

男	35,715人（- 53人）
女	36,049人（- 55人）
合計	71,764人（- 108人）
世帯数	32,348世帯（- 25世帯）



むさしむらやま





新型コロナウイルスワクチン接種について

※このお知らせは市報作成時点の情報です。今後の国からの情報等により変更となる場合があります。

小児（満年齢5～11歳）への接種について

接種会場・予約方法等

集団接種会場

会場名	接種実施日	予約受付方法
武蔵村山病院	火曜日 木曜日	市コールセンター ☎ 0120-634-101 受付：午前8時30分～午後5時15分 （土・日曜日、祝日を除く） 市予約システム  市公式LINE 

※接種当日は、新型コロナウイルスワクチン接種に関する予診のみを実施します。他の症状に関する診察や処方などは実施しません。
※現在、その他の会場の開設に向けて調整しています。最新の情報は、市ホームページ又は市予約システムでご確認ください。

個別接種会場（各診療所）

医療機関名	対象者	接種実施日							予約受付方法等
		日	月	火	水	木	金	土	
大南ファミリークリニック （大南 2-1-8）	どなたでも		○						来院又は電話（☎ 042-590-0373） （診療日の平日午後2～5時）
下田医院 （三ツ木 3-16-1）	かかりつけ患者のみ				○				診療時に接種券を持参
武蔵村山さいとうクリニック （大南 3-68-3）	かかりつけ患者優先	○	○	○	○	○	○	○	来院又は電話 （☎ 070-6982-8554）、（☎ 042-516-1733）

接種方法 1回0.2mLを合計2回、3週間の間隔で接種

接種券発送スケジュール

現年齢	発送時期
5～11歳	2月28日(月)
4歳	誕生月の前月末

接種当日の持ち物

接種券、予診票、本人確認書類（マイナンバーカード、健康保険証等）、母子健康手帳

注意点

- 保護者が本人にワクチン接種について十分に説明した上で、予約をしてください。
- 接種の際は、保護者の同意と同伴が必要です。
- 他のワクチン（インフルエンザワクチン等）を2週間以内に接種している場合は、接種ができませんのでご注意ください。
- 1回目接種から3週間後の2回目接種までに12歳になる場合は、小児用のワクチンを接種せず、12歳になってから通常のワクチン接種（1回目）を受けてください。

3回目接種について

接種券発送スケジュール

2回目接種時期	発送時期
令和3年9月まで	発送済み
令和3年10月	3月下旬
令和3年11月以降	接種可能月の前月下旬

2回目の接種から6か月が経過しても3回目接種用の接種券が届いていないかたは、1・2回目の接種情報が国のワクチン接種記録システムに正しく登録されていない場合がありますので、市コールセンターまでお問い合わせください。

集団接種会場の予約状況について

現在、保健相談センターでは国からのワクチン供給量やスケジュールに基づき、自衛隊や東京都の大規模接種会場と同様にモデルナ社のワクチンを中心に接種を進めています（月、火、木、金）。この保健相談センターの予約枠は、比較的予約が取りやすい状況となっています。

接種をお急ぎのかたや自衛隊や東京都の大規模接種会場での接種を希望されているかたは、保健相談センターでの接種をご検討ください。

3回目の接種は、1・2回目接種したワクチン（国内薬事承認済のもの）の種類に関わらず、ファイザー社とモデルナ社のワクチンのどちらでも接種することが可能で、十分な抗体価の上昇が報告されています。

ワクチン
特設ページ

小児のワクチン
接種について



HP1014559

1・2回目
について



HP1012499

3回目
について



HP1013570

集団接種会場の予約や接種券の発行等に関するお問い合わせについて

武蔵村山市新型コロナワクチンコールセンター

☎ 0120-634-101

受付時間：午前8時30分～午後5時15分
（土・日曜日、祝日を除く）



健康

骨健康度相談 HP1005942 【受付開始】3月1日(火)午前9時から

▶日時 = 3月22日(火)①午前9時30分～10時15分②午前10時15分～11時
※会場内での密集を避けるために、前半と後半に分けて実施します。
▶場所 = さくらホール(市民会館)展示室
▶対象 = 20歳以上の市民のかた
▶定員 = 30人(申込先着順)
▶持ち物 = 健康手帳(お持ちのかた)
※測定は手首で行います。手首周りが19cm以上のかたは測定できない場合があります。
▶申込 = 3月1日(火)午前9時から電話で受付
※年度内1人1回までの参加となります。
※参加時は要事前検温、マスク着用
☎保健相談センター ☎565-9315

麻しん風しん混合(第2期)・高齢者肺炎球菌の予防接種はお済みですか

【以下の①・②共通事項】
▶接種期限 = 3月31日(木)まで
※期限後の接種は、全額自己負担になります。
▶持ち物 = 予診票(令和3年3月に送付済み)
②(2)のかたは身体障害者手帳も持参
※紛失等によりお手元がない場合は再発行可(母子健康手帳又は身分証明書要持参)
☎保健相談センター ☎565-9315

①麻しん風しん HP1003787
平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれのかた

②高齢者肺炎球菌 HP1000772
※過去に肺炎球菌予防接種を受けたことがあるかたは対象外

(1)下表の年齢となるかた(接種日時点で年齢に達していなくても接種可)

年齢	生年月日
65歳	昭和31年4月2日～昭和32年4月1日
70歳	昭和26年4月2日～昭和27年4月1日
75歳	昭和21年4月2日～昭和22年4月1日
80歳	昭和16年4月2日～昭和17年4月1日
85歳	昭和11年4月2日～昭和12年4月1日
90歳	昭和6年4月2日～昭和7年4月1日
95歳	大正15年4月2日～昭和2年4月1日
100歳	大正10年4月2日～大正11年4月1日

(2)接種日現在60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害を有し、その障害程度が身体障害者手帳1級相当に該当するかた
▶接種費用 = ①無料 ②2,500円
※②のかたで生活保護受給者および中国残留邦人等支援給付者は、全額公費負担(要証明書)

献血にご理解とご協力を

「春季」キャンペーン3月31日(木)まで
日本赤十字社では、若者を中心に、献血への理解を深めていただくため、「春季」キャンペーンを全国的に実施しています。
春は花粉症による服薬や外出の抑制等から、献血されるかたが特に少なくなります。輸血を必要としているかたのために、ご協力をお願いします。
☎保健相談センター ☎565-9315



自殺のない社会を目指して

相談料無料

詳細はこちら

第30回 自殺防止! 東京キャンペーン



相談名	期間	電話番号等
フリーダイヤル特別相談	①3月1日(火)午後5時～翌午前0時 ②2日(水)～6日(日)午後8時～ ③7日(月)午後10時30分～ ②・③は翌午前2時30分まで	NPO 法人国際ビフレンダーズ 東京自殺防止センター ☎0120-58-9090 ☎03-5286-9090
有終支援いのちの山彦電話 一傾聴電話一	3月の火・水・金～日、祝日 正午～午後8時	NPO 法人 有終支援いのちの山彦電話 ☎03-3842-5311
自殺予防いのちの電話	3月中午後4時～9時 10日(木)のみ午前8時～翌午前8時	(一社) 日本いのちの電話連盟 ☎0120-783-556
東京都自殺相談ダイヤル ～こころといのちのほっとライン～	3月27日(日)～31日(木) 24時間	NPO 法人メンタルケア協議会 ☎0570-087478
相談ほっと LINE @東京	毎日午後3時～11時 ※受付は午後10時30分まで	東京都 LINE アカウント
自死遺族相談ダイヤル	3月4日(金)・5日(土)・7日(月) 午前10時～午後8時	NPO 法人 全国自死遺族総合支援センター ☎03-3261-4350
自死遺族傾聴電話	3月8日(火)～11日(金) 正午～午後4時	NPO 法人 グリーンケア・サポートプラザ ☎03-3796-5453
特別相談 多重債務110番	3月7日(月)・8日(火) 午前9時～午後5時	東京都消費生活総合センター ☎03-3235-1155

※0570で始まるナビダイヤルは、携帯電話の無料通話、かけ放題プラン等の対象外です。

3/17 (木) こころといのちの講演会(オンライン)
思春期の子どもと接するために
～こころの育ちを考える～
時間 午後2時～4時
対象 都内在住・在勤・在学のかた
講師 関谷秀子氏(精神科医、法政大学現代福祉学部教授)
申込 3月4日(金)午後5時までに東京都福祉保健局ホームページ(右記QRコード)よりメールで申し込み

3/9 (水) 自殺予防週間
ライトアップキャンペーン
期間 3月9日(水)～15日(火)
場所 都庁第一本庁舎や都有施設等
※その他ライトアップ施設
・駒沢オリンピック公園総合運動場
・東京芸術劇場

こころの悩みについて
お気軽にご相談ください
保健相談センターでは、随時こころの悩みについての相談を受け付けています。
☎保健相談センター ☎565-9315

3月中 こころといのちの図書展示
場所 中藤地区図書館
☎中藤地区図書館 ☎565-0112

急患診療

持ち物:健康保険証、医療証(乳・子・親・障等)

【小児科・内科】休日・休日準夜(日曜・祝日)
受診前にあらかじめお電話でご相談ください。
①午前9時～11時30分 ②午後1時～4時
③午後5時30分～8時30分
場所:保健相談センター1階
☎武蔵村山市医師会 ☎564-4114
HP1000778

小児初期救急準夜・小児二次救急(毎日)
小児初期救急準夜:午後7時～9時30分
※年末年始除く
小児二次救急:24時間対応
☎武蔵村山病院救急外来診察室 ☎566-3111
HP1000778

3月の休日歯科(歯科急患)

①午前9時～11時30分 ②午後1時～4時

6日(日) 宮崎歯科医院 本町2-72-1
☎560-4182

13日(日) 宮田歯科医院 大南1-127 クリハラビルA棟2階201
☎566-0018

20日(日) メトロ歯科医院 大南5-69-2
☎563-2418

27日(日) いたう歯科医院 本町1-2-6
☎561-4487

☎武蔵村山市歯科医師会 ☎562-2743 HP1000782





福祉

心身障害者(児)医療費助成制度

東京都および市では、各種手帳を所持している心身障害者(児)に対し、医療費の一部を助成しています(所得制限あり)。

- ▶申請場所=市民総合センター内障害福祉課
 - ▶持ち物=保険証の写し、課税(非課税)証明書(転入者のみ)、身体障害者手帳・愛の手帳(療育手帳)・精神障害者保健福祉手帳
- 助成内容等は下表のとおり。詳細については市ホームページをご覧ください。

制度名	対象
心身障害者医療費助成(障都制度) HP1000706	次のいずれかをお持ちのかた ①身体障害者手帳1～3級(3級は内部障害のみ) ②愛の手帳1・2度 ③精神障害者保健福祉手帳1級 ～対象外～ ・基準所得を超えるかた ・生活保護受給者 ・65歳以上で新規のかた ・一部の施設入所者(児)
心身障害児医療費助成(市制度) HP1000704	次のいずれかをお持ちの18歳未満の障害児の保護者 ①身体障害者手帳3～6級(3級は内部障害を除く) ②愛の手帳3・4度 ～対象外～ ・基準所得を超えるかた ・生活保護受給者 ・施設入所児の保護者

表 助成後の自己負担額

区分	自己負担上限額
住民税課税者	医療費の1割 通院(外来)18,000円/月(年間上限144,000円) 入院57,600円/月(多数回44,400円/月)
住民税非課税者	なし

市民総合センター内障害福祉課 ☎ 590-1185

令和4年度前期分

福祉タクシー利用券を交付 HP1000717

- ▶対象=身体障害者手帳所持者(上肢障害2級以上、視覚・内部・下肢・体幹障害3級以上)又は愛の手帳(療育手帳)所持者(2度以上)で、ガソリン費等助成金を受けておらず、基準所得を超えていないかた

▶利用期間=4月から9月までの6か月分

▶交付日時・場所=

- ①3月24日(木)午前9時30分～正午、さくらホール(市民会館)集会室
- ②3月24日(木)午後2時～4時および25日(金)以降の午前8時30分～午後5時15分、市民総合センター内障害福祉課(土・日曜日、祝日を除く)

▶持ち物=福祉タクシー利用者証、身体障害者手帳又は愛の手帳(療育手帳)、印鑑(スタンプ印以外)

※5月以降に利用券を受け取る場合は、それ以前の月の分については交付できませんので、ご注意ください。

▶新規申込=新規で交付を希望されるかたは、障害福祉課にご連絡ください。

市民総合センター内障害福祉課 ☎ 590-1185

保護司を募集しています

近年、保護司の数は減少しており、本市でも定数に満たないため、保護司活動に関心のあるかたはお問い合わせください。

保護司とは

犯罪や非行をした人の立ち直りを地域で支えるボランティアで、法務大臣から委嘱されています。

▶資格要件=保護司になるときに66歳以下で、次の①～④全てを満たすこと

- ①人格、行動について社会的信望を有する
- ②職務の遂行に必要な熱意および時間的余裕を有する
- ③生活が安定している
- ④健康で活動力を有する

福祉総務課 ☎ 内線153

市民向け成年後見制度講演会

- ▶日時=3月22日(火)午後2時～4時
 - ▶場所=市民総合センター3階集会室
 - ▶内容=「身近な人の認知症に備える～判断することが難しくなったかたの生活を支えるために～」
 - ▶対象=成年後見制度に関心のある市民のかた、福祉関係者のかた等
 - ▶定員=30人(申込先着順)
 - ▶講師=松倉武史氏(東京弁護士会)
 - ▶参加費=無料
 - ▶申込=電話で申し込み
- 社会福祉協議会 ☎ 566-0061
月～金曜日午前9時～午後5時

介護予防教室 お口の健康体操教室

介護老人保健施設アルカディアの言語聴覚士を講師にお呼びして、お口の健康に関する講義と、咀嚼や嚥下、発話にかかわる筋群を鍛える体操指導を行います。

- ▶日時=3月24日(木)午前10時～11時30分
 - ▶場所=公民館さいかち分館多目的室
 - ▶対象=65歳以上の市民のかた
 - ▶定員=20人(申込先着順)
 - ▶講師=久保真清氏(言語聴覚士)
 - ▶持ち物=飲み物
 - ▶参加費=無料
 - ▶申込=3月22日(火)まで電話又は来所で受付
- ※必ずご本人が申し込んでください。
緑が丘地域包括支援センター ☎ 590-5151
月～土曜日午前9時～午後5時

知って安心 認知症講座第4回 HP1008083 認知症のかたにも優しい地域づくりについて

認知症のかたが住み慣れた場所で自分らしく生活を続けるためには、家族や地域のかたが認知症について正しい知識を持っていることが大切です。相談員から、認知症のかたを支援するための地域づくりについてお話しします。

- ▶日時=3月24日(木)午後1時30分～3時
 - ▶場所=市民総合センター3階研修室
 - ▶対象=市民のかた(在勤含む)
 - ▶定員=会場30人、オンライン10人(申込先着順)
 - ▶講師=木村敦子氏(武蔵村山病院認知症疾患医療センター看護師)
 - ▶持ち物=筆記用具、飲み物
- ※会場参加者はマスク着用
▶申込=3月18日(金)まで窓口又は電話で受付
※オンライン参加の通信費は自己負担
市民総合センター内高齢福祉課 ☎ 590-1233

官公署等からのお知らせ

3月1日(火)～7日(月)春の火災予防運動(北多摩西部消防署)

昨年中の東大和市と武蔵村山市で起きた火災は42件(速報値)でした。中でも住宅火災の割合が多く、主な原因は放火、ガス器具でした。「予防策を知っていれば被害を防げる」ことも多くありますので、火災予防の大切なポイントをご紹介します。

【STOP! 放火!】

- 家の周りに燃えるものを置かない
- 物置や車庫に鍵を掛ける
- 消火器、住宅用火災警報器等を備える
- ごみは決められた日に出す

【STOP! 着衣着火!】

- こんろの上や奥にある調味料等を取るときは、火を消す
- こんろの火が鍋等の底からはみ出さないようにする
- 裾や袖が広がっている服を着ている時は、特に注意する

☎ 042-565-0119

第237回東京都都市計画審議会(東京都都市整備局)

- ▶日時=5月17日(火)午後1時30分
 - ▶場所=都庁内会議室
 - ▶定員=事前抽選で15人まで傍聴可
- ※プライバシーに関わる案件等があるときは、会議が一部非公開となることがあります。
▶申込=4月25日(月)(消印有効)までに、①住所②氏名③電話番号④傍聴希望の旨を記載した往復はがき(一人一通のみ)で、〒163-8001 東京都都市整備局都市計画課へ郵送
※付議予定案件は、都庁都市整備局ホームページ(右記二次元コード)又は都庁都市計画課へ
☎ 03-5388-3225



市内で蜜蜂の飼育をする場合は、届出が必要です(東京都農業振興事務所)

養蜂振興法により、飼育の届出をする必要があります。毎年1月末まで、又は飼育開始日が決まった時点で飼育届の提出してください。申請書の様式および提出先は、東京都のホームページ(右記二次元コード)をご覧ください。
振興課畜産担当 ☎ 042-548-4868



令和5年歌会始のお題は「友」(宮内庁)

- ▶申込=9月30日(金)(消印有効)までに宮内庁宛に郵送
- ※詳細はホームページ(右記二次元コード)でご確認ください。



式部職※質問は、郵便番号、住所、氏名を書いた封筒(返信用切手を貼ったもの)を添えて9月20日(火)までに提出を。

自衛隊採用説明会(自衛隊立川出張所)

- ▶開催日時・場所=3月6日(日)市ヶ谷駐屯地、13日(日)府中基地、いずれも午前10時～正午、午後1時30分～3時30分(30分前から受付開始)※午前・午後(入れ替え制)
 - ▶オンライン(Zoom)=3月7日(月)～9日(水)、10日(木)～12日(土)、14日(月)～17日(木)、18日(金)～21日(月・祝)いずれも午後6時～7時(30分前から受付開始)
 - ▶内容=自衛隊概要説明、現役自衛官との懇談、部隊見学、身体検査基準相談・個別相談
 - ▶対象=18歳以上のかたのみ
 - ▶申込=ご連絡ください。
- ☎ 042-524-0538



出張所
ホームページ



資料請求



市ホームページのページ番号検索欄に HP 〇〇〇〇… を入力し検索すると、各記事の詳しい内容をご覧いただけます。

市政

3月1日(火)からキャッシュレス決済とセミセルフレジを導入します HP1014510

- ▶対象窓口＝市民課、課税課、緑が丘出張所
- ▶利用できるキャッシュレス決済方法＝
- クレジットカード：VISA、MasterCard、銀聯カード
- 電子マネー：交通系 IC (Suica、PASMO 等)、WAON、nanaco、楽天 Edy、iD
- コード決済 (一部開始時期が遅れる可能性有)：PayPay、LINEPay、auPAY、楽天ペイ等
- ※現金との併用、窓口で電子マネーのチャージ不可
- ※セミセルフレジとは、お客さま自ら精算できるレジのことで、現金授受による接触機会を無くすことができます。
- ☎市民課 (☎内線 142、146、149)、課税課 (☎内線 121、122)、緑が丘出張所 ☎ 564-1234

日曜日にマイナンバー関係窓口を開設しています HP1004643

- ▶日時＝3月27日(日)午前9時～正午
- ▶場所＝市役所マイナンバーカード受付窓口
- ▶内容＝マイナンバーカードのお渡し、申請(無料写真撮影有り)
- ▶持ち物＝本人確認書類等



※マイナンバーカードのお渡しは予約制です。予約方法は、市ホームページでご確認いただくか、お問い合わせください。HP1013391

※利用者証明用電子証明書を搭載したマイナンバーカードがあれば、住民票の写しや印鑑登録証明書等の各種証明書を、コンビニエンスストア等に設置されているマルチコピー機で取得できます。HP1005489

☎マイナンバーカード専用ダイヤル ☎ 0570-076489 月～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時

市税等の納め忘れはありませんか HP1000277

令和3年度分やそれ以前の市税等に未納のあるかたは、早めの納付をお願いします。市役所では、毎週木曜日午後7時まで納付できます(納税相談および閉庁日を除く)。

☎収納課 (☎内線 194～196)

◆三井住友銀行窓口での納付書の取り扱いを終了します HP1012277

市が発行する市税等の納付書について、三井住友銀行での取り扱いが3月31日(木)をもって終了します。なお、口座振替は引き続き三井住友銀行の口座もご利用いただけます。※納付書での支払いができる金融機関の一覧は市ホームページをご確認ください。

☎会計課 (☎内線 172)

春の訪れを感じる HP1008138

菜の花ガーデン武蔵村山

☎産業観光課 (☎内線 224・225)

開園期間：4月10日(日)まで
午前9時～午後4時
※最終入園時間は午後3時40分

場所：緑が丘1460番地
入園料、駐車料金(環境整備協力金)：無料

▼開園期間中の主なイベント

菜の花スマイルキャンペーン
開園期間中に市内の協力店舗でさまざまな特典が受けられるクーポン券(4月30日(土)まで有効)を配布します。

灯ろうナイト
3月5日(土)午後5時30分～7時
詳細は市ホームページをご覧ください。

菜の花の摘み取り
4月9日(土)・10日(日)
摘み取りエリアを設置し、観賞用として無料で菜の花を摘み取りいただけます。※摘み取りエリアの菜の花が無くなり次第終了。生育状況により、摘み取りいただけない場合もあります。

確認しよう！ごみの出し方

☎ごみ対策課 (☎内線 292～294) HP1011502

収集処理業務に携わるかたがたを、新型コロナウイルスの感染リスクから守るため、特に以下の3点にご協力をお願いします。

01 自宅で使用した市販の新型コロナウイルス検査キットの捨て方

市販のPCR検査、抗原検査、抗体検査ができる試薬キット(主材料がプラスチックで針のないもの)

→ビニール袋に入れて4日間保管した後、「燃やせるごみ」でお出しく下さい。

※針があるものは、購入店やメーカーに捨て方をお問い合わせください。

02 ティッシュやマスクを捨てる際の注意事項

- ①ごみに直接触れない
- ②ごみ袋はしっかり結んで封をする
- ③ごみを捨てた後は手を洗う



03 ペットボトル・びん・缶を捨てる際の注意事項

- ①ペットボトルは、ラベルとキャップを外す
- ②中身をすすぎ、ビニール袋に入れて密封する
- ③1週間程度保管してから、決められたごみの収集日に出す

あわせて確認！基本ルール

袋の口は
しっかり結ぶ



ごみは透明又は半透明の袋で出す
※黒い袋、段ボール箱は使用不可



分別ルール、
収集日を守る



破れやすい袋では
出さない



決められた集積場所に
収集日の朝8時までに出す



令和4年度版(4～9月)
ごみ収集カレンダーを
全戸配布します HP1004682



配布期間 3月7日(月)～11日(金)

※期間を過ぎても届かない場合はご連絡ください。

※令和3年度版のカレンダーは、3月まで使えますので、処分しないでください。

※10月からの家庭ごみ有料化・戸別収集の導入に伴い、分別区分等が変更になるため、10月以降のカレンダーは8月頃に配布します。

— 広告内容については市が保証するものではありません —



MMシャトル・むらタクが 新しくなります

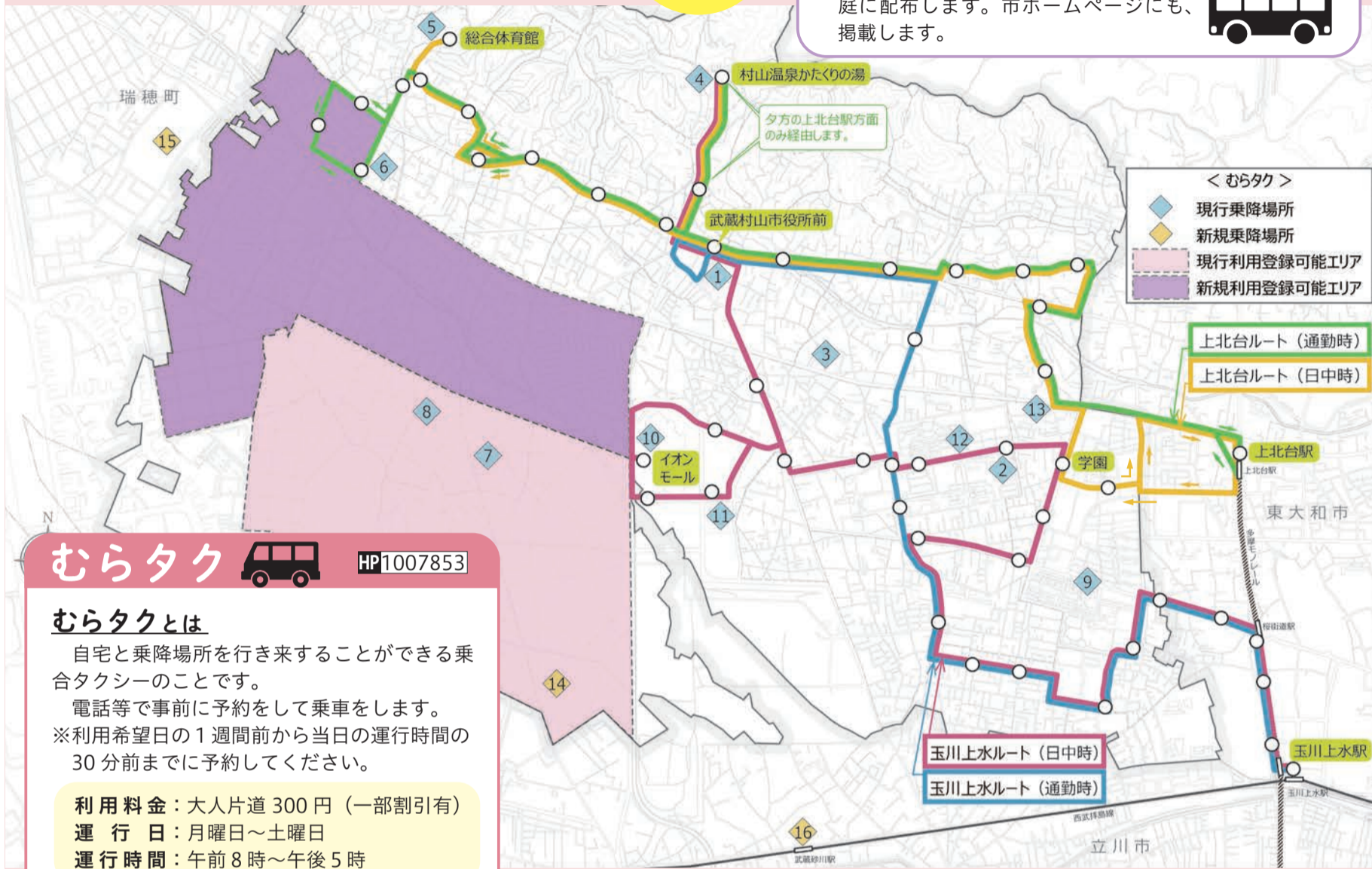
交通企画・モノレール推進課 (☎内線 273)

ご利用は
4月1日(金)
から

MMシャトル HP1000603

これまでの利用状況を踏まえ、武蔵砂川ルートと西ルートを廃止し、上北台ルートと玉川上水ルートをダイヤ改正します。

※市報 12月1日号に、「新しいダイヤは市報 3月1日号に掲載します。」と記載しましたが、ダイヤ・路線図等の載ったリーフレットを3月中旬頃、各家庭に配布します。市ホームページにも、掲載します。



むらタク HP1007853

むらタクとは

自宅と乗降場所を行き来することができる乗合タクシーのことです。

電話等で事前に予約をして乗車をします。
※利用希望日の1週間前から当日の運行時間の30分前までに予約してください。

利用料金：大人片道 300円 (一部割引有)
運行日：月曜日～土曜日
運行時間：午前8時～午後5時

・利用登録可能エリアを拡大します

対象地域 岸一丁目、中原、残堀、伊奈平、大字三ツ木 (横田基地内)、三ツ藤

・乗降場所を3か所追加し、16か所とします

※⑭、⑮、⑯は、4月1日(金)から利用可能

① 市役所	⑨ 緑が丘ふれあいセンター
② 市民総合センター	⑩ 交通プラザ(イオンモール)
③ 福祉会館	⑪ 武蔵村山病院
④ 村山温泉かたくりの湯	⑫ 村山医療センター
⑤ 総合体育館	⑬ 武蔵村山郵便局
⑥ 三ツ木地区学習等供用施設	⑭ 【新】 ダイエー武蔵村山店
⑦ 残堀・伊奈平地区学習等供用施設	⑮ 【新】 ジョイフル本田瑞穂店
⑧ 第二老人福祉館	⑯ 【新】 武蔵砂川駅 (立川市)

・利用方法

1 利用には、登録が必要です。(登録無料)

【申請方法】 登録申請書を市役所交通企画・モノレール推進課窓口へ持参、郵送、ファクスで提出又は市ホームページ「電子申請・電子調達サービス」から登録申請
※登録申請書は市ホームページからダウンロード可

2 登録申請から、10日程度で「利用者登録証」を郵送します。申請後、すぐには利用できませんので、お早めに申請してください。

4月1日(金)から利用するには

3月16日(木)までに登録申請をお願いします。24日(木)までに自宅に届くように利用者登録証を市から郵送します。25日(金)から利用予約が可能です。

むらタク出張説明会・利用者登録受付を開催します

日時	場所
3月9日(水)午後1時30分～8時	中原地区集会所学習室
3月16日(水)午後1時30分～8時	三ツ木地区会館3階研修室

※印鑑、免許証等は不要。障害者手帳等をお持ちのかたは、確認できるものを要持参

新規受付開始日

3月1日(火)

— 広告内容については市が保証するものではありません —



市ホームページのページ番号検索欄に **HP 〇〇〇〇** を入力し検索すると、各記事の詳しい内容をご覧いただけます。

離婚家庭等のかた向け

申請が
必要です

子育て世帯への臨時特別給付金

ホームページは
こちら



HP1014170

支給対象 現在児童を養育しているものの、9月1日又は10月1日～令和4年2月28日の間の離婚等によって給付を受け取っていないかた

支給対象児童	離婚した日	支給額	申請期限
中学生以下	令和3年9月1日以降	対象児童一人につき 10万円	令和4年4月28日(木) ※郵送の場合は必着
高校生等	令和3年10月1日以降		

※児童手当(本則給付)の支給対象となる児童の保護者のかたは、2月中に児童手当の受給手続きを行ってください。

支給例



申請方法

申請書に必要事項を記入の上、市役所子ども青少年課へ提出
申請書は、子ども青少年課窓口で配布するほか、市ホームページからもダウンロード可

※児童手当を受給していない高校生の保護者のかた等は、戸籍謄本等離婚等の事実が確認できる添付書類が必要です。早めにお問い合わせください。

詳細は、電話又は市ホームページでご確認ください。 ☎子ども青少年課 (☎内線 185～187)



まちの明るい話題や情報をお届けします。
☎秘書広報課 (☎内線 315)

「お互いさま体操」って？
Youtubeで
チェック!



「お互いさま体操」が テレビで紹介されました!



武蔵村山市発ご当地体操の「お互いさま体操」が、2月3日にテレビ朝日「東京サイト」(関東地区にて放映)という番組で紹介されました。

市内の「お互いさまサロン」等でご活躍いただいている「お互いさま体操リーダー」の皆さまをはじめ、介護老人保健施設アルカディアの篠原理学療法士、武蔵村山病院の門脇理学療法士にもご協力いただき、「お互いさま体操」の魅力を紹介していただきました。

取材当日は、番組ナビゲーターの林家さく姫さんが一緒に「お互いさま体操」を体験され、大変楽しい時間となりました。

放送された内容は、番組公式ホームページ(右記二次元コード)からご覧いただけます。



市内介護老人福祉施設における 職員派遣に関する協定を締結しました



市と市内3か所の介護老人福祉施設では、施設において感染症等が発生し、当該施設の職員のみでは入居者に対する介護業務体制を維持することが困難となった場合に、他の施設からの職員の派遣を受けることについて協定を締結しました。

●締結先法人および運営する介護老人福祉施設

- 社会福祉法人村山福祉会 伊奈平苑
- 社会福祉法人武蔵村山正徳会 サンシャインホーム
- 社会福祉法人恭篤会 むさし村山苑

— 広告内容については市が保証するものではありません —



食育通信

vol.33

「一緒に食べるって美味しいね」

武蔵村山市栄養連絡会提供

みなさんは「共食」という言葉をご存じですか？「共食」とは、誰かと一緒に食事をするをいいます。今のご時世、誰かと一緒に食事することは難しいことが多いかと思えます。一人暮らしや両親の共働き、また習い事や部活など、どのライフステージの方も忙しく、家族でも一緒に食事をとれないなんてこともあるのではないのでしょうか？

しかし、誰かと一緒に食べる「共食」には、

- 食事が楽しく、美味しく感じる
- 家族や友達とコミュニケーションを図ることができる
- 規則正しい生活リズムになる ○栄養バランスがよくなる
- 体も心も満足する ○マナーや知識を身につけられる
- 食文化の継承 ○ストレスの緩和 ○健康になる
- ゆっくり、よく噛んで食べることで食べすぎ防止になる

など様々ないいことがあります。今は新型コロナウイルスにより、保育園や学校、職場でも食事中に会話をしないようにする「黙食」という言葉もでき、楽しい食事とは言い難い状況です。「新しい生活様式」（料理は大皿ではなく個々に盛り付ける・配食サービスの活用・離れている家族や知人とオンライン等）を実践するなかで、今できる形で共食の機会を増やしていけるといいですね。

魚の中華風からあげ



魚の苦手なお子さまも
魚が好きなご年配のかたも
一緒に食べられるジロ!!

～材料（約4人分）～

- 【唐揚げ】
白身魚 4切
酒 大さじ1
小麦粉 大さじ1
片栗粉 大さじ3
揚げ油 適量
- 【タレ】
醤油 大さじ1と小さじ1
水 50cc
いりごま 大さじ1
酢 大さじ1
砂糖 小さじ2と1/2



～作り方～

- ①鍋にタレの調味料を全て入れ、煮立たせごまを入れる。
- ②魚に酒をまぶし臭みをとる。
- ③小麦粉と片栗粉を合せたものを魚にまぶし、油でカラッと揚げる。
- ④揚げた魚にタレをかけたたら、出来上がり♪♪

3月の無料相談

相談名	日 時	場 所	問い合わせ先
法律相談	2日(水)、16日(水)、23日(水) 午後1時30分～4時30分 ※相談日の1週間前の午前8時30分から 当日午後3時までに電話予約(先着12人)	中部地区会館 (市役所4階) 会議室	秘書広報課 (☎内線 314)
交通事故相談	9日(水) 午後1時30分～4時 ※4日(金)までに電話予約(先着4人)		
建築相談	9日(水)		
表示登記相談	午後1時30分～4時30分		
不動産取引相談	※4日(金)までに電話予約 (各相談先着6人)		
相続遺言・成年後見・許認可等相談			
登記・相続・成年後見相談	16日(水) 午後1時30分～4時30分 ※11日(金)までに電話予約 (各相談先着6人)		
税務相談			
人権相談	秘書広報課へお問い合わせください。		
行政相談			
創業支援 個別相談	毎週月～金曜日 午後1時～5時 ※事前に電話予約	中部地区会館 (市役所4階) 会議室	産業観光課 (☎内線 227)
消費生活相談	毎週月・水・金曜日 午前9時30分～午後4時 (昼休みを除く)	市役所1階	消費生活センター (☎内線 108)
	毎週火曜日 午前9時30分～午後4時 (昼休みを除く)	緑が丘出張所	消費生活センター (☎内線 109)
市民なやみごと 相談窓口	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 (昼休みを除く)	市役所 福祉総務課	福祉総務課 (☎内線 155・156)
母子・父子・ 女性相談	毎週月～金曜日 午前9時～午後4時	市役所 福祉総務課	
	毎週木曜日 午前9時～午後4時 ※受付は午後3時30分まで	緑が丘出張所	
こころの保健室	【女性相談員】 12日(土) 午後2時～4時 ※事前に電話予約	緑が丘 ふれあい センター (男女共同参画セン ター「ゆーあい」)	緑が丘 ふれあいセンター (☎ 590-0755)
女性弁護士に よる法律相談	16日(水) 午後5時～7時 19日(土) 午後2時～4時 ※事前に電話予約		
ふくし法律相談	15日(火) 午後1時30分～4時30分 ※事前に電話予約	市民総合 センター	社会福祉協議会 (☎ 566-0061)
受験生 チャレンジ支援相談	毎週月～金曜日 午前9時～午後5時 ※事前に電話予約 (受付は終了時間1時間前まで)		
福祉サービス総合相談 成年後見制度の相談	毎週月～金曜日 午前9時～午後5時		
ピアカウンセリング (障害者による相談)	聴覚は2日・高次脳は9日・ 肢体は16日・視覚は23日 (視覚のみ電話相談可) いずれも水曜日 午後1時～4時 (受付は午後3時30分まで)	市民総合 センター	障害者地域自立生活 支援センター (☎ 590-1501) (ファクス 590-1305)
障害者就労相談	毎週月～金曜日 午前9時～午後6時	障害者就労 支援センター とらい	障害者就労 支援センターとらい (☎ 560-7839)
	毎週水曜日 午前9時～午後5時	市民総合 センター	
シルバー人材 センター 入会説明会	16日(水) 午後1時30分開始 ※15日(火)までに電話予約 (定員あり) 詳細はホームページへ	シルバー ワークプラザ	シルバー 人材センター (☎ 564-1081)
教育相談	毎週月～金曜日 午前9時～午後5時	市民総合センター内 3階教育センター教育相談室 (☎ 590-1470) フリーダイヤル (☎ 0120-910-548)	

— 広告内容については市が保証するものではありません —

市報・市ホームページに掲載する
**広告を募集
しています!**

市報むさしむらやま(毎月1日号)、市ホームページ(トップページ)に事業のPR広告を掲載しませんか。
掲載料1回(1か月)1枠15,000円
☎秘書広報課(☎内線314)

HP1003607(市報むさしむらやま広告募集)
HP1003606(市ホームページ広告募集)



市ホームページのページ番号検索欄に **HP** ○○○○ を入力し検索すると、各記事の詳しい内容をご覧いただけます。

催しもの

※原則として、費用の記載のないものは無料です。

春の運転者講習会は中止します HP1012503

3月22日(火)～25日(金)に開催予定でしたが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止とします。

☎防災安全課 (☎内線 332)

講演会・狭山丘陵ウォーキング

市内の魅力あるコースを満喫しながら、さわやかな体づくりに挑戦!

- ▶日時 = 3月4日(金)午後1時30分
- ▶集合場所 = 総合体育館入口
- ▶ウォーキングコース = 総合体育館→六地藏→大将山→総合体育館
- ▶対象 = 市民のかた(シニア)
- ▶講師 = 有吉正博氏(武蔵村山市体育協会副会長、関東学生陸上競技連盟会長)

※申込不要、当日受付

☎体育協会 ☎516-8501

月・金曜日午前10時～午後3時



自然観察会 残堀川を歩く HP1004544

「むさしむらやま歴史散策コース」に昨年度新設された残堀川沿いの南西コースを歩き、身近な自然を観察するとともに、地域が誇る歴史と文化財を見学します。

- ▶日時 = 3月19日(土)午後2時～4時(小雨決行、予備日3月26日(土))
- ▶集合場所 = 三ツ木地区会館
- ▶対象 = 一般のかた(中学生以上)
- ▶定員 = 15人(申込先着順)
- ▶持ち物 = 筆記用具
- ▶申込 = 3月1日(火)から窓口又は電話で受付

☎歴史民俗資料館 ☎560-6620

月～日曜日午前9時～午後5時

※第1月曜日、第3水曜日は休館日

協 世界の料理教室(地球や)

「地球や」では、さまざまな国の人々と国際的・文化的な交流を推進することを目的に事業を開催しています。

今回は、フランスの「キッシュロレーヌ」を作ります。世界三大料理であるフランス料理についてのお話や簡単なフランス語レッスンを交えながら、楽しく作りましょう。

- ▶日時 = 3月22日(火)午前10時～正午
- ▶場所 = さくらホール(市民会館) 実習室
- ▶定員 = 12人
- ▶持ち物 = エプロン、三角巾、ふきん又はタオル、持ち帰り用の入れ物
- ▶参加費 = 1,500円(材料費込み)
- ▶申込 = 3月21日(月・祝)午後6時まで電話で受付

※新型コロナウイルス感染症対策のため、その場での試食は行いません。

☎地球や 担当: 佐久間 ☎080-6521-4973
協働事業について: 協働推進課 (☎内線 242・243)

協 むさむら ゴミ減大作戦 リサイクルまつり in MFES 大南公園

桜咲く! フリマでリサイクル

- ▶日時 = 3月26日(土)・27日(日)午前9時～午後3時

※雨天時および新型コロナウイルス感染症の影響により開催中止の場合あり

- ▶場所 = 大南公園
- ▶持ち物 = マイバッグ、要マスク着用
- ※会場では、アルコール除菌の用意等、感染症対策をしています。体調が優れないかたや熱のあるかたのご来場はご遠慮ください。
- ▶出店申込 = 3月15日(火)まで電話又はメールで受付

※フードドライブは随時受付中です。

リサイクルまつりに関するお問い合わせは、直接MSP村山サポートプロジェクトへ

※同日、フリーマーケット以外にもイベント実施
☎MSP村山サポートプロジェクト
担当: 宇部 ☎070-4011-3524
メールアドレス: msp8686go@gmail.com
協働事業について: 協働推進課 (☎内線 242・243)

みんなの暮らしフェスタ

実行委員募集 HP1012703

市民の消費者意識の向上を目的に、消費者団

体と行政が協働して行う「みんなの暮らしフェスタ」の企画運営を行う実行委員を募集します。

- ▶任期 = 委員就任の日から事務の完了の日まで
- ▶会議の開催時間・回数 = 平日の昼間又は夜間、おおむね10回
- ▶対象 = 次の①～⑤全てを満たす団体に属するかた

- ①市内に本拠を置き、消費生活に関する継続的な活動をしている
- ②営利を目的としていない
- ③特定の政党、宗教に関して、利害に関わる行為、支援又は反対する行為を行わない
- ④暴力団、暴力団員又はそれらと何らかの関係をもたない
- ⑤5人以上の団体である

▶申込 = 3月14日(月)～4月11日(月)に、応募用紙を協働推進課窓口、郵送、ファクス又は電子メールで提出

※令和4年度「みんなの暮らしフェスタ」の開催日は未定です。

☎協働推進課 (☎内線 242)

メール: kyodo@city.musashimurayama.lg.jp

男女共同参画センターゆーあい (緑が丘ふれあいセンター)

☎☎590-0755 月～日曜日

午前9時～午後10時※第1月曜日は休館日

※各イベントの詳細はホームページへ

<https://fureai.csplace.com/>

※申込は電話又は窓口で受付



◆ふれあいベビーマッサージ

- ▶日時 = 3月9日(水)午前10時～11時30分
- ▶場所 = 男女共同参画センター保育室
- ▶内容 = オイルを使って赤ちゃんに全身マッサージをします。
- ▶対象 = 0歳児とママ
- ▶定員 = 3組(申込先着順)
- ▶講師 = 内野秀美氏(ベビーマッサージとタッチケア教室ぬくぬく主宰)
- ▶参加費 = 500円
- ▶持ち物 = バスタオル、赤ちゃんの飲み物
- ▶申込 = 3月8日(火)まで

◆多胎児家庭交流ひろば(出入り自由)

- ▶日時 = 3月12日・26日(土)午前9時～午後5時

総合体育館からのお知らせ ☎☎520-0082

令和4年度「ステップアップ教室」参加者募集!

※幼児の一時預かりに対応した教室もあります。

■登録型 = 前日までに1期間の料金をまとめてお支払いください。
3月3日(木)午前9時から総合体育館窓口で受付
(申込先着順、電話申込不可)

■フリー型 = 定員に空きのある教室であれば、当日に1回分の参加費をお支払いください。

■第1期・4月～8月 総合体育館教室

	内容	料金
レッスンプログラム	○ジャズダンス & ヒップホップ ○かんたんラテンエアロ ○フラダンス ○バランスコーディネーション	○完コピダンス&シェイプ ○ピラティス ○骨盤シェイプ ○アロマヨガ
スポーツプログラム	○女性フットサル	○卓球 ○バドミントン
キッズプログラム	○こどもチャレンジ ○Jr.卓球 ○知的障害者向けすまいるエアロ	○Jr.バドミントン ○Jr.室内テニス ○KID'S JAZZ HIPHOP ○元気!はつらつサロン ○ZUMBA GOLD ○やさしいステップ ○身体メンテ&ヨガ
		登録型 = 400～550円×回数 フリー型 = 520～770円×1回分
		登録型 = 550～770円×回数 フリー型 = 770～1,000円×1回分
		登録型 = 550～1,100円×回数 フリー型 = 720～1,430円×1回分

■春季・4月～5月 三ツ木庭球場テニススクール

	内容	料金
成人向け	○初級コース ○初中級コース ○中級コース	登録型 = 1,500円×回数 フリー型 = 2,090円×1回分
ジュニア向け	○初級コース ○初中級コース	登録型 = 1,100円×回数 フリー型 = 1,430円×1回分



詳細は総合体育館ホームページへ



▶内容 = 多胎児家庭をつなぐ場として、また多胎育児ならではの悩みや子育て情報を共有します。

◆ひとり親家庭交流ひろば（出入り自由）

▶日時 = 3月13日・27日(日)午前9時～午後5時
▶内容 = ひとり親家庭をつなぐ場として悩みやお役立ち情報を共有します。
※27日(日)には食品配布あり（要事前申込）

◆女性のためのチャレンジ相談会

▶日時 = 3月16日(水)①午後2時～2時40分 ②午後2時45分～3時25分③午後3時30分～4時10分
▶場所 = 男女共同参画センター学習室
▶内容 = 起業や再就職、キャリアアップ等女性対象の相談です。
▶対象 = 起業したい又は起業まもない女性、キャリアアップしたい女性
▶定員 = 各回1人
▶講師 = 森林育代氏（株式会社シーズプレイス代表取締役）
▶申込 = 3月13日(日)まで

ボランティア・市民活動センターほほえみ

☎590-1430 月～土曜日
午前8時30分～午後5時15分
※最新情報についてはホームページへ
<http://musashimurayama.org>
※申込は電話、メール、ファクスでお願いします。

◆テレビ・WEB・会議ツール「Zoom 体験！！ Zoom で遊ぼう！！」

【まずは体験！初心者編】
▶日時 = 3月12日(土)午後2時～3時30分
▶場所 = 市民総合センター2階会議室
▶対象 = 市民活動をしているかた
▶定員 = 5人（応募者多数の場合は抽選）
▶参加費 = 100円
▶申込 = 3月4日(金)午後5時まで
※機器はこちらで用意します。
【ホスト体験編】
▶日時 = 3月26日(土)午後2時～4時
▶場所 = 市民総合センター2階会議室
▶対象 = 市民活動をしていて、Zoomを使用したことがあるかた
▶定員 = 5人（応募者多数の場合は抽選）
▶参加費 = 100円
▶申込 = 3月18日(金)午後5時まで
※機器の持ち込み可

◆「学びの一年」オンライン開催

サークル、自治会等、2人以上で活動しているかたへ「客観的な視点でアドバイス！」
チームビルディングとコンサルティング（希望者のみ）を受けられる大チャンス！みんなの力を引き出し、仲間と繋がって活動するコツについて学びます。
▶日時 = 3月19日(土)午前9時30分～正午
▶対象 = メンバーが集まらない、付き合い方が分からない、人に上手く仕事を任せる方法を知りたいかた等
▶定員 = 12団体（申込先着順）
※相談は6団体まで
▶講師 = 五井潤利明氏（NPO法人CRファクトリー副理事長）
▶参加費 = 1団体500円（1団体3人まで受講可）
▶申込 = 3月10日(木)午後5時までにセンターホームページ（右記二次元コード）からチケットを購入してください。
※決済後のチケットの払い戻しはできませんのでご了承ください。

第7回 桜まつり

ぶら～りウォーキング in 武蔵村山

主催：武蔵村山市桜まつり実行委員会
共催：武蔵村山市
後援：武蔵村山市商工会

桜まつり
ホームページ



さくらにぎわいイベント

3月21日(月・祝)～4月3日(日)

桜まつりののぼりを掲示しているお店で、お得なサービスを提供。桜を見ながらお店巡りをお楽しみください（各店舗で開催）。

桜まつりホームページ公開

3月1日(火)オープン予定

4月3日(日)のステージイベントのプログラムやむさむらキモノガールズが市内のお店をPRする動画をお楽しみください。

さくら回廊ライトアップ（野山北公園自転車道）

期間：3月19日(土)～4月3日(日) 日没～午後9時予定 ※開花状況による

会場イベント（横田児童遊園） 日時：4月3日(日)午前10時～午後4時

会場では、ステージイベント等を開催します。
また、今回限定でみんなでやぐらを囲んで踊る「桜をどり」を行います。みんなで一緒におどりの花を咲かせましょう！

※新型コロナウイルス感染症拡大状況により予告なく会場イベントの開催を中止し、さくら回廊ライトアップのみの開催に変更する場合があります。
※会場に駐車場はありません。
※イベント会場内での酒類の持ち込み、飲酒は禁止です。
※詳細は、ホームページをご覧ください。

☎武蔵村山市桜まつり実行委員会事務局

よってかっしゅクラブ

それぞれのスタイルで楽しむことのできる地域コミュニティの場です。

H I P H O P ダンス教室

チーム名
ピーチ JAM

小学生を中心に活動
さまざまなイベント
にも出演！



○開催日時 毎月第1～4木曜日午後6時～9時40分
○開催場所 公民館
○対象 小学生～大人
○参加費 3,000円～/月

■大人の初級クラス体験会（無料）

○開催日時 3月1日・8日・29日(火)、4月5日・12日・26日(火)いずれも午後7時～8時

カジュアルな いけばな教室



花をうまく生ける要領と草月流の花型法を教えます。

○開催日時 毎月第1・3水曜日 午前10時～、午後2時～
○開催場所 さいかち分館
○対象 一般のかた
○参加費 1,000円～/月
※お花代等詳細については、講師にご確認ください。

■体験会（無料）

○開催日時 3月30日(水)、4月6日・20日(水) いずれも午前10時～、午後2時～

※いずれの体験会も、参加回数に制限はありません。

☎よってかっしゅクラブ ☎042-843-6596 事務所：大南公園地区集会所（緑が丘2542）



さくらホール（市民会館）の催し ☎565-0226

第3回武蔵村山市民オペラ「椿姫」プレ企画「オペラってこんなにおもしろい！」

3月19日(土)午後2時開演(1時30分開場)

「椿姫」出演者が歌唱を交え、オペラのおもしろさや楽しみ方を教えます！

【場 所】 小ホール
【出 演】 前田智恵・村上貴子（ソプラノ）、大島嘉仁（バリトン）、ゲスト：大野光彦（テノール）、ピアノ：小崎幸子、ナビゲーター：井上ツヤ子
【チケット】 全席自由1,000円（税込）
※未就学児のご入場はご遠慮ください。
【発売日】 3月6日(日)午前10時～電話予約

東京武蔵村山ロータリークラブ 創立50周年記念 子ども招待公演 善ちゃんとボルトボルズの爆笑サイエンスショー

5月22日(日)午後2時開演(1時開場)

東京武蔵村山ロータリークラブが創立50周年を記念し、お子さまとご家族を本公演にご招待します。

【場 所】 大ホール
【チケット】 入場無料（要事前申込・抽選制）
※申込方法は、市民会館ホームページ（右記二次元コード）でご確認ください。



市ホームページのページ番号検索欄に HP ○○○○ を入力し検索すると、各記事の詳しい内容をご覧いただけます。

子育て掲示板

アイコンの凡例 日…日時 所…場所 対…対象 定…定員 講…講師 料…料金 持…持ち物 申…申込



赤ちゃんとお母さん・お父さんのために

所 市民総合センター 2階子ども・子育て支援センター 問 子ども子育て支援課 ☎ 564-5421

● 幼児教室

2歳頃からは味覚の幅が広がり、自分が食べたいものや苦手なものが増えてくる時期です。親子で食材に触れ、食べることへの興味・関心を高めましょう。

日 3月24日(木)午前10時～11時30分
対 2～6歳(就学前まで)の子どもと保護者
定 8組(申込先着順)
持 母子健康手帳、飲み物(それぞれ親、子どもに)、タオル
申 電話で事前申込

HP1005658

● 歯科健康教室「かむかむキッズ」

むし歯予防、乳幼児の食事、手作りおやつ等について学びます。

日 3月8日(火)午前10時～11時15分
対 生後10か月～1歳6か月の子どもと保護者
定 9組(申込先着順)
持 母子健康手帳、使用中の歯ブラシ、タオル
申 電話又は電子申請で事前申込

HP1004503

● 離乳食教室

① 離乳食開始時期 HP1004501
離乳食の進め方を学びます。
② 2回食を始めるかた HP1001819
2回食の進め方、調理や献立のポイントを学びます。

日 ① 3月10日(木)② 3月17日(木)
いずれも午前10時～11時30分
対 ① 生後5～6か月ごろの子どもと保護者
② 生後7～8か月ごろの子どもと保護者
定 各回10組(申込先着順)
持 母子健康手帳 申 電話で事前申込

● こどもの健康診査

○ 3～4か月児健康診査
○ 1歳6か月児健康診査
○ 2歳児歯科健康診査
○ 3歳児健康診査
※対象者には個別に通知します。転入等により通知が届いていないかたは、ご連絡ください。
HP1004230



ファミリー・サポート・センター会員募集

問 ファミリー・サポート・センター(子ども家庭支援センター) ☎ 590-1152 HP1010168

育児の支援を受けたいかた(ファミリー会員)と、育児の支援ができるかた(サポート会員)の支え合いの活動です。お子さまの一時預かりや送迎を行う有償ボランティアです。詳しくはお気軽にお問い合わせください。

● サポート会員

市内又は近隣にお住まいの子どもが好きな20歳以上のかた

● ファミリー会員

市内在住又は市内の保育所等に在籍する6か月～12歳までのお子さまの保護者



児童扶養手当の支払い(3月期分)

問 子ども青少年課手当・青少年係 (☎内線185)

3月期分(令和4年1月～2月分)は、3月15日(火)ごろに支払い予定です。 HP1012283

新年度に向けて 転校の手続きはお早めに

市立小・中学校の在籍中の児童・生徒で、3月から4月にかけて市外に転出される、又は市内で転居される予定のある場合は、新年度に向けた転校手続きを進めてください。

事前に在学証明および教科書給与証明書の発行が必要となりますので、早めに学校へご連絡をお願いします。

問 教育総務課 (☎内線422・426) HP1000924

午後のチャイム放送

3～6月は、午後4時50分

チャイムが鳴ったらおうちに帰りましょう。

防災安全課 (☎内線334)



図書館のおはなしの会 HP1010609

絵本の読み聞かせと紙芝居を行います。時間はいずれも10:30～ 対象: 幼児・小学生

場所	日程
雷塚図書館 ☎ 564-1284	19日(土)・26日(土)
中久保図書館 ☎ 569-1501	26日(土)
中藤地区図書館 ☎ 565-0112	12日(土)
三ツ木地区図書館 ☎ 560-3301	12日(土)
大南地区図書館 ☎ 562-3243	5日(土)
残堀・伊奈平地区図書館 ☎ 560-0171	19日(土)

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、参加人数を制限する場合があります。

※参加するかたは、マスクの着用と、当日の朝に検温をお願いします。体調の悪いかたは、参加を控えてください。

※予告なく中止となる場合がありますので、お問い合わせください。

休館日: 7日(月)・16日(水)

3月のじどうかん

休館日: 日曜日、祝日と館内整理日 HP1014445

場所	イベント	日時
お伊勢の森児童館 ☎ 564-5594 館内整理日 15日(火)	ミニ卓球対決	2日(水)
	ふーせん落としちゃダメ!ゲーム	9日(水)
	れんそうゲーム	16日(水)
	シロクロ多いのどっち??	24日(水)
	お楽しみ会	29日(水)
山王森児童館 ☎ 560-3037 館内整理日 8日(火)	なわとび大会	2日(水)
	マジックナイン	9日(水)
	射的	16日(水)
さいかち児童館 ☎ 565-0758 館内整理日 15日(火)	なわとび大会	9日(水)
	ツクル「スライムスライム」	16日(水)
	さいかち音楽会	23日(水)
中藤地区児童館 ☎ 565-0111 館内整理日 8日(火)	なわとび大会	2日(水)
	段ボール積み競争	9日(水)
	ビンゴ大会	16日(水)
大南地区児童館 ☎ 562-3242 館内整理日 8日(火)	なわとび大会	2日(水)
	戸へ出て春の息吹を感じよう	9日(水)
	進級おめでとう!プラバン製作	16日(水)
残堀・伊奈平地区児童館 ☎ 560-0770 館内整理日 15日(火)	なわとび大会	2日(水)
	ビデオシアター	9日(水)
	テラスで遊ぼう	16日(水)

※新型コロナウイルスの感染状況により予告なく中止となる場合がありますので、お問い合わせください。

子ども食堂

HP1014553 あたたく栄養のある食事を、みんなで楽しく食べましょう。親子でも参加できます。

団体名	日時等
武蔵村山子ども食堂 ☎ 070-3128-8454 所 みんなのおうち(神明4-17-1) メール: murayamakodomoshokudo@gmail.com	25日(金) 17:30～19:00 定 10人程度(要予約) 料 中学生まで100円、大人300円 申 22日(火)正午までメールで予約※氏名・連絡先・お住まいの地区・食数を記入
まどか食堂(弁当・惣菜販売) ☎ 560-1855 所 長円寺斎場(本町3-40-1)	17日(木) 17:00～18:00 料 100円(小学生まで) 申 1日(火)～16日(水)に電話で予約
children's cafe うおーく ☎ 042-843-5372(放課後等デイサービス Walk 担当: 井上) 所 市民総合センター調理実習室 メール: walk2019@bizimo.jp ※申込不要・先着30食(予約可)・アレルギー対応不可	5日(土) 18:00～20:00 対 高校生までのお子さまとご家族 料 小学生まで無料、中学生以上300円 ※新型コロナウイルスの状況により変更の可能性がありますが、詳細はお問い合わせを



3月の子育てイベント

HP1014553 アイコンの凡例 所…場所 対…対象 定…定員 講…講師 料…料金 持…持ち物 申…申込

	イベント	日時	備考	
村山中藤保育園「櫻」 (地域子育て支援センター) ☎ 562-3143 (中央 1-28-1) ※子育て相談 来所・電話随時 ※入会随時受付 ※申込は来園時登録 ※新型コロナウイルス感染症の状況で 変更・中止になることがあります。 ※来園の際は要検温 申 来園時登録	園庭開放	月～金 9:00～※17日(休)まで	※来園の際は要検温	
	集団遊び「色探し」	2日(火) 11:15ごろ～		
	遊戯「手をつなごう」	3日(水) 11:30ごろ～		
	0歳ひろば	4日・11日(金) 10:00～正午	手形カレンダー 対 0歳児と保護者	
	読み聞かせ	7日・14日(月) 11:15ごろ～		
	リズム遊び	8日(火) 11:15ごろ～	手遊びや簡単なリズム遊びをして遊びます。	
	一緒に子育て「生活リズム」	9日(水) 10:30～11:30	受付終了	
	運動遊び「またぐ・くぐる・ぶら下がる」	10日(木) 11:15～		
	身体測定と健康相談	15日(火) 11:00ごろ～		定 2組ずつ
	製作「糊づけ遊び」	16日(水) 11:00ごろ～		
育児ポイント 「子どもの身体の発達(運動発達)」	17日(木) 10:00～11:00	受付終了		
みらい保育園 ☎ 070-1457-6558 (榎 2-36-1) 【子育て相談】 (電話) 10:00～15:00 ※新型コロナウイルスの感染状況により、 変更・中止になることがあります。 申 1日(火) 10時から電話で受付	園庭開放	月～金 9:30～12:30	室内で遊んでいただくこともあります。 定 1日3組 (来園前に電話)	
	1・2・3月誕生会	8日(火) 9:50～	お誕生月でないお友達もどうぞ 対 0歳～3歳児 定 5組	
	楽しかったね さくらんぼくらぶ	15日(火) ① 9:40～10:30 ② 10:40～11:30	対 ① 1歳半～3歳児 ② 0～1歳半児 定 各回5組	
れんげ武蔵保育園 ☎ 561-3959 (緑が丘 1732-1) 【子育て相談】 (電話) 9:00～16:00 (来所) 10:00～16:00 申 1日(火)から電話で受付	園庭あそび	① 1日(火) 10:30～ ② 15日(火)・23日(水) 10:30～	① フラフープ、ブービーカー ② マットあそび 定 各回5組	
	ウッドバーニングのスプーン作り	8日(火) 10:30～	定 5組	
	楽器あそび	9日(水) 10:30～	定 5組	
	1～3月生まれの子の誕生会	22日(火) 10:30～	お誕生月でないお友達もどうぞ 定 5組	
聖光三ツ藤保育園 ☎ 560-3564 (三ツ藤 3-36-10) 【子育て相談】 (電話) 9:30～16:00 (来所・要予約) 10:00～16:00	園庭遊び シャボン玉作り	16日(水) 10:00～11:00 ※新型コロナウイルスの感染状況 によって異なる場合があります。	定 10組 (電話予約)	
	つみき保育園 ☎ 563-3842 (学園 3-12-1)	つみきっこ広場 (園庭開放)	火 10:00～11:30	お子さまには検温を実施 保護者はマスクの着用を 対 未就学児
子ども家庭支援センター ☎ 590-1152 (市民総合センター 2階) ※新型コロナウイルス感染症予防のため、 混雑時には入れ替えや待機をお願いする 場合があります。また、イベントは中止に なる場合があります。	子どもとその家庭に関するあらゆる相談	月～土 8:30～19:00	対 18歳未満の子どもと保護者	
	ひろば開放	月～土 10:00～16:00	対 0歳～就学前児と保護者	
	0歳ひろば	2日(水) 10:30～	対 0歳児	
	1歳ひろば	9日(水) 10:30～	対 1歳児	
	子どもの非行やいじめなどの心理相談	10日(木) 14:00～17:00	申 要電話予約 (前日まで)	
	出張ひろば	15日(火)・18日(金) 10:00～11:30	所 三ツ木地区会館 (15日(火)) 中原地区集会所 (18日(金))	
	3月生まれのお誕生日会	23日(水) 10:30～	お誕生月でないお友達もどうぞ	
NPO法人 子育て未来ネットこどもと ☎ 070-3128-8454 火・水・木曜日、10:00～14:00 みんなのおうち (神明 4-17-1) 申 子どもカフェの申込は1日(火) から電話で受付 ※新型コロナウイルス感染症防止 のため、中止又は変更となる場 合があります。 HP1005341 (わくわくタイム)	よみきかせ	29日(火) 10:30～	よみきかせ隊「じんじん」による楽 しいパネルシアターもあります。	
	3月生まれの誕生日デー	2日(水)	受付 10:00～13:00	
	ちょこっと広場	① 8日・22日(火) 11:30～ ② 17日(水)・29日(火) 10:30～	① 絵本読み聞かせ ② お外で遊ぼう	
	栄養士による「ちらし寿司」の 作り方&試食会	10日(木) 11:00～	定 5組 (要予約)	
	レジンアクセサリを作りながら新生活に ついて話そう!	15日(火) 10:30～	対 4月から入園や引っ越し等で生活 に変化があるかた 定 4人(要予約) 料 300円(材料費)	
	0歳の集まり赤ちゃん広場「おしゃべり会」	30日(水) 10:30～	定 5組 (要予約)	
わくわくタイム	絵本読み聞かせ、手遊び、ペープサート、 育児相談等	7日(月) 9:30～12:00 14日(月) 9:30～12:00	所 さいかち児童館 ☎ 565-0758 所 山王森児童館 ☎ 560-3037	
	NPO法人いつびよ ファミリー・育はぐ お問い合わせは 右記二次元コードから 申 予約不要・参加自由 HP1007987 (みんなであそぼう!!)	=木や布、手作りおもちゃのあるひろば= ・つながるひろば、育児相談等	3日・17日(木) 9:30～12:00	所 残堀・伊奈平地区児童館 ☎ 560-0770





※原則として、費用の記載のないものは無料です。

催しもの

◆里親制度啓発キャンペーン（日本子ども支援協会）

3月9日(水)午後2時～4時、シニアメイトサービス。のぼり旗を持って立ちます。

☎後藤 ☎ 564-2924

◆憲法と子どもたちの未来（武蔵村山子どもの教育と文化を育てる会）

3月5日(土)午後1時30分～3時30分、市民総合センター3階集会室。国会で憲法改訂の話し合いが進められようとしています。憲法が変わると、子どもたちの未来はどのように変わるのかみなさんと考えたいと思います。お話は、梶谷陽子さん（子どもと教科書全国ネット21 常任委員）です。

☎板谷 ☎ 560-7282

◆定期演奏会（市立一中吹奏楽部）

3月26日(土)開場：午後1時、開演：午後1時30分～3時30分、さくらホール（市民会館）

大ホール
☎嶋田 ☎ 090-7631-7799

◆防災まつり（助け合いクラブ「さんさん山王森」）

3月27日(日)午前10時～正午、山王森公園。消防士の防災講話・体験、非常食の配布、新聞紙・チラシで防災グッズや段ボールでハウスを家族で簡単に手作りしましょう！今後も定期的にイベントを行い、住民同士の繋がりを持ち、助け合いの地域を作りたいと思います。

☎水野 ☎ 560-8947

会員募集

◆囲碁サークル（うろ）

第1～3土曜日、第4水曜日と年間の祝日が対局日。午後1時(集合時間厳守)、大南地区会館。申告段位・級位を持点数とし、手合割表を使って置碁対局をしています。対戦相手は一局毎に交代します。年会費1,000円

☎渡邊 ☎ 090-3877-3043

◆登山・ハイキング（ハイキングクラブアルコ）

第3水曜日午後5時、昭島市公民館。歩くことが全ての原点をモットーに多摩地区の会員80余名が、ほぼ毎週健康歩きを楽しんでいます。

す。66歳以下対象（お試し参加あり）。入会金2,000円、年会費4,000円（スポーツ安全保険込み）。ホームページ：<https://aruko-1999.sakura.ne.jp/>

☎加藤 ☎ 090-5754-8726

◆成人会員入会説明会（武蔵村山市水泳連盟）

3月20日(日)午後1時45分、市民総合センター2階作業室。説明会終了後、無料体験可（水着、水泳帽、ゴーグル要持参）。練習日は原則第1・3日曜日午後3時、スポーツインライ。令和4年度は成人（高校生以上）のみの募集。シニアのかたでも年齢制限はありません。武水連ブログでも情報を掲載。年会費11,000円

☎金子 ☎ 080-1203-4664

加藤 ☎ 090-6199-0185

◆ボランティア出前演奏サークル（フルール）

毎月1回、第3水曜日又は木曜日午後1時30分、市民総合センター2階。オンライン演奏で、デイサービスのご利用者さまたちと一緒に歌を楽しんでいます。練習希望者は毎週火曜日の午後。詳細は要電話連絡。ハーモニカ、オカリナ、キーボード歓迎。会費は無料ですが、入会時にユニフォーム代1,000円が必要です。

☎若杉 ☎ 090-2907-6407



vol.1

前回の問題 可燃ごみ（燃やせるごみ）の中に一番多く含まれているのはどんなごみ？
A：紙ごみ B：生ごみ C：草木類

正解率
約 **64%**

答え **B：生ごみ**



ごみ対策課から

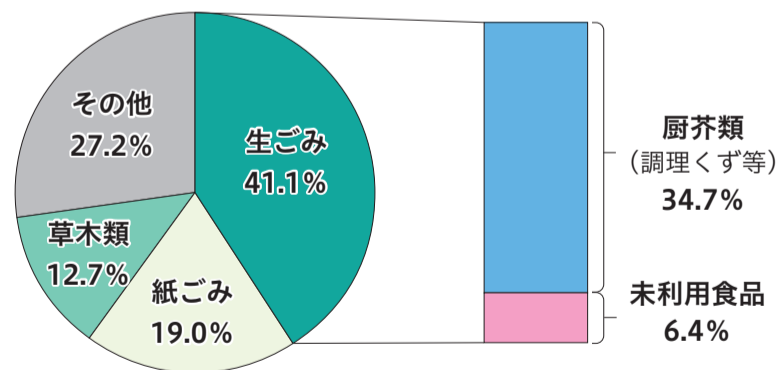
「生ごみが減ると、家庭から出るごみが減ります！」

どのようなごみが、どのくらい含まれているのかを調査したところ、可燃ごみの中には、**生ごみが約40%**含まれていました。

これは**2番目に多い紙ごみと比べても2倍以上**多く含まれていることとなります。

また、生ごみの中には、まだ食べられるのに捨てられてしまった**未利用食品も約6%**含まれています。

子どもたちに良好な環境を引き継ぐためにも、この機会に生ごみの減量に取り組んでみませんか。



家庭ごみ有料化、戸別収集に関する情報はこちら



コラムの感想や、「このことについて教えて！」というリクエストもお待ちしています！



おうちで実践できる6つのこと

- 賞味期限と消費期限は、間違えやすい！**
賞味期限とは、おいしく食べられる期限のこと。捨てる前に、自分で食べられるかどうか判断してみてください！
- 冷蔵庫をチェックしてから、お買い物へ！**
「ない」と思って買ったものが、よく見たら冷蔵庫にあった…。こんなあるあるを防ぐため、事前に確認を！
- 安売りで買ったもの、結局無駄にしちゃった…**
「安いから！」とつい買って、結局食べずに捨ててしまった経験はありませんか？「必要な分だけ」を意識して、食べ物も出費も無駄にならないように！
- 食事は食べ切れる分だけ作ろう！**
それでも余ってしまった場合は、別の料理に活用する等、食べ切る工夫をしましょう。
- 生ごみの水切り、そのひと手間が実は大切！**
生ごみの水分が、カラスや猫に荒らされたり、悪臭発生の原因の一つになることを知っていましたか？水切りをするひと手間が、対策につながります。
- 生ごみ処理機器を活用してみよう！**
市では生ごみ処理機器を購入し、生ごみの減量にご協力いただけるかたに、購入費の一部を補助しています。詳細は右記二次元コードでチェック！



次回の「むさむらごみクイズ」は、「容器包装プラスチックの識別マークはどれ？」について掲載予定です。お楽しみに！

