

認知症サポーター養成講座

日 1月27日(金)午後2時～3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30人 費 無料
他 受講者に「認知症サポーターカード」を進呈
申 調布(公財)調布ゆうあい福祉公社 ☎481-7711

ケアラーを支えるための講座
～介護で孤立しない地域を作ろう～(全4回)

介護の知識や情報、経験談の共有などを通して、ケアラー同士が支えあうことについて考えます。
期 ①2月3日(金)②10日(金)③17日(金)④24日(金)
時 午後1時～2時30分
所 クオール薬局調布店(小島町1-35-13)
対 介護・看護経験者 定 申し込み順10人 費 無料
申 調布(公財)調布ゆうあい福祉公社 ☎481-7711

こころの健康講演会「ストレスと、うまくつきあうために」～認知行動療法～



近年、注目されている認知療法の日本における第一人者である講師をお招きしご講演いただきます。
日 2月4日(出)午後2時～4時(1時30分開場)
所 こころの健康支援センター2階こかげ
講 大野 裕(精神科医、大野研究所所長)
定 会場受講：申し込み順50人 費 無料
申 会場受講：12月21日(火)～1月31日(火)に電話で申し込み。オンデマンド(動画)配信：12月21日(火)～2月4日(出)に申込フォームから申し込み
他 オンデマンド配信は3月1日(火)～31日(金)に視聴可
申 調布(公財)調布ゆうあい福祉公社 ☎490-8166

高齢者家事援助ヘルパー養成研修



期 2月9日(休)～15日(休)のうち平日7日間(別途、実習を3時間程度と事業所説明会を実施)
所 文化会館たづくり9階研修室 対 介護分野への就労を志している市民 定 申し込み順25人 費 無料
申 調布(公財)調布ゆうあい福祉公社 ☎03-5901-3061・☎03-5901-3062(平日午前9時～午後5時(12月29日(休)～1月3日(火)を除く)) (高齢者支援室)

冬の特別講習会「視覚に障がいのある方のためのスマホ講習会」



日 2月13日(月)午後1時30分～3時30分
所 総合福祉センター4階生活支援室 対 市内在住の視覚に障害のある方と家族 定 5人(多数抽選)
費 無料 他 初心者向け。iPhone使用
申 調布(公財)調布ゆうあい福祉公社 ☎490-6675 (社会福祉協議会)

65歳からの健康づくり健診

日 2月21日(火)午後※時間は申し込み後、個別に連絡
所 文化会館たづくり12階大会議場
対 65歳以上で要介護・要支援・総合事業対象者認定を受けておらず、医師から運動制限の指示がない市民
内 生活習慣に関する18項目の問診と体力測定
定 申し込み順60人
申 調布(公財)調布ゆうあい福祉公社 ☎481-7150

暮らしの情報



税金・保険・年金

市民課・保険年金課・納税課の休日窓口

期 12月25日(日)、1月14日(出)・22日(日) 時 午前9時～午後1時 他 1月22日(日)は、マイナンバーカード・電子証明書に関する手続きは不可(市役所101会議室は開設しません)。保険年金課は国民健康保険のみ取り扱い
申 調布(公財)調布ゆうあい福祉公社 ☎481-7041～5、保険年金課(市役所2階) ☎481-7052、納税課(市役所3階) ☎481-7214～20

マイナンバーカード休日窓口

日 1月29日(日)午前9時～午後1時
所 市民課(市役所2階)、マイナンバーカード第2窓口(市役所1階101会議室)、神代出張所
内 マイナンバーカード受け取り、マイナポイント支援(市民課のみ) ※ほかの市民課手続きは不可
申 各手続きに必要な物は市調布参照
他 市民課は予約優先(12月20日(火)から受け付け開始)。神代出張所は事前予約(12月22日(休)から受け付け開始。定員20人)でマイナンバーカードの受け取り可
申 調布(公財)調布ゆうあい福祉公社 ☎481-7041～3、予約システムまたは電話で調布市マイナンバーコールセンター ☎0570-00-7211(つながらない場合 ☎03-5427-3272)、神代出張所 ☎481-7600

マイナンバーカードを利用したコンビニ交付サービス停止

期 1月18日(火)※全国一斉のシステムメンテナンスのため、終日利用不可
申 調布(公財)調布ゆうあい福祉公社 ☎481-7041～3

償却資産の申告期限は1月31日(火)

対 令和5年1月1日時点で、市内に耐用年数が1年以上の事業用償却資産を所有している個人・法人

【申告の対象となる事業用償却資産の例】
構築物/屋外駐車場の舗装路面、庭園、緑化施設など
機械と装置/各種製造設備などの機械と装置など
船舶・航空機/ボート、遊覧船、飛行機、ヘリコプターなど
車両と運搬具/大型特殊自動車、フォークリフトなど(自動車税、軽自動車税の対象となるものは除く)
工具・器具と備品/事務用機器、自動販売機など
詳細は市調布参照。事業用償却資産の課税標準額の合計額が150万円未満の事業者は課税されませんが、申告が必要。電子申告(eLTAX)の利用可
申 調布(公財)調布ゆうあい福祉公社 ☎481-7207 電子申告/地方税共同機構(エルタックスヘルプデスク) ☎0570-081459(つながらない場合は ☎03-5521-0019)

認定長期優良住宅に対する固定資産税(家屋)の減額

長期優良住宅の認定を受け、令和6年3月31日までに住宅を新築した場合、申請することで当該家屋の固定資産税が減額されます(一定要件あり)。
申 調布(公財)調布ゆうあい福祉公社 ☎481-7208・9に郵送または持参



住まい・街づくり・環境

北部地域の地域公共交通に関するアンケート調査にご協力ください



調査方法/調査票を対象世帯に市報12月20日号と共にポストイン
申 深大寺北町・深大寺東町にお住まいの方
返送方法/1月10日(火)(消印有効)までにアンケート調査票を同封の返信用封筒で返送または回答フォームから回答
申 調布(公財)調布ゆうあい福祉公社 ☎481-7454

住まいの相談窓口

Table with 3 columns: 内容, 日程, 締め切り日. Rows include: 分譲マンション管理, 木造住宅耐震化, 住宅リフォーム.

時 午後1時30分～、2時30分～、3時30分～
定 各日申し込み順3人 費 無料
申 調布(公財)調布ゆうあい福祉公社 ☎481-7545・Eメールで住宅課(市役所7階) jytutaku@city.chofu.lg.jp

「暮らしの情報」は10面に続きます

おしえて! マイナンバー Q&A 88

Q マイナンバーカードに記載されている住所や氏名が変わった時はどうすれば良いですか。
A 引越や婚姻で、マイナンバーカードの記載事項(氏名・住所など)を変更する時は、市役所で更新の手続きが必要です。転入届・戸籍届出などの際に、マイナンバーカードをご持参ください。
なお、手続きにはマイナンバーカード交付時に設定した数字4桁の暗証番号が必要です。
申 調布市マイナンバーコールセンター ☎0570-00-7211 ※つながらない場合は ☎03-5427-3272

調和ジャッキーズが市長を表敬訪問

11月11日、調和SHC倶楽部所属のネオホッケーサークル「調和ジャッキーズ」の皆さんが市長を表敬訪問しました。調和ジャッキーズは今年3月に「日



後：左から田畑コーチ、伊藤副市長、長友市長、田中副市長、大和田教育長 前：調和ジャッキーズの皆さん

本小学生&中学生&男女&シニア混成ネオホッケー選手権2022」で、小学生高学年混成の部で優勝し、令和4年度調布市市政功労者表彰スポーツ功労として、表彰されました。(スポーツ振興課)

令和4年度中学生の「税についての作文」で市立中学生が国税庁長官賞を受賞

全国納税貯蓄組合連合会と国税庁が実施している中学生の「税についての作文」で、第六中学校3年1組市川みらいさんが国税庁長官賞を受賞しました。この取り組みは、将来を担う中学生の皆さんが作文を書くことを通じて税について考え、正しい理解をすることを目的に実施しています。令和4年度は、全国46万918編の応募のうち46編の作品が国税庁長官賞を受賞しました。(指導室)

●国民健康保険税の納付額書の申請はオンラインで 納付額書とは1年間(1月1日～12月31日)の国民健康保険税の納付額を確認する書類です。お手持のスマートフォン・タブレット端末から、LoGoフォームに氏名・住所などを入力することで申請できます。
申 調布(公財)調布ゆうあい福祉公社 ☎481-7214～20

