
		やさしいシャンソン	50	第1・3木曜	午後1時30分～3時	
		陶芸	15	第2・4木曜	午後1時30分～3時	2000円(道具代)※900円(粘土代)
		初心者バイオリン	18	第1・3金曜	午前10時～11時30分	貸出用バイオリンあり(無料)
		コーラス	50	第1・3金曜	午前10時～11時30分	
		楽しく歌おう日本の歌	50	第2・4金曜	午前10時30分～11時30分	
年間講座	川柳	15	第2火曜	午前10時～11時30分		

※持っていない方のみ



福祉総合相談・ひきこもり相談窓口



～福祉に関する困りごとはありませんか？～

「どこに相談すればよいか分からない」「どうすれば解決するのか分からない」「ひきこもりの家族がいるので相談したい」。生活の困りごとや不安について、福祉相談コーディネーターが相談を受け止め、課題解決のために関係機関と連携しながら支援します。

▶受付時間：午前8時30分～午後5時(土・日曜、祝日を除く)▶問：生活福祉課☎60-1254



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その他の必要事項(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)



連続講座「季節に合った暮らしの  
コツ～賢い消費者をめざして～」



市内農家見学、デジタル遺品、洗濯、消費者に役立つ知識などについての講義。

▶日時：4月～令和9年2月の第4木曜(8月・9月・12月を除く全8回。5月・6月は第2木曜、11月は第3木曜) 午前10時～11時30分 ▶場所：消費生活センターほか ▶対象：市内在住の方、20名(超えた場合抽選) ▶費用：無料 ▶託児：6カ月～未就学児、5名(超えた場合抽選) ▶申込・問：2月16日(必着)までに市HP、ハガキ(申込要領参照し、年齢、性別、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。



消費生活講座  
「AIに負けない力」の育て方

知っておきたい子どもを取り巻く最新のSNS事情と未成年者のSNSトラブル。



▶日時：3月7日(土) 午前10時～11時30分 ▶場所：商工会館市民会議室 ▶対象：市内在住・在勤・在学の方、60名(超えた場合抽選) ▶講師：寺島絵里花(日本メディアリテラシー協会) ▶費用：無料 ▶託児：1歳～未就学児、5名(超えた場合抽選) ▶申込・問：2月19日(必着)までに市HPまたはハガキ(申込要領参照し、年齢、在勤・在学者は勤務先・学



校名、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。

「思春期男子の性」について  
助産師に聞いてみよう

思春期の男子の身体や心の特徴、親の心構えなどについての講演。事前質問にも答えます。



▶日時：2月28日(土) 午後2時～4時 ▶場所：武蔵野プレイスフォーラム ▶対象：市内在住・在勤・在学で小学5年～中学生男子の保護者など、50名(申込順) ▶講師：大田静香(市助産師会会長) ▶費用：無料 ▶申込・問：申込フォームまたは電話で男女平等推進センター☎37-3410へ。



令和8年度  
大学正規科目履修登録の受付



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正規科目の一部を開放しています。受付は年1回。  
▶日時：2月19日(木)～22日(日) 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。聴講料補助制度…8年4月1日時点市内在住の方が対

象。1大学1万円、2大学まで(要別途手続き) ▶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(7年2月1日以降に受診した胸部レントゲン検査結果のあるもの。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]、背景1色・脱帽・目を開き口は閉じて正面から撮ったもの。スナップ写真・コピー不可。6カ月以内に撮影のもの、武蔵野大学はカラーのみ可)、②③は希望する大学分の枚数必要 ▶そのほか：聴講科目数に制限あり。詳細は自由大学通信Vol.89または同大学HP参照 ▶申込・問：自由大学事務局(武蔵野プレイス内)☎30-1904



令和8年度前期  
武蔵野市寄付講座

市の寄付によって、大学が開設する特設講座です。

▶対象：市内在住・在勤・在学で18歳以上の方・武蔵野地域自由大学学生、各50名(超えた場合抽選) ▶費用：各大学5000円(資料代)

▶申込・問：2月13日(必着)までに武蔵野プレイスHP、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、自由大学学生は学籍番号も明記)で郵送または直接自由大学事務局(武蔵野プレイス内)☎30-1904へ。同館HPから当落確認可(2月19日～各大学開講日)。自由大学学生のみ電話申込可。詳細は自由大学通信Vol.89または同大学HP参照。



日本獣医生命科学大学「科学史・獣医史学」：人と動物がつくった社会の歴史
▶日時：4月14日～7月21日の火曜(全14回) 午後1時～2時40分 ▶コーディネーター：塚田晃三(獣医学部教授)
武蔵野大学「住み続けられる建築と都市のデザイン」
▶日時：4月20日～7月27日の月曜(全14回) 午後4時50分～6時30分 ▶コーディネーター：佐藤桂(工学部准教授)

・自由大学ポイント付与対象講座(4分の3以上の出席で1ポイント)  
・受講決定後、大学ごとに健康診断書(7年2月1日以降に受診した胸部レントゲン検査結果のあるもの。[コピー可])、証明写真、受講同意書を提出。詳細は当選通知参照

市公式ホームページに  
バナー広告を掲載しませんか？



バナー広告を掲載してくださる事業者を募集しています。詳細は市HP参照。

▶申込・問：秘書広報課☎60-1804、FAX55-9009



消費生活センター  
相談の窓口から

ネットの副業や転職の誘いに注意！  
—SNSを通じた悪質な勧誘あり—

【事例1】

SNSで知り合った人に誘われ、ネットショップ立ち上げの副業を始めた。海外WEBサイトにショップを立ち上げ、業者が受注・発送してくれるので、在庫を持たず楽に稼げると言われた。しかし、「大口注文が入った」「高額商品の注文が入った」と次々に高額な支払いを求められ、払えなくなったら、業者と連絡が取れなくなった。

【事例2】

SNSの広告を見て、無料でスキルが身に付けられ、仕事もあっせんするというサイトにアクセスし、WEB会議で勧誘を受け契約した。しかし、スキルを身に付けるためのサポートもなく配信された情報商材の内容も理解できないうちに、無料期間が終わったとして高額請求を受けた。

【アドバイス】

「SNSで知り合った人から悪質な副業の勧誘を受けた」「SNS広告で仕事や転職をサポートするといい、高額契約させられた」という相談が入っています。仕事を求めている人に付け込んだ悪質な勧誘です。

「簡単に稼げる」「仕事をあっせんする」などという甘い勧誘に注意しましょう。高額請求を受ける可能性があります。契約前に内容や業者の連絡先、信用性などを確認し、契約は慎重にしましょう。



消費生活センターでは、消費生活に関するさまざまな相談を受けています ▶相談専用電話：☎21-2971 ▶時間：平日午前9時～午後4時(来所相談は予約制) ▶対象：市内在住・在勤・在学の方 ▶費用：無料 ▶問：消費生活センター☎21-2972

手話・点訳講習会 受講生募集

【共通】▶対象：市内在住・在勤・在学の方 ▶費用：無料(テキスト代実費、①の入門・基礎はほかにクラウド料) ▶主催：武蔵野市 ▶そのほか：開講1週間前までに受講の可否を通知 ▶申込・問：①③3月13日②2月20日(必着)までに申込フォームまたはEメール(申込要領・募集要項[二次元コードからダウンロード可]参照し、希望するクラス[①は昼夜]、①②は最終修了クラス名・年度・手話学習経験歴・手話サークル所属者はサークル名、市内在勤・在学者は勤務先・学校名[所在地・電話番号]も明記)でボランティアセンター武蔵野☎23-1170、vcm@shakyou.or.jpへ。



①手話講習会(入門・基礎・通訳基本) 手話を学び、聴覚障害のある方へのボランティアや市の登録手話通訳者を養成	▶日時：4月14日(火)～令和9年1月26日(火)(全30回)、昼クラス…午前9時45分～11時45分、夜クラス…午後6時30分～8時30分 ▶場所：スイングスカイルーム ▶対象：高校生以上、各クラス20名(超えた場合選考)
②手話講習会(通訳応用) 市の登録手話通訳者を養成	▶日時：4月14日(火)～9年1月26日(火)(全30回)、午後6時30分～8時30分 ▶場所：武蔵野プレイススペースC ▶対象：高校生以上の上級修了者で受講試験合格者(受講試験は3月7日[土]午後1時30分、市役所)
③点訳講習会 視覚に障害のある方への点訳支援をするボランティアを養成	▶日時：5月15日(金)～9年2月19日(金)(全20回) 午前10時～正午 ▶場所：武蔵野プレイススペースD ▶対象：18歳以上の方、10名(超えた場合抽選) ▶費用：無料(テキスト代実費)



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。部位別筋肉・脂肪量などの体組成測定・結果説明と栄養・運動講座。

▶日時：2月25日(水)午前9時25分～正午(受付9時20分)▶場所：保健センター多目的ホール▶対象：市内在住の20～64歳で全時間参加可能な方(ペースメーカー使用者・妊娠中の方・前回の体組成測定から1年未満の方は不可)、16名(申込順)▶費用：無料▶託児：6カ月～未就学児、4名(2月18日までに申込順)▶申込・問：前日までに二次元コード、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」で前回からの体の変化をチェックしよう  
過去に「知って得する！カラダのセミナー」に参加した方に、測定のみを実施します。

▶日時：2月25日(水)午前10時30分～11時30分(1名10分)▶場所：保健センター講座室▶対象：市内在住ではつつメンバーの方(当日申込可。ペースメーカー使用者・妊娠中の方・前回体組成測定から1年未満の方は不可)、7名(申込順)▶費用：無料▶申込・問：前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。

薬物乱用防止ポスター・標語優秀作品の発表

都内の中学生に薬物乱用問題について関心を持ってもらうため、都ではポスター・標語の募集を行っています。武蔵野市地区では市内の中学校からポスター部門において107作品の応募があり、地区会長賞受賞作品を決定しました▶問：都薬物乱用防止推進武蔵野市地区協議会(健康課) ☎51-7004



聖徳学園中2年  
黒葛原千尋さんの作品

2月申込の健診・検診		経過観察中・自覚症状のある方は医療機関で受診をしてください。詳細は「がん検診ガイド」、市HP参照▶対象(年齢は令和8年3月31日時点)、 <b>図</b> 定員、 <b>図</b> 実施機関、 <b>図</b> 内容、 <b>図</b> 費用▶問：健康課 ☎51-7006、健康づくり事業団 ☎51-2828
種類	受診日／対象者・内容など	申込
①胃がんエックス線・肺がんセット検診 ※胃がんエックス線検診のみの受診も可 ※託児あり(6日のみ)	3月2日(月)・4日(水)・6日(金)・7日(土)・9日(月)／午前8時30分～11時15分 胃： <b>図</b> 35歳以上で、昨年度市の胃がん内視鏡検診未受診の方 <b>図</b> 問診、胃部エックス線検査(バリウム検査) 肺： <b>図</b> 40歳以上の方 <b>図</b> 問診、胸部エックス線検査、喀痰細胞診(基準に該当する方のみ) 【共通】妊娠中または可能性のある方、職域などほかで受診機会がある方は対象外 <b>図</b> 75名(申込順) <b>図</b> 健康づくり事業団 <b>図</b> 無料	ハガキ・封書(記入事項は以下)または直接健康課へ。市HPから申込可 【記入事項】住所、氏名、生年月日、電話番号、 ①「胃・肺セット検診希望」・「胃がん検診希望」、第3希望日まで(時間指定不可) ②「肺がん検診希望」
②肺がん検診	<b>図</b> 40歳以上の方。妊娠中または可能性のある方、職域などほかで受診機会がある方は対象外 <b>図</b> 市内指定医療機関 <b>図</b> 問診、胸部エックス線検査、喀痰細胞診(基準に該当する方のみ) <b>図</b> 無料 ※検診日時は、市から受診券シールが届いたら直接医療機関に予約 ※医療機関は予告なく変更する場合があります	
若年層胸部検診	<b>図</b> 16～39歳の方 <b>図</b> 健康づくり事業団 <b>図</b> 問診、胸部エックス線検査 <b>図</b> 無料	
肝炎ウイルス検診	<b>図</b> 40歳以上で同検診未受診・ほかに受診機会のない方※市国保・後期高齢者医療制度加入者は健診時に実施 <b>図</b> 健康づくり事業団 <b>図</b> 問診、血液検査 <b>図</b> 無料	電話または直接健康づくり事業団へ
若年層健康診査	<b>図</b> 16～39歳の方でほかに健診の機会がない方 <b>図</b> 市内指定医療機関 <b>図</b> 問診、身体測定(腹囲を含む)、血圧測定、尿検査、血液検査、胸部エックス線検査 <b>図</b> 無料 ※健診日時は、市から受診票が届いたら直接医療機関に予約	2月17日までにハガキ・封書(記入事項は以下)、市HPまたは2月25日までに直接健康課へ。 【記入事項】「若年層健康診査希望」、住所、氏名、生年月日、電話番号
眼科健康診査	<b>図</b> 40歳以上の方。手元に受診券シールが届いていない方は健康課へ。市の健康診査を受診の方(市国保・後期高齢者医療制度加入者)は内科受診後、内科医より受診に必要なものの交付があるため申込不要 <b>図</b> 市内指定医療機関 <b>図</b> 問診、屈折検査、視力検査、眼圧検査、細隙灯顕微鏡検査、眼底検査 <b>図</b> 500円 ※健診日時は、市から受診券シールが届いたら直接医療機関に予約	電話または直接健康課へ。市HPから申込可
歯科健康診査	2月28日(土)まで <b>図</b> 20・25・30・35歳、40歳以上の方。手元に受診券シールが届いていない方は健康課へ <b>図</b> 市内指定歯科医療機関 <b>図</b> 歯科健診 <b>図</b> 無料 ※健診日時は、市から受診券シールが届いたら直接医療機関に予約	電話または直接健康課へ。市HPから申込可
妊婦歯科健診	<b>図</b> 妊娠中の方 <b>図</b> 市内指定歯科医療機関 <b>図</b> 歯科健診 <b>図</b> 無料※受診票は母子健康手帳と共に交付(母と子の保健バッグに同封)	転入の方は電話または直接健康課 ☎51-0700へ

託児付き「学んで実践！ウォーキング教室」(①中級者以上②初級者)

今より効果的な全身運動にするために、正しいウォーキングのフォームやコツをお伝えします。

▶日程：2月28日(土)、小雨実施▶場所：陸上競技場(悪天候時は保健センター)▶対象：市内在住の20～64歳、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：②6カ月～未就学児、6名(申込順)▶持ち物：飲み物、防寒具(手袋・帽子など)ほか▶そのほか：運動できる服装と靴▶申込・問：2月24日までに二次元コード、電話または直接健康づくり支援センター ☎51-0793へ。

クラス	時間	申込
①中級者以上クラス しっかり歩きたい方向け	午前9時30分～10時30分	
②初級者クラス(託児付き) ウォーキング・運動初心者向け	午前10時45分～11時45分	

休日の医療機関2月1日(日)～14日(土)

初期救急 (入院を要しない急病)○印=午前 9 時～午後 5 時 ◎印=午後 5 時～10 時				
必ず事前に連絡してから受診してください。 ・症状など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 ・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				
日	医療機関名	診療科目	住 所	☎
1日 (日)	○前澤クリニック	内科・小児科	境南町 3-15-21	30-2861
	○小森病院	内科	関前 3-3-15	55-8311
	○◎武蔵野陽和会病院	内科	緑町 2-1-33	52-3212
8日 (日)	○吉祥寺なるかわファミリークリニック	内科・小児科	吉祥寺本町 1-11-26	29-3913
	○かえで内科クリニック	内科	吉祥寺南町 2-17-2	24-7065
	○むさしの糖尿病・甲状腺クリニック	内科	境 1-15-10	56-1510
	○武蔵野陽和会病院	内科	緑町 2-1-33	52-3212
11日 (水・祝)	○中じまクリニック	内科・小児科(乳児不可)	吉祥寺本町 2-14-5	21-6251
	○若狭内科クリニック	内科	境南町 2-12-12	34-5266
	○◎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

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		
1日(日)	水村歯科医院	吉祥寺本町1-33-23	☎22-2631
8日(日)	本橋歯科医院	吉祥寺本町1-36-2	☎21-0651
11日 (水・祝)	宮原歯科医院	吉祥寺本町1-35-7 第6モトハシコーポ	☎23-2108

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
- 以下の電話案内、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
- 
- ▲市HP

●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



スポーツ

野外活動センター  
スノーキャンプ



志賀高原で春休みの思い出作り。  
スキーと雪国体験をしよう。

▶日時：3月26日(木)午前7時市役所前出発～28日(土)午後6時解散  
▶場所：長野県志賀高原▶対象：小学6年生～18歳、35名(超えた場合抽選)。最少催行18名▶費用：3万4000円▶申込・問：2月14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、市内在学者は学校名も明記)で野外活動センター ☎54-4540へ。

\*旅行条件説明書は同センターHPをご覧ください。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



市民スポーツ大会 軟式野球



一般の部単独トーナメントまたはリーグ戦(2チーム以下の場合連盟内で実施)。

▶日時：3月8日から毎週日曜・祝日午前9時、雨天順延▶場所：軟式野球場、武蔵野中央公園スポーツ広場B▶対象：市内在住・在勤・在学で高校生以上の編成チーム、8チーム(監督含め9名以上、超えた場合抽選)、軟式野球連盟登録選手の合同チームも可▶費用：1チーム1500円(保険料を含む)▶持ち物：統一のユニホーム・帽子を着用(できない場合応相談)▶その他：公開抽選会…2月13日(金)午後0時20分、スポーツ協会。主将会議…2月27日(金)午後7時、総合体育館大会議室。詳細は同協会HP参照▶申込：2月12日(必着)までにハガキ(申込要領参照し、チーム名、代表者、携帯電話番号も明記)でスポーツ協会へ▶問：軟式野球連盟・松嶋 ☎090-2624-2173

2月の市民スポーツデー

校庭・体育館を一般開放します。

▶日時：2月15日(日)午後1時30分～4時30分▶場所：第一・第三・第四・大野田・千川・本宿・関前南小▶費用：無料▶持ち物：体育館履き、飲み物、タオル▶特別イベント：第一小「ユニバーサルスポーツ(ボッチャ・モルック・ラダーゲッター)体験」▶申込：不要▶問：生涯学習スポーツ課 ☎60-1903

武蔵野中央公園スポーツ広場  
使用中止日のご案内 (3月)

大会使用および整備予定のため受け付けできません。

▶日時：1日(日)・5日(木)・8日(日)・12日(木)・14日(土)～19日(木)・21日(土)・22日・29日(日)午前9時～午後5時、7日(土)・20日(金・祝)午後1時～5時▶問：総合体育館 ☎56-2200

道路・公園・下水について

LINEで情報提供・通報できます

市公式LINE

道路・公園・街路樹の不具合、下水道の臭いに関して、画像や位置情報を用いて、市に情報提供・通報ができます。

情報提供・通報の方法

市公式アカウント「武蔵野市 (ID: @musashinocity)」を友だち登録し、画面の案内に沿って写真などを送信してください

問：道路管理課 ☎60-1857、緑のまち推進課 ☎60-1864、下水道課 ☎60-1867

このような状況を見つけたら LINE で通報を！

\*撮影の際は周囲に十分注意してください

道路の陥没

防護柵の破損

市政情報はこちらからもチェックできます

さまざまな方法で情報を発信しています▶問：秘書広報課 ☎60-1804

市報

月2回発行。「市報むさしの」は全戸配布のほか、市の施設、市内3駅などに置いてあります。視覚障害の方のために、音声版と点字版も作成しています。



市ホームページ

<https://www.city.musashino.lg.jp/>



季刊むさしの

年4回発行(3・6・9・12月)。市政の情報や課題、地域の情報などについて掘り下げて紹介。市内3駅、公共施設、医療機関、理・美容院などで無料配布。春号のみ全戸配布しています。



市公式LINE

「子ども・子育て」「イベント情報」「相談窓口」など知りたい(欲しい)情報を簡単に調べられます。

◆友だち登録方法  
右記二次元コードまたはLINEアプリのホーム画面から「武蔵野市」または「@musashinocity」を検索。

◆欲しい情報を受け取るための受信設定の方法  
友だち登録後、公式アカウントのトーク画面右下の「受信設定アンケート」を選択し、受け取りたい(欲しい)情報、性別、年代、お住まいの地域を登録してください。



市公式動画チャンネル(YouTube)

市広報番組「むさしのシティニュース」をはじめ、さまざまな動画を公開しています。



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。パソコンや携帯電話などから登録ページにアクセスしてください。<https://mobile.city.musashino.lg.jp/index.cgi?page=4>



市公式X(旧ツイッター)・フェイスブック・Instagram

イベントやお知らせなどを随時紹介しています。



X (旧ツイッター)



フェイスブック



Instagram

ケーブルテレビ むさしのシティニュース(11ch)

J: COMチャンネル武蔵野・三鷹で毎日4回放映中の市広報番組です。市の行政の動きや取り組み、市主催の事業などを紹介しています

▶日時：毎日、午前9時15分・正午・午後8時15分・10時(各15分)

むさしのFM (78.2 MHz)

●マイシティむさしの

平日午後1時30分からの生放送には、毎回市職員や関係団体の職員、コミュニティセンターの方などが10分程度出演し、生放送を行うゲストトークのコーナーがあります。災害時には緊急放送も行います▶日時：月～金曜…午前9時30分・午後0時15分・1時30分・4時45分・6時30分・9時30分／土曜…午前9時30分・11時45分・午後0時45分・3時30分・4時45分・6時30分／日曜…午前9時30分・11時45分



●現場からは以上です

市の職員がまちに出向き、インタビュー。現場の雰囲気やまちを支える方々の温かみや熱量など、まちの体温をお届けするラジオ番組を放送しています▶日時：金曜午後2時～2時15分





文化・芸術

④ウィーン八重奏団  
▶日時：4月21日(火)午後7時▶  
場所：市民文化会館大ホール▶費  
用：一般4000円、㊟3200円



⑥フレディ・ケンプ ピアノ・リサイタル  
▶日時：4月6日(月)午後7時▶場  
所：市民文化会館小ホール▶費  
用：一般2500円、㊟2200円



©Sara Porter

⑦島津亜矢 40周年記念コンサートツアー2026～ありがとう～  
▶日時：5月16日(土)午前11時30分、午後3時30分▶場所：市民文化会館大ホール▶費用：一般8000円、㊟7200円



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

⑧進藤実優 ピアノ・リサイタル  
▶日時：3月8日(日)午後2時▶場  
所：市民文化会館小ホール▶費  
用：一般1500円、㊟1200円



⑨バッハ・プラス  
「バッハとイタリア」  
▶日時：4月11日(土)午後2時▶  
場所：市民文化会館小ホール▶費  
用：一般2000円、㊟1800円、㊟  
1200円▶出演：勝山雅世(オル  
ガン)、曾我かおり・高田はるみ(バ  
イオリン)



⑩オペラシアターこんにゃく座  
オペラ「シグナルとシグナレス」  
▶日時：3月25日(水)午後7時▶  
場所：公会堂▶費用：一般1800  
円、㊟1000円▶原作：宮澤賢治▶  
出演：竹田恵子(ソプラノ)、大石  
哲史(バリトン)、萩京子(ピアノ)



公演チケット申込



- チケット予約専用電話☎54-2011
- 文化生涯学習事業団HP参照
- 左記公演④～⑩は2月8日(日)発売、⑥は発売中

\*特に表記のない公演は全席指定、電子チケットにも対応、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  
\*発売日当日：午前10時から電話・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、公会堂、吉祥寺シアター、武蔵野プレイス(午前9時30分～午後9時30分)各窓口でも購入可  
\*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。  
年会費1000円



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  
吉祥寺シアター：〒180-0004 吉祥寺本町1-33-22 ☎22-0911  
公会堂：〒180-0003 吉祥寺南町1-6-22 ☎46-5121  
芸能劇場：〒180-0006 中町1-15-10 ☎55-3500  
スイングホール：〒180-0022 境2-14-1 ☎54-1313  
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  
松露庵：〒180-0021 桜堤1-4-22 ☎36-8350

官公署だより

国民年金保険料の納付についてのお知らせ

国民年金保険料は、一定期間の保険料をまとめて前納すると毎月納めるより保険料が割り引きされます。口座振替、クレジットカード納

付による4月分からの前納を希望する場合は、2月27日(金・必着)までに申出書を年金事務所へ提出してください▶問：武蔵野年金事務所☎56-1411



武蔵野消防署

☎51-0119

コンセントと差し込みプラグの接触部分から出火するトラッキング火災や、モバイルバッテリーなどのリチウムイオン電池から出火する火災など、電気を原因とする火災が年々増加しています。モバイルバッテリーや家庭用バッテリーは、落下や過充電が火災の原因になることが多いので、使用方法や保管場所を守り、劣化品は交換しましょう。



実験映像など



武蔵野警察署

☎55-0110

「+」や「0以外の数字」から始まる国際電話番号の特殊詐欺が急増しています。普段から国際電話を利用しない固定電話は「国際電話不取扱受付センター☎0120-210-364」に申し込むと、国際電話番号の発着信を無償で休止できます。携帯電話は無料防犯アプリ「デジポリス」で、国際電話番号や犯行利用電話番号の着信をブロックできます。※偽デジポリスが確認されています。正規のストアからインストールしてください

ガイド& GUIDE

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

◆ 講座・講習・イベント ◆

■糖尿病教室

糖尿病と整形外科疾患・日常生活における糖尿病への備え▶日時：3月7日(土)午後1時～3時(受付0時30分)▶場所：武蔵野赤十字病院むさしの講堂▶講師：浅沼雄貴(同病院整形外科医師)、大矢歩未(同病院看護師)▶費用：無料▶持ち物：筆記用具▶申込：不要▶問：同病院医療社会事業課☎32-3111

■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、衣類などのお仕立て・お直し③パソコン・スマホ教室▶日時：①10日(火)午後1時30分②5日・19日(木)午前10時～午後3時(雨天強風時は翌週)③随時相談(1回1時間30分)▶場所：①③同センター②市役所正面玄関▶対象：①市内在住で60歳以上の健康で働く意欲のある方▶費用：③1回2600円▶持ち物：①年度会費2000円、ゆうちょ銀行の通帳など▶申込・問：①前日までに電話②不要③電話または同センターHPから同センター☎55-1231へ。詳細は同センターHP参照。

■テンミリオンハウスくるみの木 太極拳講座

▶日時：毎月2回金曜午前10時～11時30分▶場所：中町3-25-17▶対象：市内在住で65歳以上の方優先、若干名▶講師：大城和子▶費用：300円▶申込・問：くるみの木☎38-7552

■高齢者向けスマホ体験会

教室形式でスマートフォンや各種アプリの活用を体験▶日時：2月20日・27日(金)、3月4日・11日(水)(全4回)午後2時～4時30分▶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、20名(超えた場合抽選)▶費用：無料▶持ち物：スマートフォン持参▶申込・問：東京都スマートフォンプ普及啓発事業事務局☎03-6374-7746(平日午前9時～午後5時)

■「カイゴの話」認知症カフェ

～みんなで話そう認知症～ミニ講話・茶話会▶日時：2月26日(木)午後1時～3時▶場所：高齢者総合センター研修室▶対象：認知症が気になる・関心のある方、介護

をしている方、10名▶費用：無料▶申込・問：同センター在宅介護・地域包括支援センター☎51-1974

■十色Café 気軽に相談ができる対話と交流の場

介護や高齢者の生活に関する情報交換やミニ講座▶日時：2月13日(金)午後2時～3時30分▶場所：吉祥寺本町在宅介護支援センター▶対象：市内在住・在勤・在学で介護をしている・関心のある方、将来に備えたい方、15名▶講師：吉祥寺本町在宅介護・地域包括支援センター▶費用：100円(お茶代)▶申込・問：同センター☎23-1213

■老いじたく講座

エンディングノートの書き方▶日時：2月6日(金)午後1時30分～3時▶場所：市民会館第2学習室▶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

■しごとたま就職面接会in武蔵野

①面接対策セミナー②就職面接会▶日時：2月20日(金)①正午～午後0時50分②0時50分～4時▶場

所：スイングレインボーサロン▶定員：100名程度▶費用：無料▶持ち物：面接希望企業数分の履歴書(エントリーシート対応可)、東京しごとセンターカード(持っている方)▶そのほか：参加企業数20社予定▶申込・問：東京しごとセンター多摩☎または同センター☎042-521-6761へ。

■この街に戦争があった?!—中島飛行機武蔵製作所と武蔵野の空襲—

戦跡を訪ねるフィールドワークの集大成となる講演会▶日時：3月13日(金)午後6時30分～8時▶場所：商工会館市民会議室▶定員：90名(申込順)▶講師：牛田守彦(法政大学中学高等学校教諭)▶費用：無料▶申込・問：商工会議所☎22-3631

■むさしのまち歩きツアー

戦争遺跡を訪ねる平和散策コース(約5km、2.5時間)▶日時：3月8日(日)午前9時20分▶場所：JR武蔵境駅中央改札口前▶定員：30名(申込順)▶費用：1000円▶申込・問：観光機構☎23-5900、kanko\_office@musashino-kanko.com

■行政書士による相談会

相続、遺言、事業の許認可、ビザ申請手続、起業などに関する相談▶日時：2月17日(火)午前9時30分～11時50分▶場所：市役所ロビー▶費用：無料▶申込：不要▶問：東京都行政書士会武蔵支部☎66-2902

■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、空き家問題などの相談▶日時：2月19日(木)午前10時～午後3時(土地家屋調査士は午後0時30分から)▶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☎27-6761、東京土地家屋調査士会武蔵野支部・萩原☎57-4678

■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21日(土)午後1時～4時▶場所：かたらいの道市民スペース▶費用：無料▶申込・問：東京司法書士会武蔵野支部☎27-6761

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)



## コミュニティセンター事業案内 2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

吉東	11日(水・祝)	謡曲仕舞教室▶時間:午前11時～正午▶定員:20名▶申込
	14日(土)	吉祥寺東おもちゃ病院▶時間:午前10時～正午▶費用:部品実費 アジアを知ろう パキスタン映画上映会「ソング・オブ・ラホール」▶時間:午後2時▶解説:寺原太郎(パーンスリー奏者)▶申込
御殿山	19日(木)	みんなでカフェ▶時間:午後2時～3時30分▶費用:100円(コーヒー代、お菓子付き)▶内容:地域の方々が気軽に立ち寄れる場所になっています
本町	1日(日)	まちをきれいに▶時間:午前9時コミセン前集合、雨天中止▶内容:吉祥寺駅東側からコミセン周辺の清掃
	9日(月)・23日(月・祝)	わくわく体操▶時間:午前10時30分▶対象:吉祥寺本町・東町在住者優先、15名▶持ち物:バスタオル、タオルほか
西久保	13日～3月6日(金曜)	スマホ学習会(アンドロイド対応)(全4回)▶時間:午後2時～4時▶定員:8名▶費用:2000円▶内容:音声入力、アプリ、写真など
	18日(水)	ファミリータイム「お雛さまづくり」▶時間:午後1時～3時30分▶定員:18名▶費用:500円▶持ち物:裁縫道具
緑町	20日(金)	グリーンカフェ▶時間:午後1時～3時▶費用:100円(コーヒー代、お菓子付き)
	21日(土)	早春コンサート「プラグアイアルパ&フリューゲルフォーン」▶時間:午後2時～3時▶対象:大人、50名▶申込
西部	お知らせ	2月16日～27日は受変電設備更新工事に伴う停電のため休館(3月16日～28日の使用申請受付は2月28日[土]から)
境南	7日(土)	おもちゃ病院▶時間:午前10時～午後0時30分▶場所:第5会議室▶費用:無料(部品実費)
	21日(土)	利用者懇談会▶時間:午後2時▶場所:第4会議室▶内容:境南コミセンについて語り合しましょう
桜堤	22日(日)	天体観望会「天王星をみつけよう」▶内容:第1部…講話と観望、午後5時30分、小学生以上、50名(先着順)。第2部…観望、午後6時30分～8時(自由参加)


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	
吉祥寺東(吉祥寺東町1-12-6)	☎21-4141	西久保(西久保1-23-7)	☎54-8990
本宿	7月(予定)まで休館	緑町(緑町3-1-17)	☎53-6954
吉祥寺南町(吉祥寺南町3-13-1)	☎43-6372	八幡町(八幡町3-3-16)	☎54-0169
御殿山(御殿山1-5-11)	☎48-9309	中央公園北ホール(八幡町2-5-3)	☎56-0055
本町(吉祥寺本町1-22-2)	☎22-7002	関前(関前2-26-10)	☎51-0206
吉祥寺西	8月(予定)まで休館	関前分館(関前3-16-6)	☎51-0206
吉祥寺西分館	8月(予定)まで休館	西部(境5-6-20)	☎56-2888
吉祥寺北(吉祥寺北町1-22-10)	☎22-7006	境南(境南町3-22-9)	☎32-8565
けやき(吉祥寺北町5-6-19)	☎54-8719	※体育室使用不可(2/6まで)	
中央(中町3-5-17)	☎53-3934	桜堤(桜堤3-3-11)	☎53-5311
中町集会所(中町1-28-5)	☎53-2251		

## 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

## 祝日のごみ収集

2月11日(水)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




### ちょっと待って!!

その行動、火災につながるかもしれません

リチウムイオン電池などの充電電池は、「危険・有害ごみ」の日にお出しく下さい。不燃ごみに混ぜるなど、間違った出し方をすると、ごみの収集中やクリーンセンターでの処理中に発煙、発火することがあります。

家電製品などの電池や充電電池は、必ず取り出してください。取り出せない場合は、本体ごと（部品や付属品は除く）「危険・有害ごみ」でお出しく下さい。電池の有無を確認するため、必ずふたは開けたままにしてください▶**問**：ごみ総合対策課

危険・有害ごみ袋（配布：市役所案内、ごみ総合対策課、各市政センター・コミセン）か「危険・有害ごみ」と書いた透明または半透明の袋に入れて指定の収集日に出してください。




## 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：3/15号…2月10日、4/1号…2月26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	
活動内容（団体名）	活動時間・場所	会費／申込・問	
ネイティブの先生と英会話を楽し みましょう(アナベル)	水曜午前10時30分～正午／駅 近くのコミセン	月5000円／佐藤 ☎090-6944-9536	



## ガイド& GUIDE

- 「税理士記念日」無料税務相談会(予約制)  
相続税や贈与税など税の一般相談(対面相談)▶日時：2月19日(木)午前10時～午後4時(各40分)▶場所：武蔵野税理士会館(中町1-23-17)▶費用：無料▶申込・問：2月2日から東京税理士会武蔵野支部☎55-2313へ。
- 精神保健福祉講演会  
「精神障害のある人と家族の未来を拓く」▶日時：2月14日(土)午後1時30分～4時▶場所：市役所412会議室▶講師：池原毅和(弁護士)▶費用：無料▶申込：不要▶問：第二金曜会・北山☎090-1462-2890
- 英会話講座 発音&リスニング 向上のための英会話講座  
「to不定詞」の用法と発音を学び、流ちょうな英会話力を習得する▶日時：2月13日・27日(金)午後1時～2時30分▶場所：武蔵野大学三鷹サテライト教室(三鷹市下連雀3-26-12)、オンライン(Zoom)▶定員：約15名(申込順)▶講師：田中ケアリー(英語音声学者)▶費用：2回5000円▶申込・問：同

- 大学社会響創センター事務課☎042-468-3222(平日午前9時30分～午後4時30分)
- 東京女子大学 社会人英語講座  
オールイングリッシュのレベル別講座▶日時：4月～7月、10月～令和9年1月(1回90分、平日昼間、週1回、全24回)▶場所：同大学▶講師：ブリティッシュ・カウンスル▶費用：10万円(年額)▶申込・問：2月12日までに同大学HPから同大学教育研究支援課☎03-5382-6838へ。
- 未来に拓く女性政治リーダーへの道  
世界の女性政治リーダーを政治学から考察▶日時：2月28日(土)午後1時～2時30分▶場所：成蹊学園本館大講堂▶定員：300名▶講師：デボラ・ジョーダン・ブルックス(ダートマス大学准教授)▶費用：無料▶そのほか：言語…英語(逐語通訳あり)▶申込：不要▶問：成蹊大学アジア太平洋研究センター☎37-3549。詳細は同大学HP参照。

- かおりさんの中国家庭料理教室  
ダイコンと豚肉の肉まんと酸辣湯を作りましょう▶日時：3月14日(土)午後1時～4時▶場所：市民会館料理室▶対象：18歳以上の方、18名。最少催行10名(超えた場合抽選)▶講師：照屋可緒里(中国出身)▶費用：2000円(国際交流協会会員1000円)▶持ち物：エプロン、保存容器ほか▶申込・問：2月26日午後5時までに同協会HPから同協会☎36-4511へ。

## ◆スポーツ◆

- ジュニア水泳教室  
①月曜②火曜③水曜④木曜▶日時：4月6日～6月30日の①③④午後5時②5時・6時(各50分)▶場所：温水プール▶対象：市内在住の小・中学生、40名(超えた場合抽選)▶費用：①②④5500円(全11回)③4000円(全8回)▶申込：2月14日(必着)までに往復ハガキ(申込要領参照し、①～④・時間の希望、生年月日、学年も明記)でスポーツ協会へ▶問：水泳連盟・佐藤☎080-8479-1573

- ソーシャルダンスの集いとトライアル  
▶日時：3月1日(日)午後1時～4時▶場所：総合体育館軽体操ダンス室▶費用：500円▶持ち物：ダンスシューズ▶申込：不要▶問：ソーシャルダンス連合会・島森☎080-6555-2144、t-shima2000@nifty.com
- 下期卓球リーグ戦  
4単1複の3点先取▶日時：3月1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・在学または令和7年度市卓球連盟登録者で編成したチーム▶費用：1チーム3000円(連盟未登録は6000円)▶申込：代表者会(1月24日午後7時、中央コミセン)に所定の申込用紙(スポーツ協会で配布)と参加費を持参▶問：同連盟・井谷☎50-2486(平日は午後7時以降)
- 元Vリーグ選手によるジュニアバレーボール教室  
東京都ジュニア育成地域推進事業▶日時：2月15日(日)午前9時～正午▶場所：総合体育館メインアリーナ▶対象：市内在住・在学

- の小学生▶講師：櫻井由香(北京オリンピック日本代表)ほか▶費用：無料▶持ち物：屋内シューズ、タオル、飲み物▶申込・問：2月10日までにEメールでバレーボール連盟・後藤☎090-4913-0466、ginzou7@movie.ocn.ne.jpへ。
- ◆お知らせ◆
  - 小学校入学祝金を支給します  
小学校に入学する子ども1人につき2万円支給します▶対象：ひとり親家庭等医療費助成制度の対象で、令和8年4月に小学校へ入学する児童がいる世帯▶申込・問：2月27日(消印有効)までに所定の申請書(市民社協HPから印刷可)に必要な書類を添えて郵送または直接同社協☎23-0701へ。詳細は同社協HP参照。





# スマホで図書館をもっと身近に



図書館ホームページが新しく、スマートフォンでも見やすいデザインになりました▶ 問:中央図書館☎51-5145



## 01 図書館に行きたくなる本やイベントを発見

### 新着図書

表紙で  
ビビッときたら  
迷わずクリック



市立図書館に新たに加わる本は年間約3万5000冊！新着図書の表紙が画像で表示されるようになりました。どんな本と出会えるかはホームページを見てのお楽しみ。

### イベントなど

気になる  
イベントを  
見逃さない



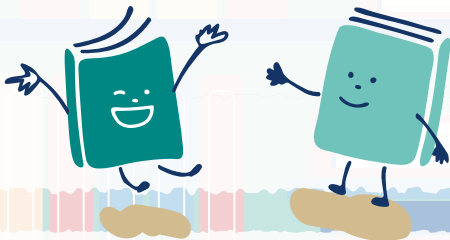
おはなし会や工作教室、映画会など…「知らなかった」じゃ、もったいない。イベント情報も分かりやすい表示になりました。

### 中高生向け

「知りたい」「読みたい」は  
ここから始まる



子どもでもない、大人でもない——。10代に響く本やイベントと出会えるページです。



## 02 自分だけの新着情報をゲット

- 著者名
- ジャンル
- タイトル

などの条件を  
事前に登録  
しておくで…



条件に合う  
新着図書の情報が  
Eメールで受け取れます



## 03 探している本の場所をピンポイントで表示



本の情報画面から本棚の場所を表示できます

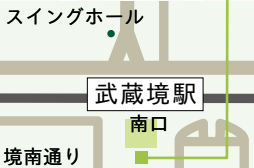
本棚を  
見つけやすく！



### 図書館案内

※所在地などは9頁参照

#### 武蔵野プレイス



午前9時30分～午後10時

#### 中央図書館



午前9時30分～午後8時  
(土・日曜、祝日は5時まで)

#### 吉祥寺図書館



午前9時30分～午後8時