

主な記事

「エコかるた」のさし絵 募集	2面
公的な身分証明書を持たませんか	
住民基本台帳カード	3面
心身障害者医療費助成制度	4面
都営住宅シルバーピア	5面
みんなの健康	6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)

人口と世帯

(平成20年8月1日現在)

人口	81,473人	67人増
男	41,431人	46人増
女	40,042人	21人増
世帯数	34,136世帯	51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 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

あいのまち
いなぎ市民祭
産業まつり「びっくり市」
～募集要項をご覧のうえ応募してください～

テントでの物品などの販売や展示など、「びっくり市」の出店者を募集します。
 期日 10月25日(土)・26日(日)
 時間 10時～4時30分
 会場 稲城中央公園(総合グラウンド外周路ほか)
 対象 次のいずれかに該当する方 市内で事業を営んでいる団体・個人 市内で文化・福祉などの市民活動を主に行っている団体・個人 特に実行委員会が認めた方
 実行委員会による資格審査があります。
 応募多数の場合は抽選です。
 募集要項配布期間・場所 8月15日(金)～29日(金)・商工会
 土・日曜日を除く。
 商工会ホームページ <http://www.pear.ne.jp/inagi-s/> から入手できます。
 応募期間・時間 8月25日(月)～29日(金)・9時～正午、1時～5時
 土・日曜日を除く。
 応募方法 出店申込書を商工会に提出してください。
 応募・問い合わせ 産業まつり実行委員会事務局(商工会) ☎377-1696

出店者募集!

あいのまち
第7回 いなぎ市民祭
しみんまつり
10月24日(金)～26日(日)



日本が誇る和太鼓演奏の第一人者 林英哲

時間 10時～4時30分
 終了時間は部門により異なります
 会場 稲城中央公園(総合体育館・総合グラウンド)・駒沢学園記念講堂

今年も市民を中心に企画・運営し、5つの部門それぞれが多彩な催しを行う「あいのまち いなぎ市民祭」を開催します。詳細や募集などは、随時広報いなぎでお知らせします。

出演
 林英哲 & 英哲風雲の会
和楽器コンサート
 10月25日(土)午後6時開演 / 駒沢学園記念講堂
 入場料 前売券=1,500円、当日券=2,000円
 チケットは9月1日(月)から市役所、平尾・若葉台出張所、各文化センター、稲城生き生き商品券販売店などで販売します。
 問い合わせ 協働推進課協働推進係

交通安全部門
 10月25日(土)・26日(日)
 白バイ・パトカー展示
 交通安全写真展示、シートベルト体験(25日土)のみ



産業部門
 10月25日(土)・26日(日)
 第38回稲城市産業まつり
 びっくり市、工業展(工業製品の展示・催し)、農産物・植木花卉品評会と直売、建設業PRコーナー、どうぶつ村、スイーツタウン
 問い合わせ 経済課商工係

ふれあい部門
 10月25日(土)・26日(日)
 和太鼓コンテスト、フリママーケット、子供イベント、多彩なステージ
 問い合わせ 協働推進課協働推進係



文化・芸術部門
 10月24日(金)・26日(日)
 第40回稲城市市民文化祭
 第34回稲城市芸術祭
 作品展示、お茶会



地域防災訓練
 『もしも』の備えは日ごろから!
 自助・共助の確立と地域の連携
 いま地震が起きたら、あなたは落ち着いて行動できますか。被害を最小限に防ぐためには、日頃の災害に対する心構えや訓練を繰り返し行うことが大切です。いざという時すぐに行動できるよう
 「防災訓練」に参加しましょう。訓練をしやすい服装などで参加してください。詳しくは、広報いなぎ9月15日号でお知らせします。
 会場・期日・時間 稲城第三中学校・9月20日(土)・3時～5時

おとしよりへの感謝のつどい
 市内にお住まいで9月15日現在70歳以上の方をお招きして「おとしよりへの感謝のつどい」を開催します。今年も2部制で送迎バスを運行します。対象の方には、8月末に案内状を郵送します。
 車いすで参加を希望する方は事前にご相談ください。
 期日 9月7日(日)
 時間 第1部=9時30分～、第2部=1時30分～
 会場 駒沢学園記念講堂
 内容 式典、歌謡ショー(曾根史郎) お笑い(サムライ日本)
長寿をお祝いして記念品を贈ります
 9月15日現在、最高齢の方、100歳・88歳の方に、9月7日(日)以降に記念品を贈ります。
 問い合わせ 高齢福祉課高齢福祉係

ファミリースポーツフェスタ部門
 10月25日(土)・26日(日)
 参加型サッカーイベント、参加型陸上イベント、グラウンドゴルフ、フライング
 問い合わせ 生涯学習課社会教育係

交通安全市民のつどい
 警視庁騎馬隊による乗馬体験
 期日 10月26日(日)
 問い合わせ 管理課交通対策係

文化祭ステージ部門
 「文化祭ステージ部門」は11月1日(土)～3日(祝)に中央文化センターで、「囲碁大会」は11月1日(土)、「俳句大会」は11月3日(祝)に地域振興プラザ(予定)で行います。
 問い合わせ 生涯学習課社会教育係

「ディスク・ゴルフシミュレーター」スピードガン体験コーナー、ヴェルディふれあいイベント
 問い合わせ 体育課体育係

稲城第六中学校・10月5日(日)・9時30分～11時30分
 とともに雨天決行
 主な訓練内容
 避難・消火・救護など
 起震車による地震体験
 はしご車体験乗車
 自衛隊による炊き出し(カレーライス試食)
 耐震化相談窓口・木造住宅耐震診断
 問い合わせ 稲城消防署
 警防課防災係

圧力式炊飯器の取り扱いに注意しましょう!

全国の消費生活センターに寄せられる相談で、圧力式炊飯器使用中の事故に関する相談が近年増加しています。炊飯器を利用して炊飯以外の調理方法を紹介した書籍には、圧力式炊飯器の禁止事項に該当する記述が見受けられるので注意が必要です。

安全に使用するために取り扱い上の注意を守りましょう。

注意1 炊飯器の内釜に蒸気口をふさぐようなものは入れない(例)アクとりシート、煮豆など)。

注意2 炊飯中は開ボタンにさわらない。フタが重くて開かない時は無理に開けない。

詳しくは東京都のホームページ (http://www.anzen.metro.tokyo.jp/tocho/caution/rice_cooker.html) をご覧ください。

問い合わせ 東京都生活文化スポーツ局生活安全課商品事故分析係 ☎03-5388-3082 (直通)、市役所経済課消費生活係



昨年、稲城市民環境クラブとの協働で作製した「エコかるた」のさし絵を募集します。

内容 エコかるたの標語に対応したさし絵
標語は市ホームページの「エコかるた」で楽しみながら環境学習をのべ

募集します
「エコかるた」のさし絵

応募作品の著作権及び所有権は、市に帰属します。
選定 稲城市民環境クラブで、掲載作品を選定します。

選定結果 選定結果は、応募者宛に郵送します。
掲載作品の応募者には、粗品を贈呈します。
応募・問い合わせ 環境課環境保全係

申請方法 消費者ルーム(10時~19時)に電話(☎370-7510)で申し込んでください。

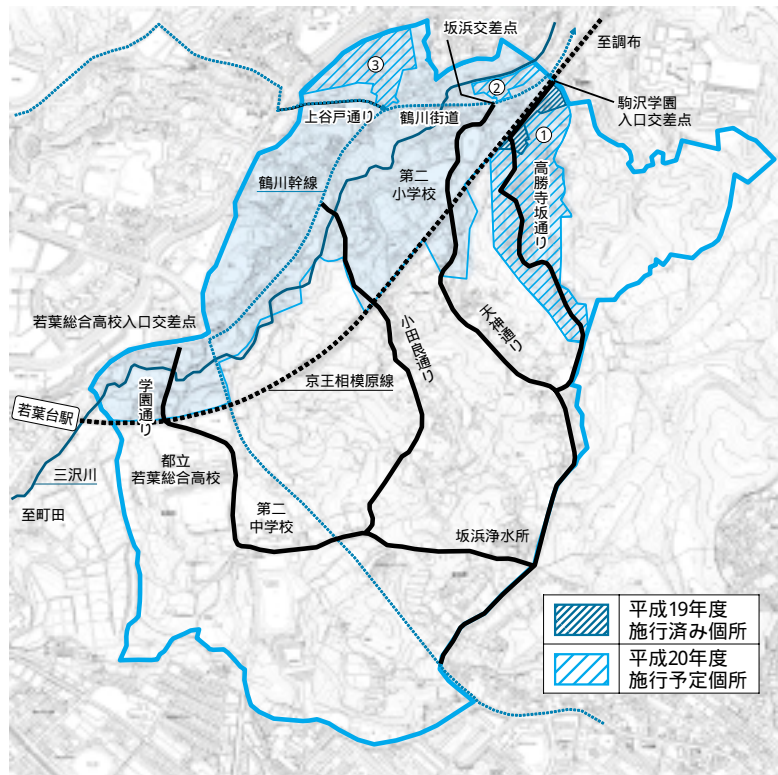
地上波
デジタル放送を視聴するには
我が家の準備

対象 一般個人向け
集合住宅の管理者、オーナー向けの内容ではありません。

国民健康保険の加入や脱退
加入や脱退
国民健康保険の届け出

国民健康保険の届け出
このように時 手続きに必要なもの

図 稲城市公共下水道事業(汚水) 第3期事業予定区域



第3期下水道事業(汚水) 予定区域 約212ヘクタール

平成19年度~23年度に 下水道を整備する予定箇所 約63ヘクタール

市議会を傍聴しましょう
9月1日から開催予定
第3回稲城市議会定例会

問い合わせ 下水道課計画工事係

納期限 9月1日
市民税・都民税(第2期)
国民健康保険税(第1期)
問い合わせ 納税課納税係

市ホームページの「稲城市議会」で市議会定例会本会議の様子を生中継または録画でご覧になれます。
問い合わせ 議会事務局

坂浜地区の下水道事業(汚水)

坂浜平尾地区の汚水整備は19年度に約212ヘクタールを第3期事業区域と定めて、そのうち約63ヘクタールを19年度から23年度までの5カ年で整備することとしています。

今年度は、計画2年目に当たり、高勝寺坂通り(高勝寺〜よみうりカントリークラブハウス付近)周辺を19年度から23年度までの5カ年で整備することとしています。

現在進められている坂浜のまちづくり計画や鶴川街道の拡幅計画などできるかぎり整合を図りながら進めていきます。

国民健康保険の加入や脱退
国民健康保険の届け出

国民健康保険の加入や脱退
国民健康保険の届け出

国民健康保険の加入や脱退
国民健康保険の届け出

国民健康保険の加入や脱退
国民健康保険の届け出

国民健康保険の加入や脱退
国民健康保険の届け出

国民健康保険の加入や脱退
国民健康保険の届け出

国民健康保険の加入や脱退
国民健康保険の届け出

国民健康保険の加入や脱退
国民健康保険の届け出

国民健康保険の加入や脱退
国民健康保険の届け出

国民健康保険の加入や脱退
国民健康保険の届け出

国民健康保険の加入や脱退
国民健康保険の届け出

国民健康保険の加入や脱退
国民健康保険の届け出

国民健康保険の加入や脱退
国民健康保険の届け出

国民健康保険の加入や脱退
国民健康保険の届け出

国民健康保険の加入や脱退
国民健康保険の届け出

国民健康保険の加入や脱退
国民健康保険の届け出

国民健康保険の加入や脱退
国民健康保険の届け出

国民健康保険の加入や脱退
国民健康保険の届け出

国民健康保険の加入や脱退
国民健康保険の届け出

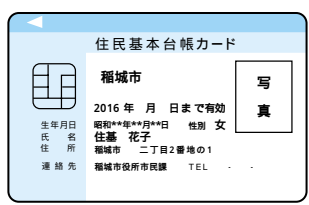
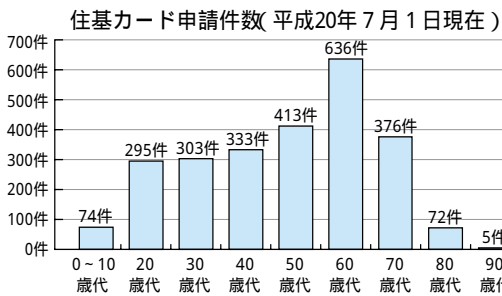
国民健康保険の加入や脱退
国民健康保険の届け出

公的な身分証明書をもちませんか 住民基本台帳カード

近年、本人に成り済ました不正な届け出や申請による犯罪の発生を受けて、官公庁や金融機関などで本人確認が厳格化されています。市役所での住民票や戸籍の各種届け出、証明書の申請時でも、本人確認を行うことが法律上のルールとなっています。

市で発行している本人の顔写真付きの住民基本台帳カード(住基カード)は公的な身分証明書のため、運転免許証やパスポートと同様に本人確認書類として利用できます。公的な身分証明書としての活用以外にも、他の市区町村で住民票の写しが取得できたり、インタ

ネットを利用した電子申請などでの申請者本人を証明する電子証明書の格納媒体としても利用でき、別途申し込み手続きが必要。



住基カード(顔写真付き)の例

15年8月の住基カード交付サービス開始以降、2千507件の住基カード交付申請がありました。顔写真付きの公的な身分証明書をもちでなくて困りの方や、運転免許証の返納をお考えの方は、住基カードを持ちませんか。市役所市民課へ申請に来た方には、デジタルカメラで顔写真の撮影を無料で行っています。申請場所 市民課・平尾・若葉出張所 受付時間 平日の9時～正午、1時～4時 交付場所 市民課 即日交付には条件があります。

電子証明書の発行申請はお早めに!

電子申告や電子申請に必要な電子証明書の発行申請が、毎年確定申告の時期に集中しています。19年度8月の月平均申請件数は約4件でしたが、12月～2月の月平均申請件数は約134件でした。比較的窓口の空いているこの時期の申請をお勧めします。申請場所 市民課 即日交付には条件があります。受付時間 平日9時～正午、1時～4時30分 手数料 500円

119番通報位置情報通知システム

稲城消防署では、10月1日から「119番通報位置情報通知システム」の運用を開始します。携帯電話・IP電話などからの119番通報を受信した場合、通報者の音声通話と同時に通報している場所などの情報が消防の通信指令室に通知され、消防隊の出動に必要な情報がより確実に確認できるようになります。なお、運用に際して、次の点に注意してください。184発信(番号非通知発信)の場合、位置情報も通知されませんが、通報者の身に危険が迫っていると消防が判断した場合は、位置情報を取得することがあります。位置情報の精度により、誤差が生じることがありますので、通報の際はこれまで通り、口頭で住所や目標物を伝えてください。119番通報位置情報通知システムの対象は、携帯電話では第3世代携帯電話IP電話などでは050から始まる電話番号以外のもとなります。問い合わせ 稲城消防署 総務課庶務係 ☎377-7119

救急時の対応の仕方

9月9日は救急の日です。救急車を呼ぶのは、どんな時でしょうか。救急時の対応の仕方について、以下の点に注意してください。184発信(番号非通知発信)の場合、位置情報も通知されませんが、通報者の身に危険が迫っていると消防が判断した場合は、位置情報を取得することがあります。位置情報の精度により、誤差が生じることがありますので、通報の際はこれまで通り、口頭で住所や目標物を伝えてください。119番通報位置情報通知システムの対象は、携帯電話では第3世代携帯電話IP電話などでは050から始まる電話番号以外のもとなります。問い合わせ 稲城消防署 総務課庶務係 ☎377-7119

期間内に手続きを 東京都シルバーパスの更新

70歳以上の都民の方に、都営交通・都内民営バスを利用できる「東京都シルバーパス」を発行しています(申し込みが必要です)。有効期間が9月30日までのシルバーパスをお持ちの方は、8月中旬に東京バス協会

シルバーパス更新手続き

期間	更新会場
9月1日(月)～5日(金) 9月8日(月)～12日(金) 9月26日(金)・29日(月)・30日(火)	市役所1階ロビー
9月1日(月)～4日(木)	平尾自治会館
9月11日(木)・12日(金)	総合体育館

から更新申込書が郵送されます。更新を希望する場合は、期間内に更新手続きをしてください。期間・更新会場 右表のとおり

付される「更新申込書」で必ず確認してください。指定された更新日や窓口では都合が悪い方は上表で開設している窓口で手続きをしてください。時間 10時～4時 対象・費用 20年度住民税が「非課税」の方・1千円 20年度住民税が「課税」されている方・2万500円 20年度住民税は「課税」されているが、17年度住民税は「非課税」の方・1千円

対象の方(1千円で発行を受ける方のみ) 次のいずれかの書類を提示してください。(1)20年度介護保険料納入(決定)通知書の所得段階区分欄に「1」から「3」のいずれかの記載があるもの(3)17年度住民税非課税証明書

受け付けています 児童扶養手当・特別児童扶養手当の現況届

児童扶養手当・特別児童扶養手当の現況届の提出期限は8月29日です。提出・問い合わせ 子育て支援課児童係

シャッター



環境美化市民運動(7月27日・市内) 環境美化市民運動推進部の主催で、通路や公園、その他公共の場所のごみ拾いや草刈りなど、市内一斉清掃が行われました。

地域安全情報

振り込め詐欺にご注意を!

振り込め詐欺が多数発生しています。連日、高齢者宅に息子や孫を装った者から「サラ金に借金をしていて、返さなければならない」と電話があり、現金を振り込んでしまった。「携帯電話の番号が変わったから控えて」と言って登録番号を変えさせ、後日、アルバイトで失敗した、会社の金を使い込んだなどと電話してきたので、現金を振り込んでしまった。このようなケースに遭ったら、現金を振り込む前に110番をしてください。

問い合わせ 多摩中央警察署 ☎375-0110

防災週間期間中に赤ちゃんが誕生した家庭に消火器をプレゼント

稲城市災害防止協会では、8月30日(土)～9月5日(金)の「防災週間」中に赤ちゃんが誕生した家庭に消火器をプレゼントします。市役所へ出生届を出す時に、稲城市災害防止協会事務局までお立ち寄りください。対象 市内在住で、防災週間期間中に赤ちゃんが誕生した家庭 問い合わせ 稲城市災害防止協会事務局(稲城消防署予防課予防係内) ☎377-7119

応に困らないように消防署の職員がお話をします。期日・会場 9月9日(火)・稲城消防署講堂 9月12日(金)・第三文化センター 2日間とも同じ内容です。時間 1時30分～3時30分 対象 おおむね60歳以上の方とその家族など 定員 各30人(先着順) 申し込み方法 電話で申し込みください。申し込み・問い合わせ 高齢福祉課地域支援係

「ご存じですか」 心身障害者 医療費助成 制度

心身障害者医療費助成制度(障害医療証)は、身体障害者手帳1級・2級(内部障害は1級・3級)、愛の手帳1度・2度の方が自己負担している保険適用医療費の全部または一部を助成する制度です。

障害状況に関する要件以外に、所得や年齢による制限があります。

所得審査の年度を更新します

9月受付分から19年分の所得による審査になります。今まで所得が多く助成が受けられなかった方で、所得が減った場合は、申請してください。

受給者証を更新します

現在医療証をお持ちの方は所得審査の後、9月以降

特別障害者手当 障害児福祉手当 福祉手当(国制度)

20歳以上で、身体障害者手帳1級・2級または愛の手帳1度・2度程度の障害(これらと同等の疾病、精神障害含む)があるため、日常生活に常時特別な介護を必要とする方に、特別障害者手当を支給します。

手当額(月額) 2万6千440円

支給制限 次のいずれかに該当する方は支給されません。施設に入所している方、病院、診療所に3カ月以上入院している方、本人、扶養義務者などの所得が一定の額を超えている方

お問い合わせ 障害福祉課 障害福祉係

特別障害者手当 障害児福祉手当 福祉手当(国制度)

現況届を受け付けています

現況届は、現在手当を受給している方が8月以降も引き続き受給できるかを確認するためのものです。対象の方には案内を郵送しましたので、提出してください。案内が届いていない方は連絡をしてください。未提出の方には手当が支給されません。

提出期間 9月10日(水)まで

8月期分の手当を振り込みました

手当を受給している方で、次に該当する方は速やかに届け出てください。

対象 特別障害者手当、市外転居、死亡、施設に入所している方

お問い合わせ 障害福祉課 障害福祉係

所得状況届を提出してください

対象の方には所得状況届の案内を郵送しましたので、提出してください。案内が届いていない方は連絡してください。

期限までに提出がない場合は提出があるまで支給が停止されます。

施設入所、入院3カ月超過、都外転居、死亡などの資格消滅事由があれば、所得状況届とは別に届け出てください。

提出・問い合わせ 障害福祉課 障害福祉係

心身障害者 福祉手当

8月期分(4月~7月分)の手当を振り込みました。

現在手当を受給中の方で、施設に入所したなどで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。

お問い合わせ 障害福祉課 障害福祉係

みんなの コーナー

介護をされている、お困りのことやお悩みのご声をお聞かせください。認知症家族会「オレンジ」では、皆さんの経験を共有し、有意義な時間を過ごしていただくために、家族会を開催します。

対象 現在、認知症の方を介護している家族や、介護した経験のある方

開催日時 9月10日(水) 10時15分~正午

会場 地域振興プラザ

申し込み方法 電話で申し込みください。

申し込み・問い合わせ 地域包括支援センターいなぎ苑 ☎379-5500

多摩市創業支援促進協議会

大空町のヒマワリは咲きましたか

東京稲城ライオンズクラブは、昨年の「いのちいなぎ市民祭」で、姉妹都市である大空町のヒマワリの種を来場者に配布しました。目的は、その種を撒いてヒマワリの花を咲かせ、写真コンテストを実施することと、このような活動を通して大空町との交流を深めようというものです。

ヒマワリの花が咲いたという方は、写真を送ってください。審査を行い、今年度の「いのちいなぎ市民祭」などで展示し表彰します。

送付方法 写真を東京稲城ライオンズクラブ事務所(稲城市東長沼2-1-08川島103号)またはメール(jagions@lion.or.jp)で送付してください。

送付期限 9月30日

お問い合わせ 東京稲城ライオンズクラブ(伊藤) ☎090-1432-6948

官公署 だよ

開設しています

行方不明者を探す相談所

家族や知り合いの方で、「病気などを苦にして家を出した後、全く音信が無い」「旅行などに出かけたまま、長い間消息を絶っている」「犯罪や事故に巻き込まれている恐れがある」など、行方不明になっている方がいたら、ぜひ相談してください。

本人を特定するための資料をお持ちください。

期間 9月1日(月)~30日(火)

時間 9時~4時30分

会場 警視庁本部身元不明相談室、多摩中央警察署 問い合わせ 多摩中央警察署 ☎375-0110

防衛医科大学校

自衛官募集

防衛医科大学校 高等学校卒業(見込み含む)で21歳未満の男女

試験日 11月1日(土)・2日(日)

応募期間 9月8日(月)~30日(火)

試験日 10月25日(土)

応募期間 9月8日(月)~30日(火)

試験日 11月4日(火)

願書受付期間 8月22日(金)~9月9日(火)消印有効

願書提出先 文部科学省

防衛医科大学校

看護学生

高等学校卒業(見込み含む)で24歳未満の男女

試験日 11月1日(土)・2日(日)

応募期間 9月8日(月)~30日(火)

試験日 10月25日(土)

応募期間 9月8日(月)~30日(火)

試験日 11月4日(火)

願書受付期間 8月22日(金)~9月9日(火)消印有効

願書提出先 文部科学省

防衛医科大学校

就学義務猶予・免除の方へ

中学卒業程度認定試験

病気などやむを得ない事由で、保護者が義務教育に就学させる義務を猶予または免除された方などを対象に、中学校卒業程度の学力を認定するための試験を行います。合格者には高等学校の入学資格が与えられます。

試験日 11月4日(火)

願書受付期間 8月22日(金)~9月9日(火)消印有効

願書提出先 文部科学省

住まいの耐震フェア

開催します

住まいの耐震フェア

期間 9月1日(月)~3日(水)

時間 10時~午後8時

最終日は5時まで

会場 新宿西口地下イベント広場

内容 安価で信頼できる木造住宅の耐震改修工法

装置の展示会

木造住宅耐震相談会

東京都が選定した改修工法や耐震シエルトの実物展示、建築士による無料相談会

問い合わせ 東京都都市整備局建築企画課 ☎03-5388-3362

http://www.toshiseibimetro.tokyo.jp/kenchiku/taisin/index.html

マンション耐震化シンポジウム

マンションの耐震改修を実施した事例の紹介や講演などを行います。

期日 8月31日(日)

時間 1時~5時

会場 都庁第二本庁舎1

最新 労働判例セミナー

従業員200人(予約制)

問い合わせ 東京都都市整備局民間住宅課 ☎03-5320-5004

会場 調布市市民プラザ

対象 人事・労務担当の方を始めどなたでも

定員 100人(先着順)

講師 山本 圭子氏(法政大学講師)

申し込み方法 電話で申し込みください。

TO K Y Oはたらくネット (http://www.hataraku.metro.tokyo.jp/)からも申し込みます。

申し込み・問い合わせ 東京都労働相談情報センター 八王子事務所 ☎042-643-0278

多摩市創業支援促進協議会

大空町のヒマワリは咲きましたか

東京稲城ライオンズクラブは、昨年の「いのちいなぎ市民祭」で、姉妹都市である大空町のヒマワリの種を来場者に配布しました。目的は、その種を撒いてヒマワリの花を咲かせ、写真コンテストを実施することと、このような活動を通して大空町との交流を深めようというものです。

ヒマワリの花が咲いたという方は、写真を送ってください。審査を行い、今年度の「いのちいなぎ市民祭」などで展示し表彰します。

送付方法 写真を東京稲城ライオンズクラブ事務所(稲城市東長沼2-1-08川島103号)またはメール(jagions@lion.or.jp)で送付してください。

送付期限 9月30日

お問い合わせ 東京稲城ライオンズクラブ(伊藤) ☎090-1432-6948

まちの話題を集める

わがまち稲城 2008

全国中学校 水泳競技大会に出場!

南原一樹くん(稲城第六中学校3年)

ツンと上向きの髪型に、逆三角形の体型がトレードマークの南原一樹くんは、8月21日~23日、新潟県長岡市で開催される「第48回全国中学校水泳競技大会」に、100m平泳ぎ、200m個人メドレーの2種目で出場する。7月22日・23日に開催された、東京都中学校選手権水泳競技大会において全国大会の標準タイムをクリアし、昨年に続き2度目の出場を決めた。

ぜん息を克服するために1歳のころからスイミングスクールに通い始めたという南原くんは、小学1年生の時に「神奈川県学童学年別水泳競技大会」という大きな大会に出場し、50m自由形で37秒3の新記録をたたき出した。いまだにその記録は破られていないという。ぜん息の発作も出なくなり始めた小学4年生の頃から、コーチの薦めもあり、現在、得意種目となった平泳

ぎに力を入れ始めた。「平泳ぎが一番水の抵抗がある泳ぎ方だけれど、毎回息継ぎできるのが楽で好き」と、土曜日を除く毎日、6kmという距離を泳ぎ込んでいる。

仲間にも恵まれ、水泳が楽しくてしょうがないという南原くんは、少しでもタイムを伸ばせるよう、いつも「自分」にチャレンジしているという。「中学校生活最後となる今大会では決勝進出を狙えるタイムを出したい。そして、これからも仲間と励ましあいながら水泳を続けていきたい」と、夏の太陽のようなまぶしい笑顔で話してくれました。



これから「自分」にチャレンジ!

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

入居登録者募集

都営住宅

シルバーピア (市内割当)

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・団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。

募集地区・戸数 長峰・1戸(抽選方式)

申込用紙配布期間 8月19日(火)~29日(金)

土・日曜日を除く。募集案内配布場所 市民課・平尾・若葉台出張所、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(数量限定)。

申し込み方法 持参または郵送で申し込んでください。

申込期限 ○持参 9月1日の5時 ○郵送 9月1日までの消印があり、9月3日までに届いたものを詳しくは「募集案内」をご覧ください。

申し込み・問い合わせ 市民課市民窓口係

登録者募集 市嘱託員

市では嘱託員の登録を随

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。

現在、次の職種に欠員がありますので、ぜひ応募してください。

職種(資格) 保育士(保育士) 学童・児童館指導員(保育士、教員、児童厚生員のいずれか)

勤務時間 原則週35時間

勤務場所 市施設

報酬 月額18万500円

社会保険・雇用保険加入対象 任用される年度に65歳となる方まで

任用期間 年度単位

年度途中での任用あり任用開始日は応相談

登録期間 登録の日から約1年間

再度希望する場合は、改めて登録してください。

登録方法 申込書・質問

社会福祉協議会から



ココロのボランティア はじめませんか?

心の病気とは何でしょうか。精神障害のある方の話を聞いたり、交流会(手打ちラレーン作り)を行うたりすることで、理解を深めます。

期日 9月3日・10日・17日・24日の水曜日(全4回)

会場 福祉センター他

内容 当事者・作業所職員・ボランティア経験者に

票(人事課、平尾・若葉台出張所、各文化センター)で配布。市ホームページから入手できます(持参または郵送してください)。

登録・問い合わせ 人事課 人事給与係

商工会 だより

販売中!! 稲城生き生き商品券

商工会では、市内約300の加盟店で共通に使える商品券を販売しています。

500円分お得な商品券を、ぜひご利用ください。

価格 1冊1万円(額面1万5000円)

種類 A券(全加盟店用) 11枚とB券(大型店以外用) 10枚のセット

販売店 下表のとおり

問い合わせ 商工会 377-1696

シルバー人材センター



受講者募集 パソコン講習会

9月からエクセル2007を使った講座も開講します。

対象 18歳以上の方

のコースは、文字

入力のできる方

お子さん連れでの受講は、ご遠慮ください。

コース・期日・費用など

右表のとおり

定員 各15人

会場 地域振興プラザ

パソコン講習会

コース	期日	時間	費用	
			テキスト代	
初めてのパソコン全2回	9月2日(火)・3日(水)	9時30分~12時30分	3,000円	無料
エクセル講座全8回(エクセル2003を使用)	9月4日・11日・18日・25日・10月2日・9日・16日・23日の木曜日	9時30分~12時30分	10,000円	2,100円
ワード講座全8回	9月5日・12日・19日・26日・10月3日・10日・17日・24日の金曜日	9時30分~12時30分	10,000円	2,100円
ワード活用講座(チラシを作成)全2回	9月9日(火)・10日(水)	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で家計簿作成)全2回	9月16日(火)・17日(水)	9時30分~12時30分	3,000円	無料

使用パソコンは windows XP 搭載のノートパソコンです。

9月からの学習教室

対象	科目	曜日	時間	定員(先着順)	費用(月謝)
小学5年生	国語・算数	火・木	4時30分~午後6時20分	5人	7,000円
小学6年生		月・木		5人	

東長沼2112の1 生徒募集 9月からの 小学生学習教室

小学校の教科書を使った授業の復習が中心です。

対象・科目など 右表のとおり

会場 地域振興プラザ

応募方法 直接申し込んでください。

電話では申し込みできません

各店舗の食品などを

いなぎの名産品・逸品として

PRしてみませんか

各店舗オススメの食品・商品、飲食店のメニューなどを、いなぎの名産品・逸品のチラシに掲載し、PRしてみませんか。

対象 次のすべてに該当する食品など 郷土色豊かなもの 品質が良いもの 価格が適正なもの この他にも条件がありますので、詳しくは問い合わせてください。

費用 5千円

応募期限 8月29日

応募・問い合わせ 商工会 377-1696

カレンダー 8月15日~9月1日

8/15	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
16	土			
17	日	+ 休日急病診療所 + 休日薬局	矢野口クリニック(矢野口)9時~5時 ☎379-0939 オーベル薬局矢野口店(矢野口)9時~5時 ☎379-0925	
18	月	離乳食調理講習会(20年3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
19	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(前日までに予約) 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	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
20	水	1歳6カ月児健康診査 消費者相談 住宅リフォーム相談 女性の悩み相談 年金相談 心配ごと相談 高齢者・障害者の権利擁護相談	19年1月生まれ) 10時~正午・1時~3時 1時30分~4時30分(前日までに予約) 10時~4時(前日までに予約) 9時~正午・1時~4時 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 協働推進課女性青少年係 保険年金課年金係 福祉センター 福祉センター
21	木	3歳児健康診査(17年7月生まれ) 法律相談 税務相談 年金相談	9時~正午(前日までに予約) 1時30分~4時30分(前日までに予約) 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
22	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
23	土	休日窓口 8時30分~正午・1時~5時 女性の悩み相談 心の専門相談	市民課、保険年金課(国民健康保険係のみ) 課税課、納税課 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
24	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	
25	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
26	火	3カ月~4カ月児健康診査(20年4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(前日までに予約) 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
27	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(前日までに予約) 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
28	木	法律相談 年金相談	9時~正午(前日までに予約) 9時~正午・1時~4時	経済課消費生活係 保険年金課年金係
29	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
30	土			
31	日	+ 休日急病診療所 + 休日薬局	立花こどもクリニック(東長沼)9時~5時 ☎378-7277 丘の上薬局(東長沼)9時~5時 ☎378-3388	
9/1	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

経済課消費生活係の相談で(前日予約)のものは、前日の午前8時30分から午後5時まで予約を受け付けます(先着順)。☎378-2286
消費者相談は電話☎378-3738)でも相談できます。

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 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。

予防接種

麻しん・風しん予防接種

(第2期・第3期・第4期)

国の「麻しんに関する特定感染症予防指針」などに基つき、小学校就学前、中学1年生、高校3年生に相当する年齢の方を対象に麻しん・風しん予防接種を実施します。夏休み中のこの機会に、ぜひ接種をお勧めします。

対象
第2期 14年4月2日
15年4月1日に生まれた方
第3期 17年4月2日
8年4月1日に生まれた方
第4期 22年4月2日
3年4月1日に生まれた方

対象者には、4月にお知らせを郵送しました。転入などで予診票がない場合は、問い合わせください。
会場 指定医療機関

参加しませんか

生活習慣病 予防教室

あなたは大丈夫?
メタボリック シンドローム!
メタボリック シンドローム


生活習慣病予防教室では、手軽にできる料理や簡単にできる運動を紹介します。参加された方には、毎日簡単に腹囲測定ができるメジ

費用 無料(公費負担)
期間 21年3月31日まで
注意事項
保護者の方は、お知らせに同封の「麻しん及び風しんの予防接種を受けるに当たつての説明」をよく読んでください。
第3期、第4期の対象者で保護者が同伴しない場合は、「麻しん及び風しんの予防接種を受けるに当たつての説明」をよ

妊娠したら 妊娠の届け出をしましょう

妊娠した方は、すぐに妊娠の届け出をしてください。届け出の際に、医療機関の証明は必要ありません。
対象 市内在住の妊婦
届け出場所 市民課、平尾・若葉台出張所
届け出時の配布物 母子健康手帳・母と子の保健バック(東京都内の委託契約医療機関で受診できる妊婦健康診査受診票やマタニティーチェーンホルダー(写真)、妊娠・出産・子育てなどに関する情報誌など)
4月から、妊婦健康診査の公費負担回数が2回から5回に増えました(4月1日以前に妊娠の届け出をした方には受診票を追加交付します。未使用の受診票と母子健康手帳を持参し、窓口で申請してください)。

「マタニティーマーク」とは、妊産婦が交通機関などを利用する時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。



生活習慣病予防教室

期日	時間	会場	内容
1日目 9月11日(木)	10時20分~2時	保健センター	歯周病・メタボリックシンドロームの話、栄養の話 昼食はヘルシー御膳を用意します。
2日目 9月26日(金)	1時30分~3時30分	総合体育館	運動の話 実技ウォーキングなど

費用 無料
定員 20人(先着順)
申し込み方法 電話で申し込みください。
申し込み期限 9月4日

保健所だより

母子講演会
発達障害のお子さんの理解と対応について

期日 9月5日(金)

椎間板ヘルニアの治療

第2部 No.308

腰痛の病名は、整形外科の病名の中で最もよく耳にするものと思います。実際、外来を訪れる患者さんの訴えで、一番多いのが腰痛です。しかし、腰痛の原因は様々で、椎間板ヘルニアと診断される患者さんは、そのうち10%程度です。椎間板ヘルニアの症状は腰痛だけでなく、坐骨神経痛といわれる足の痛みやしびれを生じます。重症の場合は、足の感覚が麻痺し、力が入らなくなったり、尿が出にくくなることもあります。症状が重篤で麻痺や排尿障害を生じている場合は、手術を行います。が、すべての患者さんが、手術を受けなければ治らないということはありません。

椎間板ヘルニアは自然に縮小するので、ほとんどの場合は、安静にしてコルセットを付けるなどの保存的療法で経過をみます。

保存療法でも手術でもない、「中間療法」といわれる方法もあります。ヘルニアそのものには手を付けずに、椎間板の中に処置をするので、「椎間板内療法」ともいわれます。レーザーによる治療もこの方法の一つです。以前はキモバインという酵素を使って椎間板の内部分を溶かすことも行われました。健康保険を使って行える方法としては「経皮的椎間板摘出術」という方法があります。

椎間板ヘルニアは治る病気です。専門医に相談して、最も有効な治療法を選択することをお勧めします。

稲城市医師会
中澤 秀夫

時間 2時~4時
定員 50人
対象 就学前で、発達に気になるお子さんの家族・関係者
講師 有本 潔氏(島田療育センター副院長)
申し込み方法 電話で申し込みください。
申し込み期限 8月28日
講演会終了後、医師による個別相談を行います(若干名)。予約制となりますので詳細は問い合わせください。
会場・申し込み・問い合わせ 東京都南多摩保健所 ☎371-7661

広報いなぎは再生紙を使用しています。