



むさしむらやま

市の人口と世帯(速報値)	
令和6年5月1日現在(前月比)	
男	35,172人(+9人)
女	35,704人(+6人)
合計	70,876人(+15人)
世帯数	33,057世帯(+63世帯)

商店街へ行ってみよう



まちの魅力再発見

現在、市内では5つの商店会が活動していますが、それぞれがどこにあるかご存じですか？長い間地元のかたがたから愛され続けるお店や、新たにオープンしたお店など、行ってみると意外と知らないお店があるかも…？

▶特集は2ページへ！

魅力再発見！ 市内商店街マップ

横中商店会 (本町)

昔と比べてお店の数は減ってしまいましたが、地域で愛される昔ながらのお店が残っています。中には明治時代から続くお店もありますので、ぜひお越しください。



横中商店会会長
比留間 喜義さん

村山アメ横通り商店会 (学園)

団地ができた頃から60年近く続く商店街です。周辺のお店と協力して、毎月15日に使えるクーポンを配布する「MMひまわり商店街」を行っています。これからも色々なイベントを行っています。



村山アメ横通り商店会会長
岩瀬 成朋さん

元町ココロ商店会 (学園)

昔はココロお店が変わっていたため、この名前が付きましました。現在は学園にあるココロセンターとその周辺に、有名なラーメン店や歯医者等、色々なお店が並んでいます。



元町ココロ商店会会長
細野 勝さん

村山中央ショッピングセンター商店会 (学園)

地元のかたがたに愛されながら、60年近く続いている商店街です。毎月買い物スタンプラリーを実施したり、毎年夏と冬に福引きイベントを実施しています。



村山中央ショッピングセンター商店会会長
高 哲也さん

村山団地中央商店会 (緑が丘)

団地にお住いの高齢者のかたを送迎する「まいど～宅配」サービスが特徴です。その他にも毎月の売り出しや偶数月には出店や包丁研ぎを行う等、各種イベントを実施しています。



村山団地中央商店会会長
下田 浩司さん

令和6年度商店街チャレンジ戦略支援事業 HP1008649 商店街でお買い物をしよう！

以下の商店会で、一定額お買い物をすると参加できる抽選会を実施します。

村山中央ショッピングセンター商店会 景品 お米、商店会商品券等

- 中元福引き売り出し 7月1日(月)～15日(月)
- 歳末福引き売り出し 12月1日(日)～17日(火)

横中商店会 景品 お米、福袋(歳末)等

- 中元セール「お楽しみスピードくじ」 7月1日(月)～27日(土)
- 歳末セール「大抽選会！」 11月11日(月)～12月8日(日)

村山団地中央商店会 同時開催 長野県栄村物産展

- 秋のお楽しみセール 10月14日(月・祝)～18日(金)

※上記の内容は現時点での予定です。イベントの詳細については、各商店会のチラシ等をご確認ください。

開業者募集！ 空き店舗活用補助金



改修費用補助
上限 30万円

家賃補助
上限 5万円/月
×最大10か月

市内の商店街の空き店舗を使って開業するかたを対象に、改修費用や家賃の一部を補助します。補助を受けるには、当該地域の商店会への加入等、さまざまな要件があります。詳細は市役所産業観光課へお問い合わせください。

問 産業観光課 (☎内線 227)



6月は環境月間

6月5日の世界環境デーに合わせ、日本では6月を環境月間と定めています。小さな積み重ねが環境改善につながります。

令和6年度地球環境保全ポスター・標語コンクール入選者(敬称略)

ポスターコンクール最優秀賞



市立五中
関崎 初奈

標語コンクール最優秀賞

守りたい
緑豊かな
村山を



市立小中一貫校
大南学園四中
下田 幸輝

ポスターコンクール入選者一覧

【優秀賞】(一中) 川田夏巳 / 木村優海 / 峯島天音 / 西山幹渚 / 三宅珈凜 / 湯田一花 / (小中一貫校村山学園二中) 小田島柚実 / 牛塚楓菜 / 嶋崎雅 / (小中一貫校大南学園四中) 山口紗菜恵 / 安福瑠七 / 菅原光七海 / (五中) 吉田心桃 / 垂水大地 / 末田真子 / 鈴木和真

標語コンクール入選者一覧

【優秀賞】(一中) 服部新 / 稲葉菜月 / 庄司昂 / 岩淵龍 / 田中大葵 / 中村駿之介 / (小中一貫校村山学園二中) 安永成美 / 大竹美海 / (三中) 根本東輝 / 塚田矜介 / 落合英汰 / (小中一貫校大南学園四中) 三浦太智 / 古門旦羅 / (五中) 三瓶佑樹 / 杉本理衣沙 / 中川心月 / 藤田那央 / グエン大喜

パネル展

最優秀作品をはじめ、全ての優秀作品を展示します。

- 日程 6月3日(月)午前8時30分～7日(金)午後3時
- 場所 市役所1階ロビー

☎環境課 (☎内線 296) **HP1018606**

4R みんなでやろう ごみ減量

ごみを出さない3つのR

- Refuse (リフューズ) …ごみになるものは断る。
- Reduce (リデュース) …ごみを減らす。
- Reuse (リユース) …使えるものは繰り返し使う。



それでも不用となったときは+1R

- Recycle (リサイクル) …使えなくなったものを資源に。

☎ごみ対策課 (☎内線 292) **HP1018277**

毎月第3週はフードドライブウィーク

ご家庭で余っている食品をご提供いただき、子ども食堂や社会福祉協議会へ寄附しています。令和5年度は130.5kgもの食品を提供いただきました！引き続き、フードドライブへのご協力をお願いします。

- 回収日時 毎月第3週月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時 ※祝日を除く
- 回収場所 市役所ごみ対策課

☎ごみ対策課 (☎内線 292) **HP1010286**

ミニ・キエーロ[※]工作教室

※土の入ったプランター等に生ごみを埋め、微生物の力で生ごみを分解するシンプルな生ごみ処理容器

- 対象 市内在住でミニ・キエーロ(横幅50cm程度)を持ち帰ることができるか※小学生は保護者同伴
- 日時 6月8日(土)午前10時～11時30分
6月18日(火)午後6時30分～8時
6月19日(水)午後6時30分～8時
- 場所 さくらホール(市民会館) 展示室
- 定員 各回10組(申込先着順)
- 申込 6月3日(月)午前8時30分から各回前日までに市役所ごみ対策課に電話又は市ホームページから申込➡



☎ごみ対策課 (☎内線 292) **HP1016235**

6月は食育月間

食育通信 vol.42 「若い世代・働き盛りの世代の食育」

武蔵村山市栄養連絡会

若い世代は学業や仕事、子育てに忙しく、食に関する多くの課題があっても、健康であるがゆえにその大切さや必要性を感じていないかもしれません。20歳代～30歳代はこれから親になる世代でもあり、健全な食生活の実践力を身につけていくことは、次世代につなげるためにも必要です。心もからだも健康で、質の高い生活を送るために、「食べること」について考えてみませんか？

朝ごはんを食べる



忙しくて作る時間がなくても、バナナとヨーグルトやシリアルと牛乳等、まずは何か食べて習慣化することが大切です。

健康的な食事の取り方

栄養バランスを整えるには、**主食・主菜・副菜**を組み合わせた食事を1日2回以上食べることがおすすめです。

あと一皿野菜料理を増やす

旬の野菜を知ると、コスパの良い買い物ができます。カット野菜や冷凍野菜も活用しましょう。



若い女性の痩せに注意!

無理なダイエットは生理不順等を招く一因になります。しっかり食べて、しっかり体を動かして適正体重をめざしましょう。

時間がなくて忙しい

仕事等が忙しくて、夕食が夜遅くなってしまうときは、夕方と夜で2食に分けましょう。



～冷凍野菜活用レシピ～

豆腐とオクラのスープ



ネギやカニカマを入れたりアレンジはいろいろ!



～材料(大人2人分)～

豆腐	75g	ごま	小さじ1/2
冷凍きざみオクラ	20g	顆粒中華だし	小さじ1/2
乾燥わかめ	2g	A-しょうゆ	小さじ1
ごま油	小さじ1/2	水	150ml

～作り方～

- 1 豆腐をスプーンですくって、スープ皿に入れる。
- 2 ①にオクラ、わかめ、Aを入れて電子レンジ600wで3分間温める。
- 3 仕上げに、ごま油とごまを入れ、軽く混ぜ合わせる。

食と歯に関する図書展示・貸出

食育月間と歯と口の健康週間に合わせて、実施します!

- ▶ 期間 = 6月10日(月)～30日(日)(休館日を除く)
- ▶ 場所 = 雷塚図書館



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。

健康

骨粗しょう症 ～あなたの骨は、大丈夫ですか～

◆骨粗しょう症検診 **HP1000769**

▶日時 = 7月～12月の火・水・木曜日（祝日を除く）いずれも午後3時～4時

※希望日の2週間前までに要予約

▶場所 = 村山医療センター（学園2-37-1）

▶内容 = X線撮影法による骨密度測定

▶対象 = 下表の年齢に該当する女性市民

基準年齢	生年月日
40歳	昭和59年4月2日生～ 昭和60年4月1日生
45歳	昭和54年4月2日生～ 昭和55年4月1日生
50歳	昭和49年4月2日生～ 昭和50年4月1日生
55歳	昭和44年4月2日生～ 昭和45年4月1日生
60歳	昭和39年4月2日生～ 昭和40年4月1日生
65歳	昭和34年4月2日生～ 昭和35年4月1日生
70歳	昭和29年4月2日生～ 昭和30年4月1日生

▶定員 = 224人（申込先着順）

▶申込 = 6月3日（月）から村山医療センター骨粗しょう症検診予約係（☎561-1221 内線704）で受付

※受付時間は月～金曜日（祝日を除く）午前10時～午後3時

◆骨粗しょう症予防教室（2日間コース）

HP1000785

▶日時 = ①7月3日（水）午後2時～4時40分

②7月4日（木）午後1時30分～4時

- ▶場所 = 保健相談センター
- ▶内容 = ①骨波形測定、医師のお話、体操
②栄養のお話、歯科のお話と実習
- ▶対象 = 20歳以上の市民のかた
- ▶定員 = 8人（申込先着順）
- ▶持ち物 = 動きやすい服装・靴、タオル、飲み物、歯ブラシ、手鏡、健康手帳（お持ちのかた）
- ▶申込 = 6月3日（月）午前9時から電話で受付

☎保健相談センター ☎565-9315

結核検診（胸部レントゲン） **HP1000764**

▶日時 = 6月18日（火）午前10時～11時30分

▶場所 = 保健相談センター

▶対象 = 65歳以上の市民のかた

▶持ち物 = 年齢の確認できるもの（健康保険証等）

※予約不要。直接会場へ

※1年間に1人1回の受診となります。

☎保健相談センター ☎565-9315

夏の食中毒を防ぎましょう！

●食中毒を予防するための3つのポイント

- ①ばい菌をつけない！基本は「手洗い」
- ②ばい菌を増やさない！低温保存が原則
- ③加熱してばい菌をやっつける

●冷蔵品は10℃以下、冷凍品は-15℃以下で保存しましょう！

冷蔵庫を開けると、一般的に3秒以内なら庫内温度はほとんど上昇せず、5秒で1℃、10秒で3℃くらい庫内温度が上昇してしまいます。

●肉の生食・加熱不足による食中毒

O-157等による食中毒は、加熱が不十分な肉料理を食べたりすることにより発生しています。肉を生焼けのまま食べないようにすることや、生肉に触れた調理器具（トングやはし等）を食事時に使用しないことが大切です。

☎保健相談センター ☎565-9315

脱メタボ！特定健康診査

生活習慣病の早期発見・予防のために、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健康診査を実施します。

▶受診期間 = 6月1日（土）～11月8日（金）

▶対象 =

①特定健康診査・特定保健指導 **HP1000765**
40歳～74歳のかた（武蔵村山市国民健康保険加入者）

②後期高齢者医療健康診査 **HP1006609**
75歳以上のかた（後期高齢者医療制度加入者）

③無保険者健康診査・保健指導 **HP1008500**
40歳以上の無保険者のかた

▶受診方法 = 対象者には個別に通知します。市指定の医療機関（東大和市の医療機関も含む）にご予約の上、受診してください。

※国民健康保険又は後期高齢者医療制度以外の健康保険に加入されているかたの特定健康診査および特定保健指導は、各医療保険者が実施しますので、詳細は各医療保険者にお問い合わせください。

※健診を受診されていない国民健康保険加入者を対象に、ショートメッセージサービス（SMS）を活用して、市から受診のご案内をする場合があります。

☎保健相談センター ☎565-9315

※国民健康保険・後期高齢者医療制度については保険年金課（☎内線134・138）へ



5月31日（金）～6月6日（木）は「禁煙週間」

たばこの健康影響を知ろう！ **HP1012768**

WHO（世界保健機関）は、5月31日を「世界禁煙デー」と定め、喫煙しないことが一般的な社会習慣となることを目指した「たばこか健康に関する活動計画」を開始しました。

厚生労働省が定めた「禁煙週間」では、禁煙および受動喫煙防止の普及啓発を行っています。

喫煙はがん以外にも、脳血管疾患、虚血性心疾患、糖尿病、骨粗しょう症等の病気のリスクを高めます。

また喫煙は喫煙者本人にとどまらず、周囲の人にまで悪影響を及ぼします。

市では、令和5年度から禁煙治療費の一部助成を実施しています。詳細は、市ホームページをご覧ください。保健相談センターにお問い合わせください。

この機会に禁煙や受動喫煙防止について考えてみましょう。

☎保健相談センター ☎565-9315



6月は「蚊の発生防止強化月間」

蚊の発生を未然に防ぎましょう

東京都では、蚊が本格的に発生する6月を「蚊の発生防止強化月間」として、集中的な啓発活動を実施します。

デング熱やジカウイルス感染症等の蚊が媒介する感染症の発生を未然に防止するためには、日頃から蚊の発生を抑制するとともに、蚊に刺されないようにすることが大切です。

【対策】

- 不要なものは片付ける
- たまり水をなくす
- ためておく必要のある水は、週1回程度清掃や水の入れ替えを行う

☎環境課（☎内線296）



歯周病検診

☎保健相談センター ☎565-9315

HP1005483

▶受診期間 = 6月3日（月）～11月30日（土）

▶内容 = 問診、歯科検診、歯周ポケット測定、結果指導等

▶対象 = 40歳以上の市民

※令和6年度に40歳となるかたを含む

▶定員 = 450人（申込先着順）

▶持ち物 = 健康保険証 ▶費用 = 無料

▶申込 = 下表の指定歯科医療機関へ電話予約※受診期間内1人1回まで

表 指定歯科医療機関

地域	歯科医療機関名	所在地	電話番号
大南	榎本歯科医院	大南 1-125-3	564-3490
	三條歯科医院	大南 4-15-3 リバーアイランドII	563-9987
	長尾歯科医院	大南 3-66-11	565-1608
	宮田歯科医院	大南 1-127 クリハラビルA棟 2F-201	566-0018
	メトロ歯科医院	大南 5-69-2	563-2418
学園	北多摩歯科	学園 3-41-4 峯岸ビル2F	565-6618
	さしだ歯科医院	学園 5-31-1	562-6670
	高橋歯科医院	学園 3-102 田島マンション102	565-3621
	長崎歯科医院	学園 3-59-5	561-9672
残堀	乙幡歯科医院	残堀 5-101-3	560-9807
神明	土方歯科クリニック	神明 2-14-2	565-6541
中原	永島歯科医院	中原 1-16-3	560-4618
	中原歯科医院	中原 2-7-19	520-8239
本町	いとう歯科医院	本町 1-2-6	561-4487
	小山歯科クリニック	本町 1-49-2	560-0057
	宮崎歯科医院	本町 2-72-1	560-4182
三ツ藤	比留間歯科医院	三ツ藤 1-109-1	569-2226
緑が丘	田島歯科医院	緑が丘 1679-50-60	564-7758



65歳以上のかたには、お口の機能（お口の乾燥状態、舌の機能や飲み込みの機能等）の検査も行います。

お口の渴きやむせが気になるかたはぜひお受けください。



急患診療

持ち物：健康保険証、医療証（乳・子・青・親・障等）

【小児科・内科】 休日・休日準夜（日曜・祝日）

受診前に必ずお問い合わせの上ご来所ください。 **HP1000778**

	受付時間	診療時間
1	午前9時～ 11時30分	午前9時30分～ 正午
2	午後1時～4時	午後1時～ 4時30分
3	午後5時30分～ 8時30分	午後6時～9時

場所：保健相談センター1階
 武蔵村山市医師会 ☎ 564-4114

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療室
 ☎ 566-3111 **HP1000778**

6月の休日歯科（歯科急患） **HP1000782**

	受付時間	診療時間
1	午前9時～ 11時30分	午前9時30分～ 正午
2	午後1時～4時	午後1時～ 4時30分

2日(日) 長崎 学園3-59-5
 歯科医院 ☎ 561-9672

9日(日) 永島 中原1-16-3
 歯科医院 ☎ 560-4618

16日(日) 比留間 三ツ藤1-109-1
 歯科医院 ☎ 569-2226

23日(日) 宮崎 本町2-72-1
 歯科医院 ☎ 560-4182

30日(日) 宮田 大南1-127 ｸｯﾊﾞﾙ
 歯科医院 A棟2F201
 ☎ 566-0018

武蔵村山市歯科医師会 ☎ 562-2743

無料 各種がん検診（前期）

申込期間 6月1日(土)～30日(日) (消印有効)

子宮・乳がんセット検診(前期)

▶ 検診日程・場所＝

日程	場所
8月	20日(火) 保健相談センター
	24日(土) 市民総合センター
	27日(火) 残堀・伊奈平地区会館
9月	9日(月) 大南地区会館
	18日(水) 保健相談センター
10月	24日(火) 三ツ木地区会館
	1日(火) 保健相談センター

※午前又は午後をお選びください。詳しい検診時間は個別に通知します。

▶ 対象＝40歳以上の女性市民のかた（令和6年4月1日時点）

▶ 定員＝420人（応募者多数の場合は抽選）

▶ 検査方法＝問診・視診・細胞診（子宮頸部）・マンモグラフィ検査

乳がん検診(前期)

▶ 受診期間＝9月～11月（休診日を除く）

▶ 医療機関＝武蔵村山病院

▶ 対象＝41歳以上の女性市民のかた（令和6年4月1日時点）

※40歳（昭和58年4月2日～昭和59年4月1日生まれ）のかたには、別に乳がん検診の無料クーポン券を7月上旬にお送りします。詳細はお問い合わせください。

▶ 定員＝200人（応募者多数の場合は抽選）

▶ 検査方法＝問診・マンモグラフィ検査

【各検診共通】

※抽選結果は7月下旬ごろにお知らせします。

※隔年（2年に1回）検診のため、昨年度（令和5年4月1日～令和6年3月31日）に子宮頸がん検診および子宮・乳がんセット検診を受診されたかた（クーポン券も含む）は受診不可

申込方法は、3とおり

1 郵便はがき

【宛先】〒208-0004 本町1-23
 保健相談センター検診係

【裏面】①希望の検診名 ②氏名（フリガナ）
 ③生年月日・年齢 ④住所 ⑤日中連絡がとれる電話番号

2 保健相談センター窓口（本町1-23）

窓口に設置してある申込用紙に必要事項を記入の上、申込期間中の午前8時30分～午後5時15分に提出（土・日曜日、祝日を除く）

3 電子申請

市ホームページ **HP1017046** 又は右記二次元コードへ

※メンテナンスにより利用できない時間帯があります。

※今年度から申込フォームが新しくなりました。以前の申込フォームから受付ができなくなりますので、ご注意ください。

【各検診共通】

※電話申込不可。申し込みは各検診1人1通まで。同じ検診への重複申込の場合は無効

保健相談センター ☎ 565-9315 ※電話での申込不可 **HP1005882**

市民の健康

vol.544

「外科手術前の口腔ケアについて」

武蔵村山市歯科医師会提供（文責：比留間修一）

外科手術前に行われる口腔ケアの意義は手術後の合併症を予防することです。合併症のなかでも、手術後に口腔内の細菌が増殖し、その細菌が下気道に吸引されることで起こる誤嚥性肺炎を予防することが口腔ケアの大きな目的となります。手術中に経口挿管を行う際、口腔内が不潔ですと挿管チューブを介して細菌が気管内に入ってしまう恐れがあるので、手術前の口腔ケアは見逃せません。

同時に歯周病やむし歯を治療しないで放置している場合は歯周病やむし歯の細菌が炎症を起こす物質を生成し、その物質が血管を通して前述した肺炎や血管系に由来する病気（心臓疾患、糖尿病、菌

血症）の原因となるといわれているので、できれば手術前に治療を済ませておくことが望ましいです。また、手術前に口腔乾燥が認められる場合には、口渇感や不快感を与えるだけでなく発語や嚥下が困難となり口腔粘膜の乾燥によって口内炎が生じ、さらに乾燥が著しくなると潰瘍の形成や出血、感染の危険性の増加といったように手術そのものに大きなリスクを負わせてしまいます。したがって保湿も術前の口腔ケアの重要なポイントとなります。

実際の口腔ケアにおいては、出来る限り口腔内の悪玉菌を除去しておくことが必要です。うがいの励行も必要です。

健康な時とは違い身体の活動が落ち発語も少なくなるので唾液分泌が低下し、口臭が生じたり、投薬による消化器の不快感などが起こりやすいものです。口臭予防や爽快感のためにもうがいも大切です。頬側内に水を打ち付ける「ぶくぶくうがい」や咽頭部を刺激しながら洗浄効果を期待する「がらがらうがい」は口腔リハビリにもつながります。術後に口から飲んだり食べたりできる行為は至福の喜びにつながります。

生きている実感そして早い回復につながるための口腔ケアと口腔リハビリは必須です。また、日頃健康な時から歯科医院へ定期的に受診し歯磨き法や口腔ケアの指導を受けて口腔環境を良好にしておくことを心掛けながら生活していきましょう。

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。

今年の夏も
暑い

熱中症にご注意を!

☎保健相談センター ☎ 565-9315 HP1000742



猛暑時の避難場所を開設します

実施期間

6月1日(土)～9月30日(月)

午前9時30分～午後4時30分

※時間は各施設によって異なる場合があります。
各施設の休館日やイベント開催日等は開設しません。

詳細はこちら



HP1000796

日中、猛暑時における熱中症対策として、避難場所を下記のとおり開設します。お気軽にお立ち寄りください。

施設名	休館日
市役所本庁舎	土・日曜日 祝日
緑が丘出張所	
緑が丘ふれあいセンター 福祉会館	第1月曜日
第二老人福祉館 第三老人福祉館 第四老人福祉館 第五老人福祉館 さいかち老人福祉館	第1日曜日
公民館	
公民館さいかち分館	
大南地区会館	
雷塚地区会館	
残堀・伊奈平地区会館 中藤地区会館 三ツ木地区会館 さくらホール(市民会館) 総合体育館	第1月曜日

施設名	休館日
雷塚図書館	第1月曜日 第3水曜日
大南地区図書館	
残堀・伊奈平地区図書館	
中久保図書館	
中藤地区図書館	
三ツ木地区図書館	日曜日・祝日
西部地域包括支援センター	
緑が丘地域包括支援センター	日曜日
ふらっとコミュニティみどり (村山団地高齢者みまもり相談室)	土・日曜日 祝日
山王森児童館	日曜日・祝日 第2火曜日
さいかち児童館	日曜日・祝日 第4火曜日
保健相談センター	土・日曜日 祝日
市民総合センター	第4日曜日

- ### 熱中症予防のポイント
- のどが渇かなくてもこまめに水分補給
 - 部屋の温度や湿度をチェックし、窓を開けて通気を良くしたり、エアコンや扇風機を上手に使用して、温度を調整する
 - 外出時は日傘や帽子、通気性の良い服装を着用する
 - 日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりを心がける

熱中症が疑われる人を見かけたら...

涼しい場所へ移動させ、体を冷やし、水分・塩分(スポーツドリンク等)を補給させてください。
また、自分で水が飲めない、脱力感が強く動けない、意識障害がある場合は、すぐに救急車を呼んでください。

救急車を呼んだ方がいいか迷った場合...

東京消防庁救急相談センター (24時間医療機関案内)

☎ #7119 又は 042-521-2323

熱中症警戒アラートで事前に対策をしよう!

環境省・気象庁から熱中症の危険性が極めて高いと予想される日の、前日又は当日に都道府県ごとに発表されます。環境省熱中症警戒アラートサイト(下記二次元コード)から確認いただけます。
また、熱中症警戒アラートの発表や暑さ指数の情報をLINE(下記二次元コード)で受け取ることができます。

環境省熱中症警戒アラートサイト



環境省LINEアカウント



官公署等からのお知らせ

◆【6月1日～30日】～浸水ゼロ・安全・快適! 下水道～浸水対策強化月間(東京都下水道局) 6月を「浸水対策強化月間」と定め、都民の皆さまに浸水への備えをお願いしています。道路にある雨水ますや側溝がふさがっていると、雨水が流れません。雨水ますや側溝にごみを入れたり、物を置いたりしないようお願いいたします。また、東京の雨が一目でわかる東京アメッシュ(右記二次元コード)で降雨情報を配信していますのでご活用ください

☎計画課 ☎ 042-527-4828 HP1006546

サマーランド 武蔵村山市民感謝デー 6月8日(土)～10日(月)

1Dayパスがお得に利用できます!

対象
市内在住・在学のかた

利用方法
来園日指定チケットを下記二次元コードから来園者人数分購入 ※1人10枚まで(無料含む)

☎(株)東京サマーランド ☎ 042-558-6511

区分		正規料金	特別優待料金
1Day パス	大人	2,600円 / 3,600円	1,000円 / 1,500円
	中学生	2,100円 / 3,200円	無料
	小学生	1,500円 / 2,600円	
	幼児	1,000円 / 1,900円	
	シニア		

※料金は平日料金 / 休日料金
※大人: 高校生～64歳、幼児: 3歳～未就学児、シニア: 65歳以上

◆「第22回多摩ブルー・グリーン賞」募集(多摩信用金庫)

多摩地域の中小企業の活性化と地域経済の振興に寄与することを目的とした顕彰制度です。

- 多摩ブルー賞: 優れた技術・製品を表彰
- 多摩グリーン賞: 新しいビジネスモデルを表彰

▶記念品 = 各最優秀賞: 副賞100万円、各優秀賞: 副賞50万円を贈呈

▶応募資格 = 多摩地域と周辺地域に事業拠点を置く中小企業・個人事業主等

▶応募期間 = 7月26日(金)まで

☎多摩ブルー・グリーン賞事務局 ☎ 042-526-7728

情報局 原迪子さんが日本手工芸美術展グランプリを受賞



市内在住の原迪子さんが、日本手工芸美術協会主催の第46回日本手工芸美術展でグランプリを受賞されました。

原さんは、ピカソのゲルニカの絵をフランス刺繍にして作品を制作されました。市の文化協会にも所属されており、これからも作品制作を通して市の文化活動においてご活躍をご期待いたします。

お互いさまサロン

南部地区

☎南部地域包括支援センター ☎ 590-1477

地区	サロン名	開催日	場所
大南	おおみなみ	水曜日(不定期) 10:00～11:30	大南地区会館等
	すっきり体操	第2・4金曜日 10:00～11:30	新大南地区集会所
	平和台	第2土曜日 10:30～12:00	新大南地区集会所
	大南コナンクラブ	毎週金曜日(第5は休み) 14:00～15:30	湖南地区集会所等
	スマイル	第3又は第4土曜日 10:00～11:30	大南公園地区集会所
	大南公園	毎月20日 10:30～12:00	大南公園地区集会所等
学園・榎	日の出	第4火曜日 10:00～12:00	日の出自治会館
学園	やよい会	毎週月曜日(月4回) 10:00～11:30	市民総合センター
	介護予防リーダー会	月曜日(月2回) 13:30～15:00	市民総合センター
	自立生活体操 クラブ武蔵村山	毎週火曜日(月4回) 9:00～10:30	市民総合センター
	YOGA	第1・3火曜日 10:00～11:30	市民総合センター等
	ハーモニー	第3木曜日 9:45～11:15	市民総合センター等
	Enjoy Do-Re-Mi!	第4木曜日 10:00～11:30	市民総合センター
	ひざ痛予防体操 1/4 拍子会	毎週金曜日 10:00～12:00	市民総合センター等
	歌の友	第3金曜日 13:45～16:15	市民総合センター
	ケーエムシー	第2水曜日(男性) 第4水曜日(女性) 9:20～12:00	特別養護老人ホーム むさし村山苑
	むさし村山苑	第2・4木曜日 9:30～11:30	特別養護老人ホーム むさし村山苑
	コスモス	第2・4木曜日 13:00～15:00	雷塚地区会館等

西部地区

☎西部地域包括支援センター ☎ 560-3931

地区	サロン名	開催日	場所
伊奈平	にこっと	第1火曜日 10:00～11:30	ダイエー武蔵村山店
	ちょこっと農園 伊奈平	第2土曜日 9:30～11:00 (6-9月は第2・4土曜日)	特別養護老人ホーム 伊奈平苑
残堀	手芸の会 ひまわり	第2月曜日 10:00～11:30	残堀・伊奈平地区会館
	さざんか	毎週火曜日(第5は休み) 13:00～15:00	残堀・伊奈平地区会館
	自立生活体操クラブ 残堀	毎週水曜日 9:00～10:30	残堀・伊奈平地区会館
	きらめき	第1週のみ水曜日、2週以降は月曜日(第5は休み) 13:30～15:00	残堀・伊奈平地区会館
	くるみの会	第1・3木曜日 13:30～15:00	残堀・伊奈平地区会館
	いきいきクラブ	毎週金曜日(第5は休み) 13:00～15:00	残堀・伊奈平地区会館
中原	あったかサロン 中原	第2水曜日 10:00～11:30	中原地区集会所
三ツ木	わかいっしょ倶楽部 健康麻雀の会	第2・3火曜日 13:00～17:00	三ツ木地区会館 (研修室)
	エンジョイ体操	第1・3金曜日 10:00～11:30	三ツ木地区会館
	いずみ幼稚園	月曜日(不定期) 10:00～11:30	いずみ幼稚園
三ツ藤	あじさいの会	第1・3月曜日 10:00～11:30	三ツ藤自治会館
	みつわ	第2・3・4木曜日 10:00～11:30	三ツ藤自治会館
	三ツ藤	第1土曜日(祝日開催) 10:00～11:30	当面の間、 三ツ藤自治会館
	あすは	第2火曜日 13:30～15:00	ハーモニーむらやま
岸	おはな	第2・4月曜日 10:00～11:30	第四老人福祉館

「お互いさまサロン」では、体操や脳トレ等を行い、地域の高齢者の介護予防やいろいろな世代の交流を目指しています。

参加には事前申込が必要です。詳細は、各担当地区の地域包括支援センターにご相談ください。

☎ 市民総合センター内高齢福祉課 ☎ 590-1233



HP1006650

緑が丘地区

☎緑が丘地域包括支援センター ☎ 590-5151

地区	サロン名	開催日	場所
緑が丘	なかよしクラブ	第1・2・3火曜日 10:00～12:00	1101 自治会集会所 公民館さいかち分館
	ほのぼの体操	第1・3金曜日 10:30～12:00	1101 自治会集会所
	シャンシャン	第4木曜日 13:30～15:00	緑が丘出張所会議室
	あゆみ	第3金曜日 14:00～16:00	緑が丘出張所会議室
	糸桜	第3火曜日 14:00～15:30	第4集会所
	小梅	第2・3火曜日 9:30～11:30	第1老人福祉館または 緑が丘ふれあいセンター
	北斗七星	第1・3木曜日 10:00～11:30	緑が丘ふれあいセンター
	ふきのとう	第4木曜日 13:00～15:00	緑が丘ふれあいセンター
	おりがみくらぶ	第2金曜日 13:00～15:00	緑が丘ふれあいセンター
	るんるん	毎月最終金曜日 13:15～15:00	緑が丘ふれあいセンター
	みなづき	第2水曜日 10:00～11:30	第5自治会集会所
	曙会健康体操	第2水曜日 13:00～14:30	第6自治会集会所
	のんびりクラス	第2日曜日、 第4水曜日(奇数月) 13:30～15:00	第8自治会集会所
	ワンツ	第2・4金曜日 13:30～15:00	12B 自治会集会所
	クローバー	第2木曜日 13:30～15:00	第11自治会集会所
	楽遊歌い	第2火曜日 13:30～15:00	公民館さいかち分館
	みんなで体操	第2・4水曜日 13:30～15:00	公民館さいかち分館
	あおぞら体操	第4水曜日 10:00～12:00	公民館さいかち分館
	あじさい	第3木曜日 13:00～15:00	公民館さいかち分館

北部地区

☎北部地域包括支援センター ☎ 516-0062

地区	サロン名	開催日	場所
中央	萩赤(はぎあか)	第4月曜日 9:30～11:00	元中藤保育園前教室 (学習塾)
中藤	やさか	第2火曜日 13:30～15:30	八坂神社集会所
	つむぎ	第3金曜日 13:30～15:00	中藤地区会館
	ローズ	第4土曜日 13:30～15:30	中藤地区会館
本町	よこた	第3月曜日 10:00～11:30	横田自治会館(公会堂)
	さくら	第4月曜日 13:30～15:30	公民館中久保分館
	グリーングリーン	第2水曜日 10:00～11:30	中部地区会館(市役所4階)
	まどか	第1木曜日 10:00～11:30	当面の間、長円寺斎場 (まどか保育園隣)
	ゆりの会	毎週木曜日 13:30～15:00	さくらホール(市民会館) 展示室
	ゆるゆる	第4金曜日 10:00～11:30	西武信用金庫村山支店
	ぼっちゃん	第2金曜日 13:30～15:00	西武信用金庫村山支店
	ぼのぼの	第3土曜日 10:00～11:30	くわの実 (中久保図書館向かい)



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。



福祉

心身障害者（児）福祉手当・特殊疾病患者福祉手当現況届の提出

対象のかたに現況届用紙をお送りしました。内容を確認し、郵送で提出してください。

現況届を提出されないと手当が支給できなくなります。用紙が届いていないかたは、市民総合センター内障害福祉課へご連絡ください。

▶対象＝心身障害者（児）福祉手当・特殊疾病患者福祉手当を受けているかた

▶提出方法＝6月28日（金）までに市民総合センター内障害福祉課へ郵送

※郵送での提出にご協力ください。

☎市民総合センター内障害福祉課 ☎ 590-1185

HP1000685（心身障害者（児）福祉手当）

HP1018505（現況届の提出について）

HP1019063（特殊疾病患者福祉手当（市））

低所得世帯に対する生活支援特別給付金の確認書返送期限を延長します HP1019956

返送がお済みでないかたには勧奨通知を送付しています。ご不明なかたはお問合せください。

▶返送期限＝8月31日（土）（必着）まで

☎福祉総務課地域支援係（☎内線 201）

介護職員初任者研修講座（通学形式）受講者募集

介護のお仕事に興味をお持ちのかたは、ぜひご参加ください。（講義・実技演習 130 時間）

▶日程＝8月3日（土）～11月24日（日）の土・日曜日開催

▶場所＝特別養護老人ホームサンシャインホーム会議室（伊奈平 4-10-2）

▶対象＝①～④全て該当するかた

①市内又は近隣に在住・在勤

②ご自身で会場に通うことができる

③カリキュラムの全てを受講できる

④健康で満 60 歳以下

▶定員＝8 人（応募者多数の場合は抽選）

※最低受講人数に達しない場合は、中止とする場合があります。中止の場合は、7月26日（金）までにご連絡します。

▶参加費＝5 万円（税込、テキスト代込み）

※市では、一定の要件を満たすかたを対象に助成金を交付しています。詳細は市民総合センター内高齢福祉課までお問い合わせを。

▶申込＝6月3日（月）～7月22日（月）に社会福祉法人武蔵村山正徳会までご連絡ください。申込書を直接お渡しするか郵送いたします。

☎講座について：社会福祉法人武蔵村山正徳会

☎ 531-3741 午前 8 時 30 分～午後 5 時 30 分

助成について：市民総合センター内高齢福祉課

☎ 590-1233

介護認定調査員（個人）の募集 HP1008365

市から委託を受けて介護認定調査員業務を行っていただけるかた（個人）を募集します。

▶内容＝要介護認定の申請者の自宅等へ訪問し心身の状態等の調査を行います。

▶対象＝①～③全て該当する市民のかた

①介護支援専門員資格を有すること

②調査に必要な交通手段および通信手段を確保できること

③契約成立時において、事業所等に所属していないこと

▶委託料＝4,400 円 / 件（税込）

※随時募集しています。詳細はお問い合わせを。

☎市民総合センター内高齢福祉課 ☎ 590-1233

社会福祉協議会

☎社会福祉協議会 ☎ 566-0061

月～金曜日（祝日を除く）午前 9 時～午後 5 時

◆会員増強期間

▶期間＝6月15日（土）～7月31日（水）

会費や寄附金等により各種地域福祉事業等への支援を行っています。ご協力をお願いします。

◆不要入れ歯が世界の子どもを救う！「不要入れ歯回収ボックス」を設置しています

入れ歯等に含まれている貴重な金属を集めてリサイクルを行い、その収益をユニセフに送ることで、世界の子どもたちを救うさまざまな活動に活用されます。

また、収益の一部は、社会福祉協議会の活動財源にも活用します。ご協力をお願いします。

▶設置場所＝市役所市政情報コーナー、市民総合センター入口、社会福祉協議会窓口、福祉会館、各老人福祉館

※金属の付いていない入れ歯等は回収不可。

ネックレス等の金製品の回収も併せて実施。

◆市民後見人養成講座

HP1020109

市民後見人として、支援が必要なかたのお手伝いをしてみませんか？

▶日時・内容・場所＝

日時	内容	場所
7/19（金） 午後 1 時～5 時	基調講演 事前説明会	市民総合センター
9/6・20（金）、 10/4・18（金）、 11/1（金） 午後 1 時～5 時	前期講座	立川市総合福祉センター（富士見町 2-36-47）
11 月に実施予定 （2 日間）	実務研修	未定
12/6・20（金）、 令和 7 年 1/10（金） 午後 1 時～5 時	後期講座	市民総合センター

▶対象＝高齢者や障害者に対する福祉活動に意欲があり、市内で活動できる 20 歳～74 歳の市民のかた

▶定員＝30 名

▶講師＝弁護士、社会福祉士、市職員等

▶申込＝必要事項（氏名（ふりがな）、年齢、電話番号、住所）を記載の上、7月18日（木）までに電話又はメール（seinen@mshakyo.jp）で申し込み

介護予防「筋力アップ教室」（伊奈平教室）参加者募集 HP1006521

自宅でもできる体操やトレーニングマシンを使用した運動を通して、介護予防・フレイル予防に取り組んでみませんか。

▶日時・場所＝

教室名	開催期間	時間
伊奈平 A 教室	7/4～9/12 （毎週月・木曜日）	午前 9 時 30 分 ～11 時 30 分
伊奈平 B 教室	7/10～9/25 （毎週水曜日）	

※場所は伊奈平苑高齢者在宅サービスセンター（伊奈平 6-14-2）、送迎はなし

▶対象＝一人で教室に通うことができ、自分で体調管理ができる 65 歳以上の市民のかた

※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かた等は対象外

※これまで参加したことのないかたが優先で、年度内に 1 クールまでの参加となります。

▶定員＝8 人（申込先着順）

▶参加費＝無料

▶持ち物＝飲み物、運動しやすい服装、靴

▶申込＝6月3日（月）～10日（月）午前 9 時～午後 5 時に電話又は窓口で受付

☎市民総合センター内高齢福祉課 ☎ 590-1233

福祉のお仕事相談会

HP1019968

市内の高齢者および障害者施設の担当者が仕事に関する疑問や就職相談にお応えします。

※申込不要、参加料無料、入退場自由、服装自由、履歴書不要

▶日時＝6月2日（日）①午前の部（午前 10 時～正午）②午後の部（午後 1 時～3 時）

▶場所＝市民総合センター 2 階（元気フェスタ会場内）

☎市民総合センター内高齢福祉課 ☎ 590-1233

南部地域包括支援センター

☎ 590-1477 月～金曜日（祝日を除く）

午前 9 時～午後 5 時 ※いずれも参加費無料

◆小地域ケア会議 南部ひまわりネットワーク

仕事一筋で地域に関われなかったかたも、一歩踏み出せば、新しい世界が広がります。社会経験豊かな男性が、活躍できる場について地域の皆さまと一緒に考えてみませんか？

▶日時＝6月18日（火）午後 2 時～3 時 30 分

▶場所＝市民総合センター 3 階集会所

▶対象＝榎・大南・学園地区に在勤又は在住のかた

▶定員＝30 人（申込先着順）

▶申込＝6月11日（火）まで電話又は窓口で受付

◆介護予防教室「自彊術体験教室」

▶日時＝7月2日（火）午前 10 時～11 時 30 分

▶場所＝市民総合センター 3 階集会所

▶対象＝60 歳以上の市民のかた

▶定員＝30 人（応募者多数の場合は抽選）

▶講師＝松永榮子氏・伊東久子氏（十文字自彊術健悠会）

▶持ち物＝飲み物、動きやすい服装、タオル

▶申込＝6月25日（火）まで電話又は窓口で受付

◆介護者交流会「介護のひろば」

介護の悩みや気になることを話しながら、ちょっとひと息つきませんか。

▶日時＝7月3日（水）午後 1 時 30 分～3 時 30 分

▶場所＝市民総合センター 3 階集会所

▶対象＝介護をしている、介護に関心がある、介護経験者等の市民のかた

▶定員＝30 人（応募者多数の場合は抽選）

▶講師＝大野教子氏（公益社団法人認知症の人と家族の会東京都支部代表）、井手浩氏（ドクターネイル立川・フットケア）

▶申込＝6月26日（水）まで電話又は窓口で受付

6/1
(土)

人権擁護委員の日

人権擁護委員とは

地域の住民の中から、人権問題に理解や熱意のある人が市長の推薦を受け、法務大臣から委嘱されたかたのことです。

人権相談を行っています

市内には 5 人の人権擁護委員がおり、人権啓発活動や、家庭内の問題・いじめ等の人権相談を行っています。詳細は市ホームページや市報に掲載の「無料相談」をご確認ください。

各種相談先

●みんなの人権 110 番 ☎ 0570-003-110

●こどもの人権 110 番 ☎ 0120-007-110

●女性の人権ホットライン ☎ 0570-070-810

●外国語人権相談ダイヤル ☎ 0570-090-911

●インターネット人権相談
（右記二次元コード）



☎秘書広報課（☎内線 314）HP1000660



西部地域包括支援センター

- ☎ 560-3931 月～土曜日（祝日を除く）
午前9時～午後5時 ※いずれも参加費無料
- ◆おなか元気教室
おなか体操で“腸”元気をめざしましょう！
▶日時＝6月20日(木)午前10時～11時15分
▶場所＝中原地区集会所学習室
▶対象＝おおむね60歳以上の市民のかた
▶定員＝25人
▶講師＝東京ヤクルト販売株式会社
▶持ち物＝飲み物
▶申込＝6月1日(土)～18日(火)に電話又は窓口で受付

- ◆認知症カフェ「出張！ちょこふらカフェ」
▶日時＝6月22日(土)午後2時～3時40分
▶場所＝特別養護老人ホーム伊奈平苑（伊奈平6-14-2）東館1階ホール
▶内容＝「ミニコンサート＆お互いさま体操」
▶対象＝市民のかた（在勤・在学含む）

- ▶定員＝30人（申込先着順）
- ▶申込＝6月1日(土)～15日(土)に電話又は窓口で受付
- ◆認知症サポーター養成講座
認知症を知ることからはじめませんか！
▶日時＝7月20日(土)午前10時～11時45分
▶場所＝残堀・伊奈平地区会館3階集会室
▶対象＝市民のかた（在勤・在学含む）
▶定員＝25人（申込先着順）
▶申込＝6月3日(月)～7月5日(金)に電話又は窓口で受付

北部地域包括支援センター

- ☎ 516-0062 月～土曜日（祝日を除く）
午前9時～午後5時
- ◆「ほくほくカフェ」かいごかるた体験
このカフェは認知症のかた、介護しているかた、地域住民のかたが気軽に参加できます。
▶日時＝6月18日(火)午前10時30分～正午
▶場所＝福祉会館2階大広間
▶対象＝市民のかた(ご家族のかたは市外でも可)
▶参加費＝無料
▶持ち物＝福祉会館証(お持ちのかた)、上履き
▶申込＝不要

視覚に障害をお持ちのかた対象 声の議会だより、声の広報をお届けします

「武蔵村山市ぎかいだより」、「市報むさしむらやま」を音声で作成しています。視覚に障害のあるお知り合いのかたがいましたら、ご希望によりお届けします。
☎ 声の議会だより：議会事務局（☎内線512）
☎ 声の広報：秘書広報課（☎内線315）



HP1003321

6月の無料相談

相談名	日時	場所	問い合わせ先	相談名	日時	場所	問い合わせ先			
法律相談	5日(水)、19日(水)、26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6人)	中部地区会館(市役所4階)会議室 ※受付は市役所3階秘書広報課窓口 又は さくらホール(市民会館) ※受付はさくらホール(市民会館)	秘書広報課(☎内線314)	こころの室	【男性相談員】 8日(土) 午後2時～4時 ※事前に電話予約(先着3人。保育あり。電話相談可)	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)			
人権相談	5日(水) 午後1時30分～4時30分 ※相談日の前日午後5時までに電話予約(先着6人)			女性弁護士による法律相談	15日(土) 午後2時～4時 19日(水) 午後5時～7時 ※事前に電話予約(先着4人。保育あり)					
行政相談	5日(水) 午後1時30分～4時30分 ※相談日の前日午後5時までに電話予約(先着6人)			ふくし法律相談	18日(火) 午後1時30分～4時30分 ※事前に電話予約					
交通事故相談	12日(水) 午後1時30分～4時 ※当日午後3時までに電話予約(先着4人)			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)			市民総合センター 社会福祉協議会(☎566-0061)		
建築相談	12日(水) 午後1時30分～4時30分 ※7日(金)までに電話予約(各相談先着6人)			福祉サービス総合相談	毎週月～金曜日 午前9時～午後5時					
表示登記相談				成年後見制度の相談	お伊勢の森分室 福祉総務課(☎内線153)					
不動産取引相談				更生保護相談				13日(水) 午前10時～午後2時 ※相談日の前日までに電話予約		
行政書士相談	19日(水) 午後1時30分～4時30分 ※14日(金)までに電話予約(各相談先着6人)			創業支援個別相談	中部地区会館(市役所4階)会議室			産業観光課(☎内線227)	聴覚：5日(水) 高次脳：12日(水) 肢体：19日(水) 視覚：26日(水) (視覚のみ電話相談可) 午後1時～4時(受付は当日午前中まで)	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)
司法書士相談				消費生活相談	市役所1階			消費生活センター(☎内線108)		
税務相談	毎週月～水・木・金曜日 午前9時30分～午後4時(昼休みを除く)			消費生活相談	緑が丘出張所			消費生活センター(☎内線109)	毎週月～金曜日 午前9時～午後6時 毎週水曜日 午前9時～午後5時	障害者就労支援センターとらい 市民総合センター 障害者就労支援センターとらい(☎560-7839)
創業者個別相談		市民なやみごと相談窓口	市役所福祉総務課	福祉総務課(☎内線155・156)						
消費生活相談	毎週火曜日 午前9時30分～午後4時(昼休みを除く)	母子・父子・女性相談	緑が丘出張所	緑が丘出張所	19日(水) 午後1時30分開始 ※前日までに電話予約(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)				
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)	教育相談	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)	教育相談	毎週月～金曜日 午前9時～午後5時	延長窓口 市民課、保険年金課、課税課 収納課、子ども育成課	取扱業務の一覧については市ホームページへ 企画政策課(☎内線374)			

市役所本庁舎 木曜日は午後7時まで窓口延長

HP1000334

延長窓口
市民課、保険年金課、課税課
収納課、子ども育成課

取扱業務の一覧については市ホームページへ
企画政策課(☎内線374)



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。

マイナンバーカード出張申請受付中!



マイナンバーカード作りたいけど、
市役所に行く時間がない...

☎市民課 (☎内線 148)

HP1016139

申請って時間がかかるイメージが
あるから、めんどくさそう...



そんなかたにオススメ!

市職員があなたのご自宅や集会所等、市内のご指定の場所に伺い、申請を受け付けます!

オススメ
ポイント

1



お一人様最短 **10分** で手続き完了!

オススメ
ポイント

2



その場で写真撮影

オススメ
ポイント

3



カードは後日郵送で自宅へ送付

市役所に行かなくても、
申請ができるのってとても便利だね!



マイナちゃん

- 受付日時 = 平日午前9時～午後5時頃 (祝日を除く)
- 場所 = 市内の指定の場所
※写真撮影および受付ができる場所のご準備をお願いします。
- 対象 = マイナンバーカードの出張申請を希望する市民のかた
※詳細はお問い合わせまたは市ホームページをご確認ください。

- 持ち物 = 下記のいずれか (②～④はお持ちのかたのみ)
①本人確認書類等 (顔写真付き本人確認書類の場合は1点、顔写真付きがない場合は2点) ②QRコード付き交付申請書 ③通知カード又は個人番号通知書 ④住民基本台帳カード
※③を紛失している場合は「顔写真付き本人確認書類2点」又は「顔写真付き本人確認書類1点および顔写真の無い本人確認書類の計2点」が必要となります。

平日に申請が難しいかたは

土曜日マイナンバーカード窓口をご利用ください!

- ▶ 日時 = 6月8日(土)、7月13日(土)いずれも午前9時～正午
- ▶ 場所 = 市役所マイナンバーカード受付窓口、緑が丘出張所
- ▶ 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優先です。予約方法は、市ホームページ又はお問い合わせください。予約がない場合でもお渡しは可能です。

HP1004643

☎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

マイナンバーカードがあれば

コンビニで各種証明書が取得できます!

コンビニで交付する場合は、窓口で交付するより安く取得できます!

	窓口	コンビニ
戸籍証明書	450円	250円
住民票の写し等	300円	150円

- ▶ 時間 = 午前6時30分～午後11時 (年末年始、一部店舗を除く)
- ※戸籍証明書については、市内在住で本籍地も本市に置かれているかたが対象

HP1005489



市 政

市民税・都民税・森林環境税 納税通知書を送付します

HP1012793

- ▶ 発送予定日 = 6月10日(月)
- ▶ 内容 = 普通徴収 (個人での納付) 分および公的年金からの特別徴収 (年金からの天引き) 分の納税通知書
- ▶ 対象 = 市民税・都民税・森林環境税が課税となるかた

※給与からの特別徴収 (給与天引き) 分の通知書は、5月中旬に各事業所に発送済み

☎課税課 (☎内線 123～125)

市税等の納期内納付をお願いします

6月は、市民税・都民税・森林環境税 (第1期分) の納期です。納期内納付 (納期限は7月1日(月)) をお願いします。 HP1000277

便利な口座振替をはじめ、コンビニエンスストア、スマートフォンアプリでの納付、eL-QRを利用した多様な納付が可能です。ぜひご利用ください。 HP1018569

☎収納課 (☎内線 194～196)

都営住宅にお住いのかたへ

HP1000260

収入報告用課税 (非課税) 証明書臨時窓口

- ▶ 日時 = 6月18日(火)～20日(木)午前9時～午後4時 (午前11時30分～午後1時を除く)
- ▶ 場所 = 緑が丘出張所会議室
- ▶ 対象 = 都営住宅入居者
- ▶ 手数料 = 一通300円
- ▶ 持ち物 = 顔写真付きの本人確認書類 (運転免許証、マイナンバーカード等。ない場合は、都か

ら送付された収入報告書用紙と保険証等の2点)
※同一世帯以外のかたが申請する場合は、委任状が必要です。

※令和6年度課税 (非課税) 証明書は、6月10日(月)から通常窓口でも取得できます。

証明書のコンビニ交付もご利用ください

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をお持ちのかたは、コンビニエンスストアのマルチコピー機で課税 (非課税) 証明書を取得できます。(一通150円)

☎課税課 (☎内線 122)

令和6年度

HP1019986

市民税・都民税における定額減税

▶ 対象 = 令和6年度市民税・都民税に係る合計所得金額が1,805万円以下の所得割納税者のかた

※非課税、均等割のみ課税のかたは対象外

▶ 減税額 = ①本人1万円、②控除対象配偶者又は扶養親族 (いずれも国外居住者を除く) 1人につき1万円

※市民税・都民税および所得税において定額減税しきれない分は、後日調整給付をします。詳細は決まり次第お知らせします。

所得税の定額減税の詳細については、国税庁ホームページへ



▶ 実施方法 = 以下のいずれかの方法で減税

● 給与特別徴収 (給与天引き)

令和6年6月分は徴収せずに、定額減税後の税額を令和6年7月分から令和7年5月分の11か月に分割して徴収

● 普通徴収

定額減税前の税額をもとに算出した第1期分

(令和6年6月分) の税額から減税し、第1期分から減税しきれない場合は、第2期分(令和6年8月分)以降の税額から順次減税

● 公的年金等からの特別徴収 (年金天引き)

定額減税前の税額をもとに算出した令和6年10月分の特別徴収税額から減税し、減税しきれない場合は令和6年12月分以降の特別徴収税額から順次減税

● 年金特別徴収が初年度のかた

定額減税前の税額をもとに算出した普通徴収第1期分 (令和6年6月分) の税額から減税し、減税しきれない場合は第2期分 (令和6年8月分) の税額から減税。さらに減税しきれない場合は、令和6年10月分以降の年金特別徴収税額から順次減税

◆ 市民税・都民税の申告をお忘れなく

○ 給与、年金収入がないかたおよび確定申告、市民税・都民税申告書を提出していないかた
→ 定額減税および調整給付の対象外

○ 公的年金等の収入金額が400万円以下 (外国年金は所得税の確定申告が必要となる場合あり) で、公的年金等に係る雑所得以外に所得がある場合
→ 市民税・都民税要申告

○ 令和5年分の源泉徴収票に記載されていない控除 (扶養、障害等各種控除) があるかた
→ 市民税・都民税の申告で税額が下がる場合あり
※国民健康保険・後期高齢者医療保険加入者のかたは、所得がなくても要申告

☎所得税: 立川税務署 ☎042-523-1181

市民税・都民税: 課税課 (☎内線 123～125)



東京都知事選挙



7月7日(日)

午前7時～午後8時 HP1020112

告示日 6月20日(木)

開票 7月7日(日)

午後9時から総合体育館で行います。
※市の選挙人名簿登録者は参観可

投票所入場整理券

6月20日(木)以降、世帯ごとに郵送

ご家族のもの間違えないようにご注意ください。
※何らかの事情で届かない場合や紛失された場合でも、選挙人名簿に登録されていれば投票可能です。

選挙公報

6月21日(金)以降に全戸配布予定

※期日前投票開始日までに届きませんので、あらかじめご了承ください。選挙公報は、市ホームページに掲載、又は各投票所にも設置します。

不在者投票

●遠隔地での不在者投票

投票日当日、仕事や旅行等で本市以外に滞在しているかたは、あらかじめ投票用紙を請求して、滞在先の選挙管理委員会でする不在者投票ができます。

●指定施設での不在者投票

病院・老人ホーム等に入院・入所されているかたは、その施設が不在者投票指定施設であれば、その施設で投票ができます。

●郵便での不在者投票

重度の障害等で投票所に行くことが困難なかたは、「郵便等投票証明書」の交付を受けることで、郵便で不在者投票ができます。また、代理人の記載による郵便投票ができる場合もあります。
※郵便による不在者投票請求期限は7月3日(水)まで

東京都知事選挙に係る詳細は市ホームページへ→



選挙管理委員会事務局 (☎内線 233)

期日前投票

中部地区会館402 学習室 (市役所4階)

6月21日(金)～7月6日(土)
午前8時30分～午後8時

緑が丘出張所会議室 (村山団地1104号棟)

7月1日(月)～5日(金)
午前9時～午後8時

持ち物=投票所入場整理券(無くても可) ※お住まいの地域に関係なくどちらの会場でも投票可

お体の不自由なかた

投票をお手伝いします。ご希望のかたは、当日会場にいる係員にお申し出ください。

○代理投票

係員が付き添い、ご本人の意思を確認して代筆します。

○点字投票

目が不自由なかたは、点字による投票ができます。

○投票お手伝いカード

希望する支援の内容をカードに記入し、必要な支援をスムーズに受けることができます。本カードは市役所、緑が丘出張所、市民総合センター等に設置しています。

第2回市議会定例会

6月上旬から
開催予定です。

受付は、議会事務局へお越しください。

請願・陳情はお早めに

請願・陳情の締め切りは、開会日の翌日までです。締め切り後に提出された請願・陳情は、この定例会では審議されません。

☎ 議会事務局 (☎内線 512) HP1003271

令和5年度重点事務事業の期末評価・

令和6年度重点事務事業の公表 HP1014822

市の重点事務事業について、その内容や達成状況等を公表し、市の行財政について理解していただくことを目的として、令和4年度から重点事務事業管理制度を導入しています。

この度、令和5年度末の期末評価および、令和6年度の各重点事務事業について、その内容を取りまとめましたのでお知らせします。詳細は、市役所市政情報コーナー又は市ホームページでご確認ください。

☎ 企画政策課 (☎内線 374)

可燃ごみ処理の支援状況について

市から出る可燃ごみを焼却処理している小平・村山・大和衛生組合(小平市中島町)では、施設の建て替えを行っています。これに伴い、令和5年度は西多摩衛生組合に支援いただき、2,670tの可燃ごみを処理(広域支援)していただきました。

令和6年度も引き続き、西多摩衛生組合(予定量2,800t)に支援をお願いしています。

皆さまには、より一層のごみの減量・分別の徹底にご理解とご協力をお願いします。

☎ ごみ対策課 (☎内線 293) HP1018388

家族やグループの記念に 絆ベンチを設置しませんか HP1000629

市民のかたからの寄附で公園のベンチを交換・新設する事業です。ベンチには、寄附者の名前や簡単なメッセージ等を表示したプレートを取り付けます。

▶対象公園=大南公園、プリンスの丘公園、中原公園等の市内の都市公園

▶対象=市民のかた(在勤含む)

▶寄附額=290,400円(肘掛無し)

※寄附額は、武蔵村山市ふるさと寄附金として取り扱われ、所得税等の控除対象となります。

▶募集台数=1基

▶申込=6月3日(月)～11月29日(金)に申込書(市役所環境課で配布)に記入の上、窓口へ提出

☎ 環境課 (☎内線 262)

6月は自治会加入促進月間 HP1000388

自治会は、同じ地域の住民同士が自主的に組織した自治組織です。お互いが協力し合いながら、自主防災訓練や親睦行事、地域清掃といった活動に取り組んでいます。

また、自治会を通じて構築された住民同士の協力関係は、突然の災害時等にも大きな力を発揮します。この機会に自治会に加入してみたいかたは、いかがでしょうか。

自治会に入るには?

自治会にはそれぞれ規則がありますので、入会の際には役員のかたやご近所のかたにご確認ください。所属の自治会がわからない、新たに自治会を設立したいかたは、協働推進課へご連絡ください。

◆パネル展開催

市民に自治会の活動を知ってもらうため、パネル展を開催します。

▶日程=6月17日(月)～28日(金)

▶場所=市役所1階

☎ 協働推進課 (☎内線 242)

各種協定を締結しました

◆武蔵村山市災害活動応援隊(災害発生時における消防救助活動及び応急対策業務等の応援に関する協定、5月7日締結) HP1020120



市内で大規模な地震災害、風水害等が発生、又は発生する恐れがあるとき、武蔵村山市の要請に基づき、武蔵村山市消防団や地域への支援活動等を行っていただけるものです。

☎ 防災安全課 (☎内線 335)

◆イオンモールむさし村山(資源循環の促進等に向けた連携と協力に関する協定書、5月8日締結) HP1020105



資源循環の促進及び食品ロス削減に向け双方の資源を有効に活用した協働による活動を推進し、地域の活性化に寄与してまいります。本協定に基づき実施していく内容等、詳細はお問い合わせ、又は市ホームページをご確認ください。

☎ ごみ対策課 (☎内線 292～294)



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、各記事の詳細な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。

栄村駅伝大会 派遣選手募集 HP1012852

- ▶日程 = 7月6日(土)・7日(日) (1泊2日)
- ▶対象 = 高校生以上の市民のかた
- ※18歳未満のかたは、保護者の同意が必要
- ▶募集人数 = 一般7人 (応募者多数の場合は選考又は抽選で決定)
- ※小・中学生は各校からの推薦で選手を派遣します。
- ▶区間・対象者 = 下表のとおり

	でえだら	えのぎ	かたくり
第1区 (1.0km)	(小学生)	(小学生)	一般
第2区 (0.35km)	(小学生)	(小学生)	一般
第3区 (2.4km)	一般	一般	一般
第4区 (1.8km)	(中学生)	(中学生)	一般
第5区 (1.0km)	(中学生)	(中学生)	一般

- ▶費用 = 無料。初日の昼食代は自己負担
- ▶申込 = 指定用紙に必要事項を記入の上、6月17日(月)までに、市役所第2庁舎内スポーツ振興課へ提出。指定用紙は、市役所市政情報コーナー、スポーツ振興課、総合体育館で配布するほか、市ホームページからもダウンロードできます。
- ▶参加者説明会 = 6月27日(木)午後7時、中部地区会館(市役所4階)401大集会室
- ☎スポーツ振興課 (☎内線 655)

あなたの知識と経験を生かして講座を開きませんか 市民企画講座 企画募集 HP1003574

- ▶本年度のテーマ = 新たな趣味を外で楽しむ
- ▶応募資格 = 市内在住の個人又は市内に活動拠点を置く団体
- ▶講座の要件 = 最大4回までの連続講座で、講座又は実習形式(1回当たり2時間程度)
- ※営利を目的とするもの、特定の政党や宗教を支持又は反対するもの等は対象外
- ※会場は市内の公民館、地区会館、市民会館、総合体育館等になります(会場の確保は市役所文化振興課で行います)。
- ▶講師謝礼 = 3,000円/1時間
- ※交通費等の費用支給不可
- ▶応募方法 = 申請書等に必要事項を記入の上、活動実績の分かる資料を添えて、7月12日(金)までに市役所第2庁舎2階文化振興課へ持参、郵送、ファクス、メールで提出
- ※申請書類は、文化振興課窓口、各地区会館・公民館等で配布するほか、市ホームページからもダウンロード可
- ☎文化振興課 (☎内線 656) ファクス: 566-2619
メール: gakyusu@city.musashimurayama.lg.jp

環境問題を身近に 空堀川流域4市合同「親と子の環境教室」 HP1000570

- ▶日時 = 8月2日(金)午前7時45分集合、午前8時出発、午後4時解散予定
- ※時間厳守、荒天中止
- ▶集合場所 = 市役所市民駐車場西側
- ▶見学先 = 葛西臨海水族園
- ▶対象 = 市内在住の小中学生とその保護者(1人)
- ▶定員 = 20人(申込先着順)
- ▶持ち物 = 昼食、飲み物(軽食レストラン・売店等あり)、酔止薬、雨具、帽子、保険証等
- ▶申込 = 6月3日(月)~14日(金)(午前8時30分~午後5時15分)に窓口、電話、 申込フォームから受付▶
- ☎環境課 (☎内線 296)

参加者募集 新ごみ処理施設建設工事現場見学会

- ▶日時 = 8月3日(土)①午前9時~11時(親子の部) ②午前10時~正午(一般の部)
- ▶場所 = 新ごみ処理施設建設工事現場(小平市中島町2番1号)
- ▶対象 = ①小学生とその保護者②中学生以上
- ▶定員 = ①②ともに40名
- ※①は1グループ保護者2名、小学生2名まで
- ▶申込 = 7月12日(金)午後5時までに参加申込書を組合事務所に提出(郵送可。郵送の場合は7月12日の消印有効)。申込書は組合事務所の窓口又は組合ホームページからダウンロード▶ 
- ☎小平・村山・大和衛生組合 ☎042-341-4345
〒187-0033 小平市中島町2番1号

ごみのゆくえを知ろう! 夏休み処分場見学会 参加者募集 HP1018663

日時	見学施設
7月25日(木) 午前8時45分~ 午後5時25分	八王子市戸吹クリーンセンター 二ツ塚処分場 谷戸沢処分場
8月1日(木) 午前8時15分~ 午後6時00分	クリーンプラザふじみ 二ツ塚処分場 谷戸沢処分場
8月6日(火) 午前8時30分~ 午後5時40分	立川市クリーンセンター 二ツ塚処分場 谷戸沢処分場

- ※集合場所等の詳細は、後日当選者に通知
- ▶対象 = 多摩地域に在住・在勤・在学のかた
- ▶定員 = 各回30人(応募者多数の場合は抽選)
- ▶参加費 = 1人500円(昼食代)
- ▶申込 = 7月1日(月)までにはがきに「夏休み処分場見学会参加希望」と明記の上、参加者全員の①氏名・ふりがな②年齢③郵便番号・住所④電話番号⑤通勤・通学先の市町村名(多摩地域在住でない場合)⑥参加希望日を記入して郵送(必着)、又は組合ホームページから申し込み▶ 
- ☎東京たま広域資源循環組合 ☎042-597-6152
〒190-0181
西多摩郡日の出町大字大久野7642番地

これからのまちづくり、一緒に考えませんか? 市民ワークショップ参加者募集 HP1020149

- 「第五次長期総合計画後期基本計画」の策定に向けて、「未来を変える選択肢、理想のまちを『カタチ』にする」をテーマにグループディスカッション形式で開催します。
- ▶日時 = 6月29日(土)午後1時~4時
- ▶場所 = 中部地区会館401大集会室
- ▶対象 = 市内在住・在学・在勤・在活の18歳以上のかた
- ▶定員 = 30名程度
- ▶申込 = 5月28日(火)~6月19日(水)までに申込フォームから申込み▶ 
- ☎企画政策課 (☎内線 372)

市民活動中の「もしも」に備えて 市民活動補償制度 HP1006263

- 市民活動(自治会活動やボランティア活動等)中に起きた傷害事故や賠償責任事故を補償します。ただし、必要な額を全てカバーするものではありませんので、補償金額や対象事故等の詳細は、市ホームページ等をご確認ください。
- ▶対象 = 市民活動団体等の指導者等・従事者
- ※報酬や謝礼を得ているかたは対象外。
- ▶保険料 = 無料(市負担)
- ▶補償対象事故 = ①損害賠償責任事故、②傷害事故、③特定疾病事故
- ☎協働推進課 (☎内線 242)

ボランティア・市民活動センター

- ☎☎590-1430 月~土曜日
午前8時30分~午後5時15分
※最新情報はホームページへ▶ 
- https://musashimurayama.org

夏体験ボランティア2024

- 夏休み期間を利用してボランティア活動を体験しませんか。詳細は6月20日(休)発行の広報紙「コラボ・バ」をご覧ください。
- ▶活動期間 = 7月22日(月)~8月31日(土)
- ▶対象 = 原則小学4年生以上(活動メニューによって異なる)で、下表の参加者向けオリエンテーションのいずれか1日に参加できるかた

日時	場所
7月12日(金) 午後7時~8時30分	市民総合センター3階 集会室
7月13日(土) 午前10時30分~正午	三ツ木地区会館2階 集会室
7月13日(土) 午後3時~4時30分	市民総合センター3階 集会室

- ▶参加費 = 300円
- ▶申込 = 6月24日(月)~7月13日(土)午後2時に、参加申込書を窓口へ提出
- ※参加申込書はボランティア・市民活動センター、ホームページ、市公共施設等で配布

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 メール: fureai@csplace.com
月~日曜日午前9時~午後10時(第1月曜日、12月29日~1月3日は休館日)
- ※各イベントの詳細と申込みはホームページへ▶ 
- https://fureai.csplace.com/

女性のためのチャレンジ相談会

- ▶日時 = 6月20日(木)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 = 緑が丘コミュニティセンター学習室
- ▶内容 = 起業や再就職等の相談(オンライン可)
- ▶対象 = 起業したい又は起業間もない女性、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 = 6月17日(月)まで

ひとり親家庭対象食品配布(要事前申込)

- ▶日時 = 6月23日(日)午前9時~午後5時
- ▶場所 = 緑が丘ふれあいセンター
- ▶定員 = 15人
- ▶持ち物 = マイバック
- ▶申込 = 6月15日(土)まで

ジェンダーカフェによるこそ~もやもや、集まれ!~

- 男女共同参画週間に合わせ「ジェンダーって?らしさって?」をテーマにトークとお話の集いを開催します。
- ▶日時 = 6月29日(土)午後3時~5時
- ▶場所 = 男女共同参画センター学習室
- ▶定員 = 10人(どなたでも参加可)
- ▶講師 = 木山直子氏・川和さと美氏(くにたち男女平等参画ステーション・パラソル) 
- ▶申込 = 6月28日(金)まで申込フォームで受付▶

6/23(日)~29(土) 男女共同参画週間

令和6年度キャッチフレーズ

だれもがどれも選べる社会に

性別役割意識にとらわれず、全ての人が希望に応じて活躍できる社会について、この機会に考えてみませんか?詳しくは市ホームページへ。

☎協働推進課 (☎内線 242) HP1000380



第43回 武蔵村山市観光納涼花火大会



観覧会場

第一会場 野山北公園運動場（午後4時～9時）
※模擬店販売は午後2時から

第二会場 イオンモールむさし村山ノースタワー屋上駐車場
特設観覧会場
※模擬店販売はありませんので、ご注意ください。

メッセージ花火募集
～あなたの思いを伝えます～

結婚・誕生日等の記念日や、大切な人へのプレゼント等に、あなたの思いを込めた花火（1発5,000円）を打ち上げませんか！メッセージは花火打上ごとに第一会場内で放送されます。

●申込 = 7月26日(金)まで

**ステージ出演
参加団体募集**

特設舞台でアトラクションを行う団体を募集します。

●出演時間 = 1団体あたり15分
※時間厳守。入替時間等含む。

●申込 = 6月20日(木)まで
※申込多数の場合、出演いただけない場合がありますので、ご了承ください。

協賛金募集

開催の趣旨にご賛同をいただき、皆さまよりご協賛を賜りますようよろしくお願いいたします。

※荒天の場合は中止（順延なし）

詳細は、市商工会へお問い合わせください。

申込みは電話受付 武蔵村山市商工会 ☎ 560-1327

第1回 観光マルシェ

6/30 (日)
10:00 ~ 13:00
村山温泉かたくりの湯駐車場

内容

市内農家、飲食店が出店し、野菜や食品の販売を行います。姉妹都市長野県栄村の特産品販売も行います。

取扱品目(予定)

- 農家
きゅうり、なす、ピーマン、トマト、インゲン、オクラ、空心菜、リーフレタス、ズッキーニ、カリフラワー、じゃがいも、小松菜、ルッコラ、ラディッシュ、パクチー、唐辛子、しそ、にんじん、枝豆、大根、玉ねぎ、切り花、ドライフラワー ほか
- 飲食店
パン、発酵菓子、横手やきそば ほか
- 姉妹都市栄村の特産品
きのこ（しめじ、なめこ、えのき茸等）、栄村産地野菜（アスパラガス等）、トマトジュース ほか

武士団・村山党の会によるパフォーマンスも行われます！

☎一般社団法人武蔵村山
観光まちづくり協会 ☎ 569-6511

総合体育館からのお知らせ ☎ 520-0082

トレーニング室をご利用ください

- トレーニング室
 - ▶日時 = 月～日曜日午前9時～午後9時30分
 - ※第一月曜日、年末年始は休館日
 - ▶対象 = 高校生相当以上
 - ▶料金 = 市内：200円、市外：400円
 - ▶持ち物 = 室内履き、飲み物、タオル
 - ▶設備 = 各種トレーニングマシン、バイク、スミスマシン(最大127kg)、ダンベル(20kg)
- ストレッチ

トレーニング室をご利用のかたは、おためし教室のストレッチに無料で参加できます。

 - ▶日時 = 火・木曜日午前11時～11時20分
 - ※年末年始は休館日
 - ▶場所 = 第三体育室
- スマイルぱす

トレーニング室1ヶ月使い放題（1日1回2時間まで）の利用券です。

 - ▶対象 = 65歳以上または高校生相当以上の障害者手帳をお持ちのかた
 - ▶料金 = 市内：1,500円、市外3,000円

さくらホール（市民会館）の催し ☎ 565-0226

神奈月×Mr. シャチホコ with 中垣みな ものまねライブ in 武蔵村山

スポーツ選手から歌手、タレントまで幅広いレパートリーを持つ超実力派「神奈月」と和田アキ子のものまねでお馴染み「Mr. シャチホコ」が武蔵村山に初登場！中島みゆきや、大竹しのぶのものまねで知られる「中垣みな」も交えて、にぎやかなステージを繰り広げます。どうぞお楽しみに！



▶日時 = 9月8日(日)午後2時開演（午後1時15分開場）

▶場所 = 大ホール

▶チケット = 一般5,000円 キャンディ・パレット会員、ハンディ 4,800円

①市民会館オンラインチケットサービス：6月1日(土)午前10時～

②一般発売：6月15日(土)午前10時～ ※初日のみ電話予約（座席選択不可）

詳細はこちら↓



全日本吹奏楽コンクール5大会連続金賞受賞 東海大学菅生高校吹奏楽部コンサート in 武蔵村山

今年で創部42年を迎える東京の名門吹奏楽部として知られる「東海大菅生高校吹奏楽部」のコンサートを開催します。若さあふれる吹奏楽の調べをお楽しみください。



▶日時 = 8月31日(土)午後2時開演（午後1時30分開場）

▶場所 = 大ホール

▶チケット = 一般1,000円 キャンディ・パレット会員、ハンディ 800円

6月2日(日)午前10時～ ※初日のみ電話予約

詳細はこちら↓



— 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。

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



現況届のご提出を

☎子ども育成課 (☎内線 185)

●児童手当を受けているかた HP1003711

現況届は原則提出不要となっておりますが、以下のいずれかに該当するかたは提出が必要となりますので、対象となるかたに現況届を送付します。

- ▶提出が必要なかた
- 配偶者からの暴力等により、住民票の住所地と異なる市区町村で受給している
- 支給要件児童の戸籍がない
- 離婚協議中で配偶者と別居している
- その他、提出の案内があるかた

●児童育成手当を受けているかた HP1003746

手当を受けているかたに、現況届を送付します。詳細は、お送りする通知をご覧ください。

【共通事項】

提出期限 = 6月28日(金)まで
 ※6月17日(月)以降、対象のかたで現況届が届かない場合は、市役所子ども育成課にお問い合わせください。
 ※現況届を提出されないと手当が支給できなくなりますので、ご注意ください。

◆児童手当・児童育成手当の支払い

6月期分(2～5月分)は、6月14日(金)に支払い予定です。

こどもの健康診査

HP1004230

☎子ども子育て支援課 ☎564-5421

- 3～4か月児健康診査 6月18日(火)
- 1歳6か月児健康診査 6月7日・21日(金)
- 2歳児歯科健康診査 6月4日(火)
- 3歳児健康診査 6月12日・26日(水)
- ビーバー歯科健康診査 6月19日(水)
- ※ご案内した日時にお越しください。

母子家庭及び父子家庭自立支援事業

☎子ども育成課 (☎内線 186) ※詳しくは説明しますので、必ず事前にご連絡ください。

●母子家庭及び父子家庭高等職業訓練促進給付金・高等職業訓練修了支援給付金 HP1003761

ひとり親家庭の母又は父が自立に向けた就業を容易にするために必要な指定の資格取得を促進するため、訓練促進給付金を支給します。

※当該資格に係る養成訓練の受講期間を修了した場合は、高等職業訓練修了支援給付金を併せて支給します。

●母子家庭及び父子家庭自立支援教育訓練給付金 HP1003760

ひとり親家庭の母又は父が自立するために、就業に必要な教育訓練のための講座の受講に要する費用の一部を、訓練給付金として支給します。

【共通事項】

対 ひとり親家庭の母又は父で児童扶養手当を受給されているか児童扶養手当の支給要件と同様の所得水準であるかた

市立中学校一斉学校公開週間

☎教育指導課 (☎内線 434・436)

下記の期間は、市内の中学校を自由に参観できます。

公開の詳細は各中学校(右表)へお問い合わせください。

日 6月10日(月)～14日(金) HP1006488

学校名	問い合わせ先
市立一中	☎560-1761
市立小中一貫校	☎561-1762
村山学園二中	☎564-3001
市立三中	☎564-3001
市立小中一貫校	☎564-4341
大南学園四中	☎564-4341
市立五中	☎560-3155

教科書法定展示・特別展示会

☎教育指導課 (☎内線 434) HP1006543

令和7年度に使用する教科書は、展示会の見本の中から選定されます。ぜひご覧いただき、ご意見をお寄せください。

- 日 ①6月12日(水)～7月4日(木)(土・日曜日を除く) 午前9時～午後5時
- ②6月20日(水)～7月4日(木)(休館日を除く) 午前10時～午後5時

所 ①教育センター教育情報室(市民総合センター3階) ②三ツ木地区図書館

※①・②いずれも同内容の展示
 ※②は駐車場スペースが狭いので、公共交通機関や自転車等でお越しください。

マザーズハローワーク立川出張相談会

☎産業観光課 (☎内線 225) HP1018781

仕事と育児の両立を目指すかたに向けて出張相談を行います。子育てしながら働きたい、将来的に働くことを考えている等、お気軽にご相談ください。

日 6月18日(火)午前10時～正午

所 市民総合センター2階子ども家庭センター相談ルーム

※予約不要、お子さまと一緒にでも参加可



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	15日・29日(土)
中久保図書館 ☎569-1501	22日(土)
中藤地区図書館 ☎565-0112	15日(土)
三ツ木地区図書館 ☎560-3301	8日(土)
大南地区図書館 ☎562-3243	8日(土)
残堀・伊奈平地区図書館 ☎560-0171	22日(土)

※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: 3日(月)・19日(水)

6月のじどうかん

休館日: 日曜日、祝日と館内整理日

HP1020097

場 所	イ ベ ント	日 時
お伊勢の森児童館 ☎564-5594 館内整理日18日(火)	いけ!くうきほう!	5日(水)
	いくつはこべるかな?	12日(水)
	全身あっちむいてホイ	19日(水)
	七夕かざりを作ろう	26日(水)
山王森児童館 ☎560-3037 館内整理日11日(火)	なわとび大会	5日(水)
	じゃんけん5	12日(水)
	七夕かざり大作戦	26日(水)
さいかち児童館 ☎565-0758 館内整理日25日(火)	なわとび大会	12日(水)
	かずあつめ	19日(水)
	たなばたかざりをつくろう	26日(水)
中藤地区児童館 ☎565-0111 館内整理日11日(火)	なわとび大会	5日(水)
	芸術鑑賞会①	12日(水)
	芸術鑑賞会②	19日(水)
大南地区児童館 ☎562-3242 館内整理日11日(火)	なわとび大会	5日(水)
	ビンゴ大会	12日(水)
	七夕かざりを作ろう	26日(水)
残堀・伊奈平地区児童館 ☎560-0770 館内整理日18日(火)	なわとび大会	5日(水)
	射的	12日(水)
	七夕飾りを作ろう	19日(水)



6月の子育てイベント

子ども家庭センターのイベント

アイコンの凡例

- 日…日時
- 所…場所
- 対…対象
- 定…定員
- 持…持ち物
- 料…料金
- 申…申込
- 問…問合せ

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

● 離乳食教室

① 離乳食開始時期 (5～6か月ごろ)
HP1004501

② 2回食を始めるかた (7～8か月ごろ)
HP1001819

日 ① 13日(木) ② 20日(木)
 ①②いずれも午前10時～11時30分

定 各10組 (申込先着順)
 持 母子健康手帳
 申 電話又は下記二次元コードから申込



① 開始時期 ② 2回食



● 歯科健康教室「かむかむキッズ」
HP1004503

日 11日(火)午前10時～11時15分
 対 10か月～1歳6か月の子どもと保護者
 定 10組 (申込先着順)
 持 母子健康手帳、歯ブラシ、タオル
 申 電話又は下記二次元コードから申込



● パパとママのためのマタニティクラス
HP1003731

日 17日(月)・20日(木)・22日(土)
 午後1時～3時30分 (3日間コース)
 対 妊娠中のかた・そのパートナー
 ※なるべく妊娠5～8か月の安定した時期にお受けください。
 定 8組 (申込先着順)
 持 母子健康手帳、筆記用具、歯ブラシ、手鏡、飲み物・おやつ (必要なかたのみ)
 申 3日(月)午前9時から電話又は下記二次元コードから申込



● おはなしの会&誕生会 **HP1020098**

日 19日(火)午前10時30分～
 お誕生月でないお友達もどうぞ

● ひろば開放

日 月～土曜日午前10時～午後4時
 問 子ども家庭センター ☎ 590-1152

保育園・団体等の子育てイベント

各園等の主な行事を掲載しています。
 詳細やその他イベント情報は市ホームページ (下記二次元コード) へ

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 (電話・来所) 随時受付

- 読み聞かせ 日 3日・17日(月)午前11時15分ごろ
- 0才ひろば 日 14日・21日・28日(金)午前10時～ 対 0歳児と保護者

みらい保育園
 ☎ 070-1457-6558 (榎2-36-1)
 子育て相談 (電話・来所) 10:00～15:00

- 6月誕生会 日 11日(火)午前9時40分～
- 身体を動かそう! 日 18日(火)①午前9時40分～②午前10時40分～

申 いずれも1日(土)～10日(月)に予約サイトから受付



れんげ武蔵保育園
 ☎ 561-3959 (緑が丘1732-1)
 子育て相談 (電話・来所) 9:00～17:00

- 0歳児からの性教育講座 日 26日(水)午前10時30分～ 定 10組
- 小麦粉粘土遊び 日 20日(木)午前10時30分～ 定 5組

申 いずれも3日(月)午前10時から電話受付

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) 10:00～16:00

- 園庭遊び・虫よけスプレー作り 日 5日(水)午前10時～11時30分
- 七夕製作 日 12日(水)午前10時～11時30分



つみき保育園
 ☎ 563-3842 (学園3-12-1)

- つみきっこ広場 (園庭開放) 日 毎週火曜日午前10時～11時30分

「健やかひろば」
 みんなのひろば
 ☎ 070-3128-8454

LINE Instagram

- 栄養士による試食会 日 11日(火)午前10時45分～ 所 三ツ木地区会館
- みらい保育園の先生と遊ぼう 日 27日(木)午前10時30分～ 所 さいかち地区児童館

申 いずれも1日(土)午前10時から公式LINEで予約

「健やかひろば」いつひよ
 親子コミュニティひろば
 お問い合わせは公式LINEから

LINE Instagram

- 成長の手型足型 日 5日(水)午前10時～ 所 大南地区児童館
- お誕生会・カニカニ合戦 日 28日(金)午前10時～ 定 お伊勢の森児童館

「健やかひろば (理学療法)」
 所 子ども家庭センター「うさぎルーム」
 問 asobiriboooooba@gmail.com
 詳細は下記二次元コードから

- ふたばっ子ひろば 日 10日(月)午前10時～正午 対 歩く前の赤ちゃん
- つぼみっ子ひろば 日 24日(月)午前10時～正午 対 よちよち歩きのお子さま

子ども食堂

HP1020098 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 市民総合センター調理実習室	日 28日(金)17:30～19:00 ※持ち帰り不可 定 30人程度 (要予約) 料 幼児無料、中学生まで100円、高校生以上500円 申 1日(土)午前10時～25日(火)正午までに公式LINEで予約※氏名・連絡先・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) ※60食	日 20日(木)16:30～18:00 料 100円 (小学生まで) 申 3日(月)午前10時～19日(水)に電話で予約
放課後等デイサービス Walk ☎ 042-843-8690 メール: kodomo@walknet.jp ※申込者多数の場合は抽選	① 8日(土)18:00～19:00 ② 15日(土)13:00～14:00 対 高校生までのお子さまとご家族 料 無料 ※30食 (配食のみ)・アレルギー対応不可 申 ① 6日(木)までに要予約 ② 13日(木)までに要予約 ※応募者多数の場合は抽選
子ども食堂ぶどうハウス ☎ 080-3389-5957 所 ぶどうハウス (中原3-11-6) ※申込不要・先着40食	日 2日(日)11:30～13:30 豚丼 料 小学生まで無料、中学生100円、高校生以上200円
ohanaのこども食堂 ☎ 080-3505-7004 メール: info@pankoji.com 所 パンとおやつにゃ ohana (大南2-47-14)	日 27日(木)16:00～18:00 発酵スープとミニパン ※限定30食 ※配食とイートイン 料 小学生まで無料、中学生500円 (申込不要)
SOMPOの子ども食堂 ☎ 520-7222 ファクス: 520-7272 所 そんぼの家武蔵村山 (三ツ藤1-4-1) ※10食	日 22日(土)11:45～14:30 料 18歳以下は無料、大人300円 申 17日(月)まで電話又はファクスで受付



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。



※原則として、費用の記載のないものは無料です。

催しもの

◆三多摩健康友の会武蔵村山支部

①認知症予防教室

第3月曜日午後1時～3時30分、市民総合センター等。医師等を講師に1時間の学習と30分の体操を行います。10月まで7回講座(1回のみ参加可)。要予約。

②セラバンド体操

月4回、緑が丘出張所、緑が丘ふれあいセンター、中藤地区会館、残堀伊奈平地区会館。ゴムの伸縮性を利用したストレッチや筋トレを行います。要予約。

※②は残堀伊奈平地区会館のみ参加費100円

☎内田☎080-5091-1475

◆講演会〈中学校教科書は今、どのように変わってきたか-平和や真実を学べる教科書を-(武蔵村山子どもの教育と文化を育てる会)

6月15日(土)午後2時～4時、市民総合センター3階集会室。「平和と真実を学べる教科書を子どもたちに与えたい」と願い、学習会を開きます。講師：梶谷陽子氏(子どもと教科書全国ネット21事務局長)

☎板谷☎560-7282

◆絵本・紙芝居・こころんカフェ(フォスターペアレントの会)

6月20日(木)午後2時～4時、市民総合センター調理室。出入り自由。養育家庭制度や登録希望のかたの相談も行います。

☎後藤☎564-2924

◆歌の友

6月21日(金)、7月19日(金)午後1時10分～4時、市民総合センター3階学習室。懐かしいメロディーをピアノに合わせて歌いましょう。参加費500円。

☎植竹☎562-4222

◆第58回「うたごえ喫茶 in 武蔵村山」(うたごえ喫茶実行委員会)

6月11日(火)午後2時～4時、さくらホール(市民会館)展示室。お馴染みの童謡、唱歌、叙情歌、歌謡曲等を参加者全員でピアノに合わせて歌います。定員48人。参加費500円。

☎荒井☎531-6343

◆そば打ち教室(長尾そば打ち教室)

6月16日(日)午前9時～午後1時、大南地区会館。楽しくおそばを打ちませんか。おそば好き集合!初めてのかたも大歓迎。全麵協四段位が指導。毎月1回、日曜日開催予定。参加費1,500円(材料費)。

☎長尾☎565-1608

いざというときに備えよう 大雨・台風対策

■避難情報を電話で受けられます

事前登録した固定電話へ、災害時の避難情報等を配信します。緊急速報メール等で発信するものと同じ情報が聞けますので、スマートフォンをお持ちでないかたはぜひご利用ください。

HP1013466

▶対象=固定電話のみを所有している市民のかた

▶配信情報=避難所開設情報、避難指示等

▶申込=市役所防災安全課に申請書を提出
※申請書等は、防災安全課、市民総合センター内高齢福祉課、ホームページ等にて配布

■土のうを準備しましたか HP1000077

川の近くや傾斜地等の地域では、「土のう」等を準備を。

▶配布=1世帯原則15袋まで(1つ10～15kg程度)

※防災安全課へ連絡の上、市役所まで引き取りに来てください。

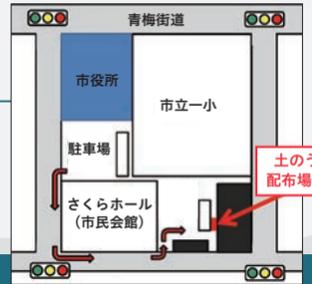
☎防災安全課(☎内線334・335)

■気象情報(注意報・警報)にご注意を!

大雨によって発生する土砂災害は、何日も前に降った雨が影響している場合もあります。雨が弱まっても、降り続いた雨によって、注意報・警報が発令されることがありますので、気象情報を注意して確認しましょう。また、ハザードマップを見て、事前に自宅周辺の危険な場所を確認しておきましょう。

HP1008898

ハザードマップで危険な場所をチェック!



◆ネイチャーゲーム(NPO法人子育て未来ネットこどもと)

6月15日(土)午前10時～11時45分、雷塚公園。立川シェアリングネイチャーゲームの会リーダーのもと、みんなでネイチャーゲームを楽しもう。対象2歳以上。定員20人。予約は公式LINEから(6月8日(土)締切)。

☎NPO法人子育て未来ネットこどもと

☎070-3128-8454

◆自然観察会(武蔵村山自然に学ぶ会)

6月9日(日)、7月14日(日)午前8時、市役所前集合。弁当、飲み物、雨具、双眼鏡(お持ちのかた)持参。参加費200円(保険代)

☎高橋☎090-5144-1946

◆カラオケ・ボランティア(すまいる)

不定期で日曜日と木曜日午後2時～3時、市内高齢者入所施設(老人ホーム)現地集合。カラオケ機器を伴奏にして、先方のご希望曲を全て歌います。マイク歌唱はしません。入所者さまと一緒に、合唱を楽しみます。

☎渡邊☎090-3877-3043

会員募集

◆十文字自彊術(コスモス)

毎週火曜日午後1時15分、雷塚地区会館2階。自然治癒力を高める31の動作からなる健康体操で、健康寿命を伸ばそう!見学体験随時OK。入会金1,000円、会費月2,000円

☎高橋☎090-9806-2829

◆武蔵村山市グラウンド・ゴルフ協会

●第37回武蔵村山市民グラウンド・ゴルフ大会
8月4日(日)午前8時30分～午後1時、総合運動場第二。受付:6月22日(土)・23日(日)午前10時～午後3時、武蔵村山市体育協会事務所(市役所第3庁舎内)。定員50チーム(1チーム5人編成)。参加費1,000円(協会加盟チーム)、2,000円(一般チーム)

●グラウンド・ゴルフ普及・啓発

不定期年10回位、主に市内の公園、グラウンド等。グラウンド・ゴルフ協会に加入して研修会・大会等に参加しましょう。年会費1,000円

☎吉澤☎562-4470

◆エアロビクス(ハローフィットネス)

毎週火曜日午前10時30分、残堀・伊奈平地区会館3階集会室。いい汗流しませんか。入会金200円、会費月1,500円

☎森本☎070-6988-9072

◆雷塚書道会

第1～3日曜日午後1時、緑が丘ふれあいセンター。書道用具一式進呈。見学随時可。対象:小学生～成人。入会金1,000円、会費月2,000円

☎室尾☎090-6189-3645

◆グループ目高舎

毎週火曜日・毎月18日午後2時、大南地区会館等。絵本読み、合唱、コンサート、資本論講読文集づくり等。

☎林☎561-9952

市政クイズ 581回

ヒントは市報の中!

Question

市内に商店会は、全部でいくつあるでしょうか?

A 3つ

B 5つ

C 7つ

応募方法

はがき等に以下の必要事項を記入し、市役所秘書広報課へ郵送、持参又は市ホームページ(右記二次元コード)から応募

●必要事項=①住所 ②氏名 ③年齢 ④今月の答え
⑤今月の市報の感想(例:良かった点、悪かった点、〇〇の情報をもっと欲しい等)

●応募資格=市民のかた ●締め切り=6月14日(金)(必着)

今月のプレゼント

M ジョロハンカチ
(茶色又は紺色いずれか1枚)

正解されたかたの中から抽選で20名様に贈呈します。

※色は選べません。



前回(市報5/1号)の答え

Question

民生委員・児童委員の日として定められているのは、何月何日?

Answer

C 5月12日

