

お知らせ

今月の納期 納期限11月30日(火) **種類・担当** 国民健康保険税第5期分II納税課

納税の休日窓口を開設 日時11月28日(日)の午前9時〜午後4時 **場所** 市役所納税課 **取り扱い** 市・都民税、固

11月はあいさつ運動推進 強調月間「あいさつは顔を見て目を見て心を見て」人と人とのコミュニケーションの第一歩は、毎日交わすあいさつです。市では、青少年の健全育成活動の一環として、ふれあいと思いやりのあるまちづくりを目指し、4月・7月・11月をあいさつ運動推進強調月間としています。子どもたちと「おはよう」、

「こんにちは」など、あいさつを交わす一歩運動にご協力ください。(青少年係)アキシマエンス校舎棟内 ☎544-4313

放射性物質などの測定結果 詳しくは、各担当に問い合わせるか、市ホームページをご覧ください。

「水道道の放射性物質」 7月〜9月採水分は、ヨウ素131・セシウム134・セシウム137のいずれも検出限界値を下回り、不検出でした。(水道部浄水係 ☎543-6111)

ヘルプカード、ヘルプマークを配布

ヘルプカードとは 障害のある方や難病患者の方などが身につけておくことで、災害時や緊急時、日常生活で困ったときに、周囲の方に支援や配慮などをお願いしやすくするためのカードです。

ヘルプマークとは 障害のある方や難病患者の方などで、支援や配慮を必要としていることが外見からは分からない方が、周囲の方に支援などを必要としていることを知らせるために身につけるものです。



無料で配布しています いずれも市役所障害福祉係、東部出張所、あいぽつく、障害者相談支援センター(あいぽつく内)、虹のセンター25(中神町1176)、自立生活センター・昭島(朝日町3丁目)、障害者就労支援センター(松原町3丁目)で配布しています(障害者手帳を持っていない方も可)。

携帯した方に手助けを ヘルプカード、ヘルプマークを提示された場合は、緊急時の連絡先や支援してほしいことなどが記載してありますので、ご協力をお願いします。また、これらを携帯した方が日常生活で困っているときには、「お手伝いできることはありませんか」などと、ゆっくり声をかけてください。災害時や緊急時には、安全を確保するために必要な手助けをしてください。☆詳しくは、障害福祉係へ。

エンディングノートを使った人生設計講座

エンディングノートを記入しながら、これからの人生をどのように過ごしていくかを考えます。日時・テーマ▽11月18日(木)の午後1時30分〜3時II自分自身が納得できる人生を送るために▽11月20日(土)の午前10時〜11時30分II家族のことを幸せにするために ※申し込みは11月11日(日)まで **場所** アキシマエンス校舎棟 **定員** 各20人(申込順) **申込** 11月2日から地域包括ケア担当へ

患で治療中の方、透析している方を除く **内容** 血管年齢測定、保健指導など ※素定で測定 **定員** 各24人(多数抽選) **申込** はがきに「動脈硬化測定」、第3希望日まで(指定のない場合は「希望日なし」と記入)と、住所・氏名・生年月日・電話番号を記入し、11月10日(消印有効)までに〒196-00015 昭和町4-7-1 あいぽつく地域保健係へ(1人1通のみ/窓口でも受け付け可) ※希望日の記入がない場合は市が測定日を指定(地域保健係「あいぽつく内」 ☎544-5126)

ヘルスアップ栄養教室「コレステロール・中性脂肪の気になる方へ」

12月10日(金)の午前10時15分〜11時45分 **場所** あいぽつく **対象** 74歳の方 **内容** 講座、献立の紹介と調理方法の説明 **定員** 12人(申込順) **保育** 4人(申込順) **申込** 11月2日から地域保健係(あいぽつく内) ☎544-5126

あきしま元気アップ教室のコース

	午前の部 10時30分から	午後の部 1時30分から
月	①マシントレーニング	⑧筋力アップ体操 ⑨音楽療法
火	②筋力アップ体操 ③音楽療法(基本クラス)	⑩マシントレーニング
水	④マシントレーニング	⑪マシントレーニング
木	⑤マシントレーニング	⑫筋力アップ体操 ⑬音楽療法
金	⑥筋力アップ体操 ⑦音楽療法	⑭筋力アップ体操

3月 **場所** あいぽつく **対象** 65歳以上の方 ※要支援・要介護認定を受けている方、基本チェックリストにより生活機能低下に該当した方を除く **定員** 各8人(多数抽選) **参加費** 1回250円 **申込** はがきに「あきしま元気アップ教室」、希望コースの番号・名称(ひとつのみ)と、住所・氏名・生年月日・電話番号を記入し、11月5日(必着)までに〒196-00015 昭和町4-7-1 あいぽつくあすはの会事務室へ ※1人1通のみ **その他** 詳しくは、同会事務室 ☎544-5033へ(地域包括ケア担当)

障害のある方へ手当を支給しています

下の表のとおり手当を支給しています。手当ごとに所得制限や診断書の提出の有無などがあり、判定の方法が異なりますので、受給を希望する方は事前に障害福祉係へ問い合わせてください。

手当の種類	支給の対象	支給額(月額)
特別児童扶養手当(国手当)	重度または中程度の疾患・障害(身体・知的・精神)のある20歳未満の方(母子生活支援施設以外の児童福祉施設などに入所している児童を除く)を扶養している父・母または養育者	1級=5万2500円 2級=3万4970円 ※申請内容に応じて級が認定されます。
特別障害者手当(国手当)	20歳以上で、著しく重度の障害状態にあり、日常生活において常時特別な介護を必要とする方(施設入所中、病院に3か月を超えて入院中の方などを除く)	2万7350円
障害児福祉手当(国手当)	20歳未満で、重度の障害があり、日常生活において常時特別な介護を必要とする方(施設入所中の方などを除く)	1万4880円
重度心身障害者手当(都手当)	次のいずれかに該当する方(施設入所中、病院に3か月を超えて入院中、65歳以上の新規申請の方などを除く) *重度の知的障害があり、日常生活で複雑な配慮を要する *重度の知的障害と重度の身体障害が重複している *重度の肢体不自由で、両上・下肢とも機能が失われている	6万円
心身障害者福祉手当(都手当)	20歳以上で、身体障害者手帳1級・2級、または、愛の手帳1〜3度、または、脳性まひ、進行性筋萎縮症の方(施設入所中、65歳以上の新規申請の方などを除く)	1万5500円
心身障害者福祉手当(市手当)	身体障害者手帳3級・4級、または、愛の手帳4度の方(施設入所中、生活保護受給中、65歳以上の方などを除く)	4000円
特殊疾病者福祉手当(市手当)	難病医療費助成を受けている方(施設入所中、生活保護受給中、65歳以上の方などを除く)	5000円

空間放射線量測定結果

場所	7月	8月	9月
市役所	0.074	0.072	0.072
光華小	0.039	0.039	0.041
A(北西)	0.049	0.042	0.043
B(北)	0.039	0.058	0.044
C(北東)	0.037	0.039	0.048
D(南西)	0.038	0.051	0.054
E(南)	0.041	0.044	0.056
F(南東)	0.060	0.047	0.040

【空間放射線量】 市域を6ブロックに分け、それぞれ毎月場所を替えて測定します。7月〜9月の結果は左の表のとおりです(地上100cmの高さで測定、単位はマイクロシーベルト/時間)。(環境保全係)

【都市農業担当】 **茜色のハンカチを作ろう** アカネで草木染めをします。日時11月19日(金)の午前10時〜午後1時 **場所** 武蔵野会館 **定員** 10人(多数抽選) **参加費** 560円 **持ち物** ゴム手袋、エプロン **申込** 11月4日までに社会教育係へ

【開催】 **ものがたりライブ** 児童書作家の杉山亮さんが、オリジナルのお話を語ります。日時12月5日(日)の午後1時30分〜3時 **場所** アキシマエンス国際交流教養文化棟 **対象** 小学生以上の方 **定員** 50人(申込順) **申込** 11月5日から市民図書館 ☎543-1523へ

【開催】 **農産物即売会** いずれもなくなり次第終了/雨天実施 **日時・場所** ▽11月6日(土)・20日(土)の午後2時から ▽東中神駅前交番隣 ▽11月13日(土)・27日(土)の午後2時から ▽昭島駅南口商店会館前 ▽日曜日の午前8時40分頃から ▽日曜日の午前8時40分頃から ▽田中団地第2集会所前広場 ▽水曜日の午後3時30分頃から ▽田中団地第2集会所前広場 ▽平日の午前9時〜午後3時 ▽農産物直売所「みどりっ子」

【開催】 **紋切りでクリスマス・お正月カードを作ろう** 雪の結晶や日本の伝統的な文様を、江戸の切り紙遊びである紋切りで作るカードに貼ります。日時12月11日(土)の午後2時〜4時 **場所** アキシマエンス国際交流教養文化棟 **対象** 中学生以上の方 **講師** 造形作家 **定員** 20人(多数抽選) **参加費** 500円(材料費) **申込** 11月11日〜28日に市民図書館 ☎543-1523へ

開催

リコーダーコンサート
アンサンブルポロロニア
が、「大きな古時計」「踊り明か
そう」などを演奏します。日
時11月8日(月)の午前11時
11時30分 場所児童センター
「ぱれっと」 定員20人(申込順)
申込11月1日から児童
センター「ぱれっ
と」☎544-5132へ

おひさまひろば 公園で
お友だちと一緒に遊びま
しょう。11時頃から手遊びや体
操の時間もあります(申込不
要)。日時11月9日(火)の午前
10時30分～11時30分 ※雨天中
止 場所福島神社児童遊園 対
象0～3歳のお子さんと保護者
(子育てひろばほりむこう)☎541
2277

公園ひろば お友だちと
一緒に遊びましょう。11
時頃からお話や歌の時間もあり
ます(申込不要)。日時11月12
日(金)の午前10時30分～11時30
分 ※雨天中止 場所上ノ台公
園 対象0～3歳のお子さんと
保護者(子育てひろばなしの

児童発達支援計画審議会
日時11月12日(金)の午後
6時30分から 場所アキシマエ
ンシス校舎棟 傍聴直接会場へ
(児童発達支援担当(アキシマエ
ンシス校舎棟内)☎519-2247
総合基本計画審議会

総合基本計画審議会
日時11月12日(金)の午後
7時から 場所市役所1階市民
ホール 傍聴市役所西側出入口
から直接会場へ(総合基本計
画担当)

**スポーツ推進計画策定委
員会** 日時11月15日(月)
の午後6時30分から 場所市役
所3階庁議室 傍聴市役所西側
出入口から直接会場へ(ス

児童発達支援計画審議会
日時11月12日(金)の午後
6時30分から 場所アキシマエ
ンシス校舎棟 傍聴直接会場へ
(児童発達支援担当(アキシマエ
ンシス校舎棟内)☎519-2247
総合基本計画審議会

寄付ありがとう びびりまわった

◎高等学校等奨学生支援の
ために
*100万円有限会社フコー
バー代表取締役 雨倉
寿久さん
*40万円株式会社工コス
代表取締役会長 平富郎
さん、代表取締役社長 平
邦雄さん

子育てグループネット
ワーク会議 市内の子育
てグループや市などが協働して
子育て支援活動を展開する子育
てグループネットワーク連絡会
が、情報交換や子育て情報の提
供を行います(申込不要)。お子
さんを連れての参加もできます
(保育なし)。日時11月15日
(月)の午前10時15分～正午 場
所アキシマエンシス校舎棟
子ども家庭支援センター(アキ
シマエンシス校舎棟内)☎543
9046

乳幼児歯科健診 日時11
月15日(月)・11月25日
(木)・12月9日(木)の午後1時
20分～3時30分、11月18日(木)
12月2日(木)の午前9時20分～
11時30分 ※1人10分 場所あ
いぽつく 対象健診を初めて利
用する1歳～3歳6か月児 申
込11月1日から子育て世代包括
支援センター(あいぽつく内)☎
543-7303へ

出張ひろば おもちゃで
遊びながら親子で交流し
ましょう。パネルシアター、歌
の時間もあります。育児相談も
できます。日時11月19日(金)

**子ども読書活動推進計画
策定委員会** 日時11月16
日(火)の午後6時30分から 場
所アキシマエンシス校舎棟 傍
聴直接会場へ(市民図書館管
理課☎519-2211)

子どもサッカー教室 期日
12月19日(日) 時間・対
象▽年中・年長児と保護者11午
室 傍聴直接会場へ(その他終
了後、懇談会あり(教育委員会
庶務課)

子どもサッカー教室 期日
12月19日(日) 時間・対
象▽年中・年長児と保護者11午
室 傍聴直接会場へ(その他終
了後、懇談会あり(教育委員会
庶務課)

子どもサッカー教室 期日
12月19日(日) 時間・対
象▽年中・年長児と保護者11午
室 傍聴直接会場へ(その他終
了後、懇談会あり(教育委員会
庶務課)

の午前10時～11時30分 場所武
蔵野会館 対象0～3歳のお子
さんと保護者 定員6組(申込
順) 申込11月8日から子育て
ひろばなしのき☎543-6716へ

初めての歯磨き教室
日時11月22日(月)の午前
9時～10時、午前10時30分～11
時30分 場所あいぽつく 対象
8～11か月児の保護者 定員各
8人(申込順) 申込11月1日か
ら子育て世代包
括支援センター
(あいぽつく内)
☎543-7303へ

離乳食講座 いずれも、
子育て世代包括支援セン
ター(あいぽつく内)☎543-73
03へ申し込んでください。
【4～6か月児対象】 日時11月
26日(金)の午後1時15分～2時
15分 場所あいぽつく 定員14
人(申込順) 申込11月2日から
【9～12か月児対象】 日時11月
30日(火)の午後1時15分～2時
15分 場所あいぽつく 定員
14人(申込順)
保育9～12か
月児10人(申込
順) 申込11月
4日から

**ポーツ振興課(総合スポーツセ
ンター内)☎544-4152**
【子ども読書活動推進計画
策定委員会】 日時11月16
日(火)の午後6時30分から 場
所アキシマエンシス校舎棟 傍
聴直接会場へ(市民図書館管
理課☎519-2211)

子どもサッカー教室 期日
12月19日(日) 時間・対
象▽年中・年長児と保護者11午
室 傍聴直接会場へ(その他終
了後、懇談会あり(教育委員会
庶務課)

子どもサッカー教室 期日
12月19日(日) 時間・対
象▽年中・年長児と保護者11午
室 傍聴直接会場へ(その他終
了後、懇談会あり(教育委員会
庶務課)

子どもサッカー教室 期日
12月19日(日) 時間・対
象▽年中・年長児と保護者11午
室 傍聴直接会場へ(その他終
了後、懇談会あり(教育委員会
庶務課)

火災予防パレードを実施

11月9日～15日は秋の火災予防運動週
間です。その一環として、昭島消防署、
昭島市消防団による火災予防パレードを
実施します(荒天中止)。
◇日時 11月14日(日)の午前9時～11時
(予定)
◇コース 市役所～江戸街道～奥多摩街
道～江戸街道～つつじが丘通り～はな
みずぎ通り～堀向通り～美堀通り～江
戸街道～市役所
☆詳しくは、防災係へ。



秋も節電しましょう

☆詳しくは、環境課
計画推進係へ。

暖房時の室温は
20℃を目安にする

暖房は外出や寝る
20分前に電源を切り、
余熱で暖をとる

照明を長時間
使わない時は、
主電源を切る

暖房器具の使用を
1日1時間減らす

照明を
LED機器へ
交換する

※蛍光灯などからLED照明器具へ交換
する場合(電球のみの交換を除く)は、
補助の対象となります。詳しくは、
問い合わせてください。

**総合スポーツセンター
教室担当の申込共通事項**
往復はがきに教室名(1通につ
きひとつ)と、住所・氏名(ふり
がな)・年齢(年中・年長・学年
も)・性別・電話番号・サッカー

部コーチ 定員40人(初めての
方優先/多数抽選) 参加費100
円 申込左の申込共通事項のと
おり

歴、親子サッカー教室は保護者
の氏名・性別・年齢を記入し、11
月30日(消印有効)までに〒196-
0033東町5-13-1 総合
スポーツセンター教室担当へ
※ひとつの教室につき1人(親
子は1組)1通のみ/返信面に
も住所・氏名を記入(総合ス
ポーツセンター教室担当☎544
4151)

事業案内

KOTORI ホール

昭島市民会館

☆申し込みは、☎546-1711(火曜日休館)。
☆チケットの販売は、午前9時～午後5時です。

★★★ 好評発売中 ★★★

**【主催事業】劇団四季ファミリーミュージカル「はじま
りの樹の神話～こそあどの森の物語～」** 令和4年1
月7日(金)午後5時30分開演/大ホール(全席指定)/
5000円(小学生以下は3000円、保護者の膝上で鑑賞す
る2歳以下のお子さんは無料)

【主催事業】第71回昭島寄席「新春初笑い」 4年1月23
日(日)午後2時開演/大ホール(全席指定)/3500円/
出演：春風亭昇太、神田松鯉、春風亭小柳枝、春風亭
昇也、桂 笹丸/未就学児の入場不可

《無料保育サービスのご案内》
主催事業(大ホール公演)では無料の保育サービスを利用できます(1
歳以上の未就学児10人/申込順)。公演の2週間前までに申し込みを。

行政改革推進会議
日時11月10日(水)の午後
6時30分から 場所市役所3階
庁議室 傍聴市役所西側出入口
から直接会場へ(行政経営担
当)

**文化芸術推進基本計画策
定検討委員会** 日時11月
11日(木)の午後6時30分から
場所市役所602・603会議室 傍
聴市役所西側出入口から直接会場
へ(企画政策係)

**再犯防止推進計画策定委
員会** 日時11月11日(木)
の午後6時30分から 場所市役
所1階市民ホール 傍聴市役所
西側出入口から直接会場へ
(福祉総務課)