



©K.Okawara・Jet Inoue



# いなぎ

稲城市でロードレースを楽しもう!!

## Tokyo 2020

東京 2020  
オリンピック  
まで

東京 2020  
パラリンピック  
まで

### 631日

### 663日

主な記事

- キャッチコピー募集  
稲城市議会議員選挙・稲城市長選挙 (3)
- 支給しました  
児童手当・児童育成手当 (4)
- 検診車による胃がん集団検診 (6)
- 第6回平尾まつり (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](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

広報いなぎの配布方法

広報いなぎはポスティングによる全戸配布を行っています。それに伴い、発行日の3日ほど前から配布を始めています。☎秘書広報課広報広聴係

## 秋季全国火災予防運動 11月9日~15日

忘れてない?サイフにスマホに火の確認

平成30年9月末現在、市内では19件の火災が発生し、うち10件が建物火災です。  
 これからの季節は、空気が乾燥し火災が発生しやすくなります。火の取り扱いには十分に注意し、火災予防に努めましょう。

☎稲城消防署予防課査察指導係  
☎377-7119

ストーブの取り扱い

寝たばこ

ガスコンロの消し忘れ

注意しましょう!

### 自分で行う住宅防火 命を守る7つのポイント

#### 習慣で命を守る

- 寝たばこは、絶対やめる。
- ストーブは、燃えやすい物から離れた位置で使用する。
- ガスコンロなどのそばを離れる時は、必ず火を消す。

#### 対策で命を守る

- 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- 寝具・衣類・カーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する。
- 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器などを設置する。
- お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制を作る。

### 住宅用火災警報器の作動確認 を定期的に行いましょう

いざという時に火災を感知するよう、作動確認や機器清掃など維持管理をしましょう。

#### 作動確認



感知器の「ボタンを押す」または「引きひもを引く」ことで警報音がきちんと鳴るか確認しましょう。

#### 機器の清掃



感知器にほこりが入って誤作動しないよう、布などで乾拭きし、定期的に清掃しましょう。

#### 機器の交換



古くなると電子部品の寿命や電池切れなどで火災を感知しなくなることがあります。本体に記載の「製造年」を確認し、10年を目安に交換しましょう。

### 暖房器具の扱い方には十分に注意 お手入れをして適正な使用を心がけましょう

#### ストーブ

- 火をつけたまま灯油を補給しない。
- 外出や就寝時は必ず火を消す。
- 小さな子どもをストーブの近くで遊ばせない。

#### 電気こたつ

- こたつの中で洗濯物などを乾燥しない。
- 電源コードをカーペット等の下に這わせたり、机や家具の下敷きになったまま使用しない。
- ヒーター部やコンセントのプラグにたまったほこりは取り除く。





地区での体力測定会とミニ講座(第6回)

体力測定を行って、自分の体力を知りましょう。介護予防に関するミニ講座も行います。

対おおむね60歳以上の方

日11月7日(水) 時午後1時30分～3時(受付 11月2日(金)～)

場平尾自治会館 講理学療法士

持上履き、動きやすい服装、飲み物

先問高齢福祉課地域支援係

認知症サポーター養成講座

認知症の正しい知識を持ち、認知症の方や家族を温かく見守る応援者(サポーター)です。誰もが安心して暮らせるまちづくりを目指し、養成を

入居者募集 高齢者住宅 ジョイハウスたまたがわ

高齢者住宅ジョイハウスたまたがわ(押立40の3)の二人世帯用住戸の入居者を募集します。

対次の全てに該当する方

○申し込み時点で、満65歳以上を含む満60歳以上の2人暮らしの高齢者世帯

○市内に引き続き2年以上住んでいる方

○持ち家や公営住宅に住んでいない方



▲オレンジリングがサポーターの証

しています。

日11月14日(水) 時午後1時30分～3時

場城山公民館講座室

定20人(申込先着順)

申電話(11月2日(金)～)

先問地域包括支援センター

うようだい ☎370・0040

家族介護教室 「できる」を応援

福祉用具の活用方法

福祉用具を上手に利用して、外出する機会を増やしましょう。ご本人の参加もできます。「自分でできる」を応援します。

日11月13日(火) 時午後1時30分～3時

場やのくち正吉苑4階

いない方

○立ち退き要求を受けている等、現に住宅に困っている方

※収入について一定基準有り

▽募集戸数 1戸

※申込者多数の場合は抽選

費市の高齢者住宅条例による額

定20人(申込先着順) 講理学療法士 申電話(11月2日(金)～) 先問地域包括支援センターやのくち ☎370・2202

介護予防教室 尿モレを克服して、楽しいお出かけをしましょう

尿モレに関するお話しと吸水パットの体験、骨盤底筋体操を行います。

対おおむね65歳以上の方

日11月21日(水) 時午後1時30分～3時

場平尾自治会館

定30人程度

講東川 好美氏、網頭 威彦氏(ユニ・チャーム株式会社)

申電話(11月2日(金)～)

先問地域包括支援センター

らお ☎331・6088

若返り リトミック講習会

リトミックは音楽に合わせて合唱し、手足の運動を一緒に行う体操です。心身ともにリフレッシュし、ストレスを解消しましょう。

対おおむね65歳以上の方

日11月28日(水) 時午後1時～3時

場中央文化センターホール

定200人(申込先着順)

講国立音楽学院ラポールミュージックセラピー講師

先問みどりクラブ連合会事務局(高齢福祉課高齢福祉係)



ご協力ください 住生活総合調査

この調査は、住生活の安定・向上のための基礎資料を得ることを目的としています。

今回は、10月に実施された住宅・土地統計調査に回答いただいた世帯の中から一部を選び、全国で約12万世帯を対象に行います。

11月下旬からポスティングにより調査票を配布し、郵送・オンラインで回収しますので、ご協力をお願いします。

先問国土交通省住宅局 ☎03・5253・8111

下水道接続のお願い 市では、生活環境を改善し、衛生的で快適な住み良い街づくりを進めるため、下水道への接続をお願いしています。

下水道が使用できる地域にお住まいの方は、速やかに下水道への接続にご協力ください。

先問下水道課施設管理係

募集します

ドッグランボランティア

市ではドッグラン開設に向けて、ボランティアを中心に検討会を開催しています。参加希望の方はお問い合わせください。

対市内在住の方

先問ドッグラン開設に向けての検討、ドッグラン開設後の運営

先問土木課緑と公園係(ドッグラン稲城事務局)

日11月30日(金) 時午前10時～午後1時ごろ

場第二文化センター

定15人(申込先着順)

先問講習、調理実習

費300円(材料費)

申電話(11月2日(金)～)

先問高齢福祉課地域支援係

声による訪問 ふれあい電話

ふれあい電話は、定期的に電話をかけ、声による訪問を行い、話し相手になったり、安否確認をするサービスです。

対おおむね65歳以上の一人暮らしの方(日中一人で過ごしている高齢者)で介護サービスを利用していない方

先問高齢福祉課高齢福祉係

入会募集中 みどりクラブ(老人クラブ)

みどりクラブは「友達がほしい」「色々な事にチャレンジしたい」「生涯健康」などの思いで集まっているグループです。

グラウンドゴルフ・スナッグゴルフ・レクダンス等の軽スポーツ活動、カラオケや民謡、手芸、友愛活動に取り組んでいます。

各クラブ代表者連絡先

Table with 4 columns: 地域, クラブ名, 代表者名, 連絡先. Lists various clubs and their representatives.

対おおむね60歳以上の方

申電話

先問居住する地域のクラブの代表者(左下表参照)

先問みどりクラブ連合会事務局(高齢福祉課高齢福祉係)



▲発表の機会ではつらつとした時間を過ごしましょう



▲仲間たちと交流し、元気に楽しもう

キャッチコピー募集 稲城市議会議員選挙・稲城市長選挙



平成31年4月に稲城市議会議員選挙・稲城市長選挙の実施を予定しています。積極的な投票参加と明るい選挙の推進を広く呼びかけるため、キャッチコピー・標語を募集します。

最優秀賞1点、優秀賞2点を選出します。最優秀賞の作品は、入場整理券などに使用します(入選者には粗品有り)。

対市内在住の方 先問投票を呼びかけるキャッチコピー・標語 [20字以内(記号などを含む)]

先問持参、郵送、メール[必要事項①作品②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号]

※様式自由、市から申込用紙の入手可

先問限12月25日(火)必着

先問▷注意事項 ○入選作品の著作権は稲城市に帰属し、今後の啓発活動に活用します。

先問○応募は1人1標語までで、未発表のものとし

先問先問選挙管理委員会事務局

先問☒senkyokanri@city.inagi.lg.jp



### 支給しました 児童手当・児童育成手当

10月中旬に、6〜9月分の児童手当と児童育成手当を対象の方へ振り込みました。該当の方で振り込まれていない場合はご連絡ください。※現況届の提出が遅れた方は、11月以降になります。

現況届を受け付け中  
ひとり親家庭等医療証  
(親医療証)  
ひとり親家庭等医療証(親医療証)は平成31年1月1日

ひとりの親家庭等医療証(親医療証)は平成31年1月1日

## 年末保育 (本郷ゆうし保育園)

市内在住の生後4カ月以上で、特別な介助を必要としない就学前のお子さん(日曜日は1歳児クラス以上のみ)  
※保護者が年末に就労などにより家庭で保育ができない場合に限る。

12月29日(土)~31日(月)

午前7時~午後6時

※延長保育有り(満1歳以上、午後7時まで)

本郷ゆうし保育園

各日のおおむね60人(日曜日はおおむね10人)

※歳児ごとに定員有り

2,500円(日額)

※延長保育利用は別料金

窓口(11月1日(木)~)

11月15日(木)

子育て支援課保育・幼稚園係、在園している認可保育所

子育て支援課保育・幼稚園係

付けて更新となります。所得状況が分からない方など一部の方へ、現況届を送付しましたので、書類が届いた方は必ずご提出ください。※今回書類が届いていない方は、自動更新となります。資格審査後、該当する方には12月下旬に新しい医療証を郵送します。

申請、郵送  
11月30日(金)  
先子育て支援課手当助成係

養育家庭(里親)  
体験発表会  
里親の方から体験談などを聞ける機会です。皆さんの温かい家庭で子どもたちを養育しませんか。

11月29日(木)  
午後2時~4時(受付11時~午後1時30分)  
地域振興プラザ4階

子ども家庭支援センター本郷分室  
378・6366

### 東京都子育て支援員研修(第3期) 地域子育て支援コース、 放課後児童コース

子育て支援分野で従事する際に必要な知識や技能を学びます。

※募集要項は子育て支援課窓口、「東京都福祉保健局」の問い合わせ先で入手可

※申込方法、研修内容などの詳細はお問い合わせください。  
11月16日(金)  
(株)東京リーガルマインド  
03・5913・6225

### 11月は 児童虐待防止推進月間 未来へと 命を繋ぐ 189

児童虐待に関する相談件数は増加を続けており、社会全体で解決すべき重要な問題です。虐待防止対策への取り組みにご理解ご協力ください。

増え続ける子どもへの虐待  
○身体的虐待(暴力をふるう等)

○性的虐待(子どもへの性的行為など)

○ネグレクト(家に閉じ込めたり食事を与えない等)

○心理的虐待(言葉による脅し、無視など)  
虐待かもと思ったらすぐにお電話を

連絡は匿名でも行えます。連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。また、調査の結果、虐待の事実が無くても問題はありせん。

育兒ストレスによる児童虐待も発生しています。子育てについて悩みや心配を抱えている方は、一人で抱え込まず、気軽に相談ください。専門相談員が話を聞き、一緒に考えます。

子ども家庭支援センター本郷分室  
378・6366、東京都多摩児童相談所  
372・5600

### LINE相談を 行います

児童虐待を防止するため、LINEで子どもや保護者からの相談を受け付けます。子育ての悩みや困っていること等、ひとりで抱え込まず、気軽に相談してください(下記QRコードから友達申請)。



11月1日(木)~14日(水)  
午前9時~午後9時(土・日曜日は午後5時まで)  
福祉保健局少子社会対策部  
計画課  
03・5320・4200

### 11月は子供・若者育成 支援強調月間 支えよう 輝くひとの 夢みらい

青少年の健全育成を目指し効果的に活動するために、稲城市青少年健全育成運動基本方針では「青少年の生きぬく力を育てよう」をテーマに策定しています。

## 受け付けを開始します 平成31年度4月利用 認可保育所・保育ママ等

認可保育所・保育ママ・幼保連携型認定子ども園(2・3号)を利用希望の方は「保育所等利用のしおり」を参照し、お申し込みください。

▷申込書類・保育所等利用のしおりの配布・提出場所 市役所子育て支援課、平尾・若葉台出張所、各認可保育所、各子ども家庭支援センター、市(配布のみ)

※平成30年度の入所を申込中で、来年度も入所を希望する方も申し込みが必要です。※市外認可保育所を利用希望の方は各市区町村にお問い合わせください。

▷申込期間 11月12日(月)~12月20日(木)

※土・日曜日、祝日を除く。

▷受付時間 午前8時30分~午後5時

※決定通知は審査後、平成31年2月上旬に通知予定

子育て支援課保育・幼稚園係

## 平成31年4月利用 学童クラブ しおりの配布

平成31年4月利用の受け付けは次の通りです。学童クラブのしおりを11月15日(木)から配布します。

▷申込期間 12月3日(月)~平成31年1月8日(火)

※土・日曜日、祝日、年末年始を除く。

▷申込書類・学童クラブのしおり配布場所 児童青少年課、平尾・若葉台出張所、各文化センター、各学童クラブ、いなぎ発信基地ペアテラス、市

児童青少年課児童館・学童クラブ係

### 市民一人ひとりが実行するテ ーマ

笑顔であいさつをしよう  
ボランティア活動をしよう  
「生活体験・自然体験・読書」をしよう  
児童青少年課青少年係

### 親子歯みがき教室 0歳児のケア

親子で歯みがき等の準備をしましょう。  
7~10カ月の初めてのお子

さんと保護者  
11月14日(水)  
午前9時20分~、午前10時20分

定合わせて20組(申込先着順)  
ミニ集団での講話、歯ブラシ指導、個別相談  
母子健康手帳、歯ブラシ(使っている場合のみ)、バスタオル

申し込み  
電話  
先児童保健センター  
378・3421

## 第15回子どもからの 人権メッセージ発表会

17市町村の小学生による人権に関する様々な体験発表や福生児童合唱団フレンズによる合唱を行います。稲城市からは稲城第二小学校6年生の岡本英万さんが発表します。

11月24日(土)

午後1時~4時(開場=午後0時30分)

福生市民会館大ホール(福生市福生2455)

600人(会場先着順)

※手話通訳有り

多摩西人権啓発活動地域ネットワーク協議会、福生市

福生市役所秘書広報課

042-551-1529 042-530-2015

## 全国一斉「女性の人権ホットライン」 強化週間 電話による女性のための 人権相談

夫・パートナーからの暴力、職場でのいじめやセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など女性のための無料人権相談を行います。

11月12日(月)~18日(日)

平日=午前8時30分~午後7時、土・日曜日=午前10時~午後5時

※強化週間以外も平日午前8時30分~午後5時15分に相談を受け付けています。

「女性の人権ホットライン」0570-070-810(全国共通)

東京法務局人権擁護部第二課

03-5213-1234

## 出産・育児記録や予防接種をスマホで管理! 母子保健ナビ「梨の子いなぎ」

妊娠・育児中の皆さん向けの無料アプリ・Webサイトです。アプリストアからダウンロードしてご利用ください。Webサイトでは多言語対応ができます。

### 主な機能

- 妊娠週数・子どもの年齢に合わせたアドバイス
- 体重グラフ記録 ○記念日写真、育児日記
- 予防接種スケジュール
- パパや家族と共有
- 市の子育て情報をお届け

保健センター

378-3421





後期高齢者医療制度

健康診査

受診期限は11月30日(金)

対象者に受診券を送付して... 希望する方は早めにご予約・受診してください。

医療費等通知書の発送時期が変更になります

医療費等通知書は診療年月・医療機関名・医療費などが記載してあり、東京都後期高齢者医療広域連合から送付されます。

例年11月中旬に送付して... 平成31年1月下旬を予定しています。

外国人おもてなし 語学ボランティア育成講座 ~セットコース~

街中で困っている外国人への声かけや、道案内などの手助けをするボランティアを育成します。

※東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の期間中に競技会場などで活動するボランティアとは異なります。

市内在住・在勤・在学の15歳以上(中学生を除く)で、全日程参加できる方

※未成年の方は保護者の同意書が必要

※過去に本講座を受講した方を除く。

※託児は応相談(生後6カ月~未就学児)

日時 下表参照 会場 地域振興プラザ4階

定員 36人 ※申込者多数の場合は抽選し、結果は12月下旬ごろに通知

申し込みはがき、ファクス、市内「外国人おもてなし語学ボランティア」

メールフォーム[11月1日(木)~、必須事項①住所②氏名(ふりがな、

ローマ字)③電話番号

④メールアドレス⑤年齢⑥性別⑦職業⑧託児希望の有無⑨児童の年齢・人数]

締切 11月30日(金)必着

お問い合わせ 企画政策課企画政策係、☎377-4781

スケジュール

Table with 2 columns: 期日, 時間. Rows include dates from 平成31年2月8日 to 2月22日.

※この通知に伴う手続きは必要ありません。

平成29年7月~平成30年8月に次のいずれかに該当する方

○医療費の総額が5万円を超える月がある方

○柔道整復、はり・きゅう、あんま・マッサージ、治療用器具などのいずれかの施術や支給がある方

※全ての被保険者に送付するものではありません。

国民年金 国民年金(国民年金保険料)控除証明書

平成30年1月1日~10月1日に国民年金保険料を納付した方へ、「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が11月上旬に送付されます。

また、10月2日~12月31日に今年初めて国民年金保険料を納付した方には、翌年の2月上旬に送付される予定です。

国民年金保険料は、所得税と住民税の申告で全額が社会保険料控除の対象となり、社会保険料控除を受けるためには、納付したことを証明する書類の添付が必要です。

市役所では控除証明書を発行していませんので、ねんきん加入者ダイヤル、府中年金事務所にお問い合わせください。

11月1日(木)~平成31年3月15日 平日 午前8時30分~午後7時、第2土曜日 午前9時~午後5時

※祝日、12月29日~1月3日は利用できません。

府中年金事務所 ☎042-361-1011、ねんきん加入者ダイヤル ☎0570-003-004(50から始まる電話からは☎03-6630-2525)



都税事務所からのお知らせ

11月は個人事業税第2期分の納期です

11月30日(金)までに、お手元の納付書裏面に記載されている金融機関、コンビニエンスストア等で納めてください。

詳細はお問い合わせいただくか、「東京都主税局」をご覧ください。

八王子都税事務所事業税課 個人事業税班 ☎042-644-1114

大法人の電子申告が義務化されます

平成30年度税制改正により、大法人が提出する法人事業税、法人住民税の申告書及び添付書類(平成32年4月1日以降に開始する事業年度の物)は、電子情報処理組織を使用する方法(eLTAx)で提出することになりました。

詳細は「東京都主税局」をご覧ください。

八王子都税事務所事業税課 法人事業税班 ☎042-644-1115

日野税務署からのお知らせ

消費税率軽減税率制度説明会

消費税率の軽減税率制度に関する説明会を行います。直接お越しください。

市内事業者 11月7日(水) 午前10時30分~11時40分 中央文化センターホール

※公共交通機関をご利用ください。

日野税務署法人税担当 ☎042-585-5661

年末調整説明会

市内の源泉徴収義務者 11月7日(水) 午後1時30分~4時(用紙配布 午後1時~1時30分) 中央文化センターホール

※公共交通機関をご利用ください。

※詳細は、税務署から送付される説明会案内を参照

出席票兼関係用紙請求書(事前に記入)、その他同封の関係書類

日野税務署源泉所得税担当 ☎042-585-5661



平成30年度稲城市地域防災訓練に伴う防災行政無線によるサイレン吹鳴

地域防災訓練開始に伴い、稲城市全域で防災行政無線によるサイレンを鳴らします。

ご理解ご協力をお願いします。

11月4日(日) 午前9時 防災課防災係 ☎377-7119

市ホームページ 平成30年度 バナー広告募集中

企業や商品のPRにご活用ください。詳細は市☎をご覧ください。

秘書広報課広報広聴係

市内各地で開催 市長と語ろう タウンミーティング

稲城の魅力あるまちづくり等について、市民の皆さんと市長が語り合う「タウンミーティング」を各地区で行います。

日時 場 下表参照

問い合わせ 秘書広報課広報広聴係

タウンミーティング日程

Table with 4 columns: 地区, 期日, 時間, 会場. Rows include 平尾, 長峰, 百村, 矢野口.

※若葉台・向陽台・大丸・東長沼・坂浜・押立地区は終了しました。

ご登録ください 避難行動要支援者 市民相互支援 ネットワーク

災害などで避難が難しい一人暮らしの高齢者や障害者の安否を、地域の支援者が確認できるネットワークです。

※登録した情報は、稲城消防署や多摩中央警察署、お住まいの地域の自治会や民生児童委員、地域包括支援センター等で共有します。

高齢者・障害者で自力避難が難しい方など 「避難行動要支援者登録カード」を生活福祉課地域福祉係に提出

※カードは生活福祉課、平尾・若葉台出張所、各文化センターで入手可

避難が難しい方の手引き

登録いただいた方には、日頃からの心がけや災害が起きた時にすべきことをまとめた「避難行動要支援者防災行動マニュアル」をお配りします。

生活福祉課地域福祉係

南多摩3市 (稲城市・多摩市・町田市) 観光連携事業 「観光交流サミット2018」

~いなぎ・たま・まちだを 元気にしたい人、全員集合!~

まちづくりの達人であり、マーケティングコンサルタントの西川りゅうじん氏をメインゲストに迎え、地域の魅力の高め方などについてお話しいただきます。

稲城市・多摩市・町田市に在住・在勤・在学の方 12月9日(日) 午後2時~4時(受付開始=午後1時30分) 地域振興プラザ4階会議室

定員 150人(申込先着順)

申し込み ファクス、メール

※参加申込書は市☎で入手可

締切 11月30日(金)消印有効

主催 南多摩3市観光推進協議会

協賛 (株)JTB東京多摩支店(〒190-0023立川市柴崎町2-12-24MK立川南ビル3階)

☎042-521-5550(平日午前9時30分~午後5時30分)、☎042-521-5558、✉minamitama@jtb.com



歯周疾患検診

対象者には受診券を送付しています。

4月2日～平成31年4月1日に40・50・60・70歳になる方  
▽受診期限 平成31年3月15日

場市内指定歯科医療機関  
内問診、歯周組織検査  
費無料(公費負担)

※治療が必要な場合は実費  
申受診券に記載の各医療機関へ直接予約

問保健センター ☎378-3421

骨髄提供(ドナー)支援事業

市では、骨髄移植の提供者(ドナー)の登録増加と、多くの骨髄・末梢血管細胞移植の実現を目指すため支援事業を行っています。

市内に住むドナーとドナーが従事する事業所を対象に、奨励金を交付します。

対骨髄・末梢血幹細胞採取に伴う入院をして退院した翌日から1年以内の方とそのドナーが従事する事業所  
奨励金  
ドナー11日2万円  
ドナーが従事する事業所11日1万円

※ドナーが通院(検査)・入院に要した日数分を交付(通算8日を上限とする)

問保健センター ☎378-3421

妊婦歯科健診

妊娠中の口の中は、想像以上に変化があります。歯と口の状態を確認しましょう。治療が必要な方は、歯科医と相談もできます。

対市内在住で妊娠安定期に入った方(16～27週推奨)

日11月～平成31年3月の第2金曜日(2月は除く)  
時午後1時20分～2時  
持母子健康手帳、歯ブラシ  
申電話  
場先問保健センター ☎378-3421

駒沢学園第2回健康料理教室  
気軽に楽しく我が家流おもてなし

日12月1日(土)  
時午前10時～午後2時  
場駒沢女子大学実験実習館(坂浜238)

定40人  
※申込者多数の場合は抽選し、結果は後日通知

内調理実習、講話  
講太田 信子氏(元駒沢女子大学教授)

費1500円  
申メール(必要事項①健康料理教室②氏名(フリガナ)③年齢④連絡先(郵便番号・住所・電話)一

限11月20日(火)  
先問駒沢学園健康栄養相談室  
☎350-7167(平日午前10時～午後4時) eiyoun-care@komajo.ac.jp



こころの体温計

問保健センター ☎378-3421

スマートフォンやパソコンで、簡単にストレスチェックができます。市㊟、右記QRコードからアクセスしてください。

※利用料無料(通信料は自己負担)



こころの体温計 (本人モード) ストレス度・落ち込み度が分かります。  
家族モード あなたの大切な方の心の健康状態が分かります。  
赤ちゃんママモード 産後の不安な心の健康状態が分かります。  
アルコールチェックモード 飲酒が心にもどのような影響を与えているのが分かります。  
ストレス対策タイプテスト あなたのストレス解消法はどのタイプ?  
いじめのサイン「守ってあげたい」  
自死家族ケアモード

稲城SUN GO(産後)クラブ産後の育児相談&ヨガ

対産後1～6カ月のお母さんと赤ちゃん  
日11月14日(水)  
時午後2時～4時  
場市立病院健診・外来棟2階講座室

定10組(申込先着順)  
費一家族700円  
申電話  
場市立病院看護部長室  
☎377-0931

健康ハンザイ! いなぎ講座  
今回のテーマは「胃がんについて」です。

日11月28日(水)  
時午後3時30分～(約40分)  
場市立病院健診・外来棟2階講座室  
講高橋 剛志氏(外科)  
場市立病院健診科健診係  
☎

東京都看護職復職支援研修  
377-0931

都では、現場復帰を希望する方の再就業を支援するため、病院での研修や就職相談を行います。詳細は「稲城市立病院」㊟をご覧ください。

対保健師・助産師・看護師・准看護師いずれかの資格を有し、離職中で就業先が決まっていない方、また都内施設に就業を希望する方

日11月21日(水)～30日(金)  
※土・日曜日、祝日を除く。  
場市立病院  
申郵送、ファクス、メール  
※申込書は「稲城市立病院」㊟で入手可

限11月14日(水)  
先問市立病院看護部長室(〒206-0801稲城市大丸1171)  
☎377-0931、㊟379-1131、kangobu@hospital.inagi.tokyo.jp

相続・遺言セミナー、資産運用セミナー

みずほフィナンシャルグループと共同でセミナーを開催します。

日11月19日(月)

時午後1時30分～3時=相続・遺言セミナー、午後3時15分～4時30分=資産運用

セミナー  
場地域振興プラザ4階 定50人(申込先着順)  
申電話 [11月1日(木)～]  
先問みずほ銀行稲城中央支店 ☎378-3123(平日午前9時～午後5時)

稲城市職員募集

市では正規職員・嘱託員・臨時職員を募集しています。対象・応募資格など詳細は市㊟を確認し、ご応募ください。

問人事課人事給与係

雇用形態	募集職種	募集人数	給料・報酬	締切
正規職員	保健師I類 (平成31年3月末までに資格取得見込みの方を含む) ※年齢要件有り	若干名	I類初任給218,385円 (地域手当を含む) 職務経験年数による加算有り	11月9日(金)午後5時
	給食調理員		月額156,100円	
嘱託員	保健師	6人程度	月額206,200円	申し込みが有り次第、随時選考
	保育士		月額200,000円	
臨時職員	保育補助	数人程度	有資格 =時給1,035円～1,110円 無資格 =時給985円～1,110円	

※正規職員は11月18日(日)に一次試験(事務適性検査など)を実施します。

土曜日に実施 今年度の最終募集 検診車による胃がん集団検診

がんの早期発見・早期治療のため、症状がなくても定期的ながん検診を受けましょう。

※検診車の他、市立病院健診センターでも実施しています。詳細は、市㊟をご覧ください。

対昭和59年4月1日以前生まれの方(原則1年度に1回の受診)

※胃などの手術をした方、治療中の方、腎疾患・心疾患で水分制限のある方、妊娠中の方、1年以内に外科的手術を受けた方を除く。

日平成31年1月19日(土)

時午前7時45分～正午 ※時間指定不可

定50人

※申込者多数の場合は抽選し、結果は申込者全員に郵送

内問診、バリウムによる胃部エックス線撮影検査

費1,370円

※保険割合1割負担=450円、2割負担=910円(保険証などの提示が必要)

※生活保護受給世帯などの方は負担金免除

申窓口、郵送、「東京共同電子申請・届出サービス」㊟(携帯電話の場合は下記QRコード)

限11月15日(木)必着

場先問保健センター(〒206-0804稲城市百村112-1)

☎378-3421



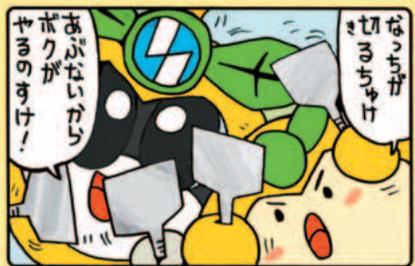
胃がん検診(検診車)希望  
平成31年1月19日実施  
1. 氏名(フリガナ)  
2. 生年月日(年齢)  
3. 住所  
4. 電話番号  
5. 前回検診年月日(分かる範囲で)

▲はがき申込記入例

# なしのすけが行く

## 「お好み焼き!」

No.64 マガ #とジエント



©K.Okawara・Jet Inoue

# 相談あんない 11月1日~12月1日

相談の種類(相談員)	相談内容	相談日	時間	予約・問い合わせ
① 法律相談 (弁護士)	離婚、遺産相続、土地家屋の賃借問題、金銭の貸し借り、自己破産等	1日(木)・6日(火) 8日(木)・11日(日) 15日(木)・20日(火) 22日(木)・27日(火) 29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) ▷予約期間 ①~⑤=相談日の2週間前から予約 ⑥⑦⑨=前日までに予約 ⑧=11月21日(水)分は11月9日(金)まで、12月5日(水)分は11月22日(木)までに予約 ⑩=予約随時
② 不動産の相続、贈与等の登記相談 (東京司法書士会多摩支部会員)	土地建物の名義変更等の登記等	8日(木)	午後1時30分~4時30分	
③ 不動産相談 (東京都宅地建物取引業協会府中稲城支部会員、東京都不動産鑑定士協会会員)	不動産の契約更新、立退き料、家賃値上げ、土地の価格、不動産の売買等	14日(水)・28日(水)		
④ 遺言書作成などくらしの書類作成相談 (東京都行政書士会府中支部会員)	離婚、相続、遺言、契約等の書類作成、手続き等	20日(火)	午後10時~午後1時、午後2時~4時	
⑤ 税務相談 (東京税理士会日野支部会員)	相続税・贈与税・所得税等	1日(木)・15日(木)		
⑥ 行政相談 (総務省行政相談委員)	国や独立行政法人の仕事に対する疑問・苦情等	13日(火)	午前10時~午後1時、午後2時~4時	
⑦ 人権・身の上相談 (法務省人権擁護委員)	夫婦・家族の不和や近所トラブル、人権侵害等	2日(金)・16日(金)		
⑧ 住宅リフォーム相談 (稲城市住宅リフォーム協議会会員)	住まいの修繕、増改築等リフォーム	7日(水) 予約終了 21日(水)	午前9時~正午、午後1時~3時30分	
⑨ 女性の悩み相談 (女性の悩み相談員)	夫婦・家族との関係、子育て・職場の悩み等	7日(水)・21日(水) 24日(土)		
⑩ 交通事故相談 (弁護士)	損害賠償・示談・保険手続き等	13日(火)	午前9時~11時30分	
⑪ 消費生活相談 (消費生活相談員)	不当請求、訪問販売、消費者トラブル等	平日毎日 ※来所は消費生活センターへ、電話相談も可	午前9時30分~正午、午後1時~3時30分	消費生活センター 相談室(百村2111) ☎378-3738
⑫ 年金相談 (年金相談員)	老齢年金、障害年金等の受給資格や請求等	平日毎日 ※14日(水)・28日(水)は平尾出張所でも実施	午前9時~正午、午後1時~4時	保険年金課年金係 ※予約不要
⑬ 健康相談 (保健師、管理栄養士)	保健相談 (保健師)	6日(火)・20日(火)	午前9時30分~11時	保健センター (百村112-1) ☎378-3421 ※前日までに予約
	栄養相談 (管理栄養士)	13日(火)・20日(火) ※20日(火)はオーエンス健康プラザで実施		
⑭ 心配ごと相談 (民生委員)	生活での困り事・悩み事	7日(水)・21日(水)	午前10時~正午	福祉センター (百村7) ☎378-3366 ⑭=予約不要 ⑮⑯=予約随時
⑮ 高齢者・障害者のための法律相談 (弁護士)	遺産・遺言、権利、財産侵害等	21日(水)	午後1時30分~3時30分	
⑯ ひとり親家庭カウンセリング相談 (心理カウンセラー)	母子・父子家庭の心の悩み	10日(土)・24日(土)	午後1時~4時	市立病院医事課 (大丸1171) ☎377-0931 ※予約不要
⑰ 医療・介護連携相談 (退院支援看護師等)	介護の悩み・介護支援等	7日(水)・16日(金) 27日(火)	午前11時~午後2時	

シルバー人材センター

入会説明会

市内在住の60歳以上で働く意欲のある方を指導します。

11月7日(土) 12月12日(水)の毎週水曜(全6回)

※就職・転職希望者を除く。

11月13日(火) 11月13日(火)

## くらしの情報

消費生活センター (百村2111) ☎378-3738 (月~金曜日、祝日を除く)

### ご注意ください 「マンションまとめて工事」の勧誘

オートロックのマンションは安心だと思いがちですが、訪問販売業者が入り込み、まとめ工事を行っているという嘘をついて、割高な給湯器交換を勧める手口が問題になっています。

#### 相談事例

マンションのインターホンが鳴り、「下の階のお宅でお風呂の工事をする。騒音が発生するかも知れないので挨拶に来た」と言うので、オートロックを解錠した。玄関に来た作業服の男は「今このマンションでは管理組合の許可を得て、風呂の給湯器を一齐に取り替えている。給湯器は一定の年数を過ぎると急に壊れてしまう。個人で取り替えるよりずっと安くなる」と強く勧めるので断りきれず契約をした。後で管理人に聞くと一齐取り替えはしておらず、値段も割高であることが分かった。

#### アドバイス

今回のケースは訪問販売です。消費生活センターでクーリング・オフはがきの書き方を助言して、記録の残る方法で発信していただき、無条件で契約解除となりました。マンションでは実際にガス給湯器の一齐交換を住民に提案する場合がありますが、その場合は事前に全戸にチラシ等で知らせ、給湯器メーカーも数社から選べるようにするなどの手順を踏みます。悪質な業者は突然訪問して選択の余地もなく工事をさせます。東京都では8月に悪質な会社に業務停止を命じました。

このように訪問されて契約した場合は、クーリング・オフが可能で、正式な書面をもらってから8日以内なら、たとえ工事が終わっていても交渉できます。

書面をもらっていなかったり、嘘の説明をされた場合は、期間を過ぎていても解約できる場合がありますので、消費生活センターまでご相談ください。

(消費生活相談員)

融資あっせん制度

受け付けを再開します  
小口事業資金  
融資あっせん制度

労働保険適用促進強化期間

11月は  
労働保険  
促進強化期間

二人でも  
雇ったら、入ろう。  
労働保険

労働保険適用促進強化期間

従業員を1人でも雇用している事業主は、労働保険(労災・雇用)の加入が義務付けられています。加入手続きがお済みでない事業主は、今すぐ手続きをお願いします。

※市民活動サポートセンター  
いなぎ会員は無料  
NPO ポーポールの木・市民活動サポートセンター  
ぎ  
NPO ポーポールの木(☎379・3373、平日午前9時~午後5時)



▲昨年の様子

平成30年第4回  
市議会定例会  
11月28日(水)から開催

傍聴を希望する方は、当日、議会事務局でお手続きください。 ※請願・陳情は、11月20日(火)午後5時までに持参してください。

開業資金を現在必要としている市内中小企業者  
申請書のみ郵送  
申込期間 11月9日(金)~22日(木)  
※申請書は経済観光課窓口、市で入手可  
※消印による申込先着順で、予定額に達した時点で終了します。詳細は市を確認ください。

市民活動サポートセンターいなぎ  
市民活動支援講座  
ボディメカニクスを知る

介護する側も、される側も  
楽な技術を学びましょう。  
11月24日(土)  
午後3時~5時  
いなぎ苑さくら庵(百村255)  
講長井 陽海氏(作業療法士)  
持筆記用具、動きやすい服装  
費300円  
※市民活動サポートセンター  
いなぎ会員は無料  
NPO ポーポールの木・市民活動サポートセンター  
ぎ  
NPO ポーポールの木(☎379・3373、平日午前9時~午後5時)

2018 平成30年 11.1 第1282号

# の広報 いなぎ Plus

稲城のイチオシ情報をお届けします

次の休日開庁日は11月11日(日)

▷開庁時間 午前8時30分～正午、午後1時～5時  
▷窓 〇 市民課、保険年金課(国民健康保険係のみ)、課税課(市民税係のみ)、収納課〔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〕

## 11月11日開催

# 第6回 平尾まつり

迫力の和太鼓や合唱、楽器演奏も盛りだくさん!



日頃の練習の成果をぜひご覧ください。

屋台を出店 お昼の購入はお早めに!



消防車の展示や起震車体験一緒に記念写真を撮ろう!



フリーマーケット



体験コーナー



展示もたくさん



### 両会場を巡るスタンプラリーを開催

平尾まつりオリジナルスタンプを集めると、様々な景品をプレゼント!  
お祭り参加団体からの素敵な景品もありますので、ぜひご参加ください。

## 11月17日開催 若葉台イルミネーション2018 点灯式

地域の児童・学生がキッズダンスやコンサート等を披露します。  
㊟11月17日(土)  
㊟午後3時30分～5時30分  
㊟テレビ朝日若葉台メディアセンター  
▷点灯期間 11月17日(土)～平成31年1月14日(月・祝)  
㊟若葉台イルミネーション2018実行委員会  
㊟市街地整備課事業調整係

## 12月8日開催 稲城市・川崎市多摩区 ふれあい「あるくマップ」ウォーキング

稲城市・川崎市多摩区のスポーツ推進委員が協力して作ったウォーキングコースを歩きます。今回は稲城市内の公園などを巡ります。稲城の自然を楽しみましょう。  
直接集合場所にお越しください。

㊟12月8日(土) ※小雨決行、荒天中止  
㊟午前8時45分～午後0時30分ごろ  
▷受付時間・場所 午前8時15分～・大丸公園  
▷解散場所 稲城長沼駅  
㊟飲み物、タオル、雨具  
㊟体育課体育係

東京都地域資源発掘型実証プログラム事業

## 武蔵野の森発 サステイナブル観光モニター ～スポーツ&観光de健康に!～

武蔵野の森を中心に、6市(稲城市・調布市・府中市・三鷹市・小金井市・武蔵野市)の魅力的な観光スポットを巡る、日帰りイベントです。  
ウォーキング・サイクリング・ランニングの各3コースの中から選べます。詳細は「武蔵野コッツウォルズ」㊟をご覧ください。  
㊟11月24日(土)・25日(日)、12月1日(土)・8日(土)のいずれか  
※16歳未満・障害をお持ちの方は成年の伴走が必要、未成年者のみの参加は保護者の同意が必要  
㊟ウォーキング各コース=20人、サイクリング各コース=

10人、ランニング各コース=15人(申込先着順)  
㊟各コース毎に設定  
㊟はがき、ファクス、メール  
※申込書・記入必要事項は「武蔵野コッツウォルズ」㊟等でご確認ください。  
㊟限11月14日(水)消印有効  
㊟武蔵野の森発サステイナブル観光推進協議会  
㊟先㊟(株)JTB東京多摩支店(〒190-0023立川市柴崎町2-12-24MK立川南ビル3階、平日午前9時30分～午後5時30分) ☎042-521-5550、㊟042-521-5558、㊟634no@jtb.com

## かしこい消費が暮らしを守る かしこく健やかな稲城くらしフェスタ2018

㊟11月3日(土・祝)  
㊟午前10時～午後3時  
※雨天実施(一部内容変更)  
㊟i プラザ周辺  
㊟稲城市、稲城市消費生活センター運営協議会  
㊟市民協働課市民生活係



### いなぎ日曜市

稲城市内の農家や商工会加盟店が集まり、新鮮な採れたて野菜や加工品などを販売します。

㊟11月11日(日)、25日(日)  
㊟午前10時～11時まで(売り切れ次第終了)  
㊟コーチャンフォー若葉台店地下駐車場  
㊟稲城市農業委員会(経済観光課農政係)

### 秋の園芸講座

寄せ植えハンギング・リースや正月飾りを作ります。  
㊟11月20日(火)  
㊟午後1時30分～3時30分



㊟総合体育館グリーンコミュニティールーム  
㊟定30人(申込先着順)  
㊟講師 晃氏(フラワーデザイナー)  
㊟持エプロン、持ち帰り用袋(40リットル用)  
㊟費2,500円  
㊟電話〔11月2日(金)～〕  
㊟限11月9日(金)  
㊟先㊟公益財団法人いなぎグリーンウェルネス財団  
☎331-7156(午前9時～午後4時)



東京ヴェルディ 今月のホームゲーム 東京ヴェルディ(株) ☎03・3512・1969  
11月11日(日)午後1時 VS カマタマーレ讃岐 味の素スタジアム