

みんなで応援！東京ヴェルディ	2面
多摩・島しょ子ども体験塾	3面
農業体験農園の利用者募集	4面
確定申告(控除対象になるもの)	5面
わがまち稲城2010	6面
生活安定応援事業	7面
健康のために貯筋体操!!	8面

いなぎ



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
 若葉台出張所 ☎042-350-6321
 開庁時間 午前8時30分～午後5時

緑に生まれ友愛に満ちた
市民のまち稲城

人口と世帯

(平成22年2月1日現在)

人口	83,174人	57人増
男	42,262人	38人増
女	40,912人	19人増
世帯数	35,050世帯	39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。

プログラム

午前10時 開場
 午前10時40分 開会
 ◆開会あいさつ
 ◆第1部 講談
 テーマ:「まず一歩、共に一歩の参画社会」
 講談師: 宝井 琴桜氏
 午後0時30分 昼食&交流会
 ◆第2部 市民グループによるパネルトーク&語らい
 パネリスト
 ○稲城ワイルダー
 ○NPO法人 支え合う会のみり
 ○こぐまねっと
 午後3時30分 閉会(予定)

第1部では講談で男女共同参画を考えます。第2部では3つの市民グループから地域活動を通じて個々の生きづらさをどう乗り越え、新しい一歩を踏み出したのかを聞きま

この間、昼食をとりながら交流会をします。その際、軽食を用意しますので、希望される方は事前に予約願います。軽食は国産小麦粉使用のミックスサンドイッチ(400円)です。昼食持参も可能です。

手話通訳・点字プログラムがあります。一時保育を行います(6カ月以上就学前後までのお子さん・先着12人)。軽食・保育の申し込みは、2月22日(月)までとなります。申し込み・問い合わせ 協働推進課女性青少年係

女と男のフォーラム いなぎ2010(第32回)

男女平等推進センター開館5周年

助け合って乗りきろう!

あなたの生きづらさは何ですか?

～講談で聞く男女共同参画

A・B・C～



宝井琴桜氏
プロフィール

女性の地位向上を啓発する社会講談を得意とする女性真打講談師。
 昭和43年田辺一鶴にスカウトされ、昭和44年に五代目宝井馬琴に入門。昭和50年講談界では初めての女性真打ちに昇格、話題を呼ぶ。平成7年度東京女性財団賞、平成14年秋田県横手市文化功労賞を受賞。
 経歴・職歴
 秋田県横手市生まれ。高校卒業後、上京。家電部品メーカーに就職し、余暇に好きな落語をやっていた時に田辺一鶴にスカウトされ講談界に。
 仕事と家庭の両立を成し遂げた「与謝野晶子物語」「山下さんちの物語」「平塚らいてう伝」「日本女医誕生記」など女性をテーマにした講談で人気を呼ぶ。

市民実行委員会の企画・運営によるフォーラムは、男女共同参画社会の形成に向け様々な社会問題をテーマに取り上げ市民へアピールしてきました。今年、子育てや労働、老後や介護など、様々な場面で感じる「生きづらさ」に焦点をあてました。

税の申告は

お早めに

申告期間

2月16日(火)～3月15日(月)

市民税・都民税の申告は市役所へ
 △申告・問い合わせ
 課税課市民税係

22年度の市民税・都民税の申告を受け付けます。

3月に入ると窓口が大変混雑します。比較的すいている2月中の申告をお勧めします。
 期間 2月16日(火)～3月15日(月)
 土・日曜日を除く
 2月27日(土)・3月14日(日)の休日開庁日は、市役所1階ロビーで受け付けます。

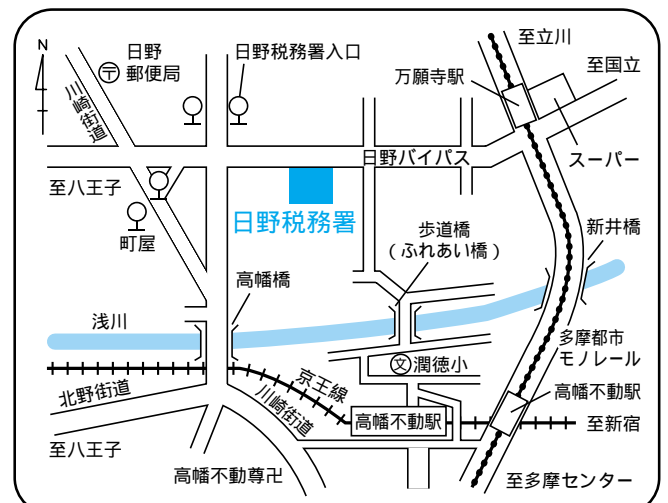
所得税の確定申告は
 日野税務署へ
 △申告・問い合わせ
 日野税務署 千191・8520
 日野市万願寺6-36-12、
 ☎042-585-5661

所得税の確定申告は、3月15日(月)までです。個人事業者の消費税及び地方消費税の確定申告は3月31日(水)までです。期限間近になると、窓口が大変混雑します。申告書は早めに提出してください。
 日曜開庁を行います
 申告することで、非課税証明書の発行や国民健康保険・介護保険などの資料となりますので、申告書裏面の「所得がなかった方の記載欄」に記入し、提出してください。
 学生・未就労・病気療養中の方などで同居の親族に扶養されていない方 同一世帯でない方の扶養となっている方
 郵送でも申告できます
 市民税・都民税の申告書を郵送する場合は、申告書に住

2月24日(水)～3月8日(月)
 パネル展示
 なるほど
 ジェンダー展

ユーマアふれるイラストで、男女共同参画を伝えていきます。
 会場 市役所1階ロビー
 所蔵 日本女性学習財団
 問い合わせ 協働推進課女性青少年係

日野税務署案内図



交通 電車=京王線「高幡不動駅」下車徒歩15分、モノレール=多摩都市モノレール「万願寺駅」下車徒歩10分、バス=高幡不動駅から日野駅行き「町屋」下車徒歩8分またはは立川駅行き「日野税務署入口」下車徒歩5分

国税電子申告・納税システム (e-Tax)

国税庁ホームページには手軽に申告書を作成できる「確定申告書作成コーナー」があり、作成した申告書などを出力(白黒でも可)し、そのまま税務署に提出できます。また、e-Taxを利用した大口と、作成した申告書データに電子証明書を添付して、そのまま送信することもできます。

還付金の受け取りは

還付される税金がある時は確定申告書の「還付される税金の受取場所」欄に、振込先金融機関名、預貯金の種別及び口座番号(ゆうちょ銀行の場合は、記号番号のみ)を正確に記入してください。
 還付金の振込先は申告者本人(名義の口座のもの)に限ります。

還付金の受け取りは

本人の電子証明書を添付して申告すると、最高で5千円の税額控除を受けることができます(平成19年分または平成20年分まで適用を受けた方は受けられません)。源泉徴収票や医療費の領収書などは、その記載内容を入力して送信することにより、提出または提示を省略することができます。還付されるまで

みんなで応援に行こう！ 東京ヴェルディ 2010シーズン 稲城市民シート



2010シーズンも稲城市民シートを販売しています。市民シートは、東京ヴェルディが市民の方を対象に、通常より大変お得な価格で、優先販売しているものです。市民シート販売対象試合は味の素スタジアムのみとなります。

座席の位置は、今年からホーム側ゴール裏(ホーム自由席)に変更します(下図参照)。今シーズンは川勝良一監督指揮のもと、スタッフ・選手・サポーターが一丸となって、J1復帰を目指し戦います。ぜひスタジアムへ出かけ、東京ヴェルディの熱い戦いを応援してください。そして、

皆様の熱意をチームへ届け、勝利へ導いてください。

対象 市内在住・在学・在勤の方

「広報いなぎ」または対象者であることを証明できるものを販売協力店にお持ちください。

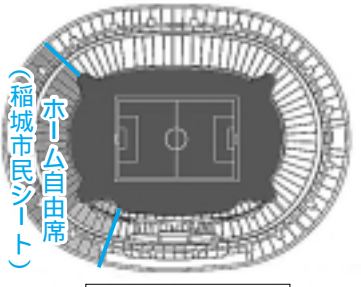
市民シート販売額 1席千円

未就学児の保護者のひざの上での観戦は無料

販売席数 1試合260席(先着順)

試合ごとの市民シート販売日程については、市ホームページで掲載しています。また、広報いなぎ3月1日号にも掲載

バックスタンド



メインスタンド

市民シート座席位置図
(味の素スタジアム)

載します。

問い合わせ 東京ヴェルディ
11969フットボールクラブ
山下 ☎044-946-3041

4月1日から無料になります 稲城大橋 有料道路



東京都道路公社が管理する稲城大橋有料道路は、早期の渋滞緩和を目的に、有料道路として平成7年に開通しました。この度、周辺道路の交通状況の変化や交通の利便性向上を図るため、4月1日から無料になります。

回数通行券の
払い戻しについて
稲城大橋有料道路の無料化により、3月1日から未使用

の稲城大橋有料道路回数通行券の払い戻しを実施します。

窓口受付
稲城大橋管理事務所(府中市押立町3-22-3) ☎3月1日(土)・日曜日、祝日含む)午前9時30分～午後5時

JA東京みなみ稲城支店シンフォニー(稲城市東長沼2-1-10) ☎3月1日～6月30日の月曜日・土曜日(祝日

を除く)午前9時30分～午後4時

東京都道路公社本社(新宿区西新宿2-3-1新宿モリス26階) ☎3月1日～6月30日(平日のみ)午前9時30分～午後5時

郵送受付 3月1日～6月30日(必着)

払い戻し請求書に必要事項を記入のうえ、未使用回数通行券とともに回数券払戻用の専用封筒で郵便局窓口から発送してください。

払い戻し請求書及び専用封筒は、東京都道路公社本社、稲城大橋管理事務所、JA東京みなみ稲城支店シンフォニー、都庁、市役所3階まちづくり推進課などで配布します。また、東京都道路公社本社にお電話いただければ、お客様あてに払戻用の専用封筒などの必要書類をお送りします。

問い合わせ 東京都道路公社総務部道路事業課 ☎03-5325-4381

高架橋工事 説明会を行います

JR南武線連続立体交差事業第2期施工区間(稲城長沼駅東側～南多摩駅西側)

東京都・稲城市・東日本旅客鉄道(株)が進めているJR南武線連続立体交差事業の第2期施工区間(下図参照)の高架橋工事着手に伴い、説明会を行います。

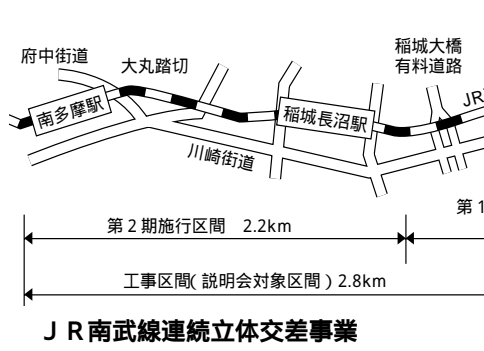
期日 2月16日(火)・17日(水)

時間 午後7時～8時30分
(開場は午後6時30分)

会場 稲城第三小学校体育館

JR南武線連続立体交差事業は、踏切による渋滞の解消や安全の確保、南北地域の分断の解消などを目的に東京都が事業主体となり稲城市と東日本旅客鉄道(株)が協力し、全体事業費約59億円(国)約26億円・東京都)約186億円・稲城市)約80億円・東日本旅客鉄道(株)約65億円)を進めています。

問い合わせ 東京都建設局鉄道関連事業課 ☎03-5320-5333、東日本旅客鉄道(株)東京工事事務所 ☎03-3379-4384、市役所区画整理課南武線・三駅整備係



J R 南武線連続立体交差事業

パソコン・携帯電話から確認できる バスの位置 情報システム

小田急バスが運行している路線バスやiバスの運行情報を、パソコン・携帯電話から確認することができるようになりました。また、稲城駅・平尾団地・京王よみうりランド駅のバス停では、電光掲示板でバスの発車時刻を確認することができま

検索の仕方 小田急バスホームページ(検索サイト)で、小田急バスと検索) 小田急

路線バスナビ 停留所名または区間を入力

問い合わせ 小田急バスお客様センター ☎03-5331-38330、市役所管理課交通対策係

公表及び意見募集 緑保の 総合的な 方針(案)

減少傾向にある樹林地や農地などの既存の緑を、将来に引き継いでいくための施策を明らかにするため、昨年から都区市町村が合同で「緑確保の総合的な方針」の策定に向けて検討を進めてきました。

方針案)を作成しましたので、市民の皆様のご意見を募集します。

方針案)は2月23日(火)からホームページ)http://www.toshisei.metro.tokyo.go.jp)や市役所3階緑と建設課窓口でご覧になれます。

応募方法 3月24日(水)までに、郵送、ファクス(☎03-5388-1351)、メール(S0000169@section.metro.tokyo.jp)のいずれかで応募してください。いただいたご意見などは、都区市町村で検討します。

応募・問い合わせ 東京都都市整備局緑地景観課 〒163-8001新宿区西新宿2-8-1

地震に備えて 木造住宅の 耐震診断を

耐震診断とは、大地震に対し、住宅が必要な耐震性能を有しているかを判断する調査です。市では、木造住宅の耐震診断費用の一部を助成しています。

対象となる建物 市内にある木造在来軸組工法に限る(住宅(現に居住している住宅)で、昭和56年5月31日以前

前の建築確認で建築した所有者が個人の木造住宅

診断費用 15万円～20万円(消費税を除く)

助成費用 2万5千円(上限)

予算の範囲内で行いますのでお早めに申請してください。

耐震診断内容 一般診断=耐震補強が必要か判断する診断、精密診断=補強設計を念頭に置いた診断

耐震診断をする業者 東京都建築士事務所協会に所属する市内の設計事務所や工務店

住宅を建築した業者でも構いません。ご相談ください。

問い合わせ 稲城消防署警防課防災係

耐震診断内容 一般診断=耐震補強が必要か判断する診断、精密診断=補強設計を念頭に置いた診断

耐震診断をする業者 東京都建築士事務所協会に所属する市内の設計事務所や工務店

住宅を建築した業者でも構いません。ご相談ください。

問い合わせ 稲城消防署警防課防災係

健康成人などの新型インフルエンザ 予防接種が始まりました

対象 19歳～64歳の健康成人の方、1歳未満の小児
 必要なもの 被保険者証など
 接種回数 1回(大人)、2回(1歳未満の小児)
 接種方法 受託医療機関に問い合わせください。
 費用 1回目=3,600円、2回目=2,550円(2回目接種を1回目接種と異なる医療機関で受けた場合は3,600円)
 費用は自己負担です。
 生活保護受給者、中国残留邦人などは、市内受託医療機関に保護証明書及び支援給付証明書を持参した場合は、窓口自己負担がありません。

新型インフルエンザワクチン 接種費用の助成について

広報いなぎ21年11月15日号などでお知らせしているとおり、市では、新型インフルエンザワクチン接種者の一部(優先接種対象者など)に助成を行っています。
 今回から、次の対象者にも接種費用の助成をします。
 対象 市町村民税非課税世帯及び生活保護受給世帯・中国残留邦人で支援給付を受給している世帯員の方(詳細については、市内の新型インフルエンザ受託医療機関及び市役所総合案内、平尾・若葉台出張所にあります「稲城市新型インフルエンザワクチン接種費用助成のご案内」をご覧ください。)
 提出書類 領収書またはレシート(写しは不可)、新型インフルエンザ予防接種済証の写し、稲城市新型インフルエンザワクチン接種費用助成申請書
 申請期限 3月31日(水)保健センター必着
 申請・問い合わせ 健康課健康推進係(〒206-0804 稲城市百村112の1) ☎378-3421

3月20日(土)開催 多摩・島しょ 参加者募集 子ども体験塾



キッズスポーツ 体験教室2010

東京39市町村は、次世代の子どもたちに様々な感動体験を提供する「子ども体験塾」事業を実施しています。この一環として、稲城市・町田市・多摩市が共同で「キッズスポーツ体験教室2010」を開く予定です。ぜひこの機会に参加ください。
 対象 稲城市・町田市・多摩市に在住・在学の小学生
 期日 3月20日(土)
 内容など 下表のとおり
 費用 無料
 申込方法 往復はがき往信面の裏面に参加希望の教室名、氏名・学年・住所・連絡先・経験の有無(経験年数)、返信用の表面に郵便番号・住所・氏名を記載のうえ、「〒206-0812 稲城市矢野口3266-1よみうりランド内株アオイスポーツ企画 キッズスポーツ体験教室2010事務局」まで郵送で申し込んでください。
 申込期限 3月1日(月)必着

キッズスポーツ体験教室2010の内容など

教室名	内容	定員	時間	会場
バドミントン教室	初心者教室	30人	午前10時～午後3時30分	総合体育館 メインアリーナ
	経験者講習会	80人		
ソフトテニス教室	初心者教室	90人 (各回30人)	午前10時～11時30分 午後0時30分～2時 午後2時30分～4時 1人1回限り	若葉台公園 コート
	経験者講習会	60人 (各回30人)	4年生以下(初中級レベル) 午前10時～午後0時30分 5年生以上(中上級レベル) 午後1時30分～4時	

**正しい保管と取り扱いを
意外に身近な
危険物**

危険物と聞くと、身の回りにあるものではないかと思われがちですが、身の回りには危険物と聞くと、身の回り

油、灯油などの燃料だけだと思いませんか。実は燃料だけでなく、マニキュア、ヘアスプレー、殺虫剤などの日用品にも危険物は含まれています。特にスプレー缶には危険物だけではなく、噴射剤として可燃性のLPGガスなども含まれており、これらの製品を安易に使用したり、廃棄したりすることで、火災などの事故が発生しています。この機会に、身近にある危険物の存在を認識し、正しい保管や取り扱いに努めましょう。

危険物を含む製品には次のような表示があります。
 スプレー缶の表示例
 火気厳禁
 第一石油類180ml危険等級
 保管のポイント
 高温になる場所に置かない
 容器のフタは確実に閉める
 子供の手の届かない場所に置く
 取り扱いのポイント
 使用上の注意事項をよく読み正しく使う
 使用中は火気厳禁
 こまめに換気する

**早めの設置を
住宅用火災警報器**

市では4月1日から、すべての住宅に住宅用火災警報器の設置が必要となります。残り2カ月をきりでしたが、設置はお済みでしょうか。設置場所はすべての部屋浴室、トイレ、洗面所、納戸などを除く、台所、階段、天井や壁に自分で取り付けることができます。
 防災用品の取扱店、電気店やホームセンターなどで購入

生ごみは、可燃ごみの約4割を占めています。市では、ごみ減量対策として、家庭から出る生ごみの自家処理を促進するため、生ごみ処理容器・処理機の購入費の一部を助成しています。これらを利用して、生ごみを減らしてみませんか。
 対象となる生ごみ処理容器・処理機(下表参照)
 コンポスター
 くうたくん
 電動生ごみ処理機

生ごみ処理容器・ 処理機の 購入助成

対象の生ごみ処理容器・処理機

対象品名	設置場所	使用方法・特長	購入場所	助成額
コンポスター	畑、庭など	容器を10cm程度地中に埋め込んで固定し、枯葉や腐葉土と一緒に生ごみを入れ、微生物で分解され、一杯になったら容器を移設し、生ごみを完熟させ堆肥として使う。	J A東京みなみ 稲城支店	3,000円
くうたくん	室内、ベランダなど	消化酵素とおが屑を配合した基材を使い、1日2～3回程度よくかき回す。酵素の力で分解され生ごみが消滅する。	稲城市 リサイクル ショップ	3,000円
電動生ごみ処理機 (メーカー、販売店 は問わない)	室内、ベランダなど	代表的な処理方式にバイオ式と乾燥式がある。 バイオ式 微生物菌が入った発酵資材の中に生ごみを入れ、発酵を促進し堆肥化する。 乾燥式 電気ヒーターで生ごみを乾燥させる。発酵資材は不要。	家電量販店など	購入金額の 2分の1 (上限 10,000円)

市と学校法人日本大学(田中英壽理事長)において、「災害時における協働体制に関する協定」を締結しました。これにより災害時に、市内

**災害時の
協力協定**

市と学校法人日本大学(田中英壽理事長)において、「災害時における協働体制に関する協定」を締結しました。これにより災害時に、市内



日本消防検定協会
認定マーク
協会鑑定

できるため、その際には、日本消防検定協会認定品の「NSマーク」(左図参照)が付いているものを選びましょう。

登録しませんか
嘱託職員

市では嘱託職員の登録を随時受け付けています。登録後は欠員などの必要に応じて、面接などの連絡をします。

身体障害者手帳をお持ちの方の登録もお待ちしています。また、年度の切り替えに伴い、4月1日から勤務できる方を募集します。希望する方は

登録しませんが
嘱託職員

市役所、平尾・若葉台出張所、第四文化センターを除く各文化センターで配布。ホームページからも入手できます(持参または郵送してください)。
 登録・問い合わせ 人事課

登録書類は返却しません。報酬(月額)
 看護師 20万6,200円
 保育士 19万3,400円
 学童指導員 19万3,400円
 児童館指導員 18万500円
 公民館運営員 18万500円
 給食調理員 15万6,100円

資格
 給食調理員 資格不問
 一般事務 資格不問
 勤務場所 市施設
 勤務日数 原則週5日
 勤務時間 原則一日6時間
 任用期間 4月1日～23年3月31日
 年度途中での採用あり
 勤務成績により更新可能
 登録期間 登録の日から約1年間
 引き続き登録を希望する場合は、改めて書類を提出してください。

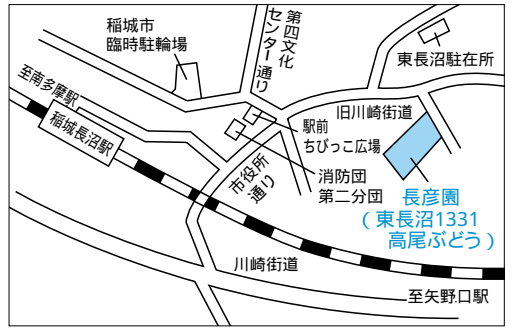
利用者を募集します 農業体験農園



目指すものです。ぜひご利用ください。
対象 熱意を持って農作業に取り組める方(家族での参加も可)で、継続して参加できる方
農園名 長彦園(東長沼1331 高尾ぶどう)

栽培品目 高尾ぶどう
キウイフルーツ
募集人数 3人程度
5人程度
区画面積 約13㎡ 共
費用 2万5千円 5千円

費用は、指導料・収穫作物代などに相当するものです。
利用期間 4月1日～9月30日 4月1日～11月30日
応募方法 はがきに住所・氏名(フリガナ)・電話番号(携帯電話でも可)・希望する栽培品目(両方の参加も可)を記入して、応募してください。
1世帯で2通以上の応募は解散予定です



農業体験農園案内図



応募・問い合わせ 経済課 農政係
広報いなぎ4月1日号で掲載予定

ファミリー農園の利用者募集

22年度のファミリー農園の利用者募集については、広報いなぎ4月1日号で掲載予定です。
お問い合わせ 経済課農政係
印刷有効 2月25日(木)消

参加者募集 シイタケの原木に種駒を植えてみませんか

農家の方と交流しながら自分でシイタケの種駒を植える体験農業を行います。
皆さんの参加をお待ちしています。
対象 市内在住の方
期日 3月6日(土)
時間 午前10時
会場 JA東京みなみ稲城支店
募集口数 30口(1人2口まで)
応募多数の場合は、抽選を行います。

納期限 3月1日
市・都民税(随時期)
固定資産税・都市計画税(第4期)
国民健康保険税(第8期)
安心!納税!口座振替!!
問い合わせ 納税課納税係

内容 原木に種駒を植菌します。植菌後の管理は難しいので、半年ほど組合で管理した後、発芽前の10月頃に参加者の方にお渡しします(お渡しする原木は参加者ご自身が種駒を植えたものではありません)。
費用 1口3千円(原木5本・保険料など)
費用は当日集めます。
応募方法 はがきに「シイタケ体験希望」、参加者の住所・氏名・年齢・電話番号・希望口数を記入のうえ、応募してください。
応募期限 2月25日(木)消
印刷有効

応募・問い合わせ JA東京みなみ稲城支店 〒206-0802 稲城市東長沼2110の1、☎377-6002
市内の公衆浴場ではひな祭りに「桃の湯」を実施します。子供の健やかな成長を願い、広々とした銭湯でゆつくりとくつろいでみませんか。ぜひご利用ください。
当日は小学生以下の方と65歳以上の方の入浴料金が無料になります。
桃の湯



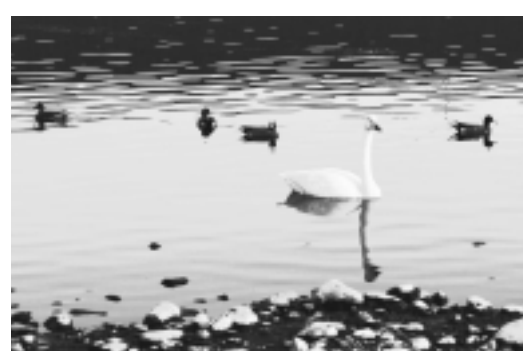
シャッター



稲城多摩川水神祭 (1月17日・多摩川河川敷) 多摩川への感謝と環境学習の無事を願う「稲城多摩川水神祭」が開催されました。



稲城市民ロードレース大会 (1月17日・稲城中央公園総合グラウンド 及び周辺) 小・中学生や親子のランナー合計1,125人が、やわらかい日差しの中、力いっぱい走り、全員が完走しました。また午後には、一般の方を対象とした稲城グリーンロードレースが行われました。



多摩川にオオハクチョウが飛来(1月25日撮影) 稲城第六小学校付近の多摩川で、飛来したオオハクチョウが見られました。愛らしい姿で、周りの人の目を楽ませていました。

歳以上の方の入浴料金が無料になります(年齢の分かるものが必須です)。
期日 3月3日(水)
会場 玉城湯(矢野口)、稲城浴場(大丸)
問い合わせ 玉城湯(矢野口) ☎377-6154、稲城浴場(大丸) ☎377-7222、市役所経済課商工係

都営住宅(市内割当)シルバーピア入居登録者の募集

東京都住宅供給公社では、稲城市地元割当による、単身者向シルバーピアの入居登録者を募集します。
シルバーピアとは65歳以上の高齢者を対象とした集合住宅です。手すりや緊急通報の装置などの高齢者に配慮した設備を設けるとともに、生活相談・困らん室などの利便施設も併設されています。また、入居者の安否の確認や緊急時の対応、情報提供などのためにLSA(生活援助員)が団地内に居住しています。
詳しくは募集案内をご覧ください。
募集地区・戸数 長峰・2戸(抽せん方式)
募集案内配布期間 2月16日

日火(26日(金)) 土・日曜日を除く。
配布場所 市民課 平尾・若葉台出張所、第四文化センターを除く各文化センター
文化センターでは土・日曜日も配布します(休館日を除く)。
応募方法 持参する場合 市役所市民課で2月26日(金)午後5時まで受け付けます。
郵送する場合 2月26日(金)までの消印があり、3月1日(月)までに市民課に届いたもの限り、受け付けます。
応募・問い合わせ 市民課 市民窓口係

消費者講座 大人のための 社会科見学 ガスの科学館

「がすてな」に(ガスの科学館)を見学し、ガスの不思議な世界を楽しみながら、地球環境やこれからのエネルギーについて学習します。
対象 市内在住の方
期日 3月10日(水)
雨天決行
集合時間・場所 午前8時20分・地域振興プラザ前駐車場(午後4時30分と同じ場所)

解散予定) 会場 ガスの科学館 夢の島公園(熱帯植物館) 定員 20人(先着順) 初めての方を優先します。費用 500円(保険代、入館料、バス代) その他に昼食代をご用意ください。
申込方法 2月26日(金)までに電話で消費者ルーム(☎370-7510、午前10時～午後5時)に申し込んでください。
主催 稲城市、稲城市消費者ルーム運営協議会
問い合わせ 経済課消費生活係

特別相談 賃貸住宅

賃貸住宅の契約トラブルを対象に相談に応じます。
期日 2月26日(金)
時間 午前10時～午後3時(正午～午後1時を除く)
「賃貸住宅トラブル110番」電話番号 ☎378-3738
電話相談担当者 消費者相談員
問い合わせ 経済課消費生活係

トラブル110番

賃貸住宅の契約トラブルを対象に相談に応じます。
期日 2月26日(金)
時間 午前10時～午後3時(正午～午後1時を除く)
「賃貸住宅トラブル110番」電話番号 ☎378-3738
電話相談担当者 消費者相談員
問い合わせ 経済課消費生活係

問い合わせ 経済課消費生活係

確定申告 寝たきり高齢者、 介護保険に関する控除

寝たきり高齢者

次の方に、障害者控除が適用されます。
対象 6カ月以上寝たきりまたは認知症で、日常生活に支障がある65歳以上の方
高齢福祉課で発行する認定書が必要です。

問い合わせ 高齢福祉課 高齢福祉係

介護保険に関する控除

介護保険料 社会保険料控除になります。21年1月から21年12月の間に納めた介護保険料の金額は次の方法で確認できます。

確認方法

年金から天引きの方 毎年1月ごろに日本年金機構(旧社会保険庁)などから送られてくる公的年金の源泉徴収票(年金受給者の親族が社会保険料控除として申告することはできません)
納付書で納めた方 納めた際の領収書
口座振替の方 介護保険料の納入通知書または決定通知書

控除になるものがあります。対象となるサービス 施設サービス(特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護療養型医療施設)、居宅サービス(居宅サービス計画に位置づけられ、医療系サービスと一緒に利用していることが前提です)

領収書が必要です。おむつ代 医療費控除になります。医師のおむつ使用証明書または市が交付する確認書が必要です。

後期高齢者 医療制度における高額医療・高額介護合算療養費制度

この制度では、世帯内の後期高齢者医療保険の加入者の方について、1年間(20年8月1日~21年7月31日)に「医療保険」と「介護保険」の両方に自己負担があり、その金額の合計が下表の自己負担限度額を超えている場合、申請によって、自己負担限度額を超えた金額が支給されます。初年度分は、20年4月1日~21年7月31日までの16カ月分の場合と、20年8月1日~21年7月31日までの12カ月分の場合でそれぞれ計算を行い、支給額が大きいが該当となる

所得区分	20年4月1日~21年7月31日(16カ月分)で計算した場合	20年8月1日~21年7月31日(12カ月分)で計算した場合
	現役並み所得者(3割負担)	89万円
一般(1割負担)	75万円	56万円
世帯全員が住民税非課税(1割負担)	41万円	31万円
	25万円	19万円

16カ月分の場合と12カ月分の場合をそれぞれ計算し、大きい方の額が支給されます。

介護保険サービスの自己負担額については、高齢福祉課 介護保険係

入居登録者募集 ケアハウス・ハーモニー松葉

ケアハウス(完全自立型軽費老人ホーム)の入居登録者を募集します。対象 多少身体機能が低下しても、日常ご自分のことは自分でできることが出来る60歳以上の市民の方

特別障害者手当・障害児福祉手当・福祉手当(国制度)

2月期分手当を支給しました。対象の方には現況届のお知らせを郵送しました。届いていない場合は連絡してください。期限までに現況届の提出がない場合は、提出があるまで支給が停止されます。提出期限 2月26日(金) 施設入所入院3カ月超過・障害軽減・都外転居・死亡など 障害児福祉手当・福祉手当 障害を支給事由とする年金を受給している、施設入所、市外転居、死亡など

届け出・問い合わせ 障害福祉課 障害福祉係

東京都 重度心身障害者手当(都制度) 現況届を提出してください

対象の方には現況届のお知らせを郵送しました。届いていない場合は連絡してください。期限までに現況届の提出がない場合は、提出があるまで支給が停止されます。提出期限 2月26日(金) 施設入所入院3カ月超過・障害軽減・都外転居・死亡など資格消滅事由があれば、現況届とは別に届けてください。提出・問い合わせ 障害福祉課 障害福祉係

外国人学校に在学する児童・生徒の保護者の方へ 教育費の一部を補助します

市では、外国人学校に在学する児童・生徒の保護者を対象に教育費の一部を補助します。

対象 次のすべてに該当する方 児童・生徒(1994年4月2日~2003年4月1日生まれ)と保護者が市内に居住し、外国人登録をしている方 学校教育法に規定する外国人学校の小・中学校に在学している児童・生徒で授業料などを負担している方

補助金額 千円(月額) 申請方法 学校教育課にある所定の様式で申請してください。申請期限 3月5日(金) 問い合わせ 学校教育課 係

職員募集

教育委員会 (非常勤職員)

職種 特別支援センターコーディネーター 学校力ワンセラー 応募資格 臨床心理士資格取得者 心理学系大学院卒業者もしくは相当資格者 内容 就学相談及び教育

相談に関する連携業務 学校における相談業務 勤務日 月16日 週1日(曜日指定可) 時間 午前8時30分~午後5時15分 午前9時30分~午後4時15分(実質6時間) 募集人数 とも若干名 待遇 月額20万6200円(交通費別途支給、社会保険加入) 時給1530円 応募方法 履歴書(様式任意)を郵送(書留郵便)または市役所6階指導室に持参(封筒に職種を朱字記載)して応募してください。

内容 小学校における学習指導補助 勤務日 月、金曜日 時間 小学校1日5時間、週20~25時間程度 募集人数 若干名 待遇 時給920円(交通費別途支給) 応募方法 履歴書(様式任意)を郵送(書留郵便)または市役所6階指導室に持参(封筒に特別支援補助員申込と朱字記載)して応募してください。

内容 小学校における学習指導補助 勤務日 月、金曜日 時間 小学校1日4時間、中学校1日5時間、週20~25時間程度 募集人数 若干名 待遇 時給920円(交通費別途支給) 応募方法 履歴書(様式任意)を郵送(書留郵便)または市役所6階指導室に持参(封筒に特別支援補助員申込と朱字記載)して応募してください。

22年度特別支援指導補助員 (臨時職員)

対象 教育に理解のある方 内容 小・中学校における特別な支援を要する児童・生徒の指導補助

保育園の臨時職員の募集

市立保育園では、臨時職員を募集しています。職種 保育士補助 勤務場所 市立各保育園 勤務時間 時間帯・詳細は面接時要相談 賃金 無資格 時給860円、有資格 時給950円 通勤距離が2km以上の場合、交通費の支給あり 応募方法 臨時職員登録台帳兼履歴書(人事課、平尾・若葉台出張所、各文化センター、市ホームページから入手できます)を持参または郵送してください。

東京都 認証保育所がオープンします

市内2カ所に認証保育所が開所する予定です(下表参照)。認証保育所は多様な保育ニーズに対応するための東京都独自の保育制度です。入所を希望する方は、直接下表の開設事業者にお問い合わせください。市では、市内認証保育所を月160時間以上利用している市民に、保育料の助成を行います。助成額(月額) 3歳未満 9千円、3歳以上 2万円 保育料助成の申し込み・問い合わせ 子育て支援課 係

施設名	開設予定日	所在地・最寄り駅	定員	入所募集開始日時	申し込み・問い合わせ(開設事業者)
メリーボーンズ 稲城ルーム	3月1日(月)	百村1623の1・稲城駅	30人	2月15日(月) 午前10時~	(株)ゴースト ☎377-2416
保育園 フェリチエ 稲城長沼園	4月1日(木)	東長沼566の1・稲城長沼駅	30人	2月28日(日) 午前9時~	(株)アルコパレーノ ☎03-5542-8511

みんなのコーナー

開催します 雛人形展

上谷戸親水公園内の「上谷戸緑地体験学習館」で、皆さんから寄せられたひな人形や関連資料を展示します。

誰もが年齢を忘れ童心に帰る「ひな祭り」をお楽しみください。

なお、使わなくなった「ひな人形」「五月人形」「こいのぼり」をご寄付いただければ幸いです。

期間 2月27日(土)～3月4日(木)

時間 午前10時～午後4時
会場 上谷戸緑地体験学習館(駐車場21台分有り)

費用 無料
主催 坂戸自治会「水車の

会

問い合わせ 上谷戸緑地体験学習館 ☎331-7112

市内在住の60歳以上の方とその同居家族

観梅へのご招待

よみうりランド

期間 2月22日(月)～3月7日(日)

対象 市内在住の60歳以上の方とその同居家族

無料で利用できる施設

よみうりランド遊園地入園、高速ゴンドラ「スカイシャトル」往復

ゴンドラは荒天などで運休する場合があります。

利用方法 健康手帳、医療受給者証など所在を証明するものを入園窓口、ゴンドラ窓口で提示してください。

催し物
(1)梅シユースを無料配布先

期日 3月1日(月)～4月27日(火)

日程・会場 講義18日間お

おむね午前9時～午後4時・当法人研修センター、実習6日間(おむね午前9時～午後3時)・立川市、国分寺市、日野市などの当法人事業所

着200人) 2月28日(日)、3月7日(日)・正午～午後2時

(2)キャラクターショー(太陽の広場ステージ) 2月28日(日)、3月6日(土)、3月7日(日)・午前11時～午後2時

問い合わせ よみうりランド ☎044-966-1111

東京都指定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

この研修により、同時に2つの資格が取得できます。

定員 30人(抽選)

費用 5万6800円

申込方法 最寄りのやわらぎ・にんじんの会事業所の窓口で「講習の案内」を受け取り、必要事項を記入のうえ、提出してください。申込期限後、受講の可否を通知します。

申込期限 2月22日(月)正午

問い合わせ 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

立川防災館イベント

シルバーのための
応急手当講習会

対象 高齢者と暮らす方、高齢者の世話をする必要が有る方

期日 2月20日(土)

時間 午前10時～11時ごろ

会場 立川防災館(JR立川駅北口 番のりばから国立病院経由バス「立川消防署前」下車)

定員 30人(先着順)

内容 高齢者の病気やけがに対する応急手当で、心肺蘇生など

申込方法 事前に電話で申し込みください。

申し込み・問い合わせ 東京消防庁立川都民防災教育センター(立川防災館) ☎042-521-1119

都民劇場 春の会員募集

4月から9月までの会員を募集しています。現在、4月公演からの入会金を500円に割引しています。

無料で案内書を郵送しますので、問い合わせください。

問い合わせ 財団法人 都民劇場 ☎03-3289-4621

多摩交流センター15周年記念
広域文化交流フェスタ
「たまのお」

期間 3月12日(金)・13日(土)

会場 府中グリーンプラザ(府中駅北口徒歩1分)

内容 両日実施「絵画、書道、フラワールンジメント、切り絵などの展示、朗読、折り紙、マジック、団体活動紹介などの発表・実演(体験教室)」

3月13日実施「リコーダー・コカリナ・フルート演奏、フラダンス、朗読劇、シャンソン、ビデオ作品、ミュージカル、演劇などの発表

詳細は、多摩交流センター



はにかみながらも笑顔が素敵な栗原くん！今後、世田谷美術館などでも展示されます！

まちの話題を集める

わがまち稲城 2010

地球環境世界 児童画コンテスト 国内入選!

栗原 利気くん (平尾小学校4年)

第10回地球環境世界児童画コンテスト(<http://www.childrens-drawing.com/>)において、栗原利気くんの描いた絵が国内入選の1つに選ばれました。

「未来に残そう美しい地球」というテーマのもと、「ペリカンが平和の種を届けている絵です。温暖化が進みませんようにと願いを込めて、この絵を描きました」と話してくれました。

このコンテストは、世界中の7歳から15歳までの子どもたちを対象に、毎回60カ国前後の国と地域から15,000点以上の作品の応募があります。栗原くんの絵は、昨年デンマーク・コペンハーゲン市とユニセフの共催で開催されたChildren's Climate Forumの会場(コペンハーゲン市庁舎)で展示され、この度ユニセフ2010年ワールド・カレンダーの2月に掲載されました。

栗原くんは幼稚園の時から絵が好きでした。3歳上のお兄さんが

地域や学校の問題をお寄せください。 秘書広報課広報広聴係



シルバー人材センター
問い合わせ ☎377-2212

受講者募集

パソコン講習会

対象 18歳以上の方は文字入力のできる方
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/inascs/>)で確認ください。

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・電話番号を記入のうえ応募してください。

応募期限 2月22日(月)必着

応募・問い合わせ 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2-1-2の1

homepages3.nifty.com/inascs/)で確認ください。使用パソコンはウィンドウズXP搭載のノートパソコンです。

受講料 テキスト代

3,000円

無料

3,000円

無料

コース	期日	時間	受講料	
			テキスト代	
初めてのパソコン(ワード2003使用)	3月11日(木)・12日(金)	午前9時30分～12時30分	3,000円	無料
エクセル活用講座(エクセル2007使用)地図の作成	3月16日(火)・17日(水)	午後1時30分～4時30分	3,000円	無料

パソコン講習会

併護士会多摩支部会館
開設記念行事
市民法律講座及び
無料法律相談

期日 3月13日(土)

時間 午後1時～5時

会場 東京三弁護士会多摩支部会議室(立川市緑町7-1ア)バス立川高松駅前ビル2階)

内容 第1部(午後1時～2時30分)「市民法律講座 結婚・離婚 いまむかし、そしてこれから」(予約不要・定員150人)

第2部(午後2時40分～5時)「無料法律相談(電話予約 ☎042-548-3800、相談時間は1人30分程度)」

費用 無料

主催 東京弁護士会多摩支部

部 第一東京弁護士会多摩支部

部 第一東京弁護士会多摩支部

後援 立川市

問い合わせ 東京三弁護士会多摩支部事務局 ☎042-548-3800

8691 国分寺郵便局私書箱46号 ☎042-328-4441

3800

多摩交流センター15周年記念
広域文化交流フェスタ
「たまのお」

大学通信教育を実施している
大学・大学院・短期大学が
合同で入学説明会を開催しま
す。大学・大学院・短期大学
別に個別相談形式で行われま
すので、時間内であればいつ
でもご参加いただけます。事
前申し込みは不要、入場は無
料です。

期日・時間 2月20日(土)・
21日(日) 午後5時
会場 新宿エルタワー30階
(新宿駅西口から徒歩3分)
問い合わせ 財団法人私
立大学通信教育協会 ☎03-
3818-3870
東京多摩ののちの電話
電話相談員
ボランティア募集

申し込み・主催・問い合わせ
「東京多摩ののちの電話」
事務局 募集要項係 〒185・
8691 国分寺郵便局私書箱46号
☎042-328-4441

福祉協議会から



生活安定応援事業
都が一定所得以下の方を対象に実施する生活安定化応援事業の相談窓口を、稲城市社会福祉協議会に開設して...

就職チャレンジ支援事業

正社員への就職にチャレンジする意欲を持つ65歳未満の方に、職業訓練を受講する機会を提供するとともに、安定した就業に向けた支援を行います。...

生活サポート特別貸付事業

都が指定する就職に向けた訓練や講座を受講した方を対象に、生活資金無利子貸付限度額が60万円以下である方...

度額60万円)、また、指定職業訓練などの受講終了後、就職が内定した方を対象に就職一時金無利子貸付(限度額50万円)を行います。

チャレンジ支援貸付事業

中学3年生または高校3年生を扶養している方を対象に、高校または大学などの入学試験に備えるための学習塾等受講料貸付(限度額)...

陽だまりロビーコンサート



軽快なジャズや優しいクラシックを聴きながら、ゆったりとコーヒーブレイクしてみたいかがでしょうか。...

武井俊樹氏による(無料)「コーヒーのサービスがあります」

主催 社会福祉協議会 喫茶「陽だまり」

皆さんのお越しをお待ちしています。いきいき芸能大会

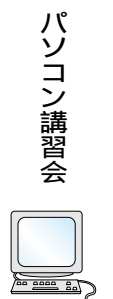
65歳以上の方が歌や舞踊などの発表を行います。お誘い合わせのうえ、ぜひご来場ください。

出演者の募集は締め切りしました。3月4日(木)...

中央文化センター ボランティアセンター ☎ 378・3800

商工会だより

申し込み・問い合わせ ☎ 377・1696



パソコン講習会

2月24日(水) コース・時間 ホームページ作成入門編(ホームページビルダー使用)...

官公署 だより

募集してきます

消費生活情報サポーター

(東京都消費生活調査員) 食品・商品などの表示や計量に関する法律の遵守状況の調査などを都民と協働で行い、調査結果を事業者指導などに活用します。

消費生活に関心を持ち、4月1日現在20歳以上の都内在住の方

次の3区分のうちいずれか一つの調査と消費生活に関する情報や意見などの提出

A JAS法に基づく食品の表示状況などの店舗調査(研修会1回、調査5回)

B 景品表示法に基づく商品やサービスの表示・広告の不

当表示などの調査(研修会1回、事前研修会及び調査各3回)

生活サポート特別貸付事業

都が指定する就職に向けた訓練や講座を受講した方を対象に、生活資金無利子貸付限度額が60万円以下である方...

22年度 消費生活情報サポーター (東京都消費生活調査員)

食品・商品などの表示や計量に関する法律の遵守状況の調査などを都民と協働で行い、調査結果を事業者指導などに活用します。

消費生活に関心を持ち、4月1日現在20歳以上の都内在住の方

次の3区分のうちいずれか一つの調査と消費生活に関する情報や意見などの提出

A JAS法に基づく食品の表示状況などの店舗調査(研修会1回、調査5回)

B 景品表示法に基づく商品やサービスの表示・広告の不

当表示などの調査(研修会1回、事前研修会及び調査各3回)

生活サポート特別貸付事業

程度) 3月1日(月)消印・受信有効

生活サポート特別貸付事業

都が指定する就職に向けた訓練や講座を受講した方を対象に、生活資金無利子貸付限度額が60万円以下である方...

22年度 消費生活情報サポーター (東京都消費生活調査員)

食品・商品などの表示や計量に関する法律の遵守状況の調査などを都民と協働で行い、調査結果を事業者指導などに活用します。

消費生活に関心を持ち、4月1日現在20歳以上の都内在住の方

次の3区分のうちいずれか一つの調査と消費生活に関する情報や意見などの提出

A JAS法に基づく食品の表示状況などの店舗調査(研修会1回、調査5回)

B 景品表示法に基づく商品やサービスの表示・広告の不

当表示などの調査(研修会1回、事前研修会及び調査各3回)

生活サポート特別貸付事業

携帯し、税理士バッジを着用しています。

また、税理士制度及び税理士業務については、

東京税理士会 ☎ 03・356・4461

2月28日(日) 東京マラソン

開催に伴う交通規制にせ税理士にご注意を!!

無資格者が税金の相談、申告書の作成、税務の代理をすることは法律で禁じられています。また、専門的知識に欠けることもあり、依頼者が不測の損害を被る恐れもあります。詳細は大会ホームページ「東京マラソン2010」をご覧ください。

東京マラソン事務局 ☎ 03・5320・7483

「にせ税理士」及び「にせ税理士法人」にご注意ください。税理士は、税理士証票を

携帯し、税理士バッジを着用しています。

また、税理士制度及び税理士業務については、東京税理士会ホームページ (http://www.tokyozetishikai.jp/)、EJCA内してあります。

Health みんなの健康

申し込み・問い合わせ 稲城市保健センター ☎ 206・0804

市では各検診の結果データ(個人情報)を保管・集計し、今後の健康づくりに役立てる予定です。なお、個人情報については稲城市個人情報保護条例に基づき保護されます。

自殺予防のための講演会 自殺を防ごう!!

自殺者の大半は周囲に「人生に疲れた」「生きる意味がない」など助けを求める発言をしていません。このような時に私たちがどんな言葉掛けができるでしょうか。精神科医師が、周囲の対応について分

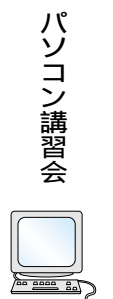
要約筆記付き、また手話通訳希望者は予約時に申し込んでください。

期日 3月2日(火) 時間 午後2時~4時 会場 地域振興プラザ

費用 無料 申込方法 電話(☎378・3421)またはファクス(☎377・4944)で申し込んでください。

商工会だより

申し込み・問い合わせ ☎ 377・1696



パソコン講習会

2月24日(水) コース・時間 ホームページ作成入門編(ホームページビルダー使用)...

65歳以上の方が歌や舞踊などの発表を行います。お誘い合わせのうえ、ぜひご来場ください。

出演者の募集は締め切りしました。3月4日(木)...

中央文化センター ボランティアセンター ☎ 378・3800



おしりの話

いわゆる痔にもいろいろ種類があります。また、やや「恥ずかしい」疾患と考えられていますが、「痔持ち」の方を見つける割合は、他の病気よりかなり高いのです。

夏目漱石は手術を受けています。松尾芭蕉も痔がつかなくて俳句ができないと友人へ手紙を書いたと言われています。

人間の約75%が痔持ちであるととも言われています。内痔核は最も多いもので、排便の時にクッションとなる内側の部位が腫れ、時に出血、ひどくなると痛みを伴います。完全になくすことは難しいのですが、軽度のものであれば、その多くは治療で良くなります。

外痔核は、強いいきみを原因とする事が多く、力の強い男性に多くみられます。肛門の引っ込まない出っ張り

り、それに伴う痛みが特徴です。 裂肛はよく知られ、いわゆる「切れ痔」と言われています。痛み及び出血が多く、女性に多い疾患です。 肛門周囲膿瘍と痔瘻は関連があり、強い痛みが特徴です。診察室に入っても、椅子に座れず立つたままお話しする患者さんも珍しくありません。何らかの処置が必要になります。

ほんの20年前と現在の手術の方法は全く変わっています。夏目漱石は手術を受けています。松尾芭蕉も痔がつかなくて俳句ができないと友人へ手紙を書いたと言われています。

幸いなことに、医療技術が発達した今、痔によって苦しむ人はかなり減りました。しかし、診察を受けなければ今も昔も同じです。自分でみることは難しく、鏡を使ってもみることができない部位もあります。 面倒、恥ずかしいという気持ちを持ち替えて、早めに相談することが大事です。 稲城市医師会 山崎 一也

臨時職員募集 歯科衛生士

職種 歯科衛生士 資格 歯科衛生士の資格を有する方

勤務内容 各種健診、相談など 勤務条件 月に数回 1回

応募期限 2月25日(木) 応募・問い合わせ 稲城市保健センター(☎206・0804) 稲城市百村112の1 ☎378・3421

カレンダー 2月15日~3月1日

2/15	月	離乳食調理講習会(21年9月生まれ) 消費者相談 年金相談	10時~正午・1時~3時 9時~正午・1時~4時	保健センター 消費者相談室 保険年金課年金係
16	火	定期健康相談 法律相談 消費者相談 くらしの書類作成相談 年金相談	9時~11時(前日までに予約) 9時~正午(前日予約) 10時~正午・1時~3時 1時30分~4時30分(前日予約) 9時~正午・1時~4時	保健センター 経済課消費生活係 消費者相談室 経済課消費生活係 福祉センター 保険年金課年金係
17	水	1歳6カ月児健康診査(20年7月生まれ) 消費者相談 心配ごと相談 女性の悩み相談 住宅リフォーム相談 高齢者・障害者の法律相談 年金相談	10時~正午・1時~3時 10時~正午 10時~4時(前日までに予約) 1時30分~4時30分(前日予約) 1時30分~4時30分(予約随時) 9時~正午・1時~4時	保健センター 消費者相談室 福祉センター 協働推進課女性青少年係 経済課消費生活係 福祉センター 保険年金課年金係
18	木	1歳児歯科健診(21年1月生まれ) 3歳児健康診査(19年1月生まれ) 法律相談 税務相談 年金相談	9時~正午(前日予約) 1時30分~4時30分(前日予約) 9時~正午・1時~4時	保健センター 保健センター 経済課消費生活係 経済課消費生活係 保険年金課年金係
19	金	消費者相談 人権・身の上相談 年金相談	10時~正午・1時~3時 1時30分~4時30分(前日までに予約) 9時~正午・1時~4時	消費者相談室 経済課消費生活係 保険年金課年金係
20	土	女性の悩み相談	10時~4時(前日までに予約)	協働推進課女性青少年係
21	日	+ 休日急病診療所 こせき内科クリニック(矢野口) 9時~5時 ☎377-0035 + 休日薬局 稲城薬局(矢野口) 9時~5時 ☎370-2182		
22	月	消費者相談 年金相談	10時~正午・1時~3時 9時~正午・1時~4時	消費者相談室 保険年金課年金係
23	火	3カ月~4カ月児健康診査(21年10月生まれ) 定期健康相談 法律相談 消費者相談 年金相談	9時~11時(前日までに予約) 9時~正午(前日予約) 10時~正午・1時~3時 9時~正午・1時~4時	保健センター 保健センター 経済課消費生活係 消費者相談室 保険年金課年金係
24	水	消費者相談 不動産相談 年金相談 年金相談	10時~正午・1時~3時 1時30分~4時30分(前日予約) 9時~正午・1時~4時 9時~正午・1時~4時	消費者相談室 経済課消費生活係 保険年金課年金係 平尾出張所
25	木	1歳児歯科健診(21年1月生まれ) 法律相談 登記相談 年金相談	9時~正午(前日予約) 1時30分~4時30分(前日予約) 9時~正午・1時~4時	保健センター 経済課消費生活係 経済課消費生活係 保険年金課年金係
26	金	消費者相談 年金相談	10時~正午・1時~3時 9時~正午・1時~4時	消費者相談室 保険年金課年金係
27	土	休日窓口 8時30分~5時(正午~1時を除く) 市民課、保険年金課(国民健康保険係のみ)、課税課、納税課 心の専門相談 1時~4時(前日までに予約) 福祉センター		
28	日	+ 休日急病診療所 かじわら内科泌尿器科クリニック(矢野口) 9時~5時 ☎370-8770 + 休日薬局 市役所通り薬局(矢野口) 9時~5時 ☎377-9599		
3/1	月	消費者相談 年金相談	10時~正午・1時~3時 9時~正午・1時~4時	消費者相談室 保険年金課年金係

予約が必要な相談は、8時30分から5時まで予約を受け付けます(予約受付日は各相談によって異なります)。
 経済課の相談予約は、先着順 ☎378-2286)です。
 消費者相談は電話(☎378-3738)でも相談できます。
 福祉センターの相談予約は、(☎378-3366)です。
 第4土曜日27日の女性の悩み相談は20日(土)に変更して実施します。

保健所だより
 南多摩保健医療圏
 脳卒中講演会
 知っておきたい
 脳卒中の話
 こんな症状の時、
 あなたはどつする?
 脳卒中は、健康な働き盛りの方を突然襲います。突然の出来事に慌てないために、講演会を開催します。
 第1回
 期日 3月2日(火)
 時間 午後2時~3時30分
 会場 八王子市学園都市センター12階 第一セミナー室(八王子市旭町9-1 東急スクエアビル12階)
 講師 徳岡 健太郎氏(東海大学八王子病院神経内科医長)
 第2回
 期日 3月8日(月)
 時間 午後2時~3時30分
 会場 南多摩保健所講堂多摩市永山2-1-5)
 講師 佐々木 貴浩氏(稲城市立病院神経内科医長)
 第3回
 期日 3月25日(木)
 時間 午後2時~3時30分
 会場 町田市健康福祉会館4階講習室(町田市原町田5-8-21)
 講師 大塩 恒太郎氏(町田市市民病院脳神経外科部長)
 申込み・問い合わせは、各回の前日までに電話で申し込んでください。各回すべてに申し込み可能です。
 費用 無料
 申し込み・問い合わせ 南多摩保健所 ☎371-7661

健康課事業

事業名・内容	対象	期日・時間・会場	定員・費用	申込方法
胃がん検診 バリウムによる胃部エックス線撮影検査 今年度最後の胃がん検診です。	市内在住で、検診日現在35歳以上の方(原則1年度に1回の受診) 胃の手術をした方、治療中・妊娠中の方を除く。	3月20日(土)・午前8時~正午・稲城市保健センター	48人(抽選)・1,330円(3、4)	はがき、封書、電子申請サービス(https://www.e-to-kyo.lg.jp/)、窓口持参のいずれかの方法で期日・住所・氏名(フリガナ)・生年月日・電話番号・前回検診年月日(分かる範囲で)を明記して、2月22日(月)必着で申し込んでください。 抽選結果は期日の1週間前までに通知します。
2歳児歯科健診 歯科健診・個別相談(食事や歯ブラシの事など) (1)	平成20年2月生まれのお子さん	3月3日(水)・午前9時20分~10時30分・稲城市保健センター	無料	はがき、封書、窓口持参のいずれかの方法で健診日・幼児氏名(フリガナ)及び生年月日・保護者氏名・住所を明記して、2月26日(金)必着で申し込んでください。
調理講習会「わが家のひな祭りはデコレーション寿司で!」 デコレーション寿司、高野豆腐と挽肉はさみ煮、小松菜・ほうれん草の柚子あえ、潮汁、ゼリー (2)	初めての方が対象です。 21年12月2日、1月25日の講習会に参加された方は、不可	2月23日(火)・午前10時~午後1時・城山文化センター	20人(先着順)・無料	2月22日(月)までに電話で申し込んでください。

- 母子健康手帳、歯ブラシ、コップ、ハンドタオルを持参してください。
- エプロン、三角巾、筆記用具、手拭き(指輪、腕時計は外してください)
- 保険証に自己負担割合が1割と記載のある方は440円(保険証などの提示が必要です)
- 次に該当する方は、受診料が免除されます。事前に問い合わせてください。生活保護受給世帯の方 市民税非課税世帯の方 中国残留邦人などの方

広報いなぎは再生紙を使用しています。

若さを保ち 体力アップ、健康のために 貯筋体操!!
 いつでも・どこでも・誰にでも・簡単・楽しく・安全にできる体操です。
 元気ではつらつと過ごすためのお話と、いすを使って歌

を歌いながら、上半身・下半身の体操をします。
 期日 3月3日(水)
 時間 午前10時~正午(受付は午前9時30分から)
 会場 地域振興プラザ
 定員 50人(先着順)
 講師 関口 理和氏(さいたまコープ、ふれあい介護センター)
 費用 無料
 申込方法 電話で申し込ん

3月1日(月)~7日(日) 子ども予防接種週間
 4月からの入園・入学に備えて、必要な予防接種を済ませ、病気を未然に防ぎましょう

お子さんの母子健康手帳を確認し、未接種の予防接種があれば、かかりつけ医などに
 相談し、早めに接種を受けることをお勧めします。
 特に4月に小学校に入学するお子さんへは、ぜひこの機会に麻疹・風しんの予防接種を受けさせましょう。

花粉症にご注意を
 環境省の予測によると、今年春の花粉総飛散量は、前年と比較して、少なくなると予測されていますが、春先の花粉の量が多いことには変わりなく、注意が必要です。また、スギ花粉の飛散開始は昨年とほぼ同様で、例年よりも1週間程早くなると予測されています。

花粉症は、スギなどの花粉
 予防策
 花粉症に関する情報は、東京都「ホームページ」または「環境省花粉情報」をご覧ください。

Health みんなの健康
 申し込み・問い合わせ
 稲城市保健センター
 〒206-0804 稲城市百村112の1
 ☎378-3421

市では各検診の結果データ(個人情報)を保管・集計し、今後の健康づくりに役立てる予定です。なお、個人情報については稲城市個人情報保護条例に基づき保護されます。

環境省の予測によると、今年春の花粉総飛散量は、前年と比較して、少なくなると予測されていますが、春先の花粉の量が多いことには変わりなく、注意が必要です。また、スギ花粉の飛散開始は昨年とほぼ同様で、例年よりも1週間程早くなると予測されています。

脳卒中は、健康な働き盛りの方を突然襲います。突然の出来事に慌てないために、講演会を開催します。