

市役所の代表電話は
042-378-2111
ファクス042-377-4781



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)

いなぎ 広報

人口と世帯

(平成18年5月1日現在)

人口	77,802人	344人増
男	39,702人	151人増
女	38,100人	193人増
世帯数	32,020世帯	215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。

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

とっておきの一枚を 応募してみませんか



▲森の妖精
坂浜で見かけたキンランです。

酒巻清三郎さん(東長沼)

▶是政橋の奥に見える
大岳山と御前山
雨上がりには奥多摩の山々が良く見え
ます。多摩川の土手で撮影。
齋藤茂さん(押立)



稲城の名勝シリーズ等 デジカメ写真の市民投稿

市民の皆さんがデジタルカメラで撮影した写真を募集しています。寄せられた写真は、広報いなぎや市刊行物などで使用します。ぜひ、応募してください。

募集時期 通年
募集内容 稲城の自然・景観・街並み、市のイベントを撮ったもので、写真によって多くの市民が感動したり、心温まったりすると思われるもの
写真はなるべく320万画素以上の解像度で撮影したもので、写真データは未加工のものとし、人物が写っている場合は、写っている方の承諾を得てください。
著作権については市に帰属します。
謝礼などはありません。
写真を活用する際には、原則として名前と地区名などを掲載します。
応募方法 秘書広報課にある申請書に写真と写真データを添えて、応募してください。市ホームページからも応募できます
1回の応募につき、写真は1枚とします。
応募・問い合わせ 秘書広報課広報広聴係

携帯電話版市ホームページ(図1参照)では、休日急病診療所の情報(医療機関情報)や災害情報等メールシステム、市循環バス情報などを掲載しています。また、同ホームページの「マイタウン稲城市」(図2参照)では、広報いなぎと生涯学習だより「ひろば」を中心とした市の情報を掲載しています。身近な市の情報源として、ぜひご利用ください。

地震・警報情報・気象庁による地震・津浪情報など。稲城市を含む多摩南部地域の予報
天気予報・気象庁による稲城市を含む多摩南部地域の予報
地震・警報情報・気象庁による地震・津浪情報など。

問い合わせ 秘書広報課
広報広聴係

マイタウン稲城市(テレモ自治体情報)
内容
天気予報・気象庁による稲城市を含む多摩南部地域の予報
地震・警報情報・気象庁による地震・津浪情報など。

地震情報は震度3以上稲城市からのお知らせ
市のイベントの中止情報や光化学スモッグ情報などを随時掲載
メール受信を希望する方は、画面にある「メールサービス」から登録してください。
メール配信は、通信回線の状況や機種によって遅れることがあります。
新着情報・特に皆さんにお知らせしたい情報をピックアップして掲載
広報(毎月1日・15日更新)「広報いなぎ、生涯学習だより「ひろば」から抜粋した情報を7つに分類して掲載
情報料は無料ですが、通信料がかかります。
アクセス方法 携帯電話版市ホームページから図

図1 携帯電話版市ホームページ

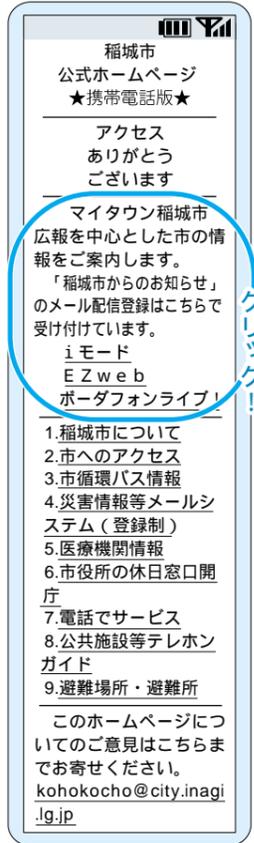
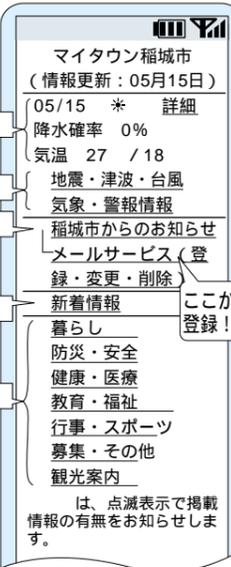


図2 マイタウン稲城市



画面にある電話番号を選択して決定ボタンを押すと、電話がかかります。

手軽に、タイムリーに、市の情報を入力！
携帯電話版市ホームページ

マイタウン稲城市



1参照) 携帯電話版市ホームページのアドレス、バーコードは、広報1面上タイトル部分に掲載しています。携帯電話各社のメニューから(図3参照)

図3 アクセス方法

iモード(NTTドコモ)
iMENU メニューリスト タウン情報/行政
テレモ自治体情報 「稲城市」
EZweb(au)
EZトップメニュー ライフ ライフ 行政サービス 全国 テレモ自治体情報
「稲城市」
ポータフォンライブ!(ポータフォン)
vodafone live! メニューリスト
くらし・健康 行政 テレモ自治体情報
マイタウン情報 「稲城市」
Lモード(NTT固定電話)
Lボタン メインメニュー Lメニューリスト
行政サービス 行政公共機関 全国 テレモ自治体情報
マイタウン情報 「稲城市」
「Bookmark」や「お気に入り」などに登録しておけば、次回からの検索手順を省略できます。
表示画面は、携帯電話各社が変更することがあります。

日々生活する中で、国や特殊法人などの仕事について、苦情や意見、要望をお持ちではありませんか。行政相談は、総務大臣の委嘱を受けた行政相談委員が、国の行政に関する相談を受けるものです。皆さんの苦情や要望の解決を進めることが、国の行政に対する信頼を確保することにもつながります。秘密は厳守されます。どうぞお気軽に相談してください。お問い合わせ 経済課消費生活係

ど存じですか 春の行政相談週間

5月22日(月)~28日(日)



役所 解決の促進
行政相談委員
市民 苦情・要望

市民くらしの相談
市では、毎月1回、「市民くらしの相談」の一環として行政相談を行っています。
相談日 毎月第2火曜日
時間 1時30分~4時30分
会場 市役所2階市民相談室
相談員 石井貴氏・原田富士子氏(行政相談委員)
予約方法 相談日前日の8時30分から電話(☎378・2286番)で予約してください。
予約・問い合わせ 経済課消費生活係
「こちらでも相談できます」
総務省では、常時、行政相談窓口を設置しています。
相談窓口 東京総合行政相談所(西武百貨店池袋店7階、休業日を除く毎日受付) ☎03・3987・0229番 行政苦情110番(総務省東京行政評価事務所) ☎0570・090110、☎03・533311761番、総務省ホームページ <http://www.soumu.go.jp/>

募集します 違反広告物 撤去協力員

市では、屋外広告物法や東京都屋外広告物条例に違反した広告物を市内からなくすため、「稲城市違反広告物撤去協力員制度」をス

ターゲットしました。これにより、まちの美観を損ない、青少年に有害なはり紙・はり札・立て看板・広告旗などを、市長から委嘱を受けた協力員が撤去できるようにします。違反広告物の撤去にぜひ協力してください。

18年度 市民税・都民税の主な改正点
地方税法及び市税条例の一部改正により、特に65歳以上の方に対する税制が変更されました。

所得割の加算額は35万円から32万円となりました。問い合わせ 課税課市民税係

5月31日まで 固定資産税・都市計画税 縦覧と閲覧

縦覧 固定資産税(土地・家屋)を納めている方は、他の土地や家屋の評価額などを記載した帳簿を無料で縦覧することが出来ます。

閲覧(名寄帳交付) 固定資産(土地・家屋・償却資産)をお持ちの方は、期間中、自分の名寄帳(課税台帳)の写しを無料(期間外は有料)でとることが出来ます。

市議会を 傍聴しませんか

18年第2回定例会 6月9日から開催予定
第2回市議会定例会が、6月9日から開かれる予定です。議会の傍聴を希望する方は、当日、議会事務局で手続きをしてください。

家庭剪定枝を チップ化します

庭木の手入れで出た剪定枝はどうしていますか。市では燃えるごみとして出されてきた剪定枝のリサイクルを進めるため、自動車搭載型の破砕機で剪定枝をチップ化しています。

今年度は市内全地区(全24回)で実施を予定しています。作業日前週の金曜日(下表参照)の午後から作業日の2時頃までに剪定枝をお持ちください。



集まった枝は廃食油で動く破砕機でチップ化します。

家庭剪定枝のリサイクル行事予定

回数	会場設営日	作業日	作業会場	地区
第1回	5月19日(金)	5月23日(火)	ふれんど平尾(旧第八小学校)	平尾
第2回	5月26日(金)	5月30日(火)	市役所第二駐車場	東長沼
第3回	6月2日(金)	6月6日(火)	城山公園	向陽台
第4回	6月9日(金)	6月13日(火)	平尾宅地分譲自治会館横	平尾
第5回	6月16日(金)	6月20日(火)	押立ふれあい会館	押立
第6回	9月15日(金)	9月19日(火)	ふれんど平尾(旧第八小学校)	平尾
第7回	9月22日(金)	9月26日(火)	市役所第二駐車場	東長沼
第8回	9月29日(金)	10月3日(火)	総合体育館駐車場	長峰
第9回	10月6日(金)	10月10日(火)	平尾宅地分譲自治会館横	平尾
第10回	10月13日(金)	10月17日(火)	北緑地公園駐車場	大丸
第11回	10月20日(金)	10月24日(火)	若葉台公園駐車場	若葉台
第12回	10月27日(金)	10月31日(火)	市役所第二駐車場	東長沼
第13回	11月2日(木)	11月7日(火)	押立ふれあい会館	押立
第14回	11月10日(金)	11月14日(火)	坂浜コミュニティ防災センター	坂浜
第15回	11月17日(金)	11月21日(火)	矢野口宿三谷公会堂	矢野口
第16回	11月24日(金)	11月28日(火)	市役所第二駐車場	東長沼
第17回	12月1日(金)	12月5日(火)	ふれんど平尾(旧第八小学校)	平尾
第18回	1月12日(金)	1月16日(火)	大丸公園	大丸
第19回	2月16日(金)	2月20日(火)	平尾宅地分譲自治会館	平尾
第20回	2月23日(金)	2月27日(火)	北緑地公園駐車場	大丸
第21回	3月2日(金)	3月6日(火)	神化児童公園	百村
第22回	3月9日(金)	3月13日(火)	総合体育館駐車場	長峰
第23回	3月16日(金)	3月20日(火)	若葉台公園駐車場	若葉台
第24回	3月23日(金)	3月27日(火)	市役所第二駐車場	東長沼

本人確認に便利な 住基カードを つくりませんか

15年8月から住民基本台帳カード(住基カード)を希望する方に交付しています。住基カードは顔写真付きと顔写真無しの2種類があり、顔写真付きの住基カードは運転免許証などと同様に、公的な機関が発行した本人確認書類として利用できます。

放置駐車違反の 取り締まりが 変わります

6月1日(木)から 公平かつ効率的な駐車違反の取り締まりを行うため、道路交通法が一部改正され、6月1日から施行されます。

受付場所 市民課 平尾 若葉台出張所
撮影サービスは市民課のみです。出張所では行っていません。
受付時間 9時~4時平日
交付場所 市民課
住基カードの即日交付には条件があります。詳しくは問い合わせをいただくか市ホームページをご覧ください。

川崎街道 鶴川街道 いちよう並木通り 平尾中央通り 平尾小通り 重点路線以外の路線でも、これまでと同様に迷惑性・危険性・悪質性を判断して取り締まりを行います。詳細は、警視庁ホームページ(http://www.keishi.metro.tokyo.jp/)をご覧ください。問い合わせ 多摩中央警察署 ☎375・0110番

6月1日は人権擁護委員の日

特設相談所を開設します

人権擁護委員が人権や身の上に関する相談に応じます。

「他人から人権を侵害されている」「夫婦・家庭内で不和や争いが起こっている」「近所トラブルが発生した」など、お困りの際には一人で悩まず相談してください。秘密は厳守します。

期日 6月2日(金)
時間 10時～正午、1時～4時
会場 市役所市民相談室

相談員 稲城地区人権擁護委員(藤森光子氏、松樹經子氏、久保田哲夫氏)

申し込み方法 直接経済課窓口に来庁してください。問い合わせ 経済課消費生活係

人権擁護委員とは

人権擁護委員は法務大臣が委嘱した民間のボランティアです。この制度は、日頃地域に根ざした活動を行っている人たちが、地域の中で人権思想を広め、人権

侵害が起きないように見守り、人権を擁護していくことが望ましいという考えから設けられた、諸外国に例を見ない制度です。

現在、約1万4千人の委員が全国の市町村に配置され、講演会や座談会を開催したり、法務局・市区の人権相談所・自宅などで住民の皆さんからの人権相談を受けたり、積極的な活動を行っています。

平成6年度からは、いじめ、体罰、不登校などの子どもをめぐめる人権問題に適切に対処するため、人権擁護委員の中から子どもの人権問題を専門的に扱う「子どもの人権専門委員」が設けられ、全国で約700人の専門委員が活発な活動を行っています。

問い合わせ 経済課消費生活係

市民活動サポートセンター 金曜サロン スペシャル

～誰でも、自由に、楽しくおしゃべりしましょう～

第二の人生で花を撮りはじめ、次第にその奥深さに魅せられていきました。花が上向き、横向き、下向きに開くのはなぜでしょうか。そこには深い理由があったのです。花の写真を見ながら、その魅力について語り合います。

期日 6月2日(金)
時間 午後7時～
会場 市民活動サポートセンター(地域振興プラザ内)
テーマ 花に魅せられて話し手 齋藤隆夫氏(百村在住)
費用 無料
申し込み方法 直接来場してください。
申し込み・問い合わせ 市民活動サポートセンター(協働推進課) <http://www.inagi-support.org/>

「水の事故」を防ぎましょう!

これから夏に向けて、海や川、プールなどで水に入る機会が多くなります。水の事故を防ぐため、次のごとくに注意しましょう。子どもの水泳や水遊びには大人が必ず同伴し、目を離さない。海やプールなどに入る前には、十分な準備運動をする。水温が低い時、体調の悪い時、お酒を飲んだ時は水に入らない。危険な場所で遊んでいる子どもを見つけたら、必ず注意をする。

策定しました 多摩地域における都市計画道路の整備方針

東京都と多摩地域の28市町(26市と2町)は、共同で多摩地域における都市計画道路の新たな整備方針の策定に取り組んできました。

この事業について皆さんの意見を募集します

期日 6月9日(金)まで
募集方法 新文化センター建設意見書と記入し、メール shougakaku@city.inagi.jp、ファクス(378・3600番)または各文化センターにある意見箱へ提出してください。
様式自由
この事業の基本構想、基本計画の概要などの公表資料は、市ホームページまたは各文化センターでご覧になれます。

まずはわが家の耐震診断から

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 昭和56年5月31日以前の建築確認で建築した所有者が個人の木造住宅 助成費用 2万5千円(上限)

(仮称)新文化センター 建設にむけて 問い合わせ 生涯学習課社会教育係

今回は、基本計画の概要を中心に、複合施設としての機能に関するお問い合わせをいただきました。今回は、複合施設の機能施設として、【生涯学習・コミュニティ施設】と【児童・青少年施設】の考え方などについて説明します。

イ施設は、市民の皆さんの学習ニーズに対応するため自由に学習することができ、地域間における市民の交流の場として調和のとれたコミュニティ活動ができる空間です。この施設は、坂浜・長峰・若葉台地区の方が、すでに文化センターが設置されている地域の方々と同じように、「参加型学習」に努められるよう、次の機能を整備します。

児童館の機能については、社会生活の多様化の中で新しい対応が求められています。この施設の整備予定地は、若い世帯形成・子育て世代の人口増加が著しい地区のため、これまでの基本構想案作成での検討やワーキング、その他の意見・要望においても、年長児童(中・高校生)への対策が常に言及されてきました。したがって、施設全体として大型児童センターレベルの機能と同等以上の機能を持たせ、児童・青少年施設としては児童センターレベルの機能を持った施設を整備します。プレイスペース ミニ体育館的な利用が可能な空間として整備します。育成スペース 幼児から高校生までのゆとりある室内遊びの空間を

開催します (仮称)新文化センター 整備運営事業 市民説明会 市では(仮称)新文化センター整備運営事業をPFIの手法を活用して進めています。事業概要、PFIにおける今後のスケジュールなどについて説明会を開催しますので、参加してください。 期日 5月20日(土) 時間 10時～正午 会場 総合体育館ミーティングルーム

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 昭和56年5月31日以前の建築確認で建築した所有者が個人の木造住宅 助成費用 2万5千円(上限) 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 実際には建築をされた業者にお願しても結構です。 診断費用 15万円(20万円(消費税を除く)) 問い合わせ 稲城消防署 警防課防災係

台風などの大雨で河川が増水している時は、近づかない。また、万が一の場合に備えて、人工呼吸など応急手当を身につけましょう。応急手当の講習会は、稲城消防署で行っています。 問い合わせ 稲城消防署 警防課防災係 377・7119番



老人保健

入院時の一部負担金と食事代の減額

老人保健法医療受給者証をお持ちの方で次のいずれかに該当する方は、入院時の一部負担金及び食事代の減額になります。

4月1日から入院時の食事代の負担方法が、1日単位から、1食単位に変更されました。

対象 低所得 世帯員全員が住民税非課税の世帯に属する方 低所得 世帯員全員が住民税非課税でそれぞれが住民税の各

種所得の金額についてすべ

て0円の世帯に属する公的年金などの控除を65万円として計算し、または住民税非課税世帯に属する高齢福祉年金を受給している方減額内容 下表のとおり

申請に必要なもの 医療受給者証 健康保険証 印鑑 高齢福祉年金証書(受給者のみ) 下表の低所得者 に該当する方で、過去1年の入院期間が90日を超える方は医療機関の領

収書など入院日数が分かる

老人医療の入院時一部負担金自己負担限度額及び食事代の標準負担額

所得区分	1カ月当たりの入院時一部負担金	1食当たりの入院時食事代	
		90日までの入院	90日を超える入院
一般の方	40,200円	260円	
低所得の方	24,600円	210円	160円
低所得の方	15,000円	100円	

もの 申請方法 入院前に申請し、「老人医療の限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付を受け、入院時に医療機関に提示してください。 問い合わせ 高齢福祉課

福医療証を

お持ちの方へ

福(東京都老人医療費助成制度)受給者で主たる生計維持者が住民税非課税の方は、申請に基づき限度額適用認定証の交付を受けると、自己負担限度額の上限が下表のとおりになります。

医療機関にかかる時には、必ず健康保険証と福医療証を併せて提示してください。 申請に必要なもの 印 福 医療証・健康保険証

PFIによる中央図書館建設を目指して

問い合わせ 市図書館 ☎377-2123番

建物が完成、急ピッチで進む搬入作業

中央図書館・体験学習館は、3月31日に13カ月にわたる工事が終わり、稲城市に引き渡されました。 城山通りに面する正面階段脇には、昨市民の皆さんが、愛知万博に展示したタイルのモザイク画が埋め込まれました。



建物完成直後の一般開架スペース

4月・家具や備品の搬入 館内の壁面には案内図などが取り付けられました。図書部分は高い天井と固定の間仕切りがないために、

市民の図書館、地域の情報発信基地にふさわしい壁面となりました。建物の北側と道路に面した斜面には芝生が張られ、コブシなどの樹木が植えられ、周囲の緑あふれる景観となじんできました。



おはなし室

大きな空間が広がっています。館内には17万冊を収納できる本棚や閲覧用の机、椅子、ソファをはじめパソコン用の机や椅子などの家具類が運ばれ、設置されました。 児童スペースには卵形のおはなし室ができました。カーテンを開けるとそこはまるで別世界。「お話の世界」に早変わりします。普段は、履物を脱いでゆったりと読書が楽しめます。



組み立て中の書架

5月・資料の搬入 組み立てられた書架に、いよいよ資料が並べられます。通常、図書館の資料は分類番号順に並べられていますが、中央図書館ではコンピュータ・旅行・暮らし・シニアなどのコーナーを設け、関連する資料を集めて利用者の視点に立った並び方を工夫しています。

6月・システムの調整 資料の貸し出し・検索な

ど、サービスの要となる図書館情報システムの調整や確認の作業が始まります。自動書庫、棚アンテナシステム、自動貸出機や資料の貸し出し手続が漏れを防ぐための「持ち出し警報機」など、新しく導入する機器類も含まれ、確認作業は幅広く行われます。 いよいよ開館も目前。運営スタッフは全力で総仕上げに取り組みます。 市民の皆さんが開館前の図書館を見られる見学会を予定しています。詳しくは広報6月15日号でお知らせします。 既に公表している資料は、市ホームページ、市内図書館で閲覧できます。

体験学習館の利用方法については、広報6月1日号で詳しくお知らせします。

入居者募集 生活支援ハウス どんぐり

対象 住宅に困窮している方で、引き続き1年以上市内に居住して、次のすべてに該当する方 原則60歳以上のひとり暮らしで自立した生活ができ、自宅で生活する事に不安がある方 常時医療を必要としない方 共同生活を営むことができる方 家族の援助を受けられない方 所在地 平尾2の49の20

申請方法 高齢福祉課、地域包括支援センター(市内2カ所)、在宅介護支援センター(市内2カ所)にある申請書に必要事項を記入し、持参、郵送または各支援センター職員による代行申請のいずれかの方法で申請してください。 市の入所者選定会議に諮り、入所者を決定後、連絡します。 申込期限 5月26日(金)まで

自己負担割合	自己負担限度額(月額)	
	外来(個人ごと)	入院(世帯ごと)
一般	12,000円	40,200円
低所得者	8,000円	24,600円

申請・問い合わせ 高齢福祉課

特別児童扶養手当、特別障害者手当など 手当額が変わります

各種手当月額 (単位:円)

区分	手当月額	
	改訂前	改訂後
特別児童扶養手当	1級	50,900
	2級	33,900
特別障害者手当	26,520	26,440
障害児福祉手当	14,430	14,380
福祉手当(経過措置分)	14,430	14,380

障害児養育家庭などを対象とした手当の月額が、4月分から左表のように変わります。 介護の勉強会のお誘い 家族や身近な人が認知症になったら、どうしようかと不安になりませんか。 そんな時、「いとでんわの会」に参加してみませんか。 会場 地域振興プラザ 内容 認知症の勉強会、家族交流会 費用 無料 問い合わせ いとでんわの会 長坂 ☎377-0274 午後6時〜、坂 ☎042-735-1268番、稲城市在宅介護支援センター ☎331-6601番

ご存じですか? マタニティマーク

「マタニティマーク」とは、妊産婦が交通機関などを利用するときに身に付けることで、周囲の方々が妊産婦への配慮を示しやすくするものです。また、職場や飲食店、公共機関などにポスターを掲示することで、「妊産婦に優しい環境づくり」を推進しています。

このマークは、厚生労働省のホームページ(<http://www.mhlw.go.jp/houdou/2006/03/h0301-1.html>)からダウンロードして自由に利用できます。

問い合わせ 保健センター ☎378-3421番

まちの話題を集める

わがまち稲城 2006

新たな交流の架け橋に 多摩川原橋

調布市VS稲城市 綱引き大会

4月22日(土)午前、稲城市と調布市を結ぶ多摩川原橋の2車線を4車線に拡幅する工事の完成を記念して、開通式典が開催されました。

式典では、東京都副知事、調布市長、稲城市長などによるテープカット、くす玉開きに続き、夫婦三代による渡り初めが行われました。渡り初めは橋が長きにわたって健全であることを願い、三世代の夫婦が揃う一家を先頭に行うものです。稲城市からは矢野口にお住まいの長谷川晃一さん一家が参加し、参列者の先頭で稲城市民による吹奏楽団の軽快な演奏に乗って歩き、拡幅開通を祝い合いました。

そして午後には、新しい橋の上で、稲城市民100人対調布市民100人の綱引

夫婦三代による渡り初め



き大会が行われました。競技の時間が近づくと、参加者が続々と詰め掛け、橋の上は1,500人を超える来場者でいっぱいになりました。勝負は、東京ヴェルディ1969及びFC東京のサポーター・子ども・大人の3部門で2回戦ずつ行われ、大歓声の中、両市長も参加して、熱戦が繰り広げられました。結果は3部門すべてが引き分けでした。

この大会は「開通前の橋の上で、稲城市民と調布市民が交流できる事業を」と、両市の商工会青年部と青年会議所などのメンバーで組織した実行委員会が企画運営しました。「綱を引く人



力を合わせて、「オーエス!オーエス!」

感と、終わった後の皆さんの笑顔を見た時は、大会までの不安を吹き飛ばす充実感を感じました」と広報部長の中山さん。青空と参加者の笑顔がまぶしい一日、稲城市と調布市の交流に新たな1ページが刻まれました。

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

郵便による在宅投票 郵便投票制度

郵便投票制度とは、身体に重度の障害があり、投票所へ行くことが困難な方が郵便でのやりとりによって自宅で投票することができ、対象 身体障害者手帳、戦傷病者手帳をお持ちの方で表1に該当する方または

表1 郵便投票ができる方

障害の部位	身体障害者手帳	戦傷病者手帳	介護保険の被保険者証
両下肢・体幹	1級・2級	特別項症~第2項症	要介護状態区分が要介護5
移動機能	1級・2級	——	
心臓・腎臓・呼吸器・膀胱・直腸・小腸	1級・3級	特別項症~第3項症	
免疫	1級~3級	——	

介護保険法の規定による要介護状態区分が要介護5の方で、自分で字を書くことができる方
対象となる方で、障害の程度により自ら投票の記載ができない方には、代理記載投票表(2参照)もありま

表2 代理記載投票ができる方

障害の区分	障害の程度	
	身体障害者手帳	戦傷病者手帳
身体障害者手帳	上肢または視覚	1級
戦傷病者手帳	上肢または視覚	特別項症~第2項症

りになりますので、早めに手続きは郵便でのやりとりになり、選挙管理委員会へ郵送し、投票日の4日前までに投票用紙を請求 自宅で投票し、投票日まで投票用紙を選挙管理委員会へ郵送し、投票日の4日前までに投票用紙を請求 自宅で投票し、投票日まで投票用紙を選挙管理委員会へ郵送し、投票日の4日前までに投票用紙を請求

投票までの手続き 選挙管理委員会にある申請書(郵送可)に記入のうえ、お持ちの手帳または介護保険の被保険者証を添えて申請 登録できた方には郵便投票証明書を交付 郵便投票証明書を選挙管理委員会が発送する投票用紙等交付申請書を添付し、投票日の4日前までに投票用紙を請求 自宅で投票し、投票日まで投票用紙を選挙管理委員会へ郵送し、投票日の4日前までに投票用紙を請求

申請してください。選挙管理委員会 申し込み受付中! ちよこつと共済 東京都町村民 交通災害共済

少ない年会費(Aコース 1千円で最高300万円の見舞金 Bコース 500円で最高150万円の見舞金)で加入できる、交通災害についての助け合い制度です。 対象 市に住居登録・外国人登録をしている方 次の方は市負担でBコースに加入しています。コース変更もできます。 0歳から中学3年生までの方 身体障害者手帳、愛の手帳、精神障害者保健福祉手帳をお持ちで障害福

職員募集 多摩南部 成年後見センター 多摩南部成年後見センターは、稲城市が近隣4市調

社課に届け出があり、施設に入所していない方 消防団員の方 70歳以上の方(共済期間中に70歳になる方は、その日から加入します) 共済期間 加入申し込みの翌日から19年3月31日まで

応募資格 大学卒業程度の学力を有する35歳程度までの方 内容 法人後見事務(被後見人などの利用者との面会などを通して事実上の後見人として行う事務)、センターの事務全般 採用 7月1日(予定) 選考方法 面接 応募者多数の場合は書類選考を行います。 応募方法 センターにある応募用紙に必要事項を記入のうえ、持参または郵送で応募してください。 応募用紙は郵送で取り寄せることができます。 応募期限 6月5日必着

応募・問い合わせ 多摩南部成年後見センター 182-0026 調布市小島町3-69の2階 ☎0424-5802番

みんなのコーナー 社会福祉法人平尾会 ひらお苑 みどりの広場 地域の方との交流と、介護予防や介護保険の事を知っていただくための催し物です。各種相談も受け付けます。ぜひ、お立ち寄りください。 期日 5月21日(日) 雨天決行 時間 10時~1時 会場 ひらお苑 内容 介護予防教室 歯と全身の健康について フラグットの演奏 稲城繁盛節介護予防体操

入会説明会 期日 5月16日(火) 時間 1時30分~ 会場 地域振興プラザ 対象 市内在住の58歳以上で働く意欲のある方 就職・転職希望者を除く車での来場はご遠慮ください。 受講者募集 パソコン講習会 コース・期日・時間 下表のとおり 費用 5千円(1コース) テキスト代は実費 定員 各コース16人(先着順)

会場 地域振興プラザ 車での来場はご遠慮ください。 申し込み方法 往復はがきの往信面に希望のコース名・住所・氏名・年齢・性別・電話番号を記入して申し込みください。 申込期限 5月22日必着 申し込み・問い合わせ 〒206-0002 稲城市東長沼2-1-2の1 シルバー人材センター パソコン講習会係

コース	期日	時間
エクセル活用講座	6月6日(火)~9日(金)	9時30分~12時30分
デジカメ活用講座	6月13日(火)~16日(金)	9時30分~12時30分
ワード活用講座(絵入り文書)	6月17日(土)・18日(日)・24日(土)・25日(日)	10時~1時
インターネット活用講座	6月17日(土)・18日(日)・24日(土)・25日(日)	1時30分~4時30分

331-1911番 田植えをしませんか 稲城の酒「みのり」の米づくり 期日 6月11日(日) 時間 9時30分 集合場所 大丸地区会館 対象 市内在住・在勤の方(家族グループも可) 募集人数 150人 申し込み方法 ファクスで、代表者の住所・氏名・年齢・電話番号と参加者全員の氏名・年齢を記入して申し込みください。 申込期限 5月25日必着 申し込み・問い合わせ 稲城の酒でまちづくり実行委員会事務局 ☎377-6043番 ☎1053番

カレンダー 5月15日~6月1日

5/15	月	離乳食調理講習会(17年12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(予約必要) 10時~正午・1時~3時 1時30分~4時30分(予約必要) 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 保険年金課年金係
17	水	1歳6カ月児健康診査(16年10月生まれ) 消費者相談 住みリフォーム相談 年金相談 女性の悩み相談 心配ごと相談 高齢者・障害者の権利擁護相談	10時~正午・1時~3時 1時~4時 9時~正午・1時~4時 10時~4時(前日までに予約) 10時~正午 1時30分~4時30分(予約随時)	保健センター 消費者相談室 経済課消費生活係 保険年金課年金係 協働推進課女性青少年係 福祉センター 福祉センター
18	木	法律相談 税務相談 年金相談	9時~正午(予約必要) 1時30分~4時30分(予約必要) 9時~正午・1時~4時	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(予約必要) 9時~正午・1時~4時	経済課消費生活係 経済課消費生活係 保険年金課年金係
20	土			
21	日	+ 休日急病診療所 高クリニック(平尾)9時~5時 ☎331-8201		
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	4カ月児健康診査(18年1月生まれ) 定期健康相談 交通事故相談 消費者相談 年金相談	9時~11時(前日までに予約) 9時~正午(予約必要) 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	1歳6カ月児健康診査(16年10月生まれ) 消費者相談 不動産相談 年金相談 年金相談 心配ごと相談	10時~正午・1時~3時 1時30分~4時30分(予約必要) 9時~正午・1時~4時 9時~正午・1時~4時 10時~正午	保健センター 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 福祉センター
25	木	3歳児健康診査(15年4月生まれ) 法律相談 年金相談	9時~正午(予約必要) 9時~正午・1時~4時	保健センター 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~正午・1時~5時 市民課、保険年金課、課税課、納税課 女性の悩み相談 心の専門相談	10時~4時(前日までに予約) 1時~4時(予約随時)	協働推進課女性青少年係 福祉センター
28	日	+ 休日急病診療所 もりこどもクリニック(若葉台)9時~5時 ☎350-6977		
29	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
30	火	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(予約必要) 10時~正午・1時~3時 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 保険年金課年金係
31	水	消費者相談 年金相談 心配ごと相談	10時~正午・1時~3時 9時~正午・1時~4時 10時~正午	消費者相談室 保険年金課年金係 福祉センター
6/1	木	法律相談 労働相談 年金相談	9時~正午(予約必要) 1時30分~4時30分(予約必要) 9時~正午・1時~4時	経済課消費生活係 経済課消費生活係 保険年金課年金係

(予約必要)の相談は、前日の午前8時30分から予約を受け付けます。経済課消費生活係の相談 ☎378-2286番

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番

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。

成人健康診査 (40~64歳)

対象者限定で肝炎ウイルス検査、大腸がん検診、前立腺がん検診、歯周疾患検診も同時実施

糖尿病、心臓病、脳卒中などの生活習慣病の予防、早期発見のために健康診査を受けましょう。
17年度から65歳以上の方

は老人健康診査(9月~11月実施)になりました。
成人健康診査
期間 6月1日(木)~7月31日(月)
対象 受診日現在、40歳~64歳の市民の方
内容 問診、身体計測、理学的検査、循環器検査、血液化学検査他
費用 無料
再検査や検査項目にない検査などは自費
申し込み方法 次のいずれか

成人健康診査 受診希望

- 住所
- フリガナ・氏名・年齢・性別
- 生年月日
- 電話番号

肝炎ウイルス検査
国の方針により、今年度が肝炎ウイルス検査の最終年度として実施します。
期間 成人健診と同時実施

大腸がん検診
期間 成人健診と同時実施
大腸がん検診のみの受診はできません。

前立腺がん検診
期間 成人健診と同時実施
前立腺がん検診のみの受診はできません。

はがき記入例裏面)
www.tokyo.go.jp)で5月25日までに請求してください。

前立腺がん検診
(医師会実施事業)
期間 成人健診と同時実施
前立腺がん検診のみの受診はできません。

歯周疾患改善指導
期間 6月1日(木)~7月31日(月)
対象 6月1日現在、40~50・60歳の市民の方
内容 問診、歯周組織の検査

受け取り、指定医療機関へ持参して申し込んでください。
郵送「保健センター」へ5月25日までに、はがき(記入例参照)で請求してください。
窓口配布「成人健康診査実施期間中、保健センター、高齢福祉課、平尾・若葉台出張所、電子申請サービス(https://www.tokyo.go.jp)で5月25日までに請求してください。

受診はできません。
対象 成人健診受診者で、次のいずれかに該当する方
6月1日現在、40歳~64歳で、当検診を未受診の方
過去に肝機能の異常を指摘された方
過去に大きな手術をした方や、分娩時に多量の出血をした方
市の成人健診の結果、GPT値が要指導となった方
同様の検査を受けたことのある方、治療の方は受診できません。

受診はできません。
対象 成人健診受診者で、6月1日現在、60~64歳の方
内容 腫瘍マーカー検査
費用 無料(医師会負担)
申し込み方法 成人健診受診時に医療機関に申し込んでください。

受診はできません。
対象 成人健診受診者で、6月1日現在、55~60歳の方
内容 便潜血検査2日法(問診・免疫)
費用 無料
再検査などは自費
申し込み方法 成人健診受診時に医療機関に申し込んでください。

受診はできません。
対象 成人健診受診者で、6月1日現在、55~60歳の方
内容 便潜血検査2日法(問診・免疫)
費用 無料
再検査などは自費
申し込み方法 成人健診受診時に医療機関に申し込んでください。

受診はできません。
対象 成人健診受診者で、6月1日現在、55~60歳の方
内容 便潜血検査2日法(問診・免疫)
費用 無料
再検査などは自費
申し込み方法 成人健診受診時に医療機関に申し込んでください。

健康教育講座 前立腺がん講演会

期日 5月20日(土)
時間 10時~11時30分
会場 地域振興プラザ
講師 松崎章二氏(稲城市立病院泌尿器科部長・稲城市医師会会長)
定員 50人
直接来場してください。
費用 無料
問い合わせ 稲城市医師会 ☎377-4946番

保健所だより

児童・思春期に
関する相談
南多摩保健所では、「不登校・ひきこもりの子供をもつ親の会」と「精神科専門医による相談」を行っています。



骨粗しょう症の検査・治療

骨粗しょう症という病名はしばしば報道されるので、ご存知の方も多いと思います。高齢者の多い社会になってきていますので、転倒したりして脊椎の圧迫骨折や大腿骨骨折を生じて動けなくなると、本人はもろなる親族の方にも様々な支障が出てきますので気をつけたいものです。そういったことを避けるために転ばないように気をつけること、転びやすい環境を避けること、筋力を維持すること、杖や手すりを早めに用いるといった方法も大事です。また今までは介護を必要としていなかった方が介護が必要となることのないように予防策をとると、介護保険制度も見直されています。

さて、骨粗しょう症の検査にはいろいろなものがあります。単純レントゲンでもある程度は判断できますが、骨密度検査をするのとさらにどの程度であるかが判断されます。さらに血液検査で骨形成能・骨吸収能を調べる骨代謝マーカーというものを検査することで、さらにどういった状態なのかを調べる検査があります。骨粗しょう症の予防として若いうちからの食事が大切であり、過度なタ イエットや食生活の偏りは避けたいです。また多量の飲酒・喫煙も禁物です。適度な運動・日光浴は骨を丈夫にするために大事です。

また治療方法としては、さらに悪化しないように予防的な治療と補充療法・薬物療法があります。それぞれに一長一短があります。

痛みの強いときには週一回程度のカルシトニン注射が効果があるとされています。補充療法としては、カルシウム製剤・ビタミンD3製剤があります。薬物療法としては、骨吸収の抑制を期待するビスホスホネート・エストロゲン・ビタミンK2といった薬があります。すぐに効果があがるものではないので、長期的に使う必要があり、長所短所があるので、その方の状況に応じて使い分けが必要になります。もし治療を考えると、かかりつけの医師に相談してください。

稲城市医師会 谷平 茂

まずは、地区担当保健師に相談してください。
不登校・ひきこもりの子どもをもつ親の会
期日 毎月第4水曜日
時間 2時~3時30分
内容 テーマミーティング、グループワーク、必要

に感じ個別心理相談
精神科専門医による児童・思春期問題に関する相談
期日 第3金曜日及び第4月曜日
時間 10時~正午
問い合わせ 南多摩保健所 ☎371-7661番