

▼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	玉川会館		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	拝島会館		20
カラオケ	⑥ 金 午前	松原町高齢者福祉センター	○	40
	⑦ 月 午前	拝島町高齢者福祉センター	○	20
実用書道	⑧ 木 午前	武蔵野会館	○	20
	⑨ 金 午前	朝日会館	○	18
フラダンス	⑩ 木 午前	福島会館		6
インターネット入門	⑪ 金 午前	福島会館	○	15
陶芸	⑫ 水 午前	昭和町分室		10
着付け	⑬ 水 午前	富士見会館	○	12
	⑭ 水 午後	昭和町分室	○	12
健康スポーツ吹き矢	⑮ 火 午前	緑会館	○	15
脳のトレーニング	⑯ 火 午前	武蔵野会館	○	12
英会話(入門)	⑰ 火 午後	松原町高齢者福祉センター	○	10
英会話(初級)	⑱ 金 午前	市内(市外の場合もあり)	○	15
おもしろ歴史と社会科散歩	⑲ 木 午前	朝日町高齢者福祉センター	○	20
絵手紙	⑳ 水 午前	昭和会館	○	18
消しゴムはんこ	㉑ 水 午前	緑会館	○	15
歌のひろば				

※○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 ☎5447060、⑰～⑲はNPO法人ひだまり ☎5193947へ問い合わせてください。期間令和5年1月～3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・電話番号を記入し、11月30日(必着)までに次の宛先へ ▼①～⑯ ☎19610022 中神町2-32-18 シルバー人材センター「イキニコ教室係」 ▼⑰～⑲ ☎19610034 玉川町5-13-13 101 NPO法人ひだまり「イキニコ教室係」 ※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)

氏名・生年月日・電話番号を記入し、11月30日(必着)までに次の宛先へ ▼①～⑯ ☎19610022 中神町2-32-18 シルバー人材センター「イキニコ教室係」 ▼⑰～⑲ ☎19610034 玉川町5-13-13 101 NPO法人ひだまり「イキニコ教室係」 ※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)



For the Earth, For the Future ～カーボンニュートラルへの旅路～
車を買うならZEVがおトク!

市は、新たに環境にやさしい水素自動車を2台購入しました。ナンバープレートの数字はそれぞれ2030と2050で、カーボンハーフ(※1)、カーボンクォーター(※2)、そしてカーボンニュートラル(※3)を実現する決意を表しています。

これから自動車を購入する場合は、環境にやさしい車「ZEV」を選んでみませんか。

ZEVとは

電気自動車(EV)、燃料電池自動車(FCV)、プラグインハイブリッド自動車(PHV)など、電気や水素で走行することでCO₂などの温室効果ガスを排出しない自動車を、ZEV(ゼロエミッション・ビークル)と呼びます。

ZEVはこんなにおトク

①環境にやさしく、みんなにおトク!

ZEVはCO₂などの温室効果ガスを排出しないので、地球温暖化対策に有効です。

②非常時の電源として使えておトク!

ZEVは大容量バッテリーを搭載しているので、停電などの非常時には電源として使用できます。

③乗り心地が良くておトク!

ZEVの動力源であるモーターはスムーズで力強い加速が可能なので、遠出しても疲れにくく、高級車のような乗り心地を味わえます。

④補助金がおトク!

国や都では、ZEVを購入する場合、購入費の一部を助成しています。また、エコカー減税として自動車重量税が軽減されたり、自動車税環境性能割(燃費性能などに応じて課される税)が非課税になったりします。

なお、補助金は予算に限りがありますので、希望する方は事前に確認してください。

▼都の補助金の例

 電気自動車・プラグインハイブリッド自動車 補助額 最大 45 万円	 燃料電池自動車 補助額 最大 110 万円
---	-------------------------------------

詳しくは、都の補助金についてはクール・ネット東京ホームページ、国の補助金については次世代自動車振興センターホームページをご覧ください。

☆詳しくは、カーボンニュートラル担当へ。

- ※1 2030年度までに、市内の温室効果ガスの排出量を、2000年度と比べて50%削減すること
- ※2 2030年度までに、昭島市役所が行う事業などによる温室効果ガスの排出量を、2013年度と比べて75%削減すること
- ※3 2050年までに、温室効果ガスの排出量と吸収量を均衡させて、実質排出量をゼロとすること

お知らせ

昭島都市計画生産緑地区の変更新案の関係図書

縦覧 関係図書を次のとおりご覧いただけます。縦覧11月28日～12月12日に市役所都市計画係で 意見書の提出12月12日(必着)までに〒196-8511 市役所都市計画係へ

開催

ゼロから始めるスマホ教室 スマートフォンの基本操作やLINEの使い方などを学びます。日時・場所▼12月7日(水)・8日(木)の午前10時～11時30分 緑会館 ▼12月19日(月)・21日(水)の



東京都功労者表彰

昭島市議会議員として、都民の生活と文化の向上に貢献されました。◎地域活動功労 木崎親一さん(玉川町)

献血にご協力を

一人ひとりの思いやりの心が、大切な生命を守ります。皆さんの協力をお願いします。◇日時 12月7日(水)の午前10時～11時45分、午後1時～4時 ◇場所 市役所北側出入口前

午前10時～11時30分 昭と会館 ※いずれも全2回 対象スマートフォンを使い始めたばかりの60歳以上の方 定員各10人(多数抽選) 持ち物 スマートフォンの 申込 11月22日までに社会教育係へ 冬休み算数・数学にチャレンジ 謎解き感覚で算数や数学の問題に挑みます。日時12月18日(日)、令和5年1月15日(日)の午後1時30分～3時30分(全2回/1回のみの参加可) 場所 昭和会館 対象 小学4年生以上の方 定員20人(申込順) 申込 11月16日から社会教育係へ 公民館ふれあいコンサート Joyful Joyful や We are the World などをアカペラで披露します。日時 12月24日(土)の午後2時～3時

30分 場所 公民館 定員 80人(申込順) 申込 11月18日から公民館 ☎5441407へ 民館 Y ミニミニうんどう3day 親子でボール入れやジャンプなど、楽しく体を動かしましょう(申込不要)。日時 11月28日(月)～30日(水)の午前9時30分～正午 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) 離乳食講座 日時 12月9日(金)の午後1時15分～2時15分 場所 あいぽくく 対象 4～6か月児の保護者 定員 16人(申込順) 申込 11月16日から子育て世代包括支援センター(あいぽくく内) ☎5437303へ 認知症講演会(住みなれ たこの街で暮らし続けるために) 認知症の当事者を迎

令和4年度住民税非課税世帯などへ 電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金を支給

①または②に該当する世帯へ、1世帯につき5万円を支給します。ただし、住民税均等割課税者に扶養されている方などの世帯は対象となりません。また、①と②の両方に該当する場合、重複して申請はできません。

①住民税均等割非課税世帯

対象と思われる世帯へ、11月10日から順次、申請書類を送付しています。必要事項を記入し、令和5年1月31日までに返送してください。

◇対象 4年9月30日時点で昭島市に住民登録があり、世帯全員の4年度の住民税均等割が非課税である世帯

②家計急変世帯

家計が急変(収入が減少)し、世帯全員のそれぞれの年間収入見込み額が、①と同様の水準となる世帯が対象です(同じ世帯に住

民税均等割課税者が複数いる場合は、原則、同じ月に収入が減少していること)。4年1月～12月のうち任意の1か月の収入を、年収に換算して判定します。対象となる世帯の収入の目安については、市ホームページをご覧ください。◇申請 5年1月31日までに申請書類を福祉総務課へ

◇申請書類・案内の配布 市役所福祉総務課、東部出張所、あいぽくく、教育・発達総合相談窓口(アキシマエンシス校舎棟内)、くらし・しごとサポートセンターで(市ホームページからダウンロード可) ☆詳しくは、昭島市福祉総務課給付金担当 ☎544-5125(平日の午前8時30分～午後5時)またはファックス544-5131へ。 市ホームページはこちら▶



え、認知症の方から見える社会についての講演のほか、専門家との座談会を行います。日時 12月26日(月)の午後1時～3時

40分 場所 公民館(申込順) 申込 11月15日から介護福祉課へ

