

平成25年
5/1
1125号

広報

こまえ

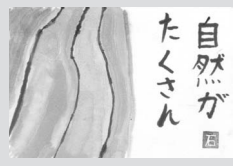


応援しよう!!
狛江の国体

開催まであと150日!



絵手紙発祥の地-狛江



第五小学校卒業生の作品

毎月1日・15日発行

今号の主なトピックス

- 2面…安全に自転車を利用するために
- 3面…行政相談委員・固定資産評価審査委員の委嘱
- 4面…狛江市スポーツGOMI拾い大会
- 5面…国民健康保険事業に関する計画の策定
- 6面…麻しん・風しんの予防接種
- 8面…サポート狛江「むいかからで遊ぼう」

◎発行／狛江市 ◎編集／企画財政部秘書広報室 〒201-8585 狛江市和泉本町一丁目1番5号 ☎03(3430)1111 ホームページ <http://www.city.komae.tokyo.jp/>



身近な相手に気軽に相談してください

5月12日は 民生委員・ 児童委員の日

地域の身近な
相談相手

地域の皆さんと
行政を結びます

生活・暮らしの問題や、子育て・いじめ・不登校等の相談をはじめ、高齢者の見守りや声掛けなどを行っています。

また、相談内容に応じて、市役所や福祉機関等が提供するサービスの情報を知らせることで、必要な方がサービスを受けられるよう、関係機関につながります。

相談したいときは

居住区域担当の委員（2面委員一覧表参照）に直接ご連絡ください。

「民生委員・ 児童委員の日」 PR活動

▽パネル展示（活動紹介）

5月10日（金）～17日（金）

市役所2階ロビー

▽駅頭PR活動

5月15日（水）午後4時～5時

所喜多見駅・狛江駅・和泉多摩川駅

※東日本大震災による震災遺児・孤児支援の募金活動も実施します。

固福祉サービス支援室総合調整担当



民生委員・児童委員は、守秘義務がありますので、相談内容や個人の秘密が漏れることはありません。

水防訓練を実施します

集中豪雨、台風等の
大雨に備えましょう！

集中豪雨や台風が発生する出水期前に、総合水防訓練を実施します。

参加団体調布警察署、狛江市建設業協会、狛江市防災会、狛江女性防火の会、東京消防庁災害時支援ボランティア、国土交通省関東地方整備局京浜河川事務所、自衛隊第一後方支援大隊

浸水を防ぐレジャーシートやポリ袋、段ボール箱等を活用した、市民の皆さんができる簡易水防工法を実施します。

また、消防車両等の展示や降雨体験車による大雨体験、土のう作り体験等もできますので、気軽にご参加ください。

固安心安全課

5月12日（日）午前9時30分～11時30分ごろ
所多摩川緑地公園グラウンド
（猪方四丁目1番多摩川河川敷）
実施機関 狛江市、狛江消防署、狛江市消防団



みんなで力を合わせてまちを守ろう

5月は赤十字社員増強運動月間

赤十字活動に必要な寄付の
協力をお願いします。

赤十字活動に必要な寄付の協力をお願いします。赤十字協賛委員が各家庭を訪問します。寄付金は、国内外の災害や紛争による被災者への救護活動や献血推進等の人道的活動に使われています。

また、狛江市赤十字奉仕団のボランティアとして、赤十字活動に参加してみませんか。▽赤十字活動キャンペーン
5月24日（金）午後1時～4時
所 狛江駅前
固介護支援課高齢者支援係

市長
コラム

15

狛江史上、最大とも言える多摩川の洪水。昭和49年の台風16号による大雨で多摩川が増水、ついには堤防が決壊し、19棟の家屋が濁流に飲み込まれてしまいました。この惨事を私たちは忘れることはできません。市では、この災害を契機として毎年、水防訓練を実施してきました。

今年も5月12日に多摩川緑地公園で実施します。近年の水害はゲリラ豪雨や爆弾低気圧による集中豪雨など、都市型水害へと形を変えつつあります。これに対応して、道路冠水や床上・床下浸水対策などを主眼に訓練を行います。

昨春秋の防災訓練では、初めて自衛隊に参加していただきました。今回の訓練でも自衛隊や警察、ハイパーレスキュー隊のご協力を得て、降雨体験や土のう作成などが体験でき、新鋭車両も展示されます。お一人でも多くの皆さんの参加をお待ちしています。



狛江市長 高橋都彦

子育てボランティア講座

子育てボランティアとしての知識を学ぶ講座です。子育てイベントの託児や、遊びの指導、絵本の読み聞かせなどをしてみませんか。
 日下表のとおり※実習の日時は改めて調整します。
 時午前10時～11時30分
 定先着15人
 申子育て支援課企画支援係へ。



日程	会場	テーマ
5月22日(水)	501会議室	市の子育て事情
5月29日(水)	503会議室	ボランティアとは、保育の基本
6月3日(月)	狛江市役所小田急線高架下分室101会議室	ママ・パパへの支援
6月10日(月)	502会議室	子どもの保健・安全
6月24日(月)	501会議室	子どもと遊ぶ（おもちゃ作りなど）
7月下旬～9月上旬(予定)	子ども家庭支援センター等	ボランティア実習（1回）

東京多摩国体開催記念

第3回狛江市

スポーツGOMー拾い大会

～ゴミ拾いはスポーツだ！～

日6月8日(土)午前10時から(雨天決行)
 受9時30分から市役所前市民ひろばにて
 対市内在住・在学・在勤の方
 定先着30チーム(1チーム3～5人)
 ※小学校3年生以下のチームは必ず18歳以上の方が入ること
 因拾ったごみの量をチームごとに競います
 ※入賞賞品・参加賞あり
 申5月24日(金)までに、参加申込書を持参、
 定(3430)1600または☎kokuai02@city.komae.lg.jp
 ※申込書は社会教育課窓口等で配布している他、HPhttp://www.komae-city.jp/ta2013jp/からもダウンロードできます。
 団社会教育課国体推進担当

消費生活相談コーナーから

◆布団の無料クリーニング◆

〇相談事例

見知らぬ業者から電話がかかってきて、布団の使用年数を聞かれたので、10年くらいと答えました。すると、業者から「布団の汚れを無料でクリーニングしてあげる」と言われたので、無料なら良いと思い、自宅に来てもらうことにしました。

後日、業者が訪れ、水の入った器具で布団をクリーニングした後、汚れた水を見せながら、布団が汚れていると言いました。今後は湿気を防ぐ敷パッドを使ったほうが良い

〇相談事例
 見知らぬ業者から電話がかかってきて、布団の使用年数を聞かれたので、10年くらいと答えました。すると、業者から「布団の汚れを無料でクリーニングしてあげる」と言われたので、無料なら良いと思い、自宅に来てもらうことにしました。

としてく
 勧められ、
 結局15万円
 の敷パッド

オフ（無条件解約）が可能です。今回のケースでは、8日間以内にクリーニング・オフ通知を業者に出した結果、代金は全額返金され、使用済みの敷パッドは後日業者が引き取りに来ました。

〇相談事例
 見知らぬ業者から電話がかかってきて、布団の使用年数を聞かれたので、10年くらいと答えました。すると、業者から「布団の汚れを無料でクリーニングしてあげる」と言われたので、無料なら良いと思い、自宅に来てもらうことにしました。

〇相談事例
 見知らぬ業者から電話がかかってきて、布団の使用年数を聞かれたので、10年くらいと答えました。すると、業者から「布団の汚れを無料でクリーニングしてあげる」と言われたので、無料なら良いと思い、自宅に来てもらうことにしました。

〇相談事例
 見知らぬ業者から電話がかかってきて、布団の使用年数を聞かれたので、10年くらいと答えました。すると、業者から「布団の汚れを無料でクリーニングしてあげる」と言われたので、無料なら良いと思い、自宅に来てもらうことにしました。

〇相談事例
 見知らぬ業者から電話がかかってきて、布団の使用年数を聞かれたので、10年くらいと答えました。すると、業者から「布団の汚れを無料でクリーニングしてあげる」と言われたので、無料なら良いと思い、自宅に来てもらうことにしました。

〇相談事例
 見知らぬ業者から電話がかかってきて、布団の使用年数を聞かれたので、10年くらいと答えました。すると、業者から「布団の汚れを無料でクリーニングしてあげる」と言われたので、無料なら良いと思い、自宅に来てもらうことにしました。

〇相談事例
 見知らぬ業者から電話がかかってきて、布団の使用年数を聞かれたので、10年くらいと答えました。すると、業者から「布団の汚れを無料でクリーニングしてあげる」と言われたので、無料なら良いと思い、自宅に来てもらうことにしました。

〇相談事例
 見知らぬ業者から電話がかかってきて、布団の使用年数を聞かれたので、10年くらいと答えました。すると、業者から「布団の汚れを無料でクリーニングしてあげる」と言われたので、無料なら良いと思い、自宅に来てもらうことにしました。

〇相談事例
 見知らぬ業者から電話がかかってきて、布団の使用年数を聞かれたので、10年くらいと答えました。すると、業者から「布団の汚れを無料でクリーニングしてあげる」と言われたので、無料なら良いと思い、自宅に来てもらうことにしました。

〇相談事例
 見知らぬ業者から電話がかかってきて、布団の使用年数を聞かれたので、10年くらいと答えました。すると、業者から「布団の汚れを無料でクリーニングしてあげる」と言われたので、無料なら良いと思い、自宅に来てもらうことにしました。

〇相談事例
 見知らぬ業者から電話がかかってきて、布団の使用年数を聞かれたので、10年くらいと答えました。すると、業者から「布団の汚れを無料でクリーニングしてあげる」と言われたので、無料なら良いと思い、自宅に来てもらうことにしました。

〇相談事例
 見知らぬ業者から電話がかかってきて、布団の使用年数を聞かれたので、10年くらいと答えました。すると、業者から「布団の汚れを無料でクリーニングしてあげる」と言われたので、無料なら良いと思い、自宅に来てもらうことにしました。

〇相談事例
 見知らぬ業者から電話がかかってきて、布団の使用年数を聞かれたので、10年くらいと答えました。すると、業者から「布団の汚れを無料でクリーニングしてあげる」と言われたので、無料なら良いと思い、自宅に来てもらうことにしました。

行政けいじばん

5月の日曜窓口

日26日(日)午前9時～午後1時
 開設窓市民課・課税課・納税課・保険年金課・子育て支援課
 手当助成係
 ※取扱業務や必要書類等は、事前に担当課にご確認ください。
 ※平成25年度固定資産税(第1期分)および平成25年度軽自動車税(定期分)は、5月31日(金)までに納めてください。口座振替やコンビニエンスストア等で納付することができます。詳細は納税課へ。
 団市民課

狛江市市民参加と市民協働に関する審議会市民委員募集

日18歳以上の市内在住・在学・在勤で、市民参加および市民協働に関心のある方
 定1人
 任期平成27年3月31日まで
 会議平日夜間(年5回程度・分科会)
 申5月13日(月)(必着)までに、住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号、在学・在勤の方は学校名または勤務先、および作文「狛江をよりよいまちにするための市民と市役所との関係」を800字程度(様式自由)にまとめ、持参・郵送または☎kyodot@city.komae.lg.jpで政策室協働調整担当へ。

「狛江市市民公益活動事業補助金」事業報告会

先駆的活動や特色ある活動を行

行方市民公益活動団体の事業に対して財政支援を行う「狛江市市民公益活動事業補助金」の前年度事業報告会を行います。

日5月11日(土)午後1時30分から
 所中央公民館
 団地域活性化課市民活動推進係

狛江市商店街振興プラン策定委員会市民委員募集

日18歳以上(4月1日現在)の市内在住・在学・在勤で、商店街振興に消費者としての意見を反映させたい方(高校生、商店街関係者を除く)
 定3人
 任期委嘱の日から事業終了まで
 会議原則平日昼間(年6回程度)
 申5月15日(水)(必着)までに、住所・氏名・年齢・性別・職業・電話番号、および作文「消費者が市内の商店街に希望すること」を800字以内(様式自由)にまとめ、郵送、持参または☎chikiko01@city.komae.lg.jpで地域活性化課地域振興係へ。

5月は特別障害者手当等の支給月です

手当の種類特別障害者手当、障害児福祉手当、福祉手当(経過措置)

入金日5月10日(金)

※次のいずれかに該当する場合は対象外となります。また、届け出の遅れにより支払われた手当は返還していただくことになります。

▽特別障害者手当 3カ月を超えて入院したとき、施設に入所

したとき

▽障害児福祉手当 施設に入所したとき、障害基礎年金等を受けけるようになったとき

団福祉サービス支援室障がい者支援担当

特別な支援が必要な子どもの就学・転学相談はお早め

日来年小学校に入学する、特別な支援が必要な方および就学に不安のある方▽来年度から都立盲・ろう・特別支援学校の中学部または市立中学校の特別支援学級等への入学・入級を希望する方▽現在、市立小・中学校に在学して特別支援学級等への転学や通級学級への通級等を希望する方

団学校教育課学事給食係

第二次狛江市子ども読書活動推進計画を策定しました

教育委員会では、子どもが自主的に読書活動ができる読書環境の整備・充実を図るために、第二次狛江市子ども読書活動推進計画を策定しました。

計画は、図書館で1部80円で頒布する他、市および図書館ホームページからもご覧になれます。

計画期間平成25～29年度
 団中央図書館☎(3488) 414

笑顔サービス協力会員募集
 説明会

日5月9日(木)午後1時30分から、6月11日(火)午前10時30分から、7月11日(木)午後1時30分から
 ※日程が合わない方はお問い合わせ

わせくください。

所あいとびあセンター

団笑顔サービスの趣旨に賛同し、活動できる心身ともに健全な18歳以上の市民

因高齢者、障がい者(児)、子育て中の家庭等に対する炊事、洗濯、掃除、買い物、外出(通院)介助、余暇活動の援助等
 謝礼1時間800円～1,000円
 年会費一口1,000円以上
 団狛江市社会福祉協議会☎(3488) 0787

審議会等の公開

◆狛江市個人情報保護審議会
 日5月17日(金)午後2時から
 所3階市議会第一委員会室
 団政策室企画法制担当
 ◆第2回スポーツ推進委員会議
 日5月8日(水)午後7時から
 所502・503会議室
 案件平成25年度事業について、他
 団社会教育課社会教育係
 ◆第2回社会教育委員の会議
 日5月22日(水)午後6時から
 所502・503会議室
 案件東京都町村社会教育委員連絡協議会定期総会について(報告)、他
 団社会教育課社会教育係
 ◆平成25年度第1回公民館運営審議会
 日5月13日(月)午後7時から
 所団西河原公民館☎(3480) 3201

国民健康保険事業に関する計画を策定しました

国民健康保険係

国民健康保険事業が健全な財政運営を維持するための「狛江市国民健康保険事業財政健全化計画」および「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づいた特定健康診査・特定保健指導の実施に関する「特定健康診査等実施計画」を策定しました。

なお、各計画は、保険年金課で 1 部40円で頒布している他、市ホームページからもご覧になれます。

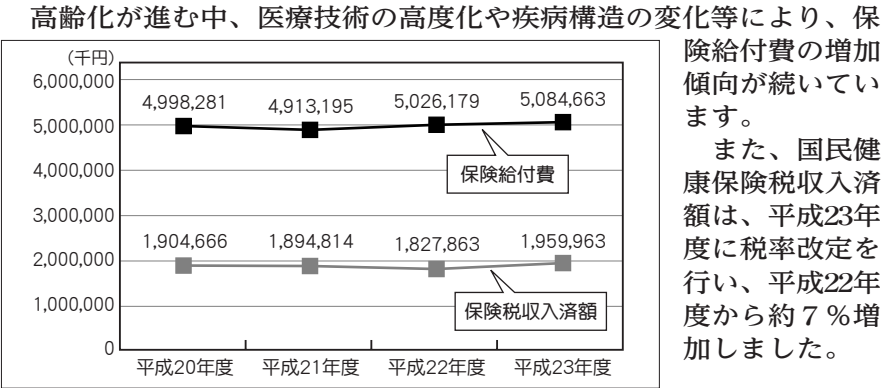
狛江市国民健康保険事業財政健全化計画

(計画期間:平成25～27年度)

国民健康保険の現状

国民健康保険は、健康保険組合や共済組合等に参加していない方を対象とした公的医療保険制度です。狛江市では、平成24年 1 月 1 日現在、2 万2, 053 人（人口の約29％）が加入しています。

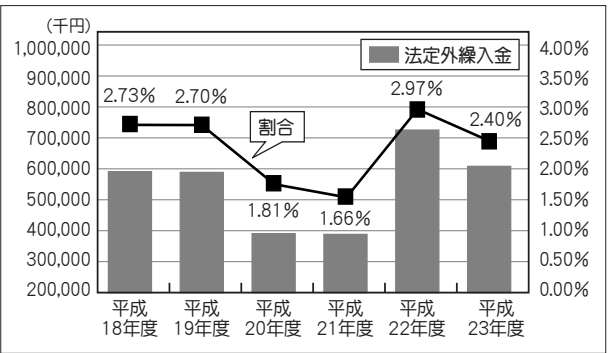
■保険給付費と保険税収入済額の推移



■一般会計からの法定外繰入金の状況

市では、被保険者の担税力が低下している現状を考慮し、一般会計からの法定外繰入を行い、不足財源の補てんによる財政運営を図ってきました。法定外繰入金がこのまま継続的に増加することは、大きな課題であるとともに、市財政へも負担になっています。

■法定外繰入金と一般会計に占める割合の推移



今後の取組み

■国民健康保険税の適正な賦課と徴収率の向上

▽国民健康保険税率の見直し

財政状況等を見据えた上で、原則 3 年ごとに保険税率を検討します。

▽国民健康保険税の徴収率の向上

今までの取組みを継続しつつ、滞納整理の徹底とコンビニ納付を実施します。

■医療費の適正化

▽被保険者資格管理の適正化

広報活動や加入時の周知に加え、徹底した管理を行います。

▽レセプト点検等調査の充実

5 月 18 日 (土) ～ 29 日 (水) 午前 10 時 ～ 午後 5 時

※ 23 日 (木)、24 日 (金) はお休み

所 西河原公園

図 絵の具でお絵描き・ままごと・秘密基地づくり・泥んこ遊び・段ボール遊び・木工遊び・水遊びなど、子どもたちがやってみたい遊びがなんでもできます。

図 年齢不問（就学前の子どもは保護者同伴）

※ 赤ちゃんスペース・授乳場所



好きなときに来て好きなだけ遊ぼう

園子育て支援課企画支援係

(必要な方のみ)

園着替え・替えの靴・昼食など

もあります。

自由には遊ぼう

平成25年度 第2回

冒険遊び場(プレパーク)

自由に遊ぼう



「音楽の街-狛江」イベントコーナー

■かわせみチャリティーコンサート

時 午後 2 時～ 4 時（ 1 時30分開場）

所 谷戸橋地区センター

園 地域活性課市民文化係

▽第149回「I LOVE COUNTRY」

日 5 月11日 (土)

出演 Country Stars & Dancers（成城学園 OB バンド）

▽第150回「懐かしの昭和歌謡」

日 5 月25日 (土)

出演 狛江ともしび音楽隊



Country Stars&Dancers



狛江ともしび音楽隊

■駅前ライブ

日 5 月19日 (日)

時 午後 1 時～ 1 時45分

※雨天中止もしくは天候の状況により時間帯を変更する場合があります。

所 狛江駅北口交通広場

出演 菊池りか+小野雄司ピアノトリオ

園 (一財) 狛江市文化振興事業団 ☎ (3430) 4106



菊池りか+小野雄司ピアノトリオ

毎月第 2 ・ 4 火曜日は「こま丼デー」！市内野菜だけで作る「こま丼」を市役所食堂で販売します。

■市内指定医療機関

医療機関名	所在地	電話
神保クリニック小児科	和泉本町 1-2-13	(3430) 2818
西川クリニック	〃 1-6-1	(3480) 2349
藤川医院	〃 2-16-5	(3489) 3859
石戸谷小児科	中和泉 1-1-1-4 F	(3430) 1070
かとうクリニック	〃 1-1-1-4 F	(3430) 9911
かたやま内科クリニック	〃 5-1-20	(3488) 6051
松岡医院	〃 5-10-18	(3480) 4122
かじわらハートクリニック	〃 5-17-27	(5761) 9091
染谷クリニック	〃 5-33-2-1 F	(3488) 3000
佐藤診療所	東和泉 1-3-14	(3489) 1771
保坂産婦人科クリニック	〃 1-21-3	(3488) 1103
粕江医院	〃 1-27-10	(3489) 0014
和泉多摩川クリニック	〃 3-3-9	(5497) 1238
ファミリークリニックはら	元和泉 1-4-4-2 F	(3480) 3992
こしじまクリニック	岩戸北 3-12-13-101	(3488) 6083
岡本診療所	〃 4-16-1	(3480) 1933
一の橋内科皮フ科	岩戸南 1-4-11	(3430) 1214
秋山医院	〃 2-11-9	(3489) 8563
野澤医院	猪方 3-18-10	(3489) 2557
小幡医院	〃 3-23-1	(3489) 6005
覚東近藤医院	東野川 1-13-7	(3489) 1035
覚東耳鼻咽喉科医院	〃 2-20-5-101	(5761) 3387
柏田内科クリニック	西野川 1-15-19	(3430) 0222
水口内科皮フ科	〃 4-40-4	(3480) 5520

麻しん・風しんの
 予防接種を
 受けましょう

麻しん（はしか）は非常に感染力が強く、重い合併症を引き起こすことがあります。

麻しん、風しんとその合併症の発生を予防するためにも、予防接種がお済みでない方は早め

に受けることをお勧めします。

対象者には、次のとおり個別に通知を発送しています。

▽1 期（平成 24 年 5 月 1 日～平成 25 年 4 月 30 日生まれ） 1 歳になる誕生日の前月

▽2 期（平成 19 年 4 月 2 日～平成 20 年 4 月 1 日生まれ） 5 月中旬

■4 月 1 日から風しん予防接種費の一部助成を開始しました

■19 歳以上の市民で次のいずれ

※生活保護受給者、中国残留邦人等支援給付受給者および市・都民税非課税世帯の方は減免措置があります。

接種方法市内指定医療機関（左表参照）に直接申し込みください。

■健康推進課（あいとぴあセンター） ☎（3488）1181

健康と衛生

お知らせ

■ヒブ感染症・小児の肺炎球菌感染症・ヒトパピローマウイルス感染症（子宮頸がんワクチン）予防接種が定期予防接種（無料）になりました

4 月 1 日から、3 つの予防接種が定期予防接種になりました。

対象者（左表参照）には個別に通知しています。通知が届かない方は、ご連絡ください。

予防接種名	対象者	回数	通知対象者	通知時期	会場
ヒブ感染症	〔初回接種〕 生後 2 カ月～5 歳未満	3	平成 25 年 2 月 1 日～平成 26 年 2 月 28 日生まれ	生後 1 カ月になる月に送付	通知をご覧ください
	〔追加接種〕 生後 2 カ月～5 歳未満	1			
小児の肺炎球菌感染症	〔初回接種〕 生後 2 カ月～5 歳未満	3	平成 25 年 2 月 1 日～平成 26 年 2 月 28 日生まれ	生後 1 カ月になる月に送付	
	〔追加接種〕 生後 2 カ月～5 歳未満	1			
ヒトパピローマウイルス感染症（子宮頸がんワクチン）	小学校 6 年生～高校 1 年生の女子	3	平成 12 年 4 月 2 日～平成 13 年 4 月 1 日生まれの女子	5 月に送付予定	

健康診査

■3・4 カ月児健康診査

5 月 15 日（水）・16 日（木）午後 1 時

予防接種

■BCG 接種

5 月 28 日（火）午前 10 時～10 時 30 分 園生後 3 ヶ月未満の乳児※通知対象者は 4 月生まれの乳児 園母子健康手帳・予診票・髪ゴム・ピン等

所 園健康推進課（あいとぴあセンター） ☎（3488）1181

教室

■親子で歯ツピーはみがき教室

6 月 6 日（木）午前 9 時 30 分～11 時 30 分（予定） 園開始 5 分前 園生後 6 カ月から 1 歳未満の乳児と保護者 園 18 組 園歯科健診・口の観察・仕上げ磨き練習 園母子健康手帳・乳児と保護者の歯ブラシ・コップ・タオル・手鏡

所 園健康推進課（あいとぴあセンター） ☎（3488）1181



■離乳食教室

Step 1 園午後 1 時 40 分～2 時 30 分（予定） 園開始 10 分

前 園生後 4 ヶ月児の保護者 園 20 人 園生後 5 ヶ月児の乳児の離乳食の話と試食（大人ののみ）

Step 2 園午後 10 時 40 分～11 時 30 分（予定） 園開始 10 分 前 園離乳食を開始して 1 カ月以上経った乳児（おおむね生後 6 ヶ月）の保護者 園 15 人 園生後 7 ヶ月児の乳児の離乳食の話と試食（大人ののみ）

各 園 6 月 6 日（木）※保育なし 園母子健康手帳・筆記用具

所 園健康推進課（あいとぴあセンター） ☎（3488）1181

■食育料理教室「取り分け離乳食」

毎月 19 日は食育の日

6 月 7 日（金）午前 10 時 30 分～午後 0 時 30 分（予定） 園開始 10 分 前 園生後 9 ヶ月児の保護者 園先着 16 人（10 人まで保育あり）

Menu 枝豆とじゃこの混ぜご飯・モロヘイヤのみそ汁・鶏つくねの照り煮・簡単ピクルス 園母子健康手帳・エプロン・三角巾・布巾・筆記用具（保育利用者は、赤ちゃんの飲み物・おむつ・おしり拭き・着替えなど）

¥500 円（材料・資料代）※マニキュア・指輪をしての参加はご遠慮ください。

所 園健康推進課（あいとぴあセンター） ☎（3488）1181

■わいわいキッズクラブ

毎月第一水曜日（5 月と平成 26 年 1 月は 8 日）（水） 園午前 10 時 30 分～正午 園双子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。育児の悩みなどを

分かち合いませんか。

所 園健康推進課（あいとぴあセンター） ☎（3488）1181

■あいとぴあセンター家族介護教室「身近な専門医に聞く」認知症になった本人とどう向き合っていくか」

5 月 29 日（水）午後 3 時～4 時 30 分 園あいとぴあセンター 園先着 35 人 園榎本睦郎さん（榎本内科クリニック医師）

園 園あいとぴあ地域包括支援センター ☎（5438）3565

■こまえ正吉苑介護予防普及啓発事業「健康づくり教室」

いきいき元気体操で健康寿命を延ばそう 5 月 8 日（水） 園谷戸橋地区センター 園宮崎正和さん（健康運動指導士）

健康管理とセラバンド体操で寝たきり予防 5 月 17 日（金） 園野川地域センター 園中田三華さん（運動指導士）

足のケアから健康生活・寝たきり予防 5 月 24 日（金） 園こまえ正吉苑 園吉池美沙さん（運動スペシャリスト）

各 園 園午後 1 時 30 分～3 時 園運動しやすい服装、水分 園 4 日（祝）からこまえ正吉苑 ☎（5438）2522

相談

■育児相談子ども身長、体重も測れます

5 月 20 日（月）午前 10 時～11 時 30 分 園子ども家庭支援センター 園育児の悩みや相談、お母さんの心や体のことなどを保健師、助

以下は広告枠です

法律問題・登記でお困りなら、弁護士と司法書士の合同事務所
調和法律・法務事務所
 ご相談は 45 分まで無料
 弁護士 齋藤裕介 司法書士 根本幸一郎
 （東京弁護士会所属） （東京司法書士会所属）
 ●相続・遺言・遺産分割・成年後見
 ●離婚・金銭トラブル・交通事故・労働
 ●刑事弁護
 ●登記
 ●借金整理 など
 調布市小島町 1 丁目 35 番地
 4 クレール小島ビル 3 階
 ☎042-440-3755

■無料健康相談

5 月 16 日（木）午後 1 時 30 分～2 時 30 分 園あいとぴあセンター 園内科・整形外科

園 狛江市医師会事務所 ☎（3488）2267

■犬のしつけ・飼い方相談

5 月 24 日（金）午前 9 時 30 分～11 時 30 分 園先着 6 人 園西川文二さん（東京都動物愛護推進員）

所 園健康推進課（あいとぴあセンター） ☎（3488）1181

■フロアー健康相談

5 月 10 日（金）午前 9 時 30 分～11 時 30 分 園自分や家族の健康、食事や子育てのことなどを保健師・管理栄養士・歯科衛生士等が相談に応じます。

所 園健康推進課（あいとぴあセンター） ☎（3488）1181

産師、栄養士、歯科衛生士等が相談に応じます 園母子健康手帳 園健康推進課（あいとぴあセンター） ☎（3488）1181

平成25年度から、小学校へ入学する全児童に本を一冊贈る「セカンドブック事業」を実施しま



子育て

のこくわ親方

こまえ子育てねっと

http://komae-kosodate.net/

午後4時～4時45分 小学生

◎子ども家庭支援センター

☎(5438) 6606

■すくすく測定子ども身長・体重を測ります

目5月7日(火)午前10時15分～11時15分・8日(水)午後1時30分～2時30分 乳幼児親子

■たんぼぼスタート妊婦さんのためのたんぼぼ案内

目5月14日(火)午後1時～2時 妊婦6カ月以降の方 妊婦さん同士の交流や子ども家庭支援センターの紹介・見学など(要予約)

◎学童保育所開放事業「あそびの広場」5月イベント

目5月7日(火)体操▽14日(火)お話▽24日(金)牛乳パック制作▽パタパタならそう▽31日(金)すくすく測定 午前10時～正午※毎週火・水・金曜日(学校休業日は除く)の午前中は、施設を遊び場として乳幼児に開放している他、保育士等が子育て相談をします。

園松原学童保育所 ☎(3489) 9380、東野川学童保育所 ☎(3480) 8709、駒井学童保育所 ☎(3489) 2877

■おはなし会 目5月8日(水)

園中央図書館 ☎(3488) 414

す。子どもが読書の楽しさを知るきっかけを作り、自発的な読書活動につながることを目的としており、対象となる図書12冊を5月15日(水)午後4時まで、中央公民館に展示します。

目5月11日(土)午前10時30分～正午 和泉児童館※駐車場はありません 子育ての手伝いをお願いしたい方(利用会員)とお手伝いしたい方(サポート会員)が、相互に助け合いながら子育てをする有償ボランティア活動です。希望者は説明会(サポート会員は合わせて講習会)への参加が必要です(1歳児以上の託児あり、要予約)。なお、軽い不調や病後児の預かりもできます(サポート会員は、そのための追加の講習会の参加が必要)。

目5月24日～6月28日の毎週金曜日(全6回) 午前10時～正午 中央公民館 1～3歳(第一子)の母親で、過去に参加したことがなく、原則全回出席可能な方 10人※託児あり 完備な親なんていない」をキーワードに、悩みや関心事を話し合い、子育てを学びます。 申園子育て支援課企画支援係へ。

目5月21日(火)までに、申込書(窓口配布)を郵送・持参で干

目5月22日(水)午前9時～11時15分(水曜日を主に全10回) 所西和泉体育館 市内在住・在勤の20歳以上で、健康で卓球初心者

インフォメーション

ご案内

お知らせ

ファミリー・サポート・センター事業説明会

目5月11日(土)午前10時30分～正午 和泉児童館※駐車場はありません 子育ての手伝いをお願いしたい方(利用会員)とお手伝いしたい方(サポート会員)が、相互に助け合いながら子育てをする有償ボランティア活動です。希望者は説明会(サポート会員は合わせて講習会)への参加が必要です(1歳児以上の託児あり、要予約)。なお、軽い不調や病後児の預かりもできます(サポート会員は、そのための追加の講習会の参加が必要)。

目5月24日～6月28日の毎週金曜日(全6回) 午前10時～正午 中央公民館 1～3歳(第一子)の母親で、過去に参加したことがなく、原則全回出席可能な方 10人※託児あり 完備な親なんていない」をキーワードに、悩みや関心事を話し合い、子育てを学びます。 申園子育て支援課企画支援係へ。

募集

■(公社) 狛江市シルバー人材センター嘱託職員

普通自動車運転免許を持ち、パソコン(ワード・エクセル・インターネット)が使用できる、昭和48年4月1日以降生まれの方※詳細は、お問い合わせください 目1人作文試験6月1日(土)面接試験6月9日(日)

目5月21日(火)までに、申込書(窓口配布)を郵送・持参で干

目5月22日(水)午前9時～11時15分(水曜日を主に全10回) 所西和泉体育館 市内在住・在勤の20歳以上で、健康で卓球初心者

目5月22日(水)午前9時～11時15分(水曜日を主に全10回) 所西和泉体育館 市内在住・在勤の20歳以上で、健康で卓球初心者

セミナー

■若年者向け就職活動支援セミナー 就職を成功させる方法

目5月20日(月)午後1時～4時 所エコルマホール 展示・多目的室 所おおむね39歳までの方 40人 師染矢裕子さん(株)日本マンパワー)

■西河地域活性化課地域振興係へ。

■第1回ノバディーズパワフルエクソプログラム 自分らしい子育てをみんなで話し合ってみよう

目5月24日～6月28日の毎週金曜日(全6回) 午前10時～正午 中央公民館 1～3歳(第一子)の母親で、過去に参加したことがなく、原則全回出席可能な方 10人※託児あり 完備な親なんていない」をキーワードに、悩みや関心事を話し合い、子育てを学びます。 申園子育て支援課企画支援係へ。

公民館

◎西河原公民館 ☎(3480) 3201

■西河原映画会「銀河鉄道の夜」

目5月11日(土)午前10時～午後2時の2回上映(上映時間107分) 空から突然降りてきた銀河鉄道に乗ったジョバンニとカネパネラはさまざまなことに遭遇しながら不思議な旅をする。

■チャレンジ学級 目5月19日～平成26年3月の、原則第1・3日曜日 午前10時～午後4時 市内在住・在勤の障がいのある方で、団体行動・通級が可能な方 軽スポーツ活動・ガチャバン・キャンプ・スキーなどの希望を取り入れた活動 実費(材料代・交通費等) 関級式5月19日(日)午前10時から※スタッフ・ボランティアも募集します。

■平成25年度成人学習事業「木工を楽しむ会」 世界に一つだけの木工作品作り

目5月22日(水)・29日(水)、6月12日(水)・19日(水)、7月3日(水)・10日(水)、8月21日(水)・28日(水)(全8回) 午後7時～9時 所成人定12人 作品例ペン立てやオルゴールなど 特筆記用具 2,000円(消耗品代等) ※材料代は随時徴収 協力クラフトハウス 狛江 2日(木)午前9時から

目5月22日(水)午前9時～11時15分(水曜日を主に全10回) 所西和泉体育館 市内在住・在勤の20歳以上で、健康で卓球初心者

目5月22日(水)午前9時～11時15分(水曜日を主に全10回) 所西和泉体育館 市内在住・在勤の20歳以上で、健康で卓球初心者

図書館

◎中央図書館 ☎(3488) 4414

■子どもおはなし会 目5月1日(水)・8日(水)・15日(水)・22日(水)・29日(水) 午後3時30分から 4歳以上の子ども

■親子で楽しむおはなし会 目5月9日(木)・23日(木) 午前10時30分～10時45分▽2～3歳の子どもと保護者 午前11時～11時20分

◎西河原公民館 ☎(3480) 3201

■西河原おはなし会 目5月2日(木) くわすによろぼう(紙芝居)、あやめ(折り紙)▽9日(木) ずっとママといっしょがいいの! (絵本)、とんびのそめものや(お話)、バッグ(折り紙)▽16日(木) おうじとたこときよじんのくに(絵本)、はんたいのまほうつかい(紙芝居)、UFO(工作)▽23日(木) 10+1ぴきのかえる・ゆかいなかえる(絵本)、カエル(切り紙)▽30日(木) かたつむりとさる(絵本)、おいしいおかゆ(お話)、シャガの葉のカタツムリ(工作)

目各回午後3時45分から

公民館

◎西河原公民館 ☎(3480) 3201

■西河原映画会「銀河鉄道の夜」

目5月11日(土)午前10時～午後2時の2回上映(上映時間107分) 空から突然降りてきた銀河鉄道に乗ったジョバンニとカネパネラはさまざまなことに遭遇しながら不思議な旅をする。

■チャレンジ学級 目5月19日～平成26年3月の、原則第1・3日曜日 午前10時～午後4時 市内在住・在勤の障がいのある方で、団体行動・通級が可能な方 軽スポーツ活動・ガチャバン・キャンプ・スキーなどの希望を取り入れた活動 実費(材料代・交通費等) 関級式5月19日(日)午前10時から※スタッフ・ボランティアも募集します。

■平成25年度成人学習事業「木工を楽しむ会」 世界に一つだけの木工作品作り

目5月22日(水)・29日(水)、6月12日(水)・19日(水)、7月3日(水)・10日(水)、8月21日(水)・28日(水)(全8回) 午後7時～9時 所成人定12人 作品例ペン立てやオルゴールなど 特筆記用具 2,000円(消耗品代等) ※材料代は随時徴収 協力クラフトハウス 狛江 2日(木)午前9時から

目5月22日(水)午前9時～11時15分(水曜日を主に全10回) 所西和泉体育館 市内在住・在勤の20歳以上で、健康で卓球初心者

目5月22日(水)午前9時～11時15分(水曜日を主に全10回) 所西和泉体育館 市内在住・在勤の20歳以上で、健康で卓球初心者

公民館

◎西河原公民館 ☎(3480) 3201

■西河原おはなし会 目5月2日(木) くわすによろぼう(紙芝居)、あやめ(折り紙)▽9日(木) ずっとママといっしょがいいの! (絵本)、とんびのそめものや(お話)、バッグ(折り紙)▽16日(木) おうじとたこときよじんのくに(絵本)、はんたいのまほうつかい(紙芝居)、UFO(工作)▽23日(木) 10+1ぴきのかえる・ゆかいなかえる(絵本)、カエル(切り紙)▽30日(木) かたつむりとさる(絵本)、おいしいおかゆ(お話)、シャガの葉のカタツムリ(工作)

目各回午後3時45分から

公民館

◎西河原公民館 ☎(3480) 3201

■西河原映画会「銀河鉄道の夜」

目5月11日(土)午前10時～午後2時の2回上映(上映時間107分) 空から突然降りてきた銀河鉄道に乗ったジョバンニとカネパネラはさまざまなことに遭遇しながら不思議な旅をする。

■チャレンジ学級 目5月19日～平成26年3月の、原則第1・3日曜日 午前10時～午後4時 市内在住・在勤の障がいのある方で、団体行動・通級が可能な方 軽スポーツ活動・ガチャバン・キャンプ・スキーなどの希望を取り入れた活動 実費(材料代・交通費等) 関級式5月19日(日)午前10時から※スタッフ・ボランティアも募集します。

■平成25年度成人学習事業「木工を楽しむ会」 世界に一つだけの木工作品作り

目5月22日(水)・29日(水)、6月12日(水)・19日(水)、7月3日(水)・10日(水)、8月21日(水)・28日(水)(全8回) 午後7時～9時 所成人定12人 作品例ペン立てやオルゴールなど 特筆記用具 2,000円(消耗品代等) ※材料代は随時徴収 協力クラフトハウス 狛江 2日(木)午前9時から

暮らしと税を結ぶ 信頼のパートナー

特典のある青色申告がいいですね。平成26年1月からすべての白色申告の方は記帳が義務化されます

公益社団法人 武蔵府中青色申告会

府中市本町4-15-22

TEL: 042-362-8466 FAX: 042-333-0687

入会随時受付中! 入会金1,000円 年会費18,000円

健康 安心 自然素材

国産の木・漆喰・珪藻土、紙、石など 無添加自然素材を活かす

健康安心空間専門コーナー

自然、天然素材中心の住まい アレルギー体質の方はご相談ください

のーケンリフォーム

●フリーダイヤルまでお気軽に! ● [受付時間9:00～18:00 土日祝も営業]

〒201-0004 東京都狛江市岩戸北1-7-9

0120-565-321

お見積無料 ご相談無料 http://www.token-h.co.jp/ トーケンリフォーム 検索

パーティー会員として登録の方 お見合いパーティー

参加費:2,800円(開催:5/12(日)、5/26(日)、6/9(日)、6/23(日))

■受付:当事務所 ■会場:サロン・ド・テ・スリジェ 10:00～12:00

TTネット会員募集

4万人中から理想の人を!

☆入会金:14,000円と月会費:3,250円のみです。

☆信頼の於ける組織維持のため、身上書等を頂きます。

042-484-8888 (朝・夕) 042-486-4626

経済産業大臣認定 サポート協会 加盟番号 080-7008

TTネット交流会 担当/林・高橋 調布市小島町1-34-1 エクレール調布303

