

認知症になっても

このまちで暮らしたい



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。



今号の注目記事

- 4面 姿見の池 アメリカザリガニ捕獲大作戦
- 6面 自宅が安全なら「おうちで避難」が一番安心で、優しい選択です
- 7面 9月30日(水)まで! ぶんぶん商品券をご利用ください



認知症になっても 安心して暮らせる国分寺を目指します

☎地域包括ケア課 ☎042-312-8642



認知症月間イベント

- 9月11日(金) 認知症サポーター養成講座
 - 12日(土) 映画「父と僕の終わらない歌」上映会
認知症サポーターフォローアップ講座
 - 26日(土) 認知症予防普及啓発講演会
- ※詳しくは8月15日号3ページ



備えのための認知症検診

- ☎市内在住の令和8年度70歳以上
- ☎9月1日(火)～令和9年1月31日(日)
- ☎実施医療機関



1037652



あたまの健康チェック会

- ☎市内在住の令和8年度50歳以上
- ☎10月17日 本多公民館
31日 福祉センター
11月14日 西町地域センター
28日 リオンホール
- ※いずれも土曜日9:45～16:00

- ☎元気なころから、あたまの健康状態を確認し、生活習慣の見直し・健康づくりを始めるきっかけに
- ☎定各75人(先着)
- ☎申二次元コード
- ☎他認知症の検査ではありません



申し込み



1034265

パネル展示&認知症に関する書籍コーナー

☎9月2日(水)～30日(水)

- パネル展示 ☎市役所1階多目的スペース
- ☎認知症の基礎知識、当事者の声、市内で活動する家族会・おれんじCafe、市の取り組みを紹介。「認知症になっても自分らしく暮らすために大切にしたいこと」などのメッセージをカードに書いて、木に飾りましょう
- 認知症に関する書籍コーナー ☎市立図書館



若年性認知症に関する相談会

都若年性認知症総合支援センターによる出張相談

- ☎市内在住やその家族、医療・福祉関係者
- ☎9月30日(水) 10:00～17:00 ☎市役所相談室22(2階)
- ☎専門の若年性認知症支援コーディネーターが相談に応じます※若年性認知症に関する相談のみ
- ☎定3人(先着) ☎申電話で地域包括ケア課

国分寺市民フォーラム 地域で支え合うヒント 共に地域で暮らしていくために

- ☎市内在住・在勤・在学・在活
- ☎10月5日(月) 14:00～16:00(13:30開場)
- ☎場リオンホール(当日直接会場へ)
- ☎日常から支え合うことができる地域を目指して、ご近所福祉クリエイターや市内の団体の話を聞き、地域づくりを考える
- ☎地域包括ケア課 ☎042-312-8641

- ◆基調講演「ご近所福祉クリエイターの活動紹介」
☎酒井保さん(ご近所福祉クリエイター)
- ◆パネルディスカッション
☎進行酒井保さん
☎パネリスト 地域で活動する2団体
〔おもしろ研究所・おとこの台所(予定)〕





©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

令和9年4月 学童保育所 入所申請



対新小学1～3年生(障害児枠入所は、新中学3年生まで)

申10月1日(木)～31日(土)に申込フォーム・郵送(消印有効)または直接〒185-8501子育て支援課(市役所2階)※窓口申請は10月30日(金)まで／案内配布は9月1日(火)より市HP  1024388

問子育て支援課 ☎ 042-312-8651

幼保無償化の施設等 利用費 給付請求



対①～③のいずれかを利用中の方

- ①新制度未移行幼稚園のうち、償還払いの施設での教育時間部分
- ②幼稚園預かり保育事業
- ③認証保育所、認可外保育施設等

※②③保育の必要性の認定が必須

申①②10月1日(木)～20日(火)、③10月8日(木)～23日(金)に、郵送(必着)または直接〒185-8501保育幼稚園課(市役所2階)※施設取りまとめの場合は施設／請求書配布は利用施設・市HP  1020864

問保育幼稚園課 ☎ 042-312-8649

幼児養育費補助金(前期) 申請受付



対市に補助対象登録のある施設に通う、令和8年4月1日時点で3歳以上の未就学児の保護者※他の公的補助の受給中は対象外

内対象月4～9月、交付時期11月下旬 補助額月5,000円または20,000円

申申請書を直接利用施設／申請書配布は利用施設・保育幼稚園課(市役所2階)・市HP  1024063

問保育幼稚園課 ☎ 042-312-8649

認証保育所等保護者助成金(前期) 申請受付



対認証保育所・企業主導型保育施設・認可外保育施設等に在籍する児童の保護者

申保護者助成金の申請は9月18日(金)～10月2日(金)、幼児教育・保育無償化も申請する場合は10月8日(木)～23日(金)に、郵送(必着)

または直接〒185-8501保育幼稚園課(市役所2階)

 1034983

問保育幼稚園課 ☎ 042-312-8649

令和9年度 児童館 ランドセル来館登録受付



対保護者の就労や介護などで、家庭で保育できない、市内在住の新小学1～4年生

受付開始日

新小学1～3年生は10月1日(木)、4年生は令和9年1月12日(火)

場市内児童館6館

内放課後、学校から直接児童館を利用可※学童保育所通年保育利用者は併用不可。学童三季休業利用者は、三季以外の期間は利用可

定本多・ひかり児童館は各15人、いずみ・にしまち・しんまち・もともち児童館は各25人(先着)

申登録票を直接利用希望の児童館

 1029982

問子育て支援課 ☎ 042-312-8650

親子ひろばアンケート



日9月1日(火)～30日(水)

場市内各親子ひろば・オンライン

内よりよい親子ひろば運営のためのアンケート

問子育て相談室 ☎ 042-321-1801

保健・福祉

Pencil Rocket

市民公開講座 肝臓を若々しく保つ最新知識



日9月27日(日) 14:00～16:00

場武蔵野赤十字病院(武蔵野市)

定200人(先着)

講玉城信治さん(同病院医師)ほか

申同病院肝疾患相談センターHPまたは電話で同センター ☎ 0422-32-3135(土日祝日を除く9:30～16:00)

問健康課 ☎ 042-312-8626

国分寺市医師会 市民健康講演会



日10月4日(日) 14:00～15:30

場リオンホール

内その肝機能異常(脂肪肝やウイルス性肝炎)、放置しないで! 肝硬変・肝がんを防ぐ、今日から始め

る肝臓ケア※手話通訳あり

講玉城信治さん(武蔵野赤十字病院 消化器内科 副部長)

申9月1日(火)～30日(水)に二次元コードまたは電話で国分寺市医師会 ☎ 042-322-4338(土日祝日を除く10:00～16:00)

問健康課 ☎ 042-312-8626

手話通訳者全国統一試験 受験者を募集



対市登録手話通訳者への登録・活動の意向があり、市手話通訳者養成講習の養成クラスを修了または同等の技術がある、市内在住・在勤・在学

日12月5日(土) **場**都内会場

内筆記・実技試験。合格後、市登録通訳者に登録すると受験料を助成(審査あり)

申9月1日(火)～18日(金)に郵送(必着)または直接〒185-8501障害福祉課(市役所2階)／受験料6,000円は9月18日(金)までに振り込み

問障害福祉課 ☎ 042-312-8631

くらし

Pencil Rocket

職員採用試験 (保健師・保育士)



日一次 9月30日(水)～10月16日(金) 二次 10月31日(土)

定若干名

内①保健師②保健師(経験者主任)③保育士

申9月9日(水)までに申込フォーム、11日(金)までに履歴書兼自己紹介書(市指定様式)を簡易書留(必着)で〒185-8501人事課※障害のある方は、応募前にご連絡を

 ①②1038225 ③1038226

問人事課 ☎ 042-312-8686

令和9年度芸術文化振興事業 補助金の申請者を募集



対次のすべてに当てはまるもの

- 市民の交流・まちの活性化が目的の市民対象の芸術文化振興事業
- おおむね5人以上で、市内で1年程度の活動実績がある団体

内公開審査会で決定／補助上限50万円(初年度対象経費の2/3、2・3年度は1/2)／複数年度事業は連続3年度の申請可

申9月1日(火)～30日(水) 9:00～16:30(12:00～13:00を除く)に直接文化課(市役所1階)※約15分のヒアリングあり／申請書等配布は市HP

問文化課 ☎ 042-312-8610

高齢者悪質商法 被害防止キャンペーン



内「みんなのチカラで見逃すまい!」被害防止には、注意喚起・相談の呼びかけ・見守りが重要／特別相談 **日**9月28日(月)～30日(水) 9:30～12:00・13:00～15:30 **場**消費生活相談室

問経済課 ☎ 042-312-8712

市×結 おはなし処 悩みを相談してみませんか



対不登校・ひきこもり状態の14歳～おおむね39歳、または家族

日9月29日(火) 13:30～16:25※1組25分

場ひかりプラザ **定**8組(先着)

内周囲に話せない・家族の悩みなど／相談員は市の若者支援担当・認定NPO法人育て上げネット「結」の家族相談士

申9月1日(火)～18日(金)に市HP  1033713の申込フォームまたは電話で子ども若者計画課 ☎ 042-312-8646

ほんだ保育園東バス停(本多ルート)を移設



日10月1日(木)～

内現行バス停から、約70m南に移設※ダイヤ改正なし

 1032692 **問**交通課 ☎ 042-312-8673

9月1日～10月31日は 行政相談月間

内道路・社会福祉・医療保険など行政に関しての苦情・要望を受け付け。秘密厳守

○市の行政相談(予約制)

相談委員 峯岸桂一さん・宮崎邦子さん・林博行さん

○その他の行政相談

総務省行政相談センターきくみ東京「行政苦情110番」☎ 0570-090110・FAX 03-5331-1761

※IP電話など ☎ 03-3363-1100

問法務課 ☎ 042-312-8713

生活道路の自動車の
法定速度が引き下げ

📅9月1日(火)～
📍時速60kmから時速30kmに引き下げ※対象外あり
📞交通課 ☎ 042-312-8671

グリーンカーテンの
写真・感想を募集

📅10月31日(土)までに、市HP📄
1032231の投稿フォーム
📞ゼロカーボン課 ☎ 042-312-8663

イベント

Pencil Rocket

交通安全
市民のつどい

📅9月12日(土) 14:00～16:00 (開場 13:00)
📍いずみホール
📌〇一日警察署長プっピースのスペシャルステージ
〇交通安全教室
〇オレンジブードルのチアダンス
主催 小金井警察署・交通安全協会
共催 市・小金井市
📄1014111
📞小金井警察署 ☎ 042-381-0110
交通課 ☎ 042-312-8671

姿見の池 アメリカザリガニ
捕獲大作戦

📅9月26日(土) 10:00～12:00
📍姿見の池水路・西恋ヶ窪若松公園
定15組30人(抽選)
📌条件付特定外来生物のアメリカザリガニを釣り形式で捕獲／生態系への影響と水辺の生きもののミニ講座
講 林鷹央さん(環境アドバイザー)
📅9月9日(水)までに市HP📄1016754の申込フォーム
📞ゼロカーボン課 ☎ 042-312-8663



お月見観察会

📅9月27日(日) 19:00～20:30
📍リオンホール・リオン広場
定50人(抽選)
📌知識がなくても楽しめる星座等の講話、天体望遠鏡で月を観察
※悪天候時は講話のみ
講 cocobunjiプラザ天文スタッフ
📅9月10日(木)までに同プラザHPの申込フォーム
📄1038200
📞cocobunjiプラザ ☎ 042-325-6330

国分寺・小金井市共催講座
「フツウ」って、誰が教えた？

📅10月3日(土) 10:00～12:00
📍前原暫定集会施設(小金井市)
定30人(先着)
📌学校や家庭での、性の多様性に関する教育に関して
講 渡辺大輔さん(埼玉大学教授)
📅10月2日(金)までに、市HP📄1038268の申込フォーム※託児あり。9月24日(木)までに要申込
📞人権平和課 ☎ 042-312-8693

第 50 回障害者(児)
運動会&ボッチャ交流会

📌障害のある市内在住・在勤・在学・在活、支援者
📅10月3日(土)10:00～13:30
📍市民スポーツセンター
📌玉入れ、パン・クッキー取れ取れゲーム、風船バレー、卓球バレー、ボッチャ交流会
📅所属する各障害者団体／所属しない方は9月18日(金)までに申込フォームまたは直接障害福祉課(市役所2階)
📞障害福祉課 ☎ 042-312-8631

ペアレントメンター
ピアトーク

📌市内在住で、18歳未満の子どもの保護者
📅10月7日(水)10:30～12:30
📍市役所会議室401
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
📅9月4日(金)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
📄1038214

知って得する！知らずに損する！空き家対策

📅10月17日(土)14:30～15:45 (受付14:00～)
📍市役所会議室201
📌空き家の貸す・売る・管理するなどの選択肢や、相続・税金に関するポイントを税理士が解説
第1部空き家にまつわる相続・税務などの対応策に関するセミナー
第2部個別相談会※希望者のみ
定30人
※うち個別相談会10人(各先着)
講 佐藤智春さん(みらいえ相続税理士法人)
📅10月14日(水)までに、申込フォーム・多摩信用金庫すまいるプラザHPまたは電話で同プラザ立川本店☎0120-702-111
📄1024726
📞都市づくり課 ☎ 042-312-8667

国分寺・小平・小金井市
東京学芸大学 連携講座

📌子どもに関わる活動をしたい方
📅①10月②11月・12月
📍①オンデマンド
②東京学芸大学(小金井市)
定①100人②各80人※各抽選
📌現代の子どもたちを取り巻く環境や、さまざまな特性がある子どもへの理解を深め、支援者としての関わり方を学ぶ
📅①9月23日(祝)までに申込フォーム②10月25日(日)までに申込フォームまたは返信用宛名を記入した往復はがき(必着)に、希望講座番号・住所・氏名・電話番号・年代を〒184-8501 小金井市貫井北町4-1-1 飯島同窓会館1F NPO法人東京学芸大こども未来研究所
📄1028972
📞同研究所 ☎ 042-312-4112
子ども若者計画課 ☎ 042-312-8646

グロリア・カンパネル
THE SOUND OF EMOTIONS

📅12月12日(土) 14:00～
📍いずみホール
定360人(先着・全席指定)
予定曲 ショパン ワルツ第7番ノドビュッシー 月の光、喜びの島／坂本龍一 メリー・クリスマス ミスターローレンス ほか
¥一般3,000円・高校生以下1,500円
※未就学児は入場不可
📅一般販売 9月12日(土) 10:00から電話予約・同ホールオンラインチケットサービス／窓口販売 9月13日(日) 10:00から
📌チケットぴあ・イープラス・楽 ☎ 042-312-0387 (月曜日を除く 13:00から)でも取り扱い
📞いずみホール ☎ 042-323-1491



グロリア・カンパネル
マスタークラス

📌人前で表現する中学生以上
📅12月11日(金) 17:00～20:00
📍いずみホール 定20人程度(先着)
📌緊張や不安を克服し、本番で自分の力を発揮するためのトレーニング・コントロールの方法を学ぶ
通訳 ウララ・ササキさん
¥2,000円(申し込み時に支払い)
📅9月19日(土)～11月8日(日)に申込フォーム
📞いずみホール ☎ 042-323-1491

公開・参画

Pencil Rocket

- 交通安全対策協議会
📅9月9日(水) 10:00～11:00
📍市役所会議室301
📞交通課 ☎ 042-312-8671
- 高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画・認知症施策推進計画策定検討委員会
📅9月17日(木) 18:30～
📍市役所会議室201
📞高齢福祉課 ☎ 042-312-8637
- 認知症施策推進会議
📅9月28日(月) 14:00～15:30
📍市役所会議室401
📞地域包括ケア課 ☎ 042-312-8642
- 緑化推進協議会
📅9月28日(月) 14:00～16:00
📍市役所会議室201
📞公園緑地課 ☎ 042-312-8677
- ▲9月の環境ひろば
📅9月13日(日) 10:00～12:00
📍アクティ・ココブンジ
📞ゼロカーボン課 ☎ 042-312-8663



UDCB(アーバンデザインセンター国分寺)
国分寺ジュークプロジェクト



19

国分寺の19町の地域幸福度を探る
ジュークリサーチャーを募集

📌中学生以上 📅10月10日(土)9:00～16:00
📍市役所1階多目的スペース(集合) 定40人(先着)
📌市内19町に分かれてまちを歩き、写真を撮って共有※昼食代・交通費は自己負担
📅9月2日(水)～25日(金)に市HP📄1038255の申込フォーム
📞都市計画課 ☎ 042-312-8664



廃棄物の減量^{およ}及び再利用推進
審議会委員を募集

対市内在住の18歳以上(令和8年4月1日時点)
内市のごみの減量やリサイクルを推進する具体的な方法などを審議／年5回程度、市役所で開催する会議に出席(土日祝日を除く、昼間

の2時間程度)
定5人 **報酬**10,500円/回
任期令和10年10月31日まで
申9月15日(火)までに、作文「これからのごみの減量について」(800字以内)、住所・氏名・年齢・電話番号を、✉recycle@city.kokubunji.tokyo.jp、郵送(必着)または直接〒185-8501 ごみ減量

課(市役所3階)／作文審査あり、情報公開の対象。返却不可
問ごみ減量課 ☎ 042-312-8681
文化振興市民会議委員を募集
対市内在住・在勤・在学・在活
定2人程度 **報酬**なし
内文化振興計画の進捗確認や関連施

策に対する意見聴取等
任期11月28日～令和10年11月27日
申9月18日(金)までに、作文「応募の動機」(800字以内)、住所・氏名・電話番号を郵送(必着)または直接〒185-8501文化課(市役所1階)／作文審査あり。作文は情報公開の対象。返却不可
問文化課 ☎ 042-312-8610

みん

な

の

掲

示

板

その他団体から

相続と遺言の無料相談会
日9月9日(水) 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

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①9月11日(金)②24日(木) 13:30～**場**福祉センター**定**各20人(先着)**内**活動内容・就業状況などの説明。入会の相談・手続き**料**年会費2,000円(入会希望者のみ)**申**9月1日(火)から電話でシルバー人材センター ☎ 042-325-4011

教育センター自主事業 栄養士の栄養講座
対市内在住・在勤・在学の中学生以上
日9月12日(土) 14:30～15:30**場**教育センター**定**20人(先着)**内**元気な毎日は食事から。栄養バランスと健康の維持・増進を学ぶ**講**新穂浩子さん(管理栄養士)**申**電話または直接同センター指定管理者 ☎ 042-573-4370(ひかりプラザ休館日を除く9:00～20:00)

ふくし体験プログラムサポートボランティア講座
対土日祝日を除く日中に活動できる、市内在住・在勤・在学の16歳以上
日①9月15日(火)②18日(金) 14:00～16:30**場**①ボランティア活動センターこくぶんじ②福祉センター**定**各15人(先着)**内**市内小・中学校での福祉体験(点字や手話、車いす等)のサポーターを養成**申**HPまたは電話で同センターこくぶんじ ☎ 042-300-6363

災害ボランティアセンター運営スタッフ養成講座
対市内在住・在勤・在学の、終日参加できる高校生以上**日**9月26日(土) 10:00～12:00・13:00～15:00**場**市民スポーツセンター**定**30人(先着)**内**地震や風水害が発生した時に設置する「災害ボランティアセンター」の運営を担うスタッフを養成**講**宮崎賢哉さん(災害支援・防災教育コーディネーター)**申**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

郷土歴史講演会
日9月26日(土) 14:00～16:00(受付13:30～)**場**都公文書館**定**50人(先着)**内**武蔵国分寺、創建の心と守る心**講**星野信夫さん[(一社)こくぶんじ観光まちづくり協会 顧問]**料**¥300円**申**9月1日(火)～25日(金)に同協会HPの申込フォームまたは電話で同協会 ☎ 042-326-

0202(土日祝日を除く10:00～16:00)

英語で学ぶオーストラリア
対オーストラリアに関心のある英語中上級者**日**10月7日～令和9年3月17日の月2回水曜日 14:00～15:30**場**本多公民館**定**8人(抽選)**内**オーストラリア英語や文化・食・自然を学び、英語でフリーストーク**講**ジョン・ネビルさん(オーストラリア出身)**料**¥1回1,950円(全12回23,400円)**申**9月15日(火)までに市国際協会HP**問**同協会 ☎ 042-505-6132

第12期 野川流域連絡会委員を募集
対野川流域に在住・在勤・在学または流域で活動する市民団体に所属し、会議や現地調査等の活動(年6回程度)に出席できる方**内**都民と行政が協働・連携し、地域に活きた親しめる川づくりを進めるための意見交換**任期**2年**申**10月9日(金)までに、野川への思いや意見等の作文「応募の動機」(800字程度)、住所・氏名・電話番号(在勤・在学はその住所と電話番号も)を、郵送(必着)または ✉S0200212@section.metro.tokyo.jpで〒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／結果通知は11月下旬**問**同事務局 ☎ 042-330-1845

市秋季ソフトテニス個人戦(フジ杯)
対①市内在住・在勤・在学(学連除く)②市ソフトテニス連盟の加盟団体③①②の一般年齢種別参加者とペアを組む方**日**10月18日(日) 9:00～17:00(受付8:30～)※予備日11月15日(日)**場**市民戸倉第二テニスコート**内**男女年齢別個人戦、ダブルス／詳しくはソフトテニス連盟HPの大会要項**料**¥1人①1,200円(高校生500円)②1,000円③1,500円**申**9月27日(日)までに同連盟HPの申込書を✉bunji.stennis@gmail.comで同連盟※同連盟からの返信メールを要確認**後援**(株)ラケットショップフジ**協賛**(株)ルーセント**問**同連盟・横山**区**同上

第22回フットサルフェスタ
対市内在住・在勤・在学で18歳以上(高校生不可)の市内チーム**日**①11月21日(土)②22日(日)**場**市民スポーツセンター**定**各8チーム(抽選)**内**①オーバー40(40歳以上の男性)・オープン(男性)②レディース・ミックス(男女混合)**料**¥1チーム8,000円**申**✉kokubunjikeyaki@yahoo.co.jpに空メールを送付。返信メール受信後、9月30日(水)までにメールまたは直接同センター

※定員に達しない場合、市外チームを受け付け(先着)**内**運営スタッフも募集
主催国分寺フットサルフェスタ実行委員会**問**同センター ☎ 042-326-2211

自分たちのまちは自分たちで守る
内町会・自治会等で実施している防災防災訓練に積極的に参加しましょう
問国分寺消防署 ☎ 042-323-0119

市民掲示板

音の贈り物 サックスとピアノクインテット
日9月17日(木) 14:00～**場**いずみホール(当日直接会場へ)**内**コトリナ10周年記念。プロ演奏家の心に響く特別なステージ**出演**サキソフォンカルテットジャンカル**定**300人(先着)**問**NPO法人視覚障がい者ネットワークコトリナ ☎ 042-401-0668

愛の献血運動
対16～64歳※60歳以降に献血の経験があれば69歳まで**日**9月19日(土) 10:00～12:00・13:30～16:00**場**西国分寺駅前南口広場(当日直接会場へ)**問**泉町三丁目地区連合自治防災会・小金丸 ☎ 042-322-9104

ワールドキッチン 韓国家庭料理編
対市内在住・在勤・在学の中学生以上
日9月19日(土) 14:00～16:00**場**本多公民館**内**一緒に韓国家庭料理を作って・食べて・おしゃべり**講**李情丹さん(韓国家庭料理店「ぼぎ」オーナーシェフ)**定**20人(先着)**料**¥1人2,500円※中学生は1,500円**申**氏名・連絡先を✉ibs104208@gmail.comでワールドキッチン・坂本 ☎ 080-7963-9122

東京多摩いのちの電話支援ボランティア講座
対活動に賛同する方**日**9月26日(土) 13:30～16:30**場**国分寺教会丘の上ホール**内**講義「大切な人を支え寄り添うために、私たちのできること」・活動内容紹介・グループディスカッション**講**重村朋子さん(臨床心理士)**定**20人(先着)**料**¥1,000円**申**9月17日(木)までに、件名に「講座希望」、本文に氏名・電話番号を記入し✉tama@tamainochi.com

白門公開講演会
日9月26日(土) 14:30(開場14:00)**場**本多公民館(当日直接会場へ)**内**古文書から読み解く江戸時代の国分寺**講**宮澤歩美さん(市職員)**問**中央大学国分寺白門会事務局・一ノ瀬 ☎ 090-8081-0613

走れひまわり号 貸切列車で行く葛西臨海公園
日10月25日(日)**場**西国分寺駅～葛西臨海公園駅(往復)**内**障害のある方もない方も、ともに楽しむ日帰り旅行。詳しくは公民館の配架チラシ。ボランティアも募集**定**200人(先着)**料**¥大人2,000円・子ども1,000円**申**9月18日(金)までにチラシの二次元コードまたは電話・ファクスでひまわり号国分寺実行委員会・春口 ☎ & ☎ 042-324-6887

会員募集

トリム体操・トリム21
日毎週火曜日 14:00～16:00**場**市民スポーツセンター**内**ストレッチ体操と体幹トレーニングで毎日を元気に過ごす**料**入会金1,000円 会費月2,000円
問蓬菜 ☎ 090-1660-8801

ギリシア語でヨハネ伝を読もう会
日①9月8日②29日(月2回、火曜日 18:00～19:30)**場**①cocobunjiプラザ②いずみホール**内**アルファベットを知らなくても、聖書ギリシア語を音読できる**料**¥1回800円**問**聖書を読もう会・那須 ☎ 080-3429-7501・✉jsphnasu@gmail.com

武州ソフトボールクラブ
日3～12月の隔週日曜日(7月末～8月末を除く)**場**市民けやき運動場**内**現在30～70歳代で活動中。性別問わず、体験参加歓迎**料**会費月1,600円**問**山路 ☎ 080-2340-1154

フォトコーナー



全日本ベンチプレス選手権大会および世界大会エクイップジュニア部門優勝の柚木優里奈さんを応援アスリートに認定しました。
問スポーツ課 ☎ 042-325-0145

安全なら在宅避難(自宅で避難生活)も選択肢の一つ

熊本地震から考える防災

自宅が安全なら
「おうちで避難」が
一番安心で、優しい選択です



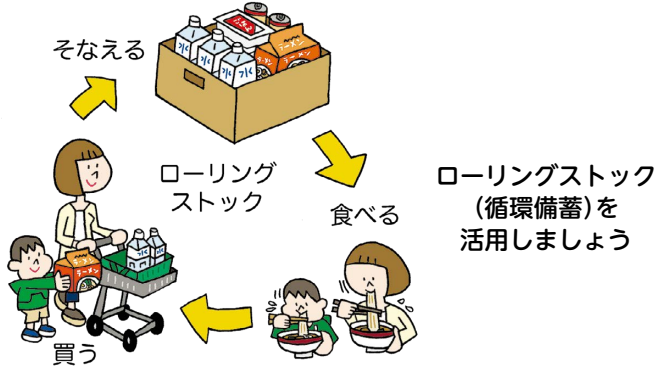
- 避難所では、密集した環境下での集団生活などで感染症拡大のリスクが高まります。自宅が安全ならば避難所へ行かずに、在宅避難も考えましょう
- 在宅避難が難しい場合は、親戚・知人宅などへの避難も検討しましょう
- 在宅避難の備えは、避難所への避難を禁止するものではありません。生命や身体に危険が迫っているときは、迷わず早めに避難しましょう

☎防災安全課 ☎042-325-0124

在宅避難のための備蓄品は確保していますか

準備するものの例

- | | |
|-------------|-------------------|
| ○水と食料(1週間分) | ○養生テープ |
| ○カセットコンロ | ○医薬品・オムツ・ミルク |
| ○携帯ラジオ・電池 | ○生理用品、簡易トイレと凝固剤など |
| ○バッテリー・懐中電灯 | |



家族構成に合わせた
備蓄品目と
必要量をご存じですか？

東京備蓄ナビで
調べてみましょう



「市LINE公式アカウント」で防災情報を配信中

☑助成・あっせん、家庭の防災対策等の日頃からの備え・気象情報・河川水位・ライフラインなどの情報をいつでも手軽に確認可

☎1035293

☎DX・行政改革室 ☎042-312-8704



登録方法

二次元コード



または

ID 検索

@kokubunji
上記IDを入力して検索

自助の取り組み支援

●感震ブレーカーの支給

☑木造住宅密集地域や同等の地域に居住・それ以外の地域に居住の65歳以上

☑一定以上の地震の揺れを感知した場合に、自動でブレーカーを落とす器具を支給

☎1018586 ☎防災安全課 ☎042-325-0196

●木造住宅耐震化支援事業

☑一定の要件を満たす木造住宅

☑無料の耐震診断で、耐震性が無いと診断された住宅の改修や除却の工事費用の一部を助成

☎1027860 ☎都市づくり課 ☎042-312-8667

●ブロック塀等撤去工事等にかかる費用の一部助成

☑高さ1mを超えるブロック塀等の撤去工事、その後のフェンス等設置工事(道路面のみ)に対し、費用の一部を助成

☎1002259 ☎建築指導課 ☎042-312-8670



地域包括支援センターのイベント

☎地域包括ケア課 ☎042-312-8641



カワセミの会@国分寺

☑市内在住 ☑9月16日(水) 18:00~19:30 ☑場光公民館

☑認知症当事者が集まり、楽しく過ごす場 ¥100円

☑電話で地域包括支援センターひかり ☎042-573-4058
地域包括支援センターなみき ☎042-300-3702

家族介護者交流会「認知症について」

☑市内在住 ☑9月19日(土) 14:00~15:30

☑場特別養護老人ホームうれしのの里

☑もしかして、それも認知症？！誰もがなりうる認知症を学ぶ

☑講鈴木智広さん(つばさクリニック理事長) ☑定20人(先着)

☑申9月2日(水)から電話で地域包括支援センターひよし
☎042-300-1405



地域の安全講座

☑おおむね65歳以上と家族 ☑9月25日(金) 14:00~15:30

☑場さわやかプラザもとまち

☑ふれあいポリスから、自転車の交通ルールや、地域で起きている消費者被害・詐欺の実情と対策を学ぶ

☑講茂藤広次郎さん(小金井警察署 警部補) ☑定30人(先着)

☑申9月2日(水)から電話で地域包括支援センターもとまち
☎042-401-0035

転倒予防教室「自分できる転倒予防の工夫」

☑市内在住でおおむね65歳以上 ☑9月30日(水) 10:00~11:30

☑場本多公民館

☑転倒予防の体操や自分の足に合う靴の選び方を学ぶ

☑講桑原大輔さん(理学療法士) ☑定30人(先着)

☑申9月2日(水)から電話で地域包括支援センターほんだ
☎042-300-2339

家族介護者交流会&福祉用具説明会

☑9月30日(水) 14:00~15:30 ☑場いずみホール

☑安全で快適に暮らすために、浴室・トイレ回りで活用できる福祉用具を紹介する講習会、介護者同士の交流会

☑講福祉用具専門相談員 ☑定15人(先着)

☑申9月2日(水)から電話で地域包括支援センターこいがくぼ
☎042-300-6024



9月30日(水)まで！ ぶんぶん商品券をご利用ください



市内600以上の取扱店舗で使える「ぶんぶん商品券」を利用しましょう。

- 対**市の住民基本台帳に登録がある方(令和8年4月1日時点)
- ¥**1人6,000円分
- 使える店舗**取扱店にポスターを掲示。特設サイトでも確認
※最新の取扱店舗は特設サイトを確認
- 利用方法**商品券を店舗に提示(店舗が二次元コードを読み取り)
- 残高確認方法**残高確認専用サイトでカード番号を入力、または利用者専用コールセンター※残高確認専用サイトは、商品券裏面の二次元コードからアクセス可
- 他**商品券は6月30日までに郵送済み／詳しくはぶんぶん商品券特設サイトHP
- 問**利用者専用コールセンター ☎ 0120-04-7722※10月9日(金)まで
事業者専用コールセンター ☎ 0120-88-5353※10月20日(火)まで
※いずれも土日祝日を除く9:00～17:00

ぶんぶん商品券を店舗に提示するだけでお買い物！





9月10日は下水道の日



☎1028589 **問**下水道課 ☎ 042-300-0120

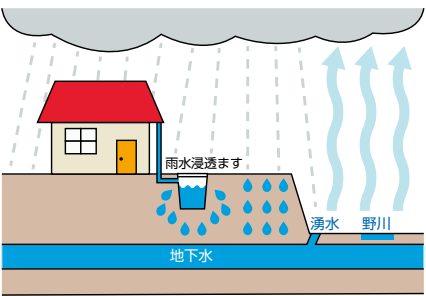
家庭や工場からの汚水は、下水道管を通して多摩川流域の水再生センター(下水処理場)に集めて処理をした後、河川・海へ流しています。快適な生活環境を維持し、大雨による浸水被害から市民生活を守る下水道を快適に使い続けるために、ご協力をお願いします。

- **つまり・爆発の原因になるため下水道に流してはいけないもの**
生ごみ・割りばし・水に溶けにくいティッシュペーパー・油・落ち葉・紙おむつ・生理用品・ガソリンやシンナーなど揮発性の高い危険物
- **油を流さないために**
 - 鍋や皿に付いた油污れは拭き取る
 - 残った油はこし器に移し、使い切る
 - 古い油は吸い取るか、固めてもやせるごみに出す
 - 食用油はペットボトルに入れて、拠点収集施設に持ち込む

川や海の良い水環境を維持するために
下水道に
油を流さないで！

…………… **雨水浸透ますを設置しませんか** ……………

湧水・地下水の保全に役立ち、大雨のときに下水道管に流れる雨水を抑制し、処理場の負担を軽減する効果があります。
うるおいのあるまちをつくるために、既存住宅に無料で浸透ますを設置しています。詳しくはお問い合わせください。





第37回いずみ春の祭典 出演団体募集



令和9年3月6日(土)・7日(日)開催

- 対**次のすべてに当てはまる団体
 - 芸術活動をしている
 - 代表者が、市内在住・在学・在勤の出演者(未成年の場合はその保護者)または指導者
 - 構成員の半数以上が市内在住・在勤・在学
- 内**出演団場で実行委員会を立ち上げ、市民の手作りで行う祭典。各団体の持ち時間は15分以内
- 定**各日28団体(先着)
- 持**マイナンバーカード・運転免許証など代表者の氏名・住所を確認できるもの(原本)
- 申**9月4日(金)～30日(水)に参加申込書を直接いずみホール
- 参加申込書**9月2日(水)から同ホール・市HP ☎ 1038171
- 問**同ホール ☎ 042-323-1491

…………… **実行委員会日程** ……………

- 日**10月13日・11月10日、令和9年1月12日・2月9日・3月16日(火)
いずれも19:00～
※実行委員は全日程への出席が必須。10月13日は代表者が出席
- 場**同ホール



