

### 国民年金の任意加入

老齢基礎年金の受給資格期間(10年/120月)を満たしていない場合や、老齢基礎年金の受給額を満額(40年/480月納付)に近づけたい場合、現在厚生年金などに加入していない方は、国民年金に任意加入することができます。ただし、さかのぼって加入することはできません。

**任意加入できる方** ①日本国内に住所のある60歳以上65歳未満の方(受給資格期間が65歳までには満たされないが70歳になるまでに満たされる、昭和40年4月1日以前生まれの方も加入可)

②外国に居住する20歳以上65歳未満の日本国籍の方  
年金手帳(マイナンバーが分かる書類も可)、引き落とし口座の通帳、金融機関届出印、来庁者の本人確認書類(運転免許証など)※本人以外が申請する場合は委任状

60歳以降の任意加入は、原則として口座振替。65歳までは付加年金または国民年金基金に加入可。老齢基礎年金を繰上げ受給している方は任意加入不可。保険料免除などの申請は不可

保険年金課 ☎481-7062、日本年金機構府中年金事務所 ☎042-361-1011

## 住まい・街づくり・環境

### 駅前放置自転車クリーンキャンペーン

駅周辺の道路と駅前広場などでの啓発活動と放置自転車に対する警告・撤去を強化します。

期 10月22日(金)~31日(日)

所 調布・つつじヶ丘・仙川駅周辺

調交通対策課 ☎481-7420

### 第2回(仮称)市道南29号線路上自転車駐車場整備説明会

調布駅南側東急ストア前の歩道に路上自転車駐車場を整備するため、説明会を開催します。

日 10月29日(金)午後6時15分~

所 グリーンホール小ホール

定 当日先着50人

調交通対策課 ☎481-7420



### 住まいの相談窓口

内容	日程	締め切り日
分譲マンション管理	11月16日(火)	11月10日(水)
木造住宅耐震化	17日(水)	11日(木)
住宅リフォーム	18日(木)	12日(金)

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

所 調電話またはEメールで住宅課(市役所7階)

☎481-7545・E jytutaku@w2.city.chofu.tokyo.jpへ

### 野川河床整備工事(北その3)

11月から、西つつじヶ丘4丁目地内から狛江市西野川1丁目地内で河床整備工事を実施します。

詳細は東京都北多摩南部建設事務所(上のQRコードからアクセス可)と現地工事範囲内の河川沿いに掲載。感染症の感染拡大を防止するため工事説明会の実施なし

調東京都北多摩南部建設事務所 ☎042-330-1859

(環境政策課)

### 地下室のある建築物を建てる前に届け出を

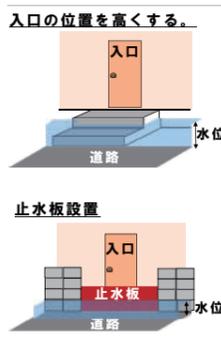


調布市洪水ハザードマップの浸水想定(予想)区域内で地下室の建築を計画する場合、届出が必要です。

**届出対象建築物** 浸水想定(予想)区域内で地下室のある建築物(敷地が接する道路または土地より低い位置に床があるもの)  
**浸水予防対策** 入口の位置や基礎を高くする、止水板または排水ポンプの設置など

**届け出** 建築基準法に基づく申請など手続きを行う日の前日まで

調建築指導課 ☎481-7515



### 第13回環境活動交流会(オンライン)参加団体募集



「環境カルタ」読み札の作成などを行い、調布の環境について楽しみながら意見交換しませんか。

日 12月18日(土)午後1時~3時

所 環境活動をしている市民団体・事業者(市内で活動している団体・事業者優先)

定 20団体程度

費 無料

調ちょうふ環境市民会議の申し込みフォーム(上のQRコードからアクセス可)から申し込み、またはEメールに団体・事業者名、所在地、代表者の氏名・役職、担当者の氏名・役職、連絡先(電話・Eメール)、活動内容を明記し、11月5日(金)までにちょうふ環境市民会議 info@chofu-kankyo-shimin.orgへ

他 オンライン(Zoom)開催予定。オンラインでの事前打ち合わせあり、日時は別途連絡。詳細は市調参照  
調環境政策課 ☎481-7086

ちょうふ環境市民会議 ☎090-5558-1445

## 健康

### 1~3月生まれの方への健(検)診の個別通知を10月末に発送

10~12月生まれの対象者で、転入などにより受診券が届かない場合はお問い合わせください。

【受診期間(共通)】 ※延長不可

生まれ月	受診期間	個別通知発送時期
7・8・9月	7~10月	発送済
10・11・12月	9~12月	発送済
1・2・3月	11月~翌年2月	10月末

【通知する健(検)診】 ※年齢は令和4年3月末時点

対象者	健(検)診	問い合わせ
後期高齢者医療制度に加入している方・75歳の方	後期高齢者健診	保険年金課 後期高齢者医療係 ☎481-7148
調布市国民健康保険に加入している40~74歳の方	調布市国民健康保険特定健診	保険年金課 給付係 ☎481-7566
35・40・45・50・55・60歳以上の方	対象の方に合わせた健(検)診(各種がん検診・健康増進健診など)	健康推進課 ☎441-6100

### お薬手帳の活用を

安全な服薬のために、アレルギーなどの大切な情報をお薬手帳に必ず記載しましょう。お薬手帳は、通院先や薬局ごとに作らず、1人1冊にまとめて医師・歯科医師・薬剤師に提示してください。院内処方での医療機関では、お薬手帳に記載を依頼してください。

調保険年金課 ☎481-7566

### 食事なんでも相談室(栄養相談)

日 11月10日(水)午後

所 文化会館たづくり西館保健センター1階

定 申し込み順6人

所 医療機関で治療中の方は要問い合わせ

調電話で健康推進課 ☎441-6082へ

### 風しん抗体検査・予防接種

抗体検査や予防接種1回分の費用を一部助成します。  
調令和4年3月31日(木)まで

調指定医療機関

調**抗体検査** 19歳以上で次の①~③のいずれかに該当する市民(風しんを含むワクチンを2回以上接種したことがある方、すでに抗体検査を受け抗体保有が十分でないことが確認できる方、昭和37年4月2日~昭和54年4月1日に生まれた男性を除く) ①妊娠を予定または希望する女性 ②妊婦の同居者 ③の同居者

**予防接種** 抗体検査の結果、十分な量の風しんの抗体がないことが判明した市民(風しんを含むワクチンを2回以上接種したことがある方、過去にこの制度を利用した方を除く)

調**抗体検査** 無料

**予防接種** 麻しん風しん混合ワクチン4000円、風しん単抗原ワクチン3000円※生活保護受給者と中国残留邦人等支援給付受給者は、受給証明書を医療機関へ提出することで無料。市民税非課税の方は、健康推進課での事前手続きにより無料

調直接、指定医療機関へ

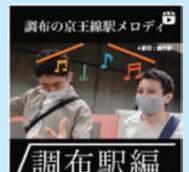
調健康推進課 ☎441-6100

「暮らしの情報」は11面に続きます

### 調布Withgrowを公認インフルエンサーに認定

調布市と狛江市で連携して実施している市の魅力発信事業の一環として、市の魅力を発信している団体または個人を公認インフルエンサーとして認定し、市公式SNSでの紹介などを通じて活動を支援しています。

この度、市内在住の20~30代で構成される団体「調布Withgrow」を調布市公認インフルエンサーとして認定しました。InstagramやYouTube(下のQRコードからアクセス可)で、グルメやイベントなど、さまざまな角度から市の魅力を紹介しています。ぜひご覧ください。



調広報課 ☎481-7301

### ごみダイエツト通信

プラスチックの分別にご協力を



150

プラスチックは、「容器」や「包装」で、商品に「プラ」マークが表示されている「容器包装プラスチック」とプラスチック製のおもちゃやストローなどの「製品プラスチック」に分別されます。

容器包装プラスチックは、容器包装プラスチックの収集日に透明もしくは半透明の袋に入れて出してください。製品プラスチックは、「燃やせないごみ」で出してください。

また、汚れの落ちない容器包装プラスチックは「燃やせるごみ」で出してください。

調ごみ対策課 ☎042-306-8200

