

所得税の確定申告は日野税務署へ	2面
冬季における交通事故防止	3面
私立幼稚園等の保護者負担軽減補助金	4面
「ちょこっと共済」に加入を	5面
住宅用火災警報器の無料設置	6面
地デジ説明会の開催	7面
骨粗しょう症検診	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

緑につつまれ友愛に満ちた
市民のまち稲城

人口と世帯

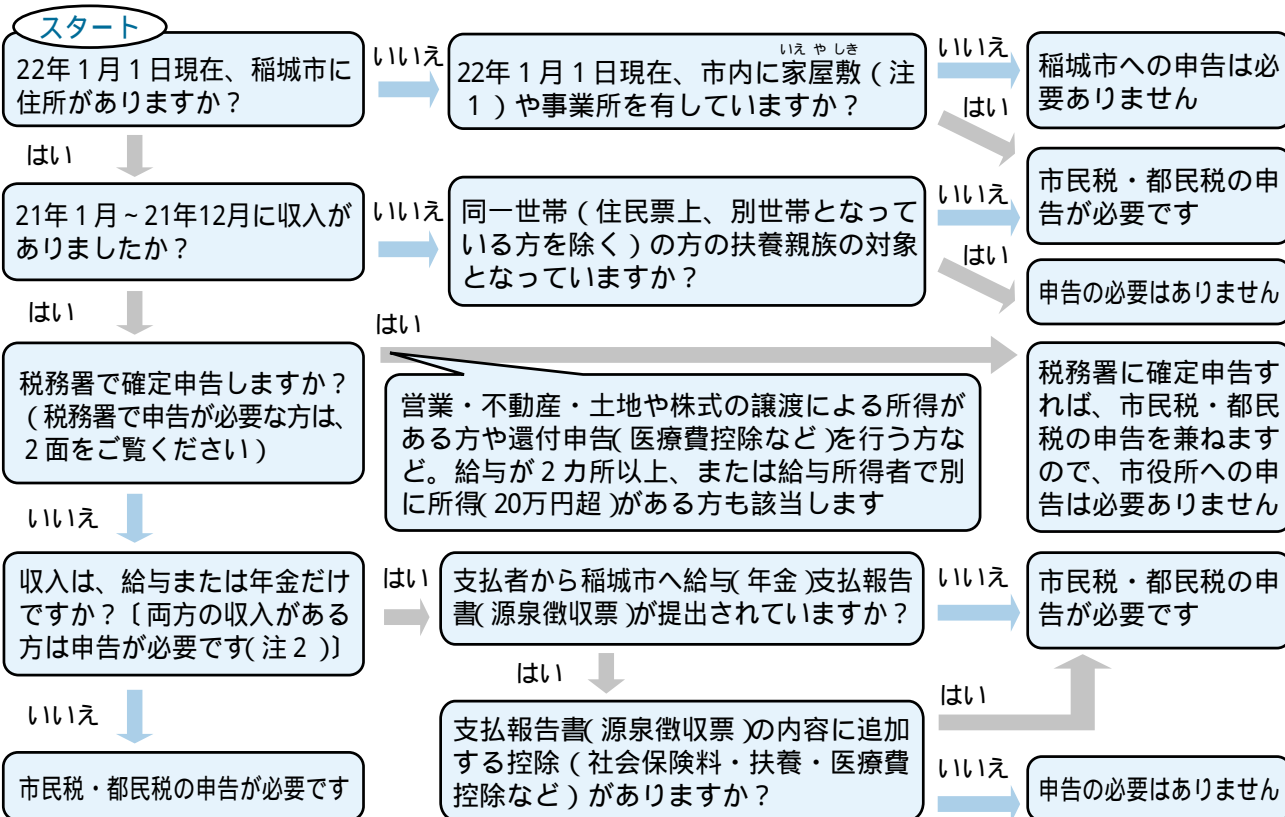
(平成22年1月1日現在)

人口	83,117人	80人増
男	42,224人	30人増
女	40,893人	50人増
世帯数	35,011世帯	8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

市民税・都民税の申告の必要な方・不要な方



注1 夫が単身赴任などで家族のみが市内に住んでいる場合など、持ち家・賃貸を問わず均等割を課税します。
 注2 給与所得者で公的年金収入が65歳未満の方は90万円超、65歳以上の方は140万円超の場合、年金から算出される所得が20万円を超えるため、税務署での確定申告が必要です(控除が所得を上回る方を除く)。

22年度市民税・都民税の主な改正

22年度分市民税・都民税の住宅ローン特別控除(住宅借入金等特別税額控除)
 21年1月1日～25年12月31日までに入居し住する方で、所得税の住宅ローン特別控除の適用がある方
 国の生活対策として、所得税の住宅ローン特別控除可能額のうち、所得税において控除しきれなかった額を市民税・都民税から控除する制度が創設されました。
 控除額 次のいずれか小さい額を市民税・都民税から控除します。
 所得税の住宅ローン特別控除可能額のうち所得税において控除しきれなかった額

21年度分までは、市民税・都民税から差し引く際、住宅借入金等特別税額控除申告書
 21年1月1日～25年12月31日までに入居し住する方で、所得税の住宅ローン特別控除の適用がある方
 国の生活対策として、所得税の住宅ローン特別控除可能額のうち、所得税において控除しきれなかった額を市民税・都民税から控除する制度が創設されました。
 控除額 次のいずれか小さい額を市民税・都民税から控除します。
 所得税の住宅ローン特別控除可能額のうち所得税において控除しきれなかった額

これを受けて市では、所得税の控除対象寄附金のうち、21年1月1日以降、市内に事業所または事務所を有する一定の法人(社会福祉法人、学

21年1月1日以降に支払いを受けるべき上場株式等に係る配当所得について申告する場合は、選択により総合課税と分離課税のいずれかを選択できるようになります。
 総合課税を選択した場合に、従来どおり配当控除の適用を受けることができます。
 分離課税を選択した場合には、配当控除は適用されませんが、上場株式等の譲渡損失との間で損益通算を行うことができます。

22年度市民税・都民税の主な改正

22年度分市民税・都民税の住宅ローン特別控除(住宅借入金等特別税額控除)
 21年1月1日～25年12月31日までに入居し住する方で、所得税の住宅ローン特別控除の適用がある方
 国の生活対策として、所得税の住宅ローン特別控除可能額のうち、所得税において控除しきれなかった額を市民税・都民税から控除する制度が創設されました。
 控除額 次のいずれか小さい額を市民税・都民税から控除します。
 所得税の住宅ローン特別控除可能額のうち所得税において控除しきれなかった額

21年度分までは、市民税・都民税から差し引く際、住宅借入金等特別税額控除申告書
 21年1月1日～25年12月31日までに入居し住する方で、所得税の住宅ローン特別控除の適用がある方
 国の生活対策として、所得税の住宅ローン特別控除可能額のうち、所得税において控除しきれなかった額を市民税・都民税から控除する制度が創設されました。
 控除額 次のいずれか小さい額を市民税・都民税から控除します。
 所得税の住宅ローン特別控除可能額のうち所得税において控除しきれなかった額

これを受けて市では、所得税の控除対象寄附金のうち、21年1月1日以降、市内に事業所または事務所を有する一定の法人(社会福祉法人、学

21年1月1日以降に支払いを受けるべき上場株式等に係る配当所得について申告する場合は、選択により総合課税と分離課税のいずれかを選択できるようになります。
 総合課税を選択した場合に、従来どおり配当控除の適用を受けることができます。
 分離課税を選択した場合には、配当控除は適用されませんが、上場株式等の譲渡損失との間で損益通算を行うことができます。

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・都民税は市役所へ

所得税の確定申告は日野税務署へ(2面)

今年も間もなく市民税・都民税の申告時期となります。22年度の市民税・都民税の申告は市役所で、2月16日(火)から3月15日(月)まで受け付けます。3月に入ると大変混雑しますので、比較的にすいている2月中に申告してください。

申告・問い合わせ 課税課市民税係

市民税・都民税申告の必要な方・不要な方

市民税・都民税の申告が必要な方・不要な方は、左図のとおりです。
 一般的な例として解説したもので、該当しない場合もあります。
 21年中に所得がなかった方も申告してください
 申告することで、非課税証明書の発行や国民健康保険・

申告が必要と思われる方には申告書を郵送します

市民税・都民税の申告が必要と思われる方には、2月上旬に申告書を郵送します。2月10日頃になっても届かない方で、必要な場合は、課税課または平尾・若葉台出張所まで受け取ってください。

申告に必要なもの

申告書・印鑑 給与所得者の方は、平成21年分の源泉徴収票・事業所の支払い証明書、その他の所得の方は帳簿・領収書など 公的年金収入のある方は、公的年金などの源泉徴収票 国民健康保険・介護保険・国民年金・生命保険・地震保険などの支払いがあった方は、21年分の領収書または支払い証明書 医療費控除を受ける方は、21年中に支払った領収書 障害者控除を受ける方は、身体障害者手帳などの状況を証明できるもの

郵送でも受け付けます

市民税・都民税の申告書を郵送する場合は、申告書に必要事項を記入し、所得額や控除額を証明できるもの(源泉徴収票など)を添付してください。
 不明な点を後日お尋ねする場合がありますので、電話番号は必ず記入してください。
 市民税・都民税の申告受付と相談

市民税・都民税の申告受付

会場	期間	受付時間
市役所(6階601会議室)	2月16日(火)～3月15日(月) 土・日曜日を除く。	午前9時～11時30分 午後1時～4時
市役所(1階ロビー) 土・日曜日 開庁日のみ	2月27日(土) 3月14日(日)	午後1時～4時
第三文化センター	2月1日(月)・2日(火)	午前9時30分～11時30分 午後1時～4時

市民税・都民税申告期間中に限り、所得税の確定申告書の預かり(仮収受)を行います。ただし、相談・内容審査は行いませんので、ご注意ください。

所得税の確定申告は 日野税務署へ

申告期間 2月16日(火)～3月15日(月)

所得税の確定申告書の提出先は、日野税務署です。税務署では、「申告書はご自分で書いて提出はお早めに」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21年分の所得税の確定申告提出期限は3月15日(月)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3月31日(水)です。3月になると窓口が大変混み合いますので、早めに申告書を提出してください。申告書は郵送などでも提出できます。

申告・問い合わせ 日野税務署(〒191-8520日野市万願寺6-36-2 ☎042-585-5661)

確定申告の必要な方

事業所得・不動産所得・譲渡所得などの合計額が各所得控除の合計額を超える方
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力所以上から給与を得ている方
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息、店舗・工場などの賃貸料の支払を受けている方
源泉徴収された所得税の還付(医療費控除など)を受ける方も申告できます。

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

助け合って乗りきろう！
あなたの生きづらさは何ですか？

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設5周年

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。

今年は、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。

そこで今回は、第1部では講談で男女共同参画を考えます。そして第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きり、新しい一歩を踏み出せたのかを聞きます。共に考えながら解決へのヒントや力にしていきたいでしょう。

期日 2月28日(日)
時間 午前10時40分～午後3時30分(予定)

昼食休憩有
会場 地域振興プラザ
直接来場してください。

定員 170人(先着順)
内容 下記のとおり

費用 無料(昼食を希望する方は別途徴収します。詳細は、広報いなぎ2月15日号でお知らせします)

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・希望の方は、2月22日(月)までに申し込んでください。申し込み・問い合わせ 協働推進課女性青少年係



宝井 琴桜氏

プログラム

午前10時40分 開会(午前10時 開場)

- ◆開会あいさつ
- ◆第1部 講談
テーマ:「まず一歩、共に一歩の参画編」
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
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)

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」

ユーモアあ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分または立川駅行き「日野税務署入口」下車徒歩5分

注意事項

申告書や納付書が送られてくる方は、その用紙を使用してください。営業、農業、不動産所得のある方は、必ず決算書や収支内訳書を申告書に添付してください。確定申告をしなければならぬのに申告をしなかったり、間違っている場合は、本人(名義の口座のもの)に限り、還付金の振込先は申告書本人に記入してください。

違った申告をした場合は、後で不足の税金だけでなく、加算税や延滞税がかかる場合があります。

納税は口座振替を!

所得税、個人事業者の消費税及び地方消費税の納税には、口座振替をご利用ください。新規の振り替え申し込みは、確定申告書の提出期限までです。今年の振替納付日は所得税4月22日(木)、消費税4月27日(火)です。

還付金の振込先の記入は 正しく

時代への 視点

208

市長 石川良一

木村恵泉女学園
大学学長から聞く

インフォームド・コンセントという言葉が、市民の皆さんは耳にしたことがあると思います。「医師が患者に対して病状や治療内容を説明する」といった意味で使われています。この言葉もこの10年ほどの間に広まってきた概念ですが、それ以前はほとんど知られていませんでした。11月17日の産経新聞で恵泉女学園大学の木村利人学長の「インフォームド・コンセント30年」という記事を目にしました。早速連絡をとり、稲城市立病院と稲城市医師会の共催で、講演会が実現しました。

「30年程前、私はインフォームド・コンセントについて日本医師会のドクトルと話をした。しかし武見会長は医療は医師が進めるべきものという考えで、インフォームド・コンセントの必要性を受け入れてくれませんでした。しかしご自身が

慶応大学病院に入院したことで、その体験から必要性を理解してくれるようになりました。その後インフォームド・コンセントの考え方は広がりましたが、医療についての医師からの説明と患者の同意ということだけではなく、治療方法や予後のリスクなどすべてを説明することや、何より患者自身が医療を選択できる環境をつくるのが重要だと。医療側が法的に自己防御するためのものではない。

現在、稲城市立病院では入院患者さんへインフォームド・コンセントを実施する際、「音声記録システム」という手法を取り入れることを検討しています。説明内容を録音し、患者さんに記録として提供しようとするものです。このような取り組みについて木村学長からも「医療機関の信頼を高めるためにぜひ実現を」とのアドバイスも頂きました。

冬季における 交通事故防止

重大交通事故 防止対策推進中

います。交差点では必ず速度を落とし、安全確認をしましょう。
飲酒運転は重大な犯罪です。「乗るなら飲まない。飲んだら乗らない」を徹底しましょう。

皆さんの命を守るシートベルトは後部座席も忘れずに。運転者は着装を確認しましょう。

自転車に乗る方へ
自転車は「車両」です。ルールを守って安全運転をしましょう。

「一時停止」の標識がある場所や見通しの悪い交差点では、必ず止まって安全確認をしましょう。

二人乗りや傘差し、携帯電話を使用しながらの運転はやめましょう。

13歳未満の子供には、乗車用ヘルメットを着用させましょう。

歩行者の方へ
歩行者の信号無視による交

通事故が後を絶ちません。必ず信号を確認し、左右の安全を確かめてから渡りましょう。遠回りでも横断歩道を渡りましょう。

夕暮れ時や夜間は明るい服装と反射材を身に付けましょう。

問い合わせ 管理課交通対策係・多摩中央警察署 ☎375・0110

稲城市国際交流委託事業

第13回 国際理解プログラム

コミュニケーションしよう
私たち地球家族

～ We are one ～

私たちが地球の上で仲良く暮らしていくためには、お互いに理解し合うコミュニケーションが大切です。いろいろな

な国の方が集つスピーチ発表会や交流会を通じて、世界の文化や生活を感じてみませんか。

期日 2月14日(日)
時間 午後0時30分～4時
会場 城山文化センター
直接来場してください。

内容 外国語によるスピーチ 外国籍の方の日本語によるスピーチ 交流会
スピーチの申し込みは終了しています。

主催 稲城国際交流の会
問い合わせ 協働推進課協働推進係

明るい選挙推進委員会
主催研修

笑顔を贈り物
看護師から
市民へ

第七分団分団長・押立 土方 健一
第七分団副分団長・押立 小関 智洋

21第七分団分団長・押立 横田 悠介
分団賞

21年7月13日に平尾地区で発生した建物火災の消防活動功勞として、左記の分団を表彰しました。

第一分団(矢野口)
第四分団(百村)
第五分団(坂浜)
第六分団(平尾)
第八分団(長峰)

問い合わせ 稲城消防署
総務課庶務係 ☎377・7119

期日 2月10日(水)
時間 午後2時～3時30分
会場 中央文化センター4階集会室
直接来場してください。

内容 きれいな手洗いの方法、日常の健康づくり
費用 無料
問い合わせ 選挙管理委員会事務局

稲城市
公共下水道事業
計画変更案の縦覧

稲城市公共下水道事業計画変更案を縦覧します。この案にご意見のある方は、期間中に意見書を提出することができます。

内容 事業計画区域の変更、期間の延伸
縦覧期間 2月5日(金)～19日(金)
土・日曜日、祝日を除く。

時間 午前8時30分～午後5時15分
縦覧場所・問い合わせ 下水道課計画工務係

配置しました
AEDトレーナー
など

稲城消防署では21年12月に安全で災害に強い地域づくり推進のため、「宝くじ普及広報事業」の助成を受けて、稲城市女性防火クラブや地域の皆さんに活用できる軽可搬ポンプ一式、応急手当普及のためのAEDトレーナー、プレゼンテーション用のパソコン、

だっこで
えほん
赤ちゃんへの絵本支援事業

絵本購入補助券は3月31日まで

赤ちゃんの言葉と心を育むためには、暖かなぬくもりの中で優しく語り合う時間が大切です。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触れ合いを応援しています。

保健センターで行われる「3カ月～4カ月児健康診査」でお渡しした「絵本支援パック」はもうお使いですか。この中には、「絵本購入補助券」の他、「だっこでえほん」(補助対象となる絵本のリスト)、取扱店の案内図が入っています。

絵本を購入する際、この補助券で、定額の半額(上限1,000円)が補助されます。赤ちゃんへの読み聞かせのスタートに、ぜひ絵本支援パックをお役立てください。

市で「3カ月～4カ月児健康診査」を受けられなかった方は、各図書館で絵本支援パックをお渡ししますので、母子健康手帳をお持ちください。

21年度の補助券の有効期限は3月31日(水)までです。お早めにご利用ください。
問い合わせ 中央図書館 ☎378-7111

救急搬送
トリアージ

稲城消防署では、21年4月1日から119番通報を受け出した救急現場において、明らかに緊急性が認められない場合には、救急隊はご自身での医療機関受診(自力受診)をお願いしています。ご本人の同意が得られれば救急隊は直ちに次の緊急出動に備えることができますので、本当に救急車が必要な緊急性の高い傷病者のため、ご理解とご協力をお願いいたします。なお必要であれば、受診可能な救急医療機関や東京民間救急コールセンター(☎0570・

378-2111)までお問い合わせください。

問い合わせ 稲城消防署

市議会を傍聴しませんか 平成22年第1回定例会 2月24日(水)から開催予定

平成22年第1回稲城市議会定例会が、2月24日(水)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。請願・陳情は、2月16日(火)午後5時までに持参してください。

市議会本会議の様子をインターネットでご覧いただけます。市ホームページの「稲城市議会」から平成22年第1回定例会本会議の様子をインターネットで生中継または録画でご覧いただけます。次回生中継の予定は、2月24日(水)からです。ぜひ、ご利用ください。
問い合わせ 議会事務局議事係

039・099)、東京消防庁救急相談センター(#7119)などをご案内することができます。

問い合わせ 稲城消防署警防課救急係 ☎377・7119

災害時避難所の 指定について

市では、災害時避難所について、「稲城市地域防災計画」

の中で、災害時に備えて計画的な避難対策を推進し、市民の安全を確保することとしています。今回、押立地区の避難場所として、「押立ふれあい会館」を指定し新たな避難所として災害時に活用することとしました。市のその他の避難場所については、市民課で配布の「いなぎガイドマップ 防災マップ」あるいは「稲城市地域防災計画」、市ホームページをご覧ください。

問い合わせ 稲城消防署警防課防災係

21年度 稲城市消防団の 表彰

1月10日に行われた消防出初式で、永年にわたり団務に精励された消防団員の方々と火災活動で功勞があつた分団に、市長より表彰状が授与されました。また、東京消防庁消防総監より、消防活動などにおいて特に優秀であることから、特別優良表彰として消防総監旗が授与されました。

市長表彰(敬称略)
勲績賞
消防団員勲績20年
本団部長・東長沼

- 石田 昭男
消防団員勲績10年
- 第一分団分団長・矢野口 佐々木 和也
- 第一分団分団員・矢野口 小泉 忠
- 第一分団分団員・矢野口 栗山 武
- 第一分団分団員・矢野口 小泉 勝
- 第一分団分団員・矢野口 笹久保 良信
- 第二分団分団長・東長沼 内田 学
- 第二分団分団長・東長沼 長島 厚文
- 第二分団分団員・東長沼 松尾 智幸
- 第三分団分団長・大丸

- 梅沢 卓哉
第四分団分団長・百村 原島 壮太郎
- 第四分団分団員・百村 村田 雄一
- 第四分団分団員・百村 青野 武史
- 第五分団分団長・坂浜 榎本 清隆
- 第五分団分団員・坂浜 北村 茂政
- 第五分団分団員・坂浜 坂本 松一
- 第六分団副分団長・平尾 大和田 賢
- 第六分団分団長・平尾 渡辺 誠
- 第六分団分団員・平尾 佐々木 功光

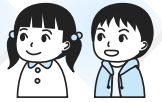
- 第七分団分団長・押立 土方 健一
- 第七分団副分団長・押立 小関 智洋
- 21第七分団分団長・押立 横田 悠介
- 分団賞
- 21年7月13日に平尾地区で発生した建物火災の消防活動功勞として、左記の分団を表彰しました。
- 第一分団(矢野口)
- 第四分団(百村)
- 第五分団(坂浜)
- 第六分団(平尾)
- 第八分団(長峰)
- 問い合わせ 稲城消防署
総務課庶務係 ☎377・7119

補助金の基準及び補助単価(月額)

区分	世帯の所得基準	補助単価(月額)	
		1人在籍の場合及び同一世帯から2人以上、幼稚園、幼稚園類似の幼児施設、保育所(東京都認証保育所を含む)、認定こども園に在籍している場合の最年長の幼児(第1子)	以下のいずれかに該当する幼児(第2子以降) ア 幼稚園、幼稚園類似の幼児施設、保育所(東京都認証保育所を含む)、認定こども園に在籍している兄・姉を有する幼児 イ 小学校1~3年生の兄・姉を有する幼児 ウ 障害児通園施設等に通うまたは児童デイサービスを利用する就学前児童の兄・姉を有する幼児
1	生活保護世帯 市町村民税非課税世帯 市町村民税所得割額非課税世帯	9,400円	9,400円
2	市町村民税所得割課税額が34,500円以下の世帯	7,700円	
3	市町村民税所得割課税額が183,000円以下の世帯	6,700円	8,800円
4	市町村民税所得割課税額が216,700円以下の世帯	5,600円	8,200円
5	市町村民税所得割課税額が216,800円以上の世帯	3,200円	3,200円

世帯の所得基準は、世帯構成員中2人以上に所得がある場合、所得割課税額を合算します。

私立幼稚園等・認定こども園園児保護者負担軽減補助金(後期分)



21年度現在、私立幼稚園・幼稚園類似の幼児施設(東京都が指定。詳細は学校教育課)

随時連絡してください。
 申請方法 左上表のとおり
 申請書類 学校教育課学務係にある申請書に記入し、各園で在園証明を受けてから申請してください。
 申請期限 2月26日(金)
 申請・問い合わせ 学校教育課学務係

21年度稲城市奨学生募集

市では雇用情勢の悪化に対応するため、市の単独の経済的困難により授業料の支払いが困難な方を対象に、奨学金を他から受けていない方(貸付を除く)

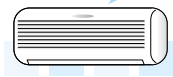
申請方法 申請用紙(学校教育課で配布)に次の書類を添えて、窓口または郵送で申請してください。
 金額(月額) 1・2年生 1万200円 3年生以上 9600円
 申請期限 2月26日(金)
 申請・問い合わせ 学校教育課学務係

在宅幼児教育費の一部補助(後期分)

現在、幼稚園や保育園に通園していない幼児の保護者を対象に、在宅による幼児教育費の一部を補助します。
 申請期限 2月26日(金)
 申請・問い合わせ 学校教育課学務係

外国人登録のある幼児の保護者 幼稚園または保育園に通園していない4歳・5歳児(平成15年4月2日~平成17年4月1日生まれ)の保護者
 申請期限 3月5日(金)
 申請・問い合わせ 学校教育課学務係

2月は「省エネ」月間です



冬季は、暖房器具の利用によりエネルギー消費量が増える季節です。地球温暖化防止と資源節約のために、日常生活の中でできる省エネを実践しましょう。
 暖房の設定温度は20度にだけ使いましょう。また、厚いカーテンを使用したり、部屋を断熱化することにより、暖房効率が向上し、省エネを進めることができます。
 暖かい服装をしましょう
 近年ウール・ムジズを実践する企業が増えています。家庭でも過度に暖房機器に頼り過ぎないように、暖かい服装を心掛けましょう。

「コンセント抜き」を忘れずに
 家庭で消費する電力の6%が待機電力です。コンセントを抜くか、スイッチ付きコンセントなどを利用しましょう。
 エコドライブの実施
 家庭から排出されるCO2の約30%は乗用車が原因と言われています。ふんわりアクセル、加減速の少ない運転、早めのアクセルオフ、アイドリングストップで、環境と家計にやさしいエコドライブを実践しましょう。

家電製品の購入は、省エネ型製品を使用している家庭製品を省エネ型にすると、電気の使用量を減らすことができます。
 エアコン・冷蔵庫・テレビなどを購入するときは、星の数で省エネ性能が分かる「省エネラベル」に注目しましょう。
 白熱球から電球型蛍光灯やLED電球へ

家庭の消費電力の約16%は照明が占めています。白熱球から電球型蛍光灯に換えるだけで、照明による電気代が最大80%節約できます。
 事業所での省エネ
 「エネルギーの使用の合理化に関する法律」(省エネ法)及び「都民の健康と安全を確保する環境に関する条例」(環境確保条例)が改正され、事業者単位で企業全体のエネルギー使用量(原油換算値)が一定規模以上の場合には届け出が必要になります。事業所でも省エネに取り組みましょう。
 問い合わせ 環境課環境係

地球温暖化対策補助金制度



太陽光発電システムなどの助成制度
 都では一般住宅用太陽光発電システム及び太陽熱利用システムを、国では一般住宅用太陽光発電システムを設置する方に対して、経費の一部を助成します。なお、21年11月1日から太陽光発電の余剰電力の新たな買取制度がスタートし、従来の倍の価格で買い取られることになりました。
 都の補助金額
 太陽光 太陽光発電システム 10万円/kW

高効率給湯器などの助成制度
 家庭でのエネルギー消費量の3分の1は給湯が占めています。効率の高い給湯器を使うことで、エネルギー使用量を少なくすることができます。高効率給湯器などを設置する場合は国から補助金が出ます。
 申請・問い合わせ エコユート(自然冷媒ヒートポンプ給湯器) 03・5614・7855
 エコジョーズ(潜熱回収型ガス給湯器) 03・3502・5545
 都市ガス振興センター 03・3502・5545
 エコウィル(ガスエンジン給湯器) 03・3502・5589
 都市ガス振興センター 03・3502・5589
 エネファーム(家庭用燃料電池) 03・3508・0730
 燃料電池普及促進協会 03・3508・0730
 補助金を利用する際は、あらかじめ募集人数、募集期間などを確認ください。

ごみの量(12月)

家庭ごみ 前年同月比で約9.4%の減量

区分	市内収集量	1人1日当たり
燃えるごみ	1,206 t	469 g
燃えないごみ	132 t	51 g
合計	1,338 t	520 g

前年同月の1人1日当たりのごみ量は、燃えるごみ522グラム、燃えないごみ52グラム、合計574グラムだったため、約9.4%の減となりました。更なるごみ減量を目指して、ごみ分別や生ごみの水切りにご協力ください。
 問い合わせ 環境課ごみ・リサイクル係

リサイクルショップ情報

みんなのごみを減らそう! いかそう! 考えよう!

包丁研ぎ
 期日 毎月第3水曜日
 時間 午前10時~正午
 費用 250円
 共通事項 会場・申し込み・問い合わせ 稲城市リサイクルショップ 0379・53774
 通常開館日は水曜日と金曜日です。

22年度分は、2月1日(月)から 申し込み受け付け開始！ 交通災害共済 「ちょこつと共済」 に加入を！

「ちょこつと共済」は、都内39市町村の住民が会費を出し合い、交通事故に遭った時に見舞金を受けられる助け合いの制度です。

選べる2コース制
Aコース 年額1千円の会費で最高300万円の見舞金
Bコース 年額5000円の会費で最高150万円の見舞金

共済期間 4月1日～23年3月31日(4月1日以降の加入は、加入申し込みの翌日から)

23年3月31日まで) 加入できる方 共済期間の開始日に、市に住民登録・外国人登録をしている方、または会員と生計を同じくしている方で就学のため東京都の市町村外にお住まいの方

次の方は市でBコースに加入していただきます。ただし、Aコースを希望する方はコース変更の手続きをしてください。

0歳以上中学3年生まで22年4月1現在) 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、施設に入所していない方
消防団員 70歳以上の方22年4月1日現在) 交通安全協会の役員

申込方法 市民課市民窓口係、平尾・若葉台出張所、市内の銀行・信用金庫・農協の窓口(ゆうちょ銀行(郵便局)は除く)で加入できます。加入申込書付きパンフレットは、各家庭に配布します。

見舞金が受けられる場合 共済期間内に日本国内で発生した自動車、オートバイ、自転車、汽車、電車、船舶、航空機、身体障害者用の車いすなどの交通機関による交通事故によって身体に傷害を負い、医師などの治療を受けた時交通機関に乗車中でも人や物によって生じた事故は除く)

バイク・自転車の2人乗りでの事故(排気量や年齢など法令で認められている場合を除く)や、交通機関への乗降時の事故には、見舞金は支払われません。

交通遺児年金は、遺児1人につき10万2千円が支給されます。

パンフレット・「ちょこつと共済」ホームページなどでご確認のうえ、ご加入ください。

交通事故に遭った時は、どんなに小さな事故(自転車の単独事故など)でも必ず当日に警察署へ届けてください。

都営住宅

入居者募集

区分 ポイント方式による募集(家族向のみ) 単身者向・単身者用車いす使用者向・シルバークリア住宅 事業再建者向定期使用住宅

申込用紙配布期間 2月1日(月)～10日(水)
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(数量限定)、東京都住宅供給公社

利率が2分の1(0.98%
0.49%)に軽減されます。ただし、金融機関に0.98%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0.49%分をご請求いただく手続きが必要となります。

申請・問い合わせ 経済課消費生活係

更新してください 学校・社会体育 施設登録団体

22年度からの学校・社会体育施設登録団体の更新受付を行います。

受付期間 2月10日(水)～26日(金)必着
受付場所 市役所体育課、第三文化センター、総合体育館

更新の手引き及び申請書は、市内各公共施設で配布します。

問い合わせ 体育課体育係

毎月第3水曜日に実施 健康ハンザイ！ いなぎ講座

2月のテーマ
画像診断(検査)に関する最近の話題

申込書は、配布期間中のみ東京都住宅供給公社募集センターのホームページから入手できます。

申込方法 申込書を郵送して申し込んでください。
申込期限 2月15日(月)必着

申し込み不要、費用無料。直接来場してください。

講師 池田 俊昭(放射線科部長)

問い合わせ 市民課市民窓口係、東京都住宅供給公社募集センター(土・日曜日を除く、申込用紙配布期間中のみ)
☎0570-010810

登録しませんか 臨時職員

市役所では臨時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。

職種 一般事務、保育士、学童・児童館指導員など

賃金 時給820円(一般事務の場合)

勤務時間 原則週30時間未満

勤務場所 市役所、市施設

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 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)

お問い合わせ 経済課消費生活係

法テラス・ 弁護士会の 無料法律相談会

法テラス(日本司法支援センター)は、法的トラブルでお困りの方への情報提供や、資力が乏しい方のための無料法律相談・裁判代理費用の立替えなどを行っている公的法人です。

期日 2月26日(金)
時間 午後1時30分～4時30分(1人30分間)

会場 市役所2階市民相談室ほか
定員 10人(先着順)

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、取扱金融機関への融資あっせんを金利

融資限度額(返済期間)
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 0.98% 市補助 1.82%

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、緊急経済対策として23年度まで、各年度、本人負担

消費者講座 遺言と相続の 基礎知識

遺言や相続について、基本的なことや注意しなくてはならないことを具体的な事例で分かりやすく説明します。

期日 2月23日(火)
時間 午後1時30分～3時30分

会場 中央文化センター4階集会室

定員 30人(先着順)

講師 木下 信行(弁護士)

参加費 無料

主催 東京三弁護士会多摩地区法律相談センター運営委員会・稲城市・稲城市消費者ルーム運営協議会

申込方法 消費者ルーム(午前10時～正午・午後1時～5時)に電話(☎378-7510)で申し込んでください。

問い合わせ 経済課消費生活係

更新してください
学校・社会体育
施設登録団体

22年度からの学校・社会体育施設登録団体の更新受付を行います。

受付期間 2月10日(水)～26日(金)必着
受付場所 市役所体育課、第三文化センター、総合体育館

更新の手引き及び申請書は、市内各公共施設で配布します。

問い合わせ 体育課体育係

毎月第3水曜日に実施
健康ハンザイ！
いなぎ講座

2月のテーマ
画像診断(検査)に関する最近の話題

申込書は、配布期間中のみ東京都住宅供給公社募集センターのホームページから入手できます。

申込方法 申込書を郵送して申し込んでください。
申込期限 2月15日(月)必着

申し込み不要、費用無料。直接来場してください。

講師 池田 俊昭(放射線科部長)

問い合わせ 市民課市民窓口係、東京都住宅供給公社募集センター(土・日曜日を除く、申込用紙配布期間中のみ)
☎0570-010810

登録しませんか
臨時職員

市役所では臨時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。

職種 一般事務、保育士、学童・児童館指導員など

賃金 時給820円(一般事務の場合)

勤務時間 原則週30時間未満

勤務場所 市役所、市施設

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 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)

お問い合わせ 経済課消費生活係

祝！全国中学生
人権作文
コンテスト
東京都大会
入賞

全国中学生人権作文コンテスト東京都大会(東京都人権擁護委員連合会・東京法務局主催)で、都内265校3万5543編の応募

作品のうち、市から次の方々が作文委員会賞を受賞しました。おめでとうございます。

受賞者・作文名
練馬 梢さん(駒沢学園女子中学校3年)・「わかってください」
橋本 真優さん(稲城第五中学校2年)・「見えない教科書」

問い合わせ 経済課消費生活係

シャッター

消防出初式
(1月10日・向陽台小学校校庭)
災害のない明るいまちを目指して、約780人もの方が見守るなか、消防出初式が行われました。

21年度 市環境ポスター表彰式
(1月12日・市役所)
498点の応募の中から最優秀賞作品を3点選定し、市長表彰を行いました。
写真左から、岡田 哲弥君(若葉台小5年)、岩本 萌那さん(城山小4年)、五十嵐 千紘さん(若葉台小5年)。なお、環境ポスターの優秀賞作品50点を、2月5日(金)まで市役所1階ロビーで展示しています。

21年度 市環境ポスター表彰式
(1月12日・市役所)
498点の応募の中から最優秀賞作品を3点選定し、市長表彰を行いました。
写真左から、岡田 哲弥君(若葉台小5年)、岩本 萌那さん(城山小4年)、五十嵐 千紘さん(若葉台小5年)。なお、環境ポスターの優秀賞作品50点を、2月5日(金)まで市役所1階ロビーで展示しています。

21年度
稲城市戦没者追悼式

戦争の犠牲となられた方々のご冥福をお祈りするとともに、悲惨な戦争を再び繰り返さないよう恒久平和を祈念し、稲城市戦没者追悼式を実施します。

期日 2月17日(水)
時間 午後2時～3時
受付は午後1時15分から。

会場 地域振興プラザ
問い合わせ 生活福祉課地域福祉係

災害時要援護者・高齢者・障害者世帯に無料で設置します

住宅用火災警報器

4月からすべての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務付けとなります。

市では、いずれも市民税が非課税の災害時要援護者・高齢者・障害者がある世帯に、住宅用火災警報器を各世帯2個まで、無料で設置します。

該当する方は、この機会にぜひ申し込んでください。

対象 災害時要援護者登録がされている世帯、65歳以上の高齢者のみで構成される世帯、身体障害者手帳1級または2級の方、愛の手帳1度または2度の方、精神障害者保健福祉手帳1級の方がいる世帯でいずれも市民税が非課税である世帯

賃貸住宅でも所有者の承諾があれば設置します。すべての居室などに住宅用火災警報器が設置されている住宅、平成16年10月1日以降に新築または改築した住宅、スプリンクラー設備を備えた住宅は除きます。

申込方法 窓口で申し込んでください。

申込期限 3月31日(水)まで

申し込み・問い合わせ 高齢福祉係、障害福祉係、地域福祉係

要介護認定調査 臨時職員募集

職種 要介護認定調査員

対象 介護支援専門員の資格を有する方で認定調査経験のある方(要普免)

募集人員 若干名
賃金 時給1210円
勤務日・勤務時間 原則週2〜3日・1日7時間

病後児保育室 コロボックル

22年度利用登録の受付を開始します

病後児保育室では、病気の回復期にある就学前のお子さんを、専用保育室で看護師などのスタッフが預かりします。

対象 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

保育時間 午前8時〜午後6時(日曜日、祝日、年末年始を除く)

所在地 東長沼3107の1ピアタウン21 2階(稲城)

応募・問い合わせ 高齢福祉課介護保険係

すこやかさんの スワスタ体操教室

リハビリの専門職員「理学療法士」から、日頃、気軽に取り組める体操や歩き方のポイントを教えていただきます。

対象 60歳以上の方

期日 3月3日(水)
時間 午前10時〜正午
会場 プラザ2階中会議室

費用 無料

申し込み・問い合わせ 高齢福祉係、障害福祉係、地域福祉係

講師 石井 聡一氏(老人保健施設ヒルトップロマン理学療法士)

稲城市次世代育成 支援行動計画 後期計画

稲城市次世代育成支援行動計画後期計画策定のため、計画要素について、意見を募集しています。

対象 市内在住の方

計画案閲覧場所 市ホームページ、市役所1階行政情報コーナー、平尾・若葉出張所、各文化センター

応募内容 計画案案に関する意見

費用 無料

申込方法 2月15日(月)までに電話で申し込んでください。

申し込み・問い合わせ 稲城在宅介護支援センター

期日 2月12日(金)

会場 子育て支援課保育係

対象 子育て支援課保育係

期日 2月12日(金)

会場 子育て支援課保育係

国民年金保険料 退職(失業)による 特例免除があります

経済的な理由などで国民年金保険料を納付することが困難な場合には、申請により保険料の納付が免除となる場合があります。特例免除とは、

通常であれば審査の対象となる本人所得を除外して審査を行い、保険料の納付が免除されるものです。

対象 申請する年度または前年度において退職(失業)の事実がある方

配偶者・世帯主に一定以上の所得がある時は保険料免除が認められない場合があります。

手続き 「国民年金保険料免除申請書」を市役所保険年金課年金係に提出してください(郵送可)。

必要なもの 年金手帳または基礎年金番号がわかるもの(認印(本人が署名する場合は不要)) 失業していることを確認できる公的機関の証明の写し(雇用保険受給資格者証、離職票など)

追納をおすすめします

特例免除が承認された期間は、老齢基礎年金を受け取るために必要な受給資格期間に

算入されます。

なお、免除の承認期間の年金額の計算は、保険料が納付された場合と比較して2分の1となります。そのため承認を受けてから10年までの間に保険料を納めることができず(追納)。

承認を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に追納する場合は、経過期間により一定の額が保険料に加算されます。

お問い合わせ 日本年金機構 府中年金事務所

期日 2月1日(月)〜14日(日)

商工会 だより

「稲城一店逸品」で逸品をPR

商工会では市内の食品小売・飲食店などのお勧め品を掲載したパンフレット「稲城一店逸品」を作成しました。ぜひご覧ください。また、左記期間でスタンラリーも行っていきますので、ご参加ください。

期日 2月1日(月)〜14日(日)

会場 あいしヨップ

時間 午前10時〜午後6時

算入されます。

必要なもの 年金手帳または基礎年金番号がわかるもの(認印(本人が署名する場合は不要)) 失業していることを確認できる公的機関の証明の写し(雇用保険受給資格者証、離職票など)

追納をおすすめします

特例免除が承認された期間は、老齢基礎年金を受け取るために必要な受給資格期間に算入されます。

なお、免除の承認期間の年金額の計算は、保険料が納付された場合と比較して2分の1となります。そのため承認を受けてから10年までの間に保険料を納めることができず(追納)。

承認を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に追納する場合は、経過期間により一定の額が保険料に加算されます。

お問い合わせ 日本年金機構 府中年金事務所

期日 2月1日(月)〜14日(日)

みんなのコーナー

島田療育センター 公開シンポジウム (東京都障害者地域生活促進強化事業)

「施設の声から障害者施設の行く末を考える」

対象 行政機関職員、障害者関係事業所職員、障害児者家族など

期日 2月11日(木・祝)

時間 午後1時〜4時30分

高齢者 再就職支援セミナー 再就職と年金

講師 望月 由佳氏(特定社会保険労務士)

費用 無料

雇用保険受給資格者の方は、雇用保険受給資格証を持参してください。

申込方法 2月8日(月)以降に電話またはファクスで申し込んでください。

期日 3月4日(木)

時間 午後1時30分〜4時

会場 地域振興プラザ

ピアアクセスサリィ作品

「食へのこと」生きること」

対象 行政機関職員、障害者関係事業所職員、障害児者家族など

期日 2月7日(日)

時間 午後1時30分開演

会場 城山文化センター視聴覚室

講師 五島 朋幸氏(訪問歯科医)

費用 300円

申し込み・問い合わせ は

期日 2月16日(火)

会場 城山文化センター

時間 午後1時30分〜4時

会場 城山文化センター

22年度社会人特別聴講生 募集します

対象 市内在住で高校卒業程度の学力を有し、学習意欲のある健康な方

募集人員 10人

選考方法 書類・面接

申込方法 住民票と生涯学習課で配布する書類に必要事項を記入し、生涯学習課に提出してください。

提出期限 2月16日(火)

官公署 だより

「地デジ説明会」の開催

23年7月24日までに現在の地上アナログ放送は終了し、

地上デジタル放送に完全移行します。
総務省デジサポ東京西では、左表の日程で地デジに関する説明会を開催します。地デジの一般的な説明の他、自宅で地デジを受信する方法などの質問や相談にお答えします。

地上デジタル放送に完全移行
します。
総務省デジサポ東京西では、
左表の日程で地デジに関する
説明会を開催します。地デジ
の一般的な説明の他、自宅で
地デジを受信する方法などの
質問や相談にお答えします。

地デジ説明会日程

開催日	会場	定員(各回)	時間
2月8日(月)	中央文化センター	40人	1日4回実施 午前10時30分～ 午後1時～ 午後2時～ 午後3時～
2月9日(火)	第二文化センター	40人	
2月10日(水)	第三文化センター	50人	
2月15日(月)	プラザ	50人	
2月16日(火)	平尾住宅34号棟集会所	30人	共同アンテナでテレビをご覧の場合、テレビを買い換えるだけでは地上デジタル放送をご覧いただけられない場合があります。総務省では、具体的な対応方法などの説明会を右下表のとおり開催します。事前申し込みは不要ですが、当日は定員になり次第、入場をお断りする場合があります。総務省関東総合通信局デジタル放送受信者支援室 山本 03・6238・1721 集合住宅や受信障害などの
2月17日(水)	城山文化センター	36人	
2月18日(木)	矢野口コミュニティ防災センター	30人	
2月19日(金)	平尾自治会館	40人	
2月22日(月)	大丸地区会館	20人	
2月23日(火)	百村コミュニティ防災センター	30人	
2月24日(水)	坂浜コミュニティ防災センター	40人	
2月25日(木)	押立ふれあい会館	30人	
2月26日(金)	長峰コミュニティ防災センター	20人	



©日本民間放送連盟2009

共聴施設改修促進説明会

開催日	時間	会場	定員(各回)
3月9日(火)	午前10時30分～ 午後2時～	ルミエール府中コンベンションホール飛鳥A府中市府中町2-24	100人
3月11日(木)	午前10時30分～ 午後2時～	九段第3合同庁舎千代田区九段南1-2-1	100人

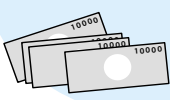
共聴施設の地上放送のデジタル化助成金に関する説明会を成金相談窓口(平日の午前9時～午後6時) 0570・093・724

都税のお知らせ

22年度定期課税分自動車税の障害者減免申請の事前受付を行っています
身体障害者手帳・愛の手帳

くらしの情報

リボ払いの仕組み



リボ払いを知っていますか。正式にはリボルビング払いと言います。消費者金融やクレジットカードの返済方法の一つです。

返済の終わりが決まっています。一方、リボ払いは「毎月いくら支払うか」だけを決めるため、返済の完了が決まっています。例えば、最初に1万円と設定したならば、その後、追加で買い物をしたとしても、月々の返済額は変わらず、毎月1万円ずつ返済していきます。

リボ払いの最大の危険性は借金という意識を持ちにくくなる傾向があり、負債の全体の把握もしにくい点です。分割払いもリボ払いも分割手数料が掛かります。100万円未満の1年定期

預金金利は「0.09～0.66%」程度です。一方、リボ払いの金利手数料の多くは「12～15%」です。クレジットカードは便利ですが、手数料が高いことを肝に銘じ利用しましょう。

この機会にお財布の中のカードをチェックして、自分のカードの支払方法がどうなのか、確認してください。ポイントが2倍ももらえるからといって、無計画な買い物はしないように注意しましょう。

消費相談室
378・3738
(月・火・水・金曜日)

分割払いのメリットは支払い回数をその都度決められるので、自分で支払いの総支払額や返済が終わる時期を把握できること、デメリットは、複数の買い物をしていくと1ヵ月あたりの支払総額が増え、分割手数料が掛かります。

リボ払いのメリットは毎月返済額が一定額に抑えられること。デメリットは毎月の支払いと個々の買い物の返済金額が対応していないため複数の買い物をした場合、いくつかの買い物の支払いが終わったか、今月の支払いのうちいくらがどの買い物の支払いなのか分からないことです。

リボ払いの最大の危険性は借金という意識を持ちにくくなる傾向があり、負債の全体の把握もしにくい点です。分割払いもリボ払いも分割手数料が掛かります。100万円未満の1年定期

リボ払いの最大の危険性は借金という意識を持ちにくくなる傾向があり、負債の全体の把握もしにくい点です。分割払いもリボ払いも分割手数料が掛かります。100万円未満の1年定期

リボ払いの最大の危険性は借金という意識を持ちにくくなる傾向があり、負債の全体の把握もしにくい点です。分割払いもリボ払いも分割手数料が掛かります。100万円未満の1年定期

リボ払いの最大の危険性は借金という意識を持ちにくくなる傾向があり、負債の全体の把握もしにくい点です。分割払いもリボ払いも分割手数料が掛かります。100万円未満の1年定期

リボ払いの最大の危険性は借金という意識を持ちにくくなる傾向があり、負債の全体の把握もしにくい点です。分割払いもリボ払いも分割手数料が掛かります。100万円未満の1年定期

4月1日以降に自動車を取り、課税がある場合の減免申請期間は、登録の日から1ヵ月以内です。申請期限を過ぎると、当年度の減免を受けられません。

22年度4月1日現在、満20歳以上で都内在住の方公務員過去にモニターを経験した方鳥しよ在任を除くで、ホームページの閲覧とメールの送受信ができる方

22年度4月1日現在、満20歳以上で都内在住の方公務員過去にモニターを経験した方鳥しよ在任を除くで、ホームページの閲覧とメールの送受信ができる方

22年度4月1日現在、満20歳以上で都内在住の方公務員過去にモニターを経験した方鳥しよ在任を除くで、ホームページの閲覧とメールの送受信ができる方

3月1日(月)から新庁舎で業務を開始します。新庁舎所在地 府中市寿町3-4-6
郵便番号・電話番号は変更ありません。

募集します 下水道モニター
22年4月1日現在、満20歳以上で都内在住の方公務員過去にモニターを経験した方鳥しよ在任を除くで、ホームページの閲覧とメールの送受信ができる方

公開講座
「ひきこもりを考える」
行政・医療・心理・教育などの分野において、ひきこもり問題に取り組む方、当事者やその保護者、大学生など若い世代

要なく当日自由に参加できますが、会場整理の都合上、事前にインターネットで居住する都道府県名、性別をお知らせいただければ幸いです。また、パネリストへの要望も受け付けます。

入会説明会
市内在住の60歳以上で働く意欲のある方
就職、転職希望者を除く。
2月9日(火)
午後1時30分
地域振興プラザ

シルバー人材センター
問い合わせ
377・2212

社会福祉協議会から
ボランティアのための
傾聴講座
ボランティア研修
上手に聞くことはどんなボランティア活動をするうえで
も大変役立ちます。ぜひご参加ください。

傾聴ボランティア養成講座
ではありません。
市内在住・在勤・在学の方
2月10日(水)
午後1時30分～3時30分
福祉センター
40人(先着順)
無料

披露してみませんか。
市内在住の65歳以上の方で、社会福祉協議会の会員の方または会員になっていた方
3月4日(木)
午前10時30分～午後3時30分
中央文化センター
電話で申し込んでください。
申込者多数の場合は抽選
2月10日(水)
ボランティアセンター
378・3800

カレンダー 2月1日~15日

2/1	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
2	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(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 経済課消費生活係 消費者相談室 保険年金課年金係
3	水	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 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) 9時~正午・1時~4時	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 保険年金課年金係
4	木	3歳児健康診査(19年1月生まれ) 法律相談 年金相談	9時~11時(前日までに予約) 9時~正午(前日予約) 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
5	金	母子健康相談 消費者相談 人権・身の上相談 年金相談	9時~11時(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 消費者相談室 経済課消費生活係 保険年金課年金係
6	土			
7	日	+ 休日急病診療所 矢野口クリニック(矢野口)9時~5時 ☎379-0939 + 休日薬局 オーベル薬局矢野口店(矢野口)9時~5時 ☎379-0925		
8	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
9	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 交通事故相談 消費者相談 行政相談 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 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
10	水	1歳6カ月児健康診査(20年7月生まれ) 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	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
11	木	+ 休日急病診療所 立花こどもクリニック(東長沼)9時~5時 ☎378-7277 + 休日薬局 丘の上薬局(東長沼)9時~5時 ☎378-3388		
12	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
13	土	心の専門相談	1時~4時(前日までに予約)	福祉センター
14	日	+ 休日急病診療所 平尾内科クリニック(平尾)9時~5時 ☎331-8221 + 休日薬局 ひまわり薬局(平尾)9時~5時 ☎331-3300 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 法律相談 9時~正午(予約必要) 経済課消費生活係		
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

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。14日(日)の法律相談は12日(金)に予約を受け付けます。
 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。

健康課事業

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。
 元気で健康的な生活を送るためのお話を、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(さいたまこころのケアセンター)
 費用 無料
 申込方法 電話で申し込んでください。
 申込期限 3月2日(火)
 主催 健康な食生活づくり推進員

骨粗しょう症検査

骨量を測る検査を行います。日頃から、自分の骨量をよく知り、骨粗しょう症の予防に役立てましょう。

対象 市内在住の女性で、21年度中に30・35・40・45・

骨粗しょう症検査希望

1. 住所
2. 氏名 (フリガナ)
3. 生年月日 (年齢)
4. 電話番号

申込記入例

期日 3月6日(土)
 時間 午後1時~4時
 会場 保健センター
 申込期限 2月10日(水)必着

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112-1
☎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。

親子歯みがき教室

0歳児のケア

「歯が生えてきたけど、うまく歯みがきできないなあ」という方や、「まだ、歯が生えてきていないけど、何か今

麻しん・風しん 予防接種

対象 第2期(平成15年4

自殺予防のための講演会

自殺を防ごう!!
 あなたも気付ける自殺のサイン

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

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。

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(さいたまこころのケアセンター)
 費用 無料
 申込方法 電話で申し込んでください。
 申込期限 3月2日(火)
 主催 健康な食生活づくり推進員

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

自殺を防ごう!!
 あなたも気付ける自殺のサイン

胃がん検診

バリウムによる胃部エックス線撮影検査

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7日(日)・午前8時~正午

48人(抽選)・1,330円(2、3)

健康課事業 会場・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112-1 ☎378-3421

事業名・内容	対象	期日・時間	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	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7日(日)・午前8時~正午	48人(抽選)・1,330円(2、3)	はがき、封書、電子申請サービス(https://www.e-tokyo.lg.jp/)、窓口持参のいずれかの方法で検診名(胃がん検診)・期日・会場・住所・氏名(フリガナ)・生年月日・電話番号を明記して、2月8日(月)必着で申し込んでください。(4)
妊婦歯科健康診査 歯科医師による健診・相談	市内在住で、健診時妊娠16週~27週の方	2月12日(金)・午後2時50分~3時20分		電話で申し込んでください。
2歳6カ月児歯科健診 歯科健診・個別相談(食事や歯ブラシの事など) (1)	平成19年7月生まれのお子さん	2月19日(金)・午前9時20分~10時30分	無料	はがき、封書、窓口持参のいずれかの方法で健診名(2歳6カ月児歯科健診)・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12日(金)必着で申し込んでください。

- 1 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。
- 2 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)
- 3 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
- 4 抽選結果は期日の1週間前までに通知します。