

お納
知期
ら限
せの
7月31日(金)

国民健康保険税……第1期分
後期高齢者医療保険料……第1期分
固定資産税・都市計画税…第2期分
納付書裏面等に記載の場所で納付してください。
便利な口座振替をご利用ください。

市報



こがねい

こきんちゃん




市制施行50周年を記念し、本市の
名誉市民である宮崎駿氏(スタジオ
ジブリ)に描いていただいた市
のイメージキャラクターです。

ホームページ <https://www.city.koganei.lg.jp/>
モバイル(携帯電話)版 <http://www.city.koganei.lg.jp/m/index.html>

引き続き、新型コロナウイルス 感染防止対策にご留意ください

3つの密(密閉・密集・密接)を
避けることを心掛けましょう

新型コロナウイルス感染症関係コールセンター
(☎042-383-1970 FAX042-383-5020)



新型コロナウイルスに関する情報について

引き続き、手洗い、マスクの着用、ソーシャルディスタンスを保つ等の、感染しない、感染させない行動を心掛けてください。
また、感染拡大の影響により、イベント等を中止または内容を変更する場合があります。最新の情報については、事前に各担当部署や主催者にお問い合わせいただくか、市ホームページをご確認ください。
令和2年第2回小金井市議会定例会補正予算における新型コロナウイルス感染症対策については、5面に掲載しています。

生活資金等でお困りの方・住居確保給付金について

自立相談サポートセンター
(社会福祉協議会内) ☎042-386-0265

納付についての相談

▽各種市税(国民健康保険税を含む) ▽納税課納税係 ☎042-387-9823
▽介護保険料 ▽介護福祉課介護保険係 ☎042-387-9992

▽後期高齢者医療保険料 ▽保険年金課高齢者医療係 ☎042-387-9834
▽上下水道料 ▽都水道局多摩お客さまセンター
(ナビダイヤル) ☎0570-091-101、☎042-548-5111
※その他各種納付のご相談につきましては各担当課へご連絡ください。

学生等へ自転車駐車場定期利用料を補助します

学校休校の影響により、自転車駐車場を利用できなかった学生等に対し、4月および5月、またはそのいずれかの月における定期利用料を補助します。

他申請資格や申請書配布場所等については市ホームページをご覧ください

申7月1日～31日(消印有効)に、郵送で交通対策課交通対策係(〒184-8504住所不要) ☎042-387-9850

栗山公園バーベキュー施設の再開について

使用中止としていたバーベキュー施設を7月1日から一部制限付きで再開します。予約受け付けも6月15日から再開しています。
▽環境政策課緑と公園係 ☎042-387-9860

自宅にエアコンの無い高齢者のみせ帯へ冷房機器等の購入・設置費を助成します

■助成対象機器 6月1日～7月31日に購入し、8月31日までに設置したエアコン・冷風機・冷風扇・扇風機・サーキュレーター・除湿機の中から2点まで

■助成金額合計5万円を上限
他対象要件・申込方法等についてはお問い合わせください
▽介護福祉課高齢福祉係 ☎042-387-9843

高齢者の「通いの場」等を再開する際の留意点について

ポイントは、3つの密を避ける、人と人との距離の確保、マスクの着用、手洗いです。詳細は、市ホームページをご覧ください。
▽各地域包括支援センター、介護福祉課包括支援係 ☎042-387-9845

子ども家庭支援センター実施事業をご紹介します

①育児支援ヘルパー

7月から事業の一部制度が変わります

妊娠期からの切れ目ない支援を行うため、利用期間・料金等を改正します。

安静を要する妊婦の方や産婦の方で、介助する方がいない家庭に対し、相談に応じながらヘルパーを派遣します。詳細はお問い合わせください。

対母子手帳交付後から産後4か月まで(多胎出産の場合3歳未満まで) ※期間によって利用時間の上限が異なります ☎1時間500円(住民税非課税世帯等は無料) 申申請書に必要事項を明記し、郵送、ファクスまたは直接、同センターへ

②子どもショートステイ

保護者の方が、傷病、看護、冠婚葬祭、出張、育児疲れ、育児不安などで、子どもを養育することが困難になったときに、市が指定する児童養護施設で短期間(宿泊)、子どもをお預かりします。

また、施設から現在通っている市内の保育

園や学校への送迎も可能です。

なお、利用を希望する方は事前にご相談ください。

対市内在住の2歳～小学生 ☎1泊3,000円(住民税非課税世帯等は無料)。その他実費負担あり 申申請書に必要事項を明記し、郵送、ファクスまたは直接、同センターへ

③虐待相談

皆さんの周りで「虐待かな?」と思うような出来事があれば、すぐに同センターへご相談ください。

■虐待通報専用電話 ☎042-321-3146=月曜～土曜日午前9時～午後5時 ■ファクス相談 FAX042-321-3190 ※緊急時は、児童相談所虐待対応ダイヤル(☎189)にご連絡ください。つながらない場合は(☎0570-064-000)へ

—◇共通◇—

他①②の申請書は同センターで配布しているほか、市ホームページからダウンロードできます 対子ども家庭支援センター(〒184-0015 貫井北町5-18-18 ☎042-321-3161 FAX042-321-3190)

10月1日(木)から

産後ケア事業(日帰り型)を開始します

出産後体調が優れない、育児に不安がある、家族の手助けが十分に得られないなど、サポートが必要な方が、助産師による乳房ケア・授乳のアドバイスを受け、休養を取っていただくことを目的としています。



時①日帰り型=午前9時～午後5時②宿泊型=午前9時～翌日午前11時

利用日数合計7日間まで

所桜町病院(桜町1-2-20)

対利用時生後4か月未満の乳児と母親

¥①6,000円②12,000円(食費含む) ※▷多胎児は自己負担が追加となります▷住民税非課税世帯・生活保護等受給世帯は減免制度があります

他宿泊型は11月2日(月)から開始予定

申7月1日から、電話で健康課(☎042-321-1240)へ

information

お知らせ

芸術文化振興計画策定委員会委員を募集

同計画の策定について、検討・審議します。

■応募用紙配布場所コミュニティ文化課(市役所第二庁舎4階)、主な市内公共施設、市ホームページ

他▽市が設置する附属機関等の委員は、原則2つまで▽小論文は返却します▽選考基準・方法等詳細はお問い合わせください

■7月の休日窓口ご利用ください

開設時間 午前9時～午後1時
開設窓口 市民課、保険年金課、国民健康保険係、子育て支援課手当助成係(5日のみ)、納税課(5日のみ)

7月 〇は休日窓口開設日
日 月 火 水 木 金 土
5 6 7 8 9 10 11
12 13 14 15 16 17 18
19 20 21 22 23 24 25
26 27 28 29 30 31

第10回がねい市民活動まつり実行委員募集
令和3年3月7日に小金井宮地楽器ホールなどで開催される、第10回がねい市民活動まつりの実行委員を募集します。

みどりの基本計画に関するワークショップ参加者募集
皆さんのご意見を同計画策定に生かしていくため、ワークショップへの参加者を募集します。

対象原案▽都の各都市計画区域の整備、開発及び保全の方針▽都の都市再開発の方針

公述申出
区内に在住または計画案に利害関係のある方(1人10分以内)
申出方法 7月1日～15日(必着)までに、郵送または直接、公述申出書を都都市整備局都市計画課へ

公聴会
時所▽8月17日(月)午後7時から立川市女性総合センター(立川市曙町2-36-2)▽21日(金)午後2時から、午後7時から市役所第一本庁舎大会議場(新宿区西新宿2-8-1)

都市計画原案の縦覧、公述申出、公聴会を実施

都民住宅(東京都施行型)入居者募集
募集内容 中堅所得者・家族向けの賃貸住宅(空き家)

はげの森美術館運営協議会委員選任結果
公募委員選考基準等により、次の公募市民の方々を委員に選任しました。

共通
都都市整備局都市計画課
TEL 03-5388-3225
HP https://www.toshisei.metro.tokyo.lg.jp/

都市計画マスタープランに関する市民協議会の参加者募集
都市計画マスタープラン策定の一環として、市内各地域の市民の皆さんのご意見をお聴きするため、市民協議会を開催します。

◆◆各種審議会等の開催日程◆◆

Table with 5 columns: 名称, とき, ところ, 内容, 問合先. Lists various committees and their schedules.

照▽各回のみの参加も可▽手話通訳・保育あり(要事前申込)
7月1日～20日に、電話、ファックス、Eメールまたは直接、氏名・住所・電話番号を明記し、都市計画課都市計画係(市役所第二庁舎5階)☎042-383-1184 FAX 042-383-1182

※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、傍聴人数を制限する場合がありますので、事前にお問い合わせください

市長の資産等報告書等の閲覧

市では、「政治倫理の確立のための小金井市長の資産等の公開に関する条例」に基づき提出された市長の資産等報告書等、所得等報告書および関連会社等報告書を公開しています。これらの報告書は、どなたでも申請のうえ閲覧することができます。

閲覧場所情報公開コーナー

(市役所第二庁舎6階)

☎総務課情報公開係 (☎042-387-9926)

政治家の寄附は禁止 寄附禁止のルールを守って 明るい選挙の実現を

7・8月を中心に「政治家の寄附禁止」の啓発活動を行っています。

「政治家は贈りない 有権者は求めない」

政治家(候補者、候補者になろうとしている者および現に公職にある者)が選挙区内の人や団体にお金や品物を贈ることは、法律で禁止されています。また、政治家に寄附を求めることも禁止されています。

☎選挙管理委員会事務局 (☎042-387-9881)

私道部分の

非課税扱いの申請を

令和3年1月1日現在、一定の条件を満たす私道を所有する方は、申請によって固定資産税・都市計画税が令和3年度以降、非課税扱いとなります。なお、分筆して道路となっている場合や、すでに非

課税となっている私道は、申請の必要はありません。

☎申告期限令和3年2月1日(月)

☎市所定の申請書(資産税課で配布)に必要事項を明記し、私道求積図を添えて、資産税課土地係(市役所第二庁舎3階☎042-387-9821)へ

ご利用ください 就労支援サイト

こがねい仕事ネット

市では、雇用促進と就労支援の目的で、小金井市および近隣の求人情報や事業者情報、仕事に関する講座・イベント等の情報を無料で提供するホームページを開設しています。

なお、求人情報、事業者情報の登録・閲覧の利用料は無料ですが、インターネット・携帯電話の通信料は利用者の負担となります。

「仕事をお探しの方」

パソコンや携帯電話を利用して、求人情報を簡単に閲覧することができます。

「事業者の方」

サイトの事業者登録ページから事業者登録申請手続きを行ってください。

審査を経てIDとパスワードを取得した後は、いつでも求人情報等の登録・変更・削除ができます。

☎ホームページURL: <https://koganei-s.net/>



携帯サイト用 QRコード

☎経済産業振興係 (☎042-387-9883)

パートナーからの暴力に悩んでいませんか

ドメスティックバイオレンス(DV)は、殴る、ける等だけでなく、精神的・社会的・性的・経済的な暴力など、さまざまな形で現れ、被害を受けた人の心や身体を傷つけてしまう人権侵害です。ひとりで悩まず、まずはご相談ください。

相談先	
企画政策課男女共同参画室	042-387-9853
東京ウィメンズプラザ	03-5467-2455
東京都女性相談センター	03-5261-3110
東京都女性相談センター多摩支所	042-522-4232
警視庁総合相談センター	03-3501-0110
東京都女性相談センター(夜間・緊急時)	03-5261-3911

☎企画政策課男女共同参画室 (☎042-387-9853)

お詫ごと訂正

市報6月15日号3・4面に掲載の「令和元年度下半期財政状況のあらまし」の記載に一部誤りがありました。

▽3面、市有財産の文中

【誤】市有財産の現在高は929億1千386万9千円となり

【正】市有財産の現在高は929億1千473万円となり

▽4面、図6中

【誤】物品、17億2千165万9千円

【正】物品、17億2千252万円
お詫びして訂正します。

☎財政課財政係 (☎042-387-9802)

国民年金に関するお知らせ

〈令和2年度国民年金 保険料免除・納付猶予 申請を7月から受け付け〉

経済的な理由で保険料の納付が困難な方が、申請することにより保険料免除・納付猶予となる制度です。(学生を除く)

【免除制度】

本人・配偶者・世帯主の前年中の所得が一定基準以下の場合、申請が承認されれば、保険料の全額または一部の納付が免除される制度です。免除が承認された期間は受給資格期間に算入されず。なお、一部免除となった方が、残りの保険料を納付しないことと免除が無効となり、将来の老齢基礎年金受給額に反映されませんので、ご注意ください。

【納付猶予制度】

50歳未満の方を対象に、世帯主の所得にかかわらず、本人・配偶者それぞれの前年所得が一定基準以下の場合、申請が承認されれば、保険料納付が猶予される制度です。

☎対象期間 7月(令和3年6月)および申請月の2年1か月前の分まで

【必要書類】

▽年金手帳▽失業などによる場合は、離職票・雇用保険受給資格者証等

※令和元年度に、全額免除または納付猶予が承認され(失業等を事由とする特例承認を

除く)、翌年度以降も継続申請された方は、令和2年度の申請の必要はありません

☎立川年金事務所 (☎042-521-0352)

国民年金は、日本国内に住所がある20歳以上60歳未満のすべての方が加入しなくてはならない制度です。

原則10年以上(免除承認期間等を含む)保険料を納めると65歳から老齢基礎年金を受け取ることができます。万一、10年に満たないと、将来年金を受給できなくなる場合がありますのでご注意ください。

60歳の時点で、老齢基礎年金を受給できる加入期間を満たしていない方、未加入期間・未加入期間があり老齢基礎年金受給額が満額とならない方は、申し出のあった月から65歳到達の前月までの期間、国民年金に任意加入して保険料を納めることができます。

(老齢基礎年金の繰り上げ支給を受けている方は加入できません)

また、昭和40年4月1日以前生まれの方は、70歳到達の前月までの間で、年金を受給できる加入期間を満たすまで任意加入することができます。

納付方法は、原則口座振替となります。加入希望の方は、国民年金係の窓口までお越しください。

◇共通◇

☎保険年金課国民年金係(市役所第二庁舎2階☎042-387-9844)

令和2年度 会計年度任用職員・任期付職員募集

☎採用予定日 ①8月1日(土) ②8月20日(木)

	業務名	月額報酬	募集人数	要項配布申	
①	任期付	保育士(育児休業代替)	202,515円	3人	7月7日(火)までに職員課へ。郵送の場合は6日必着
		給食調理(育児休業代替)	158,240円	1人	
		施設管理業務(休日・夜間窓口等)	224,700円	1人	
		保育園給食調理業務	158,700円	2人	
		保育園看護業務	94,400円~141,600円	2人	
②	会計年度任用	母子・父子自立支援プログラム策定員兼母子・父子自立支援員兼婦人相談員業務	202,700円~244,000円	1人	7月2日(木)までに直接、職員課へ
		一般事務(市民税賦課業務)	165,300円	3人	
②	会計年度任用	学校給食調理補助業務	145,500円	1人	7月31日(金)(必着)までに庶務課へ

☎資格要件等詳細は、市ホームページをご覧ください☎要項は市ホームページからもダウンロードできます

☎①職員課人事研修係(〒184-8504住所不要・市役所本庁舎1階☎042-387-9808) ②庶務課庶務係(〒184-8504住所不要・市役所第二庁舎7階☎042-387-9872)

令和2年度 会計年度任用職員(時給制)の登録者募集

登録された方の中から、必要に応じ、仕事を案内します。

☎職種等 下表のとおり
☎登録方法 所定の用紙(市ホームページからダウンロード可)に必要事項を明記し、職

員課で登録してください
☎詳しくはお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください
☎職員課人事研修係(市役所本庁舎1階☎042-387-9808)

主な職種	主な勤務時間	報酬額(時給)
保育士	午前8時30分~午後5時	1,240円
保育士補助業務	午前7時~11時 または午後3時30分~7時	1,200円
栄養士	午前8時15分~午後4時45分	1,260円
給食調理	午前8時15分~午後0時15分(土曜日のみ)	1,110円

令和2年度 国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料

納税・納入通知書等を
7月13日(月)に郵送します

国民健康保険税

国民健康保険(以下「国保」)制度は、加入する皆さんが負担し合う国保税と国や都などの補助金を財源に、医療費の一部を負担する助け合いの制度であり、将来にわたり安定的に運営していく必要があります。

また、国保加入者(被保険者)のうち、介護保険第2号被保険者(40歳以上65歳未満)に該当する方は、医療保険分、後期高齢者支援金等分に加え介護保険分を合わせて、国保税として納めていただいています。

国保制度を円滑に運営できるよう、各納期限内納付にご理解・ご協力をお願いします。

軽減措置があります

【低所得世帯に対する軽減措置】

前年中の所得が一定額以下の世帯に対して、均等割と平等割を減額(7割、5割または2割)する軽減措置があります。

なお、この措置は、世帯主と国保加入者全員の市民税・都民税の申告、所得税の確定申告等が済んでいないと受けることができません。

【非自発的失業者に係る軽減】

解雇・倒産などの理由による非自発的失業者の方(雇用保険受給資格者証の理由欄の記載が「11、12、21、22、23、31、32、33、34」に該当し、離職年月日に65歳未満であった方)の国保税が軽減されます。

■軽減内容 離職日の翌日(国保加入日)の属する月から、その月の属する年度の翌年度末までの間、前年の給与所得を100分の30として、国保税を算定します。

■申請方法 雇用保険受給資格者証を持参のうえ、申請書(保険年金課で配布)を提出してください。郵送での申請をご希望の方は、係までお問い合わせください。

口座振替納付をお勧めします

納付に当たっては、便利で確実な口座振替をご利用ください。忙しくて納めに行く時間がない方にもお勧めです。申し込みは、口座のある金融機関等に預・貯金通帳、金融機関等届出印を持参のうえ手続きをしてください。

【保険年金課窓口での受け付け】

保険年金課窓口でもキャッシュカードで口座振替の申し込みができます。申込書類の記入のほか、キャッシュカードの暗証番号の入力等を行うため、本人の来庁が必要です。取扱金融機関、キャッシュカードの種類(IC専用カード等)によっては受け付けできない場合がありますので、事前にお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。

減額免除・分割納付

思わぬ事故や災害、病気、失業などやむを得ない事情により納期限内に納められないときは、お早めにご相談ください。国保税の減額免除(原則として納期限までに要申請)や分割納付が認められる場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。

なお、申請には、り災証明書、公共料金等の領収書、収入・支出が記載されている金融機関等の通帳等が必要です。

☎税額の内容について=保険年金課国民健康保険係(市役所第二庁舎2階☎042-387-9832)、納付について=納税課納税係(同3階☎042-387-9823)

介護保険料(65歳以上の方)

今年度の介護保険料の基準額(第5段階)は、月額5,400円(年額64,800円)です。所得段階等で保険料が異なりますので、送付された納入通知書でご確認ください。

シルバーパスの所得確認書類に

70歳以上の方は、介護保険料納入通知書をシルバーパスの新規発行や一斉更新(9月実施)の際に、所得確認書類として使用できます。再発行はできませんので、大切に保管してください。

納付が困難な方は減免等の申請を

災害による住宅や財産の著しい損失、または、所属する世帯の生計の中心になる方の死亡や重大な障がい、長期入院、事業の休廃止等で収入が著しく減少したときは、第1号被保険者の方の申請により、介護保険料の減額・免除または徴収猶予をすることができる場合がありますので、早めにご相談ください。

また、生計の困難な方も、次のいずれかの条件で減額(2分の1)の対象となります。(納期限までに申請が必要です)

▷①～③をすべて満たす場合

①第1号被保険者と生計を一にする方の実収入総額(月額)が、生活保護法に定められた生活扶助基準額(月額)に満たないこと

②第1号被保険者の属する世帯の主たる生計維持者の所得税・市町村民税や医療保険の被扶養者になっていないこと

③第1号被保険者の属する世帯の預貯金額の総額が、生活扶助基準額の12か月以下であること

▷その方の属する世帯が、著しい生活困窮にあると認められる場合

☎介護福祉課介護保険係・保険料担当(市役所第二庁舎2階☎042-387-9921)

後期高齢者医療保険料

保険料の納め方によって、通知書が異なります。

特別徴収(年金天引き)の方

今年度の後期高齢者医療保険料賦課決定通知書(ピンク色の封筒)を送付します。今回決定した保険料は10月の年金から天引きされます。

4、6、8月の年金天引額は平成30年中の所得を基にした仮徴収額ですが、10月からの天引額は令和元年中の所得を基に改めて計算した確定額です。天引きされる額が変更になる場合がありますので、ご確認ください。

普通徴収(納付書)の方

今年度の後期高齢者医療保険料納入通知書(黄緑色の封筒)を送付します。

口座振替を希望する方は、同封の後期高齢者医療保険料口座振替依頼書に必要事項を明記のうえ、ご利用の金融機関へお申し込みください。

来年度以降も年金天引ではなく口座振替の継続を希望する方は、申し出が必要となります。口座振替依頼書の控えを保険年金課へご持参ください。すでに申出書を提出している方は不要です。

普通徴収(口座振替)の方

今年度の後期高齢者医療保険料賦課決定通知書(ピンク色の封筒)を送付します。

☎保険年金課高齢者医療係(市役所第二庁舎2階☎042-387-9834)

共通

新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者が死亡、または、重篤な傷病を負った世帯や収入減少が見込まれる世帯は、保険料(税)が減免となる場合がありますので、対象課へお問い合わせください。

令和2年第2回小金井市議会定例会補正予算における 新型コロナウイルス感染症対策について

— 小金井市緊急対応方針の取り組み

事業規模（総額）
約13億円

☎財政課財政係（☎042-387-9802）※補正事項の内容等については、各担当課までお問い合わせください

いのちを守る 35,250千円

PCR検査センターの整備=10,935千円

▷医療用物資の調達支援=935千円
感染防護衣および非接触式体温計をPCR検査センターに提供

☎健康課健康係（☎042-321-1240）

▷PCR検査センターの運営支援=10,000千円
PCR検査センター事業の円滑な運営および市民の疾病対策に資するため、一般社団法人小金井市医師会に対し、東京都地区医師会と共同して行うPCR検査センターの事業運営等に要する経費を補助

☎健康課健康係（☎042-321-1240）

医療機関や福祉施設におけるマスク等の調達支援=6,285千円

新型コロナウイルス感染拡大防止のために配布していたアルコール消毒液およびマスクの補充・備蓄等

☎健康課健康係（☎042-321-1240）

集団健診の個別健診化=14,098千円

新型コロナウイルスへの感染リスクを軽減するため、乳児健康診査、1歳6か月児健康診査、1歳6か月児歯科健康診査、3歳児健康診査、3歳児歯



科健康診査、一般歯科健康診査（妊婦）について医療機関での個別健診を実施

☎健康課健康係（☎042-321-1240）

市施設における感染防止対策=2,618千円

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、図書消毒機を導入

☎図書館本館（☎042-383-1138）

東京都知事選挙における感染症予防対策=1,314千円

令和2年7月5日執行の東京都知事選挙において第2期日前投票所（マロンホール）の期間延長を実施等

☎選挙管理委員会事務局（☎042-387-9881）

くらしを守る 938,974千円

子育て世帯等への支援=44,653千円

▷児童扶養手当受給者支援臨時特別給付金給付事業=28,145千円
新型コロナウイルス感染拡大に伴い、さまざまな面で影響を受けているひとり親家庭等を経済面から支援するため、児童扶養手当（国制度）の受給者に対して、令和2年7月支給分（令和2年5・6月分）と同額を給付

☎子育て支援課手当助成係（☎042-387-9839）

▷育児支援ヘルパー派遣事業=621千円
育児支援ヘルパー派遣事業の拡充を10月から7月に前倒しして実施するとともに、利用者負担を1,000円から500円に軽減し、併せて派遣委託料単価の引き上げを実施

☎子ども家庭支援センター（☎042-321-3146）

▷妊婦への育児パッケージ配布事業=7,284千円
新型コロナウイルス感染予防の観点から、妊婦に対してタクシーチケット等として利用できる育児パッケージ1万円分の配布とともに、アンケートを実施

☎健康課健康係（☎042-321-1240）

▷妊婦へのマスク配布事業=314千円
新型コロナウイルス感染予防の観点から、妊婦に対して国において一括購入した布製マスクを配布

☎健康課健康係（☎042-321-1240）

▷里帰り等予防接種費助成金事業=8,289千円
里帰り等で予防接種を受診する母子に対して接種費用

を助成（単価・人数の増加）

☎健康課健康係（☎042-321-1240）

保育施設および学童保育所における保育の確保=9,827千円

▷保育料および延長保育料の還付=6,200千円
新型コロナウイルス感染拡大に伴う登園自粛要請に基づき、令和2年3月に保育園の利用を控えていただいた方に対して保育料等を日割りにて還付

☎保育課保育係（☎042-387-9846）

▷学童保育育成料および延長育成料の還付=3,627千円
新型コロナウイルス感染拡大に伴う登所自粛要請に基づき、令和2年3月に学童保育所の利用を控えていただいた方に対して学童保育育成料等を日割りにて還付

☎児童青少年課学童保育係（☎042-387-9847）

インターネット等を活用した家庭学習の支援=736,665千円

臨時休校期間における子どもたちの学びを継続し、ICT技術を活用した教育機会を確保するため、児童・生徒一人につき1台ずつの教育用パーソナルコンピュータの配備およびこれに伴う各学校の情報通信環境の整備

☎学務課学務係（☎042-387-9874）

生活困窮者への住居確保給付金の要件緩和=89,650千円

新型コロナウイルス感染拡大の影響で家賃の支払いが困難となる方に対して住居確保給付金を支給（予算額には銀行振込手数料の増加分を含む）

☎地域福祉課生活福祉係（☎042-387-9840）

高齢者世帯への支援=3,015千円

新型コロナウイルス感染症予防のため、外出を控える高齢者の命に関わる熱中症対策支援として、高齢者世帯の冷房機器の購入および設置に要する費用を助成

☎介護福祉課高齢福祉係（☎042-387-9843）

国民健康保険等における傷病手当金の支給=3,500千円

新型コロナウイルス感染拡大防止を図るため、一定の要件を満たした被用者に対して傷病手当金を支給

☎保険年金課国民健康保険係（☎042-387-9833）

自転車駐車場定期利用者への支援策=2,451千円

新型コロナウイルス感染拡大防止対策として、学校の休校の影響により外出を控える対応を余儀なくされた学生等に対し、自転車駐車場を利用できない状況を踏まえ、自転車駐車場の定期利用の契約締結に伴い納入した利用料を補助

☎交通対策課交通対策係（☎042-387-9850）

ひとり親世帯臨時特別給付金の迅速な支給=49,213千円

新型コロナウイルス感染拡大に伴い、さまざまな面で影響を受けているひとり親世帯を支援するため、1世帯5万円（加算および追加給付あり）を給付

☎子育て支援課手当助成係（☎042-387-9839）

地域を守る 310,066千円

市内事業者の資金繰りの支援=251,610千円

新型コロナウイルス感染拡大に伴い、前年と比較して売り上げが15%以上減少している等の一定の要件を満たした市内の中小企業者等に対して事業継続支援給付金20万円を支給

☎経済課産業振興係（☎042-387-9831）

障害福祉事業所等、介護事業所への支援=58,456千円

新型コロナウイルス感染拡大防止

を図りつつ公益性の高い福祉サービスを継続して実施する事業者に対し、その事業の運営に要する費用の一部として20万円（居宅介護支援事業所および介護予防支援事業所は5万円）を補助し、事業継続を支援するとともに、最前線で介護等に従事する職員に対し、慰労品（ギフトカード等）5千円分を支給

☎自立生活支援課障害福祉係（☎042-387-9848）、介護福祉課介護保険係（☎042-387-9822）



市民サービスの基盤を守る 28,768千円

市職員、窓口等における感染防止=2,332千円

新型コロナウイルス感染拡大防止のために配布していたアルコール消毒液およびマスクの補充・備蓄等

☎地域安全課地域安全係（☎042-387-9806）

市施設における運営体制の補償=26,436千円

▷令和元年度分=10,375千円



小金井 宮地楽器ホール、少年自然の家、総合体育館および栗山公園健康運動センターにおける休館等による指定管理者に対する損失補償

☎コミュニティ文化課文化推進係（☎042-387-9923）、生涯学習課生涯学習係（☎042-387-9879）、生涯学習課スポーツ振興係（☎042-386-2462）

▷令和2年度分=16,061千円

小金井 宮地楽器ホールにおいて、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、定員制限を実施することから、芸術文化活動を行う方を支援するため、利用料金（附帯設備利用料金を含む）を減額することとし、指定管理者の損失分を補償

☎コミュニティ文化課文化推進係（☎042-387-9923）

皆さんの安全は私たちが守ります

地域を守る 小金井市消防団 消防団員改選特集

第五分団

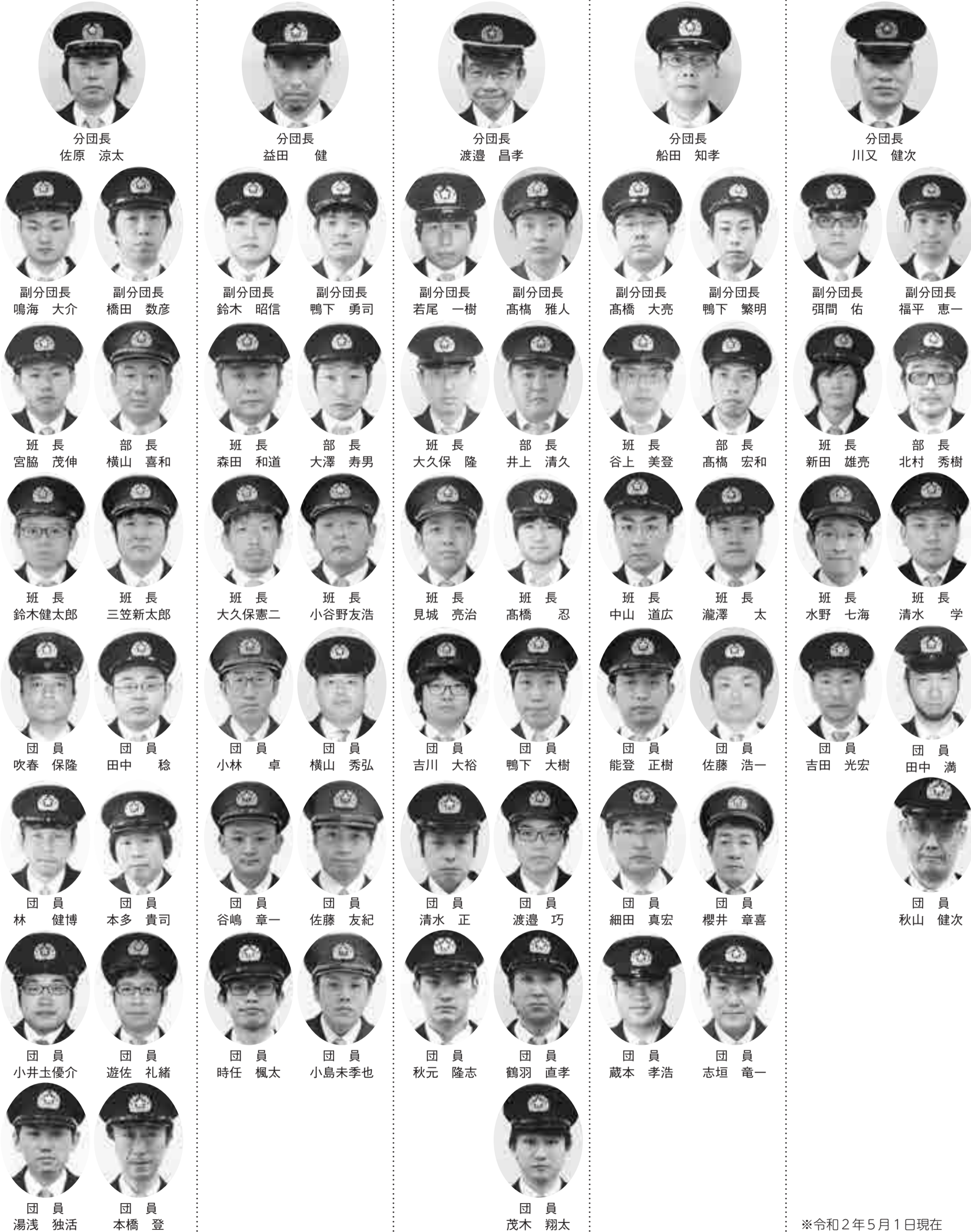
第四分団

第三分団

第二分団

第一分団

本 団



担当区域
 桜町、貫井北町、貫井南町3丁目(1・2番を除く)
 前原町、貫井南町1・2・4・5丁目、3丁目1・2番
 東町、中町、本町1丁目1～7・11～14番
 関野町、梶野町、緑町
 本町1丁目8～10・15～20番、本町2～6丁目

副団長 折笠 一寿
副団長 須藤 善雄
本部分団長 鴨下 寛樹

消防団の原点に立ち返り
 小金井市消防団長 田村 裕一

このたびの消防団員の改選により、はかばか消防団長の職に就任いたしました田村でございます。就任に当たり、一言あがさつを申し上げます。

去る4月1日に、木下前団長から引き継ぎ、消防団長を拝命いたしました。市民の皆様に対し、その責任の重さに身の引き締まる思いをしております。もとより微力ではありますが、諸先輩方の築かれた市消防団の伝統を守り、全力を傾注して地域防災の任にあたる所存でございます。

消防団は地域に根ざし、この

発生するかわからない災害に対し、昼夜を問わず迅速に対処しております。消防団が十分な活動を果たすためには、地域の皆様と普段から相互理解を深め、連帯意識を持ち、地域ぐるみの防災体制を構築していかなくてはなりません。

これからも自分の地域は自分で守るといふ消防団の原点に立ち返り、小金井消防署との連携を深め、平素から訓練を積み重ねながら専門知識の取得や消防技術の向上に努め、全団員一丸となって市民の安全・安心のため地域防災のリーダーとして、邁進していく所存です。

市民の皆様におかれましては、新体制の消防団に對しまして、より一層のご理解・ご協力をお願いいたします。

新体制でスタート

防災対策のさらなる充実をめざし
 火災、地震、風水害などの災害は、いつ発生するかわかりません。こうした災害に對しての警戒はもとより、発生した場合に迅速に對処し、市民の生命と財産を守るのが消防団の大きな役割です。消防団は、本部と5つの分団から成り、条例により定数83人で構成されています。

消防団員は2年ごとに改選されますが、このたび各地域の推薦委員の皆さんのご尽力により、新体制の消防団がスタートしました。

小金井市消防団は、これからの地域にもっとも身近な防災機関として、小金井消防署と連携を取りながら、多種多様な災害から地域の安全を守るため、技術や知識の習得に努め、消防団活動を推進していきます。

生業を持つ傍ら、地域社会における消防防災の主要な役割を担う消防団に對して、皆さんのご理解・ご協力をお願いします。

☎地域安全課防災消防係 ☎042-387-9807



「自分たちのまちは自分たちで守る」。この言葉を胸に、消防団員は生業の傍ら、消防・防災に関する知識や技術を習得し、消火活動・警戒監視などに従事され、地域住民の生命や財産を守るため昼夜を分かたずご尽力いただいております。

この献身的な活動に心から感謝申し上げますとともに、活動を支えているご家族の皆様、地域の方々のご理解とご協力を厚く御礼申し上げます。

消防団と、消防団を支える全ての人々に感謝します
 小金井市長 西岡 真一郎

このたびの消防団員の改選に当たり、各地域の推薦委員の方々にご尽力いただき、田村団長を筆頭とした小金井市消防団の新体制が開始したことは、誠に心強い限りです。消防団員は私達市民の誇りであり、その存在が私達の大きな励みともなり、本市の地域防災力の向上に確実につながっております。

過去の火災の教訓から、私たちは、自助と共助、支えあいと利他の精神がいかに大切であるかを学んできました。地域のことをよく知る消防団員は、地域に密着した防災活動を行っています。市民の皆様には、消防団活動のご理解・ご協力を心よりお願いいたします。

消防サイレンの音にご理解を

市内で火災が発生した場合、市民への警報を目的に、サイレンを鳴らしています。

また、毎月1日(1月を除く。土曜・日曜・祝日の場合は、翌日以降の最初の平日)の午前8時には、広く火災予防を呼びかけるため、サイレンを鳴らしています。皆さんのご理解をお願いします。

消防団の新団結成にあたって

小金井市議会議長 五十嵐 京子

今年には既に2件の死者を伴う火災が発生しております。消防団の皆様には日々火災予防活動にも取り組んでいただいております。市民の皆様には、生業を持ちながらボランティアで地域の安全に取り組んでいる消防団の活動と、成り手不足の中、団員の発掘にご苦労されている町会や後援会の方々、地域の安全が保たれていることを是非知っていただきたいと思っております。

新人の方10人を始め、総勢69人の新しい消防団員の方々には12万市民を代表し心から感謝を申し上げます。

消防団員募集

小金井市消防団では、第一分団、第二分団、第三分団、第四分団の消防団員を募集しています。入団を希望する方は、消防団事務局(地域安全課防災消防係)までご連絡ください。

■資格等要件▷市内に居住、勤務または在学している方▷入団日時時点で年齢18歳以上の方
 ☎地域安全課防災消防係 ☎042-387-9807



とき	行事	とき	行事
1月 第2日曜日	出初式	9月下旬	北多摩地区消防大会
3月上旬	春の火災予防運動巡回広報	10月～11月	総合防災訓練
4月中旬	規律訓練	11月中旬 下旬	秋の火災予防運動巡回広報 通常点検訓練・団員研修会
5月中旬	水防訓練	12月28日～30日	歳末特別警戒
6月上旬 (隔年)	消防ポンプ車操法審査会	年1回	上級救命講習

みんなのひろば

男女平等社会をめざして

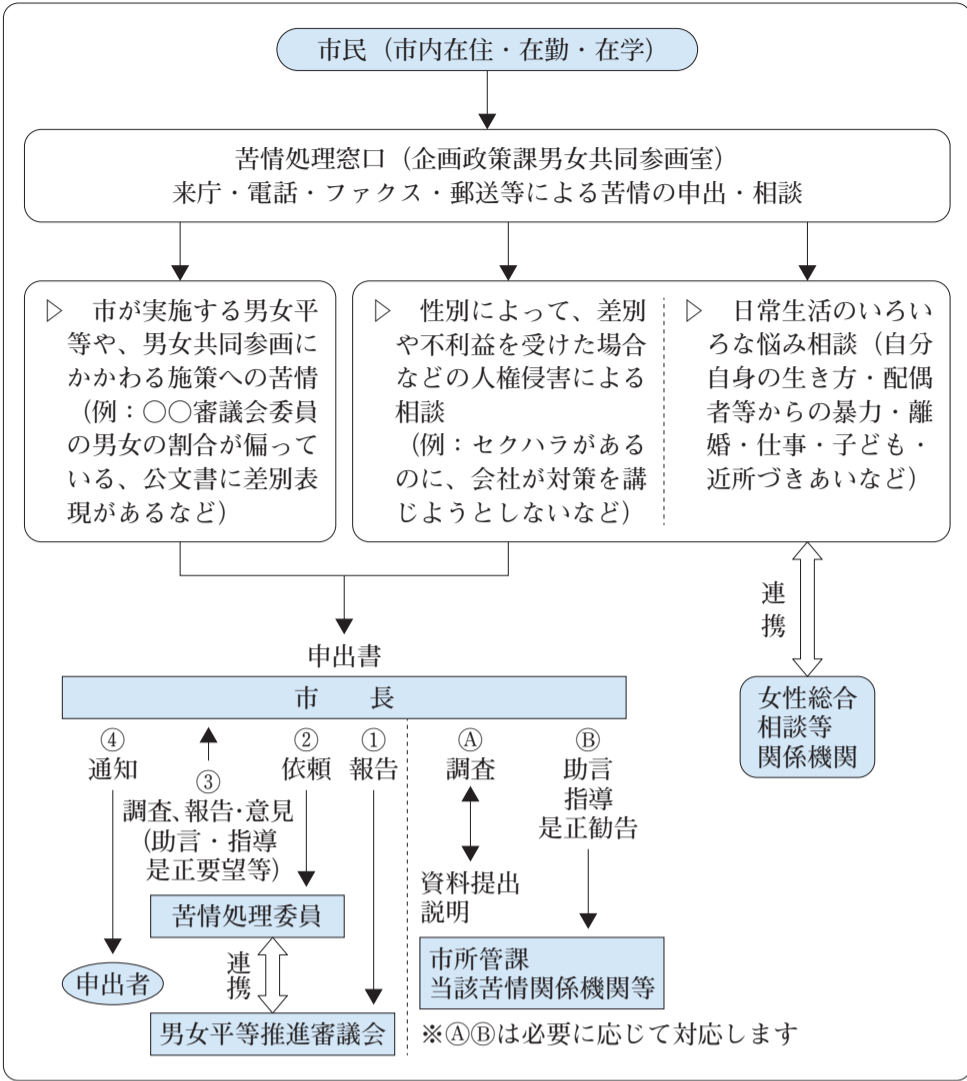
ご利用ください 男女平等に関する 「苦情」・「相談」窓口

市が実施している施策に男女差別が見られる場合の苦情や、市民生活を営むうえで差別的な扱いを受けた場合の人権侵害による相談について申し出ができます。

相談内容に応じて、必要がある場合は、市は当該機関等の調査をしたり、説明を求め、助言・指導、是正の要請を行います。

また、苦情を公平に適切かつ迅速に処理するため、専門知識のある男女平等苦情処理委員が苦情処理を行うこともできます。(左図)

男女平等に関する苦情処理のしくみ



原則毎週金曜日とそのほか月に1回、女性総合相談を実施しています(市報毎月15日号に翌月の開催日を掲載)。一人で悩まず、困ったときはお電話ください。

専門の女性カウンセラーが、あなたのお話をじっくりお聞きします。他の専門機関の紹介もしています。プライバシーは守られます。どのようなことでも構いませんので、お気軽にご相談ください。

■苦情処理委員 永田晴夫さん(弁護士)、古宮景子さん(民生委員・児童委員)

■受付時間 土曜・日曜・祝日を除く午前8時30分～午後5時

■女性総合相談をご利用ください

男性のための悩み相談

コンピュータ処理の個人情報

市では、行政の簡素・効率化および市民の利便性向上のため、業務のIT活用に段階的に取り組んでいます。現在、市民の皆さんからの申請や届け出を通じて収集された個人情報の多くはコンピュータにより記録、処理しています。これらの個人情報は、個人情報保護法、個人情報保護条例、個人番号の利用並びに特定個人情報の利用及び提供に関する条例、個人番号の利用並びに特定個人情報の利用及び提供に関する条例施行規則、電子計算組織の管理運営に関する規則、電子情報資産の安全管理対策に関する規程に基づいて取り扱い、プライバシーが侵害されないよう細心の注意が払われています。また、平成29年7月から開始された社会保障・税番号制度(マイナンバー制度)における

情報提供ネットワークシステムによる情報連携においても、関係する法令等に従った適切な取り扱いに努めています。情報の収集は必要最小限とし、業務に関わりのない者が情報に接することはできません。また、市内での個人情報の不正使用を監視するため、操作履歴を記録しており、ご自分の個人情報の利用状況について開示請求が可能となっています。さらに、マイナポータルを利用すると個人情報が行政機関間どのようにやりとりされたかを確認することができます。令和2年7月現在、個人情報をコンピュータで処理している主な業務と記録項目は右表のとおりです。詳しくは、市ホームページをご覧ください。情報システム課情報システム係 ☎042-387-9827

コンピュータ処理の個人情報

業務名	主な記録項目
住民記録業務	共通項目、世帯主氏名、続柄、本籍、住民異動年月日、前住所、住民票コード、国保被保険者記号番号、国民年金記号番号、国籍、在留関係項目、マイナンバーなど
印鑑登録証明業務	個人番号、印鑑登録番号、登録年月日、異動事由・異動年月日、印影、印鑑証明発行停止理由・停止年月日、印鑑登録照会年月日など
個人市・都民税課税業務	課税年度、納税義務者および世帯員共通項目、口座振替関係、収入金額・所得金額、扶養関係、税額控除額、課税標準額、税額など
固定資産税課税業務	(課税)所有者、口座振替関係、固定資産税額、都市計画税額、軽減税額など (土地)地目、地積、用途区分、路線評価関係、評価額、課税標準額など (家屋)種類、構造、床面積、建築年、評価額、軽減関係など
国民健康保険業務	(資格、賦課)共通項目、国保被保険者記号番号、特別徴収、普通徴収、所得金額、税額、口座振替関係など (給付)診療報酬関係、診療機関、決定点数、公費負担額、診療内容など
市税および国民健康保険税収納業務	国保被保険者記号番号、氏名または名称、住所または所在地、税目、各税年税額、収入・未収入額、還付、督促・延滞金、口座振替関係など
保育業務	入所児および保護者共通項目、入所年月日、保育料、保育園名、口座振替関係など
図書館業務	氏名、住所、生年月日、登録番号、登録年月日、登録場所など

共通項目=氏名、住所、生年月日、性別
〈個人情報コンピュータ処理しているこのほかの業務〉
住民記録関連業務・戸籍業務・国民年金業務・後期高齢者医療業務・介護保険業務・心身障害者支援業務・児童手当業務・就学援助業務・住民基本台帳ネットワークシステム・公的個人認証・コンビニ交付サービス・情報連携関係業務(情報提供ネットワークシステムおよび自治体中間サーバーを含む)など

みんなであそぼうほいくえん

地域の皆さんに市内の認可保育施設を開放し、園児や保育士との交流を通じ、子育てのお手伝いをします。

なお、雨天の場合の対応等、詳しくは直接各保育施設にお問い合わせください。

問各保育施設

■園庭開放（7月～9月。祝日を除く）

※要事前申込（申込順）。原則保護者同伴

施設名	開放日
ひなぎく (☎0422-55-4417)	水、午前9時30分～11時（7・8月は除く）
ひまわり (☎042-383-2788)	7月25日（土）、午前10時～10時45分※
小金井けやきの森認定こども園 (☎042-401-1638)	水、午前10時30分～11時30分（8月は除く） 対 未就園児※
また明日 (☎042-386-8280)	月～金、午前10時15分～11時30分 対 0～2歳児

子ども子育て

7月期分は5～6月分
振込日7月10日（金）
振込日以降、通帳でお確かめください。金融機関によっては2・3日遅れる場合があります。

ファミリー・サポート・センター 会員説明会

登録を希望する方に、流れや仕組みを説明します。
時7月18日（土）午前10時～11時30分所保健センター**対**依頼会員
市内在住で、原則生後57日～小学生の子とも同居している方▽協力会員II援助活動に関心のある20歳以上の方（協力会員講習会への参加が必要）
す）申7月4日から、電話でファミリー・サポート・センター（☎042-320-1701）日曜・祝日を除く午前9時～午後5時）へ



児童扶養手当の支給

7月期分は5～6月分
振込日7月10日（金）
振込日以降、通帳でお確かめください。金融機関によっては2・3日遅れる場合があります。

次のような場合には、ご連絡ください。▽振込日以降、7日を過ぎても振り込まない場合▽氏名、住所、口座を
変更した場合▽施設に入所した場合▽子育て支援課手当助成係（☎042-387-9839）

親子で体験資源循環教室

食品リサイクル堆肥で育てたじゃがいもを収穫して、資源循環を学びませんか。
時7月6日（月）、8日（水）、13日（月）いずれも午前10時～11時、午後3時～4時所東京学芸大学環境教育研究センター内実験圃場**定**各回6組（申込順）申7月2日から、電話または直接、ごみ対策課清掃係（市役所第二庁舎4階 ☎042-387-9835）へ

子どもの笑顔をみんなで守る
虐待かな？と思ったら
（通告・相談）
・連絡は匿名で行うことも可能です。
・連絡先や連絡内容に関する秘密は守られます。
▽子ども家庭支援センター（相談窓口）
☎042-321-3146 月曜～土曜 午前9時～午後5時
▽児童相談所虐待対応ダイヤル（緊急時）
☎1899
※お近くの児童相談所につながります。
※1899がつながらない場合は、☎0570-064100へ

健康ガイド
◆健康課健康係
(☎042-321-1240)
健康課 (保健センター)
〒184-0015
真井北町5-18-18

大気汚染医療費助成制度

気管支ぜん息等の方へ医療費の助成を実施しています。
対都内に1年（3歳未満は6か月）以上在住の18歳未満でぜん息等に罹患しているなど、要件を満たす方**問**健康課

妊婦歯科健診

時8月3日（月）午後1時から所保健センター**対**おむね16～27週の妊婦の方**定**20人（申込順）**他**7月から個別健診を始めます申7月1日から、電話で健康課へ

離乳食教室

2回食への進め方
時8月20日（木）午後2時45分～3時45分**対**おむね6～7か月児の保護者**定**9人（申込順）

3回食への進め方

時8月7日（金）午後1時30分

分～2時45分**対**おむね8～11か月児の保護者**定**9人（申込順）
◆共通◆
所保健センター**内**管理栄養士・歯科衛生士による講義**他**母子同室です申7月1日から、電話で健康課へ

むし歯予防教室

時8月6日、20日、27日いずれも木曜 午前9時から（受け付けは9時15分まで）所保健センター**内**歯磨き練習、栄養講話など**※**むし歯予防教室（日可）**問**健康課

歯科健康相談

時7月15日（水）午後1時～4時15分所保健センター**担当**田中（康）**他**要予約（当日可）**問**健康課



熱中症予防には冷えたペットボトルを持ちましょう

今年も暑い夏を迎えそうです。夏に向かって熱中症にならないように気をつけましょう。
米国スタンフォード大学のクレイグ・ヘラー教授は、熱中症の治療に効果的な特殊な冷却手袋を発明しました。この手袋に手を入れて軽い陰圧をかけると、手の平の動脈と静脈をつなげている動脈吻合と呼ばれる細い血管が拡張します。拡張した血管に流れる血液を手の平を通して冷水で冷やすことで、これまでの頸部、腋窩、そけい部を冷却する方法より効果的に下げることができるといわれています。

では、冷却手袋のない私たちは実際にはどうすればよいのでしょうか。NHKの番組で私たちにもできる効果的な方法を考案・紹介してくれました。自動販売機のペットボトル（5℃）がすこしあたたまったくらい（15℃）のものを持って歩くこと15分くらい冷却効果が続くということです。また、ペットボトルを持って歩くこと、上半身の運動をしながら歩く効果もあります。

この夏は冷えたペットボトルを持って歩く人が増えてくるといわれています。川内 基裕

実際には40℃の部屋でトレッドミル歩行を行い、食道温

熱中症にご注意を

- 新型コロナウイルス感染症防止の基本である身体的距離の確保、マスクの着用、手洗いや、3密（密集・密接・密閉）を避ける等の「新しい生活様式」が求められています。
- 「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント
- 【暑さを避ける】
▽エアコンを利用する
▽感染症予防のため、換気をする
▽暑い日や時間帯は無理をしない
▽涼しい服装にする
▽急に暑くなった日等は特に注意する
- 【適宜マスクをはずす】
▽気温・湿度の高い中でマスク着用は要注意
▽屋外で人との距離（2メートル以上）を確保できる場合には、マスクをはずす
▽マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとったうえで、適宜マスクをはずして休憩を
- 【こまめに水分補給をする】
▽のどが渇く前に水分補給
▽1日あたり1.2リットルを目安に
▽大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに
【日頃から健康管理をする】
▽日頃から体温測定、健康チェック
▽体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養
【暑さに備えた体力作り】
▽暑くなり始めの時期から適度に運動を
▽水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
▽「やや暑い環境」かつ「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度
※高齢者、子ども、障がい者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。
3密を避けつつ、周囲の方からも積極的な声かけをお願いします
問健康課



福祉のひろば

令和元年度 福祉サービス苦情調整 委員制度の運営状況

福祉サービス苦情調整委員 (福祉オンブズマン) 制度は、市が実施する福祉サービス全般に関する利用者からの苦情等に、公正な第三者的機関である福祉オンブズマンが調査し解決にあたる制度です。

調査の結果、苦情等に理由があると認められるときは、市長に対して、サービスの見直しを勧告したり、制度を改めるよう意見表明します。

「福祉オンブズマンは 次の方です」

▽坂井愛さん (弁護士)
▽藤田太郎さん (弁護士)

「寄せられた 苦情相談等は8件」

令和元年度中に福祉オンブズマンが対応した苦情相談等

不要・市役所第二庁舎8階 ☎ FAX 042-383-1225

は、面接によるものが8件、電話によるものが0件でした。

その内容は、介護保険1件、障害者総合支援法3件、児童福祉1件、生活保護3件でした。

福祉オンブズマンは、市民の皆さんから寄せられた苦情等の内容を丁寧に聴くという姿勢での対応を心掛け、それぞれの事例に応じて申立人への説明や助言、市の担当部門等への照会等を行い、苦情の解決に努めています。

「苦情申し立ての方法」

事務局に事前に苦情相談の予約をし、水曜日の午後1時～5時に福祉オンブズマンが直接面談して、苦情等をお聴きします。

なお、苦情相談等の予約は水曜日以外でも電話等で事務局職員が受け付け、日程を調整します。

新たな委託事業者と徘徊高齢者家族支援サービス事業を実施します

このたび、GPS端末を入れられる有償の靴(税込8,580円)を購入することができる業者と新たに契約を締結しました。

それにより、常時バッグなどを持ち歩く習慣がない高齢者に、GPS端末を持って外出していただけます。ぜひ、ご利用ください。

※自己負担あり

☎電話または直接、介護福祉課高齢福祉係(市役所第二庁舎2階 ☎042-387-9843)へ

徘徊高齢者家族支援サービス事業をご紹介します

市では、認知症の方の家族向けに、左記のサービスを提供しています。

自己負担の金額など、内容をご確認のうえ、申し込みをお願いいたします。

なお、見守りシール事業とGPS端末貸与事業につ

事業名	見守りシール事業	GPS端末貸与(徘徊高齢者家族支援サービス事業)・警備員派遣	GPS端末貸与(徘徊高齢者家族支援サービス事業)・保険付帯
実施業者	一般社団法人セーフティネットリンケージ	セコム株式会社	ホームネット株式会社
内容	高齢者の衣服、持ち物等にシールを貼り付け、行方不明になった高齢者の発見者がシールの情報により、家族等に直接連絡できることで、身元確認および保護を図ります。	高齢者が発信機(GPS端末)を携帯し、居場所が不明である時に、家族介護者が委託業者に高齢者の位置を問い合わせ、保護を図ります。	端末の入る靴を購入し利用していただけます。また、徘徊高齢者本人が起こした事故について、3億円まで補償する保険が付帯されています。家族介護者の事前の登録により、決めた範囲(自宅を中心に半径5km以内等)から出た場合、家族介護者に通知することができます。また、事前に指定した曜日・時間に位置をメールで通知することもできます。
自己負担額	3,600円(年間) (生活保護受給者は無料) ※年の途中で解約しても返金はありません	▷課税世帯 初期費用=750円 年間費用=4,680円 ▷非課税世帯 初期費用=220円 年間費用=1,320円 ※いずれも月ごとの支払いになります	▷課税世帯 初期費用=770円 年間費用=3,960円 ▷非課税世帯 初期費用=230円 年間費用=1,080円 ※いずれも月ごとの支払いになります
特長	「みまもりあいアプリ」をダウンロード(下記QRコード参照)することで、行方不明が発生した際に、同アプリ上で、周囲のアプリをダウンロードしている方に捜索を依頼することが可能です。 ※令和2年3月現在市内ダウンロード数=約4,000件	現地に警備員を派遣して、保護を図ります。	

外出自粛に伴う 介護(フレイル)予防

フレイルとは、要介護状態となるリスクが高くなった状態です。自分や家族などにフレイルの心配がある場合には、近くの地域包括支援センターにご相談ください。

☎他 予防に関する情報は市ホームページにも掲載しています

☎問 各地域包括支援センター、介護福祉課包括支援係(☎042-387-9845)

予防で大切なことは、運動・栄養・人とのつながり・口の健康(口腔)

運動

屋外では、人との距離を取り、できるだけマスク着用のうえ、ウォーキングなどで体を動かしましょう。

屋内では、体操や筋力トレーニングをしてみましょう。



※▷市ホームページでも体操等をご覧ください。体操等が難しい方は、こまめに立ったり歩いたりし、座っている時間を少なくするよう意識してみましょう▷2週間動かない状態が続くと、7年分の筋肉量が失われるともいわれています

栄養

3食しっかり取り、主食(ご飯、パン等)・主菜(肉、魚、卵等)・副菜(野菜、きのこ等)をそろえて食べ、バランスの良い食事を心掛けましょう。

また、高齢者は筋肉などのもとなるたんぱく質が不足しがちなので、牛乳、納豆、ヨーグルトなどで手軽にたんぱく質を摂取しましょう。



人とのつながり(社会参加) 口の健康(口腔)

電話や手紙、電子メール等を利用して交流を持つよう心掛けましょう。

また、人と会わず話す機会が少なくなると、言葉が出にくくなる場合があります。生活の中で、本や新聞を声に出して読む、数を数えながら体操する、パタカラ体操(※)や早口言葉を行うなど意識的に声を出すようにしましょう。
※パタカラ体操の一例=「パパパパ、タタタタ…」とそれぞれ5文字3回繰り返し発声します。その後「パタカラ、パタカラ…」と10回程度発声します



情報ア・ラ・カルト

このコーナーでは、市民グループなどの催し物等を紹介し、事業の実施内容に市および教育委員会は携わっていませんので、ご不明な点は、主催者にお問い合わせください。
(掲載内容についての責任は主催者側に負っていただきます)

後援事業

掲載を希望する団体は、後援申請を行った担当課に記載方法・締切日などを確認してください。

催し・講座

●エコクラフトーわらの釜敷き 時 7月1日～29日の毎週水曜日午前10時～11時30分、午後1時～2時30分 所 環境楽習館 定 各回3人 ¥500円 (材料費等) 申 電話でNPOこがねい環境ネットワーク (☎080-4091-8250) へ

●「遺言と相続」無料相談会 時 7月10日(金)午前9時20分～11時20分 所 小金井 宮地楽器ホール練習室2・3 内 遺言・相続・遺産分割協議等 申 電話で遺言と相続をサポートする行政書士の会・千葉 (☎042-301-0064) へ

●小金井史談会歴史見学写真展 時 7月10日(金)～13日(月)午前10時～午後5時(13日は3時まで) 所 小金井 宮地楽器ホールマルチパーパススペース 問 同会・塚田 (☎080-1368-0630)

●ママのコミュカアップ(親業)講座体験会 時 7月11日(土)午後1時15分～2時45分 所 上之原会館 内 子どもの考える力・自己肯定感を育み、自立を援助する。ガミガミ子育てをニコニコ子育てに変えるコミュニケーション力 定 8人(申込順) ¥1,000円 申 7月1日から、電話で竹澤 (☎090-1451-8435) へ

●第8回小金井こども囲碁大会 時 7月18日(土)午前10時～午後2時 所 公民館東分館 対 小・中学生 定 30人(申込順) ¥無料 他 組分けは有段者、級位者、初心者 申 7月1日～11日に、電話またはファクスで小金井囲碁連盟・滝川 (☎FAX=042-385-4556) へ

●ラミィキューブ練習会 時 7月18日(土)午後1時～10時(入退場自由) 所 小金井 宮地楽器ホール 内 脳トレにもなるボードゲームの練習 対 小学校3年生以上 ¥500円 他 予約優

先。当日来場可 申 電話、EメールまたはSMSでラミィキューブの会・井口 (☎090-7632-3260 表 legames@buckeye.co.jp) へ

●認知症講座-社会資源を活用しよう 時 7月18日(土)午後1時30分～3時 所 聖ヨハネ会本館戸塚ホール(桜町1-3-22) 講 桜町病院職員ほか 定 20人(当日先着順) 他 マスク必須 問 同病院認知症患者医療センター (☎042-383-4114=月曜～金曜日午前9時～午後4時)

●小金井リサイクルフリーマーケット出店募集 時 7月24日(祝)午前8時30分～午後3時 所 都立小金井公園いこいの広場 定 100人(申込順) 申 ホームページ参照のうえ、7月1日から、リサイクル推進友の会 (☎03-3412-6857=月曜～金曜日午前10時～午後4時) HP http://www.frma.jp/ へ

●夏休み木工チャレンジ2020 木工キットで自由に制作した作品のコンテスト。小金井 宮地楽器ホールで

展覧会、表彰式も開催 対 小学生以下 定 500人 ¥HP申込=700円、キット販売所申込=500円 申 HP参照 問 同実行委員会・飯田 (株)タカキホーム内 (☎042-387-5555) HP https://mokkocha.com/ へ

スポーツ

●第45回法人化記念婦人子供卓球大会 時 8月23日(日)午前9時～午後6時 所 第一中学校体育館 対 市内在住・在学の小・中学生(シングルス) ¥無料 他 婦人ダブルスは中止 申 7月31日までに、ファクスまたはEメールで住所・氏名を市卓球連盟・小島 (☎FAX=0422-88-7213 表 kaoru_k@jcom.home.ne.jp) へ



Event

学び・くらし

男女共同参画講座
高校の先生と一緒に観て考える人権講座
「シェアしてみたらわかったこと」

時 8月1日(土)午後1時～4時 所 公民館貫井北分館 講 鈴木木玄洋さん(都立高校教諭) 対 市内在住・在勤・在学の方 定 10人(申込順) 他 保育あり(おむね2歳以上。5人。要事前申込) 申 7月1日から、電話またはEメールで公民館貫井北分館 (☎042-385-3401 表 k020415@bz04.plala.or.jp) へ

青少年教育事業
はじめてのマンガイラスト講座

時 8月8日(土)午後1時～5時 所 公民館貫井北分館 内 プロの講師によるマンガの基礎講座 講 柚木元さん(東京工科大学専門学校講師) 対 市内在住・在勤・在学の中学生～25歳くらいの方 定 8人(申込順) 申 7月1日から、電話またはEメールで公民館貫井北分館 (☎042-385-3401 表 k020415@bz04.plala.or.jp) へ

ビブリオバトル
inぬくきた
時 8月8日(土)午後2時～4時 所 公民館貫井北分館 内 5

分間でお薦めの本を紹介する書評ゲーム ■ テーマスマイル 対 小学生以上 定 発表者18人(申込順)、観覧者10人(当日先着順) 他 発表者は申込時に紹介する本をお知らせください ※ 図書館未所蔵本は、ご相談ください 申 7月1日から、電話、Eメールまたは直接、図書館貫井北分室 (☎042-385-3401 表 hukukita-lib@kcd.biglobe.ne.jp) へ

スポーツ

親子体操教室

時 9月3日～10月22日の毎週木曜日午前10時30分～11時30分(全8回) 所 総合体育館 内 リズム体操、マット運動など 対 令和2年9月1日現在2歳以上の未就学児(2人まで) 与 市内在住・在勤の保護者 定 25組(多数抽選) ¥千600円(8回分) 申 7月28日(必着)までに、往復はがきに住所・

総合学院
テクノスカレッジ体育館
9月の開放日

時 9月26日(土)、27日(日) 所 総合学院テクノスカレッジ体育館(前原町5-1-29) 他 利用方法等詳細は市ホームページをご覧ください 申 7月1日午後1時から(申込順) 問 生涯学習課スポーツ振興係 (☎042-386-2462)



親子の氏名(ふりがな)・子どもの生年月日・年齢・性別・電話番号を明記し、NPO法人黄金井倶楽部「親子体操教室係」(〒184-0005 桜町2-2-31上水公園運動施設管理棟内) ☎042-406-12280) へ

武蔵小金井まちかど歴史ミュージアムがオープンしています

6月30日に、市の歴史や文化財等を紹介する展示施設を武蔵小金井シティクロスに開設しました。開設記念に本町六丁目遺跡で出土した資料を公開しています。



時 施設の営業時間内
所 SOCOLA武蔵小金井クロス4階(本町6-2-30)
問 生涯学習課文化財係 (☎042-387-9879)

..... 広告掲載等のお問い合わせは、(株)ホープ(広告代理店) ☎092-716-1401 へ

広告枠

自然を感じる
自由なお墓

桜の樹木葬

資料請求はこちら > 奥多摩霊園 通話無料 0120-948-090 東京都西多摩郡奥多摩町海沢183-3 募集数 50区画 [使用料] 850,000円(税別)~年間管理費不要

市民の芸術の祭典 第8回秋のこがねい 市民文化祭中止の お知らせ

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、10月に小金井宮地楽器ホールで開催を予定していたこがねい市民文化祭は、開催を中止します。
☎コミュニティ文化課 (☎042-387-9923)

手話通訳者を設置しています

手話通訳者を、原則毎週月曜日の午前9時～午後1時、木曜日の午後1時～5時に設置しています。
祝日の場合は振り替えとなります
ことがあります。
☎所 自立生活支援課 (市役所第二庁舎 2階) ☎042-387-9848・☎042-387-9841 FAX042-384-2524)

市内農産物

庭先販売

農産物庭先販売は、市内の農家が地元で育てた新鮮でおいしい農産物を通じて、地域農業への理解と市内農業の振興発展のために、市農業振興連合会が実施しています。

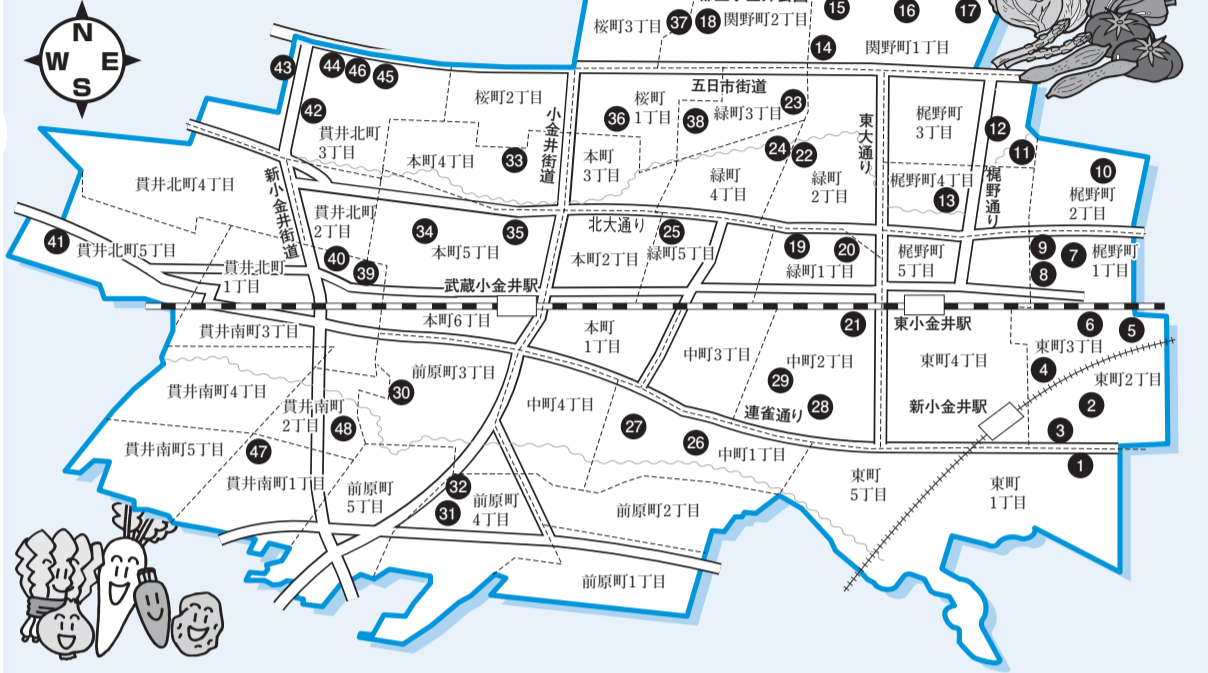
小金井産の農産物を、ぜひ、ご賞味ください。

※時期により庭先販売を行っていない販売所もあります

☎農業委員会事務局 (☎042-387-9882)



農産物庭先販売マップ



※農業者名は敬称略

地区	番号	農業者名	販売場所
東部	①	竹内政子	東 町1-43-18
	②	井上銀明	// 2-10
	③	阪本吉五郎	// 2-12-5
	④	島田安雄	// 3-3-2
	⑤	島田フサ	// 3-17
	⑥	高橋哲夫	// 3-19-7
梶野町	⑦	野口雪江	梶野町1-5-6
	⑧	千本木勘治	// 1-5-35
	⑨	千本木勘欽	// 1-5-35
	⑩	土屋正子	// 2-14
	⑪	船田正	// 3-2-2
	⑫	保谷福寿	// 3-3
関野町	⑬	宮崎茂	// 4-13-31
	⑭	荒畑清	関野町1-6-5
	⑮	島田重行	// 1-9-4
	⑯	大堀耕平	// 1-10-4
	⑰	庭田雅一	// 1-11-6
	⑱	高橋金一	// 2-3-13

地区	番号	農業者名	販売場所
緑町	⑲	鴨下公夫	緑 町1-4-28
	⑳	鴨下幸男	// 1-6-39
	㉑	鴨下正男	中 町2-22
	㉒	鴨下輝秋	緑 町2-11-19
	㉓	小山茂	// 3-1-27
	㉔	小山定男	// 4-18-20
中山谷	㉕	大久保哲郎	// 5-9
	㉖	鴨下雅一	中 町1-5
	㉗	渡辺勇	// 1-9-30
	㉘	鴨下常次	// 2-10-14
	㉙	渡辺正明	// 2-15-40
	前原町	㉚	鈴木功
㉛		田中智恵子	// 4-18
㉜		鴨下重雄	// 4-22-11
本町	㉝	鴨下永孝	本 町4-12-15
	㉞	鴨下佳子	// 5-25-24
	㉟	中川徳三郎	// 5-38-6

地区	番号	農業者名	販売場所
桜町	㊿	鴨下降次	桜 町1-4-19
	㊿	横山喜和	関野町2-5
	㊿	横山義衛	緑 町3-9
坂上南	㊿	高杉賢一	貫井北町1-10
	㊿	水村敏行	// 1-24
	㊿	岸野静夫	// 5-13-31
坂上北	㊿	本橋隆	// 3-30
	㊿	高橋俊章	// 3-32
	㊿	鈴木盛雄	// 3-39
	㊿	高橋博	// 3-40
	㊿	本橋登	// 3-40
坂貫下井	㊿	鈴木喜幸	貫井南町1-18-18
	㊿	大澤利雄	// 2-1-5

東京都・子供の健康相談室 受付時間▷平日=午後6時～翌朝8時▷休日(土曜・日曜・祝日)=午前8時～翌朝8時☎#8000=プッシュ回線の固定電話、携帯電話☎03-5285-8898	24時間テレホンサービス ▷東京消防庁救急相談センター ☎#7119=プッシュ回線の固定電話、携帯電話 ☎042-521-2323	小児救急 (365日24時間) ▷東京都保健医療情報センター・医療機関案内ひまわり ☎03-5272-0303 聴覚障害者向け専用 FAX03-5285-8080	▷武蔵野赤十字病院 武蔵野市境南町 1-26-1 ☎0422-32-3111
---	---	---	--

休日診療					休日歯科診療		薬局
受付時間：午前9時～正午、午後1時～5時 準夜→午後5時30分～9時 ※ 新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、診療科目にかかわらず、必ず電話で確認のうえ、受診してください					診療時間：午前9時～正午、午後1時～5時 ※ 応急処置に限ります		午前9時～正午 午後1時～5時 薬を処方された場合は、各医療機関受付にお問い合わせください。
7月5日(日) 小金井駅西口 本町5-15-9 栄ハイテクセンター2階 ☎042-401-2938	かわへ内科クリニック 緑町2-2-1 エスフォル小金井1-東号室 ☎042-401-1860	東小金井クリニック 梶野町2-1-2 アーバンステージ武蔵野ビル5F ☎0422-56-8630	西野耳鼻咽喉科 本町5-10-17 高杉ビル1F ☎042-380-8087	はぎクリニック 本町1-18-3 ユニファル武蔵小金井スイート203B ☎042-387-1603	いま歯科医院南口診療所 貫井南町5-14-21 スーパー 西の久保通り ☎042-384-0030	サエラ薬局武蔵小金井店 梶5-15-85カンラン1階-A ☎042-316-1840	
7月12日(日) 循環器内科クリニックらおか 貫井北町1-24-15 ☎042-316-1735	共立診療所 前原坂上交差点 本町6-9-38-3F ☎042-383-5111	小松外科胃腸科 本町2-20-20 至武蔵小金井駅北口 ☎042-381-3346	梶尾眼科 前原町3-35-18 至武蔵小金井駅北口 ☎042-384-2189	くらだ内科医院 梶野町4-11-13 至梶野橋 ☎0422-53-5666	吉澤歯科医院 貫井北町3-5-23 中大附属高 本町住宅 ☎042-383-1228	柴崎薬局 (本町5-38-32-102) ☎042-381-2655 サザン薬局 (本町6-5-3シャトー小金井1F) ☎042-388-4229	