



9 / 15

令和 8 (2026) 年

No.1611

毎月1・15日発行

市
報

Koganei City News

こがねい

小金井市
イメージキャラクター
こぎんちゃん



発行・小金井市 編集・広報秘書課 〒184-8504 小金井市本町6-6-3
市役所代表 ☎042-383-1111 (かけ間違いにご注意ください)

世帯と人口
8.9.1 現在

世帯数……………64,690(58減)
人口……………126,540(73減)
男……………62,412(21減)
女……………64,128(52減)

※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

休日診療は9面に掲載しています

頼れる ご近所さん 活躍中です

町会・自治会は、私たちの生活に最も身近な「住民による自治組織」です。もしものときの頼りになる、地域のつながりを大切にしています。防災訓練、清掃活動、防犯パトロール、お祭りや運動会など、町会・自治会によるさまざまな地域活動をご紹介します。

図 広報秘書課広聴係 (☎042-387-9818)



まずは
小さな手伝いから
参加してみませんか?



緑町
第四町会

「地域の子どもは地域が育てる」をテーマに掲げ、安全・安心なまちをめざしています。緑小学校の朝の登校見守りや、危険箇所の総点検と防災設備確認、夜間パトロールを実施しています。12月は子ども会と一緒に拍子木で火の用心を訴え、世代間の絆も深めています。



東町
五丁目町会

年末に2週間ほど、つつじ会と協力して防災・防犯パトロールを実施しています。毎日午後6時30分から10人程がいくつかのコースに分かれ、寒風に負けず火の用心の声をあげ、拍子木を打って夜廻りをします。

安全・安心な
まちづくり

緑町
第一町会



毎年秋に緑小学校で開催される防災訓練に参加しています。普段取り扱うことのない消火器の使い方を消防署の方に教えていただき、いざという時に対応できるように訓練しています。

中町
親愛会



救護を必要とする人を発見したら、「私ができます!」と進んで対応できる勇気を持った人を養成したいとの思いから、応急救護の講習と実地訓練を毎年2回行っています。

顔見知りがい
るって、
心強い!

災害に強い
まちづくり

貫井北町
五丁目中央町会



5月にわんぱく子供会と合同で美化清掃を実施しました。顔の見える美化活動を通じ、住民同士で連携しながら地域の防犯・防災対策にも力を入れています。

きれいで
快適な
まちづくり

前原町
二丁目町会



毎年11月の町内一斉美化清掃に参加しています。貴重な自然環境と美しい景観を守るとともに、住民同士の交流や環境美化への意識向上にもつながる活動です。

コミュニティーを豊かに

せっかく同じ町内に住んでいるなら、顔が分かるつながりを持ちたい、気持ちよく挨拶ができる街であって欲しいことから、コミュニティーが豊かになる町会活動を心掛けています。

四季折々いろいろな行事を行っています。仕事、家庭、育児と多忙な現役世代にもつながるように、デジタル回覧板を紙回覧板と併用導入して8月で一周年。既読数1位、2位にサツマイモ掘り、夜の防犯・防火パトロールが並び、若い世代の参加も多く見られました。今後も、もっともっと若い世代、現役世代に響く行事を企画して、町会モットーの「あいさつを交わすまち」、「見守り支え合うまち」を共有し、安全で安心、ステキな町内作りをみんなで進めていきたいです。



デジタル回覧板、
便利です!



本町二丁目町会
丸山さん

「世話焼き」の輪を広げながら、 安心で温かい地域づくり

貫井坂下中組自治会は、貫井南町1丁目～5丁目に住む住民で構成され、現在約700世帯が加入しています。春・秋の美化清掃や地域を流れる野川の清掃、中組子供会の運動会、盆踊り大会、貫井神社祭礼、餅つき大会、防災・防犯活動など、一年を通して活動しながら世代を超えた交流を大切にしています。

今後も高齢者の知恵と若い世代の力を生かし、「世話焼き」の輪を広げながら、安心で温かい地域づくりをめざしていきます。

餅つき大会
楽しいですよ!



貫井坂下中組自治会
中川さん

小さくても安心と楽しみが ギュッと詰まった街

みんなで守り、みんなで楽しむ関野町会は586世帯が暮らしています。関野町のシンボル樹齢100年を超える枝垂れ桜「関野ゆめしだれ」の下で毎年開くお花見や餅つき大会、また秋のハロウィンパレードなど、子どもから高齢の方まで楽しめるワクワクするイベントがいっぱいです。

関野町は、いざという時に頼りになる小金井公園がすぐそば! また、町会独自の可搬ポンプを備えた自主防災会があり安心感があります。小金井公園の防災協議会や隣接自治会とも連携を取り、江戸東京たてもの園の防火訓練にも毎年参加しています。



関野町会
杉山さん

イベントが
盛りだくさん
です!



毎年のイベント
たのしみ!

運営するのも
やりがいあるよ!



桜町にある三つの子供会、北部長生会と合同で、毎年「うどん会」を開催しています。参加者は自治会の方からうどん作りを教わり、うどんを寝かせている間には、ポッチャなどを楽しみながら世代を超えて交流を深めています。子どもから高齢者まで、皆で一緒に楽しい時間を過ごし、顔の見える関係を築いています。



桜町自治会

緑町
第三町会



居住者相互の親睦を図るとともに、安心・安全、明るく住みよい町づくりをめざし、秋に研修バス旅行を計画しており、昨年は造幣局を見学しました。

またボウリング大会やふれあいコンサートを開催し、町民相互の親睦を図る行事を開催しています。



「住んでてよかった!」と 思ってもらえる町づくりを。

小金井市には現在、71団体の町会・自治会があります。今回は3団体の町会長・自治会長の方々からコメントをいただきました。



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にお願います

新庁舎の情報はこちらから確認できます



お知らせ

固定資産評価審査委員会委員に益田あゆみ氏を再任

固定資産評価審査委員会委員の益田あゆみ氏は、9月12日をもって任期満了となりましたが、令和8年第3回市議会定例会において議会の同意を得て、再任されました。

なお、任期は9月13日～令和11年9月12日の3年間です。

53歳、小金井市在住

秋の全国交通安全運動交通事故防止に努めましょう

交通安全の普及・浸透を図り、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣付けることを目的に毎年実施しています。

時9月21日(祝)～30日(水)

固市交通対策課交通対策係（☎042-387-9850）、小金井警察署(☎042-381-0110)

土地現況調査にご協力を

現況に応じて固定資産税等を課税するため、毎年9月～1月に市職員が私有地の現況調査（畑・宅地等の判定）を実施します。巡回する際は職員証を携帯しますが、不明な点がありましたらご連絡ください。

固資産税課土地係(☎042-387-9821)

違反屋外広告物の共同除却キャンペーンについて

10月6日(火)に都や警視庁等と共同して、違反している屋外広告物の除却・啓発活動を実施します。通行の安全確保のため、ご理解とご協力をお願いします。

固都都市整備局（☎03-5388-3335）、市道路管理課道路管理係（☎042-387-9849）

しごとま就職面接会 in 府中

面接対策セミナー

「また会いたい」と思わせる存在感を高める実践メソッドを伝えます。

時10月26日(月)午後1時～3時

定30人

就職面接会

時10月27日(火)午前10時～午後0時15分、1時45分～4時

定各回50人

他▷参加企業数各回10社程度
▷履歴書・エントリーシートを持参

— ◇共 通 ◇ —

所府中市市民活動センタープラッツ

申9月15日から、ホームページまたは電話で東京しごとセンター多摩（☎042-521-6761）へ

貴重な歴史資料の調査・収集

市では小金井由来で歴史的価値のある貴重な文書や写真・陶磁器・石造物等を調査・収集しています。心当たりのある方は、廃棄する前にご相談ください。（実際に提供いただいた資料の例は以下のとおり）

固生涯学習課文化財係（☎042-387-9879）



冠婚葬祭用の陶磁器



石造物

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
介護保険運営協議会	9月18日(金) 14：00～	市民会館・萌え木ホール（商工会館3階）A会議室	地域包括支援センター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）
精神保健福祉連絡協議会	9月24日(水) 9：30～	市役所第二庁舎8階801会議室	精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築についてほか	自立生活支援課相談支援係（☎042-387-9841）
公立保育園運営協議会（◎）	9月26日(土) 9：00～	市役所第二庁舎8階801会議室	公立保育園の現状確認と保護者が求める事業について	保育課保育係（☎042-387-9846）
いじめ問題対策委員会	10月6日(火) 10：00～	市民会館・萌え木ホール（商工会館3階）B会議室	いじめ防止等のための対策の推進等について	指導室指導係（☎042-387-9877）

※傍聴については事前にお問い合わせください

10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	相談名	と き	ところ・問合先
法 律 相 談	10月1・6・8・13・15・20・22・27・29日	午前9時～正午	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)
税 務 相 談	10月14・28日	い ず れ も 午 後 1 時 30 分 か ら	高 齢 者 介 護 相	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)
人 権 ・ 身 の 上 相 談	10月20日		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	▷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)
建 築 ・ 登 記 ・ 表 示 登 記 相 談	10月7日				
行 政 相 談	10月15日		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
相続等暮らしの書類作成相談	10月21日		シルバ－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－人材センター本町作業所 (本町6-5-16☎0422-27-7117)
交通事故相談	10月13日		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
年金・労務・成年後見制度相談	10月6日	が い こ く じ ん そ う だ ん 外 国 人 相 談 (English) ずいじ 随時 (Irregular)	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
手話通訳者設置	▷午前9時～午後1時＝10月5・13・19・26日▷午後1時～5時＝10月1・8・15・22・29日				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)	10月2・8・9・16・22・23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)	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)

福祉のひろば

**児童発達支援センター
きらり令和9年度利用者募集**

■募集期間11月2日(月)～30日(月)

他今年度利用歴がない方は、10月末までに電話で事前相談の予約が必要

申直接、児童発達支援センターきらり（☎0422-60-1550）へ

**高齢者いこいの部屋
令和9年度定期使用
申請の受付開始**



図▷老人クラブ
▷介護予防事業として市および地域包括支援センターの支援を受けて活動する団体
▷主に市内在住の60歳以上の方のサークル

■対象施設婦人会館、上之原会館、桜町上水会館、前原町西之台会館

■申請書配布場所等 9月17日から、介護福祉課、各対象施設、市ホームページで

申11月6日（必着）までに、郵送または直接、申請書を介護福祉課高齢福祉係（〒184-8504住所不要・市役所第二庁舎2階☎042-387-9843）へ

**シルバー人材センター
オンライン交流支援・
スマホパソコン無料教室**

スマートフォンやパソコンでAIの活用、LINE、Zoomの使い方を習得する講座です。

時所▷①9月17日(木)②10月8日(木)午前10時～正午＝本町作業所（本町6-5-16）
▷③9月18日(金)④10月6日(火)午前10時～正午＝東町会議室（東町4-38-26）
※いずれも全4回。2回目以降の開

催日は別途参加者に案内

図市内在住で、メールを使用できる65歳以上の方

定各日6人

申9月15日までに、電話またはEメールで希望日・住所・氏名・年齢・電話番号をシルバー人材センター（☎0422-27-7117✉silver@koga-nei-sc.or.jp）へ

**認知症支援者
啓発講座**



認知症当事者と家族介護者を理解するための講座です。

時10月16日(金)午後2時～4時

所市役所第二庁舎8階801会議室

図市内在住・在勤・在学中、認知症サポーター養成講座を修了済みの方

定20人（申込順）

申10月1日から、市申込フォームまたは電話で介護福祉課包括支援係（☎042-387-9845）へ

**高齢者いきいき活動講座
はじめよう！初心者のための
オカリナ講座**

時11月5日～12月10日の毎週木曜日午前10時～正午（全6回）

所社会福祉協議会

調伊藤博子さん（オカリナ講師）

図市内在住のおおむね60歳以上の方

定16人（多数抽選。初参加者優先）

¥1,078円（テキスト代）

他▷アルトC管を使用▷プラスチック製オカリナ（1,100円）を購入可

申9月25日（消印有効）までに、往復はがきに住所・氏名・年齢・電話番号・オカリナ購入希望の有無を明記し、社会福祉協議会「オカリナ係」（〒184-0004本町5-36-17☎042-387-0011）へ

**シニアのための
やさしいスマホ講座**

スマートフォンの基本操作、二次元コードの読み取り方、カメラ等、スマホの楽しさを実感できる講座です。

時10月8日(木)、15日(木)午後2時～4

時（全2回）

所前原暫定集会施設

図市内在住の75歳以上で、スマートフォンの使用に不慣れな方

定5人（申込順。初参加者優先）

申9月15日から、電話で介護福祉課包括支援係（☎042-387-9845）へ

避難行動要支援者名簿にご登録を

災害に備えた地域の協力体制作りに必要な情報として、災害時等に自力での避難が困難な高齢者や障がいのある方等の情報を記載した名簿を作成しています。名簿は、市の関係部署や消防署、警察署、民生委員・児童委員等の関係機関と共有しています。

9月18日より順次、新規対象者へ申請書を送付しますので、登録を希望する方は返信してください。

図地域福祉課地域福祉係（☎042-387-9915）

敬老の日に寄せて

皆様が健やかに敬老の日を迎えられますことを、心よりお喜び申し上げます。

これまでさまざまな苦難を乗り越えて人生を切り開き、ご家族や地域社会のためにご尽力され、そして、今日の豊かな社会の礎を築いて来られました。ここに改めて、皆様の努力とご労苦に深く敬意を表しますとともに、今日まで小金井市の発展を支えていただいたことに深く感謝申し上げます。

さて、9月1日現在の本市の人口は、126,540人です。このうち、65歳以上の方の人数は27,779人であり、さらに90歳以上は2,529人、そしておめでたいことに、57人もの皆様が、今年度新たに100歳を迎えられます。このように、多くの方がご長寿を迎えられることは大変喜ばしいことと存じます。

これからも健やかに安心して暮らしていただけるようなまちづくりをめざして真摯に市政運営に努めて参ります。

皆様方には、豊富なご経験やご見識のもと、私たちに温かいご指導・ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、長寿をめ得太く迎えられる皆様ならびにご家族のご健勝とご多幸を心よりお祈り申し上げます。

小金井市長
白井 亨

子ども・子育て

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



**乳幼児・義務教育就学児・
高校生等の医療証を更新**

します。10月1日までに届かない場合はご連絡ください。

図子育て支援課手当助成係（☎042-387-9839）

10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、12日(祝)、31日(土)



詳しくは
コチラ

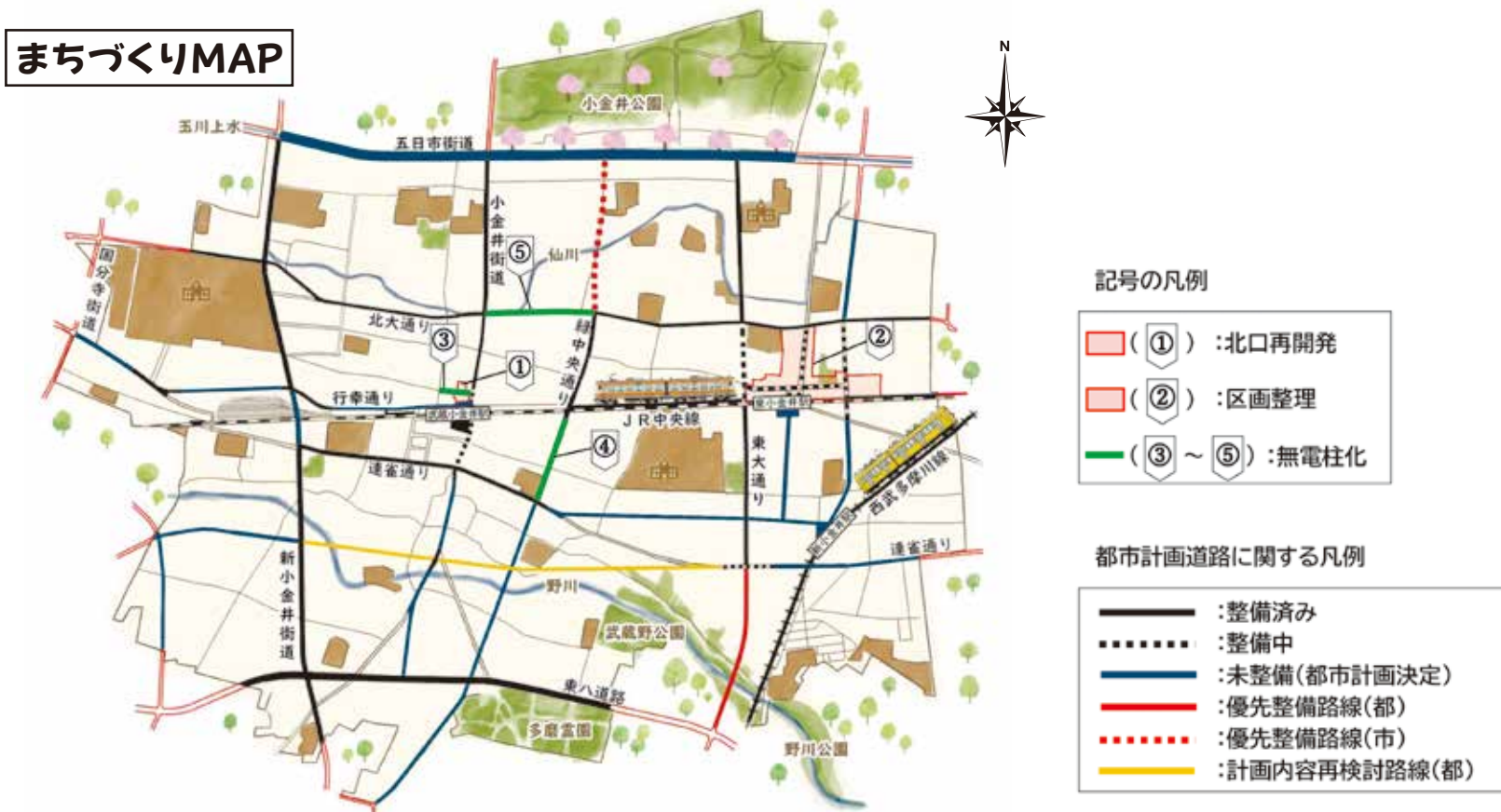


みどりじどうかん



いろいろが、彩るまちづくり

まちづくりMAP



北口再開発 (①)

武蔵小金井駅北口駅前東地区第一種市街地再開発事業の工事説明会が開催されます

JR武蔵小金井駅北口において計画されている再開発事業は、令和12年度の工事完了をめざし、現在既存建物の解体作業が進んでいます。このたび、本体工事着手に当たり、事業施行者の同再開発組合による工事説明会を開催します。詳細については、市ホームページをご確認ください。

図まちづくり推進課まちづくり係 (☎042-387-9862)

図10月6日(火)午後7時～8時
所小金井 宮地楽器ホール大ホール
申当日直接会場へ
図同再開発組合 (☎050-3110-1854)



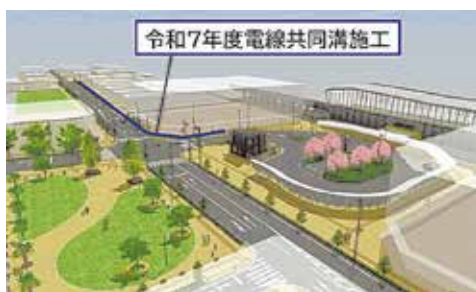
▲完成イメージパース

区画整理 (②)

東小金井駅北口土地区画整理事業

令和7年度は、梶野通り等の都市計画道路の一部の道路築造工事と梶野公園南側付近の電線共同溝工事等を行いました。令和8年度以降も引き続き電線共同溝工事と宅地の整地工事を中心に整備を進めていきます。

図区画整理課区画整理係 (☎042-388-0771)



▲完成イメージ図

無電柱化 (③～⑤)

無電柱化の整備を進めています

都市防災機能の強化や安全で快適な歩行空間の確保、良好な都市景観の創出に向けて無電柱化を進めています。

- ▼現在工事中の路線
- ・ムサコ通り (JR武蔵小金井駅北口) (③)
- ・緑中央通り (新庁舎建設予定地～連雀通り) (④)
- ・整備中の都市計画道路
- ▼これからの取り組み

6月に無電柱化推進計画を改定し、防災上重要となる北大通り (小金井街道～緑中央通り) (⑤)を新たに最優先の整備区間に位置付けました。

図道路管理課工事係 (☎042-387-9855)

▼ムサコ通り



整備後(イメージ)

地域公共交通

令和9年4月から 持続可能な公共交通に向けて 交通ネットワーク再編&CoCoバスの運賃改定・制度見直し

運転士不足等から、現状の路線の維持が困難となっています。地域公共交通活性化協議会および部会にて交通ネットワークの再構築とCoCoバスの運賃について検討し、パブリックコメント等を経て決定した概要をお知らせします。

北東部循環

- ☑朝と夕方：今までどおり
- ☑昼間 (午前9時～午後4時台)：関野橋循環のルートと交互に運行。20分に1便→30分に1便へ
武蔵小金井駅→東小金井駅→関野橋循環ルートを運行→東小金井駅→北東部循環ルートを運行→武蔵小金井駅で1周となる

関野橋循環

- ☑朝 (始発～午前9時発)：路線バス運行
10分に1便→20分に1便へ
- ☑昼間 (午前9時～午後4時台)：CoCoバス運行
CoCoバス北東部循環が関野橋循環も運行。
20分に1便→30分に1便へ
- ☑夕方 (午後5時台～8時台)：路線バス運行
最終バス前倒し

中町循環

- ☑運行拠点(起点)と担当営業所の変更
- ☑遅延解消に向けて所要時間を調整するため、時刻表を変更 (便数は変更なし)

貫井前原循環 変更なし

- ☑交通系ICカードでの支払いを導入
- ☑時刻表を3分後ろへずらす

東町循環

- ☑ミニ (ワゴン車両) へ変更
- ☑運行事業者をつくば観光交通へ変更
- ☑バス停新設「梶野公園」

CoCoバスの運賃改定・制度見直し(概要)

- ☑バスを取り巻く状況や、市の財政負担の適正化・持続可能な運行のため、運賃改定を行います
- ☑高齢者割引の方法を変更 (新たに高齢者割引専用バスを発行) ※バスの発行方法は今後お知らせします
- ☑令和9年3月末で回数券の販売終了

大人	200円
小児	100円
障害者	100円
障害児	50円
高齢者 (65歳以上)	100円

※下線は変更箇所

変更は令和9年4月から

市ホームページでより詳しく変更の内容をお知らせしています。ご理解・ご協力をお願いします。



図交通対策課交通対策係 (☎042-387-9850)

都市計画マップ

都市計画マップで 用途地域等が調べられます

地理情報システムを使った都市計画マップを公開しています。市役所の窓口に行かなくても、用途地域等 (建てられる建物の用途や高さの制限など) や都市計画施設 (予定されている道路や公園の位置) などをスマートフォンやパソコンから手軽にその場でサッと確認できます。

お住まいの地域や土地の調査にぜひ、ご活用ください。
図都市計画課都市計画係 (☎042-387-9859)



住宅施策

安全・安心な住まいづくりを支援しています

市民の皆さんが安心して暮らし続けられるよう、住宅の安全対策や空き家対策、住まいの確保に関する支援を行っています。

■住宅の耐震対策を支援します

地震による被害を防ぐため、木造住宅の耐震診断、耐震改修および除却または危険なブロック塀等の撤去に係る費用の一部を助成しています。大切な命と財産を守るため、住宅の安全性を確認しましょう。

- 木造住宅耐震診断
- 木造住宅耐震改修および除却
- ブロック塀等の撤去

■空き家のお悩みをご相談ください

空き家の適切な管理や活用を進めるため、所有者等からの相談を受け付けています。▷空き家の管理はまちづくり推進課へ
▷空き家の相続、活用方法は右記二次コードから

図まちづくり推進課住宅係 (☎042-387-9861)

■住まい探手を支援しています

高齢者や障がいのある方、子育て世帯など、住まいの確保に配慮が必要な方が安心して暮らせるよう、不動産関係者や福祉関係者と連携し、居住支援に取り組んでいます。

- 居住支援相談窓口
- 公営住宅



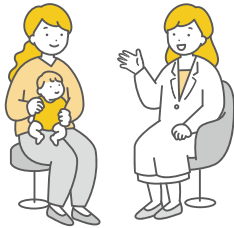
10月の乳幼児・産婦健康診査

対象者に案内状を郵送しています。

対令和8年6月生まれの乳児と母親、令和7年3月生まれの幼児、令和5年9月生まれの幼児

間こども家庭センター母子保健係

(☎042-321-6296)



カルガモ教室

時10月28日(水)、11月25日(水)午前10時～11時30分（全2回）

所保健センター

内身体を動かす運動あそびや親同士の交流、育児情報の提供

対令和7年8月～12月生まれの子どもと保護者

定15組（申込順）

申9月24日から、電話または直接、親子あそびひろばゆりかご（☎042-321-3141＝日曜・月曜・祝日を除く）へ

健康ガイド

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

集団健康診査

時12月4日(金)、5日(土)午前9時～11時、午後1時30分～3時30分（4日は午後のみ）

対健康診査の受診機会がなく、次のいずれかに該当する方

①令和9年3月31日現在35～39歳の方②令和9年3月31日現在40歳以上で、生活保護等、健康保険未加入の方③令和9年3月31日現在40歳以上で、令和8年4月2日以降に健康保険が変わった方

定100人（多数抽選）

他▷申込状況により日程を短縮する場合があります▷希望者が多数の場合、別日を案内することもあります

申9月30日（必着）までに、郵送で「集団健診希望」・住所・氏名・生年月日・電話番号・対象の①～③の別、希望日（3つまで）を明記し、健康課へ

【障がいのある方】

時12月4日(金)午前9時～11時

対令和9年3月31日現在16～39歳で心身に障がいのある方

定50人（多数抽選）

申9月30日（必着）に、郵送で「障がい者健診希望」・住所・氏名・生年月日・電話番号を明記し、健康課へ

— ◇共 通◇ —

所保健センター

内問診、身体計測、身体診察、血圧測定、血液検査、肝炎ウイルス検査、尿検査、胸部レントゲン検査

※肝炎ウイルス検査は、令和9年3月31日現在40歳の方または41歳以上で今まで同検査を受けたことがない方のみ

¥無料

他▷時間の指定はできません▷受診の可否は11月中旬に郵送します

間健康課

健康講演会 今、知ってほしい！ 乳がん予防の生活習慣 プレスト・アウェアネス



時10月21日(水)午後1時30分～3時

所保健センター

間羽木裕雄さん（市医師会会員）

対市内在住の女性

定25人（申込順）

他保育有り（6か月以上の未就学児。6人）

申9月15日から、市申込フォームまたは電話で健康課へ

糖尿病予防教室



時10月23日(金)、30日(金)午後1時30分～4時20分（全2回）

所保健センター

内糖尿病予防のための医師の話と菌・栄養講義、運動実技

対市内在住の20～64歳の方

定20人（申込順）

他保育有り（6か月以上の未就学児。6人）

申9月15日から、市申込フォームで間健康課

10月1日から 小児インフルエンザ予防接種を開始



■接種期間10月1日(木)～令和9年1月31日(日)

■実施医療機関市ホームページ参照

対市内在住で生後6か月から13歳未満の方

■種類・接種回数

①HAワクチン（皮下注射）＝2回

②経鼻弱毒生ワクチン（鼻腔内噴霧）＝1回

¥予防接種に関する費用から1回あたり次の金額を差し引いた額

①2,000円②4,000円

間母子健康手帳、マイナ保険証または資格確認書

他予防接種の種類は期間中につき1種類に限ります

間健康課

健康メモ

減塩だけじゃない 血圧と食事の話

今年も市から健康診断のご案内が届くころかと思います。主に生活習慣病の早期発見・予防のために行われるものですが、そこで「血圧が高い」と指摘されたことはありませんか。診察室で140／90mmHg以上、ご家庭で135／85mmHg以上の場合を高血圧といいます。高血圧はありふれた病気ではありますが、脳卒中や心臓病、腎臓病の原因となるため、一般的には診察室での血圧130／80mmHg未満を目標に管理します。

高血圧だからと、すぐにお薬を始めないといけないわけではなく、まず生活習慣の改善から取り組むこともあります。減塩や運動、禁煙、節酒などがよく知られていますが、今回は「DASH食」という食事法を紹介します。

DASHとは「高血圧を改善するための食事法」のことで、野菜、果物、全粒穀物などを積極的に取り入れる食生活のことです。これらの食材にはカリウムというミネラルが多く含まれており、それが腎臓にはたらきかけ、体の余分な塩分を尿として出しやすくするように作用します。腎臓に作用し、「塩分を貯め込むモード」から「塩分を排出するモード」にスイッチを切り替える手助けをしてくれるのです。そのため減塩だけでなく、野菜や果物をしっかり摂ることも血圧改善に役立ちます。

ただし、腎臓の働きが低下している方では、カリウムを摂りすぎると危険な場合もあるため、その場合は医師と相談しながら管理していきましょう。

まずは食生活を見直し、毎日の健康管理に役立ててみてはいかがでしょうか。

小金井市医師会

金昇赫

各種事業案内

間※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	10月7日(水) 13：30～15：00	公民館貫井南分館	▷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） 対乳幼児、妊産婦 他桜町上水会館の長期休館に伴い、10月26日(月)の開催を中止します	
	10月8日(木)、 22日(木) 9：30～11：00	保健センター		
	10月9日(金) 13：30～15：00	婦人会館		
	10月21日(水) 9：30～11：00	公民館東分館		
	10月27日(火) 13：30～15：00	前原町丸山台集会所		
成人健康相談 (医師・保健師)※2	10月2日(金) 13：30～15：00	上之原会館	〔担当医〕 小澤 (内科) 眞壽田 (整形外科)	▷血圧測定、体脂肪測定、健康相談など ▷医師との相談は13:30～14:45（要予約。ただし当日空きがあれば予約なしでも相談可）
歯科健康相談 (歯科医師)※2	10月7日(水) 15：00～16：15	保健センター	〔担当医〕 松本	▷要予約 ▷口の乾燥トラブル相談、唾液の分泌測定・相談 対60歳以上の方
栄養相談 (管理栄養士)※2	10月2日(金) 13：30～15：30	上之原会館	▷食生活で気になること	

◆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

10月1日から インフルエンザ・新型コロナワクチン定期予防接種を開始

市内在住の65歳以上の方、60～64歳で心臓・じん臓、呼吸器の機能障害またはヒト免疫機能の障がいのある方（身体障害者手帳Ⅰ級をお持ちの方）を対象に、定期予防接種を実施します。なお、市外の契約医療機関でも接種できる場合がありますので、詳しくは市ホームページをご覧ください。



インフルエンザ



■接種期間10月1日(木)～令和9年1月31日(日)
 ■¥2,500円（自己負担額）



新型コロナワクチン



■接種期間10月1日(木)～令和9年3月31日(水)
 ■¥7,500円（自己負担額）

共通

持▷マイナンバーカード、資格確認書等
▷生活保護世帯は生活保護受給証明書(自己負担額を減免)
問健康課 (☎042-321-1240)

町名	医療機関名	電話	インフル エンザ	新型 コロナ	町名	医療機関名	電話	インフル エンザ	新型 コロナ	町名	医療機関名	電話	インフル エンザ	新型 コロナ	
東町	武蔵野中央病院	0422-31-1231	◎	◎	前原町	前原診療所	381-1702	◎	◎	本町	三枝耳鼻咽喉科・小児科医院	381-8221	◎	—	
	菊地脳神経外科・整形外科	0422-31-1220	◎	◎		野村医院	381-0987	◎	◎		武蔵小金井クリニック	384-0080	◎	◎	
	新こがねい呼吸器内科	380-9080	○	—	本町	和田クリニック	381-1112	○	◎		武蔵小金井ますだ整形外科	316-5207	◎	◎	
	田中整形外科	388-4976	○	○		小金井太陽病院	383-5511	○	◎		にしな内科クリニック	316-5566	◎	◎	
	さいとう医院	380-5510	○	○		小金井ファミリークリニック	382-3633	○	◎		ひらた循環器クリニック	401-6157	○	◎	
	東小金井さくらクリニック	382-3888	○	◎		むさし小金井診療所	382-9111	◎	◎		むさこのもりクリニック小児科・内科	316-3085	◎	◎	
	うちやまクリニック	382-1715	◎	◎		武蔵小金井みどりクリニック	316-1101	◎	◎		共立診療所	383-5111	○	◎	
	ひがこ南口皮ふ科	316-1080	◎	—		武蔵小金井さくら眼科	383-0077	◎	—		共立整形外科	383-5115	—	◎	
梶野町	東小金井クリニック	0422-56-8630	○	◎		はぎクリニック	387-1603	◎	●		小金井つるかめクリニック	386-3757	○	◎	
	久滋医院	383-2078	◎	◎		本町	小金井メディカルクリニック	401-2938	○		◎	桜町	桜町病院	383-4111	○
	東小金井くろだ内科医院	0422-53-5666	◎	◎			浅沼整形外科	381-2606	◎	◎	小金井橋さくらクリニック		316-6170	○	◎
	ゆうレディースクリニック東小金井	316-4033	◎	—			丸茂医院	383-2232	○	◎	貫井北町	循環器内科クリニックひらおか	316-1735	◎	◎
	やすたけ内科クリニック	388-8880	○	◎	小松外科胃腸科		381-3346	○	◎	貫井南町		貫井北町くろだ内科	386-7288	◎	◎
	ひがこ北口内科クリニック	401-2353	◎	—	友利内科クリニック		385-7101	◎	●		小金井 竹田内科・小児科・在宅クリニック	381-6627	◎	◎	
緑町	もろほしクリニック	385-3341	●	◎	清水医院		384-1212	◎	◎	秋里胃腸科	385-2322	○	◎		
	かわべ内科クリニック	401-1860	◎	◎	中町		久我治子クリニック	384-3461	○	◎	※表中、市外局番042は省略しています ※◎＝要事前予約、○＝事前予約不要、●＝かかりつけ・自院外来のみ				
	待山医院	384-5421	◎	◎			小金井あおばクリニック	383-7149	○	—					
	山崎内科医院	381-1462	◎	◎											
中町	石川クリニック	386-3386	◎	◎											
	宮本内科医院	381-2219	◎	◎											
	小沢医院	381-8433	◎	◎											

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		休日歯科診療		休日薬局		休日準夜薬局		
	受付時間 午後5時30分～9時		受付時間 午前9時～正午、午後1時～5時 ※応急処置に限ります		受付時間 午前9時～正午、午後1時～5時		受付時間 午後5時30分～9時		
9月20日 (日)	小金井あおばクリニック 本町5-15-8ラメゾンプランシュ2-B 内酒内内視 ☎042-383-7149	菊地脳神経外科・整形外科 東町3-12-11 脳外 醫 内 神 内 ☎0422-31-1220	菊地脳神経外科・整形外科 東町3-12-11 脳外 醫 内 神 内 ☎0422-31-1220		木所歯科医院 本町2-17-14 ☎042-385-3111		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		たま調剤薬局（東町店） 東町3-11-18 ☎0422-39-5778
	前原診療所 前原町3-17-1 内小循環内 ☎042-381-1702	ひがこ南口皮ふ科 東町4-46-4 1F 皮膚科 小皮 ☎042-316-1080					まえはら調剤薬局 前原町3-2-25 ☎042-401-7887		
							たま調剤薬局（東町店） 東町3-11-18 ☎0422-39-5778		
9月21日 (月・祝)	武蔵小金井クリニック 本町5-19-33 内循環内 呼吸内 胃内 ☎042-384-0080	さいとう医院 東町4-21-10 内循環 調 ☎042-380-5510	武蔵小金井クリニック 本町5-19-33 内循環内 呼吸内 胃内 ☎042-384-0080		坂元歯科医院 貫井北町 1-18-5グリーンヒルズ小金井1F ☎042-321-8204		根本薬局 東町4-20-1 ☎042-384-2146		
	田中整形外科 東町4-16-30 医 内 小 内 小 ☎042-388-4976	アクウェルモールさくら眼科 本町6-14-28アクウェルモール2F 眼 ☎042-383-5558					薬局日本メディカル 本町1-18-3 ☎042-316-5407		
9月22日 (火・休)	友利内科クリニック 本町3-10-13フジビル1F 内 ☎042-385-7101	アイリスウィメンズクリニック武蔵小金井 本町6-13-18コスモスビル3階 婦 ☎042-316-3824	友利内科クリニック 本町3-10-13フジビル1F 内 ☎042-385-7101		藤本歯科医院 貫井北町2-8-15 ☎042-387-8211		まちば薬局 本町4-14-21-101 ☎042-387-2151		まちば薬局 本町4-14-21-101 ☎042-387-2151
	石川クリニック 中町2-1-35マ・メゾン21・1F 内酒内 ☎042-386-3386	小金井南口眼科 本町1-9-3エステート立花201 眼 ☎042-381-1346					キタムラ薬局 1号店 本町1-8-12東栄ビル1F ☎042-384-8292		
9月23日 (水・祝)	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 内小児科 ☎042-401-2410	神保整形外科 本町5-38-41ユニープル武蔵小金井102 医 内 小 ☎042-304-1801	和田クリニック 本町1-6-2メゾン・ド小金井112 内 ☎042-381-1112		歯科診療室橋詰 本町1-18-5村松ビル4F ☎042-383-0418		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		さくら薬局 小金井本町店 本町1-5-6 ☎042-386-2681
	和田クリニック 本町1-6-2メゾン・ド小金井112 内 ☎042-381-1112	千賀皮膚科クリニック 本町1-18-10小金井本町ビル4階 皮膚科 調 ☎042-380-5611					さくら薬局 小金井本町店 本町1-5-6 ☎042-386-2681		
9月27日 (日)	小金井メディカルクリニック 本町2-1-12けやきビル2階 内 ☎042-401-2938	共立整形外科 本町6-9-38-1F 医 内 小 ☎042-383-5115	にしな内科クリニック 本町5-38-41-101 内循環内 内 ☎042-316-5566		おざき歯科医院 本町5-19-3大沢ビル3F ☎042-386-5528		サザン薬局 本町6-5-3シャトー小金井1F ☎042-388-4229		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
	野村医院 前原町3-35-15 内小循環内 ☎042-381-0987	小金井皮膚科クリニック 本町5-19-30 皮膚科 小皮 ☎042-385-0233					調剤薬局北なが 本町5-18-13 ☎042-381-2906		

 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
--	---	---	---

- ・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

情報 ア・ラ・カルト

後援事業

催し・講座

●新こがねい駅前縁日 10月26日(土)午後3時～9時30分、27日(日)午後3時～8時30分 所西武多摩川線新小金井駅東口ロータリー付近 内阿波踊り、太鼓、子どものダンス、出店ほか 同新小金井商店会・小林 (090-2255-2545)

●小金井市民オペラ I CANTORI ヴェルディ作曲 オペラ「仮面舞踏会」「ドン・カルロ」ダブルハイライト (日本語字幕付き) 10月26日(土)午後7時開演 所小金井 宮地楽器ホール ¥4,000円、中学生以下1,000円 申電話またはEメールで、同団体・高橋 (080-6573-3022 i.cantori.ticket@gmail.com) へ

●不動産街頭無料相談会 10月1日(木)午前10時～午後4時 所JR国分寺駅北口駅前広場 内弁護士、税理士等による不動産相談 申当日直接会場へ 同(公社)全日本不動産協会多摩中央支部 (042-316-7822)

●マロン東京水彩会展 10月2日(金)～7日(水)午前10時～午後5時 (7日は4時まで) 所小金井 宮地楽器ホール市民ギャラリー 同同会・村越 (042-388-5648)

●武蔵野IKIGAIシンポジウムー多世代共生社会における人生のしあわせを考えよう 10月3日(土)午後1時～4時 所武蔵野大学(西東京市) 内茂木健一郎さんの講演、ワークショップ ¥無料 申HP (https://www.musashino-u.ac.jp/event/detail/20261003-8683.html) から 同同大学しあわせ研究所 (03-5530-7730)

●語りと音楽の会胡輪舎 ねじくった話 10月3日(土)午後3時開演 所小金井 宮地楽器ホール小ホール 内吉行淳之介の風呂炊く男、星新一のおーい でてこーい 定100人 ¥前売り2,700円、当日2,900円(視覚障害者付き添いの方=無料) 申電話で、同

会胡輪舎・谷 (090-8492-1270) へ

●市民文化祭囲碁大会 10月4日(日)午前9時～午後5時 所公民館東分館 内A組(五段以上)・B組(初段～四段)・C組(級位者) = ハンデ戦 内市内在住・在勤・在学の方 ¥一般1,300円、高校生以下無料 申9月27日までに、電話で小金井囲碁連盟・高橋 (042-301-7496) へ

●シニアのはじめてピアノ体験会 10月6日(火)午前9時～10時 所小金井 宮地楽器ホール 内木村翠さん(ピアノ講師) 内初心者の方 定10人(申込順) ¥1,000円 申9月15日から、電話またはEメールではじめてピアノの会・直井 (070-9299-8417 hajimetepiano.org@gmail.com) へ

●筋力トレーニング講習会 10月7日(水)午前10時～正午 所総合体育館 内市内在住のおおむね50歳以上の方 定10人(多数抽選) 申9月18日(必着) までに、往復はがきに住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、悠友クラブ事務局 (〒184-0004本町5-36-17 042-301-6363) へ

●プロに学ぶ「伝わる」チラシのつくり方 10月11日(日)午後1時～3時 所おおい在宅緩和ケアクリニック横ギャラリーWACCA(東町4-16-21イトコ2F) 内子育て支援に関わる団体等 定16人(申込順) ¥無料 申9月15日から、Eメールでこねっと (090-7057-0936 koganei.k.k.netwk@gmail.com) へ

●理学療法士が教える就学前に知っておきたいからだの発達と足育のおはなし 10月18日(日)午前10時 所社会医学技術学院 内4～6歳の子どもと保護者 定10組(申込順) ¥無料 申9月18日から、電話または申込フォームで同学院 (042-384-1030 HP https://forms.gle/QVxyTzADswR3Mjhy5) へ

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。

スポーツ

●空手道教室(後期) 10月2日～令和9年3月31日の毎週水曜・金曜日、小・中学生 = 午後6時～7時30分、高校生・一般 = 午後7時30分～8時45分 所総合体育館剣道場 ¥月額小・中学生3,000円、高校生・一般4,000円 申Eメールまたは当日直接会場へ 同空手道連盟・安藤 (090-5332-2441 jka.koganei@gmail.com)

●テニス・ダブルス大会 10月女子一般 = 10月18日(日)、男子一般・壮年(50歳以上) = 25日(日)いずれも午前9時から 所市テニスコート場 内市内在住・在勤・在学の方、連盟員 ¥1,000円(高校生以下700円) 申詳細はHP参照 (HP https://www.c-sqr.net/c/koganeitennis_fede) 同テニス連盟・三宅 (090-8312-1711)

●オープン級別団体戦卓球大会 10月11日(日)午前9時から 所総合体育館柔道場 定34チーム(申込順) ¥

4,000円(1チーム4人) 申9月20日～10月4日までに卓球連盟HP参照のうえEメールで (HP http://koganei-ttf.jp/ 内entry2@koganei-ttf.jp) 同同連盟・加藤 (090-6031-9903)

●上級救命講習 10月11日(土)午前9時～午後5時 所総合体育館 内中学生以上 定15人 ¥3,400円(教材費等) 申9月30日までに、郵送またはEメールで住所・氏名・生年月日・性別・電話番号を黄金井倶楽部(〒184-0005桜町2-2-31 042-406-2280 kc_mshk@jcom.zaq.ne.jp) へ

●剣道選手権大会 10月11日(日)午前9時～午後5時 所東中学校体育館 内市内在住・在勤・在学の高中生以上の方 ¥500円 申9月30日(必着) までに、郵送で所定申込用紙に必要事項を明記し、剣道連盟・佐藤(〒184-0004本町2-14-13-204) 同同連盟・菅澤 (090-3336-4172)

官公署だより

■東京アプリ生活応援事業の対面サポートを開催! 10月13日(火)～15日(木)午前10時、11時30分、午後2時、3時30分(各回50分) 所前原暫定集会施設 内アプリの参加方法や、11,000東京ポイントの申込手順を対面でサポートします 定30人程度(申込順) 申9月15日から、東京アプリ専用コールセンター(03-6901-7979)へ

■東京都最低賃金改正 東京都の最低賃金は、10月1日から、時間額1,280円に改正されます 内都内で働

くすべての労働者 同東京労働局労働基準部賃金課 (03-3512-1614)、東京働き方改革推進支援センター (0120-232-865)

■スポーツ協会名称変更記念・新しい「協会マーク」デザインを大募集します 市民スポーツ祭や各種大会、式典などで使用の旗をはじめ、さまざまな場面で親しまれるマークをご提案ください。詳細はHPを参照 申令和9年1月31日までに、スポーツ協会HP (042-384-4001 HP https://koganei-sports.or.jp/) で

清里山荘

1月分の予約は、10月1日から受け付けます。

0120-484-647 (申込専用) FAX 0551-48-4646

https://koganei-kiyosato.com/ 同清里山荘 (0551-48-4649)

..... 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

庭木剪定 1本から大歓迎!!

見積無料

3,300円 税込

0120-187-394

株式会社大和グリーン

花 織こがねい

看護小規模多機能型居宅介護 一人ひとりに合わせた柔軟な支援を ご自宅に住み続けながらご利用できるサービスです

ご利用者募集中!!

通い 泊まり 訪問介護 訪問看護

4つのサービスが組み合わせ自由!

042-381-9787

庭木1本から承ります!

お約束 庭木1本より明瞭料金 トイレはお借りしません 土日でもOKです お茶はご遠慮します

見積無料

生垣の剪定 (長さ1m高さ2m) 通常2,200円を 1,100円! (税込)

03-6379-6353

催し・スポーツ

身体の痛みセルフケア

時10月15日(木)、22日(木)午後 2 時～ 4 時 (全 2 回)
所公民館本館
講中浦誠さん (柔道整復師)
対市内在住・在勤・在学の方
定20人 (多数抽選)
申9月28日 (必着) までに、市申込フォーム、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、公民館本館「セルフケア係」(〒184-0004本町 2 -15-11☎042-383-1184✉k020499@koganei-shi.jp)へ

秋の便利
絵手紙を描こう

時10月19日(月)、26日(月)午前10時～正午 (全 2 回)
所公民館貫井南分館
講桑原妙子さん (シニアライフアドバイザー)
対市内在住・在勤・在学の方
定20人 (多数抽選)
¥500円
申9月28日 (必着) までに、市申込フォーム、往復はがきまたはEメールに住所・氏名・年代・電話番号を明記し、公民館貫井南分館「絵手紙係」(〒184-0014貫井南町 4 -3 -23☎042-383-1168✉k020499@koganei-shi.jp)へ

ピラティスでカラダを
整え健康になろう！
マイナス5才若返るコツ

時10月15日(木)、19日(月)、29日(木)、11月 2 日(月)午後 2 時～ 4 時 (全 4 回)
所公民館緑分館
講渡辺操さん (ピラティスインストラクター)
対市内在住・在勤・在学の方
定20人 (多数抽選)
¥110円
申9月28日 (必着) までに、市申込フォーム、往復はがきまたはEメールに住所・氏名・年代・電話番号を明記し、公民館緑分館「ピラティス

係」(〒184-0003緑町 3 -3 -23☎042-387-7301✉k020414@nifty.com)へ

子育てパパとママの
ための Me Time
ヨガと共に

時10月15日～29日の毎週木曜日午前10時～正午 (全 3 回)
所公民館緑分館
講shihoさん (ヨガインストラクター)
対市内在住・在勤・在学で未就学児を子育て中の保護者
定10人 (多数抽選)
他保育有り (おおむね 2 歳以上。10 人)
申10月 1 日 (必着) までに、市申込フォーム、往復はがきまたはEメールに住所・氏名・年代・電話番号・保育の有無 (保育有りの場合は子どもの氏名・年齢・性別) を明記し、公民館緑分館「子育てヨガ係」(〒184-0003緑町 3 -3 -23☎042-387-7301✉k020414@nifty.com)へ

男女共同参画講座
プロに学ぶ、
ドリップ珈琲の淹れ方

時10月18日(日)午前10時～正午 (初心者コース)、午後 2 時～ 4 時 (中・上級コース)
所公民館緑分館
講鈴木慎吾さん (珈琲店経営)
対市内在住・在勤・在学で珈琲に興味があり、2 人で参加可能な方
定各回 5 組 (多数抽選)
¥1 組2,000円 (材料費)
他保育有り (おおむね 2 歳以上。各回 3 人)
申10月 5 日 (必着) までに、市申込フォーム、往復はがきまたはEメールに、2 人の住所・氏名・年代・電話番号・保育の有無 (保育有りの場合は子どもの氏名・年齢・性別) を明記し、公民館緑分館「ドリップ珈琲係」(〒184-0003緑町 3 -3 -23☎042-387-7301✉k020414@nifty.com)へ

森を学びつくすラボ
参加者募集

森を守るための間伐体験と電動工作機械を使った木工制作を行います。
時所内
▷間伐体験＝10月11日(日)、18日(日)・相模原市内の森
▷木工製作＝10月24日(土)、25日(日)・東京学芸大学
※詳細は、市申込フォームをご覧ください
講宮村連理さん (東京学芸大学附属小金井中学校教諭)
対市内在住・在学の小学校 5 ・ 6 年生
定15人程度 (申込順)
申9月15日から、市申込フォームで
関環境政策課環境係 (☎042-387-9817)

市立清里山荘
りんご狩りバスツアー

■**集散日時・場所**11月 7 日(土)午前 8 時市役所本庁舎集合～ 8 日(日)午後 6 時ごろ同所解散
内りんご狩り (1 人10個土産付き)、昇仙峡散策、ランチバイキングなど
定10組 (多数抽選、1 組 5 人まで)
¥大人＝28,000円、小・中学生＝18,000円、幼児＝10,000円 (市外の

方は同山荘利用料金の差額分追加)
申9月15日～10月15日に、Eメールまたはファクスで、住所・参加者全員の氏名・生年月日・性別・電話番号を市立清里山荘 (☎0551-48-4649 FAX0551-48-4646✉information@koganei-kiyosato.com)へ

市民スポーツ祭
バレーボール大会

時家庭婦人の部＝10月18日(日)正午から、中学生の部＝25日(日)午前 9 時から
所総合体育館
対市内在住・在勤・在学の方
申9月21日～30日に、電話でバレーボール連盟・おび(☎090-6956-6329)へ

ジュニア野球教室
元・プロ野球選手が指導

時10月11日(日)午前 9 時～正午
所上水公園運動施設グラウンド
講元プロ野球選手ほか
対市内在住・在学の小学生
定80人 (多数抽選)
申9月27日 (必着) までに、Eメールで住所・氏名・電話番号・学校名・学年を少年軟式野球連盟・土居 (☎090-3577-0431✉t.doi0529@outlook.jp)へ

ボランティアの資質向上に関する
三市・東京学芸大学連携講座



現代に生きるさまざまな特性を持った子どもたちへの理解を深め、支援者としての役割について学ぶ、教育支援人材育成の講座です。

オンデマンド講座

■**視聴期間**10月 3 日(土)～29日(木)
定100人 (多数抽選)
申9月23日までに、申込フォームで

対面講座

時11月、12月で 8 回開催
※各講座の詳細は申込フォームをご確認ください
定各日80人 (多数抽選)
申10月25日までに、申込フォームで

— ◇ 共 通 ◇ —

関NPO法人東京学芸大こども未来研究所 (☎042-312-4112＝月曜～金曜日午前10時～午後 5 時)



..... 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

第 4 回 郷土の森

曼珠沙華まつり

MANJUSHAGE

約 40 万 株 が 咲 き 誇 る 真 っ 赤 な 絶 景 。

フィールドミュージアム 府中市郷土の森博物館

東京都府中市南町 6-32

2026 | 9.19 | 土 | -10.4 | 日 |

開 館 時 間 9:00～17:00 (入場は16:00まで)
入 場 料 大人300円・中学生以下150円・4歳未満無料
お 問 い 合 わ せ 042-368-7921

思い描いていたイメージを優に超える、
深紅に染まる郷土の森。
いままでの常識が覆るほどの壮大なロケーションを、
ぜひ現地でご体感ください。

開花情報は
こちら

公式HPは
こちら

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。混雑緩和にご協力お願いします

2026

10月4日(日)、9日(金)～12日(祝) 小金井 宮地楽器ホールで開催

催しのタイムテーブルはこちらで

出演発表

ダンス・歌・演奏ほか

時所▷10日(土)～12日(祝)=大ホール▷4日(日)、12日(祝)=小ホール

作品展示

写真・絵画・手工芸ほか

時 9日(金)～12日(祝)

所 1階・地下市民ギャラリー

わくわくワークショップ

貝がらストラップ作り

時10日(土)～12日(祝)

所マルチパーパススペースD

定各日 8人 (当日先着順)

他ハンドメイド作品の展示・販売を同時開催

華展

時10日(土)、11日(日)

所小ホール

茶席

時10日(土)～12日(祝)

所和室

¥800円

問い合わせ

同実行委員会・亀山 (☎042-386-1275=午前10時～午後5時)

10月3日・4日開催

DOKI DOKI
こがねいヒストリー・歴史再発見フェスタ

公園やまちに残る歴史を再発見するイベントです。いつもの小金井をちょっと違った目線で見てみましょう。

時10月3日(土)、4日(日)午前10時～午後5時※荒天中止

所JR武蔵小金井駅南口コミュニティ広場(フェスティバルコート)

固本イベントに関すること＝一般社団法人kiki (☎050-1732-5474)、市立公園に関すること＝環境政策課緑と公園係 (☎042-387-9860)

公園で歴史発見!?
DOKI DOKIウォークラリー

令和7年度協働事業提案制度採択事業「DOKI DOKIこがねい妄想ヒストリー」の紹介と関連ウォークラリーを行います。当日公園を3箇所以上巡って写真を撮影すると、景品をプレゼントします。

固市内在住・在勤・在学の方 (未就学児は保護者同伴)

申当日直接会場へ

縄文体験!?
オリジナルマスコットづくり

土器づくりを現代風にアレンジしたワークショップです。

時10月3日(土)、4日(日)午前11時～午後4時

定各日80人 (当日先着順)

¥200円

小金井の足もとに縄文!?
わくわくブース
by 縄文プレイヤーズ

縄文竪穴住居風 TENT を設営し、縄文の暮らしを感じながら、お子さまの遊び場としても楽しめます。

【縄文トーク】
小金井に残る遺跡を通して縄文のムラや暮らしについて、楽しく語り合います。

時10月3日(土)、4日(日)午後1時～2時

申当日直接会場へ

出場者募集

日本語スピーチコンテスト

12月13日(日)に開催する日本語スピーチコンテストの参加者を募集します。

固市内在住・在勤・在学または市内活動団体に属している方で、母語が日本語以外の方

定 8人 (多数抽選)

■申込書配布場所等 9月16日から、コミュニティ文化課 (市役所第二庁舎4階) または市ホームページ

他スピーチのテーマは設けていません。オリジナルで未発表のもの。スピーチは1人5分以内

申10月30日 (必着) までに、市申込フォーム、郵送またはEメールで申込書をコミュニティ文化課協働文化係(〒184-8504住所不要☎042-387-9923✉s030299@koganei-shi.jp) へ

10～12月のスポーツ個人利用開放校

種目	ところ	曜日	時間	実施日
卓 球	緑小	日	午後1時～4時	10月 4・11日
				11月 —
				12月 6・13・20・27日
剣 道	前原小	水	午後6時～9時	10月 7・14・21・28日
				11月 18・25日
				12月 2・9・16・23日
バドミントン	本町小	日	正午～午後3時	10月 4・11・18・25日
				11月 1・8・22・29日
				12月 6・20・27日
柔 道	一中	金	午後7時～9時	10月 2・9・16・30日
				11月 6・13・20・27日
				12月 4・11・18・25日

他▷初めてのの方は、指導員にお尋ねください▷車ででの来場はご遠慮ください

固生涯学習課スポーツ振興係 (☎042-386-2462)