



# こくぶんじ

市報 KOKUBUNJI

毎月1日・15日発行

# 11/1

令和5年(2023年)

No. 1458



## マリオン市って どんなところかな



### 外国人のみなさんへ

外国の人のためのお知らせを  
やさしい日本語で市のホームページ  
から見るすることができます。

### For foreign residents

Information for foreign residents  
is available on Kokubunji City  
Website.

### 外国朋友们

在国分寺市网页  
可以看到给外国  
人士的通知。



©ホッチプロジェクト

### 市広報ラジオ番組

## こくぶんじVOICE

毎週水曜日21:15~21:21放送  
コミュニティFM・ラジオフューズ  
(FM87.4MHz)

発行/国分寺市 編集/政策部市政戦略室  
〒185-8501 東京都国分寺市戸倉1-6-1  
☎042-325-0111(代) FAX042-325-1380

市HP



市公式  
エックス



市公式  
フェイス  
ブック



市公式YouTubeチャンネル  
随時更新中



# 市とマリオン市との 姉妹都市提携30周年記念 交流イベント

マリオン市との  
ライブセッション

マリオン市と  
オンラインで結び  
リアルタイムで  
トークセッション



12月9日(土)  
13:30~16:30  
リオンホール

オーストラリアの  
文化紹介ワークショップ

①アボリジナルアート  
ドットペイント



どれか1つに  
参加できます

②オーストラリアの  
食文化紹介とお菓子作り



③オーストラリア  
ワインセミナー  
☑20歳以上の方



マリオン市の紹介

5月にマリオン市を  
訪問した市訪問団の  
報告と併せて、マリ  
オン市の魅力を紹介



申し込み方法など



☑小学4年生~大人 ☑100人(先着)

☑11月6日(月)~22日(水)に、件名に「マリオン市交流イベント申し込み」、本文に申込者全員の氏名(ふりがな)・学年(児童・生徒のみ)・平日に連絡のつく電話番号・申込者それぞれが希望するワークショップ(必ず第3希望まで※19歳以下の方は第2希望まで)を、☑international@city.kokubunji.tokyo.jpまたは電話(9:00~17:00)で人権平和課 ☎042-573-4378へ

☑ワークショップ②③は飲食を伴います。アレルギーが心配な方は、申し込み時にお知らせください。参加できるワークショップは、イベント当日にお知らせ。ワークショップのみの参加は不可

## 広告

**2023.10.15 GrandOpen**

Training Gym  
**POTRERO**  
esportes ao longo da vida

tel.042-401-0565  
検索 potrero-gym.com

国分寺駅北口徒歩5分 国分寺市本町2-15-7 ハウスアメニティ3 B1F

医療法人社団玉誠会  
**国分寺内科クリニック**  
糖尿病・代謝内科 完全予約制  
日本糖尿病学会 糖尿病専門医 院長 木村武史 Web時間予約

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝  
9:00-12:30 ● ● ● ● ● / /  
14:00-17:30 ● ● ● ● ● / /

国分寺市本町2-2-1 cocobunji EAST 2F  
国分寺駅北口徒歩1分  
☎042-322-1071 https://k-naika.jp

注文住宅を考えるなら、比較・検討できる総合住宅展示場へ! 国分寺

**建て替え応援フェア**

特別プレゼント引換券 11/3(無)~23(本)

WEBで「住まいのアンケート」にご回答ください。この引換券をご持参・マイページQRコードをご提示いただくと、もれなく1セット差し上げます。

全国各地の名湯を  
家庭で楽しめる入浴剤セット  
**全国湯けむり  
めぐり 5点セット**

※入浴剤25g×4包(有馬・別府・箱根・黒川)+タオル。※品切れの際は、他の賞品と変更になりますのでご了承ください。※賞品は写真と一部異なる場合がございます。※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。

ABC ハウジングワールド立川 〒190-0015 東京都立川市泉町935-1 TEL:042-527-1321

**墓** 分かる  
事例集  
プレゼント!

メモリアルアートの大野屋

資料請求  
ご相談専用ダイヤル  
9:00~17:00

☎0120-02-8888

おせち ご予約承り中!

一段重	伊勢海老・鮎一段重
1人~2人盛/20,000円	1人~2人盛/30,000円
三段重	四段重
3人~4人盛/55,000円	4人~5人盛/70,000円

日本料理 昭和の森 車屋 ご予約 ☎042-542-3333  
昭島市昭和の森フォレスト・イン昭和館1F



家族や友達と一緒に食べて・遊んで、楽しい休日を

## 4年ぶりに開催 **ぶんじふれあい市**

📅11月25日(土) 11:00~15:00

📍市役所駐車場(荒天時中止。雨天時は内容を一部変更)

📌〇ご好評いただいている商店自慢の逸品や市内農家の採れたて野菜など(こくベジ)の直売・キッチンカーの出店など

〇ジャグリングの驚がくパフォーマンスでハラハラドキドキ

〇お子さまに大人気のエア遊具ふわふわドーム

〇国分寺の魅力満載のパネル展示

主催市商工会・JA東京むさし国分寺支店・こくぶんじ観光まちづくり協会

📍経済課(内351)



## 第45回こくぶんじ写真コンクール カメラのレンズを通して 身近な国分寺を発見してみませんか



前回入賞作品 こくぶんじ観光まちづくり協会長賞「長雨上がり」▲

📌令和4年1月1日以降に応募者本人が市内で撮影した未発表の作品で、JPEG形式(約2MB以上10MB以下)のもの

※1人4点以内。異なる部門への同一作品の重複応募不可。カラー・モノクロ、撮影機器は問いません

部門①社会人②小・中学生、高校生③テーマ「調和」

📌①②四季・名所・史跡・自然・年中行事・街並み・農業・商店街・学校行事などの写真③「調和」をテーマにした写真

📅令和6年1月14日(日)までに特設サイトに写真をアップロード

※郵送・直接持参不可

📌注意事項など詳しくは特設サイトで

結果は令和6年2月中旬~3月上旬に特設サイトで発表

主催こくぶんじ観光まちづくり協会

📍同協会事務局(市政戦略室内)(内393)



## 認知症になっても安心して暮らせる国分寺を目指して

# みんなで知ろう **認知症普及啓発月間**

📍高齢福祉課 ☎042-321-1301

募集中

### 認知症サポーターフォローアップ講座

📌市内在住・在勤・在学・在活の認知症サポーター養成講座を受講した方

📅11月28日(火) 14:00~16:30

📍リオンホール

📌認知症の方への声のかけ方を実践しながら学びます

定30人(先着)

持筆記用具

📍11月2日(木) 9:00から電話で高齢福祉課へ

☎1019475

11月2日(木)  
開催

認知症普及啓発講演会  
認知症とともに生きる

今後も  
開催します

11月14日(火)開催  
認知症サポーター  
養成講座

開催中

市内図書館に  
認知症に関するおすすめ  
書籍コーナーを開設



認知症月間の  
取り組み  
はこちらから

## 啓発月間以外にもこんなことをしています

- **知って安心認知症** パンフレットを各地域包括支援センター・公共施設に配架
- **認知症サポーター養成講座** 認知症のことを正しく理解し、認知症の方や家族を支える応援者になれます
- **おれんじカフェ** 認知症や介護に関することなどの相談・情報交換ができる場
- **介護マーク** 介護中であることを周囲にご理解いただき、外出先で介護しやすくなるように、さりげなくお知らせするマーク
- **認知症簡易チェックサイト** パソコンや携帯電話、スマートフォンで簡単に認知症をチェック



認知症簡易  
チェックサイト



市役所の受付時間  
月～金曜日(祝日・振替休日を除く)  
8:30～17:00(12:00～13:00を除く)

## 子ども

### 子どもの発達を理解するための市民講演会

日 12月9日(土) 14:00～16:00(開場 13:30)  
場 いずみホール  
内 発達に気になる子どもの理解と接し方のヒント～医療の視点から～  
講 川崎葉子さん(むさしの小児発達クリニック院長(児童精神科医))  
定 200人(先着)  
申 11月6日(月)～30日(木)(土日祝日を除く) 9:00～17:00に電話でこどもの発達センターつくしんぼ ☎042-323-7912または ☎1031035から東京共同電子申請・届出サービスで  
他 手話通訳あり  
☎1031035



### 年末保育を行います

対 次のすべてに該当する児童○市内に住所がある○認可保育所または地域型保育・認証保育所・認定こども園(保育認定部分)等に入所中○保護者のいずれもが実施日に就労などのため保育ができない  
日 12月29日(金)・30日(土) 7:00～19:00のうち希望する時間 ※18:00～19:00は延長保育時間帯 (対 1歳以上)  
場 こくぶんじ保育園  
料 児童1人3,000円/日(延長保育料は別途400円/日)  
申 12月1日(金)～8日(金)(土日を

除く)に、申込書を郵送(必着)または直接〒185-8501保育幼稚園課(市役所第2庁舎)へ※申込書は市内認可保育所・地域型保育・認証保育所・保育幼稚園課・市HPで  
☎1001144  
問 保育幼稚園課(内386)

## 高齢者

### 今月の介護認定(更新・申請)

対 有効期間12月31日(日)までの方  
日 11月1日(水)から受け付け  
内 有効期間が11月30日(木)までの方は、早めにお手続きを。新規申請・区分変更は随時受け付け  
申 申請書に記入し、直接高齢福祉課(いずみプラザ・市役所第2庁舎)、各地域包括支援センターへ※郵送も可  
問 高齢福祉課 ☎042-321-1301

### ハイブリッドフレイル予防 合同筋トレ

対 市内在住の方  
日 11月22日(水) 13:30～16:00  
場 ①ひかりプラザ②さわやかプラザもとまち(オンライン)  
内 市で介護予防トレーニングとして推奨している「暮らしを拓げる10の筋力トレーニング」の説明  
講 浅川康吉さん(東京都立大学健康福祉学部理学療法学科教授)  
定 ①30人②10人※いずれも先着  
申 11月2日(木)～21日(火)に電話で高齢福祉課 ☎042-321-1301へ  
他 ②さわやかプラザもとまちではタブレット端末を貸し出し、オンラ

インで参加。自宅参加の場合、機器・通信料は自己負担※ZOOMに関する問い合わせは対応不可  
☎1019304



### 大画面で学ぶ生活実践教室

対 市内在住のおおむね65歳以上で、3日間参加できる方  
日 ①12月5日・12日・26日(火)②令和6年1月12日・19日・26日(金) 9:30～11:30  
場 さわやかプラザもとまち  
内 タブレットでインターネットや動画を見るための操作方法  
定 各回15人(先着)  
申 ①は12月4日(月)、②は令和6年1月11日(木)までに電話で高齢福祉課 ☎042-321-1301へ

## 保健・福祉

### 社会保険料(国民年金保険料) 控除証明書

内 日本年金機構が11月上旬に郵送(令和5年1月～9月の納付分)。確定申告や年末調整の際、国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象。証明書は大切に保管してください  
他 10月～12月に今年初めて納付した方には、令和6年2月上旬に郵送予定  
☎1001055  
問 保険年金課(内316)

### 市民福祉講座 もう一度社会の役に立ちたい

日 12月9日(土) 13:00～15:00  
場 市障害者センター  
内 50代で脳血管疾患による高次脳機能障害となった当事者による、自分らしい働き方を実現した取組  
講 蟹江こうじさん(就労移行支援事業所レジリエンス管理者)ほか  
定 30人(先着)  
申 11月2日(木) 10:00～12月1日(金) 17:00に(社福)万葉の里HP <https://www.manyunosato.or.jp/info>または ☎042-321-1207で※手話通訳あり(会場のみ)。参加時の配慮が必要な方はご相談を  
他 後日、期間限定でYouTube配信予定(要申し込み)。詳しくは万葉の里HPで  
主催 地域活動支援センターつばさ  
問 障害福祉課(内521)



## 暮らし

### 今月の休日窓口

日 11月11日(土) ①② 9:00～12:00③ 8:30～12:00  
場 市役所第1庁舎  
内 ①証明発行、印鑑登録、転入・転出届出、マイナンバーカード交付(予約制)②国民健康保険・国民年金の手続き(一部)③市税などの納付、納税相談  
☎①②1000817③1000979  
問 ①市民課(内311)②保険年金課(内314)③納税課(内553)



# フォトコーナー



サービスコーナー日曜開庁日

日 11月12日・19日(日) 8:30~17:00

場 cocobunji市民サービスコーナー

内 ①証明書発行②マイナンバーカード交付(交付通知書が届いている方)③カード関連手続き

定 ②28人(先着)

持 証明書発行・カード受け取りに必要なもの

他 ②③は12日(日)のみ。カード申し込み後に氏名・住所が変更になった方は市民課(市役所第1庁舎)で交付。証明書の交付請求は、翌日以降の交付となる場合あり

☎1021907・1003815

問 同サービスコーナー ☎042-329-4121

今月の市税・保険料の納期  
11月30日(木)

内 ①国民健康保険税(第5期)②介護保険料(第4期)③後期高齢者医療保険料(第4期)

☎①1000974

問 ①納税課(内553)②高齢福祉課

☎042-321-1301③保険年金課(内319)

暮らしのガイドを  
11月中旬に順次全戸配布

内 行政情報や生活情報を掲載した暮らしのガイド2023年度版を(株)サイネックスと共同制作しました。11月30日(木)までに届かない場合はご連絡をお願いします



問 市政戦略室(内409)

家族向け・単身者向け都営住宅  
入居者募集

日 11月1日(水)~16日(木)に郵送(必着)で※詳しくは募集案内で

申込書・募集案内配布 11月1日(水)~10日(金)(土日祝日を除く)市民課(市役所第1庁舎)・cocobunji市民サービスコーナー・国立駅前市民サービスコーナー・都庁(土日祝日も配布)・各市区町村役場・都住宅供給公社都営住宅募集センター

ター・各窓口センターまたは都住宅供給公社 <https://www.tokousya.or.jp/>で

問 都住宅供給公社都営住宅募集センター(土日祝日を除く)

申し込み期間中 ☎0570-010-810

申し込み期間外 ☎03-3498-8894

☎1026282

問 市民課(内306)

都労働相談情報センターによる  
遠隔労働相談

内 原則市内事業者、市内在住・在勤の方

日 11月10日・17日・24日(金) 9:30~10:30・10:45~11:45

内 労働問題全般(労使どちらでも可)※市役所からオンライン接続

定 各回1組(先着)

日 各相談日の前日12:00までに電話で経済課(内396)へ

Jアラート全国一斉情報伝達訓練

日 11月15日(水) 11:00ごろ

内 地震や武力攻撃などの災害が発生した場合に備え、市内40か所の防

災行政無線から、「これは、Jアラートのテストです(3回繰り返す)。こちらは、防災こくぶんじです。」と放送

問 防災安全課(内373)

新庁舎における各事業者を募集

内 ①総合案内板・電子掲示板の運営事業者②駐車場の運営事業者

内 詳しくは市HPで

日 11月17日(金)~24日(金)に直接契約管財課(市役所第3庁舎)へ

☎①1031061②1031034

問 契約管財課(内421)

固定資産税のための建物の調査を実施

内 令和5年中に建物の新築・増築・取り壊しをした方

内 令和6年度に課税する固定資産税・都市計画税の根拠となる評価額を算出するための、令和5年中に新築・増築・取り壊しをした建物の調査・確認。該当の建物がある場合は、課税課(内380)へ

☎1005485・1000944

11月の無料相談 ※祝日を除く



☎1030006



	内容(★は予約不要)	日程	時間	場所	問い合わせ
一般	法律相談	火・金曜日	13:30~16:30	市民相談室	政策法務課 市民相談室(内222) ※翌月の日程は お問い合わせください
	税務相談	8日・22日(水)			
	登記相談	6日・12月4日(月)			
	不動産・空き家等相談	13日(月)			
	行政苦情相談	1日(水)			
	遺言・相続などの書類作成相談	20日(月)			
	年金・労災・雇用保険・労務相談	9日(木)			
暮らし	マンション管理相談	30日(木)	13:30~16:00	消費生活相談室	経済課(内224)
	交通事故相談	2日(木)			
	消費生活相談★	月~金曜日	9:30~12:00・13:00~15:30	オンズパーソン相談室	オンズパーソン事務局(内559)
	オンズパーソンへの面談による申立日	火曜日	9:00~12:00	いずみプラザ	障害福祉課(内522)
	心の健康相談	16日(木)	13:30~16:30		健康推進課 ☎042-321-1801
個別栄養相談	16日(木)	9:15~12:00			
子ども	教育相談(面談は予約制)★	火~土曜日	10:00~17:00	「電話相談」専用電話随時 ☎042-573-4375 教育相談室予約電話 ☎042-573-4376	
	乳幼児母性健康相談	14日(火)	9:20~11:00	いずみプラザ	健康推進課 ☎042-321-1801
	子どもの総合相談 かるがも相談★	火~土曜日	8:30~17:00(電話相談) 9:30~17:00(来館相談)	子ども家庭支援センター ☎042-572-8138	
	子どもの発達相談	月~金曜日	8:30~17:00	こどもの発達センターつくしんぼ ☎042-325-0070	
人権	身近な人権相談	9日(木)	13:00~16:00	男女平等推進センター相談室	人権平和課 ☎042-573-4378
	にじいろ相談(性的指向・性自認に関すること)(面談・電話・オンライン)	15日(水)	17:00~20:00		
	女性法律相談(面談・オンライン)	16日(木)	13:30~16:30		
	女性のためのカウンセリング(面談・電話・オンライン)	14日・28日(火)			
	女性の悩みごと相談(面談・電話)★	月~金曜日			9:00~12:00・13:00~17:00 (受付16:00まで)
	女性の悩みごと相談(オンライン)				
犯罪被害者等支援相談			生活福祉課(内533)		
福祉	母子父子・女性福祉相談			生活福祉課(内533)	
	ふくし法律相談	30日(木)	13:30~16:30	権利擁護センターこくぶんじ ☎042-580-0570	
	成年後見専門相談	9日(木)			
福祉サービス総合相談★		9:00~17:00			
仕事	高齢者就業相談 ※おおむね60歳以上	月~金曜日	9:00~16:30	福祉センター	シルバー人材センター ☎042-325-4011
	創業個別相談	9日(木)	13:00~17:00	市役所第3庁舎 2階会議室	経済課(内396)
	事業承継個別相談	14日(火)	13:30~16:00		

**戸倉野球場**  
令和6年1月・2月の利用時間

**使用区分** 11:00～13:00・13:00～15:00・15:00～17:00

**休場日** 令和6年1月1日(祝)～3日(水)

**問** スポーツ振興課(内278)

---

**あなたのまにに移動販売車が来ます** **11月**

**内**市商工会が出張販売  
**他**荒天時中止。売り切れ次第終了  
**主催**市商工会・市  
**問**市商工会 ☎042-323-1011 経済課(内351)

日(11月)	時間	場所	出店舗名
9日(木)	11:00～12:30	光公民館前	ブルーラン ジェリールボン
16日(木)	11:00～12:00	内藤地域センター前	パンの家 ラ・ママン
17日(金)	11:00～13:30	光公民館前	しむら青果
30日(木)			パンの家 ラ・ママン

**冬の省エネに挑戦しませんか**

**日**12月～令和6年2月  
**内**環境家計簿を利用し、家庭の電気・ガスの使用量から温室効果ガス排出量を把握します。電気製品の消費電力を簡易測定する

ワットモニターを無料で貸し出し  
**日**11月1日(水)～12月15日(金)に、  
**☎**machikeikaku@city.kokubunji.tokyo.jpまたは電話でまちづくり計画課 ☎042-314-9005へ  
**☎**1000398

**農業基本構想を改正**

**内**令和5年4月1日施行の農業経営基盤強化促進法の一部改正に伴い、新たに「農業を担う者の確保及び育成に関する事項」が追加。これを受け、市の農業経営基盤の強化の促進に関する基本的な構想(農業基本構想)を9月19日付けで改正。詳しくは市HPで  
**☎**1003276  
**問**経済課(内397)

**イベント**

**市民クリーン運動を開催**

**内**市内在住・在勤・在学・在活の方  
**日**11月12日(日)9:00～11:00※雨天時は19日(日)に延期(雨天実施)  
**内**自治会や町内会などと連携して、道路や公園などの公共施設を清掃。自治会などが参加しない・自治会などに未加入で個人参加の方は市民クリーン運動実行委員会事務局(環境対策課内)(内355)まで

ご連絡ください  
**新生活習慣提案セミナー(運動)**  
**内**市内在住・在勤・在学・在活の方 ※特定保健指導の案内が届いた方優先

**日**11月18日(土)10:00～11:30  
**場**市民スポーツセンター  
**内**専門家と一緒に、楽しみながら5分でできる効果的なエクササイズを身に付けませんか  
**講**健康運動指導士  
**定**15人(先着)  
**持**筆記用具・飲み物・汗拭きタオル・運動できる室内履き  
**申**11月2日(木)9:00から電話で健康推進課 ☎042-321-1801へ  
**他**動きやすい服装

**環境基本計画市民ワークショップ**

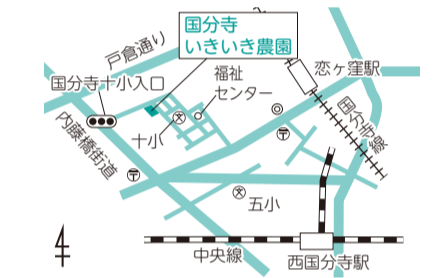
**日**11月25日(土)10:00～12:30  
**場**市役所書庫棟会議室  
**内**新たな環境基本計画の策定に向けた「じぶん×未来×ぶんじ 自分ごととして考える未来の国分寺の環境」ワークショップ。目指すべき将来像や基本方針などを話し合います  
**定**30人(多数の場合抽選)  
**申**11月1日(水)～22日(水)に氏名・連絡先(電話番号またはメールアドレス)を電話または申し込み

フォームでまちづくり計画課 ☎042-314-9005へ  
**☎**1030595



**収穫体験付き野菜作り体験講習会**

**内**市内在住・在勤・在学・在活の中学生以上で2日とも参加できる方 ※1家族2人まで  
**日**11月26日・12月10日(日)9:30～11:30  
**場**国分寺いきいき農園(戸倉3-14)  
**内**農業に親しむ初心者向けの講習会。土作り、種まき、野菜の収穫などを2日間体験しませんか  
**講**いきいき農園事業協力員  
**定**16人(先着)  
**持**軍手・収穫物を入れる袋  
**申**11月2日(木)から電話で経済課(内397)へ  
**他**自動車での来場不可。汚れてもよい服装・靴で  
**☎**1019554



**新型コロナワクチン接種情報**

掲載内容は10月20日時点 ※最新情報は☎1025222

**オミクロン株XBB.1.5 対応 1価ワクチンを使用した秋開始接種を実施中**

**接種対象者と接種できるオミクロン株XBB.1.5 対応 1価ワクチンの種類**

接種対象者	ファイザー社		モデルナ社		(*1) 小児用ワクチンを使用 (*2) 乳幼児用ワクチンを使用 (*3) 12歳以上用のワクチンの半分の量を使用
	初回接種	追加接種	初回接種	追加接種	
12歳以上の方	●		×	●	
6～11歳の方	●(*1)		×	●(*3)	
5歳の方				×	
生後6か月～4歳の方	●(*2)			×	

**秋開始接種の予約受付中**

接種対象者の方へは、接種ができるころ(前回接種日から3か月が経過する前)に接種券を郵送しています。接種を希望され、接種券がお手元にある方は、接種を予約することができます。

市外から転入されてきた方や接種券を紛失された方など、接種券の発行が必要な方は、☎1026084またはコールセンターへお問い合わせください。

**秋開始接種を実施している市内実施会場**

- ひかりプラザ接種会場(11月で終了)
- 市内実施医療機関(令和6年3月まで実施予定)  
※市役所集団接種会場での接種は終了しました

都が実施している大規模接種会場でも接種できます

**問**都ワクチン接種会場コールセンター ☎0570-034-899(9:00～18:00)

都新型コロナウイルス ウイルスワクチン 大規模接種予約システム



接種券が届き、あるいはお手元に接種券がある接種対象者で接種を希望される場合、接種予約サイトまたはコールセンターへ※接種は無料

**市新型コロナワクチン接種コールセンター**

☎042-320-3020

同月～土曜日(祝日を除く) 8:30～17:00

☎042-320-1181 (聴覚に障害があるかた向け)

※かけ間違いにご注意ください

市新型コロナウイルスワクチン接種予約サイト



**児童虐待のない社会の実現に向けて**



児童虐待は、家族間の葛藤や地域からの孤立など、社会的要因が背景にあると言われています。地域のネットワークを活用し、児童虐待のない社会の実現にご協力ください。

●児童虐待とは、親または親に代わる養育者(保護者)によって18歳未満の子どもに加えられた行為で、子どもの心を傷つけ、健全な成長発達を損なう4つの行為

- 身体的虐待** 殴る・蹴る・叩く・溺れさせる・やけどを負わせる・家の外に閉め出すなど
- 性的虐待** 子どもへの性的行為・性的行為を見せる・ポルノグラフィの被写体にするなど
- ネグレクト** 乳幼児を家に残して外出する・食事を与えない・自動車の中に放置するなど
- 心理的虐待** 言葉での脅し・きょうだい間での差別的扱い・子どもの目の前で家族に対して暴力を振るう(DV)など

●親のための相談LINE  
親の関わりで困っていることや子育ての悩みを、気軽に相談してみませんか  
**相談対応時間** 月～金曜日9:00～23:00(受付=22:30まで)、土日祝日・年末年始=9:00～17:00



●虐待かも、と思われる心配な子どもがいるとき、相談できる窓口があります※通告・相談は匿名で行うことも可能。通告・相談した人やその内容に関する秘密は守られます  
※一部のIP電話からはつながりません。命にかかわる危険がある場合は警察 ☎110へ



**問**子育て相談室 ☎042-572-8138

**食育講座**

**昔の食生活とバランスのいい食事**

☎市内在住・在勤・在学・在活の方

📅11月28日(火) 10:00~11:30

📍いずみプラザ

☑️天平メニュー・国分寺ごはん(\*)に関する歴史・栄養講座、試食あり。(\*)武蔵国分寺が栄えた時代の食材を参考に、市の栄養士が考案したメニュー

🗣️市職員(学芸員・管理栄養士)

👤定32人(先着)

📎持筆記用具

📞11月2日(木) 9:00から電話で健康推進課 ☎042-321-1801へ

📎リーフレット・レシピは、こくべジ直売所(一部)、各公民館・図書館、市HPで

📞Q1012513

**ペットも家族**

**こんな時どうする?**

☎市内在住・在勤・在学・在活の方

📅11月30日(木) 14:00~16:00

📍リオンホール(当日直接会場へ)

☑️災害時にペットや自分自身を守るための、ペット防災を考えてみませんか

🗣️佐久間久美さん(東京都動物愛護推進員)

📎持筆記用具

共催 防災まちづくり27会・市民防災推進委員会・市



📞防災安全課(内511)

**野川源流スクールを開講**

☎高校生以上の方

📅12月2日(土) 10:00~

📍本多公民館

☑️野川源流に対する知識と理解を深めるための、講座・検定・野川源流の散策。市内唯一の河川である野川のボランティアガイドの資格を一日で取得

👤定40人(先着)

📞11月6日(月)から電話で緑と公園課(内353)へ



自然な状態に整備された小金井市エリアの野川

**第6回**

**国分寺みらい音楽コンクール本選**

☎小学生以上

📅12月17日(日) 14:00~

📍いずみホール

☑️予選を通過した小学5・6年生、中学生によるピアノコンクール本選

審査員 クレール・デゼールさん(パリ国立高等音楽院ピアノ科教授)

👤定180人(先着)

📎¥500円

📞一般販売=11月3日(祝) 10:00~窓口、同ホールオンラインチケットサービスで※利用登録(無料)が必要

📞電話予約は13:00から同ホール ☎042-323-1491へ



📞Q1025014

**歌声カルテットの  
昭和歌謡コンサート**

📅令和6年1月19日(金) 14:00~

📍いずみホール

☑️長く愛される唱歌や歌謡曲など、誰もが一度は口ずさんだことのある楽曲をプロのボーカリストとともに楽しみます。歌とともに、あの頃にタイムトリップしませんか

👤定350人(先着)

📎¥全席指定 前売一般2,500円、障がい者2,300円、当日一律3,000円 ※未就学児の膝上鑑賞は入場無料、座席ありは有料

📞オンライン先行販売=11月8日(水) 10:00~9日(木) 23:59、同ホールオンラインチケットサービスで※利用登録(無料)が必要

📞一般販売=11月18日(土) 10:00~窓口、同ホールオンラインチケットサービスで。電話予約は13:00から同ホール ☎042-323-1491へ



📞Q1031024



**公開・参画**

**介護保険運営協議会**

📅11月7日(火) 19:00~

📍いずみプラザ

☑️次期介護保険事業計画の策定に関してほか

📞高齢福祉課 ☎042-321-1301

**地域包括支援センター運営協議会**

📅11月9日(木) 14:00~15:30

📍ひかりプラザ

☑️地域包括支援センターの運営に関してほか

📞高齢福祉課 ☎042-321-1301

**エックス山を守ろう(作業)**

📅11月10日・17日・24日(金) 9:30~11:30

📍市民室内プール西側むかしの井戸

☑️市とエックス山等市民協議会との協働事業。林の若返り・維持管理

📞緑と公園課(内352)

**芸術文化振興事業 審査会**

📅11月12日(日) 10:15~

📍cocobunjiプラザ

☑️市民団体が市内で実施する芸術文化の振興事業に補助金を交付する制度に応募する団体のプレゼンテーションを公開

📞Q1028189

📞文化振興課 ☎042-313-8182



**高齢者保健福祉計画・介護保険  
事業計画策定検討委員会**

📅11月15日(水) 18:30~

📍いずみプラザ

☑️次期計画策定に関して

📞高齢福祉課 ☎042-321-1301

**国民健康保険事業運営協議会**

📅11月16日(木) 14:00~15:00

📍いずみホール

📞Q1028671

📞保険年金課(内547)

**環境推進管理委員会**

📅11月22日(水) 14:00~16:00

📍市役所書庫棟会議室

☑️環境基本計画実施計画の進捗管理に関して

📞まちづくり計画課 ☎042-314-9005

**子ども・子育て会議**

📅11月27日(月) 18:30~

📍市役所書庫棟会議室

☑️子ども若者・子育ていきいき計画に係る施策評価に関して(令和4年度実績)ほか

📞他託児あり。11月16日(木)までに ☎kowakakei@city.kokubunji.tokyo.jpまたは電話で子ども若者計画課(内439)へ

📞Q1010192

**学ぶ楽しむ参加する**

**東京マガジンバンク企画展示**

📅12月28日(木)までの10:00~21:00 ※土日祝日は17:30まで。第1木曜日・第3金曜日は休館

📍都立多摩図書館 1階展示エリア(当日直接会場へ)

☑️展示「Music Magazine Fes.~音楽雑誌を楽しもう♪~」

📞都立多摩図書館 ☎042-359-4020

**相続と遺言の無料相談会**

📅11月8日(水) 13:30~16:30

📍リオンホール(当日直接会場へ)

☑️遺産相続・公正証書遺言など

📞都庁行政書士会国分寺支部 ☎042-324-5811

**シルバー人材センター入会説明会**

☎市内在住の60歳以上で就業希望の方

📅11月10日(金)・21日(火) 13:30~

📍福祉センター

☑️センター会員の活動内容・就業状況など。入会の相談・手続き

👤定20人(先着)

📎¥年会費2,000円(入会希望者のみ)

📎住所・氏名・年齢確認できるもの

📞11月2日(木)から電話でシルバー人材センター ☎042-325-4011へ

**飲食イベント・こくめし  
「漬け焼き」**

📅11月13日(月)~12月3日(日)

☑️参加店舗で対象メニューを注文した方にオリジナル3色ボールペン(各店舗20本)、スタンプを3つ集めた方にこくめし参加店舗で使用できる食事券1,000円分(先着20人)をプレゼント

📞参加店舗など詳しくは東京経済大学鈴木特別ゼミのX(@kokumeshi\_tku)・Instagram(@kokumeshi\_tku)・Facebook(https://www.facebook.com/profile.php?id=100037634561797)で

📞東京経済大学地域連携センター

☎042-328-7950



**多摩よこやまの道ウォーキング**

📅11月25日(土) 8:00

~14:00 ※雨天中止、当日7:00にブ

ログでお知らせ

☑️多摩丘陵の四季折々の自然に親しみ、地域に残る史跡や伝説の歴史文化にふれあいましょう

📍コース立川南駅(集合)→唐木田駅→よこやまの道(約8km)→若葉台駅→立川南駅(解散)

👤定20人程度(先着)

📎¥300円(交通費は自己負担)

📎持飲み物・携行食(軽食)

📞11月2日(木)~15日(水)に氏名・年齢・性別・電話番号を ☎club-59bunji@softbank.ne.jpまたは電話でこくぶんじ地域クラブ事務局 ☎090-9824-0401へ



日立中央研究所 秋の庭園公開

11月26日(日) 10:00~15:00(受付=14:30まで) ※雨天中止

日立中央研究所(当日正門(東側門)で受け付け)

注意事項 ペット同伴、アルコール類の持ち込み不可。小学生以下は保護者同伴。来場は公共交通機関または徒歩で(自動車・バイク・自転車での来場不可)

日立中央研究所 ☎042-323-1111

肝臓病教室 糖尿病と肝臓病の関係

11月28日(火) 14:30~16:00

①武蔵野赤十字病院(武蔵野市境南町1-26-1) ②オンライン

講師 早川恵利さん(医師)

定員 ①30人(先着)

申し込み 11月2日(木)から電話で武蔵野赤十字病院肝疾患相談センター ☎0422-32-3135(土日祝日を除く9:30~16:00) または https://kan-kyoten-musashino.jp/で

国障連笑いとお歌の会 目指そう共生社会

12月3日(日) 13:50~17:00

場所 リオンホール

内容 落語・漫才・バンド演奏・ビデオ「地域で暮らす日常の一コマ」上映

講師 落語 春風亭柏枝(落語家)、東京経済大学落語研究会漫才ホスピタル・パンチ演奏まつりバンド、夢のはな奏であい

詳しくは電話で国分寺障害者団体連絡協議会(国障連) ☎090-1616-0768へ

後援 市・市社会福祉協議会・万葉の里・けやきの杜・ななえの里・はらからの家福祉会・Ann Bee

ばんじポッチャフェス2023

①どなたでも②代表者が市内在住・在学・在勤のチーム(1チーム3~6人)

12月17日(日) ①10:00~12:00 ②13:30~16:30

場所 市民スポーツセンター

内容 ①Enjoy☆ポッチャ(体験・講習会・ゲスト選手との交流会) ②ばんじポッチャカップ2023(リーグ戦・決勝トーナメント。優勝・準優勝チームは都市町村大会に市代表として推薦)

定員 ①48人 ②16チーム ※多数の場合抽選

申し込み 11月30日(木)までに、①氏名・年齢(学年)・電話番号・ポッチャの経験の有無 ②チーム名、代表者の氏名・年齢・住所・電話番号・勤

務先または学校名、メンバー全員の氏名・年齢を、電話で市民スポーツセンター ☎042-326-2211 または申し込みフォームで

12月4日(月)に参加の可否を通知

1029304



プレイリーダー講習会2023 シンポジウム

12月17日(日) 13:30~16:00

場所 cocobunjiプラザ

内容 乳幼児も高齢者もともに支え合う活動と、人が行き交う公園での活動を紹介。いろいろな人が支え合える場を作る工夫と、可能性を考えます

講師 森田眞希さん(NPO法人地域の寄り合い所また明日)・四宮みどりさん(認定NPO法人冒険遊び場の会)

定員 100人(先着)

¥800円

申し込み 11月2日(木)10:00~30日(木)に、住所・氏名・電話番号、団体に属している方は団体名を mail@boukenasobibanokai.or.jp、電話またはファクスでNPO法人冒険遊び場の会 ☎ & FAX 042-202-0017へ

託児 10人(有料・先着)

2024都民芸術フェスティバル 第54回 都民寄席 国分寺公演

令和6年3月17日(日) 13:00~

場所 いずみホール

内容 江戸時代から続く粋で豊かな大衆文化寄席。豪華出演陣による演目と識者による解説あり

講師 柳家権太楼さん、古今亭寿輔さんほか

定員 370人(多数の場合抽選)

申し込み 11月1日(水)10:00~30日(月)23:59に都民芸術フェスティバルHPの応募フォームから。1応募につき入場者2人・3会場まで選択可

他 当選者へ12月下旬にメールでお知らせ、公演日の2週間前までに入場券を発送

1026970

都民寄席実行委員会 ☎03-3833-8622



11月は労働保険適用促進強化期間

1人でも雇用していると、法人や個人事業を問わず労働保険(労災・雇用)に加入する必要があります。未加入の事業主の方は、立

川労働基準監督署・立川公共職業安定所に届出を行ってください

労災保険とは業務または通勤が原因の負傷等に対する補償

雇用保険とは失業時の生活の安定を図るための給付等を行う保険

立川労働基準監督署(労災保険) ☎042-523-4474 立川公共職業安定所(雇用保険) ☎042-525-8602

市民掲示板

しゅわしゅわ★かたつむり祭り

11月11日(土) 11:00~14:30

場所 クラブかたつむり(日吉町4-29-12)(当日直接会場へ)

内容 聴覚障害児の学童クラブです。軽食、手作りゲームほか。手話で交流してみませんか

社会福祉法人東京聴覚障害者福祉事業協会クラブかたつむり FAX & ☎042-401-0380

七小で野球体験しよう

11月12日・19日・26日(日) 14:00~16:00

場所 七小

内容 新メンバー大募集。スポーツの秋です。七小で楽しく一緒に野球をしましょう

参加希望の方は事前にメールでご連絡を

国分寺ナンバーワンプレイヤーズ体験係 number1players.k7@gmail.com

英語でカフェ交流会

市内在住の50歳以上の方

11月15日(水) 11:00~12:00

場所 もいろたんぼぼ倶楽部(東元町2-8-2 タツミビル1階)

内容 教えたいと学びたいをつなぎます

定員 8人

¥1,000円

申し込み 11月2日(木)から電話で

もいろたんぼぼ倶楽部・青木 ☎090-9487-0422

Cream Tea 40周年記念コンサート

11月15日(水) 14:00~(開場=13:30)

場所 いずみホール(当日直接会場へ。入場には整理券が必要)

内容 歌い続けて40年。女声合唱の美しい名曲を集めました 指揮 市瀬寿子さん

Cream Tea・小笠原 ☎090-7175-8551

地域包括支援センターのイベント

高齢福祉課 ☎042-321-1301

消費者被害防止講座

市内在住でおおむね65歳以上の方

12月4日(月) 11:00~12:00 場所 さわやかプラザもとまち

内容 最近の悪質商法の手口・対策

講師 市経済課 消費生活相談員 定員 20人(先着) 持筆記用具

申し込み 11月2日(木)から電話で地域包括支援センターもとまち ☎042-401-0035へ

家族介護者交流会

市内在住の方

11月18日(土) 13:30~15:30 場所 特別養護老人ホームうれしのの里

内容 介護の悩みや生活のことなど 定員 10人(先着)

申し込み 11月2日(木)から電話で地域包括支援センターひよし ☎042-300-1405へ

フレイル予防・元気力おためし会(体力測定会)

市内在住でおおむね65歳以上の方

11月21日(火) 10:00~12:00

場所 福祉センター(当日直接会場へ)

内容 自分では気づきにくい老化のサインを、介護予防シートと測定(握力・5m歩行時間・片足立ち時間)でチェック。最新のデジタル機器を使い、歩行状態を測定

地域包括支援センターひよし ☎042-300-1405へ

動きやすい靴と服装で参加



カメラに向かって6m歩き、歩行年齢を算出します



**MOA美術館国分寺児童作品展**

日 11月18日(土) 10:00~16:00・19日(日) 10:00~15:00  
場 本多公民館(当日直接会場へ)  
他 入賞作品のみの展示  
問 MOA美術館国分寺児童作品展実行委員会 ☎090-9963-5750

**いつもの散歩道が楽しくなる**

日 ①11月18日②25日※いずれも土曜日、13:00~16:00  
場 ①本多編(アクティココブンジ集合)②恋ヶ窪編(多喜窪公会堂集合)  
内 村田あやこさん(路上園芸鑑賞家)と、街角の軒先園芸やスキマ植物を愛でるウォーキングツアー  
定 各回20人(先着)  
¥ 1,000円(資料代)または1,500円(資料・路上園芸ハンコ代)  
申 11月2日(木)からメールで国分寺路上観察学会へ  
問 同学会 ☎kokurojo2022@gmail.com

**朱鷺応援コンサート**

日 11月25日(土) 14:00~16:00  
場 リオンホール  
内 朱鷺保護活動支援のための講和とギター演奏、ひき語り  
定 50人(当日直接会場へ)  
問 坂井 ☎042-324-2100

**公開講座 国分寺の造営にみる東と西**

日 11月25日(土) 13:30~16:30  
場 リオンホール

内 東日本と西日本の国分寺の伽藍配置などの違い  
講 須田勉さん(元国士舘大学教授)  
定 70人(先着)  
申 11月2日(木)からメールで  
問 国分寺・名水と歴史的景観を守る会 ☎meisuinokai@gmail.com

**ケンカしないでいい案だそう**

日 12月12日(火) 10:00~11:30  
場 本多公民館  
内 ゴードンメソッド・親業による効果的な会話と話し合いのコツを体験  
定 40人(先着)  
申 11月2日(木)からファクスまたは電話で  
問 コミュニケーション学習会ウィンウィンサークル 国分寺・大野 ☎& ☎042-321-4357

**会員募集**

**三人制ゲートボールクラブ**

日 毎週土曜日13:00~15:00ほか  
場 新町ゲートボール場ほか  
内 3人1組で対戦する、考える競技。チームで協力して楽しんでみませんか  
¥ 入会金1,000円 会費年3,000円  
問 山岸 ☎042-324-6972

**女声合唱団 ぶどうの木**

日 月3回月曜日10:00~12:00(不定期)  
場 いずみホールほか  
内 高田三郎作曲「水のいのち」、宗教曲などを歌っています。歌うこと

の好きな方、一緒に歌いましょう  
¥ 入会金3,000円 会費月5,000円  
問 三枝 ☎090-4435-5450

**自立生活体操クラブ・火曜もとまち**

日 毎週火曜日10:00~11:00  
場 もとまち地域センター  
内 有酸素運動やいすを使った筋力トレーニングで健康寿命を延ばします  
¥ 入会金500円 会費月1,500円  
問 石井 ☎042-324-7332

**国分寺ヨーガサークル**

日 月3回木曜日10:00~11:30  
場 本町・南町地域センター  
内 明るく健康的なヨーガ。年齢関係なくどなたでもできます  
¥ 会費1,000円/回  
問 小柳 ☎042-321-2057

**シェイプの友**

内 女性  
日 毎週木曜日11:30~14:00  
場 市民スポーツセンター  
内 筋力・持久力・柔軟性を軸にした総合健康管理  
¥ 入会金1,000円 会費月2,500円  
問 三宅 ☎090-5012-1181

**自立生活体操クラブ・西町**

日 毎週木曜日13:30~14:30  
場 西町地域センター  
内 膝や腰が少し痛くてもまだ元気になれます。同年代の仲間が待っています  
¥ 入会金500円 会費月1,500円  
問 井出 ☎090-5494-6491

**こぶしクラブ(体操・バドミントン)**

日 毎週金曜日14:00~16:30  
場 市民スポーツセンター  
内 初心者・中高年どなたでも。楽しみながら運動不足を解消しましょう  
¥ 入会金1,000円、会費月1,000円  
問 猪股 ☎080-5088-9485

**いきいき健康体操クラブ**

日 第1・2・4・5土曜日13:00~15:00  
場 いずみプラザ  
内 楽しく健康体操をしています。初めての方も体験歓迎  
¥ 会費500円/回  
問 植田 ☎090-8003-6629

**健康体操クラブ・木曜ひかり**

内 中高年・運動不足の方  
日 毎週木曜日11:30~12:30  
場 ひかりプラザ  
内 リズムに合わせて体を動かしてみませんか。体験入会・初心者歓迎  
¥ 入会金500円 会費月1,700円  
問 久野 ☎042-505-4503

**お詫びと訂正**

10月15日号3ページ「国分寺まつりプログラム・ステージ」の表記に一部誤りがありました。お詫びして訂正します。  
正 14:30 Mana'olana Hula Studio  
15:00 カリフォルニア倶楽部  
誤 14:30 Mara'olna Hula Studio  
15:00 カルフォルニア倶楽部  
問 文化振興課 ☎042-313-8182

**児童館であそぼう**

内 0~17歳(幼児は保護者同伴)  
日 月~土曜日10:00~19:00、日曜日・祝日・第4月曜日は休館  
内 工作・お話し会など。乳幼児が利用できるイベントも開催  
☎1025666  
問 本多児童館 ☎042-322-1140・いずみ児童館 ☎042-322-8849  
もとまち児童館 ☎042-359-1488・ひかり児童館 ☎042-576-2581  
しんまち児童館 ☎042-324-7489・にしまち児童館 ☎042-575-8188

**おもちゃ病院**

日 11月7日・21日(火)  
場 各児童館で受け付け。もとまち児童館で修理

**親子ひろば**

内 プレママ・プレパパ、主に0~3歳の子どもと保護者  
内 気軽に立ち寄れて、安心して遊び・交流ができる場  
問 子育て相談室 ☎042-572-8138  
☎1001398

**子ども専用相談電話(こそでん)**

こま 困ったことがあったら 電話してね  
内 17歳以下の子ども 日 8:30~17:00※日・月曜日、祝日はお休み  
☎0800-800-9033(通話料無料)  
※つながらない時は ☎042-572-3725(通話料有料)

**国分寺市民生委員誕生90周年記念 ミンジーフェスティバル2023**

12月10日(日) 10:30~14:00  
cocobunjiプラザ

**ポッチャ体験**

定 18チーム(2人1組)(先着)  
申 市HPの申し込み様式で

内 90周年を記念して、誰でも参加できるポッチャの体験会などのイベントを開催  
問 地域共生推進課(内346)

**歩行姿勢測定システム体験**

定 32人(先着)※当日整理券配布

**パネル展示**

**障害者施設のグッズ販売**

**作って遊ぼう**

**フードドライブ**

**みんなで歌おう 13:30~**

詳しくはこちらから  
☎1030841

公文書公開請求、保有個人情報開示請求はどなたでもできます

### 令和4年度 情報公開・個人情報保護制度の運用状況

#### ●情報公開制度

公開請求件数	公開・非公開等決定件数			審査請求件数
	公開	部分公開	非公開	
63件(取り下げ7件)	20件	28件	8件(不存在8件)	0件



☎1003538

#### ●個人情報保護制度

開示請求件数	開示・非開示等決定件数			訂正請求 などの件数	審査請求 件数
	開示	部分開示	非開示		
33件	8件	20件	5件 (不存在5件)	0件	0件



☎1003539

☎情報管理課(内513)

目で確認 声出し確認 火の用心

11月9日  
15日

### 秋の火災予防運動

期間中は消防車での広報を行います。また、国分寺消防署と市消防団で11月9日(木)に消防車で市内巡行パレードを行います。

#### 令和5年1月～9月 国分寺消防署管内の火災件数など

火災	出火原因
件数 26件	第1位 電気(モバイルバッテリーや差込みプラグ)
焼損床面積 66㎡	第2位 たばこ
死者 1名	第3位 ガス(ガステーブル等)
傷者 5名	



☎防災安全課(内373) / 国分寺消防署042-323-0119

### 地域生きがい交流事業 参加者募集

- 対市内在住の60歳以上の方(初心者向け)
- ☑12月1日(金)～令和6年3月30日(土)
- 午前9:30～11:30 午後13:30～15:30※休館日を除く
- ¥1 講座 1回200円
- ※講座終了後集金。材料・用具費などは別途実費負担
- ☑11月2日(木)から電話または直接下表の申し込み先へ
- ※各休館日を除く
- ☑11月9日時点で多数の場合抽選。
- 当選者には21日(火)ごろに参加証を郵送。落選者には電話でお知らせ
- ☎1018628

会場	講座番号	講座名(定員)	曜日・時間	申し込み・問い合わせ先 ☎042
生きがいセンターとくら 戸倉4-14 (福祉センター内)	3-1	楽しく筋トレ&ゲーム (25人)	木 午前	生きがいセンターとくら ☎323-5095 休館月曜日・祝日(月曜日が祝日の場合は、火曜日も休館)
	3-2	たのしい脳トレ運動 (20人)	金 午前	
	3-3	日本画を描こう (15人)	金 午後	
	3-4	やさしい書道教室 (20人)	土 午前	
生きがいセンターこいがくぼ 西恋ヶ窪3-32-6 (市民室内プール内)	3-5	セルフケア整体で若返ろう (15人)	火 午前	
	3-6	元気ハツラツ! 笑いヨガ (15人)	水 午前	
	3-7	公代さんのストレッチ (10人)	木 午後	
	3-8	暮らしを彩る折り紙 (10人)	火 午後	
生きがいセンターほんだ 本多5-29-3	3-9	リラックスヨガ (10人)	火 午前	
	3-10	水彩画に親しもう (10人)	火 午後	
	3-11	はじめてみよう! ハングル (10人)	金 午前	
生きがいセンターひかり 光町3-13-20	3-12	デッサンを楽しもう (8人)	水 午前	
	3-13	体をほぐすリズム気功 (10人)	水 午後	
	3-14	はじめてのハーモニカ (8人)	金 午前	
	3-15	すこやか太極拳 (8人)	土 午前	
生きがいセンターもとまち 西元町3-18-12 (もとまちプラザ内)	3-16	お絵かきカフェへようこそ! (10人)	月 午後	
	3-17	楽しい舞台朗読 (10人)	火 午後	
	3-18	アートで遊ぼう (10人)	金 午前	
	3-19	笑って元気! 笑いヨガ (10人)	金 午後	
生きがいセンターにしまち 西町3-22-1 (西町プラザ内)	3-20	ゆっくり太極拳 (10人)	火 午前	
	3-21	自分のペースで3B体操 (10人)	木 午後	
	3-22	はじめてのチェアタップ (10人)	金 午前	
	3-23	筆で遊ぼう (10人)	金 午後	

※生きがいセンターさわやか(さわやかプラザもとまち)に関してはNPO法人あおぞら ☎http://aozora.whitesnow.jp/をご覧ください

### 11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 / 受付時間は医療機関によって異なります
- 診療時間 医科10:00～13:00・14:00～18:00
- 薬局10:00～18:00
- 歯科9:00～12:00・13:00～19:00



☎1001917

3日(祝)			
医科	国分寺ひかり診療所	光町3-13-34	☎042-573-4011
	新産婦人科医院(産・婦)	光町1-38-11	☎042-576-3241
薬局	龍生堂薬局国立店	光町1-41-6 プラス式番館1階	☎042-580-0151
歯科	野口歯科医院	高木町1-11-3	☎042-572-6432

5日(日)			
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	☎042-320-4970
	にしこく眼科(眼)	泉町2-9-3 泉ビル4階	☎042-300-2200
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
	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
歯科	羽田(はだ)歯科医院	西恋ヶ窪2-25-5	☎042-325-3484

12日(日)			
医科	伊佐治内科(内)	戸倉4-45-5	☎042-300-1347
	きりたに耳鼻咽喉科(耳鼻)	南町3-1-29	☎042-328-3387
薬局	アガベ国分寺薬局	戸倉4-45-5	☎042-300-0197
	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	羽田(はねだ)歯科医院	本町4-13-13 第6荒田ビル2階	☎042-325-4609

#### 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 FAX03-5285-8080
- 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
- 国分寺消防署 ☎042-323-0119

