

広報

いなぎ

緑に生まれ友愛に満ちた
市民のまち稲城

市長コラム	2面
教育費の一部を補助します	3面
消費者ルーム運営協議会委員募集	4面
赤ちゃんへの絵本支援事業	5面
市職員によるごみ減量地域説明会	6面
みんなのコーナー	7面
ヘルスメーター	8面



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QR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

人口と世帯数		
(平成24年2月1日現在)		
人口	85,388人	27人増
男	43,258人	9人増
女	42,130人	18人増
世帯数	36,080世帯	8世帯増

※人口及び世帯数は、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

プログラム

午後0時30分 開場
 午後1時 開会
 ◆開会あいさつ
 ◆第1部 講演と対談
 「女子力?男子力?人間力!~あなたの中に、あるちから~」
 講師：
 中垣 陽子氏 (内閣府男女共同参画局調査課長)、
 諸橋 泰樹氏 (フェリス女学院大学教授)
 ◆第2部 ワークショップ
 午後4時30分 閉会 (予定)

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て、様々な社会問題をテーマに取り上げ、市民にアピールしてきました。今年も、「女子力」をテーマに取り上げます。「女子力」とは、どのような「ちから」なのでしょう。性別に関わりなく、あなたの中にある「ちから」について考えていきます。第1部の講演では、中垣陽子氏と諸橋泰樹氏を招き、それぞれのお話を伺った後、対談していただきます。第2部は参加者によるワークショップです。

2月26日(日)

女と男のフォーラム

いなぎ2012(34回)

「女子力?男子力?人間力!」

~あなたの中に、あるちから~

講師プロフィール

中垣 陽子氏



〔内閣府男女共同参画局調査課長〕
 1987年、経済企画庁(現内閣府)に入庁。世界平和研究所主任研究員、埼玉大学経済学部准教授(男女共同参画、少子高齢化などを担当)などを経て現職。著書に『社会保障を問います』。

諸橋 泰樹氏



〔フェリス女学院大学大学院在学中より(社)日本新聞協会研究所で委嘱研究員として各種メディアの調査研究に従事。尚美学園短期大学教員を経て現職(マスコミュニケーション学、社会学、女性学を専攻)。著書に『メディアリテラシーとジェンダー』『ジェンダーの語られ方、メディアのつくられ方』ほか多数。

- 2月26日(日) 午後1時~4時30分(予定)
- 午後0時30分開場
- 地域振興プラザ
- 直接来場してください。
- 定員100人(先着順)
- 無料
- ※点字プログラムあり。
- ※第1部は要約筆記・手話通訳があります。
- ※一時保育を行います(6カ月以上の未就学児)。希望する方は、2月17日(金)までに申し込んでください(先着順)。
- 企画運営 女と男のフォーラムいなぎ2012実行委員会
- 協働推進課女性青少年係

稲城の中心を流れる三沢川をきれいにするために、第2回三沢川一斉市民清掃を実施します。

矢野口の天神橋から坂浜の新きさらぎ橋までの三沢川・歩道のごみ拾いを行います。ご家族ご近所お誘い合わせのうえ、ぜひご参加ください。

●3月4日(日)
 ※雨天の場合は3月11日(日)に延期します。「11日(日)が雨天の場合は中止」。

▽集合場所・時間 下図のとおり

※指定の時間までに集合してください。

▽受付 当日は各集合場所にて受付を行います。受付してから清掃活動を行ってください。

▽服装 汚れても良い、暖かい服装

▽清掃用具(ゴム手袋・軍手・長靴・火ばさみなど)

※ごみ袋は受付時に配布します。

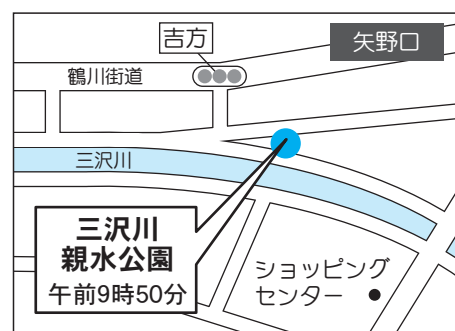
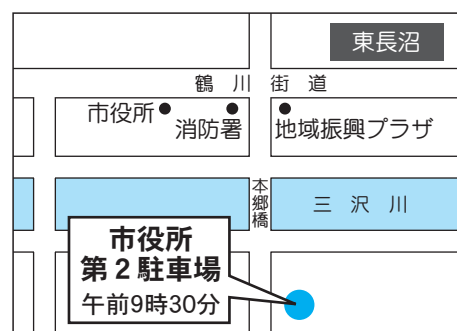
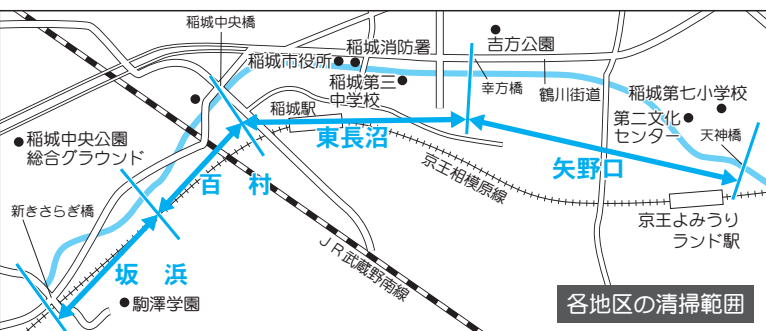


- ▽注意事項 駐車スペースはありませんので、車での来場はご遠慮ください。また活動の際は、けがなどのないよう足元に充分注意し、無理のない範囲で清掃活動を行ってください。特に、三沢川の流水内は、川底に苔が生えており、見た目より大変滑りやすくなっていますので、川岸での活動をお願いします。
- ①「市民活動(社会貢献活動)ポイント制度試行事業」及び②「子ども100ボランティア」の対象事業です。
- ①受付時にポイントカードを付与します(成人の方のみ)。
- ②受付時にポイントシールを貼付します。「子ども100ポイントラリー手帳」を受付時に提示してください。手帳を持っていない場合は、新規で手帳を発行することもできます。



の30分前までに延期(中止)告知看板を設置します。また、「稲城市メール配信サービス」からもご連絡します(事前に登録が必要です)。登録を希望する方は、パソコン・携帯電話から市ホームページにアクセスし、登録してください(携帯電話から登録される場合は、上記QRコードをご利用ください)。

●三沢川一斉市民清掃推進本部事務局(環境課ごみ・リサイクル係)



税の申告はお早めに

申告期間 2月16日(木)～3月15日(木)

平成23年中に所得がなかった方の方も申告してください

市民税・都民税の申告は市役所へ

先回り課税課市民税係

平成24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。比較的早い時期に2月中の申告をお勧めします。

※土・日曜日を除く。

※2月25日(土)・3月11日(日)の休日開庁日は、市役所1階ロビーで受け付けます。

※午前9時～11時30分・午後1時～4時

場市役所6階601会議室

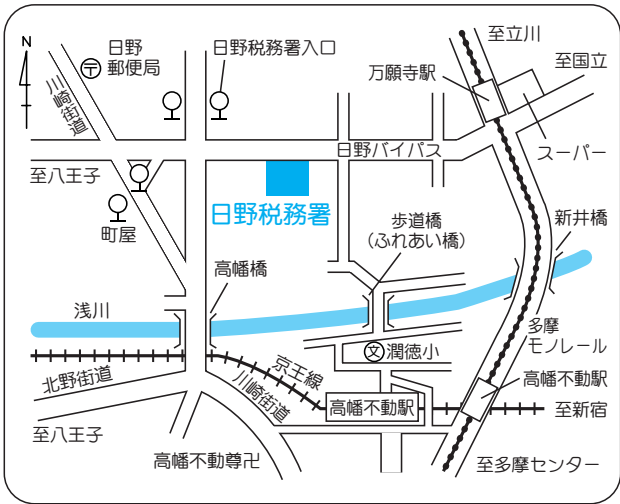
「稲城市安全安心まちづくり推進協働宣言」を締結しました

稲城市と多摩中央警察署では稲城市内の治安維持のため相互に連携を図り、犯罪抑止や防犯意識の高揚について積極的に取り組んでおり、更なる連携体制の強化を目指し、1月23日に多摩中央警察署と稲城市、多摩市それぞれが「安全安心まちづくり推進協働宣言」を締結しました。



▲左より、多摩市長、多摩中央警察署長、稲城市長

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分または立川駅行き「日野税務署入口」下車徒歩5分

先は、日野税務署です。税務署では、「申告書はご自分で作成して提出はお早めに」をキャッチフレーズに確定申告書の自書申告と早期提出を推進しています。平成23年分の所得税の確定申告提出期限は3月15日(木)です。個人事業者の消費税及び地方消費税の確定申告提出期限は4月2日(月)です。3月になると窓口が大変混み合いますので、早めに申告書を出してください。

市民税・都民税の申告書を郵送する場合は、申告書に住所・氏名などを記入し、所得額や控除額を証明できるものを同封してください。

確定申告の必要な方
①給与の収入金額が2千万円を超える方、給与所得者で給与所得以外の所得金額が20万円を超える方及び2カ所以上から給与を得ている方
②同族会社の役員などで、その会社から給与のほか貸付金の利子、店舗・工場などの賃貸料の支払を受けている方など
※詳細は「国税庁」ホームページをご覧ください。

確定申告の必要な方
①給与の収入金額が2千万円を超える方、給与所得者で給与所得以外の所得金額が20万円を超える方及び2カ所以上から給与を得ている方
②同族会社の役員などで、その会社から給与のほか貸付金の利子、店舗・工場などの賃貸料の支払を受けている方など
※詳細は「国税庁」ホームページをご覧ください。

確定申告の必要な方
①給与の収入金額が2千万円を超える方、給与所得者で給与所得以外の所得金額が20万円を超える方及び2カ所以上から給与を得ている方
②同族会社の役員などで、その会社から給与のほか貸付金の利子、店舗・工場などの賃貸料の支払を受けている方など
※詳細は「国税庁」ホームページをご覧ください。

確定申告の必要な方
①給与の収入金額が2千万円を超える方、給与所得者で給与所得以外の所得金額が20万円を超える方及び2カ所以上から給与を得ている方
②同族会社の役員などで、その会社から給与のほか貸付金の利子、店舗・工場などの賃貸料の支払を受けている方など
※詳細は「国税庁」ホームページをご覧ください。

確定申告の必要な方
①給与の収入金額が2千万円を超える方、給与所得者で給与所得以外の所得金額が20万円を超える方及び2カ所以上から給与を得ている方
②同族会社の役員などで、その会社から給与のほか貸付金の利子、店舗・工場などの賃貸料の支払を受けている方など
※詳細は「国税庁」ホームページをご覧ください。

確定申告の必要な方
①給与の収入金額が2千万円を超える方、給与所得者で給与所得以外の所得金額が20万円を超える方及び2カ所以上から給与を得ている方
②同族会社の役員などで、その会社から給与のほか貸付金の利子、店舗・工場などの賃貸料の支払を受けている方など
※詳細は「国税庁」ホームページをご覧ください。

確定申告の必要な方
①給与の収入金額が2千万円を超える方、給与所得者で給与所得以外の所得金額が20万円を超える方及び2カ所以上から給与を得ている方
②同族会社の役員などで、その会社から給与のほか貸付金の利子、店舗・工場などの賃貸料の支払を受けている方など
※詳細は「国税庁」ホームページをご覧ください。

納期限 2月29日(水)

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!!

納税課

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

東日本大震災により被害を受けた皆様へ
住宅、家財などに被害を受けた方、事業者の方には所得税の軽減措置があります。

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。

①児童・生徒（1996年4月2日〜2005年4月1日生まれ）と保護者ともに市内に居住し、外国人登録をしている方

②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・生徒の保護者で授業料などを負担している方

▽補助金額 1千円（月額）
▽申請書 申請書に在学する児童・生徒の保護者の方へ式で申請してください。
▽期限 3月5日（月）
▽窓口 学校教育課学務係

稲城市木造住宅耐震診断助成制度

耐震診断とは、大地震に耐える住宅が必要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。

▽市内にある木造（在来軸組工法に限る）の住宅（現に居住している住宅）で、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

▽特別永住者 現在お持ちの外国人登録証明書が有効期限内に市民課で手続きを行い、「特別永住者証明書」に切り替えます。

▽永住者 7月9日から3年以内に入国管理局で手続きを行い、「在留カード」に切り替えます。

▽それ以外の方 7月9日以降、入国管理局での在留期間の更新時、または在留資格の変更時に「在留カード」に切り替えます。

▽外国人住民にも住民票が交付されます。詳しくは以下をご覧ください。

▽転出の届出が必要になります。

▽居住変更以外の届出は入国管理局で手続きを行います。

▽仮住民票を作成して通知します。

新制度対象の外国人住民を住民票に記載するにあたり、現在の外国人登録原票の情報を基に、法施行予定である7

必要になります。

▽稲城消防署警防課救急係 377-7119

参加者募集

普通救命講習会

稲城消防署では、大切な人を守るため応急手当の講習を行います。初めての方も受講にぜひご参加ください。

▽市内在勤または在住の中学校3年生以上の方
▽3月11日（日）
▽午前9時〜正午
▽稲城消防署講堂
▽30人（先着順）

▽応急手当の基礎知識・心肺蘇生法・AED（自動体外式除細動器）取扱方法
※受講された方には普通救命講習I修了証を交付します。

この意見発表会は、全国各

稲城消防署救急救命士
無料
2月29日（水）までに電話で申し込んでください。

▽稲城消防署警防課救急係 377-7119

平成23年度
全国消防団員
意見発表会に
稲城市消防団員出場

2月20日（月）に港区虎ノ門にある日本消防会館で行われる総務省消防庁主催の「平成23年度全国消防団員意見発表会」に、都内98消防団、定員2万6484名の東京都の消防団員を代表して、稲城市消防団から涌田恵一郎さん（矢野口・第一分団員）が出場します。

消防団は、消防・防災に關する知識や技術を習得し、防災指導をはじめ、火災発生時には消火活動を、地震・風水害といった大規模災害発生時には救助・救出活動、警戒巡視、避難誘導などに従事して、市民の生命や財産を守るために日夜活躍しています。

また、稲城市消防団は女性団員も募集しています。全国では約1万7千人の女性団員が消防団として活躍しています。「働いている方も、学生の方も、主婦の方も」多くの女性のチカラが消防団で輝いています。

稲城市消防団と地域の皆さんがあなたのチカラを待ち望んでいます！
▽市内在住で、心身とも健康な18歳以上の男女
▽稲城消防署総務課庶務係 377-7119

消防団員募集!!
大切な人を
守りませんか?
消防団は、消防・防災に關する知識や技術を習得し、防災指導をはじめ、火災発生時には消火活動を、地震・風水害といった大規模災害発生時には救助・救出活動、警戒巡視、避難誘導などに従事して、市民の生命や財産を守るために日夜活躍しています。

また、稲城市消防団は女性団員も募集しています。全国では約1万7千人の女性団員が消防団として活躍しています。「働いている方も、学生の方も、主婦の方も」多くの女性のチカラが消防団で輝いています。

ガンダムやヤッターワン、そして稲城市のキャラクター「稲城なしのすけ」の記念住民票の写しなどを発行中です

市制施行40周年を記念し、住民票の写し・転出証明書などをガンダムやヤッターワン、そして「なしのすけ」の絵柄入りで3月まで発行しています。また、稲城市外にお住まいの方でも免許証やパスポートなど官公署が発行した顔写真付きの身分証明書をお持ちであれば、平日（午前9時〜午後4時30分）のみ住民票の写しの広域交付を利用することができます。詳細については、市ホームページの「住基ネット」によるサービス（住民票の写しの広域交付）を必ずご覧ください。

外国人住民が住民基本台帳に記載されます

平成24年7月9日に外国人登録法が廃止され、外国人住民も日本人と同様に住民基本台帳に記載されることとなります。

①適法に3カ月を超える在留資格を持つ外国人住民は、住民基本台帳に登録されます。

②外国人登録証明書がなくなり在留カード等になります。

現在お持ちの外国人登録証明書は7月9日以降も一定期間有効です。以下の所定の期

限（16歳未満の方は、16歳になる日のいずれか早い日）までに切り替えの手続きを行ってください。

新制度対象の外国人住民を住民票に記載するにあたり、現在の外国人登録原票の情報を基に、法施行予定である7

必要になります。

▽稲城消防署警防課救急係 377-7119

AED（自動体外式除細動器）を貸し出します

稲城消防署では、市民の方が集まるお祭りやスポーツイベントなどで、いざという時のために、AED（自動体外式除細動器）を無料で貸し出しています。気軽に問い合わせてください。

▽医師・救急救命士、または普通救命講習I以上の講習修了者を確認できる市内の団体
▽ご利用には利用許可申請が

月9日の1カ月前頃に「仮の」住民票を作成して通知する予定です。内容の確認をお願いします。

▽正確な外国人登録原票の記載にご協力ください

新制度の住民票は外国人登録を基に作成する予定です。現在の居住地や在留の資格・期間などの登録内容が非常に重要になります。登録内容に変更が生じましたら市民課にて外国人登録の変更登録申請をお願いします。

詳しくは以下をご覧ください。

「総務省」ホームページ
http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/jichi_gyousei/c-gyousei/zai-ryuhtml

「法務省」ホームページ
<http://www.immi-mo-j.go.jp/newimmiact/newimmiact.html>

▽市民課戸籍係

市民活動サポートセンター

センターいなぎ

誰でも、自由に、楽しくおしゃべりしましょう

金曜サロンスペシャル

宇宙開発の話

市民活動サポートセンター

いなぎでは、毎週金曜日に地域の人が出会う場として金曜サロンを開催しています。

毎月第1金曜日には話し手を招く形で、金曜サロンスペシャルを行っています。皆さんお誘い合わせのうえにご参加ください（申込不要）。

3月2日（金）
3月7日（土）
※今回は開始時間が30分遅くなります。

市民活動サポートセンター
（地域振興プラザ1階）

市民活動サポートセンター

市民活動サポートセンター

豊かさを育む持続可能な地域づくりに向けて

いまなぜ協働のまちづくりなのか

住民と行政との協働のまちづくりが各地で進められています。そこで、今回は地方自治に詳しく、また様々な形で行政にも関わっておられる辻山幸宣さんをお招きし、協働のまちづくりについて学びます。

3月1日（木）
午後1時30分〜
地域振興プラザ4階

市民活動サポートセンター

市民活動サポートセンター

市民活動サポートセンター

市民活動サポートセンター

市民活動サポートセンター

市民活動サポートセンター

市民活動サポートセンター

市民活動サポートセンター

市民活動サポートセンター

市民活動サポートセンター

市民活動サポートセンター

市民活動サポートセンター

市民活動サポートセンター

市民活動サポートセンター

市民活動サポートセンター

市民活動サポートセンター

市民活動サポートセンター

市民活動サポートセンター

女性のお悩み相談

一人で悩んでいませんか？

気軽にご相談ください

夫婦や家族の問題、あるいは結婚や離婚に関すること、自身の生き方、仕事や職場、人間関係、恋人や配偶者からの暴力、子育てのことなど、現代社会では個人の悩みは複雑多岐にわたっています。その悩みを自分一人で抱え込まずに、専門の相談員に打ち明けて、少しでも心の負担を軽くしませんか。面接による相談が困難な方は電話相談もでき、秘密は厳守します。また、水曜日のみ男性の相談を受け付けます。

毎月第1・第3水曜日、第4土曜日
午前10時〜午後4時
※相談時間は一人50分間
▽相談方法 面談、電話
無料
▽相談日 前日までに申し込んでください。

先週協働推進課女性青少年係

先週協働推進課女性青少年係

先週協働推進課女性青少年係

先週協働推進課女性青少年係

先週協働推進課女性青少年係

先週協働推進課女性青少年係

先週協働推進課女性青少年係

先週協働推進課女性青少年係

先週協働推進課女性青少年係

先週協働推進課女性青少年係

先週協働推進課女性青少年係

先週協働推進課女性青少年係

先週協働推進課女性青少年係

先週協働推進課女性青少年係

先週協働推進課女性青少年係

先週協働推進課女性青少年係

先週協働推進課女性青少年係

消費者ルーム 運営協議会委員を 募集します!!

稲城市消費者ルーム運営協議会委員の任期満了に伴い、新たに委員を募集します。

消費者ルーム運営協議会は、広く消費者の利益につながるような消費者行政を円滑かつ効果的に行うために、必要なことを話し合い、啓発事業などを企画・運営します。

市内在住で、消費者行政の推進に意欲のある20歳以上70歳未満の方

任期 4月1日～平成26年3月31日(2年間)

活動内容 年4回の運営協議会及び毎月1回程度開催する会議への出席、その他研究会などへの参加、消費者ルームたよりの編集、くらしフェスタや消費者講座など事業の企画・運営

定員 若干名
応募資格 400字程度(用紙は自由)にまとめ、履歴書を添えて持参または郵送してください。

弁護士による 無料法律相談会

弁護士が、借地・借家、金銭トラブル、相続・遺言、離婚、親子などの市民からの法律問題の相談に応じます。

3月3日(土)
午後1時～4時
場中央文化センター4階

予約受付先 東京三弁護士会多摩支部 ☎042・548・3800

添えて持参または郵送してください。

※後日面接があります。

※3月5日(月)必着
先週経済課消費生活係

消費者講座 大人のための 社会科見学

無洗米工場・
レトルト食品工場
見学

無洗米の製造工程、レトルト食品の製造工程・ふりかけの包装工程を見学し、どのように食品が作られていくか学習します。

お米の美味しい炊き方や精米方法による味の違いなどのお話も聞けます。また、炊きたてごはんの試食もできます。

市内在住の方
3月15日(木)

雨天決行
集合 午前8時、解散予定 午後4時30分
集合・解散場所 地域振興プラザ前駐車場
場埼玉県坂戸市内の無洗米工場

東京三弁護士会多摩地区法律相談センター運営委員会
経済課消費生活係

ご利用ください 教育・出産・ 住宅資金の 融資あっせん

市では、教育(入学金・授業料など)・出産(分娩・入院費用など)・住宅(増改築など(耐震補強・アスベスト除去工事を含む))資金の調達を予定する方に、取扱金融

場、レトルト食品工場

定員 20人(先着順)

費用 1千円(昼食代500円+保険代100円+バス代一部負担400円)

※3月9日(金)以降にキャンセルされた場合は参加費をお支払いいただきますのでご了承ください。

3月2日(金)までに電話で消費者ルーム(☎370・7510、午前10時～正午、午後1時～5時)に申し込んでください。

稲城市・稲城市消費者ルーム運営協議会
経済課消費生活係

「桃の湯」を 実施します



市内の公衆浴場ではひな祭りに「桃の湯」を実施します。

子ども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入

機関への融資あっせんと金利の補助をします。

※対象は、所得制限など一定の条件があります。詳細は市ホームページをご覧ください。

融資限度額(返済期間)
○教育資金 100万円(5年以内)
○教育資金 100万円(5年以内)

○出産資金 50万円(3年以内)
○住宅資金 300万円(5年以内)

○融資利率(2・8%)
○本人負担 0・988%
○市補助 1・812%

浴日現在で65歳以上(年齢の分かるものが必要です)の方の入浴料金が無料になります。

3月3日(土)・稲城浴場(大丸)・玉城湯(矢野口)

稲城浴場 ☎377・7222、玉城湯 ☎377・6154、市役所経済課商工係

募集



市では、土地所有者のご好意により農地を借り受けて、ファミリー農園(下図参照)として市民の皆さんに提供しています。

土に親しみ、野菜作りを楽しみませんか。

市内在住で、野菜作りに興味のある世帯
4月1日～平成26年2月28日

利用可能区画数 1区画
面積 約15㎡(1区画)
所在地 下図のとおり
年間6千円(平成23年度と

※教育資金と、稲城市木造住宅耐震診断助成制度で耐震診断を受けて耐震補強改修工事を行う住宅資金の融資あっせんは、各年度の本人負担利息が2千円以上の時は、緊急経済対策として平成23年度まで、各年度、本人負担利率が2分の1(0・988%→0・494%)に軽減されます。ただし、金融機関に0・988%の本人負担利率をお支払いいただき、各年度末に、市に対して利率0・494%分をご請求いただく手続きが必要となります。

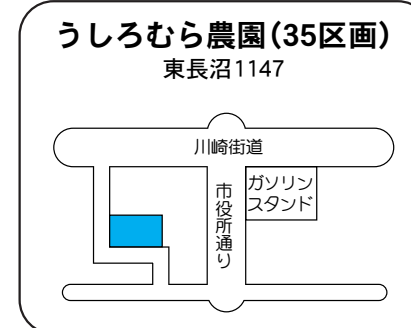
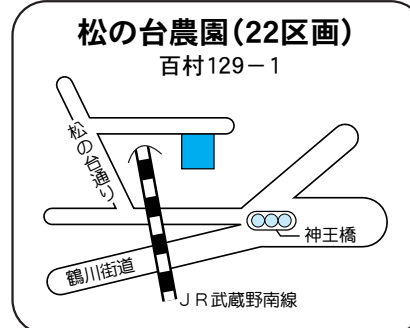
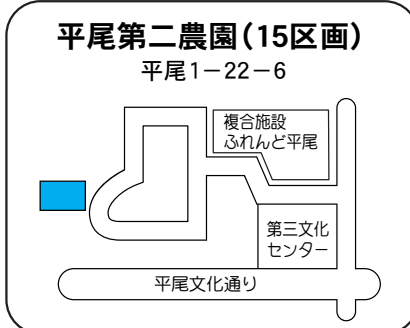
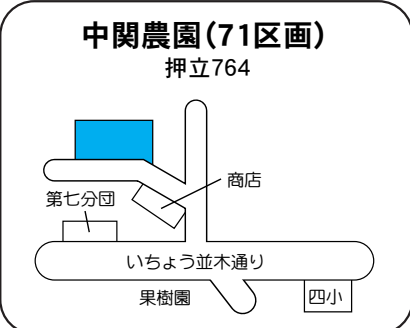
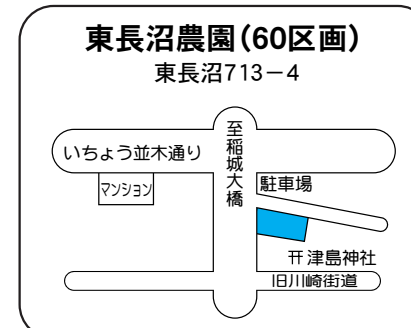
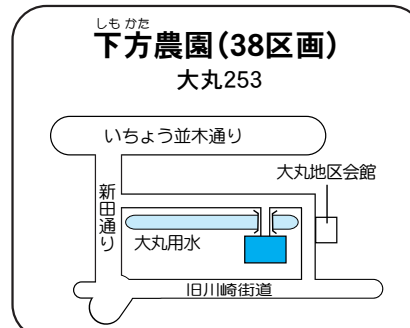
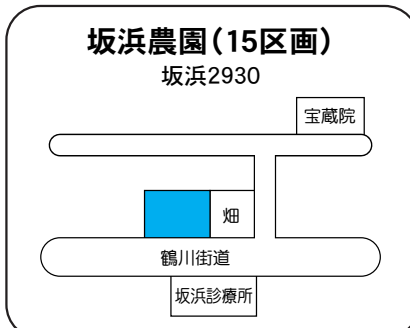
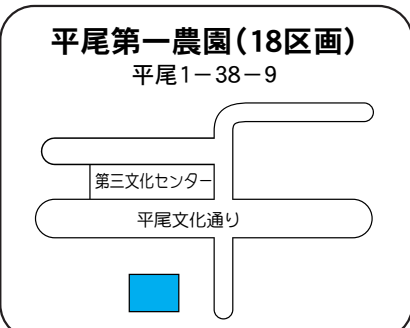
先週経済課消費生活係

応募は「はがき」で

- 1. 希望農園名 ※1 (第2希望まで記入可)
- 2. 再度利用希望区画番号(第1希望のみ) ※2
- 3. 住所 ※3
- 4. 氏名(フリガナ) ※4
- 5. 電話番号 ※5

はがき記入例
〒206-8601 稲城市 東長沼2-1-1 稲城市役所経済課 ファミリー農園 申込係

- ※1 農園名は農園案内図(下図)を参照してください。
- ※2 平成24年2月15日現在、農園を利用されていて同じ区画を第1希望とする方は、その区画番号を記入してください。ただし、必ずしも同じ区画になるとは限りません。
- ※3 アパート・マンションの場合は、名称・号室も記入してください。
- ※4 ここに記入された氏名を「区割図」に表示します。
- ※5 携帯電話でも可能です。



ファミリー農園案内図

国民年金保険料は まとめて前払い (前納)することが できます

国民年金保険料は、通常どおり、現金・口座振替で毎月分の保険料を翌月末の納付期限内で納付していただく他に、割引きがある「前納」(左表

前納一覧表

区分	現金納付 (納付書)	口座振替 (※2) (割引額は現金納付より高くなります)	クレジットカード 納付 (割引額は現金納付と同じです)
1年前納	4月～翌年3月分を4月末日までに納付(※1)	4月～翌年3月分を4月末日に引き落とし(※3)	4月～翌年3月分を4月末日に納付
6カ月前納	4月～9月分を4月末日、10月～翌年3月分を10月末日までに納付(※1)	4月～9月分を4月末日、10月～翌年3月分を10月末日に引き落とし(※3)	4月～9月分を4月末日、10月～翌年3月分を10月末日に納付
毎月納付		毎月末に当月分の保険料が引き落とされ、月々50円割引き	毎月末に当月分の保険料が納付されますが、割引きはありません。

※1 年の途中の納付可能な月分から翌年3月分までを指定の納付期限に前納することもできます。
 ※2 振替日に残高不足などにより引き落とせなければ、通常の毎月納付に切り替わり、割引きがなくなります。
 ※3 1年前納及び4月から9月分の6カ月前納の申し込みは、2月末日までです。10月から翌年3月分の6カ月前納の申し込みは、8月末日までです。

参照)があります。
 ※口座振替納付・クレジットカード納付の申し込み・変更は、市役所、平尾・若葉台出張所、年金事務所、金融機関に備え付けの申出書に必要事項を記入して申し込んでください。
 国府中年金事務所 ☎042・361・1011、市役所保険年金課 年金係

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

平成22年8月から平成23年7月までの間に、「医療」と「介護」の両方に自己負担額(保険料ではなく、病院窓口などでの支払額)があり、その金額の合計が左表の基準額を超えている場合、申請によってその超えている金額が支給されます。該当しているか分からない場合は、問い合わせてください。

負担区分	基準額
現役並み所得者(3割負担)	67万円
一般(1割負担)	56万円
世帯全員が住民税非課税(1割負担)	II 31万円
	I 19万円

高額医療・高額介護 合算療養費制度 基準額

2月期分手当を 支給しました 特別障害者手当・ 障害児福祉手当・ 福祉手当(国制度)

手当を受給している方で次に該当する場合は、速やかに届け出てください。
 ○特別障害者手当Ⅱ施設入所入院3カ月超過、市外転居、死亡など
 ○障害児福祉手当・福祉手当Ⅱ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

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

3年生までのお子さんを対象と、子育ての支援を行いたい方が会員となり、地域の中で子育てをする助けあいの活動です。
 新規の利用会員(子育ての援助を受けたい方)と活動会員(子育ての援助に興味のある方)へ事業説明会を開催します(基礎研修受講後、活動をお願ひしています)。
 3月3日(土)
 午前10時～正午
 福祉センター2階第一会議室

入居者募集 生活支援ハウス 「どんぐり」

入居者に困窮している方で、引き続き1年以上市内に居住して、次の全てに該当する方
 ①原則60歳以上のひとり暮らしで自立した生活ができ、自宅で生活することに不安がある方
 ②常時医療を必要としない方

ふれあい電話を ご利用ください

定期的に電話にて声の訪問をし、話し相手になったり、安否確認をするサービスです。
 ※おおむね65歳以上のひとり暮らしの方(日中ひとりりて過ごしている高齢者)
 無料
 申直接問い合わせください。
 福祉センター高齢福祉係

病後児保育室 「コロボックル」

平成24年度 利用登録受付開始

病後児保育室では、病気の回復期にあつて、保護者が仕事をしているなどの理由で家庭での保育に欠けるお子さんを、専用保育室で看護師などのスタッフが預かりします。平成24年度の利用登録を受け付けます。
 市内に在住する、満4カ月から就学前までの病気の回復期にあるお子さん

時保育時間 午前8時～午後6時(日曜日、祝日、年末年始を除く)
 場東長沼3107の1ピエータウン21 2階(稲城駅北口) ウン2人
 費用利用料 1人1日2千円 ※その他500円程度の給食費などの経費が掛かります。
 利用方法 ①事前登録Ⅱ登録票を子育て支援課保育係または病後児保育室コロボックルに提出してください。
 ②利用申請Ⅲ利用日の前日か前々日に、電話で予約をしてください。利用当日に申請書と医師からの診療情報提供書を病後児保育室コロボックル

ファミリー・ サポート・センター 事業説明会

ファミリー・サポート・センターは子育ての援助を受けたい方(生後4カ月～小学校

ファミリー・ サポート・センター 利用料補助

ファミリー・サポート・センターを利用する保護者の費用負担を軽減するため、援助活動の報酬の額の一部を補助していただきます。詳しくは問い合わせください。
 子育て支援課保育係

ファミリー・ サポート・センター 利用料補助

介護予防講演会 高齢者のための 「おしっこの お話」

「トイレに近い、もれる、出にくい」など困っていますか? 「年のせい」とあきらめて我慢していたり、誰にも言えずひとりりて悩んでいる人

「トイレに近い、もれる、出にくい」など困っていますか? 「年のせい」とあきらめて我慢していたり、誰にも言えずひとりりて悩んでいる人

赤ちゃんへの 絵本支援事業

赤ちゃんのことはと心をはぐくむためには、暖かなぬくもりの中で優しく語りかける時間が大切です。赤ちゃんへの絵本支援事業は、絵本を通してそんな親子のふれあいを応援しています。
 「絵本購入補助券」早めにご利用を!
 保健センターで行われる3～4カ月児健康診査時にお渡した「絵本支援パック」に入っている「絵本購入補助券」はもうお使いですか? この中には、①補助対象の絵本のリスト「だっこでえほん」(右表参照) ②取扱店の案内図 ③「絵本購入補助券」などが入っています。
 絵本を購入する際、補助券に必要事項を記入して書店に提出していただくと定価の半額(限度額1,000円)が割引きされます。
 絵本購入補助券の有効期限は3月31日(土)です。お早めにご利用ください。
 赤ちゃんへの読み聞かせのスタートに、ぜひ支



援パックをお役立てください。
 ※稲城市で3～4カ月児健康診査を受けられなかった方は、母子健康手帳を持参のうえ、各図書館カウンターでお申し出ください。
 中央図書館 ☎378-7111

赤ちゃんへの絵本支援事業 本のリスト(10冊)

タイトル	著者	出版社	価格(円)
いない いない ばあ	松谷みよこ/文 瀬川康男/画	童心社	700
うたえほん	つちだ よしはる	グランママ社	1,500
じゃあじゃあびり	まつい のりこ	偕成社	600
おててがでたよ	林 明子	福音館書店	700
くだもの	平山 和子	福音館書店	800
がたんごとんかたんとん	安西 水丸	福音館書店	700
でてこい でてこい	はやし あきこ	福音館書店	700
おいしいよ	やまだ うたこ	ブロンズ新社	770
たたくと ぼん	寺村輝夫/さく 和歌山静子/え	あかね書房	850
ママだいすき	まど・みちお/文 ましませつこ/え	こぐま社	900

介護をされている ご家族の交流会を 行います

介護をされているご家族の交流会を行います。詳しくは問い合わせください。
 福祉センター

介護をされている ご家族の交流会を 行います

介護をされているご家族の交流会を行います。詳しくは問い合わせください。
 福祉センター

介護をされている ご家族の交流会を 行います

介護をされているご家族の交流会を行います。詳しくは問い合わせください。
 福祉センター



急募 保育士
市では4月から勤務できる嘱託員を募集しています。

稲城上平尾 土地区画整理事業 事業計画の縦覧

多摩都市計画事業稲城上平尾土地区画整理事業(組合施行)の第1回事業計画変更について、縦覧を行います。

官公署 だより

自衛官各種募集
一般・技術幹部候補生
20歳以上26歳未満の男女

あなたのご生活 見直してみませんか?

市立病院では生活習慣病教室を開催しています。この機会を有効に活用してください。

エコドライブ講習会 受講者募集

「地球温暖化防止に向けた省エネルギー推進」及び「排気ガスの抑制による大気汚染抑制」の一環として、多摩ドライビングスクールと連携し

大丸地区で キャンペーン

自分たちのまちは 自分たちの手で きれいに!
環境課環境保全係

若年者向就労支援セミナー

2月29日(水)
①セミナー 午前10時〜正午
②カウンティング 午後1時〜5時

多摩職業能力開発センター 府中校キャリアアップ講習
3月募集科目の案内

会にあなたの生活を見直してみませんか。興味のある方はぜひご参加ください。

予備自衛官補
一般公募 18歳以上34歳未満の男女
技能公募 18歳以上で保有する国家免許資格などに応じ53歳以下55歳未満の男女

都税からのお知らせ
不審な電話「還付金詐欺」にご注意ください!

市立病院では生活習慣病教室を開催しています。この機会を有効に活用してください。

エコドライブ講習会
「地球温暖化防止に向けた省エネルギー推進」及び「排気ガスの抑制による大気汚染抑制」の一環として、多摩ドライビングスクールと連携し

大丸地区で キャンペーン
自分たちのまちは 自分たちの手で きれいに!

若年者向就労支援セミナー
2月29日(水)
①セミナー 午前10時〜正午
②カウンティング 午後1時〜5時

多摩職業能力開発センター 府中校キャリアアップ講習
3月募集科目の案内

市職員による ごみ減量 地域説明会
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。

エコドライブ講習会
「地球温暖化防止に向けた省エネルギー推進」及び「排気ガスの抑制による大気汚染抑制」の一環として、多摩ドライビングスクールと連携し

大丸地区で キャンペーン
自分たちのまちは 自分たちの手で きれいに!

若年者向就労支援セミナー
2月29日(水)
①セミナー 午前10時〜正午
②カウンティング 午後1時〜5時

多摩職業能力開発センター 府中校キャリアアップ講習
3月募集科目の案内

「生ごみ処理容器」を使ってごみ減量にご協力を!
生ごみ処理容器を使えば、ごみ袋をワンサイズ小さくすることができます。

Table with 5 columns: 対象品名, 設置場所, 使用方法・特長, 購入場所, 助成額. Rows include コンポスター, くらたくん, 電動生ごみ処理機.

稲城上平尾 土地区画整理事業 事業計画の縦覧
多摩都市計画事業稲城上平尾土地区画整理事業(組合施行)の第1回事業計画変更について、縦覧を行います。

官公署 だより
自衛官各種募集
一般・技術幹部候補生
20歳以上26歳未満の男女

あなたのご生活 見直してみませんか?
市立病院では生活習慣病教室を開催しています。この機会を有効に活用してください。

エコドライブ講習会
「地球温暖化防止に向けた省エネルギー推進」及び「排気ガスの抑制による大気汚染抑制」の一環として、多摩ドライビングスクールと連携し

大丸地区で キャンペーン
自分たちのまちは 自分たちの手で きれいに!

若年者向就労支援セミナー
2月29日(水)
①セミナー 午前10時〜正午
②カウンティング 午後1時〜5時

多摩職業能力開発センター 府中校キャリアアップ講習
3月募集科目の案内

会にあなたの生活を見直してみませんか。興味のある方はぜひご参加ください。

予備自衛官補
一般公募 18歳以上34歳未満の男女
技能公募 18歳以上で保有する国家免許資格などに応じ53歳以下55歳未満の男女

都税からのお知らせ
不審な電話「還付金詐欺」にご注意ください!

市立病院では生活習慣病教室を開催しています。この機会を有効に活用してください。

エコドライブ講習会
「地球温暖化防止に向けた省エネルギー推進」及び「排気ガスの抑制による大気汚染抑制」の一環として、多摩ドライビングスクールと連携し

大丸地区で キャンペーン
自分たちのまちは 自分たちの手で きれいに!

若年者向就労支援セミナー
2月29日(水)
①セミナー 午前10時〜正午
②カウンティング 午後1時〜5時

多摩職業能力開発センター 府中校キャリアアップ講習
3月募集科目の案内

市職員による ごみ減量 地域説明会
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。

エコドライブ講習会
「地球温暖化防止に向けた省エネルギー推進」及び「排気ガスの抑制による大気汚染抑制」の一環として、多摩ドライビングスクールと連携し

大丸地区で キャンペーン
自分たちのまちは 自分たちの手で きれいに!

若年者向就労支援セミナー
2月29日(水)
①セミナー 午前10時〜正午
②カウンティング 午後1時〜5時

多摩職業能力開発センター 府中校キャリアアップ講習
3月募集科目の案内

「生ごみ処理容器」を使ってごみ減量にご協力を!
生ごみ処理容器を使えば、ごみ袋をワンサイズ小さくすることができます。

Table with 5 columns: 対象品名, 設置場所, 使用方法・特長, 購入場所, 助成額. Rows include コンポスター, くらたくん, 電動生ごみ処理機.

稲城上平尾 土地区画整理事業 事業計画の縦覧
多摩都市計画事業稲城上平尾土地区画整理事業(組合施行)の第1回事業計画変更について、縦覧を行います。

官公署 だより
自衛官各種募集
一般・技術幹部候補生
20歳以上26歳未満の男女

あなたのご生活 見直してみませんか?
市立病院では生活習慣病教室を開催しています。この機会を有効に活用してください。

エコドライブ講習会
「地球温暖化防止に向けた省エネルギー推進」及び「排気ガスの抑制による大気汚染抑制」の一環として、多摩ドライビングスクールと連携し

大丸地区で キャンペーン
自分たちのまちは 自分たちの手で きれいに!

若年者向就労支援セミナー
2月29日(水)
①セミナー 午前10時〜正午
②カウンティング 午後1時〜5時

多摩職業能力開発センター 府中校キャリアアップ講習
3月募集科目の案内

会にあなたの生活を見直してみませんか。興味のある方はぜひご参加ください。

予備自衛官補
一般公募 18歳以上34歳未満の男女
技能公募 18歳以上で保有する国家免許資格などに応じ53歳以下55歳未満の男女

都税からのお知らせ
不審な電話「還付金詐欺」にご注意ください!

市立病院では生活習慣病教室を開催しています。この機会を有効に活用してください。

エコドライブ講習会
「地球温暖化防止に向けた省エネルギー推進」及び「排気ガスの抑制による大気汚染抑制」の一環として、多摩ドライビングスクールと連携し

大丸地区で キャンペーン
自分たちのまちは 自分たちの手で きれいに!

若年者向就労支援セミナー
2月29日(水)
①セミナー 午前10時〜正午
②カウンティング 午後1時〜5時

多摩職業能力開発センター 府中校キャリアアップ講習
3月募集科目の案内



税に関する絵はがき 応募作品をパネル展示

日野法人会女性部会が主催した「税に関する絵はがきコンクール」に寄せられた市内の小学生の応募作品をパネル展示します。皆さんぜひこの機会にご覧ください。

① 3月7日(水)～15日(木)
② 3月10日(土)を除く。
場内所1階ロビー
公益社団法人日野法人会事務局 042・593・9900

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雛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「雛祭り」をお楽しみください。

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18歳以上の方
※文字入力のできる方
① 3月6日(火)・7日(水)
② 午前9時30分～午後0時30分
※2日間、計6時間
場内地域振興プラザ3階
定10人
内コース「パソコン活用入門」

※ウィンドウズXP搭載のノートパソコンを使用します。
※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「稲城市シルバー人材センター」

戸緑地体験学習館」で、皆さんから寄せられた雛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「雛祭り」をお楽しみください。

② 2月26日(日)～3月3日(土)
③ 午前10時～午後4時
場内上谷戸緑地体験学習館
※駐車場有り(21台)
費無料

④ 坂浜自治会・水車の会
場内上谷戸緑地体験学習館 042・7112

東京しごとセンター多摩の就業支援

① 34歳以下対象
② 合同就職面接会
③ 30歳以下対象
④ 30歳代対象
⑤ 正社員を目指す7日間のセミナー

① 2月17日(金)
② 午後1時～4時(受付時間午後0時30分～3時30分)
③ 履歴書複数枚
④ 34歳以下対象
⑤ 実践！採用担当者へ選ばれる応募書類と面接対策講座

⑥ 2月22日(水)、23日(木)
⑦ 各午後1時30分～4時30分
⑧ 各30人(予約制・先着順)
⑨ 1日目 応募書類対策講座
⑩ 2日目 面接対策講座

⑪ 3月1日(木)～9日(金)の全7日間(土・日曜日を除く)
⑫ 午前10時～午後5時(日程により変動あり)
⑬ 15人(選考あり)
⑭ 企業の人事担当者・経営者対象

⑮ 中小企業のための採用戦略セミナー「いい人材が次々と集まる仕組みづくり」
⑯ 人材採用・活用の支援となるセミナーです。採用戦略だけにとどまらず、長期的な経営戦略の視点から、良い人材を確保するための秘訣をお伝えします。

⑰ 2月24日(金)
⑱ 午後1時30分～4時
⑲ 40人(予約制・先着順)
◆ 共通事項
⑳ 場内東京しごとセンター多摩 042・329・4524

ホームページの「パソコン教室」などをご確認ください。
費3千円
① 申往復はがきにコース名(パソコン活用入門)・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。
② 2月22日(水)必着
③ 先商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)

商工会 だより

スマートフォン・タブレットPCのビジネス活用法
スマートフォンとタブレットPCの概要から実際にあったビジネス活用事例などを解説

① 3月1日(木)～9日(金)の全7日間(土・日曜日を除く)
② 午前10時～午後5時(日程により変動あり)
③ 15人(選考あり)
④ 企業の人事担当者・経営者対象

⑤ 中小企業のための採用戦略セミナー「いい人材が次々と集まる仕組みづくり」
⑥ 人材採用・活用の支援となるセミナーです。採用戦略だけにとどまらず、長期的な経営戦略の視点から、良い人材を確保するための秘訣をお伝えします。

⑦ 2月24日(金)
⑧ 午後1時30分～4時
⑨ 40人(予約制・先着順)
◆ 共通事項
⑩ 場内東京しごとセンター多摩 042・329・4524

⑪ 3月6日(火)
⑫ 午前10時30分～午後3時30分
⑬ 中央文化センターホール
⑭ ボランティアセンター 042・3800

※出演者の募集は締め切りしました。
① 3月6日(火)
② 午前10時30分～午後3時30分
③ 中央文化センターホール
④ ボランティアセンター 042・3800

① 3月6日(火)
② 午前10時30分～午後3時30分
③ 中央文化センターホール
④ ボランティアセンター 042・3800

社会福祉協議会 から

お持ちしています
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。

障がい当事者の方のお話を中心に、共生社会の実現、障がい者の自立や社会参加、当センターの地域での役割を考えます。
① 2月26日(日)
② 午後1時～4時30分
③ パルテノン多摩小ホール
④ 250人(先着順)
⑤ 堀越 喜晴氏(立教大学兼任講師 明治大学非常勤講師)
⑥ 高山 恵子氏(NPO法人えじそんくらぶ代表)
⑦ 綿 祐二氏(文芸学院大学)

障がい当事者の方のお話を中心に、共生社会の実現、障がい者の自立や社会参加、当センターの地域での役割を考えます。

① 2月26日(日)
② 午後1時～4時30分
③ パルテノン多摩小ホール
④ 250人(先着順)
⑤ 堀越 喜晴氏(立教大学兼任講師 明治大学非常勤講師)
⑥ 高山 恵子氏(NPO法人えじそんくらぶ代表)
⑦ 綿 祐二氏(文芸学院大学)

① 3月13日(火)
② 午前9時～午後4時
③ 集合・解散場所 市役所前
④ (現地までは大型貸切バスで移動します)
⑤ 40人
⑥ 760円(お弁当代・保険代)
⑦ ※当日ご持参ください。

① 3月13日(火)
② 午前9時～午後4時
③ 集合・解散場所 市役所前
④ (現地までは大型貸切バスで移動します)
⑤ 40人
⑥ 760円(お弁当代・保険代)
⑦ ※当日ご持参ください。

① 3月19日(月)
② 午後1時30分～4時(開場午後1時)
③ 地域振興プラザ4階
④ 100人程度
⑤ 講者 賢哉氏(災害救援ボランティア推進委員会)
⑥ 費無料
◆ 共通事項
⑦ ①に参加希望の方は、②の講演会にも原則参加をお願いします。

稲城市社会福祉協議会では、入れ歯のリサイクル事業を行っています。入れ歯には、金や銀を始め、パラジウムなどのレアメタルが含まれています。役目を終えた入れ歯を回収し、リサイクルによる収益は日本ユニセフ協会に寄付したり、市内の地域福祉推進のために活用させていただきます。

稲城市社会福祉協議会では、入れ歯のリサイクル事業を行っています。入れ歯には、金や銀を始め、パラジウムなどのレアメタルが含まれています。役目を終えた入れ歯を回収し、リサイクルによる収益は日本ユニセフ協会に寄付したり、市内の地域福祉推進のために活用させていただきます。

の利用無料
※荒天時、ゴンドラは運休する場合があります。
① 利用方法 健康保険証など市内在住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。
② 催し物
③ ステージイベント
④ 期間中の土・日曜日にはお孫さんも大喜びのキャラクターショーや、高齢者の方も楽しめる歌のステージの開催を予定しています。

① ステージイベント
② 期間中の土・日曜日にはお孫さんも大喜びのキャラクターショーや、高齢者の方も楽しめる歌のステージの開催を予定しています。

③ ジュエルミネーション
④ 期間中の金・土・日曜日はイルミネーションイベント「ジュエルミネーション」も開催しています。

⑤ よみうりランド 044・966・1111

① 3月13日(火)
② 午前9時～午後4時
③ 集合・解散場所 市役所前
④ (現地までは大型貸切バスで移動します)
⑤ 40人
⑥ 760円(お弁当代・保険代)
⑦ ※当日ご持参ください。

① 3月19日(月)
② 午後1時30分～4時(開場午後1時)
③ 地域振興プラザ4階
④ 100人程度
⑤ 講者 賢哉氏(災害救援ボランティア推進委員会)
⑥ 費無料
◆ 共通事項
⑦ ①に参加希望の方は、②の講演会にも原則参加をお願いします。

稲城市社会福祉協議会では、入れ歯のリサイクル事業を行っています。入れ歯には、金や銀を始め、パラジウムなどのレアメタルが含まれています。役目を終えた入れ歯を回収し、リサイクルによる収益は日本ユニセフ協会に寄付したり、市内の地域福祉推進のために活用させていただきます。

稲城市社会福祉協議会では、入れ歯のリサイクル事業を行っています。入れ歯には、金や銀を始め、パラジウムなどのレアメタルが含まれています。役目を終えた入れ歯を回収し、リサイクルによる収益は日本ユニセフ協会に寄付したり、市内の地域福祉推進のために活用させていただきます。

の利用無料
※荒天時、ゴンドラは運休する場合があります。
① 利用方法 健康保険証など市内在住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。
② 催し物
③ ステージイベント
④ 期間中の土・日曜日にはお孫さんも大喜びのキャラクターショーや、高齢者の方も楽しめる歌のステージの開催を予定しています。

① ステージイベント
② 期間中の土・日曜日にはお孫さんも大喜びのキャラクターショーや、高齢者の方も楽しめる歌のステージの開催を予定しています。

③ ジュエルミネーション
④ 期間中の金・土・日曜日はイルミネーションイベント「ジュエルミネーション」も開催しています。

⑤ よみうりランド 044・966・1111

① 3月13日(火)
② 午前9時～午後4時
③ 集合・解散場所 市役所前
④ (現地までは大型貸切バスで移動します)
⑤ 40人
⑥ 760円(お弁当代・保険代)
⑦ ※当日ご持参ください。

① 3月19日(月)
② 午後1時30分～4時(開場午後1時)
③ 地域振興プラザ4階
④ 100人程度
⑤ 講者 賢哉氏(災害救援ボランティア推進委員会)
⑥ 費無料
◆ 共通事項
⑦ ①に参加希望の方は、②の講演会にも原則参加をお願いします。

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
子ども 予防接種週間
(3月1日～7日)
4月からの入園・入学に備

2月は省エネルギー月間です!
お部屋の冬の室温は20℃以下でね!
待機電力はカット!
使わないときはスイッチをOFF!
関東電気保安協会 <http://www.kdh.or.jp/>

都民劇場 春の会員募集
都民劇場は、演劇・ミュージカルなど話題の舞台が手頃な料金でご覧になれる65年の歴史をもつ会員制の鑑賞団体です。現在、4月から9月までの会員を募集しています。
※無料で案内書を郵送しますので、問い合わせください。
① 都民劇場 03・3289・4621

① 都民劇場 03・3289・4621

② 都民劇場 03・3289・4621

① 3月13日(火)
② 午前9時～午後4時
③ 集合・解散場所 市役所前
④ (現地までは大型貸切バスで移動します)
⑤ 40人
⑥ 760円(お弁当代・保険代)
⑦ ※当日ご持参ください。

① 3月19日(月)
② 午後1時30分～4時(開場午後1時)
③ 地域振興プラザ4階
④ 100人程度
⑤ 講者 賢哉氏(災害救援ボランティア推進委員会)
⑥ 費無料
◆ 共通事項
⑦ ①に参加希望の方は、②の講演会にも原則参加をお願いします。

稲城市社会福祉協議会では、入れ歯のリサイクル事業を行っています。入れ歯には、金や銀を始め、パラジウムなどのレアメタルが含まれています。役目を終えた入れ歯を回収し、リサイクルによる収益は日本ユニセフ協会に寄付したり、市内の地域福祉推進のために活用させていただきます。

稲城市社会福祉協議会では、入れ歯のリサイクル事業を行っています。入れ歯には、金や銀を始め、パラジウムなどのレアメタルが含まれています。役目を終えた入れ歯を回収し、リサイクルによる収益は日本ユニセフ協会に寄付したり、市内の地域福祉推進のために活用させていただきます。

休日・夜間救急の医療機関案内

東京都医療機関案内サービス「ひまわり」

03・5272・0303

http://www.himawari.metro.tokyo.jp/ 稲城消防署 377-7119

カレンダー 2月15日~3月1日

2/15	水	1歳6カ月児歯科健康診査 (平成22年7月生まれ) 消費者相談 10時~正午・1時~3時 心配ごと相談 10時~正午 女性の悩み相談 10時~4時(予約終了) 住宅リフォーム相談 1時30分~4時30分(予約終了) 高齢者・障害者の法律相談 1時30分~4時30分(予約随時) 年金相談 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
16	木	3歳児健康診査 (平成21年1月生まれ) 法律相談 9時~正午(前日予約) 消費者相談 10時~正午・1時~3時 税務相談 1時30分~4時30分(前日予約) 年金相談 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	金	消費者相談 10時~正午・1時~3時 人権・身の上相談 1時30分~4時30分(前日までに予約) 年金相談 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
18	土	消費者相談(電話相談) 10時~正午・1時~3時	消費者相談室
19	日	+休日急病診療所 松本医院(東長沼)9時~5時 ☎377-6027 +休日薬局 薬局コスモ(大丸)9時~5時 ☎378-4714	
20	月	消費者相談 10時~正午・1時~3時 年金相談 9時~正午・1時~4時	消費者相談室 保険年金課年金係
21	火	3カ月~4カ月児健康診査 (平成23年10月生まれ) 定期健康相談 9時~11時(前日までに予約) 法律相談 9時~正午(前日予約) 消費者相談 10時~正午・1時~3時 くらしの書類作成相談(遺言書作成など) 1時30分~4時30分(前日予約) 年金相談 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 経済課消費生活係 保険年金課年金係
22	水	消費者相談 10時~正午・1時~3時 不動産相談 1時30分~4時30分(前日予約) 年金相談 9時~正午・1時~4時 年金相談 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
23	木	1歳児歯科健康診査 (平成23年1月生まれ) 法律相談 9時~正午(前日予約) 消費者相談 10時~正午・1時~3時 年金相談 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
24	金	消費者相談 10時~正午・1時~3時 年金相談 9時~正午・1時~4時	消費者相談室 保険年金課年金係
25	土	休日窓口 8時30分~正午、1時~5時 市民課、保険年金課(国民健康保険係のみ)、課税課、納税課 女性の悩み相談 10時~4時(前日までに予約) 心の専門相談 1時~4時(前日までに予約)	協働推進課女性青少年係 福祉センター
26	日	+休日急病診療所 あべ内科クリニック(東長沼)9時~5時 ☎379-4870 +休日薬局 稲城駅前薬局(東長沼)9時~5時 ☎370-8370	
27	月	消費者相談 10時~正午・1時~3時 年金相談 9時~正午・1時~4時	消費者相談室 保険年金課年金係
28	火	定期健康相談 9時~11時(前日までに予約) 法律相談 9時~正午(前日予約) 消費者相談 10時~正午・1時~3時 年金相談 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
29	水	消費者相談 10時~正午・1時~3時 年金相談 9時~正午・1時~4時	消費者相談室 保険年金課年金係
3/1	木	3歳児健康診査 (平成21年2月生まれ) 法律相談 9時~正午(前日予約) 消費者相談 10時~正午・1時~3時 年金相談 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

※予約が必要な相談は、午前8時30分から午後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)。
 ※経済課の相談は、電話(☎378-2286)で予約を受け付けます(先着順)。
 ※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は、電話(☎378-3366)で予約を受け付けます。
 ※2月18日(土)の消費者相談は、電話(☎378-3738)相談のみとなります。
 ※3月7日(水)の住宅リフォーム相談は、2月24日(金)まで予約を受け付けます。

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

乳がん・子宮がん検診

申込受付期限は
2月22日(水)です

乳がん検診

対昭和47年4月1日以前生まれの女性の市民で、平成22年度未受診の方
場市立病院(平日)

対平成4年4月1日以前生まれの女性の市民で、平成22年度未受診の方
場①市立病院(平日) ②増田産婦人科(平日・土曜日)

子宮がん検診

※3月5日までに受診票と受診案内を郵送します。届きましたら各医療機関へ直接申し込みをして受診してください。なお、一日の予約枠には限り

内視鏡診、乳房エックス線撮影検査
費2380円
※保険証に自己負担割合が1割と記載のある方は790円(保険証などの提示が必要です)

費用2250円
※保険証に自己負担割合が1割と記載のある方は750円(保険証などの提示が必要です)
◆共通事項
場3月31日(土)まで
申込記入例を参照のうえ、はがき、封書、窓口持参(保健センター)、電子申請サービス(☎) https://www.e-tetsuzuki99.com/tokyo/ 携帯
電話からは下のQRコードのいずれかの方法で申し込みください。



妊婦歯科健康診査

妊娠中の口の中は、想像以上に変化があります。健康診査を機会に、歯とお口の健康、食生活を見直してみませんか。家族の健康づくりにもつながります。

○がん検診希望

- 住所
- 氏名(フリガナ)
- 生年月日(年齢)
- 電話番号
- 前回検診年月日(分かる範囲で)

▲申込記入例

2歳児歯科健康診査

かかりつけ歯医者がないお子さんや、食べ方が気になる

妊婦歯科健康診査希望
1. 3月7日(水)
2. 幼児氏名(フリガナ)
3. 保護者氏名
4. 幼児生年月日
5. 住所
6. 電話番号

▲申込記入例

がりますのでご了承ください。
限2月22日(水)
▽受診料の免除 次のいずれかに該当する方 ①生活保護受給世帯の方 ②市民税非課税世帯の方 ③中国残留邦人などの方 ④20歳以上30歳未満の方(子宮がん検診のみ)
※期日の1週間前までに問い合わせてください。

お子さんを対象に、歯科健康診査を実施します。
対平成22年2月生まれのお子さん
場3月7日(水)
▽受付時間 午前9時20分~10時30分
場保健センター
内歯科健康診査・個別相談(食事や歯みがきの事など)
持母子健康手帳・歯ブラシ・コップ・ハンドタオル
申込記入例を参照のうえ、はがき、封書、窓口持参(保健センター)のいずれかの方法で申し込みください。
限2月29日(水)必着

お子さんを対象に、歯科健康診査を実施します。
対平成22年2月生まれのお子さん
場3月7日(水)
▽受付時間 午前9時20分~10時30分
場保健センター
内歯科健康診査・個別相談(食事や歯みがきの事など)
持母子健康手帳・歯ブラシ・コップ・ハンドタオル
申込記入例を参照のうえ、はがき、封書、窓口持参(保健センター)のいずれかの方法で申し込みください。
限2月29日(水)必着

参加者募集 講演会

正しい食と生活で 家族の健康を守ろう

毎日の食生活が、心と体の健康にどれ程の影響を及ぼすものなのか。健康な生活を送るためのポイントを分かりやすくお話しします。
日3月16日(金)
時午前10時~正午(受付は午前9時30分から)
場地域振興プラザ4階
定50人(市民優先で先着順)
講中田 英行氏(生活習慣病予防指導士)
費無料
申保健センターに電話で申し込みください。
限3月15日(木)
主健康な食事づくり推進員

参加者募集 調理講習会

歯で見る人の食性

人間も動物です。歯を見れば何を主食にすべきかわかります。体にとってよい食べ物とは?
日2月24日(金)
時午前10時~午後1時
場第三文化センター講座室
定20人(先着順)
主健康な食事づくり推進員



肌のシミ

場稲城市保健センター ☎378-3421

肌のシミは紫外線の影響、ホルモンバランスの乱れ、ストレスなど、体の内外の刺激により色素細胞が異常活性化して皮膚表面に現れる色素斑のことです。普通は肌の生まれ変わりによっては消えていくのですが、年齢を重ねると新陳代謝が衰え肌の表面に残ってしまうのです。
シミのタイプで多いものは「老人性色素斑」で、20歳代で現れ、50歳代の約8割の人に出現します。30歳代から50歳代の女性の頬に左右対称に起こるシミは「肝斑」でこれは女性ホルモンの変化する頃に発症します。「老人性色素斑」と紫外線の関係は深く、20歳までに浴びた紫外線量と関係があります。しかし最近では美白効果のある化粧品が数多く出ているので、シミを予防することが大切です。

シミの治療はタイプにより異なります。①ビタミンCやトラネキサム酸などの内服薬 ②シミを薄くするハイドロキノンなどの外用薬 ③ビタミンの超音波導入などのトリートメント ④レーザー治療がありシミのタイプに合わせてこれらを組み合わせ治療します。レーザー治療は「老人性色素斑」に有効ですが「肝斑」は逆に濃くなってしまふ場合があるので注意が必要です。シミのタイプを診断したうえで、そのシミに一番合った方法で治療することが大切です。
稲城市医師会 上野和子