



#### 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。



この街が好き、ずっと一緒。  
 (祝国分寺市制60周年)



ブルーベリーフェスタ

📅8月3日(土)～12日(振休)

📍こくベジメニュー提供店のうち27店舗

🏠市内の特産品である旬のブルーベリーを使用した特別メニューを注文すると、先着でブルーベリー缶バッジをプレゼント

👤「スタンプラリーこくベジハシゴ飯」の対象イベント。詳しくは、こくベジ特設サイト

🌐<https://kokuvege.jp>またはチラシ

主催こくベジプロジェクト推進連絡会

📞経済課(内351)



デジタルスタンプラリー  
「中央線と暮らす」アプリ



こくベジ  
特設サイト

農業祭  
夏果菜品評会

市内農家が生産した野菜の生産技術を審査する、市農業祭夏果菜品評会が6月27日にJA東京むさし国分寺支店で行われました。これは、直売所などで人気の夏野菜である、なす・きゅうり・トマトを栽培する農家が多いことから行っています。

次の方が優秀な成績を収めました。

👑優秀賞 濱仲充さん

(なす・戸倉)

👑優良賞1席 草ヶ谷誠一さん

(トマト・西町)



濱仲充さん

📞経済課(内397)

ぶんバス新庁舎乗り入れルートの  
運賃に関する意見募集

市役所の新庁舎移転に伴い、日吉町ルート、北町ルート、万葉・けやきルートが新庁舎に乗り入れるルートに変更。運賃[乗車1回100円(案)]に対する、意見を募集します。

募集期間 8月1日(木)～7日(水) 12:00

👤意見提出方法など詳しくは市HP📄1032613

📞交通対策課(内363)



ぶんバス新庁舎乗り入れルートの概要

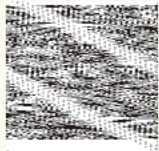
●日吉町ルート 西国分寺駅東→国分寺市役所→泉町三丁目(廃止になるバス停②郵政宿舍前、⑦武蔵国分寺公園東、⑨泉町一丁目、⑩泉町二丁目、⑪いずみプラザ前)

●北町ルート 西国分寺駅東→国分寺市役所→西国分寺駅北(廃止になるバス停は無し)

●万葉・けやきルート(東恋ヶ窪三丁目行) 西元町二丁目→国分寺市役所→西国分寺駅東(廃止になるバス停④いずみプラザ前)

●万葉・けやきルート(史跡武蔵国分寺跡(南門跡前)行) 西国分寺駅東→国分寺市役所→西元町二丁目(廃止になるバス停④いずみプラザ前)

※番号は「国分寺市地域バスご利用案内」のもの



広告



©ホッチプロジェクト

# お知らせロケット

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

## 子ども

Pencil Rocket

### 夏休み子ども映画会

日 ①8月7日(水) 10:30～11:00  
②10日(土) 10:30～11:30  
場 ①もとまち公民館②並木公民館  
※いずれも当日直接会場へ  
内 ①「フレデリック」(レオ・レオニ)  
「ごちゃまぜカメレオン」(エリック・カール)  
「いちばんあいされてるのはぼく」(宮西達也)②「スイミー」(レオ・レオニ)  
「きもだめしのばん」(木暮正夫)  
「ふしぎ駄菓子屋 銭天堂」(廣嶋玲子)  
問 ①もとまち図書館 ☎ 042-325-4222  
②並木図書館 ☎ 042-321-9972

### 夏のスペシャルおはなし会

日 8月7日(水)  
①11:00～11:30②15:30～16:00  
場 恋ヶ窪図書館(当日直接会場へ)  
内 ①小さい子のためのおはなし会  
②おはなしの森  
問 恋ヶ窪図書館 ☎ 042-324-1927

### 8月13日(火)より 児童手当の申請開始

対 高校生年代までを養育している方  
内 申請が必要な方へ8月中旬に通知を送付／受給中の方は申請不要  
☎ 1032536  
問 子ども子育て支援課(内378)

## 高齢者

Pencil Rocket

### 今月の介護認定(更新・申請)

対 有効期間が9月30日(月)までの方  
日 8月1日(木)から受け付け  
内 有効期間が8月31日(土)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 申請書を直接高齢福祉課(いずみプラザ・市役所第2庁舎)、各地域包括支援センター※郵送も可  
問 高齢福祉課 ☎ 042-321-1301

### 地域デビュー・ 介護支援ボランティア講演会

対 市内在住・在勤・在学の方  
日 9月4日(水) 14:00～16:00  
場 リオンホール

内 「楽しむ」から「役立つ」へ、をテーマに地域活動の魅力を紹介  
講 清水孝幸さん(東京新聞 事業局長)  
定 70人(先着)  
申 8月31日(土)までに申込フォームまたは電話でボランティア活動センターこくぶんじ ☎ 042-300-6363  
問 高齢福祉課 ☎ 042-321-1301



## 保健・福祉

Pencil Rocket

### オーラルフレイル健診

対 住民登録のある40～74歳(入れ歯の使用可)※初めての方優先  
日 8月27日(火) 13:20～14:20  
場 いずみプラザ  
内 歯科医師の口腔内診査・舌圧測定(飲み込む力の検査)・個別相談(歯科・栄養)  
定 14人(先着)  
申 8月2日(金)9:00から電話で健康推進課 ☎ 042-321-1801  
☎ 1031349



### ゲートキーパーになりませんか

対 市内在住・在勤・在学・在活  
日 9月6日(金) 13:30～16:00  
場 ひかりプラザ  
内 悩んでいる人への声のかけ方、話の聴き方  
講 公認心理師  
定 40人(先着)  
申 8月6日(火)9:00から電話で健康推進課 ☎ 042-321-1801  
☎ 1030766



### HPV ワクチン無料接種は 令和7年3月まで

接種は  
お早めに

対 平成9年4月2日～21年4月1日生まれでHPVワクチン接種が3回未満の女性  
内 子宮頸がんの原因、ヒトパピローマウイルス(HPV)の感染を予防／標準的なスケジュールでの接種には最短6か月必要です  
持 母子健康手帳・予診票、15歳で保護者同伴なしの場合は同意書  
申 実施指定医療機関に予約  
他 予診票がない・実施指定医療機関以外で接種する方は要事前申請  
☎ 1008576  
問 健康推進課 ☎ 042-321-1801

### 歯科衛生士募集(時間額・若干名)

日 月～土曜日※事業実施日のみ  
9:00～12:30・13:00～16:30  
※勤務時間の変更あり  
場 いずみプラザ  
内 歯科事業・乳幼児健診等の各歯科衛生士業務※要歯科衛生士免許／時給はお問い合わせください  
申 電話で子育て相談室 ☎ 042-321-1801

## くらし

Pencil Rocket

### 今月の市税・保険料の納期 9月2日(月)

内 ①市・都民税、国民健康保険税(第2期)、軽自動車税(随時期)  
②介護保険料(第1期)  
③後期高齢者医療保険料(第1期)  
☎ 1000974  
問 ①納税課(内553)②高齢福祉課 ☎ 042-321-1301③保険年金課(内319)

### 文化財資料展示室 停電のため臨時休館

日 8月15日(木) 13:00～17:00  
問 ふるさと文化財課 ☎ 042-300-0073

### 市×結 おはなし処

対 不登校・ひきこもりなどで悩む14～おおむね39歳の方または家族  
日 8月22日(木) 13:30～16:25  
※1組25分  
場 本町・南町地域センター  
内 「最近、学校・仕事に行きながら」などの相談  
相談員 市の若者支援担当・認定NPO法人育て上げネット「結」相談員  
定 8組(先着)  
申 8月2日(金)～16日(金)9:00～17:00(土日祝日・振休を除く)に電話で子ども若者計画課(内390)※2日(金)～8日(木)は市内在住、9日(金)～16日(金)は市外在住可

### 児童見守り活動のための 交通安全講話会

対 小学生以上  
日 8月23日(金) 14:00～16:00  
場 アクティ・ココブンジ(当日直接会場へ)  
内 小金井警察署員の旗振り指導、道路横断中の危険予測・危険回避を交通安全危険予測シミュレータで

体感  
他 横断旗・啓発グッズをプレゼント  
問 交通対策課(内363)

### 都労働相談情報センターによる 遠隔労働相談

対 原則市内事業者、市内在住・在勤  
日 毎週金曜日  
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)  
申 各相談日の前日12:00までに電話で経済課(内351)



### ぶんバスマップ広告募集

対 市有料広告掲載取扱要綱の掲載基準に則した広告  
内 市公共施設・ぶんバス車内、バス営業所で配架するマップに掲載  
規格(広告寸法) 縦5cm×横6cm  
発行 11月(予定) 部数 約4,000部  
¥30,000円/枠  
申 8月30日(金)までに電話または直接交通対策課(内374)(市役所第2庁舎)

### 家族向・単身者向 都営住宅入居者募集

申 8月1日(木)～16日(金)に郵送(必着)またはオンライン  
申込書配布 8月1日(木)～9日(金)に市HP ☎ 1030663  
問 都住宅供給公社都営住宅募集センター(土日祝日・振休を除く)  
申込期間中 ☎ 0570-010-810、03-5467-9269  
申込期間外 ☎ 03-3498-8894/市民課(内306)



### 第7回国分寺お店大賞の 投票が始まりました



内 「飲食部門」「小売・サービス部門」のグランプリ1店・準グランプリ2店を投票と審査会の審査で決定  
投票期間 8月1日(木)～8月31日(土)  
投票方法 国分寺お店大賞HPまたは投票用はがき  
☎ 1026395  
問 経済課(内396)



8月の休日窓口 10日(土)9:00～12:00

場 市役所第1庁舎 内 市税などの納付、納付相談(証明発行は除く)  
☎ 1000979 問 納税課(内553)

イベント

Pencil Rocket

環境基本計画 市民ワークショップ

**日**8月17日(土) 10:00～12:30  
**場**市役所第一・二委員会室  
**内**「自分ごととして考える未来の国分寺の環境」をテーマに具体的取組・目標を話し合う

**定**30人(抽選)  
**申**8月1日(木)～14日(水)に氏名・連絡先(電話番号またはメールアドレス)を✉machikei kaku@city.kokubunji.tokyo.jp または申込フォーム **☎**1030595  
**問**まちづくり計画課 ☎042-314-9005



ゼロからはじめるタップダンス運動講習会

**日**8月18日(日) 9:30～11:00  
**場**市民スポーツセンター  
**内**「足腰を鍛えよう」をコンセプトに、初心者も楽しめる運動指導  
**講**Lilyさん(Tap Dance Company Freiheit主宰)

**定**30人(先着)  
**持**室内履き・飲み物  
**申**8月2日(金)～13日(火)に氏名・住所・電話番号・年齢を✉sports@city.kokubunji.tokyo.jpまたは電話でスポーツ振興課(内278)  
**企画・運営**市スポーツ推進委員協議会



考えよう 男女平等の未来

**内**市内在住・在勤・在学・在活の15歳以上(中学生を除く)  
**日**9月7日(土) 14:00～16:00  
**場**リオンホール  
**内**第3次男女平等推進行動計画策定に向けたワークショップ

**定**50人程度(先着)  
**申**8月2日(金) 9:00～30日(金) 17:00に、氏名・電話番号、託児希望の方は子どもの氏名・年齢を電話・✉jinkenheiwa@city.kokubunji.tokyo.jpまたは申込フォーム  
**託児**4人程度(6か月～未就学児)  
**☎**1032618  
**問**人権平和課 ☎042-573-4378



女性しごと応援キャラバン in 国分寺

**内**働きたい女性  
※東京しごとセンター多摩の利用登録が必要(当日登録可)  
**日**9月10日(火) 10:00～12:00  
**場**リオンホール  
**内**50代からのキャリアの見つけ方、未来の設計図の描き方。個別相談会(事前予約制)  
**定**40人(先着)  
**申**8月13日(火)から女性しごと応援キャラバン公式HPまたは運営事務局 ☎03-6734-1346



※託児は9月4日(水) 12:00まで  
**託児**10人程度(6か月～未就学児)  
**☎**1032621  
**問**人権平和課 ☎042-573-4378

多摩全域デジタルdeスタンプラリー

**日**10月31日(木)まで  
**場**多摩全域  
**内**7つの魅力別のお勧めスポットを巡るスタンプラリー。スタンプを集め、豪華賞品(抽選)をゲットしよう  
**問**多摩の魅力発信プロジェクト事務局 ☎080-4586-0036／市政戦略室(内393)



市制施行60周年を迎えます

7月20日に開催された60祭をはじめ、たくさんの記念事業が行われています。今回は50周年の記念事業を振り返ります。

ほどよいシティ☆こくぶんじ

50周年には「ほどよいシティ☆こくぶんじ～50年目のおもてなし～」をキャッチフレーズに記念式典や記念切手発行、市公式Facebook開設など様々な事業が行われました。また、市の鳥「カワセミ」が市民投票により選ばれました。

市の鳥 カワセミ

問市政戦略室(内410)



| 8月の無料相談 |  |                                                                                                          |               |                                                         |                                                                                                                           |  |  |  |  |                          |  |
|---------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--|
|         |  | 内容(★以外は要予約)                                                                                              | 日程(振替休日を除く)   | 時間                                                      | 場所                                                                                                                        | 問い合わせ                                                                                |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
| 一般      |  | 法律相談                                                                                                     | 火・金曜日(30日を除く) | 13:30～16:30                                             | 市民相談室                                                                                                                     | 政策法務課 市民相談室(内222)<br>※翌月の日程はお問い合わせください                                               |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | 税務相談                                                                                                     | 14日(水)        |                                                         |                                                                                                                           |                                                                                      |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | 登記相談                                                                                                     | 5日・9月2日(月)    |                                                         |                                                                                                                           |                                                                                      |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | 不動産・空き家等相談                                                                                               | 19日(月)        |                                                         |                                                                                                                           |                                                                                      |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | 行政苦情相談                                                                                                   | 7日・9月4日(水)    |                                                         |                                                                                                                           |                                                                                      |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | 遺言・相続などの書類作成相談                                                                                           | 26日(月)        |                                                         |                                                                                                                           |                                                                                      |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | 年金・労災・雇用保険・労務相談                                                                                          | 8日(木)         |                                                         |                                                                                                                           |                                                                                      |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
| 暮らし     |  | マンション管理相談                                                                                                | 22日(木)        | 13:30～16:00                                             |                                                                                                                           |                                                                                      |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | 交通事故相談                                                                                                   | 1日(木)         |                                                         |                                                                                                                           |                                                                                      |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | 消費生活相談★                                                                                                  | 月～金曜日         | 9:30～12:00・13:00～15:30                                  | 消費生活相談室                                                                                                                   | 経済課 消費生活相談室(内224)                                                                    |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | オンブズパーソンへの面談による申立日                                                                                       | 火曜日           | 9:00～12:00                                              | オンブズパーソン相談室                                                                                                               | オンブズパーソン事務局(内559)                                                                    |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | 心の健康相談                                                                                                   | 15日(木)        | 13:30～16:30                                             | 市民相談室                                                                                                                     | 障害福祉課(内522)                                                                          |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
| 子ども     |  | 個別栄養相談                                                                                                   | 22日(木)        | 9:15～12:00                                              | いずみプラザ                                                                                                                    | 健康推進課 ☎042-321-1801(代表)                                                              |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | 教育相談                                                                                                     | 火～土曜日         | 10:00～16:30                                             |  1001512から電子申請または教育相談室 ☎042-573-4376 | 子ども家庭支援センター ☎042-572-8138                                                            |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | 乳幼児母性健康相談                                                                                                | 13日(火)        | 9:20～11:00                                              | いずみプラザ                                                                                                                    |                                                                                      |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       | 子育て相談室 ☎042-321-1801(代表) |  |
|         |  | 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)<br>9:30～17:00※第2・4木曜は<br>13:00まで(来館相談) |                                                                                                                           |                                                                                      |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | 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                                                                                                  | 8日(木)         | 13:00～16:00                                             | 男女平等推進<br>センター相談室                                                                                                         | 人権平和課<br>☎042-573-4378                                                               |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | にじいろ相談(性的指向・性自認に関すること)(面談・<br>電話・オンライン)                                                                  | 21日(水)        | 17:00～20:00                                             |                                                                                                                           |                                                                                      |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | 女性法律相談(面談・オンライン)                                                                                         | 15日(木)        | 13:30～16:30                                             |                                                                                                                           | 人権平和課<br>相談専用電話 ☎042-573-4342                                                        |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | 女性のためのカウンセリング(面談・電話・オンライン)                                                                               | 6日・27日(火)     |                                                         |                                                                                                                           |                                                                                      |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | 女性の悩みごと相談(面談・電話)★※予約優先                                                                                   | 月～金曜日         | 9:00～12:00・13:00～17:00<br>(受付16:00まで)                   |                                                                                                                           | 生活福祉課(内533)                                                                          |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | 女性の悩みごと相談(オンライン)                                                                                         |               |                                                         |                                                                                                                           |                                                                                      |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | 犯罪被害者等支援相談★                                                                                              |               |                                                         |                                                                                                                           |                                                                                      |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
| 福祉      |  | 母子父子・女性福祉相談                                                                                              |               |                                                         |                                                                                                                           |                                                                                      |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | ふくし法律相談                                                                                                  | 22日(木)        | 13:30～16:30                                             | 権利擁護センターこくぶんじ<br>☎042-580-0570                                                                                            |                                                                                      |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | 成年後見専門相談                                                                                                 | 8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<br> 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<br>☎042-325-4011                                                          |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | 創業個別相談                                                                                                   | 22日(木)        | 13:00～17:00                                             | 市役所第3庁舎<br>2階会議室                                                                                                          | 経済課(内396)                                                                            |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |
|         |  | 事業承継個別相談                                                                                                 | 13日(火)        | 13:30～16:00                                             |                                                                                                                           |                                                                                      |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                          |  |

☎1030006



今、なぜ太陽光発電？  
太陽光発電の基礎～私たちの生活へ

**日** 9月14日 (土) 14:00～15:00頃  
**場** 国立駅前くにたち・こくぶんじ市民プラザ (国立市北1-14-1)  
**内** 太陽光発電や蓄電池の有効性、検討・設置から運用・保守に関して。補助金・共同購入など導入時の対策、自由相談会  
**講** クール・ネット東京  
**定** 40人 (定員に空きがある場合のみ当日参加可)  
**申** 9月13日 (金) までに、住所・参加者氏名・電話番号・メールアドレスを、申込フォーム、✉ machikeikaku@city.kokubunji.tokyo.jp、郵送 (必着) または電話で 〒185-0012 本町4-1-9 本町クリスタルビル4階まちづくり計画課 ☎ 042-314-9005

**共催** 国立市  
**協力** 東京ガスライフバル多摩中央 (株)  
**Q** 1032675

ミュージカルワークショップ  
参加者募集

**対** 10歳以上※経験不問  
**日** 9月25日 (水) 18:00～21:00  
**場** いずみホール  
**内** ミュージカル「Song & Dance For You」のワークショップ (全15回)。歌とダンスを学び、令和7年4月に公演で発表  
**講** 宮下美和さん (脚本家)  
**定** 30人程度 (応募者多数の場合書類審査)  
**¥** 一般4,000円・学生3,000円  
**申** 8月3日 (土)～26日 (月) に申込フォーム※結果は9月14日 (土) までに通知  
**Q** 1030207  
**問** 同ホール ☎ 042-323-1491

第47回国分寺市民体操祭  
参加団体募集

**対** 市内で活動している軽体操・太極拳・フォークダンス・フラダンス・チアダンス・新体操などの団体  
**日** 10月20日 (日)  
**場** 市民スポーツセンター  
**申** 8月22日 (木) までに申請書類を郵送 (必着) または直接 〒187-0022 小平市上水本町6-22-1 市民スポーツセンター。申請書類配布は8月1日 (木)～22日 (木) にスポーツ振興課 (市役所第3庁舎)・市民スポーツセンター・市民ひかりスポーツセンター・市HP **Q** 1014061  
**他** 参加団体は9月18日 (水) に行う代表者会議に出席  
**問** スポーツ振興課 (内279)

公開・参画

**●教育委員会定例会**  
**日** 8月8日 (木) 9:30～  
**場** ひかりプラザ  
**問** 教育総務課 ☎ 042-574-4040  
**●国民健康保険事業運営協議会**  
**日** 8月8日 (木) 14:00～15:00  
**場** リオンホール  
**問** 保険年金課 (内547)  
**●地域包括支援センター運営協議会**  
**日** 8月14日 (水) 14:00～15:30  
**場** いずみプラザ  
**問** 高齢福祉課 ☎ 042-321-1301  
**●政治倫理審査会**  
**日** 8月16日 (金) 18:00～  
**場** 市役所書庫棟会議室  
**問** 政策法務課 (内443)  
**●環境推進管理委員会**  
**日** 8月20日 (火) 14:00～16:00  
**場** 市役所書庫棟会議室  
**問** まちづくり計画課 ☎ 042-314-9005  
**●都市計画審議会**  
**日** 8月21日 (水) 10:30～12:00  
**場** 市役所第一・二委員会室  
**Q** 1023589  
**問** まちづくり計画課 (内356)  
**●緑化推進協議会**  
**日** 8月26日 (月) 14:00～16:00  
**場** 市役所書庫棟会議室  
**問** 緑と公園課 (内354)  
**●第2回子ども・子育て会議**  
**日** 8月27日 (火) 18:30～  
**場** 市役所第一・二委員会室  
**他** 託児あり (**定** 2人 (未就学児) **申** 8月19日 (月) までに ✉ kowakakei@city.kokubunji.tokyo.jp または電話で子ども若者計画課 (内439))  
**Q** 1010192

**▼エックス山を守ろう (作業)**  
**日** 8月9日・16日・23日 (金) 9:30～11:30  
**場** 市民室内プール西側むかしの井戸  
**内** 市・エックス山等市民協議会の協働事業。林の若返り・維持管理  
**問** 緑と公園課 (内352)  
**▼8月の環境ひろば**  
**日** 8月18日 (日) 10:00～12:00  
**場** 市役所書庫棟会議室  
**Q** 1027141  
**問** まちづくり計画課 ☎ 042-314-9005

第10期図書館運営協議会委員の募集

**対** 8月1日時点で市内在住の18歳以上※市の他の附属機関公募委員を除く  
**内** 年5回程度、火～金曜日昼間に開催する会議に出席。図書館運営に関する事項などを協議  
**報酬** 9,500円/回  
**任期** 10月 (予定) から2年間  
**定** 5人  
**申** 8月20日 (火) までに作文「これからの市立図書館の役割について」を

1,200字以内にまとめ、住所・氏名・年齢・電話番号を、✉ honda-to-shokan@city.kokubunji.tokyo.jp、郵送 (必着) または直接 〒185-0011 本多1-7-1 本多図書館  
**募集要領配布** 各図書館、図書館HP  
**他** 作文審査あり。作文は情報公開の対象。返却不可  
**問** 本多図書館 ☎ 042-324-2022

学ぶ楽しむ参加する

こくぶんじ地域クラブまつり  
**日** 8月3日 (土) 9:20～13:40  
**場** 市民スポーツセンター (当日直接会場へ。入退場自由)  
**内** バドミントン・ボッチャ・ミニテニス・卓球・バランスボールなどのスポーツ体験  
**持** 屋内用運動靴※用具は貸し出し  
**問** 同クラブ ☎ 090-9824-0401

都立多摩図書館定例映画会  
**日** ①8月4日 (日) ②15日 (木) 14:00～  
**場** 都立多摩図書館 (当日直接会場へ)  
**内** ①「のっぺらぼう」 (ほか3本) ②「砂漠の冒険」 (日本語版)  
**問** 同図書館 ☎ 042-359-4020

シルバー人材センター入会説明会  
**対** 市内在住で就業希望の60歳以上  
**日** 8月9日 (金) 13:30～  
**場** 福祉センター  
**内** 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)  
**持** 住所・氏名・年齢確認できるもの  
**申** 8月2日 (金) から電話でシルバー人材センター ☎ 042-325-4011

相続と遺言の無料相談会  
**日** 8月13日 (火) 13:30～16:30  
**場** リオンホール (当日直接会場へ)  
**内** 遺産相続・公正証書遺言など  
**問** 都行政書士会国分寺支部 ☎ 042-324-5811

吹奏楽 Labo Vol.2 楽器講習会  
**対** 小学生～高校生、保護者等 (聴講)  
**日** 8月19日 (月) 10:00～15:30 (集合9:30) ※午前・午後からの参加可  
**場** 早稲田実業学校 (本町1-2-1)  
**内** プロが奏法や基礎など大事なポイントを丁寧に指導します  
**定** 100人 (先着)    **¥** 2,000円  
**持** 楽器 (打楽器はドラムスティック)・水筒・昼食・室内履き  
**申** 8月1日 (木)～15日 (木) に専用フォーム  
**問** こくぶんじ吹奏楽プロジェクト ☎ 090-5761-9748

8月トリシン子ども食堂  
**対** 未就学児～中学生 (保護者同伴可)  
**日** 8月19日 (月) 16:00～20:00  
**場** 炭火酒場鶏眞 (本町4-1-10)  
**内** かき氷とわたあめを作って食べよう。屋台のメニューを食べて、遊ぶ夏祭り  
**¥** かき氷・わたあめは無料。輪投げ、焼きそばなどは100円  
**申** 二次元コードから  
**問** 「鶏眞ボランティア」の会 ☎ 042-349-6185

走り方教室 夏休み3日間連続講座  
**対** 市内在住・在学の小学3～6年生※3日間参加できる方  
**日** 8月21日 (水)～23日 (金) 9:20～11:10 (集合9:00)  
**場** 市民スポーツセンター  
**講** 瀧川一輝さん (日本陸上競技連盟公認ジュニア育成指導者) ほか  
**定** 50人 (抽選)  
**¥** 1,500円 (3日間) ※保険料を含む  
**持** 屋内用運動靴  
**申** 8月13日 (火) までに往復はがき (必着) に住所・氏名 (ふりがな)・電話番号・学校名・学年・性別と返信宛名を、〒185-0032 日吉町2-15-2 富士印刷内こくぶんじ地域クラブ事務局※1枚で1人の申し込み  
**問** 同クラブ ☎ 090-9824-0401

グラウンド・ゴルフ大会 (60歳以上)  
**日** 9月4日 (水) 9:00～13:00  
※予備日11日 (水)  
**場** 市民けやき運動場  
**申** 8月20日 (火) までに電話で市グラウンド・ゴルフ協会・武井 ☎ 042-326-1546  
**他** 用具の貸し出しあり  
**共催** (特非) 市スポーツ協会・ (公財) 都スポーツ協会・都

敬老福祉月間行事  
演芸発表会参加者募集  
**対** 市内在住の60歳以上  
**日** 9月8日 (日) 9:30～15:30  
**内** 唄・踊り・合唱などの発表  
**申** 8月2日 (金)～20日 (火) (祝日、月曜日を除く) に直接生きがいセンターとくら  
**問** 同施設 ☎ 042-323-5095



市医師会50周年記念  
市民健康講演会

📅9月8日(日) 14:00～15:30  
📍リオンホール

📖ひざ関節の痛みの原因・予防・治療法を、元リオ五輪サッカー日本代表チームドクターが解説

🗣高木博さん(東京女子医科大学附属足立医療センター整形外科教授)

👤定180人(先着)

📧8月2日(金)～9月6日(金)に、二次元コードまたは電話で市医師会 ☎042-322-4338(土日祝日・振休を除く10:00～16:00)



けやきフェスタ

📅9月14日(土) 11:00～  
📍希望園(戸倉4-14-7)、ワークセンター・さくら(戸倉3-1-1)、食彩工房プラスワン(戸倉3-2-19)  
※いずれも当日直接会場へ

📖模擬店・ゲームコーナー・ステージイベントなど

当日ボランティア募集

📖障害のある方への付き添い・模擬店接客など

📧8月30日(金)までに電話で(社福)けやきの杜・林部 ☎042-321-2200

シニアスポーツ振興事業  
ゲートボール大会

📅9月18日(水) 9:00～  
※予備日25日(水)  
📍新町ゲートボール場

📖1チーム5人

📧9月4日(水)までに電話で市ゲートボール連盟・原 ☎090-2544-8988

主催(特非)市スポーツ協会・(公財)都スポーツ協会・都

秋季水泳教室

📖市内在住・在勤※①～⑤は初心者～中級者

📅祝日・休館日を除く

📍市民室内プール

📧8月2日(金)～10日(土)に申込フォーム

📖参加費は返金不可。途中入会の場合も参加費は同額

📞市水泳協会①～⑤尾迫 ☎090-6124-9251⑥⑦勝田 ☎090-8566-7851

①火曜一般 📖18歳以上  
📅9月3日～12月10日の火曜日9:30～11:30  
📖全14回 定30人 料12,600円

②シニア 📖60歳以上  
📅9月3日～12月10日の火曜日14:30～16:30  
📖全14回 定45人 料12,600円

③レディース 📖18歳以上の女性  
📅9月4日～12月4日の水曜日12:30



～14:30

📖全14回 定45人 料12,600円

④木曜一般 📖高校生以上  
📅9月5日～12月5日の木曜日19:30～21:30  
📖全14回 定30人 料12,600円

⑤土曜一般 📖中学生以上  
📅9月7日～12月14日の土曜日12:30～14:30  
📖全14回 定30人 料12,600円

⑥水曜ジュニア 📖小・中学生  
📅9月4日～12月4日の水曜日15:30～18:30  
📖全14回 定150人 料8,400円

⑦土曜ジュニア 📖小・中学生  
📅9月7日～12月14日の土曜日14:30～17:30  
📖全14回 定150人 料8,400円

市バスケットボール連盟  
登録チーム募集

📖市民スポーツ大会、連盟内リーグ戦に参加する登録チームを募集

👤定1チーム(抽選)

料9,000円/年

📞同連盟・原田 ☎080-5686-7861

防衛大学校等学生募集

募集種目①防衛大学校学生(一般)②防衛医科大学校医学科学生③防衛医科大学校看護学科学生(自衛官候補看護学生)

応募資格高校卒業(見込み含む)の18～20歳

受付期間①10月17日(木)まで②10月9日(水)まで③10月2日(水)まで

試験日①11月2日(土)②1次試験10月19日(土)③1次試験10月12日(土)

📞防衛省自衛隊東京地方協力本部国分寺募集案内所 ☎042-324-1010(代表)



(特非)市スポーツ協会  
事務局員募集

📅月・水・木曜日9:30～15:30  
📍市民スポーツセンター

📖補佐・事務処理・電話応答など

👤定1人

料時給1,150円(交通費の支給なし)

📧koku.sport@gmail.comで同協会※後日連絡あり

📞同協会 ☎042-312-0380(金曜日のみ)

市民掲示板

旅するびより・ベトナムウィーク

📅8月17日(土)～31日(土)

📍カフェといろいろ びより(南町1-14-7 プラウド国分寺1階)

📖写真展・フード・雑貨販売ほか在日常ベトナム寺の話、ベトナム茶会、ワークショップなど

📞チーム・旅するベトナム ☎080-5198-8721

第12回国分寺寄席

📅9月10日(火) 13:00～  
📍いずみホール

📖内金原亭馬生一門の落語会。茶番劇・大喜利

👤定370人(先着)

料1,500円

📧電話で国分寺稲門会・下山 ☎042-577-1220

親子であそぼう  
木のおもちゃ美術館

📖未就学児と保護者

📅9月21日(土) 10:00～11:30

📍生活クラブ保育園ぼむ・国分寺(泉町3-33-2 西晴ビル1階)

👤定15人(先着)

📧9月2日(月)～13日(金)に電話または📧seikatsuclub@pomukokubunji.jpでワーカーズ・コレクティブむすぶんじ ☎042-312-2109

市民親睦ダンスパーティー

📅9月26日(木) 13:30～16:30(受付13:00)※当日参加可

📍本多公民館

👤定40人(先着)

料500円

📧ドレストリアル5種目は、9月11日(水)までに📧kzshimada81@gmail.comまたは電話でダンスサークルひかり・島田 ☎090-5565-6850

会員募集

若竹クラブ

📅毎週水曜日10:30～11:30  
📍福祉センター

📖有酸素運動と脳トレゲームなどで楽しく体操

料入会金1,000円 会費月2,000円

📞松崎 ☎042-571-0655

自立生活体操クラブ・月曜西町

📅毎週月曜日13:30～14:30  
📍西町地域センター

📖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

料入会金500円 会費月1,500円

📞高田 ☎042-576-8593

スティーブ英会話

📅毎週金曜日19:40～21:20  
📍ひかりプラザ

📖外国人教師とフリートークを中心に、日常英会話を楽しく学びます

料入会金1,000円 会費月5,000円

📞島谷 ☎042-571-5696(18:00～21:00)

ST 英会話

📅毎週木曜日18:00～19:30  
📍ひかりプラザ

📖基礎ができる方、少し話せると楽しいかも

料会費月4,000円

📞星 ☎090-4132-1926

観光大使とは

市の魅力を広く市内外に紹介し、観光振興・イメージアップを図るためそれぞれの活躍の場で、市の魅力PRを行います。

この度国分寺市の観光大使に就任させていただくことになりました。正直ほんまに良いのかなという思いですが、観光大使になったからには、最善を尽くしていこうと思います。国分寺は自然いっぱい、学生も多くて活気がある、そしてなんといっても中央線特別快速が停まる選ばれし街です！特快乗ったらすぐ来れるので皆さん是非国分寺へ！

国分寺市制施行60周年おめでとうございます。市制59年目に相方が急遽お邪魔した結果、節目の60周年に観光大使に任命していただきました。拝命したからには尽力します。もちろん相方が。僕は相方がサボらないように徹底的に監視します。この度は本当にありがとうございます。そして、本当におめでとうございます。

ガクテンソク

平成17年9月結成の、よじょうさん(上)・奥田修二さん(下)によるお笑いコンビ。THE SECOND2024で優勝。よじょうさんが市在住。

コンビニエンスストアでの証明書交付サービスを停止

📅8月2日(金) 10:00～13:00

📞1014363

📞市民課(内338)

# 第58回 市民スポーツ大会参加者募集



開会式

📅9月1日(日) 10:00～

📍市民スポーツセンター

📖実施要項・申込用紙は市民スポーツセンター※一部市HP

📞1002602

🗨大会に関してスポーツ振興課(内279)

🏆競技などに関して(特非)市スポーツ協会 ☎ 042-312-0380



| 競技・種別                                                                                                             | 場所             | 開催日・参加費など                                                                                                    | 問い合わせ                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| ●バレーボール<br>①中学生女子6人制②一般男子6人制③一般女子9人制④一般男女混合6人制                                                                    | 市民スポーツセンター     | ①8月21日(水)②③9月1日(日)④令和7年2月11日(祝)                                                                              | 市バレーボール連盟<br>馬屋原 ☎ kokubunjivba@gmail.com                                   |
| ●テニス<br>①壮年ダブルス②グランドダブルス③男子Bシングルス④ミックスダブルス⑤シニアミックスダブルス⑥壮年シングルス⑦グランドシングルス⑧ジュニアシングルス⑨女子シングルス⑩男子ダブルス⑪女子ダブルス⑫男子Aシングルス | 市民戸倉第一・ニテニスコート | ①②8月31日(土)③9月8日(日)④⑤15日(日)⑥⑦22日(祝)⑧⑨29日(日)⑩10月6日(日)⑪13日(日)⑫27日(日)<br>¥ダブルス1ペア1,500円<br>シングルス1,000円(ジュニア500円) | 市テニス連盟<br>🌐http://kokubunji-tennis.com                                      |
| ●ソフトテニス<br>一般男子・女子、男子・女子、シニア男子・女子                                                                                 |                | 9月1日(日)<br>¥高校生1ペア500円 一般1ペア1,500円                                                                           | 市ソフトテニス連盟<br>飯塚 ☎ 042-575-9287                                              |
| ●サッカー<br>①一般部②壮年部                                                                                                 | ①三中②五中         | 9月7日(土)～11月30日(土)                                                                                            | 市サッカー協会<br>和田 ☎ 080-3692-6694                                               |
| ●ソフトボール<br>①ファーストピッチの部②ジョイフルスローピッチの部                                                                              | 市民戸倉野球場        | ①9月8日・15日(日)②9月22日(祝)・29日(日)、10月6日(日)<br>¥3,000円                                                             | 市ソフトボール連盟<br>西原 ☎ 090-8500-0451                                             |
| ●バドミントン ダブルス<br>①一般・高校生の部②中学生の部③小学生の部                                                                             | 市民スポーツセンター     | ①9月8日(日)<br>②9月15日(日)<br>③10月13日(日)<br>¥①1ペア2,000円②③無料                                                       | ①市バドミントン協会事業部<br>☎ jigyoubu@bunbad.com<br>②③市バドミントン協会<br>渡邊 ☎ 090-4245-3255 |
| ●弓道<br>和弓10射                                                                                                      | 東京学芸大学弓道場      | 9月14日(土)                                                                                                     | 市弓道連盟<br>塩野 ☎ 042-301-2788                                                  |
| ●卓球<br>(男子)<br>団体戦一般の部・小中学生の部<br>シングルス一般の部・シニアの部・小中学生の部<br>(女子)ペアマッチ<br>シングルス一般の部・小中学生の部                          | 市民スポーツセンター     | 9月16日(祝)                                                                                                     | 市卓球連盟<br>縄手 ☎ 090-5547-6875                                                 |
| ●居合道<br>個人演武・段別トーナメント                                                                                             | 市民ひかりスポーツセンター  |                                                                                                              | 国分寺居合道会<br>小久保<br>☎ 042-573-5424 ☎ pbgd2948@yahoo.co.jp                     |
| ●バスケットボール<br>一般男子・女子                                                                                              |                | 9月29日・10月6日・13日・20日・27日(日)<br>¥1チーム3,000円                                                                    | 市バスケットボール連盟<br>原田 ☎ 080-5686-7861                                           |
| ●フォークダンス                                                                                                          | 市民スポーツセンター     | 9月29日(日)                                                                                                     | 国分寺フォークダンス協会<br>清水 ☎ 042-575-4825                                           |
| ●剣道                                                                                                               |                | 10月6日(日)                                                                                                     | 国分寺剣友会事務局<br>☎ kokbn_g_no1@yahoo.co.jp                                      |
| ●水泳(男女共通・年齢別)<br>個人種目自由形・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライ・個人メドレー<br>団体種目メドレーリレー・フリーリレー                                               | 市民室内プール        | 10月6日(日)<br>¥500円                                                                                            | 市水泳協会事務局<br>☎ kokubunnjiswim1978@gmail.com                                  |
| ●ターゲット・バードゴルフ(18ホールストロークプレー)<br>男子の部グランドシニア・シニア・ミドル<br>女子の部シニア・ミドル                                                | 市民けやき運動場       | 10月15日(火)                                                                                                    | 国分寺ターゲット・バードゴルフ協会<br>中根 ☎ 090-5329-0358                                     |
| ●ゲートボール<br>チーム別リーグ戦(1チーム5人制)                                                                                      | 市民新町ゲートボール場    | 10月16日(水)                                                                                                    | 市ゲートボール連盟<br>原 ☎ 090-2544-8988                                              |
| ●ミニテニス<br>女子ダブルス・男女混合ダブルス                                                                                         | 市民スポーツセンター     | 10月26日(土)                                                                                                    | 国分寺ミニテニス連盟<br>大木 ☎ & ☎ 042-322-5467                                         |
| ●ダンススポーツ<br>ダンスタイム・ミキシング・ワンポイントレッスン・トライアル                                                                         | 市民ひかりスポーツセンター  | 11月4日(振休)                                                                                                    | 市ダンススポーツ連盟<br>吾郷(あごう) ☎ 080-3211-6423                                       |
| ●グラウンド・ゴルフ<br>32ホール(8ホール×4ラウンド)ストロークプレー                                                                           | 市民けやき運動場       | 11月6日(水)                                                                                                     | 市グラウンド・ゴルフ協会<br>武井 ☎ 042-326-1546                                           |
| ●ゴルフ(18ホールストロークプレー 新ペリア方式)<br>男子一般の部・シニアの部・グランドシニアの部・スーパースニアの部<br>女子                                              | 青梅ゴルフ倶楽部       | 11月8日(金)<br>¥3,000円※プレー費は別途                                                                                  | 市ゴルフ協会事務局<br>☎ 090-6476-0280 ☎ 042-324-2028<br>☎ kcg2010@ybb.ne.jp          |
| ●スポーツウエルネス吹矢<br>6mの部・8mの部・10mの部(男女別)                                                                              | 市民スポーツセンター     | 11月9日(土)<br>¥500円                                                                                            | 市スポーツウエルネス吹矢協会<br>雨宮 ☎ 090-4613-3510                                        |
| ●少林寺拳法                                                                                                            | 市民ひかりスポーツセンター  | 11月23日(祝)                                                                                                    | 市少林寺拳法連盟<br>原 ☎ 090-6184-1780 ☎ za42358@tc4.so-net.ne.jp                    |

## フットコナー

4月23日に鈴木琉生さんを応援アスリートに認定し、6月17日に認定証授与式を行いました。

2024年ユースオリンピック冬季競技大会にスキークロス男子日本代表として出場。全日本ジュニアスキー選手権大会スーパードルフィンU18で優勝、U21で準優勝。全日本スキー選手権大会スキークロスで6位入賞と、これからの活躍が期待されます。



文化に親しみ 心を豊かにして 明日への活力に  
**第61回 市民文化祭 参加者募集**

**開会式**

📅9月29日(日)13:30～  
📍リオンホール(当日直接会場へ)

📄特に記載がない場合は市HP📄1013965または各種目の  
問い合わせ先  
共催国分寺市民文化祭実行委員会・市  
後援市文化団体連絡協議会・市教育委員会  
📄掲載内容は変更になる場合あり。最新情報は市HPで  
📞文化振興課 ☎042-313-8182



**10月開催**

- 囲碁大会(各クラスに分かれて対局)**  
📅6日(日)10:00～(受付9:30～) 📍リオンホール ¥500円  
📧谷本📧m.tanimo@gmail.com・📞☎042-575-9735
- きものフェスティバル**  
(自分の着物でファッションショーに参加)  
📅12日(土)13:00～16:00 📍いずみホール  
📄右の二次元コード 📞熊谷☎042-315-2795  
📄エントリー要項
- 民舞大会(新舞踊)**  
📅13日(日)11:00～ 📍いずみホール 📞佐藤☎090-8777-2040
- 華道展(いろいろな流派の作品を展示)**  
📅19日(土)・20日(日)10:00～18:00(20日は17:00まで)  
📍リオンホール ¥1,000円 📞平山☎042-301-0552
- 三曲演奏会(箏・三絃・尺八の合奏、独奏など)**  
📅19日(土)12:00～16:00 📍いずみホール 📞水野☎042-573-4055
- 吟詠剣詩舞大会(漢詩・和歌などの吟詠、剣詩舞)**  
📅20日(日)12:30～17:00 📍いずみホール 📞手塚☎042-327-1181
- 書道展(会派を超えた書道の展示)**  
📅25日(金)～27日(日)11:00～18:00(25日14:00～・27日16:00まで)  
📍リオンホール 📞穴戸☎042-301-7251・☎050-3746-8277
- 市民グループ展(美術・工芸・手芸・教養などの活動を展示)**  
📅25日(金)～27日(日)10:00～17:00(27日16:00まで)  
📍本多公民館 📞奈良☎070-3820-7315

**11月開催**

- 音楽祭(演奏や合唱などの多彩な音楽の祭典)**  
📅2日(土)・3日(祝)両日とも11:00～ 📍いずみホール  
📧広瀬📧info@kb-onren.com
- 美術展(油絵・日本画・デッサンなどの展示)**  
📅8日(金)～11日(月)10:30～18:00(8日は12:00～・11日は17:00まで)  
📍リオンホール 📞伊庭野☎042-321-6058
- 大正琴演奏会(大正琴)**  
📅9日(土)13:00～15:00 📍いずみホール 📞石橋☎090-8314-5445
- 古典尺八演奏会(法竹または虚鐸という地無し延べ管で演奏)**  
📅10日(日)13:30～16:30(開場13:00) 📍いずみホール  
📞奥田☎042-321-1148
- 日本舞踊大会(古典・端唄(小唄)など)**  
📅17日(日)12:30～16:00 📍本多公民館 📞花柳☎042-321-6470
- ダンスフェスタ(ジャズダンス・バレエ・ストリートダンスなど)**  
📅17日(日)12:30～・16:30～ 📍いずみホール  
📄出演時間10分以内 📧米田📧naek.dance@gmail.com
- 将棋大会(クラス別の対局)**  
📅24日(日)8:30～19:00 📍本多公民館 ¥300円  
クラス A級=3段以上/B級=初段～2段/C級=1級以下  
📞渡邊☎042-323-7589
- 謡曲大会(能楽の各流派が合同で謡曲・仕舞など)**  
📅24日(日)12:00～ 📍いずみホール 📞林☎042-326-6385



音楽連盟HP

市は、2050年温室効果ガス排出量を実質ゼロとする、  
ゼロカーボンシティの実現を目指しています

**みんなで取り組むゼロカーボン vol.5**

年々気温は上昇し、熱中症のリスクが高まっています。こうした地球温暖化の影響に備えることも、地球温暖化対策のひとつです。環境に優しい工夫をして、夏の暑さにしっかり備えましょう。

■**日頃の備えが大切**

- 遮光・緑のカーテン、すだれなどの活用で、直射日光を防ぐ
- 朝夕に打ち水をして、家の周囲を涼しくする
- 「熱中症予防情報サイト」やLINE公式アカウント「環境省」で、熱中症警戒アラート・暑さ指数(WBGT)などの情報を毎朝チェック
- のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分・塩分などを補給
- 吸湿性・速乾性のある通気性のよい服を着る



■**室内でも油断禁物**

- エアコンや扇風機で、室温をこまめに調節
- 室温や湿度が高いときは、エアコン・扇風機、保冷剤・冷たいタオルなどで体を冷やす



■**屋外こそ、しっかり対策**

- 日傘や帽子を着用
- 熱中症警戒アラート発表時は、不要不急の外出は控える



📞まちづくり計画課 ☎042-314-9005

**公益通報者保護制度もご存じですか**

公益通報とは「内部告発」のことであり、自分が働く会社などで法令違反行為が行われた、または行われようとしていることを、事実に基づいて通報することです。労働者などが公益のための通報を行ったことを理由に解雇等の不利益な取り扱いを受けることのないよう、公益通報者保護法で保護制度が整備されています。



通報先には、事業者内部に設置された窓口や法令違反行為に対して処分を行う行政機関などがあります。行政機関への公益通報のうち、市が勧告や命令などを行う権限を持つ場合や、通報先が分からないなどの相談は政策法務課で受け付けます。調査の際には、通報者が特定されないよう十分配慮します。

■**市への通報方法**

📧houmu@city.kokubunji.tokyo.jp・📞042-325-1380・郵送・電話または直接〒185-8501政策法務課(市役所第3庁舎)



■**市以外の問い合わせ先**

公益通報者保護制度相談ダイヤル ☎03-3507-9262(9:30～12:30・13:30～17:30(土日祝日・振休・年末年始を除く))

📞政策法務課(内559)

あなたと、あなたの大切な人のために  
がん検診・健康診査を受けましょう

申し込み～受診日時で本市に住民登録のある右表対象者で⑥過去に市で受診したことがない⑨人間ドックを受診していない⑩⑪令和5年4月1日以降同検診を受診していない方

①～⑧9～12月の月・水・金曜日(祝日・振休を除く)の午後⑨右表に記載されている日程の午前⑩9月～令和7年2月⑪マンモグラフィ検診車は9月～令和7年2月、その他の医療機関は9月～令和7年1月

⑫8月2日(金)～9月30日(月)に申込書(コピー可。用紙の指定無し)を、郵送(必着)または直接〒185-0024泉町2-3-8健康推進課(いずみプラザ内)へ／電子申請可／胃がん検診は8月15日(木)(必着)／子宮がん検診・乳がん検診(マンモグラフィ検診車は除く)は12月13日(金)(必着)まで随時

⑬同じ検(健)診または検査項目の同一年度内受診不可。詳しくは ☎ 1012512

⑭健康推進課 ☎ 042-321-1801

がん検診・健康診査等申込書

締め切り9月30日(月)(必着)

|    |      |      |       |   |   |      |
|----|------|------|-------|---|---|------|
| 氏名 | ふりがな | 生年月日 | T・S・H | 年 | 月 | 日(歳) |
|    | 男・女  | 電話番号 |       |   |   |      |
| 住所 | 国分寺市 |      |       |   |   |      |

| 対象者(*)                         | 番号     | 種別                   | 希望する欄に○印 | 確認事項                                                                                                                                                      | 内容<br>※すべて問診あり                          |
|--------------------------------|--------|----------------------|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 40～65歳で4月1日から継続して市の国民健康保険に加入の方 | ①      | 特定健康診査<br>☑市内医療機関    |          | ③④で託児を希望する方は以下にご記入ください<br>●託児希望の子ども的人数( )人<br>1人目:年齢 歳 か月<br>2人目:年齢 歳 か月<br>●都合が悪い日の左( )内に×印を記入<br>〔 〕10月23日(水) 〔 〕10月28日(月)<br>〔 〕11月27日(水) 〔 〕12月16日(月) | 身体測定・血圧測定・血液検査・尿検査・胸部エックス線検査・心電図・眼底検査など |
|                                | ②      | 特定健康診査<br>☑公衆衛生センター  |          |                                                                                                                                                           |                                         |
|                                | 25～29歳 | ③                    | 若年層健康診査  |                                                                                                                                                           |                                         |
| 30～39歳                         | ④      | 30歳代健康診査             |          |                                                                                                                                                           |                                         |
| 40歳以上                          | ⑤      | 大腸がん検診               |          | ②～⑧は公衆衛生センターで受診のため都合の悪い曜日に×印を記入。日程は申し込み後に送付される、ご案内で確認<br>( )月曜日<br>( )水曜日<br>( )金曜日                                                                       | 便潜血検査                                   |
|                                | ⑥      | 肝炎ウイルス検診             |          |                                                                                                                                                           | 血液検査                                    |
|                                | ⑦      | 肺がん検診                |          |                                                                                                                                                           | 胸部エックス線検査・喀痰細胞診                         |
| 18歳以上                          | ⑧      | 結核検診                 |          |                                                                                                                                                           | 胸部エックス線検査                               |
| 40歳以上                          | ⑨      | 胃がん検診<br>※8月15日(木)必着 |          | ☑いずみプラザ(午前のみ)<br>●都合が悪い日の左( )内に×印を記入<br>〔 〕9月28日(土) 〔 〕9月29日(日)<br>〔 〕10月5日(土) 〔 〕10月6日(日)<br>〔 〕10月19日(土) 〔 〕10月20日(日)<br>〔 〕10月26日(土)※申込者が少ない場合は中止      | バリウムによる胃部エックス線検査                        |
| 20歳以上の女性                       | ⑩      | 子宮がん検診               |          | 本市・小金井市・小平市の実施医療機関                                                                                                                                        | 視診・子宮頸部細胞診など                            |
| 40歳以上の女性                       | ⑪      | 乳がん検診                |          | いずれか1つに○印を記入<br>( )府中恵仁会病院(月～金曜日)<br>( )桜町病院(火・水・金曜日)<br>( )小金井つかめクリニック(月～土曜日)<br>( )マンモグラフィ検診車(市役所・いずみプラザで土・日曜日)                                         | マンモグラフィ(乳房エックス線検査)                      |

(\*)対象年齢 子宮がん検診・結核検診は受診日時時点での年齢。その他の検(健)診は令和7年3月31日時点での年齢

定額減税しきれないと見込まれる方へ  
給付金(調整給付)を支給

対象

市から令和6年度個人住民税が課税されている方のうち、定額減税可能額(後述)が、令和6年分推計所得税額または令和6年分個人住民税所得割額を上回る(減税しきれない)方。ただし、納税義務者本人の合計所得金額が1,805万円を超える方は対象外

給付額

算出式  
①所得税分控除不足額+②個人住民税所得割分控除不足額=③給付額(1万円単位切り上げ)  
①=[定額減税可能額 3万円×(本人+扶養親族数)]-(令和6年分推計所得税額)  
②=[定額減税可能額 1万円×(本人+扶養親族数)]-(令和6年度分個人住民税所得割額)

申請方法

●対象の方には、7月末頃より順次お知らせ等を発送  
○お知らせが届いた方は原則、手続き不要。必ず内容をご確認ください  
○確認書が届いた方は**早めにお手続きください**(期限を過ぎると受給辞退とみなされます)

定額減税に関して

●個人住民税の減税  
6月1日号市報12ページ・市HP ☎ 1032202 ☎ 課税課(内328)  
●所得税の減税  
国税庁HP(定額減税特設サイト)

申請期限

令和6年  
10月31日(木)

手続きに関する問い合わせ  
市臨時特別給付金コールセンター  
☎ 042-325-0263  
8:30～17:00(土日祝日・振休を除く)  
※8月10日(土)は受付可

給付金に便乗した詐欺に注意

怪しいと思ったら…  
小金井警察署 ☎ 042-381-0110  
警察相談専用電話 #9110

☎ 1032356

☎ 1032356

凡例

☎ 対象

📅 日時

📍 場所

📄 内容

👤 講師

👥 定員

💰 費用

🎒 持ち物

📝 申し込み

👤 その他

🔍 市HP 検索番号

🗨️ 問い合わせ

### 母子保健事業

#### 両親学級

☎1012499



☎これからママ・パパになる方(初妊婦の方優先)

- ひかりクラス
- ☎もく浴・妊婦ジャケット体験・保健師の話
- わくわくクラス
- ☎栄養士・歯科医師・保健師の話、わくわく同窓会の先輩ママ・パパとの交流

#### 離乳食講習会

☎1012502



☎乳児の保護者

- 1回食
- ☎栄養講話・滑らかに潰した状態を保護者が体験
- 2・3回食
- ☎栄養講話・歯科講話・離乳食の目安量や歯ブラシの見本を展示

#### 歯科健診・歯みがきクラス

☎1012501



●妊婦歯科健診

☎妊娠中の方

- 2歳半・3歳半歯科健診
- ☎2歳3～11か月児・3歳3～11か月児と保護者
- ☎フッ素塗布を含む

●乳幼児歯みがきクラス

☎おおむね1～1歳5か月児と保護者

☎講話(かじり取りと仕上げみがき)と歯みがき相談

●2歳児歯みがきクラス

☎おおむね2～2歳6か月児と保護者

☎講話(むし歯予防と噛むこと)と歯みがき相談

☎いずみ保健センター

☎子育て相談室へ電話またはぶんじ子育てナビ

☎子育て相談室 ☎042-321-1801

ぶんじ子育てナビをご利用ください

予防接種のスケジュール管理や、子育てに関する情報の提供など、子育て中のママ・パパをサポートするアプリ。パソコンでWeb版も利用可。



### 児童館であそぼう

☎0～17歳(幼児は保護者同伴)

☎月～土曜日10:00～19:00(第4月曜日は13:00～19:00)

※日曜日、祝日、振休、第4月曜日午前は休館

☎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

☎本多児童館 ☎042-322-1140・いずみ児童館 ☎042-322-8849

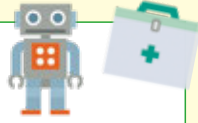
もとまち児童館 ☎042-359-1488・ひかり児童館 ☎042-576-2581

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

☎8月6日・20日(火)

☎各児童館で受け付け。ひかり児童館で修理



### 親子ひろば

☎プレママ・プレパパ、主に0～3歳の子どもと保護者

☎気軽に立ち寄れて、安心して遊び・交流ができる場

☎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 だんわ 電話してね



☎17歳以下の子ども

☎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)

### 高齢者を熱中症から守る対策事業実施中

- 在宅で生活する高齢者のために関係機関への普及啓発チラシの配布
- 熱中症予防に関する講座の開催
- 市内公共施設や市内協力商店などに涼み処を設置
- 熱中症対策・予防の注意喚起チラシの配布

※民生委員・児童委員を中心に行っていた戸別訪問は行わず、関係機関の連携により広く注意喚起に取り組みます

☎高齢福祉課 ☎042-321-1301





## 8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 医科10:00～13:00・14:00～18:00  
薬局10:00～18:00  
歯科9:00～12:00・13:00～18:00

| 4日(日) |                    |                         |               |
|-------|--------------------|-------------------------|---------------|
| 医科    | くぼしまこどもクリニック(小・アレ) | 泉町2-9-3<br>ハートフルビル西晴3階  | ☎042-300-1801 |
|       | ひとみ眼科クリニック(眼)      | 南町3-1-28                | ☎042-329-8002 |
| 薬局    | そうごう薬局<br>西国分寺駅前店  | 泉町2-9-3<br>泉ビル102号      | ☎042-328-0801 |
|       | アビック薬局国分寺南町店       | 南町3-1-28<br>飛べない飛行船地下1階 | ☎042-322-2039 |
| 歯科    | ひらいで歯科医院           | 本町4-1-6 ウッドビル1階         | ☎042-322-8148 |

| 11日(日) |                   |                                       |               |
|--------|-------------------|---------------------------------------|---------------|
| 医科     | さつきクリニック国分寺院(内)   | 西元町2-17-14                            | ☎042-359-4197 |
|        | 小松崎皮膚科クリニック(皮・アレ) | 泉町2-9-3<br>ハートフルビル西晴3階                | ☎042-320-4100 |
| 薬局     | よつ葉薬局             | 西元町2-16-34<br>ザ・ライオンズ武蔵国分寺公園<br>125号室 | ☎042-320-4280 |
|        | そうごう薬局<br>西国分寺駅前店 | 泉町2-9-3 泉ビル102号                       | ☎042-328-0801 |
| 歯科     | 古川歯科・小児歯科         | 泉町3-26-10                             | ☎042-325-1207 |

| 12日(振休) |                     |                                   |               |
|---------|---------------------|-----------------------------------|---------------|
| 医科      | さくら医院(内・消)          | 本多1-3-15                          | ☎042-320-5377 |
|         | 笠原整形外科(整外)          | 西恋ヶ窪2-2-1<br>ビーンズ・アネックス<br>西国分寺1階 | ☎042-321-5521 |
| 薬局      | みよの台薬局国分寺店          | 本多1-4-12<br>コーポ神山1階               | ☎042-326-5260 |
|         | ディ・エムエル西国分寺<br>調剤薬局 | 西恋ヶ窪2-2-1<br>ビーンズ・アネックス<br>西国分寺2階 | ☎042-320-3871 |
| 歯科      | まついけ歯科              | 東恋ヶ窪5-22-4<br>恋ヶ窪ビル2階             | ☎042-326-4188 |

#### 緊急時 24 時間利用できます

☎医療情報ネット(都)  
☎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

☎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