

人口のうごき	
8月1日現在	推計(前月比)
人口	74,298 (32増)
男	37,786 (14減)
女	36,512 (46増)
世帯数	32,862 (35増)

備えてますか ふだんから

→ 阪神・淡路大震災で倒壊した家屋(神戸市内)



関東大震災からすでに70年余りが経過し、南関東直下型地震の切迫性が指摘されているなか、今年1月17日に起きた阪神・淡路大震災は、大都市を襲った直下型地震の破壊力をまざまざと見せつけ、5,500人を超える犠牲者をだし、都市機能・市民生活を一瞬にして壊滅状態に陥れ、従来の地震に対する常識を覆えてしまいました。

何の前触れもなく、突然やって来る地震は、今日の科学技術をもってしても事前に予測することはとても困難です。そこで、市では大災害に備えて、あらゆる機関と連携し、さまざまな対策を進めています。しかし、なんといっても被害を最小限に抑えるためには、一人ひとりの心がけ、家庭での日ごろの備え、そして、地域住民の助け合いが重要となります。

9月1日には「総合防災訓練」を実施します。ひとりでも多くの市民の方が積極的に参加し、いざという時に備えましょう。

一人ひとりの

防災意識

被害をいかに少なくするかは一人ひとりの防災意識と日常の備えにかかわっています。日ごろから万全な用意をしてください。

各家庭で次の訓練や対応をお願いします。

いざ地震が起きたら

- ▽グラツときたら火の始末
- ▽テーブルなどの下に身をふせ身の安全
- ▽ドアを開けて、まず出口を確保する

総合防災訓練

多摩川緑地公園グラウンド(河川敷)

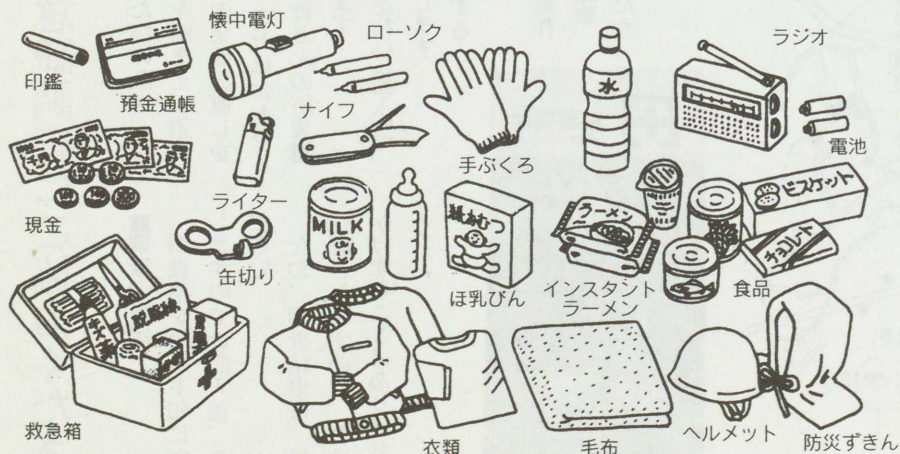
9月1日(金)午前9時～11時

地域ぐるみ、家族ぐるみでぜひご参加を

訓練内容

- ◇倒壊家屋からの救出救助
- ◇道路障害物の除去
- ◇ライフラインの復旧
- ◇応急救護
- ◇延焼阻止消火、初期消火
- ◇避難行動
- ◇参加協力機関
- 狛江市防炎会・狛江消防署・狛江市消防団・調布警察署・N.T.T・東京ガス・狛江市医師会・狛江市赤十字奉仕団・狛江市地区消防隊・狛江女性防火の会・調布交通安全協会狛江連合支部・調布地区防犯協会狛江支部連合会・狛江市建設業協会・指定水道工事店

いざというときのために 準備しておきましょう



非常持ち出し袋は、目安として男性で15kg以下、女性で10kg以下にまとめておく。
〔防災用品の展示〕市役所2階ロビーで非常用食料などの防災用品の展示を行っています。ご覧ください。

非常持出品

- ▽あわてて外に飛び出さない
- ▽わが家の安全、隣の安全、互いに声をかけあう
- ▽火が出たら、すばやく消火
- ▽狭い路地やブロック塀には近寄らず、落下物に注意
- ▽室内のガラスの破片に気をつける
- ▽協力しあつて応急救護
- ▽避難は指示に従って、正しい情報を聞く
- 被害を最小限にするために
- ▽「出火防止」、「初期消火」はあなたの役目、火の元の安全確認の習慣
- ▽家具類の転倒、室内・室外落下物、ガラスの飛散防止
- ▽家の周りの点検、補修(ブロック塀、プロパンガスのボンベ、自動販売機など)
- ▽非常持ち出し品や、災害発生後の生活を維持するための用意(飲料水、食料、衣類、応急医薬品、懐中電灯など。特に、飲料水はくみ置きを)
- ▽風呂のため置き(トイレ水として、また、消火用水にも利用できます)
- ▽避難場所の確認と集合場所についての家族間での話し合い。自動車での避難はしないこと
- ▽体の不自由な方など、自力で避難できない方への援助や連絡方法の確認
- 〔問い合わせ〕総務防災課。

取り組んでいます 震災に備えて



震災対策

検討委員会 を設置

狛江市における今後の震災対策のあり方について、調査・検討するため、学識経験者を含めた21人の委員による狛江市震災対策検討委員会を設置しました。今年度中に報告書をまとめ、新地域防災計画の策定に反映させていきます。

市の防災

備蓄品

市内小・中学校などの防災備蓄倉庫に別表のような物資を備蓄しています。

充実を図っていますが、災害が大規模になった場合を想定すると、まだまだ十分とはいえず、また、交通事情によっては物資の供給が遅れることもあり、また、各家庭で、2〜3日分の水や食糧などを備えておき、いつでも持ち出せるようにする必要があります。

震災時の飲料水の確保

阪神・淡路大震災でも見られたように、震災時における飲料水の確保は、被災者の生命維持を図る上からも極めて重要なことであり、この対策については、水道課配水池

だまだ十分とはいえません。井戸はモーターくみ上げ式でもけつこうです。また、指定させていただいた井戸については、水質検査を実施するとともに、「震災時井戸水提供の家」の表示板を提出させていただきます。

市では、このたびの阪神・淡路大震災の教訓を踏まえ、狛江市地域防災計画の全面見直しを行っています。これに合わせ、このたび市民の皆さんの防災意識調査を実施します。

■調査の方法
調査票を今月下旬に郵送いたしますのでご記入後、ご返送ください。なお、調査結果は、統計的に処理されますので、ご迷惑をおかけすることはありません。

は、水道課配水池4,000tの確保、西野川せせらぎ災害対策用井戸(1日当たり216t)の確保、非常災害用の井戸指定(61カ所)など積極的に進めています。非常災害用井戸の指定については、地域が片寄っている現状もあり、ま

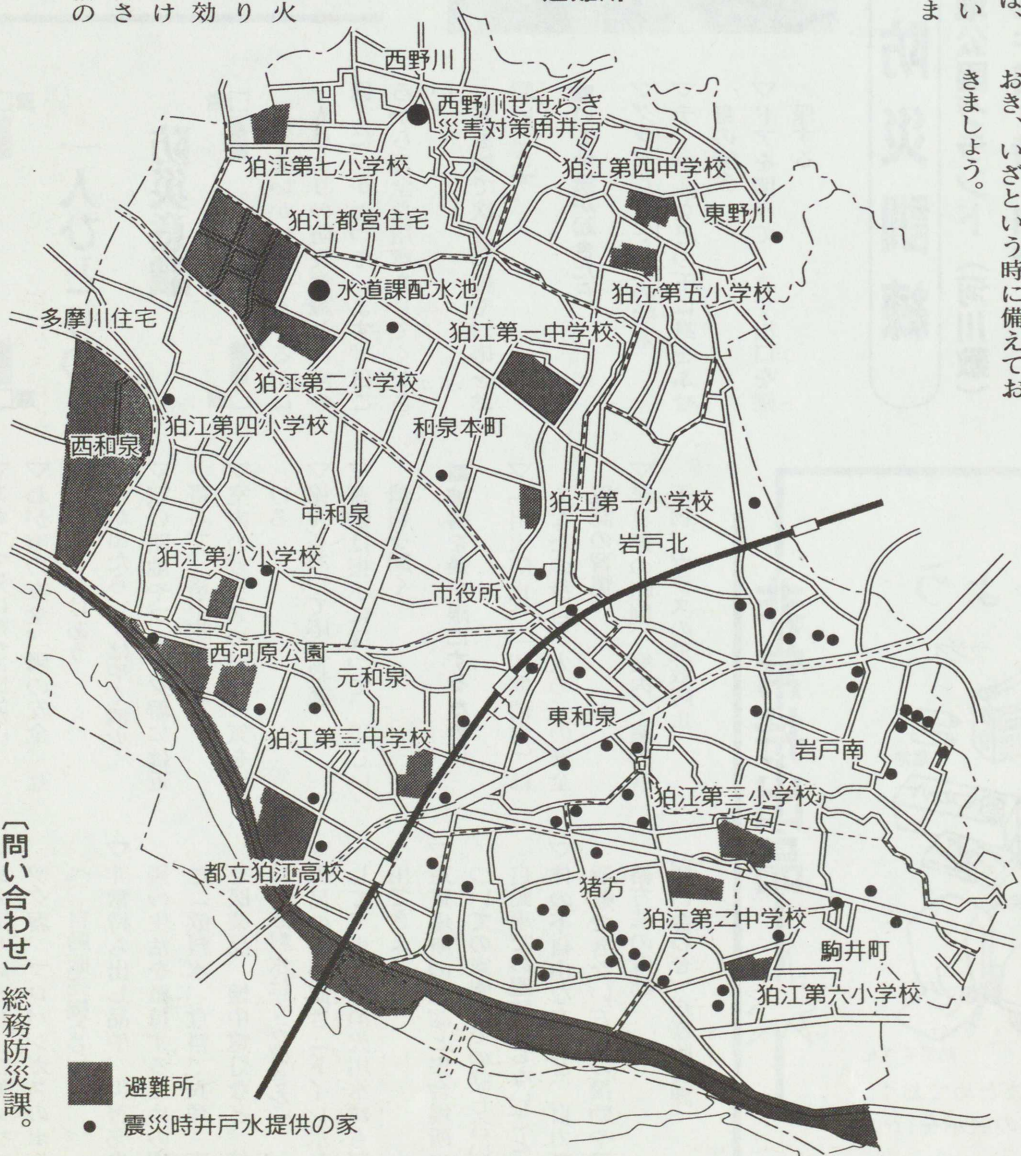
市民の中から無作為に抽出した結果、対象となられた方1,200人



★印は、阪神・淡路大震災を教訓に新たに加えられた品目

	主 な 備 蓄 物 資			備 考	
避難所対策	★仮設トイレ	60基		1 避難所5基（1基連続8,000回使用可能） 停電に対応 避難所、病院、警察署、特別養護老人ホームに新たに配置 拠点給用水	
	★照明用発電機	12台			
	★可搬式移動無線機	15基（既設50基を含め、65基に）			
	★応急給水槽	8基			
備蓄物資	(食糧)	カンパン	90,000食	市民全体の18日分（1人1日3ℓ。平成8年度に1,300t増で5,300tを目標） 1日当たり216tくみ上げ可能 今年度新たに15件指定を含む 応急給用水	
		缶詰ライス	1,600食		
		アルファ米	5,000食		
	(水)	水道課配水池（和泉本町4丁目）	4,000 t		
		災害対策用井戸（西野川せせらぎ）	216 t		
		〃（個人所有井戸）	61カ所		
		浄水装置	2基		
		給水タンク	3基		
		ろ過器	1基		
		ポリタンク	400個		
	(生活必需品等)	毛布	750枚		
		固形燃料	1,300個		
		ローソク	34,000本		
		炊飯袋	9,500枚		
		ロールペーパー	12,000個		
		★下着類	600枚		
		ゴザ	471枚		
	防水シート	224枚			
	(その他) ★粉ミルク★ほ乳瓶★紙おむつ★生理用品				
応急資器材等	★てこ棒	14本	パール	82本	てこ棒、チェーンソーは狛江市消防団に 配備（倒壊家屋救助用）
	★チェーンソー	7台	消火バケツ	100個	
	発電機	13台	強力ライト	200個	
	投光器	10台	ヘッドランプ	40個	
	スコップ	262本	乾電池	900個	
	ツルハシ	112本	担架	32台	
	ハンマー	72本			

震災時井戸水提供の家と避難所



〔問い合わせ〕総務防災課。

阪神大震災から1ヵ月後の今年2月中旬、私はボランティアで神戸市長田区に行った。何かの役に立ちたかった。長田に着いた私が最初に見たのは倒れそうなビル落ちた高速道路、焼け野原とがれきの山、そしてその中に供えられた花束だった。同じ日本とは思えないその状況にがく然とした。現地での私の仕事は長田区向け生活情報誌を各避難所に配ること。たった1週間だったが避難所で親しくなったある奥さんは「立入禁止にな



人間って素晴らしい

元和泉二丁目在住 佐野香織

私は神戸の皆さんに喜んでもらえた時、ありがたうと言ってもらえた時初めて自分が役に立ってたことを実感できた。そして平凡な自分の人生がとても意義あるものに思えた。凶悪犯罪が増えている今日このごろだが、人間決して捨てたものではない。人って素晴らしい。私はこのことを教えてくれた神戸の人達の気持ちに伝えるためにも、人の役に立てる人間、人の喜びを与えられるような人間になりたいと思う。

地震 大丈夫わたしの家



市では、東京都の複製承認を得て、木造一戸建て住宅について、だれにでも計算できて、おおよその目安がつけられる耐震診断法を作りました。ぜひ一度わが家の地震に対する強さを採点してみてください。

診断の結果はあくまでも目安です。より正確に建物の安全性

を確認したい場合は、専門家に診断を受けてください。

(株)東京都建築士事務所協会

☎3456-5351

(助)東京建築防災センター

☎3471-2691

(助)日本建築防災協会

☎3586-2881

〔診断の手順〕診断する項目は、6項目です。同じ項目内に二つ以上該当する場合は、数値の低いものをつつ選んでください。2階建ての場合は、1階部分だけで診断します。

項目別診断

1 地盤・基礎

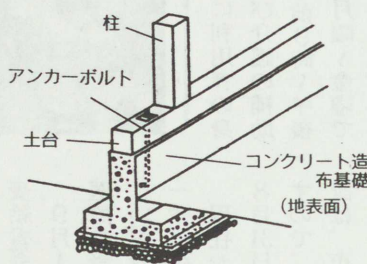
地盤	良い・普通	やや悪い	非常に悪い
基礎			
鉄筋コンクリート造布基礎	1.0	0.8	0.7
無筋コンクリート造布基礎	1.0	0.7	0.5
ひびわれのあるコンクリート造布基礎	0.7	0.5	0.3
その他の基礎(玉石・石積・ブロック積)	0.6	0.3	0.1

●地盤について

良い・普通…関東ローム層(赤土)程度の地盤による敷地
やや悪い…深さ30mよりも浅い軟弱地盤、埋め立て地、盛り土地で大規模な造成工事による敷地
非常に悪い…深さ30mよりも深い軟弱地盤、低湿地、海・川・沼・水田等の埋め立て地

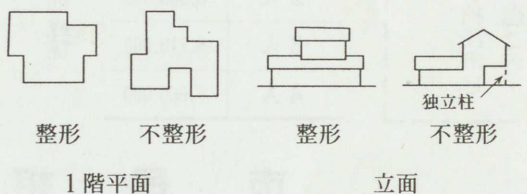
●基礎について

コンクリート造布基礎とは、右図のように土台の下をコンクリートで連続している基礎をいいます。
鉄筋コンクリート造布基礎とは、コンクリート造布基礎の中に縦と横方向に鉄筋が入っている基礎をいいます。
鉄筋の有無を確認できない時は、無筋コンクリート造とします。



2 建物の形

下図のような建物の形を参考に、整形か不整形かを判断します。



壁の配置	つりあいのよい配置	1.0
	外壁の一面に壁が1/5未満	0.9
	外壁の一面に壁がない（全開口）	0.7

3 壁の配置

建物の1階部分の外壁(下図の太線部分)の一面にある壁の長さや開口部によって判断します。下図の3種類の中から選びます。この場合、建物の4面のうち、評価が最も小さい面を建物の評価とします。



老朽度	健全	1.0
	老朽化している	0.9
	腐ったり、シロアリに食われている	0.8

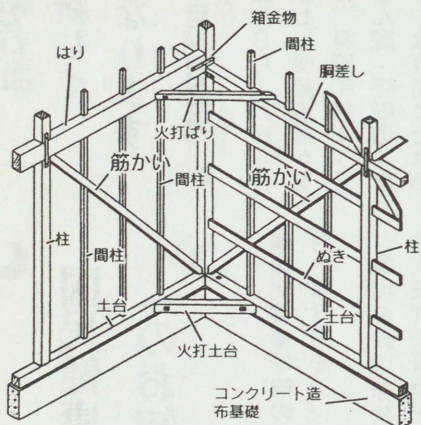
6 老朽度

健全……新築後まもないか、または新築の時のよい状態がまだ保たれている場合です。
老朽化している……建築後年月を経過し、屋根の棟の線や軒先の線が波うつていたり、または、柱に傾きがあり建具の建てつけが悪くなっている場合などです。
腐ったり、シロアリに食われている……建物の北側や台所、風呂場回りなどの土台をドライバーなどでつてみると、腐ったり、食われているかどうかわかります。シロアリについては、梅雨期に羽アリが集団で飛び立つのも危険信号です。

4 筋かい

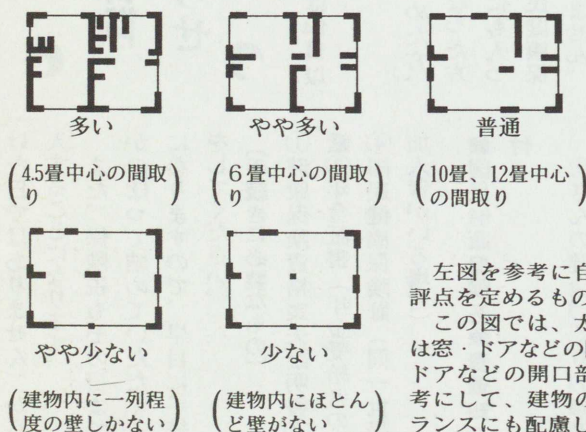
筋 か い	筋かいあり	1.5
	筋かいなし	1.0

壁の中に筋かいがあるか、ないかによって評価点を定めるものです。筋かいとは左図に示すような壁の中にある斜材のことです。現状では、壁の中にあるため筋かいがあるかないか判断しにくいと思いますが、工事中に確認した場合や建物のどこかに筋かいがあることを確認した場合は「あり」とし、そうでなければ「なし」とします。



5 壁の量

壁の量	階数		平屋建	2階建
	壁の量			
	多い			
	やや多い			
	普通			
	やや少ない			
	少ない			



左図を参考に自分の家の1階の壁の量を5段階で評価し、評価点を定めるものです。
この図では、太線は壁の長さや位置を示し、外回りの細線は窓・ドアなどの開口部を、内部の線のない部分は、襖・障子・ドアなどの開口部を示しています。() 内の間取りを参考に、建物のはり間(縦)方向、けた行(横)方向のバランスにも配慮して評価してください。

判定の方法

合評点
①×②×③×④×⑤×⑥=総合評点
(①～⑥で出た数字を、すべて掛け合わせます)

〔問い合わせ〕総務防災課。

診断結果判定表	総合評価	判定	今後の対策
15以上	😊	安全だと思います	
10以上～15未満	😊	一応安全だと思います	専門家による診断を受ければ、なお安心です
0.7以上～1.0未満	😞	やや危険です	専門家による診断を受けてください
0.7未満	😞	倒壊または大破壊の危険があります	ぜひ専門家と補強について相談してください

病気の幼児、預ります

「狛江すこやか病児保育室」の

ご案内

狛江すこやか病児保育室は、保育園・幼稚園児などの未就学児が病気の時に、集団生活が困難であったり、保護者の勤務の都合、傷病、事故、出産、冠婚葬祭などのため、家庭での保育が困難な幼児が対象です。

病児保育室は、保育が常勤し、野沢医院（小児科）に併設されていますので、病状により直ちに医師が対応できる施設です。利用内容は次のとおりです。

〔開室日〕月・土曜日、ただし祝祭日、年末年始を除く〔利用時間〕午前8時～午後6時、土曜日は午後2時まで〔利用できる病種〕感冒、扁桃腺炎、気管支炎、下痢、感染症およびその予後、手術後の養生期等で医師が利用可能と判断した病児〔定員〕10人〔利用料金〕1日1,500円生活保護世帯および市民税非課税世帯は、利用料を市が助成します。児童保育課に相談してください。〔利用登録〕利用を希望する人は、あらかじめ登録してください。無料。ただし、緊急の時は病児保育室で登録できます。利用の仕方、持参するもの、利用登録書などについて、パンフレットをご覧ください。公私立保育園、病児保育室、児童保育課にあります。

〔問い合わせ〕狛江すこやか病児保育室（猪方3-18-10野沢医院内） ☎3489-12557 または児童保育課。



障 受給者証

が新しく なります

（8月24日発送）

〔受給者証〕が9月1日から替わります。新しい受給者証が交付される方は、身障手帳1・2級（心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・もしくは直腸または小腸の機能障害については3級）、愛の手帳1・2度の心身障害者で、前年（平成6年度中）の所得が別表の基準額以下の方です。健康保険未加入者、生活保護受給者等は対象となります。

9月1日からは、医療機関で医療を受ける場合には、必ず新しい障受給者証と健康保険証と一緒に窓口へお出しください。現在お持ちの障受給者証は、8月31日で使用できなくなりま

すので、期限の切れた障受給者証は、市役所保険年金課医療助成係にお返しください。（郵送可）障受給者証をお持ちでない方で、制度に該当すると思われるときはご連絡ください。

〔申し込み・問い合わせ〕市販の履歴書に所要事項を記入し、写真を貼付のうえ、8月21日（月）（必着）までに、（福）狛江福祉会こまえ苑（〒201狛江市岩戸南4-17-17 ☎3489-12404）へ郵送。

扶養親族等の数	制限基準額 円
0人	5,660,000
1人	6,010,000
2人	6,360,000
3人	6,710,000
4人	7,060,000

※高齢者在宅サービスセンター開設の予定は9月です。

高齢者在宅サービスセンター

こまえ苑

非常勤職員募集

社会福祉法人狛江福祉会では、高齢者在宅サービスセンター「こまえ苑」で働く非常勤職員を次のとおり募集します。

〔職種〕介助員（募集人員）若干名〔資格〕18歳以上45歳までの方。ヘルパー3級程度またはヘルパーとして介護経験のある

国民健康保険

のお知らせ

国民健康保険の加入は14日以内に届け出を

職場の健康保険をやめた方、被扶養者の資格がなくなった方など、どこの健康保険にも入っていない方は、必ず国民健康保険に加入しなければなりません。国民健康保険は、職場などの健康保険をやめた日の翌日（届

けた日ではありません）から加入することになります。また、保険税もその日までさかのぼって納めていただくこととなりますので、早目に手続きをしてください。

〔手続きに必要なもの〕

- ①健康保険資格喪失証明書②印鑑③年金証書（年金受給者のみ）④国民健康保険証（同一世帯に加入者がいる場合）

国民健康保険医療費通知を送付

皆さんの健康づくりの参考としていただくよう、国民健康保険者証（老人医療の方を除く）

を使って平成7年5月中に診療を受けた方で、医療機関から市へ請求のあった医療費の額を8月中に通知いたします。

通知します医療費には、差額ベッド代などの保険診療対象外のものは含まれていません。医療費の額は、病院の窓口で支払った金額ではなく、診療に要した医療費の総額となっています。

なお、傷病名、薬剤名などの診療内容に関してはお答えできませんので、ご了承ください。この通知書は、受診された医療費のお知らせです。とくに手続きを行う必要はありません。

〔問い合わせ〕国保係。

私立幼稚園補助金

受け付け

市では、私立幼稚園と私立幼稚園類似施設に就園している幼児の保護者の負担を軽減するため補助金を交付します。

今回の補助金は、平成7年度上期分（4月～9月分）です。

〔補助金額〕3・4・5歳児、月額7,000円（申請方法）申請用紙は市から各幼稚園（市外幼稚園含む）に送付しますので、配布された用紙に所定事項を記入し、印鑑をご持参のうえ、総務防災課へ申請してください。ただし、狛江市内の私立幼稚園

市 民 ・ 相 談

相 談 名	開催日と時間	相 談 員	申 し 込 み 等
法 律 相 談	毎週月・木曜日 午前9時～正午	弁 護 士	電話予約制。相談1週間前から企画広報課で受け付け
カウンセリング・心の相談	23日（水） 午前9時～正午	カウンセラー	
交通事故相談	15日（火） 午後1時～4時	交通事故相談員	
人権身の上相談	17日（木） 午後1時～4時	人権擁護委員	
行政相談	18日（金） 午後1時～4時	行政相談委員	開始30分前から市民課で受け付け。先着6人。
土地家屋調査士測量登記相談	24日（木） 午後1時～4時	土地家屋調査士	
許可認可申請、届け出等の手続相談	25日（金） 午後1時～4時	行政書士会調布支部	
高年齢者相	毎月第2・4火曜日 午後1時30分～3時30分	稲城高齢者就業相談所	直接第1市民相談室（市役所2階）へ
消費生活相談	毎週月曜日 午前9時～午後4時 16日（水） 午前10時～午後4時	消費生活相談員	産業生活課で受け付け 会場は南部地域センター
聴覚障害者相談	毎月第2・4水曜日 午前9時～正午	手話通訳士	
児 童 相 談	毎週木曜日 午前9時～正午 第1・3月曜日	児 童 福 祉 司	社会福祉課で受け付け
母 子 相 談	月～金曜日 午前9時～午後4時	母 子 相 談 員	
教 育 相 談	月～金曜日 午前9時～午後4時30分	教 育 相 談 員	市教育相談室（第2小学校内）へ。幼児から中学生
親と子の電話相談	月～金曜日 午前9時～午後5時	教 育 相 談 員	☎3430-1411
年 金 相 談	月・金曜日 午前9時～午後4時	年 金 相 談 員	直接保険年金課へ
心配ごと相談	毎週水曜日 午後1時～3時	心配ごと相談員	社会福祉協議会（西河原公民館内）で受け付け
高齢者就業相談	毎週木曜日 午後2時～4時	シルバー人材センター	☎3488-6735

8月15日(火)はごみの収集はいたしません

8月15日(火)は、中間処理場の多摩川衛生組合および狛江市ビン・缶の収集は行いません。

〔問い合わせ〕清掃課。

■平成7年度後期予防接種日程

予 防 接 種 名		対 象 年 齢	標準的な接種年齢	会 場	実 施 月 日		
集	三 種 混 合 (ジフテリア) (百日せき) (破 傷 風) *すでに百日せきにかかったお子さんには二種混合を中央公民館で行います。	初回接種：生後3カ月～7歳6カ月 (3週間～8週間の間隔で3回) 追加接種：初回接種終了後6カ月以上経過しかつ、7歳6カ月 (一回接種)	生後3～12カ月 初回接種終了後12カ月～18カ月		初 回 接 種 ・ 追 加 接 種		
				南部地域センター	9月19日(火)	10月12日(木)	11月7日(火)
				上和泉地域センター	9月20日(水)	10月11日(水)	11月8日(水)
				中央公民館	9月18日(月)	10月13日(金)	11月9日(木)
						整 理 日	12月6日(火)
急性灰白髄炎 (ポリオ)	生後3カ月～7歳6カ月 (6週間以上の間隔で2回服用)	生後3～18カ月		1回目・2回目	受 付 時 間		
			南部地域センター	11月16日(木)	三種混合・ポリオともに 午後1時30分 ゝ 2時40分		
			上和泉地域センター	11月20日(月)			
			中央公民館	11月17日(金)			
				11月30日(木)			
団	ツベルクリン B C G	生後48カ月未満	生後2カ月からなるべく早い時期に接種		ツベルクリン	判定・BCG	受 付 時 間
				南部地域センター	9月6日(水)	9月8日(金)	午後 2時30分 ゝ 3時30分
					1月10日(水)	1月12日(金)	
				上和泉地域センター	9月11日(月)	9月13日(水)	
					1月16日(火)	1月18日(木)	
				中央公民館	9月12日(火)	9月14日(木)	
					1月9日(火)	1月11日(木)	
個 別	麻 し ん	生後12カ月～7歳6カ月	生後12カ月～24カ月	実施医療機関で実施しています。			
	風 し ん	生後12カ月～7歳6カ月	生後12カ月～36カ月 麻しんの接種後に接種するようにしてください。	9月から実施医療機関で実施します。			
			12歳～15歳				
				小学1年と2年で7歳6カ月未満	実施医療機関で実施しています。		
	DT二期 (ジフテリア) (破 傷 風)	11歳～12歳	小学6年(11歳・12歳)	9月から実施医療機関で実施します。			

注) 標準的な接種年齢とは、それぞれの予防接種の目的などから実施するのが望ましい年齢のことです。これは、接種の目安ですので、対象年齢内であれば標準的な接種年齢をこえても接種できます。

■個別予防接種実施医療機関一覧

医療機関名	所 在 地	電 話	医療機関名	所 在 地	電 話
◎飯 田 医 院	和泉本町1-6-1	3480-2349	◎沖 医 院	東和泉4-9-6	3489-0320
◎藤 川 医 院	和泉本町2-16-5	3489-3859	◎野 沢 医 院	猪 方3-18-10	3489-2557
◎永 井 医 院	和泉本町2-19-11	3489-4395	小 幡 医 院	猪 方3-24-5	3489-6005
◎岩瀬外科医院	和泉本町3-3-18	3489-3830	○向山外科医院	猪 方3-25-35	3480-8909
◎近藤小児科	和泉本町3-23-10	3489-2750	◎川 島 医 院	猪 方3-31-15	3480-8734
◎布施内科医院	中和泉1-4-9	3480-5412	多摩内科クリニック	駒井町2-3-20	3489-2425
◎松 岡 医 院	中和泉5-10-18	3480-4122	◎堀 医 院	岩戸南3-9-1	3489-5260
◎岩 下 医 院	中和泉5-20-11	3489-3577	◎岩戸診療所	岩戸北2-19-3	3480-2051
◎佐藤診療所	東和泉1-3-14	3489-1771	◎岡本診療所	岩戸北4-16-1	3480-1933
◎村 上 医 院	東和泉1-18-6	3430-3705	◎覚東近藤医院	東野川1-13-7	3489-1035
◎保坂産婦人科クリニック	東和泉1-19-5	3488-1103	◎柏田内科クリニック	西野川1-15-19	3430-0222
◎粕 江 医 院	東和泉1-27-10	3489-0014	水口内科皮フ科	西野川4-40-4	3480-5520
◎和泉多摩川クリニック	東和泉3-3-9	5497-1238	(住所順)		

【注意】◎の医療機関は電話予約が必要。○の医療機関は直接病院での予約が必要。無印は予約の必要はありません。

■健康づくり教室

日 時	内 容	担 当
9月5日(火) 午前9時30分～11時	診察、血圧測定、検査(希望者) 食 事 診 断	医師・保健婦 栄養士
9月11日(月) 午後1時30分～4時	医師の話「糖尿病について」 実技「ヘルシー体操」	粕江市医師会 水口明洋先生 運動指導員
9月18日(月) 午後1時30分～4時	検査結果の説明 生活相談 食事の話・モデル献立と試食	医師・保健婦 栄養士

【料金】無料(検査を希望する方は、検査料4,260円〔会場〕粕江保健相談所〔対象〕一般成人22人(先着順)
【申し込み・問い合わせ】粕江保健相談所 ☎3480-1535
1.
■パーキンソン等リハビリテーション教室
【日時】18日、25日(各金曜日)午前10時～正午
【問い合わせ】粕江保健相談所。

予防接種は健康な人が元気に時に接種を受け、その病原体の感染を予防するものです。体調のよい時に受けるのが原則です。
■予防接種を受けに行く前のチェック

■集団予防接種
三種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風)、ポリオ、ツベルクリンBCGです。
接種会場は中央公民館、南部

域センター、上和泉地域センターの三つの会場で実施します。接種会場の指定はありませんので都合のよい会場へおいでください。
ただし、すでに百日せきにかかったお子さんは二種混合を行いますので中央公民館会場で接種をしてください。
■個別予防接種
麻しん、風しん(三日ばしか)、DT二期(ジフテリア・破傷風)です。個別予防接種は各実施医療機関(別表)で接種してください。
※予防接種相談(予防接種ホットライン) ☎045-671-1858。

【問い合わせ】健康課。
※予防接種相談(予防接種ホットライン) ☎045-671-1858。

乳がんは自ら見つけられる唯一のがんです。また、早期発見により治るがんです。
市では、乳がんの専門医の講演と触診、そして食生活を見直す調理実習との2日間のコースで実施します。

■がん予防講演会

日 時	内 容	講 師
9月6日(水) 午後1時30分～3時	乳がんについて「講演と触診」	慈恵医科大学 小室恵二先生
9月7日(木) 午前9時30分～正午	食生活を見直す がん予防のために… (調理実習)	粕江在宅栄養士会

※9月7日はエプロンとフキンを用意してください。

■糖尿病予防コース3日制
体重増加・糖尿病が気になる方、ご参加ください。

Health

予防接種

健康と衛生

Health

講演

Health

教室

【会場】中央公民館〔定員〕先着30人〔申し込み〕健康課窓口または電話
【問い合わせ】健康課。

Health 検診

■胃がん検診

〔対象〕市内在住で男性35歳以上、女性30歳以上の方〔定員〕380人〔会場〕市役所〔検診日〕9月3日(日)～8日(金)まで〔費用〕5000円。ただし老人保健法の規定による医療受給対象者、生活保護法による被保護世帯、および市民税非課税世帯の方は無料です。〔申し込み〕8月15日(火)から健康課窓口または電話〔注意事項〕現在妊娠中の方、または妊娠していると思われる方は受診できません。

〔問い合わせ〕健康課。

■子宮がん検診

この検診は申し込みの必要がありませんので、9月1日(金)から30日(土)までに次の医療機関で

■子宮けい部がん検診実施医療機関

医療機関名	所在地	電話
和泉多摩川ク	東和泉3-3-9	5497-1238
沖 医 院	東和泉4-9-6	3489-0320
神 保 医 院	和泉本町1-2-13	3489-1056
保坂産婦人科	東和泉1-19-5	3488-1103
松 岡 医 院	中和泉5-10-18	3480-4122

受診してください。

〔対象〕市内在住で30歳以上の方〔費用〕1,000円。結果通知に納入通知書を同封します。なお、老人保健法の規定による医療受給対象者、生活保護法による被保護世帯および市民税非課税世帯の方は無料です。〔問い合わせ〕健康課。



いま一度
あなたの年齢の
がんチェック

Health 健康診断

■年に1回は身体チェックを「無料市民ミニドック」

狛江市医師会の協力で、「無料市民ミニドック」を実施しています。

検診内容は問診、血圧測定、検尿、血液検査等また必要に応じて眼底検査、心電図などの精密検査を行いますので、この機会にぜひ受診してください。

また、寝たきり等のため、医療機関に行くことができない方は、医師が訪問して検診をすることがありますので、各実施医療機関にご相談ください。

〔対象〕市内在住で女性30歳以上、男性35歳以上の方〔実施期間〕平成8年3月末日まで年に1回受診できます〔費用〕無料〔問い合わせ〕健康課。

Health 相談

■ことばの相談

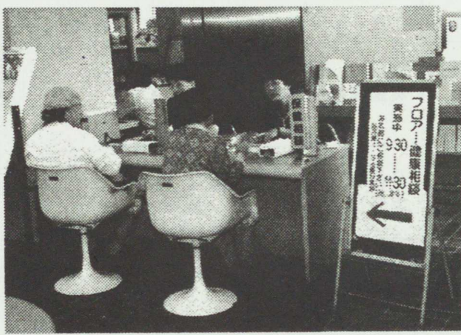
〔日時〕8月22日(火)午前10時～午後4時〔対象〕就学前の幼児。予約制

〔申し込み〕健康課。

■フロアー健康相談

〔日時〕8月18日(金)午前9時30分～11時30分〔会場〕市役所2階フロアー

〔問い合わせ〕健康課。



■狛江保健相談所

3480-15351

◆一般健康相談(診断) 毎週

■今月の休日診療

医 科	20日	27日
内科	村上医院 東和泉1-18-6 3430-3705	狛江医院 東和泉1-27-10 3489-10014
歯科	鈴木歯科医院 東和泉2-3-12 3489-10524	鈴木歯科クリニック 元和泉1-4-9 3488-18858
診療時間	午前9時～11時30分 午後1時～5時 (受付時間は午後4時30分まで)	午前9時～11時30分 午後1時～5時 (受付時間は午後4時30分まで)
夜間診療は、東京消防庁テレホンサービス0425-21-2323。		
〔問い合わせ〕市役所3430-1111。		

夏の「暑さ」と上手につき合う



暑さで脱水状態になったり、食欲が落ちたり、身体を悪くするのを防ぐには、自然の風を取り入れるのが一番です。朝夕など、ちよつと気温が下がったときはクーラーを止めて窓を開け、外気を取り入れるようにしたいものです。

〔クーラー〕クーラーで冷やしすぎますと体がだるくなつて肩が凝る、腰が重くなるなどの症状がでます。脳卒中などいろいろな神経障害

をもちている場合は、自律神経の調整機能が悪くなつていますから、ちよつと冷えすぎますと、症状が出やすくなります。クーラーの快適温度は、まわりの気温との差2～3度がいいと言われています。

〔扇風機〕風を当てることによつて汗を発散させ、体温を下げます。ただ、強制的に水分(汗)を奪うので脱水症状になることもあります。扇風機の強い風をつければなしにして寝ていて亡くなつたり、意識不明に陥る場合もまれにあります。風はゆるく、一度壁に当てるなどして、直接体に当てないように。また、長時間つけっぱなしにしないことです。

カップパッジの発売



今年で40回を数えるカップパッジは、「都民の日」を記念するシンボルマークとして、あつ旋しています。

遊園地、プロ野球などが入場無料になる特典があります。頒布価格は単品が200円、5色セットが800円です。10月13日(金)まで企画広報課で発売しています。

〔問い合わせ〕企画広報課コミュニティ担当。

ほっとらいん6.39

■洗心会・会員募集

中央公民館で第1・3の金曜日午後1時から、先生の直接指導で楽しくお茶会に参加できるよう薄茶を習いませんか。〔問い合わせ〕渡辺3489-3342。

■絵画虹の会・会員募集

西河原公民館で毎月第2・4火曜日午後1時30分から約3時間、講師を招いて絵(水彩、パステルなど)の勉強をしています。〔問い合わせ〕森田3480-2020。

■やさしい中国語

毎週木曜日西河原公民館で午前10時～11時30分まで簡単な生活会話を楽しく喜相逢(逢ったのしい意味)

は、小人数での中国語勉強会です。(市内在住の方) 初歩からの方歓迎。〔会費〕有料。〔問い合わせ〕稗田3489-0200。

■中学生英会話サークル・メンバー募集

英語を習い始めの中学生の皆さん、一緒に英会話と英語の勉強をしませんか。〔対象〕中学1年生〔日時〕毎週火曜日午後6時～8時、1回目は9月5日〔講師〕アメリカの方〔会場〕こども教室えるぶ〔費用〕実費。〔問い合わせ〕込山3030-18-66516。

■ハーモニカ愛好会・会員募集

毎月第2・4火曜日午前10時～正午まで、中央公民館で練習しています。初心者の方でもていねいに指導いたします。〔問い合わせ〕小林3480-1916。

こまえスポット



川口町のおまつりに市民も参加

ふるさと友好都市川口町のお祭りが7月29日・30日の2日間お祭り広場(町役場前)で行われ、狛江市からも総勢60余の市民が参加しました。広場にはステージや七夕飾り・出店等が並び、小学生による川口のあおり太鼓の演技や中学生が扮した鎧武者等がさっそうと出陣し華やかな時代絵巻の武者行列に町民から大声援を受けていました。川口の子どもみこしや、艶やかな婦人みこしと狛江市から参加の小足立八幡神社のみこし、大太鼓とお囃子との共演にかけ声も勇ましく町内を練り、川口町民との友好を深めました。前夜には、カラオケ大会・魚野川河畔でダイナミックな花火のショーで夏の暑さもふきとびました。

多摩川五本松でサバイバル体験



「サバイバル体験学校」が8月2日～4日の3日間行われました。参加した小学生は、手作りのカマドやテント張りを行った後、各専門の方によるロープワークの指導、多摩川の話、水についての話を聞いた後、河原に生息する生きものや川で魚取りなどを体験しました。最終日には、保健所の職員の指導で多摩川の水をろ過して飲料水にする方法を学び、ろ過した水でソーメンを作り流しソーメンにして参加者全員でおいしく食べました。

種目	日程	会場
開会式	9月10日(日)	総合体育館
ビーチボールバレー	9月10日(日)	総合体育館
ドッジボール	9月17日(日)	総合体育館
バドミントン	9月24日(日)	総合体育館
ウォーキング	10月15日(日)	市内
わんぱく駅伝	11月23日(祝)	市内
バスケットボール	11月26日(日) 12月3日(日)	総合体育館
狛江・多摩川ロードレース	1月14日(日)	多摩川堤防
地域スポーツ大会	1・4中地区	10月29日(日) 第七小学校
	2中地区	未定
	3中地区	未定

このフェスティバルは「狛江市に住む方たちが、スポーツで汗を流し、仲良く楽しい一日を過ごしましょう」というスポーツのお祭りです。いい汗、いい出会い、お気軽にご参加ください。

9月10日(日)の開催式(自動車での来館はできません)をスタートに別表の順に進めていきます。詳細は順次広報でお知らせします。

【問い合わせ】狛江市市民スポーツレクリエーションフェスティバル実行委員会事務局(狛江市体育協会) ☎3480162

【問い合わせ】狛江市市民スポーツレクリエーションフェスティバル実行委員会事務局(狛江市体育協会) ☎3480162

【問い合わせ】狛江市市民スポーツレクリエーションフェスティバル実行委員会事務局(狛江市体育協会) ☎3480162

お知らせ

■社会教育活動の発表の場として市民ホールを開放します

11月24日に開館を予定している市民ホールのオープン記念行事の一環として、12月2日(土)・3日(日)の2日間を、社会教育活動をしている方々の発表の機会として開放します。

ホールでの発表会が主な内容となりますが、参加を希望する

■「行方不明の人をさがす相談所」を開設します。

みなさんの家族や知り合いの方で、行方不明となっている人がいましたらこの機会にご相談ください。なお、相談にお越しの際は本人を特定するための資料をお持ちください。

【日時】9月1日～30日午前9時～午後5時30分まで(土、日、祝日も含む) 【開設場所】警視庁本館一階身元不明相談室 ☎358114321(地下鉄「霞が関」または「桜田門」下車)。

※このほか調布警察署でも相談に応じています。

【問い合わせ】調布警察署 ☎0424-880110。

■自然保護等分科会

狛江駅北口の緑地保全地区内に市が整備を予定している「自然公園」について、市側の計画案に対する「市民の会」の考えを取りまとめます。

【日時】8月17日午後7時から 【会場】市役所502会議室

【問い合わせ】絹山 ☎348016792。

スポーツ

■障害者水泳を楽しむ会の開催

狛江市水泳協会の方をはじめ、市内の各種ボランティア団体のメンバーがお世話します。

【日時】8月28日(月)午前10時～正午まで(雨天および低温の場合は8月31日に変更) 【会場】狛江市民プール(対象)市内在住の心身に障害のある方と介護者およびボランティア団体メンバーの方

【申し込み・問い合わせ】8月16日(水)から市民総合体育館 ☎34301141。

4301141。

■市民プールの利用について

8月28日(月)「障害者水泳を楽しむ会」開催に伴い、一般の方の入場は、午後1時からとなります。なお、天候等で実施できなかつた場合は、8月31日(木)に変更となりますので、ご協力をお願いいたします。

【問い合わせ】市民総合体育館。

■狛江市少年野球大会

【日時】9月10日(日)、15日(祝)、17日(日)、予備日23日(祝)、24日(日) 【会場】市民グラウンド、市内小学校校庭、(対象)市内在住の小学校3・4年生の部、5・6年生の部(参加費)1人100円

【問い合わせ】海老沢 ☎348919926。

ご案内

(傷害保険は各チームで加入) 【申し込み・問い合わせ】16日(水)～25日(金)までに市民総合体育館 ☎34301141。

■第10回狛江市民水泳大会

【日時】9月3日(日)午前10時～12時30分(会場)市民プール(対象)市内在住・在勤・在学で高校生以上の男女(種目)自由形、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ各50m(50歳以上は、25mの種目もあります) 【競泳方法】各種目年齢別・男女別(29歳以下、30歳代・40歳代・50歳代・60歳代・70歳代)各年代個人メドレー(参加費)800円(2種目まで) 【申し込み】8月15日～25日までに狛江市体育協会(市民総合体育館内) ☎348016211へ(その他)記録証、参加賞は全員に、各種目1位から3位にはメダルをさしあげます。

【問い合わせ】海老沢 ☎348919926。

いい汗・いい出会い



THE 6th. SPO REC FESTIVAL・KOMAE

■ビーチボールバレー大会



【日時】9月10日(日)午前10時30分～午後5時(会場)市民総合体育館(対象)市内在住・在勤・在学の小学生以上(競技方法)1チーム4人制、コートはバドミントン(ダブルス)を使用①小学生の部(4年生以上男女区別なし)②一般男子の部(中学生以上で女子も含むこと可)③一般女子の部(中学生以上) 【表彰】各部ごとに、3位まで賞状、賞品、その他特別賞もあります 【申し込み】8月18日(金)～25日(金)まで市民総合体育館1階の受付窓口の投函箱へ(抽選会)8月31日(木)午後7時。なおプール開催中は車での来館はできません。

【問い合わせ】狛江市体育協会(実行委員会) ☎348016211。

■第6回狛江市陸上競技記録会

【日時】9月17日(日)午後9時から(会場)町田市陸上競技場(全天候型トラック) 【対象】①小学男女②中学男子③中学女子④一般男子⑤一般女子⑥壮年男子⑦壮年女子(記録表)当日会場にてお渡しします 【参加料】①3000円。②③6000円。④⑤⑥⑦8000円(申し込み)8月24日まで狛江第二中学校・佐藤光宏さんへ。

【問い合わせ】狛江市陸上競技協会(長岡) ☎348018305(午後7時～10時まで)。

■いきいき広場「エアロビクス教室」

【日時】9月9日・10月14日の2回(第2土曜日) 午前10時～11時30分まで(場所)中央公民館ホール(講師)高島哲恵さん(鎌倉市スポーツ指導員)ほか2人(対象)市内小・中学生30人(受講料)無料(持ち物)タオル・体操のできる服装・着替え

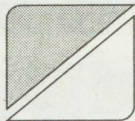
【申し込み・問い合わせ】中央公民館 ☎348814411。

方は社会教育課までご連絡ください。

なお、2日間を自主的に運営していただくために、それぞれの団体の方々のご希望をお聞きし、お集まりの方々と調整を行い、発表会に向けて実行委員会等の組織化を図り、進めて行きたいと考えています。

第1回の打ち合わせは、8月25日(金)午後7時から、市役所内特別会議室で開催しますので、代表の方または代理の方のご出席をお願いいたします。

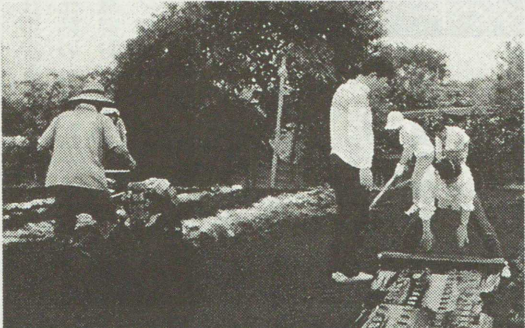
【問い合わせ】社会教育課へ。



催し

■泊江のまちづくりと農業パート5
ト5「だれにでもできるじょうずな野菜づくり」

中央公民館では、畑での農作業等を通じて、土と親しみ、農業に対する理解を深め、健康で



ゆとりのある生活や自然の大切さを実感していただくための講座を開催します。

今回の講座は、

農業改良普及員や農業指導者の専門家による「だれにでもできるじょうずな野菜づくり」をアドバイスしていただきます。

【日程・内容】別表のとおり【時間】午後2時～4時

【対象】成人男女

（農業体験を生かして農家の繁忙期に援農に意欲のある方）【定員】25人（先着順）【講師】大和田一紘さん（法政大学講師）富永孝利さん（農業指導者）菊地正人さん（中央農業改良普及センター）【作物】秋まき冬野菜（ダイコン、ハクサイ、ブロッコリー、キャベツ、ホウレンソウ、

■泊江のまちづくりと農業パート5 日程表

期	日	内 容
1	9月2日(出)	日程の説明～土壌づくりの説明～種まき(ダイコン、ハクサイ)
2	9月16日(出)	種まき(ホウレンソウ、シュンギク)
3	9月30日(出)	間引き(ダイコン、ハクサイ) 植え込み(キャベツ、ブロッコリー)
4	10月14日(出)	栽培管理 ①追肥
5	10月28日(出)	" ②
6	11月4日(出)	" ③
7	11月10日(金)	他市の市民農園見学(八王子市)(市バスによる見学)
8	11月18日(出)	栽培管理 ④
9	12月2日(出)	収穫・品評会

第17回市長を囲む
チビッコ納涼会

野川地域センターでは、今年もチビッコ納涼会を開催します。



市長を囲んでのお話し合いや、花火遊び・スイカ割りなどで暑さをふきとばして、楽しい夏の一夜を過ごしましょう。みんなでさそい合つてご参加ください。

【日時】8月24日(木)午後7時から【会場】野川地域センター(雨天でも花火以外は行います)【対象】小学生(保護者の方も一緒にどうぞ)【定員】100人【問い合わせ】野川地域センター ☎3480-2211。

納涼パーティー

泊江市体育協会では、恒例の納涼パーティーを開催します。模擬店や軽音楽等。どなたでも参加できます。

【日時】9月1日(金)午後6時30分～9時【会場】市役所前市民ひろば(雨天・中央公民館)【参加費】2,000円。【問い合わせ】泊江市体育協会事務局 ☎3480-6211。

岩戸地域センター利用者発表会

【日時】9月3日(日)午前10時～午後3時【会場】岩戸地域センター【内容】舞踊・カラオケ・民謡・書道・絵画・木彫・その他利用者団体が出演・展示し、日

ごろの活動の成果を披露します。また図書室では、泊江親子読書会による児童本の読み聞かせと工作などを行います。2階では、喫茶コーナー、館外では、模擬店等があります。



皆さんのご来館をお待ちしています。

【問い合わせ】岩戸地域センター ☎3488-7040。

■夏の定番「こわい話なし」で涼しさを

最後の暑い夏を乗り切るために、涼しくなる話を聞きにおいでください。

【日時】8月28日(月)午後1時から【講師】山田正弘さん(泊江市在住の詩人、シナリオライター)【会場】上和泉地域センター【参加費】無料【問い合わせ】上和泉地域センター ☎3480-9101。

講座

歴史講座「鎌倉散歩」

中央公民館と野川地域センターの運営協議会共催事業で江戸島辺の寺社の歴史を中心に学びます。

児童館

◎岩戸児童センター

☎3489-5414

■伝承遊び 折り紙教室 「おつて、あそぼう!!」遊べる折り紙、うごく折り紙【日時】24日(木)午後2時～4時【対象】幼児(保護者同伴)から。

◎和泉児童館

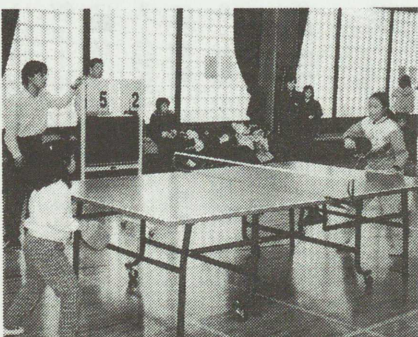
☎3480-1441

■夏休み子ども工作教室 夏休

みのひとときを簡単にできるオリジナル工作で楽しませるか。▽28日(月)マールブリック染めつくくる小物▽29日(火)万華鏡▽30日(水)発泡スチロールのトレーでつくくる写真立て【時間】午前10時～正午【対象】小学校1～6年生【定員】各20人【持ち物】牛乳パック1パック(乾いたもの)、

児童センター遊戯室開放しています

親子、友達、地域のふれあいの場として



▽児童センター内は禁煙で、飲食できません。▽夜間、小学生以下の児童が使用するときには、保護者が同伴してください。▽その他、係員の指示に従ってください。

【問い合わせ】岩戸児童センター ☎3489-5414。

■児童センター遊戯室の開放

開放区分	個人使用	団体使用
内容		
個人団体の区分	市民、市民で組織する右以外の団体	市民15人以上で組織し、常時10人以上で使用する団体
使用できる日時	日曜日 午前10時～午後5時	火・木・土曜日 午後6時～9時
使用できる種目	卓球 バドミントン(練習用)	ミニバスケットボール バレーボール バドミントン 卓球等の種目で施設を損傷しないもの
	卓球、バレーボール、バドミントンの支柱およびネットは備え付け。ラケット、ボール、シャトル、上ばき等は各自で準備してください。	