



産地直送、笑顔も届ける

(農産物即売会／詳しくは8頁)

主な記事

- 3月24日(日)・4月7日(日)に
市役所本庁で市民課臨時窓口を開設 3
- 「資源・ごみの収集カレンダー」を配布 4
- 市・都民税、所得税の申告はお早めに 5
- 昭島市デジタルアーカイブズに
新しい内容を追加 16

＋ 休日応急診療当番医 ＋

(各医療機関にお問い合わせ
合わせのうえ受診を)

診療日時	医療機関(内内科小児科)		歯科医療機関
3/3	◎昭島病院 (中神町)内 ☎546-3111	昭島リウマチ膠原病 内科(宮沢町)内 ☎546-0011	あおい歯科 (朝日町) ☎500-6611
3/10	◎大田医院 (中神町)内小 ☎541-0311	医師会診療所 (緑町)内小 ☎543-3020	高橋歯科医院 (中神町) ☎541-0761
3/17	◎太陽こども病院 (松原町)小 ☎544-7511	田中団地診療所 (田中町)内小 ☎545-2514	昭島デンタルクリ ニック(昭和町) ☎519-1185
3/20	◎昭島腎クリニック (松原町)内 ☎546-8581	蓮村整形外科内科 (田中町)内 ☎545-4312	内山歯科医院 (郷地町) ☎541-6480
3/24	◎竹口病院 (玉川町)内 ☎541-0176	浅見胃腸科外科医 院(東町)内 ☎544-5300	西多摩歯科クリニ ック(松原町) ☎542-1239
3/31	◎昭島リウマチ膠原 病内科(宮沢町)内 ☎546-0011	拝島やまかみクリ ニック(松原町)内 ☎519-2650	緑町歯科クリニック (緑町) ☎549-0031

※24時間医療機関などの案内は、東京都医療機関案内サービス“ひまわり”
☎03-5272-0303へ

新型コロナウイルスワクチン接種に関するお知らせ

※2月16日時点の情報です。



無料接種は3月31日まで

新型コロナワクチンの無料接種は、3月31日で終了します。接種を希望する場合は、市内の個別接種実施病院で予約のうえ接種してください。実施病院については問い合わせるか、市ホームページをご覧ください。



なお、秋開始接種(令和5年9月20日以降実施の追加接種)は1人1回のみです。

また、新型コロナワクチンの接種は、令和6年度から65歳以上の方を対象とする定期接種(秋冬頃実施)となる予定です。

市が送付した接種券一体型予診票は、4月以降使用できません。

◎接種券の申請はお早めに

市外から転入した方、接種券を紛失した方は接種券発行の申請が必要です。接種を希望する方は、期限までに〒196-0015昭和町4-7-1 あいぽっく新型コロナワクチン相談窓口へ申請してください。必要書類は右上のとおりです。詳しくは、市ホームページにも掲載しています。



◇申請期限

※郵送=3月14日(必着)

※窓口=3月29日の正午

☆詳しくは、新型コロナワクチン相談窓口(あいぽっく内) ☎544-5126(平日の午前8時30分~午後5時15分)へ。

新型コロナワクチン相談窓口を終了

新型コロナワクチンの無料接種の終了に伴い、あいぽっく内に設置している新型コロナワクチン相談窓口

は、3月29日で終了します。

☆詳しくは、健康係(あいぽっく内) ☎544-5126へ。

【接種券申請の必要書類】

●市外から転入した方(新規発行)

- ※新型コロナワクチン接種券新規発行依頼申請書
- ※本人確認できる書類(運転免許証など)の写し
- ※過去に接種歴がある方は、接種済証、接種記録書、接種証明書のいずれか

●接種券を紛失した方(再発行)

- ※新型コロナワクチン接種券再発行申請書
- ※本人確認できる書類(運転免許証など)の写し

接種証明書(ワクチンパスポート)の発行を終了

マイナンバーカードを利用したコンビニエンスストアでの接種証明書の発行や、電子版の証明書の発行(新型コロナワクチン接種証明書アプリ)は、3月31日で終了します。4月1日以降に発行が必要な場合は、問い合わせてください。

なお、証明の対象は令和6年3月31日までに接種したものです。6年4月1日以降の接種については、接種証明書は発行できません。

☆詳しくは、健康係(あいぽっく内) ☎544-5126へ。

接種場所へのタクシー利用費助成を終了

新型コロナワクチンの無料接種の終了に伴い、接種場所へのタクシー利用費助成は3月31日で終了します。

☆詳しくは、交通対策係へ。



かめら☆にゅ〜す

寄付金を活用して小・中学校に熱中症対策用テントを配備

日本航空電子工業株式会社から教育関係事業の充実を目的としてご寄付いただいた1000万円を活用し、市立小・中学校に熱中症対策用簡易テントを配備しました。



3月10日は「東京都平和の日」

◎黙とうにご協力を

昭和20(1945)年3月10日、東京大空襲で10万人ともいわれる尊い命が失われました。

東京都では、この日を忘れず、戦争の惨禍を再び繰り返さないことを誓い、3月10日を「東京都平和の日」と定めて記念式典を開催します。

この式典では、午後2時から1分間の黙とうを行います。市民の皆さんも、世界の恒久平和を願い、式典に合わせて黙とうにご協力をお願いします。

◎平和パネル展

東京空襲の体験者が、自らの記憶をもとに描いた空襲体験画を展示します。

◇日時 3月5日(火)~10日(日)の午前8時45分~午後8時(土・日曜日は午後6時まで)

◇場所 アキシマエンス国際交流教養文化棟

☆詳しくは、企画政策課へ。

戸籍制度が利用しやすくなります

法の改正により、3月1日から戸籍制度が利用しやすくなります。

☆詳しくは、戸籍係へ。



◎戸籍謄本などがどこでも取得できるように

本籍地以外の市区町村の窓口でも、戸籍証明書・除籍証明書を請求できるようになります。

◇対象 本人、配偶者、直系尊属(父母、祖父母など)、直系卑属(子、孫など)

※兄弟姉妹・代理人による請求はできません。

◇請求方法 窓口に来る方の顔写真付きの本人確認できる書類(マイナンバーカード、運転免許証など)を持って、市役所窓口で

※市役所市民課(本庁)でのみ受け付けます。

戸籍証明書の取得には、時間がかかる場合があります。時間に余裕を持ってお越しください！



※郵送などによる請求はできません。

※出生から死亡までの戸籍証明書の請求、転籍をしているなど、複数の戸籍証明書が必要となる場合には、交付に時間がかかることがあります。

※コンピュータ化されていない一部の戸籍・除籍や附票の請求はできません。

◎戸籍届け出に戸籍証明書などの添付が不要に

本籍地ではない市区町村に婚姻届や転籍届などを提出するときに必要だった戸籍証明書などの添付が、原則不要となります。

市役所市民課窓口の混雑が予想されます

引っ越しが多い3月～5月中旬(特に3月下旬～4月上旬)は、例年、市役所市民課の窓口が混み合います。中でも、午前11時～午後3時の時間帯、月曜日、祝日の翌開庁日は、たいへん混雑することがあります。

住所変更の届け出と同日に、住民票の写しの請求や、印鑑登録の手続きなどを行う方は、お待ちいただく時間が長くなります。このほかにも、国民健康保険、児童手当、小・中学校などに関する手続きが必要な場合は、更に時間に余裕を持ってお越しください。

◎転出届はマイナポータルから

転出する方で、マイナンバーカードをお持ちの場合は、マイナポータルからも手続きできます。



◎混雑状況を確認できます

市役所市民課窓口(本庁)の混雑状況は、窓口混雑情報サイト「昭島市なう！」で確認できます。



☆詳しくは、市民課へ。

3月24日(日)・4月7日(日)に市役所本庁で市民課臨時窓口を開設



次のとおり臨時窓口を開設します。本人確認できる書類(マイナンバーカード、運転免許証など)、転出証明書(転入のみ/マイナンバーカードによる転出手続きをした方は不要)をお持ちください。

◇時間 午前9時～午後5時

◇場所 市役所市民課

※東部出張所など他の出張所では開設しません。

◇受け付け内容

※転入、転出(市外への引っ越し)、転居(市内での引っ越し)の届け出

※住民票の写し、昭島市にある戸籍の証明書の発行

※印鑑登録

※印鑑登録証明書の発行

◇注意事項

※転入・転居は、新しい住所に住み始めてからでないと手続きできません。

※転入・転居の手続きには、住民基本台帳カード、マ

イナンバーカード、在留カード、特別永住者証明書が必要です(いずれもお持ちの方のみ)。

※戸籍の届け出と同時の転入や、海外からの転入など、他の市区町村への確認が必要な場合は、証明書の発行や印鑑登録が翌日以降になります。

※臨時窓口では、昭島市以外に本籍のある戸籍の証明書は発行できません。

※出生や死亡など戸籍に関する届け出は、臨時窓口開設日も市役所西側出入口の警備員室で受け付けます。

※他の市区町村で、住民基本台帳カード、マイナンバーカードによる転出手続きを、前日または当日にした方は、転入の手続きができません。

※臨時窓口では、国民健康保険や児童手当などの手続きができないため、後日、担当課から連絡する場合があります。

☆詳しくは、市民課へ。

子ども服と本の交換会を開催

不用になった子ども服(150cmまで)や、絵本・児童図書などの本をお持ちください。お持ちいただいたものと同数(1世帯10点まで)の子ども服や本を選んで、交換することができます。

◇日時 3月15日(金)・16日(土)の午前10時～午後3時
〈雨天実施〉

◇場所 環境コミュニケーションセンター

◇対象 市内在住・在勤の方

※運転免許証などで住所確認を行います。

☆詳しくは、ごみ減量係(環境コミュニケーションセンター内) ☎546-5300へ。



「資源・ごみの収集カレンダー」を配布

資源・ごみの収集日を掲載したカレンダー(令和6年度版)を3月15日～20日に各家庭や事業所に配布します。届かない場合は、連絡してください。市の主な施設でも配布します。

また、視覚障害のある方などのために、「資源・ごみの収集カレンダー」を音訳したデジ版(CD)と、点字版を発行しています。デジ版を希望する方は清掃センターに、点字版を希望する方は社会福祉協議会 ☎544-0388に問い合わせてください。

☆詳しくは、清掃センター ☎541-1342へ。

資源・ごみは収集日の朝8時30分までに出示してください！



便利なアプリなども

スマートフォンなどで、ごみの分別方法などを調べることができます。ぜひご活用ください！
☆詳しくは、ごみの分別方法やアプリについてはごみ対策課(環境コミュニケーションセンター内) ☎546-5300、AIチャットボットについてはデジタル戦略担当へ。

昭島市ごみ分別アプリ

資源・ごみの収集日や出し方などを確認できます



▲iOS



▲Android



AIチャットボット

ごみの分別方法について、チャット形式でちかっぺーが答えます



昭島市公式キャラクターちかっぺー



For the Earth, For the Future ～カーボンニュートラルへの旅路～

待機電力を減らそう

☆詳しくは、カーボンニュートラル担当へ。

待機電力とは、家電製品を使用していなくても電源(コンセント)に接続されているだけで消費する電力のことです。待機電力は、家庭で消費される電力量の約6%を占め、テレビの消費電力量とほぼ同じとなっています。

電気を無駄なく使うために、待機電力の削減に取り組みましょう。

省エネのポイント

■こまめに主電源を切る(主電源が切れない家電製品は節電モードや省電力モードを活用することで待機電力を抑えることができます)



■使用頻度が低い家電製品は、コンセントから抜く



■スイッチ付き電源タップを使う



家電製品の待機電力をすべて削減できた場合、年間で117.7kgのCO₂削減、約6500円の節約ができます



アイラン

市・都民税、所得税の申告はお早めに

申告期限は3月15日です

市・都民税の申告は市役所へ

市・都民税の申告を左の表のとおり受け付けています。所得税の確定申告をする方、給与所得者で勤務先から年末調整済みの給与支払報告書が提出されている方、所得が年金のみで各種控除の追加がない方は、申告の必要はありません。

●申告に必要なもの

- ①市・都民税申告書
- ※1月に発送しましたが、届かない場合は市役所市民税係へ連絡してください。

▼市・都民税の申告受け付け

	時 間	場 所
2月16日(金)～ 3月15日(金)の 平日	午前9時～ 午後5時	市役所 市民ロビー
夜間 3月7日(木)・ 8日(金)	午後5時30分 ～7時30分	市役所 市民税係
休日 3月9日(土)・ 10日(日)	午前9時～ 午後4時	

②マイナンバーカード、または、マイナンバーが記載された書類と本人確認できる書類(運転免許証、健康保険証など)

③昨年中の所得(収入)が分かる書類

※給与・年金などの所得がある方Ⅱ源泉徴収票、給与・年金等(支払報告書、給与証明書など)

※給与・年金以外の所得がある方Ⅰ収入や必要経費を確認できる書類や収支明細書など

④保険料控除、医療費控除、雑損控除、寄附金税額控除、障害者控除、配偶者特別控除などに
関する書類(各種控除を受ける方のみ)

●郵送での提出にご協力を
混雑を避けるため、申告書と必要書類は郵送で提出してください。

◇提出 3月15日(消印有効)までに〒196-8511 市役所市民税係へ

※受付印を押した申告受付票が必要な場合は、宛先を記入し

切手を貼った返信用封筒を同封してください。

●上場株式等の配当所得等に対する異なる課税方式の選択を廃止

所得税と市・都民税とで異なる課税方式を選択できなかったが、税制改正により、令和6年度からは課税方式を一致させることになりました。詳しくは、問い合わせるか、市ホームページをご覧ください。



☆詳しくは、市民税係へ。

所得税の申告は立川税務署へ

所得税、贈与税、個人事業者の消費税・地方消費税の申告を受け付けます。

◇日時 3月15日(金)までの午前8時30分～午後5時(平日のみ)相談の受け付けは午後4時まで

※入場整理券を、事前に国税庁公式LINEで配布するほか、当日、会場での受け付け

時に配布します(混雑時は早めに締め切る場合あり)。

◇場所 立川地方合同庁舎内の申告書作成会場

※記入済みの所得税の申告書は、3月15日まで市役所市民

車・バイクなどの廃車・名義変更手続きはお済みですか

軽自動車やバイクなどにかかる軽自動車税(種別割)は、毎年4月1日現在の所有者(所有名義の方)に課税されます。既に使用していない、他人に譲った、市外に転出する、盗難に遭ったなどの場合は、早めに廃車や名義変更の手続きをしてください。そのままにしておくと課税されます。受け付け窓口は車種によって異なります(下の表のとおり)。

●125cc以下のバイクなどの廃車・名義変更手続きは市役所市民税係へ

◇手続きに必要なもの

※廃車Ⅱナンバープレート、標識交付証明書、所有者の本人確認できる書類(運転免許証など)

※名義変更(ナンバープレート

税係でも受け付けます。

※国税庁ホームページから、申告書の作成・送信もできます。

☆詳しくは、立川税務署 042-523-1181へ。



※ナンバープレートを返納できない場合は、問い合わせてください。

☆詳しくは、市民税係へ。

▼廃車・名義変更手続きの車種別受け付け

車 種	受け付け
①バイク(125cc以下)、農耕・小型特殊	市役所市民税係 ☎544-5111
②軽自動車四輪乗用、軽自動車四輪貨物	軽自動車検査協会多摩支所(府中市) ☎050-3816-3104
③二輪の小型自動車、軽自動車二輪	多摩自動車検査登録事務所(国立市) ☎050-5540-2033
④普通乗用車、トラック、その他	

※税金関係は、①②③は市役所で、④は立川都税事務所 ☎042-523-3171で受け付けます。



採用試験説明会・Web相談会の参加者を募集

◎採用試験説明会

- ◇日時 4月13日(土)の午前10時～正午
- ◇場所 市役所1階市民ホール
- ◇内容 採用試験の案内、働く職員の声、勤務条件、人財育成など
- ◇定員 100人(申込順)
- ◇申し込み 3月1日～4月10日に市ホームページ内専用フォームで



◎Web相談会

- オンライン会議ツールWebexで、昭島市職員を目指す方からの相談に応じます。
- ◇日時 4月18日(木)・19日(金)・22日(月)・23日(火)の午前9時～午後5時(1枠1時間程度/予約制)
- ◇申し込み 3月1日～4月13日に市ホームページ内専用フォームで
- ☆詳しくは、職員係へ。



自転車用ヘルメット購入の助成券を受け取った方へ ～有効期限は3月31日まで～

助成券の有効期限は3月31日までです。期限を過ぎると利用できません。助成券に記載の事業協力店舗で早めに利用してください。

☆詳しくは、地域安全係へ。



障害がある方の世帯の下水道基本使用料を免除

次に該当する方は、下水道使用料のうち基本使用料が免除されますので、該当する手帳と印鑑を持って、市役所下水道課で申請してください。既に免除されている場合、申請は不要です。
◇対象 世帯全員の令和5年度の住民税が非課税で、

次に該当する方がいる世帯
*身体障害者手帳1級・2級
*愛の手帳1度・2度
*精神障害者保健福祉手帳1級
※生活保護受給世帯を除きます。
☆詳しくは、下水道課業務係へ。

- 世帯における医療費と介護サービス費の自己負担額を合算し、限度額を超えた場合、申請すると、超えた部分の金額についてそれぞれの制度から年単位で払い戻されます。
- 医療費と介護サービス費のいずれかで自己負担額がない世帯の方は、対象となりません。
- ◇対象 令和4年8月～5年7月に、世帯における医療費と介護サービス費の自己負担額の合計が下の表の限度額を超え、次のいずれかに該当する世帯の方
- ① 6年3月中旬に市または東京都広域連合からお知らせが届いた
- ② 対象期間内に、加入していた医療保険に変更があった
- ③ 職場の健康保険に加入している
- ◇申請
- *①に該当する世帯の方IIお知らせに基づき市役所保険係 後期高齢者医療係で
- *②に該当する世帯の方II5年7月31日現在に加入していた医療保険の窓口で
- *③に該当する世帯の方II介護保険の自己負担額証明は市役所介護保険係で、療養費の請求は加入

高額医療・高額介護合算療養費制度 ～医療費・介護サービス費の自己負担額を更に軽減～

▼高額医療・高額介護合算療養費制度の自己負担限度額

所得区分	合算する制度 後期高齢者医療+介護保険	国民健康保険または被用者保険+介護保険	
		70～74歳の方のみの世帯	70歳未満の方がいる世帯
現役並み所得者(上位所得者)	Ⅲ(課税所得690万円以上)=212万円 Ⅱ(課税所得380万円以上)=141万円 Ⅰ(課税所得145万円以上)=67万円	*基礎控除後の所得901万円超=212万円 *基礎控除後の所得600万円超～901万円以下=141万円	*基礎控除後の所得901万円超=212万円 *基礎控除後の所得600万円超～901万円以下=141万円
一般所得者	56万円	*基礎控除後の所得210万円超～600万円以下=67万円 *基礎控除後の所得210万円以下=60万円	*基礎控除後の所得210万円超～600万円以下=67万円 *基礎控除後の所得210万円以下=60万円
低所得者(住民税非課税世帯)	Ⅱ=31万円 Ⅰ=19万円	34万円	34万円

している健康保険の窓口で
☆詳しくは、国民健康保険制度については保険係、後期高齢者医療制度については後期高齢者医療係、介護保険制度については介護保険係へ。

通勤・通学には自転車等駐車を ご利用ください

4月になると、就職・入学などで通勤・通学に新たに自転車や原付バイクを利用する方が増えます。

市では、駅周辺に自転車等駐車を設置していますのでご利用ください。なお、原付バイクは左の表の1・7・18の駐車でのみ利用可能で、「18拝島駅東」

は原付バイク専用です。

利用には、月単位で利用する「定期利用」と、1回ごとに利用する「一時利用」があります。

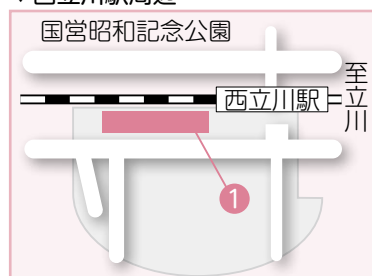
いずれも有料ですが、障害者手帳をお持ちの方や、生活保護、遺族基礎年金、児童扶養手当、特別児童扶養手当を受給している方は、使用料が免除されます。

▼自転車等駐車場 (◎…原付バイクも利用可、△…原付バイク専用)

番号	名称	電話番号	定期利用	一時利用
1	西立川駅南口	527-4080	◎	◎
2	東中神駅北口	542-0055	×	○
	※問い合わせは、4東中神駅北口第二で			
3	東中神駅西側	542-0055	×	○
	※問い合わせは、4東中神駅北口第二で			
4	東中神駅北口第二	542-0055	○	×
5	東中神駅南側	542-0055	○	×
	※問い合わせは、4東中神駅北口第二で			
6	東中神駅公園西側	542-0055	○	×
	※問い合わせは、4東中神駅北口第二で			
7	中神駅北口第一	549-8465	◎	◎
8	中神駅南口第一	549-8527	○	○
9	中神駅南口第二	549-8527	○	×
	※問い合わせは、8中神駅南口第一で			
10	中神駅北口第二	545-1993	○	○
11	昭島駅北口第二	549-8526	○	×
	※問い合わせは、14昭島駅北口第一で			
12	昭島駅南口立体	549-8466	○	○
13	昭島駅南口駅舎下	549-8469	×	○
14	昭島駅北口第一	549-8526	○	○
15	昭島駅南口第二	549-8466	○	×
	※問い合わせは、12昭島駅南口立体で			
16	拝島駅北口	549-8525	○	○
17	拝島駅南口地下	549-8467	○	○
18	拝島駅東	549-8524	△	△

自転車等駐車場案内図

▼西立川駅周辺

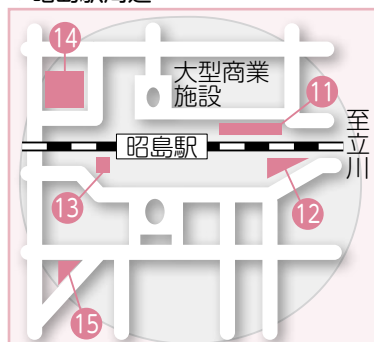


※駐車場により異なります。
※学生割引があります。
◇申し込み 平日(年末年始を除く)の午前6時30分～午後8時に、上の表の定期利用ができる駐車場で
※収容定数を超えた場合は、空き待ちとなります。

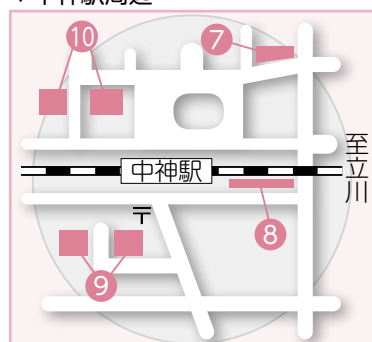
▼東中神駅周辺



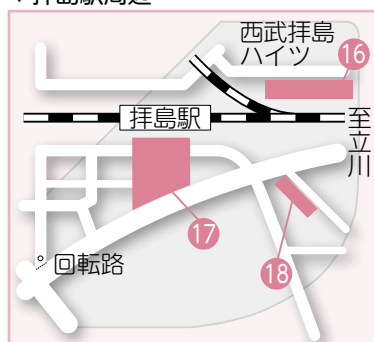
▼昭島駅周辺



▼中神駅周辺



▼拝島駅周辺



定期利用

◇利用方法 月単位(1日～末日)で定期利用証(シール)を購入
◇使用料(月額)
*自転車 700円～2000円
*原付バイク 1500円～2500円

利用の申し込みの際に、受給を証明できるものをお持ちください。

一時利用

◇使用料(1回/24時間以内)
*自転車 100円
*原付バイク 200円
◇回数券(13回分)
*自転車 11000円
*原付バイク 22000円
※払い戻しはできません。
☆詳しくは、交通対策係、または、シルバー人材センター ☎5447060へ。

自転車の放置は
やめましょう



市では、駅周辺の放置禁止区域(左の図の○の部分)の道路に放置された自転車と原付バイクを、毎日撤去しています。
マナーを守り、自転車等駐車場を利用してください。
☆詳しくは、交通対策係へ。

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(あいぱつくにあり/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(あいぱつく内) 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)



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

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・運営こねこねクラブ 申込3月6日〜22日に公民館 544-1407へ

子どもフライング教室 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 家小・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 申込左の申込み共通事項のとおり

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 家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 申込左の申込み共通事項のとおり

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 家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 申込左下の申込み共通事項のとおり

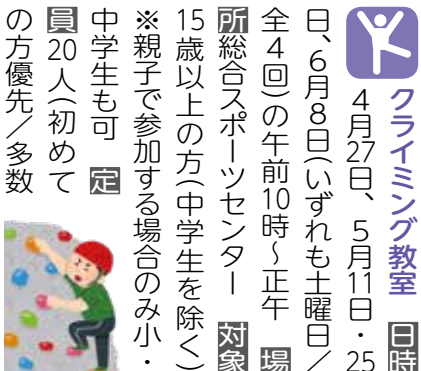
ヨガ教室 日時4月24日〜6月26日の水曜日(全10回)の午後2時〜3時30分 場所総合スポーツセンター 対 家18歳以上の方 定員25人(初めての方優先/多数抽選) 参加費1回250円 申込左下の申込み共通事項のとおり

フライング教室 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 家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/多数抽選)

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)

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。



▼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、①〜⑯はシルバー人材センター ☎544-7060、⑲〜㉒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 家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

電話番号を記入し、3月15日(必着)までに次の宛先へ ▼①〜⑯ 196-0022 中神町2-32-18 シルバー人材センター「イキイキ」教室係 ▼⑲〜㉒ 196-0034 玉川町5-13-101 NPO法人ひだまり「イキイキ」教室係 ※コースは複数選択可/1通につき1人1コースのみ記入/同じ曜日の教室への複数応募は不可(高齢者支援係)



開催

こころのちを支える運動（地域保健係（あいぽつく内）☎545126）

【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））☎545126

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））☎545126

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）☎545126

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）☎545126

▼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）

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）☎545126

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 ▼最終金曜日 武蔵野会館 対 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

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」☎545132）

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

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」☎545132）

おひさまひろば 公園でお友だちと一緒に遊びましょう。11時頃から手遊びや体操の時間もあります（申込不要）。日時 3月12日（火）の午前10時30分～11時30分 ※雨天中止 場所 郷地稲荷神社児童遊園 対象 0～3歳の親子と保護者（子育てひろば ☎5412277）

おひさまひろば 公園でお友だちと一緒に遊びましょう。11時頃から手遊びや体操の時間もあります（申込不要）。日時 3月12日（火）の午前10時30分～11時30分 ※雨天中止 場所 郷地稲荷神社児童遊園 対象 0～3歳の親子と保護者（子育てひろば ☎5412277）

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

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」☎545132）

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

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

【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「コスパ・タイパ・育児」 お金と時間を上手に使う家事や育児に取り組み方法を、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 あいぽつく

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 あいぽつく

【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。

なお、3か月ごとに更新手続きが必要です。◇対象 市内在住で、次のすべてに該当する方 *利用開始月の1日に就労している *日中に保育できる同居親族

▼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

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

あいさつで 心の天気図 晴れもよう



みんなで築く国民年金

令和6年度の国民年金保険料

6年度(4月～来年3月)の保険料は、月額1万6980円で
す。

保険料は、金融機関、郵便局、コンビニエンスストアなどで納付できます。市役所、東部出張所では納付できませんので、ご注意ください。

納付書は、4月上旬に日本年金機構から送付されます。

保険料の納め忘れはありませんか

5年度分の保険料の納め忘れがないか、もう一度納付書を確認してください。保険料を納め忘れたまま納付期限から2年を過ぎると時効となり、納付できなくなります。

納付期間が不足すると、将来、受け取る年金額が減少したり、受け取れなくなったりする場合があります。また、障害のある

状態になったときに受け取れる障害基礎年金や、亡くなったときに遺族が受け取れる遺族基礎年金も受け取れなくなる場合がありますので、ご注意ください。
☆詳しくは、立川年金事務所 ☎042-523-0352へ。

学生で納付が困難な方は 学生納付特例制度の申請を

学生の方も20歳になったら国民年金の加入者となり、保険料を納めなければなりません。

しかし、収入が少なく納付が困難な方には、納付が猶予される学生納付特例制度があります(要件あり)。

◇申請 学生証、基礎年金番号通知書または年金手帳を持って、市役所年金係または東部出張所で

※6年度分の申請は、4月1日から受け付けます。

※現在承認を受けている方が引き続き6年度分の納付特例を希望する場合も、4月以降に

申請が必要です。日本年金機構から申請のためのがきが送付された方は、記入し投函すると申請が完了します。
☆詳しくは、市役所年金係へ。

経済的な理由で納付が困難な方は免除・猶予の申請を

経済的な理由で納付が困難な方には、保険料の納付(全部または一部)が免除される制度や猶予される制度があります(配偶者、世帯主所得など要件あり)。

◇申請 基礎年金番号通知書または年金手帳、雇用保険被保険者離職票または雇用保険受給資格者証(お持ちの方)を持って、市役所年金係または東部出張所で

☆詳しくは、市役所年金係へ。

免除・猶予期間の保険料を追納すると受給額が減りません

保険料の免除(全部または一部)や猶予、学生納付特例制度の

承認を受けた方は、保険料を全額納めた方と比べて、将来受け取れる老齢基礎年金額が少なくなります。

ただし、免除・猶予期間から10年以内であれば、後から保険料を納付(追納)することで、通常の額を受け取ることができま

す。
この場合、免除などの承認を受けた期間の翌年度から起算して2年度以内であれば、当時の保険料額のまま納付できます。

3年度目からは、経過期間に応じた加算額が当時の保険料に上乗せされますので、追納を希望する方は、早めに立川年金事務所へ申し込んでください。

☆詳しくは、立川年金事務所 ☎042-523-0352へ。

60歳未満で退職したときは手続きを

厚生年金に加入している会社員や公務員などが、20歳以上60歳未満で退職したときは、第2号被保険者から第1号被保険者への変更手続きが必要です。

また、退職した方に扶養されていた配偶者は、第3号被保険

者から第1号被保険者への変更手続きが必要です。手続きをしないと、将来、不利益が生じることがあります。

◇申請 退職日の分かる証明書(雇用保険被保険者離職票など)、基礎年金番号通知書または年金手帳を持って、市役所年金係または東部出張所で

※退職後、厚生年金に加入している配偶者(第2号被保険者)に扶養される方は、配偶者の勤務先で第3号被保険者への変更手続きをしてください。
☆詳しくは、市役所年金係へ。

忘れずに手続き
しましょう!



用語説明

*第1号被保険者 自営業、学生、アルバイト、無職の方など

*第2号被保険者 厚生年金に加入している会社員や公務員など

*第3号被保険者 第2号被保険者に扶養されている配偶者

3月の水道修理当番店

(宅地内の漏水/有料)

1日～3日	中村工業所	☎541-0161
4日～10日	石川工業所	☎541-1129
11日～17日	大和管工	☎544-1530
18日～24日	エコアース	☎541-1386
25日～31日	福島工業所	☎543-3371

☆詳しくは、水道部工務課☎543-6114へ。

3月の乳幼児健診

3～4か月児健診	令和5年11月生まれ対象
6～7か月児健診	令和5年8月～9月生まれ対象
9～10か月児健診	令和5年5月～6月生まれ対象
1歳6か月児健診(内科・歯科)	令和4年8月生まれ対象
3歳児健診	令和3年2月生まれ対象

※日時や場所など詳しくは、受診月の前月末までに送付または配布する案内をご覧ください。案内を持っていない場合や、受診できなかった場合は、問い合わせてください。

☆詳しくは、子育て世代包括支援センター(あいぽっく内)☎543-7303へ。

3月の相談

☎は予約制/相談は無料
祝日は休み

■予約は広聴担当☎544-5122へ
(相談場所：市役所/電話可)

法律相談☎	1日(金)・12日(火)の午前9時～正午・午後1時30分～4時30分 15日(金)・18日(月)・28日(木)の午前9時～正午 23日(土)・27日(水)の午後1時30分～4時30分
行政相談☎	14日(木)の午後1時30分～4時30分
交通事故相談☎	19日(火)の午後1時30分～4時
司法書士相談(相続・登記等)☎	13日(水)の午後1時30分～4時30分
相続・遺言等暮らしの手続相談☎	21日(木)の午後1時30分～4時30分
不動産相談☎	26日(火)の午後1時30分～4時30分

■予約は各担当へ(相談場所：市役所)

人権身の上相談☎	25日(月)の午後1時30分～4時30分 ▶広聴担当☎544-5122
オンブズパーソン相談☎	6日(水)・19日(火)の午前9時～正午、8日(金)・22日(金)の午後1時30分～4時30分 ▶オンブズパーソン・人権担当☎544-4501
精神保健福祉一般相談☎	平日の午前9時～午後5時 ▶障害福祉係☎544-5111(代)
税務相談☎	22日(金)の午後1時30分～4時30分 ▶市民税係☎544-4122
創業ワンストップ窓口相談☎	21日(木)の午後1時～5時 ▶産業振興係☎544-4134

■予約は各担当へ(相談場所：あいぽっく)

保健師による育児相談	平日の午前8時30分～午後5時 ※未就学児の保護者を対象	子育て世代包括支援センター ☎543-7303
にんしんSOS相談☎	平日の午前9時～午後4時	
育児SOS相談☎	平日の午前9時～午後4時	
乳幼児食事個別相談☎	13日(水)の午前9時10分～正午	
乳幼児個別歯科相談☎	19日(火)の午前9時～11時45分	地域保健係 ☎544-5126
保健・栄養・運動相談☎	15日(金)の午後1時15分～4時	
こころといのちの相談	平日の午前8時45分～午後5時(予約を優先)	

表以外の相談は、広聴担当☎544-5122へ。

■予約は各担当へ(相談場所：アキシマエンス校舎棟)

悩みごと相談☎	平日の午前9時～午後5時 ▶男女共同参画センター☎519-5701
女性のためのカウンセリング☎	水曜日の午後1時～4時 ▶男女共同参画センター☎544-5130
母子・女性相談☎	平日の午前8時30分～午後5時 ▶男女共同参画センター☎519-2277
教育・発達総合相談☎	平日の午前9時～午後5時 ▶児童発達支援担当☎519-2247 ※就学相談を含む▶特別支援教育係☎519-2290
子育て相談	平日の午前9時～午後7時(受け付けは6時30分まで) ▶子ども家庭支援センター☎543-9046
子ども子育て利用者支援相談	月・水・木曜日の午前9時～正午・午後1時～4時30分(受け付けは4時まで) ▶子ども子育て利用者支援ぽっく☎519-2218

■その他

男性のためのカウンセリング☎	27日(水)の午後4時30分～7時30分 ※電話相談のみ ▶男女共同参画センター☎544-5130
いじめ相談ホットライン	平日の午前9時～午後5時 ▶いじめ専門電話相談ダイヤル☎543-7633
AKISHIMAキッズナー	平日の午前9時～午後6時30分 ※18歳未満の方専用電話相談 ▶AKISHIMAキッズナー☎0120-678-044
子育て相談	平日の午前8時30分～午後5時(受け付けは4時45分まで)、土曜日の午前9時～午後4時(受け付けは3時45分まで) ▶子育てひろばなしのき(なしのき保育園内)☎543-6716 平日の午前8時30分～午後5時(受け付けは4時45分まで) ▶子育てひろばほりむこう☎541-2277
子ども子育て利用者支援相談	平日の午前8時30分～午後5時(受け付けは4時45分まで) ▶子ども子育て地域支援担当☎544-4190
消費生活相談	平日の午前9時～正午・午後1時～4時 ▶消費生活センター☎544-9399
あきしま雇用・労働相談	9日(土)の午前10時～午後3時(予約を優先) ※相談場所は松原町コミュニティセンター ▶産業振興係☎544-4134
認知症初期相談	平日の午前9時～午後5時 ▶介護福祉課☎544-4148
暮らし・仕事相談	平日の午前8時30分～午後5時15分 ※収入の減少、仕事、住宅の家賃補助などに関すること ▶暮らし・しごとサポートセンター☎519-2033
心配ごと相談	水曜日の午後2時～4時 ※相談場所はあいぽっく ▶社会福祉協議会☎544-0388
福祉法律相談☎	1日(金)・15日(金)の午後1時30分～4時30分 ※成年後見などの相談/相談場所はあいぽっく ▶地域福祉・後見支援センターあきしま(社会福祉協議会内)☎544-0388

第1回図書館を使った調べる学習コンクールinアキシマの入賞者を決定

市内の小・中学校から316点の応募があり、審査の結果、次の方が入賞しました。

◎昭島市入賞者

＊市長賞Ⅱ林 令惟さん(富士見丘小1年)、石川愛結さん(富士見丘小4年)、平澤 慧さん(東小5年)

＊教育長賞Ⅱ小花和卯月さん(富士見丘小1年)、太田めるさん(富士見丘小3年)、松野 繪之介さん(富士見丘小6年)
＊図書館長賞Ⅱ前田梨佐さん(光華小2年)、菊地美月さん(富士見丘小4年)、開香太さん(富士見丘小5年)
＊優秀賞Ⅱ見元 奏さん(武蔵野小2年)、木内一道さん(富士見丘小2年)、平林

東馬さん(富士見丘小1年)、染谷航平さん(富士見丘小3年)、岩堀佳乃さん(富士見丘小4年)、黄 将生さん(中神小6年)、原田理桜菜さん(富士見丘小6年)

◎全国コンクール入選者

＊奨励賞Ⅱ林 令惟さん(富士見丘小1年)
＊佳作Ⅱ石川愛結さん(富士見丘小4年)、平澤 慧さん(東小5年)、小花和卯月さん(富士見丘小1年)、松野 繪之介さん(富士見丘小6年)
☆詳しくは、市民図書館 ☎5431523へ。

中学高校生の読書フォーラム2024を開催

市内の高校生による実行委員会が主体となり、創意工夫を凝らして開催します。若い世代の方や来場者に、読書の大切さや楽しさなどを届けます(申込不要)。

◇日時 3月24日(日)の午後1時30分～3時30分

◇場所 アキシマエンスシス体育館

◇内容

＊中学生によるビブリオバトル(好きな本を制限時間内で紹介し、最も読みた

いと思う本を投票で決めるゲーム)

＊本にまつわるクイズ、旅行記・世界文学の紹介

＊中学生が作成した本のポップ(宣伝と内容紹介の札)や読書感想文などの展示

◇定員 200人(先着順)

◇持ち物 室内履き

☆詳しくは、市民図書館 ☎5431523へ。

官公署だより



■消防少年団員を募集(昭島消防署 ☎545-0119) 月1回程度(土曜日または日曜日)、団体行動や奉仕活動を通して、災害から命を守るための知識・技術を身につける。小学生を対象。事前に問い合わせのうえ要申込。
■あきしま町あるき～水を探して昭和記念公園を歩こう～(昭島観光まちづくり協会 ☎519-2114) 3月19日の午前9時～午後0時30分。東中神駅に集合し、国営昭和記念公園で盆栽の解説や欽楓亭の茶席を体験(現地解散/約3.5km)。定員20人(多数抽選)。参加費1100円(保険料など/別途入園料あり)。3月7日までに要申込。詳しくは、同会ホームページへ。
■ファミリー・サポート・センター説明会(昭島市社会福祉協議会 ☎544-0388) 利用会員(子育ての手助けが必要な方)の依頼に応じ、協力会員

(手助けを行う方)が保育園の送迎や子どもの一時預かりなどを有料で行う育児ネットワーク。登録を希望する方は、3月2日・21日、4月6日の午前10時～11時30分にあいぽっくで行う説明会に参加を(いずれか1日)。定員各15人(申込順)。参加費無料。事前に要申込。
■市民フォーラム(あきしま地域福祉ネットワーク、昭島市障害者(児)ネットワーク) 4月13日の午後1時30分～4時にアキシマエンスシス体育館で。地域共生社会の実現に向けた講演やチェアダンスなどを。定員200人(申込順)。3月1日から社会福祉協議会 ☎544-0388へ要申込。
■道路ふれあい月間推進標語を募集(国土交通省道路交通管理課 ☎03-5253-8111) 8月の道路ふれあい月間にちなみ、生活向上・経済発展に欠かさない道路と親しみ、ふれあい、常に広く、美しく、安全に、楽しく利用し、受け継いでいくための標語を募集。は

がきに標語と住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号・応募部門(小学生の部、中学生の部、一般の部のいずれか)を記入し、3月22日(必着)までに〒100-8918 国土交通省道路交通管理課標語担当へ。
■インドアパタンク・太極拳・卓球体験教室(昭島くじらスポーツクラブ(川口) ☎080-1249-5001) マインドアパタンク＝3月9日・23日の午後1時15分～3時。▽太極拳＝3月10日・24日の午前9時30分～11時。▽卓球＝3月11日・25日の午後3時～5時。いずれも、総合スポーツセンターで。中学生以上の方を対象。定員各10人(申込順)。参加費無料。上履きを持って参加を。申し込みは、はがきに住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・希望日を記入し、3月6日(必着)までに〒196-0033東町5-13-1 昭島くじらスポーツクラブ(総合スポーツセンター内)へ。

市民のひろば



市民のサークル活動を掲載しています(法人、政治・宗教・営利活動などを除く/入会金は掲載なし)。

■申込書 市役所広報係にあり/市ホームページからダウンロードも可。

■掲載申込 〒196-8511 市役所広報係へ(郵送可)。▼会員募集＝随時受け付け。▼5月1日号・5月15日号掲載の催し＝4月1日(必着)まで。

会 員 募 集

■揚名時 太極拳クローバー 月曜日の午前10時からアキシマエンスシス校舎棟などで。指導あり。見学・体験あり。月2000円。今宮 ☎546-3965(夕方)

■のぼ句会(俳句) 第1・第3金曜日の午後1時から玉川会館で。初心者歓迎。月500円。奥山 ☎080-1326-1361

■昭島シニア(スポーツ吹き矢) 土曜日の午前9時から朝日町高齢者福祉センターで。初心者歓迎。見学・体験あり。月1000円。梅崎 ☎541-8968

■ギターサークル響(クラシックギター) 水曜日の午前9時からアキシマエンスシス校舎棟などで。月3500円。黒川 ☎090-4538-0591

■健康体操(気功、太極拳) 火曜日の午後1時30分から武蔵野会館などで。初心者歓迎。月3500円。中川 ☎541-1895

■昭島地域の猫の会(地域猫活動) 保護が必要な猫の預かりや子猫のミルクボランティアなど。猫の飼育経験がある方を対象。月1回会合あり。葛西 ☎090-5768-1419

■昭島美術協会 第2日曜日の午後1時30分から朝日会館で。クロッキーを。年5000円。大澤 ☎541-3703

催 し

■ラージボール卓球体験会「あきしまラージ」 3月15日の午前10時～正午に総合スポーツセンターで。硬球より1.1倍大きいボールでラリーが続く卓球を。初心者歓迎。ラケットの貸し出しあり。定員10人(申込順)。参加費無料。事前に要申込。福島 ☎544-7437

■初心者講習会「ローズ昭島ラウンドダンス」 3月17日・31日、4月7日・14日・28日の午後1時～3時、3月24日の午前10時～正午に昭和会館で(全6回)。初心者の方を対象。ワルツ、ルンバなどのカップルダンスを。定員20人(申込順)。参加費2000円。3月1日から要申込。中村 ☎090-7011-3664

■コンサート「アンサンブル balena」 3月20日の午前10時45分～11時45分に公民館で。0歳から入場可。指揮、バレエ、楽器などの体験も。定員100人(申込順)。参加費500円。事前に要申込。同会メール ensemble.balena@gmail.com

■こども食堂見学会「あきしまこどもクッキング」 3月20日の午後3時～5時に公民館で。定員30人(申込順)。3月1日から要申込。同会メール akishimakodomoshokudo@gmail.com

■ストレッチ運動体験会「Well-being エクササイズの会」 3月25日の午

後1時30分～3時に公民館で。定員50人(申込順)。参加費500円。小峰 ☎090-5770-6657

■英語多読体験会「多読サークル」 4月21日の午後2時～3時30分にアキシマエンスシス校舎棟で。英語の絵本で多読方法を学ぶ。事前に要申込。酒井 ☎080-5008-9767

生活用品 交換情報



受け付けは3月4日から(掲載希望は随時)市役所暮らしの安心係へ。なお、交渉などは当事者間で行ってください。

■ゆずります(無償)

◇着物着付け用小物一式 ◇ひな人形(ケース入り/縦37cm×横66cm×高さ38cm) ◇五月人形(兜飾り/縦37cm×横43cm×高さ30cm) ◇破魔弓(縦39cm×横84cm×高さ48cm) ◇テレビ(19インチ)

■ゆずってください(無償)

◇カーペット(縦352cm×横176cm以上) ◇ベビーカー

シルバー人材センターをご利用ください

シルバー人材センターでは、60歳以上で働く意欲のある会員が、家庭や市役所などから依頼を受け、さまざまな仕事をしています。

庭木の剪定、障子・網戸の張り替え、大工仕事、除草などのほか、家事援助・育児支援(掃除、洗濯、

食事作り、子どもの見守りなど)を行っていますので、ご利用ください。詳しくは、同センターホームページにも掲載しています。

☆詳しくは、昭島市シルバー人材センター ☎544-7060へ。



シルバーくん

市民活動支援事業補助金交付事業 東京こどもホスピス講演会の参加者を募集

「学ぶことは生きること～子どもの姿と子どもの権利～」をテーマに開催します。

◇日時 3月30日(土)の午前10時～11時30分

◇場所 アキシマエンスシス国際交流教養文化棟

※オンライン会議ツール Zoom^{ズーム}での参加もできます。

◇定員 20人(申込順)

◇参加費 1000円

☆申し込みは、電子メールに、「東京こどもホスピス講演会」と、住所・氏名・電話番号・メールアドレス、会場かオンラインかを記入し、3月2日～20日にNPO法人東京こどもホスピスプロジェクトメール info@tokyohospice.jp へ。



市公式ホームページ
https://www.city.shimizu.lg.jp/



市公式SNS



市役所
本庁

〒196-8511 東京都昭島市田中町1-17-1
開庁日：平日の午前8時30分～午後5時15分

☎042-544-5111(代表)
FAX：042-546-5496

3月1日
から

昭島市デジタルアーカイブズに新しい 内容を追加

◎昭島市デジタルアーカイブズとは

「水と記憶」をテーマに、今の昭島を形作る文化的・歴史的資産を、動画や写真などさまざまな形式でデジタル化し、公開しているインターネットサイトです。パソコン・スマートフォンなどから、どなたでも無



料でご覧いただけます(通信料は利用者負担)。

◎「写真でたどる あきしまメモリーズ」を追加

明治から令和まで、時代とともに大きく移り変わった昭島の様子をご覧ください。

☆詳しくは、文化財係(アキシマエンス国際交流教養文化棟内) ☎519-5717へ。



◀昭和49年頃の
多摩大橋



今の多摩大橋▶



◀昭和40年頃の
昭島駅



今の昭島駅▶

3月 前半のイベントカレンダー

日	内 容
1 (金)	●女性の健康習慣 パネル展示(3/8まで)→2/15号8ㄱ 担当あいぽく ☎544-5126
2 (土)	㊦時局講演会→2/1号10ㄱ 担当公民館 ☎544-1407
3 (日)	●障害福祉の仕事に関する体験会→2/1号6ㄱ 担当障害福祉係
4 (月)	㊦女性の健康づくり教室→2/1号11ㄱ 担当あいぽく ☎544-5126 ●多重債務110番(3/5まで)→2/15号8ㄱ 担当消費生活センター ☎544-9399 ●市民活動支援事業 パネル展示(3/8まで)→8ㄱ ●子育てワンポイント講座→10ㄱ
5 (火)	●平和パネル展(3/10まで)→2ㄱ ●こころといのちを支える運動 街頭キャンペーン(3/6まで)→10ㄱ
6 (水)	●献血→2/15号9ㄱ 担当あいぽく ☎544-5126
7 (木)	㊦創業支援セミナー→2/1号6ㄱ 担当産業振興係 ㊦乳幼児歯科健診→2/1号11ㄱ 担当あいぽく ☎543-7303 ㊦おはなし会ボランティアスキルアップ講座→2/1号11ㄱ 担当市民図書館 ☎543-1523
8 (金)	●若者なんでも相談窓口→2/15号9ㄱ 担当男女共同参画センター ☎519-5701 ●地域ケア推進会議→11ㄱ
9 (土)	
10 (日)	●フリーマーケット・おもちゃ修理→令和5年2/15号3ㄱ 担当ごみ減量係 ☎546-5300 ㊦居場所×やりたいこと 体験ワークショップ→2/1号12ㄱ 担当市民総合交流拠点施設建設担当

日	内 容
11 (月)	●若者トラブル110番(3/12まで)→8ㄱ ●こころといのちを支える運動 パネル展示(3/15まで)→10ㄱ ●こころといのちの相談会(3/15まで)→10ㄱ
12 (火)	●おひさまひろば→10ㄱ
13 (水)	●にじいろサロン→1/1・15合併号14ㄱ 担当児童発達支援担当 ☎519-2247
14 (木)	㊦創業支援セミナー→2/1号6ㄱ 担当産業振興係 ㊦乳幼児歯科健診→2/1号11ㄱ 担当あいぽく ☎543-7303
15 (金)	㊦フレッシュママパパ学級→2/1号12ㄱ 担当あいぽく ☎543-7303 ●市民図書館協議会→2/15号8ㄱ 担当市民図書館 ☎543-1523 ●子ども服と本の交換会(3/16まで)→4ㄱ ㊦無料建築相談会→8ㄱ ●出張ひろば→10ㄱ
16 (土)	㊦子ども向けマネー講座→2/15号8ㄱ 担当市民図書館 ☎543-1523 ●若者なんでも相談窓口→2/15号9ㄱ 担当男女共同参画センター ☎519-5701
17 (日)	㊦エンディングノートの書き方講座→2/15号8ㄱ 担当介護福祉課 ●わかちあいの会→2/15号8ㄱ 担当あいぽく ☎544-5126
	●農産物即売会(2日・3日・6日・9日・10日・13日・16日・17日)→8ㄱ ●学習サロン(3日・10日・17日)→令和5年5/15号6ㄱ 担当福祉総務課

※㊦のイベントは、申し込みが必要です。

※カレンダー内のページは、「広報あきしま」(特に明記していない場合は今号)のページです。

※担当で電話番号のないものはすべて市役所 ☎544-5111(代表)です。