

# 市報 ちよらぶ

発行：調布市（毎月5日・20日発行） ■所在地：〒182-8511 東京都調布市小島町2-35-1  
 ■編集：行政経営部広報課 ■調布市ホームページ <http://www.city.chofu.tokyo.jp/> ☎042-481-7111

**CONTENTS (主な内容)**

- 行政評価結果を公表しています……………2
- 動物と仲良く暮らすために……………2
- 9月は東京都の自殺対策強化月間です……………2
- 来春 小・中学校へ入学する方へのご案内 ……3
- 正しいごみの分別にご協力ください……………3
- 母子家庭または父子家庭の自立を支援します…4
- 十分な睡眠をとりましょう……………5
- 児童館まつり……………6
- 秋の予防接種……………6・7

## 平成25年度調布市 敬老会

9月15日(日)

北原ミレイ

- 場所** グリーンホール大ホール
- 内容** 式典、調布市老人クラブによる活動発表、北原ミレイ歌謡ショー
- 対象** 75歳以上の方（昭和13年9月30日までに生まれた方）  
※対象の方には案内状を送付します
- 当日は、調布市老人クラブのサークル活動（グランドゴルフ・輪投げなど）をグリーンホール小ホールで体験できます。

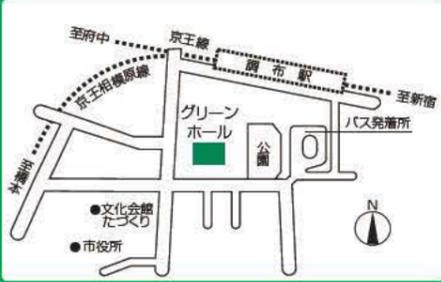
### 問合せ／高齢者支援室 ☎481-7150

今年は安全面から公演回数を3回にしました。

<b>第1回公演</b> 午前10時～11時30分 (9時30分開場)	<b>対象地区</b> 飛田給、上石原、入間町、仙川町、緑ヶ丘、野水、西町、若葉町、深大寺元町、深大寺北町、深大寺東町、深大寺南町
<b>第2回公演</b> 午後1時～2時30分 (0時30分開場)	<b>対象地区</b> 富士見町、多摩川、佐須町、柴崎、菊野台、東つつじヶ丘、西つつじヶ丘、調布ヶ丘、八雲台
<b>第3回公演</b> 午後4時～5時30分 (3時30分開場)	<b>対象地区</b> 下石原、小島町、布田、国領町、染地

**留意事項**

- 事前に入場券の引換えはありません。当日は直接会場へお越しください
- 会場の都合上、対象地区を分けていますが、いずれの回に参加しても構いません
- 客席内の飲食はできません（ロビーでの飲食は可）
- 付き添いの方のホール内への入場はご遠慮願います。来場者が会場の定員を超えた場合は、入場を制限させていただきますのでご了承ください



**車いす利用者専用送迎**

各公演とも、ご自宅付近まで送迎します。  
 9月9日(月)までに、電話で高齢者支援室へ

**調布FMで当日のアトラクションの様様を放送します**

ラジオでFMの「83.8MHz」に合わせるか、インターネットで「サイマルラジオ」を検索し、「調布FM」を選択してお聞きください。  
 9月20日(金)午前11時～正午・21日(土)午後7時～8時

**百歳訪問**

市長または副市長が市内の新たに百歳になられた方（大正元年10月1日～大正2年9月30日生）と最長寿の方を表敬訪問し、長寿をお祝いします。  
 9月14日(土)  
※対象の方にはご案内を送付しています

**健康チェック（無料）**

9月15日(日)午前11時～午後3時30分  
 ①グリーンホール小ホール  
 ②市内在住の方（年齢は問いません）  
 ③身長・体重・血圧・骨密度測定、看護・栄養相談など  
 ④東京都看護協会多摩南地区支部

**ワンコイン入浴券の配付**

市内在住の70歳以上で、入浴券を配付場所へ取りに来ることができる方  
 9月10日(火)または24日(火)のいずれか1日1回、市内の公衆浴場（注1）で利用できるワンコイン入浴券を配付 ①申込み順600人 ②100円（利用時に公衆浴場へ支払い）  
 9月6日(金)から直接高齢者支援室（市役所2階）へ（土・日・祝日、祝日を除く）※保険証など本人であることが確認できるものをご持参ください（代理人不可）  
 注1 寿湯（菊野台2丁目）、神代湯（菊野台1丁目）、梅の湯（深大寺東町6丁目）、深大湯（深大寺北町6丁目）、鶴の湯（下石原1丁目）

**敬老金を贈呈します**

団慶事の節目である喜寿・米寿などの年齢に該当している方及び101歳以上の方。詳細は下表の通り 贈呈方法／9月中旬～下旬にお住まいの地区を担当している社会福祉委員（民生委員）がご自宅へ伺います

対象者	贈呈金額
77歳(喜寿)	昭和10年10月1日～昭和11年9月30日生 5000円
80歳(傘寿)	昭和7年10月1日～昭和8年9月30日生 1万円
88歳(米寿)	大正13年10月1日～大正14年9月30日生 1万円
90歳(卒寿)	大正11年10月1日～大正12年9月30日生 2万円
99歳(白寿)	大正2年10月1日～大正3年9月30日生 2万円
100歳(上寿)	大正元年10月1日～大正2年9月30日生 3万円
101歳以上	大正元年9月30日以前に生まれた方 3万円

※事前の口座振込希望の受付はしません ④高齢者支援室☎481-7149

**9月は高齢者被害防止キャンペーン月間**

家族や近所の方などの「見守り」が高齢者の消費者被害を防ぎます。「悪質商法」や「振り込め詐欺」から高齢者を守りましょう。

利殖商法／未公開株、社債、商品相場、外国の通貨、事業への投資などで「必ずもうかる」「絶対に値上がりする」という話に注意しましょう  
 催眠商法(SF商法)／「無料配布」「格安チラシ」「健康講座」などの言葉で声を掛けられたり、誘われたりしてもお店や会場に行かないようにしましょう  
 次々販売／「やさしくて親切な販売員」に商品を次々と勧められても、きっぱりと断りましょう

**高齢者被害特別相談を実施します**

市では、東京都などと連携して高齢の消費者向けに「高齢者被害特別相談」を実施します。  
 9月11日(水)～13日(金) ①午前9時～午後4時30分  
 ②通常の消費生活相談(月～金曜日(祝日を除く)午前9時～午後4時30分)も利用できます  
 ③消費生活相談室(市役所8階)☎481-7034 (文化振興課)

**手をつなぐ樹 223**

至福のサプライズ

第31回調布市花火大会も無事に終了した。今年は、全国各地の花火イベントで、豪雨による被害や痛ましい事故が発生したため、事前には多くの方から心配をいただいた。結果的には幸いにも、時間内に2度ほど大粒の雨が降り注ぎかけて肝を冷やしたものの、大過なく終えることができた。協力いただいたすべての皆様に心から感謝を申し上げます。

その花火以外に、今夏も数多くの心楽しいイベントに参加させていただいたが、その中でちょっと嬉しいサプライズがあった。

1回目は知人から調布以外の花火鑑賞のお誘いを受けた時のこと。知人宅で、心づくしの晩餐と多くの参加者との会話を楽しませていただき、綺麗な花火に歓声を上げて喜ぶ姿に近づいたころ、一組のご家族の1、2歳ぐらいの可愛い坊やが、やおら数メートル走って、ソファ1に腰かけていた私に突進してジャンプするように抱きついてきた。咄嗟のことで少し驚いたが、その子を膝にだっこして数分あやしながら、至福の時を過ごさせてもらった。

それだけでも有難いところ、なんとそれと同様なお話がある。の夏まつりを訪ねた時に再度あったのだ。思い起こして、今でも心余り余韻に浸らせていただいている。

調布市長 長友青樹

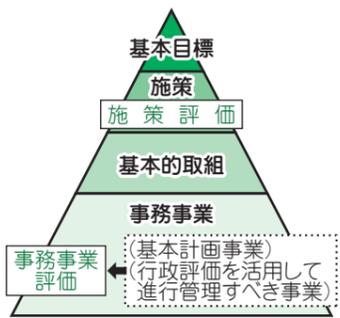
# 行政評価結果を公表しています

問合せ  
行政改革課  
☎481-7362

市では、持続可能で効果的・効率的な行政運営を確立し、市民サービスの向上と市政の透明性の確保を図るため、行政評価を行っています。今年度は、平成25年度からの新たな基本計画の体系に基づき、平成24年度の振り返り(事後評価)として、全31施策に対する施策評価と、全事務事業のうち基本計画画事業及び行政評価を活用して進捗管理すべき事業の169事業に対する事務事業評価を実施しました。

【行政評価】  
行政評価とは、市が行う施策や事務事業などについて、その必要性や成果などを様々な指標を用いて客観的に把握するとともに、有効性、効率性、公平性、参加と協働などの観点から評価

【行政評価】  
行政評価とは、市が行う施策や事務事業などについて、その必要性や成果などを様々な指標を用いて客観的に把握するとともに、有効性、効率性、公平性、参加と協働などの観点から評価



※事務事業：具体的な個々の行政活動。756事務事業  
※施策：行政活動の基本的な方針など。31施策

することをいいます。

まちの将来像「みんなが笑顔でつながる・ぬくもりと輝きのまち調布」を実現するため、基本目標・事務事業を体系化して評価します。こうした評価をすることで、行政活動の全体像を明らかにするとともに、評価結果に基づいた見直し、改革・改善に取り組み、市民サービスの向上を図ってまいります。

## 交通規制のお知らせ

スポーツ祭東京2013の開催に伴い、味の素スタジアム周辺は大変な混雑が予想されます。ご迷惑をおかけしますが、マイカー利用の自粛と、混雑が予想される時間帯での道路の利用をお控えいただきますよう、ご協力をお願いします。

### 【交通規制日時】

国民体育大会/9月28日(土)正午～午後8時(開会式)、10月8日(火)午前11時～午後5時(閉会式)

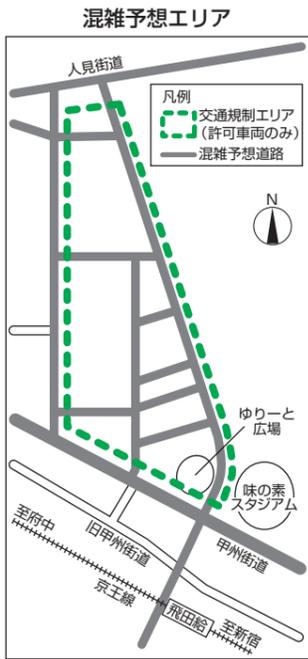
全国障害者スポーツ大会/10月12日(土)午前6時30分～午後1時(開会式)、14日(祝)午後2時～7時30分(閉会式)

### 【交通アクセス】

当日は、公共交通機関をご利用ください。

電車/京王線飛田給駅から徒歩5分、西武多摩川線多磨駅から徒歩20分

シャトルバス/京王線調布駅から約15分、JR中央線武蔵境駅から約25分、小田急線狛江駅から約30分



問合せ スポーツ祭東京2013実行委員会事務局  
☎03-5321-1111 (内線38-336)  
☎03-5388-1251  
☎「スポーツ祭東京2013」 (国体推進室)

## 空間放射線量の測定結果

下表の市内公共施設を定点として、毎月1回各地点の空間放射線量を測定しています。最新の測定結果は以下の通りです。過去の測定結果は、市のホームページをご覧ください。

定点測定場所	測定日	地表からの高さ(cm) 5/50/100
上布田保育園(園庭)	8月16日	0.059/0.056/0.054
東部保育園(園庭)	16日	0.050/0.052/0.048
上石原保育園(園庭)	16日	0.061/0.059/0.056
市立第一小学校(校庭)	16日	0.060/0.054/0.056
市立北ノ台小学校(校庭)	15日	0.050/0.048/0.051
市立緑ヶ丘小学校(校庭)	16日	0.040/0.036/0.037
調布ヶ丘児童館(館庭)	5日	0.037/0.039/0.041
染地児童館(館庭)	5日	0.069/0.051/0.050
上布田公園(公園内)	20日	0.061/0.056/0.049
八雲台公園(公園内)	20日	0.046/0.042/0.038

※測定値の単位(μSv/時間)  
Sv/時間(シーベルト毎時)・・・  
放射線が人体へ与える影響の強さを1時間当たりで表すもの  
1μSv(1マイクロシーベルト)・・・  
1シーベルトの100万分の1(0.000001)

問合せ 環境政策課☎481-7087

## 動物と仲良く暮らすために



問合せ  
環境政策課  
☎481-7087

9月20日(金)～26日(木)は  
動物愛護週間

この機会に、私たちが飼っている動物、身近にいる動物たちについて、もう一度考えてみませんか。

動物は正しく終生飼養。動物の習性や生理を理解し、愛情をもって、その命を終えるまで適切に飼養する責任があります。

猫の飼育は室内で。現在の交通事情や住宅事情を考えると、都会での猫の望ましい飼育は、室内飼育です。

不妊・去勢手術。繁殖を望まない場合は、不妊去勢手術を行いましょう。手術後は、性質がとなくなくなり、扱いやすくなります。また、生殖器系の病気の予防にもなります。

犬にはしつけをしつけは、犬と上手に暮らしていくためにも不可欠です。

### 犬の飼い主の皆さん

狂犬病の予防接種はお済みですか

狂犬病予防法では、飼い犬に年1回、狂犬病予防接種を受けさせることを飼い主に義務付けています。

接種後は、市役所で狂犬病予防注射済票の交付を受ける必要があります。市では、9月中旬までに交付手続きがお済みでない方へ個別に催告状を送付します。お早めの届出にご協力ください。



## 手話通訳・要約筆記(フットテイク)による本会議の傍聴(申込制)

平成25年第3回定例会から本会議傍聴における手話通訳及び要約筆記(フットテイク)を実施いたします。



なお、日程の変更などにより、実施できない場合もありますので、あらかじめご了承ください。

問合せ 議会事務局☎481-7291

## 9月は東京都の自殺対策強化月間です～あなた自身とあなたの大切な人を守るためにひとりで悩まずご相談ください～

### 特別相談

- ◎東京都自殺相談ダイヤル～こころのホットライン～ ☎0570-087-478 9月9日(月)～13日(金) 24時間
- ◎自殺予防のホットライン ☎0120-738-556 (毎月10日フリーダイヤル) 9月10日(火)午前8時～翌朝午前8時
- ◎54時間特別相談(東京自殺防止センター) ☎0120-589-090 9月7日(土)午前0時～9日(月)午前6時
- ◎自死遺族のための電話相談  
○全国自死遺族総合支援センター ☎03-3261-4350 9月7日(土)～9日(月) 午前10時～午後10時
- グリーンケア・サポートプラザ ☎03-3796-5453 9月10日(火)～13日(金) 午前10時～午後10時



### 常設の東京都などの相談窓口

- ◎東京都自殺相談ダイヤル～こころのホットライン～ ☎0570-087-478 午後2時～翌朝6時(年中無休) ※受付5時30分まで
- ◎いのちの電話(年中無休) ☎03-3264-4343 24時間
- インターネット相談 「東京いのちの電話」
- ◎東京多摩いのちの電話☎042-327-4343 午前10時～午後9時(第3金・土曜日は24時間) ※法律相談は、第1・3火曜日午後4時～6時
- ◎東京自殺防止センター☎03-5286-9090 午後8時～翌朝6時(年中無休) ※火曜日は午後5時～
- ◎東京都いじめ相談ホットライン☎03-5331-8288 24時間
- ◎東京都若者総合相談(・お・)若ナビ ☎03-3267-0808 午前11時～午後8時(月～土曜日) ※日曜日、12月29日～1月3日は休み
- インターネット・モバイル相談 「若ナビ」
- ◎全国自死遺族総合支援センター☎03-3261-4350 毎週木曜日午前11時～午後7時
- ◎グリーンケア・サポートプラザ(自死遺族支援) ☎03-3796-5453 毎週火・木・土曜日 午前10時～午後6時
- ◎東京都多摩府中保健所(うつ病などの心の健康相談) ☎042-362-2334 月～金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後5時

### 市内の相談窓口

- 詳細は、毎月市報20日号12面をご覧ください。
- ◎うつ病などの心の健康相談 月～金曜日(祝日を除く)
- 健康推進課☎441-6100 午前9時～午後5時
- こころの健康支援センター☎490-8166 午前9時～午後5時(土曜日は正午まで)
- ◎高齢者の生活相談 地域包括支援センター(緊急電話は24時間体制) 月～金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後6時

はなみずき ☎441-5763	ちょうふの里☎441-6655
せいじゅ ☎483-1358	ちょうふ花園☎484-2285
調布八雲苑 ☎484-8011	ときわぎ園☎050-5540-0860
ゆうあい ☎481-4973	つつじヶ丘☎03-5315-5400
仙川 ☎03-5314-0030	至誠しばさき☎488-1300

- ◎学校生活に関する相談(不登校・いじめなど) 教育相談所☎481-7777 月～金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後6時
- ◎消費生活相談(多重債務・契約トラブルなど) 消費生活相談室☎481-7034 月～金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後4時30分
- ◎各種市民相談(法律相談など) ※予約制 市民相談課☎481-7032

## 東日本大震災義援金へのご協力をお願いします

みずほ銀行 調布支店(261) 口座番号/普通預金1317312 振込先名義/調布市東北関東大震災義援金(チョウフシトウホクカントウダイシンサイギンケン) 募金総額1億3074万3082円(8月29日現在) 調布市総務課(市役所3階) ☎481-7101 ※受付期間が平成26年3月31日まで延長となりました。詳細は市のホームページをご覧ください

### ■八ヶ岳少年自然の家指定管理者募集

平成26年度からの新たな指定管理者を募集します。募集にあたり、次のとおり現地説明会を開催しますので、事前に申込みのうえ、ご出席ください(1団体3人以内)。

**募集要項などの配布**／9月5日(木)～18日(水)に社会教育課(教育会館1階)で配布または市の☎から印刷可

**業務内容**／施設管理、宿泊サービス、調理配膳、施設の目的にあった事業展開など

**指定期間**／平成26年4月1日～平成31年3月31日※詳細は、市の☎をご覧ください

#### 【現地説明会】

日9月12日(木)午後1時～3時  
所八ヶ岳少年自然の家(山梨県北杜市高根町清里3545番地1)



☎申込書(社会教育課で配布または市の☎から印刷可)に必要な事項を記入し、持参・郵送・FAX・Eメールで9月10日(火)午後5時までに〒182-0026小島町2-36-1社会教育課☎481-7739・E:yatsuga@w2.city.chofu.tokyo.jpへ

問合せ 社会教育課☎481-7488

### 住民税の寄附金税額控除の対象法人を追加指定

市では、住民税の寄附金税額控除の対象法人を新たに2法人追加指定しました。

法人種別	名称	適用開始日
公益 社団法人	あい権利擁護支援ネット	平成25年1月1日以降に支払った寄附金
公益 社団法人	米沢有為会	平成25年7月1日以降に支払った寄附金

適用開始日以後、平成25年中に支払った寄附金が平成26年度住民税の控除対象になります。

**手続き**／所得税・住民税の控除を受けるためには、寄附した翌年の確定申告時期に、寄附金の領収書を添えて税務署へ確定申告をしてください。なお、所得税の申告をしない方は市民税課(市役所3階)で市・市民税の申告をしてください

問合せ 市民税課☎481-7193~7

### 正しいごみの分別にご協力ください

8月9日に、燃やせないごみを収集していた車両から火災が発生しました。燃やせないごみの中に、スプレー缶やライターが混入しており、これが車両の中でこすれ合って引火したことが原因です。

4月からスプレー缶は、ライターと同様に「有害ごみ」としてお出しいただくよう変更になっています。ほかにも4月から分別区分が変更になっている品目がありますので、もう一度、ごみリサイクルカレンダーでごみの分別区分をご確認いただき、正しいごみの分別にご協力ください。



問合せ ごみ対策課☎481-7686・7812

## ごみダイエット通信 73

問合せ ごみ対策課☎481-7811

【ごみの排出量が増えています】平成25年度4～7月に市から排出されたごみの総量は約2万942トンとなり、昨年度の同時期と比べて約292トンも増加しています。昨年度、6年ぶりに増加した市のごみの総量は今年度もこのままでは2年連続で増加することになります。

#### 調布市のごみ量速報値 平成25年度(4～7月分)

単位: トン

	平成24年度	平成25年度	前年度比	増減率
家庭系可燃ごみ	9,243	9,240	-3	-0.03%
事業系可燃ごみ	1,474	1,749	+275	+18.69%
不燃・有害・粗大ごみ	1,954	1,818	-136	-6.97%
資源ごみ(集団回収を含む)	7,981	8,136	+155	+1.95%
総ごみ量	20,651	20,943	+292	+1.41%

※単位未満四捨五入のため、数値が一致しない場合があります

【3Rを実践してごみ減量にご協力ください】3Rとは、リデュース(発生抑制)・リユース(再利用)・リサイクル(再生利用)の3つの取組の頭文字を表したもので、ごみの減量とリサイクルを進めるうえで、とても大切なキーワードです。3Rを日頃から実践しましょう。

＜第1優先＞Reduce(リデュース)～ごみを減らそう～/すぐごみになるような使い捨て商品は買わず、レジ袋や過剰な包装を断りましょう。また、食品が無駄にならないよう計画的な購入や調理方法を考えたり、生ごみの水切りをしっかりと行いましょう。

＜第2優先＞Reuse(リユース)～繰り返し使おう～/壊れたものをすぐに捨てず、修理して繰り返し使ったり、必要なくなったものは、欲しい人に譲ったりしましょう。

＜第3優先＞Recycle(リサイクル)～再生して資源を活用～/紙などの資源ごみを燃やせるごみに混ぜず、資源ごみに出すことで再生利用ができ、リサイクルにつながります。ごみの分別にご協力をお願いします。

※リサイクルにもエネルギーがかかります。まずはリデュースをお願いします



### 子どもを守る「こどもの家」

「こどもの家」は、登下校時や外の遊びなどの際、不審者や変質者などによる性的行為や暴力行為などの危険から子どもを守り、またそのような行為を予防することを目的とした、万一の際の子どもの駆け込み避難場所です。通学路を中心とした地域の協力者の家、商店、事業所などに登録をいただいています。



「こどもの家」には黄色のプレートが道路から見るところに設置され、緊急時に子どもを守ります。ご家庭では、日頃からお子さんに、もし、不審者と思われる見知らぬ人から声掛けなどされたら、すぐ近くの「こどもの家」に駆け込んで避難するよう指導をお願いします。

また、「こどもの家」にご協力いただける方は、最寄りの小・中学校へお問い合わせください。転居などで登録をやめる場合は、登録した小・中学校へ届出をお願いします。

問合せ 社会教育課☎481-7490



おめでとう!!

# 来春小・中学校へ入学する方へのご案内

問合せ 学務課 ☎481-7473

### 小学校新入学者の就学時健康診断を実施します

☎平成19年4月2日～平成20年4月1日の出生者(平成26年4月に小学校へ入学予定のお子さん) ④原則として、住所によって指定校が決まっています。

指定校、健診日時は、9月中旬から下旬までに発送する「就学時健康診断通知書」でご確認ください。日時は市の☎でもご覧いただけます

### 平成26年度に市立小・中学校に入学を希望する外国籍の方へ

市内在住の外国籍の方で平成26年4月に市立小・中学校に入学を希望する方は、学務課(教育会館1階)で就学

手続きをしてください。

☎小学校/平成19(2007)年4月2日～平成20(2008)年4月1日の出生者

中学校/平成13(2001)年4月2日～平成14(2002)年4月1日の出生者で、平成26年3月に小学校を卒業する児童

### 平成26年度新中学1年生の「学校選択制」を実施します

学区域外の市立中学校への入学を希望することができる「中学校学校選択制」を実施しています。

☎市内在住で平成26年4月に新1年生として、市立中学校に入学予定の方で、11月中旬頃に発送する「就学(入学)予定連絡票兼学校選択制希望票」を記載

問合せ 学務課 ☎481-7473

きますか。A各学校の受け入れ人数を超えた場合は、公開抽選となります。Q学校を選ぶ際に理由の申し出は必要ですか。A必要ありません。学校公開などを参考に十分に検討し選択し

てください。Q自転車通学はできますか。A自転車通学は認められていません。原則徒歩または公共交通機関を利用する通学となります。

### Q 選択した学校には必ず入学で

### 9～12月の学校行事などの予定

学校名・電話番号	学校公開日	学校説明会	道徳授業地区公開講座
調布中学校 ☎482-0275	9月21日(土)	9月21日(土)午後2時30分～(受付1時20分～)	11月11日(月)
神代中学校 ☎482-0171	9月28日(土)～10月2日(水) 10月17日(木)～21日(月)	9月28日(土)午後2時～(受付1時30分～)	1学期実施済
第三中学校 ☎482-0293	9月25日(水)～28日(土)	9月28日(土)午後2時15分～(受付1時45分～)	9月28日(土)
第四中学校 ☎03-3308-1175	10月15日(火)～21日(月)	10月19日(土)午後1時30分～(受付1時10分～)	10月19日(土)
第五中学校 ☎484-1311	9月14日(土)	9月14日(土)午後2時30分～(受付2時15分～)	3学期実施予定
第六中学校 ☎485-5276	10月12日(土)	10月12日(土)午前11時～(受付10時35分～)	9月14日(土)
第七中学校 ☎487-4521	9月21日(土)、10月8日(火)～11日(金)・26日(土)	9月21日(土)午前11時40分～(受付11時30分～)	1学期実施済
第八中学校 ☎03-3309-4131	10月3日(木)～5日(土)	10月5日(土)午前11時45分～(受付11時35分～)	3学期実施予定

※学校の事情により変更となる場合もありますので、詳細は、各学校にご確認ください

# お知らせ

## 市民課と保険年金課の9月の休日窓口

9月の休日窓口 (第2土曜日・第4日曜日)



9月14日(土) 午前9時～午後1時  
9月21日(土) 午前9時～午後1時

所屬市民課(市役所2階) ☎481-7041・5、保険年金課(市役所2階) ☎481-7052

国民健康保険税の夜間収納窓口

夜間窓口/午後7時30分まで  
9月12日(木)・24日(火) 国民健康保険の加入・喪失手続きはできません 国民健康保険年金課(市役所2階) ☎481-7055・6

住基カード・電子証明書の発行などの一時停止

システム機器入れ替えのため、住民基本台帳ネットワークを一時停止します。

9月17日(火)・18日(水)

住基カードの発行・更新・継続利用・券面事項更新、住基カードを利用した転出・転入、国外転入、住民票の写しの広域交

## 母子家庭または父子家庭の自立を支援します

母子家庭等高等技能訓練促進費等支給事業として、母子家庭の母または父子家庭の父が、看護師・保育士・介護福祉士などの経済的な自立に効果的な資格を取得する場合、生活費の負担軽減を図るために給付金を支給します。平成25年4月からの支給期間は、修学期間のうち上限2年に変更になりました(平成24年度までに修学を開始し、認定された方は除きます)。受給には、事前に母子等就労支援専門員との面談が必要です。

市内に在住の母子家庭の母または父子家庭の父で、以下の要件を満たす方①児童扶養手当受給中、または児童扶養手当の受給要件と同等の所得水準にある方②資格取得のために修業期間2年以上の養成機関で修業中の方、または4月1日以降に入学することが決まっている方※平成25年度から父子家庭が対象となりました。4月以降修業されている方で、平成25年9月30日(月)までに申請し認定された場合は、平成25年4月分(月)までに遡り促進費を支給します **支給額** 月額7万5000円(市民税非課税世帯は10万円) **養成機関終了後一時金** 2万5000円(市民税非課税世帯は5万円) **問合せ** 子ども家庭課 ☎481-7095

## 市税の納付には口座振替をご利用ください

口座振替の手続きは、納税通知書に同封した依頼書、または市内取扱金融機関及び納税課・保険年金課に備付けの依頼書でお申し込みください。郵送を希望する場合はご連絡ください。

【口座振替のできる税目・納期限及び申込期限】

- 個人市・都民税(普通徴収) 第3期(10月31日(木)振替) 9月20日(金)(必着)
- 固定資産税・都市計画税 第3期(12月25日(水)振替) 11月11日(月)(必着)
- 国民健康保険税 第4期(10月31日(木)振替) 9月20日(金)(必着)

※Pay-easy(ペイジー)口座振替受付サービスでの手続きは、申込期限が異なります。詳細は各担当課へお問い合わせ

ください  
個人市・都民税の年金特別徴収(公的年金からの天引)分は、口座振替での納付はできません。また、納税課では新規で口座登録をされた方を対象に、キャンペーンを実施しています

認定長期優良住宅にかかる固定資産税(家屋)の軽減  
長期優良住宅の認定を受け、平成26年3月31日までに住宅を新築した場合、翌年度から、当該家屋の固定資産税の軽減が受けられます(一定要件あり)。軽減を受けるためには、新築した翌年の1月31日までに長期優良住宅の認定通知書またはその写しを添付し、資産税課まで申告書提出してください。

国民健康保険証を発送しました  
今年度は保険証を一新に更新する年にあたるため、新しい保険証を簡易書留郵便で発送しました。新しい保険証は10月1日(火)から使用できます。

9月9日は「救急の日」救急相談センターや救急受診ガイドをご活用ください  
東京消防庁では9月8日(土)14日を「救急週間」としています。急な病気やけがの場合に救急車を呼ぶか迷った時は、東京消防庁救急相談センター「#7119(つながらないときは#0425212323)」をご利用ください

9月11日は「警察相談の日」  
皆さんと警察を結ぶ110番は二つあります。一つは事件・事故など警察官にすぐに来て欲しいときの緊急通報ダイヤル「110番」、もう一つは警察に困りごとなどを相談したいときの警視庁総合相談センター「#9110」です。

無料街頭不動産相談  
不動産に関する相談会を開催します。また、日本赤十字社と共催で献血運動も実施しますので、ご協力いただける皆さんのお越しをお待ちしています。

社会保険などへの加入に伴う、国民健康保険喪失手続きは、郵送でも可能です。詳細は市の国民健康保険課 ☎481-7052・4までお問い合わせください。

国民年金への加入手続  
日本に住所がある20歳から60歳未満で、勤務先などの年金に加入していない方は、国民年金への加入の手続きが必要です。

## 地域福祉センター利用者アンケートを実施しています

利用者の利用状況や地域福祉センターに求める機能などを把握するため、アンケートを実施しています。

各地域福祉センターでアンケート用紙を配布していますのでご協力をお願いします。

9月9日は「救急の日」救急相談センターや救急受診ガイドをご活用ください  
東京消防庁では9月8日(土)14日を「救急週間」としています。急な病気やけがの場合に救急車を呼ぶか迷った時は、東京消防庁救急相談センター「#7119(つながらないときは#0425212323)」をご利用ください

9月11日は「警察相談の日」  
皆さんと警察を結ぶ110番は二つあります。一つは事件・事故など警察官にすぐに来て欲しいときの緊急通報ダイヤル「110番」、もう一つは警察に困りごとなどを相談したいときの警視庁総合相談センター「#9110」です。

無料街頭不動産相談  
不動産に関する相談会を開催します。また、日本赤十字社と共催で献血運動も実施しますので、ご協力いただける皆さんのお越しをお待ちしています。

社会保険などへの加入に伴う、国民健康保険喪失手続きは、郵送でも可能です。詳細は市の国民健康保険課 ☎481-7052・4までお問い合わせください。

国民年金への加入手続  
日本に住所がある20歳から60歳未満で、勤務先などの年金に加入していない方は、国民年金への加入の手続きが必要です。

社会保険などへの加入に伴う、国民健康保険喪失手続きは、郵送でも可能です。詳細は市の国民健康保険課 ☎481-7052・4までお問い合わせください。

9月9日は「救急の日」救急相談センターや救急受診ガイドをご活用ください  
東京消防庁では9月8日(土)14日を「救急週間」としています。急な病気やけがの場合に救急車を呼ぶか迷った時は、東京消防庁救急相談センター「#7119(つながらないときは#0425212323)」をご利用ください

9月11日は「警察相談の日」  
皆さんと警察を結ぶ110番は二つあります。一つは事件・事故など警察官にすぐに来て欲しいときの緊急通報ダイヤル「110番」、もう一つは警察に困りごとなどを相談したいときの警視庁総合相談センター「#9110」です。

無料街頭不動産相談  
不動産に関する相談会を開催します。また、日本赤十字社と共催で献血運動も実施しますので、ご協力いただける皆さんのお越しをお待ちしています。

社会保険などへの加入に伴う、国民健康保険喪失手続きは、郵送でも可能です。詳細は市の国民健康保険課 ☎481-7052・4までお問い合わせください。

国民年金への加入手続  
日本に住所がある20歳から60歳未満で、勤務先などの年金に加入していない方は、国民年金への加入の手続きが必要です。

社会保険などへの加入に伴う、国民健康保険喪失手続きは、郵送でも可能です。詳細は市の国民健康保険課 ☎481-7052・4までお問い合わせください。

### 10月のフリーマーケット

出店者募集 ノーカテー

10月12日(土)・13日(日) 午前10時～午後2時  
市役所前庭 出店資格/市内在住・在勤で物品販売を主業としない18歳以上の方 各日80人(多数抽選)  
1000円 国メール(携帯電話は受付不可)または往復はがき往信裏面に住所、氏名(ふりがな)、電話番号、Eメールアドレス、平成19年4月以降初めて応募の方は「初応募」、在勤者は勤務先名及び電話番号を明記し、9月15日(日)(消印有効)までに choufujirituouenda@luck.ocn.ne.jpまたは〒182-0024布田1-43-2-N-203 NPO法人ちようふ自立応援団フリーマーケット担当へ 返信はがきには何も記入せずお申込みください(応募は1世帯1人のみ)。当選後のキャンセルは、キャンセル料として1000円をお支払いいただきます。駐車場はありません。また、会場周辺の道路上での荷物の積み降ろしはできません。雨天による中止(当日午前9時発表)は、下記へお問い合わせください。なお、NPO法人ちようふ自立応援団にも当日掲載します※次回の開催は11月です。出店募集案内は、市報10月5日号に掲載する予定です

運営・問合せ NPO法人ちようふ自立応援団  
フリーマーケット担当 ☎489-3160 (文化振興課)

### アダルトサイトの不当請求に注意

#### 生活ひてちよモ

消費生活相談室には、ここ数年、アダルトサイトの不当請求に関する相談が、多く寄せられています。パソコン、携帯電話のほか、ゲーム機などのインターネットに接続できる機器も注意が必要です。性別・年代を問わず、誰でも起こりうるトラブルなので気を付けてください。

◆トラブルの例

- ①中学生の息子が、携帯型ゲーム機でインターネットに接続し、芸能人の情報を見ていてアダルトサイトに入った。「18歳以上ですか?」に「はい」と答えたから料金請求画面が出た。「退会はこちら」と書かれていたのでメールを送ったら、支払わないと退会できないという返信が来た。どうすればよいか。
- ②パソコンでインターネットをしていた。有料と知らずにアダルトサイトに入ってしまった。年齢確認の項目などを何回か選択したら、「登録ありがとうございまして、9万8000円を払うように」という画面が出た。ネットの接続を切ったが、ネットに接続するたびに同じ画面が出る。消し方を教えてほしい。

◆サイトの問題点

- 無料と表示されていても、実は有料の場合がある
- 規約などで料金表示があっても小さな字で分かりにくい
- 確認画面が出ないのでキャンセルできない
- 退会の案内をしてメールや電話で連絡させている
- 消費者へのアドバイス
- 安易にアクセスしない
- 機器のセキュリティ対策を取る
- 子どもが使う機器はフィルタリングの設定をする
- 相手に連絡を取らない
- 納得できない請求は慌てて支払わない
- 張り付いた請求画面はシステムの復元をすれば消える

※ 個人情報処理推進機構参照 (消費生活相談室)

10月(金) 午前9時～午後5時(受付は4時30分まで。祝日を除く)に消費生活相談室 ☎481-7034へ



# 秋の予防接種



予防接種は、ワクチンを接種することで免疫をつけ、お子さんを病気から守ります。

市では、接種機会を逃さないように、お子さんの年齢・月齢に応じた定期予防接種のご案内を個別通知しています。

**問合せ**  
**健康推進課**  
**☎441-6100**

## 1 定期予防接種（予防接種法に基づく予防接種）

指定医療機関に電話予約し、母子健康手帳と予防票を持参のうえ、接種してください。  
※指定医療機関は、個別に通知のご案内に同封しているほか、市及び調布市医師会の欄をご覧ください

### ●市外での接種

狛江市・世田谷区・三鷹市・府中市の医療機関でも定期予防接種が受けられます（BCGを除く。ただし、府中市ではBCGも受けられます）。調布市の予防票を直接実施医療機関にお持ちください。  
また、上記区市以外で調布市外にかりつけの医療機関がある方や、里帰り先に長期滞在

する方は、その市区町村の担当部署に接種の可否や料金をお問い合わせのうえ、接種する前に健康推進課で手続きをしてください。ただし、市区町村によっては、受け入れをしない場合や、接種費用が自己負担になる場合があります。なお、接種費用の還付制度はありませんのでご了承ください。

## 2 成人向け予防接種費用の一部助成

### ●65歳以上の方の肺炎球菌予防接種費用

肺炎は日本人の死因の第3位で、死亡者の95%以上が65歳以上の方です。予防接種を受けることで、肺炎球菌による肺炎などの感染症を予防し、重症化を防ぐことができます。1回の接種で5年以上免疫が持続するといわれています。接種を希望する方は、事前に申込みが必要です。接種日に65歳以上の市民（5年以内に肺炎球菌の予防接種を受けた方を除く）

接種期間／平成26年3月31日(月)まで  
接種場所／市内指定医療機関 随申込み順1500円  
自己負担額5000円（市助成額3000円）※生活保護受給者、中国残留邦人等支援給付受給者は無料  
印はがきに住所、氏名、生年月日、年齢、性別、電話番号を明記し、〒182-0026小島町2-33-1文化会館たづくり西館4階健康推進課「肺炎球菌予防接種」係へ※申込みをした方には、1～2週間程度で予防票・市内指定医療機関一覧などを同封したご案内を送付します。同封されている予防票を持って市内指定医療機関で接種してください

### ●風しん予防接種費用

～妊娠している女性の夫（下記②）の助成は9月30日(月)まで～

風しんは、免疫のない女性が妊娠中（特に妊娠初期）に感染すると、胎児が先天性風しん症候群（白内障、先天性心疾患、難聴などの症状）となるおそれがあり、注意すべき疾患です。先天性風しん症候群の発生防止を目的として費用助成を実施しています。

①19歳以上で①または②に該当する市民（原則、過去に風しんに罹患したことがなく、風しんの予防接種を受けたことがない方に限る）①妊娠を予定または希望している女性②妊娠している女性の夫（児の父親） 接種期間／平成26年3月31日(月)まで（②は9月30日(月)まで）

接種場所／市内指定医療機関 随申込み順風しん混合ワクチン：自己負担額4000円（市助成額4400円）風しん単抗原ワクチン：自己負担額3000円（市助成額3300円）※生活保護受給者、中国残留邦人等支援給付受給者、市民税非課税の方は無料  
随直接市内指定医療機関へ※②は子どもの母子健康手帳持参※市民税非課税の方は事前に健康推進課で手続きが必要

## 定期予防接種を受けられる期間とお知らせする時期

ワクチン種類	年齢(月齢)	1	2	3	4	5	入学前	小学校入学	7	8	9	10	11	12	13	高校1年生	高校2年生	18	20
BCG(結核)(注1)	かか	か	か	1歳6か月	2歳	3歳	4歳	5歳	入学前	小学校入学	7歳6か月	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	18歳	20歳
急性灰白髄炎(ポリオ)	★																		
三種混合	★																		
四種混合	★																		
二種混合																			
日本脳炎(注2)																			
麻しん風しん混合(MR)																			
ヒブ	★																		
小児用肺炎球菌	★																		
子宮頸がん(注3)																			

定期予防接種で受けられる期間（無料） 調布市の法定外予防接種で受けられる期間（無料） ★市からお知らせする時期  
接種場所／市内指定医療機関 随予診票は市内医療機関に備付のものがありますが、事前に必要な方は健康推進課へお問い合わせください

(注1) 4月1日から対象者が1歳未満までに拡大されました  
(注2) 平成7年4月2日から平成19年4月1日までの間に生まれた方(特例対象者)で、これまでに第1期初回(2回)、追加(1回)、第2期(1回)の合計4回接種をされていない方は、20歳未満の間、その不足回数を無料(公費負担)で接種することができます  
※接種日に13歳以上の方は、予防票の保護者自署欄への記入と保護者の同意書(市の監から印刷可)の提出により、当日の保護者同伴は不要  
※中学1年生以上の女性の方は、予防票のほか、妊娠に関する質問(市の監から印刷可)に要回答  
平成25年度に、7～10歳になる方で第1期が完了していない方、18歳になる方で第2期が完了していない方には4月に通知しました  
(注3) 現在、子宮頸がん予防ワクチンの接種を積極的にはお勧めしていません。接種する場合は、有効性とリスクを理解したうえで受けるようにしてください  
随詳細は市の監をご覧ください

### スポーツ祭東京2013開催記念 第58回調布市商工まつり

今年は「～元気タウン調布～ゆりーと」と共に羽ばたけ商工業」をテーマに開催します。

9月15日(日)・16日(祝) 随午前10時～午後4時  
随市役所前庭、文化会館たづくりむらさきホールほか  
びっくり市／市内各店の銘菓・商品、姉妹都市木島平村や新島村の特産品を販売  
アトラクション／スポーツ祭東京2013PR、FC東京キックターゲット、アーティストによるライブ・ダンス・ジャズ・オーケストラ、フワフワ(エア遊具)、ラジコンコーナー、ヨーヨーすくい、商工会女性部チャリティーバザー、キャラクターじゃけん大会を実施

PR展示／市内事業所で取り扱う優良製品・優良取扱商品・サービスを紹介  
お楽しみ抽選会／商工まつり抽選券(商工会報「まつり特集号」に掲載)をご持参の方に、抽選で豪華賞品をその場でプレゼント  
東日本大震災復興支援コーナー／東北の物産販売のほか、スポーツ祭東京2013グッズの販売、警察署・消防署の活動を紹介  
※内容を変更する場合がありますので、あらかじめご了承ください  
随詳細は、9月14日(土)の朝刊に、プログラムを記載した商工会報を折込みますのでご覧ください  
問合せ 調布市商工会 ☎485-2214 (産業振興課)

### 昭和記念公園散策 ハルシウォーキング ～コスモス観賞&レクリエーション～

都内最大と言われる400万本のコスモスが見頃の季節です。素敵な花を觀賞しながら、レクリエーションを楽しみましょう。

随10月17日(木)※雨天中止  
随午前9時(JR立川駅北口広場。時間厳守)  
解散／午後3時予定(JR青梅線西立川駅)  
歩行距離／約5km  
随300円(保険料、資料代)  
随弁当、飲み物、雨具、健康保険証 随当日直接集合場所へ  
随ウォーキングシューズなど滑りにくい靴での参加をお願いします  
随調布市民健康づくり始める会  
問合せ 市民活動支援センター電話代行サービス ☎498-3381 (開催前日まで) (健康推進課)

### せんがわ劇場

◆サンデー・マティネ・コンサート～午後の前奏曲～Volume112  
尺八の音色が紡ぐ、幻想的な世界を体験してみませんか。  
随9月15日(日)午前11時～(10時30分開場) 随入江要介(尺八)  
随当日先着100人程度(入場者多数の場合、入場制限あり) 随無料  
随未就学児入場可(子ども向けの公演ではありません)

◆せんがわシアター121 vol.2 『紙屋悦子の青春』  
せんがわシアター121公演第二弾は、発表から20年近くが経過し、数々の上演と黒木監督による映画化でも知られる『紙屋悦子の青春』を上演します。  
随10月18日(金)・22日(火)・29日(火)、11月5日(火)・12日(火)  
随午後7時30分～(29日のみ2時～) 作／松田正隆 演出／越光照文 随各回100人程度  
随全席指定、一般2000円、市民割引(在任・在勤)1800円、学生1000円、ハンディキャップ割引、前回公演半券割引あり 随9月7日(土)午前10時からチケット前売り開始  
◆表現ワークショップ「ステージアーティスト講座・実践編」  
舞台表現の専門家による、表現ワークショップです。5人の講師が1回ずつ講座を行いますので、希望する回のみを受講も可能です。  
随・随9月10日(火)・出演 藝氏(舞と所作)、13日(金)・菊池 准氏(演技)、18日(水)・佐藤 正行氏(殺陣)、27日(金)・小池博史氏(身体表現)、10月2日(水)・楠原竜也氏(身体表現)  
随午後6時30分～9時 随せんがわ劇場ホール 随18歳以上(高校生不可)  
随各回申込み順15人 随全5回分：一般1万2000円、市民割引1万円(市内在住・在勤)、学生8000円、1回分：一般3000円、市民割引2700円(市内在住・在勤)、学生2000円 随申込書(劇場で配布または劇場監から印刷可)を9月6日(金)までにFAXまたは持参(希望する回のみ)の受講は開催日3日前まで受付 随詳細は劇場監をご覧ください

### 児童館まつり

各児童館が地域の団体や協力者と実行委員会を組織し、児童館メンバーズ(児童館や地域のリーダーとなる小学3年生以上の児童)も企画運営に加わり、児童館でお祭りを実施します。各コーナーで必要となるチケットを事前に販売します。  
10月末までに実施する児童館まつりは、表の通りです。児童館利用者にかかわらず、地域の方も参加できますのでお越しください。11月に実施する児童館は、別途お知らせします。

場所	日時	内容	チケット	問合せ
富士見児童館	9月22日(日) 午前10時～午後2時30分	模擬店、ゲーム、工作、幼児コーナーほか	随450円(先着350枚) 随児童館で販売中(日曜日、祝日を除く午前10時～午後5時)※余った場合は当日券あり(当日券は500円)	☎481-7677
佐須児童館	9月29日(日) 午前10時～午後3時	模擬店、ゲーム、工作、幼児コーナーほか	随1400円(先着250枚)②300円(先着100枚) 随①②共に9月6日(金)午前11時から児童館で販売(日曜日、祝日を除く午前10時～午後5時30分)③各種当日券販売※枚数に限りあり	☎481-0348
多摩川児童館	10月6日(日) 午前11時～午後3時	「たまごん村のハロウィンパーティー～謎解きはまつりのあとで～」、模擬店、ゲーム、工作、幼児コーナー、仮装コンテストほか	随500円(先着500枚(幼児券120枚、一般380枚)) 随9月11日(水)午前10時から児童館で販売(日曜日、祝日を除く午前9時～午後6時)	☎481-7680
緑ヶ丘児童館	10月20日(日) 午前10時～午後2時	名称「みどわーつ」～テーマはハロウィン～ 模擬店、ゲーム、工作、幼児コーナー、仮装コンテスト、かぼちゃの重量当て、和太鼓サークルや白百合女子大チアリーディングの発表ほか	随幼児券300円(先着70枚)、一般券400円(先着350枚) 随10月9日(水)午後3時から児童館で販売(日曜日、祝日を除く午前10時～午後6時)※余った場合は当日券あり	☎03-3309-0521
国領児童館	10月27日(日) 午前10時～午後2時	模擬店、ゲーム、工作、幼児コーナーほか	随390円(先着300枚) 随10月7日(月)午前10時から児童館で販売(日曜日、祝日を除く午前10時～午後6時)	☎485-8423

### 調布市子ども交通教室第3期生徒募集

交通ルールや自転車の正しい乗り方を身につける教室です。

●りすちゃんクラブ・火曜日コース(全8回)  
随①10月22日②29日③11月5日④12日⑤19日⑥26日⑦12月3日⑧10日  
随午後2時30分～3時30分 随市内在住・在園の幼稚園年少組に該当する年齢の幼児

●うさちゃんクラブ(全8回)  
随A火曜日コース／①10月24日②31日③11月7日④14日⑤21日⑥28日⑦12月5日⑧12日  
随B金曜日コース／①10月25日②11月1日③8日④15日⑤22日⑥29日⑦12月6日⑧13日

随A/B共に  
随午後2時30分～3時30分 随市内在住・在園の幼稚園年中・年長組に該当する年齢の幼児

●小学生クラブ・水曜日コース(全8回)  
随①10月23日②30日③11月6日④13日⑤20日⑥27日⑦12月4日⑧11日  
随午後3時20分～4時20分 随市内在住・在学の小学1～3年生

各クラブ共に  
随15人(多数抽選) 随無料 随往復はがきに希望クラブ名(コース名)、郵便番号、住所、氏名(ふりがな、子ども・保護者)、性別、電話番号、子どもの生年月日、幼稚園(保育園)名または小学校名を明記し、9月12日(木)(必着)までに〒182-0017深大寺元町1-30-1調布市子ども交通教室へ 随受講は年1回のみ  
問合せ 調布市子ども交通教室 ☎487-5055 (月曜日、祝日を除く) (交通対策課)

### 雑木林ボランティア講座(全2回)

昭和30年頃まで生活と農業に深く関わってきた雑木林の現状を知り、市内に残る樹林の維持管理に役立つ知識と技能を身につけます。

随・随①10月19日(土)・生き物から見る雑木林の生態系、フィールド観察②11月16日(土)・冬の雑木林保全と農業との関わり、火燻し体験など 随午前10時～午後3時(変更の場合あり)  
随市内の雑木林保全活動に関心があり、野外での活動が可能な18歳以上の市民 随申込み順20人 随1000円(保険料、資料代)  
随企画・運営／ちようふ環境市民会議  
随電話・FAX・Eメールで環境政策課 ☎481-7550 随kankyuu@w2.city.chofu.tokyo.jpへ  
問合せ 環境政策課 ☎481-7086

### セプテンバーコンサートJP 2013 in 調布

「世界の平和を祈りながら街中を音楽で満たそう！」という趣旨のもと、世界17か国で9月に同時開催されている参加型の「平和祈念コンサート」です。復興支援及び市内福祉施設の商品販売も行います。

随9月7日(土)午前11時～午後4時※雨天決行  
随深大寺、深沙の杜ほか 随無料 随入退場自由  
随主催・問合せ NPO法人環境なき楽団 セプテンバーコンサートJP調布支部 ☎090-8178-1310 随「セプテンバーコンサートJP調布支部」(文化振興課)

イベント・講座・講習会

就学前のお子さんの保護者向け講演会  
「準備は、い〜い？もうすぐ〜年生  
〜生活習慣は幼少期から〜」

市内在住でおおむね3歳〜就学前のお子さんの保護者を対象に、調布市幼保小連携事業として開催します。

9月21日(土)午後2時〜4時(1時30分開場) 園教育会館3階研修室  
園市健康推進課職員 園申込み順80人  
園申込み順30人

9月6日(金)午前9時から電話で子ども政策課☎481-7132〜4へ

多摩川自然情報イベント

9月の月替わりプログラム

いきものプールの  
いきもの観察と水質調査  
解説員と一緒に情報館のいきものプールに棲む生き物を箱メガネや顕微鏡で観察してスケッチしよう。水質検査キットでいきものプールの水質を調べよう。

園土・日曜日、祝日 園当日直接会場へ  
園環境政策課☎481-7086

樹木せん定入門講座(全4回)

自宅の緑化に取り組んでみませんか。  
園10月5日〜26日の毎週土曜日(予備日11月2日)※雨天中止 園午前9時30分〜正午 園北部公民館及び近隣の公園

園市内在住・在勤の樹木のせん定初心者(前回参加者不可) 園(一社)東京都造園緑化業協会技術指導員 園20人(多数抽選) 園500円(テキスト代)

園せん定ばさみ(大きなものでなく枝切ばさみ)、手袋 園園はがきに「せん定入門講座希望」、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、9月20日(金)(必着)までに〒182-8511市役所緑と公園課(市役所8階)☎481-7083へ郵送または持参※結果は郵送通知

喫煙マナーアップポスター・標語展

「たばこのめいわく」をテーマに、市民の方や、市内の小・中学生から募集したポスター・標語作品を展示します。

来場者の投票が多かった作品は、市の喫煙マナー啓発ポスターや、ポケットティッシュのデザインに採用する予定です。

園9月13日(金)〜19日(木)  
園文化会館たづくり11階みんなの広場  
園環境政策課☎481-7087

今から始める健康づくり教室

〜いつから始めるの？今でしょ！〜  
健康診断、受けただけで健康になった気がしていませんか。若々しく健康に過ごすために今日からでも始められる生活のヒントをお伝えします。

園10月1日(火)午後1時30分〜 園保健センター3階 園65歳以下 園「健診」と「検診」について、食事と食べ方チェック、家庭でも続けられるエクササイズ  
園申込み順20人 園医療機関で治療の方はご相談ください  
園健康推進課☎441-6082

家庭教育セミナー

◎時間管理  
〜親子で生活時間を見直そう〜  
忙しい現代、思うように時間が使えないのはなぜか。この機会に講師考案の「時間簿」を使いライフスタイルを見直しませんか。

園9月14日(土)午後1時30分〜3時30分  
園市立第六中学校音楽室  
園あらかわ菜美氏(時間デザイナー)  
園当日先着50人 園無料  
園市立第六中学校副校長☎485-5276

◎こんな時どうしたらいいの？自分さがしの中学生とつき合う方法  
放っておいてほしいという気持ちと、構ってほしい気持ちの両方をもつ中学生に大人はどう向き合っていけばいいので

しょうか。スクールカウンセラーとして多くの小・中学生に関わってきた講師とともに、具体的な事例で考えてみませんか。

園9月30日(月)午後1時30分〜3時30分  
園市立第三中学校第二体育館  
園松尾直博氏(東京学芸大学准教授)  
園当日先着80人 園無料  
園市立第三中学校副校長☎482-0293

◎ゲーム・携帯・ネットのトラブルから子どもを守るファミリールール〜家庭でのルール作りの参考にしませんか？〜

グループワーク形式で、家庭でのルール作りについて話し合います。

園10月8日(火)午前10時〜正午 園市立飛田給小学校家庭科教室  
園東京都ファミリールール事務局  
園申込み順80人 園無料 園園市立飛田給小学校副校長☎487-2815

社会教育学習グループ公開講座 スペース・クッション「平成25年度精神保健ボランティア基礎講座」(全3回)

心病む人やその家族の支援を目的として、精神保健医療の専門家の講義により、当事者との関わり方・支え方を学ぶ精神保健ボランティア育成講座です。

園・園①10月5日(土)・若林ふみ子氏(生活臨床心理カウンセリングセンター顧問)②12日(土)・伊東秀幸氏(田園調布学園大学教授)③26日(土)・石山淳一氏(帝京大学准教授) 園午後2時〜4時30分  
園総合福祉センター2階会議室(201ほか)  
園20人(多数抽選) 園1500円(資料代)

園①のみ当日先着順での参加可(費用500円) 園園往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、受講動機を明記し、9月15日(日)(消印有効)までに、〒182-0035 園国領町2-5-15市民活動支援センター 園気付メールボックスNo.38 スペースクッション☎090-8119-3298(毎週金曜日正午〜午後3時30分)へ

(社会教育課)  
園江戸・TOKYO技とテクノの融合展2013  
伝統工芸から先端技術まで、多彩な270企業によるブース展示、著名講師陣による講演会、出展者によるプレゼンテーションを行います。新技術や新商品の情報収集の場として、またビジネスパートナーとの出会いの場として、ご活用ください。

園10月3日(木)午前10時〜午後5時  
園東京国際フォーラム展示ホール(千代田区丸の内3-5-1) 園無料  
園詳細は東京信用保証協会☎をご覧ください 園東京信用保証協会ビジネスフェア実行委員会事務局☎03-3272-2070  
(産業振興課)

園「海の森」秋の植樹まつり  
東京湾の中央に位置するごみと建設残土で埋め立てられた島を、植樹活動によって美しい森に生まれ変わらせる「海の森」プロジェクト。ボランティアの方々や育った苗木や、募金で購入した苗木を植える方を募集します。

園10月26日(土) 園各回共に350人程度  
園10月25日(金)・27日(日)  
園各回共に500人程度  
園①②共に  
園午前10時または午後1時(りんかい線東京テレポート駅隣接駐車場内)  
園無料 園交通手段は各グループで用意  
園園往復はがきまたは「海の森」園から、代表者名及び団体名(ふりがな明記)、住所、電話番号、参加人数(未就学児は含まず)、参加希望日と時間(第二希望も)を明記し、9月20日(金)(消印有効)まで

青少年リーダー育成のための  
ジュニア・シニアリーダー講習会「レクの集い」  
市内の小・中・高校生が集まり、学校を超えた仲間と一緒に、楽しいレクリエーションを行います。  
園9月22日(日)午前9時30分〜正午  
園深大寺自然広場(通称かに山キャンプ場)※雨天時は市立八雲台小学校体育館  
園市内在住・在学の中・高校生 園無料  
園申込書(市内中・高等学校、社会教育課(教育会館1階)、各公民館・児童館などで配布、または市の園から印刷可)に必要事項を記入し、事前に社会教育課または講習会に持参(講習会当日に持参する場合は、要電話連絡)  
園市立小学校在学学生も参加可能です。小学生の申込みは各健全育成推進地区委員会へお問い合わせください 運営/調布市レクリエーション研究会  
問合せ 社会教育課☎481-7490



に〒163-8001東京都港湾局臨海開発部海上公園課協働推進担当係☎03-5320-5590へ※植樹参加者を対象に、クラフト体験(25日)、環境モニター・組みひも体験など(26日・27日)も開催します(参加自由・無料) (緑と公園課)

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

小児科医による健康相談  
園9月17日(火)午後1時30分〜2時30分  
園すこやか保健室 園貫井清孝氏(ぬきいこどもクリニック院長)  
園申込み順5人 園電話または直接すこやかへ 園診察は行いません

男女共同参画推進センター  
〒182-0022 園領町2-5-15 市民プラザあくろす3階 専用園あり  
☎443-1213・☎443-1212・E:danjyo@w2.city.chofu.tokyo.jp

働きたい!女性のための再就職応援講座(全2回)  
自分にぴったりの働き方を探り、目指す仕事を獲得していくための講座です。就活中の方も、これからスタートする方も、いずれ働きたい方も、大歓迎です。

園・園①10月3日(木)・私に合った働き方は?②17日(木)・知らない損する!イマドキの就活ノウハウ「書類&面接」  
園午前10時〜正午 園市民プラザあくろす3階あくろすホール  
園長谷川能扶子氏(1級キャリアコンサルティング技能士、シニア産業カウンセラー、(有)C-Mind代表取締役)  
園申込み順30人 園長谷川能扶子氏  
園無料 園1歳以上就学前(要予約)  
園9月6日(金)午前9時から男女共同参画推進センターへ

園東部児童館☎03-3307-6146

◎子育てひろば「乳児のための救急法」  
園9月20日(金)午前10時30分〜正午  
園遊戯室 園市内在住の0歳児と保護者※近隣の方優先 園図誤飲・頭部打撲・水難事故への対処、心肺蘇生法 園調布消防署つつじヶ丘出張所 園申込み順20組  
園無料 園9月6日(金)午前10時から直接児童館、午後1時から電話でも受付(日曜日、祝日を除く)  
園緑ヶ丘児童館☎03-3309-0521

◎子育てひろば  
①心の東京塾「元気の出る子育て講座」  
「叱ろう」他人の子どもでも」をテーマに、子育てについてアドバイザーを中心にグループワーク形式で話し合いを行う講座です。

園9月26日(木)午前10時30分〜11時30分  
園1歳6か月〜3歳児と保護者  
園申込み順15組  
園講座当日のフリーランドはお休みです  
②子育て支援事業「ベビーダンス」  
赤ちゃんと一緒にダンスで健康づくりを楽しみながらストレスを解消しましょう。

園9月27日(金)午前11時〜11時40分

園首がすわった3か月〜1歳6か月児と保護者 園中倉佳代氏(日本ベビーダンス協会) 園申込み順15組  
園抱っこひも、飲み物

①②共に園児童館2階集会室 園無料  
園9月6日(金)午前10時から電話または直接児童館へ(日曜日、祝日を除く)

つつじヶ丘児童館☎482-6201  
◎子育てひろば「食育講座」  
食事について困っていることなど日頃の疑問を解決します。

園10月2日(水)午前10時30分〜正午 園つつじヶ丘児童館ホール 園乳幼児と保護者(保護者のみの参加可) 園八木眞澄氏(栄養士) 園申込み順40組 園無料  
園9月6日(金)午前10時から電話または直接児童館へ(日曜日、祝日を除く)

産業振興センター  
〒182-0022 園領町2-5-15 市民プラザあくろす3階 専用園あり  
☎443-1217・☎443-1218・E:industry@chofu-across.jp

①ネットショップ集客の決め手(入門編)〜魅せる商品写真撮影セミナー

「ネットショップの集客が思うようにいかない」「ネットショップの売上が伸びない」もしかししたら、原因は商品写真ではないですか。今回のセミナーは、フォトグラファターの講師を迎え、魅力的な商品写真の撮影方法を説明します。

園9月7日(土)午後1時30分〜4時  
園市民プラザあくろす3階研修室3  
園赤石雅紀氏(フォトグラファー)、飯田廣己氏(ITコーディネータ)  
園申込み順20人 園500円

②売上アップ方法を考える相談会  
〜自社に合った売上拡大策と一緒に考えましょう〜  
起業済みの方も、新規創業の方も、ビジネスを拡大していく手法を考えてみませんか。

園9月27日(金)  
相談員/小田明彦氏(中小企業診断士)  
③ネットショップ相談会  
〜開店の手順から集客まで〜  
出店の方法や戦略、商材や仕入れ、開業に当たっての法規制や留意事項などご相談ください。

園9月28日(土) 相談員/飯田廣己氏(ネットショップ実務士)  
④労務相談会〜労働条件を明示していますか?労働条件通知書を交付して、無用な労使トラブルを防止しましょう〜  
会社・事業主が後々不利にならないよう、従業員を雇用する際には、労働条件を明示しましょう。

園9月30日(月)  
相談員/竹内潤也氏(社会保険労務士)  
②〜④共に園午前9時〜午後4時(正午〜午後1時を除く)※1人50分  
園申込み順6人 園無料

①〜④共に  
園産業振興センター園の申込みフォームまたは電話・FAX・Eメールで申込み

●(一財)調布市市民サービス公社嘱託職員募集 業務内容/会計など(実務経験者) 勤務地/下記所在地 時給/1000円(交通費なし・社会保険完備) 勤務形態/週5日・午前8時30分〜午後5時15分(実働8時間) 雇用期間/10月1日(火)から2か月間(更新可) 書類選考のうえ面接。面接日は9月20日(金)までに書類選考合格者へのみ電話連絡 園園9月13日(金)までに履歴書と職務経歴書を郵送で〒182-0036飛田給1-23-38調布市市民サービス公社☎486-2112へ (行財政改革課)

# 健康推進課

〒182-0026小島町2-33-1  
文化会館たづくり西館保健センター4階  
☎441-6100

●乳がん検診  
【市内検診機関】毎月、12日までの申込みは翌月の受診、13日以降の申込みは翌々月の受診となります。

実施場所	検診日	申込み方法
①調布東山病院 【定員各月160人】 (調布駅から徒歩1分)	月・水・土 曜日の午後	☎481-5711 (月～土曜日 午後1時～5時) ☎481-5514
②調布病院 【定員各月100人】 (調布駅、 京王多摩川 駅からバス)	月～金曜日 の午後	☎484-2626 (月～金曜日午前9時 ～午後4時30分 土曜日午前9時 ～午後0時30分 ☎481-0323
③神代クリニック 【定員各月150人】 (つつじヶ丘駅 から徒歩5分)	月～水曜日 の午前	☎443-2246 (月～水・金曜日 午前9時～11時・ 午後3時～5時 土曜日午前9時～11時)
④飯野病院 【定員各月100人】 (調布駅から徒歩1分)	月～水・金 ・土曜日 の午後	☎483-8811 (月～水・金・土曜日 午前9時 ～午後4時30分)

【11月の市外検診機関】

実施場所	検診日	定員
⑤東京都がん検診センター (京王線府中駅からバス)	11月5日(火) 13日(水) 21日(木) 25日(月)	各日 申込み順 13人
⑥財団法人予防医学協会 (都営地下鉄・JR・東京外口 市ヶ谷駅から徒歩5分)	11月1日(金)～ 29日(金)の平日 11月2日(土)・16 日(日)・30日(日) の午前	各日 申込み順 2人

①～⑤昭和49年3月31日以前に生まれた女性⑥受診時に50歳以上の女性  
問診、視触診、マンモグラフィ  
費1500円(検査時持参) 注意事項/次  
の方は受診不可①平成24年4月以降の市  
の乳がん検診受診者②乳腺科治療中または経過観察中③生理直前、生理中④妊娠  
中(可能性あり含む)⑤授乳中⑥心臓ベ

ースメーカー、豊胸手術や乳房内に人工  
物がある方 ①～④電話またはFAX  
(①②のみ)で住所、氏名、生年月日、年  
齢、電話番号、検診希望日(FAXの場合  
のみ第3希望まで)を各申込み先へ、⑤  
⑥9月9日(月)午前9時から電話で健康推  
進課☎441-6082へ※受診可能な方には、  
後日、医療機関から必要書類を郵送

●10月の子ども歯科相談室

健診名	対象	日時	定員
2歳児	平成23年 9～10月生まれ	10月16日(水)午前 25日(金)午前	各日 申込み順 50人
2歳 6か月児	平成23年 3～4月生まれ	10月4日(金)午前 23日(水)午前	
3歳 6か月児	平成22年 3～4月生まれ	10月11日(金)午後 30日(水)午後	各日 申込み順 40人
4歳児	平成21年 9～10月生まれ	10月2日(水)午後	
5・6歳児	平成19年4月～ 平成20年11月生まれ	10月2日(水)午後	申込み順 4人
歯科 矯正相談	6歳～中学生まで	10月2日(水)午後	

調布保健センター2階  
図虫歯予防の話、歯科健診、  
歯磨きの練習 図電話で健  
康推進課☎441-6081へ  
※歯科矯正相談のみ9月9  
日(月)午前9時から受付



●わくわく育児教室「祝・赤ちゃん卒業」編  
図9月17日(火)午前9時30分～11時  
調布保健センター2階 図平成24年9～11  
月生まれの乳児と保護者 図子どもの発  
育、生活リズム、食事、歯磨きなど  
図申込み順30組 図9月9日(月)午前9時  
から電話で健康推進課☎441-6081へ  
●もうすぐママ・パパ教室(全4回)  
調布保健センター2・3階、子ども家庭支援  
センターすこやか 図初めて出産を迎える  
妊娠16～27週の方(就労中の方は妊娠  
31週まで) 図妊娠中の生活の話、グル  
ープ交流、体験学習など 図申込み順40人  
図電話で健康推進課☎441-6081へ

## 食育コラム 1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後に薬 ～健康寿命を延ばしましょう～

9月は健康増進普及月間です。平成24年の日本人の平均寿命は、女性が86.41歳で世界一、男性が79.94歳で世界5位となりました。  
平均寿命の延伸が喜ばれる一方で、高齢化、生活環境の変化などに伴って、糖尿病・がん・心臓病・脳卒中などの生活習慣病は増え続けています。健康で長く生き生きと暮らすため、毎日の生活で「運動・食事・禁煙」を意識してみませんか。  
運動をプラス10分/生活習慣病を予防するには、1日当たりの歩数が男性で9000歩、女性は8000歩が目安と言われています。平均的な歩数と比べると、足りないのはあと1000歩で、目安は10分です。近くのスーパーなどへの移動を自転車から徒歩に変えてみるのも効果的です。  
野菜をプラス1皿/大人が1日に必要とする野菜の摂取量は350gで、日本人の平均的な摂取量と比べると、足りないのは小鉢一皿分です。野菜の摂取を心掛け、外食では丼物などの1品メニューから定食に変えてみませんか。  
たばこの煙を避ける/たばこは肺がんやCOPD(慢性閉塞性肺疾患)などに罹るリスクを高めます。受動喫煙でもリスクは高まりますので注意しましょう。



## スポーツ

スポーツ振興課 〒182-8511  
市役所3階 ☎481-7498  
☎481-6881

●ミスノフットサルプラザ調布  
市民優先使用抽選(11月分)  
図11月3日(祝)午後6時～8時・9日(土)正  
午～午後2時・16日(土)午後2時～4時・

●緑ヶ丘初心者テニス教室(全6回)  
図10月5日～11月9日の毎週土曜日※天  
順延11月16日(土)・23日(祝)・30日(土)  
図午前10時～正午 図市民緑ヶ丘テニ  
スコート 図市内在住・在勤・在学の15歳  
以上(中学生を除く) 図調布市テニス  
連盟公認指導員 図26人(多数抽選)  
図5000円(事前振込) 図ラケット(貸  
出しなし)、テニスシューズ、運動ので  
きる服装 図往復はがきに教室名、住所、  
氏名、年齢、性別、電話番号を明記し、  
9月12日(木)(必着)までに〒182-0023  
調布染地郵便局留 調布市テニス連盟  
近藤真由美へ 図体育協会

●ここにこ健康体操～音楽に合わせて楽しく体を動かしましょう～  
図①10月3日(木)②17日(木)③11月7日(木)④  
平成26年1月9日(木)⑤23日(木)⑥2月6日  
(木)⑦20日(木)⑧3月6日(木)⑨20日(木)  
図午後1時～2時 図身体障害者(介  
護者も同伴可) 図高松光子氏(調布市ス  
ポーツ指導員) 図申込み順30人  
費1回200円 図調布市体育協会から申  
込み、または、往復はがきにスクール名、  
住所、氏名、年齢、性別、電話番号を明  
記し、体育協会☎481-6221・☎481-  
6226へ(FAX、電話での申込みも可)  
●卓球スクール(全6回)  
図10月11日～11月15日の毎週金曜日  
図午前9時30分～11時30分 図総合体育  
館 図調布市卓球連盟指導員 図40人(多  
数抽選) 図室内用シューズ、運動ので  
きる服装、ラケット(貸出しあり)  
●初心者弓道スクール(全6回)  
図①10月15日(火)②16日(水)③17日(木)④22日  
(火)⑤23日(水)⑥24日(木) 図午後6時30分～  
8時30分 図市立調布中学校弓道場  
図調布市弓道連盟指導員 図15人(多数

23日(祝)午後4時～6時 図市内在住・在  
勤・在学の5人以上の団体※代表者は15  
歳以上(中学生を除く) 費1万6000円  
図往復はがきに第1希望日と第2希望日、  
団体名、代表者の住所、氏名、年齢、電  
話番号、メンバーの氏名を明記し、9月  
30日(月)(消印有効)までにスポーツ振興  
課「MFP調布11月分」係へ(多数抽選)

抽選) 図白足袋または靴下  
●A●共に市内在住・在勤・在学の15歳  
以上(中学生を除く) 費3000円(初回  
持参) 図調布市体育協会から申込み、ま  
たは、往復はがきにスクール名、住所、  
氏名、年齢、性別、電話番号を明記し、  
9月15日(日)(必着)までに体育協会へ

●ジュニアスイミングスクール(全7回)  
図10月5日～11月16日の毎週土曜日  
図泳げない小学生クラス/午後1時30分  
～3時、クロールで25m以上泳げる新小  
・中学生クラス/午後3時30分～5時  
図総合体育館 図調布市水泳連盟指導員  
図各クラス50人(多数抽選)  
費3500円(初回持参)  
図水着、水泳帽子、ゴーグル、タオル

●Kidsチャレンジ体操スクール(全5回)  
図10月16日～11月13日の毎週水曜日  
●跳び箱チャレンジスクール(全5回)  
図10月18日～11月15日の毎週金曜日  
●共に市内在住・在勤・在学の15歳以上  
(中学生を除く) 費2500円(初回持参)  
●第53回調布市民体育祭ゴルフ競技  
(兼調布チャリティゴルフ大会'13)  
図10月25日(金)※雨天決行 図メイプルボ  
イントゴルフクラブ(山梨県上野原市)  
図18ホールストロークプレー  
図市内在住・在勤の方 図申込み順160人  
費2万円(プレー・カート・キャディ・  
昼食・賞品代含む)  
図9月5日(木)～13日(金)(土・日曜日を  
除く)の午前9時～午後3時に電話また  
は直接体育協会へ申込書を請求

## 第32回市民医学講座「やさしくわかる認知症」

認知症は高齢者の4～5人に1人の割合で見られますが、その原因は様々です。早めに医療機関を受診することで病気の進行を防げるかもしれません。「認知症って何?」「周りの人はどのように接すればいいの?」「認知症を予防するには」などの疑問に分かりやすく答えます。  
図10月5日(土)午後2時30分～(2時間開場) 図グリーンホール小ホール 図本間 昭氏(認知症介護研究・研修東京センター長)  
定当日先着200人 費無料 図なし  
共催・問合せ 調布市医師会☎483-8648、健康推進課☎441-6100



## 相互友好協力協定締結大学の市民対象の事業紹介 93 (生涯学習交流推進課)

●電気通信大学 <平成15年5月20日締結>  
①いっしょに直そうおもちゃの病院  
図9月21日(土)午後1時～3時  
図創立80周年記念会館  
※要申込。救急来院可(受付2時まで)  
②子供工作教室  
「ゲルマニウムラジオの製作」  
図9月28日(土)午後1時～4時  
図創立80周年記念会館  
図小学生(小学1・2年生は保護者同伴)  
図申込み順20人 費500円  
③公開講座「第8回調布市の文芸業塾」  
(全2回)  
図①10月5日(土)②12日(土)  
図午後1時～4時 図東3号館301室  
図一般市民・学生 図申込み順20人  
④～⑥共に調布研究協力課☎443-5880  
※⑥は9月6日(金)午前8時30分から受付

●明治大学 <平成16年2月17日締結>  
①漫画はどのようにして生まれたか  
～西洋と日本～ (全5回)  
図9月20日～10月18日の毎週金曜日  
図午後7時～8時30分 図申込み順50人  
②スマートフォン・タブレットがよくわかる!!～原理からアプリまで、魅力を徹底解析～ (全5回)  
図9月21日～10月19日の毎週土曜日  
図午後1時～2時30分 図申込み順40人  
③共に調布中野キャンパス交流ギャラリ  
ー 費8000円※2013年度に中野・生田キ  
ャンパスで実施の講座への申込者は入会  
金3000円は無料 図調布リパティアカデ  
ミー事務局☎03-3296-4423・図「明治大  
学リパティアカデミー」  
●東京外国語大学 <平成18年11月2日締結>  
東京外国語大学オープンアカデミー  
①アカデミー講座(後期)

近隣の方を対象に開講する、語学と教  
養の公開講座です。  
図府中キャンパス(夜間)または本郷サ  
テライト(昼・夜間)  
費7500円～1万8000円(教材費別)  
図受付中※定員になり次第終了  
②市民聴講生制度(後期)  
学生と一緒に授業を受け、キャンパス  
ライフを体験できます。  
図府中キャンパス 費1科目1万8000円  
(教材費別) 図9月10日(火)(消印有効)  
③共に調布詳細は図「東京外国語大学オ  
ープンアカデミー」参照 図総務企画課  
☎042-330-5823  
●東京慈恵会医科大学 <平成20年11月28日締結>  
④第65回公開健康セミナー  
「頻尿と尿失禁について」  
図9月21日(土)午後2時～3時30分 図看  
護学大講堂 図一般市民 図成岡健人

(本学診療医員) 図当日先着150人 費無  
料 図第三病院管理課☎03-3480-1151  
⑤コンポリクラブ「1. こどもの喘息  
2. 熱がでてあわてない!熱の対処法」  
図9月28日(土)午後2時30分～4時  
図第三看護専門学校6階大教室 図中  
生までの保護者 図赤司賢一・田村英一  
郎(小児科医師) 図申込み順100人  
費無料 図調布第三病院小児科外来☎03-  
3480-1151(内線3185)  
⑥医学部看護学科第2回公開講座  
「あなたにも救える命～心肺蘇生法(AED  
含)講習会～」  
図9月28日(土)午後1時～2時30分(受付  
正午～) 図国領キャンパス看護学科校  
舎1階大講堂 図高島尚美(本学教授)  
費無料 図当日直接会場へ  
図駐車場なし 図医学部看護学科学事課  
☎03-3480-1151(内線2611)

# 郷土博物館

〒182-0026 小島町3-26-2  
☎481-7656 ㊟481-7655

入館料/無料

休館日/月曜日(祝日の場合は翌日)

## ●常設展示「調布の歴史」

☎午前9時～午後4時

展示資料/市内遺跡から出土した土器や石器、江戸時代の村絵図、古文書、太平洋戦争の資料ほか

## ●収蔵品展

「ところ変わればだるまも変わる～「ヒゲ」から「ヒメ」まで勢ぞろい～」

郷土博物館が収蔵する加藤文成郷土玩具コレクションの中から、日本各地のだるまを展示し、郷土玩具に込められた人

々の願いや祈りを紹介します。また、日本三大だるま市のひとつでもある、深大寺のだるま市にちなんで、多摩のだるまとその製造方法を展示します。

☎9月16日(祝)まで

## ●文化財ウォーク「小金井市・滄浪泉園から調布市・近藤養生家跡へ」

野川の湧水と崖の自然に触れながら、小金井市から調布市にかけて約9kmの道のりに点在する文化財を巡ります。

☎10月26日(土)午前9時～午後3時

☎中央線武蔵小金井駅 解散/西武多摩川線多磨駅 ㊟30人(多数抽選)

㊟150円(入場・保険料) ㊟昼食

㊟往復はがき(1人1枚)に住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を明記し、9月20日(金)～10月11日(金)(消印有効)に郷土博物館へ

## 展示資料紹介 多摩の必勝だるま

必勝だるまは、選挙の当選や受験合格を願うためのだるまで片目を入れて祈願し、無事叶ったらもう一方にも目を入れます。

選挙を控えた時期になると、だるまの産地として有名な群馬県高崎市での必勝だるまの生産の様子が報道されることがあります。

現在展示中の必勝だるまは、高崎のだるまではなく、多摩地域で作られただるままで、実際に選挙に使われたものを寄贈していただきました。きちんと両目が入っている、つまり無事当選した際の縁起の良いだるまです。



# 武者小路実篤記念館

〒182-0003 若葉町1-8-30  
☎03-3326-0648 ㊟03-3326-1330  
専用㊟あり

入館料/大人200円、小・中学生100円、市内在住の65歳以上無料

休館日/月曜日(祝日の場合は翌日)

## ●秋季展「新しき村 創立95年」

大正7年春、武者小路実篤は、自己を生かし、人間らしく生きる生活と社会を実現するために新しき村を提唱しました。これが当時の若者たちに大きな反響を呼んで急速に運動が盛り上がり、同年11月には、実践の場となる新しき村が宮崎県児湯郡木城町石河内に創設されました。そして今年、新しき村は創立95周年を迎えます。

展示会では、新しき村の活動や生活の様子を伝える様々な資料や写真とともに、実篤の新しき村に関連した作品と、文学、美術、演劇など芸術活動が盛んな会員たちの作品を展示し、新しき村95年の活動を辿ります。

☎9月7日(土)～10月14日(祝)

## ●展示室休室日

☎9月5日(木)・6日(金)

## ●閲覧室休室日

☎9月12日(木)・19日(木)

## ●旧実篤邸内部公開日

☎土・日曜日、祝・休日の午前11時～午後3時※雨天中止

☎平日は窓越しに邸内を見学できます

## ●ボランティアガイドツアー

☎9月15日(日)

午後2時～(1時間程度)

※荒天中止

☎午後1時55分(実篤公園)

☎午後1時55分(実篤公園)

☎仙川方面広場) ㊟無料

☎当日直接集合場所へ

## ●A 読書講座「『愛慾』を読む」

大正14年、実篤が新しき村を離れる頃に書かれた戯曲「愛慾」は、実篤作品としては異色の愛慾殺人劇ですが、文壇からは高く評価されました。人間讃美の思想家が書いた妻殺しの悲劇が、どうして多くの感動を呼び起こしたのか。同時代の状況も踏まえ丁寧に読み解きます。

☎9月14日(土)午後1時30分～3時30分

☎東部公民館

☎瀧田 浩氏(二松学舎大学教授)

☎申込み順20人 ㊟525円(資料代ほか)

## ●B 仙川歴史散歩

実篤が終の住み処とした地域を歩きながら、普段見逃しがちな身近な史跡について学びます。今回のコースは、緑ヶ丘から丸池周辺の仙川流域を予定しています。

☎9月19日(木)午後1時30分～4時

☎実篤記念館周辺 ㊟山岡 博氏(調布史談会会員)

☎申込み順15人 ㊟525円(資料代、保険料ほか)

☎A・B共に☎電話で実篤記念館へ



武者小路実篤「星と星」昭和35～40年

# 図書館

中央図書館 〒182-0026小島町2-33-1  
文化会館たづくり4・5・6階  
☎441-6181 ㊟441-6183

専用㊟あり  
携帯版㊟http://www.lib.city.chofu.tokyo.jp/i/

## ●開館時間と9月の休館日

	開館時間	休館日
中央図書館	午前9時～午後8時30分	9月24日(火)～27日(金)
分館	午前9時～午後5時 4～9月の水・金曜日は午後6時まで	9月9日(月)・17日(火) 24日(火)・30日(月)

## ●中央図書館休館に伴うお知らせ

文化会館たづくりの総合保守点検及び定期点検による休館のため、9月23日(祝)の閉館後から27日(金)まで、返却用ブックポストは利用できません。また、本のインターネット予約は、9月23日(祝)午後5時から28日(土)午前9時まで利用できません。

資料の問い合わせ、予約、延長、返却は、分館をご利用ください。

## ●絵本の読み聞かせ講座(全3回)

読み聞かせのポイントや絵本の選び方を紹介します。受講者による読み聞かせの実習も行います。

☎①10月3日(木)②10日(木)③17日(木)

☎午前10時～11時45分

☎文化会館たづくり会議室

☎市内在住・在勤・在学の18歳以上の方

☎図書館職員

☎20人(多数抽選)

㊟無料

☎往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、幼稚園や学校での読み聞かせ経験の有無、返信用宛先を明記し、9月19日(木)(必着)までに中央図書館「絵本の読み聞かせ講座」係へ

## ●映画・地域資料ポスター、「図書館だより」を画像で閲覧できます

市立図書館が所蔵する映画・地域資料ポスター約1800枚、市立図書館が発行する「図書館だより」をデジタル化しました。中央図書館5階参考図書室内の利用者用端末8番で、検索・閲覧が可能です。

なお映画・地域資料ポスターは著作権の関係から印刷できません。

閲覧希望の方は中央図書館5階カウンターにお申し込みください。

## ●図書館カレンダー下半期を配布中

平成25年度下半期(10月～平成26年3月)の中央図書館と分館の開館日が分かる「図書館カレンダー」を各館で配布しています。名刺サイズと文庫本サイズの2種類があります。

## ●ホームページをご活用ください

ホームページから資料の検索ができます。パスワードを登録すると貸出中の資料や市内の図書館にある資料の予約、借りている資料や予約している資料の確認、返却期限の延長ができます。

☎住所、氏名を確認できるもの(有効期限内の自動車運転免許証、健康保険証、学生証、調布市民証など)に図書館利用カードを添えて直接各図書館へ

## 共催事業

## ●公開読書会

市内各地で毎月活動している読書会の中から今回は「葉読書会」を公開します。一緒に読書を楽しみませんか。

☎9月19日(木)午後1時30分～3時30分

☎文化会館たづくり6階602会議室

☎「赤いろうそくと人魚」(小川未明著)

☎青木笙子氏(社会教育指導員)

☎申込み順10人

㊟無料

☎☎中央図書館読書推進室、アカデミー愛とびあ(文化会館たづくり10階) ☎441-6328(受付午前9時～午後5時)

**安全・安心なまちづくり**

総合防災安全課 ☎481-7348

## 第19回 調布市消防団ポンプ操法大会

地域防災の要である調布市消防団は、火災や震災発生時に迅速な対応がとれるよう、日頃から訓練を重ねています。市内の15の消防分団がその訓練の成果を競う大会を実施します。※操法とは、消防器具の基本的な操作などを習得するための方法



☎9月7日(土)午前8時30分～正午※雨天決行。荒天の場合は翌日8日(日)に順延  
☎消防大学校屋外訓練場(深大寺東町4-35-3)

## 防災行政無線を用いた 全国一斉情報伝達訓練

地震や武力攻撃などの災害や緊急事態発生時に、国からの緊急情報を確実に伝えるため、全国瞬時警報システム「J-ALERT(ジェイ・アラート)」を活用した情報伝達訓練を次の通り行います。

防災行政無線から訓練放送が流れます。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

☎9月11日(水)

☎午前11時～、11時30分～※2回実施

放送内容/「これは、試験放送です。」を3回→「こちらは、ぼうさい調布市です。」

☎☎防災行政無線チャイム

☎☎総合防災安全課 ☎481-7346

# 広告の欄

掲載の申込み/株ウィード(広告代理店、多摩川5-9-4 インペリアル京王多摩川フラット103号) ☎443-6681・㊟443-6682  
広告料/1枠3万円(前払。デザイン・版の制作費・消費税広告主負担)  
※広告料収入は市報ちようふの印刷製本費用の一部に充当しています

(広報課)

調布で25年の実績  
**調布南法律事務所**

弁護士 伊藤俊克 弁護士 中山忠男  
調布駅南口3分  
調布 品川通り  
調布 市役所 調布 当事務所  
調布 三井住友UFJ銀行

債務の相談、  
その他法律相談  
初回(30分)無料。  
お電話にて  
ご予約ください。

☎(042) 499-2800(代)  
調布市布田4丁目18-1 ハラビル3階

あなたの願う「お葬式」を実現します!

事前相談・事前契約の方に進呈  
**ファイナルノートBOOK** 散骨 セミナー 出館出張 社葬 開催 オリジナル

1人暮らしの終活プラン  
葬儀～散骨・埋葬まで  
公正証書にて保証

1日葬  
ワンデー・20名プラン(税込)  
298,000円～

花の家族葬  
20名プラン(税込)  
398,000円～

ご依頼・資料請求 ☎0120-255-297

SOGI サポートセンター  
Lin MC Group Co., Ltd. 林 清子

暮らしと税を結ぶ  
信頼のパートナー

特典のある青色申告がいいですね  
平成26年1月からすべての白色申告の方は  
記帳が義務化されます

公益社団法人  
**武蔵府中青色申告会**

府中市本町4-15-22  
TEL 042-362-8466 FAX 042-333-0687  
入会受付中! 入会金1,000円 年会費18,000円

シニア・初心者のためのパソコン教室  
**無料体験会**

教室の雰囲気を実験してみませんか?

日時: 10月1日(水)・2日(木)・3日(金)  
①9:30～11:30 ②12:30～14:30 ③15:00～17:00

※各回10席、先着順です。  
お電話にてお早めにご予約を  
お願い致します。

FUJITSU  
オープンカレッジ調布校  
電話: 042-442-0081(平日10時～17時)

## ●文化会館たづくり9月の休館日

☎9月24日(火)～27日(金) ㊟(公財)調布市文化・コミュニティ振興財団 ☎441-6111(文化振興課)

公民館情報 (月曜日休館)
申込み/原則、電話または来館で
費用/記載のない場合は無料

東部公民館
〒182-0003 若葉町1-29-21
☎03-3309-4505 ☎03-3305-3456

●成人学級「育つ会」公開講座
「子育てがラクになる夫とのコミュニケーションを考える」

日 9月19日(木)午前10時～正午 高倉恵子氏 (NPO法人さいたまカウンセリングセンター代表理事) 定員20人

日 9月6日(金)午前10時から受付

●家庭教育講座II「子どもとお金～教育費とお金のしつけを考える」(全3回)

家計・教育費の基本と子どもの金銭感覚の育て方を学びます。

日 9月27日(金)・教育費の準備は? 老後は? 簡単チェックで家計を学ぼう②

日 10月4日(金)・消費社会に負けない! 子どもの金銭感覚を養う10のレッスン③

日 11日(金)・自立した大人に育てるお小遣いの与え方と教えておきたい「3つの習慣」

日 9月6日(金)午前10時から受付

●ふれあい料理教室
「塩分控えめのおいしい昼ごはん」
家族のため、自分のために塩分を控え

た、高齢者が食べやすい食事を作ります。
日 10月1日(火)午前10時～午後1時 日 飯、みそ汁、魚の主菜、副菜、デザート

●シルバー教室IV「歩行障害・転倒を予防する! 足と爪の適切なケア」(全2回)

日 10月2日(水)②16日(水) 日 午後2時30分～4時30分

西部公民館
〒182-0035 上石原3-21-6
☎484-2531 ☎484-3704

●開館30周年特別講演会
「自ら学ぶことが健康につながる～「ピンピンコロリの法則」の星 旦二教授からのメッセージ～」

医療や薬に頼らず、元気で自分らしく生きる「健康長寿」のためにはどうすればいいの、全国各地の自治体と協同し調査を行ってきた公衆衛生のエキスパートにお話を伺います。



星 旦二氏

日 10月12日(土)午後2時～4時 日 星 旦二氏 (首都大学東京大学院教授)

●健康講座「始めよう健康づくり! ～ウォーキングで秋の地域散策～」

豊かな自然を感じながら心身ともにリフレッシュしてみませんか。

日 9月26日(木)午前9時～午後1時※雨天順延

日 9月6日(金)午前11時から受付

●文化講演会「柳家小権太、30代、真打ちへの道(落語一席あり)」

来春春に真打ち昇進が決定した若き落語家の、入門してから一人前と言われるまでの苦労話、柳家一門のことなどをお聞きします。

日 9月28日(土)午後2時～4時 日 申込順40人

●印刷機操作講習会
日 9月21日(土)午後1時30分～2時30分

●いきいき講座1「どうしてですか? 子育て」(全2回)

今、祖父母による「子育て」が注目されています。パパママ世代との育児方針の違いで摩擦を起こさないためにも、今ど

き育児法や遊びの実践を学びましょう。

日 10月3日(木)・孫育て本音トーク～今の子育て、昔と何が変わった? 孫育ての悩みや不安を本音で話そう②

日 10日(木)・遊びの実践! 孫と安心、安全、楽しく遊ぼう～おもちゃ、絵本の選び方、手作りおもちゃ

日 9月6日(金)午前10時から受付

●生涯学習サークル体験事業 体験者募集
A 琵琶楽 薨会 (全4回)
日 9月18日～10月9日の毎週水曜日

B 女声合唱団 コール・ヴォーチェ (全4回)

日 9月21日(土)②28日(土)③10月5日(土)④12日(土)

C 西裕会 (全2回)

日 9月24日(火)②10月8日(火)

日 9月24日(火)②10月8日(火)

日 9月24日(火)②10月8日(火)

日 9月24日(火)②10月8日(火)

日 9月24日(火)②10月8日(火)

日 9月24日(火)②10月8日(火)

市民の広場 催し&会員募集

催し

■第98回調布市美術協会展 日 9月2日(月)～8日(日)午前10時～午後6時

■スモールぞうさん「0～1歳児のマッサージとママのおしゃべり会体験会」

■Win Tea 社交ダンス フリータイム

■CDによるジャズに親しむ会

(資料代) 日 森 世一氏

■月づくし歌大会～お月見にちなんだ歌などを歌いましょう

■調布朗読会

■祇園精舎の法灯会 (オリエンタルダンス・バンドネオンステージ・縁日)

■植物切り絵展

物公園植物会館展示室

■第22回JRP多摩川支部写真展

■第21回京王書作展

■朝鮮学校はなぜ除外なのか、教育権とは何か～高校無償化等問題

■武道を始めませんか? 合気道初心者講習会

■調布市社交ダンス連盟秋のダンスパーティー

■元気に楽しく! キッズベリーダンス体験教室

■第35回調書展併催調書学生展

Table with 7 columns: サークル名, 活動日時, 会場, 入会金, 会費, 問合せ, 備考

ごとうクリニック
小児科・アレルギー科
TEL 042-480-6750

株式会社リハート・リック
お見舞いは無料です
TEL 042-490-7356

こひつじ幼稚園
プレイデー 9/13(金) 9:30～11:00
TEL 042-487-3219

婚活
お見合いティーパーティー
お見合いワインパーティー
Party真結 070-6631-9784

# 市報 ちよぶらぶ

■発行：調布市（毎月5日・20日発行） ■所在地：〒182-8511 東京都調布市小島町2-35-1  
■編集：行政経営部広報課 ■調布市ホームページ <http://www.city.chofu.tokyo.jp/>

☎042-481-7111

平成25年  
2013

9 / 5



開催まで

あと 23 日

スポーツ祭東京2013  
第68回国民体育大会  
第13回全国障害者スポーツ大会  
2013(平成25)年9月28日～10月14日

## ヘルプカードを ご存知ですか

～誰もが暮らしやすい  
やさしいまちへ～



ヘルプカードは、障害のある方が緊急連絡先、医療情報、手伝ってほしい内容などを記載し、普段から身に付けておくことで、緊急時や災害時、日常の困ったときに、周囲の配慮や手助けをお願いしやすくなるものです。

ヘルプカードは「手助けが必要な人」と「手助けする人」を結びます。障害のある方が地域で安心して暮らし続けるために、皆様のご協力をお願いします。

問合せ 障害福祉課  
☎481-7094

### 皆さんのちょっとした手助けが安心につながります

困っている人を見かけたら

①「どうしましたか？」と声をかけてください。



②相手に伝わっているのか確かめながらゆっくり話してください。



③ヘルプカードを持っていたら、手助けしてほしい内容が記載されています。



### 障害の特性は様々、一人一人違います

聴覚障害や内部障害など、一見障害があると分からない方も手助けを必要としている場合があります。

また、通常と異なる環境で不安定になったり、大きな音や声が苦手な人もいます。自分を落ち着かせるための行動であることもありますので、見守ったうえで落ち着かないときは静かなスペースを確保してください。

医療的に配慮が必要な人、体温調節のできない人、食事に制限がある人など様々な特性があります。

Q パニックや発作などを起こしている人を見かけたらどうしたらいいの？

A まず、簡単で短い言葉でやさしく声を掛けてください。ヘルプカードを持っていたら、どうしてほしいかが書いてあります。周りの人と協力して対応してください。

### ヘルプカードを配布しています

ヘルプカードとネームホルダー（ヘルプカードを入れるクリアケースと首に提げるひも）を配布しています。詳細はお問い合わせください。

調布市内に住所を有する障害のある方（身体障害者手帳・愛の手帳・精神保健福祉手帳・自立支援医療受給者証を所持する方、発達障害や高次脳機能障害の診断を受けている方、障害者総合支援法に規定される難病疾患及び特殊疾患患者福祉手当受給の方）  
費用無料

### 「ヘルプカード」は、こんなとき役に立ちます

#### 災害のとき

避難場所へ過ぐすとき



#### 緊急のとき

道に迷ってしまったとき  
パニックや発作、病気するとき



#### 日常的に

ちょっとした手助けが欲しいとき

