からだと歩行補助具の相談室

杖や歩行器などの福祉用具の上手な活用法を理学療法士が個別にアドバイスします。
日10月31日㈫午後
所文化会館たづくり３階301・302会議室
対65歳以上の市民（要介護認定者を除く）
定申し込み順２人
費無料
申問９月21日㈭から電話で高齢者支援室☎481－7150

10月から赤い羽根共同募金運動開始

集まった募金は主に市内の福祉施設・団体の自立支援のための活動や環境整備などに利用されます。
【募金方法】
窓口／社会福祉協議会、福祉総務課（市役所３階）、神代出張所など
募金箱／総合福祉センター、市役所、文化会館たづくりなど
他申告により税制上の優遇措置あり
問共同募金調布地区協力会☎481－7617
（社会福祉協議会）

暮らしの情報

税金・保険・年金

市民課・納税課の休日窓口

日９月24日㈰、10月14日㈯・22日㈰
時午前９時～午後１時
他10月22日㈰は、マイナンバーカード・電子証明書の手続き不可（市役所１階101会議室も開設しません）
所問市民課（市役所２階・市役所１階101会議室）
☎481－7041～5
納税課（市役所３階）☎481－7214～20

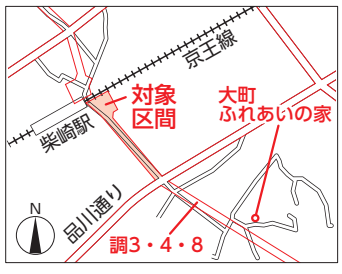
市税の納付は口座振替を～申し込みは郵送も可能～

【口座振替対象税目／納期限・申込期限】
◎国民健康保険税
第５期（11月30日㈭振替）／10月20日㈮（必着）
◎固定資産税・都市計画税
第３期（12月25日㈪振替）／11月10日㈮（必着）
◎個人市・都民税（普通徴収）第４期（令和６年１月31日㈬振替）／12月11日㈪（必着）
申依頼書（市内の取扱金融機関に備え付け。郵送希望は要連絡）で申し込み※キャッシュカード（来庁者本人名義）と本人確認書類を市役所に持参し手続き可
他個人市・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不可
問納税課（市役所３階）☎481－7214～20

住まい・街づくり・環境

調布都市計画道路３・４・８号 柴崎駅小足立線に関するオープンハウス

調布都市計画道路３・４・８号柴崎駅小足立線（柴崎駅～品川通り）の路線概要と測量作業について、パネルで説明します。
日９月29日㈮午後５時30分～７時30分、30日㈯午後１時～３時
所大町ふれあいの家
申当日直接会場へ
問街づくり事業課
☎481－7587



水道水は厳しい安全基準をクリアしています

水道局HP

水道水の水質は、国が科学的知見を踏まえて基準を定め、水道事業者にその品質を確保することを義務付けています。
東京都水道局では、その基準を順守するだけでなく、独自の取り組みを進めながら、24時間365日、安全でおいしい水道水を蛇口までお届けしています。
他詳細は東京都水道局HP参照
問東京都水道局多摩水道改革推進本部技術指導課（水質管理担当）☎042－527－6782
そのほか、PFAS（有機フッ素化合物）に関する電話相談窓口／東京都保健医療局☎03－5989－1772
（環境政策課）

ごみ　リサイクル

ごみ減量キャンペーン 水切りネットの配布

生ごみの水分を減らすのに役立つ水切りネット（環境に優しい生分解性プラスチックを使用）を無料配布します。
期９月29日㈮～10月31日㈫
所ごみ対策課（市役所２階）、神代出張所、各地域福祉センター・公民館、市民プラザあくろす３階、ふじみ交流プラザ、クリーンセンター※施設開館日に配布。無くなり次第終了
問ごみ対策課☎042－306－8781

令和５年度生ごみ処理機等購入費補助制度の受付終了

家庭用の生ごみ処理機やコンポストなどを購入する方に対し、購入費の一部を補助する制度を実施していますが、令和５年度分は予算が上限に達したため受け付けを終了しました。令和６年度分は、４月以降に受け付けします。
問ごみ対策課☎042－306－8781

健　康

あなたの骨の健康度チェック

申し込みフォーム

日10月20日㈮午前９時30分～11時30分頃
所文化会館たづくり西館保健センター１階
対市内在住の18～64歳（昭和34年４月１日～平成18年３月31日生まれ）の女性（妊娠中の方、過去５年以内に骨密度検査を受診した方、骨粗しょう症と診断されたことがある方、現在治療中の方を除く）
内レントゲンによる骨密度測定、生活習慣・運動・食事に関する指導　定30人（多数抽選。結果は別途通知）
費無料　保未就学児（定６人）
他詳細は実施日の約10日前に封書で送付
申問９月29日㈮午後５時までに電話で健康推進課☎441－6082または申し込みフォームから申し込み

食事なんでも相談室（栄養相談）

日10月24日㈫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
他医療機関で治療中の方は要問い合わせ
申問電話で健康推進課☎441－6100

11月14日世界糖尿病デー ～糖尿病は予防と早期発見が大切です～

◎ブルーライトアップ
世界糖尿病デーのシンボルカラー「青」の光で、市内の施設を照らします。
期11月11日㈯～19日㈰
所調布東山病院、調布市医師会館、味の素スタジアム、保健センターなど
他実施日、時間は施設ごとに異なる
主ちょうふブルーサークル運動実行委員会
問調布東山病院事務局☎481－5513

CHOFU BLUE CIRCLE

◎糖尿病の予防と治療を啓発するイベント
調布東山病院の中を探検。医師体験して糖尿病予防や生活習慣病予防を学びましょう。
日11月19日㈰午前９時～正午（予定）
所調布東山病院２階
対小・中学生の子どもと保護者（１人）
定申し込み順20組　費無料
申10月１日㈰～15日㈰に申し込みフォームから申し込み
他注意事項などの詳細はHPで要確認
問調布東山病院事務局☎481－5513
Ebluecircle@touzan.or.jp
（健康推進課）

申し込みフォーム

おしえて！マイナンバー Q&A

Q マイナンバーカードのスマホ用電子証明書搭載サービスとは、どのようなサービスですか。

A マイナンバーカードを持ち歩くことなく、スマートフォンだけでさまざまなサービスの利用や申し込みができるようになるためのサービスです。

広報用ロゴマーク「マイナちゃん」

他対象のスマートフォンなど、詳細はデジタル庁HP参照
問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

第68回 調布市民駅伝競走大会参加チーム募集

日令和６年１月28日㈰午前９時スタート
所アミノバイタルフィールド・都立武蔵野の森公園特設周回コース
対市内在住・在勤・在学の中学生以上
種目／①一般男子（市内在住・在勤・在学の方で構成された高校生以上のチーム）
②一般女子（①と同じ）
③中学生男子（市内のチーム）
④中学生女子（③と同じ）
⑤40歳以上（①と同じで全員が40歳以上）
⑥ミックス（①と同じで女子が２人以上）
※各チーム７人以内（選手５人・補欠２人）、監督（１人）は選手兼任可
定申し込み順６種目合計500チーム
費一般・40歳以上・ミックスの部１チーム5000円（11月16日㈭までに要納入）、中学生の部無料
申10月２日㈪午前９時～11月16日㈭にスポーツ協会HPから申し込み
他詳細はスポーツ協会HP参照
問スポーツ協会☎481－6221

●特殊詐欺にご注意ください　市内で特に還付金詐欺が急増しています。怪しいと思ったら、すぐ110番か調布警察署（☎488－0110）へ通報してください。
令和５年調布市内の特殊詐欺被害状況（８月末時点、暫定値）　**被害件数**／31件（前年同時期比14件減）　**被害金額**／約１億3831万円（前年同時期比約6759万円増）
（総合防災安全課）