

平成30(2018)年
NO.1420

10/1

毎月1・15日発行

お納
知期
ら限
せの
10月
31日
(水)

市民税・都民税……………第3期分
国民健康保険税……………第4期分
後期高齢者医療保険料……………第4期分
納付書裏面に記載の場所で納付してください。
便利な口座振替をご利用ください。

市報



こがねい

ホームページ <http://www.city.koganei.lg.jp/>
モバイル(携帯電話)版 <http://www.city.koganei.lg.jp/m/index.html>

さくら咲く えがお咲くまち
小金井市



上段のシンボルマークとキャッチコピーは、市制施行60周年記念として市民の皆さんの投票の結果、決定したものです。

小金井市は 市制施行

60周年を 迎えました

本市は、昭和33年10月1日に、人口4万124人の市として誕生し、今年で市制施行60周年を迎えました。
市では、今年度1年間、市制施行60周年記念事業を行っています。ここでは、10・11月で行われる事業をご紹介します。なお、このほかにもさまざまな事業を行いますので、ぜひ、ご参加ください。詳しくは、市報および市ホームページでお知らせします。

市制施行60周年記念式典

時10月7日(日) 午前10時から
所小金井 宮地楽器ホール※車でのご来場はご遠慮ください
内各種功労者等の表彰、名誉市民証の贈呈、市歌および記念動画の発表等
他式典の観覧希望者は直接会場へお越しください
問広報秘書課秘書係 (☎042-383-1111・内線2005)

平成30年度提案型協働事業 昭和の小金井写真展

平成30年度市協働事業提案制度の採択事業として、市報からみた昭和の小金井写真展を開催します。
所小金井 宮地楽器ホールマルチパーパススペース
問小金井史談会・閑野 (☎080-5414-0195)、生涯学習課文化財係 (☎042-387-9879)
時10月20日(土)～24日(水) 午前10時～午後6時(24日は3時まで)

市制施行60周年記念刊行物 国名勝小金井(サクラ) クリアファイルを販売

■販売開始日・場所10月7日(日) = 文化財センター、9日(火) = 生涯学習課(市役所第二庁舎7階)
■種類①初代歌川広重「富士三十六景 武蔵小金井」②三代歌川広重「東京開華名所図会之内 小金井堤乃満花」③明治写真「日の出の桜」④明治写真「小金井橋」
■価格各250円
■販売部数各500部(先着順)
他解説ちらし付き
問生涯学習課文化財係 (☎042-387-9879)

東京文化財ウィーク関連事業

明治(東京)150年 市制施行60周年記念展示 小金井の絵図

大型の村絵図とともに近世から近代の多数の古絵図を公開します。
時11月1日(木)～12月24日(休) 午前9時～午後4時30分
■休館日月曜日(祝日の場合は翌日)

その他関連事業

〈公開事業〉

【国および都指定文化財の一般公開】

都では、10月27日(土)～11月4日(日)に、都内の国および都指定文化財の特別公開を行います。詳しくは、生涯学習課ほかで配布しているガイドブックをご覧ください。

【国指定史跡玉川上水・名勝小金井(サクラ)】

生涯学習課および文化財センターで解説カードを配布します。

〈企画事業〉

【文化財講演会 江戸遺跡と小金井】

時11月10日(土) 午前10時～正午

講 迫川吉生さん(東京大学埋蔵文化財調査室)

定 40人(申込順)

申 10月1日から、電話で文化財センターへ

【史跡めぐり 野川流域の遺跡を訪ねて】

時 11月17日(土) 午前9時～午後0時30分(荒天=18日)

定 30人(多数抽選)

申 10月31日までに、往復はがきまたはEメールで事業名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記し、文化財センターへ

◇共

通◇

所 文化財センター(公開事業を除く)
問 展示について=文化財センター(〒184-0003緑町3-2-37 ☎042-383

-1198 ☒k020199@koganei-shi.jp)、展示以外=生涯学習課文化財係(市役所第二庁舎7階 ☎042-387-9879)



ながねい未来通信

15



小金井市が昭和33年10月1日に市制を施行してから60年という大きな節目を迎えました。

私は平成30年度施政方針の中で、「次の時代を展望すること」を期して、各種の市制施行60周年事業を実施し、小金井市のさらなる発展と活性化へ向かう一年としたい」と述べました。今年1月には市民公募・投票により、すてきなシンボルマークとキャッチコピーが誕生し、4月より活用が始まったオリジナル婚姻届や6月より設置しているウェルカムボードも大変に好評と伺っています。10月からは、限定版となる原動機付自転車用こきんちゃんナンバープレート(1000台)の交付も始まります。60周年記念冠事業としては、小金井阿波おどり大会、小金井新能、はげの森美術館企画展「絵画で国立公園めぐり」等に加え、9月には、「青少年のための科学の祭典」、「60イニングティーパーボール大会」、「お月見のつごい」等が開催され、多くの皆様にお楽しみいただきました。

10月7日には、小金井 宮地楽器ホールにて記念式典が開催されます。当日の朝には、「特別巡回ラジオ体操・みんなの体操会」が都立小金井公園内江戸東京たてももの園前で開催され、その模様は全国に生放送されます。ぜひとも多くの皆様にお越しください。

き、小金井の元気が全国に発信されることを願っています。記念式典では、新たに名誉市民となられた方への名誉市民証の贈呈、市政に貢献された方々への表彰状ならびに感謝状の贈呈、初めての制作となる小金井市歌および市民愛唱歌、記念動画の紹介等を実施します。皆様の心に残り、60周年のレガシーともなることをめざした多くの記念事業が展開されるこの年に、小金井市のすてきな魅力を内外に積極的に発信し、まちの活性化につなげていけるよう努力してまいります。

私は、この大きな周年という節目に当たり、「市政の歴史を振り返り、現在を見つめ、未来を展望する好機にしていきたい」と申し上げてまいりました。市制施行時は4万人であった人口も12万人を超えるまでに発展しました。先人が並々ならぬ努力により築き上げてきた歩みの上に今があることを改めて認識し、小金井市を将来世代に引き継いでいくための課題の解決に身を引き締めて取り組んでいく決意です。今後も市民の皆様のご理解とご協力をお願い申し上げますとともに、60周年事業を大いに盛り上げていただきますよう心より願っております。

小金井市長

西岡真一郎

Information お知らせ

協働事業提案制度

〔平成31年度実施の事業提案を募集〕

平成31年度に協働事業提案制度により実施する事業提案を募集します。市と一緒にやりたい事業がある団体は、必ず募集要項を確認の上、応募してください。



■事前相談期間 10月1日(月)～11月16日(金)

■提案書提出期間 10月1日(月)～11月30日(金)

■応募できる団体 市内に活動拠点をもち5人以上で構成された市民活動団体等

■対象事業 平成32(2020)年3月までに実施する公共的な課題を解決する事業(市の補助は50万円まで希望できます)

ご利用ください 10月の休日窓口

■開設時間 午前9時～午後1時

■開設窓口 市民課、保険年金課 国民健康保険係、子育て支援課 手当助成係(6日のみ)、納税課(6日のみ) ※一部取り扱いできない業務(後期高齢者医療事務・市税証明書交付事務ほか)もあります

| 10月 | ○は休日窓口開設日 | | | | | |
|-----|-----------|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | | |

■審査方法 書類審査、公開プレゼンテーション・ヒアリング審査

■募集要項配布場所 10月1日から、コミュニティ文化課(市役所第二庁舎4階)、市民協働支援センター準備室、市ホームページで

■他事前相談が必須のため、初めに市民協働支援センター準備室で予約してください

■成果報告会・相談会 平成29年度に実施した事業の成果報告会と平成31年度実施の事業提案に向けての相談会を実施します。

時 10月10日(水) 午後7時～8時30分

所 市民会館・萌え木ホール 定 30人(当日先着順)

■共通 事前相談について 市民協働支援センター準備室(☎042-385-7767)、制度について コミュニティ文化課文化推進係(☎042-387-9923)

特定生産緑地制度等の説明会

時 10月16日(火) 午後5時から

問 企画政策課企画政策係(☎042-387-9826)、土曜・日曜・祝日は市役所代表(☎042-383-1111)

ら、17日(水) 午後2時から(いずれも2時間程度)

所 JA東京むさし小金井支店

■対生産緑地所有者 申当日直接会場へ

問 環境政策課緑と公園係(☎042-387-9860)、農業委員会事務局(☎042-387-9882)

市営住宅の入居者を募集

■募集戸数 一般世帯向け1戸 鉄筋コンクリート造3階建ての2階部分(エレベーターなし) 約60・9平方メートル ※申込多数の場合抽選

■所在地 桜町2-1-13

■家賃 2万8千500円～5万6千円

■入居予定日 11月下旬

■申込資格 次のすべての要件に該当する方

- ▽市内に居住している成年者(20歳未満の既婚者を含む)
- ▽のうち、平成30年4月16日以前から市内居住または勤務していること
- ▽同居親族がいること
- ▽世帯の所得が所得基準内であること
- ▽市税の滞納がないこと
- ▽住宅に困っていること
- ▽暴力団員でないこと

■申込受付期間 10月1日(月)～15日(月)

■申込書配布受付期間内に、まちづくり推進課(市役所第二庁舎5階)、市役所第二庁舎1階受付、管財課(市役所本庁舎1階)、夜間・休日は施設管理室(同一階)で 申受付期間内に、直接、申込書等に必要事項を明記し、まちづくり推進課住宅係(☎042-387-9861)へ

がんばれ小金井寄附金 (ふるさと納税) お礼品の提供を開始します

市の魅力のPR、地域経済の活性化に向け、一層のご支援・ご寄附の拡大をめざし、10月2日から、ふるさと納税ポータルサイト「さとふる」(https://www.sato-full.jp)での寄附受付を開始します。

なお、1万円以上ご寄附いただいた市外在住の方に、お礼品を提供します。市外にお住まいで、小金井市へのふるさと納税に興味をお持ちの方がいらっしゃいましたら、ぜひお声掛けください。



問 企画政策課企画政策係(☎042-387-9800)

こきんちゃんグッズ購入者限定

ラッピング紙袋・シール登場!!

10月20日(土)から、市内こきんちゃんグッズ取扱店でこきんちゃんグッズを購入した方に、無料でオリジナルの紙袋等によるラッピングサービスを始めます。紙袋は

大小合わせて5種、シールは2種あります。ちょっとしたプレゼントなどにぜひご利用ください。※数に限りがあります

問 商工会(☎042-381-8765)



のしシール



紙袋



こきんちゃんグッズ購入者限定です!

高齢者等の見守り活動の協定を結んでいただく事業者を募集

民間事業者が日常生活の中で、高齢者に異変を感じた際に、市や地域包括支援センター等に連絡することで、高齢者等が安心して生活できる地域づくりにつながります。

これまでに民間事業者32社と協定を結びましたが、見守りの強化に取り組むため、新たな事業者を募集します。

【東京一日合同行政相談所】
時10月15日(月) 午前10時～午後4時
所 JR新宿駅西口広場イベントコーナー

10月15日～21日は秋の行政相談週間

【小金井市の行政相談】
秘密は厳守します。お気軽にご利用ください。
■内年金・保険・国税・登記・道路・郵便など
■行政相談員▽橋本治祚さん

生け垣を造成した方に奨励金を交付

みどりの豊かなまちづくりのため、新たに生け垣を造成する場合やブロック塀等を取り壊して生け垣を造成する場合に奨励金を交付しています。

造成またはブロック塀等の取り壊しを行う際は、必ず事前にお問い合わせのうえ申請してください。



環境政策課緑と公園係
(☎042-387-9886)

▽小野寺孝成さん▽川村久恵さん

問 広報秘書課広聴係 (☎042-387-9818)

国民年金付加年金を「ご存じですか」

国民年金付加年金は、毎月の定額保険料に400円の付加保険料を上乗せして納付すると、老齢基礎年金に付加年金が上乗せされて受け取ることができ、この制度です。

付加年金の受給額は「200円×付加保険料納付月数」として計算されます。例えば、10年間(120か月)付加保険料を納付すると、200円×120か月＝2万4千円(年額)が上乗せされて支給されます。

なお、免除・納付猶予・学生納付特例を受けている方や国民年金基金に加入している方は、付加保険料を納付することはできません。

付加保険料は、申し込みをした月から納付することになりますので、ご希望の方は早めにご手続きください。
問 保険年金課国民年金係 (☎042-387-9844)

各種利子補給制度

「都フイック融資を利用して」
いる商工業者の皆さんへ」
地元商工業の活性化支援のために、商工業者(法人・個人)が東京都制度融資のクイック融資(略称「つなぎ」)を利用し、市と契約した金融機関から借り受けた事業資金の融資について、平成30年4月～9月の支払利子の一部を補助します。

必要書類の準備に時間を要することもありますので、お早めにお問い合わせください。
■申請受付期間10月3日(水)～31日(水)
問 経済産業振興係 (☎042-387-9833)

NPPO法人を対象にした利子補給制度

市内に主たる事務所を置く特定非営利活動法人(NPPO)

法人が市と契約した金融機関から借り受けた、特定非営利活動に係る事業資金の融資について、平成30年4月～9月の支払利子の一部を補助します。
◇共通◇
制度内容、申込資格、必要書類等、詳しくはお問い合わせください。

◆◆各種審議会等の開催日程◆◆

※保育あり(要事前申込)

| 名称 | とき | ところ | 内容 | 問合先 |
|---------------------------------|------------------|-------------------|----------------------|------------------------------|
| 総合教育会議 | 10月9日(火) 16:00～ | 市役所第二庁舎 8階801会議室 | 小金井市の教育について ほか | 企画政策課企画政策係 (☎042-387-9800) |
| 玉川上水・小金井桜整備活用推進委員会 | 10月12日(金) 10:00～ | 市役所第二庁舎 8階801会議室 | 玉川上水整備事業について ほか | 生涯学習課文化財係 (☎042-387-9879) |
| 子ども・子育て会議(※) | 10月12日(金) 19:00～ | 市役所第二庁舎 8階801会議室 | 計画の進捗状況や実施状況の評価等について | 子育て支援課子育て支援係 (☎042-387-9836) |
| 廃棄物減量等推進審議会 | 10月15日(月) 15:00～ | 中間処理場事務所棟研修室1 | 災害廃棄物処理計画の策定等について ほか | ごみ対策課減量推進係 (☎042-387-9835) |
| 地域自立支援協議会 | 10月16日(火) 18:00～ | 前原暫定集会施設1階A会議室 ほか | 専門部会の開催について | 自立生活支援課障害福祉係 (☎042-387-9848) |
| 公民館運営審議会 | 10月18日(木) 10:00～ | 市役所第二庁舎 8階801会議室 | 公民館事業について ほか | 公民館本館 (☎042-383-1184) |
| 子ども家庭支援センター運営協議会(※) | 10月18日(木) 10:00～ | 保健センター1階大会議室 | 子ども家庭支援センターの運営について | 子ども家庭支援センター (☎042-321-3161) |
| 介護保険運営協議会地域包括支援センターの運営に関する専門委員会 | 10月18日(木) 14:00～ | 市役所第二庁舎 8階801会議室 | 地域包括支援センターの運営について | 介護福祉課包括支援係 (☎042-387-9845) |
| 社会教育委員の会議 | 10月22日(月) 9:30～ | 市役所第二庁舎 8階801会議室 | 社会教育活動について ほか | 生涯学習課生涯学習係 (☎042-387-9879) |

職員募集

■年齢等要件▷非常勤は65歳定年制のため、昭和28年4月2日以降に生まれた方▷国籍は問いません
■要項は、市ホームページからもダウンロードできます
■職員課人事研修係 (〒184-8504住所不要・市役所本庁舎1階 ☎042-387-9808)、庶務課庶務係 (〒184-8504住所不要・市役所第二庁舎7階 ☎042-387-9872)



| 採用年度 | 区分 | 業務名 | 勤務時間 | 報酬等 | 資格等要件 | 募集人数 | 採用予定日 | 要綱配布・申し込み |
|--------|-----|-------------|---|------------|----------------|------|-------|------------------------------|
| 平成30年度 | 任期付 | 保育士(育児休業代替) | 7:00～19:00の間で1日7時間45分(ローテーションにより土曜日の勤務あり) | 月額201,365円 | 保育士証の交付を受けている方 | 若干名 | 11月1日 | 10月10日(水)までに、職員課へ。郵送の場合は9日必着 |
| | | 保育士業務 | 月曜～土曜日のうち週5日、7:00～19:00の間で、1日6時間勤務(割り振りは所属長が定める。必要に応じ時間外勤務あり) | 月額185,900円 | | | | |
| | 非常勤 | 保育士補助業務 | 週5日、月曜～金曜日、7:00～11:00または15:30～19:00の間で、1日1.5～3時間勤務、週15時間程度(必要に応じ土曜日の勤務あり) | 時給1,200円 | - | 9人 | | |
| | | 保育園給食調理業務 | 月曜～土曜日のうち週5日、8:15～17:00の間で、6時間勤務(割り振りは所属長が定める。必要に応じ時間外勤務あり) | 月額157,200円 | - | 1人 | | |
| | | 学校給食調理補助業務 | 週5日、月曜～金曜日、8:30～15:15(7/21～8/20は勤務を要しない) | 月額144,100円 | - | 各2人 | | |
| | | 学校用務業務 | 週4日、月曜・火曜・木曜・金曜日、8:15～16:45 | 月額157,200円 | - | | | |

小金井市教育委員会の権限に属する事務の管理及び執行の状況の点検及び評価報告書を作成

教育委員会では、毎年、活動状況の自己点検・評価を実施することが義務付けられています。評価に当たっては、有識者からの意見聴取、報告書作成、議会への提出、公表を行うこととされています。

このたび、教育目標および基本方針の実現に向け、「第2次明日の小金井教育プラン」と「第3次生涯学習推進計画」に基づいて推進する、平成29年度中に行った教育施策に係る主な事業(68事業)について評価を行い、報告書を作成しました。

■閲覧場所情報公開コーナー
(市役所第二庁舎6階)、図書館本館、市ホームページ
■庶務課庶務係(☎042-387-9872)

75歳以上の方等の後期高齢者医療健診を実施

【後期高齢者医療健診】

生活習慣病の早期発見を目的に後期高齢者医療健診を実施しています。受診に必要な受診券、結果通知票、利用の手引きは発送済みです。

■受診期間平成31年1月31日(木)まで

■後期高齢者医療保険の被保険者の方(6か月以上の長期入院、老人施設等に入所の方を除く)

■他同じ年度内に同健診を受けた場合は、人間ドック補助の対象となりませんので、ご注意ください

■保険年金課高齢者医療係(☎042-387-9834)
■フォロー健診
(独自健康診査)
後期高齢者医療健診の上乗せ項目として、希望者に対し、フォロー健診(独自健康診査)を実施します。なお、フォロー健診は、加入している保険の種類に限らず、市民の方であれば受診できます。

■他の健康診査で実施済みの健診項目は、受診できません
■健康課健康係(☎042-321-1240)

後期高齢者医療健診項目一覧

| 必須項目 |
|--|
| 【基本的な健診項目】 ▷質問事項(問診票) ▷身体計測(身長、体重、BMI、腹囲) ▷身体診察、血圧測定 ▷血液検査(中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール) ▷肝機能検査(GOT、GPT、γ-GTP) ▷血糖検査(空腹時血糖およびHbA1C) ▷尿検査(尿糖、尿蛋白) ▷貧血検査(赤血球、色素量、ヘマトクリット)※ ▷心電図検査※ ▷生化学検査(クレアチニン)※ |
| 選択項目※ |
| 【内科項目】 ▷胸部レントゲン検査 ▷生化学検査(尿酸) ▷血液検査(白血球) |
| その他項目※ |
| 【眼科項目】 内科健診の結果、医師の判断により実施 ▷眼底検査、視力検査、眼圧測定 ※はフォロー健診(独自健康診査)の健診項目です |

第8回こがねい市民活動まつり参加団体募集

平成31年3月9日(土)午前10時～午後5時

■所小金井 宮地楽器ホール、JR武蔵小金井駅南口コミュニティ広場(フェスティバルコート)

■内展示、ワークショップ、出店などによる市民活動団体の活動PR、参加団体間の交流
■対小金井市を拠点とし、地域や暮らしをより良くしようとする取り組みをしている団体等

■申込用紙配布場所小金井ポランティア・市民活動センター、コミュニティ文化課(市役所第二庁舎4階)、公民館各館、同センターホームページ(http://kacaj.jp)、市ホームページ

■申10月15日(必着)までに、郵送、ファクスまたはEメールで、同センター(T04-0004本町5-36-17 ☎042-387-0011 FAX 042-388-11294) vc-koganei@circus.on.ne.jpへ

子ども子育て

予防接種等保健衛生事業は健康ガイドへ

平成31年度
保育施設等
入所案内を配布

■配布開始日10月1日(月)
■配布場所保育課(市役所第二庁舎3階)、各保育施設等、市ホームページ
他▽すでに申し込んでいる方

の保育施設等利用申請は、平成31年3月31日で有効期限が切れますので、平成31年4月以降も引き続き入所を希望する場合は、改めて申請が必要を希望する場合は、締切日・必要書類等が各市区町村で異なりますので、確認のうえ、早めに手続きをしてください



■保育課保育係(☎042-387-9846)

平成31年度 私立幼稚園等園児募集

市私立幼稚園協会では、平成31年4月入園の幼稚園児を募集します。詳しくは、各園(左表)にお問い合わせください。

■願書配布10月15日(月)から、各園で※みそら幼稚園は16日(火)から
■願書受付11月1日(木)から、各園で

| 幼稚園名 | 所在地 | 電話番号 |
|----------------|-------------|--------------|
| 小金井教会 | 本町2-10-10 | 042-381-1726 |
| 朋愛 | 中町4-2-18 | 042-381-4800 |
| みそら | 東町2-27-7 | 0422-31-7581 |
| こどものくに | 前原町3-35-11 | 042-381-1701 |
| せいしん | 中町2-15-40 | 042-384-5315 |
| ぬくい南 | 貫井南町5-12-15 | 042-383-5207 |
| 小金井けやきの森認定こども園 | 緑町1-6-17 | 042-401-1638 |

■保育課保育係(☎042-387-9846)

ひとり親家庭 支援制度

【就労支援】

児童扶養手当を受給している方等を対象に、面談により希望や経験などを伺い、ハローワークと連携して就労支援を行っています。「仕事の経験が少なく就職につながる」「資格を取得し就職にしたい」などで相談したい方は、お問い合わせください。

■就業訓練支援
所得制限等の条件がありませんので、事前相談が必要です。

【ひとり親家庭自立支援 教育訓練給付金】

ひとり親家庭の母または父が就業に必要な教育訓練講座を受講する場合、受講料の一部を補助します。

■ひとり親家庭高等職業訓練促進給付金
ひとり親家庭の母または父が就業に有利な資格(国家資格)を取得するため、修業期間が1年以上の養成機関で修学する場合、一定期間の経済的支援をします。

■ひとり親家庭高等学校卒業程度認定試験合格支援給付金
ひとり親家庭の親または子が安定した就業のため、高等学校卒業程度認定試験の合格をめざして講座を受講する場合、受講料の一部を補助します。

■就学支度資金・修学資金
ひとり親家庭のお子さんが就学する際の無利子の貸付制度(東京都母子及び父子福祉資金)です。就学支度資金は

入学費用として、修学資金は卒業までの修学費用としてご利用できます。

なお、事前相談が必要になり、審査があります。各制度の貸付金額など詳しくは、お問い合わせください。

◆共通◆
■子育て支援課子育て支援係(☎042-387-9836)

養育家庭(ほっとファミリー) 体験発表会

親の病気や虐待など、さまざまな理由により親元で暮らすことのできない子どもたちを自らの家庭に迎え入れ、育てているのが「里親」です。10月・11月は里親月間です。都では「里親」の中でも養子縁組を目的とせず子どもを育てる家庭を「養育家庭(ほっとファミリー)」と名付け、制度周知に努めています。

この制度を知っていただくため、養育家庭体験発表、個別相談等を行います。
■10月20日(土)午前10時～正午 所市民会館・萌え木ホール
■当日直接会場へ(☎042-321-1316)



ファミリー・サポート・センター会員説明会

登録を希望する方のため、会則、援助活動までの流れ、仕組みを説明します。

■10月20日(土)午前10時～11時30分 所保健センター 対依頼会員 市内在住で、原則生後57日未満小学生の子どもと同居している方▽協力会員 援助活動に関心のある20歳以上の方(協力会員講習会への参加が必要) 他保育あり(要事前申込) 申10月6日から、電話でファミリー・サポート・センター(☎042-321-1701)日曜・祝日を除く午前9時～午後5時)へ

■児童手当・児童育成手当の支給
(10月期分 6～9月分)
■振込日10月10日(水)
振込日以降、通帳でお確かめください。金融機関によっては2・3日遅れる場合があります。

次のような場合には、ご連絡ください。▽振込日以降、7日を過ぎて振り込まれない場合▽氏名、住所、口座を変更した場合▽施設に入所した場合
■子育て支援課手当助成係(☎042-387-9839)

子どもの笑顔をみながら守る虐待かな?と思ったら(通告・相談)
・連絡は匿名で行うことも可能です
・連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます
▽子ども家庭支援センター(相談窓口)
☎042-321-3146 月曜～土曜 午前9時～午後5時
▽児童相談所全国共通ダイヤル(緊急時)
☎1189

※お近くの児童相談所につながります
※☎1189がつながらない場合は、☎0570-064-000へ

みんなであそぼうほいくえん

地域の皆さんに市内の認可保育施設を開放し、園児や保育士との交流を通じ、子育てのお手伝いをします。
 なお、雨天の場合の対応等、詳しく

は直接各保育施設にお問い合わせください。

☎各保育施設

■園庭開放（10月～12月。祝日を除く）

※要事前申込

| 施設名 | 開放日 | 施設名 | 開放日 |
|---------------------------|---------------------------|-----------------------------------|--|
| 市立くりのみ (☎042-383-1180) | 木・土、9:30～11:30 | ひなぎく (☎0422-55-4417) | 水、9:30～11:00 |
| 市立わかたけ (☎042-383-1181) | 水・金・土、9:30～11:30(土は11時まで) | 愛の園 (☎042-325-1045) | 月～金、10:00～12:30 |
| 市立小金井 (☎042-381-2237) | 火・木、9:30～11:30 | 貫井 (☎042-381-3575) | 10/5～11/16、12/7、14のいずれも金曜日、11:00～12:00 |
| 市立さくら (☎042-383-1182) | 月～金、9:30～11:30 | 小金井けやきの森認定こども園 (☎042-401-1638) | 木、10:30～11:30※ |
| 市立けやき (☎0422-60-0770) | 火・木、9:30～11:30 | また明日 (☎042-386-8280) | 月～金、10:00～11:30(お散歩) |

来春小学校入学予定の児童を対象に就学時健康診断を実施

対象となる児童の保護者には、「就学時健康診断のお知らせ」を10月5日に発送します。届かない場合は、

| とき | ところ |
|-----------|-------|
| 10月29日(月) | 第一小学校 |
| 10月30日(火) | 前原小学校 |
| 11月1日(木) | 第二小学校 |
| 11月5日(月) | 本町小学校 |
| 11月6日(火) | 第四小学校 |
| 11月8日(木) | 第三小学校 |
| 11月14日(水) | 緑小学校 |
| 11月15日(木) | 東小学校 |
| 11月28日(水) | 南小学校 |

は、ご連絡ください。
 外国籍の児童・生徒の保護者で市立小・中学校への就学を希望する方は、事前に、学務課へ申請手続きをしてください。

☎平成24年4月2日～25年4月1日に生まれた児童
 学務課保健給食係(市役所第二庁舎7階☎042-387-9874)

就学援助制度 新小学校1年生の 入学時学用品費の 支給時期を一部変更

公立小学校に通学し、経済的な事情で就学が困難なご家庭へ教育費(給食費、学用品目等)の一部を援助しています。従来、入学時学用品費は、入学した年の7月に支給をしていましたが、次の要件をすべて満たす方は、入学前の3月に支給します。

☎平成31年4月に新小学校1年生になる未就学児がいて、平成30年度就学援助認定制度で準要保護の認定要件を満たす家庭。詳細は、就学時健康診断の案内に申請書を同封しますので、ご覧ください。

☎平成31年1月15日までに、申請書類を郵送または直接、学務課学務係(〒184-8500 4住所不要・市役所第二庁舎7階☎042-387-9874)へ

休日校庭(遊び場)開放

子どもの遊び場不足を補い、安全で広い遊び場を確保するため、市立小学校の校庭を開放しています。

教育委員会

第8回定例会

(7月31日開催)

【議題】

▽平成31年度使用中学校「特別の教科 道徳」教科用図書
 の採択について
 会議録(平成30年第6回まで)は、情報公開コーナー(市役所第二庁舎6階)、図書館

■開放日 土曜・日曜・祝日
 (振替休日を含む)および冬・春休み期間※年末年始、夏休み期間、12月～翌年3月の土曜・日曜・祝日(冬・春休み期間を除く)

公立小学校に通学し、経済的な事情で就学が困難なご家庭へ教育費(給食費、学用品目等)の一部を援助しています。従来、入学時学用品費は、入学した年の7月に支給をしていましたが、次の要件をすべて満たす方は、入学前の3月に支給します。

☎平成31年4月に新小学校1年生になる未就学児がいて、平成30年度就学援助認定制度で準要保護の認定要件を満たす家庭。詳細は、就学時健康診断の案内に申請書を同封しますので、ご覧ください。

☎平成31年1月15日までに、申請書類を郵送または直接、学務課学務係(〒184-8500 4住所不要・市役所第二庁舎7階☎042-387-9874)へ

子育て・子育て支援

子どもの遊び場不足を補い、安全で広い遊び場を確保するため、市立小学校の校庭を開放しています。

子どもと読書に関する講座

親子でたのしみ絵本とわらべうた

本館に備えてあります。また、市ホームページからもご覧いただけます。

レクリエーション講師 岡村卓哉さん(スポーツインストラクター)ほか定各回6組(申込順) 10月3日から、電話または直接、公民館貫井北分館(☎042-385-3401)へ

子ども体験講座
 プロマジシャンが教える親子で楽しめるマジック教室

10月21日(日) 午前10時～正午 所公民館緑分館講ノーヴ・ハッセル・アベさん(マジシャン) ☎市内在住・在勤・在学の小学生と保護者定20人(申込順) ¥千円(教材費) 10月3日から、電話または直接、公民館緑分館(☎042-387-7301)へ

子どもと読書に関する講座
 親子でたのしみ絵本とわらべうた

11月20日(火) 午前10時15分～11時15分(10時開場) 所 図書館本館階集会所講落合美知子さん(おはなしとおんがくのちいさいおうち主宰) ☎市内在住の7か月～2歳の子どもと保護者定17組(申込順) 他手話通訳あり(11月4日まで)に要事前申込) 10月2日から、電話または直接、図書館本館(☎042-383-1111 38 FAX 042-384-3728)へ

図書館本館おはなし会
 「すとーりーたいせい」
 毎週水曜日午後3時から 集会所 図書館本館2階児童室 室内絵本、紙芝居、手遊びなど 対3歳以上※保護者の入室不可 申当日直接集会所へ 図書館本館(☎042-383-1111)

福祉のひろば

介護予防相談会
 65歳以上の要支援・要介護認定を受けていない方に、健康づくりやもの忘れ予防に役立つ情報のご案内や相談を行います。(1人30分程度)

【小金井きた地域包括支援センター】
 10月4日(木) 午後1時30分～3時 所桜町病院別館(桜町1-2-20) ☎対象地域 梶野町、関野町、緑町、本町2・3丁目、桜町1・3丁目 定30人 申電話で小金井きた地域包括支援センター(☎042-388-2440)へ

【小金井ひがし地域包括支援センター】
 10月18日(木) 午後1時30分～3時 ☎対象地域 東町・中町・本町1丁目 定5人(申込順) 申10月1日から、電話で小金井ひがし地域包括支援センター(☎042-386-6514)へ

家族介護者教室
 お口の機能 衰えと向上
 噛む・飲み込むということ

10月20日(土) 午後1時～3時 所特別養護老人ホームつきみの園(中町2-15-25) 講古屋裕康さん(歯科医師) ☎市内在住の方 定20人(申込順) 申10月1日から、中町高齢者在宅サービスセンター(☎042-386-6513)へ

認知症サポーター養成講座

認知症について正しい知識を持ち、認知症の方や家族を応援し、誰もが暮らしやすい地域をつくる応援団「認知症サポーター」を養成します。☎初めて本講座を受講する方(定員に余裕がある場合のみ)再受講可。詳しくはお問い合わせください。☎初めての参加者には認知症サポーターのシンボルである、オレンジリボン差し上げます 申電話で各地域包括支援センターへ

| とき | ところ | 定員 | 申込先 |
|----------|----------------------------|-------|---------------------------------|
| 10/19(金) | 桜町高齢者在宅サービスセンター(桜町1-9-5) | 10人程度 | 小金井きた地域包括支援センター(☎042-388-2440) |
| /20(土) | 小金井みなみ地域包括支援センター | 8人程度 | 小金井みなみ地域包括支援センター(☎042-388-8400) |
| /29(月) | 社会福祉協議会 | 15人程度 | 小金井にし地域包括支援センター(☎042-386-7373) |
| 11/22(木) | 特別養護老人ホーム つきみの園(中町2-15-25) | 15人程度 | 小金井ひがし地域包括支援センター(☎042-386-6514) |

※時間はいずれも午後2時～3時30分

平成31年度
高齢者いきいきの部屋の
定期使用申請の
受け付け

対老人クラブ、介護予防事業として市および地域包括支援センターの支援を受ける団体、市内在住の60歳以上の方のサークル■対象施設婦人会館、上之原会館、前原町西之台会館、桜町上水会館■申込書配布場所介護福祉課、各対象施設、市ホームページ他婦人会館は、耐震工事のため利用できない期間があります■11月15日(必着)までに、郵

「ご利用ください」
障がい別相談・
嘱託医相談

障害者地域自立生活支援センターでは、障がいのある方と家族の生活全般と医療の相

| 相談種別 | 相談日程 | 相談種別 | 相談日程 |
|-------------|--|-----------------|--|
| 機能訓練(療法士相談) | 毎週月曜・木曜日随時(要予約) | 精神障がい(こころの悩み相談) | 10月30日、12月11日、平成31年1月29日、3月12日いずれも火曜日午後1時～3時 |
| 知的障がい | 11月13日、12月25日、平成31年2月12日いずれも火曜日午後1時～3時 | 内部障がい | 11月6日、12月18日、平成31年2月5日、3月19日いずれも火曜日午後1時～3時 |
| 肢体不自由 | 10月9日、11月20日、平成31年1月8日、2月19日いずれも火曜日午後1時～3時 | 内科医 | 毎月第1木曜日午後1時～3時 |
| 視覚障がい | 10月16日、11月27日、平成31年1月15日、2月26日いずれも火曜日午後1時～3時 | 整形外科医 | 毎月第3木曜日午後1時～3時 |
| 聴覚障がい | 10月23日、12月4日、平成31年1月22日、3月5日いずれも火曜日午後1時～3時 | 精神科医 | 毎月第4木曜日午後1時30分～3時30分 |

送または直接、申込書に必要な事項を明記し、介護福祉課高齢福祉係(〒184-8504住所不要・市役所第二庁舎2階)042-387-9843へ

小金井さくら体操
in 小金井公園

秋の青空のもと、ご当地介護予防体操「小金井さくら体操」を行います。当日は、桜町病院の理学療法士が運動のアドバイスや相談に応じます。

10月11日(木)午前10時～11時30分(雨天中止)所江戸東京たてもの園前広場(都立小金井公園内)持飲み物、敷

談を行っています。相談を希望する方は、電話でご予約のうえ、直接、同センターへお越しください。■障害者地域自立生活支援センター(042-381-8811)

物他動きやすい服装で■当日直接会場へ■介護福祉課包括支援係(042-387-9845)、小金井きた地域包括支援センター(042-388-2440)

おとしより無料入浴デー
銭湯祭り

おふる屋さんのご協力により、高齢者の健康保持や児童との交流・憩いの場として、「銭湯祭り」を実施します。

大きなお風呂でのんびりと、子どもたちと一緒に楽しいひとときをお過ごしください。

10月10日(水)午後4時～11時所ぬくい湯(貫井北町3-4-4)■市内在住の65歳以上の方と小学生以下の方にご利用の際は、当日、浴場に口頭で必ず申し出てください。■介護福祉課高齢福祉係(042-387-9843)

高齢者いきいき活動講座

【童謡・唱歌を歌おうⅡ】
11月1日～29日の毎週木曜日午前10時～正午(全5回) 講師 崎秀和さん(東京学芸大学准教授)定50人(多数抽選)

英国人イザベラ・バードの見た明治の日本

11月7日、21日、12月5日、19日いずれも水曜日午前10時～正午(全4回) 講師 井正己さん(東京学芸大学教授)定50人(多数抽選)

共通

所社会福祉協議会■市内在住のおおむね60歳以上の方■10月10日(必着)までに、往復はがきに住所・氏名(ふりが

な)・年齢・性別・電話番号を明記し、社会福祉協議会「童謡・唱歌を歌おうⅡ」または「イザベラ・バード」(〒184-0004本町5-36-17)042-386-0294へ

障がい者虐待を防止しよう

市では障害者虐待防止センターを設置し、障がい者虐待の相談・通報等の受け付けを行っています。

障がい者虐待に気づいた人には、市区町村へ通報の義務があります。早めの対応や支援は、虐待されている障がい者だけでなく、虐待している側が抱える問題の解決にもつながります。

障がい者虐待の防止と早期発見に、ご協力ください。【連絡先】▽市障害者虐待防止センター・虐待相談の専用対応(042-381-7497 FAX 042-633-0080)■午前9時～翌午前8時30分)▽自立生活支援課(042-387-9841 FAX 042-384-2524)■午前8時30分～午後5時)※重複している時間帯は、どちらでも構いません

児童発達支援センター「きらり」利用者募集

平成31(2019)年度の各事業の利用者を募集します。募集期間11月1日(木)～30日(金)他利用申請にあたっては、事前に相談が必要です。10月31日までに電話で同センターへ申し込んでください※すでに相談をされている

方および現在同センターを利用している方は相談の必要はありません■直接、同センター(04222-60-1155)0へ

福祉タクシー助成

障がいのある方が通院等生活のために利用したタクシーの一部を助成しています。■在宅で市内に住所があり、次のいずれかに該当する方▽体幹機能および下肢障がいの程度が3級以上▽視覚障がいの程度が2級以上および内部障がいの程度が1級▽愛の手帳の障がいの程度が2度以上▽精神障害者保健福祉手帳の障がいの程度が2級以上※精神障がいの方は、認定審査が必要です■助成額1か月3千円まで

新たに申請する方へ

申請は、随時受け付けています。対象の方で、助成を受けていない方は申請してください。ただし、ガソリン費助成を受けている方への助成はできません。

助成の決定を受けている方へ

9月下旬に請求用紙を発送しましたので、請求書を提出してください。■振込日10月31日(水)■請求方法■10月10日(消印有効)までに、郵送または直接、タクシーの領収書(平成30年4月～9月分)を請求書に添えて、自立生活支援課相談支援係(〒184-8504住所不要・市役所第二庁舎2階)042-387-9841 FAX 042-384-2524へ

シルバー人材センターからのお知らせ

【いきいきシルバーフェア開催】
当センターの魅力をお届けします。手工芸品・木工玩具の販売、パソコン・スマホ・植木何でも相談、ふすまの張り替え・ガラス掃除実演、また、写真・絵画など当センター会員の力作を展示します。

10月5日(金)午前9時～午後5時所小金井 宮地楽器ホール小ホール、マルチパーパススペース
10月10日(水)午前9時～午後5時所本町作業所(本町6-5-16)
◇共通◇
10月26日、11月30日、12月21日、平成31年1月25日、2月22日、3月29日、いずれも金曜日午前10時～午後2時所本町作業所(本町6-5-16)

パソコン・スマホ・タブレット教室

加えられる場合があります。詳しくはお問い合わせください■開催日の4日前(土曜・日曜・祝日を除く)までに、電話またはファクスで希望コース・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を同センター(042-383-6141 FAX 042-385-6241)へ

| 講習名 | 日程 | 講習時間 | 費用(教材費含む) |
|--------------------|----------------------------|---------------------|----------------|
| スマホ入門講座 | 10/12(金) | 9:30~12:30 | 3,590円/回(教材費込) |
| | /19(金) | | |
| | 11/9(金) | | |
| | /16(金) | | |
| 個人教室 | 相談して決定します | 1,500円/時間(教材費は別途実費) | |
| 訪問レッスン | | | |
| 初期設定、トラブル対応 | | | |
| CoCoサロン(パソコン趣味の講座) | 毎月第2・4週の2回(火曜・木曜・土曜日のいずれか) | 13:00~16:00 | 月5,000円 |
| 相談室 | 毎週月曜日(祝日を除く) | 13:00~15:00 | 無料 |

※▷パソコンはWindows7、Office2010を使用しますが、詳細はご相談ください▷訪問レッスン、初期設定、トラブル対応は出張料が別途かかります

障害者福祉センター 開所25周年 記念キャンペーン

時10月15日(月)～19日(金)
午前10時～午後3時 所同センター
各事業の公開および展示、製作品の販売等、市農産物生産組合・同組合青年部(グリーンクラブ)野菜販売(17日のみ)ほか同センター(☎042-381-8411)

障害者地域自立生活 支援センター

パソコン講習会

時11月10日～12月22日の毎週
土曜日午後1時～3時(全6回。12月8日を除く) 所障害者福祉センター内パソコンの基本操作 市内在住の身体障がいのある方 定6人(多数抽選。初めて応募する方を優先) 申10月20日までの午前9時～午後7時(土曜日は午後5時まで)。日曜・祝日を除く)に、直接、障害者地域自立生活支援センター(障害者福祉センター1階 ☎042-381-8811)へ

市民後見人養成講習 受講希望者事前オリエンテーション

時10月23日(火) 午前10時～
正午 所社会福祉協議会 定10人
(申込順) 市内在住の方 申
10月1日～22日に、電話で権利擁護センター(☎042-381-0121)へ

赤い羽根共同募金に ご協力を

赤い羽根共同募金運動が、
10月1日から始まります。

昨年は市内10施設等に対し
て合計140万円が配分されまし
た。

市民の皆さん一人ひとりの
「たすけあい」に基づく地域
福祉推進のために、ご協力を
お願いします。

☎042-386-10294
社会福祉協議会

健康ガイド

◆健康課健康係
(保健センター)
(☎042-321-1240)
◆健康課◆
(保健センター)
(真井北町5-18-18)

乳がん検診追加募集 (11月実施分)

女性スタッフによるマンモ
グラフィ検査です。

時11月13日(火)～17日(土)午
前9時～11時30分、午後1時
～3時30分 所保健センター 対
平成31年3月31日現在40歳以
上の女性で、平成29年4月以
降に市の乳がん検診を受診し
ていない方。なお、次の方は
受診できません▽現在授乳
中、妊娠中、断乳後6か月以
内の方▽乳房疾患で治療中、
経過観察中、手術後の方▽ま
っすぐに立つことが難しい方
▽心臓にペースメーカーを装
着している方▽豊胸手術をし
た方 定150人(申込順) ¥2千
円※生活保護世帯の方は、減
免制度があります 他検診時間
の指定はできません 申10月10
日までに、電話で健康課へ※
市ホームページから申請可

骨粗しょう症検診

時12月8日(土)午前8時30分
～午後5時(正午～午後1時
を除く) 所保健センター 対平

掛かりつけの医院・ 歯科医院・薬局は ありますか？

体調等について、気軽に
何でも相談できる、掛かり
つけの医院・歯科医院・薬
局を持つことで、早期に体
調の変化に気づく専門家の
サポートが受けられます。
健やかな毎日を過ごすため
にも、身近な掛かりつけ医
院・歯科医院・薬局を持ちま
しょう。



健康課

11月8日の「いい歯の日」
にちなみ、小金井歯科医師会
では、8020運動の一環と
して「8020応援団」を開
催します。

8020運動とは「80歳に
なっても20本以上の自分の歯

市民公開講座 長生きは唾液で決まる

口腔内の健康に重要な唾液
が果たす役割について、分か
りやすく解説します。

時10月10日(水) 午後1時30
分～3時 所商工会館 植田耕
一郎さん(日本大学教授) 定
70人 申電話で小金井歯科医師
会(☎042-385-0303)へ

小金井8020(ハチマ ルニイマル)応援団

11月8日の「いい歯の日」
にちなみ、小金井歯科医師会
では、8020運動の一環と
して「8020応援団」を開
催します。

8020運動とは「80歳に
なっても20本以上の自分の歯

を保とう」という運動です。

10月1日(月)～31日(水)
に小金井歯科医師会会員診療
所で歯数の判定を無料で行
い、80歳以上で20本以上の歯
を有すると認められた方を8
020運動達成者として表彰
し、後日、表彰状、記念品を
お渡しします。

☎042-385-0303
小金井歯科医師会

妊婦歯科健診

時11月12日(月) 午後1時か
ら、1時15分から、1時30分
から(終了は3時ごろ) 所保
健センター 対おむね16～27
週の妊婦の方 定20人(申込
順) 申10月1日から、電話で
健康課へ

ママのための栄養講習会

時11月13日(火) 午前9時30
分～11時30分 所保健センター
内管理栄養士による家族の健
康のための栄養講義と調理実
習 対0～6歳児の保護者 定20
人(申込順) 他保育あり(14
人。要事前申込) 申10月1日
から、電話で健康課へ

両親学級たんぽぽクラス (土曜2日間コース)

時11月10日(土)、17日(土)
午前10時～午後1時 所保健セ

センター内妊娠、出産、育児の
話、妊婦体操、沐浴実習等 対
おむね16～27週の就労妊婦
とパートナーの方(妊娠週数
は目安です) 定36組(申込
順・初産婦の方優先) 申10月
1日から、電話で健康課へ

離乳食教室

【2回食への進め方】

時11月15日(木) 午後2時45
分～4時15分 対おむね6～
7か月児の保護者 定15人(申
込順)

【3回食への進め方】

時11月8日(木) 午後1時30
分～3時30分 対おむね8～
11か月児の保護者 定18人(申
込順)

◆共通◆

所保健センター内管理栄養
士・歯科衛生士による講義、

試食など 他母子同室です 申10
月1日から、電話で健康課へ

むし歯予防教室

時11月1日～22日の毎週木曜
日午前9時から(受け付けは
9時15分まで) 所保健センタ
ー内歯磨き練習、栄養講話な
ど ※むし歯予防教室受講後、
希望者は引き続き歯科健診も
受けることができます(終了
は11時30分ごろ) 対平成28年
4月生まれ(2歳6か月)～
29年10月生まれ(1歳)の子
ども ※転入等で対象年齢を過
ぎている場合は、ご相談くだ
さい 定各日12人(申込順) 申10
月1日から、電話で健康課へ

愛の献血

時10月17日(水) 午前9時30
分～11時30分、午後1時～4

健康メモ

心房細動とはどんな病気？

脈が乱れる不整脈には、
全く害のないものから、放
置すれば命の危険なものま
であります。不整脈の中で
最も多いのが心房細動で、
これ自体はすぐに命に係わ
る危険なものではありません
が、二つの問題を起こし
ます。

心房細動では心臓に血栓
(血液が固まったもの)が
できやすく、この血栓が流
れて他の臓器の血管に詰ま
って血栓症を起こします。
代表的なものが脳血栓で、
脳梗塞の3分の1は心房細

時 所市役所本庁舎駐車場 対16
～64歳の方 ※60～64歳に献血
経験のある方は、69歳まで献
血することができます 実施
団体 東京都赤十字血液センタ
ー 健康課

東京都・子供の健康相談室
受付時間 ▽平日 午後6時～
11時 ▽休日(土曜・日曜・祝
日) 午前9時～午後11時
☎#8000011(フッシュュ回線
の固定電話、携帯電話
☎03-52685180898)

24時間テレホンサービス
▽東京消防庁救急相談センター
☎#7119(フッシュュ回線
の固定電話、携帯電話
☎042-521-26626)
▽東京都保健医療情報センタ
ー(医療機関案内のみ)
☎03-52672103303
聴覚障害者向け専用 FAX 03-5
2665180800

動からの血栓が原因です。
脳血栓では、手足の運動が
不自由となり、寝たきり、
認知症などの原因となりま
す。最近、心房細動での血
栓症を予防する薬が開発さ
れています。

心房細動は数分から1～
2時間の短い発作で始ま
り、発作が起きると動悸や
息切れを感じますが、短時
間で発作が治まるため放置
されがちです。次第に発作
の回数が増え、時間も長く
なりますが、また薬や新し
い治療法が有効です。しか
し、この時期を過ぎると動
悸や脈の乱れを感じなくな
り、患者さんは「不整脈は
治った」と勘違いしがちで
すが、実際は心房細動が慢

性になったのです。慢性心
房細動が長く続くと少し歩
くだけで疲れやすく、息切
れなどが出る心不全となり
ます。心不全では薬により
症状をある程度抑えること
はできますが完全に治すこ
とはできず、厄介な病気で
す。何度も気づいていた頻
脈・脈の乱れや動悸発作を
感じなくなったらむしろ要
注意です。

心房細動は心筋梗塞や弁
膜症などの心臓病、高血
圧、糖尿病、肥満、喫煙、大
量の飲酒などが原因となり
ますので、これらの病気の
治療や禁煙・お酒の飲みす
ぎなどに注意しましょう。

小金井市医師会
平岡 昌和

情報ア・ラ・カルト

このコーナーでは、市民グループなどの催し物等を紹介し、事業の実施内容に市および教育委員会は携わっていませんので、ご不明な点は、主催者にお問い合わせください。

(掲載内容についての責任は主催者側に負っていただきます)

後援事業

掲載を希望する団体は、後援申請を行った担当課に記載方法・締切日などを確認してください。

催し・講座

- クラフトワーク-稲わらでつくる一輪挿し 時10月の毎週木曜日午前10時～午後3時 所環境楽習館 ¥400円(材料費等) 申当日直接会場へ。4人以上の参加は事前に電話でNPOこがねい環境ネットワーク・瀧本(☎070-6981-9337)へ
- 中高年を元気にする健康体操無料体験教室 時所総合体育館=10月5日、12日、11月9日、栗山公園健康運動センター=10月19日、11月2日いずれも金曜日午後1時～3時 内ストレッチや有酸素運動、筋トレ 申電話で、パワーアップ健康体操クラブ・村越(☎0422-31-1271)へ
- 野川の秋を楽しむ 時10月6日(土)午前10時～正午 所第一調節池と第二調節池の間(都立武蔵野公園内)集合 内野菊や秋のちょう等を観察 講田中肇さん(植物研究家) 定30人(当日先着順) ¥無料 内野川ほたる村・上原(☎042-382-6420)
- はけのおいしい朝市in小金井神社 時10月7日(日)午前9時～午後4時 所小金井神社(中町4丁目) 内毎月第1日曜日に市内各所で開催している朝市。通常より規模を拡大して開催。食品、物販、ワークショップ等 内同朝市組合・横須賀(☎090-1776-0874)HPhttp://hakeichi.exblog.jp)
- 職人の感謝デー 時10月7日(日)午前10時～午後2時30分(荒天中止) 所JR武蔵小金井駅南口コミュニティ広場(フェスティバルコート) 内住まいに関する何でも無料相談、包丁研ぎ、巣箱・はしづくり等の木工教室 ¥無料 申当日直接会場へ 内北多摩建設産業労働組合・斎藤(☎090-4942-1352)
- 小金井雑学大学 時所内10月7日(日)=松下幸之助に学ぶ人間としての成功、前原暫定集会施設。21日(日)=まなびは最高のレジャーだ、市民会館・萌え木ホールA会議室。いずれも午後2時～4時 ¥100円(資料代) 申当日直接会場へ 内岡田中(☎080-5645-1477)
- 第11回ムサコフリーマーケット 時10月8日(祝)午前9時30分～午後3時(雨天中止) 所むさし小金井自動車教習所(緑町1-3-26) 内約120店が大集合。地元グルメ店も多数出店します 内同教習所(☎042-381-3321)HPhttp://www.musako.co.jp/)
- 子育て支援と多世代交流サロン-日替わり薬膳スープ 時10月9日～30日の火曜日午前11時から 所桜町市

- 民いこいの家 対小学生以下の親子、子育て支援者 定10組(申込順) ¥各日300円(未就学児無料) 申10月1日から、電話またはEメールでみんなの家・杉井(☎042-313-9344)koga nei.minna.no.ie@gmail.com)へ
- 精神保健福祉講演会-障害者の就労をより進めるために 時10月11日(木)午後1時30分～4時 所前原暫定集会施設 講屋富相ひかるさん(障害者職業カウンセラー) 定45人(当日先着順) 内精神障害者家族会あじさい会・森田(☎042-388-3729)
- 秋の小金井公園自然観察会 時所10月13日(土)午前9時同公園内江戸東京たてもの園前集合～正午同園解散(雨天中止) 内秋の実とどんぐりについて解説します ¥無料(入園料は自己負担) 持あればルーペ 申当日直接集合場所へ 内小金井自然観察会・小林(☎042-386-3658)
- 2018桜町聖ヨハネ祭 時10月14日(日)午前10時30分～午後2時30分 所桜町病院周辺 内バザー、模擬店、ミニ講座、医療相談、ミニ鉄道、徘徊高齢者探索アプリ体験等、東日本大震災復興支援イベント 他駐車場なし 内同実行委員会(☎042-384-4403)
- 外国人のための無料専門家相談会 時10月14日(日)正午～午後3時 所国分寺労政会館(JR国分寺駅南口徒歩5分) 内ビザ、教育、結婚、離婚等、通訳を介しての相談。秘密厳守 申当日直接会場へ 内国分寺市国際協会・二宮(☎090-3045-3661)
- まちのカルチャーカフェ-魚から紐解く人間社会はどう見えますか? 時10月19日(金)午後7時～9時 所東京学芸大学図書館カフェ 講橋村修さん(東京学芸大学准教授) 定20人 ¥1,500円、学生500円 申電話またはEメールで同大こども未来研究所・藤井(☎090-4724-4129)machica fe.net2018@gmail.com)へ
- 東京多摩いのちの電話活動支援チャリティー「N響メンバーによる弦楽四重奏コンサート」 時10月21日(日)午後2時開演 所小金井 宮地楽器ホール大ホール ¥2,500円(全指定席) 申電話で東京多摩いのちの電話後援活動の会(☎042-328-3368=月曜～金曜日午前10時～午後5時)HPhttp://nokai.main.jp)へ
- 中高年のはじめてピアノサークル体験 時10月23日(火)午前11時～午後1時 所小金井 宮地楽器ホール練習室1 講森田有紀子さん(音楽講師) 対50歳以上のピアノ初心者の方 定4人(申込順) ¥1,000円 申はじめ

- てピアノの会(☎042-316-4250)へ
- 映画「お母さんに返しといて」完成披露試写会 時10月23日(火)午後7時から 所小金井 宮地楽器ホール小ホール 内はけを舞台にした短編映画を上映等 定50人(多数抽選) ¥無料 申10月15日までに、電話またはホームページでこがねいロケよび隊・田村(☎090-8744-9200)HPhttp://koganeilocation.jimdo.com)へ
- 東京代協一般向け公開講座-首都直下(多摩直下)地震への備えは大丈夫ですか? 時10月25日(木)午後2時～4時 所小金井 宮地楽器ホール小ホール 定100人 ¥無料 申電話またはEメールで(一社)東京損害保険代理業協会(☎03-3253-8291)jimukyoku@tokyodaikyo.or.jp)へ
- レクリエーションダンスのつどい 時10月29日(月)午前10時～午後3時 所小金井 宮地楽器ホール小ホール 対おおむね50歳以上の方 申10月15日(消印有効)までに、往復はがきに住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、悠友クラブ連合会(〒184-0004本町5-36-17)☎042-301-6363)へ
- 家事力アップと家計レッスン 時10月30日(火)午前10時～正午 所前原暫定集会施設 定30人(申込順) ¥400円(資料代) 他保育あり(10人。100円=軽食代。要事前申込) 申10月1日から、電話またはファクスで多摩友の会小金井・府中方面・吉村(☎042-381-3923)へ

スポーツ

- サッカー体験練習会 時10月8日(祝)①午前9時30分～11時②午前11時30分～午後1時 所上水公園運動施設グラウンド 対①小学校1～5年生②小学校6年生～中学校1年生 定各回20人 申10月7日までにEメールでFCアンビション(☎042-388-9254)info@fc-ambicion.com)へ
- 気流道護身術教室 時10月13日(土)、20日(土)午後7時～8時15分 所本町小学校体育館 対市内在住・在勤・在学の方 ¥無料 定各月10人(申込順) 申10月1日～開催日に、電話で市気流動連盟・宮田(☎080-5013-6723)へ
- 第55回ゲートボール初心者教室 時10月15日(月)～17日(水)午前9時～正午 所上水公園運動施設グラウンド 対市内在住・在勤・在学の初心者の方 定15人(申込順) ¥無料 他運動靴で。用具は貸与 申10月8日～14日に、市ゲートボール協会・鶴沢(☎070-5028-7452)へ
- なかよし市民まつりゲートボールファミリー教室 時10月20日(土)、21日(日)午後1時～3時 所都立小

- 金井公園ゲートボール場(ドッグラン横) 対市内在住・在勤・在学の方 定300人(当日先着順) ¥無料 他運動靴で。用具は貸与 内市ゲートボール協会・鶴沢(☎070-5028-7452)
- 歩きませんか国史跡武蔵府中熊野神社古墳へ 時所10月21日(日)荒天中止①午前7時30分JR東小金井駅南口②8時15分市役所本庁舎③8時30分貫井神社集合～正午ごろJR西府駅解散(距離約8.1km) ¥無料 申当日直接各集合場所へ 内市ウォーキング協会・浜園(☎042-381-2200)
- 平成30年度シニアラジオ体操 時10月26日(金)午前10時～11時30分(9時40分受付開始) 所小金井 宮地楽器ホール小ホール 講多胡肇さん(ラジオ体操指導者) 対市内在住・在勤の60歳以上の方 定60人 ¥無料 申電話またはファクスで市ラジオ体操会連盟・須田(☎FAX=042-478-1375)へ
- 海五目釣り大会 時所10月28日(日)①午前4時栗山公園入口②4時15分市役所第二庁舎前集合(バス使用)～千葉大貫港周辺 定25人(申込順) ¥男性4,000円、女性3,000円、中学生以下2,000円(えさ代含む) 申10月1日～21日に、電話で市釣友会連盟・渡辺(☎042-301-6051)へ
- サッカーリーグ戦 時11月3日～平成31年3月31日の日曜・祝日 所上水公園グラウンドほか 対16歳以上の男子チーム ¥13,000円(別途協会登録費) 申10月15日(必着)までに、はがきで、代表者の住所・氏名・電話番号を市サッカー協会・加藤(〒182-0033調布市富士見町2-6-2-111)☎090-8855-3381=夜間)へ
- 初心者・シニアバドミントン教室 時11月6日～27日の間の6日間、午前9時～正午 所総合体育館 対市内在住・在勤の方 定40人(申込順) ¥3,000円(60歳以上無料) 申10月24日までにファクスで住所・氏名・年齢・電話番号を体育協会バド係(FAX 042-384-4003)へ 内市バドミントン連盟・佐々木(☎090-4024-1759)
- 家庭婦人バレーボール大会 時11月18日(日)午前9時～午後6時 所総合体育館 対家庭婦人 ¥1チーム4,500円 申10月15日までに、電話で市バレーボール連盟・小尾(☎090-6956-6329)へ
- 第4回小金井市オープンミックスダブルス卓球大会 時12月2日(日)午前9時から 所総合体育館 内年齢別ミックスダブルス 定150組(申込順) ¥1組2,000円 他ゼッケン着用 申10月2日～11月7日に、電話またはファクスで市卓球連盟・小島(☎FAX=0422-88-7213)へ

Event

学び・暮らし

空き家対策講座

「どうする？我が家」

時10月18日(木)午前10時
正午前原暫定集会施設

今から始める相続対策Ⅱ東京
都行政書士会▽老後の「わが
家」の活用方法Ⅱ(一社)相続
ファシリテーター協会▽空き
家や空き家になる可能性の家
をお持ちの方定50人(当日先
着順) 問まちづくり推進課住
宅係(☎042-387-9006)へ

多摩3市男女共同参画推進 共同研究会講演会

「楽しく生きるための、 仕事との付き合い方」

これまで「働き方」という
テーマに取り組んできた講師
をお招きし、人それぞれの働
き方についてお話しします。
時10月27日(土)午後2時

第527回市民映画会

「ラ・ラ・ランド」

2016年
デミアン・チャゼル監督
128分

何度もオーディションに落ちて、意気消沈
していた女優志望の卵は、ピアノの音色に導
かれるようにジャズバーに入り、そこでピア
ニストに出会う。

二人の恋のてんまつを華麗な音楽とダンス
で表現するラブストーリーです。

時10月20日(土)午前10時30分から、午後3
時30分から(いずれも30分前開場)

所公民館貫井北分館

定各回70人(当日先着順)

問公民館本館(☎042-383-1184)

4時(1時30分開場) 所前原
暫定集会施設 常規見陽平さん
(千葉商科大学専任講師) 定
50人(申込順) 他▽保育あり
(1歳以上の未就学児。6
人。要事前申込)▽手話通訳
あり 申10月3日(土)19日に、電
話またはファクスで氏名(ふ
りがな)・連絡先を企画政策
課男女共同参画室(☎042-387
-9853 FAX042-387-1122
4)へ



まちなか観光案内 玉川上水と江戸の歴史を めぐろう！

■集散時間・場所10月27日
(土)午前10時小金井 宮地薬
器ホール正面玄関集合(正午
都立小金井公園解散(小雨決
行) ■コース遊歩道北2号、
山王稲穂神社、山王窪の築
樋、島崎水車、玉川上水、SL

展示場定20人(申込順) 定大人
100円、中学生以下50円 申10月
1日(土)22日に、電話で観光ま
ちおこし協会(☎042-316-13
9800 HP http://www.kogan
ai-kanko.jp)へ

リサイクルバザーと おもちゃの病院

(10月〜平成31年3月)

毎月第3木曜日午前10時
正午 所上之原会館 持マイバツ
グ、小銭他▽車での来場はご
遠慮ください▽3月は消費者
ルームまつりで開催

■リサイクルバザー
内家庭で不要となった品物の
販売(出店受け付けは午前9
時30分開始) ■出店者市内在
住の方(業者不可) 定1区画
200円(1・5坪×0・45坪)

■取扱品目持参できる物(一
般雑貨、電気製品、衣類等)
※びん・缶詰以外の食品、手
作り品、合成洗剤、フロンガ
ス使用製品、医薬品、動植物
等は出品不可 他つり銭や植札
等は、出店者が用意してくだ
さい

【おもちゃの病院】

◆診察料1件100円(材料費は
実費)
——◇共通◇——
問経済課消費生活係(☎042-
387-6001)

清里山荘バスツアー 秋を満喫旅とリンゴ狩り

時11月7日(水)午前7時30分
〜8日(木)午後5時30分ごろ
市内在住・在勤・在学の方
11万5千円、その他の方
1万7千円▽団体申込み受け
付けます 申10月20日までに、
電話で参加者全員の氏名・生
年月日・年齢・代表者の住
所・電話番号を清里山荘申込
専用ダイヤル(☎0120-
484-047)へ 問清里山荘(☎0
551-48-4649)

図書館東分室

「プリオバトルinひがし」
5分間でお薦めの本を紹介
する書評ゲームです。
時10月13日(土)午後2時
4時 ■テーマよみもの・しょ
うせつ・ものがたり 対小学生
以上 定発表者8人(申込
順)、観覧者30人(当日先着

食器リユース 陶磁器食器を回収します

家庭で使われていない陶磁器(瀬戸物)食
器を、ごみ減量を目的として回収し、リユース
食器として販売します。

時10月18日からの毎月第3木曜日午前10時
正午※18日は回収のみ

所上之原会館

■回収できない食器陶磁器ではないもの、ひ
び割れや汚れがあるもの、花瓶、土鍋など
他▷食器を入れてきた袋、ダンボール箱等は
お持ち帰りください▷食器の状態により回収
できない場合があります

問経済課消費生活係(☎042-387-9831)

成人学校 篆刻入門
時10月24日〜11月14日の毎週
水曜日午後2時〜4時(全4
回) 所公民館本館 篆刻印を
作成して篆刻の魅力に触れる
講師 木俊光さん(篆刻愛好
家) 対市内在住・在勤・在学
の方定20人(申込順) 定500円

市民がくる自主講座
「ポリパン®で家族も地域も
HAPPYに！」
時11月2日、16日、30日、12
月7日いずれも金曜日午前10
時〜午後0時30分 所公民館緑
分館 内ポリ袋やフライパンを
使った簡単なパンやお菓子づ
くり等講師 梶晶子さん(パン教
室主宰) 対市内在住・在勤・
在学の方定各回20人(申込
順) 定各回500円(材料費)
他保育あり(要事前申込) 申
10月2日から、電話またはE
メールで亀山(☎080-960
1-0421 mogumogu-
184)



問公民館本館(☎042-383-1
184)

第32回こがねいパレット フィンランド流 自分らしく生きるヒント

暮らし方、働き方、子育て

こがねいパレットは、男
女共同参画推進事業の一環
として、毎年、公募市民の
実行委員の企画・運営によ
り開催しています。
今年は、フィンランド出
身の講師に自身の経験から
日本との暮らし方、働き
方、子育ての違いなどにつ
いてお話しします。

当日は、こがねいパレ
ットに賛同する市民団体の展
示コーナーもあります。
時11月11日(日)午後1時30
分〜3時45分(1時開場)
所市民会館・萌え木ホール
講師 根シルクさん(東京

きたまちキッチン パティシエの お菓子教室



時11月10日(土) 11時～12時
ツデコレーションケーキ、
11日(日) 11時～12時
味しいーボンボンショコ
ラ、いずれも午前10時～正
午所公民館貫井北分館 水野
智樹さん(シエフパティシ
エ) 対市内在住・在勤・在学
の小学生(25歳くらい)までの
方定各回16人(申込順) 各
回500円(材料費) 申10月3日
から、電話または直接、公民
館貫井北分館(☎042-386-3
401)へ

認知症カフェぬくいきた (10月・12月)

時毎月第1月曜日、第3木曜
日午前10時30分～午後2時
公民館貫井北分館内 介護のお
悩み相談、おしゃべり、囲碁、

将棋、手芸、昔あそびなど) 100円(お茶代) 申当日直接会
場へ 公民館貫井北分館(☎
042-386-3401)

スポーツ

土曜スポーツクラブ

時10月～平成31年3月(11月
は除く)の土曜日午前9時30
分～11時30分(10月6日、12
月15日、29日、平成31年1月
12日、26日、2月2日、16日、
23日、3月2日、23日を除く)
所総合体育館大体育室内 10月
11日(祝) 申10月3日
テニス、1月11日卓球、2月11
日ドッチビー、3月11日バドミ
ントン 講体育協会スポーツ指導
員、スポーツ推進委員 対小・
中学生 対室内シューズ、タオ
ル他運動のできる服装で。用
具は会場にあります 申当日直
接会場へ 生涯学習課スポー
ツ振興係(☎042-386-246
2)

FC東京20周年記念写真展を開催

第7回

クラブ創設20周年を記念
した写真展が小金井市でも
開催されます。FC東京の
歴史と今を写真でお楽しみ
ください。

シーズン関連グッズ展示等
生涯学習課スポーツ振興
係(☎042-386-2462)



第4回写真展の様子

時10月12日(金)～14日
(日) 午前9時～午後10時
(12日は午後1時から、14
日は午後7時まで)
所小金井 宮地楽器ホール
マルチパーパススペース
内2016～2018シーズンのプ
レー写真パネル展示、2018

体育の日 スポーツイベント

「やってみようパラスポーツ」
スポーツフェスティバル

年齢やスポーツ経験、障が
いの有無に関わらず、だれで
も手軽に身体を動かす楽しめ
るゲームを行います(下
表)。シッティングバレーと
ボッチャはパラリンピック正
式種目です。

時10月8日(祝) 所総合体育館
申当日直接会場へ 公民館貫
井北分館(☎042-386-24
62)

施設無料開放

時10月8日(祝)
総合体育館▽大体育室、小
体育室(卓球台8台) 11時
3時～9時▽トレーニング
室、温水プール 11時～9時
午後9時

栗山公園健康運動センター

▽グリーンフィットネスルーム
(体力測定室) 11時～10時
▽11時30分▽グリーンフィ
ットネスルーム(卓球台3台)
11時～午後9時▽温水プー

2020東京オリンピック パラリンピック推進事業 君の走りが進化します

時10月27日(土) 午後1時
～2時50分
所総合体育館
内野川駅伝大会に向けて、
五輪元陸上選手の講演と実
技指導
講伊藤友広さん(アテネ五
輪・陸上リレー競技日本代
表)

ル、トレーニング 11時～午前9時
午後9時
他▽ご利用は2時間以内です
(卓球台は1時間以内)▽利
用者多数の場合は入場を制限
することがあります 申当日直
接会場へ 生涯学習課スポ
ーツ振興係(☎042-386-24
62)

| 種目 | 時間 | 内容 | その他 |
|-----------|-----------------------------|------------------------------|----------------------|
| シッティングバレー | 9:00～12:15 (受付終了11:45) | 柔らかいボールで床に座ったままバレーボールのゲームを行う | 総合体育館用シューズ |
| ストラックアウト | | ボールで得点板を抜き、抜いた板の枚数を競う | |
| 輪投げ | | 得点板の棒に入った輪の数と棒の点数で得点を競う | |
| ボッチャ | | 弾まないボールを使うカーリングに似たゲーム | - |
| スポーツチャンバラ | ▷9:40～10:40 ▷11:00～12:00 | 日本古来の武道を取り入れた現代のチャンバラ | 対小学生以上 定各回40人(当日先着順) |

対市内在住・在学の小学校
2～6年生
定100人(多数抽選)
申10月15日(必着)までに、
往復はがきまたはEメール
で、住所・氏名・学校・学
年・性別・保護者氏名・緊
急連絡先を明記し、NPO
法人黄金井倶楽部「オリ・
パラ係」〒184-0005 桜
町2-2-31上水公園運動
施設管理棟内 ☎042-406-2
2000 〓 npo.koganei-clu
b@com.home.ne.jp)へ

総合体育館健康フェスタ2018 同時開催 オリンピアンによる水泳教室

健康をテーマに、スポーツ・医
療・食で構成する機関がさまざ
まなイベントを開催します。

時11月3日(祝) 午前9時30分～
午後7時 所総合体育館 講体育館用
シューズ(アクアジム利用者は水

着・水泳用帽子・タオル) 他プー
ルの一般利用はありません 申当日
直接会場へ 内容については総合
体育館(☎042-386-2120)、事業
全般については生涯学習課スポー
ツ振興係(☎042-386-2462)

| イベント名 | 時間 | 対象 | 指導・協力 |
|---------------|---------------------|--------------|----------|
| ① JA野菜販売会 | 9:30から ※無くなり次第終了 | - | JA東京むさし |
| ② 親子で歯の勉強 | 13:00から | 未就学児と保護者 | 小金井歯科医師会 |
| ③ 歯と健康 | 13:40から | 小学校1～3年生と保護者 | 小金井市医師会 |
| ④ スポーツで免疫力向上 | 14:20から | 未就学児と保護者 | 小金井市医師会 |
| ⑤ スポーツと健康 | 15:00から | 小学校1～3年生と保護者 | FC東京 |
| ⑥ 野菜と健康 | 15:40から | 小学校4年生～18歳未満 | |
| ⑦ 野菜の効果的な摂取方法 | 16:20から | 18歳以上 | |

※②～⑦の参加者には、プールで開催するアクアジムへの参加整理券を配布
※上記のイベント以外にもボッチャ体験等の各種スポーツ体験を行います

オリンピックの指導が直接受けられる水泳教室と
トークショーを開催します。

時11月3日(祝) ①午前10時～11時10分(9時15分
受付開始) ②午前11時40分～午後1時(10時40分受
付開始)

所総合体育館 プール

対①小学校5～6年生②中学生。いずれも25m以上
泳げる方

定各50人(申込順)

講金田和也さん(ロンドン五輪日本代表、市観光大
使)、金藤理絵さん(リオ五輪金メダリスト)

申10月2日正午から、小金井スポナビ申込フォーム
(http://www.koganei-sponavi.net/) で

問生涯学習課スポーツ振興(☎042-386-2462)



金田和也さん



金藤理絵さん

..... 広告掲載等のお問い合わせは、(株)ホープ(広告代理店) ☎092-716-1401へ

広告枠

リフォームを検討されている方は必見です!!
どこに頼めば良いのか分からない。既にもらっている見積書が妥当なのか分からない。
そんな時は「**リショップナビ**」を是非ご利用ください!
安くて信頼できるリフォーム会社を複数社ご紹介致します!

累計ご利用者数 **400万人突破!!**

まずはお電話で無料相談♪
専任のアドバイザーがお答えします!
☎0037-6001-61272
【受付時間】朝10時～夜21時(土日祝は19時)

運営会社:株式会社アイランドシーグループ
東京都港区新橋1-18-16 日本生命新橋ビル5F

リショップナビ

クリスマス☆ゴスペル2018
今年もゴスペルで想いでのクリスマスを!!
グローリー・ゴスペル・シンガーズ

予定曲
♪アメイジング・グレイス
♪ジョイフル・ジョイフル
♪きよしこの夜 他

12月15日(土)14:00 たましんRISURUホール(立川市市民会館)
料金:全席指定 6,800円
※小学生料金(3,000円)有り。ティートicketセンターのみの取扱い。※未就学児入場不可

たましんRISURUホール(9時～20時 第3月曜日・休) | ティートicketセンター(平日10時～18時)
042-526-1311 | https://risuru.hall-info.jp/ | 03-6379-3144 | www.tate.jp

好評発売中

第46回

小金井

なかよし市民まつり



市民の皆さんの手作りによる秋の祭典「第46回小金井なかよし市民まつり」では、10月20日（土）、21日（日）の都立小金井公園のイベントのほか、期間中は小金井 宮地楽器ホールや上水公園運動施設グラウンドなど市内各地の会場で、趣向を凝らしたさまざまな催しを行います。（プログラムは予告なく変更する場合があります。雨天時の開催等については、お問い合わせください）

また、市内在住・在勤・在学の方は10月20日（土）、21日（日）の江戸東京たてもの園（都立小金井公園内）の入園料が無料になります。在住・在勤・在学であることを確認できるものをお持ちください。ぜひこの機会に市指定文化財をはじめとする貴重な歴史的建造物をご覧ください。なお、各会場で、ごみ減量・リサイクルを推進しています。皆さんのご理解・ご協力をお願いします。

■期間 10月28日（日）まで

問 小金井なかよし市民まつり実行委員会事務局（商工会内 ☎042-381-8765）



なかよし市民まつりと同時開催

パラリンピック競技 体験イベント

時 10月20日（土）、21日（日）午前10時から
所 都立小金井公園内

内 パラ陸上競技（車いす）、パラパワーリフティング、義足による歩行・走行の体験イベント

申 当日直接会場へ

問 生涯学習課スポーツ振興係（☎042-386-2462）



都立小金井公園会場の催し 10月20日（土）・21日（日）

江戸東京たてもの園前 中央ステージ

20日（土）

- 開会式 10：00から
- 歌唱 市歌の披露 10：30から
- 戦隊ショー 11：00から
- 戦隊ショー握手会 11：30から
- 盆踊り太鼓＝一心会 12：00から
- 合唱グループ＝マスカレードシンガーズ 12：30から
- 昭和歌謡＝セクシーボーイズ 13：00から
- ホルンアンサンブル演奏＝アンサンブル小金井 13：30から
- 戦隊ショー 14：00から
- 戦隊ショー握手会 14：30から
- キッズダンス＝OTO☆DANCE LABO 15：00から
- 伝承芸能＝貫井囃子保存会 15：30から

21日（日）

- 歌・演奏（アコースティックギター）＝Julan 10：00から
- フラダンス＝プア レファ 10：30から
- 子ども劇場＝ひまわり会、くりの実文庫、小金井手話サークル 11：00から
- 歌謡曲（演歌系）＝川田アニー 12：00から
- 太鼓・ダンス（西アフリカ）＝タナ

マテレ 12：30から

- 伝承芸能＝小金井囃子保存会 13：00から
- ジャズ＝小金井ピースジャズオーケストラ 13：30から
- 小金井三宅島友好式典 14：00から
- 三宅島芸能＝神着郷土芸能保存会 14：30から
- 吹奏楽＝亜細亜大学 吹奏楽団 15：00から
- 閉会式 16：00から

いこいの広場

20日（土）10：00～16：00

- リサイクルバザー



20日（土）・21日（日）10：00～17：00

- 親子プレイランド「みんなでなかよく遊ぼう！！」
謎解きこびと探し、FC東京（キックターゲット・21日のみ）、ちゃんばら・しっぽとり、昔遊び

おたのしみコーナー

20日（土）・21日（日）10：00～17：00

- ちびっこコーナー 金魚すくい、も

のづくりコーナー

- 販売・飲食・味自慢 焼きそば、お好み焼き、たこ焼き、チヂミ、おもちや、子ども服など
- 夜明け市場 東日本大震災被災地の特産品の販売
- 相談コーナー 防犯、防災、電波、食品、肝臓病、年金、相続、遺言について
- バザー 古着、家庭用品、雑貨など
- 農産物販売 植木苗木市、花木、野菜、果物
- 山梨、北上、長野などの物産 ワイン、海産物、おやきなど
- クイズ、ゲーム、体力測定、献血、パネル展示

第16回クラシックカー フェスティバル in 小金井

21日（日）10：00～16：00

所 宿根草園付近



薬物乱用防止啓発イベント

みんなで守ろう子ども達 STOP！
薬物 ほくらが伝える ダメ。ゼツタイ。

21日（日）13：00～15：00（雨天中止）

中学生ボランティアによる薬物乱用防止啓発イベント

問 健康課（☎042-321-1240）

ごみ減量キャンペーン

ごみ減量の主役はあなたです

20日（土）・21日（日）10：00～16：00

ごみに関するパネルの展示や食品リサイクル堆肥の無料配布等

問 ごみ対策課（☎042-387-9835）

愛の献血

20日（土）・21日（日）10：00～12：00、13：30～16：00（雨天中止）

対 16～64歳（60～64歳までの間に献血経験のある方は、69歳まで献血可能）

会場内にごみ箱を 設置しません

ごみは購入した店に渡すか、持ち帰りください

**ごみ減量に
ご協力ください**

都立小金井公園会場以外の催し

小金井 宮地楽器ホール シニアフェスタ＝10月10日（水）9：45～16：00

上水公園運動施設グラウンド ゲートボール大会＝10月10日（水）9：00から

上之原会館・上之原公園 消費生活展・地元で満足！お買物コミュニケーション＝10月27日（土）10：00～16：00

子ども部門地区行事

市内6地区で楽しい催しをいっぱい行います。誘い合って、みんなで来てね。

東部地区 ストリートパフォーマンスを楽しもう＝10月8日（祝）12：30～13：30、東小学校校庭（雨天＝同校体育館）

西部地区 ファミリースポーツフェスタ＝10月6日（土）12：30～15：30、本町小学校校庭（雨天＝同

校体育館）

南部地区 子どもえん日＝10月13日（土）11：00～14：00、貫井南児童館

北部地区 みんなでやろう！！子どもえんにち＝10月28日（日）11：30～13：30、緑センター

中部地区 子どもえん日＝10月8日（祝）11：00～14：30、中町天神前集会所

中央地区 つくってあそぼう子ども縁日＝10月6日（土）11：00～13：30、本町児童館・上之原公園

総合防災訓練



10月14日(日)
午前9時～11時45分
東小中学校で

市では、10月14日(日)に、総合防災訓練を東小中学校で実施します。(雨天の場合は規模を縮小し決定。警報等が発令された場合は中止)

この訓練は、市内外の関係防災機関や市民が一体となって、「自分たちのまちは、自分たちで守る」という地域ぐるみの防災対策を実施し、防災行動力の向上を図ることを目的としています。

家庭での訓練

午前9時の防災行政無線を合図に、シイクアウトへの参加や、水の汲み置き、食料や医薬品等の備蓄、非常時の連絡手段・集会所など、日常の防災対策について家族で話し合いをしてください。

会場での訓練

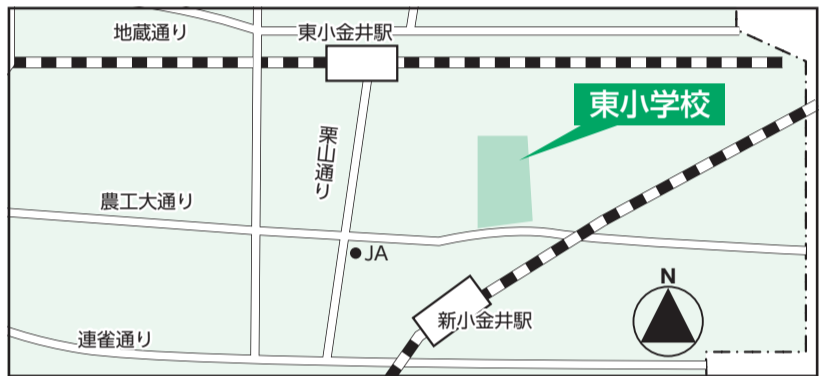
午前9時の防災行政無線を合図に、地域で定められた一時集合場所(いっさん)に集まった方は東小中学校への避難訓練を実施

| 時間 | 内容 |
|-------|--|
| 9:00 | 各家庭 防災行政無線等を合図に行動開始 ▷防災対策について話し合い ▷シイクアウト |
| 9:10 | 地域の方 一時集合場所 各自で避難訓練 ↓ 避難訓練 |
| 9:30 | 体験訓練 ▷初期消火訓練(水消火器等) ▷救出救助訓練(救助器具取扱) ▷煙体験訓練 ▷応急救護訓練(AED・包帯法取扱)など ▷マンホールトイレ設置訓練 ※防災スタンプラリー実施(景品あり) |
| 11:10 | 消防活動実動訓練 |
| 11:45 | 終了 |

いざというとき、被害を最小限に防ぐためには、ふだんから災害に対する心構えと、家庭での防災対策を怠らないようにすることが大切です。

訓練開始は、市内58か所の防災行政無線(屋外放送無線)等でお知らせしますので、この機会に、ぜひご参加ください。

☎地域安全課防災消防係(☎042-387-9807)



シイクアウトとは



訓練会場での防災訓練とは異なり、それぞれの場所でそれぞれの人が一斉に「まず低く、頭を守り、動かない」等の安全確保行動を行う防災訓練です。地震が起きたときは、まず身の安全を守ることが大切です。いざというときのため、この機会にご参加ください。

防災行政無線の放送内容の確認はメールやツイッターでも確認できます

防災行政無線の放送内容は、自動音声応答サービス(☎042-387-9900)で確認することができます。

また、こがねい安全・安心メールおよび市のツイッター(<https://twitter.com/koganeitokyo>)でも放送内容を配信します。(内容により、一部を改変または配信しない場合があります)

今回の訓練開始(中止)のお知らせも配信しますので、ぜひ活用ください。

【いざという安全・安心メールの登録方法】

登録用メールアドレス(oo@reg.jp)に空メールを送信し、返信されるメール本文中の登録用URLにアクセスして登録手続きを行ってください。

なお、同メールでは、防犯関連情報や生活の安全に関する情報等も配信されます。

訓練実施機関等

- 小金井市消防団
- 小金井市警察署
- 小金井市立川給水管理事務所
- 陸上自衛隊武蔵野支隊
- 東京電力パワーグリッド(株)武蔵野支社
- 東京ガス(株)多摩支店
- NTT東日本東京武蔵野支店
- NPO法人クライシスマップスジャパン
- 小金井市医師会
- 小金井市歯科医師会
- 小金井市薬剤師会
- 小金井市社会福祉協議会
- 小金井市消防士会
- 小金井市消防団
- 小金井市市民生活委員児童委員協議会
- 小金井市障害者福祉センター
- 小金井市介護事業者連絡会
- 小金井市自治会(市南東部地域)等

| 休日診療 | 休日歯科診療 | 薬局 |
|---|---|---|
| <p>受付時間：午前9時～正午、午後1時～5時 準夜→午後5時30分～9時 ※ 電話で確認のうえ、受診してください。</p> <p>●印は病医院所在地 ○内は診療科目</p> | <p>この休日診療は、小金井市医師会、小金井市歯科医師会、小金井市薬剤師会の協力で行っています。</p> <p>〈準夜〉診療は、午後6時から</p> | <p>午前9時～正午 午後1時～5時</p> <p>薬を処方された場合は、各医療機関受付にお問い合わせください。</p> |
| <p>10月7日(日)</p> <p>待山医院 緑町2-17-10 ☎042-384-5421</p> <p>石川クリニック 中町2-1-35 マ・メゾン21-1F ☎042-386-3386</p> <p>秋里胃腸科 買井南町5-21-37 ☎042-385-2322</p> <p>武蔵野中央病院 東町1-44-26 ☎0422-31-1231</p> | <p>石川クリニック 中町2-1-35 マ・メゾン21-1F ☎042-386-3386</p> <p>武蔵野中央病院 東町1-44-26 ☎0422-31-1231</p> | <p>田島歯科医院 買井南町2-7-12 リジェイル小金井1F ☎042-387-4118</p> <p>薬樹薬局東小金井 東町5-27-12 ☎042-386-5580</p> <p>ココカラファイン薬局小金井店 本町1-8-14 ☎042-386-2580</p> |
| <p>10月8日(月・祝)</p> <p>中野ウメンズクリニック 緑町1-4-33 ☎042-384-3332</p> <p>竹田内科クリニック 買井南町5-20-13 ☎042-381-6627</p> <p>小金井太陽病院 本町1-9-17 ☎042-383-5511</p> <p>梶尾眼科 前原町3-35-18 ☎042-384-2189</p> <p>小金井太陽病院 本町1-9-17 ☎042-383-5511</p> | <p>武蔵野中央病院 東町1-44-26 ☎0422-31-1231</p> <p>武蔵野中央病院 東町1-44-26 ☎0422-31-1231</p> | <p>秋澤歯科医院 本町2-6-7 NKビル201 ☎042-387-1727</p> <p>みなみ調剤薬局 買井南町5-20-15 ☎042-381-7405</p> <p>ココカラファイン薬局小金井店 本町1-8-14 ☎042-386-2580</p> <p>サザン薬局 本町6-5-3シャトー小金井1F ☎042-388-4229</p> |
| <p>10月14日(日)</p> <p>久滋医院 梶野町4-5-7 ☎042-383-2078</p> <p>むさし小金井診療所 本町1-15-9 ☎042-382-9111</p> <p>共立整形外科 前原町6-9-38-1F ☎042-383-5115</p> <p>武蔵小金井さくら眼科 本町1-18-3 ユニファ武蔵小金井 スイートB101 ☎042-383-0077</p> <p>野村医院 前原町3-35-15 ☎042-381-0987</p> | <p>武蔵野中央病院 東町1-44-26 ☎0422-31-1231</p> <p>武蔵野中央病院 東町1-44-26 ☎0422-31-1231</p> | <p>岡崎歯科医院 前原町3-36-16 小金井グリーンハイブ201 ☎042-384-0222</p> <p>アトム薬局 緑町1-6-53うさぎビル1F ☎042-388-5400</p> <p>本町薬局 本町1-19-2 ☎042-383-3515</p> <p>薬局日本メディカル 本町1-18-3 ☎042-316-5407</p> |