



9 / 1

令和6(2024)年

No.1562

毎月1・15日発行

Koganei City News

市報

こがねい

小金井市
イメージキャラクター
こきんちゃん



9月21日は

世界アルツハイマーデー

小金井市では共生社会実現のために、 展示などの普及啓発を行っています

認知症は高齢者以外でもかかる可能性がある脳の病気です。

認知症の理解を深め、

本人と家族介護者への支援と、

認知症になっても安心して暮らせるまちについて

一緒に考えていきましょう。

認知症？アルツハイマー病？

認知症とは、いろいろな原因で

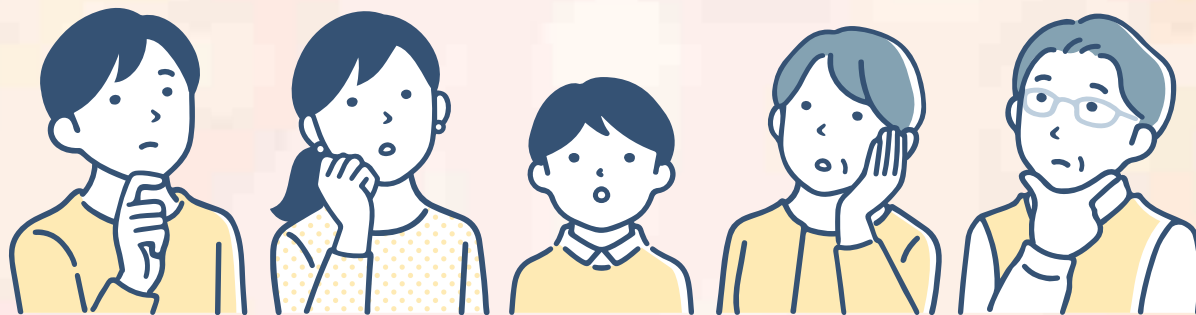
脳の細胞が損傷を受けたり、働きが悪くなることで、

さまざまな生活のしづらさが現れる状態を指します。

65歳未満で発症した場合、若年性認知症といいます。

高齢者の認知症も若年性認知症も、

原因となる病気の中で一番割合が高いのがアルツハイマー病です。



次のページで、
自分やご家族の認知症の
可能性をチェック!



これって認知症？

認知症の早期発見・早期治療は
 症状の進行を遅らせることができます。
 早期発見をして今後の備えをするために
 「**認知症簡易チェックサイト**」を
 ご活用ください。



認知症かもしれないと思ったら

本人や家族等が認知症かもしれない、
 どこに相談したらいいかわからないなど
 不安や心配があるときは、
 お住まいの地域の地域包括支援センターへ
 お気軽にご相談ください。



地域包括支援センター	電話番号	住所	対象地域
小金井きた地域包括支援センター	042-388-2440	桜町1丁目9番5号 (桜町高齢者在宅サービスセンター内1階)	梶野町、関野町、緑町、本町2・3丁目、 桜町1・3丁目
小金井みなみ地域包括支援センター	042-388-8400	前原町5丁目3番24号 (小金井あみず苑内)	前原町、貫井南町、本町6丁目
小金井ひがし地域包括支援センター	042-386-6514	中町2丁目15番25号 (特別養護老人ホームつきみの園内)	東町、中町、本町1丁目
小金井にし地域包括支援センター	042-386-7373	貫井北町2丁目5番5号 (学芸大学東門バス停近く) ※令和6年度下半期に本町4丁目7番に移転予定	本町4・5丁目、桜町2丁目、貫井北町

窓口受付時間/月～土 9:00～17:30 (日曜・祝日・年末年始を除く)

小金井市の認知症関連事業の紹介

📅 世界アルツハイマーデーの展示

9月2日～12日に市役所第二庁舎入口、13日～24日に市役所本庁舎正面玄関入口で展示します。

また、9月13日～24日に図書館本館で関連図書の展示を行います。

お立ち寄りの際は、ぜひ、ご覧ください。



こちらの封筒が届きます



☕ 認知症カフェ

認知症の方、介護しているご家族の方、認知症について興味がある方、ただ話したい方など誰でも気軽に集まって、楽しい時間を過ごす場所です。市内各所で開催しています。



📁 もの忘れ予防検診

市内在住の70～79歳の方を対象に、認知症の早期発見や、正しい知識の普及啓発を目的に、もの忘れ予防検診を実施しています。

認知症は、75歳から有病率が急激に上昇することから、認知症の早期対応につなげるため、70代の方を対象としています。

対象者には、毎年受診券と認知症安心ガイドブックなどの資料を併せて送付しています。



7面の「福祉のひろば」で9・10月に開催する認知症関連の取り組みを紹介しています👉



お知らせ

小金井平和の日条例 制定10周年記念事業 戦争体験談や手記に ご協力いただける方を 募集します



戦争の記憶を後世に伝え平和意識の高揚を図るため、戦争体験談のインタビューなどの映像動画や戦争体験手記を募集します。ご協力いただいた資料はデータ化し、市民団体が運営するこがねいデジタル平和資料館で保存・公開します。

他応募内容は、協働事業提案者(小金井平和の日・市民イベント実行委員会)に情報提供します。上記のほか、市でも戦争体験者登録を常時受け付けています

申9月30日(必着)までに、市申込フォーム、郵送または直接、住所・氏名・電話番号を明記し、広報秘書課広聴係(〒184-8504住所不要・市役所第二庁舎1階☎042-387-9818)へ

全国家計構造調査にご協力を

統計法に基づき実施する全国家計構造調査を、10月～11月に行います。事前調査のために調査員がご自宅に伺う場合がありますので、ご協力をお願いします。調査員は「調査員証」を着けて訪問します。

この調査は、国民の暮らし向きを、家計の所得、消費、資産の面から総合的に把握することを目的とし、調査結果は、国や地方公共団体の各種社会・経済施策等の基礎資料として利用されます。

なお、調査内容は、統計を作成する目的以外に使用することは統計法で固く禁じられています。

問総務課庶務係(☎042-387-9805)

9月・10月は行政相談月間

一日合同行政相談所を開設します。

時所9月6日(金)午後1時～4時＝都立中央図書館(港区)、10月18日(金)午前10時～午後4時＝JR新宿駅西口広場イベントコーナー(新宿区)、11月12日(火)午後1時～4時＝三鷹市公会堂さんさん館(三鷹市)

内行政サービス(年金・保険・国税・登記・道路など)への苦情や要望
行政相談員橋本治祐さん、小野寺孝成さん、川村久恵さん

問総務省東京行政評価事務所(☎03-3363-1100)、市広報秘書課広聴係(☎042-387-9818)

就職面接会および面接 対策セミナーin武蔵野



【面接対策セミナー】

時9月12日(木)正午～午後0時50分
定50人

【就職面接会】

時9月12日(木)午後0時50分～4時
定100人

他▷参加企業数20社程度▷面接を希望する企業の数だけ履歴書を持参

— ◇共通◇ —

所武蔵野スイングホール(武蔵野市)

他保育有り(4人。9月9日正午までに要事前申込)

申申込フォームまたは電話で東京しごとセンター多摩(☎042-521-6761)へ

9月は高齢者悪質商法 被害防止キャンペーン月間

高齢者の悪質商法被害が後をたちません。だます手口は年々巧妙になり、時には複数人で役柄を演じ分けて勧誘し、お金をだまし取ろうとします。少しでもおかしいと思ったら消費生活相談室にご相談ください。

【高齢者被害特別相談】

時9月9日(月)～11日(水)午前9時30分～午後4時(正午～午後1時を除く)

内市内在住・在勤・在学の60歳以上の方

■相談窓口消費生活相談室(市役所第二庁舎4階☎FAX042-384-4999)

問経済課消費生活係(☎042-387-9831)

多重債務110番

一人で悩まず、気軽にご相談ください。事前予約は不要です。

時9月2日(月)、3日(火)午前9時30分～午後4時(正午～午後1時を除く)

内市内在住・在勤・在学の方

■相談窓口消費生活相談室(市役所第二庁舎4階☎FAX042-384-4999)

問経済課消費生活係(☎042-387-9831)

委員募集

廃棄物減量等推進審議会



一般廃棄物の減量および再利用の促進等について、調査・審議します。

内市内在住・在勤・在学で、令和6年7月1日現在18歳以上の方

定1人(選考)

■任期10月1日～令和8年6月30日

(年8回程度開催)

他小論文は、応募フォームで提出された場合を除き返却します

申9月14日(消印有効)までに、応募フォーム、郵送、ファクスまたは直接、小論文(800字以内・課題＝「人口減少社会における廃棄物処理について」)・住所・氏名・年齢・性別・電話番号をごみ対策課減量推進係(〒184-8504住所不要・市役所第二庁舎4階☎042-387-9854FAX042-383-6577)へ

消費生活審議会

市民の消費生活の安定と向上を図るため、検討・審議します。

内市内在住・在勤・在学で、令和6年10月29日現在18歳以上の方

定2人(選考)

■任期10月29日～令和8年10月28日(年3回程度開催)

他小論文は返却します

申9月20日(必着)までに、郵送、ファクスまたは直接、応募用紙と小論文(200字以内・課題＝「消費者行政について興味がある分野」、100字以内・課題＝「応募にあたっての動機や抱負」)・住所・氏名・年齢・性別・電話番号を経済課消費生活係(〒184-8504住所不要・市役所第二庁舎4階☎042-387-9831FAX042-386-2609)へ

市民協働推進委員会

協働の推進を図るための協議を行います。

内市内在住・在勤・在学で、令和6

年9月1日現在18歳以上の方

定1人(選考)

■任期委嘱日から2年間(年4回程度開催)

■応募用紙配布場所等コミュニティ文化課、市ホームページ

他小論文は返却します

申9月25日(必着)までに、郵送または直接、応募用紙と小論文(800字以上1,200字以内・課題＝「市民協働を推進するために必要なこと」)をコミュニティ文化課文化推進係(〒184-8504住所不要・市役所第二庁舎4階☎042-387-9923)へ

— ◇共通◇ —

■報酬10,000円(1回)

他▷市が設置する附属機関等の委員は、原則2つまで▷選考基準・方法等詳細はお問い合わせください

すべての市立公園の敷地内を全面禁煙とします



10月1日から、市立公園の美化および公園利用者の受動喫煙防止の観点からすべての市立公園を全面禁煙とします。

市立公園を管理する指定管理者の定期巡回時に喫煙者にお声掛けする場合があります。ご理解とご協力をお願いします。

問環境政策課緑と公園係(☎042-387-9860)

各種審議会等の開催日程

名称	とき	ところ	内容	問合先
市民参加推進会議	9月12日(木) 18:30～	市役所第二庁舎 8階801会議室	市民参加条例の運用状況等について	企画政策課企画政策係(☎042-387-9800)
環境審議会	9月17日(火) 10:00～	前原暫定集会施設1階A会議室	環境保全についてほか	環境政策課環境係(☎042-387-9817)
児童館運営審議会	9月17日(火) 10:00～	前原暫定集会施設2階B会議室	児童館事業についてほか	児童青少年課児童青少年係(☎042-387-9847)
はけの森美術館運営協議会	9月20日(金) 18:30～	はけの森美術館 2階多目的室	はけの森美術館の運営について	コミュニティ文化課文化推進係(☎042-387-9923)
生活支援協議会	9月24日(火) 14:00～	市役所第二庁舎 8階801会議室	活動報告・生活支援における検討ほか	介護福祉課包括支援係(☎042-387-9845)
部活動地域連携検討委員会	9月24日(火) 18:30～	前原暫定集会施設2階B会議室	学校部活動の地域連携について	生涯学習課スポーツ振興係(☎042-386-2462)

※傍聴については事前にお問い合わせください



ご利用ください

9月の休日窓口



9月 ○は休日窓口開設日

日	月	火	水	木	金	土
①	2	3	4	5	6	7
⑧	9	10	11	12	13	⑭
15	16	17	18	19	20	⑳
22	23	24	25	26	27	28
㉑	30					



国民健康保険 特定保健指導を開始



6月から開始した特定健診の結果、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）またはその予備群に該当する方を対象に、生活習慣の改善によって糖尿病等のリスクの軽減を図るための特定保健指導を開始します。特定保健指導は、無料で3か月間の支援が受けられます。

対象者に指導案内等を送付しますので、申込書に必要事項を記入し、お申し込みください。

対象者等詳細は、市ホームページをご覧ください。

☎保険年金課国民健康保険係（☎042-387-9833）

国民健康保険 一部負担金の減額・免除制度

天災などで資産に重大な損害を受けたときや、生計を維持する方が失業・死亡するなどして生活が一時的に著しく困難になった場合に、医療機関等の窓口で支払う一部負担金を減額・免除する制度があります。

制度の利用は最大3か月まで、個別に審査があります。詳しくは、お問い合わせください。

■必要書類等▷災害、失業などで重大な損害を受けたことを証明する書類▷世帯員全員の収入を証明する書類▷保険証

☎保険年金課国民健康保険係（☎042-387-9833）

後期高齢者医療健診を実施

後期高齢者医療健診

生活習慣病の早期発見を目的に健診を実施します。受診に必要な受診

券、結果通知票、利用の手引きは9月上旬に発送します。

■受診期間 9月13日(金)～令和7年1月31日(金)

☒後期高齢者医療保険被保険者（6か月以上の入院、老人施設等に入所中の方を除く）

☒▷健診項目は利用の手引きをご覧ください▷同じ年度内に同健診を受けた場合は、人間ドック補助の対象となりません

☎保険年金課高齢者医療係（☎042-387-9834）

フォロー健診（独自健康診査）

後期高齢者医療健診の上乗せ項目として、希望者に対し、フォロー健診（独自健康診査）を実施します。

健診項目は利用の手引きをご覧ください。なお、他の健康診査で実施済みの健診項目は受診できません。

☎健康課健康係（☎042-321-1240）

民間集会施設等へ 助成金を支給

民間集会施設等の令和7年度の改修工事や管理運営費の一部を助成します。

☒町会、自治会などが所有する集会施設または都営アパートなどに設置される自治会などが管理運営する集会施設で、一般に開放されているもの

※都営アパートなどに設置されている集会施設は管理運営費用のみ助成

☒9月17日までに、直接、所定の申請書に必要事項を明記し、コミュニティ文化課集会施設係（東小金井駅開設記念会館・マロンホール☎0422-30-0660）へ



9月1日(日)～30日(月) こきんちゃんあいさつ運動 秋季推進月間



☎地域安全課地域安全係（☎042-387-9806）

こきんちゃんあいさつ運動とは

こ=こころをこめて
きん=近所のひとたちと
ちゃん=ちゃんとあいさつしよう！

を合言葉に、あいさつを通して地域のつながりを深め、子どもたちや地域の安全確保をめざす運動です。

小金井をさわやかなあいさつが飛び交う、安全で安心なまちにしましょう。

推進月間中は、子どもたちが安心して登下校できるように、市職員が青色回転灯装備車両によるパトロールを強化するほか、商店会や市内の団体に協力を依頼し、運動を推進します。

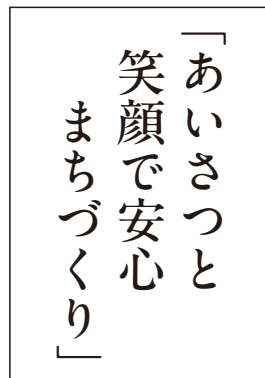
標語・ポスターコンクール結果発表 たくさんのご応募 ありがとうございました！



安全・安心まちづくり協議会において厳正な審査の結果、各部門から最優秀・優秀作品を選出しました。

最優秀作品は広報用のぼり旗やポスターのデザインに取り入れ使用します。入賞作品は市ホームページに掲載していますので、ぜひ、ご覧ください。

標語の部 最優秀賞



小畑和裕さん

ポスターの部 最優秀賞



小泉咲希さん
(本町小学校4年生)

いたこともありまして、昨年は市内小学校のキャリア教育の授業でブースを設けて市長の仕事を紹介することもありました。子どもたちの素朴な疑問や質問に答えることで、私自身も気付かされるものがたくさんあります。

子どものころから防災をはじめ市政等に興味関心を持っていただけるのはとても貴重です。小・中学生もまちをつくる主体であり、大人と同じように一人一人の問題意識と行動が小金井の未来を切り開きます。

今後も「みんなで作るまち」をめざして取り組んでいきます。

小金井市長

白井 亨

みんなの タウン ミーティング



市民の皆さんの市政に対する率直なご意見等を市長にお聞かせください。

☒9月28日(土)午前10時30分～正午

所東小金井駅開設記念会館・マロンホール

定20人（申込順）

☒▷保育有り（1歳以上の未就学児。3人。申込順）▷手話通訳有り

☒9月2日～25日に、市申込フォーム、電話または直接、広報秘書課広聴係（市役所第二庁舎1階☎042-387-9818）へ

新しい小金井 をつくる トビラ

9



先日、市内小学校4年生の児童からインタビューを受ける機会がありました。テーマは防災への取り組みですが、夏休みの自由研究として取り上げるそうです。

きっかけは、7月21日に南中学校で開催された「避難所体験しよう」のようすを見学に行った際に、このイベントに参加していた保護者と話をしていた時のことです。出身地が能登半島地震で被害を受けた珠洲市であり、この災害を目の当たりにして地域防災について情報を取り小金井市で何ができるかを模索しているということでした。その話をし

ているそばで一生懸命メモを取っているお子さんを見て「たくさんメモを取ってるね」と声をかけたら自由研究で取り上げようと思っていると聞いて、そこから別途防災の担当を含めて市の取り組みについてインタビューするという話になったのです。

また別件ですが、市内中学生から夏休みの課題として政治家としてのインタビューを受ける機会もありました。

社会人にインタビューするというテーマで市長の私を選んでいただいたそうです。かつて市議会議員時代に高校生のインターンを受け入れて

任期付職員・会計年度任用職員募集

■採用予定日10月1日(火) 8504住所・市役所本庁舎1階☎042-387-9808) ②庶務課庶務係(〒184-8504住所不要・市役所第二庁舎7階☎042-387-9872)

■要項配布場所等職員課、市ホームページ

☎資格要件等詳細は、要項・市ホームページをご覧ください

■郵送(必着)または直接、①は9月5日(木)までに職員課②は6日(金)までに庶務課へ

☎①職員課人事研修係(〒184-



任期付職員



会計年度任用職員

区分	業務名	月額報酬	募集人数	
①	任期付	保育士	195,960円～(経験・職歴により加算あり)	若干名
	任期付	保育士(育児休業代替)	216,890円	若干名
	会計年度任用	保育園給食調理業務	159,000円	1人
		保育園看護業務(週2日)	94,600円	2人
		地域包括支援センター支援業務(社会福祉士)	203,100円	1人
		学童保育指導員業務	186,300円	1人
②	会計年度任用	母子保健業務	244,500円	1人
		小学校副担任業務	186,300円	10人
		教育相談員	203,100円	1人

健康ガイド

健康課(保健センター)
☎042-321-1240
〒184-0015 貫井北町5-18-18

口の乾燥トラブル相談

時10月2日(水)午後3時～4時15分
所保健センター
☎唾液の分泌量測定・相談
☎市内在住の60歳以上の方

定7人(申込順)
申9月2日から、電話で健康課へ

体組成測定でボディメイク教室

脂肪・筋肉・骨など体を構成する体成分を測定し、健康について学び

ます。
時10月4日(金)、10日(木)午前10時～午後0時30分(全2回)
所保健センター
☎市内在住の20～49歳の方
定20人(申込順)
☎保育有り
申9月2日から、電話またはEメール

ルで、希望教室・住所・氏名・生年月日・電話番号・アレルギーの有無・保育の有無(有りの場合は子どもの氏名・生年月日・アレルギーの有無)を健康課(☎s050499@koganei-shi.jp)へ



胃がん内視鏡検査

時11月1日(金)～12月28日(土)
所市内契約医療機関(下表)
☎令和7年3月31日現在50歳以上の方で、令和5年4月以降に同検査を受けていない方。なお、次の方は受診できません▷今年度胃部X線検査を受けた方▷妊娠中または妊娠していると思われる方▷入院中の方▷胃疾患で受療中の方▷胃全摘出術後の方等

定400人(多数抽選)
料3,000円※生活保護世帯・住民税非課税世帯の方は、減免制度があります
☎申込結果は10月中旬に郵送
申9月20日(必着)までに、郵送で「胃がん内視鏡検診希望」・住所・氏名・生年月日・電話番号を明記し、健康課へ
※市ホームページから申請可

医療機関名	電話	医療機関名	電話
うちやまクリニック	382-1715	小松外科胃腸科	381-3346
東小金井さくらクリニック	382-3888	小金井あおばクリニック	383-7149
さいとう医院	380-5510	小金井つかめクリニック	386-3757
ひがこ北内科クリニック	401-2353	小金井太陽病院	383-5511
かわべ内科クリニック	401-1860	桜町病院	383-4111
武蔵小金井クリニック	384-0080	貫井北町くろだ内科	386-7288

※表中、市外局番042を省略しています

健康メモ

いつのまにか骨折と骨粗鬆症とその予防

整形外科外来で診療を行っている、何もしていないのに、腰痛や腰背部痛を訴え、外来を受診する患者さんがいます。診察後、画像検査を行い、脊椎に圧迫骨折(骨粗鬆症性椎体骨折)があることが判明し、説明すると「えー、何もしていないのに骨が折れてしまうのですか」と聞かれることがあります。

このように外傷の既往なく、ちょっとした日常生活動作で生じた骨折を「いつのまにか骨折」といいます。

このような骨折が生じる原因として骨粗鬆症があります。骨粗鬆症は骨量が減り、骨が弱くなるため、折れやすくなります。また、骨折により日常生活動作に障害が

生じ、要介護の原因になることもあり、その予防が重要です。

予防の基本は食事と日光浴、運動です。バランスの良い食事とカルシウムの摂取が重要です。骨の形成に重要な役割をするビタミンDは、食事からの摂取だけでなく、紫外線に当たる(日光浴)と皮膚からも合成されます。夏は木陰で30分くらいの日光浴も有効です。適度な運動は、骨粗鬆症を予防し骨折を起こしにくくします。簡単にできる運動として、ウォーキングをおすすめします。

今回、いつのまにか骨折の話を中心に述べさせていただきましたが、すでに骨粗鬆症と診断されている方は骨折の予防に薬物療法が必要になることもあります。気になることがありましたらかかりつけ医にご相談してみるのもよいと思います。

小金井市医師会

増岡 一典

休日診療 受付時間：午前9時～正午、午後1時～5時

※診療科目にかかわらず、必ず電話で確認のうえ、受診してください
この休日診療は、小金井市医師会、小金井歯科医師会、小金井市薬剤師会の協力で実施しています。

《準夜》
受付時間
午後5時30分～9時
診療は、午後6時から

《休日歯科診療》
午前9時～正午
午後1時～5時
※応急処置に限ります

《薬局》 午前9時～正午、午後1時～5時 ※薬を処方された場合は、各医療機関受付にお問い合わせください

9月1日(日)	久滋医院 梶野町4-5-7 ☎042-383-2078	小金井ファミリークリニック 本町1-13-13 ☎042-382-3633	小金井太陽病院 本町1-9-17 ☎042-383-5511	小金井眼科クリニック 本町5-19-26 ☎042-385-7755	あらたこどもクリニック 本町3-9-8第2砂川ビル1階 ☎042-380-0033	吉田歯科医院 東町5-11-23 ☎042-381-1411
	にじ薬局 梶野町5-7-20 ☎042-316-4812		トモ工業局 本町店 本町1-5-12朝日パリオ ☎042-387-7911		こぐま薬局 小金井店 本町5-19-34ネオコート小金井 ☎042-388-9393	
9月8日(日)	東小金井クリニック 梶野町2-1-2アーバンステージ武蔵野ヒルズA棟1F ☎0422-56-8630	東小金井駅前こどもクリニック 梶野町5-3-25-209クオオ東小金井パークフロント ☎042-387-1030	菊地脳神経外科・整形外科 東町3-12-11 ☎0422-31-1220	かわだ耳鼻咽喉科 梶野町5-10-54グランピア1F ☎042-384-8714	武蔵小金井駅前こどもクリニック 本町1-18-3ユニール武蔵小金井サイト203C ☎042-387-5533	アイリスデンタルクリニック 緑町5-12-11アティカ小金井101 ☎042-380-8846
	あゆみ薬局 梶野町2-1-2 ☎0422-56-8003		にじいる薬局 梶野町5-9-9クレール1F ☎042-316-3795		たま調剤薬局(東町店) 東町3-11-18 ☎0422-39-5778	



東京都・子供の健康相談室

受付時間▷平日=午後6時～翌朝8時
▷休日(土曜・日曜・祝日)=午前8時～翌朝8時
プッシュ回線の固定電話☎#8000
携帯電話☎03-5285-8898



24時間テレホンサービス

▷東京消防庁救急相談センター
プッシュ回線の固定電話☎#7119
携帯電話☎042-521-2323

▷東京都保健医療情報センター
・医療機関案内ひまわり
☎03-5272-0303
聴覚障害者向け専用
FAX03-5285-8080



小児救急(365日24時間)

▷武蔵野赤十字病院
武蔵野市境南町1-26-1
☎0422-32-3111

子ども・子育て

子ども環境 ワークショップ 「ぴっくぱーん」



時①9月28日(土)午前10時～11時30分、午後1時～2時30分②11月16日(土)午前10時～11時30分、午後1時～2時30分③11月21日(木)午後3時～4時30分④12月5日(木)午後3時～4時30分⑤12月23日(月)午前10時～11時30分、午後1時～2時30分

所①貫井南児童館②本町児童館③④緑児童館⑤東児童館

内間伐材を活用した自然遊び、絵本の読み聞かせ等

対市内在住・在学・在園のおおむね3～6歳の子どもと保護者

定各日午前・午後それぞれ6組(申込順)

申9月1日から、市申込フォームで
環境政策課環境係(☎042-387-9817)

成人学校 子育て支援講座

親子で一緒にベビー・ダンス

時10月3日(木)・10日(木)①午前10時から②11時から(全2回。各回50分)

所公民館貫井北分館

講寿々ともみさん(ベビーダンス講師)

対市内在住・在勤・在学の首すわり後4～24か月程度の子どもと保護者

定各回15組(多数抽選)

申9月11日までに、Eメールに住所・子どもと保護者の氏名・子どもの月齢と保護者の年代・電話番号・希望回(①②のいずれか)を明記し、公民館貫井北分館(☎042-385-3401 ☒k020415@bz04.plala.or.jp)へ

子育てからちょっと離れて ヨガタイムー日常で役立つ Yogaの動きと考え方

時10月10日～24日の毎週木曜日午前10時～正午(全3回)

所公民館緑分館

講shihoさん(ヨガインストラクター)

対市内在住・在勤・在学の未就学児を子育て中の保護者

定10人(多数抽選)

他保育有り(おおむね2歳以上)

申9月16日までに、Eメールに住所・氏名・年代・電話番号・保育の有無(有りの場合は子どもの氏名・年齢・性別)を明記し、公民館緑分館「ヨガ係」(☎042-387-7301 ☒k020414@nifty.com)へ

子育てのあれこれ ご相談ください 地域子育て相談事業

親子あそびひろばゆりかごでは、子育て支援員による地域子育て相談事業を始めます。

ひろばを利用している未就学児と保護者のほかにも、妊産婦や18歳未満の児童本人、その家族から子育てに関するさまざまな相談をお受けします。地域のかかりつけ相談機関としてお気軽にご利用ください。

サービス開始9月3日(火)から

親子あそびひろばゆりかご(☎042-321-3141=月曜・日曜・祝日を除く)

子育ての手伝いをしたい方へ ファミリー・サポート・ センター協力会員養成講習会

時①9月26日(木)②30日(月)③10月4日(金)④8日(火)⑤11日(金)いずれも午前10時～午後3時30分(このほかの日程で保育実習・普通救命講習有り)

所①②保健センター③～⑤上之原会館

対援助活動に関心のある20歳以上の方

¥1,500円(資料代)

申電話でファミリー・サポート・センター(☎042-320-1701=日曜・祝日を除く午前9時～午後5時)へ

母子保健ガイド

むし歯予防教室

時10月3日・17日・24日いずれも木曜日午前9時から、9時30分から

対歯磨き、栄養相談など※希望者は歯科健診を受診可

対令和4年3月～5年9月生まれの子ども

定各回6人(申込順)

他転入等で対象年齢を過ぎている場合は相談ください

離乳食教室

時対▷2回食への進め方=10月8日(火)午後2時30分～3時45分、おおむね6～7か月児の保護者▷3回食への進め方=10月11日(金)午後1時30分～2時45分、おおむね8～11か月児の保護者

対歯科衛生士・管理栄養士による講義など

定各日12人(申込順)

両親学級

時10月19日(土)午前9時30分～正午

内妊娠・出産・育児の話、沐浴実習等

対おおむね16～27週の妊婦・パートナーの方(妊娠週数は目安。初産婦のみ)

定44人(申込順)

—◇共通◇—

所保健センター

申9月2日から、電話でこども家庭センター母子保健係(☎042-321-6296)へ

親子あそびひろば ゆりかご

さくらんぼー多胎児の つどいに参加しませんか

時9月14日(土)午前10時～11時30分

所保健センター

内保健師を囲んで情報交換など

対多胎児と家族、多胎児妊婦

申9月3日から、電話または直接、問合せ先へ

赤ちゃんの集まり

時10月4日(金)午後2時～3時15分

所東小金井駅開設記念会館・マロンホール

内助産師を囲んでお話し

対0歳児と保護者

定10組(多数抽選)

申9月20日までに、電話または直接、問合せ先へ

エンジェル教室

リズム遊び、同じ地域の方との交流等を通じて育児を学びます。

時①10月17日、24日②11月14日、28日③12月12日、26日いずれも木曜日午前10時～11時30分(各回2日コース)

所保健センター

対おおむね5か月児と保護者

申①9月3日②10月1日③11月1日から、電話または直接、問合せ先へ

1歳児のお母さんの グループワーク

「いやだいやだのおとしごろ」をテーマに、子どもへのかかわり方を考えます。

時10月～令和7年2月の第2金曜日午前10時～11時15分(全5回)

所保健センター

対令和4年11月～5年7月生まれの子どもと保護者

定6組(多数抽選)

他保育有り

申9月17日までに、電話または直接、問合せ先へ

2歳児のお母さんの グループワーク

「魔の2歳児」と呼ばれる時期を

どう過ごすかをテーマに、子どもとの向き合い方を考えます。

時10月～令和7年2月の第3金曜日午前10時～11時15分(全5回)

所保健センター

対令和3年11月～4年10月生まれの子どもと保護者

定6組(多数抽選)

他保育有り

申9月17日までに、電話または直接、問合せ先へ

—◇共通◇—

内親子あそびひろばゆりかご(☎042-321-3141=月曜・日曜・祝日を除く)

児童手当制度改正に 伴う新規認定請求の お知らせ



10月1日の児童手当制度改正に伴い、新規認定請求を受け付けています。市外在住の児童がいる保護者は、手続きが必要です。

対市内在住の保護者のうち、次のすべての要件に該当する方▷現在児童手当を受給していない▷高校生世代以下の児童がいる▷児童全員が市外に住んでいる

申9月30日までに、市申込フォームまたは直接、子育て支援課手当助成係(市役所第二庁舎3階☎042-387-9839)へ

幼児教育・保育の 無償化施設等利用費の 請求を受け付けます



無償化の対象となる施設の利用料(4月～9月)の請求を受け付けます。

申請書記布場所等対象施設、保育課(市役所第二庁舎3階)、市ホームページ

申9月17日～10月15日(必着)に、郵送で保育課保育係(〒184-8504住所不要☎042-387-9846)へ

就学前の子どもを対象 とした多様な集団活動 で利用した施設の利用 料を助成



対象施設の利用料(4月～9月)の請求を受け付けます。

詳細は、市ホームページをご覧ください。

申請書記布場所等対象施設、保育課(市役所第二庁舎3階)、市ホームページ

申9月17日～10月15日(必着)に、郵送または直接、申請書を保育課保育係(〒184-8504住所不要☎042-387-9846)へ



福祉のひろば

もの忘れ予防検診

対象者に、受診券等を送付しますので、同封の問診票(黄色)のチェックリストを実施してください。点数が20点以上で、検診を希望される方は、受診券の裏面に記載の検診実施医療機関へお申し込みください。受診費用は無料です。

■受診期間 9月2日(月)~令和7年3月31日(月)
☎令和6年4月1日現在市内在住で、今年度75~79歳になる方
☎介護福祉課包括支援係 (☎042-387-9845)

認知症カフェ

にしのだいカフェ

時 9月24日(火)午後2時~3時30分
所 小金井みなみ地域包括支援センター

定 30人 (申込順)
¥100円
申 9月2日から、小金井みなみ地域包括支援センター (☎042-388-8400) へ

なごみカフェ

時 9月25日(水)午後2時~3時30分
所 特別養護老人ホームつきみの園内喫茶なごみ(中町2-15-25)

定 15人 (申込順)
申 9月2日から、小金井ひがし地域包括支援センター (☎042-386-6514) へ

ひだまりカフェ

時 9月28日(土)、10月26日(土)午前10時~正午

所 こども文庫 upon NASH (東町4-20-18))
他 参加者は飲み物の注文が必要
申 当日直接会場へ
☎ 小金井ひがし地域包括支援センター (☎042-386-6514)

カフェけやき

時 10月9日(水)午後2時~3時30分
所 特別養護老人ホームけやきの杜 (本町4-7-1)

¥100円
申 当日直接会場へ
☎ 小金井にし地域包括支援センター (☎042-386-7373)

桜町オレンジカフェ

時 10月19日(土)午後2時30分~4時

所 桜町高齢者在宅サービスセンター (桜町1-9-5)

定 25人 (申込順)
¥200円
申 10月1日から、小金井きた地域包括支援センター (☎042-388-2440) へ

貫井住宅カフェ

時 10月22日(火)午後2時~3時
所 貫井住宅内集会所 (貫井南町5-3-5)

定 20人 (申込順)
¥100円
申 10月1日から、小金井みなみ地域包括支援センター (☎042-388-8400) へ



認知症家族の集い

認知症の方を介護されている家族同士で悩みや不安を語り合い、専門の先生の講座を交えながら一緒に勉強しませんか。

来てみてよかった、話したら楽になった、そんな会をめざしています。

時 10月5日(土)午後1時~3時
所 上之原会館
講 五島シズさん (認知症ケアアドバイザー)

☎ 認知症の方を介護している家族
定 10人 (申込順)
申 9月10日より、電話で緑寿園ケアセンター (☎042-462-1206) へ

認知症高齢者を支える 介護者の集い 講習会 ACPとは?もしもの 時の私の思い



時 10月5日(土)午後1時30分~3時
所 聖ヨハネ会本館戸塚ホール (桜町1-3-22)

講 林絵美子さん (訪問看護師)
☎ 認知症高齢者を介護している方等
定 15人 (申込順)
申 9月2日から、市申込フォームまたは電話で本町高齢者在宅サービスセンター (☎042-388-8011) へ

認知症サポーター 養成講座



テキストが新しくなりました。再受講も可能です。

時 9月13日(金)午後2時~3時30分
所 市役所第二庁舎8階801会議室
☎ 市内在住・在勤・在学の方
定 20人 (申込順)

申 9月2日から、市申込フォームまたは電話で小金井にし地域包括支援センター (☎042-386-7373) へ

シルバー人材センター 出張入会説明会開催

10月~12月は、毎月第2木曜日の定期入会説明会に加え、第1金曜日開催します。

時 10月4日、11月1日、12月6日いずれも金曜日午後1時~3時
所 東町会議室 (東町4-38-26トーンプラザ2階)

☎ 市内在住の60歳以上の方
定 年会費2,000円、本人確認書類
申 当日直接会場へ
☎ 同センター (☎0422-27-7117)

高齢者いきいき活動講座 時代の流れをうたう 青春の歌

浅草オペラ、歌声喫茶(ロカビリー)、フォーク・ニューミュージックまで、時代の歌をみんなで歌います。

時 10月1日、22日、29日いずれも火

曜日午前10時~正午
所 社会福祉協議会
講 飯村孝夫さん (声楽家)
☎ 市内在住の60歳以上の方
定 32人 (多数抽選)
申 9月10日(消印有効)までに、往復はがきに住所・氏名・年齢・性別・電話番号を明記し、社会福祉協議会「飯村先生の音楽係」(〒184-0004 本町5-36-17 ☎042-387-0011) へ

白寿・100歳の方に 長寿をお祝いする品を 贈呈します

令和6年9月1日現在白寿(99歳)、100歳の方に長寿をお祝いする記念品を9月中にお送りします。



☎ 介護福祉課高齢福祉係 (☎042-387-9843)



シルバー人材センター

いきいきフェア開催

シルバー人材センター会員のスキルを活かした楽しいブースを用意して、同センターの魅力をお届けします。

時 9月14日(土)午前9時30分~午後4時30分

所 小金井 宮地楽器ホール小ホール、マルチパーパススペース
☎ ギター、ハーモニカ、歌謡、バンド演奏、手工芸品販売、子ども釣堀、写真・絵画の展示など
☎ 同センター (☎0422-27-7117)

こがねい団体交流会 自団体とは違う活動あれこれ



時 9月28日(土)午前10時~正午
所 社会福祉協議会
☎ 第1部=若者にとっての地域活動やボランティア活動とはどんなもの、第2部=団体交流タイム
☎ 市内で活動するボランティア・市民活動団体等



定 20人 (申込順)
申 9月1日から、申込フォームで
☎ 小金井ボランティア・市民活動センター (☎042-387-0011)

参加団体を募集します こがねい社協福祉マルシェ参加団体説明会



11月23日に開催するこがねい社協福祉マルシェへの出店希望団体へ説明会を行います。

時 9月28日(土)午後0時30分~1時30分
所 社会福祉協議会
☎ 市内で活動するボランティア・

市民活動団体等
定 10団体程度 (多数抽選)
申 9月1日~17日に、申込フォームで
☎ 小金井ボランティア・市民活動センター (☎042-387-0011)



意外と知らない介護の基本 「歩行介助のコツ」

日ごろよく行う歩行介助について、介護する側・される側が安全にできるコツ等をリハビリテーション専門職が実技を交えながら、分かりやすくお伝えします。

時 9月20日(金)午前10時～11時30分
所 社会医学技術学院(中町2-22-32)
対 市内在住・在勤・在学の方
定 35人(申込順)
申 9月2日から、電話で介護福祉課
包括支援係(☎042-387-9845)へ

療法的音楽 ボランティア養成講座 ステップアップ編



高齢者と交流する音楽ボランティアを育てる実践講座です。楽器演奏ができなくても大丈夫です。

時 10月11日、25日、11月8日、22日
いずれも金曜日午前10時～正午(全4回)
所 社会福祉協議会
講 奥山京子さん(音楽療法士)
対 市内在住・在勤・在学の方

定20人(申込順)
申 9月2日から、申込フォームまたは電話で小金井ボランティア・市民活動センター(☎042-387-0011)へ

福祉サービス 第三者評価受審費の 一部を補助



福祉サービス提供事業者が福祉サービス第三者評価を受審した場合に、その受審費用の一部を補助します。対象事業者・申請書等詳細は、市ホームページをご覧ください。

申 9月30日までに、所定の申請書に必要書類を添付し、地域福祉課地域福祉係(市役所第二庁舎2階☎042-387-9915)へ

生活にお困りのときは 生活保護制度

病気やけが、さまざまな障がい等のために生活に困っている人に、生活保護法に基づき最低生活の保障をし、他法の施策やあらゆる方法により、再び自身で生活できるようになるまでの間、自立の手助けをします。働いて得た給料、年金、各種手当、

仕送りなどを合計してもなお、国で定める最低生活費に満たない場合、その不足分が保護費として支給されます。

一人で思い悩むより、早めにご相談ください。

問 地域福祉課生活福祉係(☎042-387-9840)

身体障害者手帳・愛の手帳をお持ちの方へ 自動車のガソリン費を 助成



身体障害者手帳・愛の手帳をお持ちの方が生活のために使用する自動車のガソリン代の一部を助成しています。対象者・助成額等詳細は、お問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。

また、すでに助成の決定を受けた方に請求書を発送しましたので、提出してください。

申 9月10日(消印有効)までに、郵送または直接、請求書に令和6年3月～8月分のガソリン等の使用量が記入されている領収書を添えて、自立生活支援課相談支援係(〒184-

8504住所不要・市役所第二庁舎2階 ☎042-387-9841 FAX042-384-2524)へ

障害者週間芸術展 作品募集



12月6日(金)、7日(土)に小金井 宮地楽器ホールで開催する障害者週間芸術展に展示する作品を募集します。

■応募作品▷絵画作品(平面作品であればちぎり絵・切り絵など可)▷テーマは自由▷画用紙サイズは八つ切りまたは四つ切り

対 市内在住・在勤・在学の障がいのある方

他 応募に関する詳細は、市ホームページをご覧ください

申 11月29日までに、直接、障害者福祉センター(☎042-381-8411 FAX042-383-8488)へ



情報 ア・ラ・カルト

このコーナーでは、市民グループなどの催し物等を紹介し、事業の実施内容に市および教育委員会は携わっていませんので、掲載内容の詳細は、主催者にお問い合わせください。費用の掲載のないものは、原則無料です。掲載内容についての責任は主催者側に負っていただきます。

後援事業

催し・講座

- 鳴く虫を聞く会 時 9月7日(土)午後6時30分～8時 所 小金井新橋(都立武蔵野公園くじら山付近) 講 高橋利行さん(パークレンジャー) 定 50人(当日先着順) ¥無料 持筆筆記用具 問 野川ほたる村・寺内(☎042-383-7993)
- コココの日 時 9月8日(日)午前10時～午後4時(雨天中止) 所 都立小金井公園こどもの広場 対 シャボン玉あそび、ひまわり花壇フォトスポット、こども向けワークショップ、キッチンカーほか ¥無料(一部有料) 問 小金井公園サービスセンター(☎042-385-5611)
- アンサンブルアカデミア定期演奏会 時 9月8日(日)午後2時開演 所 いずみホール(国分寺市) 内 モーツァルト40番、セントポール組曲ほか ¥無料 申 当日直接会場へ 問 同団体・六車(☎090-2400-1562)
- 東小金井駅開業60周年イベント 時 9月14日(土)、15日(日)午前10時～午後4時 所 JR東小金井駅 対 スタンプ

- ラリーやフードドライブ、ジオラマ展示、写真展など参加型イベント 問 JR中央線コミュニティデザイン(☎042-316-4401)
- マロン水彩会水彩画展 時 9月18日(水)～23日(休)午前10時～午後5時(18日は2時から、23日は4時まで) 所 小金井 宮地楽器ホール市民ギャラリー 内 水彩画教室で研さんを積んできた会員の作品 問 同会・遠藤(☎042-383-9668)
- 「体力測定会」からだの体力年齢を調べて元気で健康にすごしましょう 時 9月29日(日)午前10時30分から、午後2時から 所 社会医学技術学院(中町2-22-32) 定 各回20人(申込順) 申 9月1日から、電話またはホームページで同学院(☎042-384-1030 HP https://www.sigg.ac.jp/info/tairyoku2024/)へ
- ピアノ大好き! 映画の中の名曲レクチャーコンサート 時 10月6日(日)午前10時15分開演 所 小金井 宮地楽器ホール 定 150人(申込順) ¥2,000円 申 9月1日から、電話またはホー

ムページではじめてピアノの会・直井(☎080-3630-2798 HP https://www.hajimetepiano.org/)へ

スポーツ

- 秋季弓道教室 時 10月5日～20日の土曜・日曜 午後1時～3時 所 小金井神社弓道場(中町4-7-2) 対 市内在住・在勤・在学で中学生以上の方 定 20人(多数抽選) ¥3,000円 申 9月18日までに、ショートメールに住所・氏名・性別・年齢・電話番号を、市弓道連盟・佐藤(☎090-4756-8604)へ
- 紅葉祭りチーム卓球大会 時 10月10日(木)午前9時30分から 所 総合体育館 内 1組4人以上の団体戦 対 30歳以上の女性 定 60組(申込順) ¥1組4,000円 申 9月1日～20日に、電話、ファクスまたはEメールでチーム名・氏名を市卓球連盟・小島(☎FAX=0422-88-7213 対 kaoru_k@jcom.home.ne.jp)へ
- パドルテニス教室 時 10月14日(祝)からの毎月第2・第4日曜 午後7

官公署だより

■ 9月1日は「防災の日」です 日ごろの防災学習や防災訓練等の継続的な取り組みにより、一人一人の防災意識・行動力が向上し、自然災害の被害を減らすことができます。防災の日や防災週間(8月30日～9月5日)をきっかけに、防災に関する行動の一つでも多く実践してみてください

- 時から 所 第二中学校 定 若干名(多数抽選) ¥月額1,100円 申 9月13日(必着)までに、郵送またはEメールで住所・氏名・電話番号を黄金井倶楽部 係(〒184-0005 桜町2-2-31) ☎042-406-2280 対 kc_mshk@jcom.zaq.ne.jp)へ
- 剣道選手権大会 時 11月10日(日)午前9時～午後5時 所 東中学校体育館 内 個人戦・団体戦 対 市内在住・在勤・在学の高校生以上の方 ¥500円 申 9月15日(必着)までに、所定申込用紙に必要事項を明記し、郵送で市剣道連盟・佐藤(〒184-0004 本町2-14-13-204)へ 問 同連盟・菅澤(☎090-3336-4172)
- 小金井元旦ロードレース大会 時 令和7年1月1日(祝)午前8時30分から 所 都立小金井公園 対 小学校4年生以上 定 500人(申込順) ¥3km=1,500円、5km=3,200円、10km=3,500円 申 9月1日～10月31日に、市陸上競技協会(HP https://koganeishi-rikujo.www2.jp/) 対 同協会・高岡(☎080-5053-4687)

い 問 小金井消防署(☎042-384-0119)

■ ひとりで悩んでいませんか? 自殺防止! 東京キャンペーン 9月は自殺防止強化月間です。生きているのがつらいときなど、相談できる窓口があります 問 都自殺相談ダイヤル(☎0570-087-478=9月10日～14日、24時間)、自死遺族相談ダイヤル(☎03-3261-4350=9月9日～11日、正午～午後5時)

催し・スポーツ

土作りから収穫までを体験してみませんか？



生ごみをリサイクルしてできた堆肥を使用した野菜作りの参加者を募集します。

時 9月12日(木)、19日(木)、11月26日(火) 午後2時～3時 (全3回)

所 東京学芸大学環境教育研究センター内実験圃場

対 市内在住・在勤・在学の方 (中学生以下は保護者同伴)

定 5組 (申込順。1組3人まで)

申 9月2日～10日に、市申込フォーム、電話または直接、ごみ対策課減量推進係 (市役所第二庁舎4階 ☎042-387-9854) へ

成人学校 エコな草木染 たまねぎの皮で 大判ハンカチを染めちゃおう

時 10月11日(金)、18日(金)午前10時～正午 (全2回)

所 公民館東分館

講 中澤陸郎さん (草木染講師)

対 市内在住・在勤・在学の方

定 10人 (多数抽選)

¥500円

他 保育有り (おおむね2歳以上の未就学児。5人)

申 9月11日までに、Eメールに住所・氏名・年代・電話番号・保育の有無を明記し、公民館東分館「草木染講座係」(☎042-384-4422 ☒k020413@k.email.ne.jp) へ

市民アカデミー(秋期) 社会の変化と私たちの課題



国内および国際の今日的な課題を学ぶことにより知識と教養を深め、日々の生活に活力を得ることを目的とする講座です。

さまざまな分野での高度で専門的な講義に、ぜひ、ご参加ください。

時 10月9日(水)、18日(金)、30日～11月27日いずれも水曜日午後2時～4時 (全7回)

所 公民館本館

対 市内在住・在勤・在学の方 (春期講座に参加した方を除く)

定 30人 (多数抽選)

申 9月13日 (必着) までに、市申込フォーム、往復はがきまたはEメールに住所・氏名・年代・電話番号を明記し、公民館本館「市民アカデミー(秋期)係」(〒184-0004本町2-15-11 ☎042-383-1184 ☒k020499@koganei-shi.jp) へ

市民講座

【藤原道長と共に歩んだ女性たち】

大河ドラマでも話題の藤原道長が昇り詰めるまでに関わってきた女性たちにスポットを当てて学びます。

時 9月28日(土)、10月12日(土)午前10時～正午 (全2回)

所 公民館貫井北分館

講 高松百香さん (東京学芸大学特任准教授)

対 市内在住・在勤・在学の方

定 30人 (多数抽選)

他 保育有り (おおむね2歳以上。5人。要事前申込)

申 9月10日 (必着) までに、往復はがきまたはEメールに住所・氏名・年代・電話番号・保育の有無を明記し、公民館貫井北分館「藤原道長と共に歩んだ女性たち係」(〒184-0015貫井北町1-11-12 ☎042-385-3401 ☒k020415@bz04.plala.or.jp) へ

【王朝の女性作家たち】

平安時代を代表する女性作家藤原道綱母・清少納言・紫式部について時代背景を踏まえながら平安文学について学びます。

時 10月4日(金)、11日(金)午後2時～4時 (全2回)

所 公民館貫井北分館

講 川村裕子さん (武蔵野大学日本文学研究所)

対 市内在住・在勤・在学の方

定 36人 (多数抽選)

申 9月11日 (必着) までに、往復はがきまたはEメールに住所・氏名・年代・電話番号を明記し、公民館貫井北分館「王朝の女性作家たち係」(〒184-0015貫井北町1-11-12 ☎042-385-3401 ☒k020415@bz04.plala.or.jp) へ

市民がつくる自主講座

【対話の会トークンサークルコミュニケーションとつながりの体験と学び】

時 9月14日(土)午後1時～3時

所 公民館緑分館

対 市内在住・在勤・在学の方

定 8人 (申込順)

申 9月1日から、電話またはEメールに住所・氏名・年代・電話番号を明記し、対話の会・秋本 (☎090-9966-2895 ☒hasumitenshow8@gmail.com) へ

【自然に親しみ生きる力ー安全登山・自然保護・探検冒険】

時 9月20日(金)、24日(火)、27日(金)午後

2時～4時 (全3回)

所 公民館緑分館

内 安全に登山する方法の講義

講 神崎忠男さん (元日本山岳協会会長) ほか

対 市内在住・在勤・在学の方

定 20人 (申込順)

申 9月1日から、Eメールに住所・氏名・年代・電話番号を明記し、無名人塾・西川 (☒alpinismpeace2024@gmail.com) へ

【EV車(電気自動車)の現状と将来日本のエネルギーおよび自動車企業の対応】

時 9月27日(金)午後2時～4時

所 公民館貫井北分館

講 法木秀雄さん (元早稲田大学大学院教授) ほか

対 市内在住・在勤・在学の方

定 40人 (申込順)

申 9月2日～14日に、電話でクリスタル・菅沼 (☎080-2056-7201) へ

【音楽で若返り!脳トレ講座】

時 10月3日(木)、11月7日(木)午前10時～正午

所 公民館東分館

講 川合直美さん (音楽療法士) ほか

対 市内在住・在勤・在学のおおむね60歳以上の方

定 各回20人 (多数抽選)

申 9月18日 (必着) までに、往復はがきに住所・氏名・年代・電話番号・希望日(複数可)を明記し、公民館緑分館 (〒184-0003緑町3-3-23 ☎042-387-7301) へ

問 小金井音楽療法の会・津崎 (☎080-6571-4200)

みんなで0・1才の育児を楽しむ



時 10月8日、22日、29日いずれも火曜日午前10時～正午 (全3回)

所 公民館本館

講 大澤晴香さん (JLCA講師) ほか

対 市内在住・在勤・在学の妊婦および1歳児以下の保護者

定 10組 (申込順)

申 9月1日から、申込フォームで小金井子育て・子育て支援ネットワーク協議会事務局 (☎080-4836-2865) へ

【篆刻の楽しみ】

石印材に課題の文字と落款(名前)を彫ります

時 10月9日～23日の毎週水曜日午前10時～正午 (全3回)

所 公民館本館

講 植木俊光さん (篆刻愛好家)

対 市内在住・在勤・在学の方

定 15人 (多数抽選)

¥1,000円 (材料費)

申 9月13日 (必着) までに、①往復はがきまたは②Eメールに住所・氏名・年代・電話番号を明記し、①は公民館緑分館「篆刻の楽しみ係」(〒184-0003緑町3-3-23 ☎042-387-7301) ②は篆刻サークル小金井・阪田 (☒osamu_fire@hotmail.com) へ

【尺八初心者入門教室】

時 10月9日～23日の毎週水曜日午前10時～正午 (全3回)

所 公民館緑分館

講 田中翔山さん (都山流新都山大師範)

対 市内在住・在勤・在学の方

定 15人 (多数抽選)

他 エンビ尺八管の貸し出し有り

申 9月20日 (必着) までに、往復はがきに住所・氏名・年代・電話番号・尺八の有無を明記し、土屋 (〒184-0003緑町2-5-38 ☎090-4816-9662) へ

— ◇共通◇ —

問 公民館緑分館 (☎042-387-7301)

ボランティアの資質向上に関する 三市・東京学芸大学連携講座



現代に生きるさまざまな特性を持った子どもたちへの理解を深め、支援者としての役割について学ぶ、教育支援人材育成のオンデマンド講座(動画視聴)です。

■視聴期間10月1日～31日

※期間中いつでもご希望の講座を

視聴できます

定 100人 (多数抽選)

申 9月20日までに、申込フォームでNPO法人東京学芸大こども未来研究所 (☎042-313-8022=月曜～金曜日午前10時～午後5時※祝日を除く) へ

講座名	講師
支援者とは	柴田彩千子さん (東京学芸大学准教授)
子どもを取り巻く環境	坂本史生さん (東京学芸大こども未来研究所学術フェロー)
子ども理解	鈴木聡さん (東京学芸大学副学長)
子どもとの接し方	木村翔太さん (東京学芸大学附属世田谷小学校教諭)
特別支援とは	大鹿綾さん (東京学芸大学准教授)
特別支援(行動面へのサポート)	村尾愛美さん (東京学芸大学講師)
子ども大綱を知ろう	入江優子さん (東京学芸大学准教授)
特別支援(学習面へのサポート)	平田正吾さん (東京学芸大学准教授)

後期ポールウォーキング教室

時 9月26日(木)、11月8日(金)午前10時～正午(全2回)

所 総合体育館ほか

調 岡本公子さん(こくぶんじ地域クラブ副会長)

対 市内在住・在勤・在学の18歳以上の方

定 25人(多数抽選)

申 9月18日(必着)までに、郵送、ファクスまたはEメールに住所・氏名・年齢・電話番号・希望日を明記し、NPO法人黄金井倶楽部「PW係」(〒184-0005桜町2-2-31 ☎042-406-2280 FAX042-406-2290 ✉kc_mshk@jcom.zaq.ne.jp)へ

南中学校テニスコート 夜間開放(後期)

南中学校の中庭テニスコート(ハードコート1面)を一般開放します。

時 10月1日(火)～令和7年3月31日(月)の午後7時～9時(年末年始・行事等で使用できない日を除く)

対 市内在住・在勤の常時4人以上で活動するグループ(学生を除く)

■申請書配布場所等 生涯学習課(市役所第二庁舎7階)、市ホームページ

他▷詳細は市ホームページをご覧ください▷使用可能日は調整のうえ、

結果を9月20日までに代表者に郵送

時 9月4日(消印有効)までに、郵送、Eメールまたは直接、申請書に必要事項を明記し、生涯学習課スポーツ振興係(〒184-8504住所不要 ☎042-386-2462 ✉k020299@koganeishi.jp)へ

市民体力測定

体力、筋力チェックしてみませんか。健康相談も行います。

時 10月5日(土)午後1時～4時

所 総合体育館

対 市内在住・在勤の40歳以上の方

定 40人(多数抽選)

料 100円

申 9月18日(必着)までに、郵送またはEメールに住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、生涯学習課スポーツ振興係(〒184-8504住所不要 ☎042-386-2462 ✉k020299@koganeishi.jp)へ

まちなか観光案内 日本標準時の情報通信 研究機構に行こう!

小金井の歴史をたどりながら、情報通信技術の最先端までご案内します。

■集散時間・場所 9月27日(金)午前10時 小金井 宮地楽器ホール正面入口

～正午同機構解散

■コース 陸軍技術研究所境界石杭、山王稲穂神社、東京学芸大学、同機構(NICT)

定 10人

料 大人100円、中学生以下50円

申 9月20日までに、電話で観光まちおこし協会(☎042-316-3980=月曜・日曜・祝日を除く)へ

小金井 宮地楽器ホール 市内先行受付

こがねい落語特選

新春 欣喜雀躍の会



重鎮から次代の担い手まで集結。それぞれの持ち味で喜び沸きたつ新年を開きます。

時 令和7年1月19日(日)午後1時開演 演 春風亭一朝、古今亭菊之丞、桃月庵白酒、三遊亭わん丈

料 一般3,500円、25歳以下席2,000円

ミシェル・ダルベルト ピアノ・リサイタル



フランスが誇る円熟のピアニストが来日。響きの良さを誇る大ホールで、フォーレとシューマンの名曲をご堪能ください。

時 令和7年1月26日(日)午後2時開演 演 ミシェル・ダルベルト

料 一般5,000円、25歳以下席2,000円

—◇共通◇—

所 同ホール大ホール

対 市内在住・在勤・在学の方

定 30人(多数抽選)

他 未就学児は入場不可

申 9月1日～13日に、小金井 宮地楽器ホールホームページで

問 同ホール(☎042-380-8099)



秋の 全国交通安全運動 市民のつどい

分かりやすい交通安全教室、交通安全グッズの配布のほか、スペシャルゲストとして日テレお天気キャラクターが来場します。

時 9月14日(土)午後1時30分～3時30分(受け付けは1時から)

所 いずみホール(国分寺市)

定 350人(当日先着順)

問 小金井警察署交通総務係(☎042-381-0110)、市交通対策課交通対策係(☎042-387-9850)

2024「青少年のための科学の祭典」東京大会in小金井を開催

科学技術の楽しさ、発見の喜びを多くの青少年に体験してもらうため、創造性と熱意あふれる学校や研究機関等が集い、それぞれユニークな方法で実験や科学工作を会場いっぱいに繰り広げます。事前申込等の詳細は、同祭典ホームページをご覧ください。

時 9月22日(祝)▷第一部=午前10時～正午▷サイエンス・ライブショー=正午～午後1時▷第二部=午後1時～3時※開会式は9時30分から

所 東京学芸大学

他▷小学校3年生以下の子どもは保護者の同伴が必要です▷当日は正門からご入場ください▷車での来場はご遠慮ください

■主催 2024「青少年のための科学の祭典」東京大会in小金井実行委員会

問 同実行委員会事務局・本川(☎090-7944-1900)、市生涯学習課生涯学習係(☎042-316-6600)



催し	内容	事前申込
サイエンス・ライブショー	▷滝川洋二先生の「世界一単純なモーターを作ろう」	○
ブース出展	屋外=▷こがねい消防ラボ▷トヨタの給電車を展示▷太陽望遠鏡を使ってフレアの発生を見よう▷自由自在な自律移動ロボット!▷光る泥だんごを作ろう! ほか	-
	室内=▷木と木をつないでみよう▷化学防護服着用体験▷風で飛ぶ種の模型を工作しよう▷ガラス大発見! あなたの知らないガラス大集合▷1億円の重さ体験 ほか	○

小・中学生作品展

時 午前10時～午後3時

所 講義棟N411(同大学構内)

他 混雑の場合、時間制限や人数制限有り



..... 広告掲載等のお問い合わせは、フレックス株式会社(広告代理店) ✉ t.nakano@flex-ad.co.jpへ

広 告 枠

断熱 玄関ドア 交換 断熱 内窓 取付 断熱 真空ガラス 交換

補助金制度あります (国+東京都より)

窓・ドアのリフォームお任せください! 申請手数料代行手数料 無料

増改築相談員がいるお店 創業 株式会社 芹沢ガラス 70年 会社

☎ 0120-953-577 国立市中2-5-17 営業時間/9:00～17:30 定休日/日曜・祝日・隔週土曜

下肢静脈瘤は 早期の発見が大切です

① 足にこのような症状はありませんか?

☑ 足のかゆみがおさまらない ☑ 足が重い・だるい ☑ 足の血管の痛み

上記の症状がある方は下肢の血管状態の悪化、もしくは下肢静脈瘤の可能性があるので、静脈瘤検査を受けられることをおすすめします。

立川静脈瘤クリニック 院長 清水 義夫

無料 静脈瘤検査 無料血管検査は 9月27日(金) 公式サイト▶

検査項目 ●超音波エコーによる足の血管チェック ●下肢静脈瘤 ※無料静脈瘤検査は予約制となります。

立川静脈瘤クリニック ☎042-595-9550 千190-0023 東京都立川市柴崎町2-1-4 五光トモエ第二ビル2階 9月12日(木)～16日(祝)は休診いたします。

POTRERO FUNCTIONAL FITNESS

老若男女問わず、ライフスタイルに合わせた Cross training 始めました

“身体づくり”を展開いたします 有酸素でのトレーニング 希望の方におすすめです

tel.042-401-0565

Instagram はこちら potrero202310

国分寺駅北口徒歩5分 国分寺市本町2-15-7 ハウスアメニティ3 B1F



野川環境フィールドワーク



☎環境政策課環境係 (☎042-387-9817)

野川の生物の観察や記録、清掃活動を行いながら、野川の環境の今を感じ、未来を考えます。

時10月5日(土)午前10時～正午(荒天=6日)

■集合場所野川クリーンセンター

内①水辺の自然を観察しよう②野川の環境と生きもの調査③野川を散策清掃大作戦(高所作業車体験有り)

講①なかのまさきさん(写真家)

②吉富友恭さん(東京学芸大学教授)ほか

定①②各25人(申込順。小学校4年生以下は保護者同伴)

持長袖長ズボン、帽子、水筒、タオル、長靴またはウォーターシューズ※①のみスマートフォンまたはカメラ等

他参加景品等有り

申①②9月6日から、市申込フォームで③当日直接会場へ



茶室「花侵庵」文化財登録5周年記念ワークショップ はげの森写真教室-光をみる



プロの写真家に撮影のコツを学び、美術の森に出て実際に撮影するワークショップです。スマートフォンでも参加できます。

時9月21日(土)午後1時～3時

所はげの森美術館

講稲口俊太さん(写真家)

内中学生以上の方

定20人(申込順)

申9月1日から、申込フォームで

問コミュニティ文化課文化推進係 (☎042-387-9923)

小金井の四季の観光写真展

小金井の四季の観光写真コンクール応募作品の中から、審査により選ばれた入賞作品20点を展示します。ぜひ、ご鑑賞ください。

時9月20日(金)～23日(休)午前10時～午後5時(20日は午後1時から。23日は午後3時まで)

所小金井 宮地楽器ホールマルチ

推薦受賞作品「大木のある散歩道」
高橋美奈子さん

パーパススペース

問観光まちおこし協会(☎042-316-3980=月曜・日曜・祝日を除く)

秋のスポーツイベント スポーツフェスティバル

TEAM BEYOND
パラスポーツ

スポーツの秋、年齢や経験、障がいの有無に関わらず、誰でも手軽に身体を動かし楽しめるさまざまなスポーツの体験ブースをご用意しています。

都主催TEAM BEYONDパラスポーツ体験プログラムも開催されます。ぜひ、ご参加ください。

時10月14日(祝)午前の部=9時15分～11時45分、午後の部=午後0時30分～3時

所総合体育館

定各回300人(多数抽選)

申9月17日(必着)までに、ホームページまたは郵送で代表者の住所・氏名・電話番号・入場予定人数・希望する時間帯(午前・午後・どちらでもよい)を明記し、NPO法人黄金井倶楽部「スポーツ係」(〒184-0005桜町2-2-31上水公園運動施設管理棟内☎042-406-2280)へ

市民体育祭

**市民健康づくり
ラジオ体操大会**

時9月7日(土)午前10時～11時45分(受け付けは9時40分から)

所総合体育館

内ラジオ体操第1・第2、みんなの体操の指導

講平井孝子さん(全国ラジオ体操連盟指導委員)ほか

内市内在住・在勤・在学の方

持室内用運動靴、タオル

弓道大会

申当日直接会場へ

問市ラジオ体操会連盟・福嶋(☎080-5644-2940)

時9月7日(土)午前10時から(受け付けは9時30分から。雨天実施)

所小金井神社弓道場(中町4-7-2)

内市内在住・在勤・在学の方

定40人(当日先着順)

ゲートボール大会

問市弓道連盟・伴(☎090-5751-5941)

時9月18日(水)午前9時から

所上水公園運動施設グラウンド

内市内在住・在勤・在学の方

定40人(申込順)

申9月1日～15日に、電話で市ゲートボール協会・山田(☎090-9677-9649)へ

ダンススポーツ

時9月19日(木)午後1時～4時

所小金井 宮地楽器ホール小ホール

内市内在住・在勤・在学の方、市ダンススポーツ連盟員

定50人(申込順)

申当日直接会場へ

問市ダンススポーツ連盟事務局・小松(☎042-384-1911)

..... 広告掲載等のお問い合わせは、フレックス株式会社(広告代理店) ☎ t.nakano@flex-ad.co.jp へ

捨てません 活かします **不用品買取**します

お部屋の片付けを **お手伝い**します

丸信リサイクルショップ

☎042-575-0020

国立市西1-18-22 古物商許可証 308879504859

生きる力を育む学研教室 先生募集

働き方が選べます!!

勤務先▶ご自宅(又は貸会場)
仕事内容▶主に幼児～小学生への算数・国語2教科指導または、算数・国語・英語の3教科指導。

【資格】短大卒業程度の学力をお持ちの方
【時間】週2日、15:00～18:00位から
【報酬】完全出来高制(単価・売上・人数により変動)

子ども達と共に学べる、やりがいのあるお仕事です。

月15万以上も可能です
※週2日、3～4時間程度

学研教室 立川事務局 <http://www.114154.com/>
はやく ひゃくてん

お申込み・お問合せ ☎0120-889-100(採用係)
立川市柴崎町3-11-4東京ロジック千代田ビル5F ☎042-521-4821

- 家族葬専門ホールでゆったりとしたお別れのひと時を -

家族葬ホール小金井

小金井市民葬儀取扱葬儀社・面会可能安置施設完備

葬儀のかたちをともに考える

小金井祭典株式会社
Kuganei Funeral Co., Ltd.

☎0120-4194-34

〒184-0013 東京都小金井市前原町1-16-5

ご予算の事などご不安事はいつでもご相談下さい(無料・24時間年中無休)

住民票や税証明等は、マイナンバーカードを利用して全国のコンビニで取得できます。また、市民課の混雑状況・呼出番号は右記の二次元コードから確認できます。混雑緩和にご協力をお願いします



名勝小金井(サクラ)は 名勝指定100周年を迎えます

「知る つなげる 笑顔広がる」

玉川上水堤には、約290年の歴史を誇る都内では珍しいヤマザクラ並木の景観が残ります。これらは小金井桜の名で親しまれ、大正13(1924)年に国指定文化財の名勝に指定されるまでとなりました。

この名勝小金井(サクラ)のことを「知る」「つなげる」ために、名勝指定100周年記念イベントを開催しています。

☎生涯学習課文化財係 (☎042-387-9879)



名勝小金井(サクラ) 名勝指定100周年記念イベント



「江戸糸あやつり人形 渡辺えり版星の王子さま」の 出演者募集



申込フォーム



日本の桜を救った チェリー・イングラム 多種多様なヤマザクラの魅力を語る



Eメール
作成フォーム

伝統芸能の江戸糸あやつり人形の扱い方を学び、11月2日の本番舞台で江戸糸あやつり人形結城座との共演に挑戦します。

■練習日時10月11日(金)、18日(金)、25日(金)、28日(月)、29日(火)、31日(木)、11月1日(金)いずれも午後5時～6時(全7回)

所市内施設

対市内在住・在学の小学校4・5年生

定20人(申込順)

他詳細は同座ホームページをご覧ください

申9月2日から、申込フォームまたは電話で氏名・学年・電話番号を江戸糸あやつり人形結城座(☎042-322-9750)へ



時10月5日(土)午後1時30分～4時

所市民会館・萌え木ホール(商工会館3階)

講阿部菜穂子さん(元毎日新聞社記者)

定90人(申込順)

¥500円(資料代)

申9月25日までに、Eメールで名勝小金井桜の会・小沼(☎090-6507-4310)hiroka.konuma@gmail.com)



阿部菜穂子さん



イングラム氏撮影(大正時代)



第46回 小金井 薪能



小金井桜名勝指定100周年を記念して、桜尽くし花盛りの演目でお届けいたします

時9月16日(祝)午後2時開演

所小金井 宮地楽器ホール大ホール

内▷能「吉野天人」津村禮次郎▷狂言「真奪」山本泰太郎▷創作舞踊「黄金桜」秋山瑛、宝満直也、津村禮次郎

定569人※未就学児の入場はご遠慮

ください

¥A席=5,000円、S席=7,000円

申小金井 宮地楽器ホールまたはチケットぴあ(Pコード527-202)で

問小金井薪能事務局(☎042-384-8753=土曜・日曜・祝日を除く午前10時～午後4時)



休日診療は、5面の「健康ガイド」に掲載しています