



※世帯数および人口は、住民基本台帳によるものであり、外国人住民の方を含みます。()内は前月比

カードで見る防災袋の中身！

イラスト付きのカードで防災袋をチェック。必要なアイテムを楽しく確認しよう！

左上にチェックボックスがあるからチェックしてみてね

携帯トイレ

衛生面も安心！携帯トイレは災害時の頼れるアイテム

ヘッドライト

両手を使える！暗闇での作業に大活躍のヘッドライト

ヘルメット

頭を守ることで命を守る。災害現場で必須のヘルメット

レインコート

雨の日も災害時も安心！両手を使えるレインコートは必需品

ホイッスル

声よりも速くまで響く！緊急時に役立つホイッスル

タオル

汚れも応急処置もお任せ！災害時に万能なタオルを備えよう

水

災害時に欠かせない命の源。飲料水だけでなく生活用水にも使える水を備えよう！

マスク

粉じんや感染予防に活躍！マスクで環境に応じた備えを

ゼリー・飲料等

手軽に栄養補給！ゼリー飲料をはじめ食品は緊急時の強い味方です

ローリングストックについて

ローリングストックとは、日常で使う食品や生活用品を多めに買い置きし、使いながら定期的に補充を繰り返す備蓄方法のことです。期限切れを回避しながら、必要な備蓄を維持することができます。

すぐ揃えられそうだね

災害時に役立つ14種類の備蓄品を紹介しています。一つ一つ具体的に確認し、チェックを入れながら不足しているものを補い、いざという時の備えを万全にしておきましょう。

応急手当用品

けがの応急処置に対応！いざという時に備える必須アイテム

モバイルバッテリー

通信や情報を維持する備え！停電時の心強いモバイル電源

ゴミ袋

防寒や収納にも使える！ゴミ袋は災害時の万能アイテムです

乾電池

電源切れでも安心！多用途に活躍する乾電池で備え万全

常備薬

災害時も普段どおりに安心。使い慣れた常備薬をしっかり準備

ペットの防災も必須です！食事や排せつ物の処理準備は、防災マップで詳しくチェックを

※紹介した備蓄品以外にも、災害時に役立つアイテムはたくさんあります。詳しくは、防災マップや防災備蓄ナビをご覧ください

市が考える防災について

災害はいつ起きるかわかりません。そのため、日ごろから備える習慣をつけることが大切です。とはいえ、「備蓄品を揃えるのって面倒だな」「何から始めればいいのかわからない」という声もよく聞かれます。特に若い世代や一人暮らしの世帯では、そう感じる方もいるのではないのでしょうか。そうした場合には、飲料水や普段使う食品を少しずつ買い足して、使った分を補充する「ローリングストック」がおすすめです。無理なく日常の延長で備蓄できる方法なので、ぜひ、取り入れてみてください。

また、高齢者の方は「備蓄の準備や管理が負担だ」と感じることもあるかもしれません。その際は、市が提供する防災情報を参考にしたり、近所や家族、地域コミュニティと協力しながら準備を進めることで負担を軽減できます。大切なのは、一人で抱え込むのではなく、周囲と協力し合うことです。

市では、だれもが安心して災害に備えられるよう防災情報や支援を提供しています。まずは「自分にできる備え」から少しずつ始めてみましょう。

市が提供する防災用品のあつせん情報はこちらから

防災マップ「みんなの安心ガイド」

避難所 避難場所 マップ

※1 中町三丁目暫定広場は庁舎建設予定地です。庁舎建設工等により一時避難場所として適さなくなった場合は、指定を解除します。
※2 小金井第一小学校は、建替え工事の状況により使用に制限がある場合があります。近隣の避難所の利用もご検討ください。

水を入れる容器（ポリタンク等）を持っていきましょう

災害時給水ステーション

一時避難場所と避難所

避難所

一時避難場所

広域避難場所

車を使うと渋滞を引き起こし、消防・救急活動などに支障をきたすため、**原則「徒歩」で避難**しましょう

地域（避難者）の皆さんにお願いしたいこと

避難所には多くの方が避難すると予想され、人手が必要です。地域や市、学校が協力して運営し、安心できる場所にするためには、皆さんの理解と協力が不可欠です。避難所運営へのご協力をよろしくお願いします。

Wi-Fi マーク

災害時の情報収集や通信確保を目的に、市内の災害拠点施設で防災公衆Wi-Fiサービスを提供しています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

避難所

災害により家屋が被害を受け、居住ができないと判断した場合に避難して生活する場所

いつとき 一時避難場所

ようすを見るため、いつとき避難する場所（学校の校庭など）

広域避難場所

火災が広範囲に及んだとき、熱や煙、有毒ガスなどから身を守る、延焼の危険のない場所

大地震発生時の対応

地震発生 最優先で身の安全を確保

状況確認&余震に備える

- 火元を確認する（火を消す）
- 出口を確保する（扉や窓を開ける）
- 家族の安全を確認する
- 靴や厚手のスリッパを履く
- 正しい情報を入手する
- 漏電・ガス漏れに注意する
- 避難する場合は、電気のブレーカーを落とす
- 近所の状態、近所の人の安否を確認する
- 動ける余裕があれば、救出、救助、消化活動などを行う

火災や倒壊など危険が迫っている？

大丈夫

危険

在宅避難

災害時にも自宅で生活ができるよう、安全対策と備蓄を進めましょう

すぐに避難！！

広域避難場所

一時避難場所

自宅の被害は？

大丈夫

危険で住めない

福祉避難所

要配慮者に対し、医療や介護等必要なサービスを提供する場所
※避難所でトリアージされた要配慮者が搬送される場所で、直接避難はできません。

避難所

一般的な避難所での生活が困難な要配慮者

在宅避難

在宅避難とは、災害時に自宅で安全かつ安心して避難生活を送る方法です。このためには、まず自宅が安全であることが欠かせません。家屋に倒壊や火災の危険がなく、浸水被害時にも居室が浸水深より高い場所にあることが条件です。また、食料や水、携帯トイレなどの備蓄を十分に準備しておくことが重要です。加えて、自宅周辺のリスクを災害発生前に防災マップなどを使って確認しておきましょう。住み慣れた自宅で避難生活を送ることは、ストレスを軽減し、長期的な生活を安心して続けるための有効な選択肢となります。事前の備えで災害時の在宅避難をより安全なものにしましょう。

自宅周辺の浸水リスクや最寄りの避難場所等について、事前に市防災マップで確認しましょう。

市防災マップをダウンロードできます

あなたの無事を伝えましょう

災害伝言ダイヤル 171

171 にダイヤル

音声ガイダンスによる案内

録音は **1** 再生は **2**

音声ガイダンスによる案内

被災地の方の電話番号をダイヤル

0

※固定電話の場合は、市外局番から入力

音声ガイダンスによる案内

ガイダンスに従い録音（再生）

市役所の開庁時間は、原則平日午前 8 時 30 分～午後 5 時です。（正午～午後 1 時除く）
各種申し込みは、開庁時間または各施設開館時間内をお願いします

新庁舎の情報はこちらから確認できます

お知らせ

パブリックコメント
検討結果



このたび、交通ネットワーク再編（案）およびCoCoバス運賃改定（案）に寄せられた意見の検討結果がまとまりましたのでお知らせします。

■意見募集期間 6月3日～7月3日

■意見数・人数 28件・19人

■公開場所等 交通対策課（市役所第二庁舎5階）、市役所第二庁舎1階受付、情報公開コーナー（同6階）、主な市内公共施設、市ホームページ

☎交通対策課交通対策係（☎042-387-9850）

市議会の開催について



令和8年第3回小金井市議会定例会を8月27日(木)から開催します。原則午前10時から、本会議は議場（市役所本庁舎4階）、委員会は第一会議室（同3階）で行います。日程・議案など詳しくはお問い合わせください。また、議会のようなすは市議会YouTubeチャンネルで配信しています。

☎議会事務局（☎042-387-9947）

マンホールカード「小金井桜」を再配布します

■配布開始日 8月17日(月)から

■配布時間・場所 月曜～金曜日は下水道課（市役所第二庁舎4階）、土曜日は観光まちおこし協会

※いずれも午前9時～午後4時（正午～午後1時を除く）

他▷1人1枚（配布数に限りがあります）
▷事前予約や郵送での取り扱いは行いません

☎下水道課業務設備係（☎042-387-9828）





ごみ減量大作戦！

272

日ごろより、ごみの減量と資源化にご協力いただき、ありがとうございます。暑い季節、水分補給にペットボトル飲料を買う機会が増えます。何気なく捨てているそのボトル。実はキャップやラベルがついたままだと効率よくリサイクルができません。

市内の資源物処理施設では、今も作業員が手作業でこれらを外しています。皆さんの「ちょっとした一手間」が、作業員の大きな負担軽減につながります。

出し方のルールはとても簡単です。

- 1 キャップをはずす（近くの公民館など拠点回収へ）
- 2 ラベルをはがす（プラスチックごみへ）
- 3 中を軽くすすぎ、ボトルを出す

お出掛けにはマイボトルを！無料の給水機を設置しています！

市では、使い捨てプラスチックごみを減らすため、公共施設にマイボトル専用の給水機（常温）を設置しています。お出掛けの際はぜひ、マイボトルを持ち歩き、ごみの発生を元から減らすリデュースに取り組みましょう。

【主な給水機設置場所】

市役所本庁舎、市役所第二庁舎、保健センター、各公民館（本館・貫井南分館・東分館）、図書館本館、メタウォーターサステナブルパークこがねいなど

ペットボトルを出す際のちょっとした一手間やごみの発生を減らすリデュースに取り組むなど、一人一人の小さな気遣いが美しい小金井市を守ります。ぜひ、ご協力をお願いします。

☎ごみ対策課減量推進係（☎042-387-9854）



9月の相談日

お気軽にご相談ください

相談名	と き		ところ・問合先
法 律 相 談	9月1・3・8・10・15・17・24・29日	午前9時～正午	▷すべての相談は予約が必要です ▷法律相談、交通事故相談、人権・身の上相談は、8月17日～相談日の前開庁日までに、直接または電話で予約してください（月1回まで） ▷外国人相談は、相談日の1週間前までに、直接または電話で予約してください (For English consultations, reservation by phone or in person is requested a week in advance.) ▷その他の相談は、相談日の当日午前9時～正午に、直接または電話で予約してください ▷広報秘書課広聴係（市役所第二庁舎1階☎042-387-9818） 
税 務 相 談	9月9日	いずれも午後1時30分から	
人 権 ・ 身の上相談	9月15日		
建築・登記・表示登記相談	9月2日		
行政相談	9月17日		
相続等暮らしの書類作成相談	9月16日		
交通事故相談	9月8日		
年金・労務・成年後見制度相談	9月1日		
外国人相談 (English)	ずいじ 随時 (Irregular)		▷午前9時～午後1時＝9月7・14・28日 ▷午後1時～5時＝9月3・10・17・24日

手話通訳者設置	自立生活支援課（市役所第二庁舎2階☎042-387-9841FAX042-384-2524）		
女性総合相談 (夫婦・家族・人間関係)	9月4・10・11・18・24・25日 午後1時30分～4時30分 ※保育有り（1歳以上の未就学児。要事前申込）	▷ところ＝市民相談室 ▷企画政策課男女共同参画室（☎042-387-9853）または二次元コードで予約	
ひとり親・女性相談	月曜～金曜日 （市役所執務時間内）	子育て支援課（市役所第二庁舎3階☎042-387-9836）	
教育相談	月曜～土曜日 午前9時～午後4時30分	教育相談所（本町6-5-3シャトー小金井別館3階☎042-384-2508）	
消費生活相談	月曜～金曜日 午前9時30分～午後4時 （正午～午後1時を除く）	経済課（市役所第二庁舎4階☎042-384-4999）	
相談名	と き		ところ・問合先
労働相談	月曜～金曜日 午前9時～午後5時 （正午～午後1時を除く）	労働相談情報センター多摩事務所 （立川市柴崎町3-9-2 6階☎042-595-8004）	
高齢者介護相談	月曜～土曜日 午前9時～午後5時30分	▷小金井きた地域包括支援センター（桜町1-9-5 ☎042-388-2440） ▷小金井みなみ地域包括支援センター（前原町5-3-24☎042-388-8400） ▷小金井ひがし地域包括支援センター（中町2-15-25☎042-386-6514） ▷小金井にし地域包括支援センター（本町4-7-8 ☎042-386-7373）	
高齢者向け住宅改修相談	第1～4火曜日、第2・4木曜日 午後1時15分～5時15分 ※電話で各地域包括支援センターへ予約してください		
木造住宅耐震相談	第2木曜日 午後1時30分～4時30分	まちづくり推進課住宅係 （市役所第二庁舎5階☎042-387-9861） へ1週間前までに予約してください	
シルバー人材センター入会相談	第2木曜日 （祝日の場合は第1木曜日） 午後1時30分～3時30分 （午後1時30分までに来所の方）	シルバー人材センター本町作業所 （本町6-5-16☎0422-27-7117）	
福祉サービス苦情・相談	水曜日 午後1時～5時	福祉オンブズマン事務局 （市役所第二庁舎8階802会議室☎FAX＝042-383-1225）へ予約してください	
創業相談店舗・事務所物件探し相談	月曜～金曜日 午前10時～午後6時	▷ところ＝東小金井事業創造センター（梶野町1-2-36） ▷同センターホームページ（https://ko-to.info/）申込フォームまたは電話（☎0422-31-2040）で予約してください	
福祉総合相談（ひきこもり相談含む）	▷月曜～金曜日 午前8時30分～午後5時 ▷原則第4日曜日 午前9時～午後1時	福祉総合相談窓口 （自立相談サポートセンター） （本町5-36-17☎042-386-0295）	

各種審議会等の開催日程

◎保育有り（要事前申込）

名 称	と き	と ころ	内 容	問 合 先
廃棄物減量等推進審議会	8月20日(休) 14：00～	野川クリーンセンター	年間スケジュールについて ほか	ごみ対策課減量推進係 (☎042-387-9854)
社会教育委員の会議	8月21日(金) 10：00～	市役所第二庁舎 8階801会議室	社会教育活動について ほか	生涯学習課生涯学習係 (☎042-316-6600)
介護保険運営協議会	8月24日(月) 14：00～	市役所第二庁舎 8階801会議室	計画策定に関する専門委員会	介護福祉課介護保険係 (☎042-387-9822)
教育委員会	8月25日(火) 13：30～	市役所第二庁舎 8階801会議室	教育行政について	庶務課庶務係 (☎042-387-9872)
公民館運営審議会	8月26日(水) 10：00～	公民館本館学習室B	公民館事業について ほか	公民館本館 (☎042-383-1184)
交通安全推進協議会	8月26日(水) 14：00～	市役所第二庁舎 8階801会議室	秋の交通安全運動推進要領等について	交通対策課交通対策係 (☎042-387-9850)

名 称	と き	と ころ	内 容	問 合 先
食育推進会議	8月26日(水) 14：00～	保健センター	食育推進計画について ほか	健康課健康係 (☎042-321-1240)
行財政改革審議会	8月26日(水) 19：00～	市役所第二庁舎 8階801会議室	行財政改革の推進について	企画政策課企画政策係 (☎042-387-9826)
子ども・子育て会議（◎）	8月27日(木) 18：30～	市役所第二庁舎 8階801会議室	計画等について	子育て支援課子育て支援係 (☎042-387-9836)
介護保険運営協議会	8月28日(金) 14：00～	市役所第二庁舎 8階801会議室	地域密着型サービスの運営に関する専門委員会	介護福祉課介護保険係 (☎042-387-9822)
飼い主のいない猫対策推進協議会	9月 8 日(火) 19：30～	本町暫定庁舎 1階第二会議室	飼い主のいない猫対策について等	環境政策課環境係 (☎042-387-9817)

※傍聴については事前にお問い合わせください

子ども・子育て

こどもクッキング

時 9月18日(金)午後2時～4時

所 保健センター

内 栄養講義と調理体験（試食有り）

対 2～3歳児と保護者

定 6組（申込順。初めての方優先）

申 8月17日から、市ホームページで

問 こども家庭センター母子保健係（☎042-321-6296）

親子あそびひろば
ゆりかご

さくらんぼ
多胎児のつどいに参加しませんか

時 9月 5 日(出)午前10時～11時30分

内 英語絵本の読み聞かせや歌を楽しむ

対 多胎児と家族、多胎妊婦

申 電話または直接、問合先へ

ペアレントトレーニング

子どもの行動に対する効果的な声かけや褒め方を、ロールプレイ等を通じて学びます。

時 10月 7 日、21日、11月 4 日、18日、

12月 2 日 いずれも水曜日午前10時～11時30分（全5回）

講 丸谷充子さん（臨床心理士）ほか

対 市内在住で、3歳6か月～小学校3年生の子どもの保護者

定 8人（多数抽選。初参加者優先）

他 保育有り

申 9月 4 日までに、電話または直接、問合先へ

— ◇ 共 通 ◇ —

所 保健センター

問 親子あそびひろばゆりかご（☎042-321-3141＝日曜・月曜・祝日を除く）

9月の乳幼児・産婦健康診査

対象者に案内状を郵送しています。

対 令和 8 年 5 月生まれの乳児と母親、令和 7 年 2 月生まれの幼児、令和 5 年 8 月生まれの幼児

問 こども家庭センター母子保健係（☎042-321-6296）

ひとり親・女性相談
臨時出張窓口

時 8月18日(火)午前9時15分～11時45分、21日(金)午後3時15分～5時45分

所 東小金井駅開設記念会館・マロンホール

対 市内在住の方

定 若干名

申 開催日の前日までに、電話または直接、子育て支援課子育て支援係(市役所第二庁舎 3 階 ☎042-387-9836)へ

シルバー人材センター
学習教室・子ども英語教室

学習教室

小学生は国語・算数、中学生は英語・数学の補習中心の授業をしています。

所対 **¥**▷小学生＝9,000円、本町作業所（本町 6 - 5 - 16）または東町会議室（東町 4 - 38 - 26）▷中学生＝12,000円、本町作業所
※月 8 回分。初回テキスト代等別途4,200円

— ◇ 共 通 ◇ —

他 日時や会場等詳細は、シルバー人材センターホームページをご覧ください

問 同センター（☎0422-27-7117）

子ども英語教室

ゲームや歌を通して英語を楽しみ、好きになるように指導しています。

所 本町作業所
対 小学生
¥4,000円（月 3 回分。別途初回テキスト代等4,500円）

— ◇ 共 通 ◇ —

他 日時や会場等詳細は、シルバー人材センターホームページをご覧ください

問 同センター（☎0422-27-7117）

みんなであそぼうほいくえん

子どもと一緒に参加できる催しや、地域の皆さんに認可保育施設を開放し、園児や保育士との交流を通じて子育てのお手伝いを行っています。ぜひ、ご参加ください。
雨天等の場合の対応は、各保育施設にお問い合わせください。

詳しくは
コチラ

9月のじどうかん

子どもたちがいつでも思いっきり遊ぶことができ、保護者も集うことができるのが児童館です。
乳幼児・小・中・高校生世代を対象に、市内4つの児童館でさまざまな活動が行われています。

■休館日 日曜日、21日(祝)～23日(祝)、30日(水)

詳しくは
コチラ

・掲載内容の詳細や最新情報については、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。費用の記載のないものは、原則無料です
・各記事中の二次元コードは、事業の詳細や申込フォーム等へご案内するものです

市公式LINEご利用ください！

災害等の緊急情報や興味がある情報をスマートフォンで受け取れます！



使い方・登録はこちら

1 便利機能 **自分が欲しい情報だけ受け取れる！**
「受信設定」で、受け取りたいジャンルを選べます。

3 便利機能 **公園・道路・街路灯等の不具合連絡も！**
不具合等を見つけたら、写真に撮ってその場で市に連絡できます。

2 便利機能 **身近な情報に簡単アクセス！**
メニューにあるボタンから市ホームページにアクセスできます。

4 便利機能 **いつでも効率的に調べることができる！**
チャットボットにより、質問を選択したり入力することで知りたい情報を検索できます。

問広報秘書課広報係 ☎042-387-9803



健康ガイド

健康課（保健センター）
☎042-321-1240
〒184-0015 貴井北町5-18-18

成人歯科健康診査

対象者へ8月下旬に受診券を郵送します。転入等により届かない方は、ご連絡ください。

時9月1日(火)～11月30日(月)

所市内契約歯科医療機関

対昭和16年・21年・26年・31年・36年・41年・46年・51年・56年・61年・平成3年・8年・13年・18年生まれの方

他治療した場合は保険診療

図健康課

各種事業案内

図※1＝こども家庭センター(☎042-321-6296)※2＝健康課

	と き	と ころ	内 容
乳幼児健康相談 (のびのび広場相談)※1	9月2日(水) 13:30～15:00	公民館貴井南分館	▷身体測定・育児および保健・栄養相談・母乳相談 ▷歯科相談(保健センター・公民館東分館のみ実施) 図乳幼児、妊産婦
	9月4日(金) 13:30～15:00	婦人会館	
	9月10日(木)、 24日(木) 9:30～11:00	保健センター	
	9月16日(水) 9:30～11:00	公民館東分館	
	9月25日(金) 13:30～15:00	上之原会館	
	9月29日(火) 13:30～15:00	前原町丸山台集会所	
歯科健康相談 (歯科医師)※2	9月16日(水) 15:00～16:15	保健センター	(担当医) 秋澤 ▷要予約

◆保健師・管理栄養士・歯科衛生士による電話相談は随時受け付けます

健康メモ

夏のムレ対策とデリケートゾーンのケア

暑い夏は汗をかきやすく、デリケートゾーンの蒸れやかゆみに悩む方が増える季節です。気になるからといって、石けんでゴシゴシ洗ったり、何度も洗浄したりしていませんか。デリケートゾーンはとても繊細な部分です。皮膚や粘膜を守る働きがあり、洗いすぎるとかえってかゆみやかぶれの原因になることがあります。

デリケートゾーンの周囲は弱酸性に保たれており、皮膚や粘膜を守るための常在菌が存在しています。全身用のボディーソープはアルカリ性のものが多く、使いすぎると皮膚や粘膜への刺激となることや、常在菌が減ってしまうことがあります。シャワーでやさしく洗い流すだけでも十分ですが、ソープを使う場合は弱酸性のデリケ

ートゾーン用の製品を選ぶ方法もあります。洗う際には、ナイロンタオルなどで強くこすらないようにしましょう。

また、汗や湿気がこもると皮膚トラブルが起こりやすくなります。通気性の良い下着を選び、運動後や汗をかいた後は早めに着替えることも大切です。海やプールの上に濡れた水着を長時間着たままにしないことも予防につながります。おりもののシートは便利ですが、長時間つけたままにすると蒸れの原因になることがあります。必要に応じて交換し、使用しない時間を作ることも心がけましょう。

毎日のケアで大切なのは、「清潔にしすぎる」のではなく、「やさしく清潔を保つ」ことです。暑い季節を快適に過ごすために、日ごろのケアを見直してみてもいいかもしれません。

小金井市医師会

三浦裕美子



	休日診療 受付時間 午前9時～正午、午後1時～5時 ※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		休日準夜診療 受付時間 午後5時30分～9時	休日歯科診療 受付時間 午前9時～正午、午後1時～5時 ※応急処置に限りです	休日薬局 受付時間 午前9時～正午、午後1時～5時	休日準夜薬局 受付時間 午後5時30分～9時
8月16日(日)	山崎内科医院 緑町5-12-17 ☎042-381-1462 因呼内図	にしな内科クリニック 本町5-38-41-101 ☎042-316-5566 囃内循内因	桜町病院 桜町1-2-20 ☎042-383-4111 因因	岡歯科医院 前原町3-36-16 小金井グリーンハイツ201 ☎042-384-0222	竹の薬局 小金井緑町店 緑町5-12-17 ☎042-316-7688 ミネ薬局 ソコラ武蔵小金井店 本町6-2-30 SOCOLA武蔵小金井クロス1階 ☎042-316-7040 サエラ薬局 武蔵小金井店 本町5-15-8ラメンプランシュ1階-A ☎042-316-1840	イサク薬局 桜町1-8-4 ☎042-380-5560
8月23日(日)	丸茂医院 本町2-12-1 ☎042-383-2232 因循	ゆうレディースクリニック東小金井 梶野町5-1-5 Cerisier3階 ☎042-316-4033 産婦	すず木小児科・アレルギー科 本町5-15-8 ラメゾン プランシュ2-A ☎042-401-2410 因図	沼澤デンタルクリニック 中町4-14-17 武蔵小金井スカイハイツ1階・2階 ☎042-384-8811	まちば薬局 本町4-14-21-101 ☎042-387-2151 ひばり薬局(小金井店) 本町2-11-10シェリール1F ☎042-316-5579	サエラ薬局 武蔵小金井店 本町5-15-8 ラメゾンプランシュ1階-A ☎042-316-1840
8月30日(日)	貴井北町くろだ内科 貴井北町3-27-7 ☎042-386-7288 因循内	小松外科胃腸科 本町2-20-20 ☎042-381-3346 因胃	武蔵小金井みどりクリニック 本町6-2-30 SOCOLA武蔵小金井クロス2F ☎042-316-1101 因囃内(伊状囃内分)	湯山歯科医院 東町4-21-10 湯山ビル1F ☎042-381-6211	さくら薬局 小金井本町店 本町1-5-6 ☎042-386-2681 柴崎薬局 本町5-38-32-102 ☎042-381-2655 調剤薬局北なが 本町5-18-13 ☎042-381-2906	ミネ薬局 ソコラ武蔵小金井店 本町6-2-30 SOCOLA武蔵小金井クロス1階 ☎042-316-7040



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
プッシュ回線の固定電話、携帯電話☎＃8000
☎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
プッシュ回線の固定電話、携帯電話☎＃7119
☎042-521-2323

▷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



小児救急(365日24時間)

▷武蔵野赤十字病院
武蔵野市境南町1-26-1
☎0422-32-3111

市公式
HP



市公式
LINE



市公式
エックス



市公式
YouTube



みんなで早めの予防



熱中症に 注意しましょう

熱中症とは、高温多湿な環境下で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調整機能がうまく働かなくなることなどによって、体内に熱がこもった状態のことです。

熱中症は、誰でもなる可能性があり、屋外だけでなく室内で静かに過ごしていても発症します。熱中症をよく知り、正しく対策して、厳しい暑さに備えましょう。

固健康課 (☎042-321-1240)

「涼み処^{どころ}」をご利用ください

開設期間10月21日（水）まで



一時的に暑さをしのぎ涼しく過ごしていただくために、涼み処を設けています。マイボトルに給水できる施設もありますので、暑い日には、熱中症の予防としてぜひご利用ください。

対象施設

市内公共施設に加え、社会福祉協議会、市内一部の郵便局や薬局なども涼み処として利用できます。開放可能日時等詳細は、市ホームページをご確認ください。



熱中症予防のポイント

こまめな水分・塩分補給

室内でも、屋外でも、のどの渴きを感じなくても、こまめに水分・塩分・スポーツドリンクなどを補給しましょう。

からだの蓄熱を避ける

- ▷通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- ▷保冷剤、氷、冷たいタオルなどで体を冷やす

いろいろな工夫で暑さを避けよう

室内では

- ▷扇風機やエアコンで温度を調節
- ▷ブラインドやカーテンを活用し、直射日光を避ける

屋外では

- ▷日傘や帽子の着用
- ▷日陰の利用、こまめに休憩
- ▷気温や湿度の高い日は、日中の外出をできるだけ控える



主な症状

軽度の 症状	めまい、失神、神経痛、 筋肉の硬直、大量の発汗
中度の 症状	頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感
重度の 症状	意識障害、けいれん、高体温

熱中症の応急処置

熱中症（めまい、頭痛、吐き気、けいれんなど）が疑われる人を見かけたら…

涼しい場所へ

風通しの良い日陰や、冷房が効いている室内等に移動させましょう。

体を冷やす

衣服を緩め、体を冷やす。（首の回り、わきの下、足の付け根など）

水分・塩分の補給

水分・塩分・スポーツドリンクなどを補給する。

※自力で水分を摂取できない、意識がない場合は、**ためらわず救急車（119番）を呼びましょう**

確かめよう、暑さ指数とアラート

知っていますか？暑さ指数(WBGT)

暑さ指数とは、熱中症のなりやすさを表す値のことです。暑さ指数に応じて適切な行動をとり、熱中症を防ぎましょう。

危険	暑さ指数 31以上	高齢者は安静にしているでも発生する危険性が高い。 外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。
嚴重警戒	暑さ指数 28～31	外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
警戒	暑さ指数 25～28	運動や激しい作業をする際は定期的に十分に休憩を取り入れる。
注意	暑さ指数 25未満	一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。

「熱中症警戒アラート」と「熱中症特別警戒アラート」

熱中症警戒アラートとは、熱中症の危険度を認識してもらうことを目的に、都内いずれかの観測地点で暑さ指数が33以上と予測した場合に発表されます。

熱中症特別警戒アラートは、都内全域観測地点で暑さ指数が35以上で、危険な暑さで重大な健康被害が出る恐れがある場合に発表されます。熱中症特別警戒アラートが発表されたときは、災害級の暑さになります。外出はできるだけ控え、涼しい室内で過ごしましょう。

熱中症警戒アラート・熱中症特別警戒アラートが発表された際に、いち早く情報を受け取ることでできる熱中症警戒アラートのメール配信サービス等に登録して、熱中症を予防しましょう。



熱中症警戒アラート等
メール配信サービス



LINE公式アカウント
環境省

福祉のひろば

成人学校健康づくり講座
フレイル予防体操

時 9月28日(月)午前10時～正午
所 公民館貫井北分館
講 檜山美代子さん（介護予防主任運動指導員）
対 市内在住・在勤・在学の方
定 25人（多数抽選）
申 8月26日（必着）までに、往復はがきまたはEメールに住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、公民館貫井北分館「フレイル係」（〒184-0015 貫井北町 1-11-12 ☎042-385-3401 ✉ k020415@nifty.com）へ

シルバー人材センター
生徒募集

英会話教室（入門～中級クラス）
¥4,500円(月 4 回分。別途初回テキスト代等2,300円)
他 英検・TOEIC対応講座有り
囲碁教室（初級～有段クラス）
¥2,900円（月 4 回分）
— ◇ 共 通 ◇ —

他 日時や会場等詳細は、シルバー人材センターホームページをご覧ください
問 同センター（☎0422-27-7117）

ひとりぐらし高齢者

会食会
楽器演奏鑑賞、懐かしの歌の時間、会食を行います。
時 9月14日(月)午前10時～午後1時
所 特別養護老人ホーム本町けやきの杜（本町 4-7-1）
定 20人（多数抽選）
¥500円
申 8月17日～9月4日（必着）に、往復はがきに住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、問合先へ

交流会
吹き矢体験やゲストの子ども達の歌などを聞きます。
時 9月28日(月)午前10時～正午
所 東小金井駅開設記念会館・マロンホール
定 20人（申込順）
申 8月17日から、電話で問合先へ
— ◇ 共 通 ◇ —
対 市内在住の70歳以上のひとり暮らしの方※日中独居の方も可
問 小金井ボランティア・市民活動センター（〒184-0004 本町 5-36-17 ☎ 042-387-0011）へ

いつまでも元気でいるための講座

介護予防の柱である運動、栄養、口腔、認知症予防に関する講座です。
時 9月15日(火)、25日(金)午後2時～4時10分（全2回）
所 社会医学技術学院
対 市内在住の65歳以上の方
定 36人（申込順）
申 8月17日から、電話で介護福祉課包括支援係（☎042-387-9845）へ

認知症サポーター
養成講座

時 9月10日(木)午後2時～3時30分
所 市役所第二庁舎 8階801会議室
対 市内在住・在勤・在学の方
定 20人（申込順。再受講も可）
申 8月17日から、市申込フォームまたは電話で小金井にし地域包括支援センター（☎042-386-7373）へ

成年後見制度等
市民啓発講演会

「老いじたくを考えるー成年後見制度・相続・遺言」をテーマに講演会を開催します。
時 9月30日(水)午前10時から
所 社会福祉協議会
講 渡辺和成さん（司法書士）

定 35人（申込順）
申 8月17日から、電話で権利擁護センター（☎042-386-0121）へ

老いじたく相談会

相続・遺言・成年後見制度等に行政書士が相談に応じます。
時 9月30日(水)午後1時30分～3時40分
所 社会福祉協議会
定 12人（申込順）
申 8月17日から、電話で権利擁護センター（☎042-386-0121）へ

若者支援講座

生きづらさを抱える若者の現状を学び、自身にできることを一緒に考えませんか。
時 9月26日、10月24日、11月21日いずれも土曜日午後2時～4時（全3回）
所 社会福祉協議会
講 内田絵梨さん（NPO法人ぱっぷす理事）ほか
対 市内在住・在勤・在学で、若者支

援の活動をしている方、関心のある方
定 30人（申込順）
申 8月17日から、申込フォームまたは電話で小金井ボランティア・市民活動センター（☎042-387-0011）へ

地域福祉ファシリテーター
養成講座

地域におけるボランティア活動の役割や課題をルーテル学院大学の先生が分かりやすく教えます。
時 10月1日～12月3日いずれも木曜日午後1時20分～4時20分（全9回。11月19日を除く）
※このほか、フィールドワーク（1回程度）と予備日（11月19日）があります
所 ルーテル学院大学（三鷹市）
対 市内在住・在勤・在学のボランティア活動、市民活動等をしている方またはこれから始めたい方
定 15人
申 9月4日までに、申込フォーム、電話または直接、福祉総合相談窓口（☎042-386-0295）へ

令和8年熊本地震
災害義援金の募金箱を設置しています

令和8年7月に発生した熊本地震で被災された方々への義援金の募金箱を庁舎内に設置しています。
寄せられた義援金は、被災地の方々の生活を支援するため、日本赤十字社を通じて義援金配分委員会へお送りします。皆さんの温かいご支援をお願いします。
■募金箱設置場所 企画政策課（市役所本庁舎2階）、市役所第二庁舎1階受付、小金井 宮地楽器ホ

ール、東小金井駅開設記念会館・マロンホール
他 受領証は市で発行できません。発行を希望する方は日本赤十字社へ直接お振込みください
問 企画政策課企画政策係（☎042-387-9800）



日本赤十字社へ直接振込みをご希望の方
日本赤十字社で災害義援金の受付を開始しております。詳細は、日本赤十字社ホームページをご覧ください。
問 日本赤十字社パートナーシップ推進部（☎03-4363-2056）





出張スマホ相談会



スマホサポーターが皆さんのもとに出向き、スマートフォンに関する悩みについてお話をしながら解決に努めます。

対 市内在住で、おおむね65歳以上の5人程度のグループ

申 希望日の3週間前までに、電話またはEメールで代表者の住所・氏名・電話番号を介護福祉課包括支援係（☎042-387-9845 ✉ s050399@koganei-shi.jp）へ



心身障害者医療費助成制度

9月に受給者証が更新



都では重度の心身障がいのある方を対象に、医療費の一部を助成します。

受給者のうち、資格要件を満たす方に9月1日から使用する新しい受給者証を8月下旬に郵送します。所得制限基準額を超えた等の理由で更新できない方には、助成事由消滅通知書を郵送します。

また、新規に申請を希望する方は自立生活支援課にお問い合わせください。詳細は市ホームページをご覧ください。

問 自立生活支援課障害福祉係（☎042-387-9842）

救急出場がひっ迫しています

高齢者の救急搬送が増加傾向

令和 7 年中の東京消防庁管内の救急隊の出場件数は931,910件、小金井消防署の救急隊の出場件数は6,055件でした。いずれも、救急搬送された方のうち、75歳以上の方の割合が全体の約40%以上を占めており、その割合は、年々増加傾向にあります。

救急車がひっ迫すると？

令和 7 年は、救急車が現場に到着するまでに平均で約 8 分かかっています。救急車の要請が多く、近くの救急車が出場している場合、遠くにいる救急車が出場することになり、到着までに時間がかかる場合があります。

夏期は、救急車の出場件数が多い季節です。救急車を必要な人が必要な時に安心して利用できるよう、適時・適切な利用にご協力ください。



救急車を呼ぶか迷ったら？

#7119・東京版救急受診ガイド

病院へ行くか、救急車を呼ぼうか迷った時は、東京消防庁救急相談センター「#7119」をご利用ください。相談医療チームが24時間365日対応しています。

また、パソコン、スマートフォンなどからインターネットを利用し、症状に応じた質問に回答することで、病気や怪我の緊急度や受診の必要性、医療機関の受診時期などのアドバイスを確認することが出来る、東京版救急受診ガイドも併せてご利用ください。



問い合わせ先 小金井消防署(☎042-384-0119)

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ます。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、掲載内容の詳細は、主催者にお問い合わせください。費用の掲載のないものは、原則無料です。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

催し・講座

- 小金井16mm映画上映会** ㊟8月17日(月)午後 2 時30分～ 5 時(30分前開場)㊟公民館緑分館㊟次郎物語(1987年・115分・カラー)㊟市内在住・在勤・在学の方㊟40人(当日先着順) ¥無料㊟点心会・姥貝(☎090-9236-8663)
- エコ・サマーフェスティバル** ㊟8月29日(土)午後 4 時～ 8 時㊟梶野公園㊟地域のアーティストライブやダンス等を通じて、さらなるごみ減量や防災について考えるイベント㊟ヒガコ北口商店会・立川(☎042-387-5901＝土曜・日曜日を除く)
- 相続・遺言等暮らしの手続きの無料相談会** ㊟8月30日(日)午後 1 時30分～ 4 時30分㊟小金井 宮地楽器ホール㊟行政書士による相談㊟当日直接会場へ㊟行政書士会多摩中央支部・片岡(☎042-306-9450)
- 輪投げ大会** ㊟9月 3 日(木)午前10時～午後 3 時㊟総合体育館㊟市内在住のおおむね50歳以上の方㊟2 チーム(多数抽選。各 5 人) ¥無料㊟8月25日(必着)に、往復はがきで代表者の住所・氏名・年齢・電話番号を悠友クラブ事務局(〒184-0004本町 5 -36-17☎042-301-6363)へ
- 「遺言と相続」無料相談会** ㊟9月 4 日(金)午前 9 時20分～11時40分㊟小金井 宮地楽器ホール㊟当日直接会場へ㊟遺言と相続をサポートする行政書士の会・千葉(☎080-3381-5337)
- 認知症講座** ㊟9月 4 日(金)午後 2 時～ 3 時30分㊟市民会館・萌え木ホール(商工会館 3 階)㊟介護保険制

- 度について㊟地域包括支援センター職員㊟40人(申込順) ㊟8月17日から、電話で武蔵野中央病院認知症疾患医療センター(☎0422-31-1253＝月曜～金曜日午前 9 時～午後 4 時)へ
- 精神保健福祉講演会－生活臨床の探究 どう治すからどう生きるかの支援へ** ㊟9月12日(土)午後 2 時～ 4 時30分㊟市民会館・萌え木ホール(商工会館 3 階)㊟伊勢田堯さん(精神科医) ㊟70人(当日先着順) ㊟精神障害者家族会あじさい会・森田(☎042-388-3729)
- 肝臓病教室－肝臓病と上手につきあう** ㊟9月14日(月)午後 2 時30分～ 4 時㊟武蔵野赤十字病院(武蔵野市)㊟新美友梨さん(理学療法士) ㊟100人㊟オンライン参加可㊟HPを参照のうえ、同病院肝疾患相談センター(☎0422-32-3135HPhttps://kan-kyoten-musashino.jp)へ
- グラウンドゴルフ大会** ㊟9月15日(火)午前 9 時30分～午後 1 時㊟上水公園運動施設グラウンド㊟市内在住のおおむね50歳以上の方㊟10人(多数抽選) ¥無料㊟8月25日(必着)までに、往復はがきで住所・氏名・年齢・電話番号を悠友クラブ事務局(〒184-0004本町 5 -36-17☎042-301-6363)へ

スポーツ

- 早起き野球秋季大会** ㊟8月29日～10月31日の毎週土曜日午前 7 時～ 9 時㊟上水公園運動施設グラウンド㊟市内在住・在勤の方 ¥1 チーム 4,000円㊟主催者会議・抽選会＝ 8 月22日午後 6 時30分から、総合体育館

- で㊟8月15日～22日に、電話で早起きスポーツクラブ事務局・田村(タムスポーツ内☎042-427-6360)へ
- 親子フットサル講習会** ㊟9月 5 日～11月14日の土曜日午後 6 時30分から(全 6 回) ㊟総合体育館㊟市内在住・在学の小学生と保護者㊟20組(多数抽選) ¥4,000円㊟8月25日までに申込フォーム(https://forms.gle/XDqjrC1MBsi99CUa6)から㊟サッカー協会・加藤(☎090-

官公署だより

- 8月30日～9月 5 日は防災週間です 改めて防災について考えてみませんか？** 被害軽減のため、防災意識を高めることは必要不可欠です。小金井消防署HPでは、防災イベントや最新情報を発信しています。防災行動力向上にご活用ください㊟同署(☎042-384-0119HPhttps://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/fs/koganei/)

サークルのひろば

- ◆**フランス語サークル** 原則土曜日、月 3 回午後 5 時30分から、婦人会館で。講師はフランス人、月 6,000円、レベルは中級(DELFB 1～B 2) 見学可。連絡は平井(☎0422-34-0018)
- ◆**英会話サークル・リフレッシュ** 原則土曜日、月 3 回午後 7 時30分～ 9 時。婦人会館で。1 回2,000円講師はネイティブ。体験歓迎。連絡は板谷(☎090-9330-8615)
- ◆**水中ウォーキング・アクアビクスコスモス会** 原則火曜日午後 3 時から。栗山公園運動センターで。月 3,000円、60～80代女性、体験歓迎。連絡は松本(☎090-9975-5224)
- ◆**囲碁・東碁会** 原則毎週日曜日午

- 8855-3381＝夜間のみ)
- 短期水泳教室 1** ㊟9月29日～10月27日の火曜日午前11時から㊟総合体育館㊟中学生以上でクロール25m以上泳げる方㊟21人 ¥3,000円㊟8月31日(必着)までに、往復はがきに住所・氏名・年齢・性別・電話番号をスポーツ協会短期水泳教室 1 係(〒184-0001関野町 1 -13-1)へ㊟水泳協会・飯田(☎042-381-4544)
- 後 1 時～ 5 時、公民館東分館で。講師は大垣結花さん。月1,000円、初心者歓迎。連絡は菊池(☎0422-88-9248)
- ◆**東山の会** 原則毎月第 1 水曜日午後 1 時30分から＝例会、東センターで。第 3 水曜日＝山行、20年の歴史あり、初心者・体験歓迎。連絡は経塚(☎090-8893-4339)
- ◆**ラウレアウクレレクラブ** 原則毎月第 1・3 水曜日午後 1 時から公民館本館ほかで。月2,000円、講師は伊藤英司さん。初心者・見学歓迎。連絡は大久保(☎042-383-7560)
- ◆**社交ダンス・エメラルド** 原則毎週水曜日午後 2 時から公民館貫井南分館で。月2,500円、講師は吉田良さん。初心者・中級者の方歓迎。連絡は吉田(☎090-1777-5049)
- ◆**混声こがねい合唱団** 原則金曜日 月 2 回午後、公民館本館ほかで。月 3,500円、初心者歓迎。気軽に見学に来てください。連絡は小坂(☎090-4616-8507)
- ◆**フラダンス・レフアナニフラサークル** 原則第 1・3 水曜日午後 1 時30分から公民館緑分館で。講師はアロハヌイ公認インストラクター。連絡は関根(☎080-9390-8070)

声の広報 声の議会だより



視覚に障がいのある方に
CDとデジCDをお届けします

市報こがねいの内容を収録した「声の広報」と市議会だよりの内容を収録した「声の議会だより」をお届けします。ご希望の方は、電話等でお申し込みください。
※原則として身体障害者手帳1～6級の視覚障がいのある方
※視覚に障がいのある方以外で利用希望の方はお問い合わせください
☎声の広報＝広報秘書課広報係(市役所本庁舎 2階 ☎042-387-9803)
☎声の議会だより＝議会事務局 (同 4階 ☎042-387-9947)

対面朗読の会

声の広報・声の議会だよりの収録は、ボランティアグループ「対面朗読の会」にご協力いただいています。同会では、随時ボランティアを募集しています。詳しくは同会会長・池田さん (☎042-381-0595) へお問い合わせください。



対面朗読の会の皆さん

ホームページバナー広告募集



企業や事業所のPRをしませんか？

毎月約67万件と多くのアクセスがあり、リニューアルに伴い、さらなるアクセス数が見込まれます。企業や事業所のPRやイメージアップに有効な広告媒体としてぜひ、ご活用ください。
■掲載料 (1 枠) ▽ 1 か月＝30,000円
▽ 3 か月＝85,500円 (月額28,500円)
▽ 6 か月＝162,000円 (月額27,000円)
▽ 12か月＝288,000円 (月額24,000円)
☎広報秘書課広報係 (☎042-387-9803)



催し・スポーツ

市民講座
ザ・上水ー玉川上水と
水都「江戸・東京」の
上水トリビア



江戸時代から紡がれてきた水の道の成り立ちから、水都「江戸・東京」の水事情を学びます。
📅9月26日(土)、10月3日(土)午後2時～4時 (全2回)
📍公民館緑分館
👤市内在住・在勤・在学の方
🗨澤内隆さん (文教大学地域連携センター講師)
定20人 (多数抽選)

陶芸入門講座
はじめての陶芸

📅10月2日～30日、11月20日、12月4日いずれも金曜日午後2時～4時 (全7回)
📍公民館貫井北分館
🗨佐藤弘隆さん (陶芸家)
👤市内在住・在勤・在学の方

定16人 (多数抽選)
¥4,000円 (材料費)
📅9月7日(必着)までに、往復はがきまたはEメールに住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、公民館貫井北分館「陶芸係」(〒184-0015貫井北町1-11-12 ☎042-385-3401 ☒k020415@nifty.com)へ



スポーツの日
市テニスコート場を
無料開放



📅10月12日(祝)午前9時から、11時から、午後1時から、3時から
※各2時間
定各回7面 (多数抽選)
他事前に個人登録が必要です
📅8月21日～31日に、公共施設予約システムで
☎生涯学習課スポーツ振興係 (☎042-386-2462)

清里山荘



11月分の予約は、9月1日から受け付けます。
☎0120-484-647 (申込専用) FAX0551-48-4646
https://koganei-kiyosato.com/ ☎清里山荘 (☎0551-48-4649)

空室状況はこちら

中学生ボランティア募集
青少年のための科学の祭典
東京大会in小金井



9月27日(日)に東京学芸大学で開催する青少年のための科学の祭典東京大会in小金井の各ブースで実験などのお手伝いをしていただける方を募集します。
👤市内在住の中学生
📅8月15日～31日 (必着) に、市申込フォームまたは往復はがきに住所・氏名・学校名・学年・電話番号・保護者の氏名・電話番号を明記し、生涯学習課生涯学習係 (〒184-8504住所不要 ☎042-316-6600) へ

..... 広告掲載等のお問い合わせは、株式会社ウィット (広告代理店) ☎ 072-668-3275へ

広 告 枠

Leaf
Escort

セコムグループが運営するサービス付き高齢者向け住宅
リーフエスコート東小金井

これからの私を、私が選ぶ
頼れる人がそばにいる安心



東小金井駅 徒歩 5分
小金井市梶野町1丁目3-6

全戸キッチン・浴室付
健康測定機器を体験

見学・ご相談受付中
☎0800-777-6556
受付時間／午前10:00～午後5:00 運営／株式会社荒井商店



●気管食道科 ●アレルギー科

アレルギー性鼻炎・花粉症のレーザー手術と舌下免疫療法、めまい・耳鳴・難聴

日本耳鼻咽喉科頭頸部科学会 耳鼻咽喉科専門医
日本気管食道科学会 気管食道科専門医
日本レーザー医学会 レーザー専門医
院長 医学博士 村山哲也

診療時間 月 火 水 木 金 土 日
午前8:30～12:30 ● ● ● ● ● ● ●
午後2:30～6:30 ● ● ● ● ● ● ●
※土曜午後は14:00～18:00

公的予防接種
鼻水・咳・中耳炎・風邪・喘息
発熱診療(コロナ・インフルエンザ)
幼児からの舌下免疫療法
乳児からの聴力検査
味覚・嗅覚検査
自由診療(ヒアス片耳3,000円
インフルエンザ予防接種4,000円)

☎042-332-3387
※予約ホームページhttp://park.paa.jp/park2/clinics/1630/businesses/01
※受付ホームページhttps://www.kihe.jp
小平市喜平町1-7-26 駐車場12台 車イス可



視覚に障がいのある方に、市報と市議会だよりを収録したCDとデジCDをお届けしています
☎広報秘書課広報係 (☎042-387-9803)、議会事務局 (☎042-387-9947)

市民交流促進！
リユース品無償譲渡会

市民同士による衣類、食器、雑貨類の譲渡会を開催します。
ぜひ、ご来場ください。

時 9月26日(土)午前10時～正午（雨天中止）
所 野川クリーンセンター
問 ごみ対策課減量推進係（☎042-387-9854）

出品・譲渡したい方

1 枠3m×3mのスペースで出品できます。1人1枠までになります。

対 市内在住の方

定 15枠（申込順）

申 8月17日～9月15日に、市申込フォームで



清里山荘
ミステリーツアー

時 10月10日(土)～12日(祝)の2泊3日
※10日午後5時に現地集合
所 市立清里山荘
内 バスツアー（11日にバスツアー）
定 40人（多数抽選）
料 大人25,000円、小・中学生13,000円、幼児7,000円
※市外の方は利用料の差額分追加
申 8月15日～9月15日に、Eメールまたはファクスで参加者全員の住所・氏名・電話番号・生年月日・性別を明記し、市立清里山荘（☎0551-48-4649 FAX 0551-48-4646）information@koganei-kiyosato.comへ



市民スポーツ祭

しせい
四正太極拳講習会

時 9月6日(日)午前10時～正午
所 総合体育館
対 市内在住・在勤・在学の方
定 30人（申込順。当日空きがあれば参加可）
申 8月15日～9月3日に、電話で太極拳協会・篠崎（☎090-1814-4106）へ

ハゼ釣り大会

時 9月6日(日)午前4時栗山公園、午前4時15分市役所第二庁舎出発

（貸切バス使用）
所 木更津港周辺（千葉県）
対 市内在住・在勤・在学の方
※小学生以下は保護者同伴
定 27人（申込順）
料 大人2,000円、中学生以下500円
申 8月15日～9月3日に、電話で釣友会連盟・渡邊（☎042-301-6051）へ

居合道大会

時 9月12日(土)午前10時から
所 総合体育館
■競技種目 段別演武、無差別古流演武
対 市内在住・在勤の方、居合道連

盟会員
申 8月22日までに、電話で同連盟・田苗（☎090-1660-0948）へ

テニス大会

時 9月13日(日)午前9時から
所 市テニスコート
■競技種目 ミックスダブルス（一般の部、壮年の部、スーパーニアの部）
対 市内在住・在勤・在学の方、テニス連盟会員
他 詳細は同連盟ホームページ参照
申 8月30日午前9時～正午に、同コートクラブハウスまたは同連盟

卓球大会（小・中学生の部）

時 9月27日(日)午前9時15分から
所 総合体育館
内 男女別シングルス
対 市内在住・在学の小・中学生
定 100人（申込順）
申 8月15日～9月10日に、卓球連盟ホームページから
問 卓球連盟事務局・山田（☎042-301-6046）



..... 広告掲載等のお問い合わせは、株式会社ウィット（広告代理店）☎ 072-668-3275へ

広告枠



知識・経験ゼロから
デザインを学んで
在宅ワークを実現しませんか。

TRY IT, NOW.
Design Life

広告代理店が運営する デザインスクール

キテンスクールのオンライン授業なら…

1 オンラインで好きな時間にマイペースで学べます

2 スキルアップ・副業・転職・独立・趣味に活かれます

無料カウンセリングのお申込みは
お電話orお問合せフォームから
Tel:072-668-3275



断熱
玄関ドア
交換

断熱内窓
取付

断熱
真空ガラス
交換

補助金制度あります

(国+東京都より)

窓・ドアのリフォームお任せください！
増改築相談員のいるお店
窓とガラスの専門店

創業 71年 株式会社 芹沢ガラス

☎ 0120-953-577

国・市中2・5・17 営業時間/9:00～17:30
定休日/日曜・祝日・隔週土曜

スタッフ募集中
詳細はお問合せください

住民票や税証明等は、マイナンバーカードを利用して全国のコンビニで取得できます。
また、市民課の混雑状況・呼出番号は右記の二次元コードから確認できます。混雑緩和にご協力をお願いします



芸術・文化イベントを楽しもう!

市内在住・
在勤・在学の方
先行受付

小金井 宮地楽器ホール主催公演

問い合わせ 小金井 宮地楽器ホール (☎042-380-8099)

こがねいシネマ



シネマ歌舞伎「二人藤娘」「日本振袖始」上映会



華やかな舞踊とダイナミックな立廻りで魅せる、歌舞伎の真髄。

本編映像に加え、化粧、幕内、早拵^{こしら}えなど、シネマ歌舞伎でしか観られない舞台裏映像も上映します。

時12月5日(土)午後2時開演

所小金井 宮地楽器ホール大ホール

演▷二人藤娘＝坂東玉三郎、中村七之助

▷日本振袖始＝坂東玉三郎、中村米吉、

中村勘九郎

定30人(多数抽選。1人2枚まで)

¥一般2,200円、25歳以下の学生1,500円

他未就学児の入場不可

申8月15日～21日に、同ホールホームページで



「二人藤娘」©岡本隆史



「日本振袖始」©岡本隆史



第48回 小金井新能

開催日時・会場

9月23日(祝)午後2時開演

小金井 宮地楽器ホール大ホール

定員

569人※未就学児は入場不可

演目

▷能「菊慈童－遊舞之楽」津村禮次郎

▷狂言「宗論」山本泰太郎

▷創作舞劇「良寛」小尻健太・梅川壺ノ介・津村禮次郎

チケット

S席7,000円、A席5,000円

小金井 宮地楽器ホールまたは

チケットぴあ(Pコード542-908)から



問い合わせ

小金井新能事務局 (☎042-384-8753＝土曜・日曜・祝日を除く午前10時～午後4時)

Center line art festival Tokyo 2026



中央線沿線地域で開催されるアートフェスティバル。2026年のプログラムのうち、国際現代美術展示「MUSAKO ART GATE」と市民展示「みんなのアート」を小金井 宮地楽器ホールで開催します。

9月2日(水)～6日(日)

国際現代美術展示

「MUSAKO ART GATE」

マルチパーパススペース、市民ギャラリー、和室、小ホールの各スペースで開催される、現代アートの祭典をお楽しみください。

9月9日(水)～13日(日)

市民展示「みんなのアート」

プレイベントで市民によって製作された作品に加えて、市民参加型アートプロジェクト「hold_hands_2026」の作品展示が行われます。



昨年の作品

※いずれも午前10時～午後9時。最終日は午後5時まで

問い合わせ

小金井 宮地楽器ホールチケットデスク (☎042-380-8099)