

5月1日現在 推計(前月比)			
人 口	77,403	(208 増)	
男	38,845	(121 増)	
女	38,558	(87 増)	
世帯数	37,198	(197 増)	



お客さんとのふれあいを大切に

＜商店街振興施策の全体構成＞

生活基盤を支える
魅力ある商店街づくり

- 商店街の機能の維持整備
- 魅力ある商店がある商店街の育成

人々のこころが通う
商店街づくり

- 店主とお客さんとの交流の促進
- 地域社会の中核を担う場としての役割への援助

基本理念

大型店と共存しうる 商店街づくり

- 商店街の体制の強化
- 市内広域型商店街事業の展開

明日の商店街を担う 若手の育成

若手の育成

市議会議員選挙 開票結果

	得票数	候補者名	年齢	党派
当	1504	佐々木 貴史	35	公新
当	1479	栗山 欽行	43	無元
当	1438	白井 明	58	無現
当	1433	鈴木 悦夫	53	共現
当	1421	西村 敦子	36	共現
当	1386	西村 雅司	63	公現
当	1351	谷田部 和夫	57	無現
当	1319	道下 勇	56	公現
当	1312	井上 城治	53	自現
当	1284	小安 勝	58	公現
当	1204	藤田 鋭	37	共現
当	1168	池座 俊子	51	㊦新
当	1157	石黒 實	56	無現
当	1144	正木 清	54	由元
当	1102	鶴留 美紀	55	民新
当	1088	田辺 良彦	38	共現
当	1058	高橋 清治	52	無現
当	1051	田岡 恭子	64	共現
当	992	大場 光子	48	㊦現
当	975	石川 美英	46	共現
当	950	鈴木 利一	53	無新
当	949	清水 信之	55	無現
当	872	須田 繁美	53	無新
	804	市原 広子	50	社新
	364	西堀 登志子	48	無新
	251	山本 美知子	52	無新

小数点未満は省略しています。

〔問い合わせ〕選挙管理委員会事務局

狛江市商店街振興プランを策定しました

市内商業の中心であり、市民の生活基盤ともいえる商店街の振興のため、商店街の中期振興計画「狛江市商店街振興プラン」（計画期間は平成15～19年度）を3月に策定しました。

プランの策定にあたっては、平成12年度に実施した消費者動向調査の結果を踏まえ、最近の経済状況と多様化する消費者ニーズに対応させつつ、学識経験者や公募の市民等から構成する策定委員会で協議してきました。また、商店街や経営者への調査の実施や意見の募集等も行い、真の消費者本位の商店街への発展を願ひ策定しました。ここでは、施策の全体構成を中心に紹介します。

〔問い合わせ〕産業生活課

商店街の特性

- (1) 規模は小さいところが多数
- (2) 組織体制はほとんどが未組織
- 商店街
- (3) 運営面では役員の年齢が高い
- (4) お客様への情報提供活動が不十分なところが多い

社会環境の変化

- ③後継者問題
- ④接客技術等の経営技能の向上
- ⑤施設面の充実
- 社会環境の変化
- ①ＩＴ化の進展
- ②地域における商店街の位置付けの変化
- ③大型店の進出

基本理念

「文化豊かに、住みよき、便利さ、楽しさを演出する商店街づくり」――地域社会の再生・活性化の中核として――

地域の文化や伝統を継承し、人々が集う場であるとともに大型店等にはない日常生活に密着した「こころ」が通つ、利用しやすい商店街を目指す。

基本方針

- (1)お客様の「こころ」に応える努力をする商店街・商店等を支援

積極的な情報提供やお客さんの要望を満たし、人々のこころ

- のオアシスとなるお客さんの立場に立った経営を目指し、努力

を欠かさない商店街・商店を中心に積極的に支援する。

- (2) 関係部署・関係機関等との連

③財源の確保

- (4) 対象地区別の事業の実施
(5) 商業の集積を検討する際に商

店街・住民の意見の尊重

商店街振興施策の全体構成

- (1)生活基盤を支える魅力ある商店街づくり

商店街・商店の個性の多様性を生かし、新たな活力を生み出すための商店街の連携・統合は大切であり、市内全域にまたがるサービス等の事業展開を検討

重点事

- 業
- (1) 新規創業者への支援
 - (2) 消費者経営アドバイザー事業
 - (3) お店PRアンテナショップ事業
 - (4) 市内共通ポイントカード事業
 - (5) 商店宅配事業
 - (6) 環境にやさしい商店街支援事業

(7) 若手経営者向け研修事業

第 3 次行財政改革大綱を策定

市民福祉の一層の向上を目指し、さらに行財政改革を推進するため第 3 次行財政改革大綱を策定しました。また、大綱に定められた 4 つの基本方針に基づき計画的に行財政改革に取り組むため、第 3 次行財政改革推進計画および定員適正化計画を併せて策定しました。これからも、行政の内部努力を中心に行財政改革を推進していきます。
〔問い合わせ〕企画調整課

行 財 政 改 革 大 綱

行財政改革のあり方

未来に向けた狛江らしさづくり
市民が主人公のまちづくり
市民から見える行財政改革

第 3 次行財政改革の概要

目指す姿

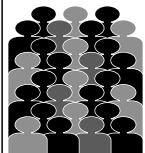
自由な発想や創造性を生かす行財政システム

計画期間

平成15～19年度（5 力年度）

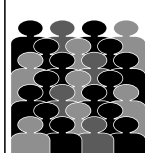
定 員 適 正 化 計 画

職員数
598 人



（平成14年4月1日）

560 人



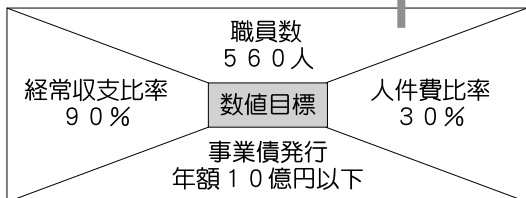
（平成19年4月1日）

大綱の 4 つの基本方針

- 1 市民とともに歩む行政－情報の共有と市民協働の発展
- 2 市民のためにがんばる市役所－市民満足度を高める行政サービスの提供
- 3 市民の要望に応えられる行財政基盤の確立－行財政システムの簡素化・効率化
- 4 狛江の明日を担う人材の育成－職員能力の開発と支援

※下線は重点課題

行財政改革推進計画



情報公開制度の充実
説明責任能力の向上
市民参加と市民協働の推進

弾力性ある財政への努力
行政コスト削減の努力
組織のあり方の検討

行政サービスを受けやすい体制
安全かつ正確で迅速なサービスの提供
市民満足度の向上

基本的な事務能力の育成
行政課題に柔軟に対応できる能力の育成
働くインセンティブ（誘因）の醸成

行政けいじばん

市税・介護保険料の納付
および相談窓口

日曜窓口

〔日時〕5月18日（日）・25日（日）午
前8時30分から午後5時まで

夜間窓口

〔日時〕5月22日（木）・29日（木）午
後5時から8時まで

〔場所〕2階収納課

なお、平成15年度固定資産税・
都市計画税（第1期分）、軽自
動車税は、6月2日（月）までに納
めてください。

〔問い合わせ〕収納課

国民健康保険の結核・精神
医療給付金受給者証の交
付対象となる方は申請を

これまで受給者証の交付申請
をされた方で、市区町村民税が
課税等で該当にならなかった方
は、毎年6月に新年度の市区町
村民税が確定しますので、改め
て受給者証の交付申請をしてく
ださい。

〔受給者証交付対象者〕東京都
の市区町村国保加入者で、医療
を受けている本人が市区町村民
税非課税が、本人が20歳未満で
世帯主でない場合は、世帯主が
市区町村民税非課税の方

なお、市区町村民税が未申告
の場合、受給者証が交付されな
い場合がありますので、5月中
に必ず申告ください。

〔申請に必要なもの〕 結核・
精神医療給付金受給者証交付申
請書（申請窓口にあります）

国民健康保険被保険者証 患者

票の写し（すでに該当する疾病
の患者票が交付されている方）

〔申請・問い合わせ〕精神医療
給付金受給者証は保険年金課ま
たは社会福祉課。結核医療給付
金受給者証は保険年金課。

学生納付特例制度の申請
はお済みですか

国民年金は、20歳以上60歳未
満の人は全員が加入することに
なっています。ただし、学生で
あって本人の前年の所得が68万
円以下の場合は、申請により在
学期間の保険料が猶予される
「学生納付特例制度」がありま
す。

まだ申請をしていない方は手
続きください。前年出した方も
毎年度手続きが必要です。

〔問い合わせ〕保険年金課

家屋を新増築された方へ



新増築家屋調査のため、固定
資産評価補助員（市職員）が伺
います。

その際には、家屋内の調査を
行いますので協力をお願いしま
す。併せて、建築図面等の準備
もお願いします。

また、平成15年中に取り壊し
た家屋についても、登記・未登
記にかかわらず連絡ください。

〔問い合わせ〕課税課

狛江市市民参加と市民協
働の推進に関する審議会
市民委員募集

4月1日から「狛江市の市民
参加と市民協働の推進に関する
基本条例」が施行されました。

この条例は、市政の広範な分
野に、市民の主体的かつ民主的
な意見を生かすため、さまざま
な市民参加の方法を定めたもの
です。また市民協働においても、
市民公益活動を行う団体の支援
と行政活動への参入の機会を提
供するなど、より一層の参加と
協働の推進を目指していくもの
です。

この条例に基づき、市民・有
識者・学識経験者で構成する、狛
江市市民参加と市民協働の推進
に関する審議会」を設置します。
ついては、市民参加と市民協
働に関する指針の検討、実施状
況に関する総合的評価、推進の

狛江第二・第七小学校統
合後の新校開校のための
委員会委員の募集

より良い教育を目指し、新校
施設の素案の作成、通学路の安
全対策等を検討する市民委員を
募集します。

健康づくり推進協議会の
委員募集

〔募集人数〕4 人

〔任期〕2 年

〔対象者〕20歳以上の市内在住
者で、平日昼間の会議に出席で
きる方

〔応募方法〕住所・氏名・性別・

検討と改善などを行っていただ
く市民委員を募集します。

〔募集人数〕8 人以内

〔応募資格〕市内在住・在勤・
在学者の18歳以上（5月1日現
在）の方で、市民参加および市民
協働に関心のある方。なお、す
でに市が設置している各種審議
会等の委員の方は遠慮ください。

〔任期〕平成19年5月末日

〔会議開催〕平成15年度は4回

〔審査方法〕書類選考

〔応募方法〕住所・氏名・年齢・
職業・電話番号および作文「市
民参加と市民協働の推進につい
ての考え方」を800字程度に
まとめ持参または郵送。なお、
電子メール（kyodoukr@city.
komae.tokyo.jp）でも受け付
けます。

〔応募締切〕5月28日（水）（当日
消印有効）

〔申し込み・問い合わせ〕市民
協働課へ。

〔募集人員および資格〕第二
小学校学区にお住まいの20歳以
上の方1人 第七小学校学区に
お住まいの20歳以上の方1人

〔申し込み・問い合わせ〕5月
15日（木）から20日（火）までに指定申
込用紙に記載し学校教育課へ
（応募多数の場合抽選）。

年齢・職業・電話番号および作
文「あなたにとって健康とは何
ですか」を800字以内になと
め持参または郵送。

〔応募期限〕5月30日（金）必着

〔申し込み・問い合わせ〕〒2
01-0013元和泉2-35-
1 あいとびあセンター内健康
課 ☎（3488）1181へ。

用途地域等見直し素案に対する 市民意見について

用途地域等見直し素案については、4月1日号広報こまえ、市ホームページおよび冊子の配布などで公表し、併せて説明会（4月8日・12日）を開催しました。

このたび、用途地域等見直し素案に対する市民の皆さんからの意見の概要がまとまりましたのでお知らせします。

なお、意見の詳細は市ホームページでもご覧いただけます。（問い合わせ）計画課

Q 都市計画決定の告示後、建物を建てる場合は決定後の用途になるのですか。また、決定と告示は同時に行うものですか。

A 告示後は変更後の用途地域が適用されます。具体的には決定から告示までは期間がありますが、適用は告示後となります。

Q 都市計画道路3・4・4号線沿道地域について、規制の緩和となりますが、住環境の維持に対して対応策を講じていますか。

A 沿道には高い建物を建てることはできますが、後背の宅地が日影となるような建物は規制していきますので、今までの住環境を維持できると考えています。

Q 土地区画整理事業が完了した地区について、詳しく説明してください。

A 駒井町上村中土地区画整理事業が完了した地区では、道路等の都市基盤施設が整備されたことにより、良好な住宅市街地形成が可能となったことから、現在の容積率60・



都市計画道路3・4・4号線

80%、建ぺい率30・40%を容積率100%、建ぺい率50%に変更します。また、敷地面積の最低限度100㎡を同時に指定します。

Q 市内で容積率60%、建ぺい率30%の地域はどのくらいになりますか。

A 今回の見直し後は、市内で容積率60%、建ぺい率30%の地域はなくなります。

Q 次回の用途地域等の見直しはいつごろになりますか。

A 東京都は、これまでおおむね7～8年ごとに用途地域の一斉見直しを行ってきましたが、今回は未定です。ただし、随時変更は必要に応じて実施します。

● 家庭用生ごみ処理機購入補助成

家庭用電動式生ごみ処理機を購入される方に対して、購入費の2分の1（上限25,000円）を助成します。

家庭用の生ごみ処理機は、バイオ式と乾燥式のものがありますが、いずれも生ごみを減量するだけでなく、処理したものを土に埋めることにより、1～3カ月で土壌改良効果や堆肥効果があります。

〔対象〕市内居住者一戸1台（申し込み）清掃課窓口で購入前に申請ください。補助台数75台（に限りがありますので、事前の申請がないと補助が受けられない場合があります。）

〔問い合わせ〕清掃課

● 「狛江市埋蔵文化財調査概報Ⅵ」を発行

本書は、平成13・14年度に実施した、上遺跡など5遺跡の発掘調査の概要を収録したものです（48ページ）。



東塚遺跡全景

このうち、和泉小学校の校庭拡張に伴い調査を行った上遺跡では、古墳時代から平安時代にかけての集落跡が調査されました。稲荷前遺跡では「和泉式土器」が使われていた古墳時代半ばの住居跡が発見されました。また、東塚遺跡では平安時代の

住居跡のほか、縄文時代中期の住居跡も見つかっています。

〔価格〕500円

〔問い合わせ〕社会教育課

● 雨水浸透ますの設置に一部助成

雨水を地下へ浸透させることにより、湧き水や川のせせらぎ、樹木の緑を保つことができます。雨水をできるだけ地下に浸透させるため、雨水浸透ますの設置を推進しています。

市内の個人住宅等で一戸につき4基までが助成対象になりますが、規格により助成単価が異なります（詳細は別表）。また、狛江市指定下水道工事店が、皆さんに代わって手続きを行います。

規 格	助 成 単 価
φ 250mm × H500mm	25,000 円 / 1カ所
φ 300mm × H500mm	31,000 円 / 1カ所
φ 350mm × H600mm	44,000 円 / 1カ所

〔問い合わせ〕環境改善課

審議会等の公開

◆ 狛江市選挙管理委員会

〔日時〕6月2日（月）午前10時から

〔会場〕選挙管理委員会事務局（会場）選挙管理委員会事務局

傍聴は先着3人まで

〔問い合わせ〕選挙管理委員会事務局



- その 112 -

昭和十九年五月東京

「田代実日記」から

田代実さんは、当時19歳で和泉（現東和泉一丁目）に住み、狛江村農業会に勤務していました。この日記には戦争末期の狛江の様子が、当時の言葉で克明に描き出されています。

五月五日 端午の節句、午後武井さんたちのこの出荷前渡金を持って各組合をまわる。何としても竹山へ入り込む買出部隊の数は相当のものらしい。

五月七日 今日より大相撲夏場所小石川後楽園球場に於いて行われる。時局下敵機空襲に備えて伝統の両国国技館に別れて今回から此処で行われることになった（追記・本当は国技館で風船爆弾を作っていたため）。

五月八日 航空計器の裏の方へ飛行機一機墜落するという事故あり。搭乗者は助かる見込みなるも飛行機は大破す。

五月十八日 南瓜一番威勢の良しい一株何者かのためめきとられてしなびていたので早速植えなおすも、もと通りになるかどうか疑問なり。

五月二十日 武井さんは尿尿のことで都庁方面へ。食検より来村あたり、今年の麦、馬鈴薯の供出割当も近くある模様なるも大分多い様子。麦は昨年の五割増という。本村去年は八六〇だったから、一三〇〇俵位かも知れぬ。

五月二十一日 購買ではニシン

より数の子めきだしに大重だ。腐ったニシンは安く売っても数の子を高く売って欠損を補おうという苦肉の策だ。

五月二十七日 会長さんは今日も訓練（第二国民兵教育）で調布国民学校へ。武井さんと栗山幸助、栗山金五郎、栗山龜吉、内田力蔵の諸氏、尿尿配給問題につき世田谷清掃課出張所および都清掃課へ陳情に行く。小足立、覚東に一ヶ所設置はなるも汲取人夫の派遣を頼むという条件つきで解決す。

五月二十八日 午前八時より北駄倉部落隣組員総出動にて狛江駅前四ヶ所に公衆用防空壕掘りを行う。総数五、六十名。またたくまに立派な壕が掘れて十時三十分終了した。一同一所懸命やったので腹が減ったろうからというのが雑炊を無料で食べさせて貰おうと券が出たので、始めて雑炊食堂へ出て雑炊を食す。

六月三日 調布の東部。〇部隊で仮兵舎用の藁を幹旋して呉れというので、武井さん割当をして実行組合を歩く。約五百ヶ。徴集兵が多すぎて寝床が無いので、天幕を屋外にはり藁を敷いて一時を間に合わせらしい。

六月五日 武井さんは肥料応急対策の勤労奉仕者二名引率して城東区（現江東区東部）へ。

六月七日 蔬菜出荷難点は何といても輸送と労力である。農家から市場迄ひいて行く労力と車が無く、市場で集荷場から運ぶ自動車の石油と労力が無いのだ（常用漢字現代かなづかいにしてあります）。

井上 孝

（文化財専門委員）

健康と衛生

予防接種

Health

■ツベルクリン・BCG 接種

〔ツベルクリン接種日〕 5 月 19 日 (判定および BCG 接種日)

5 月 21 日 (会場) あいとびあセンター (受付時間) 午後 1 時 50 分 ~ 2 時 50 分 受付開始 1 時間前から健康課で整理券を配布

〔対象〕 生後 3 ~ 48 カ月未満の乳幼児 (持ち物) 母子健康手帳・予防票

〔問い合わせ〕健康課 ☎ (3 4 8 8) 1 1 8 1

健康診査

Health

■ 3・4 カ月児健康診査

〔日時〕 6 月 11 日 (水) 受付時間は午後 1 時 ~ 1 時 30 分 (会場) あいとびあセンター (対象) 平成 15 年 2 月生まれの乳児 (持ち物) 母子健康手帳・問診票・保険証 対象者には個別に問診票が送付されます。

〔問い合わせ〕健康課 ☎ (3 4 8 8) 1 1 8 1

■ 1 歳 6 カ月児健康診査

〔日時〕 6 月 2 日 (月) 受付時間は午後 1 時 ~ 1 時 30 分 (会場) あいとびあセンター (対象) 平成

13 年 11 月生まれの幼児 (持ち物) 母子健康手帳・問診票・保険証・現在使っているお子さんの歯ブラシ 対象者には個別に問診票が送付されます。

〔問い合わせ〕健康課 ☎ (3 4 8 8) 1 1 8 1

検

Health

■結核検診 (レントゲン直接撮影)

〔日時〕 5 月 19 日 (月) 受付時間は午後 1 時 50 分 ~ 2 時 50 分 (会場) あいとびあセンター (対象) 学生・生徒を除く 15 歳以上の特に検診を受ける機会のない方 (無料) 申し込みの必要はありません。直接会場にお越しください。

〔問い合わせ〕健康課 ☎ (3 4 8 8) 1 1 8 1

学

Health

■ママ・パパ学級

現在第 1 子妊娠中のお母さん・お父さんのための講座です。〔会場〕あいとびあセンター (申し込み・問い合わせ) 健康課 ☎ (3 4 8 8) 1 1 8 1 へ。

■わいわいキッズクラブ

ふたこ・みつこちゃん以上を

育てているお母さんと子どもたちの交流の場です。

〔日時〕 5 月 28 日 (水) 7 月 23 日 (水) 9 月 24 日 (水) 11 月 26 日 (水)

1 月 28 日 (水) 3 月 24 日 (水) 各午後 2 時 ~ 4 時 当日が雨天の場合は、翌日の予備日に延期。この日も雨であれば中止 (会場) 江市健康相談所

〔問い合わせ〕健康課 ☎ (3 4 8 8) 1 1 8 1

■転ばない体づくり ~ 転ばぬ先の杖 ~

「高齢者はどうして転びやすいのか」「転ばないためにはどうしたらよいのか」等の知識と実技を取り入れて自分の体力を把握します。できるだけとおして参加ください。

〔会場〕あいとびあセンター (定員) 20 人 (3 回目の講演会は定員がありません) (参加費) 400 円 (保険料)

〔申し込み・問い合わせ〕健康課 ☎ (3 4 8 8) 1 1 8 1 へ。

育児学級

5 ~ 6 カ月の赤ちゃんのいるお母さん・お父さんが対象です。

〔日時〕 5 月 20 日 (火) 午後 1 時 30 分 ~ 4 時 受付時間は 1 時 ~ 1 時 20 分 (会場) あいとびあセンター (持ち物) 母子健康手帳・筆記用具・バスタオル・赤ちゃんの飲み物など

〔申し込み・問い合わせ〕健康課 ☎ (3 4 8 8) 1 1 8 1 へ。

相

Health

■育児相談

育児に関する悩みや相談、もちろんお母さん自身の心や体のことなどお気軽に相談ください。〔日時〕 5 月 28 日 (水) 午後 2 時 ~ 3 時 30 分 (会場) 子ども家庭支援センター

〔問い合わせ〕健康課 ☎ (3 4 8 8) 1 1 8 1

■転ばない体づくり日程

	日 時	テ ー マ
1	6 月 5 日 (水) 午後 1 時 30 分 ~ 3 時 30 分	測ってみようあなたの骨密度
2	6 月 6 日 (金) 午前 9 時 30 分 ~ 11 時	測ってみようあなたの体力 (体力測定)
3	6 月 9 日 (月) 午後 1 時 30 分 ~ 3 時 30 分	心の転倒予防 ~ うつと痴呆 (講演会)
4	6 月 11 日 (水) 午前 9 時 30 分 ~ 11 時 30 分	歩いて吸収しようビタミン D
5	6 月 12 日 (木) 午前 9 時 30 分 ~ 11 時 30 分	転倒予防体操で筋力アップ
6	6 月 13 日 (金) 午前 9 時 30 分 ~ 11 時 30 分	歩いてみよう水の中
7	6 月 18 日 (水) 午後 1 時 30 分 ~ 3 時 30 分	作ってみようバランス食 (実習)
8	6 月 19 日 (木) 午前 9 時 30 分 ~ 11 時 30 分	転倒予防体操で筋力アップ
9	6 月 23 日 (月) 午後 1 時 30 分 ~ 3 時 30 分	転倒予防体操で筋力アップ
10	6 月 26 日 (木) 午前 9 時 30 分 ~ 11 時 30 分	転倒予防体操で筋力アップ
11	6 月 30 日 (月) 午前 9 時 30 分 ~ 11 時 30 分	転倒予防体操で筋力アップ
12	7 月 2 日 (水) 午前 9 時 30 分 ~ 11 時	努力の成果は... (体力測定)
13	7 月 4 日 (金) 午前 9 時 30 分 ~ 11 時 30 分	作って食べようヨモギ餅 話してみよう自分の目標

もっと野川を楽しもう
新しくなりました



調布市境から世田谷区境までの、狛江市区域を流れている野川の水辺環境向上のための改修工事が終わりました。堤防から水辺への通路としての階段等も整備されましたのでどうぞお楽しみください。野川散策のガイドマップとして、野川流域おすすすめスポット・野川水辺の生物イラストノートを配布しています。

〔問い合わせ〕環境改善課



休日診療

〔会場〕あいとびあセンター

〔診療日〕 18 日・25 日

〔受付時間〕午前 9 時 ~ 11 時 30 分・午後 1 時 ~ 4 時 30 分

○ 休日応急診療所

☎ (3 4 8 8) 9 1 2 1

○ 休日歯科応急診療所

☎ (3 4 8 8) 9 1 7 1

○ 休日診療薬局

☎ (3 4 8 8) 1 5 1 9

24 時間

医療機関案内



○ 狛江消防署

☎ (3 4 8 0) 0 1 1 9

○ 東京消防庁テレホンサービス

☎ 0 4 2 (5 2 1) 2 3 2 3

健康日本 21 栄養・食生活編 野菜をたくさんとろう

野菜には、抗酸化ビタミン、食物繊維、カリウム、カルシウム等が多く含まれ、がん、高脂血症、脳卒中等の生活習慣病の予防や便秘、骨粗しょう症、貧血を防ぐ等健康を維持・増進するためのよい働きがたくさんあります。

健康日本 21 によると、成人 1 日当たりの野菜の摂取量の目標は 350g 以上 (そのうち、緑黄色野菜の目標量は 120g 以上) です。野菜は、生だけでなく茹でる、煮る、焼く、炒める、揚げる等の調理法にすると多く食べられます。色んな調理法・味付けで野菜を食べるといいですね。また、野菜の摂取量を増やすだけではなく、できるだけ種類の野菜を食べるようにするとバランスがよくなります。野菜等がたっぷり入った具だくさんスープ・炒め物、忙しいときは野菜ジュース等を取り入れ、野菜たっぷりの食事を心がけましょう。

毎回の食事に野菜があるかどうか、チェックしてみるのもいいですね。

〔問い合わせ〕健康課 ☎ (3 4 8 8) 1 1 8 1

環境を考える

市民の声 87

公害ということ



善養寺昭三さん
西野川四丁目在住

一口に公害といっても、何が公害かむずかしい。それは人口問題もあるし、ゴミ問題、食糧や河川の汚染、等々と数えたらきりが無い。

東京はビルが建ち、どえらい発展をした。池袋の「サンシャイン」に上って愕然とした。せめて東京 23 区の外には、青い草木や田園が見えると思っていたが、見渡す限りビルや家また家の連続でしかない。遠望の山は霞み、富士山もやっと見える。紫めいた排気ガスが上空に重く

垂れこめ、雲はない。

今日日本の人口は約 1 億 3,000 万人でまだ多少増えているそうである。そのあと減るといいうがまだ先の話で、高層ビル上の私はもうとても抗しきれぬ空しさを感じた。

戦後まもなく草場弘という人は、「人口を減らすことと菜食を多くし 1 日に 2 食ですますこと」を奨めて歩いた。今を見越して運動を始めていたことを知ると頭が下がる思いだ。この公害は自分の心との闘いかもしれないと思いはじめている。

殊に文化とか文明が公害に加担している張本人ではないか？ そうだとしたら私はどうしたらよいのだろう。私一人では立ち向かえない情けなさを感じている。

インフォメーション

催し

■狛江弁財天池緑地保全地区
「春・夏・秋・冬」写真展

昨年 4 月 1 日のオープニング
セレモニーからの 1 年間を振
り返し、写真展を行います。

【期間】5 月 26 日（月）～ 6 月 3 日
（火）「会場」市役所 2 階フロアー
「問い合わせ」環境改善課

■中央公民館利用者懇談会

【日時】5 月 28 日（水） 午後の部・
午後 2 時～ 4 時 夜間の部・午
後 7 時～ 9 時

「問い合わせ」中央公民館（3
4 8 8）4 4 1 1

■西河原公民館利用者懇談会

【日時】5 月 21 日（水） 午前の部・
午前 10 時～ 正午 夜間の部・午
後 7 時～ 9 時

「問い合わせ」西河原公民館（3
4 8 0）3 2 0 1

■野川水辺の生きもの調査

【日時】6 月 15 日（日）午前 9 時 30
分～ 正午 雨天中止（集合場所）
上流部 都立野川公園西端
（二枚橋） 下流部 小田急線
喜多見駅改札前（参加費）1 人
1 0 0 円（保険・資料代）（募集
人数）上流・下流各 30 人（先着
順）

■第 31 回初夏の音楽会

【日時】6 月 1 日（日）午前 10 時 30
分開場・11 時開演・午後 4 時 30
分終了予定（会場）エコルマホー
ル（無料）「内容」プラスパン
ド・マンドリンなどの器楽演奏、
女声・混声による合唱、ハンド
ベル、和太鼓など市内音楽団体
によるコンサート
「問い合わせ」狛江市音楽連盟
初夏の音楽会実行委員会・小笠
原（3 4 8 8）5 9 6 5

■春季市民囲碁大会

【日時】5 月 25 日（日）午前 9 時 30
分受け付け・10 時対局開始・午
後 6 時 30 分終了予定（会場）中
央公民館（競技方法）組別トー
ナメント（参加資格）市内在住・
在勤者（参加費）1、0 0 0 円
（定員）先着 1 1 2 人
「問い合わせ」日本棋院狛江支
部・金浜（3 4 8 0）2 7 8
2

■狛江フィルハーモニー管弦楽
団第 12 回定期演奏会

【日時】5 月 31 日（土）午後 1 時 30
分開場・2 時開演（会場）エコ
ルマホール（出演者）指揮・岩
村力さん、バイオリンソロ・フ
ランチェスコ・マナーラさん、ミ
ラノスカラ座管弦楽団コンサート
マスター（曲目）サンサーン
スパイオリン協奏曲第 3 番、プ
ラムス交響曲第 1 番ほか（入
場料）大人 1、0 0 0 円・小中
学生 5 0 0 円。全席自由（前売
り）小田急 OX チケット売り場・
ミュージックショップ森のう
た・覚東写真店。当日券あり
「問い合わせ」小島（3 4 8
8）2 9 7 5

セミナー

■いきいき広場「英語であそぼ
う」

【日時】5 月 31 日（土）午前 10 時～
正午（講師）アンドレア・リー（定
員）小学生先着 30 人（無料）（持
ち物）ノート・鉛筆
「申し込み・問い合わせ」5 月
19 日（月）午前 9 時から中央公民館
窓口または（3 4 8 8）4 4
1 1 へ。

■女性セミナーⅠ（母と子の広
場）

【期間】5 月 26 日（月）～ 平成 16 年
2 月 2 日（月）（全 21 回）毎週月曜
日（時間）午前 10 時～ 正午（定
員）10 数人
「申し込み・問い合わせ」中央公
民館（3 4 8 8）4 4 1 1 へ。

■市民教養講座「日本と世界経
済の行方を考える」・株価暴落
など日本経済はどうなるか、

【日時】6 月 5 日・12 日・19 日・
26 日（各木曜日・全 4 回）午後

2 時～ 4 時（対象）成人男女
（定員）40 人（無料）（講師）今
宮謙二さん（中央大学名誉教授）
「申し込み・問い合わせ」中央
公民館（3 4 8 8）4 4 1 1
へ。

■西河原カレッジ教養コース
「今、生きるということ」

【日時】6 月 4 日（水）～ 7 月 30 日
（水）（全 9 回）午前 10 時～ 正午
（定員）20 人（無料）「内容」別
表

回数	月 日	学習テーマ	講 師
1	6 月 4 日（水）	講座の意味や学習の進め方など	佐味光子さん（カウンセラー）
2	6 月 11 日（水）	激動期における人間の生きざま	渡辺房男さん（作家）
3	6 月 18 日（水）	日本人の死生観	伊藤明廣さん（法専修寺住職）
4	6 月 25 日（水）	老いとこころ	堀口雅子さん（虎の門病院産婦人科医）
5	7 月 2 日（水）	気功でいきいき	竹内泰子さん（日本気功科学研究所 指導員）
6	7 月 9 日（水）	話し合い、ワーク	佐味光子さん（カウンセラー）
7	7 月 16 日（水）	日本一幸せな犬とともに	加藤祥子さん（新光館長夫人）
8	7 月 23 日（水）	高齢者の食と暮らし	大久保裕子さん（管理栄養士）
9	7 月 30 日（水）	学習のまとめ	佐味光子さん（カウンセラー）

■西河原カレッジ教養コース
「申し込み・問い合わせ」西河
原公民館（3 4 8 0）3 2 0
1 へ。

■カラオケ教室

【日時】6 月 4 日（水）午後 1 時～
3 時（講師）佐々木理恵さん
（定員）25 人（無料）（持ち物）
筆記用具
「申し込み・問い合わせ」上和
泉地域センター（3 4 8 9）
9 1 0 1 へ。

お知らせ

■あいとびあセンターのプール
利用休止

5 月 18 日（日）～
30 日（金）の間は、
清掃（前期全換
水）のためお休
みします。

「問い合わせ」在宅福祉課

■笑顔サービス協力会員募集説
明会

【日時】5 月 20 日（火）午後 1 時 30
分～ 3 時・21 日（水）午前 10 時 30 分
（正午（会場）あいとびあセン
ター（主な活動内容）食事の世
話、洗濯、掃除、買い物、通院
介助等（登録要件）心身共に健
全な 18 歳以上の市民（賛金）1
時間 8 0 0 円
「問い合わせ」社会福祉協議会
（3 4 8 8）0 2 9 4

募集

■こまえ苑ボランティア

デイサービスセンター（日
時）月～土曜日・祝日の午前 10
時～午後 4 時（短時間可）「内容」
活動の手伝い・話し相手・コー
ヒーコーナー手伝い（午前 11 時
～午後 1 時 30 分）喫茶、いちょ
う（日時）毎週土曜日午後 2
時から 1 時間程度（相談可）
原則高校生以上
「申し込み・問い合わせ」こま
え苑（3 4 8 9）2 4 0 4 へ。

6 月から「こまえ市民
カード（兼印鑑登録証）」
を発行

発行します。
今後、印鑑登録時に発行する
カードは「こまえ市民カード兼
印鑑登録証」となります。

現在、市役所 2
階フロアーおよ
び中央公民館ロ
ビーに、住民票お
よび印鑑登録証
明書発行の自動
交付機を設置し
ています。

今後より多
くの方に利用い
たため、この
自動交付機が利
用できる「こまえ市民カード」兼
印鑑登録証」を 6 月 2 日（月）から



中央公民館ロ
ビーの自動交付機
は、休館日を除く
土・日曜日（午前
9 時～午後 5 時）
や平日（午前 9 時
～午後 7 時）に利用できます。
「問い合わせ」市民課

狛江古代カップ第 13 回多
摩川いかだレース参加者
募集



昨年の大会では過去最多 22 地
域から 97 チームがエントリーす
るなど、狛江の夏の風物詩とし
て定着した多摩川いかだレース
の参加者を募集します。
【日時】7 月 20 日（日）午前 10 時ス
タート（雨天等延期の場合は 27
日（日）

「コース」多摩川五本松～宿河
原堰手前（約 1・3 km）
「参加資格」健康で泳ぐことが
できる小学校 4 年生以上の男女
（小学生の参加は、成人 2 人以
上を含むチーム構成）
「チーム構成」3～5 人で構成
（募集チーム）先着 1 0 0 チー
ム
「参加費」1 チーム 5、0 0 0
円（保険料含む）
「表彰」タイムレース（一般、
レディース・ジュニア、学生）
部門および企画（アイデア）部
門の上位チームに賞状と賞品を
贈呈。多数の特別賞も用意して
います。
「申し込み・問い合わせ」5 月
31 日（土）（先着 1 0 0 チームに達
した場合にはその時点で終了）
までに狛江古代カップ第 13 回多
摩川いかだレース実行委員会事
務局・木村（3 4 8 0）9 3
6 7 へ。

募集

■調布狛江交通少年団員

〔日時〕第2・4土曜日午前9時30分～正午〔対象〕小・中学生〔内容〕交通安全教育・交通ルール等を指導、ボランティア活動、鼓笛の練習等



〔申し込み・問い合わせ〕調布交通安全協会・押尾☎0424(82)3042へ。

■野川流域連絡会委員

〔応募資格〕野川流域に在住・在勤の方で、年間4回程度の会議に出席できる方〔応募方法〕住所・氏名・年齢・性別・職業・電話番号および作文「応募の動機」を800字程度にまとめ持参または郵送〔応募締切〕6月30日(月)〔結果通知〕7月下旬に本人に通知

〔申し込み・問い合わせ〕〒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☎042(330)1845へ。

■若葉会会食会

〔日時〕6月3日(火)正午から会場「あいとびあセンター」(会費)500円〔対象〕70歳以上(先着50人)〔申し込み・問い合わせ〕藤田☎(3480)2640へ。

スポーツ

■スポーツ健康づくり相談

〔相談時間〕毎週月曜日から午後6時～8時30分、毎週金曜日から午前9時～11時30分、毎月第1日曜日から午後1時～3時30分〔対象〕運動を通じて健康づくりを考えている方。運動に対する不安や疑問のある方〔受付場所〕市民総合体育館〔受付方法〕直接窓口

〔問い合わせ〕体育課☎(3430)1141

■狛江市バドミントン協会主催会長杯

〔日時〕6月22日(日)受け付け午前9時、試合開始9時30分〔会場〕市民総合体育館〔種目〕男女ダブルス、1～3部、壮年の部(45歳以上)〔参加資格〕原則として市内在住・在勤・在学者または当協会登録会員〔参加費〕1ペア2,400円(会員2,000円)〔締め切り〕6月7日(土)必着

〔申し込み・問い合わせ〕〒201-0001西野川4-6-1509風間☎・☎(3480)0990へ。

■市民バスケットボール大会

〔日時〕5月25日(日)・6月1日(日)・8日(日)〔会場〕市民総合体育館〔競技方法〕男女ともトナメント戦〔参加費〕5,000円〔抽選会〕5月18日(日)午後7時から市民総合体育館〔申し込み・問い合わせ〕5月

17日(土)までに狛江市バスケットボール連盟・望月☎(3489)4101へ。

図書館

中央図書館

☎(3488)4414

■春の文学散歩「新緑とあじさいを求めて、古都鎌倉へ」

〔日時〕6月19日(木)午前8時45分市役所発〔定員〕40人〔参加費〕1,000円(入館料等)

〔申し込み〕5月29日(木)午前9時30分から中央公民館(9時30分で定員を超えた場合は抽選、抽選前の電話申し込み不可)

上和泉地域センター

☎(3489)9101

■図書室おはなし会

〔日時〕5月26日(月)午後4時から〔絵本〕ぼくにけちゃうよ〔科学の友〕たんぼぼ〔おはなし〕たんぼぼ〔手あそび〕ととけつこつ〔工作〕たんぼぼ

■中央図書館・西河原公民館学習情報室の休館・休室

中央図書館 6月2日(月)～13日(金)

西河原公民館学習情報室

6月2日(月)～9日(月)特別貸し出し 5月19日(月)～6月1日(日)〔貸出期間は4週間、貸出冊数は無制限で利用できます。なお、休館・休室中のブックポストへの返却は遠慮ください〕



子育て



岩戸児童センター

和泉児童館

☎(3480)1441

■ひまわりの集い「カエルさんと遊ぼう」〔日時〕5月15日(木)午前11時～正午〔対象〕乳幼児親子。参加自由

■リトミック〔日時〕6月5日(木)午前11時～正午〔対象〕乳幼児親子〔定員〕30組〔申込方法〕5月26日(月)から電話受け付け

子ども家庭支援センターに参加する方は遠慮ください。

■卓球大会〔日時〕5月22日(木)午後3時30分～4時30分〔対象〕小学生 賞品あり

■作ろう「ペーパークラフト」〔日時〕5月28日(水)～30日(金)午後3時30分～4時30分〔対象〕小学生

岩戸児童センター ☎(3489)5414

■おはなし会〔日時〕5月21日(水)午後3時30分～4時〔対象〕幼児(保護者同伴)から。参加自由

■おりがみ教室〔日時〕5月22日(木)午後3時～5時〔対象〕小学生。参加自由

子ども家庭支援センター ☎(5438)6606

■あいとびあスタッフ出張相談 保健師・栄養士・歯科衛生士が応対する発達相談〔日時〕5月28日(水)午後2時～3時30分 参加自由(多数の場合は順番待ち)

■たんぼぼリトミック6月〔日時〕6月6日(金)Aクラス午前10時から、Bクラス11時から〔対象〕1歳以上の乳幼児親子〔申込方法〕5月15日(木)から電話または窓口〔定員〕各40組

■園庭開放〔日時〕5月22日(木)午前9時40分～11時(雨天翌日)〔持ち物〕親子とも汚れてよい服装で、着替え・タオル等持参

西河原公民館 ☎(3480)3201

■西河原いきいき子育てルーム〔日時〕毎月第1・3金曜日の午前10時30分～11時30分〔対象〕乳幼児親子(会場)2階幼児室

多摩川保育園 ☎0424(83)4667

■ハーモニカ演奏と園庭開放〔日時〕5月22日(木)午前10時～11時

訂正

5月1日号掲載の「市民相談一覧表」に一部誤りがありました。

■税務相談 毎週水曜日

■正 毎週木曜日

〔問い合わせ〕情報課

環境週間

6月5日(木)から11日(水)まで



□花の配布

6月5日(木)午前10時から市役所前市民ひろばで、開会式終了後250人に無料配布

□リサイクル、廃食用油の活用

6月5日(木)午前10時から市役所前市民ひろば

□環境パネル展

6月5日(木)から11日(水)まで市役所2階フロアー(土・日曜日除く)

□絵画等応募作品展

6月5日(木)から11日(水)まで中央公民館2階ショーケースに環境関連の応募作品を展示します。

6月5日(木)実施の関連行事

家庭用生ゴミ処理機の展示 粗大ゴミの有効利用

枝葉を破碎したチップを無償配布

東京ガスによる天然ガスの展示等

水道週間広報等

■環境学習

〔定員〕40人。6月11日(木)午前9時市役所バス車庫前集合出発、昭和記念公園と立川防災館を見学。弁当・雨具持参

■家庭園芸教室

〔定員〕40人。6月7日(土)午後2時から市役所前市民ひろば。通常よく口にしている物が酸性かアルカリ性かを調べます。

2時から市役所前市民ひろば。観葉植物の鉢植え実施(教材費700円)

□酸性アルカリ性調査

6月7日(土)午後2時から市役所前市民ひろば。通常よく口にしている物が酸性かアルカリ性かを調べます。

□河川調査

6月8日(日)午前10時から野川(小金橋)・多摩川(五本松)で身近な川の水質を測定(参加希望者は直接現地へ)

■エコクッキング

〔定員〕30人。6月9日(月)午前9時市役所前市民ひろば集合出発、新宿東京ガスショールーム調理室にて参加者がエコ調理し、試食。午後は東京新宿地域冷暖房センター見学(参加費500円)

■施設見学会

〔定員〕40人。6月10日(火)午前9時市役所バス車庫前集合出発、葛西臨海水族園・東京水辺ライオン(隅田川)・江戸東京博物館

弁当・雨具持参

■の行事は事前に申し込みが必要で、受け付けは、5月15日(木)から行います。

施設見学会と環境学習の重複申し込みはできません。

バスの使用にあたり、お子さんの参加は7歳以上となります。

各種事業は原則として雨天実施します。

二酸化窒素の測定は6月5日(木)、6日(金)に行います。

〔申し込み・問い合わせ〕環境を考える会狛江市実行委員会事務局(環境改善課)へ。