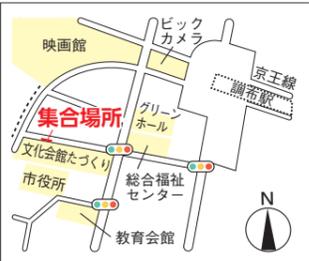


ことばを育てるふれあい遊び

日 7月4日(火)午前11時～正午
 所 多摩川児童館
 対 未就学の子どもと保護者
 関 言語聴覚士が発達や関わり方を解説、保育士との親子遊び
 日 当日直接会場へ
 時 午前10時～正午に子育てひろばの利用可
 費 健康推進課 ☎441-6081

「ごみ探検隊」に参加してごみの減量、分別の大切さについて考えてみよう

焼却施設と最終処分場を見学します。
 日 7月24日(月)・25日(火)
 ※雨天決行
 時 午前8時30分～午後5時15分(予定)
 所 午前：クリーンプラザふじみ(ごみ焼却施設) 午後：ニツ塚処分場(東京都西多摩郡日の出町大字大久野字玉の内)
 費 8時20分・文化会館たづくりとアフラックの間の道路
 交通/市のバス
 対 市内在住・在学の小学生と保護者
 日 各日申し込み順15組
 費 無料※昼食代自己負担
 日 6月21日(火)午前9時から電話でごみ対策課 ☎042-306-8200



夏休み「親子租税学習ツアー」

日 7月26日(水)午前7時45分出発
 対 小学4～6年生と保護者
 行程/文化会館たづくり→タックス☆スペースUENO(租税学習)→東武ホテルレバント東京(昼食)→国立科学博物館 常設展(見学)→文化会館たづくり
 日 18組36人(多数抽選)
 費 大人3000円、小学生1500円(昼食代含む)
 日 6月28日(火)午後5時までに武蔵府中青色申告会 ☎から申し込み
 他 参加した小学生は感想文(400字程度)を提出
 日 (公社)武蔵府中青色申告会事務局 ☎042-362-8608 (教育総務課)

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

- **パパひろば パパと遊ぼう!新聞遊び**
 日 6月24日(土)午前10時～10時30分(受付9時50分)
 所 すこやか会議室
 対 1歳6カ月以上の子どもと父親または祖父
 日 当日先着15組程度
- **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8日(土)午前10時～11時
 日 申し込み順30人
 日 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
 日 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12日(水)午前10時30分～11時30分
 日 買井清孝(すこやか協力医)
 日 申し込み順5人
 日 電話または直接すこやか
 他 治療行為は行いません
- **ひろばのスキンケア教室**
 スキンケアの大切さや、顔や体の洗い方・保湿の仕方をお話します。
 日 7月18日(火)午前10時30分～11時30分
 日 0～3歳の子どもと保護者
 日 申し込み順20組40人
 日 6月21日(火)午前9時からEメールで申し込み(すこやか☎要確認)
- **すこやかフリーマーケット 「ほんわか市」出店者募集**
 日 7月29日(土)午前10時～正午
 所 すこやか広場らっこルーム
 対 市内在住の方
 関 乳幼児向けの育児用品、衣類、玩具、絵本などの子ども用品
 日 販売スペース/約1.5畳
 日 10組程度(多数抽選)
 日 6月21日(火)午前9時～27日(火)午後5時にEメールですこやかへ



高齢者の世帯状況調査にご協力を

高齢者が安心して暮らし続けられるまちづくりを目指し、対象者へ調査票を送付しました。まだ回答していない方は6月30日(金)までに、返送してください。
 対 70歳以上のみで構成されている世帯の方
 日 高齢者支援室 ☎481-7150

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

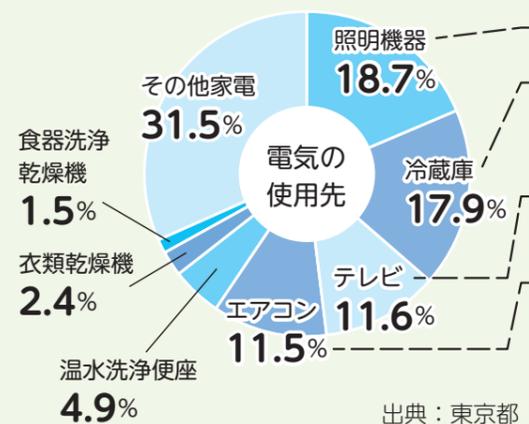
65歳以上の方へ介護保険料決定(納入)通知書を7月7日(金)に発送

◎ **介護保険料**
 令和4年の所得などに応じて決まります。納付方法は特別徴収(年金差引き)と普通徴収(納付書・口座振替)です。
 ◎ **シルバーパス申込時の必要書類としても使用可能**
 介護保険料決定(納入)通知書は、東京都シルバーパス申し込みの際、所得状況などの確認書類として使用できます。再発行はできませんので大切に保管してください。
 日 高齢者支援室 介護保険料について: ☎481-7504
 シルバーパスについて: ☎481-7150

省エネ・節電にご協力を ～電気料金値上げの夏 家計にも地球にもやさしく～

この夏も、電力供給は厳しい状況が続いています。電気料金をはじめ物価上昇が暮らしを直撃する中、費用負担軽減にもつながる省エネ・節電にご協力をお願いします。 ☎481-7086

都内の家庭部門における 電気の使用量の機器別割合 (2020年度)



- 省エネ・節電メニュー**
- 照明** 蛍光灯や白熱電球をLEDに交換する
 - 冷蔵庫** 冷蔵庫の冷やしすぎを避け(強→中)、扉を開ける時間を減らし、食品を詰め込みすぎない
 - テレビ** 省エネモードに設定して、画面の輝度を下げる
 - エアコン**
 - 室内の冷やしすぎに注意し、無理のない範囲で室内温度を上げる
 - こまめにフィルターを清掃する
 - 日中はすだれ、カーテンなどで窓からの日差しを遮る

◎ **買い替えで省エネ**
 機器の省エネ性能は向上しており、エアコン、冷蔵庫、給湯器、LED照明などの買い替えも効果的です。都の制度で、申請すれば商品券などに交換できる「東京ゼロエミポイント(対象製品に応じて、4000～2万6000ポイント)」ももらえます。

詳細は
東京ゼロエミ
ポイントHP



まちの話題

消費者支援功労者表彰 「ベスト消費者サポーター章」受賞

調布市民の鈴木あゆみさんが都内で唯一受賞し、消費者庁長官から表彰されました。鈴木さんは、東京都が実施している出前寄席事業に長年携わり、消費者啓発に大きく貢献されました。



中央 鈴木あゆみさん
 左 調布市消費啓発キャラクター「チー坊」

(文化生涯学習課)