



オパール会員証の更新手続き

令和6年度から対象年齢が65歳以上に変更

オパール会員証(*)の有効期限は3月31日(日)まで

*市内スポーツセンターと市内室内プールを無料で個人利用できる会員証

☑市内在住の65歳以上の方(令和5年度にオパール会員であっても、64歳以下の方は65歳になるまで会員証の発行はできません)・障害のある方

☑会員証の有効期限は4月1日～翌年3月31日

☑本人確認書類(健康保険証・運転免許証など氏名・住所・生年月日が確認できるもの)

※障害のある方は障害者手帳など

☑3月15日(金)から直接①市民スポーツセンター☎042-326-2211②市民室内プール☎042-325-6868③市民ひかりスポーツセンター☎042-595-8865

☑4月1日から生きがいセンター利用登録者証での体育施設の利用はできません



地域包括支援センターのイベント

☎高齢福祉課 ☎042-321-1301

介護予防教室・正しい呼吸で健康づくり

☑市内在住でおおむね65歳以上の方 ☑4月17日(水) 14:00～15:30

☑場いずみホール

☑毎日を元気に過ごすために、体を動かしながら正しい呼吸を楽しく学びませんか

☑講訪問マッサージ事業所 ☑定25人(先着)

☑3月16日(土)から電話で地域包括支援センターこいがくぼ☎042-300-6024



3月の休日急病診療



発熱、咳などの風邪の症状のある方はまず電話で医療機関にご相談ください



☑急病患者 ☑健康保険証・後期高齢者医療証など
☑他往診・電話での場所案内は行えません/小児科以外では小児の診察ができないことがあります/休日の診療科目は通常の診療日と科目が異なる場合があります。医療機関名の横の科目が休日診療の診療科目となります/受付時間は医療機関によって異なります



☎1001917

☑診療時間 内科10:00～13:00・14:00～18:00
薬局10:00～18:00
歯科9:00～12:00・13:00～19:00

17日(日)			
医科	なおほら内科・循環器科クリニック(内・循)	西恋ヶ窪2-2-1ビーンズアネックス西国分寺3階	☎042-328-7100
	まこと整形外科(整外)	日吉町3-15-22日吉町クリニックビル1階	☎042-327-2622
薬局	ディ・エムエル西国分寺調剤薬局	西恋ヶ窪2-2-1ビーンズアネックス西国分寺2階	☎042-320-3871
	日吉町薬局	日吉町3-15-21	☎042-320-2955
歯科	小池歯科医院	東元町1-23-8	☎042-323-6848

20日(祝)			
医科	武蔵国分寺公園クリニック(内・小)	西元町2-16-34ザ・ライオンズ武蔵国分寺公園127号室	☎042-320-4970
	あさひ国分寺内科(内)	南町3-1-29国分寺南医療ビル1F	☎042-322-4130
薬局	よつ葉薬局	西元町2-16-34ザ・ライオンズ武蔵国分寺公園125号室	☎042-320-4280
	アビック薬局国分寺南町店	南町3-1-28飛べない飛行船地下1階	☎042-322-2039
歯科	こうだ歯科医院	本多5-5-1-101	☎042-300-0390

24日(日)			
医科	よしむらこどもクリニック(小)	日吉町3-15-22日吉町クリニックビル2階	☎042-321-2002
	国分寺病院(内)	東恋ヶ窪4-2-2	☎042-322-0123
薬局	日吉町薬局	日吉町3-15-21	☎042-320-2955
	みどり薬局恋ヶ窪店	東恋ヶ窪4-2-21	☎042-329-8038
歯科	よなが歯科医院	戸倉3-24-20	☎042-575-1285

31日(日)			
医科	やながわ内科クリニック(内・アレ・漢)	泉町2-9-3泉ビル3階	☎042-320-5055
	こくぶんじ泌尿器科クリニック(泌・皮・内)	本町3-11-13	☎042-312-0161
薬局	そうごう薬局西国分寺駅前店	泉町2-9-3泉ビル102号	☎042-328-0801
	アカシア薬局	本町3-11-14メディカルコア国分寺101	☎042-329-8580
歯科	神山歯科医院	戸倉2-16-1	☎042-326-1035

緊急時24時間利用できます

☑都医療機関案内サービス「ひまわり」
☎03-5272-0303
☎03-5285-8080



☑都立小児総合医療センター
☎042-300-5111

☑東京消防庁救急相談センター
☎#7119

☑都こども医療ガイド
子どもの病気や発熱・けが・子育て情報が簡単に見つかるWebサイト



☑国分寺消防署
☎042-323-0119

リサイクルを推進しよう

☎ごみ減量推進課 ☎042-300-5303

●リサイクルコーナー

譲ってください

子ども用品・自転車・家具・家電・楽器

譲ります

空気清浄機、ホットカーペット、シングルベッド、ロフトベッド、テーブル、食器棚、食卓用いす、学習机、物干し(ベランダ用)、自転車(大人・子ども用)、こたつ、ランドセル、ホットサンドメーカー、猫用ケージ・タワー、フラフープ、コードレスクリーナー、電子レンジ

☑譲り渡しは無料/やり取りは当事者間で/

品名・最新情報は☎1002183

●リサイクル家具販売会

☑3月24日(日)10:00～12:00(荒天中止)

☑場ストックヤード(西元町2-9-6、当日直接会場へ)

☑粗大ごみで出された家具などをリフォームし販売

☑駐車場数台あり/配送不可/混雑時は入場を制限 ☎1022656

●拠点収集&フードドライブ

☑3月26日(火)9:00～11:00 ☑場光公民館(当日直接会場へ)

拠点収集

☑靴・かばん・ベルト類・ぬいぐるみ・食用油

☑破れた・穴が開いた物、車輪の付いたかばん、ゴルフバッグ、スーツケース、長靴、スパイク、スリッパ、人形などは不可/食用油はペットボトル・缶等に入れて持参

フードドライブ

☑米(生産1年以内)・缶詰・瓶詰・調味料・乾物・飲料・お菓子・インスタント食品・レトルト食品などで、賞味期限が1か月以上ある未開封のもの

☑市社会福祉協議会☎042-324-8311で随時受け付け(事前連絡が必要)

☎1000409