



# むさしむらやま

市の人口と世帯(速報値)	
令和6年8月1日現在(前月比)	
男	35,175人(+7人)
女	35,615人(-17人)
合計	70,790人(-10人)
世帯数	33,100世帯(+28世帯)



車いすラグビー日本代表

## 小川仁士選手

パラリンピック競技の一つ、「車いすラグビー」。

車いす同士のタックルが唯一認められている激しいコンタクトスポーツ。東京パラリンピックをはじめ、様々な国際大会で日本代表として活躍する市内在住の日の丸戦士、小川仁士選手にインタビューしました。

▶▶▶特集は2・3ページへ

(C)MegumiMasuda/JWRF





## ■ プロフィール

1994年、東京都北区生まれ。18歳の時、モトクロスのレース中に首の骨を折る大けがを負い、頸髄を損傷。首から下が自由に動かせなくなり、車いす生活を余儀なくされる。リハビリの一環で車いすラグビーと出会い、リハビリと練習を重ね、日本代表に選出されるほどの国内屈指の選手として活躍している。現在の所属チームはBLITZ（東京）。2021年、東京2020パラリンピック競技大会日本代表選手に選ばれ、銅メダルを獲得。東京2020パラリンピック競技大会以降も国内外で開催される大会で日本代表選手に選出されており、パリ2024パラリンピック競技大会でも日本代表選手として出場予定。



Instagram



## ■ インタビュー

### —— 武蔵村山市に住んだきっかけは

一軒家を建てたくて土地を探している頃、見つけた土地が武蔵村山市でした。周辺の街並みがきれいだったこと、妻が東村山市出身で、妻の実家に近い方が良かったことも理由の一つです。住み始めて6年くらい経ちますが、坂が少ないことが個人的に嬉しいです。私の実家は玄関を出ると目の前が坂なので…（笑）。

### —— 車いすラグビーの最初の印象は

正直にお話すると、最初は車いすの操作練習だけをしていたので「つまらなかった」という印象です（笑）。ですが、リハビリで一緒になった仲間と車いすラグビーをやるようになり、試合形式でできるようになってからは「面白いな」と感じるようになりました。その頃にはタックルの練習なども始めていました。ルールを完全には把握していませんでしたが、タックルなどのプレイの感覚がとても楽しかった印象があります。

### —— 車いすラグビーの面白いところは

車いす競技で唯一認められている「タックル」が一番だと思います。次に、その激しさの反面、緻密な作戦や細かい戦術が光るスポーツであると思います。また、ほとんどの

スポーツでは得点をすると盛り上がりますが、車いすラグビーはそうではありません。車いすラグビーはオフense成功率が90%以上のスポーツで、ほとんどの場合トライが決まります。そのため、ディフェンスが成功すると盛り上がるという特徴があります。



(C)MegumiMasuda/JWRF

### —— 試合中の小川選手の役割について教えてください

私はローポインターという障害の重いクラス（3ページ上部参照）で、主にディフェンスの役割です。そのため、得点やボールを自らが持って運んでいくなどの目立ったことはほとんどしません。相手選手のパスルートを潰す、タックルで相手選手の妨害をするなど、オフenseであるハイポインターの選手を助ける役割を担っています。





# 車いすラグビーはじめてガイド

## 7段階のクラス分け

車いすラグビーの選手は、筋力・体幹機能・動作機能の各テストと競技観察により、7つのクラスに分けられます。

※小川選手は障害の重い1.0点のクラス（ローポインター）に分けられ、主にディフェンスを担当しています。

1チーム4人の持ち点（クラスに応じた点数）の合計が8.0点以下になるよう出場選手を編成します。なお、女性がチームに加わる場合は1人につき0.5点の追加が認められます（女性4人で最大10.0点）。

軽	3.5	小川選手のクラス
	3.0	
障害の程度	2.5	
	2.0	
	1.5	
	1.0 ←	
重	0.5	

## 競技用の車いすは2種類

### 攻撃型



細かいターンや動きができるように、全体的にコンパクトな作りが特徴。

相手の動きを止めるために突き出したバンパーが特徴。

小川選手は守備型

### 守備型



## ・タックル

車いす競技の中で唯一タックルが認められており、その激しさからかつては「マードーボール（殺人球技）」と呼ばれていたことも。



## ・ボール運び

膝上にボールをのせて何回でもこぐことができますが、10秒以内にドリブルかパスをしなければなりません。

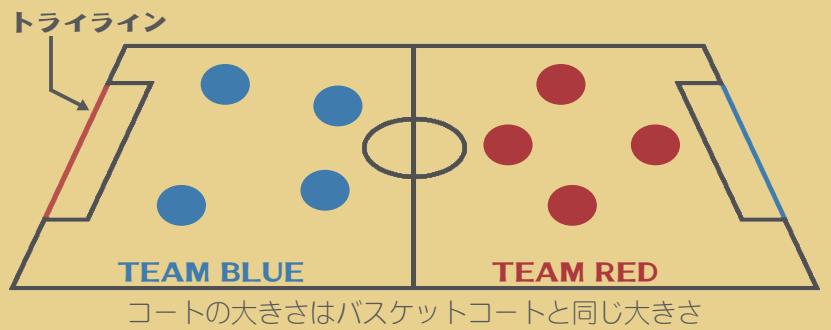


## ・得点（トライ）

ボールを持った選手の車いすの前後4輪のうち2輪が相手側のトライラインを超えると得点（トライ）となります。

## ・試合時間

1ピリオドは8分で、3分の休憩を挟みながら4ピリオド行います。延長戦は勝敗が決まるまで1ピリオド3分、休憩2分を繰り返します。



## —— 最も得意とするプレーは

味方へのパスです。小さい頃にサッカーをやっていたことから元々球技が好きでした。ボールの扱いは1.0クラスの選手の中でも負けないストロングポイントの一つです。攻撃の起点となるインバウンダー（パスを出す選手）として、チームの勝利に貢献していきたいです。



## —— 日本の強みは

組織力だと思います。4人のプレーの共通認識や連携は日本が一番強いと感じます。他国では「この国はこの選手」といった突出した選手がいます。日本にももちろんいますが、ローポインターとハイポインターの連携は日本が一番強いと思います。

## —— 今までで一番うれしかったことは

2023年に開催され、パリパラリンピックの出場が決まった大会、AOC（アジア・オセアニア・チャンピオンシップ）です。これまでも日本代表選手に選ばれていましたが、試合に出場する時間が短かったんです。AOCでは出場時間が多くもらったことと、大会で優勝してパリパラリンピック出場の切符がもらったため、一番うれしかったです。

## —— AOCでは髪の毛を赤く染めていましたが、パリパラリンピックでは何色にするか考えていますか

考えています（笑）。誰か一人でも私の髪色を楽しみにしてくれていたなら良いなと思っていますが、髪色が被らないよう選手の間では何色にするかを相談しています。試合ももちろんですが、髪色も楽しみにしてください（笑）。



## —— 意気込みと市民の皆さまに一言

最近市内でも声をかけてくださるかたが多くなり、応援してくれるかたが増えていることを実感しているので、もっと頑張る結果を残していかなければと思っています。東京パラリンピックでは、チームの戦力になれず歯がゆい気持ちでしたが、今回はチームに貢献して金メダルを獲得したいです。市民の皆さまの応援が本当に力になりますので、これからもたくさん声をかけてくださると嬉しいです。

### —パリ 2024 パラリンピック—

## 車いすラグビー競技日程等

予選	本選	グループ・参加国
① 8月30日(金) 午前2時30分～ <b>日本 vs ドイツ</b> 	① 9月1日(日) 午後8時30分～ <b>準決勝</b>	<b>—グループA—</b> ・アメリカ (2位) ・カナダ (5位) ・ドイツ (9位) ・日本 (3位)
② 8月30日(金) 午後8時30分～ <b>日本 vs アメリカ</b> 	② 9月2日(月) 午前2時30分～ <b>準決勝</b>	
③ 9月1日(日) 午前0時30分～ <b>日本 vs カナダ</b> 	③ 9月2日(月) 午後8時30分～ <b>3位決定戦</b>	<b>—グループB—</b> ・イギリス (4位) ・オーストラリア (1位) ・デンマーク (7位) ・フランス (6位)
※開始日時は全て日本時間	④ 9月3日(火) 午前2時30分～ <b>決勝</b>	



# 健康

## ピラティス教室 HP1000785

ピラティスは、身体のコンディションを整え、体幹や手足も含めた筋力強化や柔軟性・筋持久力向上に効果的なエクササイズです。

- ▶日時 = 10月8日(火)午前9時30分～11時
  - ▶場所 = 市民総合センター3階集会室
  - ▶対象 = 20歳以上の市民のかた
  - ▶定員 = 10人(申込先着順)
  - ▶持ち物 = 健康手帳(お持ちのかた)、タオル、飲み物、動きやすい服装
  - ▶申込 = 9月2日(月)午前9時から電話で受付
- ☎保健相談センター ☎ 565-9315

## 生活習慣病予防と健康へのきっかけづくりに健康づくり相談会 HP1006851

- ▶日時 = 9月29日(日)①午前9時～11時、②午後1時～3時(予約不要。直接会場へ)
  - ▶場所 = 市役所1階ロビー
  - ▶内容 = 骨健康度測定、血管年齢測定、血圧測定、ペジチェック、保健師・薬剤師による相談
  - ※測定は20歳以上のかたのみ
  - ▶対象 = 国民健康保険被保険者、後期高齢者医療保険被保険者
  - ※この事業は、市と地域包括協定を締結している明治安田生命保険相互会社・大塚製薬株式会社・市薬剤師会の協力のもと実施します。
- ☎保険年金課 (☎内線 138)

## 結核検診(胸部レントゲン) HP1000764

- ▶日時 = 10月7日(月)午前10時～11時30分
  - ▶場所 = 緑が丘出張所
  - ▶対象 = 65歳以上の市民のかた
  - ▶費用 = 無料
  - ▶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。
  - ※6月に実施した結核検診を受診したかたは受診不可
- ☎保健相談センター ☎ 565-9315

# 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。

	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

☎武蔵村山医師会 ☎ 564-4114 HP1000778

### 9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

### 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

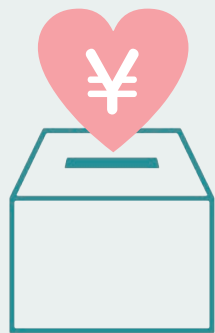
☎ 566-3111

HP1000778

1日(日)	高野 歯科医院	本町2-96-1 ☎ 560-8899
8日(日)	田島 歯科医院	緑が丘1679-50-60 ☎ 564-7758
15日(日)	長尾 歯科医院	大南3-66-11 ☎ 565-1608
22日(日・祝)	長崎 歯科医院	学園3-59-5 ☎ 561-9672
29日(日)	永島 歯科医院	中原1-16-3 ☎ 560-4618

☎武蔵村山市歯科医師会 ☎ 562-2743

## 令和6年7月25日からの大雨災害義援金



### 義援金にご協力ください

12月27日(金)正午まで

令和6年7月25日からの大雨災害により、秋田県および山形県に甚大な被害が発生しました。市では、被災されたかたがたを支援するため、市役所本庁舎等公共施設に義援金箱を設置しています。皆さまのご協力をお願いします。※設置場所等詳細は市ホームページへ



☎福祉総務課 (☎内線 152・153) HP1020544

## 無料 がん三セットのお知らせ

～胃がん、大腸がん、肺がん検診を1日で～

申込期間

9月1日(日)～30日(月)(消印有効)

▶日程・会場＝

	日程	会場
11月	15日(金)	大南地区会館
	19日(火)	保健相談センター
	26日(火)	保健相談センター
	30日(土)	三ツ木地区会館
12月	3日(火)	保健相談センター
	8日(日)	市民総合センター
1月	18日(土)	残堀・伊奈平地区会館

※検診時間は午前。詳細は個別に通知します。  
※結果は10月末ごろに郵便はがきで通知

▶対象 = 40歳以上の市民のかた(令和6年4月1日時点)

※3つの検診の受診が申込の条件です。どれか1つでも受診できないかたは、市報10月1日号でご案内する単独での検診にお申し込みください。

▶定員 = 各回100人(応募者多数の場合は抽選)

※胃がん検診(バリウム検査)には実施条件あり

※月経中のかたは、大腸がん検診の受診不可

詳細は、3月下旬に全戸配布した「武蔵村山市保健事業予定表」又は、市ホームページをご覧ください。

### 申込方法は、3とおり

※申し込みは1人1通まで。重複申込は無効

#### 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氏名(フリガナ)

②生年月日・年齢 ③住所

④日中連絡が取れる電話番号

⑤受診希望日(第6希望まで。特に無い場合は「いつでも良い」と記入)

#### 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分までに提出(土・日曜日、祝日を除く)

#### 3 電子申請(LoGoフォーム)

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。

※申請者情報の登録が不要になりました。

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





自殺のない社会を目指して 第35回自殺防止！東京キャンペーン

HP1019038



つらいときは、  
ひとりで悩まないで相談しよう

詳細はこちら

都では、9月と3月を自殺対策強化月間としています。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。



	相談名	期間	電話番号等
こころの悩み等	フリーダイヤル特別相談	8月20日(火)～9月5日(木) 午後8時～翌午前2時30分 ※月曜日午後10時30分～、火曜日午後5時～	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 又は 03-5286-9090
	有終支援いのちの山彦電話 - 傾聴電話 -	9月の火・水・金・土・日曜日および祝日 各日 正午～午後8時（第4日曜日を除く）	NPO法人有終支援いのちの山彦電話 ☎ 03-3842-5311
	(全国) 自殺予防いのちの電話 (東京) 東京いのちの電話	9月10日(火)～16日(月・祝) 午前8時～翌午前8時 9月1日(日)～30日(月)午後4時～9時	(一社) 日本いのちの電話連盟 ☎ 0120-783-556 又は 03-3264-4343(毎日24時間)
	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～	9月10日(火)～14日(土) 各日 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 <a href="#">追加はこちら</a>
自死遺族対象	自死遺族相談ダイヤル	9月9日(月)～11日(水) 各日 正午～午後5時	NPO法人全国自死遺族総合支援センター ☎ 03-3261-4350
	とうきょう自死遺族総合支援窓口	毎週月～金曜日 午後3時～7時 毎週日曜日 午後1時～5時 メール相談 毎日24時間	NPO法人全国自死遺族総合支援センター <a href="#">メール相談はこちら</a> ☎ 03-5357-1536 ※メール相談はおおむね1週間以内に返信
	自死遺族傾聴電話	9月10日(火)～13日(金) 各日 午前11時～午後5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	9月2日(月)・3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。

**自殺予防週間  
ライトアップキャンペーン**

都庁第一本庁舎や都有施設等のライトアップを行います。  
▶期間 = 9月10日(火)～15日(日)

**こころといのちの図書展示**

▶期間 = 9月1日(日)～30日(月)  
▶場所 = 中久保図書館  
📍中久保図書館 ☎ 569-1501

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、こころの悩みについての相談を随時受け付けています。  
📍保健相談センター ☎ 565-9315



9月は食生活改善普及運動月間

食育通信 vol.43 「減塩でも美味しく食べるコツ」 武蔵村山市栄養連絡会

現在日本人の80%近くの方が塩分を摂りすぎていると言われています。塩分の摂りすぎは健康に良くないと分かっているながら、減塩はおいしくない、味が物足りない。と感じていませんか？

減塩にはコツがあります（右記表）。

いくつかを組み合わせることで、香りや味にアクセントが付き、薄い味付けでも美味しく食べることができます。また、食物繊維やカリウムは余分なナトリウム（食塩）を体外に排出するのを手助けしてくれるので効果的です。料理は温かいものは温かいうちに、冷たいものは冷たいうちに食べることでより美味しさを感じられます。

暑い日々で疲れた体におすすめレシピを紹介します。酸味のアクセントでさっぱりと食べられます。

旨味	昆布や鰹節、きのこ類
酸味	柑橘系の果汁や酢
香辛料や香味野菜	わさび、マスタード、カレー粉、しょうが、にんにく、しそ、ミョウガ
油脂	ごま油、ナッツ類
食物繊維・カリウム	野菜、いも類、こんにゃく、きのこ類、海藻類、果物
温度	料理に適した温度



レシピは16ページへ➡

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。 **HP1003607** **HP1003606**  
掲載料1回（1か月）1枠15,000円  
📍秘書広報課（☎内線314）



市ホームページのページ番号検索欄に **HP 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

## 令和7年度東京都重症心身障害児(者)通所事業(医療型)の新規利用希望者の受付

多摩地区内にある重症心身障害児(者)施設(医療型)については、市民総合センター内障害福祉課へお問い合わせください。  
 ※施設の状況により希望に添えない場合あり  
 ▶対象=令和7年4月から新規に通所を希望される重症心身障害児(者)のかた  
 ▶申込=9月6日(金)~18日(水)に利用希望施設を選定し、障害福祉課窓口にて申し込み  
 市民総合センター内障害福祉課 ☎590-1185

## 福祉会館のカラオケ実施日に毎週火曜日を追加しました HP1004692

▶実施日・時間=

曜日	時間	場所
火・木曜日	午前9時~正午 午後1時~4時	福祉会館
日曜日	午前9時~正午	

※実施時間内に自由に来館してください。  
 ▶対象=原則60歳以上の市民のかた、福祉会館の「個人利用許可書」があるかた(ないかたは要申請、緊急連絡先必須)  
 ▶参加費=無料  
 福祉会館 ☎563-3825

## 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  
 メール: chiiki1@mshakyo.jp  
 ◆高齢者のかたへの「見守りあんしん電話」シルバーテレホン事業  
 相談員が話し相手となり、声の支え合いの活動を行っています(要事前登録)。  
 ▶開設時間=毎週水・木曜日午後1時30分~4時(祝日、年末年始を除く)  
 ※都合により曜日・時間帯の変更あり  
 ▶対象=市内在住のおおむね65歳以上のひとり暮らし、高齢者世帯のかた

## ◆教育支援資金貸付制度

貸し付けには収入や世帯の状況等の要件がありますので、一度ご相談ください(要電話予約)。※資金交付まで、1~2か月程度かかります。

学校	就学支度費(入学金)	教育支援費(授業料等)
高等学校 専修学校高等課程	50万円	月額 35,000円~ 52,500円
高等専門学校 短期大学 専門職短大 専修学校専門過程		月額 60,000円~ 90,000円
大学 専門職大学		月額 65,000円~ 97,500円

## 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  
 ◆ピラティス  
 普段使っていない筋肉を動かして、姿勢を整えましょう(椅子に座ってできる体操)。  
 ▶日時=9月19日(休)午後1時15分~2時15分  
 ▶場所=三ツ木地区会館2階集会室  
 ▶対象=おおむね60歳以上の市民のかた  
 ▶定員=25人  
 ▶講師=芳賀沼麻美氏(理学療法士)  
 ▶参加費=無料  
 ▶持ち物=飲み物  
 ▶申込=9月2日(月)~17日(火)に電話で受付

◆みんな集まれ!「つながる♡せいぶ」フェスタ  
 聴いて、歌って、体験して、子どもからお年寄りまでが地域でつながり、安心して生活できるまちづくりを一緒にしましょう。  
 ▶日時=9月29日(日)午後1時~3時30分  
 ▶場所=残堀・伊奈平地区会館  
 ▶対象=市民のかた  
 ▶参加費=無料(手芸体験は別途300円)  
 ▶申込=事前申込なし。直接会場へ。

## 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  
 ◆2層協議体主催 福祉会館へ行ってみよう! オカリナ演奏会♪  
 オカリナの演奏を聴きながら、地域のつながりについて話し合いませんか。  
 ▶日時=9月17日(火)午前10時~11時30分  
 ▶場所=福祉会館2階大広間  
 ▶対象=おおむね60歳以上の市民のかた  
 ▶定員=20人(申込先着順)  
 ▶演奏=オカリナ風雅  
 ▶参加費=無料  
 ▶持ち物=タオル、飲み物  
 ▶申込=9月2日(月)午前9時から電話・窓口で受付

◆高齢期をいきいきと過ごすための心の健康講座「漠然としたモヤモヤを晴らそう」  
 心の健康維持の予防と対策を学びましょう。  
 ▶日時=9月17日(火)午後2時~3時30分  
 ▶場所=中藤地区会館3階集会室  
 ▶対象=おおむね60歳以上の市民のかた  
 ▶定員=20人(申込先着順)  
 ▶講師=月出優里香氏(武蔵村山病院公認心理師)  
 ▶参加費=無料  
 ▶申込=9月2日(月)午前9時から電話・窓口で受付

# シルバーパス申込手続き

## ◆更新

今年度の更新は郵送方式(原則)  
 1,000円パスの更新は、所得確認書の提出が必要です。

### 対象

令和6年9月30日(月)が有効期限のシルバーパスをお持ちのかた

### 更新方法

東京バス協会から郵送される「シルバーパス更新手続きのご案内」を必ず読み、手続きを行ってください。

☎東京バス協会シルバーパス専用電話 ☎03-5308-6950

## ◆新規

### 対象

都内にお住まいの満70歳以上のかた  
 ※満70歳になる月の初日から申込可

### 申込

最寄りのバス営業所等のシルバーパス発行窓口で受付(必要書類等は要問い合わせ)  
 ※月の初めの5日間(土・日曜日、祝日を除く)は、シルバー人材センターでも新規交付手続き可

☎東京バス協会シルバーパス専用電話 ☎03-5308-6950  
 ・立川バス上水営業所 ☎042-536-0243  
 ・昭島観光案内所 ☎042-524-3111  
 ・シルバー人材センター ☎564-1081



# 令和6年度後期分福祉タクシー利用券交付

## 10月から翌年3月までの6か月分

※11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。  
 ※代理での受け取りを希望するかた、新規で交付を希望されるかたはお問い合わせください。

### 対象

※いずれも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

- 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)
- 愛の手帳(療育手帳)所持者(2度以上)

※交付時、福祉タクシー利用者証・身体障害者手帳又は愛の手帳・印鑑(スタンプ印不可)要持参

☎市民総合センター内障害福祉課 ☎590-1185 HP1018461

	交付日時	交付場所
9/25(水)	午前9時30分~正午	さくらホール(市民会館)集会室
	午後2時~4時	
9/26(木)以降 ※土・日曜日、祝日を除く	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

広告内容については市が保証するものではありません





# 敬老会

## 9/7土 さくらホール (市民会館) 大ホール

午前10時～午後0時30分 (午前9時30分開場)

**対象** 60歳以上の市民のかた(家族同伴可)

**内容** ・式典  
・市老連所属会員による演芸  
・楽器演奏、歌謡ショー

※その他会場では、お互いさまサロンや市老人クラブ連合会等のパネル展を実施

### 注意事項

- 招待状の送付はありません。
- 当日は、送迎バス(予約不要)を行います。バスの運行ルートおよび停留所は案内チラシ又は市ホームページをご確認ください。
- 送迎バスの車内や会場内で食事をすることはできません。
- 案内チラシは市内公共施設や地域包括支援センターに設置しています。
- 台風等により中止とする場合があります。その場合は市ホームページ、市情報提供メールおよびSNSでお知らせします。

### ◆東大和警察署からのお知らせ

●自転車盗難被害急増中！  
いつでもどこでも、必ず鍵をかけて  
東大和警察署管内では、今年に入り200台以上の自転車が盗まれています。自転車盗難被害のうち約7割は無施錠です。  
さらに、被害の多くは自宅敷地内やマンション・アパート等の駐輪場から盗まれています。  
自転車を 사용하지 ない際は必ず鍵をかけて、大切な自転車を守りましょう。



### ●携帯電話にも詐欺電話？

固定電話だけでなく、携帯電話に対しても警察官や携帯電話会社を騙った特殊詐欺の電話が掛かってきています。  
犯人は「あなたは容疑者だ。」「お金を払わないと裁判になる。」等と不安をあおってきます。  
電話の相手を信用し過ぎず、少しでも不審と思った時は家族や東大和警察署に相談をしてください。

☎生活安全課 ☎ 042-566-0110

☎市民総合センター内高齢福祉課 ☎ 590-1233 HP1010599

### 官公署等からのお知らせ

#### ◆令和6年度歯ミカカップ事業「セミナー・取組発表会」(歯ミカカップ実行委員会)

障害者のかたの歯と口腔の健康づくりの推進を目的として、セミナー・取組発表会をオンラインで開催します。



- ▶日時 = 10月17日(木)午後1時30分～2時30分 (オンライン開催)
- ▶内容 = 「障がいのある方の歯科受診支援に向けて」

- 障がいのあるかたがたが歯科受診時に視聴することで、心の準備ができるような動画コンテンツの紹介および配信。
- 動画コンテンツ作成に協力いただいた皆さまのご紹介、インタビュー、感謝状贈呈等
- ※チラシは多摩立川保健所ホームページに掲載予定です。
- ▶対象 = 障害者施設、団体、歯科医療機関・特別支援学校等に通う障がいのあるかたの家族等
- ▶申込 = 10月17日(木)まで右記二次元コードから申し込み

☎多摩立川保健所 ☎ 042-524-5171

**ハロウィンジャンボ5億円**  
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)  
**ハロウィンジャンボミニ5,000万円**  
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)  
この宝くじの収益金は区市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。  
**9月17日 2種類同時発売!** 発売期間 9/17①～10/17②  
抽せん日 10/25③

公益財団法人東京都区市町村振興協会 各1枚 300円

## 9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	4日(水)、18日(水)、25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	秘書広報課 (☎内線314)	こころの室	【女性相談員】 14日(土) 午後2時～4時10分 ※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) ※オンライン相談予約メール: fureai@csplace.com			
人権相談	4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)			公認心理師によるこころのオンライン相談	13日(金) 午前10時～午後0時40分 ※事前にメール又は電話予約(先着3人)					
行政相談	4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	18日(水) 午後5時～7時 21日(土) 午後2時～4時 ※事前に電話予約(先着4人。保育あり)					
交通事故相談	11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)			ふくし法律相談	17日(火) 午後1時30分～4時30分 ※事前に電話予約					
建築相談	11日(水) 午後1時30分～4時30分 ※6日(金)までに電話予約(各相談先着6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)	
表示登記相談				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					
不動産取引相談				更生保護相談	12日(木) 午前10時～午後2時 ※相談日の前日までに電話予約					お伊勢の森分室
行政書士相談	18日(水) 午後1時30分～4時30分 ※13日(金)までに電話予約(各相談先着6人)			産業観光課(☎内線227)	ピアカウンセリング(障害者による相談)			聴覚: 4日(水) 高次脳: 11日(水) 肢体: 18日(水) 視覚: 25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			毎週火曜日 午前9時30分～午後4時(昼休みを除く)						
税務相談	消費生活相談			毎週水曜日 午前9時～午後4時(昼休みを除く)	市役所福祉総務課			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)	
創業支援個別相談	毎週月～金曜日 午前10時～午後5時 ※事前に電話予約	産業観光課(☎内線227)	市役所福祉総務課	福祉総務課(☎内線155・156)						
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)	消費生活センター(☎内線108)			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(昼休みを除く) ※受付は午後3時30分まで	消費生活センター(☎内線109)	緑が丘出張所						
教育相談	毎週月～金曜日 午前9時～午後4時(要予約) (昼休みを除く) ※受付は午後3時30分まで	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)	シルバー人材センター入会説明会		18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)

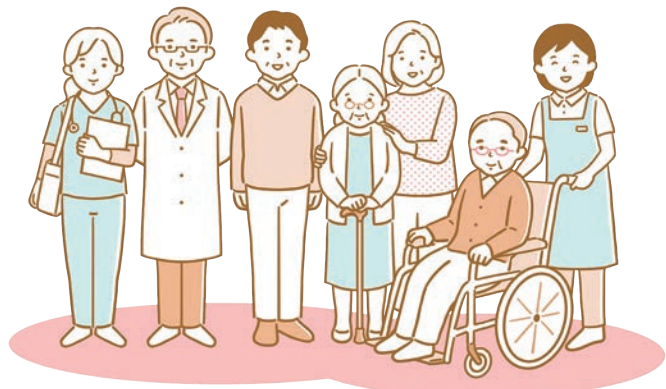


市ホームページのページ番号検索欄に HP 〇〇〇... を入力し検索すると、各記事の詳しい内容をご覧いただけます。





共に生き  
ともに歩もう  
認知症



### 認知症とは？

加齢やアルツハイマー病等、さまざまな原因で脳の細胞が傷ついたり、働きが悪くなることで、記憶・判断力が低下し、社会生活や対人関係に支障が続いている状態をいいます。

**認** 知症になっても安心して暮らせる社会の実現に向け、9月21日は「世界アルツハイマーデー」として制定されました。今年1月には、「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が施行され、9月21日は「認知症の日」、9月を「認知症月間」として、全国各地でさまざまな啓発活動が行われています。

本市では、認知症サポーター養成講座、介護者交流会等さまざまな取り組みを行っています。詳細は、地域包括支援センター又は高齢福祉課へお問い合わせください。

HP1013040



認知症かな？と思ったら

下記相談窓口までご相談ください。

- 西部地域包括支援センター ☎ 560-3931 (伊奈平、岸、残堀、中原、三ツ木、三ツ藤、大字三ツ木 (横田基地内))
- 北部地域包括支援センター ☎ 516-0062 (中藤、神明、中央、本町)
- 南部地域包括支援センター ☎ 590-1477 (榎、大南、学園)
- 緑が丘地域包括支援センター ☎ 590-5151 (緑が丘)
- 地域連携型認知症疾患医療センター武蔵村山病院 ☎ 566-3312
- 高齢福祉課地域包括ケア係 ☎ 590-1233

## イベント情報

アイコンの説明

日…日時 所…場所 内…内容 対…対象 定…定員 講…講師 申…申込 詳細はお問い合わせを。

### オレンジカフェ in 緑が丘

日 9月5日(休)午後2時～3時30分  
所 緑が丘ふれあいセンター多目的ホール  
内 「認知症患者の服薬について」「打楽器演奏」  
対 市民のかた、認知症について学びたいかた  
定 35人 (申込不要・先着順)  
講 古郡智史氏 (龍生堂薬局)、三宅優氏 (演奏)  
問 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)

### 認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、接し方について学びます。  
日 9月21日(出)午後2時～3時30分  
所 緑が丘ふれあいセンター多目的ホール  
対 市民のかた、認知症について学びたいかた  
定 50人 (申込先着順)  
申 9月17日(火)まで窓口・電話で受付  
問 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)

### 認知症 SOS 模擬訓練

認知症と思われるかたへの対応等訓練します。  
日 10月24日(休)午後2時～3時30分  
所 緑が丘ふれあいセンター多目的ホール  
対 市民のかた、認知症について学びたいかた  
定 30人 (申込先着順)  
申 10月16日(水)まで窓口・電話で受付  
問 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)

### 認知症関連本 特設コーナー設置

- オリオン書房 イオンモールむさし村山店  
日 9月3日(火)～24日(火)
- 岡野谷書店 日 9月3日(火)～30日(月)
- 波多野書店 日 9月17日(火)～25日(水)

### 認知症に関するポスター展

日 9月2日(月)～30日(月)午前9時～午後5時 (土・日曜日、祝日を除く)  
所 各地域包括支援センター、村山団地高齢者見守り相談室 (緑が丘1460-45)、武蔵村山病院

### 認知症に関するパネル展

日 9月10日(火)～25日(水)午前8時30分～午後5時15分  
※閉庁日を除く、最終日は午後1時まで  
所 市役所1階ロビー

### 認知症映画上映 「ぼけますから、よろしくお願ひします。～おかえり お母さん～」

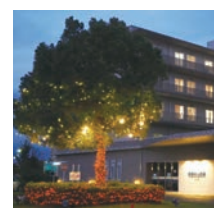
日 9月27日(金)午後1時30分～3時30分  
所 市民総合センター3階集会室  
対 市民のかた (在学・在勤含む)  
定 30人 (申込先着順)  
申 9月2日(月)～18日(水)に電話で受付  
問 在宅医療・介護連携支援センター  
☎ 511-0231 HP1016319

### 認知症映画上映 「毎日がアルツハイマー2」

日 9月21日(土)午前10時～11時30分  
所 残堀・伊奈平地区会館3階集会室  
対 市民のかた (在学・在勤含む)  
定 30人 (申込先着順)  
申 9月2日(月)～20日(金)に電話で受付  
問 西部地域包括支援センター ☎ 560-3931  
(月～土曜日午前9時～午後5時)

### 武蔵村山病院正面のメインツリーのオレンジライトアップ

認知症支援のシンボルカラーにライトアップします。  
日 9月2日(月)～30日(月)  
日没～午後9時



9月は高齢者悪質商法被害防止キャンペーン月間 HP1000457

⚠️ 詐欺に注意！ 少しでもおかしいと思ったら

消費生活センター ☎ 565-1111

- 多重債務110番！～借金返済でお困りのかたへ無料相談～ (9月2日(月)・3日(火))  
▶時間＝午前9時30分～午後4時 (正午～午後1時を除く)  
▶場所＝市役所1階消費生活センター (2日)、緑が丘出張所 (3日)

- 高齢者被害特別相談 (9月9日(月)～11日(水))  
▶時間＝午前9時30分～午後4時 (正午～午後1時を除く)  
▶場所＝市役所1階消費生活センター (9日・11日)、緑が丘出張所 (10日)

- 消費生活パネル展 (9月10日(火)～18日(水))

▶場所＝武蔵村山市役所1階

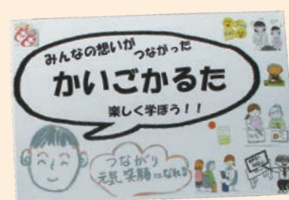
※東大和市役所においても9月にパネル展を実施します。



武蔵村山市は、東大和警察署、東大和市と連携して、被害防止に取り組んでいます。

みんなであそぼう！

かいごかるた



介護者家族、認知症サポーターおよび地域の関係機関がチームを組み、高齢者の介護や認知症について楽しく学べる「かいごかるた」を作製しました。貸出希望のかたは各地域包括支援センター、又は高齢福祉課までご連絡ください。

### 作成チームの想い

介護を通じて出会った多くのかたがたの協力により、かいごかるたが完成しました。かいごかるたを通じて、一人でも多くのかたが必要なサービスにつながり、笑顔で暮らせることを心から願っています。





無料

いつまでも 明るく 元気に

# 健康教室

## 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

※以下のかたは対象外

- 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

## 1

### 認知症予防大作戦 脳のパワーアップ教室

HP1010613

1回1時間の簡単な読み書きや計算、すうじ盤を用いた学習、座ってできる体操や懇談会を行います。

▶場所等＝

場所	曜日	期間
①市民総合センター	火	10/8～3/11
②緑が丘ふれあいセンター	水	10/9～3/5
③残堀・伊奈平地区会館	金	10/11～3/14

※時間は午前10時～11時(年末年始を除く)

▶定員＝①②各8人③4人(応募者多数の場合は抽選。年度内1クールまでの参加)

▶持ち物＝筆記用具

※説明会(各会場の初回の日)への参加必須

#### 【学習サポーター募集】

- ▶活動日＝教室開催日のうち希望の日
  - ▶対象＝おおむね65歳未満で、高齢者のかたとの会話を楽しめる市民のかた
  - ▶定員＝各教室若干名(応募者多数の場合は抽選)
  - ▶謝礼＝1回1,200円
  - ▶申込＝9月13日(金)まで電話で受付
- ※採用されたかたは①・②要出席

#### ①説明会

▶日時＝9月24日(火)午前9時30分～正午

#### ②研修

▶日時＝9月26日(木)午後1時30分～4時

※場所はいずれも市民総合センター中会議室

## 2

### まじめにやれば、めっちゃよく効く ひざ痛予防体操

HP1005163

「ひざが痛いので運動は無理」と考えているかたはぜひご参加ください。

▶期間＝10月10日～令和7年2月13日の木曜日、午前10時～正午(年末年始を除く)

※初日は説明会、体力測定のため参加必須

▶場所＝市民総合センター小会議室

▶定員＝16人(応募者多数の場合は抽選)

▶持ち物＝運動しやすい服・靴



## 3

### 免疫力アップ！転倒予防に！ 健康太極拳

HP1005164

八段錦(医療体術)と並行して学ぶことにより、健康寿命を延ばしましょう。

※太極拳の経験が半年以上あるかたは対象外

▶期間＝10月17日～令和7年3月6日の木曜日、午後2時～4時(年末年始を除く)

※初日は説明会、体力測定のため参加必須

▶場所＝市民総合センター3階中会議室

▶定員＝20人(応募者多数の場合は抽選)

▶講師＝原田和江氏(楊名時八段錦・太極拳東京都支部、楊名時太極拳師範)

※運動のできる服装、底の薄い上履きで参加



## 4

### 自宅できる体操・トレーニングマシンで介護予防 筋力アップ教室

HP1006521

▶定員＝各教室8人(申込先着順)

※初参加のかた優先。参加は年度内1クールまで



表 筋力アップ教室の日程等

教室名	実施期間	曜日	回数	時間	場所		
緑が丘A教室	10/9～3/26	水	20回	午前9時30分～11時30分	村山団地地域ケアセンター (緑が丘1460番地46号棟) ※駐車場はありません。		
緑が丘B教室				午後1時30分～3時30分			
緑が丘C教室	10/12～3/22	土		午前9時30分～11時30分			
緑が丘D教室				午後1時30分～3時30分			
伊奈平A教室	10/3～12/12	月・木(週2回)		12回		午前9時30分～11時30分	伊奈平苑高齢者在宅サービスセンター (伊奈平6-14-2)
伊奈平B教室	10/9～12/25	水		12回		午前9時30分～11時30分	

..... 申込 ※いずれの教室も、応募は一人一通とします。 .....

### 1

### 2

### 3

▶▶ はがきで受付(消印有効)

#### 1・2の送付先

〒208-0013 大南5-32-1

介護予防教室ケヤキ 山部

▶申込期限＝9月13日(金)まで

☎介護予防教室 ケヤキ

☎090-5573-1841

#### 3の送付先

〒208-8502 学園4-5-1

市民総合センター内高齢福祉課

「健康太極拳」係

▶申込期限＝9月13日(金)まで

☎高齢福祉課 ☎590-1233

#### 【はがき記入事項】

①氏名(フリガナ)

②生年月日

③住所

④電話番号

⑤【脳のパワーアップ教室のみ】

第1・2希望会場

【健康太極拳のみ】

参加動機

### 4

▶▶ 高齢福祉課で受付

▶申込＝9月2日(月)～13日(金)に、市民総合センター内高齢福祉課窓口又は電話で受付

※午前9時～午後5時(正午～午後1時を除く)

☎市民総合センター内高齢福祉課

☎590-1233

※1 2 3は申込多数により抽選となった場合は、9月17日(火)午後2時30分から市民総合センターで公開抽選を行います。(結果は各教室開始日の1週間前までに郵送)



市ホームページのページ番号検索欄に HP 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

## 休日マイナンバーカード窓口 HP1004643

- ▶日時＝9月14日(土)、10月12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
  - ▶内容＝マイナンバーカードのお渡し、申請サポート(無料写真撮影あり)
  - ▶持ち物＝本人確認書類等 HP1013391
- ※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問い合わせ先から。予約がない場合でもお渡しは可能です。
- ☎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



## 市税等の納期内納付をお願いします

- 9月は、国民健康保険税(普通徴収)[第3期分]、後期高齢者医療保険料(普通徴収)[第3期分]の納期です。納期内納付(納期限は9月30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(後期高齢者医療保険料を除く)を利用したさまざまな納付が可能です。 HP1018569
- ※eL-QRによる納付は、地方税お支払いサイト(www.payment.eltax.lta.go.jp/pbuser又は右記二次元コード)を参照してください。
- ☎収納課(☎内線194～196)



## 市民税・都民税の申告漏れはありませんか

- 所得控除、税額控除の申告をすることで税額が下がることがありますので、ご確認ください。
- ◆所得控除 HP1000219
- ▶主な対象＝年金を受給して国民健康保険税等を支払っているかた、給与の支払いを受けていて年末調整をしていないかた等
  - ▶主な所得控除＝①雑損②医療費③社会保険料(国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、国民年金保険料、介護保険料等)等

### ◆税額控除

- ▶主な対象＝
  - ①平成26年1月1日～令和5年12月31日に入居し、所得税の住宅ローン控除を受けているかた
  - ②地方公共団体、都共同募金会、日赤東京都支部および武蔵村山市が条例で指定した団体に対して、令和5年中に2,000円以上の寄附をしたかた
  - ▶主な税額控除＝住宅ローン、寄附金
- ※住宅ローン控除の適用を受けるには申告期限があります。年度により、申告期限後では適用が受けられない場合がありますので、ご注意ください。
- 住宅ローン控除について：HP1000225  
寄附金税額控除について：HP1000226
- ☎課税課(☎内線123～125)

## 公的年金等に係る扶養親族等申告書は期限までに提出を

HP1012955

日本年金機構では、公的年金について源泉徴収の対象となるかたへ、毎年9月中旬以降順次「扶養親族等申告書」を送付していますので、期限までに提出してください。

※提出の際は、記載誤り等がないようにご注意ください。

- ▶対象＝老齢又は退職を支給事由とする年金を受けているかたのうち、年金支給額が65歳未満で108万円以上、65歳以上で158万円以上のかた
- ☎日本年金機構ねんきんダイヤル☎0570-05-1165、又は課税課(☎内線123～125)

## 令和5年度 情報公開・個人情報保護制度の運用状況実績

### ◆情報公開制度 HP1002327

～透明度の高い市政を目指して～

①公文書の開示請求・決定の状況

請求件数	開示決定	一部開示決定	非開示決定
33	22	11	8

※1件の開示請求に対し、複数の決定をしている場合があるため、開示請求件数と決定の総数とは一致しません。

※行政不服審査法に基づく審査請求は、1件

②情報公表の実績

長期総合計画その他重要な基本計画	4
附属機関等の報告書	3

### ◆個人情報保護制度 HP1002328

～適正に保護 あなたのプライバシー～

①保有個人情報の目的外利用等の届出の状況

届出者	件数	届出者	件数
市長	20	監査委員	0
教育委員会	0	農業委員会	0
選挙管理委員会	0	固定資産評価審査委員会	0

※個人情報の保護に関する法律第69条第2項の規定に基づく保有個人情報の目的外利用等に係る各機関からの届出数を集計したもの

※制度改正により「個人情報を取り扱う業務に関する届出」件数の集計はなくなりました。

②保有個人情報の開示請求・決定の状況

請求件数	開示決定	一部開示決定	不開示決定
6	7	2	0

※保有個人情報の訂正請求・利用停止請求、市の個人情報の取扱いについての苦情の申出および行政不服審査法に基づく審査請求はありませんでした。

### ◆審査会・審議会の開催状況

～公正な制度運営のために～

武蔵村山市情報公開・個人情報保護審査会	2回
武蔵村山市議会情報公開審査会	なし
武蔵村山市個人情報保護審議会	1回

☎文書法制課(☎内線385)

## 9月10日は「下水道の日」 HP1012945

普段は目に見えない下水道は、私たちの生活を陰で支えてくれています。

### ◆下水道を守る3つの心がけ

- ①下水道に油を流さない  
油の処理は「使い切る」「拭き取る」「吸い取る」「リサイクル」
- ②トイレにはトイレトーパー以外を流さない
- ③浴室や洗面所にたまった髪の毛は流さない

### ◆ますやマンホールのふたは開けないで

ますやマンホールに異物を投げ入れないでください。また、大雨で道路が冠水した時も絶対に開けないでください。

### ◆台風の際は水を多く流さないようにご協力を

台風時には、通常の数倍以上の雨水を含んだ汚水が水再生センターに流れ込み、大きな被害が生じています。台風時には、屋外流しの閉栓、

水のう(土のう)を置く等、雨水の流れ込み防止にご協力ください。

### ◆1日も早い水洗化を

水洗化の済んでいないお宅に、公共下水道への接続をお願いしています。接続をすることで、害虫や悪臭の防止のほか、家庭からの汚水が水再生センターで浄化処理されてから川に流されるため、生活環境や自然環境の保全につながります。

☎道路下水道課(☎内線255・256)

## 令和6年10月以降の ごみ収集カレンダーを配布します

令和6年10月～令和7年9月のごみ収集カレンダーを、9月4日(水)～18日(水)の間に全戸配布します。上記の期間を過ぎても届かない場合はご連絡ください。

☎ごみ対策課(☎内線292～294)



## 農地利用状況調査(農地パトロール)を実施します

HP1005079

次世代に優良な農地を残すため、遊休農地および違反転用の解消の取り組みの一環として、農地利用状況調査を実施します。

調査の際には、農地の中に立ち入ることもあります。ご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

▶期間＝9月25日(水)～10月7日(月)の間の5日間(土・日曜日を除く)

☎農業委員会事務局(☎内線226)

## 村山温泉「かたくりの湯」の指定管理者を募集します

HP1003564

▶対象施設＝村山温泉「かたくりの湯」(本町5-29-1)

▶指定予定期間＝令和7年10月1日～令和13年3月31日

▶応募資格＝温泉保養施設又はこれに類する施設における管理業務の実績を有する法人その他の団体(法人格の有無は問わず、共同事業体も可とする。)であって、東京都、埼玉県又は神奈川県内に本店、支店、営業所又は事業所を有するものとする。

▶選定方法＝市公の施設の指定管理者候補者選定委員会において審査を行い、候補者を選定した上で、議会の議決を経て決定します。

▶募集要項の配布＝9月4日(水)～18日(水)、市役所産業観光課窓口で配布するほか、市ホームページからダウンロードできます。

▶現場説明会＝9月18日(水)午後2時から。申請予定団体は、当日正午までに申し込みの上、ご参加ください。

▶申込＝10月1日(火)～11日(金)(午前9時～午後5時)に、応募書類を直接持参又は郵送で市役所産業観光課へ提出してください。

☎産業観光課(☎内線224)

## 第3回市議会定例会

## 9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。

☎議会事務局(☎内線512) HP1003271

### 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。







開催時間：午前9時30分～午後8時（10日は午後4時まで）  
 場所：イオンモールむさし村山臨時駐車場 ※詳細はホームページ（下記二次元コード）からご覧ください。

### 貸しステージ利用者募集

1 枠 15 分間で、ステージを自由に使用してください。  
 （準備、片づけの時間も枠内に含む）  
 ▶貸出料金＝市内団体：10,000 円 / 1 枠、市外団体：15,000 円 / 1 枠  
 ※雨天等の理由で中止となった場合でも、料金は返金しません。  
 ▶設備＝プロの音響設備とオペレーターが常駐、照明設備あり  
 ※オプションも有料で追加申込可  
 ▶申込資格＝本まつりの開催目的に賛同し、主催者の指示に従えること  
 ▶申込＝9 月 2 日(月)～13 日(金)にホームページで申込書をダウンロードし、実行委員会事務局に持参、郵送、ファクス（563-0793）、メール（dedara.jimukyoku@gmail.com）で提出

### 村山デエダラまつりへの協賛のお願い

村山デエダラまつりを盛り上げるため、市内の企業、商店、市民の皆さまにご協賛をお願いします。  
 ▶申込期限＝9 月 30 日(月)まで  
 ※中止となった場合、ホームページに企業名、商店名の掲載は行いますが、協賛金の返金はしません。

### 広告企業・団体の募集

デエダラボッチ山車の周囲に取り付ける提灯広告（商店、会社名）や特設ステージの看板広告、プログラムへの広告、村山デエダラまつりホームページのバナー広告等を募集します。  
 ※中止となった場合、ホームページへの掲載のみとなります。

### 出店者募集

	飲食販売コーナー	移動販売車コーナー
募集店舗数	36 店（市内優先）	10 台（市内優先）
内容	各種料理、飲食物の販売（2品目まで）	
出店料（2日間）	市内出店者：40,000 円 / 市外出店者：50,000 円 ※美化協力費 5,000 円を含む	
出店内定者説明会	9 月 26 日(木)午後 7 時 さくらホール（市民会館）展示室	
展示即売・PR コーナー		
募集店舗数	25 店（市内優先）	
内容	商品の販売、企業等の宣伝・PR	
出店料（2日間）	市内出店者 35,000 円 / 市外出店者 45,000 円 ※美化協力費 5,000 円を含む	
出店内定者説明会	9 月 27 日(金)午後 7 時 さくらホール（市民会館）展示室	

※雨天等の理由で出店できなかった場合でも、出店料等の返金はしません。

▶出店資格＝以下のいずれかに該当する店舗（団体）  
 ●村山デエダラまつりの開催目的に賛同する者（名義貸し、ダミー厳禁）  
 ●市内で活動する公益的な市民活動団体  
 ●市内および市外の企業・商店  
 ●実行委員会が特に認めた公益的団体  
 ●実行委員会、保健所、警察署および消防署の指示に確実に従える者  
 ▶申込＝9 月 2 日(月)～13 日(金)にホームページで申込書をダウンロードし、実行委員会事務局（市役所 2 階産業観光課）に持参

村山デエダラまつり情報はこちらでチェック

ホームページ X (旧 Twitter) Facebook Instagram  
 HP1012944

主催：武蔵村山市民まつり実行委員会・武蔵村山市  
 問 武蔵村山市民まつり実行委員会事務局（産業観光課 ☎内線 224）

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… 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。

## ミニ年中行事展「十五夜・十三夜」

十五夜は旧暦の8月15日に、十三夜は旧暦の9月13日にそれぞれ月を眺めて鑑賞する風習です。十五夜は平安時代に中国から伝わった風習で、日本では農業の行事と結びつき、収穫の感謝祭としての意味を持つようになりました。十三夜は日本固有の風習です。

今年度のミニ年中行事展「十五夜・十三夜」では、市内で古くから行われていた十五夜・十三夜について子どもたちの様子を中心に紹介します。

▶期間=9月10日(火)~10月15日(火)

📍歴史民俗資料館 ☎560-6620

## ~交通事故死ゼロを目指して~

HP1019035

## 令和6年秋の全国交通安全運動

▶期間=9月21日(土)~30日(月)

9月30日(月)は「交通事故死ゼロを目指す日」交通安全思想の普及、交通事故防止に向け、イベントを開催します。ぜひ、ご参加ください。

## 交通安全講習会

▶日時・場所=時間はいずれも午後7時から

日程	場所
9月2日(月)	中部地区会館(市役所4階) 401大集会室
9月3日(火)	中藤地区会館 集会室
9月10日(火)	緑が丘ふれあいセンター 多目的ホール2
9月11日(水)	三ツ木地区会館 集会室

▶内容=交通安全に関するビデオの上映と、警察官による講話

▶持ち物=講習カード(お持ちのかたのみ)

## 交通安全市民のつどい

▶日時=9月15日(日)午後1時30分~4時(開場午後1時)

▶場所=東大和市民会館ハミングホール(東大市向原6-1)

▶内容=式典、大和まほろば太鼓演奏、警視庁音楽隊による演奏、ゲスト「おかずクラブ」の交通安全トーク等



## 【共通事項】

▶申込=事前予約不要、直接会場で受付。

※駐車台数に限りがありますので、車でのご来場はご遠慮ください。

📍防災安全課(☎内線332)

## ボランティア・市民活動センター

☎590-1430

メール:v.shimin@musashimurayama.org  
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

※申込みは窓口、電話、メールでお願いします。  
※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。

※応募者多数の場合は抽選になります。

## 市民活動体験ワークショップまなぶとできる

### 「歌声を響かせよう 合唱体験会」

▶日時=9月14日(土)午後1時15分~3時

▶場所=市民総合センター3階学習室

▶内容=武蔵村山混声合唱団の皆さんと一緒に「瑠璃色の地球」を歌います。

▶対象・定員=18歳以上のかた10人

▶講師=千葉裕一氏(武蔵村山市混声合唱団常

任指揮者)

▶参加費=300円

▶申込=9月6日(金)午後5時まで

## 活動PR動画作成講座(全2回)

▶日時=①9月21日(土)、②10月12日(土)

※①②いずれも午後1時30分~4時30分

▶場所=市民総合センター2階会議室

▶内容=無料アプリCanva(キャンバ)を使って1分程度の活動PR動画を作ります。

▶対象=団体やサークルで活用したいかた

▶定員=10人

▶講師=佐藤洋輔氏(地域と映像代表)

▶参加費=2,000円(全2回分)

▶持ち物=Canvaのアプリが入ったノートパソコンとスマホ(両方とも)

▶申込=9月13日(金)午後5時までに専用の申込フォーム(右記二次元コード又はURL)から受付



https://forms.gle/CGHK9HQTYtRWsHi48

## 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/



## ふれあいセンターフェスティバル

▶日時=9月7日(土)・8日(日)午前10時~午後4時

▶場所=緑が丘ふれあいセンター全館

▶内容=ふれあいセンターを利用している団体の発表の場です。ステージ発表や作品展示、体験ワークショップ、軽食販売もあります。



## ひとり親家庭対象食品配布(要事前申込)

▶日時=9月22日(日・祝)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(申込先着順)

▶持ち物=マイバッグ

▶申込=9月15日(日)まで

## 女性のためのチャレンジ相談会

▶日時=9月26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=コミュニティセンター研修室

▶内容=起業や再就職、キャリアアップ等女性対象の相談(オンライン相談可)

▶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=9月23日(月・休)まで

## シングルマザーおしゃべり会

▶日時=9月29日(日)午後2時~4時

▶場所=男女共同参画センター学習室

▶内容=子育てや仕事、お金のこと、日々の悩み等をお話ししましょう。

※ものづくり・食品のお渡しあり

▶対象・定員=シングルマザー、シングルを考えているかた6人(申込先着順)

※保育あり(先着4人、無料、要予約)

▶講師=篠原輝美氏(立川市ひとり親家庭福祉会立川みらい)

▶参加費=300円(材料費含む)

▶申込=9月26日(木)まで申込▶



## ◆シニア世代のオープンハート(全9回)

▶日時=9月30日、10月21日・28日、11月11日・18日・25日、12月9日・16日・23日/全9回(いずれも月曜日)

【昼下がり】午後3時15分~4時30分

【たそがれ】午後6時15分~7時30分

▶場所=コミュニティーセンター和室

▶内容=

①ヨガで呼吸しやすい健康な身体を作る

②やさしいヨガの話

▶対象=運動可能な40歳以上のかた

▶定員=【昼下がり】【たそがれ】各15人(抽選、新規のかた優先)

▶講師=ケイコ氏(YICヨガインストラクター)

▶参加費=4,500円(9回分まとめ払い)

▶持ち物=ヨガマット

▶申込=9月15日(日)午後5時までに電話又は右記二次元コードから



## ◆これからの子どもたち~自由な生き方を大切に育てて~

▶日時=

①会場参加:10月6日(日)午前10時~正午

②録画視聴:申込者に別途通知

▶場所=

①男女共同参画センター多目的室

②YouTube(申込者にURLを別途通知)

▶内容=性別にとられない、子どもの自由な生き方を大切に育てる子どもとの関わりについて

▶対象=子育て中の保護者

※②は子どもと関わる職業のかたも可

▶定員=①30人(申込先着順)、②なし

※①は保育あり(10月1日(火)までに予約、先着6人、300円)

▶講師=太田啓子氏(弁護士)

▶参加費=①500円、②300円

▶申込=①②ともに10月4日(金)までに下記二次元コードから



①会場参加



②録画視聴

## よってかっしゅクラブ

☎042-843-6596 メール:yotte@lime.ocn.ne.jp

※営業日=火曜日午前10時~正午、

金曜日午後1時~3時

※ホームページはこちら▶



## ①青竹ふみ&ストレッチ

青竹ふみやピラティスボールでストレッチ!

▶日時=第1・3金曜日午後3時~4時

▶場所=緑が丘ふれあいセンター

▶講師=斎藤恵氏

▶参加費=500円/1回

## ②グラウンドゴルフ交流会

一人でも気軽に楽しみましょう!

▶日時=第2・4火曜日午前9時~10時30分

▶場所=大南公園野球場

▶参加費=会員:100円、非会員:500円

※いずれも1回あたりの料金

## 【①②共通事項】

▶対象=どなたでも

▶持ち物=飲み物、タオル

▶申込=電話で随時受付

## ③そろばん教室無料体験会

何回参加してもOK!教材の貸し出しもあり。

▶日時=9月4日(水)・9日(月)・18日(水)・25日(水)いずれも午後4時~5時

▶場所=大南公園地区集会所

▶対象・定員=おおむね5歳~小学生の8人

▶講師=町山麻衣子氏

▶持ち物=筆記用具

▶申込=下記問合せ先に連絡

📍町山 ☎090-1100-9655





各種スポーツ教室のご案内

● スポーツ振興課 (☎内線 655)  
武蔵村山市 1-1-1 (市役所第二庁舎内)  
ファクス: 042-566-2619

◆ 令和 6 年度少年・古希軟式野球チーム親善試合

▶ 日時 = 9 月 8 日(日) **HP1001752**

- ① 野球教室: 午前 10 時から
- ② 親善試合: 午後 0 時 30 分から
- ③ 講演会「Step by Step ~個性をモノにする~」: 午後 3 時から

※①②は見学のみ可

▶ 場所 =

- ①②: 総合運動公園運動場 (第 3)
- ③: 総合体育館 (第二、第三体育室)

- ▶ 対象 = ③のみ市民のかた
- ▶ 定員 = 100 人(申込先着順)
- ▶ 講師 = ①③岡島秀樹氏 (元プロ野球選手 MLB・NPB 解説者)、栗原由佳氏 (フリーアナウンサー)



岡島秀樹氏

- ▶ 持ち物 = 体育館履き
- ▶ 申込 = ③のみ 9 月 2 日(月)午前 9 時から電話又は窓口で受付

◆ ハンドボール教室 (第 2 クール) **HP1004703**

▶ 日時 = 9 月 14 日・21 日・28 日、10 月 5 日・12 日いずれも土曜日、午前 9 時 15 分 ~ 10 時 30 分

▶ 場所 = 総合体育館第一体育室  
▶ 内容 = 基礎的な技術習得、ルール理解、ミニゲーム

▶ 対象 = 市内在住の小学 1 ~ 6 年生(在学含む)  
▶ 定員 = 15 人(申込先着順)

▶ 持ち物 = 体育館履き、タオル、水筒等  
▶ 申込 = 9 月 13 日(金)までに参加申込書(持参・郵送・ファクス)又は市ホームページから

※申込みが 15 人未満の場合、総合体育館第一体育室で当日受付もを行います。

◆ 心身障害者(児) グラウンド・ゴルフ教室 **HP1011315**

▶ 日時 = 9 月 14 日(土)午前 10 時 ~ 正午

▶ 場所 = 市立一小校庭 (雨天時は体育館)

▶ 対象 = 次の①又は②に該当するかた

- ① 市内在住の障害者(児)で介護者が付き添えるかた
- ② 市内心身障害者福祉施設在籍者で施設管理者が認められたかた

▶ 講師 = 武蔵村山市スポーツ推進委員協議会他

▶ 持ち物 = 動きやすい服装、飲み物、タオル等

※雨天時は体育館履きも持参ください。

▶ 申込 = 9 月 11 日(水)までに電話又は窓口受付

令和 6 年度武蔵村山市スポーツ都市宣言記念事業

## ~いきいきわくわくスポーツ教室「ARスポーツHADO体験会」~

**日時** 10.13 [日] 10:00 ~ 16:00 **会場** 総合体育館第一体育室

「武蔵村山市スポーツ都市宣言」の 10 周年を記念した、  
**最先端テクノロジー×スポーツ**  
ARスポーツHADO体験会を開催します！ぜひご参加ください！

**対象** ▶▶▶ 小学生以上の市民  
**定員** ▶▶▶ 200 人程度 (予定)  
**持ち物** ▶▶▶ 体育館履き、タオル、水筒等  
**申込** ▶▶▶ 3 人 1 組のチームで、9 月 20 日(金)までに市ホームページ(左記二次元コード)から  
※申込多数の場合は抽選となります

**HP1001753**

会場内に各種スポーツの体験コーナーを設置します！

☎スポーツ振興課 (☎内線 654)

総合体育館からのお知らせ ☎520-0082

### みんなの体育館 10月14日(月・祝) 午前9時~

年に 1 度開催するスポーツ体験や各種発表会等を行います。雨天決行

- スポーツ無料体験会 卓球、ハンドボール、ドッジボール、トランポリン等 (トレーニング室のみ午前 9 時 ~ 午後 9 時 30 分)
- 活動発表会 (午後 2 時 ~ 4 時) 教室やサークル活動グループの発表会
- 販売 (午前 9 時 ~ 午後 4 時 30 分) フリーマーケット、市内店舗の販売

【場 所】 総合体育館および総合第 3 運動場  
【持ち物】 シューズ (室内用と屋外用) ※シューズがないかたは利用不可

詳細は総合体育館ホームページへ

## 情報局 ITFワールドテニスマスタースツアー世界選手権 2024 出場

武蔵村山市庭球連盟会員の内野貴之さん(市内在住)が 8 月中旬にポルトガルで行われた ITF ワールドテニスマスタースツアー世界選手権 2024 に日本代表として出場しました。

内野さんはこれまでの大会において、優秀な成績を収めたことが評価され、今回の大会に日本代表選手として選ばれました。

さくらホール (市民会館) の催し ☎ 565-0226

### TOKYO MET SaLaD MUSIC FESTIVAL 2024 [サラダ音楽祭]

#### 「OK! オーケストラ in 多摩」武蔵村山公演

0 歳から誰でも入場でき、音楽に合わせて声を出したり、身体を動かしても OK! リラックスして楽しめるコンサートです。ぜひお越しください。

- ▶ 日時 = 10 月 27 日(日)午後 2 時開演 (午後 1 時開場)
- ▶ 場所 = 大ホール
- ▶ 出演者 = 指揮: 船橋洋介、司会: 小林顕作、ダンス: コンドルズ 管弦楽: 東京都交響楽団

※当日はコンサートプログラムと別に、楽器体験のワークショップを予定しています。

- ▶ 定員 = 1,000 人 (全席指定・事前申込(抽選)・座席選択不可)
- ▶ 申込 = 9 月 23 日(月・休) (必着) までにはがきに必要事項を記入の上、郵送、又は申込フォームで受付

詳細・申込はサラダ音楽祭ホームページ▶

### 宝くじ文化公演

#### キーウ・クラシック・バレエ「白鳥の湖」全 2 幕

- ▶ 日時 = 12 月 26 日(木)午後 6 時 30 分開演 (午後 5 時 45 分開場)
- ▶ 場所 = 大ホール

※駐車場の台数には限りがございます。公共機関の利用にご協力をお願いいたします。

- ▶ 料金 = 大人 2,000 円、高校生以下 1,000 円
- ※ 3 歳以下のお子さまの入場不可 (4 歳以上は有料)
- ※ 車いす席をご希望のかたはチケット購入前にお問合わせください。
- ▶ 申込 = 9 月 6 日(金)午前 10 時から受付
- ※ 初日は電話のみとし、窓口での受付はいたしません。
- ※ オンラインチケットサービスもご利用いただけます。

- ・宝くじの助成により特別料金となっています。
- ・演奏は特別録音音源を使用します。

詳細・オンラインチケットサービス▶



# 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

## 10月1日(火)から(青)医療証の所得制限が撤廃されます！

HP1003728

子ども育成課 (☎内線 185)

今まで所得超過で(青)医療証の対象外だったかたも、申請いただければ(青)医療証を持てるようになります。

対 子ども医療費助成受給者

▶対象児童＝高校生等(在学していないかたを含む)

※対象となる可能性があるかたには、6月末に申請書等を送付していますので、未申請のかたはお早めに申請ください。

※「ひとり親家庭等医療費助成」又は「心身障害者(児)医療費助成」を受けていて、自己負担がないかたは対象外

持 対象児童の健康保険証

申 9月30日(月)までに、保護者のかた(父母のうち恒常的に所得の高い方)を申請者とし、市役所1階子ども育成課へ申請

※期日以降も受け付けていますが、資格対象期間が申請日からとなります。

## 市立中学校学校選択制の申請

HP1000931

教育総務課 (☎内線 422・426)

令和7年4月に市内中学校に就学する新1年生を対象とした学校選択制の申請を受け付けます。受付期間以外での申請はできませんので、お住まいの学区以外での市内中学校への就学を希望されるかたは、期間内に申請してください。

▶受付期間＝9月1日(日)～30日(月)  
(窓口申請の場合は2日(月)から)

▶受付方法＝オンライン(電子)、市役所4階教育総務課窓口、郵送のいずれかで申請  
※詳細は市ホームページをご覧ください。

▶受入枠(見込数)＝市立一中30人、市立小中一貫校村山学園二中4人、市立三中30人、市立小中一貫校大南学園四中20人、市立五中20人

※受入枠を超えて申請があった場合は抽選となり、ご希望に添えないこともあります。



オンライン申請はこちら

## 就学支援シート

HP1000879

教育指導課 ☎ 516-8610

令和7年度就学予定のお子さまに関して、入学する小学校へ伝えたいことがある保護者のかたは、9月上旬に就学時健康診断のご案内と併せて送りますので、ご活用ください。

## 児童扶養手当の支払い

子ども育成課 (☎内線 186)

9月期分(7～8月分)は、9月12日(木)に支払い予定です。

## 午後のチャイム放送

9・10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  
問 防災安全課 (☎内線 334)

## 児童手当が10月分から変わります

子ども育成課 (☎内線 185)

HP1020574

	変更前(現在)		変更後(10月～)	
0～2歳	1万5千円		1万5千円	
3歳～小学生	1万円	第3子以降 1万5千円	1万円	第3子*以降 3万円
中学生	1万円		1万円	※大学生年代の子から数える
高校生	なし		1万円	
所得制限	あり		なし	
支給回数	年3回		年6回 (初回は12月13日(金)予定)	

Q 養育しているとは？

A 親等が日常的に子を監督・保護し、経済的に負担していること。



Q 大学生年代とは？

A 22歳になった年度末までのかたのこと。学生以外の場合でも、児童手当の受給者が養育している場合は対象となります。

### 一注意事項一

※対象となる可能性があるかたには、8月下旬に申請書等を送付していますので、未申請のかたはお早めに申請ください。  
※申請書が届いていないかたや申請対象となるか確認したいかたは、市役所子ども育成課までお問い合わせください。

### 以下のかたは申請が必要です

- 所得超過により支給を受けてない
- 高校生以上の子のみを養育している
- 児童手当又は特例給付を申請していない
- 大学生年代の子から数えて3人以上を養育している子がいる



### 申請方法

申請期限(一次:9月30日(月)、二次:令和7年3月31日(月))までに郵送、又は子ども育成課窓口で受付

※一次期限を過ぎて提出した場合、令和6年12月支給に間に合いませんが、二次期限までに提出すれば令和6年10月分までさかのぼって支給されます。  
※二次期限を過ぎて提出した場合、申請の翌月からの支給対象となりますのでご注意ください。

## 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	14日・28日(土)
中久保図書館 ☎ 569-1501	21日(土)
中藤地区図書館 ☎ 565-0112	14日(土)
三ツ木地区図書館 ☎ 560-3301	7日(土)
大南地区図書館 ☎ 562-3243	7日(土)
残堀・伊奈平地区図書館 ☎ 560-0171	21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:2日(月)・18日(水)

## 9月のじどうかん

休館日:日曜日、祝日と館内整理日

HP1020517

場所	イベント	日時
お伊勢の森児童館 ☎ 564-5594 館内整理日17日(火)	わっか運びリレー	4日(水)
	4目並べで対戦だ!!	11日(水)
	ころがしドッジ	18日(水)
	紅白玉入れ合戦	25日(水)
山王森児童館 ☎ 560-3037 館内整理日10日(火)	なわとび大会	4日(水)
	もどれ ブーメラン	11日(水)
	ペットボトルチャレンジ	25日(水)
さいかち児童館 ☎ 565-0758 館内整理日24日(火)	なわとび大会	4日(水)
	おえかき伝言ゲーム	11日(水)
	なにを運ぶ?スプーンリレー	25日(水)
中藤地区児童館 ☎ 565-0111 館内整理日10日(火)	なわとび大会	4日(水)
	メッセージカードをつくろう!	11日(水)
	チーム対抗リレー	25日(水)
大南地区児童館 ☎ 562-3242 館内整理日10日(火)	なわとび大会	4日(水)
	じゃんけんファイブ	11日(水)
	借り物・障害物競走	18日(水)
残堀・伊奈平地区児童館 ☎ 560-0770 館内整理日17日(火)	なわとび大会	4日(水)
	中学生とあそぼう!	18日(水)
	空気砲クラッシュ	25日(水)








# 9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

<p>● 離乳食教室</p> <p>① 離乳食開始時期 (5～6か月ごろ)  <b>HP1004501</b></p> <p>② 2回食を始めるかた (7～8か月ごろ)  <b>HP1001819</b></p> <p>日 ① 19日(木) ② 26日(木)              ①②いずれも午前10時～11時30分              定 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</p>  <p>① 開始時期 ② 2回食</p>	<p>● 歯科健康教室「かむかむキッズ」  <b>HP1004503</b></p> <p>日 10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 電話又は右記二次元コードから申込</p> 	<p>● こどもの健康診査 <b>HP1004230</b></p> <p>3～4か月児健康診査 17日・24日(火)              1歳6か月児健康診査 6日(金)              2歳児歯科健康診査 3日(火)              3歳児健康診査 11日・25日(水)              ビーバー歯科健康診査 18日(水)              ※ご案内した日時にお越しください。</p> 
<p>● おはなしの会&amp;誕生会 <b>HP1020522</b></p> <p>日 18日(水)午前10時30分～              お誕生日でないお友達もどうぞ</p> <p>● ひろば開放</p> <p>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</p>		

## 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へ➡

<p>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</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 読み聞かせ</li> <li>● 製作「糊付け遊び」</li> </ul>	<p>日 9日(月)午前11時15分ごろ～              日 12日(木)・25日(水)午前11時ごろ～</p>	
<p>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</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 食べてみよう保育園の離乳食</li> <li>● ベビーマッサージ</li> </ul>	<p>日 17日(火)午前10時30分～ 対 初期食～完了I期食              日 24日(火)午前10時～11時30分 対 2～11か月児              申 1日(日)～10日(火)に予約サイトから受付➡</p> 	
<p>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</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ベビー服リメイク</li> <li>● アーユルヴェーダセラピストによる                      子育ての特別講座</li> </ul>	<p>日 11日(水)午前10時30分～ 定 5組 (申込先着順)              日 12日(木)午前10時30分～ 定 10組 (申込先着順)              申 いずれも2日(月)から電話受付</p>	
<p>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</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ゆりーと君来園                      ※時間変更あり。希望者のかたは要事前確認</li> <li>● 人形劇「3匹のこぶた」</li> </ul>	<p>日 11日(水)午前10時～11時30分              日 18日(水)午前10時～11時30分</p>	
<p>つみき保育園              ☎ 563-3842 (学園3-12-1)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● つみきっこ広場 (園庭開放)</li> </ul>	<p>日 毎週火曜日午前10時～11時30分</p>	
<p>「健やかひろば」              みんなのひろば              ☎ 070-3128-8454</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 読み聞かせ隊じんじん</li> <li>● 音に合わせて親子でダンス                      講師：高橋朱音氏</li> </ul>	<p>日 12日(木)午前10時30分～ 所 山王森児童館              日 19日・26日(木)午前11時30分～              所 中藤地区児童館 (19日)、さいかち児童館 (26日)</p>	
<p>「健やかひろば」いつひよ              親子コミュニティひろば              詳細は右記二次元コードから➡</p> 	<p>♪赤ちゃんから遊べるひろば♪</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● お誕生日会・手型足型・音楽遊び                      (製作 他にも楽しいこといっぱい)</li> </ul>	<p>日 毎週水・金・第2土曜日午前10時～正午              所 【水・金】大南地区児童館、お伊勢の森児童館、残堀・伊奈平地区児童館、【第2土曜日】大南地区会館</p>	
<p>「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 asobiriboooba@gmail.com              詳細は右記二次元コードから➡</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ふたばっ子ひろば</li> <li>● つぼみっ子ひろば</li> </ul>	<p>日 9日(月)午前10時～正午 対 歩く前の赤ちゃん              日 30日(月)午前10時～正午 対 よちよち歩きのお子さま</p>	

## 子ども食堂 **HP1020522** 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。 ※ ohana の子ども食堂は休止中

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 ※持ち帰り不可	LINE  日 27日(金) 17:30～19:00 料 幼児無料、中学生まで100円、高校生以上500円 定 30人程度 (要予約) 申 1日(日)午前10時～24日(火)正午に公式LINEで予約
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	Instagram  日 19日(木) 16:30～18:00 料 100円 (小学生まで) 申 2日(月)午前10時～18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 ① children's kitchen うおーく 所 市民総合センター調理実習室 ② Walk 食堂 所 学園3-5-12	LINE  日 ① 7日(日) 18:00～19:00 ② 21日(日) 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 4日(水)までに要予約 ② 18日(水)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 1日(日) 11:30～13:30 ちらし寿司 料 小学生まで無料、中学生100円、高校生以上200円
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 駐車場あり) ※10食	日 28日(日) 11:45～14:30 料 18歳以下は無料、大人300円 申 24日(火)まで電話又はファクスで受付
あおちゃん子ども食堂 ☎ 080-2044-0502 所 残堀4-34-15 (車での来場禁止) ※申込不要・先着50食	日 4日・18日(水) 時間はいずれも16:00～18:00 料 小学生は無料、中学生100円、高校生以上200円
三つ葉 子ども食堂 ☎ 042-843-8854 所 cafe 三つ葉 (学園3-5-4 コマースハタ1階) ※申込不要・10食	日 毎週水・木・土・日曜日 8:00～11:00 料 小学生まで無料、大人は店舗メニュー
にじいろワーフ 子ども食堂 ☎ 080-9853-1965 所 大南5-31-5 (駐車場なし) ※15食程度・アレルギー対応不可	日 14日(日) 11:30～14:30 タコライス 対 高校生までの子どもとその保護者 (子どものみでも可) 料 中学生まで100円、高校生以上300円 申 10日(火)まで電話で受付



# ひろば

※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）

9月3日(火)午前11時～午後1時、公民館さいかち分館入口。のぼり旗を持って立ちます。「市子どもの未来応援プラン」に「養育家庭制度の周知及び理解と協力の促進」とあります。☎後藤☎564-2924

### ◆平和展（新日本婦人の会武蔵村山支部）

9月5日(木)・8日(日)午後1時～4時、残堀・伊奈平地区会館。原爆写真、核兵器禁止条約参加国は？横田基地は今を展示し、戦争の悲惨さ、「核」の恐ろしさを皆さんに見てもらいたくて開催します。ぜひご覧ください。☎藤巻☎565-5707

### ◆生演奏で歌いましょう（ほほえみ歌の会）

9月7日(土)午後1時～、緑が丘ふれあいセンター多目的ホール。ふれあいセンターフェスティバルに参加します。会場にいらして下さった皆さまと一緒に歌います。歌の好きなかたがたと楽しく交流しましょう。☎渡邊☎090-3877-3043

### ◆ひきこもり家族が集まり分かち合う（ひきこもり家族の自助の会「カモミール」）

9月7日(土)（毎月第1土曜日開催）午後1時30分～3時30分、残堀・伊奈平地区会館3階学習室。ひきこもりのことで抱えている不安や悩みを気兼ねなく話し、受容（ありのままを受け入れる）する場所です。どうしたらいいかわからない・気持ちを聞いてほしいかた、とりあえず一度覗きにきてみませんか！！☎中野☎090-4735-9640（毎週木曜日午後1時～5時）

### ◆自然観察会（武蔵村山自然に学ぶ会）

9月8日(日)、10月13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

### ◆第59回「うたごえ喫茶 in 武蔵村山」の開催（うたごえ喫茶実行委員会）

9月10日(火)午後2時開演、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歌います。定員48人限定。参加費500円。☎荒井☎531-6343

## Recipe

暑い夏にぴったり！

### 茄子とトマトのさっぱり炒め



- 【材料】 2人分
- 茄子 … 2本
  - ミニトマト … 6個
  - 豚バラ肉 … 6枚
  - ごま油 … 大さじ1
  - にんにくチューブ … 3cm
  - しょうがチューブ … 3cm
  - 鶏がらスープの素 … 小さじ1
  - 砂糖 … 小さじ1
  - 酢 … 大さじ1
  - 醤油 … 小さじ1

### つくりかた

- ①茄子は食べやすい大きさに、ミニトマトは半分に、豚バラ肉は3cm位にそれぞれカットします。
- ②フライパンにごま油を入れ、豚肉を炒めます。火が通ったら茄子を入れます。
- ③茄子に火が通ったらAを入れて味付けをします。最後にミニトマトを入れてさっと炒めて完成です。

## 食生活改善普及運動月間 パネル展示

HP1012069

- ▶日時=①9月2日(月)～9日(月)午前8時30分～午後5時15分
- ②9月10日(火)～30日(月)午前9時～午後5時
- ※いずれも閉庁日を除く。最終日は午後3時30分まで。
- ▶場所=①市役所1階ロビー ②市民総合センター1階ロビー



### ◆紙飛行機飛行競技大会（武蔵村山市紙飛行機協会）

9月18日(水)（予備日25日(水)）午前9時～11時、総合運動公園運動場（第1）。競技機種は市販の「ホワイトウイング」のゴムカタパルト50cmによる飛行。参加資格は市内在住・在勤もしくは武蔵村山市紙飛行機協会会員。参加費300円。申込は9月8日(日)まで。☎福島☎080-5193-9206

### ◆ターゲットバードゴルフ競技大会（武蔵村山市TBG協会）

9月18日(水)（予備日25日(水)）午後1時～3時、大南公園野球場。1ラウンドストロークプレーとしショットガン方式にてスタート。参加資格は市内在住・在勤もしくは武蔵村山市TBG協会会員。参加費300円。申込は9月8日(日)まで。☎田中☎042-564-6341

### ◆第27回武蔵村山市民合唱講座参加者募集（武蔵村山市音楽連盟）

①10月6日(日)、②10月13日・20日・27日(日)いずれも午前9時～、①雷塚地区会館集会室、②市民総合センター学習室。混声合唱。練習成果を市民文化祭（11月4日(月・休)）で発表。参加費大人2,500円・学生1,500円（楽譜代込）。当日会場でも受け付けます。☎荒井☎531-6343

## 会員募集

### ◆ヨガ（ディアーナ）

毎週火曜日午前10時、市民総合センター。初心者歓迎。会費月3,000円。☎阿内☎080-4676-7744

### ◆囲碁（天元）

毎週木曜日午後1時、隔週火曜日午後6時、さくらホール（市民会館）和室。初めてのかたも歓迎。入会金1,000円、会費月100円（女性・中学生以下は半額）☎加園☎560-2025

### ◆入会説明会（武蔵村山市水泳連盟）

9月15日(日)午後2時20分、市民総合センター2階会議室。練習日は原則、成人会員：第1・3日曜日午後3時30分、成人会員初級・ジュニア会員：午後4時30分、いずれもスポーツイントライ。令和6年度は成人（高校生以上）とジュニア（小学2年生以上）の募集です。成人・ジュニア共に初心者OKです。当日は無料体験可。10月の会費は、成人・ジュニア：6,000円。水泳連盟のブログ（右記二次元コード）でも情報掲載しています。☎大館☎080-5014-3322 加藤☎090-6199-0185

## 市政クイズ

584回 ヒントは小川選手の写真に注目！

### Question

車いすラグビー日本代表小川仁士選手が着用しているユニフォームの番号は何番でしょうか？

A 23番

B 33番

C 43番

### 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、〇〇の情報がもっと欲しい等）
- 応募資格=市民のかた ●締め切り=9月13日(金)（必着）

### 今月のプレゼント

Mジロハンカチ  
（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8/1号）の答え

### Question

「Mジロ」何の鳥をモチーフにしたキャラクターでしょうか？

### Answer

◎ メジロ

