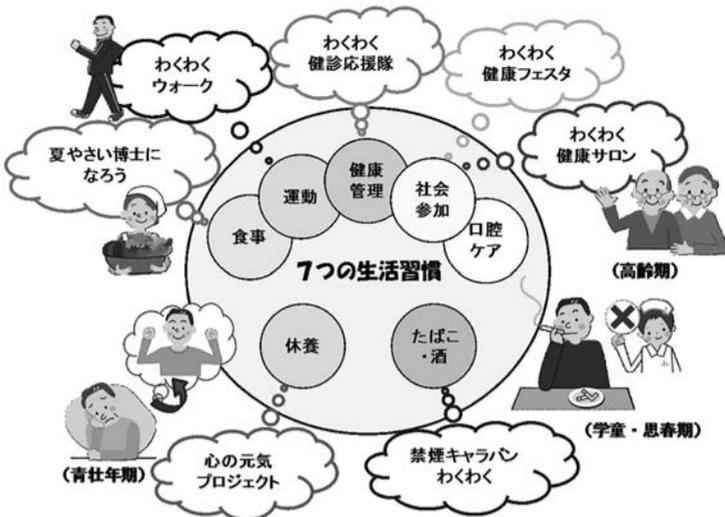


「わくわく健康プラン東くるめ」健康づくり推進員募集&「わくわく健康フォーラム2011」を開催します

健康づくり推進員を募集

市健康増進計画「わくわく健康プラン東くるめ」も6年目を迎え、市民の皆さんとの健康づくりの輪が定着し始めています。「学童・思春期」「青年期」「高齢期」の3つのライフステージに分けて、①食事②運動③休養④社会参加⑤口腔ケア⑥たばこ・酒⑦健康管理の7つの生活習慣について目標を達成するために、さまざまなプランを立てて実行しています。

「わくわく健康プラン東くるめ」における7つの生活習慣



市民と市長のタウンミーティング

地域防災と絆づくりについて、皆さんの声をお聞かせください

【対象】市内在住・在勤・在学の方
【日程・会場】下表の通り
(市内中学校通学区に1カ所ずつ会場を開設)

タウンミーティング開催日程表(11月分)

地区	開催日時	会場
南中地区	11月19日(土) 午後3時~5時	南中学校 体育館
東中地区	11月20日(日) 午前10時~正午	東中学校 体育館
中央中地区	11月20日(日) 午後3時~5時	中央中学校 特別支援教室
下里中地区	11月26日(土) 午前10時~正午	下里中学校 金工室
大門中地区	11月26日(土) 午後3時~5時	大門中学校 体育館

※各会場とも駐車施設がありませんので、車での来場はご遠慮ください。

【お願い】原則として、お住まいなどの区域の会場へ、ご来場ください。なお、各会場とも駐車施設がありませんので、車での来場はご遠慮ください。詳しくは生活文化課 ☎470・7738へ。

【活動期間】12月~25年11月、月1~2回程度の活動報酬はありません。

【対象】市内在住の方
申し込みは11月22日(火)までに(消印有効、はがきに①私が健康だと感じるとき②「ご自身の特技・趣味」について50字程度にまとめ、住所・氏名・年齢・職業・電話番号・電子メールアドレス(お持ちの場合)を記入の上、〒203-0033、滝山4ノ3ノ14、わくわく健康プラザ内、健康課保健サービス係あて郵送を。

「わくわく健康フォーラム2011」を開催

「わくわく健康プラン東くるめ」第3期の取り組みの成果を健康づくり推進員が発表します。また、健康づくりから考える震災の備えについて、ミニ講演も予定しています。
【日時】11月18日(金) 午後1時~3時40分
【会場】市民プラザホール
【内容】ミニ講演会「震災に備える健康づくり」▼発表会「わくわく健康プラン東くるめ」

【講師およびコーディネーター】東久留米医師会副会長の石橋幸滋氏
当日直接会場へ。

「わくわく健康プラン東くるめ」展示発表会

【日時】11月18日(金) 午後1時~3時40分
【会場】市役所1階屋内ひろば

「わくわく健康プラン東くるめ」とは

「わくわく健康プラン東くるめ」は市民・地域・行政が協働して取り組む10年計画で、23~25年度は第4期にあたり、市民一人ひとりがいきいき



昨年実施した「わくわくウォーク」の様子

と自分らしく過ごせるよう、健康づくりのきつかけとなる活動を行っています。
【現在の取り組み状況】次の通り
◎食事「夏やさい博士になる」→小学生とその保護者を対象にした野菜を食べるきつかけづくりのイベントです
◎運動「わくわくウォーク」→定年前後の方を対象に、気持ち良く体を動かせるウォーキングイベントです
◎社会参加「わくわく健康サロン」→高齢者の地域デビューをお手伝い。歌ったり、輪投げをするなど、楽しいことが盛りだくさんです
◎たばこ・酒「わくわく禁煙キャラバン」→「たばこを吸わない! 吸わせない!」をテーマに、市内小学校で紙芝居公演を行います
◎休養「心の元気プロジェクト」→市民の皆さんの心の健康づくりに取り組んでいきます
詳しくは健康課保健サービス係 ☎477・0022へ。

国民年金

社会保険料(国民年金保険料)控除証明書が発行されます

国民年金保険料は、全額が確定申告や年末調整の社会保険料控除の対象になります。その年の1月1日~12月31日に納付した保険料が対象です。確定申告などで社会保険料控除の申告をする際には、納付した国民年金保険料を証明する書類の添付が必要です。なお、家族の国民年金保険料を納付した場合には、納付した方が社会保険料控除として申告することができます。

このため、9月30日までに納付した国民年金保険料額を証明する「社会保険料控除証明書」が発行されます。詳しくは同控除証明書専用ダイヤル ☎0570・070・117 (IP電話) などの方には ☎03・6700・1130。受付期間は11月1日(火)~24年3月15日(木)または武蔵野年金事務所 ☎0422・56・1411へ。
老齢厚生年金などの受給者の方へ「扶養親族等申告書」が送付されます。国民年金や厚生年金保険などから支給される年金のうち、老齢または退職を支

国民年金控除証明書が11月上旬に日本年金機構から送付されます。確定申告や年末調整の手続きの際には、この証明書(または領収証書)が必要になりますので、大切に保管して添付してください。また、10月1日~12月31日の間に今年初めて国民年金保険料を納付した方に対しては、24年2月上旬に送付されます。
詳しくは同控除証明書専用ダイヤル ☎0570・070・117 (IP電話) などの方には ☎03・6700・1130。提出がない場合は、提出した場合に比べて多くの所得税が源泉徴収されますので、必ず提出してください。
詳しくは「ねんきんダイヤル」 ☎0570・05・1165 (IP電話) などの方には ☎03・6700・1130。または武蔵野年金事務所 ☎0422・56・1411へ。

都営住宅の入居者を募集します

都営住宅の入居者を11月1日(火)から募集します。申し込み資格など、詳細は募集案内をご覧ください。
【申し込み資格】次の通り
(1) 家族向け
① 都内に居住する成年者(20歳未満の既婚者含む)であること
② 同居親族がいること
③ 世帯の所得が所得基準内であること
④ 住宅に困っていないこと
⑤ 暴力団員でないこと
(2) 単身者向け
① 都内に3年以上居住している60歳以上またはその他の条件を満たす単身者であること
② 現に同居している親族がいないこと
③ 所得が定められた基準内であること
④ 住宅に困っていないこと
⑤ 暴力団員でないこと
(3) 定期使用住宅(若年ファミリー向け)
家族向けの申し込み資格に加え、① 申込者本人を含め、同居親族全員が40歳未満であること
② 世帯構成が夫婦のみ
③ 世帯または夫婦および子の世帯であること
(4) 定期使用住宅(多子世帯向け)
家族向けの申し込み資格に加え、① 申込者本人を含め、同居親族全員が45歳未満であること
② 世帯構成が夫婦および子の世帯であること
③ 世帯に18歳未満の子が3人以上(うち最低1人は小学校5年生以上)いて、全員が都営住宅に入居できること
※(3)(4)の定期使用住宅とは、10年に限り入居できる住宅です。
(5) 若年ファミリー向け
定期使用住宅(若年ファミリー向け)と同じ
【申込用紙などの配布】土曜・日曜日、祝日を除く11月1日(火)~10日(木)の午前8時半~午後5時に、都市計画課(市役所5階、上の原)に、祝日を除くへ。
【雇用期間】24年2月1日~25年3月31日
【勤務時間など】週5日、午前8時半~午後5時
【報酬など】市の規定による(交通費相当額は別途支給)
申し込みと詳しくは11月15日(火)までに、健康課保健サービス係 ☎477・0022へ。

保育園を運営する法人を募集します

待機児の解消と多種多様な保育ニーズに応じたサービスの拡充を図るため、都有地を活用して、社会福祉法人による民設民営保育園の開設を26年4月に予定しています。今回の公募は、都営住宅の建て替えに伴い既存公立保育園を民設民営とし、安定的・継続的に質の高い保育を行うために実施するものです。
【対象】関東甲信越地方において認可保育園を運営している社会福祉法第22条に規定する社会福祉法人
【交付予定地】南町一丁目184番1および12、1933平方メートル(登記簿上)

募集

市臨時職員(健康課)
【職種】保健師
【募集人員】若十名
【雇用期間】24年2月1日~25年3月31日
【勤務時間など】週5日、午前8時半~午後5時
【報酬など】市の規定による(交通費相当額は別途支給)
申し込みと詳しくは11月15日(火)までに、健康課保健サービス係 ☎477・0022へ。

【公募期間】11月1日(火)~12月15日(木)
【説明会開催日時】11月11日(金) 午後2時から、市役所2階203会議室まで
【注意】説明会に不参加の場合も応募は可能ですが、必ず保育課保育係 ☎470・7745へご連絡ください。
※詳細は「東久留米市新設保育園運営法人公募要項」を参照(11月1日(火)以降市ホームページからも取得可)。詳しくは同係へ。