



むさしむらやま

市の人口と世帯(速報値)

令和7年5月1日現在 (前月比)

男	35,089人 (- 17人)
女	35,498人 (+ 37人)
合計	70,587人 (+ 20人)
世帯数	33,329世帯 (+ 37世帯)

災害時に備えつつ、美味しい給食を子どもたちへ

防災食育センター





防災 × 食育 の機能を持った複合施設 防災食育センター

4月1日より稼働している防災食育センターは、従来の給食センターに防災機能を併設している全国でも数少ない施設です。なお、この施設は防衛省補助金を活用し整備しました。施設の詳細は市ホームページ（右記二次元コード）をご確認ください。



☎ 防災食育センター（住所：榎 3-30-1） ☎ 516-9020

HP1020915

平常時

市内小学校の学校給食の調理や、防災・食育に関する普及啓発を行っています。



＼ 衛生面に気を付けながら、安全でおいしい給食を作っています！ ／



施設の一部では見学が行えるほか、3階の展示学習ホールでは手洗器や回転釜の体験、研修室では防災や食育講座を行います。※見学、体験および講座の開催に向けて現在準備中。



研修室



回転釜の体験

災害時

避難生活者数を約1万人と想定し、発災3日目から3日間、1日2食の応急給食を提供します。



災害によりライフライン（電気・ガス・水道）が遮断された場合でも、備蓄燃料や受水槽の貯水を利用して調理ができるため、避難生活者に温かい料理を提供することができます。



◀ 納米庫

平常時は学校給食に、災害時には応急給食として活用できるよう、お米を備蓄しています。



納米庫のほかに防災用備蓄庫にも、食材などを備蓄しています！



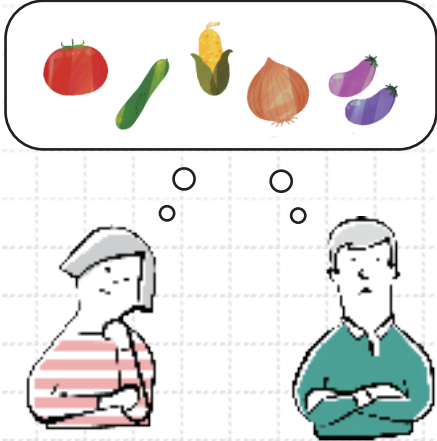
6月は食育月間

食育通信
No.46

「旬の野菜を長く楽しむコツ」

日差しも強くなり夏も近づいてきました。太陽をたくさん浴びておいしく実る野菜が多い季節。旬の野菜は味もおいしく栄養がたっぷりで手頃に手に入るものも多く、料理にとりいれたいものです。しかし、なかなか一度に使いきれないこともあるのではないのでしょうか。

そんなときには野菜の冷凍を試してみませんか。食感が柔らかくなることはありますが、新鮮なうちに冷凍したものは栄養価の損失を最小限に抑え、冷蔵保存よりも日持ちさせることができます。忙しい時間でもさっと料理が作りやすくなる冷凍野菜。賢く使っておいしい野菜を長く楽しみましょう。



冷凍で楽しむ旬の野菜術！



野菜	保存方法	活用法
オクラ	①板ずりをし産毛を取り、ヘタとガクを取り除く。 ②さっと洗って水気を拭き、フリーザーパックに入れ平らにして生のまま冷凍する。	冷凍庫から取り出し、室温に30秒ほど放置し凍ったまま切り、炒め物や和え物などに使う。
きゅうり	①1～2mmに薄くスライスする。 ②フリーザーパックに入れ、塩で少々もみ水気と一緒に薄く平らにして冷凍。	・冷凍のまま必要量を割り、きゅうりとわかめの酢の物へ（きゅうりの水分で乾燥わかめが戻ります） ・自然解凍後、水気を切って市販のポテトサラダに追加
小松菜	①根本を落として洗い、しっかりと水気を取る。 ②食べやすい大きさに切り、フリーザーパックに入れ平らにして生のまま冷凍する。	冷凍のまま必要量を割り、汁物や炒め物に使う。

※いずれも4週間程度保存可能

関連本 特設コーナー設置

食と歯について学ぼう



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2日(月)～30日(月)

場 所 オリオン書房イオンモールむさし村山店

冷凍野菜でもOK！簡単スープ

小松菜と枝豆の冷製ポタージュ



※塩味付きの枝豆を使う場合はスープの素の量を少し減らしてください。

材料（二人分）

小松菜 ……………70 g（2株）
枝豆（豆部分） ……………60 g（1カップ弱）
ハーフベーコン ……………40 g
A「鶏ガラスープ（顆粒）又はコンソメ …… 小さじ1（キューブ1個）
水 ……………100ml
「牛乳 ……………1 カップ（200ml）
B「粉チーズ …………… 小さじ1
「こしょう …………… 少々（お好みで）

作り方

- ① 枝豆は沸騰した湯で5分ほどゆでさやから豆を取り出します。
- ② 小松菜は水洗いし根元を切り落といたら、5cm程度にカットします。
- ③ ベーコンを大き目の短冊に切り、鍋で炒めます。
- ④ ベーコンに火が通ったら、小松菜と枝豆、Aを入れて小松菜が柔らかくなるまで中火で煮ます。
- ⑤ ④をミキサーやブレンダーにかけて半液体状態にします。
- ⑥ ⑤を鍋に戻し、Bを入れ沸騰直前まで温めて火を止めます。
- ⑦ 粗熱がとれたら冷蔵庫に入れて冷やします。



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。



健康

※原則として、費用の記載のないものは無料です。

骨粗しょう症検診 ～あなたの骨は、大丈夫ですか～



▶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60年4月2日生～ 昭和61年4月1日生
45歳	昭和55年4月2日生～ 昭和56年4月1日生
50歳	昭和50年4月2日生～ 昭和51年4月1日生
55歳	昭和45年4月2日生～ 昭和46年4月1日生
60歳	昭和40年4月2日生～ 昭和41年4月1日生
65歳	昭和35年4月2日生～ 昭和36年4月1日生
70歳	昭和30年4月2日生～ 昭和31年4月1日生

▶定員＝224人（申込先着順）

▶申込＝6月2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

☎保健相談センター☎565-9315

骨粗しょう症予防教室

HP1000785

▶日時＝①～③でご希望の日程を選んで参加

①7月3日(木)午前10時～11時15分

②7月14日(月)午後1時30分～3時

③7月17日(木)午後1時30分～4時

▶場所＝①さくらホール（市民会館）展示室

②・③保健相談センター

▶内容＝①医師のお話

②椅子を使用した自宅でする体操

③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＝①30人、②・③10人

▶講師＝①竹光正和氏（村山医療センター医師）、
②三原愛子氏（NPO法人羽村体育協会・チェアヨガインストラクター）、
③歯科衛生士・管理栄養士

▶持ち物＝健康手帳（お持ちのかた）

※②はタオル、飲み物、動きやすい服装も持参

※③は歯ブラシ、手鏡も持参

▶申込＝6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

ピラティス教室

HP1000785

▶日時＝7月8日(火)午前9時30分～11時

▶場所＝保健相談センター

▶対象＝20歳以上の市民のかた

▶定員＝10人

▶講師＝原田奈央氏（全米クリパルセンター公認ヨガ教師）



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）

受診前に必ずお問合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～ 7時30分	午後6時～8時

※3の受付・診療時間が4月から変更となっています。

▶場所＝保健相談センター1階

☎武蔵村山医師会☎564-4114 HP1000778

小児初期救急準夜・小児二次救急（毎日）

小児初期救急準夜：午後7時～9時30分

※年末年始除く

小児二次救急：24時間対応

☎武蔵村山病院救急外来診療室

☎566-3111

HP1000778



▶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＝6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

結核検診（胸部レントゲン）

HP1000764

▶日時＝6月20日(金)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。

※受付時間は午前10時からです。時間前に来所されても受付できませんので、時間内にお越しください。

☎保健相談センター☎565-9315



5月31日(土)～6月6日(金)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「たばこか健康かに関する活動計画」を開始しました。

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。

◆禁煙治療費の一部助成をしています

市では、禁煙治療費の一部助成を実施しています。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。詳細は市ホームページをご確認ください。

HP1018153

☎保健相談センター☎565-9315

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

1日(日)	宮崎 歯科医院	本町2-72-1 ☎560-4182
-------	------------	-----------------------

8日(日)	宮田 歯科医院	大南1-127 クリパル A棟2F201 ☎566-0018
-------	------------	--------------------------------------

15日(日)	メトロ 歯科医院	大南5-69-2 ☎563-2418
--------	-------------	-----------------------

22日(日)	いとう 歯科医院	本町1-2-6 ☎561-4487
--------	-------------	----------------------

29日(日)	榎本 歯科医院	大南1-125-3 ☎564-3490
--------	------------	------------------------

☎武蔵村山市歯科医師会☎562-2743



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16日(月)～11月29日(土)

▶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について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

＼ 市のお知らせをお届け ＼

武蔵村山市公式LINE

市政・災害・イベント・子育て情報
などを配信しています！



友だち登録はこちら



無料 乳がん検診（前期）のお知らせ

申込期間（消印有効） 6月1日(日)～30日(月)

- ▶対象＝41歳以上の女性市民のかた（令和7年4月1日時点）
※40歳(昭和59年4月2日～昭和60年4月1日生まれの女性市民)のかたには、7月上旬ごろに乳がん検診の無料クーポン券を送付しますので、こちらの検診の申し込みは不要です。
- ▶定員＝200人（応募者多数の場合は抽選）
※7月末ごろに結果を通知します。
- ▶検査方法＝マンモグラフィ検査（乳房のX線撮影）
- ▶受診期間＝9月～11月（休診日を除く）
- ▶医療機関＝武蔵村山病院

注意事項

- 子宮頸がん・乳がん検診を1日でまとめて受診できる子宮・乳がんセット検診は7月に募集しますので、そちらをご希望のかたは今回の乳がん検診は申込不要です。今回の乳がん検診を申込されますと、子宮・乳がんセット検診は申込できません。
- 隔年（2年に1回）検診のため、昨年度に乳がん検診を受診されたかた（クーポン券による受診、子宮・乳がんセット検診も含む）は受診できません。

申込方法は、3とおり

※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日中連絡が取れる電話番号
※1枚のはがきで複数の検診の申し込みは不可

②窓口

保健相談センター窓口（本町1-23）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

市ホームページ [HP1017046](#)、又は右記二次元コードから
※メンテナンスにより利用できない時間帯があります。



問 保健相談センター ☎ 565-9315 ※電話での申込不可 [HP1005882](#)

熱中症 にご注意ください！

クーリングシエルター（指定暑熱避難施設）を開設します

詳細はこちらをご確認ください➡



[HP1000796](#)

■ 実施期間

6月1日(日)～9月30日(火)
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。

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を使って、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

熱中症警戒アラート

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からご確認ください。また、熱中症警戒アラートの発表や暑さ指数の情報を環境省のLINE公式アカウント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公式アカウント➡



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

■ 実施場所

施設名	休館日
市役所本庁舎	土・日曜日 祝日
緑が丘出張所	
保健相談センター	
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）	
福祉会館	第1日曜日
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月曜日 第3水曜日
雷塚図書館	
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	

施設名	休館日
公民館	第1月曜日
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	
緑が丘ふれあいセンター	日曜日・祝日
さくらホール（市民会館）	
総合体育館	日曜日
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・祝日 第2火曜日
山王森児童館	
さいかち児童館	日曜日・祝日 第4火曜日
市民総合センター	
イオンモールむさし村山	第4日曜日
	なし

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 ③十分に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！

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。

問 保健相談センター ☎ 565-9315



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。

vol.552

市民の健康

歯周病検診のすすめ

武蔵村山市歯科医師会提供（文責：永島 剛）

歯周病は、歯を失う原因の第一位の病気です。また、近年、口の中だけでなく糖尿病、肥満、脳梗塞、動脈硬化、狭心症、心筋梗塞、誤嚥性肺炎などの全身にも影響を与える恐ろしい病気の原因である事が周知されています。歯周病は子供や若者でも罹患しているケースも珍しくなく30代以上の3分の2以上が罹患しているとされています。

歯周病は、かなり進行しなければ自覚症状が現れません。自覚症状が無いうちに歯周病検診を受けることが必要と思われます。残念ながら日本人の歯周病罹患率は、非常に高く、次のような症状がある場合、すでに歯周病が進んでいると考えた方が良いでしょう。



①口臭が気になる



②口の中がねばつく



③歯がグラグラする



④歯磨きをすると血がでる



⑤歯ぐきが赤黒く腫れている、痛みがある

このような症状がある方は歯周病検診を受けてみてはいかがでしょうか？検診内容は、問診、口腔内診査、歯周ポケット測定、歯石の付着状況、結果説明等です。65歳以上の方は、お口の乾燥状態、舌の機能、飲み込み等の検査も行います。なお、検診は20歳以上の市民の方を対象にしております。後期募集については、市報8月1日号に申込方法が掲載されますので、そちらをご確認ください。（前期募集は終了しました）

6月の無料相談

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)、7月2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）
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）		
行政相談			
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）		
建築相談			
表示登記相談	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）		
不動産取引相談			
行政書士相談			
司法書士相談	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）		
税務相談			
創業支援 個別相談	毎月第2・4木曜日 ※事前に電話予約	中部地区会館（市役所4階）会議室	産業観光課（☎内線225）
マザーズ ハローワーク立川 出張相談	17日(火) 午前10時～正午 ※10日(火)までに電話予約	市民総合センター2階 子ども家庭センター相談ルーム	
消費生活相談	毎週月・水・木・金曜日 午前9時30分～午後4時（昼休みを除く）	市役所1階	消費生活センター（☎内線108）
	毎週火曜日 午前9時30分～午後4時（昼休みを除く）	緑が丘出張所	消費生活センター（☎内線109）
市民なやみごと 相談窓口	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分（昼休みを除く）	市役所福祉総務課	
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	市役所福祉総務課	福祉総務課（☎内線155・156）
	毎週木曜日 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	緑が丘出張所	

相談名	日時	場所	問い合わせ先
教育相談	毎週月～金曜日 午前9時15分～午後5時（要予約）	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）	
こころの 相談室	【オンライン相談】 23日(月) 午前10時～午後0時40分 ※22日(日)正午までにメール又は電話予約（先着3人） 【対面・電話相談】男性相談員 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）	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
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）		
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		
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）
福祉サービス 総合相談	毎週月～金曜日 午前9時～午後5時		
成年後見制度の相談			
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	福祉総務課（☎内線153）
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）
障害者就労相談	毎週月～金曜日 午前9時～午後6時 ※仮移転期間中は市民総合センターで実施	市民総合センター	障害者就労支援センターとらい（☎560-7839）
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 ※事前に電話予約（定員あり） 詳細はホームページへ	シルバー人材センター	シルバー人材センター（☎564-1081）

広告内容については市が保証するものではありません

うちの子「結婚」しないのかしら？
独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、
プロの仲人がお答えします。

武蔵村山市三ツ藤1-63-14
☎042-649-2351

Jo DENSETSU 市役所工事登録業者 電球1つからゼロエミポイントまでお気軽にご相談下さい

城電設 じょうでんせつ http://jodensetsu.home.blog

電気工事に携わり30年
三ツ藤三丁目531-4427
070-4020-8616

東京ゼロエミポイント

良いものを末長く

見積無料

合同会社 建築 川本
武蔵村山市三ツ藤1-63-14
☎042-560-0134

リノ造



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
	J.J. りんどう	毎週木曜日 13:00～15:00	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・5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
	元気	第1・3・5金曜日 10:00～11:30	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
	KMC	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 9:30～12:00	市民総合センター等
	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） 13:30～15:00	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
	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2・4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
	ふうりんの会	第4水曜日 10:00～11:30	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。



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1・3火曜日 14:00～15:30	第4集会所
	はなものの会	第1・3水曜日 13:30～15:30	第4集会所
	小梅	第2・3火曜日 9:30～11:30	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 13:30～15:30	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
	ワンツーツ	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
	フォークダンスリラ	毎週火曜日 9:50～11:50	中藤地区会館
	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	第三老人福祉館
	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）
	ジョイフル体操	第1水曜日 13:30～15:00	さくらホール（市民会館） 展示室
	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	第2金曜日 13:30～15:00	西武信用金庫村山支店

記事に関する問い合わせ

☎ 市民総合センター内高齢福祉課 ☎ 590-1233



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



福祉

※原則として、費用の記載のないものは無料です。

各種募金活動にご協力いただき
ありがとうございました



令和6年度において日本赤十字社が実施した各種募金活動に対し、多くの市民の皆さまにご協力をいただき誠にありがとうございました。

また、現在受付中の国内義援金・海外救援金については市ホームページにおいて受付期間等情報を掲載しておりますので、引き続き、皆さまのご協力をお願いします。

※令和6年度に国内義援金・海外救援金にご協力いただいた皆さまのお名前を市ホームページにおいて公表しています。公表にあたっては、市窓口で受付をしたかたで、公表に承諾いただいたかたのみ掲載しています。

☎福祉総務課（☎内線 152～154）

日本赤十字社活動資金：HP1003517

国内義援金・海外救援金：HP1020839

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

※社協公式ホームページ➡

◆会員増強期間

▶期間＝6月16日(月)～7月31日(木)

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

▶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。
ネックレス等の金属製品の回収も併せて実施。
※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。

◆切手整理サロン～地域住民の交流の場・社会貢献（ボランティア）の場～

参加者同士で楽しく交流しながら、使用済み切手の整理を月1回、市内2か所で行います。事前申込は不要で、時間内入退室は自由です。

※7月以降の開催日は社協公式ホームページへ

▶日時＝①6月4日(水)、②6月16日(月)、いずれも午前10時～11時30分

▶場所＝①三ツ木地区会館、②市民総合センター

◆成年後見制度講演会「もしものときの備え方～信託、任意後見などを上手に選ぶために～」

任意後見を含む成年後見制度の説明や環境状況に応じた対策などについてお話しします。詳細は社協公式ホームページへ。

▶日時＝6月19日(木)午後2時～4時

▶場所＝市民総合センター3階集会室

▶対象＝成年後見制度や認知症対策に関心のある市民、本人支援で悩まれている福祉関係機関のかた

▶定員＝30人（申込先着順）

▶講師＝鈴木敏起氏（司法書士・行政書士 司法書士法人・行政書士燦リーガル事務所 代表）

▶申込＝6月18日(水)までに電話、又はメール（seinen@mmshakyo.jp）にて申し込み

武蔵村山市

平和派遣補助金

☎ 秘書広報課（☎内線 314）



対象

市内在住の小・中学生および、その保護者

補助額

最大5万円（交付には、報告会への参加などの条件があります。）

申込期間

6月1日(日)～30日(月)
※必着

補助の対象

広島・長崎・沖縄の平和関連施設への見学といった、平和学習にかかる経費のうち、交通費・宿泊費など最大5万円が補助の対象です。

※応募者多数の場合、書類による選考を実施する場合があります。

※別途、結果報告会を実施します。応募方法やスケジュールについては、市ホームページ（右記二次元コード）をご覧ください。



広島



長崎



沖縄



HP1021327

介護職員初任者研修講座（通学形式） 受講者募集

▶日程＝7月5日(土)～10月26日(日)の土・日曜日

▶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）

▶内容＝講座・実技演習（130時間）。介護の仕事の基本的な知識・技術を身に付けます。

▶対象＝介護職に興味があり、以下の全てに該当するかた

○市内および近隣に在住・在勤の60歳以下

○ご自身で会場に通うことができる

○カリキュラムの全てを受講できる

▶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、6月26日(木)までにご連絡します。

▶参加費＝5万円（テキスト代含む、税込）

※一定の要件を満たすかたに、参加費の助成を行っています。詳細は高齢福祉課へご連絡を。

▶申込＝6月2日(月)～25日(水)に社会福祉法人武蔵村山正徳会へご連絡ください。申込書を窓口でお渡し又は郵送します。

☎

○講座について：社会福祉法人武蔵村山正徳会
☎ 531-3741（8：30～17：30）

○助成について：市民総合センター内高齢福祉課
☎ 590-1233（8：30～17：15）

高齢者向けスマートフォン教室 HP1019032



▶日時・内容＝時間はいずれも午後1時30分～4時30分（4回連続講座）

日程	内容
7月1日(火)	①基本操作
7月10日(木)	②SNSコミュニケーション
7月14日(月)	③ニュース等の情報収集
7月28日(月)	④電子申請や電子決済（総復習を含む）

※4日間で①～④の内容を学びます。

▶場所＝緑が丘ふれあいセンター会議室1・2

▶対象＝スマートフォンを持っていない、又は初心者のかたの60歳以上の都民のかた

※スマートフォンを持っていないかたにはスマートフォンの貸し出しあり

▶定員＝10人

▶申込＝6月24日(火)までに東京都スマートフォン普及啓発事業事務局へ電話で受付

☎東京都スマートフォン普及啓発事業事務局

☎ 03-6374-7746 月～金曜日（祝日を除く）午前9時～午後5時

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	7/17～9/25 （毎週月・木曜日）	午前9時30分～11時30分
伊奈平B教室	7/9～9/24 （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）

▶持ち物＝飲み物、運動しやすい服装、靴

▶申込＝6月2日(月)～13日(金)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

南部地域包括支援センター

☎☎ 590-1477 平日午前9時～午後5時

◆介護者交流会「介護のひろば」

音楽の力で、心や体を癒し、ストレス緩和やリフレッシュしましょう。

▶日時＝7月2日(水)午後2時～3時30分

▶場所＝市民総合センター3階中会議室

▶対象＝市民のかた（介護をしているかた、介護に関心があるかた、介護経験者等）

▶定員＝20人（応募者多数の場合は抽選）

▶講師＝市田幸子氏（日本音楽療法学会認定音楽療法士）

▶申込＝6月25日(水)までに電話又は窓口にて受付

視覚に障害をお持ちのかたに

声の議会だより・声の広報をお届けします HP1003321

視覚に障害のあるかたを対象に「武蔵村山市ぎかいだより」「市報むさしむらやま」をデイジー規格のCDで作成しています。ご希望によりお届けしますので、ご連絡ください。

☎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）



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

◆オレンジカフェ「ほくほくカフェ」～高齢者向け施設について～
介護施設紹介所相談員と市内の有料老人ホーム施設長をお招きし、施設選びのポイント、施設での生活についてお聞きします。これからの過ごし方について一緒に考えましょう！

▶日時＝ 6 月 14 日(土)午後 2 時～ 3 時 30 分
▶場所＝中藤地区会館 3 階 集会室
▶対象＝どなたでも
▶定員＝ 30 人
▶持ち物＝筆記用具
▶申込＝ 6 月 2 日(月)より電話又は申込フォームにて受付➡



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

◆シナプソロジーとバランスコーディネーション
楽しく脳を活性化させる「シナプソロジー」とストレッチや筋トレ、関節ほぐしを組み合わせた「バランスコーディネーション」を行います。

▶日時＝ 6 月 10 日(火)午前 10 時～ 11 時 30 分
▶場所＝三ツ木地区会館 2 階研修室
▶対象＝ 65 歳以上の市民のかた
▶定員＝ 20 人
▶講師＝橋爪裕子氏
▶持ち物＝飲み物、動きやすい服装
▶申込＝ 6 月 2 日(月)～ 9 日(月)に電話で受付

◆認知症カフェ「出張！ちょこふらカフェ」
プロの音楽家による歌と楽器演奏のミニコンサート、東大和警察署による詐欺予防についてのお話を行います。

▶日時＝ 6 月 28 日(土)午後 2 時～ 3 時 45 分
▶場所＝特別養護老人ホーム伊奈平苑 東館 1 階ホール（伊奈平 6-14-2）
▶対象＝市民のかた（在勤・在学含む）
▶定員＝ 30 人（申込先着順）
▶講師＝アンサンブルユニット Bouquet!、東大和警察署生活安全課
▶申込＝ 6 月 2 日(月)～ 16 日(月)に電話で受付

官公署等からのお知らせ

◆Girls Meet STEM in TOKYO ～女子中高生向けオフィスツアー～ 参加者募集（東京都生活文化局都民生活部）
STEM 分野（科学・技術・工学・数学の 4 分野）での女性活躍を促進することを目的にオフィスツアーを開催します。

▶日時＝ 7 月中旬～ 8 月下旬
▶場所＝パナソニック コネクト株式会社、株式会社セガ、ほか約 50 社
▶対象＝都内在住又は在学の女子中高生
※ツアーによって定員は異なります。応募多数の場合は抽選。

▶申込＝ 6 月 24 日(火)までにホームページ（右記二次元コード）から申し込み➡

☎男女平等参画課 ☎ 03-5388-3189



◆からだ気くばりメニュー店 新規申込受付中（東京都多摩立川保健所）



東京都では都民の健康づくりをサポートするため、「栄養バランス」「野菜たっぷり」「減塩サポート」の取組を実施している飲食店等を募集しています。

市内では、令和 7 年 4 月時点で 4 店舗が参加しています。お店の一覧は多摩立川保健所のホームページでご案内しています。ぜひご利用ください➡

☎生活環境安全課 ☎ 042-524-5171



◆東京都立八王子盲学校学校公開&あいサポート研修会（東京都立八王子盲学校）

▶日時＝ 6 月 20 日(金)午前 9 時 45 分～午後 0 時 20 分、21 日(土)午前 9 時 45 分～午後 3 時 40 分
▶場所＝東京都立八王子盲学校（八王子市台町 3-19-22）
▶内容＝授業公開、入就学相談、寄宿舎見学、体験コーナー、講演・座談会 等
詳細はホームページ（右記二次元コード）をご確認ください。

☎ ☎ 042-623-3278



「くらしの便利帳」に広告を掲載しませんか？

広告募集中

「くらしの便利帳」とは…

福祉 子育て 観光 など

くらしに役立つさまざまな行政情報を掲載した冊子です。
「くらしの便利帳」は市内に全戸配布するほか、転入したかたに配布します。



広告掲載をご希望のかたは、株式会社サイネックスまでお問い合わせください。
※全戸配布は 9 月末ごろを予定
◀ 2022 年発行「くらしの便利帳」

☎ 株式会社サイネックス ☎ 042-538-1040

さくらホール（市民会館）の催し ☎ ☎ 565-0226

8 月 17 日(日) 大ホールで開催

武蔵村山シネマ倶楽部



©2023 日本すみっこぐらし協会映画部



©2025『35 年目のラブレター』製作委員会

【午前の部】
映画 すみっこぐらし ツギハギ工場のふしぎなコ
午前 10 時 30 分上映(午前 9 時 45 分開場)

【午後の部】
35 年目のラブレター
午後 2 時上映(午後 1 時 15 分開場)

▶料金＝全席自由
前売 500 円、当日 800 円（各回）
※ 3 歳未満は膝上鑑賞無料。座席が必要な場合は有料。
▶申込＝ 6 月 21 日(土)午前 10 時から
電話又は窓口で受付



東海大学菅生高校吹奏楽部
コンサート in 武蔵村山
～ Enjoy Summer Music ♪



▶日時＝ 8 月 31 日(日)午後 1 時 15 分開場、午後 2 時開演 ▶場所＝大ホール
▶料金＝全席指定 1,000 円（未就学児膝上無料）
▶申込＝ 6 月 7 日(土)午前 10 時から
窓口、電話又はオンラインで受付
※初日は電話・オンライン受付のみ



アウトリーチプログラム 開催施設募集

▶内容＝施設に出向き演奏会等を行います。
▶対象＝介護老人ホーム、保育園、学校等
▶募集施設数＝ 2 施設（抽選あり）
▶料金＝無料
▶申込＝ 6 月 30 日(月)までに電話又はメール（murayama-bunka@kpb.co.jp）にて受付

6/1 (日) 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

サマーランド 武蔵村山市民感謝デー

6 月 21 日(土)～ 30 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
大人	2,600 円 / 3,600 円	1,000 円 / 1,500 円
中学生	2,100 円 / 3,200 円	500 円
小学生	1,500 円 / 2,600 円	無料
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



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。

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。



4R みんなでやろう ごみ減量 〇ごみ対策課（☎内線 292・293）



🌿 ごみを出さない 3つのR HP1018277

- **Refuse**（リフーズ）…ごみになるものは断る。
→余計な包装やレジ袋などを断ることで、ごみを減らす。
- **Reduce**（リデュース）…ごみを減らす。
→残さず食べる。計画的に買い物をする。
- **Reuse**（リユース）…使えるものは繰り返し使う。
→修理して使う、必要としているかたに譲る、もらう。

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。
→資源となるごみはきちんと分別して出す。

🌿 毎月第3週は、フードドライブウィーク！ HP1010286

ご家庭で余っている食品の受付を行っています。提供いただいた食品は、社会福祉協議会へ寄付しています。令和6年度は、55.9kg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。

回収場所	回収日時
市役所 2階 ごみ対策課	毎月第3週 月～金曜日 午前8時30分～午後5時 ※祝日を除く
イオンモールむさし村山 2階 インフォメーション前	毎月第3週 金～日曜日 午前10時～午後9時

🌿 ミニ・キエーロ 工作教室 HP1016235

「ミニ・キエーロ」とは…

土の入ったプランターなどに生ごみを埋め、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た※小学生は保護者同伴
- **日時** 6月25日(水)午後6時30分～8時
6月28日(土)午前10時～11時30分
6月28日(土)午後1時30分～3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(火)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➡



できることから、コツコツと。
エコな暮らしで、
地球の未来へつなげよう。



ポスターコンクール 最優秀賞



市立五中
田口 優芽

標語コンクール 最優秀賞

小さな命も 青い地球も
必ず未来へ 繋げよう



市立小中一貫校村山学園
伊藤 千紘

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2日(月)～6日(金) ※最終日は午後3時まで
● **場所** 市役所 1階ロビー
〇環境課（☎内線 295・296） HP1018606

…………… 令和7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】

最優秀賞：田口 優芽（五中）

優 秀 賞：大前 皆渥・文字山 昌治・中村 のえる・比留間 奈央・高橋 彩心・小見山 佳也（一中）、甲木 心結・鼻 寿乃・新井 光穂（村山学園）、青木 莉乃・新名 心美・清水 正亜（三中）、川上 真由・熊谷 柚紀（大南学園）、池谷 美優・田中 実咲樹・永田 愛穂・渡邊 紗季（五中）

【標語】

最優秀賞：伊藤 千紘（村山学園）

優 秀 賞：塚原 成南・與那城 眞生・多田 穂羽・高橋 真希・小見川 奈央・伊藤 瑠菜（一中）、榎戸 あいか（村山学園）、石上 来輝・水野 一輝・田丸 凛和（三中）、平崎 るり・川口 大輝・川島 栄太（大南学園）、和田 皇毅・遠藤 優良・高崎 結・蓮見 玖玲碧・栗澤 大輝（五中）

東京都議会議員選挙

投票日時

6月22日(日) 7時～20時

告示日 6月13日(金)

開票日時 6月22日(日) 21時～

投票所入場整理券

6月13日(金)以降、世帯ごとに郵送

※投票までに届かない場合や紛失された場合でも、本市の選挙人名簿に登録されているかたは投票できます。

選挙公報

6月20日(金)までに全戸配布予定

※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

① 投票日当日、市外に滞在予定のかた

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不在者投票ができます。

② 施設に入院・入所等をしているかた

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。

③ 重度の障害等で投票所に行けないかた

郵便による不在者投票ができます。ただし、郵便による投票ができるかたは一定の要件があります。
※6月18日(水)までに要事前申請

期日前投票

中部地区会館 402 学習室 (市役所 4階)

▶ **日時** = 6月14日(土)～21日(土)
8時30分～20時

緑が丘出張所会議室

▶ **日時** = 6月16日(月)～20日(金)
9時～20時

▶ **持ち物** = 投票所入場整理券（なくても投票可）
※お住まいの地域に関係なく、どちらの会場でも投票できます。

武蔵村山市で投票できるかた

平成19年6月23日までに生まれた日本国民で、令和7年3月12日までに武蔵村山市に住民登録（転入届等）をして、引き続きお住まいのかた。

① 転入者（都内から武蔵村山市に転入）

転入届出日	投票場所	備考
3月12日以前	武蔵村山市	
3月13日以降	前住所地	名簿登録がある場合

② 転出者（武蔵村山市から都内に転出）

転出日	投票場所	備考
3月12日以前	新住所地	
3月13日以降	武蔵村山市	名簿登録がある場合

※都外に転出したかたは投票不可。
※武蔵村山市で投票する際は、東京都内に引き続き住んでいることの証明として、新住所地の区市町村が発行する「住民票の写し」があると受付がスムーズになります。

〇選挙管理委員会事務局（☎内線 233） HP1021293





6月は 浸水対策強化月間 ～浸水ゼロ・安全・快適！下水道～

HP1006546

東京都では、雨が多くなる前の6月を「浸水対策強化月間」と定め、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にお願いします。

また、東京の雨が一目でわかる東京アメッシュで降雨情報を配信していますので、ご活用ください。



東京アメッシュ

雨水浸透施設設置・雨水貯留槽購入に係る費用の一部を補助します

HP1008369

補助金の交付を受けるには、雨水浸透施設の工事着工前、雨水貯留槽の購入前に申請が必要です。ご注意ください。

補助額

施設	補助額
雨水浸透施設	工事費用（市指定の工事店に限る）の $\frac{3}{4}$ ※限度額 10 万円
雨水貯留槽	本体購入価格の $\frac{3}{4}$ ※限度額 3 万 5 千円

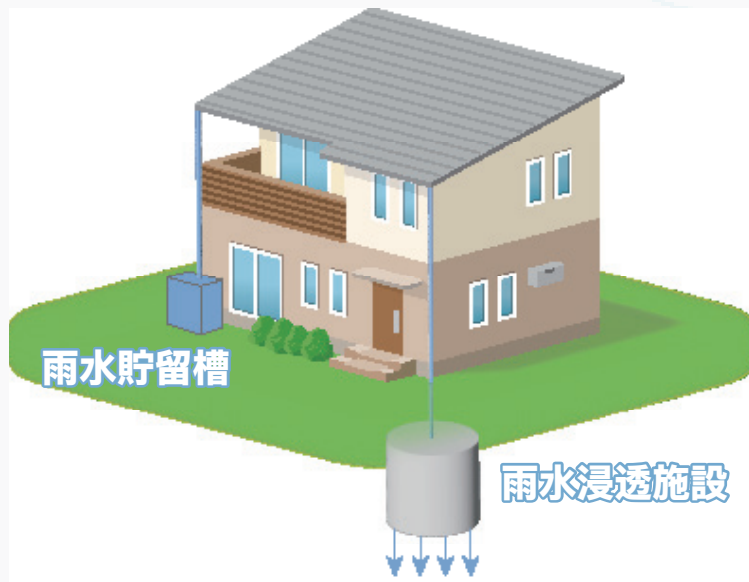
対象

市内の戸建住宅・集合住宅の所有者又は所有者の許可を得た使用者
※雨水浸透施設は新築住宅又は建て替え工事後 1 年未満を除く

補助要件

※以下のすべてを満たすかた

- ①売買を目的として所有又は使用しないこと
 - ②市税等を滞納していないこと
 - ③令和 8 年 1 月 31 日までに施工又は設置が完了すること
- ※雨水浸透施設は、市の設置技術基準に準拠し、武蔵村山市まちづくり条例の開発事業に該当しないこと。また、仮設住宅でないこと



申込

- ▶雨水浸透施設＝市 HP 又は道路下水道課窓口に設置している申込用紙に必要事項を記入の上、ご提出ください。
- ▶雨水貯留槽＝窓口又は電子申請フォームから申込



問【浸水対策強化月間】東京都流域下水道本部計画課 ☎ 042-527-4828 【補助金】市道路下水道課 (☎内線 256)

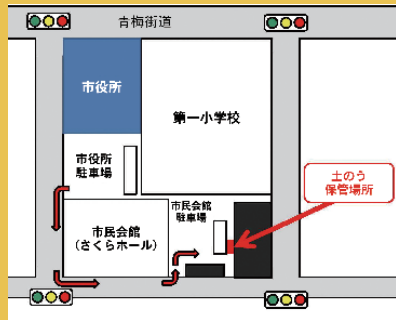


土のうは準備しましたか

HP1000077

川の近くや傾斜地等の地域では、事前に「土のう」等の準備を。

- ▶配布＝1 世帯原則 15 袋まで
※ 1 つ 10 ～ 15kg 程度
- ▶申込＝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。
※平日 8：30 ～ 17：15



気象情報にご注意を！

HP1008898

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。市の公式 LINE で防災安全情報の配信を登録しておくと、気象情報発令時に通知を受けることができます。

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。

ハザードマップで危険な場所をチェック！



避難情報を電話で受けられます

HP1013466

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一の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。

- ▶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＝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、各地域包括支援センター、ホームページにて配布。

台風・大雨対策

問 防災安全課 (☎内線 334)



広告内容については市が保証するものではありません

葬儀あんしん無料相談 ☎

大好評・プレミアム葬儀（冷蔵安置室完備）
家族葬プラン…12万3,600円より
瑞穂斎場プラン…20万2,350円より
★プレミアム葬儀…35万円（税別）より
自治会カード割引あります！

TEL 042-561-7996/市民葬祭センター

武蔵村山市市民葬儀

成華園

042-561-4187

武蔵村山市学園3-61-5

武蔵村山市 市民葬儀取扱店

株式会社 **むらやま葬祭**

☎ **0120-516-010**

24時間365日電話受付しております お気軽にご相談ください



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

土曜日マイナンバーカード窓口 HP1004643

▶日時＝ 6 月 7 日(土)、7 月 5 日(土)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）

※マイナンバーカードの更新や健康保険証との紐づけなどは、月～金曜日（祝日を除く）にご来庁ください。

▶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。

問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

6 月は市・都民税、森林環境税（普通徴収）〔第 1 期分〕の納期です。納期内納付（納期限は 6 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、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および保育料を除く）を利用したさまざまな納付が可能です。 HP1018569



※ eL-QR による納付は右記二次元コードを参照してください。



※新規に国民健康保険税の口座振替手続をしたかたの中から抽選で、武蔵村山地域ブランド商品券をプレゼントするキャンペーン実施中。詳しくは市ホームページへ。 HP1000281

問収納課（☎内線 194～196）

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(火)

▶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です。

問課税課（☎内線 123～125）

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 26 日(木)・27 日(金)・30 日(月)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＝ 1 通 300 円

▶持ち物＝顔写真付き本人確認書類（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際は委任状が必要
※令和 7 年度課税（非課税）証明は、6 月 10 日(火)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、コンビニのマルチコピー機で課税（非課税）証明書を取得できます（1 通 150 円）。

問課税課（☎内線 122）

令和 6 年度重点事務事業の期末評価・令和 7 年度重点事務事業の公表



市の重点事務事業について目標を定め、進捗管理することにより着実な推進を図るとともに、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、重点事務事業管理制度を導入しています。

この度、令和 6 年度末における各重点事務事業の取組結果について期末評価を実施するとともに、令和 7 年度の各重点事務事業について目標を定め、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覧ください。 HP1014822

問企画政策課（☎内線 374）

武蔵村山市協働事業提案制度 HP1006859 令和 8 年度実施事業を募集



市民活動団体と市が協働して事業を行う協働事業の提案を募集します。審査を経て採択された事業には、一定の補助金が交付されます。

●団体育成コース＝将来、市の事業を受託できるような市民活動団体を目指すためのコースです。3 年間の事業計画を提案し、市の担当課と協働して事業を実施します。

●市政参加コース＝行政の支援を受けながら、市民活動を充実させたい団体のためのコースです。1 年間の事業計画を提案し、地域の課題解決に挑戦します。

▶募集事業＝

①地域の課題又は社会的課題の解決につながる事業で、具体的な成果が期待できるもの

②市が市民活動団体に提案してほしいと考えるテーマに沿った事業（詳細は募集要項に記載）

▶申込＝ 7 月 31 日(木)までに、ボランティア・市民活動センター（市民総合センター 2 階）に必要書類を提出（日曜日・祝日を除く）。

※募集要項は、協働推進課窓口や公共施設で配布するほか、市ホームページからもダウンロード可

問協働推進課（☎内線 243）

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（肘掛なし）

※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 2 日(月)～11 月 28 日(金)に申込書（環境課で配布）に記入の上、窓口へ提出。

問環境課（☎内線 262）

6 月は自治会加入促進月間 HP1000388



市民の自治会加入を促進するため、6 月を自治会加入促進月間としています。

自治会は、同じ地域の住人同士が自主的に組織した自治組織です。さまざまな地域活動のほか、自治会を通じて構築された住人同士の協力関係は、突然の災害時などにも大きな力を発揮します。この機会に自治会に加入しませんか？

——— 自治会に入るには？ ———

自治会にはそれぞれ規則があるため、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かた、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

市民の皆さま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。

▶展示期間＝ 6 月 16 日(月)～ 27 日(金)

▶展示場所＝市役所 1 階

問協働推進課（☎内線 243）

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。

問議会事務局（☎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。

広告内容については市が保証するものではありません

自社ホール・霊安室完備

小さな家族葬専門ホール

瑞穂セレモニー

武蔵村山市・緑が丘 0120-995-123

納棺士・葬儀士
西村 洋
にしむら ひろし

追加費用なし 地元で安心!

会員様価格特別プラン

瑞穂セレモニー 武蔵村山店

~女性スタッフが在籍する葬儀屋さん~

14.8 万円~

税込価格 162,800円

24時間 365日 対応

0120-995-123

瑞穂セレモニー 武蔵村山 検索 東京都武蔵村山市大南5-57-13

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

問秘書広報課（☎内線 314）



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5日(土)・6日(日)
- ※1泊2日。大会は6日(日)
- ▶対象＝高校生相当以上の市民のかた
- ※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、市内各校からの推薦により選手を派遣します。
- ▶区間・対象者＝下表のとおり

	でえだら	えのき	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＝6月16日(月)までに、指定用紙に必要事項を記入の上、市役所第2庁舎2階スポーツ振興課へ提出。指定用紙は、総合体育館、市役所市政情報コーナー、スポーツ振興課で配布するほか、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26日(休)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654)

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



- 市民の皆さまがテーマに沿って企画し、講師として開催する講座です。
- ▶本年度のテーマ＝趣味と健康で広がる学びの輪
- ▶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(市内の公民館、地区会館、市民会館等)の確保は文化振興課で行います。
- ▶講師謝礼＝3,000円/1時間
- ※交通費等の支給はありません。
- ▶応募方法＝申請書・計画書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11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、各地区会館・公民館、文化振興課窓口等で配布するほか、市ホームページからもダウンロード可
- ☎文化振興課(☎内線652)

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、必要とする補償の全てをカバーするものではありませんので、補償金額や補償の対象となる事故等の詳細は、市ホームページ等をご確認ください。
- ▶対象者＝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)
- ▶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243)

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月曜日は休館)
- ※緑が丘ふれあいセンターホームページ▶
- ◆ひとり親家庭対象食品配布(要事前申込)
- ▶日時＝6月22日(日)～28日(土)午前9時～午後9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＝新規のかたは6月1日(日)から、新規以外のかたは6月11日(水)から、それぞれ15日(日)までに申込フォームで申し込み▶

- ◆女性のためのチャレンジ相談会
- ▶日時＝6月24日(火)①午後2時～2時40分、②午後2時45分～3時25分、③午後3時30分～4時10分
- ▶場所＝男女共同参画センター 多目的室1
- ▶内容＝起業や再就職、副業、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間もない女性、再就職や副業、キャリアアップしたい女性
- ▶定員＝各回1人
- ▶相談員＝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21日(土)までに電話又はメールで申し込み

- ◆男女共同参画週間企画
ぶらっとゆーあい・しゃべり場
令和7年度男女共同参画週間のキャッチフレーズをテーマにしゃべりましょう。
答えもまとめもない、小さな気づきの時間です。話してみたいことがある人、聞きたいだけの人も、ぶらっとお越しください。
- ▶日時＝6月27日(金)午前10時～正午
- ▶場所＝緑が丘コミュニティセンター 学習室
- ▶対象＝どなたでも
- ▶講師＝男女共同参画センターゆーあいスタッフ
- ▶申込＝不要。当日会場に直接お越しください。

6.23[月]～29[日] 男女共同参画週間

- 令和7年度キャッチフレーズ
誰でも、どこでも、自分らしく
- 性別や役割意識にとらわれず、全ての人が個人として尊重され、自分らしく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

- ◆防災目線で考える～暮らしと命を守る片付け術～
誰もが安心して暮らせる備えと片付けの工夫を防災目線で考えましょう。
- ▶日時＝7月15日(火)午前10時～正午
- ▶場所＝男女共同参画センター 多目的室
- ▶対象＝テーマに関心のあるかた
- ▶定員＝20人(申込先着順)
- ▶講師＝松永りえ(防災収納インストラクター)
- ▶参加費＝500円
- ▶申込＝7月14日(月)午後5時まで
に申込フォームで申し込み▶
- ※保育ありの場合、1人につき300円、定員6人、7月8日(火)までに申し込み。

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▶

- ◆夏の体験ボランティア2025
夏休みの期間を利用して、ボランティア活動を体験してみませんか。詳細は6月20日(金)発行の広報紙「コラボ・バ」に掲載します。
- ▶活動期間＝7月22日(火)～8月31日(日)
- ▶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11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12日(土) 午前10時30分～正午	三ツ木地区会館2階 集会室
7月12日(土) 午後3時～4時30分	市民総合センター3階 集会室

- ▶申込＝6月23日(月)～7月12日(土)午後2時に、申込書の必要事項を記入の上、窓口へ提出。
- ※申込書は市公共施設等で配布するほか、ホームページからもダウンロード可

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31日(木) 午前8時30分～ 午後5時30分	八王子市館クリーンセンター 二ツ塚処分場 谷戸沢処分場
8月5日(火) 午前8時40分～ 午後5時40分	浅川清流環境組合 二ツ塚処分場 谷戸沢処分場
8月7日(木) 午前9時00分～ 午後6時20分	武蔵野クリーンセンター 二ツ塚処分場 谷戸沢処分場

- ※集合場所等の詳細は、後日当選者に通知します。
- ▶対象＝多摩地域在住・在勤・在学のかた(多摩地域在住の小学4～6年生とその保護者優先)
- ▶定員＝各回35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8日(火)正午までにはがきに「夏休み処分場見学会参加希望」と明記の上、①参加希望日、参加者全員の②氏名・ふりがな ③年齢 ④郵便番号・住所 ⑤電話番号 ⑥通勤・通学先の市町村名(多摩地域在住でない場合)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



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。

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 子育て子育て課（☎内線 186）

●児童手当を受けているかた

現況届は原則提出不要ですが、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、対象のかたには現況届を送付します。 HP1003711

▶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
- ※現況届提出不要のかたでも、住所変更等、状況が変わった場合は速やかにお手続きをお願いします。

●児童育成手当を受けているかた

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。 HP1003746

【共通事項】

- ▶提出期限＝ 6 月 30 日(月)まで
- ※ 6 月 16 日(月)以降、対象のかたで現況届が届かない場合は、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。

母子家庭及び父子家庭自立支援事業

子育て子育て課（☎内線 186）

●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。

HP1003760

●母子家庭及び父子家庭自立支援教育訓練給付金

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。

いずれの制度も支給要件があります。詳しい条件等をご説明しますので、必ず事前にお問い合わせください。

小中一貫校への指定校変更 子育て子育て課（☎内線 422・426） HP1000936

原則、住所ごとに指定された学校に通いますが、令和 8 年度に小学校新 1 年生になるお子さまは、小中一貫校村山学園第四小学校又は小中一貫校大南学園第七小学校に市内の全域から入学す

ることができます。希望するかたは、令和 7 年度中に学校への見学が必要となります。詳しくは市ホームページをご確認ください。

パパとママのためのマタニティクラス 子育て子育て支援課☎ 564-5421

- 日 6 月 23 日(月)・26 日(木)・28 日(土) 午後 1 時～3 時 30 分(3 日間コース)
- 所 市民総合センター 2 階 子ども家庭センター
- 対 妊娠中のかたおよびそのパートナー ※なるべく妊娠 5 か月～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、

コップ、手鏡、バスタオル(2 日目に使用)、飲み物・おやつ（必要なかたのみ）

日 6 月 2 日(月)午前 9 時から 電話又は申込フォーム（下記二次元コード）で受付。



HP1003731

【6 月】こどもの健康診査 HP1004230

子育て子育て支援課☎ 564-5421

- 3 ～ 4 か月児健康診査 17・24 日(火)
- 1 歳 6 か月児健康診査 6・20 日(金)
- 2 歳児歯科健康診査 3 日(火)
- 3 歳児健康診査 11・25 日(水)
- ビーバー歯科健康診査 18 日(水)



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	28 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	28 日(土)

※諸事情により中止や変更となる場合がありますので、お問い合わせください。電子図書館もぜひご利用ください。 休館日：2 日(月)、16 日(月)～21 日(土) ※ 16 日(月)～21 日(土)は図書館システム機器入れ替えのため臨時休館となります。 ※毎週水・木・金曜日、雷塚図書館は午後 7 時まで開館しています（休館日・祝日除く）。



6 月のじどうかん

休館日：日曜日、祝日と館内整理日 HP1021308

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)
	カチカチカウンター競争	11 日(水)
	お手玉カーリング	18 日(水)
	10 回勝て！	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)
	じゃんけん 5	11 日(水)
	セタかざり大作戦	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	11 日(水)
	しんぶんしじゃんけん	18 日(水)
	セタ飾りをつくろう	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)
	チャンバラキング	11 日(水)
	ビンゴ大会	18 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)
	ボールはこびりリレー	11 日(水)
	セタかざりを作ろう	25 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)
	ちゃんばら合戦	18 日(水)
	セタかざりを作ろう	25 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

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

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

●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 12 日(木) ② 19 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 電話又は申込フォーム（右上二次元コード）で受付



①開始時期



②2 回食



●歯科健康教室「かむかむキッズ」 HP1004503

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 電話又は申込フォーム（右記二次元コード）で受付➡



●おはなしの会&誕生会 HP1021310

日 18 日(水)午前 10 時 30 分～ お誕生日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へ➡

保育園等

HP1021310

健やかひろば

HP1021375

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

●おもしろい楽しい 遊びアップデート 日 11 日(水)午前 10 時 30 分～11 時 30 分 定 10 組

申 6 日(金)までに電話又は来園

●子育てを一緒に考える

日 18 日(水)午前 10 時～11 時 申 13 日(金)までに電話又は来園で受付

みらい保育園（さくらんぼくらぶ）
☎ 070-1457-6558（棟 2-36-1）
子育て相談（電話・来所）
9：30～16：30 予約サイトはこちら➡



●6 月誕生会

日 5 日(木)午前 9 時 40 分～ 対 0～3 歳児 定 5 組

●発達を促す手作り玩具を作り
ましょう♪

日 24 日(火)午前 9 時 40 分～ 対 0～3 歳児 定 5 組

申 いずれも 1 日(日)～10 日(火)に予約サイトで受付

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

●ベビーリトミック

日 10 日(火)、26 日(木)午前 10 時～ 定 5 組（申込先着順）

●0 歳児からの性教育指導
（外部講師）

日 24 日(火)午前 10 時 30 分～ 定 10 組（申込先着順）

申 いずれも 2 日(月)から電話で受付

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

●室内遊び・感触あそび

日 4 日(水)午前 10 時～11 時 30 分

●七夕製作

日 11 日(水)午前 10 時～11 時 30 分

大南つばみ保育園 なないろひろば
☎ 566-5605（大南 3-94-1）
子育て相談（電話）月～金曜日 9：30～16：00
（来所）月・水・金曜日 9：30～12：30

●お口育て（理学療法士とお話）

日 12 日(木)午前 9 時 45 分～ 定 5 組 申 9 日(月)までに電話で受付

●感触あそび「小麦粉粘土」/ねこ
ろん DE アート

日 23 日(月)午前 9 時 45 分～ 定 10 組 申 19 日(木)までに電話で受付

対 いずれも 0～2 歳児

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



●あかね先生と楽しくダンス

日 10 日(火)午前 11 時 30 分～ 所 三ツ木地区会館 講師：高橋朱音氏

●みらい保育園の先生と遊ぼう♪
出前保育

日 26 日(木)午前 10 時 30 分～ 所 さいかち児童館

申 2 日(月)午前 10 時からラインで予約

「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➡



♪赤ちゃんから遊べるひろば♪

日 毎週水・金曜日、7 日(土)午前 10 時～正午

●ふれあい遊び・手型足型・誕生会
（製作他にも楽しいこといっぱい）

所 【水・金】大南、お伊勢の森、残堀・伊奈平地区児童館のいずれか
【7 日(土)】残堀・伊奈平地区会館

「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
詳細は右記二次元コードから➡



●ふたばっ子ひろば
スキンシップや感覚あそび

日 9 日(月)午前 10 時～正午 対 主に歩く前の赤ちゃん

●つばみっ子ひろば
運動あそびとお話し会

日 23 日(月)午前 10 時～正午 対 主によちよち歩き以降のお子さま

子ども食堂

HP1021310 あたたかく栄養のある食事を、みんなで楽しく食べましょう。

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	日 27 日(金) 17：30～19：00 料 3 歳未満無料、高校生まで 100 円、大人 300 円 定 30 人程度 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）	日 17 日(火) 16：30～18：00 料 小学生まで 200 円、中学生以上 400 円（イトインのみ） 定 60 食 申 2 日(月)午前 10 時～16 日(月)に Instagram で予約（利用できない場合は電話でも可）
放課後等デイスサービス 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	日 ① 7 日(土) 18：00～19：00 ② 21 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 4 日(火)までに LINE で予約 ② 18 日(火)までに LINE で予約 ※いずれも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）	日 1 日(日) 11：30～13：30 定 先着 40 食（チャーハン）※申込不要 料 小学生まで無料、中学生 100 円、高校生以上 200 円
SOMPO 流子ども食堂 ☎ 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）	日 28 日(土) 12：15～14：45 定 10 食（事前予約制）料 18 歳以下は無料、大人 300 円 申 24 日(火)までに電話、ファクス、LINE で受付
あおちゃんこども食堂 ☎ 080-2044-0502 所 残堀 4-34-15（車で来場禁止）	日 4 日・18 日(水) 16：00～18：00 定 先着 50 食※申込不要、小学生未満は持ち帰りのみ 料 中学生まで無料、高校生以上 250 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）	日 毎週水・木・金・土曜日 10：00～18：00 定 先着 10 食（トーストなどの軽食）※申込不要 料 中学生まで無料、高校生以上は店舗メニュー
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）※アレルギー対応不可	日 7 日(土) 11：30～14：30 定 15 食（麻婆豆腐）対 高校生までとその保護者 料 中学生まで 100 円、高校生以上 300 円 申 3 日前までに電話で受付
ohana のこども食堂 メール：info@pankoji.com 所 パンとおやつに靴 ohana（大南 2-47-14）	不定期開催。詳細はメールでお問い合わせください。



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。



※原則として、費用
の記載のないものは無料です。

催しもの

◆合唱練習（混声コール・さくらの会）

6月3日(火)・20日(金)、7月1日(火)・18日(金)
午後7時30分～8時30分、さくらホール(市民会館)リハーサル室。呼吸・声トレで元気に！
地域を繋ぐ歌のサークル活動です。参加費1回
500円(高校生以上学生200円)※別途楽譜代。予約不要。初心者のかた大歓迎。

☎内記 ☎ 070-2632-1656

◆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7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。6月6日(金)までに公式LINEから予約➡

☎ ☎ 070-3128-8454

◆狭山丘陵で野鳥や草花を楽しみましょう（武蔵村山自然に学ぶ会）

6月8日(日)、7月13日(日)午前8時～午後2時、
市役所前集合。弁当、飲み物、雨具、(あれば
双眼鏡)持参。参加費200円(保険代)。

☎高橋 ☎ 090-5144-1946

◆第62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）

6月12日(木)午後2時～4時、さくらホール(市民会館)展示室。おなじみの童謡・唱歌・叙情歌・歌謡曲等を参加者全員で山口先生のピアノに合わせ歌います。定員48人。参加費500円。
☎荒井 ☎ 531-6343

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

6月14日(土)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、受容する場所です。どうしたらいいかわからないかた、など、一度見学に来てみませんか？

※原則毎月第2土曜日に同じ時間・場所で実施
☎中野 ☎ 090-4735-9640(木曜午後1時～5時)

◆武蔵村山さくら合奏団 第15回さくら定期（武蔵村山さくら合奏団）

6月15日(日)午後3時～4時、さくらホール(市民会館)小ホール。ジメジメした季節にジャズジャズしませんか？今回はゲストに市内在住の打楽器奏者、渡邊響さんをお迎えして、ジャズの偉人チック・コリアにスポットを当てたプログラムをご用意しております。お客さまも演奏に参加できるようなコーナーも考えていますので、気になるかたやジャズが好きなかたはぜひお越しください。参加費1,000円。

☎渋谷 ☎ 090-6365-6900

メール：mse.perc@gmail.com

◆ひきこもり・巣ごもりの家族会（むさしむらやま地域家族会「陽だまり」）

6月19日(木)午後1時30分～3時30分、さいかち公園地区集会所会議室。ひきこもりや心の悩みを抱えたご本人(お子さん)への理解を深め、ご家族のさまざまな思いを話し合う場です。※毎月第3木曜日に実施

☎石橋 ☎ 090-9671-8324

◆絵本・紙芝居・さとおやカフェ（フォスターペアレントの会）

6月19日(木)午後2時～4時、市民総合センター調理室。出入り自由。絵本「しあわせのとびら」の読み聞かせがあります。ぜひお越しください。

☎後藤 メール：tgotoh@y9.dion.ne.jp

◆市民公開講座「膵がんの治療について」（災害医療センター）

6月28日(土)午後1時～3時、立川市女性総合センター・アイムホール。若年層や就労世代も含めた全世代に対してがんへの理解を深め、正しい知識を得るために、「膵がんの治療について」をテーマに、消化器内科・消化器外科医師、患者代表等にお話しいただきます。定員：120人(申込先着順)。申し込みは下記二次元コードから。

☎地域医療連携室 ☎ 042-526-5511
(平日午前9時～午後4時)

◆就学相談に向けての座談会（きらり～発達障害と共に成長する家族の会～）

7月6日(日)午前10時～11時30分、公民館さいかち分館。宮本紀夫先生、松村いさ子先生をお迎えし、就学相談に向けての座談会を行います。対象：お子さんの成長や発達、就学について理解を深めたいかた。参加費100円。

☎千田 メール：mm2012kirari@gmail.com

◆さいかち歌の交流会（村山カラオケ同好会）

7月16日(水)午前の部：午前9時～11時50分、午後の部：午後1時～3時40分、さいかち老人福祉館(会場がとれない場合は7月9日(水))。7月1日(火)までに下記問い合わせ先に電話でお申し込みください。

☎鈴木 ☎ 561-2544

会員募集

◆ステージで合唱しましょう（チーム・ほほえみ）
月1～2回火曜日午後3時(6月17日、7月15日、8月19日は確定日)、緑が丘ふれあいセンター。人生の下り坂に勇気を出して舞台で歌ってみませんか。対象：60歳以上の歌の好きな市民のかた(歌唱力不問)。入会金500円。練習1回参加ごとに100円。

☎渡邊 ☎ 090-3877-3043

◆マルチスポーツ教室（YFP+one）

土曜日午後5時40分、市立二小体育館。音楽に合わせて跳ぶリズムジャンプやボール運動、頭を使った運動「ライフキネティック」などを行います。他の習い事と並行して参加してもOK！運動が苦手なお子さん大歓迎です！入会金1,000円。会費月1,650円×当月の開催回数(1回ごと(1,800円/回)の都度参加も可)。

☎柏木 ☎ 080-1378-2908

メール：yfp.syuusaku0209@gmail.com

◆コーラス（女声コーラスりんどう）

月3回金曜日午前10時、雷塚地区会館。懐かしい昭和の歌、四季折々の歌を藤原先生のピアノに合わせて大きな声で歌いましょう。気持ちもすっきりし、フレイル予防にもなります。お気軽に見学にいらっしやいませんか。ご参加お待ちしております。会費月3,000円(会場費込)

☎榎本 ☎ 565-0219

◆ウクレレ演奏（レファの会）

第2・4月曜日午前10時、さくらホール(市民会館)。趣味で楽しくウクレレを演奏しましょう。男女・年齢不問。初心者歓迎。見学随時可。会費月2,500円。

☎波多野 ☎ 564-5672

ひろば欄への掲載依頼は

電子申請 を利用ください。

※申請は右記二次元コードから

☎秘書広報課(☎内線315)



第44回

観光納涼花火大会

8月30日(土)午後2時～9時 ※荒天の場合は中止(順延なし)

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15分(時間厳守)
▶申込＝6月27日(金)まで
※申込多数の場合、出演いただけない場合があります。

協賛金募集

開催の趣旨にご賛同をいただき、ぜひご協賛を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。
詳細は商工会へお問い合わせください。

メッセージ花火募集

記念日や大切な人へのプレゼント等、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ち上げごとに会場内(野山北公園運動場)で放送されます。
▶申込＝7月25日(金)まで

いずれも電話にてお申し込みください。 ☎武蔵村山市商工会 ☎ 560-1327

市政クイズ 593 回

市報に隠れた M ジロを探せ！

Question

右のように、傘を持った M ジロが市報の中に隠れています。何ページに隠れているでしょうか？

※16ページを除く1～15ページの中

答えの書き方

- ▶応募フォーム＝数字のみ入力(「1」「10」等)
- ▶ハガキ＝「1ページ」「10ページ」等と記入



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 ⑥今後市報で知りたい情報

- 応募資格＝市民のかた ●締め切り＝6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10名様に贈呈します。
※色は選ばません。



【応募フォーム】

前回(市報 5/1 号)の答え

Question

昨年行ったごみの調査結果では、可燃ごみのうち生ごみの割合は何%でしょうか。

Answer

B 47.8%

