

こくぶんじ

市報 KOKUBUNJI

毎月1日・15日発行

6 / 15

令和8年(2026年)

No. 1521

7月1日(水)10:00から 利用できます!

引き続き
取扱店舗を
募集中!

※詳しくは特設サイト

利用者専用コールセンター
☎0120-04-7722

開設期間

10月9日(金)までの
祝日を除く月～金曜日
9:00～17:00
※7月は全日稼働

ぶんぶん商品券

¥6,000



見本

カード番号
123456

利用期間

国分寺市
令和8年7月1日(水)
▶ 令和8年9月30日(水)



© ホッチプロジェクト

事業者専用コールセンター
☎0120-88-5353

開設期間

10月20日(火)までの
祝日を除く月～金曜日
9:00～17:00
※7月は全日稼働

おトク、わくわく、地域応援

詳しくは特設サイト▶



外国人のみなさんへ

外国人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
人士的告知。



今号の注目記事

- 2面 ぶんぶん商品券取扱店舗をめぐって集める
LINEスタンプラリー
- 3面 今年も暑くなります! 熱中症にご注意を!
- 5面 国分寺まつりに出店しませんか

発行/国分寺市 編集/政策経営部広報プロモーション室

〒185-8501 東京都国分寺市泉町 2-2-18 ☎042-325-0111 (代) FAX042-325-1380

市HP



市公式X
フェイスブック
YouTube



LINE登録は
こちらから▶



友だち登録で
スタンプラリーに参加!

スタンプの数に応じて
市ゆかりの賞品が当たる!

ぶんぶん商品券取扱店舗をめぐって集める

LINEスタンプラリー

7月1日(水)10:00～9月30日(水)

※応募は10月15日(木)まで

- ①市LINE公式アカウントを友だち登録した方
- ②ぶんぶん商品券取扱店舗※商品を購入しなくてもスタンプは獲得可/二次元コードを掲示しない店舗あり
- ③友だち登録でスタンプラリーに参加。スタンプの数に応じて市ゆかりの賞品が当選
- ④応募方法市LINEメニューからキャンペーンを選択、スタンプラリーの専用フォームから応募
- ☎1037698
- 協力市商工会・JA東京むさし国分寺支店・(一社)こくぶんじ観光まちづくり協会・こくベジプロジェクト推進連絡会
- ☎経済課 ☎042-312-8613

①友だち登録



または

IDで友だち登録
@kokubunji

②LINEのメニューから
キャンペーンを選択



③取扱店舗の
二次元コードを読み取り
1日1個、スタンプをゲット



④スタンプの数に応じて
1人1回、LINEのフォームから応募



※賞品はイメージ

お買い物も
スタンプラリーも楽しもう!

市からのお知らせが LINEで届きます!

この機会に ぜひ友だち登録を!



賞品はキャンペーン
メニューから確認!

今年も暑くなります！ 熱中症にご注意を！

☎★はゼロカーボン課
☎042-312-8663

★夏を迎える準備は できていますか？

- 暑さに体を慣らして、無理なく汗をかく練習を。
入浴や軽い散歩・エクササイズが効果的
- エアコンの試運転・2週間に一度のフィルター掃除
で快適空間を



エアコンの上手な使い方は政府広報オンライン▲

熱中症は予防が大切

●予防のポイント

- 暑さを避け、適宜休憩し無理はしない
- こまめに水分・塩分をとる
- 通気性のよい衣服を着る
- エアコンなどを適切に使用

子ども・高齢者・持病のある方は特に注意

※暑いと感じていなくても、就寝時もエアコンを

●病院へ行く？救急車を呼ぶ？迷ったら「#7119」

※緊急だと思ったら、ためらわずに119番通報

●脱水状態のセルフチェック

手の甲の皮膚をつまんで離し、元に戻るのに2秒以上
かかったら脱水の疑いあり

●運動や屋外活動の目安・熱中症を動画で学ぼう

環境省熱中症予防情報サイト

☎1025918 ☎健康課 ☎042-312-8627



★危険な暑さの予測を知らせる「アラート」

危険な暑さが予測される場合に「熱中症警戒アラート」、
過去に例のない危険な暑さが広域的に予測される場合に
「熱中症特別警戒アラート」を発表。熱中症予防情報サイト
では、アラートの配信サービスも。



詳しいアラートのことは▲
環境省・熱中症予防情報サイト

★アラートが発表されたら

- 熱中症予防は、暑さを避けることが重要。室内ではエアコンなどを
適切に使用
- 熱中症リスクが高い、高齢者・子ども・持病のある方などには、エ
アコンの適切な使用、こまめな水分・塩分の補給など、身近な方が
声かけを。高齢者は暑さを感じにくく、発汗・体温調整機能・暑さ
に対する抵抗力が低下しているので注意
- こまめな水分・塩分の補給、涼しい服装などをふだん以上に実践

★熱中症特別警戒アラート発表時の 市の施設・主催イベント

- 市が行う日中の屋外イベントは中止・延期
- 屋外施設の日中の貸し出しは中止

★知ってる？東京暑さ情報

都は、危険な暑さを予測した場合に、独自の「東京暑さ情報」
を提供し、身近な場所の暑さの危険度がわかる「東京暑
さマップ」を公開。



都熱中症対策ポータル▲

★生活安全・安心メールにご登録ください

東京に熱中症特別警戒アラート、国分寺市に東京暑さ情報が発表さ
れた場合、生活安全・安心メールでお知らせ※東京暑さ情報は月～金
曜日(祝日を除く)

●登録方法

二次元コードを読み取るか、
☎t-kokubunji@sg-p.jpに
空メールを送信

☎1002506



PC・スマートフォン



フィーチャーフォン

★お出かけ中に涼みたくになったら

一時的な暑さをしのぐ場所として、クーリングシェル
ターを設置

☎10月21日(水)まで

☎場市役所、各地域センター・公民館、いずみホール、cocobunjiプラ
ザ、市民スポーツセンター、福祉センター、さわやかプラザもとま
ち、いずみプラザ、ひかりプラザ、史跡の駅おたカフェ
※並木公民館は改修工事のため9月30日(水)まで(予定)

☎1032625



6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



☎1001917

☎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療
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/発熱症
状のある方は院外でお待ちいただく場合があります

■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・13:00~18:00

緊急時 24 時間利用できます

- 医療情報ネット(都)
☎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
- 都子ども医療ガイド
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



21日(日)			
医科	国分寺内科中央病院	東元町2-3-19	☎042-322-0131
	たけむら整形外科	本町3-11-14 メディカルコア国分寺3階	☎042-300-1155
薬局	アカシア薬局	本町3-11-14 新本町ビル1階	☎042-329-8580
歯科	滝本歯科医院	南町3-26-33	☎042-324-7040

28日(日)			
医科	小森こどもクリニック(小)	本多2-3-3 国分寺市商工会館4階	☎042-322-5585
	きりたに耳鼻咽喉科(耳鼻)	南町3-1-29	☎042-328-3387
薬局	ノムラ薬局国分寺店	本多2-3-3	☎042-312-4241
	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	こばやし歯科医院	本町2-9-21 ルアーージュ宝1階	☎042-400-2004



子ども

Pencil Rocket

保育コンシェルジュ相談予約



家庭の希望に沿った入所・配慮が必要な子ども・緊急一時保育などの相談

申込フォームまたは電話で保育幼稚園課 ☎042-312-8648

医療的ケア児の保育所入所申し込み事前相談



次のすべてに当てはまる児童○事前相談時点で市内在住○令和9年度に1～5歳児クラスに入所希望の令和3年4月2日～令和8年4月1日生まれ(施設ごとの受け入れ対象クラス・対応可能な医療的ケアは市HP)○保護者が保育できない

7月1日(水)～8月14日(金)

保育コンシェルジュに、保育に配慮が必要な子どもの保育所入所を相談

6月15日(月)から申込フォームまたは電話で保育幼稚園課 ☎042-312-8648

子育て支援員研修(第2期)の受講生を募集



9月頃から順次

新宿・立川等※録画視聴または会場

①地域保育②地域子育て支援③放課後児童④社会的養護

7月1日(水)～15日(水)に各HPまたは郵送(簡易書留・当日消印有効)で①(公財)都福祉保健財団 ☎03-3344-8533②③④(株)東京リーガルマインド ☎03-5913-6225

申込書子ども若者計画課(市役所2階)・各HP

都福祉局子供・子育て支援部企画課 ☎03-5320-4121(研修全般に関すること) / 子ども若者計画課 ☎042-312-8645

高齢者

Pencil Rocket

地域包括支援センターのイベント



認知症サポーター養成講座

市内在住・在勤・在学

6月23日(火) 14:00～15:40

さわやかプラザもとまち

新しい認知症観を知り、認知症の人や家族を地域で支える認知症サポーターになってみませんか

地域包括支援センターもとまち職員、市民キャラバン・メイト

定30人(先着)

6月16日(火)から電話で地域包括支援センターもとまち ☎042-401-0035

地域包括ケア課 ☎042-312-8642

7・8月のおれんじCafe



認知症の人やその家族、地域の方 ①7月1日・15日、8月5日・19日(水)13:00～16:00

②7月14日・28日、8月25日(火)13:00～16:00

①おれんじCafeにんじん②同Cafeサンライト(当日直接会場へ)

認知症や介護に関する相談・情報交換ができる場

¥100円 Q1013794

地域包括ケア課 ☎042-312-8642

認知症の人を支える家族の会(きさらぎ会)



認知症の人を介護している・介護を経験した方

7月6日、8月3日(月)13:30～16:00

いずみプラザ(当日直接会場へ)

認知症介護者同士が語り合う場 Q1008516

地域包括ケア課 ☎042-312-8642

マシン筋力トレーニング事業・教室型



市内在住の実施施設まで通える65歳以上(6月1日時点)※医師から運動制限の指示を受けた、要介護認定を受けている、要支援認定を受け予防給付または介護予防・生活支援サービス事業の通所型のサービスを受けている方は除く

①8月20日～11月12日の木曜日 ②8月21日～11月13日の金曜日 10:00～11:30

①さわやかプラザもとまち ②ルネサンス国立24(国立市)

定各10人程度(抽選)

マシン筋力トレーニング、「10の筋力トレーニング」、□腔体操、介護予防の講話・グループワーク。利用期間終了で卒業

¥1回300円※住民税非課税世帯・生活保護受給者は軽減

6月16日(火)～7月15日(水)に、申請書を直接地域包括ケア課(市役所2階)または最寄りの地域包括支援センター

申請書各申込先・市HP Q1023042

利用開始から1年以内に、健康診

査を受診

地域包括ケア課 ☎042-312-8642

くらし

Pencil Rocket

サービスコーナー日曜開庁日

7月5日(①～③)・19日(③のみ) 8:30～17:00

cocobunji市民サービスコーナー 定①28人(先着)

①マイナンバーカード交付(交付通知書をお持ちの方)②カード関連手続き③証明書発行

マイナンバーカード受け取りは要予約(☎0120-002-577) / 証明書交付は翌日以降の場合あり

カード受け取り・証明書発行に必要なもの

Q1015048・1003815

同サービスコーナー ☎042-329-4121

マイナンバーカードの申請臨時窓口

7月の毎週火曜日 9:00～16:30

国立駅前市民サービスコーナー

定各16人(予約優先)

顔写真を撮影し交付申請 / 必要書類持参と暗証番号設定依頼で郵送受け取り可 / 免許情報の継続不可 / 市役所でも実施(郵送受け取り不可)

本人確認書類(運転免許証など)、通知カード(お持ちの方)

6月16日(火)から電話で同サービスコーナー ☎042-573-4377(土日祝日を除く8:30～19:00)

Q1025967・1033431

令和7年度も多くの「きふ」をありがとうございました



件数498件(市内17件、市外481件)

金額40,606,303円(市内1,799,703円、市外38,806,600円)

寄附の指定事業先などは市HP Q1008589

財政課 ☎042-312-8701

6月は浸水対策強化月間



浸水防止のため、雨水ますや側溝付近にごみを捨てたり、物を置いたりしないでください / 東京アメッシュで降雨情報をチェック

下水道課 ☎042-300-0120

令和8年度都立霊園使用者募集

申込書・都立霊園HPを確認

6月12日(金)～7月3日(金)に同霊園HPまたは郵送(消印有効)

申込書市民課(市役所1階)、cocobunji・国立駅前市民サービスコーナー

Q1028306

(公財)都公園協会 ☎0570-783-802 (申込期間中のみ) / 市民課(内1103)

市農業祭 ハウストマト品評会

5月27日に行われた、市内のトマトの施設栽培を審査する品評会で次の方が優秀な成績を収めました(順不同)。

優秀賞 濱仲充さん(戸倉)

優良賞 嶋崎貴之さん(並木町)

主催市農業祭運営委員会

経済課 ☎042-312-8612



イベント

Pencil Rocket

ペアレントメンターピアトーク



18歳未満の子の保護者

7月1日(水)10:30～12:00

市役所会議室201 定8人(先着)

発達障害のある子どもをもつ先輩保護者「ペアレントメンター」と子育ての悩みを話し、情報を共有

6月17日(水)9:00から申込フォームまたは電話で児童発達支援センターつくしんぼ ☎042-323-7912

Q1037675

親子で体験! 防災お泊まりイベント

小学4年生以上の親子

7月31日(金) 18:30～8月1日(土) 8:30

場リオンホール

定5組10人程度(抽選)

防災を想定した宿泊体験で、防災を「知識」ではなく「体感」で学ぶ 講師中村詩織さん(防災キッチンカー)・防災安全課職員

¥1人1,500円

6月26日(金)までに、cocobunjiプラザHP内申込フォーム

Q1017572

同プラザ総合案内 ☎042-325-6330 文化課 ☎042-312-8610



親子ひろば

プレママ・パパ、主に0～3歳の子どもと保護者が、遊び・交流ができる場 Q1001398 子育て家庭センター ☎042-321-1801

6月27日(土)

いきいきセンターまつり

☑①市内在住のおおむね65歳以上
②③市内在住の40歳以上※家族の
同伴、親子・3世代での参加可

📍①トミンハイム国分寺泉町コミュ
ニティサロン(当日直接会場へ)
②③いきいきセンター

📅②③6月16日(火)9:00から電話で
同センター ☎042-328-6486

①体力測定会

🕒時間9:30~11:00

☑自分で気づきにくい老化のサイン
を、簡単な問診と測定(握力・5m歩
行時間・片足立ち時間)でチェック

☎よくこうまちのほけんしつ ☎042-
328-3328

②誰でも脳トレ運動

🕒時間9:15~10:00 定20人(先着)

☑脳や体を刺激し、活性化を促進
講八重樫直人さん(脳ケア専門家)

③初めてのポッチャを楽しもう

🕒時間10:30~11:45 定24人(先着)

☑性別年齢問わず競い合えるスポー
ツ「ポッチャ」。初めての方向け

講岡本公子さん(健康運動実践指導者)

国分寺市防犯のつどい

📅7月4日(土)10:30~12:00

📍リオンホール(当日直接会場へ)

定80人(先着)

☑寸劇と落語で、日々の防犯対策を
分かりやすく楽しく学ぶ

☎防災安全課 ☎042-312-8685

夏季「野川・生きもの観察会」
参加者募集

📅8月2日(日)9:00~11:00(小雨決行)

📍野川公園「自然観察センター」前
(調布市)

定30人(抽選)※小学校3年生以下は
保護者同伴

☑野川や湧水を活用してつくった小
川の生きもの観察・補修作業

📅7月3日(金)までに、☑S0200212@
section.metro.tokyo.jpまたはハ
ガキ(必着)で、参加希望者全員の

氏名(子どもは学年または年齢)、
代表者の住所・電話番号を、
〒183-0006府中市緑町1-27-1 東
京都北多摩南部建設事務所工事第
二課 野川流域連絡会事務局

☎同事務局 ☎042-330-1845

公園緑地課 ☎042-325-0129

市民スポーツ大会

軟式野球競技の参加者を募集

☑市内在住・在勤・在学(6月1日時点)
の30人以内で構成し、監督を含め
て統一したユニフォームを着用す
るチーム

📅8月9日(日)~11月22日(日)

📍けやき運動場

☑トーナメント方式

¥1チーム12,000円

📅7月30日(木)までに市HP☑1014060
の申込書を☑kokubunnjinansi

kiyakuu@gmail.comまたは電
話で市軟式野球連盟事務局・下曾
山 ☎090-3682-5517

主将会議(📅7月9日(木)19:00~📍リ
オンホール)

☑スポーツ保険は各チームで加入

☎市同連盟事務局☑同上

スポーツ課 ☎042-325-0145

内藤地域センター

夏のおたのしみ会



📍同センター(当日直接会場へ)

☑1029282

☎同センター ☎042-573-9393

●子育てひろばコアラッコClub

☑0~3歳と保護者・妊娠中の方

📅7月6日~8月31日の毎週月曜日
10:00~12:00

☑親子で楽しい時間を過ごそう!助
産師相談日(📅7月27日・8月17日)

●図書室おたのしみ会

☑幼児~小学生

📅7月17日(金)14:00~15:30

☑紙芝居の読み聞かせ、ビンゴ(賞
品あり)

定30人(先着)

●元サッカー国際審判・岡田正義さ
んの話

📅7月23日(木)14:30~16:00

☑試合や国際審判の仕事を紹介

定30人(先着)

藤原道山 尺八コンサート

guest 加羽沢美濃



📅10月4日(日)15:00~

📍いずみホール 定360人(先着・全席指定)

☑尺八とピアノのソロとデュオ

出演藤原道山さん(尺八)・加羽沢美
濃さん(ピアノ)

¥4,500円(未就学児は入場不可)

一般販売7月4日(土)10:00から同ホ
ールオンラインチケットサービス
※要利用登録(無料)・電話

窓口販売7月5日(日)10:00~

☑チケットぴあ・イープラス・楽
(GAKU) ☎042-312-0387でも販売

☎同ホール ☎042-323-1491



国分寺まつりに
出店しませんか



☑市内在住・在勤・在学・在活の個
人、その個人が構成員の団体

開催日11月1日(日)9:30~15:30

📍都立武蔵国分寺公園

出店スペース1小間(間口3.6m×奥行
2.7m、キッチンカーは全長おおむ
ね5m以下)※1人(または1団体)1
小間1出店。出店スペースを超え
るサイズのテントは持ち込み不可

定150店舗(先着)

¥①出店料15,000円②電気料8,000
円③テント・テーブル・イスなど
のレンタル料※②③は希望者の
み。出店申し込み時に申し出。料
金は後日案内。出店者説明会で支
払い

📅7月3日(金)9:30~16:30に直接市
役所会議室201または6日(月)~17
日(金)(12:00~13:00を除く)に直
接文化課(市役所1階)※出店の可
否は、後日連絡

出店要項・臨時出店届6月19日(金)
から市HP、国分寺まつり実行委
員会事務局(同課内)

●出店者説明会(必ず出席)

📅9月16日(水)

📍リオンホール

☎同事務局 ☎042-312-8611

公開・参画

Pencil Rocket

●農業委員会総会

📅6月19日(金)9:30~

📍市役所会議室201

☎農業委員会事務局 ☎042-312-8612

●6月の環境ひろば

📅6月21日(日)10:00~12:00

📍本町・南町地域センター

☎ゼロカーボン課 ☎042-312-8663

●教育委員会定例会

📅6月25日(木)9:30~

📍市役所会議室201

☎教育総務課 ☎042-312-8661

●選挙管理委員会定例会

📅7月1日(水)9:30~

📍市役所会議室401

☎選挙管理委員会事務局 ☎042-325-
0195

●文化財保護審議会

📅7月1日(水)10:00~12:00

📍市役所会議室502

☎ふるさと文化財課 ☎042-312-8682

●指定管理者評価委員会

📅7月6日・13日(月)14:00~、16日(木)
14:00~、8月7日(金)15:15~

📍市役所会議室201

☑1016449

☎契約管財課 ☎042-312-8691

●市地域福祉計画評価等委員会

📅7月8日(水)18:30~20:30

📍市役所会議室201

☎地域共生課 ☎042-325-0126

第11期図書館運営
協議会委員を募集



☑市内在住の18歳以上(7月15日時
点)※市の他の附属機関公募委員
を除く

☑年5回程度、火~金曜日昼間に開
催する会議に出席。図書館の運営
に関する事項などを協議

定5人 報酬1回10,500円

任期10月(予定)から2年間

📅7月15日(水)までに作文「市民に親
しまれる図書館の姿とは」(1,200
字以内)、住所・氏名・年齢・電
話番号を☑honda-toshokan@
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/作文は情報公開の対象
/返却不可

☎同図書館 ☎042-324-2022

6月23日~29日は男女共同参画週間

性別に関わりなく、誰もが個性と能力を發揮できる社会へ

●Webパネル展示「進んだ?女性の就労」

☑NHK「朝ドラ」で取り上げられた女性の
職業からの分析を市HP☑1009552で紹介
☎人権平和課 ☎042-312-8693



スポーツキッズに必要な
「食」を学ぼう!



☑市内在住・在勤・在学・在活

📅7月18日(土)10:00~11:45

📍リオンホール 定50人(抽選)

講久保田尚子さん(F C東京栄養
アドバイザー)

📅7月5日(日)までに
市HP☑1029618の
申込フォーム



☎スポーツ課 ☎042-325-0145





公立保育園地域交流事業

保育園にあそびにきませんか

☑️保育園に在園していない市内在住の乳幼児(保護者同伴)

☑️公立3園での、園庭開放・ミニ講座・イベントなど

☎1012484

☎保育園幼稚園課 ☎042-312-8649

リサイクルを推進しよう

ごみ減量課 ☎042-312-8681

●リサイクルコーナー

譲ってください 自転車・マシン・プランター・本棚・CDプレイヤー

譲ります 五月人形・子ども用いす・三輪車・

姿見・ひな飾り・こいのぼり・マットレス

☑️譲り渡しは無料/やり取りは当事者間で/

品名や最新情報は市HP ☎1002183



●拠点収集&フードドライブ

☑️6月23日(火)9:00~11:00 場 西町地域センター(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

出せないもの 車輪付きかばん、長靴、再利用できないものなど

フードドライブ

☑️米(生産1年以内)・缶詰・飲料・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



みんなの掲示板

その他団体から

ローカルテーブル

アーバンデザインセンター国分寺

☑️6月26日(金)19:00~21:00 場 カフェローカル(cocobunjiプラザ) ☑️30人(先着) ☑️カフェで楽しむトーク&ワークショップ。アーバンデザインセンター国分寺と、まちの可能性を考える

☑️曾根健一朗さん(NPO法人マルイス)・市都市計画課職員 ☑️6月24日(水)までに同プラザHP内申込フォーム

☑️同プラザ総合案内 ☎042-325-6330

アートからはじまる対話の時間

☑️7月4日・18日(土)13:45~16:30(全2回) 場 本多公民館 ☑️12人(先着) ☑️見て感じて言葉にする時間を体験。VTS(対話型鑑賞)のファシリテーション入門

☑️ひかりARTプロジェクト ☎¥2回分2,000円 ☑️☎hikari.art.project@gmail.com または電話で山崎 ☎080-3538-8848 ☎1037696 ☑️市芸術文化振興事業補助金の対象事業

介護支援ボランティア説明会

☑️市内在住のおおむね65歳以上 ☑️7月7日(火)10:00~11:30 場 cocobunjiプラザ ☑️20人(先着) ☑️事業説明・ボランティア活動の心得・スマホお助け隊によるスマホ活用など ☑️https://x.gd/LEsMo 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

中高生が伝えたい 平和への想い

☑️7月11日(土)14:00~15:45(受付13:40~) 場 リオンホール(当日直接会場へ) ☑️80人(先着) ☑️絵本「かわいそうなぞう」等を通し、平和のことを考える

☑️青少年育成南地区委員会・岡部 ☎080-3155-4128 & ☎springhaimu@gmail.com

ソフトテニス 小学生講習会

☑️市内在住・在学中で小学3~6年生の初心者、初・中級者 ☑️7月18日・8月1日・9月5日・10月10日・11月7日・12月5日(土)9:00~13:00または13:00~17:00(全

6回) 場 戸倉第二テニスコート ☑️基礎技術を学び、競技の楽しさを体験 ☑️市ソフトテニス連盟員 ☑️7月11日(土)までに、☎isankei0823i@gmail.com またはハガキで住所・氏名・年齢(学年)・電話番号・メールアドレス・経験の有無を 〒185-0035 西町3-12-45 飯塚三郎 ☑️同連盟・飯塚 ☎042-575-9287

夏季・初心者弓道教室

☑️市内在住・在勤・在学の16歳~おおむね70歳 ※経験者可 ☑️7月18日(土)・19日(日)・25日(土)・26日(日)、8月1日(土)・2日(日)15:00~17:30 ※雨天決行 場 東京学芸大学弓道場(小金井市) ☑️12人(抽選) ☑️塩野幸男さん(弓道連盟会長) ☎¥3,000円 ☑️6月30日(火)までに住所・氏名・生年月日・電話番号をはがき(必着)で 〒185-0021 南町1-2-5 塩野幸男 ☑️同連盟・塩野 ☎042-301-2788

つながる懇談会(地域懇談会)

☑️市内在住・在勤・在学・在活 ☑️①7月29日(水)14:00~16:00 ②30日(木)14:00~16:00 場 ①カフェといるいりびより ②なみき牧場 ☑️①20人 ②30人 ※空きがあれば当日参加可 ☑️地域のさまざまな人たちが交流し、つながりを考える場 ☑️https://x.gd/AR3TX または電話で市社会福祉協議会 ☎042-324-8311

いろいろボランティア

☑️毎月第1日曜日10:00~12:00 場 多喜窪公園(当日直接会場へ) ☑️公園清掃。清掃後はお茶菓子で交流 ※小学3年生以下は保護者同伴 ☑️青少年育成南地区委員会・岡部 ☎080-3155-4128 & ☎springhaimu@gmail.com

市民掲示板

子育て講座

食品添加物の本当のはなし

☑️市内在住の子育て世代 ☑️7月25日(土)9:00~11:00 場 生活クラブ保育園 ぼむ・国分寺 ☑️近藤恵津子さん(CSまちデザイン理事長) ☑️10人・託児(3歳

未満)8人 ※いずれも先着 ☑️7月1日(水)16:00までに、☎seikatsuclub@pomu-kokubunji.jpで氏名・電話番号・託児の有無を同園 ☑️同園 ☎042-312-2109

紅茶といっしょに

はじめてのお菓子づくり

☑️都内在住・在勤・在学 ☑️8月15日(土)・16日(日) 場 都立国分寺高等学校 ☑️お菓子づくりと紅茶の知識を学ぶ大人向け講座 ☑️渡辺真理子さん(同校教員)ほか ☑️18人(抽選) ☎¥4,000円 ☑️6月15日(月)~26日(金)に同校HP ☑️同校公開講座担当 ☎042-323-3371

楊名時太極拳 体験会

☑️6月30日(火)10:00~11:00 場 もとまち地域センター(当日直接会場へ) ☑️ゆったりとした深い呼吸で動き、心と体を整える健康法 ☑️井川洋一さん(指導員) ☑️楊名時太極拳 万葉太極拳 ☎090-7007-3385

潰瘍性大腸炎・クローン病を知りましょう

☑️7月18日(土)13:30~15:30 場 リオンホール ☑️疾患の基本・治療方法・小児発症例の特徴など ☑️細井賢二さん(都立小児総合医療センター消化器科医長) ☑️60人(先着) ☑️☎shiraki@way.ocn.ne.jp または電話で国分寺難病の会・白木 ☎090-6034-4616

楊名時太極拳 お試し体験会

☑️6月27日(土)14:00~14:30 場 市民スポーツセンター ☑️ゆったりとした動きの中で心を整え、体幹を鍛える ☑️神尾正直さん・嶋田洋子さん(師範) ☑️若干名 ☑️☎電話で楊名時太極拳 けやきパートII・藤原 ☎042-325-1437

アンサンブル・まるベリー

2ndコンサート

☑️7月5日(日)14:00~ 場 いずみホール(当日直接会場へ) ☑️混声合唱団の第2回主催公演 ☎¥500円(全席自由) ☑️☎mulberryensemble@gmail.comで同合唱団

自分らしい進路 個別相談会

☑️小・中学生、高校生とその保護者 ☑️7月19日(日)10:00~16:00 場 リオンホール(当日直接会場へ) ☑️不登校や特性を持つ子どもたちのための講演会・進学相談 ☑️未来への選択肢を広げるプロジェクト実行委員会 ☎miraproject.tjk@gmail.com

会員募集

自立生活体操クラブ・多喜窪A

☑️毎週木曜日9:30~10:30 場 多喜窪公会堂 ☑️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す ☎¥入会金500円 会費月1,500円 ☑️金子 ☎042-326-1256

武州ソフトボールチーム

☑️3~12月の隔週日曜日(7月末~8月末を除く) 場 けやき運動場 ☑️性別問わず歓迎。体験参加も可 ☎¥年会費16,000円 ☑️山路 ☎080-2340-1154

国分寺バドミントンクラブ(中学生)

☑️市内在住の中学生(公立・私立問わず) ☑️毎週土・日曜日のどちらか3時間程度 場 市内中学校体育館 ☑️中学部活地域展開クラブ ☎¥会費月1,500円(年度一括入金) ☑️国分寺市バドミントン協会事務局 ☎jimukyoku@bunbad.com

ぶんぶんモルック

☑️第3金曜日 場 本町・南町地域センター ☑️地域の高齢者のフレイル予防。今人気のモルックを室内で楽しむ ☎¥参加費1回100円 ☑️新井 ☎090-4721-9825

ローズT.C(硬式テニス)

☑️毎週火曜日13:00~17:00 場 戸倉第二テニスコート ☑️コーチレッスンあり。体験歓迎 ☎¥入会金1,000円 会費月2,000円 ☑️高山 ☎rosekokubunji@gmail.com

