

- ・新型コロナウイルスワクチン関連情報……………2面
- ・3月27日、4月10日の日曜臨時窓口……………3面
- ・春の桜めぐり ウォーキング参加者募集……………6面
- ・おたふくかぜ予防接種費用の一部助成……………8面



悩みや不安、ストレスをひとりで抱えていませんか

都では、3月を自殺対策強化月間として「自殺防止！東京キャンペーン」を展開し、期間中に特別相談や講演会などを実施します。
この機会に、あなたの悩みを話してみませんか。

こころといのちの講演会(オンライン開催)

「思春期の子どもと接するために—こころの育ちを考える—」

- 日 3月17日(木)午後2時～4時
- 対 都内在住・在勤・在学の方
- 師 関谷秀子氏(精神科医・法政大学現代福祉学部教授)
- 申 3月4日(金)午後5時までに(必着)、次の内容を入力の上、都福祉保健局宛てメールで送信を(先着順)
メール宛先: S0000289@section.metro.tokyo.jp
メール件名: こころといのちの講演会参加申込
メール本文: ①氏名(ふりがな)②メールアドレス
問 都福祉保健局健康推進課自殺総合対策担当 ☎03・5320・4310

特別相談「こころの悩みなどの相談窓口」

3月は、次の窓口で通常相談に加えて特別相談(相談受付時間の延長など)を行います。

特別相談	参考(通常相談)
窓口名称(実施機関)・電話番号など	時間など 電話番号・時間など(※)
フリーダイヤル特別相談 (NPO国際ビフレンダーズ東京自殺防止センター) ☎0120・58・9090または ☎03・5286・9090	3月1日(火)～7日(月) 午後8時～翌午前2時半 ※3月1日(火)は午後5時～翌午前 0時、7日(月)は午後10時半から。
有終支援いのちの山彦電話 - 傾聴電話 - (NPO有終支援いのちの山彦電話) ☎03・3842・5311	3月の火曜・水曜・金曜・土曜・ 日曜日と祝日 各日正午～午後8時
自殺予防いのちの電話 (一般社団法人日本のいのちの電話連盟) ☎0120・783・556	毎日午後4時～9時 ※ただし、3月10日(木)午前8時 ～11日(金)午前8時の時間は実 施。
東京都自殺相談ダイヤル ～こころといのちのほっとライン～ (NPOメンタルケア協議会) ☎0570・087478	3月27日(日)～31日(木) (24時間対応)
LINE相談(東京都) 【アカウント名】相談ほっとLINE@東京 ※右二次元コードから接続できます。	午後3時～11時(受け付けは午後10時半まで)
自死遺族相談ダイヤル (NPO全国自死遺族総合支援センター) ☎03・3261・4350	3月4日(金)・5日(土)・7日(月) 各日午前10時～午後8時
自死遺族傾聴電話 (NPOグリーフケア・サポートプラザ) ☎03・3796・5453	3月8日(火)～11日(金) 各日正午～午後4時

※通常相談の電話番号は、特別相談の番号と異なる場合のみ記載しています。

こころの不調を確認してみましょう

最近のあなたの様子について、以下に当てはまるものはありますか。

- ひどく気分が沈み込んで、憂うつになっている
- 生活が楽しめなくなっている
- 眠れなかったり、食欲が落ちたりして、生活リズムが乱れている
- トラウマで死にたいという気持ちになる

ひとつでも当てはまるものがあり、ひどくつらくなったり、日常生活に支障をきたしたりしている場合は、一人で悩まないで、左下表に記載の相談窓口などに相談してみてください。

参考: 都福祉保健局「最近少しお疲れ気味のあなたへ」

こころのセルフケアをしましょう

気分転換の方法は人それぞれですが、以下のような方法はいかがでしょうか。

- ♥ 散歩などで体を動かす
- ♥ 楽しかった活動や、やりがいを感じた活動をやってみる
- ♥ 部屋を掃除する
- ♥ 植物を育てる
- ♥ 親しい人と、さりげない会話をする
- ♥ ぼんやり空を眺めたり、ゆっくりお風呂に入ったり…あえて何もしない など



「絶対にうまくいかない」「どうせダメだ」と決めつけずに、**いまできることに集中して**ひとつひとつ取り組んでみてください。

参考: 都福祉保健局「最近少しお疲れ気味のあなたへ」

こころの健康に関するパネル展示

市では、都の月間に合わせてパネル展示などを行います。

- 日 場 3月1日(火)～31日(木)、わくわく健康プラザ
- 問 健康課 ☎042・477・0022

気づいていませんか? こころのサイン ～あなたのこころを支えるハンドブック～

市では、相談窓口やこころとからだのメンテナンス方法などを紹介しているパンフレットを配布しています。市(区)では、同パンフレットや配布場所などの他、こころの健康づくりについてご案内しています。



問 健康課 ☎042・477・0022

新型コロナウイルス感染症相談窓口 ～まずは電話で相談を～

<p>新型コロナウイルスの感染が疑われる症状がある方の受診相談 ※かかりつけ医がいる場合は、かかりつけ医に電話でご相談ください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 東京都発熱相談センター ☎03・5320・4592 ☎03・6258・5780 (24時間、土曜・日曜日、祝日も受付) ● 東京都多摩小平保健所 ☎042・450・3111 (土曜・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時受付) 	<p>新型コロナウイルス感染症に関する一般的な内容(予防など)の相談</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 厚生労働省電話相談窓口(コールセンター) ☎0120・565653 (午前9時～午後9時。土曜・日曜日、祝日も受付。多言語対応) ● 東京都新型コロナウイルス感染症電話相談窓口(新型コロナ・オミクロン株コールセンター) ☎0570・550571 (午前9時～午後10時。土曜・日曜日、祝日も受付。多言語対応)
--	--

いま一度、「3密(密閉・密集・密接)になりやすい場所を回避、もしくは出かけない」「手洗い・咳エチケット・マスク着用」など、一人ひとりの感染防止対策の徹底にご協力をお願いします。

新型コロナウイルス感染症の影響により、イベントなどを中止・変更する場合があります。最新の情報は、市(区)または直接、イベントなどのお問い合わせ先にご確認ください。

新型コロナウイルスワクチン関連情報

◆3月26日・27日の集団接種予約を3月9日から開始します

☎市新型コロナウイルスコールセンター(市コールセンター) ☎042・420・7177

※詳細は市HPをご覧ください。



集団接種予約サイト



市HP

◎集団接種の日程(3月9日(水)予約開始分)

対象者 3回目の接種券をお持ちの方

※2回目の接種を3年8月に行った方には、2月25日に接種券を発送済みです。接種券の到着まで1週間程度かかる場合があります。

予約方法 集団接種予約サイトでのウェブ予約、または、市コールセンターへの電話による代行予約

予約受付開始日時 3月9日(水)午前9時から

※同日時から集団接種予約サイトを公開します。

接種日時・会場など 市民プラザはいずれも正午～午後6時、
わくわく健康プラザはいずれも午後1時45分～4時45分です

① 3月26日(土)・・・市民プラザ、わくわく健康プラザ

② 3月27日(日)・・・市民プラザ、わくわく健康プラザ

※ワクチンは①・②の各日1,900人分(予定)。
※集団接種で使用するワクチンはモデルナ社製です。
※市民プラザは集団接種実施日終日、接種を予約した方以外は利用できません。
※集団接種予約サイトはシステムメンテナンスのため、3月7日(月)午後5時～9日(水)午前9時は利用できません。

★既に予約を受け付けている接種日について

次の日程・会場においても、予約の空きがある場合は、随時予約受け付け中です。

① 3月19日(土)・・・市民プラザ、わくわく健康プラザ

② 3月20日(日)・・・市民プラザ、わくわく健康プラザ

◎3回目接種券の発送

2回目の接種を3年9月1日～15日に行った方に対して、3月11日(金)に接種券を発送予定です。接種券の到着まで1週間程度かかる場合がありますので、ご了承ください。

3回目接種券の発送スケジュール

2回目接種完了時期	接種券発送時期(予定)
3年9月1日～15日	3月11日
9月16日～30日	3月下旬
10月1日～15日	4月中旬
10月16日～31日	4月下旬
11月1日～15日	5月中旬
11月16日～30日	5月下旬

◎5歳～11歳の方への接種

5歳～11歳の方への接種を3月中旬以降、下表の医療機関で開始します。予約方法は接種券に同封のご案内をご覧ください。

接種券の発送スケジュール

- ・平成22年4月1日～29年3月18日に生まれた方には3月4日(金)に接種券を発送します。
- ・平成29年3月19日以降に生まれた方には5歳到達後に接種券を発送します。
- ・5歳～11歳の方と12歳以上の方とは使用するワクチンが異なるため、平成22年3月31日までに生まれた方には、12歳到達後に接種券を発送します。

※接種券の到着まで1週間程度かかる場合があります。

5歳～11歳への接種を行う医療機関一覧

	医療機関名
1	石橋クリニック(東本町8-9)
2	いくせ医院(新川町1-4-18)
3	大塚小児科アレルギー科クリニック(本町3-1-23)
4	アルテミスウイメンズホスピタル(中央町1-1-20)
5	さくらんぼキッズクリニック(南町4-1-17)
6	大波クリニック(下里7-6-2)

新型コロナウイルスワクチンに関する相談窓口

ワクチン接種に関する一般的な内容について

- 厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター ☎0120・761770(午前9時～午後9時。土曜・日曜日、祝日も受付)
- (厚生労働省)新型コロナウイルス関連及びワクチンについての聴覚障害者相談窓口 ☎03・3581・6251 ☎ : corona-2020@mhlw.go.jp

ワクチン接種に関する市の対応(接種の予約や会場など)について

- 東久留米市新型コロナワクチンコールセンター ☎042・420・7177(かけ間違いのないようご注意ください)(土曜・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時受付) ☎ : 042・477・0033(聴覚に障害のある方などの相談)

令和3年度子育て世帯への臨時特別給付(支援給付金)のご案内

離婚等により新たに対象児童の養育者となっているにもかかわらず、子育て世帯への臨時特別給付(先行給付金、追加給付金)を受け取っていない方に対し、子育てを支援する目的で給付金を支給します。

☎児童青少年課助成支援係 ☎042・470・7736

詳細は市HPをご覧ください。



市HP

支給対象者

- ①令和3年9月分の児童手当の受給者ではなかったが、令和4年3月分の児童手当の受給者(令和4年2月28日までに支援給付金の申請をする場合は、令和3年9月1日から申請時点までの間に児童手当の受給者変更手続を完了し、申請時点において児童手当の受給者)になった方
- ②令和3年9月30日において高校生等を養育していなかったが、令和4年2月28日時点(令和4年2月28日までに支援給付金の申請をする場合は申請時)において高校生等を養育している方
- ③その他これらに準ずる方(▼DV特例・施設特例の所要の手続を行っておらず、給付金の支給先が変更されていない場合▼養子縁組や海外からの帰国により、養育者が代わっている場合など)

支給額

児童1人につき10万円(元養育者からすでに給付金の一部を受け取っていたり、児童のために使っている場合はその額を差し引いた額)

支給手続き

申請書の提出が必要です。手続きの詳細は、市HPをご覧ください。



国民年金

4月分からの月額保険料が、1カ月1万6590円に確定しました(付加保険料1カ月400円)。前納金額は次の通りです。

国民年金保険料の4月分からの月額保険料	前納金額
4月分からの月額保険料	1万6590円
付加保険料	400円
国民年金保険料(4月分)	1万7000円
前納金額(4月分)	1万7000円
前納金額(5月分)	1万7000円
前納金額(6月分)	1万7000円
前納金額(7月分)	1万7000円
前納金額(8月分)	1万7000円
前納金額(9月分)	1万7000円
前納金額(10月分)	1万7000円
前納金額(11月分)	1万7000円
前納金額(12月分)	1万7000円
前納金額(13月分)	1万7000円
前納金額(14月分)	1万7000円
前納金額(15月分)	1万7000円
前納金額(16月分)	1万7000円
前納金額(17月分)	1万7000円
前納金額(18月分)	1万7000円
前納金額(19月分)	1万7000円
前納金額(20月分)	1万7000円
前納金額(21月分)	1万7000円
前納金額(22月分)	1万7000円
前納金額(23月分)	1万7000円
前納金額(24月分)	1万7000円
前納金額(25月分)	1万7000円
前納金額(26月分)	1万7000円
前納金額(27月分)	1万7000円
前納金額(28月分)	1万7000円
前納金額(29月分)	1万7000円
前納金額(30月分)	1万7000円
前納金額(31月分)	1万7000円
前納金額(32月分)	1万7000円
前納金額(33月分)	1万7000円
前納金額(34月分)	1万7000円
前納金額(35月分)	1万7000円
前納金額(36月分)	1万7000円
前納金額(37月分)	1万7000円
前納金額(38月分)	1万7000円
前納金額(39月分)	1万7000円
前納金額(40月分)	1万7000円
前納金額(41月分)	1万7000円
前納金額(42月分)	1万7000円
前納金額(43月分)	1万7000円
前納金額(44月分)	1万7000円
前納金額(45月分)	1万7000円
前納金額(46月分)	1万7000円
前納金額(47月分)	1万7000円
前納金額(48月分)	1万7000円
前納金額(49月分)	1万7000円
前納金額(50月分)	1万7000円
前納金額(51月分)	1万7000円
前納金額(52月分)	1万7000円
前納金額(53月分)	1万7000円
前納金額(54月分)	1万7000円
前納金額(55月分)	1万7000円
前納金額(56月分)	1万7000円
前納金額(57月分)	1万7000円
前納金額(58月分)	1万7000円
前納金額(59月分)	1万7000円
前納金額(60月分)	1万7000円
前納金額(61月分)	1万7000円
前納金額(62月分)	1万7000円
前納金額(63月分)	1万7000円
前納金額(64月分)	1万7000円
前納金額(65月分)	1万7000円
前納金額(66月分)	1万7000円
前納金額(67月分)	1万7000円
前納金額(68月分)	1万7000円
前納金額(69月分)	1万7000円
前納金額(70月分)	1万7000円
前納金額(71月分)	1万7000円
前納金額(72月分)	1万7000円
前納金額(73月分)	1万7000円
前納金額(74月分)	1万7000円
前納金額(75月分)	1万7000円
前納金額(76月分)	1万7000円
前納金額(77月分)	1万7000円
前納金額(78月分)	1万7000円
前納金額(79月分)	1万7000円
前納金額(80月分)	1万7000円
前納金額(81月分)	1万7000円
前納金額(82月分)	1万7000円
前納金額(83月分)	1万7000円
前納金額(84月分)	1万7000円
前納金額(85月分)	1万7000円
前納金額(86月分)	1万7000円
前納金額(87月分)	1万7000円
前納金額(88月分)	1万7000円
前納金額(89月分)	1万7000円
前納金額(90月分)	1万7000円
前納金額(91月分)	1万7000円
前納金額(92月分)	1万7000円
前納金額(93月分)	1万7000円
前納金額(94月分)	1万7000円
前納金額(95月分)	1万7000円
前納金額(96月分)	1万7000円
前納金額(97月分)	1万7000円
前納金額(98月分)	1万7000円
前納金額(99月分)	1万7000円
前納金額(100月分)	1万7000円



国民健康保険税 仮徴収額決定通知書の発送

国民健康保険税(国保税)を年金からの天引き(特別徴収)で納めている方へ、3月中旬に仮徴収額決定通知書を発送します。

4月・6月・8月は「仮徴収期間」として算定した国保税を納めていただくこととなります。

仮徴収期間年間税額は、毎年7月に課税年度の前年中の所得などを基に算定して決定します。そのため、年間税額が決定するまでは「仮徴収期間」として、同年2月と同額の国保税を、4月・6月・8月に納付していただきます。7月に年間税額が決定した後は、仮徴収期間に納めた額との差額を、10月・12月・翌年2月の3回で納付していただくこととなります。

口座振替への変更年6回の年金支給月に国保税が天引きされますが、口座振替に限り納付方法の変更が可能です。

変更を希望する方は、①口座番号の分かる物またはキャッシュカード②口座の届け出印③被保険者証を持参の上、保険年金課窓口でお手続きください

同課国民健康保険係 ☎042・470・7733



市庁



児童扶養手当を 振り込みます

4年1月～2月分の児童扶養手当を指定預金口座へ振り込みます。金融機関によっては入金が遅れる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

振込予定日 3月14日(月)
児童青少年課助成支援係 ☎042・470・7736



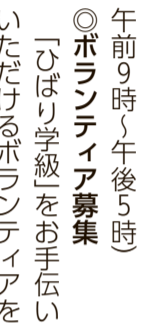
障害者青年教室 「ひばり学級」

障害のある青年層を対象に、絵ががみ・フラダンス・クリスマス会・太鼓教室などを盛り込んだ教室を開催しています。同じ学級の仲間やボランティアの皆さんと一緒に楽しい時間を過ごしませんか。

日 4年4月～5年3月の年9回予定。日曜日午前10時～正午

場 生涯学習センター他
市内在住・在勤の16～30歳の障害がある方で、身の回りのことと一人で会場へ通うことができる方

定 若千名
費 年間活動費1000円
申 3月1日(火)～11日(金)に市文化協会へ電話 ☎042・477・4700、または直接同協会へ(受け付けは平日



認知症サポーター 養成講座

認知症は誰でもかかる可能性のある病気です。たとえ認知症になっても、地域のサポートがあれば、住み慣れた地域で暮らすことができます。認知症を正しく理解し、認知症の方やご家族をあたためたい目で見守る「応援者」として認知症サポーター養成講座を受講しませんか。認知症の予防方法も一緒に学びます。在宅介護支援センター主催。

日 3月15日(火)午後2時～4時(1時半から受け付け)
場 市民プラザホール(市役所1階)

内 認知症の正しい理解や接し方、サポーターとしてできることなど

対 市内在住・在勤の方で同講座を受講したことがない方

定 先着20人
費 無料

他 受講修了者には「認知症サポーターカード」を差し上げます

注 手話通訳が必要な方は申込時に必ずお伝えください

申 3月1日(火)～10日(木)に在宅介護支援センター ☎042・479・0800、またはFAX ☎042・479・0801

へ (4面へ続く)

午前9時～午後5時)
◎ボランティア募集
「ひばり学級」をお手伝いいただけるボランティアを募集しています。市内・外や年齢を問わず、どなたでも参加できます。ご都合の良い日にご協力ください。
申 同電話で同協会へ

日曜臨時窓口の事務一覧

担当課	取り扱う事務	取り扱わない事務
市民課	<ul style="list-style-type: none"> ◎住民異動届の受け付け 転入・転居・転出・世帯変更など(国外からの転入は、受け付けできない場合あり) ◎印鑑登録の申請受け付け ◎各種証明書の発行 住民票・印鑑登録証明書・戸籍の附票・戸籍全部事項証明書(戸籍謄本)・戸籍個人事項証明書(戸籍抄本)など ◎住居表示の申請受け付け ◎マイナンバー(個人番号)カードに関する手続き ※同カードの交付については、完全予約制で行い、カードは後日郵送します。 ◎マイナンバーカードの申請サポート 無料の写真撮影等の申請に関する支援(完全予約制) 	<ul style="list-style-type: none"> ◎マイナンバーカード・住基カードを利用した転入・転出手続き、住民票の広域交付、旧姓(旧氏)登録手続き ◎臨時運行許可(仮ナンバー貸与) ◎戸籍異動に伴う住民異動届など、他市区町村への照会を必要とするもの
保険年金課	<ul style="list-style-type: none"> ◎国民健康保険の資格取得・喪失に関する届 ◎高額療養費の支給申請など各種申請書受け付け ◎後期高齢者医療制度の手続きに関する届 ◎国民年金第1号被保険者の資格取得等の届 	◎日本年金機構および他市区町村への照会を必要とするもの

3月27日、4月10日の日曜臨時窓口

住民異動が集中する3月下旬～4月上旬の窓口混雑緩和などのため、日曜臨時窓口を開設します。取り扱う事務は、右表の通りです。

場 市民課 ☎042・470・7722または保険年金課 ☎042・470・7732

日 3月27日(日)、4月10日(日)のいずれも午前9時～午後4時

場 市民課・保険年金課(市役所1階)

※本庁舎のみ開設します。上の原・ひばりが丘・滝山の各連絡所は開設しません



市庁

◎マイナンバー(個人番号)カードに関する手続き
完全予約制で行います。

予約受付開始日時 3月15日(火)午前9時

予約方法 次のいずれかの方法で予約してください

①専用コールセンター ☎0120・0178・33(午前8時半～午後5時(土曜・日曜日、祝日を除く)) ②専用予約サイト(24時間対応)

注 予約枠が埋まり次第受け付け終了。詳細は市庁または電話で確認を

軽自動車税(種別割)の申告(手続き)は3月中に

軽自動車税(種別割)は毎年4月1日(賦課期日)現在、原動機付自転車、軽自動車などを所有している方に課税されます。使用してなくても所有している方、廃車や所有者の変更の手続きをしていない方は所有しているとみなされ課税されますので、4月1日までに取扱窓口で手続きをしてください。月割り課税制度はありません。

取扱窓口 車両によって取扱窓口や必要書類が異なります(下表参照)

注 手続きには来庁する方の身分を証明するもの(運転免許証、マイナンバーカードなど)が必要です

場 市庁または課税課市民税係 ☎042・470・7777(内線2331・2332)



市庁

軽自動車などの申告(手続き)場所

車両の種類	申告(手続き)場所
原動機付自転車	総排気量125cc以下 ミニカー50cc以下 東久留米市役所 課税課市民税係 ☎042・470・7777
小型特殊自動車	農耕作業用 その他 (内線2331・2332)
軽自動車	三輪 軽自動車検査協会 東京主管事務所多摩支所 〒183-0003
	四輪 府中市朝日町3-16-22 ☎050・3816・3104
	二輪(125cc超250cc以下) 関東運輸局東京運輸支局 多摩自動車検査登録事務所 〒186-0001
二輪の小型自動車(250cc超)	国立市北3-30-3 ☎050・5540・2033

軽自動車税(種別割)Q&A

Q 車両がないのに「軽自動車税(種別割)納税通知書」が届くのはなぜ?

A 軽自動車税(種別割)は、4月1日(賦課期日)現在、原動機付自転車、軽自動車等を所有している方に課税されます。したがって、手続きを行った日付によって、その年度の軽自動車税(種別割)の賦課が決定されます。手続きした日付を確認してください。



▼知人に譲っている = 4月1日以前に譲ったにもかかわらず納税通知書が届いている場合は、譲り受けた方が名義変更の手続きをしていないことが考えられます。譲り受けた方に手続きした日付を確認してください。

▼既に廃車手続きをしている = 軽自動車や125ccを超える2輪の小型自動車などの場合、軽自動車検査協会や運輸支局で手続きした際の書類が市に届いていないことが考えられます。課税課にご連絡ください。

▼解体が終わっている = 4月1日以前に業者に依頼して解体した場合も、廃車手続きをしていないことがあります。業者に手続きした日付を確認してください。

Q 平日に市役所へ行けない場合の原動機付自転車(125cc以下)の廃車手続き方法は?

A 同一世帯の親族の方は納税義務者に代わって手続きができます。その他の方が来庁される場合は、委任状が必要です(書式は市庁からも取得可)。廃車の手続きは、郵送でも受け付けますので、課税課にご連絡ください。



(3面から続く)

認知症介護者家族会

認知症の方を介護するご家族の方、「介護で疲れているのに、相談できる人がいない」他の方はどうやって接しているのだろうか」など、日々の不安や心配事などを気軽に話しに来ませんか。対象の地域を確認し、担当の地域包括支援センターにお申し込みの上、ご参加ください。

費用無料

◎東部地域にお住まいの方

対上の原・神宝町・金山町・氷川台・大門町・東本町・新川町・浅間町・小山

日場 3月19日(土)午後1時15分～2時45分。東部地域センター会議室2

◎中部地域にお住まいの方

対本町・幸町・中央町・南沢・学園町・ひばりが丘団地・南沢・中央町

日場 3月14日(月)午後1時15分～2時半。中央地区センター第1会議室

◎西部地域にお住まいの方

対前沢四・五丁目・滝山・野火止・八幡町・柳窪・弥生・下里

日場 3月28日(月)午後1時15分～2時半。西部地域センター講習室2

◎西部地域包括支援センター

対前沢四・五丁目・滝山・野火止・八幡町・柳窪・弥生・下里

日場 3月28日(月)午後1時15分～2時半。西部地域センター講習室2

◎西部地域包括支援センター

対前沢四・五丁目・滝山・野火止・八幡町・柳窪・弥生・下里

日場 3月28日(月)午後1時15分～2時半。西部地域センター講習室2

◎西部地域包括支援センター

対前沢四・五丁目・滝山・野火止・八幡町・柳窪・弥生・下里

日場 3月28日(月)午後1時15分～2時半。西部地域センター講習室2

◎西部地域包括支援センター

対前沢四・五丁目・滝山・野火止・八幡町・柳窪・弥生・下里

日場 3月28日(月)午後1時15分～2時半。西部地域センター講習室2



住環境

ごみの収集日

ごみと資源物は、決められた収集日の当日、午前8時半までに出してください。土曜・日曜日の収集はお休みです。小型廃家電類を除く全品目が、戸別収集です。

◎平日のごみ収集日

Table with columns for Region (東地区, 西地区) and Day (曜日), listing collection items like plastic, paper, and metal.

◎ごみの収集日などの確認は市ホームページで



地震に備えよう

近年の地震被害調査では、負傷者の3～5割の方が、屋内において家具類の転倒・落下・移動によって負傷しています。今年で東日本

大震災から11年が経ちますが、一人一人が防災意識を持ち続け、常に備えておくことが重要です。

▼家具類の転倒・落下・移動防止対策

避難の支障がないように対策を講じる▼身の安全の備えに割れたガラスによるけがを防ぐため、ガラス戸などに飛散防止フィルムを貼る▼非常用品の準備

詳しくは東京消防庁

詳しくは東京消防庁を閲覧ください。東京消防庁公式アプリ

楽しい春休み

子どもたちを犯罪から守るため、防犯標語「いかのおすし」をおすしを子どもたちに話してください。

「いかのおすし」

知らない人にはついていかない、知らない人の車にのらない、助けてとおおごえをだす、近くのおとなに知らせる

元気に新学期を迎えられるよう、「いかのおすし」を守りましょう。大人の「光らせて」人の親の目 地域の目で



お知らせ

第1回市議会定例会

令和4年第1回市議会定例会が3月1日(火)～28日(月)の日程で開催される予定です。市長の所信表明演説が3月1日(火)、所信表明に対する総括代表質問が3日(木)、一般質問が7日(月)～10日(木)、常任委員会が14日(月)～16日(水)、予算特別委員会が17日(木)～24日(木)の予定です(いずれも土曜・日曜日、祝日は休会)。

4年度放課後講座

生涯学習センターでは子どもたちの居場所づくりとして、月1回行っている「放課後講座」について、4年度に実施する講座の市民講師を募集します。培ってきた知識や技術を子どもたちに伝えてみませんか。

市民自主企画講座の開催を支援します

地域で自主的に活動している生涯学習グループを育成するため、各グループが企画・運営し、外部から講師を招いて開催する講座に對し、開催費用の一部を支援します。ぜひご利用ください。

対歴史・経済・政治・文学・教育・家庭教育・文化など、主に市内で活動している学習グループやサークルが開催する講座で、7月1日(金)～5年3月15日(水)に開催するもの

都では、都内商店街の優れた取り組みを表彰・紹介

3年度は、市内の「まえ

環境フェスティバル出展者募集

6月(環境月間)に開催する環境フェスティバルは、今年で26回目を迎える市内最大規模の環境イベントです。前回は、コロナ禍の中、動画配信やブックレットを配布し、参加団体の活動内容を紹介しました。皆さんの日頃の環境に関する活動や取り組みを広く知ってもらえる機会です。ぜひご出展ください。

日時と会場

- ①事前説明会=5月17日(火)午後6時から2時間程度。市役所
②環境フェスティバル前日準備日=6月17日(金)。生涯学習センター
③環境フェスティバル当日=6月18日(土)～19日(日)。生涯学習センター

応募資格①～③のいずれにも参加できること

対テーマ「あなたの手で！未来は変わる 環境フェスタ」に沿った環境に関する展示やイベントなどの実施が可能な、市内在住の個人または市内に事業所を有する団体・事業者・学校など
他会場スペースの都合上、展示やイベントを調整させていただくことがあります。感染状況により、規模の縮小や内容の変更、中止する場合があります。来場者への景品配布は行いません

申 3月15日(火)までに(必着)、「環境フェスティバル出展希望」と明記し、団体(個人)名・代表者名・担当者名(ふりがな)・所在地(住所)・電話番号・メールアドレス(お持ちの方)・出展テーマ(15字以内)、参加形態(パネル展示、手作りひろば、動画など)を記入の上、〒203-8555、市役所環境政策課宛てに郵送、☎(kankyoseisaku@city.higashikurume.lg.jp)、FAX(042・470・7809)、直接同課(市役所5階)へ持参のいずれかの方法でお申し込みください。出展の詳細は別途お知らせします

問同課☎042・470・7753



同協会☎

東京商店街グランプリ

都では、都内商店街の優れた取り組みを表彰・紹介

3年度は、市内の「まえ



市☎

男女共同参画 アンケート結果報告

「男女平等・共同参画に関するアンケート調査の結果を公表します。」

市では、平成28年度に策定した「東久留米市男女平等推進プラン」の進捗状況を把握するとともに、次期計画策定の基礎資料とするため、市内在住の18歳以上の方の中から2000人を無作為に抽出し、3年9月中旬にアンケート調査を実施しました。

その内容を2月28日から市HP、市政情報コーナー(市役所1階)で公表しています。



市HP

男女共同参画 係 042・470・7738

職員募集

4年度 学校職員(栄養士)

市教育委員会では、学校給食を管理する栄養士(会計年度任用職員アシスタント職)を募集します(登録制)。

任用期間 4月1日～5年3月31日

勤務時間 勤務校給食実施日の午前10時～午後1時45分(昼休憩なし)

勤務場所 第一・第三・第六・第七・南町小学校のいずれかで学務課が指定する学校

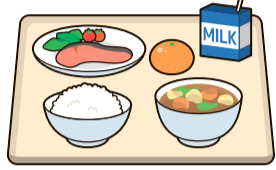
勤務内容 小学校給食のアレルギー管理など

応募資格 栄養士免許有資格

報酬など 時給1190円(別途、通勤手当と期末手当の支給は市の規定による)

申請書類 履歴書(写真貼付)を、〒203-8555、市役所学務課宛て郵送または同課(市役所6階)へ持参を

同課係 係 042・470・7779



官公署 など

個別無料税務相談会

相続税・贈与税・所得税など、さまざまな税の相談について税理士がお答えします。時間に制限がありませんので、複雑な相談は別途有償で税理士にご依頼ください。

毎月2～3回、水曜日午前10時～午後4時

東京税理士会東村山支部(東村山市本町1-20-27)



東京税理士会東村山支部

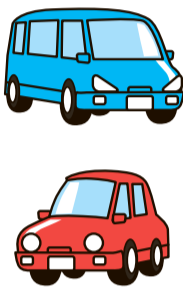
自動車の変更登録

引越しをしたときは、管轄の運輸支局または自動車検査登録事務所まで自動車の

変更登録の手続きが必要で

す。手続きが遅れると、自動車税種別割の納税通知書が届かないなどのトラブルの原因となります。

やむを得ず手続きが遅れる場合は、電子申請や電話などにより、納税通知書の新しい送付先住所をお知らせください。



有償家事援助活動 「ふれあいサービス」

「ふれあいサービス」は高齢者や障害者、産前産後でお困りの方が、住み慣れた家で、自立した生活ができるように行われる助け合い活動です。空いている時間で家事などのお手伝いができる方(協力会員)を募集しています。説明会を随時開催していますのでお気軽にご連絡ください。

謝金月曜～土曜日の午前9時～午後5時が1時間当たり800円。その他の日時は1時間当たり1000円

対18歳以上で心身ともに健康な方

費年会費1000円以上

甲南市社会福祉協議会ふれあいサービス 042・473・0294

国家公務員採用試験

人事院は4年度に次の採用試験を行います。

卒程度) 受付期間 3月18日(金)～4月4日(月) 1次試験日 4月24日(日)

一般職試験(大卒程度) 受付期間 3月18日(金)～4月4日(月) 1次試験日 4月12日(日)

一般職試験(高卒者、社会人(係員級)) 受付期間 6月20日(月)～29日(水) 1次試験日 9月4日(日)



人事院HP

4年度自衛官等の各種試験案内

一般曹候補生(現場で働くスペシャリスト希望の方) 応募資格 18歳以上33歳未満の方 受付期間 3月1日(火)～5月10日(火) 試験日 5月20日(金)～29日(日) のいずれか1日

自衛官候補生(現場で働くスペシャリスト希望の方) 応募資格 18歳以上33歳未満の方 受付期間 2年間を通じて実施 試験日 受付時にお知らせ

一般幹部候補生(将来のリーダー希望の方) 応募資格 大卒程度(見込み含む)が22歳以上26歳未満の方、院卒者見込み含むが20歳以上28歳未満の方 受付期間 1回目 3月1日(火)～4月14日(木) 2回目 3月1日(火)～6月16日(日) 試験日 1回目 4月23日(土)・24日(日) (パイロット要員含む)、2回目 6月25日(土) (見込み含む)

市民伝言板

◆東久留米市ラジオ体操連盟 毎日午前6時10分～7時 不動橋広場、滝山公園、本村小学校など6カ所 会費年1,200円 初心者歓迎。正しいラジオ体操、練功十八法を身につけ健康維持 042・471・5742

市民伝言板

◆HIPHOPダンス(アリアンテダンスクラブ) 毎週土曜日午前9時20分～11時20分 他場 スポーツセンター 会費月4,100円 他場 小学生を中心に、幼稚園児・中学生も在籍してダンスを楽しんでいます 090・4741・4422

市民伝言板

◆東久留米市山岳連盟 月2～3回。土曜または日曜日午前6時～午後6時 他場 奥武蔵、秩父、奥多摩などの山々 入会金500円、会費月700円 他場 近郊の山々より山歩きを始めましょう。リフレッシュに最適です 090・4675・7148

市民伝言板

◆健康麻雀(NPO法人健康遊技たんぼぼ) 毎週月曜・金曜日午前10時～午後5時 他場 スポーツセンター、柳泉園グランドパーク 費1回500円 他場 やる気があればどなたでも大歓迎。頭と手を使う頭脳スポーツ 麻雀 080・4670・1110

市民伝言板

◆歴史を語る会 隔月1回。午後1時～3時 場 生涯学習センター 費1回600円 他場 3月23日(水)はラストエンペラー、講師は近藤幸徳 042・473・8626

市民伝言板

◆リトミックTittut 月2回。月曜日午前10時～10時40分 他場 生涯学習センター 入会金1,500円、会費1回500円 他場 1～3歳児の親子を対象にリトミック&えいご絵本でリズム遊び 080・5021・1794

◆整体ヨガ(リラックス健康体操(女性)) 月3回。日曜日午後1時半～3時 場 西部地域センター 入会金1,000円、会費月2,500円 他場 たった7秒の楽ちんヨガ。椅子や布団の上で手軽に。手足のツボなど 042・475・8250

◆ママのための子宮美人ヨガサークル 月1回。第2金曜日午前10時～正午 場 南町地区センター 会費月1,500円 他場 お子さま同伴OK。産後の方は3カ月から 090・7238・7652

◆現代英語学習会 原則月4回。土曜または日曜日午前10時15分～11時45分 場 東部地域センター 会費月2,000円 他場 BBCやAPなどの記事を読み、現代英語を学ぶ中級後半レベルです 042・473・2095

催し

◆おちゃわりサイクル(おちゃわりサイクルの会) 3月6日(日)午前11時～午後2時半 場 東久留米ショッピングセンター 無料 他場 いらぬモノをお持ちください。欠けていてもOK 042・473・8815

◆リサイクルイベント(きぼう工房リユース推進会) 3月12日(土)午前10時～午後4時 場 市役所1階屋内ひろば 無料 他場 使わなくなったパソコン(現地でデータ消去)・家電・日用品をお持ちください 042・420・1764

◆高校生が描いた原爆絵画展(西都保健生協東久留米) 3月31日(木)午前10時～午後4時 場 市民プラザホール(市役所1階) 無料 他場 市民どなたでも参加できます。お気軽においでください 042・474・7992

観光ページに バナー広告を掲載しませんか?

東久留米市は竹林公園や南沢湧水群などの水と緑に恵まれた土地であり、マンガ「ブラック・ジャック」を通じた地域振興など、新たな取り組みにも挑戦しています。市の観光・産業を盛り上げるために、観光情報ページのトップページにバナー広告を掲載しませんか。基準 公共性と品位を損なわないもの。政治・宗教活動、意見広告と個人宣伝は除きます

規格 縦60ピクセル、横150ピクセル。50キロバイト以内。GIF形式。「観光情報ページ」に表示します。詳細や掲載場所は、市HPからご覧ください。広告デザインは広告主で作成していただきます

掲載期間 1カ月単位で5年4月分まで

掲載料 1枠当たり月1万2,000円

申請 随時募集中。所定の申込書に必要事項を記入の上、産業政策課振興企画係へ提出してください。申込書は市HPから取得できます 042・470・7743



掲載場所は こちら



市HP

市HPの観光情報ページ