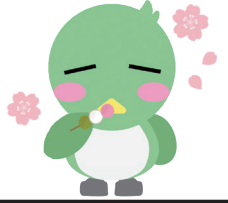




# むさしむらやま



詳細はこちら



# 桜まつり

## 第9回

### ぶら〜りウォーキング in むさし村山

#### 会場イベント

飲食ブースやステージイベント、花嫁行列を開催します。

日時

3月30日(土) (雨天中止)  
午前10時～午後8時

場所

横田児童遊園



#### さくら回廊ライトアップ

3月23日(土)～4月7日(日)  
日没～午後9時(予定)

野山北公園自転車道

※桜の開花状況により期間を変更する場合があります。

#### 桜まつり「おもてなし」

3月23日(土)～4月7日(日)

桜まつりののぼりを掲示している市内のお店で、お得なサービスを提供。桜を見ながらぶら〜りお店巡りをお楽しみください。



問武蔵村山市桜まつり実行委員会事務局 ☎ 560-0634 HP1006228



参加費  
無料

# 高齢者向け健康教室

**対象** 65歳以上の市民で、一人で通うことができ、自分で体調管理ができるかた  
※初参加のかた優先、年度内に1クールまでの参加

**対象外** ●要介護・要支援認定を受けている  
●医師から運動を禁止されている  
●高血圧等の症状があるが、医療管理をされていない  
●手足等にひどいしびれや痛みがある

～トレーニングマシンや体操で介護予防・フレイル予防～  
**筋力アップ教室** **HP1006521**

会場① 村山団地地域ケアセンター（緑が丘 1460 番地 46 号棟）

教室名	期間	曜日	時間
緑が丘 A 教室	4/10～9/25	水	9:30～11:30
緑が丘 B 教室			13:30～15:30
緑が丘 C 教室	4/13～9/28	土	9:30～11:30
緑が丘 D 教室			13:30～15:30

※駐車場はありません。

会場② 伊奈平苑高齢者在宅サービスセンター（伊奈平 6-14-2）

教室名	期間	曜日	時間
伊奈平 A 教室	4/4～6/13	月・木	9:30～11:30
伊奈平 B 教室	4/10～6/26	水	

定員 各教室 8 人（申込先着順）

申込 3月18日(月)～22日(金)に電話又は窓口で受付  
※結果は開始日の1週間前までに郵送でお知らせします。

～まじめにやれば、めっちゃよく効く～  
**ひざ痛予防体操** **HP1005163**

日時 4月11日～8月15日の毎週木曜日、午前10時～正午

※初日は説明会・体力測定のため参加必須

会場 さくらホール(市民会館)展示室

定員 24人



～認知症予防大作戦！～  
**脳のパワーアップ教室** **HP1010613**

会場① 中部地区会館 401（市役所 4 階）

4月9日～8月27日の毎週火曜日、定員 8人

会場② 緑が丘ふれあいセンター

4月10日～8月28日の毎週水曜日、定員 8人

会場③ 残堀・伊奈平地区会館

4月12日～9月6日の毎週金曜日、定員 4人

※時間はいずれも午前10時～11時。初日は説明会のため参加必須

**脳のパワーアップ教室 学習サポーター募集！**

対象 おおむね 65 歳未満の市民で、高齢者との会話を楽しめるかた

謝礼 1 回 1,200 円

申込 3月22日(金)まで電話で受付。詳細はお問い合わせください。  
※説明会：3月26日(火)、研修：3月28日(木)いずれも午前9時30分～、市民総合センター3階中会議室（要出席）

**はがきでの申込方法（各教室応募一人一通まで）**

希望する教室名、氏名（フリガナ）、生年月日、住所、電話番号、参加動機、第1・2希望の会場（脳のパワーアップ教室のみ）を記入し、3月22日(金)（消印有効）までに下記へ郵送してください。

郵送先

「ひざ痛予防体操」「脳パワーアップ教室」の申込宛先  
〒208-0013 大南 5-32-1 介護予防教室ケヤキ

申込多数により抽選となった場合、公開抽選を行います。抽選結果は、各教室開始日の1週間前までに郵送でお知らせします。

日時・場所 = 4月1日(月)午後2時、市民総合センター3階中会議室

☎市民総合センター内高齢福祉課 ☎ 590-1233

## 子育て

**令和7年度より小学校特別支援学級（固定学級）を新たに開設します**

特別な支援を必要とする児童・生徒への教育を一層充実させるため、特別支援学級の整備を進めています。

市内の西部地域から通学する児童の利便性を考え、市立十小に特別支援学級を開設します。

▶開設予定日 = 令和7年4月1日

▶開設校 = 市立十小

▶通級区域 = 原則として市立五中学区圏

▶就学相談 = 市民総合センター3階教育相談室（590-1470）にお電話ください。

▶障害種別 = 知的障害 / 自閉症・情緒障害

☎教育指導課 ☎内線 442 **HP1000877**

**4月16日(火)開室予定 「なかよしルーム」**

保護者の就労の有無に関わらず誰でも、毎週決まった曜日にお子さまを預けることができます。

▶対象 = 幼稚園や保育所等を利用していない0～2歳の未就園児で継続的に利用を希望するかた

▶場所 = 大南つぼみ保育園（大南 3-94-1）

▶申込 = 3月25日(月)から開始予定

※実施内容、利用定員、料金、申込方法等は、お問い合わせください。

※2か月ごとの申込みとなります。

☎子ども青少年課 ☎内線 182

**就学援助費（教育費補助）支給申請の受付** **HP1019963**

経済的な理由により、小・中学校への就学が困難なご家庭に、学用品費等を援助します。申請された月からの援助となります。

詳細は、4月上旬に各学校で配布するお知らせ又は市ホームページをご覧ください。

▶対象 = 次の①・②両方に該当する市民のかた  
①小・中学生のお子さまの保護者

②令和6年度（令和5年分）の世帯全員の所得合計が限度額以下

※世帯全員（学生を除く）の令和6年度（令和5年分）の収入申告手続きを済ませてください。

※令和5年度受給者で令和6年度も引き続き受給希望のかたは申請が必要です。ただし、生活保護を受けているかたの申請は不要です。

※市外の学校に就学するかたは、窓口、電話又は市ホームページをご確認ください。

▶受付方法 = オンライン、郵送、市役所4階教育総務課窓口のいずれかで申請

※申請書は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

☎教育総務課 ☎内線 422

**ファミリー・サポート・センター**

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。

●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歳のお子さまの保護者

**【サポーター会員さん募集中！】**

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。子育ての経験を活かしたいかた、子どもが好きなかた等、まずはお気軽にお問い合わせください。

☎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**

**新型コロナワクチン特例臨時接種（自己負担なし）は3/31日(水)まで**

市から送付されている接種券は、4月1日(月)以降は使用できなくなりますので、接種を希望するかたは、お早めの接種をご検討ください。

詳細は市ホームページ（右記二次元コード）をご覧ください。



新型コロナワクチン接種について（市HP）

**HP1014752**

市コールセンター ☎ 0120-634-101

午前8時30分～午後5時15分  
（土・日曜日、祝日を除く）

新型コロナワクチンコールセンターは3月29日(金)をもって終了します。

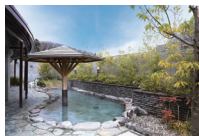




# 市 政

## 村山温泉「かたくりの湯」 **HP1001945**

令和5年4月から一時閉館している村山温泉「かたくりの湯」につきましては、市立温泉施設在り方検討委員会の提言を踏まえた上で、施設を存続していくこととしました。令和7年度中の再開に向けて、今後施設や設備の改修等を進めてまいります。



☎産業観光課 (☎内線 224)

## 4月1日(月)から市内循環バス「MMシャトル」の運賃が変わります **HP1010614**

MMシャトルのサービス継続、収支改善を図るために運賃改定を行います。詳細は市ホームページをご確認ください。

○運賃 料金：現金 (IC)

種別	改定後	改訂前
大 中学生以上	<b>210円 (210円)</b>	180円(178円)
人 障害のあるかた	<b>110円 (105円)</b>	90円 (89円)
小 小学生	<b>110円 (105円)</b>	90円 (89円)
人 障害のあるかた	<b>60円 (53円)</b>	50円 (45円)
未就学児童	無料	
シルバーパス利用者	無料	

※定期券・回数券はありません。また、1日乗車券(500円)の販売は継続します。

☎交通企画・モノレール推進課 (☎内線 273)

## 新年度の固定資産価格や課税台帳の内容を確認できます

### ◆固定資産価格の縦覧(無料) **HP1000240**

▶期間 = 4月1日(月)～5月31日(金)(土・日曜日、祝日を除く)

▶場所 = 市役所課税課窓口

▶対象書類 = 土地価格等・家屋価格等縦覧帳簿

▶利用できるかた = 市に所在する土地又は家屋の固定資産税の納税者

▶持ち物 = 本人確認書類(納税通知書、運転免許証等)

※帳簿のコピー・撮影や、本人所有以外の評価内容の説明はできません。

### ◆固定資産課税台帳の閲覧・記載事項証明書の交付 **HP1000247**

▶期間 = 市役所開庁時ならいつでも

▶場所 = 市役所課税課窓口

## 犬を飼っているかたへ **HP1000566**

### 犬のふんは必ず持ち帰りましょう!



最近、「道路等に犬のふんが放置されていて、困っている」等の苦情が市に多く寄せられています。

放置や埋めたりすることは市の条例で禁止されていますので、絶対にしないでください!

#### ●犬がふんをしたときは.....

マナー袋等にふんを入れ、飼い主の責任において必ず家に持ち帰り、適正に処分してください。



みんなでルールを守って、人もペットも住みやすいまちにしましょう!

#### 犬のふんの放置等でお困りのかた

市役所環境課窓口にて犬の啓発看板の配布を行っています。



☎環境課 (☎内線 296)

# Diversity ~多様性~

ダイバーシティ

東京都が都民から募集した「無意識の思い込みエピソード100選」から、2つのエピソードを紹介합니다。2つのエピソードに登場する「私」と自分が重なるかたもいるのではないのでしょうか。

大きな男性が両手に大きなゴミ袋をぶら下げ、胸に貼り付けたように小さな赤ちゃんをだっこしてゴミ出しをしていた。「えらいなあ」が溢れるようにうかぶ。すれ違い、これが女性なら私は「大変だなあ」になると気付く。男性だと特別で褒められ、女性だと当然からの共感。「ああ染み付いてるなあ...」と思う、我が子を幼稚園に送る朝の日の出来事。【40代女性】



子供が学校に提出する書類の保護者欄、いつも夫の名前を書きました。ある時娘になぜ自分の名を書かないのと聞かれ、「家の代表者がお父さんだから」と答えた自分に違和感が.....。誰からも世帯主を書きなさいと言われていないのに、なぜ私は自分の名を書かない?とおかしな自分に気づきました。娘の一言で自分の思い込みに気づきました。その後は保護者欄に自分の名を書いています。娘に感謝です。【50代女性】



日本の一般的な家庭で、料理・掃除・洗濯を行う人のイメージは?

- ① 主に女性
- ② 主に男性
- ③ 女性と男性で半々
- ④ その他

アンケートフォーム



HP1018657

お答えいただいたかたの中から抽選で20名様に景品をプレゼントします。☎協働推進課(☎内線 242) ※エコバッグは赤・青のいずれか一つをプレゼントします。色は選べません。※写真は景品の一例です。



## よってかっしえクラブ

### ◆フットサル教室

- ▶日時 = 毎週土曜日午後7時～9時
- ▶場所 = 市立小中一貫校村山学園体育館ほか
- ▶参加費 = 1回あたり大人300円、学生200円、別途年会費2,000円

### ◆カジュアルいけばな教室

- ▶日時 = 毎月第1・3水曜日午前10時～11時、午後1時30分～2時30分
- ▶場所 = 公民館さいかち分館
- ▶参加費 = 1回あたり1,000円(花代込)、別途年会費2,000円、免状取得(草月流)コースもあり

※いずれも無料体験可

☎よってかっしえクラブ ☎080-5412-1486  
メール: ishi2005toru@gmail.com

### ▶対象書類 = 固定資産課税台帳

▶内容 =

- ① 自分の資産について記載された部分を閲覧可
- ② 借地・借家対象資産の固定資産課税台帳のうち、一定の事項のみ閲覧可

▶利用できるかた = ①固定資産税納税義務者、②借地人等、借家人等

▶手数料 = 300円(郵送の場合400円)

※縦覧期間中、納税義務者の閲覧(令和6年度分の名寄帳の交付)は無料

☎課税課 (☎内線 126～129)

## 道路に関するお知らせ

土地区画整理事業区域内において、以下の通りお知らせします。詳細は市ホームページへ。

### ◆ゾーン30指定区域 **HP1019988**

歩行者や自転車の安全確保を図ることを目的に、都道新宿青梅線南側～イオンモールむさし村山北側の一部が時速30km規制となります。



区域ここから

### ◆4月3日(水)に道路を開通予定 **HP1019990**

榎東西線の東側交差点部(T字路)の開通を予定しています。また、令和6年度には道路照明設置工事を予定しています。



☎区画整理課 (☎内線 282)



## 催しもの

※原則として、費用の記載のないものは無料です。

## 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

https://musashimurayama.org

※申込は電話、メール、ファクスで

※参加決定後のキャンセルについても参加費をいただきます。

### ◆市民活動体験ワークショップまなぶとできる「手品教室」

▶日時 = 4月11日(木)午前10時～11時30分

▶場所 = 市民総合センター2階会議室

▶定員 = 10人(応募者多数の場合は抽選)

▶講師 = 村山手品同好会(登録団体)

▶参加費 = 500円

▶申込 = 4月3日(水)午後5時まで



## 総合体育館からのお知らせ

☎☎520-0082

### ■無料体験教室 Jr. 室内テニス

- ▶日程 = 4月12日(金)午後5時～6時15分
- ▶場所 = 第一体育室
- ▶対象 = 小学1～6年生
- ▶定員 = 12人(申込先着順)



### ■期間限定イベント

#### 美姿勢・骨盤エクササイズ

- ▶日程 = 4月19日～6月28日(5月3日を除く)金曜日午後0時50分～1時50分
- ▶場所 = 第三体育室
- ▶対象 = 高校生相当以上のかた
- ▶定員 = 32人(申込先着順)
- ▶参加費 = 5,500円/10回
- ▶その他 = 4月12日(金)無料体験あり

詳細はこちら



#### ー共通事項ー

- ▶申込 = 3月18日(月)午前9時から電話又は窓口にて受付

## 訂正とお詫び

市報むさしむらやま3月1日号(第1122号)9ページ「ママトコフェスティバル～孤育てから心育てに～(ママトコ)」において誤りがありました。訂正してお詫び申し上げます。

誤: mamatoko.net@gma

正: mamatoko.net@gmail.com



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。





### 村山学園 やってみかんパニー ～校内で採れたみかんでジャム作り～



市立小中一貫校村山学園では、放課後の時間を活用し、児童・生徒たちが「やってみかんパニー」という会社を立ち上げ、経営を学んでいます。昨年12月に校内で収穫したみかんでジャムにし、児童・生徒の各家庭向けに販売したところ、完売しました！



みかんジャムが出来る様子を YouTube ショート動画（右記二次元コード）にて公開中！



### 市立二小 まちづくり学習発表会 ～武蔵村山市をアピールするための取り組み～



2月28日に、市立二小で五年生たちによるまちづくり学習発表会が行われました。児童自身が身近な人に武蔵村山市のいいところを調査し、どのようにして市の良さをアピールするか等を考えて発表しました。

### モノレール延伸PRボールペン販売！

3/15 金から市政情報コーナーで販売！

ボールペンの売上金は、全額「多摩都市モノレール基金」に積み立てます。

HP1002070

¥250



☎ 交通企画・モノレール推進課（☎内線 273・279）

## 食育通信 vol.41

### 「地場野菜を食べよう」

武蔵村山市栄養連絡会

地場の食材とは、自分が住んでいる地域で収穫される野菜等のことをいいます。武蔵村山市では沢山の種類の野菜や果物が生産されています。学校給食では、生産者の皆さんの協力のもと、収穫されたばかりの新鮮な地場野菜・果物をできる限り使用しています。

地場野菜のメリットは、季節ごとに収穫される旬の野菜を食べられること、収穫されてからの輸送時間が短く、新鮮なため栄養価が保たれた状態であること、そして生産者のかたがたの顔が分かるので安心して食べられることです。3月の給食には地場野菜の小松菜、人参、長ねぎをよく使用しています。緑黄色野菜である小松菜、人参はβ-カロテンを多く含みます。β-カロテンは体内でビタミンAに変換され、皮膚や粘膜を丈夫にするなどの働きがあります。脂溶性のビタミンなので油との相性がよく、油を使った炒め物などで調理すると、吸収率が高まることが知られています。そこで、小松菜と油を使用した春らしい色合いの給食レシピ「ミモザソテー」を紹介します。

直売所や地元のスーパーなどで見かけた際には、ご家庭でもぜひ、地場野菜・果物を食卓にとり入れてみてはいかがでしょうか？

### 地産地消をもっと身近に！



#### 地産地消と学校給食

動画はこちら



#### 武蔵村山市直売マップ

市内のさまざまな野菜・果物等の直売所が載っています。ぜひ、お立ち寄りください。



### ミモザソテー



#### ～材料（大人2人分）～

小松菜	1/4 束 (60g)	塩・こしょう	少々
キャベツ	1 枚 (40g)	しょうゆ	少々
卵	1 個	油	適量
ベーコン	10 g		

#### ～作り方～

- 1 小松菜とキャベツを2～3cmに切る。ベーコンも2cmくらいの短冊切りにする。
- 2 溶いた卵に塩・こしょうを少々加えて混ぜる。
- 3 フライパンに油を熱し、②の卵液をさっと炒めて、一度取り出す。
- 4 空いたフライパンでベーコンを炒め、小松菜・キャベツを加え炒め、しょうゆで味付けをする。
- 5 ③を戻し入れ、フライパンの中で軽く炒め合わせる。

