お知らせ

今月の納期　納期限11月30日(水)　種類・担当▽国民健康保険税第5期分＝納税課　▽介護保険料第5期分＝介護福祉課保険料担当　▽後期高齢者医療保険料第5期分＝保険年金課後期高齢者医療係

市税の休日窓口を開設　日時11月27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、固定資産税・都市計画税、軽自動車税(種別割)、国民健康保険税〈納税課〉

シニアグループ合同発表会の参加団体を募集　日頃の学習や文化活動の成果を発表する場として開催します。企画・運営は、参加団体で構成する実行委員会が行います(第1回実行委員会は11月25日に開催)。　期日令和5年5月13日(土)・14日(日)　場所公民館　対象おおむね60歳以上の方で構成し、市内で活動している団体　申込11月20日までに公民館☎544-1407へ

11月はあいさつ運動推進強調月間「あいさつは 顔見て 目を見て 心見て」　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声運動にご協力ください。〈青少年係(アキシマエンシス校舎棟内)☎544-4313〉

カリンの配布を中止　市役所前の街路樹になるカリンの収穫量が、今年は極めて少ないため、配布を中止します。〈管理課管理係〉

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。

【上水道の放射性物質】　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〉

【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変えて測定します。7月～9月の結果は左の表のとおりです(単位はマイクロシーベルト／時間)。〈環境保全係〉

▼空間放射線量測定結果

	場所	7月	8月	9月
定点	市役所	0.065	0.064	0.068
	光華小	0.040	0.040	0.039
ブロック	A(北西)	0.075	0.046	0.049
	B(北)	0.062	0.077	0.058
	C(北東)	0.052	0.052	0.043
	D(南西)	0.056	0.051	0.064
	E(南)	0.064	0.068	0.059
	F(南東)	0.051	0.056	0.053

※地上100㎝の高さで測定しています。

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5日(土)・19日(土)の午後2時から＝東中神駅前交番隣　▽11月12日(土)・26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＝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」〈都市農業担当〉

高齢者スマホ相談会　スマートフォンの操作方法について相談に応じます。　日時11月17日(木)の午後1時～4時　※1人30分　場所やまのかみ会館　対象60歳以上の方　定員12人(申込順)　主催東京都デジタルサービス局　申込11月2日から介護福祉課へ

シニア講座「使うのが楽しくなる！初心者のためのスマホ講座」　スマートフォンを使い始めたばかりの方などを対象に、安全に楽しく使う方法を教えます。　日時12月4日～25日の日曜日(全4回)の午前9時30分～11時30分　場所公民館　対象60歳以上の方　定員12人(多数抽選)　申込11月4日～18日に公民館☎544-1407へ

はじめての草木染　手ぬぐいをヤシャブシで絞り染めします。　日時11月18日(金)の午前10時～正午　場所武蔵野会館　定員10人(多数抽選)　参加費900円　申込11月7日までに社会教育係へ

東京文化財ウィーク2022 文化財講演会　新たに市の指定文化財となった板碑と古文書について講演します(申込不要)。　日時11月19日(土)の午前10時15分～正午　場所アキシマエンシス国際交流教養文化棟　内容・講師▽山ノ神遺跡と月待供養結衆板碑＝和田哲さん(昭島市文化財保護審議会会長)　▽古文書に親しむ(中村家旧蔵文書一括)＝白川宗昭さん(昭島市文化財保護審議会委員)　定員50人(先着順)〈市民図書館☎543-1523〉

東京都・昭島市共催消費生活講座「環境と手にやさしいナチュラル掃除術」　重曹やクエン酸などの天然成分を使った掃除方法を学び、エシカル消費(環境や人、社会に配慮した消費行動)を始めてみませんか。　日時11月21日(月)の午後2時30分～4時　場所市役所1階市民ホール　講師佐光紀子さん(家事研究家)　定員30人(申込順)　申込11月2日から暮らしの安全係へ

認知症に関する資料展示　認知症月間にちなみ行います。　期間11月30日(水)まで　場所市民図書館〈市民図書館☎543-1523〉

市民活動団体向け講座　市民活動をしている方、これから始めたいと考えている方を対象に、「手に取りたくなる！ぱっと目を引くチラシを作ろう」をテーマに開催します。　日時11月26日(土)の午後2時～4時30分　場所アキシマエンシス校舎棟　定員30人(多数抽選)　申込電子メールに氏名・電話番号・団体名(所属している方のみ)を記入し、11月1日～17日にshiminkatsudosui@city.akishima.lg.jpへ(市から返信できるようメールの設定を)〈市民活動推進係〉

マイナンバーカード申請サポート　申請に必要な顔写真を無料で撮影し、申請のお手伝いをします。なお、撮影した顔写真のデータは提供できません(申込不要)。　日時11月27日(日)の午前10時～正午、午後1時～4時　場所モリタウン(昭島駅北側)　持ち物申請書(申請書ＩＤまたは二次元コードの記載があるもの／お持ちの方のみ)、本人確認できる書類(運転免許証、健康保険証など)〈市民係〉

ダンボールコンポスト講習会　ベランダや軒先に置いて生ごみを堆肥化するコンポストについて、使い方などを学びます。　日時12月1日(木)の午後1時30分～3時　場所環境コミュニケーションセンター　定員20人(初めての方優先／申込順)　申込11月14日までにごみ減量係(環境コミュニケーションセンター内)☎546-5300へ

コーヒーワークショップ　スペシャルティコーヒー(高品質のコーヒー)の飲み比べをしながら、産地やコーヒー豆による味の違いなどを学びます。　日時12月6日(火)の午後2時～3時　場所アキシマエンシス国際交流教養文化棟　定員10人(初めての方優先／多数抽選)　申込11月6日～16日に市民図書館☎543-1523へ

社会文化セミナー　ジャーナリストの池上正樹さんが、「ひきこもる心を知る～誰もが取りこぼされない社会へ～」をテーマにお話しします。　日時12月11日(日)・18日(日)の午後2時～4時(全2回)　場所公民館　定員60人(申込順)　申込11月5日から公民館☎544-1407へ

犬のしつけ方教室　犬と人間が同じ社会で暮らすために大切なしつけや、飼い主のマナーなどについて学びます。なお、飼い犬を連れての来場はできません。　日時12月12日(月)の午後2時～4時　場所市役所204会議室　対象初めて犬を飼い始めた方　定員25人(申込順)　申込11月14日から環境保全係へ

ウォーキング教室　身体に負担のかからない歩き方を学び、ウォーキングマップを利用して1時間程度、外歩きをします。　日時11月28日(月)の午前9時30分～11時30分　場所福島会館　定員15人(福島会館周辺にお住まいの方優先／多数抽選)　申込11月14日までに地域保健係(あいぽっく内)☎544-5126へ

動脈硬化測定　日時12月7日(水)、令和5年1月11日(水)・17日(火)の午前9時30分～11時　場所あいぽっく　対象18～74歳で今年度初めての方　※動脈硬化・脳梗塞・心疾患で治療中の方、透析している方を除く　内容血管年齢測定、保健指導など　※素足で測定　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14日(消印有効)までに〒196-0015昭和町4-7-1　あいぽっく地域保健係へ(1人1通のみ)　※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(あいぽっく内)☎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	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

あきしま元気アップ教室　高齢者介護予防通所サービスとして、左の表のとおり行います(初めての方は面談あり)。　期間令和5年1月～3月　場所あいぽっく　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10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8日(消印有効)までに〒196-0015昭和町4-7-1　あいぽっく 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〈介護福祉課〉

青少年問題協議会(子ども・若者未来対策推進計画策定専門委員会)　日時11月4日(金)の午後7時から　場所アキシマエンシス校舎棟　傍聴直接会場へ〈子ども育成支援担当(アキシマエンシス校舎棟内)☎519-5715〉

教育委員会定例会　日時11月17日(木)の午後2時30分から　場所市役所1階市民ホール　傍聴直接会場へ　その他終了後、懇談会あり〈教育総務課庶務係〉