



稲城なしのすけ
©K.Okawara・Jet Inoue

いなぎ

広報

緑につつまれ友愛に満ちた
市民のまち稲城

人口と世帯数

平成27年7月1日現在	(前月比)
人口 87,237人	(119人増)
男 44,029人	(53人増)
女 43,208人	(66人増)
世帯数 37,690世帯	(79世帯増)

※人口及び世帯数は、住民基本台帳によるものです。

主な記事

特集 とれたていなぎ
「元気です!! 稲城の農業」 (4)

特集 わがまち稲城「稲城ノルディックウォーキングクラブ」 (5)

出演者・参加者募集
「Iのまちいなぎ市民祭」 (5)

4コマまんが「なしのすけが行く」 (8)



ホームページ <http://www.city.inagi.tokyo.jp/>
公式ツイッター http://twitter.com/inagi_city
メール配信サービス (登録される方は、左のQRコードから、または「inagicity@emp.ikkr.jp」に空メールを送信してください)

市役所(代表) ☎042-378-2111
平尾出張所 ☎042-331-6346
若葉台出張所 ☎042-350-6321
開庁時間 午前8時30分~午後5時

発行 東京都稲城市 編集 秘書広報課広報広聴係 〒206-8601 東京都稲城市東長沼2111 ☎042-378-2111 042-377-4781

稲城市民デー inジャイアンツ球場 入場招待券

住所 稲城市

中学生 ()人
小学生 ()人
未就学児 ()人

※当日ジャイアンツ球場入口前に入場受付特設テントにご提出ください。
(本券1枚で5人まで入場できます)
※中学生の方は学生証、生徒手帳をご提示ください。
※満員の場合は、立ち見となるか入場をお断りする場合があります。

8月1日(土)
開場時間 午後1時
試合開始時間 午後4時
※雨天中止の場合は当日「読売巨人軍」ホームページに掲載します。
読売ジャイアンツ球場(京王よみうりランド駅から徒歩約10分)
入場料 大人1千100円、子ども(小中高生)400円

市内在住・在学の中学生以下は無料(左の入場招待券を特設テントにお持ちください)
試合前パフォーマンス(駒沢女子大学チアリーディング部、稲城第四中学校吹奏楽部、稲城市青少年吹奏楽団、ポーコ・ウィンド・オーケストラ(合同演奏))
市の特産物の梨やぶどう、弁天通り商店会で使える商品

稲城市民デー 8月1日(土) inジャイアンツ球場 (イースタン・リーグ)



イースタン・リーグ公式戦の読売ジャイアンツ対東北楽天ゴールデンイーグルスの試合を、「稲城市民デー」として開催します。
経済観光課観光係

「稲城なしのすけ」も遊びに行きましょう



※詳細は市ホームページをご覧ください。
読売新聞社、日本テレビ、よみうりランド、稲城市

稲城市民憲章 推進の日 inよみうりランド

7月23日(木)



稲城市民憲章

- 一、太陽と緑をたいせつにし、土の香りのあるまちをつくりましょう。
- 一、市民としての自覚をもち、助け合って住みよいまちをつくりましょう。
- 一、年よりやこどもをいたわり、若い力を育てるまちをつくりましょう。
- 一、心身ともに健やかに、笑顔で働けるまちをつくりましょう。
- 一、伝統を尊び、文化を高め、未来に展望がもてるまちをつくりましょう。

(昭和56年11月1日制定)

会場案内図



稲城市民憲章推進協議会では「憲章を広げよう、心のまちづくり」をテーマに、子ども達が楽しみながら市民憲章を知る機会として「稲城市民憲章推進の日」を実施します。オープニングには東京ヴェルディの監督、選手、関係者が登場する予定です。

読売巨人軍選手サイン色紙や東京ヴェルディ選手のサイン入りグッズ等が当たる抽選会を行います(都合により時間・内容が変更になる場合があります)。
午前10時15分~11時
太陽の広場

オープニング
セレモニー

7月23日(木)
雨天決行
午前10時~午後4時(受付
午前9時30分~午後3時)
よみうりランド
入園方法 左下の入園引換券に氏名等を記入し、当日遊園地チケット売場右側特設受付(右下図参照)に提出してください。

クイズラリー
全問正解者には、抽選です

特典

- ①よみうりランド遊園地入園無料
 - ②各種割引(下表参照)
- 稲城市民憲章推進協議会事務局(市民協働課協働推進係)

種類	料金
のりもの券シート(午後3時まで販売)	1,200円→800円
ワンデーパス(プール付き)	大人4,700円→2,500円 子供3,700円→2,500円
プールWA I	大人2,900円→1,900円 子供1,900円→900円

※高校生までは子供料金です。
※平成27年7月23日(木)のみ有効です。

稲城市民憲章推進の日 inよみうりランド 2015年度 入園引換券

住所 稲城市

氏名

大人 ()人 高校生 ()人
中学生 ()人 小学生 ()人
未就学児 ()人

※当日入園前に、この券を特設受付に提出してください。
※平成27年7月23日(木)のみ有効です。

夏休み期間中の各地区行事等

地区	行事	期日	会場	地区キャンプ
矢野口	穴澤天神社例大祭	8月23日(日)	穴澤天神社	—
榎戸	盆踊り・子どもまつり	7月25日(土)	自治会館前	8月2日(日)~3日(月)
		8月6日(木)	松葉公園	8月30日(日)
松葉	盆踊り	8月6日(木)	松葉公園	8月30日(日)
宿三谷	盆踊り・子どもまつり	8月1日(土)	宿三谷公会堂前	8月8日(土)~9日(日)
中島	白山神社例大祭	7月12日(日)	白山神社	—
根方	八雲神社例大祭	7月19日(日)	八雲神社	8月1日(土)
塚戸	盆踊り	8月1日(土)	塚戸ちびっこ広場	8月20日(木)
東長沼	お祭り	7月12日(日)	八坂神社	7月26日(日)
		7月19日(日)	津島神社	
		8月3日(月)・4日(火)	稲城第三小学校	
大丸	お祭り	7月20日(月・祝)	津島神社	7月25日(土)~26日(日)
		8月22日(土)	大丸地区会館	8月29日(土)~30日(日)
百村	盆踊り	8月7日(金)・8日(土)	神化児童公園	8月29日(土)~30日(日)
坂浜	盆踊り	8月6日(木)・7日(金)	稲城第二小学校	8月22日(土)~23日(日)
平尾	盆踊り	8月7日(金)・8日(土)	近隣公園	7月18日(土)~19日(日)
押立	お祭り	7月18日(土)・19日(日)	島守神社	—
		7月31日(金)・8月1日(土)	ふれあい広場	7月19日(日)~20日(月・祝)
向陽台	夏祭り	8月29日(土)	城山公園	8月29日(土)~30日(日)
長峰	夏祭り	8月15日(土)	長峰小学校	—
若葉台	野外映画会	7月25日(土)	若葉台小学校	—
		8月22日(土)	若葉台公園	—



▲昨年の盆踊りの様子(百村)

お知らせします
夏休み期間中の各地区行事

夏休み期間中の各地区の行事等を左表のとおりお知らせします。詳しくは地区内の掲示板等に貼ってあるポスター等をご覧ください。

稲城ふれあいの森
家族キャンプ
参加者募集

稲城ふれあいの森で、家族キャンプ(宿泊)ができます。野外活動や散策、自然観察など、ご家族一緒に豊かな自然を満喫しませんか。



▲稲城ふれあいの森テントサイト

先週児童青少年課青少年係 対市内在住のご家族
8月15日(土)、16日(日)
稲城ふれあいの森
※昨年からの入口を変更いたしますので、事前に市ホームページ等で確認ください。
定10家族(申込先着順)
※常設6人用テント(1家族)無料
※食材・飲み物等は持参してください(飲酒は不可)。
7月16日(木)から電話でお

皆さんが公園を気持ちよく利用できるよう、利用マナーの向上にご協力ください。
公園を利用する皆さんへ
夜遅くまで大声で騒ぐなど、公園の周辺に住んでいる方に
先週児童青少年課青少年係 限7月31日(金)
申し込みください。

公園の
利用マナー向上に
ご協力ください

消防団員募集
地域の安全・安心を守る



▲家族慰安会の様子

6月7日によりうらランドで、日頃より消防団活動にご理解とご協力をいただいているご家族に対し、感謝の意を込めて家族慰安会を実施しました。
当日は天候にも恵まれ、約210人と多くの消防団員とご家族にご参加いただきました。
今後ともご家族の協力のもと、消防団員は稲城市民の安全・安心を守るために、消防・防災活動に全力で取り組めます。

実施しました
稲城市消防団
家族慰安会

稲城消防署
377-7119

消防防課救急係

稲城市役所では応急手当の知識、技術を身につけること、救命率の向上に寄与することを目的として、平成26年度から3年間で全職員が普通救命講習を受講する計画です。現在、職員数630人中、265人が講習を修了し、職員自ら指導者となる応急手当普及員講習修了者も18人在職しています。
また、市立長峰小学校では、応急手当普及員講習修了者が在職し、教職員28人中25人が普通救命講習を修了しており、応急救護体制づくり積極的に協力しています。
皆さんの積極的な救急救命講習の受講をお待ちしています。

稲城市役所、
市立長峰小学校に
救命講習受講優良証を
交付しました

稲城市役所では応急手当の知識、技術を身につけること、救命率の向上に寄与することを目的として、平成26年度から3年間で全職員が普通救命講習を受講する計画です。現在、職員数630人中、265人が講習を修了し、職員自ら指導者となる応急手当普及員講習修了者も18人在職しています。
また、市立長峰小学校では、応急手当普及員講習修了者が在職し、教職員28人中25人が普通救命講習を修了しており、応急救護体制づくり積極的に協力しています。
皆さんの積極的な救急救命講習の受講をお待ちしています。

迷惑となる行為はやめましょう。
公園で花火をする時の4つの約束
①手持ち花火のみ可(ロケット花火や爆竹など、他の利用者や近隣の方の迷惑となるものは禁止です)
②花火は午後10時まで
③バケツに水を用意する
④ごみは必ず全て持ち帰る
※迷惑行為などを発見した場合は、市内公園の指定管理者である(公財)いなぎグリーンウェルネス財団へご連絡ください。
※夜間の公園利用による安眠妨害や不審者に関する場合は、110番通報してください。
土木課緑と公園係、(公財)いなぎグリーンウェルネス財団 331-7156

各団員の役割を確認



▲整列する消防団員

エンジンカッターでドアを解放



訓練の想定は2階部分の居室から出火、南側ベランダ方向からの放水と北側玄関ドアを破壊・突入して放水するという実践的なものでした。鉄製の玄関ドアを各分団に配備されているエンジンカッターで焼き切ったうえで鍵を解除し、階段から消火ホースを延長して

市長コラム
No.44
消防団普通教育訓練
を見学して

5月17日、消防団への激励を兼ねて普通教育訓練の現場を見学させていただきました。今回の訓練は、旧大丸第1都営団地内の取壊し予定棟をそのまま借り受けての実践的なものです。通常、実際の建物内で消防団員が訓練を行う機会は、めったにありませんので、私にとっても貴重な体験でした。

実は、現在高層化して建替えが完了している都営大丸アパートの工事着手前に、今回と同様に取壊し予定棟を借り受けて訓練をしたことがあったようですが、その当時は破壊や放水はできなかったとのことでした。
しかし、今回は取壊し予定棟の使用について特に条件はなく、訓練に必要な範囲であれば破壊や放水も可能とのことでした。
訓練の想定は2階部分の居室から出火、南側ベランダ方向からの放水と北側玄関ドアを破壊・突入して放水するという実践的なものでした。鉄製の玄関ドアを各分団に配備されているエンジンカッターで焼き切ったうえで鍵を解除し、階段から消火ホースを延長して



▲放水する消防団員



稲城市長 高橋 勝浩

梅雨入り前の5月とはいえ朝から日差しが眩しく、防火衣を着用して汗だくになりながら、真剣に取り組んでくださった団員の皆さんに深い敬意を表するとともに、今回快く施設を提供してくださいました東京都都市整備局に改めて感謝いたします。

放水を待つ消防団員

室内に突入・放水する訓練を、参加した第1、8分団の全団員が体験できました。市では、東日本大震災の発生以来、消防団への各種資機材配備を強化しておりますが、災害対応の力ギとなるのは、やはり熟練した人材です。
日頃自らの仕事をこなしながら消防団に従事してくださる若者が、こうした高度な訓練を通じてさらにスキルを上げていくことは、市民にとっても心強い限りです。



▲放水する消防団員

マイナンバーの通知は住民票の住所にお届けします

現在のお住まいと住民票の住所が異なる方は、お住まいの市区町村にご相談ください。 稲市民課市民窓口係

家庭剪定枝りサイクル情報

▽8月の作業日・地区 8/4(火)・若葉台、8/18(火)・長峰、8/25(火)・押立、全ての作業日・東長沼 申作業日前週の金曜日午前中までに電話でお申し込みのうえ、持ち込む場所を確認し、土曜日から月曜日までに必ず葉を取り除いてからお持ち込みください(葉付きの剪定枝や取り除いた葉は、燃えるごみの日にせせば2袋(束)まで無料収集します)。先環境課ごみ・リサイクル係

8月8日(土)開催 環境学習センター イベント

家で眠っている おもちゃありませんか

「おもちゃの病院」

リユースの精神を育むための「おもちゃの病院」を開院します。当日は、症状を伺いますので、なるべくお子さんと一緒に、壊れたおもちゃを持ってご来場ください。また、



▲治療(修理)の様子

取扱説明書などがあれば一緒にお持ちください。
定20組程度(予約者優先)
費無料(部品交換の場合は実費負担)
申電話で予約してください。
※モデルガンなどの危険なおもちゃは取り扱いません。
※中古購入などで最初から壊れていたおもちゃの持ち込みはご遠慮ください。
生ごみ処理容器「くうたくん」 展示即売会開催!

取扱説明書などがあれば一緒にお持ちください。
定20組程度(予約者優先)
費無料(部品交換の場合は実費負担)
申電話で予約してください。
※モデルガンなどの危険なおもちゃは取り扱いません。
※中古購入などで最初から壊れていたおもちゃの持ち込みはご遠慮ください。
生ごみ処理容器「くうたくん」 展示即売会開催!

参加者募集 夏休み親子で 生ごみ処理施設 見学会
家庭から出たごみはどのように処理されているのでしょうか。ごみ減量とリサイクルの重要性を理解していただくため、親子でごみについて勉強

参加者募集 夏休み親子で 生ごみ処理施設 見学会
家庭から出たごみはどのように処理されているのでしょうか。ごみ減量とリサイクルの重要性を理解していただくため、親子でごみについて勉強

参加者募集 夏休み親子で 生ごみ処理施設 見学会
家庭から出たごみはどのように処理されているのでしょうか。ごみ減量とリサイクルの重要性を理解していただくため、親子でごみについて勉強



▲くうたくん

介護予防教室

食べることは 健康の基本!

おいしく、楽しく、バランス良く食べて、いつまでも元気でいましょう。

対おおむね65歳以上の方
日8月4日(火)
時午後1時30分〜3時
場ふらっとcaféやのくち(矢野口1659の4ストリ

対おおむね65歳以上の方
日7月31日(金)
時午後2時〜3時30分
場総合体育館ミーティングルームI
定20人(申込先着順)
講田中 竜太郎氏(理学療法士)

対おおむね65歳以上の方
日7月31日(金)
時午後2時〜3時30分
場総合体育館ミーティングルームI
定20人(申込先着順)
講田中 竜太郎氏(理学療法士)

楽しむことができる 老いに負けない からだづくり

リハビリの専門職から、簡単にできるからだづくりを学び、みんなでからだを動かしましょう。

対おおむね65歳以上の方
日7月31日(金)
時午後2時〜3時30分
場総合体育館ミーティングルームI
定20人(申込先着順)
講田中 竜太郎氏(理学療法士)

対おおむね65歳以上の方
日7月31日(金)
時午後2時〜3時30分
場総合体育館ミーティングルームI
定20人(申込先着順)
講田中 竜太郎氏(理学療法士)

対おおむね65歳以上の方
日7月31日(金)
時午後2時〜3時30分
場総合体育館ミーティングルームI
定20人(申込先着順)
講田中 竜太郎氏(理学療法士)

心身障害者(児) プール開放

水に親しみ、ふれあいの輪を広げるため、プール開放事業を実施します。

対市内在住の心身に障害のある方とその家族
日8月7日(金)
時雨天または気温・水温の低い場合は中止
場稲城第一中学校プール
※付き添いの方も原則水着を着用してください。
障害福祉課障害福祉係

対市内在住の心身に障害のある方とその家族
日8月7日(金)
時雨天または気温・水温の低い場合は中止
場稲城第一中学校プール
※付き添いの方も原則水着を着用してください。
障害福祉課障害福祉係

対市内在住の心身に障害のある方とその家族
日8月7日(金)
時雨天または気温・水温の低い場合は中止
場稲城第一中学校プール
※付き添いの方も原則水着を着用してください。
障害福祉課障害福祉係

納期限 7月31日(金) 固定資産税・都市計画税(第2期) 国民健康保険税(第1期) 安心!納税!口座振替!! 収納課

フリーマーケット 出店者募集!

日8月22日(土) 時午前10時〜正午 場環境学習センター(敷地内) 募集区画数 12区画(2m×2m)(申込先着順) ※場所は選べません。

日8月22日(土) 時午前10時〜正午 場環境学習センター(敷地内) 募集区画数 12区画(2m×2m)(申込先着順) ※場所は選べません。

日8月22日(土) 時午前10時〜正午 場環境学習センター(敷地内) 募集区画数 12区画(2m×2m)(申込先着順) ※場所は選べません。

日8月22日(土) 時午前10時〜正午 場環境学習センター(敷地内) 募集区画数 12区画(2m×2m)(申込先着順) ※場所は選べません。

分別徹底のお願い スプレー缶・カセットボンベ・ガスライターは 有害物です

スプレー缶など引火性の強いものを可燃や不燃ごみと一緒に出すと、収集車が車両火災を引き起こし、更に周辺一帯を巻き込んだ大惨事につながる恐れがあります。

スプレー缶など引火性の強いものを可燃や不燃ごみと一緒に出すと、収集車が車両火災を引き起こし、更に周辺一帯を巻き込んだ大惨事につながる恐れがあります。

スプレー缶など引火性の強いものを可燃や不燃ごみと一緒に出すと、収集車が車両火災を引き起こし、更に周辺一帯を巻き込んだ大惨事につながる恐れがあります。

スプレー缶など引火性の強いものを可燃や不燃ごみと一緒に出すと、収集車が車両火災を引き起こし、更に周辺一帯を巻き込んだ大惨事につながる恐れがあります。

スプレー缶など引火性の強いものを可燃や不燃ごみと一緒に出すと、収集車が車両火災を引き起こし、更に周辺一帯を巻き込んだ大惨事につながる恐れがあります。

募集します 環境ポスター

市内在住・在学・在勤者 応募期間 9月1日(火)〜10月16日(金) テーマ ①食べ残さない、マイバックを使うなど、わたしにもできる「ごみ減量やごみ分別、リサイクルに関すること」②ごみのポイ捨て禁止

市内在住・在学・在勤者 応募期間 9月1日(火)〜10月16日(金) テーマ ①食べ残さない、マイバックを使うなど、わたしにもできる「ごみ減量やごみ分別、リサイクルに関すること」②ごみのポイ捨て禁止

市内在住・在学・在勤者 応募期間 9月1日(火)〜10月16日(金) テーマ ①食べ残さない、マイバックを使うなど、わたしにもできる「ごみ減量やごみ分別、リサイクルに関すること」②ごみのポイ捨て禁止

市内在住・在学・在勤者 応募期間 9月1日(火)〜10月16日(金) テーマ ①食べ残さない、マイバックを使うなど、わたしにもできる「ごみ減量やごみ分別、リサイクルに関すること」②ごみのポイ捨て禁止

市内在住・在学・在勤者 応募期間 9月1日(火)〜10月16日(金) テーマ ①食べ残さない、マイバックを使うなど、わたしにもできる「ごみ減量やごみ分別、リサイクルに関すること」②ごみのポイ捨て禁止



電子証明書発行業務は 12月22日(火)で終了します 平成28年1月から個人番号カードの交付が開始されるのに伴い、住民基本台帳カード(住基カード)向け電子証明書発行・更新等業務は12月22日(火)で終了します。電子証明書が期限切れになる方は早めに更新の手続きをお願いします。

ごみ減量やリサイクルについて、市職員による出張説明会を行っています。説明会では、ごみの分別や出し方、処理の流れ、ごみ量とその内訳、減量のポイント等をゲームやクイズでお話しする他、皆さんの疑問・質問にお答えします。

出張説明会を実施しています 実施していただきます 日7月31日(金) 時午前10時〜正午 場環境課ごみ・リサイクル係

出張説明会を実施しています 実施していただきます 日7月31日(金) 時午前10時〜正午 場環境課ごみ・リサイクル係

出張説明会を実施しています 実施していただきます 日7月31日(金) 時午前10時〜正午 場環境課ごみ・リサイクル係

出張説明会を実施しています 実施していただきます 日7月31日(金) 時午前10時〜正午 場環境課ごみ・リサイクル係

出張説明会を実施しています 実施していただきます 日7月31日(金) 時午前10時〜正午 場環境課ごみ・リサイクル係

出張説明会を実施しています 実施していただきます 日7月31日(金) 時午前10時〜正午 場環境課ごみ・リサイクル係

出張説明会を実施しています 実施していただきます 日7月31日(金) 時午前10時〜正午 場環境課ごみ・リサイクル係

出張説明会を実施しています 実施していただきます 日7月31日(金) 時午前10時〜正午 場環境課ごみ・リサイクル係

出張説明会を実施しています 実施していただきます 日7月31日(金) 時午前10時〜正午 場環境課ごみ・リサイクル係

出張説明会を実施しています 実施していただきます 日7月31日(金) 時午前10時〜正午 場環境課ごみ・リサイクル係

農家開設型市民農園の応募期限を延長します

広報いなぎ7月1日号でお知らせした「農家開設型市民農園」の応募期限を延長します。農園の詳細、応募方法等は広報いなぎ7月1日号6面をご覧ください。

先に経済観光課農政係



関係公報課広報秘書

元気です!! 稲城の農業

「農」に親しみ、「仲間」と触れ合う市民農園



稲城市は農業が元気です

稲城市内には多くの農園があります。平成22年の国勢調査では市内の農家は280戸あり、梨やぶどう、野菜の生産をしています。市内で生産されている農作物の65%は梨の生産が占めており、品種「稲城」は稲城市の代名詞となっています。

農業にチャレンジ!

農業にチャレンジしたい市民を応援するため、市ではファミリー農園、農業体験農園、農家開設型市民農園の3つの農業体験を行っています。

①**ファミリー農園**
土地所有者のご好意により農地を借り受け、ファミリー農園として市民の皆さんに提供しています。

②**農業体験農園**
プロの農家の方に農作業を直接指導してもらえらる農園です。農業の知識や技術を学びながら、農業者との交流や新鮮で質の高い農産物の収穫を目指します。

③**農家開設型市民農園**
農業者が開設運営する農園です。1年間での契約で、最大5年間利用できます。

6月10日に農家開設型市民農園の庄樹園(矢野口)で行われた立毛審査会取材しました。

※立毛とは農作物を収穫する前の状態を言います。

立毛審査会の様子

園主の石黒さん、立毛審査会最優秀賞の猪倉さんにインタビューしました

農家開設型市民農園「庄樹園」園主 石黒 庄司さん

市民農園として貸し始めた経緯は何ですか?
現在、市民農園として貸し出している農地は、盆栽の販売等に利用していました。仕事を辞めたあとも市内の緑を残したいという思いで、4年前に農家開設型市民農園を開設しました。

貸し出してみてどうでしたか?
立毛審査会は初の試みで、一緒に作業してきた仲間とこれからも農作業を続けてほしいという気持ちから行いました。これからも市民の皆さんと一緒に農地を守っていききたいと思います。



▲表彰式の様子

農作業をしてきてどうでしたか?
庄樹園さんで農業をしていて、多くの仲間ができました。もともと知らなかった方も一緒に今年は何を植えようか、どういう肥料がいいのか等話し合っていくうちにとてもいい輪を築くことができました。

これから作りたい作物はありますか?
来年に向けて、のらぼう菜など冬を越えるもの、じゃがいも等の少し時間がかかる作物を作りたいです。



▲これまでの記録



▲土の工夫(もみ殻)

庄樹園利用者 猪倉 栄一さん

すぐ近くで買える、新鮮地元野菜

関係課農政経済

市内の農産物直売所やスーパー等では、新鮮な市内産の野菜が棚を彩っています。他ではなかなか見られない果実や野菜も出荷されています。各農家が丹精込めて作った農産物をぜひご賞味ください。

市内の農産物直売所 **79**カ所



いなぎ農産物直売所マップはJ A東京みなみ、稲城市経済観光課や市ホームページから入手できます。

農産物直売所シンフォニー・ハーベストで聞いてみました

「売れ筋 夏野菜!!!」

★ **トマト**

★ **キュウリ**

★ **ナス**

※農産物は季節や日によって変わります。

J A東京みなみ稲城支店農産物直売所 シンフォニー
東長沼2110-1
営業日 月～土曜日(日曜日、祝日は休業)
営業時間 午前9時～午後4時

平尾農産物直売所 ハーベスト
平尾1-49-5
営業日 月～土曜日(日曜日、祝日は休業)
営業時間 午前8時30分～午後2時

市担当者からの一言

園主の石黒さんは利用者の方が気持ちよく農園を利用できることを考え、利用者の方は整った環境で農業を楽しむというバランスが取れていることが、長く続けられる理由だと感じました。これからも園主や利用者の方が積極的に利用していただけるようにサポートしていきます!

▶ **経済観光課 農政係 鹿島**

特集 まちの話題を集める

わがまち稲城 2015

稲城ノルディックウォーキングクラブ 三浦 寿さん



ノルディックウォーキングは、2本のポールを使用し、全身でウォーキングをするフィンランド生まれのスポーツです。フィンランドの格言で「健康は個人の義務であり、美徳である」とあるように、多くの国民に親しまれているそうです。

三浦さんは稲城ノルディックウォーキングクラブの設立当初から活動しています。同クラブは仲間と一緒にウォーキングを楽しみ、地域の健康増進に役立つことを目的に、平成21年5月に発足しました。発足当初はなかなか人が集まらなかったそうですが、現在では小学校4年生から85歳の方まで幅広い年代の150人の方々がクラブに加入しています。中には、親子三代で楽しまれているご家族もいるとのこと。

稲城市近郊の多摩丘陵は適度な高低差があり、ノルディックウォーキングに最適な地形ということで、毎月1回稲城市内や近隣市を皆さんで歩いています。お勧めのコースの「よこやまの道」や「ありがた山〜小沢城址公園」では自然を感じながら歩けるそうです。

ノルディックウォーキングの魅力を伺うと「若々しくいられ、自分の体調を知ることができ、競技ではないからこそみんなで楽しめるスポーツである」と話してくれました。



今後のクラブの目標は「日本ノルディックウォーキング協会公認のコースを稲城に作り、東京のノルディックウォーキングの基地は稲城市だと言われるように頑張りたい」と語ってくれました。



一人一スポーツと言われている今、ノルディックウォーキングに取り組み、稲城を知ってみるのいかがでしょうか。

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



▲大塚牧場の乳牛



第2回 稲城ぶらい散歩スタンプラリー



▲郷土資料室（ふれんど平尾内）

今回の「手作りアイスクリーム、動物ふれあいコース」では若葉台駅から坂浜・平尾地区まで、自然や動物との触れ合いを楽しみながら散策するコースです。「稲城の太鼓判」に認証されたアイスクリームや天然酵母を使用したパンなどのお買物をしながら、稲城の歴史と自然を味わいます。案内チラシについている応募はがきに、4つの稲城なしのすけスタンプを集めて応募すると、抽選で50人に稲城の美しいお土産が当たります。スマートフォン専用アプリ「ふらっと案内」からも応募できます。

観光ウォーキング ツアー

参加者募集

稲城駅から百村地区の歴史に触れる、観光ウォーキングツアーを実施します。

無病息災を願って行われる、妙見尊で長年伝承されてきた奇祭「蛇より行事」を主に見学します。蛇より行事では刈り取ったカヤをよって、長さが100〜150メートルもある大蛇を作ります。この蛇に触れると、災難や病気が免れると信仰されています。

8月7日(金) 午後1時30分〜4時30分

先岡経済観光課観光係

7月15日(水)〜8月14日(金) ※案内チラシは市内公共施設や駅、その他商業施設等で配布しています。



▲稲城駅前に集合



▲蛇より行事の様子

梨赤星病 予防にご協力ください

ビャクシン類(カイヅカイブキ、タマイブキ、一部のコニファー等)は梨の赤星病の伝染源となります。

稲城市は、梨の栽培に長い歴史があります。特産物の梨を守るために、市内にはこれらの植物を植えないようご協力をお願いいたします。

稲城市経済観光課農政係、JA東京みなみ稲城支店指導経済課 ☎377・6002

参加者募集要項

	メインステージ出演者	和太鼓コンテスト	びっくり市
対象	市内在住・在勤・在学者を主なメンバーとして活動している個人またはグループ ※政治・宗教活動、営利目的を伴う活動は不可	20歳以下の個人またはチーム(笛・鳴り物含めて10人以内)	次のいずれかに該当する方 ○稲城市内において事業を営んでいる者 ○稲城市内で文化・福祉などの市民活動を行っている団体 ○産業まつり実行委員会が出店を認めた団体 ※実行委員会による資格審査があります。
期日	①10月24日(土)、②25日(日)	10月24日(土)	10月24日(土)・25日(日)
時間	各20分以内	午後1時30分〜(予定)、各5分以内	午前10時〜午後4時30分
定員	①5団体程度、②8団体程度	10チーム程度	テント100台(1団体につき2つまで申込可)
申込方法	「募集の手引き」を参照のうえ、出演申込書を郵送または持参してください。 ※募集の手引きは市民協働課、平尾・若葉台出張所またはホームページから入手できます。 ※申込多数の場合は抽選	地域振興プラザまたは市ホームページから申込書を手し、窓口持参、郵送、メールでお申し込みください。	「募集の手引き」を参照のうえ、出店申込書等を提出してください。 ※募集の手引き・出店申込書配布は商工会窓口または「稲城市商工会」ホームページから入手できます。
申込期限	7月31日(金)消印有効	7月31日(金)消印有効	8月7日(金) ※7月27日(月)から受け付けます。
申込先問い合わせ	Iのまちいなぎ市民祭実行委員会事務局(市民協働課協働推進係) ☎378-2111(内線274)	Iのまちいなぎ市民祭ふれあいまつり部門実行委員会事務局(NPO法人市民活動サポートセンターいなぎ) 〒206-0802稲城市東長沼2112の1(地域振興プラザ1階) ☎378-2112 ☎378-6971 ✉info@i-inagi-support.org	産業まつり実行委員会事務局[商工会(地域振興プラザ2階)] ☎377-1696 午前9時〜正午、午後1時〜5時 ※土・日曜日を除く。
備考	出演日・時間はステージ部会実行委員会が決定します。出演決定通知は9月初旬までに文書で通知します。	曲目・演奏形態は自由です。太鼓は主催者側で用意します(21台)。パチ(材質はホウ、ヒノキ、ブナに限る)・笛・鳴り物は参加者でご用意ください。	○稲城市暴力団排除条例により出店者情報を警察へ提出します。 ○飲食関係の出店は、臨時出店届(保健所への届け出)が必要です。 ○火気取扱い出店者は消火器が必要です。

出演者・参加者募集



第14回 あい Iのまち いなぎ市民祭

10月23日(金)〜25日(日)に稲城中央公園で第14回Iのまちいなぎ市民祭の開催を予定しています。Iのまちいなぎ市民祭実行委員会では市民祭のメインステージ、和太鼓コンテスト、びっくり市の出演者及び参加者を募集します。参加を希望される方は左表の募集要項を参照のうえ、各申込先にお申し込みください。

「ご協力ください」 法定外 公共物の 立会い

市内には本来の機能がなくなった法定外公共物があります。これらの適正な管理のため、平成23年度から法定外公共物に接する土地をお持ちの方に立会い等のご協力をいただいております。今年度も矢野口・東長沼地区を中心に法定外公共物の調査を行いますので、ご協力をお願いします。調査は法定外公共物の存在を確認するもので、境界を決めるものではありません。ご協力をいただく際は個別にお知らせします。

7月中旬～12月末日

法定外公共物とは

国道、県道、市道や、一級・二級・準用河川のように、道路法、河川法等が適用・準用される公共物を法定公共物とす。これらに対し、里道、水路等のように道路法、河川法等が適用・準用されない公共物を法定外公共物といいます。

学校給食業務 臨時職員募集

市内在住の20歳以上で、午前提前は午後3時間程度勤務可能な健康な方
※資格等不要
▽勤務内容 調理補助等(給食調理等業務及び給食終了後の食器洗浄業務)

「はかり」 の定期検査

商店での取り引きや学校、病院等での証明に使用する「はかり」は、2年に1度検査を受けなければなりません。



「はかり」の検査は、検査員が検査対象のお店等まで伺い検査を実施します。会場での持ち込み検査も併せて実施しますので、いずれかで検査を受けてください。

検査対象の方には、はがきで事前通知をしますが、通知の無かった方、新たに「はかり」を使用するようになった方、また、「はかり」を使用しなくなった方はご連絡ください。
▽検査期間 7月27日(月)～

運営事業者 募集

総合体育館内にあるレストラン「パークヒル」の運営事業者を募集します。詳細は市

国民健康保険 のお知らせ

国民健康保険
国民健康保険係
国民健康保険係

40歳以上64歳以下の方 高齢受給者証を更新します

8月1日以降にお使いいただく高齢受給者証を7月下旬に郵送します。この証は、保険医療機関等を受診する際に保険証と一緒に提示してください。

40歳以上64歳以下の方 介護保険適用除外施設に入所したら 国民健康保険税の減免

申請していただくことで入所期間中の国民健康保険税が減額となります。対象施設に該当するかどうかは、入所施設または保険年金課国民健康保険係にお問い合わせください。

官公署 だよ

平成27年度
排水設備工事責任技術者
資格認定共通試験

10月4日(日)

午前10時～正午
場青山学院大学青山キャンパス9号館
費6千円
▽申込書配布 7月21日(火)

※稲城市下水道課窓口でも受験申込書の配布を行います。
▽申込受付期間 8月3日(月)～31日(月)
東京下水道局排水設備課
03・5320・6582

都立多摩校の丘学園公開講座
ボランティア初級養成講座

対高校生以上の方

9月26日、11月14日、平成28年1月16日(いずれも土曜日、3回連続講座)
時いずれも午後1時～4時
場都立多摩校の丘学園
定20人

車いすの押し方、障害のある方への理解、生活の工夫などの講義
○障害のある方との活動
費無料
申住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、ファクス(042・372・9480)でお申し込みください。
9月4日(金)
都立多摩校の丘学園ボラン

藍の生葉染め教室

8月30日(日)

※小雨決行
午前10時～正午
場都立多摩校の丘公園
集合場所 桜ヶ丘公園内「さ」とやまくらぶ」前
定15人
※申込多数の場合は抽選
持エプロン、汚れてもよい服装
費1千円
申往復はがき(1枚のはがきに2人まで)に参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、お申し込みください。

東京都市計画審議会
傍聴できます
9月2日(水)
午後1時30分～
場東京都庁会議室
定15人(抽選)
申往復はがき(一人一通のみ有効)に住所、氏名、電話番号を記入し、お申し込みください。
8月12日(水)消印有効
※付議予定案件等の詳細は「東京都都市整備局」ホームページをご覧ください。

総合体育館内レストラン 「パークヒル」 運営事業者 募集

総合体育館内にあるレストラン「パークヒル」の運営事業者を募集します。詳細は市

ひきこもりサポートネット 訪問相談

ひきこもりの問題を抱えているご家庭を訪問し、相談に応じる事業を行っています。訪問相談は無料で1人おむね5回まで受けられます。
次の全てを満たすご家庭
○都内在住
○ひきこもりの本人が15歳(中学生を除く)～おおむね34歳
○6カ月以上ひきこもりの状態が続いている。
申電話または窓口でお申し込みください。

動物園ボランティア募集
対満18歳以上の方
場多摩動物公園
動物解説や接遇等
※詳細は、返信用封筒(長形3号、宛先明記、82円切手を貼付)を同封し、郵送で請求ください(8月13日(木)消印有効)。
資料請求先・問い合わせ
東京動物園協会ボランティア募集係(〒110・007台東区上野

国民健康保険 の減額 お知らせ

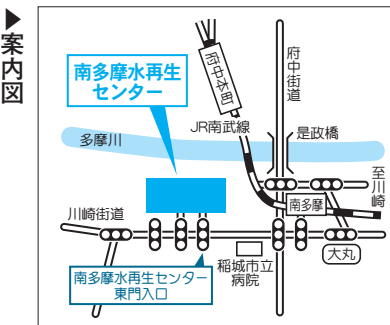
申請していただくことで入所期間中の国民健康保険税が減額となります。対象施設に該当するかどうかは、入所施設または保険年金課国民健康保険係にお問い合わせください。

40歳以上の方 特定健康診査を今すぐ予約!

例年、9・10月は大変混み合い、ご希望の医療機関で受診できない場合がありますので、今すぐ予約しましょう。
対国民健康保険に加入している次の年齢の方
○40歳～64歳となる方
9月30日まで
○65歳～74歳となる方または11月以降に75歳となる方
10月31日まで
※受診券は送付済みです。
申指定医療機関に直接お申し込みください。また、特定健

南多摩水再生センター サマーフェスタ2015

公園9の83) 03・3828・8235
水再生センターでは下水道施設の見学や微生物観察で下水道について学べます。竹細工やスパーボールすくいなどの楽しいイベントも



▲水質測定体験



7月26日(日)
ご参加ください
「ふれあい
保健・医療まつり」

オーエンス健康プラザは、
2つのイベントを行います。

体力測定

握力(筋力)・棒反応(敏捷性)・閉眼片足立ち(平衡性)の3種目に挑戦できます。

時午前10時〜正午、午後1時〜3時

場オーエンス健康プラザエントランス

体験エクササイズ

オーエンス健康プラザで実

施しているプログラムを体験
できます。
対16歳以上の方
時内定左表参照
場健診・外来棟講座室
費無料
※動きやすい服装でお越しください。

プログラム

Table with 3 columns: 時間, 内容, 定員(会場先着順). Rows include ポールストレッチ, 脳トレエクササイズ, チューブでチェアエクササイズ, のびのびストレッチ.

看護師ボランティアによる
駅前の保健室

予約不要です。どなたでも
お気軽にお立ち寄り下さい。

日7月26日(日)

※「稲城ふれあい保健・医療
まつり」で開催します。

時午前10時〜午後3時

場市立病院本院1階

内健康チェック等(7月26日
(日)は血糖測定・AED体験
あり)

費無料

※詳しくは市ホームページを
ご覧ください。

※7月中は駅前での開催はあ
りません。

※通常は、毎月第2土曜日に
矢野口駅改札前、第4土曜日に
若葉台駅改札前で開催しま
す。



稲城SUN GO(産後)
クラブ
産後の育児相談&ヨガ

対生後1カ月〜6カ月の乳児
を持つ両親及び祖父母

日7月29日(水)

時午後2時〜4時

場健診・外来棟2階講座室

費一家族700円

申電話でお申し込みください。

先看護部長室

◆共通事項

※詳しくは「稲城市立病院」
ホームページをご覧ください。

場看護部長室



あいしヨップの夏まつり
ペーパーナプキンで
デコルハンド

ペーパーナプキンを使い、
袋やポーチにデコレーション



▲デコルハンドしたポーチ

しましょう。大人も子ども
楽しめます。

日8月6日(木)

時午前10時〜(受付は午後5
時まで)

申7月15日(水)から電話でお
申し込みください。

※当日直接来場でも可

限8月5日(水)

費袋500円、ポーチ300円
※各20個

先あいしヨップ(大丸118
の5 川崎街道東長沼交差点
南) ☎377-6546



参加者募集
夏休み親子体験教室

対小学生とその保護者
時①8月11日(火)午前10
時〜午後1時「南山散策体験
〜ピクニック」

※お弁当、水筒、虫よけスプ
レー、レジャーシート、保険
代30円を用意し、長そで・長
ズボン・帽子を着用してくだ
さい(黒は不可)。

日8月13日(木)午前10時〜正
午「災害に備えて〜市内防災
倉庫の見学体験」

日8月14日(金)午前10時〜正
午「車椅子の基本操作と車椅子
体験、目の見えない方への
理解と白杖体験、高齢者疑似



受講者を
募集しています

ゆかた着付け教室
日7月22日(水)

時午後7時〜9時

場地域振興プラザ3階

定6人(申込先着順)
費1千円

申7月15日(水)午前9時から
窓口でお申し込みください。

※受講者が2人未満の場合は
開講しません。

パソコン講習会

対18歳以上の文字入力のでき
る方(①を除く)

内日時費下表のとおり
※詳細は、最寄りの文化セン
ター等のチラシまたは「稲城
市シルバー人材センター」ホ
ームページ等をご覧ください。

場地域振興プラザ3階

定各5人(応募多数の場合は
抽選)
申往復はがきに希望コース(複
数可)・住所・氏名(フリガ
ナ)・年齢・性別・電話番号
を記入し、ご応募ください。

対18歳以上の文字入力のでき
る方(①を除く)

内日時費下表のとおり

※詳細は、最寄りの文化セン
ター等のチラシまたは「稲城
市シルバー人材センター」ホ
ームページ等をご覧ください。

場地域振興プラザ3階

対18歳以上の文字入力のでき
る方(①を除く)

内日時費下表のとおり

※詳細は、最寄りの文化セン
ター等のチラシまたは「稲城
市シルバー人材センター」ホ
ームページ等をご覧ください。

場地域振興プラザ3階

対18歳以上の文字入力のでき
る方(①を除く)

内日時費下表のとおり

※詳細は、最寄りの文化セン
ター等のチラシまたは「稲城
市シルバー人材センター」ホ
ームページ等をご覧ください。

場地域振興プラザ3階

Table with 4 columns: コース, 期日(コース期間), 時間, 受講料(テキスト代含む). Rows include Windows 8.1, Excel 2010, Word 2010.

※①はWindows 8.1、②③はWindows 7搭載のノートパソコンを使用します。

夏休み特別講習

対7月22日(水)必着
先シルバー人材センターパソ
コン講習会係(〒206・0802稲城
市東長沼2112の1)

夏休み特別講習

内対日時定左表のとおり
場環境学習センター
費各コース5千円
申7月21日(火)午前9時から
窓口でお申し込みください。

対7月22日(水)必着
先シルバー人材センターパソ
コン講習会係(〒206・0802稲城
市東長沼2112の1)

夏休み特別講習

内対日時定左表のとおり
場環境学習センター
費各コース5千円
申7月21日(火)午前9時から
窓口でお申し込みください。

対7月22日(水)必着
先シルバー人材センターパソ
コン講習会係(〒206・0802稲城
市東長沼2112の1)

夏休み特別講習

内対日時定左表のとおり
場環境学習センター
費各コース5千円
申7月21日(火)午前9時から
窓口でお申し込みください。

対7月22日(水)必着
先シルバー人材センターパソ
コン講習会係(〒206・0802稲城
市東長沼2112の1)

夏休み特別講習

内対日時定左表のとおり
場環境学習センター
費各コース5千円
申7月21日(火)午前9時から
窓口でお申し込みください。

申7月15日(水)から電話でお
申し込みください。

共稲城市消防本部

◆共通事項

先社会福祉協議会ボランテ
ィアセンター ☎378-3800

申7月15日(水)から電話でお
申し込みください。

共稲城市消防本部

◆共通事項

先社会福祉協議会ボランテ
ィアセンター ☎378-3800

申7月15日(水)から電話でお
申し込みください。

共稲城市消防本部

◆共通事項

先社会福祉協議会ボランテ
ィアセンター ☎378-3800

申7月15日(水)から電話でお
申し込みください。

共稲城市消防本部

申7月15日(水)から電話でお
申し込みください。

共稲城市消防本部

◆共通事項

先社会福祉協議会ボランテ
ィアセンター ☎378-3800

申7月15日(水)から電話でお
申し込みください。

共稲城市消防本部

◆共通事項

先社会福祉協議会ボランテ
ィアセンター ☎378-3800

申7月15日(水)から電話でお
申し込みください。

共稲城市消防本部

◆共通事項

先社会福祉協議会ボランテ
ィアセンター ☎378-3800

申7月15日(水)から電話でお
申し込みください。

共稲城市消防本部



▲昨年実施の様子

みんなの
コーナー
参加募集!!
夏休み親子陶芸教室
対市内在住の小学3〜6年生
の児童と保護者の2人1組
日7月24日(金)・25日(土)
時午後1時15分〜2時15分
場いなぎ正吉苑
定各日7組
※応募者多数の場合は抽選
持エプロン、フェイスタオル
費1人500円(1組1千円)

あなたの創業応援します
新規入居者募集中
ビジネススクエア多摩
ビジネススクエア多摩は、
産業競争力強化法に基づき認
定を受けた創業支援施設です。

オフィス機能、交流スペー
ス、商談スペースを完備し、
インキュベーションマネーじ
ャーやコミュニティマネーじ
ャーによる創業のサポートも
行っています。創業に興味あ
る方はぜひご利用ください。

募集
成年後見センター職員
職種 コーディネーター(嘱
託員)
職務内容 相談、後見人の
紹介、社会貢献型後見人の養
成と後見監督等
※申込方法・勤務条件等はお
問い合わせください。

対小学生とその保護者
時①8月11日(火)午前10
時〜午後1時「南山散策体験
〜ピクニック」

ゆかた着付け教室
日7月22日(水)

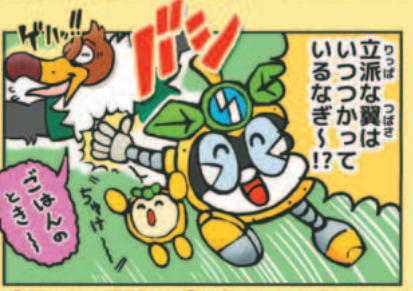
パソコン講習会
コース 期日(コース期間) 時間 受講料(テキスト代含む)

夏休み特別講習
コース 対象 日程 時間 定員

なしのすけが行く

「ヴェルディ若の翼」

No.25



©Tokyo Verdy ©k.Okawara Jet Inoue

東京ヴェルディ 今月後半のホームゲーム わがまち稲城のヴェルディを応援しよう！ 関東京ヴェルディ1969フットボールクラブ(株) 03・3512・1969

味の素スタジアム

医療・相談あんない 7月15日～8月1日

日程	医療機関	薬局	地区
19日(日)	稲城診療所 ☎377-6128	南多摩調剤薬局 ☎379-4382	大丸
20日(月・祝)	やのくち小児科アレルギー科 ☎370-7707	稲城薬局 ☎370-2182 矢野口薬局駅前通り店 ☎377-9393	矢野口
26日(日)	桜井医院 ☎378-3224	—	押立

相談の種類(予約方法)	相談日	時間	予約・問い合わせ
法律相談(前日予約)	16日(木) 21日(火)※1 23日(木)・28日(火) 30日(木)	午前9時～正午	市民協働課 予約専用電話 ☎378-2286 (受付時間=午前 8時30分～正午、 午後1時～5時)
不動産相談(前日予約)	22日(水)	午後1時30分 ～4時30分	
遺言書作成などくらしの書類作成相談(前日予約)	21日(火)※1		
税務相談(前日予約)	16日(木)	午後10時～午後1時、 午後2時～4時	消費者相談室 ☎378-3738
住宅リフォーム相談	15日(水)・予約終了 ※2		
人権・身の上相談(前日までに予約)	17日(金)	午前9時～正午、 午後1時～4時	保険年金課年金係
女性の悩み相談(前日までに予約)	22日(水)※3 25日(土)		
消費者相談(来室のほか電話でも相談可)	平日毎日	午前10時～正午、 午後1時～3時	保健センター ☎378-3421
年金相談(予約不要)	平日毎日	午前9時～正午、 午後1時～4時	
年金相談[平尾出張所](予約不要)	22日(水)	午前9時30分～11時	福祉センター ☎378-3366
健康相談(前日までに予約)	21日(火)	午前9時10分～11時	
栄養相談(前日までに予約) ※会場はオーエンス健康プラザ	21日(火)	午前10時～正午	午後1時30分 ～4時30分
心配ごと相談(予約不要)	15日(水)	午後1時30分 ～4時30分	
高齢者・障害者の法律相談(予約随時)	15日(水)	午後1時～4時	
ひとり親家庭カウンセリング相談(予約随時)	25日(土)	午後1時～4時	

※1 7月21日(火)の法律相談、くらしの書類作成相談は、7月17日(金)に予約を受け付けます。
 ※2 8月5日(水)のリフォーム相談は、7月24日(金)まで予約を受け付けます。
 ※3 7月15日(水)に予定していた女性の悩み相談は、7月22日(水)に変更になります。

実施日	開庁窓口
25日(土)	市民課、保険年金課(国民健康保険係のみ)、課税課、収納課 ※収納課が担当する過年度分の税外債権(料金)の納付書の再発行、相談等は行いません。

「予防的」生き方のススメ
 関稲城市保健センター ☎378-3421



昨日、テレビ番組や雑誌、新聞といったメディアには、健康にまつわる情報が溢れています。高齢化社会が急速に進む中で、健康な状態をより長く生きること(健康)

「予防的」生き方とは「授かった寿命よりも早く死なないために、元氣な今のうちに将来の危険を避ける努力を行うことができること」と言い換えることができます。これからは

健康状態は、年と時間を重ねるにつれて刻々と変化します。市立病院健診センターでは、健診を受けられた市民の皆様各々の「種」が何であるかを、分かります。必要なのは、健診を受けること、そして、健診の結果をどう活かすかです。「今治療は必要ないけれど、将来病気になるかもしれない」という「種」を、検査後に「分かります。検査後に結果表が届いたら、よく眺めてみてください。医師や保健師からのコメントや資料の中に、より良く生きるためのヒントが何か見つかるはずですよ。

健康状態は、年と時間を重ねるにつれて刻々と変化します。市立病院健診センターでは、健診を受けられた市民の皆様各々の「種」が何であるかを、分かります。必要なのは、健診を受けること、そして、健診の結果をどう活かすかです。「今治療は必要ないけれど、将来病気になるかもしれない」という「種」を、検査後に「分かります。検査後に結果表が届いたら、よく眺めてみてください。医師や保健師からのコメントや資料の中に、より良く生きるためのヒントが何か見つかるはずですよ。

稲城市医師会 木戸 亮

健康状態は、年と時間を重ねるにつれて刻々と変化します。市立病院健診センターでは、健診を受けられた市民の皆様各々の「種」が何であるかを、分かります。必要なのは、健診を受けること、そして、健診の結果をどう活かすかです。「今治療は必要ないけれど、将来病気になるかもしれない」という「種」を、検査後に「分かります。検査後に結果表が届いたら、よく眺めてみてください。医師や保健師からのコメントや資料の中に、より良く生きるためのヒントが何か見つかるはずですよ。

みんなの健康
 申込先・問い合わせ
 保健センター ☎378-206
 百村112の1 ☎378-3421

予防接種 BCG(結核)
 接種日現在、生後1歳に至るまでのお子さん
 生後5カ月に達した時から生後8カ月に達するまでが標準的な接種時期です。
 7月23日(木)
 受付時間 午後1時30分～3時
 受付開始時は大変混み合いますので、時間をずらしての来場にご協力ください。
 保健センター
 ※当日は大変混み合いますので、車での来場及び付き添いの方の来場はご遠慮ください。
 母子健康手帳、予診票
 ※対象年齢を過ぎると自費となります

脂肪が燃える！
 1日10分！
 生活の中で運動のチャンスが
 見つかります！

なりませぬ。お子さんの病気などにより当日接種できない方は、早めに保健センターにお問い合わせください。

参加者募集 調理講習会
 夏野菜で 美味しく減塩！
 塩分控えめでも美味しい夏野菜カレーなど、夏野菜を使った減塩レシピをご紹介します。夏野菜で元気に夏を乗り切りましょう。
 7月30日(木)
 午前10時30分～午後1時30分
 限 8月21日(金)

参加者募集 調理講習会
 夏野菜で 美味しく減塩！
 塩分控えめでも美味しい夏野菜カレーなど、夏野菜を使った減塩レシピをご紹介します。夏野菜で元気に夏を乗り切りましょう。
 7月30日(木)
 午前10時30分～午後1時30分
 限 8月21日(金)

参加者募集 調理講習会
 夏野菜で 美味しく減塩！
 塩分控えめでも美味しい夏野菜カレーなど、夏野菜を使った減塩レシピをご紹介します。夏野菜で元気に夏を乗り切りましょう。
 7月30日(木)
 午前10時30分～午後1時30分
 限 8月21日(金)

参加者募集 調理講習会
 夏野菜で 美味しく減塩！
 塩分控えめでも美味しい夏野菜カレーなど、夏野菜を使った減塩レシピをご紹介します。夏野菜で元気に夏を乗り切りましょう。
 7月30日(木)
 午前10時30分～午後1時30分
 限 8月21日(金)

事業名	対象	実施日(8月)	備考
2歳歯科健康診査	平成25年7月生	5日(水)	前日までに保健センターに予約してください。
2歳6か月児歯科健康診査	平成25年1月生	28日(金)	
両親学級(パパ・ママコース) ※	初産婦とそのパートナーの方	1日(土)	
離乳食調理講習会 ※	第1子の保護者(平成27年3月生)	3日(月)	
母子健康相談	未就学児	7日(金)	

※両親学級は先着20組まで、離乳食調理講習会は先着25人まで。