

人口	83,655人	502人増
男	42,457人	224人増
女	41,198人	278人増
世帯数	35,321世帯	275世帯増

※世帯数および人口は、住民基本台帳と外国人登録によるものです。

主な記事

第三次長期総合計画6つの柱 ご利用ください!地域振興プラザ	2面 3面
小口事業資金などの融資あっせん	4面
新規申請が始まります 子ども手当	5面
障害者相談支援事業	6面
稲城市商工会住宅改修等補助金	7面
2歳児歯科健診	8面

広報



ホームページ <http://www.city.inagi.tokyo.jp/>

携帯電話版 <http://www.city.inagi.tokyo.jp/i/>
(左のバーコードを読み取り機能付き携帯電話で読み取ってください)

市役所(代表) ☎042-378-2111

平尾出張所 ☎042-331-6346

若葉出張所 ☎042-350-6321

開庁時間 午前8時30分~午後5時

22年度 予算の概要

22年度当初予算が2月24日から開かれた市議会第1回定例会で、可決成立しました。会計別予算及び予算総額は下表のとおりで、全会計で528億2,354万円、前年度に比べ5.5%増となりました。市の予算の中心となる一般会計(内訳は、グラフ1・2参照)の予算規模は、296億1,700万円と、前年度に比べ9.7%増となりました。また、主な新規事業などは右表をご覧ください。

▷問い合わせ 財政課財政係

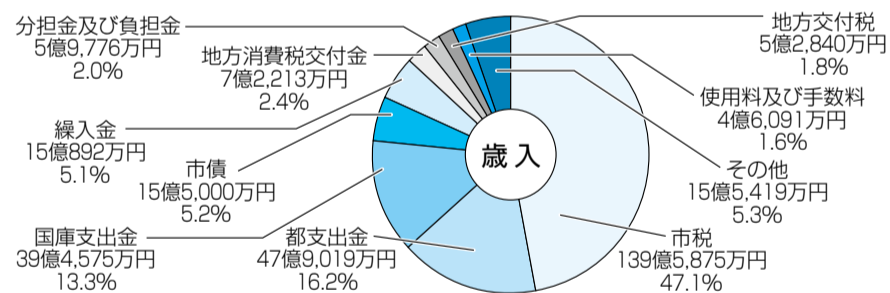
22年度は、第三次長期総合計画の最終年次に当たり、これまで蓄積してきた資産を有効活用しながら計画事業の総仕上げに向け取り組み、市の将来都市像である「緑につつまれ友愛に満ちた市民のまち稲城」を実現するための、「心と心のふれあいを大切にしたい自立と共生のまちづくり」を基本理念に、施策を推進していきます。さらに、第三次行政改革による事務事業の見直しと行政基盤の確立、時代に即した施策展開を行い、健全財政を目指して編成しています。

予算の特徴は、①都市基盤整備 ②福祉・教育・保健医療の充実 ③市民参加と協働・環境保全 ④活力ある安全安心なまちづくりの4点を重点に取り組みます。

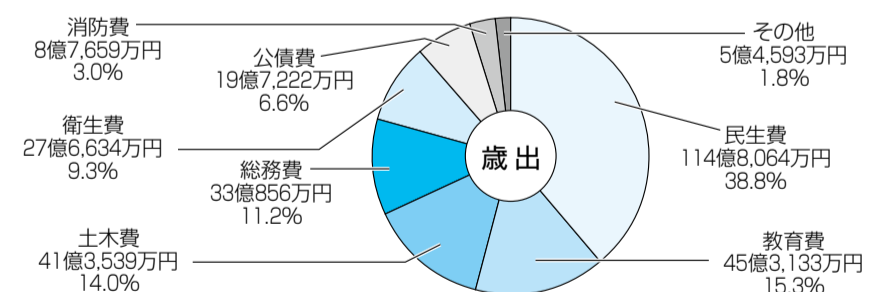
22年度会計別予算及び予算総額

区分	A 22年度予算額	B 21年度予算額	C 増減額 (A-B)	増減率 %
一般会計	296億1,700万円	269億8,800万円	26億2,900万円	9.7
国民健康保険事業特別会計	69億7,141万円	70億7,328万円	△1億187万円	△1.4
土地区画整理事業特別会計	21億6,447万円	21億9,909万円	△3,462万円	△1.6
下水道事業特別会計	22億118万円	20億6,293万円	1億3,825万円	6.7
老人保健特別会計	103万円	3,354万円	△3,251万円	△96.9
介護保険特別会計	32億781万円	28億1,287万円	3億9,494万円	14.0
後期高齢者医療特別会計	8億9,363万円	8億3,310万円	6,053万円	7.3
病院事業会計	72億4,651万円	74億7,905万円	△2億3,254万円	△3.1
受託水道事業特別会計	5億2,050万円	5億9,530万円	△7,480万円	△12.6
合計	528億2,354万円	500億7,716万円	27億4,638万円	5.5

グラフ1 歳入当初予算額 296億1,700万円 (一般会計)



グラフ2 歳出当初予算額 296億1,700万円 (一般会計)



市民一人当たりの一般会計歳出予算額 (356,329円)

総務費 39,806円	民生費 138,126円	衛生費 33,283円	土木費 49,754円
消防費 10,546円	教育費 54,518円	公債費 23,728円	その他 6,568円
議会費	労働費	農林費	商工費
予備費			

※人口は22年1月1日現在 (83,117人)

主な新規事業

事業	内容	予算額
(仮称)公営墓地・メモリアルホール整備基本設計業務委託	南山東部土地区画整理事業地内に予定している墓園とメモリアルホールについて、造園基本設計と建築基本計画を実施する。	1,389万円
事業仕分けの実施	市民に公開し、外部の有識者等が事業継続の要否や実施主体のあり方を仕分けする「事業仕分け」を行う。	160万円
地域コミュニティ活性化事業委託(市民活動ポイント制度)	市民活動にポイントを付与して市民活動への参加・参画を促進することを目的に、制度構築のための委託を実施する(調査・研究・試行)。	54万円
国勢調査事業	平成22年10月1日を基準日として実施される国勢調査に関する経費。	3,966万円
個人住宅改修(市内業者施工)の経費補助	市内の業者が個人住宅の改修工事などを行った場合の経費補助(最高10万円)及び個人住宅の耐震改修工事を行った場合の経費補助(最高30万円)制度を商工会事業(商工会補助金)として行う。	600万円
災害時要援護者防災行動マニュアル作成	「稲城市災害時要援護者支援計画」を基に防災時の行動マニュアルを作成し、災害時要援護者登録者・75歳以上の単身者及び75歳以上のみの世帯・障害者手帳(身体的)所持者などに配布する。	123万円
H1bワクチン接種費用の助成	住民税非課税世帯及び生活保護受給世帯の小児を対象に、H1bのワクチン接種費用の助成を行う。	430万円
肺炎球菌ワクチン接種費用の助成	65歳以上の方を対象に、肺炎球菌ワクチン接種費用の助成を行う。	129万円
子ども手当の創設	国の「子ども手当」創設に伴う経費。	18億2,586万円
民間学童クラブの事業開始	稲城第一小学校区エリア周辺徒歩圏内の空き店舗などを利用した30人規模の民間学童クラブを運営委託方式により誘致する。	1,564万円
稲城市景観条例策定に向けた取組み(景観ガイドライン策定委託)	平成16年の景観法施行に伴い、景観行政への取り組みがより一層求められるようになったことから、専門家を含めた市民参加による景観懇談会を設置し、本市に相応しい景観ガイドラインを策定する。	386万円

主なレベルアップ事業

事業	内容	予算額
生き生き商品券プレミアム率の拡大	商工会が発行する「生き生き商品券」において、市が補助するプレミアム率を8%から10%に引き上げる。	1,000万円
小口事業資金及び小口零細企業資金融資あっせん信用保証料補助金の拡充	各融資あっせん信用保証料補助率を、2/3から10/10に引き上げる。	2,060万円
市民農園の事業拡充(農家開設型農園・ファミリー農園)	農家開設型農園の開設に係る費用の2/3を補助する。また、ファミリー農園管理体制の充実を図ったうえで、経費相当額の利用料を利用者から徴収する。	303万円
特定健診検査項目の拡大	クレアチンを検査項目に追加する。	1,704万円
第三・第五保育園での延長保育の拡大(30分間の拡大による1時間延長保育を実施)	第三保育園と第五保育園の延長保育時間を、午後6時から6時30分までの30分間から午後7時までの1時間30分間拡大する。	200万円
バス事業(①運賃値下げ、②新規路線(はるひ野駅~市立病院)、③よみうりV通りの通行(平尾団地~丘の湯))	バスの利便性の向上を図る。 ①運賃値下げ。 ②新規路線:バスを1台追加し、はるひ野駅と若葉台駅を結び、上谷戸親水公園を經由し市立病院へ向かう路線を新設する。 ③よみうりV通りの通行:よみうりランド駅から丘の湯へのルートを、現行からよみうりV通りを通行する路線に変更する。	2,695万円
私立幼稚園就園奨励費補助金の拡充	私立幼稚園の設置者が保護者に入園料及び保育料の減免をする場合に、当該幼稚園に対し幼稚園就園奨励費補助金を交付することで幼稚園教育の振興と充実を図る。国の補助基準単価が改定されることに伴い、増額する。	6,982万円
稲城フェスティバル(30周年)開催委託(プロの演奏)	市民バンドの演奏に加えてプロの演奏者を招き、30回目を迎える記念事業として実施する。	525万円

主な見直し事業

事業	内容	予算額
保養施設利用助成の廃止	国民健康保険の保養施設利用助成について、事業廃止周知期間を9カ月設けたうえで、平成22年12月末日をもって終了とする。	△26万円
高等学校等奨学資金支給事業の廃止(高校の実質無償化に伴う措置)	国の政策により高校の授業料が実質無償化される見通しであるため、経済的な理由により就学が困難な高校生などに授業料相当を支給していた当事業を廃止する。	△1,418万円
青少年委員活動謝礼の廃止(月額報酬のほか併給していた報償費を廃止)	月額報酬のほか、ジュニア・青年ワーカーセミナーなどの活動に対して1回につき1,200円の報償費を支払っていたが、現在では当該活動は委員本来の職務となっていることから廃止する。	△14万円
交際費の見直し	市交際費・議会交際費をはじめ、全交際費を一定率で削減する。	△68万円
会議時食糧費の見直し	備蓄用食糧及び事業執行上必要な食糧費を除いた、会議用の食糧費などを削減する。	△20万円
特別旅費の見直し	職務上必要な出張・研修などを除き、視察研修などの個別計上分を廃止し、特別旅費総額を削減する。	△72万円

22年度予算

第三次 長期総合計画

6つの柱

問い合わせ 財政課財政係

1 市民とともに進める 心豊かなまちづくり の柱 39億4,209万円

- 【誰もが心豊かに暮らせるまちに】 545万円**
- 心豊かな暮らし（市民憲章運動推進事業、人権啓発事業）
 - 平和に暮らせるまち（平和都市宣言関係事業）
 - 男女平等意識の醸成、男女共同参画への取り組み（女性・青少年関係事業、女性の悩み相談事業、女性問題を考えるフォーラム事業）
 - 外国人への各種情報の提供と環境の整備（生活情報の提供）
 - 国際交流の推進（国際交流事業委託）
 - 大空町との交流（契約旅館利用助成金）

- 【市民と協働のまちに】 4,637万円**
- 地域活動の支援（地区会館・集会所指定管理料、自治会連合会事業補助金、自治会集会施設等建設費補助金など）
 - 1のまちいなぎ市民祭事業ふれあいまつり部門補助金
 - コミュニティづくりの推進（地域振興プラザ関係事業）
 - 墓園とメモリアルホールの検討〔（仮称）公営墓地・メモリアルホール整備基本設計業務委託〕
 - 積極的な行政情報の提供〔ホームページ（パソコン・携帯電話）運営経費、資産公開関係費〕
 - 広報広聴活動の充実（広報紙の発行、市長への手紙など）
 - 審議会や各種委員会などへの市民参加

- 【健全な行政運営】 38億9,027万円**
- 計画的な行政運営〔企画事務、行政管理、アドボカシー相談室運営事業、事業仕分け、電算管理運営費、職員管理費、統計調査総務費・基幹統計費、（仮称）第四次長期総合計画策定事業など〕
 - 計画的な財政運営（各種基金の積立、市税の賦課徴収など）
 - 広域的な行政展開（一部事務組合負担金など）
 - 行政サービスの向上（窓口サービスの充実、電子化・ペーパーレス化・ネットワーク化の推進など）

4 環境にやさしく 安全で快適なまちづくり の柱 26億2,646万円

- 【安全なまちに】 3億5,805万円**
- 防災対策の推進（災害対策備蓄資機材事業、家具転倒防止器具助成事業、コミュニティ防災センター管理業務、自主防災組織育成事業など）
 - 交通安全対策の推進（交通安全意識の普及・啓発、放置自転車対策の推進、街路灯・防犯灯整備管理など）
 - 防犯対策の充実（横断幕・チラシ作成、多摩稲城防犯協会負担金など）
 - 消防・救急体制の充実（消防施設・設備の充実、消防団関係経費、緊急消防援助隊関東ブロック合同訓練負担金など）

- 【共生のまちに】 16億4,479万円**
- 環境との共生（環境管理事務、まちをきれいにする市民条例に関する経費、清掃思想普及事業、し尿収集運搬処理事業など）
 - 循環型社会づくり（ごみ減量再資源化推進事業、塵芥収集運搬処理事業、多摩川衛生組合し尿処理負担金など）
 - 公害の抑制（公害対策事業など）

- 【快適なまちに】 6億2,362万円**
- 住宅・住環境の向上（高齢者住宅改修費助成など）
 - 上水道の安定供給
 - 下水道事業特別会計繰出金
 - 下水道整備区域の拡大（第三期公共下水道事業、流域下水道事業）
 - 下水道の適切な維持管理

2 健康で安心して暮らせる おもいやりのあるまちづくり の柱 113億7,674万円

- 【健康づくりと医療の充実したまちに】 9億4,299万円**
- 健康づくりの環境整備〔地域保健協議会関係費、（仮称）健康プラザ建設工事など〕
 - 生涯にわたる健康づくり〔妊婦健診、乳幼児健診、予防接種（個別・集団）など〕
 - 地域医療体制の充実（保健・医療・福祉の連携強化）
 - 市立病院の充実（健診・外来棟建設工事、全身麻酔装置などの備品の整備）
 - 救急医療体制の充実（救急情報の的確な把握と提供、休日急病診療事業など）

- 【社会福祉の充実したまちに】 85億2,917万円**
- 福祉の環境整備〔第二次保健福祉総合計画策定事業など〕
 - 地域福祉推進基盤の整備〔社会福祉協議会運営費補助事業、福祉センター事業（指定管理料等）、民生委員・保護司関係費など〕
 - 自立と社会参加の促進（老人福祉館運営費）
 - 在宅サービスの充実とサービス基盤の整備〔老人福祉関係事務事業、在宅高齢者支援事業、老人福祉施設整備・措置関係費、介護予防・地域支援合い事業など〕
 - 安心できる生活基盤の確保（高齢者住宅維持管理経費）
 - 生きがいに満ちた生活の実現（成年後見制度等利用者支援事業、老人福祉週間事業、シルバー人材センター運営費補助事業など）
 - 障害者（児）の生活支援〔心身障害者福祉関係事務事業、心身障害者福祉手当等関係事業、自立支援給付等事業、心身障害者団体等市補助事業、在宅心身障害者ヘルプ事業など〕
 - 障害者（児）の社会参加と自立の支援〔障害者就労支援センター事業委託（チャレンジ実習含む）、地域生活支援事業、障害者相談支援事業など〕
 - 保育事業の充実（第一～第五保育所運営、第六保育所指定管理料、私立保育所運営委託、認証保育所運営等補助、認定こども園運営費等補助、民間保育所振興費補助事業など）
 - 子育て支援サービスの充実（子ども手当、乳幼児医療費・義務教育就学児医療費助成、ファミリー・サポート・センター運営事業、子ども家庭支援センター運営事業、緊急ショートステイ事業委託など）
 - 子どもの健全育成事業の充実〔児童館運営事業、学童クラブ運営・整備事業（民間学童クラブ運営委託等含む）〕
 - ひとり親家庭の支援（ひとり親家庭ホームヘルプサービス事業委託、ひとり親家庭等医療費助成など）
 - 低所得者福祉の充実（生活保護事業、生活保護就労支援員の配置など）

- 【社会保険制度の充実したまちに】 19億458万円**
- 国民健康保険事業特別会計繰出金
 - 後期高齢者医療特別会計繰出金
 - 介護保険特別会計繰出金など

5 水と緑につつまれた やすらぎのあるまちづくり の柱 31億5,510万円

- 【安心して暮らせるまちに】 28億3,637万円**
- 計画的な土地利用の推進（都市計画審議会）
 - 土地利用の適切な運用（生産緑地地区都市計画変更図書作成委託）
 - 市街地の整備（榎戸、矢野口駅周辺、稲城長沼駅周辺、南多摩駅周辺、南山東部・上平尾・小田良土地区画整理事業）
 - 体系的な道路網の整備（多7・4・5号線整備、生活道路の整備、道路維持補修など）
 - 鉄道交通の充実（南武線連続立体交差事業）
 - バス交通の充実（*i*バスの運行）
 - 河川・水路の整備と保全（排水門管理・雨水排水ポンプ場管理・公水路等浚渫など）

- 【うるおいとゆとりのあるまちに】 3億1,873万円**
- 公園の整備（上谷戸緑地体験学習館等指定管理料、市内公園等整備など）
 - 緑地の整備、創出（自然環境保全緑化推進事業など）
 - みちを楽しむまちづくり（三沢川側道照明設置工事）
 - 稲城らしさのあるまちなみの形成景観ガイドライン策定委託

3 共に学びふれあいのある まちづくり の柱 39億3,824万円

- 【誰もがいきいきと学び続けられるまちに】 502万円**
- 生涯学習推進事業の充実（宅配便講座、子ども100ポイントラリー、ICカレッジの運営）
 - 生涯学習の機会の充実（学校開放事業）

- 【子どもたちの生きる力と心を育てるまちに】 29億4,693万円**
- 幼児教育に対する援助（私立幼稚園就園奨励費補助、保護者負担軽減補助など）
 - 教育内容の充実（教育指導に関する経費、教育相談運営に関する経費など）
 - 教員研修と教育資料の充実（教育研究・研修、教育指導行事に関する経費など）
 - 学校施設・設備の充実（稲城第七小学校・稲城第三中学校体育館大規模改修工事、小・中学校管理運営など）
 - 学校給食の充実〔学校給食共同調理場管理運営、調理運営（調味料補助など）〕
 - 学校施設の買取（ニュータウン内小・中学校などの買取事業）
 - 青少年育成環境の整備（稲城ふれあいの森運営、青少年育成地区委員会関係費、成人式経費など）
 - 青少年の社会参加の促進（青少年指導者養成事業など）

- 【学習やスポーツを通じたふれあいのあるまちに】 9億7,317万円**
- 生涯学習の拠点としての社会教育基盤の整備充実（*i*プラザ整備運営事業）
 - 公民館事業などの充実（社会教育活動振興、公民館主催事業、視聴覚教育事業など）
 - 図書館サービス事業の充実（中央図書館等運営、城山体験学習館管理運営、赤ちゃんへの絵本支援事業など）
 - スポーツ・レクリエーション活動の振興（スポーツ教室、体力づくり運動推進、市民体育大会運営、市民プール運営、市立公園内運動施設管理運営、国民体育大会関係経費など）
 - 公共施設の弾力的運営（体育館個人開放など）
- 【歴史と文化を大切にするまちに】 1,312万円**
- 文化・芸術活動の推進と支援（1のまちいなぎ市民祭事業文化祭・芸術祭部門補助金、サロンコンサート補助金など）
 - 文化財保護思想の普及（文化財講座、郷土資料室の展示公開）
 - 文化財資料の収集と調査（文化財調査報告書等印刷など）

6 市民生活の活力を支える にぎわいのあるまちづくり の柱 2億1,074万円

- 【身近で生活にとけこむ産業の振興】 1億4,589万円**
- 都市における農業の支援（振興施策の確立、都市農業の推進・育成・共存、環境保全型の農業の推進など）
 - 市民に親しまれる農業の推進（ファミリー農園、農業体験農園開設等補助、給食野菜生産資材等補助、農産物品評会経費など）
 - 都市における近代的な工業・建設業の育成（小口事業資金融資あっせん制度利子補給補助金、信用保証料補助金など）
 - 活気にあふれた商業地（商店街振興経費など）
 - 市民に親しまれる商業の育成〔商工会経費（補助金）、1のまちいなぎ市民祭事業産業まつり部門補助金など〕
 - 活力ある産業の育成（中小企業勤労者福祉サービスセンター事業、はつらつワーク稲城運営費補助事業）
 - 観光資源の創出（観光推進事業）

- 【豊かな地域生活のまちに】 3,046万円**
- 自立した消費生活の推進（消費生活関係事業）
 - 消費生活の向上（生活資金融資あっせん事業、消費者ルーム運営事業など）
 - 職場の確保（就労支援事業、緊急雇用対策事業）
- 【高度情報化社会に対応したまちに】 3,439万円**
- 情報を伝える手段の拡充（ホームページ（パソコン・携帯電話）運営経費、ケーブルテレビ番組「稲城市のお知らせ」作成・放送委託）

注）これらの課題別施策は、長期総合計画の項目に基づき抜粋表記したものです。よって、項目毎の内容・金額などが重複している場合があるとともに、全項目の合計は総予算額とは異なります。

ご利用ください！ 地域振興プラザ

地域振興プラザは、産業の振興、雇用の促進、市民の交流、市民の自主的な社会貢献活動や市民活動の支援、男女共同参画社会形成の促進を図る拠点として、平成17年4月に開館し6年目を迎えました。4階には多目的に使用できる会議室(左表参照)もありますので、どうぞご利用ください。

会議室の種類・使用料など

会議室の種類	使用料(1時間)	使用可能人数(机使用時の目安)
会議室(大)	750円	30人
会議室(中)	450円	24人
会議室(小)	300円	18人

※使用者のうち、市民の方が半数に満たない場合は使用料が2倍になります。

〈1階〉

○企画部協働推進課
○市民活動サポートセンター
○NPOや市民活動団体、これらから活動しようとする人を支援します。

○男女平等推進センター
○男女共同参画社会実現のための活動拠点として、年齢、性別を問わずミーティングコーナーを利用できます。

○キッズルーム
○施設内での活動時に、乳幼児の一時保育の場や乳幼児同伴の市民を含むグループ活動の場としても利用できます。

〈2階〉
○商工会
○市内の産業(商工業)の振興、育成を図ります。

〈3階〉
○シルバー人材センター
○高齢者の健康増進と生きがいを目的に就業機会を提供し、地域の発展に貢献します。

○中小企業勤労者福祉サービスセンター(ICS)
○中小企業の勤労者及び事業主の福利厚生福祉向上を図ります。

委員会を募集します (仮称)社会貢献活動支援(ポイント)制度策定会議

○はつらつワーク稲城
○おむね55歳以上の方の職業紹介など就職活動を支援します。

○会議室(大・中・小)
○懇親会、面接・研修会場など各種事業に使用でき、飲食も可能です。ただし、物品の販売、宣伝や公序良俗に反する行為、大きな音や振動が出る行為などはできません。

NPO法人市民活動サポートセンターいなぎでは、市民活動などの社会貢献活動に携わる市民や市民活動団体を対象に活動に応じたポイント付与を通して地域の活性化につなげていくことを目的に(仮称)社会貢献活動支援(ポイント)制度を策定する会議を立ち上げます。そこで、市民活動に興味のある方で制度の名称、対象事業、ポイントなどの還元方法など、具体的な内容について協議に参加をしていただく委員を次の要領により募集します。

○対象
○市内在住の20歳以上で、市民活動に興味のある方

○募集人員
○若干名

○応募方法
○800字程度の作文(テーマ「市民活動を活性化し、住みよい稲城を作るには」)

○休館日
○毎月第2火曜日・年末年始

○お問い合わせ
○環境課ごみ・リサイクル係

○除福祉手帳の交付を受けている方で、その程度が1級の方

○特別児童扶養手当を受け、すでに減免を受けている方を除きます。

廃棄物処理手数料を減免(指定ごみ収集袋の無料交付)します

次の(1)から(3)のいずれかに該当する方を構成員とし、その世帯構成員全員の市民税が非課税の世帯の方へ、申請により一定枚数の指定ごみ収集袋を無料交付します。

▽対象 (1)身体障害者手帳の交付を受けている方で、その程度が1級または2級の方
(2)愛の手帳の交付を受けている方で、その程度が1度または2度の方
(3)精神障害者保

険福祉手帳の交付を受けている方で、その程度が1級の方
※生活保護、児童扶養手当、特別児童扶養手当を受け、すでに減免を受けている方を除きます。

▽申請及び交付場所
○環境課
※代理人による申請、郵送申請も受け付けます。申請は毎年必要です。

▽交付枚数
○燃えるごみ袋120枚、燃えないごみ袋30枚(承認月から来年の3月分までとなりますので、承認月により交付枚数が変わります)

▽交付方法
○申請、審査、承認後原則としてその場で交付

ただし、既に減免を受けて

市民税が非課税の世帯で、次のいずれかに該当する方を構成員とする世帯に属する方は、申請により交付決定された後に、支払った使用料の一部(基本使用料)が助成されます。

下水道使用料助成金の交付制度が始まります

市民税が非課税の世帯で、次のいずれかに該当する方を構成員とする世帯に属する方は、申請により交付決定された後に、支払った使用料の一部(基本使用料)が助成されます。

ただし、既に減免を受けて

いる方は除きます。
(1)身体障害者手帳の交付を受けている方で、その程度が1級または2級の方
(2)愛の手帳の交付を受けている方で、その程度が1度または2度の方
(3)精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方で、その程度が1級の方

※手続きの詳細は、広報いなぎ23年1月15日号でお知らせする予定です。また、受付期間は23年2月1日から2月28日までを予定しています。

どうしたらよいか」を自分の思いで書いてください)をファクスまたはメールで応募してください。

▽応募期限
○4月30日(金)

▽応募・問い合わせ
○市民活動サポートセンターいなぎ(協働推進課内)
☎378・2112、☎378・6971
HP <http://www.inagi-support.org/>

登録者募集 稲城市ホストファミリーボランティアバンク

市内の外国人登録者数も千人を越え、市内では外国からホームステイ受け入れなど、様々な国際交流活動が行われています。市にはホームステイを受け入れていただく方の事前登録制度「稲城市ホストファミリーボランティアバンク」があります。皆さんもホストファミリーに登録して、外国人と交流してみませんか。

○内容
○市や市教育委員会がホームステイの受け入れを行う際、登録者の中からホストファミリーの候補者を選び、連絡します。

○ホームステイの内容や条件については個別に異なりますので、ホストファミリーへの打診があった時に問い合わせください。

※原則として活動は無報酬とし、市による経費の負担も行いません。

▽登録要件

(仮称)健康プラザ及び健診・外来棟建設について



市立病院の旧駐車場跡地に建設を予定しています(仮称)健康プラザ及び健診・外来棟建設工事が、22年度より始まり、平成24年春の完成を目指しています。

計画建物は、鉄筋コンクリート造り、地下1階、地上2階建て、延べ床面積約6,500㎡となっています。

(仮称)健康プラザ側は、市民が誰でも利用できるプールやトレーニングジム、また、憩いの場としての「コミュニティー・ふれあいセンター」を設け、健診・外来棟側は、健康診断や外来など市立病院機能の一部を移すことを予定しています。また、運動施設と病院とが隣接することから、双方で連携しながら市民の健康増進を図ることも目的の一つとなっています。

▽問い合わせ
○市立病院 準備室 ☎377-0931

○国際交流活動の趣旨を理解し、活動に積極的に参加を希望する方

○代表者は20歳以上で、市内に在住し家族全員の同意を得ている方

○部屋の提供など快適で安全にホームステイができるよう環境づくりに努め、ホームステイで訪れる方に対し誠意をもって対応する意思がある方

▽申込方法
○稲城市ホストファミリーボランティア登録申込書を提出してください。登録申込書は協働推進課(地域振興プラザ内)で配布しています。また、市ホームページからも入手できます。

※登録時にいただいた個人情報、ホストファミリーボランティア紹介以外の目的には使用しません。

▽申し込み・問い合わせ
○協働推進課協働推進係

募集します 緑のカーテンモニター

ツル物植物をネットにはわせ、室内への夏の暑い日差しを遮ることで、冷房の効率化

を促すこと、冷房の効率化

を促すこと、冷房の効率化

を促すこと、冷房の効率化

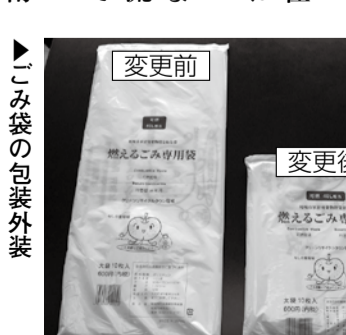
市指定の家庭用ごみ袋の包装外袋が小さくなりました。より小型包装で、1枚ずつ取り出しやすくなっています。今月以降、旧製品の在庫が無くなり次第、順次各取扱店にて販売開始となります。

※特小袋の包装、中身のごみ袋自体の大きさと形は変更ありません。

▽お問い合わせ
○環境課ごみ・リサイクル係

▽応募方法
○電話で名前・住所・電話番号・希望資材をお知らせください。案内と種子、資材引換チケットを送付します。アンケート提出までの流れは、同封の案内を確認してください。

▽資材引換場所
○東京南



変更前
変更後

中小企業の皆さんへ 小口事業資金など 融資あっせん制度 の紹介

種類	融資限度額	融資期間
運転資金	700万円	5年以内 (300万円以下は3年以内)
設備資金	1,000万円	7年以内 (500万円以下は5年以内)
緊急運転資金	400万円	5年以内
開業資金	700万円	7年以内

市では市内に事業所があり、継続して1年以上事業を営んでいる中小企業者または市内に事業所を開業しようとする方などに対し、必要な資金を融資あっせんします。
※22年度は緊急経済対策として

融資資金
て、本制度を利用した場合の信用保証料補助率が10分の10となりまし。

かつ市税を滞納していない方で次に該当する方
運転資金・設備資金・緊急運転資金
○市内で1年以上同じ事業を営み、かつ信用保証機関の信用保証対象業種の事業を営んでいる方
※緊急運転資金の場合は、最近3カ月または1年間の売上高または生産額が、前年・2年前・3年前のいずれかの年の同期と比較して3%以上減少していること
開業資金
○市内に1年以上住所を有している方で、かつ信用保証機関の信用保証対象業種の事業を開業しようとする方若しくは開業後1年未満の方
※資金の融資あっせんは随時行っています。融資利率・補助率などについては問い合わせてください。
▽申請・問い合わせ 経済課 商工係

在日外国人等高齢者・障害者の方へ 福祉給付金を支給します

市に在住する外国人などの高齢者・障害者を対象に福祉給付金の支給を行います。該当される方は申請してください。

上満たすことができない方
②次のいずれかに該当する方
(1)大正15年4月1日以前に生まれた方
(2)昭和37年1月1日以前に生まれた中年度以上の障害者の方
ち、昭和57年1月1日以前に中年度以上の障害者であった方
または同日以後中年度以上の障害者となったがその初診日が同日以前の方
(3)昭和22年1月1日以前に生まれた方のうち、昭和57年1

月1日から昭和61年3月31日までの間に中年度以上の障害者となった方または昭和61年4月1日以後中年度以上の障害者となったがその初診日が同日以前の方
※他の地方公共団体からこの給付金と同様の手当や給付金を受給している方や生活保護を受けている方、市に外国人登録または住民登録をした日から1年を経過していない方や施設に入所している方は該当になりません。詳細は申請時に確認してください。
▽支給額 月額1万円
※申請方法などは問い合わせください。
▽申請・問い合わせ 生活福祉課地域福祉係

月1日から昭和61年3月31日までの間に中年度以上の障害者となった方または昭和61年4月1日以後中年度以上の障害者となったがその初診日が同日以前の方
※他の地方公共団体からこの給付金と同様の手当や給付金を受給している方や生活保護を受けている方、市に外国人登録または住民登録をした日から1年を経過していない方や施設に入所している方は該当になりません。詳細は申請時に確認してください。
▽支給額 月額1万円
※申請方法などは問い合わせください。
▽申請・問い合わせ 生活福祉課地域福祉係

木曜日も行います

消費者相談

消費者相談は、木曜日を除く平日4日間でしたが、4月1日から、月曜日から金曜日までの平日5日間に拡大しました。
訪問販売でのトラブルなど消費者トラブルは、消費者相談室にご相談ください。
稲城市消費者相談室
▽所在地 百村2111 パルスシステム生活協同組合連合会ビル3階 稲城市消費者ルーム内
▽相談日 月々金曜日(祝日、年末年始を除く)
▽相談時間 午前10時～正午、午後1時～3時
▽相談電話 ☎378・3738
▽相談員 消費生活相談員
▽問い合わせ 経済課消費生活係

65歳未満で公的年金を受給している方へ

市民税・都民税の徴収方法が変更になります

21年10月から、公的年金からの特別徴収制度(公的年金の所得に係る市民税・都民税の年金から引き落とし)が開始され、65歳以上の方の公的年金の所得に係る税額は公的年金から徴収されるようになります(加えて給与に係る

税額がある方は、給与からの特別徴収と公的年金からの特別徴収となります)。しかしながらこの制度開始に伴い、65歳未満の方は、公的年金からの特別徴収の対象とならないため、給与に係る税額は給与から特別徴収、公的年金に係る税額は普通徴収(銀行などに出向き自分で納める)で納めていただくかなければなりません。
22年度からはこの65歳未満の公的年金と給与がある方には、公的年金からの特別徴収が開始される前の20年度と同様に公的年金に係る税額も給与と合算して特別徴収となります。
※21年度と同様に給与に係る税額は給与から特別徴収、公的年金に係る税額は普通徴収

ご利用ください 教育・出産・住宅資金の 融資あっせん

市では、教育(入学金・授業料など)・出産(分娩・入院費用など)・住宅(増改築など(耐震補強・アスベスト除去工事を含む))資金の調達を予定する方に、取扱金融機関への融資あっせんを金利の補助をします。
※対象は、所得制限など一定の条件があります。詳細は市ホームページをご覧ください。
▽融資限度額(返済期間)

- 教育資金≒100万円(5年以内)
- 出産資金≒50万円(3年以内)
- 住宅資金≒300万円(5年以内)
- ▽融資利率(2・8%)
- 本人負担≒0・98%
- 市補助≒1・81%
- ※教育資金と、稲城市木造住宅耐震診断助成制度で耐震診断を受けて耐震補強改修工事を行う住宅資金の融資あっせんは、各年度の本人負担利息が2千円以上の時は、緊急経済対策として23年度まで、各年度、本人負担利率が2分の1(0・98%→0・49%)に軽減されます。ただし、金融機関に0・98%の本人負担利率をお支払いいただき、各年度末に、市に対して利率0・49%分をご請求いただく手続きが必要となります。

東京法務局 登記電話相談室 のご案内

東京法務局では、4月5日(月)から登記電話相談室(☎03・5913・2525)を開設しています。
▽取扱業務 東京都特別区内(23区内)にある当局出張所(本局を除く)に登記の申請をするにあつたての電話相談
※東京都特別区内(23区内)にある当局出張所(本局を除く)では、取扱業務以外の用件(管轄、地番照会など)に関するお電話のみ承ります。
▽相談受付期日・時間 平日(月々金曜日)・午前8時30分～午後5時
▽相談先・問い合わせ 東京法務局 ☎03・5913・2525

有料になります ファミリ―農園及び 農家開設型市民 農園の利用料金

ファミリ―農園及び農家開設型市民農園の利用料金が、次のように有料になります。なお、利用料金の支払い方法については、当選者の方に4月下旬頃通知します。
▽利用料金 ファミリ―農園(うしろむら農園ほか10園)年5500円/1区画(5月1日から23年3月31日までの期間)、農家開設型市民農園(大丸農園)年5500円/1区画(5月1日から23年2月28日までの期間)
▽問い合わせ 経済課農政係

で納めたい場合は問い合わせください。
※給与に係る税額を普通徴収で納めている方は、変更ありません。
▽問い合わせ 課税課市民税係

ちよいつと共済 東京都町村民 交通災害共済

ちよいつと共済(交通災害共済)は、加入者が交通事故にあつた際に、入・通院日数に応じて見舞金を受けられる共済の制度です。加入申込書付きのパンフレットは、1月下旬に各家庭に配布されています。届いていなくて加入したい方は、市民課、平尾・若葉台出張所、市内金融機関窓口にてお申し出ください。

加入できる方 共済期間の開始日に市に住民登録・外国人登録をしている方、または会員と生計を同じくしている方で就学のため市外に転出している方
※次の方は公費(市)負担で加入(Bコース)のため申し込みは不要ですが、Aコースに変更される場合は、申し込

み手続きが必要です。①未就学児 ②小・中学生(4月1日現在) ③身体障害者手帳、愛の手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかをお持ちの方で、市に届け出をされている方(市長の指定する施設に入所している者は除く) ④消防団員 ⑤70歳以上の方(4月1日現在) ⑥交通安全協会の役員
▽申し込み 市民課、平尾・若葉台出張所、市内の金融機関(ゆうちょ銀行(郵便局)を除く)
※加入している方で交通事故にあつた時には、どんな小さな事故(自転車の単独事故など)でも、直ちに警察署へ届け出てください。
▽問い合わせ 市民課市民窓口係

障害者 相談支援 事業

市では、社会福祉協議会と正夢の会に「障害者に対する相談支援事業」を委託しています。お気軽にご相談ください。

○マルシェいなぎ(正夢の会)
東長沼2107の3ヒルテラス稲城103号室 ☎・☎379・9234
▽問い合わせ 障害福祉課障害福祉係

民営バス 運賃割引制度

▽事業内容 ①障害福祉サービスの情報提供・相談 ②障害福祉サービスの申請援助 ③市内障害者関連施設の紹介 ④福祉機器・住宅改修等の利用助言 ⑤専門機関の紹介 ⑥その他障害福祉に関する相談

身体障害者手帳、愛の手帳(療育手帳)、精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方は、民営バス(市内循環バス、バス、京王バス、小田急バスなど)をご利用の際に、乗務員に手帳を提示することで運賃が半額になります。

自立支援医療受給者証(精神通院)の更新手続きが変ります

支給認定開始日(自立支援医療受給者証(以下、受給者証)の有効期間開始日)が4月1日以降となる更新申請をされる際には、診断書の提出が、原則不要となります。

「2年に1度」の提出です。診断書を省略して更新申請をされた場合、その年度の更新申請の際には、診断書の提出が必要となります。受給者証の有効期間は1年間です。毎年、更新申請を行ってください。

有効期間を過ぎてからの再更新申請は診断書が必要となります。病状の変化及び治療方針の変更があると医師が判断した場合は、診断書を添付してください。

※更新の手続きは、有効期間終了日の3カ月前から行うことができます。

受給者証と精神障害者保健福祉手帳(以下、手帳)をお持ちの方で、有効期間終了日が異なるため同時申請ができない場合、受給者証の有効期間を短縮して、手帳の有効期間終了日に合わせることもできます。

心身障害者 福祉手当

4月期分(12・3月分)手当を振り込みました

現在手当を受給中の方で施設への入所などにより受給要件に該当しなくなった方は、速やかに届け出てください。届け出が遅れた場合は手当を返還していただきますのでご了承ください。

▽問い合わせ 障害福祉課障害福祉係

「リボいなぎ」 療育相談・療育体験事業のご案内

お子さんの心身の成長や発達に心配がある方、療育が必要かどうか迷っている方を対象に、療育相談及び療育体験を予約制で実施しています。

療育相談
▽対象 市内在住の18歳未満の児童とその保護者、関係機関など

▽相談員 保健師
▽相談日 右下表のとおり
▽時間 午前9時30分～正午

※その他、専門医による相談もあります。
療育体験事業
▽対象 市内在住で療育の経

保健師による療育相談の日程(予定)

月	日(木曜日実施)
4月	15日・22日
5月	6日・13日・20日・27日
6月	10日・17日・24日
7月	1日・8日・15日・22日・29日
8月	5日・12日・26日
9月	2日・9日・16日・30日

▽費用 無料
▽予約・問い合わせ いなぎ子ども発達支援センター ☎313・5001(土・日曜日、祝日を除く午後3時～6時)
ウグレルネス財団
問い合わせ ☎331・7156

野草の展示と野草写真展
市内の野山に咲く野草などを展示します。愛らしい野草をぜひご鑑賞ください。
▽期日 4月23日(金)～25日(日)
▽時間 午前10時～午後4時
▽会場 総合体育館1階ロビー
▽協力 大丸野草の会

特殊疾病患者見舞金制度

難病に罹患して、治療中の方に特殊疾病患者見舞金を支給します。

▽対象疾病 下記のとおり

※心身障害者福祉手当、児童育成手当条例に基づく障害手当の受給者は、対象になりません。

▽見舞金額 月額5,000円

▽支給方法 年3回の口座振込(6月、10月、2月に前月までの分を支給)

▽申請に必要なもの ①東京都発行の医療券のコピー(必要に応じて特殊疾病に罹患していることを証明する医師の診断書) ②特殊疾病患者見舞金支給認定申請書[現在受給している方には、申請書でなく現況届を郵送します。年1回(10月ごろ)現況届を提出していただきます]

▽問い合わせ 障害福祉課障害福祉係

対象疾病名

人工透析を必要とする腎不全、先天性血液凝固因子欠乏症等、スモン、ベーチェット病、重症筋無力症、全身性エリテマトーデス、多発性硬化症、再生不良性貧血、強皮症・皮膚筋炎及び多発性筋炎、筋萎縮性側索硬化症、特発性血小板減少性紫斑病、サルコイドーシス、高安病、結節性動脈周囲炎、潰瘍性大腸炎、ピュルガー病、天疱瘡、パーキンソン病関連疾患(進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症、パーキンソン病)、劇症肝炎、脊髄小脳変性症、モヤモヤ病(ウィルス動脈輪閉塞症)、強直性脊椎炎、悪性関節リウマチ、悪性高血圧、クローン病、ネフローゼ症候群、アミロイドーシス(原発性アミロイド症)、後縦靭帯骨化症、ハンチントン病、ウェゲナー肉芽腫症、母斑症、多系統萎縮症(線条体黒質変性症、オリブ橋小脳萎縮症、シャイ・ドレーガー症候群)、シェーグレン症候群、多発性嚢胞腎、表皮水疱症(接合部型及び栄養障害型)、膿疱性乾癬、特発性門脈圧亢進症、広範脊柱管狭窄症、ミオトニー症候群、原発性胆汁性肝硬変、特発性好酸球増多症候群、重症急性膵炎、特発性大腿骨頭壊死症、混合性結合組織病、びまん性汎細気管支炎、原発性免疫不全症候群、遺伝性(本態性)ニューロパチー、特発性間質性肺炎、プリオン病、網膜色素変性症、遺伝性QT延長症候群、肺動脈性肺高血圧症、先天性ミオパチー、神経線維腫症、網膜脈絡膜萎縮症、進行性筋ジストロフィー、ウィルソン病、慢性炎症性脱髄性多発神経炎、骨髄線維症、亜急性硬化性全脳炎、バッド・キアリ症候群、慢性血栓塞栓症肺高血圧症、ライソゾーム病(ファブリー病を含む)、副腎白質ジストロフィー、脊髄性筋萎縮症、アレルギー性肉芽腫性血管炎(チャグ・ストラウス症候群)、原発性硬化性胆管炎、肝内結石症、自己免疫性肝炎、突発性肥大型心筋症(拡張相)、成人スティル病、脊髄空洞症、家族性高コレステロール血症(ホモ接合体)、球脊髄性筋萎縮症、肥大型心筋症、拘束型心筋症、ミトコンドリア病、リンパ脈管筋腫症(LAM)、重症多形滲出性紅斑(急性期)、黄色靭帯骨化症、間脳下垂体機能障害(PRL分泌異常症、ゴナドトロピン分泌異常症、ADH分泌異常症、下垂体TSH分泌異常症、クッシング病、先端巨大症、下垂体機能低下症)

シルバー人材センター
応募・問い合わせ ☎377・2212

受講者募集

パソコン講習会

▽対象 18歳以上の方
※お子さんを連れての受講は、ご遠慮ください。

▽コース・期日・費用など
下表のとおり

※講習内容などの詳細は、最寄りの文化センターなどのポスター・チラシ、またはホームページ(http://homepage3.nifty.com/inagi-sc/)でご確認ください。

※使用パソコンはWindowsXP搭載のノートパソコンです。

▽会場 地域振興プラザ

※車での来場はご遠慮ください。

▽定員 各コース15人

▽応募方法 往復はがきに希

パソコン講習会

コース	期日	時間	受講料(テキスト代)
初めてのパソコンⅡ エクセル入門、 ファイルの整理	5月11日(火)・ 12日(水)	午前 9時30分～ 12時30分	3,000円 (無料)
エクセル活用講座Ⅱ (エクセル2007使用) 家計簿の作成	5月20日(木)・ 21日(金)	午後 1時30分～ 4時30分	3,000円 (無料)

Shutter シャッター



▲坂浜地区少年消防クラブ
春の火災予防運動ポスター集會
(2月21日・坂浜コミュニティ防災センター)
坂浜地区少年消防クラブの子供たち14人が坂浜コミュニティ防災センターに集まり、火災予防を呼びかけるポスターを作成しました。
～「消したかな」あなたを守る 合言葉～



▲第18回稲城平和コンサート
美しい歌声と豊かな表現力で魅了する「えり」の世界(3月6日・市立プラザホール)
ディズニー映画「美女と野獣」のベル役やメリー・ポピンズ役の声でお馴染みの、「えり」さんによるコンサートが開催されました。会場には382人の方が来場され、サトウハチローの生涯を朗読と歌でつづった第二部では涙する方も多く、「えり」さんの世界に魅了されました。

まちの話題を集める

わがまち稲城 2010

アメリカ蘭協会特別賞 (世界らん展日本大賞2010) 受賞!



石井 義雄さん (平尾)

平尾在住の石井義雄さんの出品した蘭が、2月13日(土)から21日(日)まで東京ドームで開催されていた世界らん展日本大賞2010において、アメリカ蘭協会特別賞を受賞しました。

石井さんはこの世界らん展にほぼ毎年出品し、数多くの賞を受賞しているようですが、今回のようにトロフィーを授与されるほど大きく表彰されることは初めてで「このような賞をいただけるのは思いもよらなかったため、受賞で

きてうれしい」と、その喜びを語ってくれました。石井さんは現在、中国や韓国の人と農業に関する情報交換をするなど、蘭の栽培を熱心に研究されているそうです。そして日々、様々な品種を交配することで蘭のいい所を伸ばすよう心掛けているという石井さん。今回受賞した蘭も、石井さんが交配してできたものだそうです。病気を発生させないように気を付けながら、温室で愛情を込めて蘭を栽培されています。

今後の目標を聞くと「これからも世界らん展に出品し、新しい品種をもっと作りたい」と意欲的に答えてくれました。



▲世界らん展日本大賞2010でアメリカ蘭協会特別賞を受賞した長生蘭

地域や学校の話をお寄せください。秘書広報課広報広聴係

商工会
だより
問い合わせ
0377-1696

22年度新規事業 稲城市商工会

住宅改修等補助金

住宅のリフォーム工事または耐震補強工事を市内の業者が施工した場合、その経費の一部を商工会が補助します。

▽補助額 ①リフォーム工事 Ⅱ工事額の5% (10万円を限度) ②耐震補強工事Ⅱ工事額の10% (30万円を限度)

※①と②の併用はできません。

▽申請日時時点で市民の方、かつ対象住宅を所有している方

▽補助対象工事 40万円以上の工事、かつ対象となる建築物は自己の居住の用に供する住

宅、併用・集合住宅における個人住宅部分

限 9月30日(木)

※補助金限度額に達し次第、申請を締め切ります。

申 商工会窓口で配布している申請書と必要な書類を添付のうえ、申請してください。申請書は「稲城市商工会」ホームページでも入手できます。

官公署

だより

受講者募集 緑のボランティア 指導者等育成講座

自然観察・体験活動や緑地保全活動の2級指導者、サポーターレンジャーになるための

▽講習日程 6月19日(土) 9月5日(日)のうちの指定日(全36時間)

▽都内在住・在勤の18歳以上で、緑に関するボランティア活動経験が1年間に10日間以上ある方

定 50人(抽選)

費 1万4400円

申 5月7日(金)(消印・受信有効)までに所定の申込書(東京都環境局緑環境課ホームページで入手可)を郵送(〒163・800東京都環境局緑環境課係、メール 000724@section.metro.kyo.jp)、ファクス(03・5388・1379)のいずれかで応募してください。

先 東京都環境局環境課 03・5388・3555

自衛官採用試験案内

一般幹部候補生

▽応募資格 23年4月1日現在、次のいずれかに該当する方

① 22歳以上26歳未満の男女

② 20歳以上22歳未満の大学卒(見込みを含む)の男女

③ 大学院卒(見込みを含む)の男女

は28歳未満の男女

▽試験日 5月15日(土)

一般曹候補生

▽応募資格 23年4月1日現在、18歳以上27歳未満の者

▽試験日 5月22日(土)

◆ 共通事項

限 5月10日(月)必着

関 府中市浅間町1の5の5航空自衛隊府中基地内 自衛隊東京地方協力本部 府中募集

事務所 ☎365・5233

京 京法務局人権擁護部 ☎03・5213・1365

22年度憲法週間行事 「講演と映画の集い」

傍聴できます

東京都都市計画審議会

日 5月6日(木)

時 午後1時30分(開場は午後1時)〜5時10分(予定)

場 羽村市生涯学習センターゆとろぎ大ホール(JR青梅線羽村駅下車、東口徒歩8分)

定 840人(先着順)

関 林家うん平(落語家)による講演「うん平の人権講話」涙と笑いの人権ばなし」と映画「ディア・ドクター」(字幕付き)の上映

※託児室(要予約)、手話通訳、要約筆記があります。

費 無料

主 財団法人人権擁護協会

関 東京都総務局人権部 ☎03・5388・2588、東京法務局人権擁護部 ☎03・5213・1365

東京都都市計画審議会

日 5月21日(金)

時 午後1時30分

場 都庁会議室

定 15人(抽選)

関 付議予定案件「東京都都市計画地区計画 豊洲地区地区計画」ほか

※詳細は「東京都」ホームページをご覧ください。

申 往復はがき(1人1通のみ有効)に住所、氏名(フリガナ)、電話番号を記入のうえ、申し込んでください。

限 4月23日(金)消印有効

先 関 163・800東京都都市整備局都市計画課 ☎03・5388・3225

みんなのコーナー

開催します!

稲城手づくり

市民まつり2010

日 5月3日(月・祝) 午前10時〜午後6時、4日(火祝) 午前10時〜午後4時30分

場 城山公園

※駐車場はありません。

関 リサイクルと分かち合いのフリーマーケット、多芸多彩のまつりの演出ほか

主 稲城手づくり市民まつり2010実行委員会

後 稲城市、(財)いなぎグリーンウェルネス財団、稲城市社会福祉協議会、NPO

法人市民活動サポートセンター いなぎ

関 稲城手づくり市民まつり2010実行委員会(社会福祉協議会ボランティアセンター) ☎378・3800

奥多摩

水と緑のふれあい館 ミニコンサート

アコーディオン・ヴァイオリン演奏によるソプラノ歌手の素敵な歌声と、山並みに映える桜が美しい春の奥多摩を味わう週末の2日間、ミニコンサートを開催します。

日 4月24日(土)・25日(日)

時 午前11時45分〜午後1時15分(2回演奏、両演奏とも30分程度)

場 奥多摩水と緑のふれあい館

関 1階ふれあい広場 西多摩郡奥多摩町原5番地

「JR青梅線奥多摩駅前から西東京バス「奥多摩湖」行き乗車(約20分)「奥多摩湖」バス停下車

費 無料

関 奥多摩水と緑のふれあい館 ☎0428・86・2731

東京都訪問介護員養成研修2級課程(2級ホームヘルパー養成講座)・東京都障害者(児)居宅介護従業者養成研修2級課程

2つの資格を同時に取得できます 教育訓練給付制度指定講座

日 ①6月8日〜8月17日 ②7月26日〜9月22日

場 ①月火水木金コース ②日曜コース

時 ①6月8日〜8月17日 ②7月26日〜9月22日

場 ①月火水木金コース ②日曜コース

時 ①6月8日〜8月17日 ②7月26日〜9月22日

場 ①月火水木金コース ②日曜コース



家庭血圧測定の勧め

お問い合わせ 稲城市保健センター ☎378-3421

高血圧の治療では「いかに普段の血圧を正常値に近づけるか」が大切です。「外来血圧」は月に1回程度、医師の前で測定するという特殊な状況の血圧です。から、普段の血圧、つまり「家庭血圧」と一致するとは限りません。「高血圧治療ガイドライン」によると、高血圧の診断基準は外来血圧では140/90mmHg以上、家庭血圧では135/85mmHg以上と、外来血圧と家庭血圧の差が5mmHg程度となっていくわけですが、実際にはかなりの個人差があります。緊張しやすい方では、家庭血圧が正常にも関わらず外来血圧が上昇して高血圧と診断されるケース(白衣高血圧)があります。また逆の現象として、普段の血圧が高い(たとえば職場環境でのストレスが大きい場合)にも関わらず外来血圧は正常なために見逃されるケース(仮面高血圧)もあります。したがって、家庭血圧を把握しておくことは高血圧を正しく診断するうえで不可欠です。血圧のお薬を調整する情報としても重要です。

家庭血圧測定のタイミングとしては、朝(起床後1時間以内)と晩(就寝前)の一日2回、いずれも座位1分から2分の安静後の測定が推奨されています。また、使用する血圧計は上腕計は測定が容易ですが不正確になることが多いため、上腕で正確に測定した血圧値との差がないか一度確認しておくといでしょう。

家庭血圧は、できれば毎日測ることが理想的ですが、一週間に2回から3回測定するだけでも毎月の外来で10ポイント以上の血圧値が分かれますので、治療方針の決定に役立ちます。まずは、継続できる方法で家庭血圧測定を始めてみることをお勧めします。

稲城市医師会 力石 昭宏

所の窓口または「ケア・センター」や「わらぎ」ホームページ「講習案内」を入手して、必要事項を記入のうえ提出してください。

関 特定非営利活動法人ケア・センターやわらぎ ☎042・523・3552、☎042・523・7077、〒190・002立川市錦町3の1の3第26クリスタルマンション1階

