

お知らせ

市税の休日窓口を開設
日時3月24日(日)の午前9時～午後4時 場所市役所納税課 取り扱い市・都民税、固定資産税・都市計画税、軽自動車税(種別割)、国民健康保険税(納税課)

立川基地跡地広域行政機能地区の変更に係る都市計画の案の縦覧 次のとおりご覧いただけます。縦覧3月13日まで市役所都市計画係で 見書の提出3月13日(必着)までに〒196-8511 市役所都市計画係へ

3月1日～7日は子ども予防接種週間 病気から子どもたちを守るためには、予防接種が有効です。入園・入学予定のお子さんは、集団生活に備えて早めに接種しましょう。種類によって対象年齢や指定医療機関が異なります。詳しくは、令和5年度子どもの予防接種(あいぽつくにあり/市ホームページ)からダウンロードも可)を確認し



てください。〈健康係(あいぽつく内) 544-5126〉

家族介護慰労金を支給 対象者を介護する家族に支給します。対象次のすべてに該当する方 ▼要介護度が4または5の期間が1年以上である ▼令和5年中に、一度も介護保険によるサービスを受けておらず通算90日以上入院していない ▼要介護者と介護者の属する世帯がいずれも住民税非課税世帯である 支給額10万円(高齢者支援係)

開催 農産物即売会 いずれもなくなり次第終了/雨天実施 日時・場所▼3月2日(土)・16日(土)の午後2時から 東中神駅前交番隣 ▼3月9日(土)・23日(土)の午後2時から 昭島駅南口商店会館前 ▼日曜日の午前8時40分頃から、水曜日の午後3時30分頃から 田中団地第2集会所前広場 ▼平日の午前9時～午後3時 農産物直売所「みどりっ子」(都市農業担当)

自主市民講座「薫りで読み解く歴史」 昔の人が愛した香りを学びながら、歴史についての理解を深めます。日時4月12日、5月24日、6月7日、7月12日、8月9日(いずれも金曜日/全5回)の午後1時30分～3時30分 場所公民館 定員30人(多数抽選) 参加費800円 企画・運営こねこクラブ 申込3月6日～22日に公民館 544-1407へ

若者トラブル110番 SNSを使った悪質商法やマルチ商法など、若者の消費者被害に関する相談に応じます(申込不要/電話でも相談可)。日時3月11日(月)・12日(火)の午前9時～正午、午後1時～4時 場所消費生活センター(市役所内) 消費生活センター 544-9399

無料建築相談会 建築士が、住宅の耐震診断や耐震改修方法のほか、建て替え、バリアフリーなどの相談に応じます。日時3月15日(金)の午前9時～正午(1人1時間) 場所市役所204会議室 定員9人(申込順) 申込3月4日から住宅係へ

市民活動支援事業補助金の交付事業を選考します

～皆さんの意見を聴かせてください～

市民との協働によるまちづくりを目的に、市民団体が広く市民のために市内で行う事業の経費の一部を補助しています。令和6年度の補助金交付事業を選考するため次のとおり実施します。

◎公開プレゼンテーション

応募団体の発表を聞いて、皆さんの意見を聴かせてください(申込不要)。

◇日時 3月22日(金)の午前10時25分～午後3時5分(予定)

◇場所 アキシマエンス校舎棟

◇団体・事業 右の表のとお

◎パネル展示

市役所市民ロビーで応募団体の企画を展示し、皆さんの意見を募集します。

◇日時 3月4日(月)～8日(金)の午前8時30分～午後5時15分(8日は午後4時まで)

☆詳しくは、市民活動推進係へ。

応募団体	事業内容
OK(おむすびころりん)プロジェクト実行委員会	食の問題の支援と地域住民の交流のため、おむすびを作り配布
昭島市アマチュア無線同好会(社団局)	市制施行70周年記念の祝賀PR活動
SEEDS	身近な不思議を調べて学ぶ科学教室
昭島地域の猫の会	地域猫活動、猫の保護と里親募集
一般社団法人シリウスキャット	地域猫と市民の共生促進プロジェクト
昭島傾聴ボランティア・さざなみ	傾聴ボランティア養成講座
一般財団法人全日本ノルディック・ウォーク連盟多摩地区連絡協議会	ノルディックウォーク(2本のポールを使って歩く運動)のイベント、水中ポールウォーキング教室

市役所本庁舎内のゆうちょ銀行ATMが営業を終了

市役所1階に設置されているゆうちょ銀行ATMは、3月22日(金)で営業を終了します。

◇問い合わせ ゆうちょコールセンター ☎0120-108-420

☆詳しくは、総務課総務係へ。

中高年アクアエクササイズ 日時4月16日～6月25日の火曜日(5月7日を除く/全10回)の午後1時30分～2時25分 場所総合スポーツセンター 対象40歳以上の方 定員30人(初めての方優先/多数抽選) 参加費1回500円 申込左下の申込共通事項のとお

弓道教室 日時4月19日～6月28日の金曜日(5月3日を除く/全10回)の午後6時～9時 場所総合スポーツセンター 対象15歳以上の方(中学生を除く) 定員20人(初めての方優先/多数抽選) 参加費1回1000円 申込下の申込共通事項のとお

ヨガ教室 日時4月24日～6月26日の水曜日(全10回)の午後2時～3時30分 場所総合スポーツセンター 対象18歳以上の方 定員25人(初めての方優先/多数抽選) 参加費1回250円 申込左下の申込共通事項のとお

高齢者筋トレ体操 期日4月24日～6月5日の水曜日(全7回) 時間▽1班 午前10時～11時 ▼2班 午前11時15分～午後0時15分 場所総合スポーツセンター 対象60歳以上の方 定員各15人(初めての方優先/多数抽選) 参加費1回250円 申込左下の申込共通事項のとお

ヨガ教室 日時4月24日～6月26日の水曜日(全10回)の午後2時～3時30分 場所総合スポーツセンター 対象18歳以上の方 定員25人(初めての方優先/多数抽選) 参加費1回250円 申込左下の申込共通事項のとお

ヨガ教室 日時4月24日～6月26日の水曜日(全10回)の午後2時～3時30分 場所総合スポーツセンター 対象18歳以上の方 定員25人(初めての方優先/多数抽選) 参加費1回250円 申込左下の申込共通事項のとお

クライミング教室 日時4月27日、5月11日・25日、6月8日(いずれも土曜日/全4回)の午前10時～正午 場所総合スポーツセンター 対象15歳以上の方(中学生を除く) ※親子で参加する場合のみ・中学生も可 定員20人(初めての方優先/多数

クライミング教室 日時4月27日、5月11日・25日、6月8日(いずれも土曜日/全4回)の午前10時～正午 場所総合スポーツセンター 対象15歳以上の方(中学生を除く) ※親子で参加する場合のみ・中学生も可 定員20人(初めての方優先/多数



子どもクライミング教室 日時4月27日、5月11日・25日、6月8日(いずれも土曜日/全4回)の午後1時～3時 場所総合スポーツセンター 対象小・中学生 定員20人(初めての方優先/多数抽選) 参加費1回500円 申込左下の申込共通事項のとお

総合スポーツセンター 教室担当の申込共通事項 3月15日(消印有効)までに次の方法で ※ひとつの教室につき1人(親子は1組1通のみ) ▼インターネット 市ホームページ 市内専用フォームで ▼郵送 往復はがきに教室名(高齢者筋トレ体操は班も/1通につきひとつ)と、住所・氏名(ふりがな)・年齢(学年も)・性別・電話番号、保育を希望する方は「保育希望」とお子さんの氏名(ふりがな)・年齢(月齢)・性別を記入し、〒196-0033 東町5-13-1 総合スポーツセンター教室担当へ(返信面にも住所・氏名を記入) (総合スポーツセンター教室担当 ☎544-4151)

総合スポーツセンター 教室担当の申込共通事項 3月15日(消印有効)までに次の方法で ※ひとつの教室につき1人(親子は1組1通のみ) ▼インターネット 市ホームページ 市内専用フォームで ▼郵送 往復はがきに教室名(高齢者筋トレ体操は班も/1通につきひとつ)と、住所・氏名(ふりがな)・年齢(学年も)・性別・電話番号、保育を希望する方は「保育希望」とお子さんの氏名(ふりがな)・年齢(月齢)・性別を記入し、〒196-0033 東町5-13-1 総合スポーツセンター教室担当へ(返信面にも住所・氏名を記入) (総合スポーツセンター教室担当 ☎544-4151)

▼高齢者イキイキ・ニコニコ介護予防教室

名称・コース番号	曜日・時間	主な場所	※	定員
軽体操	① 木 午前	昭和会館		20
ウォーキング	② 火 午前	玉川上水	○	20
	③ 水 午前	玉川上水	○	20
太極拳	④ 木 午前	朝日会館		15
健康気功	⑤ 火 午前	富士見会館		20
カラオケ	⑥ 金 午前	松原町高齢者福祉センター	○	40
実用書道	⑦ 月 午前	松原町高齢者福祉センター	○	20
	⑧ 木 午前	朝日町高齢者福祉センター	○	20
フラダンス	⑨ 金 午前	昭和会館		18
インターネット入門	⑩ 木 午前	福島会館		8
陶芸	⑪ 金 午前	福島会館	○	15
着付け	⑫ 水 午前	昭和町分室		10
健康スポーツ吹き矢	⑬ 水 午前	緑会館	○	12
	⑭ 水 午後	富士見会館	○	12
脳のトレーニング	⑮ 火 午前	緑会館	○	15
英会話(入門)	⑯ 火 午前	昭和会館	○	12
英会話(初級)	⑰ 火 午後	昭和会館	○	10
おもしろ歴史と社会科散歩	⑱ 金 午前	市内(市外の場合もあり)	○	15
絵手紙	⑲ 木 午前	朝日町高齢者福祉センター	○	20
消しゴムはんこ	⑳ 水 午前	玉川会館	○	20
歌のひろば	㉑ 水 午前	緑会館	○	20
己書(おのれしょ)	㉒ 火 午後	拝島会館	○	10

※○のコースは、別途教材費などが必要です。

高齢者イキイキ・ニコニコ介護予防教室 左の表のとおり行います(多数抽選)。詳しくは、①～⑭はシルバー人材センター ☎544-7060、⑮～⑳ はNPO法人ひだまり ☎519-3947へ問い合わせてください。期間4月～7月(全12回) 対象65歳以上の方(要支援・要介護認定を受けている方を除く) 参加費各1000円(コースにより別途教材費あり) 申込はがきに希望コースの番号・名称と、住所・氏名・生年月日・年齢者支援係

高齢者イキイキ・ニコニコ介護予防教室 左の表のとおり行います(多数抽選)。詳しくは、①～⑭はシルバー人材センター ☎544-7060、⑮～⑳ はNPO法人ひだまり ☎519-3947へ問い合わせてください。期間4月～7月(全12回) 対象65歳以上の方(要支援・要介護認定を受けている方を除く) 参加費各1000円(コースにより別途教材費あり) 申込はがきに希望コースの番号・名称と、住所・氏名・生年月日・年齢者支援係



開催

こころのちを支える運動 〈地域保健係(あいぽつく内) 5445126〉

【街頭キャンペーン】 日時・場所 3月5日(火)・6日(水)の午後4時〜4時30分に昭島駅南口で ※荒天中止

【自殺対策啓発パネル展示】

場所・日時▽あいぽつく 3月11日(月)〜15日(金)の午前8時30分〜午後9時(11日は午前10時から、15日は午後3時まで)▽アキシマエンス国際交流教養文化棟 3月26日(火)〜4月5日(金)の午前8時45分〜午後8時(月・土・日曜日は午後6時まで)▽3月26日は午前11時から、4月5日は午後3時まで

こころのちの相談会 悩みを抱えている方や、その家族・友人・支援者の相談に、保健師が応じます(予約した方を優先/電話での相談も可)。

日時 3月11日(月)〜15日(金)の午前9時〜午後4時30分 場所 あいぽつく 〈地域保健係(あいぽつく内) 5445126〉

▼水中ウォーキング教室

コース	日 時
月曜日 午前コース (初心者向け)	4月1日〜6月17日の月曜日(4月29日、5月6日を除く)の午前10時〜11時30分(全10回)
月曜日 午後コース (一般向け)	4月1日〜6月17日の月曜日(4月29日、5月6日を除く) *午後1時〜2時15分(全10回) *午後2時30分〜3時45分(全10回)
木曜日 午前コース (一般向け)	4月4日〜6月6日の木曜日 *午前9時〜10時15分(全10回) *午前10時30分〜11時45分(全10回)

喫煙マナーアップ街頭キャンペーン 日時・場所 3月18日(月)の午後4時から中神駅北口・南口で ※荒天中止 〈地域保健係(あいぽつく内) 5445126〉

水中ウォーキング教室 健康増進・機能訓練を目的に、左の表のとおり行います。場所 あいぽつく 対象 65歳以上の方、または、40歳以上で生活習慣病や腰痛のある方 定員 各20人(申込順) 参加費 1回200円 申込 3月8日から健康係(あいぽつく内) 5445126へ

動脈硬化測定 日時 4月2日(火)、5月8日(水)の午前9時15分〜11時15分 場所 あいぽつく 対象 18〜74歳の方 ※動脈硬化・脳梗塞・心疾患で治療中の方、透析している方を除く 内容 血管年齢測定、保健・栄養指導など ※素足で測定 定員 各30人 初めての方優先/多数抽選 申込 3月4日〜8日に市ホームページ内専用フォームまたは地域保健係(あいぽつく内) 5445126で

アクティブシルバートレーニング教室 健康維持体操を行います。日時 4月〜令和7年3月の午後1時45分〜2時45分(玉川会館のみ午前10時15分〜11時15分) ※全12回

場所 次のいずれかを選択 ▼最終月曜日 玉川会館 ▼最終木曜日 福島会館 ▼最終金曜日 武蔵野会館 対象 65歳以上の方 ※要支援・要介護認定を受けている方、介護予防・日常生活支援総合事業対象者を除く 定員 各15人(多数抽選) 参加費 1回250円 申込 はがき

きに「アクティブシルバートレーニング教室」希望コース場所と、住所・氏名・生年月日・電話番号を記入し、3月7日(消印有効)までに〒196-0015 昭島市4-1-7-1 あいぽつくあすはの会事務室へ ※1人1通のみ問い合わせ 同会事務室 5445033へ 〈介護福祉課〉

子育てワンポイント講座 「〇〇すべきにとらわれない子育て〜赤ちゃんの感じる世界〜」講話のほか、育児相談を行います(申込不要) 日時 3月4日(月)の午前10時30分〜11時30分 場所 児童センター「ぱれっと」 対象 未就学児と保護者 〈児童センター「ぱれっと」 5445132〉

出張ひろば おもちゃで遊びながら親子で交流しましょう。パネルシアター、歌の時間もあります。育児相談もできます(申込不要) 日時 3月15日(金)の午前10時〜11時30分 場所 福島会館 対象 0〜3歳のお子さんと保護者 〈子育てひろばなしのき 5436716〉

おたのしみ進級式 進級をみんなでお祝いし合いましょう(申込不要) 日時 3月18日(月)の午前10時30分〜11時 場所 児童センター「ぱれっと」 対象 未就学児と保護者 〈児童センター「ぱれっと」 5445132〉

乳幼児歯科健診 日時 3月21日(木)・4月4日(木)の午前9時15分〜11時20分、4月11日(木)の午後1時15分〜3時5分 ※1人5分 場所 あいぽつく 対象 健診を初めて利用する1歳〜3歳6か月児 申込 3月4日から子育て世代包括支援センター(あいぽつく内) 5437303へ

春休み親子教室 講話やお店屋さんごっこを通して、お金の大切さを学びます。

日時 3月24日(日)の午後2時〜4時 場所 公民館 対象 小学生と保護者 定員 8組(多数抽選) 申込 3月1日〜10日に公民館 5441407へ

離乳食講座 いずれも、子育て世代包括支援センター(あいぽつく内) 5437303へ申し込んでください。

【4〜6か月児対象】 日時 3月26日(火)の午後1時15分〜2時15分 場所 あいぽつく 定員 20人(申込順) 申込 3月4日から

【9〜12か月児対象】 日時 3月27日(水)の午後1時15分〜2時15分 場所 あいぽつく 定員 20人(申込順) 保育 9〜12か月児20人(申込順) 申込 3月5日から

5歳児歯科健診 日時 3月28日(木)の午後1時50分〜2時50分 場所 あいぽつく

対象 平成31年1月〜2月生まれのお子さんと保護者 定員 40組(申込順) 申込 3月4日〜26日に市ホームページ内専用フォームで 〈子育て世代包括支援センター(あいぽつく内) 5437303〉

子育てセミナー「こすぱ・タイプ・育児」 お金と時間を上手に使って家事や育児に取り組む方法を、カードゲームや調理実習などを交えて学びます。日時 4月18日〜6月13日の木曜日(5月2日を除く) 全8回(の午前10時〜正午) 場所 公民館 対象 子育て中の方 定員 15人(申込順) 保育 1歳以上の未就学児6人(申込順) 参加費 500円 申込 3月4日〜4月5日に市ホームページ内専用フォームで 〈公民館 5441407〉

フレッシュママパパ学級 日時 4月19日(金)の午後1時15分〜4時 場所 あい

ぼつく 対象 安定期(妊娠16週以降)の妊婦とパートナー 内容 助産師の講話、沐浴実習、妊婦体験ジャケットの試着 定員 20組(申込順) 申込 3月4日から子育て世代包括支援センター(あいぽつく内) 5437303へ

地域ケア推進会議 日時 3月8日(金)の午後7時30分から 場所 市役所1階市民ホール 傍聴 市役所西側出入口から直接会場へ 〈介護福祉課〉

教育委員会定例会 日時 3月21日(木)の午後2時30分から 場所 市役所1階市民ホール 傍聴 直接会場へ 〈教育総務課庶務係〉

青少年問題協議会 日時 3月28日(木)の午後7時から 場所 市役所1階市民ホール 傍聴 市役所西側出入口から直接会場へ 〈青少年係(アキシマエンス校舎棟内) 5444313〉

保育施設への入所が保留となっている方へ 定期利用保育をご利用ください

保育施設への入所基準を満たして入所が保留となっている場合に、一定期間、下の表の施設でお子さんを保育します。利用料は問い合わせください。

▼定期利用保育施設	
所在地	中神町1260
電話番号	541-5983
日 時	平日の午前8時30分〜午後5時
定 員	満10か月〜2歳児=5人

がいがない ☆申し込みは、利用開始月の前月の15日(休日にあたる場合は前開庁日)までに、市役所子ども子育て地域支援担当へ。

多子世帯のお子さんの一時預かりや病児・病後児保育などの費用を補助

第2子以降の未就学児を対象に、保育施設の一時的預かり保育、病児・病後児保育、幼稚園在園児の延長保育の費用を補助します。

事前に申請が必要です(年度1回)。4月から利用する場合は、3月1日〜22日に申請して

ください。

◇補助額

- *第2子以降の費用の半額
- *第3子以降の費用の全額

※同一世帯で最年長の未就学児を第1子とします。

☆詳しくは、子ども子育て地域支援担当へ。

あいさつ運動推進標語

あじやうで 心の天気図 晴れもよう

