

ふたご・みつごの交流会

日①7月26日(金)②9月26日(木)③11月12日(火)④令和7年1月29日(水) 開午前10時30分～11時30分
所①文化会館たづくり西館保健センター3階②西部児童館③東部児童館④子ども家庭支援センターすこやか
対市内在住の生後2カ月以降の双子・三つ子と保護者(妊婦も含む) 定申し込み順5組程度
申電話で健康推進課☎042-441-6081

「調布子どもエコクラブ」 会員募集

申し込みフォーム



開年4回程度(土・日曜日、祝日)
第1回:竹細工と流しそうめん
第2回:枯れ木と落ち葉で秘密基地
第3回:クリスマスツリー作り
第4回:自然やりサイクルの体験遊び



対市内在住・在学の小・中学生(小学3年生以下は保護者同伴) 定20人(多数抽選)

費内容により材料費など実費負担あり 定登録を希望する子どもの氏名(ふりがな)、住所、電話番号、Eメールアドレス、学校名、学年、保護者氏名を明記し、7月4日(木)までに申し込みフォームから申し込み※抽選結果は7月14日(日)までにEメールで通知
開環境政策課☎042-481-7086

野遊びくらぶEメールnoasobichofu@gmail.com

歯科矯正相談

日8月23日(金)午後 所文化会館たづくり西館保健センター2階 対3歳～中学生と保護者
開6月25日(火)午前9時から電話で健康推進課☎042-441-6081

子ども家庭支援センターすこやか 専用HPあり
〒182-0022 国領町3-1-38 ココスクエア2階
☎042-481-7733(午前9時～午後5時)

●多胎児ちゃんあつまれ～！(仮)

日6月30日(日)午前10時30分～11時30分
対多胎児と保護者・多胎妊婦とパートナー
開リトミック・楽器あそび・お話タイム
定当日直接すこやか。詳細はすこやかHP参照

●ファミリー・サポート・センター事業説明会

子育てを手伝ってほしい方(依頼会員)と手伝える方(協力会員)を結ぶ事業です。
協力会員による保育園や学童クラブへの送迎などの援助に対して、1時間当たり700円(休日、早朝・夜

間は900円)が依頼会員から支払われます。
日7月6日(出)午前10時～11時 定申し込み順30人
開当日登録する場合は会員登録する方の写真(縦3cm×横2.5cm)2枚

開電話、Eメール(要確認)または直接すこやか

●小児科医による健康相談

日7月10日(水)午前10時30分～11時30分
開貫井清孝(すこやか協力医) 定申し込み順5人
開電話または直接すこやか 定治療行為は行いません

●サンデーコロバン

日7月28日(日)午前10時～11時30分(受付10時～10時15分) 対市内在住で令和5年7月1日～令和6年4月28日生まれの子どもと保護者 定30組程度(多数抽選)
開よだれ掛け(表面に大きく名前を明記)、母子健康手帳、バスタオル 日6月21日(金)午前9時～27日(休)午後5時に、Eメール(要確認)で申し込み



自宅に風呂のない方などに入浴券を交付

対市内在住の70歳以上のみの世帯で次の①②いずれかに該当する方①介護保険法に基づく要介護1以上の認定を受けておらず、自宅に入浴設備がない※申請後、職員が現地調査②介護保険法に基づく非該当、要支援1・2の認定を受けていて、身体的状況などで自宅の風呂を使用できない※公衆浴場まで自力で往復できない方、生活保護世帯に対する入浴料金助成事業の対象となる方、入院中または施設入所中の方は対象外
日7月1日(月)から1年間、調布市と狛江市の公衆浴場で利用できる入浴券を交付(年間36枚)

開無料 開本人確認書類(マイナンバーカードや健康保険証など)
開開6月20日(休)から直接高齢者支援室(市役所2階。代理人不可)☎042-481-7150

慈恵ガジュまる教室「脱水と熱中症～正しく知って予防につなげる～」

日6月29日(出)午後2時～3時 所東京慈恵会医科大学附属第三病院看護学大講堂

開近隣にお住まいの方 開泉 祐介(東京慈恵会医科大学附属第三病院医師)

定申し込み順60人 開500円(当日持参)
開申し込みフォームから申し込み

開東京慈恵会医科大学附属第三病院慈恵第三健康推進センター事務局☎03-3480-1151(高齢者支援室)



居場所探訪プロジェクト報告会～どうやってそこは「居場所」になったのか～

20カ所ほどの居場所活動を訪問してきた集大成として、活動実践者と講師から定義や考え方・意味など、それぞれの「居場所」について話します。

日7月6日(出)午後1時30分～4時30分
所市民プラザあくろす3階ホール1・2

開①田中東朗(POSTO代表)②熊谷沙羅(川の図書館代表)③大木智恵子(しばさき彩ステーション代表)と利用者による活動報告会

開潤田信一(東京都立大学准教授)
定申し込み順60人

開申し込みフォームから申し込み
開市民活動支援センター☎042-443-1220
(社会福祉協議会)



認知症サポーター養成講座

日7月10日(水)午前10時～11時30分 所文化会館たづくり8階映像シアター 対市内在住・在勤・在学の方
定申し込み順50人 開無料

開受講者に「認知症サポーターカード」を進呈
開開(公財)調布ゆうあい福祉公社☎042-481-7711

調布ゆうあい福祉公社 相談事業

専用フォーム



●弁護士による法律相談

日7月11日(木)午前10時30分～正午

●内科医師による健康相談

日7月18日(水)午後1時30分～3時

●精神科医師による個別相談

日7月23日(火)午前10時30分～正午

●A～C共に

定各申し込み順2人(1人40分) 開無料

開開前日までに電話または専用フォームで(公財)調布ゆうあい福祉公社☎042-481-7711

10の筋力トレーニング おさらい会

日7月17日(水) 開初級:午後1時45分～2時15分、中級:2時25分～3時、上級:3時10分～3時30分

開深大寺地域福祉センター大集会室
開65歳以上で要支援・要介護の認定を受けていない市民※医師から運動制限を受けている方は医師に相談の上参加

開リハビリ専門職 定申し込み順25人

開無料 開飲み物

開開6月21日(金)から電話で高齢者支援室

☎042-481-7150

介護教室参加者募集

日①7月22日(月)②29日(月) 開午前10時～正午
開深大寺東町2-23-5メディカルビル2階

開①歯の健康を守るためには～歯科治療と口腔ケアについて～②オーラルフレイルってなに?～嚥下機能と栄養について～

開もぐもぐクリニック歯科医師・歯科衛生士

定各回申し込み順20人 開無料

開開電話で地域包括支援センターはなみずき

☎042-441-5763(高齢者支援室)

大人の塗り絵講座

日7月19日(金)午後2時～4時

開市民プラザあくろすホール1 開65歳以上の市民
開初めての方でも上手に仕上げられる塗り絵のこつや楽しみ方 開サクラクレパス認定講師

定申し込み順30人 開無料 開ビニール袋

開開6月21日(金)から電話で高齢者支援室

☎042-481-7150

後期高齢者医療の被保険者の方へ 7月12日(金)に後期高齢者医療保険料額決定通知書を発送

開開保険年金課
☎042-481-7148

保険料の納付方法は、特別徴収と普通徴収の2通りあります。

※保険料の算出方法は市HPを要確認

市HP



特別徴収(年金天引き)の方

手続きをすることで特別徴収を中止し、普通徴収(口座振替)に変更できます(保険年金課へ要申請)。

※口座振替の名義人は、被保険者本人以外も可。本人以外の口座にした場合、確定申告の社会保険料控除は口座名義人に適用

開特別徴収の方や10月に普通徴収から特別徴収に変わる方で口座振替を希望する場合は、7月31日(火)までに手続きをすれば10月の特別徴収から切り替え可

普通徴収(納付書払いまたは口座振替)の方

納付書払いの方には便利な口座振替をお勧めします。事前に金融機関へ「口座振替依頼書」の提出が必要です。

※後期高齢者医療制度加入前に調布市国民健康保険の口座振替をしていた方も、制度が異なるため改めて口座振替の手続きが必要

医療費の還付金詐欺にご注意

市職員をかたる者から、電話で「保険料の還付があります」などと銀行などのATMで操作するよう誘導され、被害に遭う事例が多発しています。

還付に関することは該当する方に書面でお知らせしています。不審な電話があった時は、すぐに指示に従わず、警察や市役所にご相談ください。