

避難行動を具体的に考える

東京マイ・タイムラインを活用して、

避難行動

# マイ・タイムラインを使って

### 害に備えよう

風水害・感染症の流行

### 令和2年度羽村市総合防災訓練 9月12日(土)は、

今年度の防災訓練は、「風水害」 (感染症流行時も含む) に備え、市民の皆さんによる「マ 避難所運営委員・市職員などによる避難所開設・ イ・タイムライン」作成および、 中心とした訓練を行います。この機会に家族でもう -度、風水害対策について考え、「自 らの生命は自らが守る」ために必要な準備と情報収集をしましょう。

イン作成キット」

を、

広報はむら9月1日号

市内の全世帯に配布しています。

問合せ 防災安全課防災・危機管理係例207

きます。 見学することができます 避 難 所

トを想定した避難所開設・運営訓練を行います。 避難所での訓練は自由に見学することがで 自主防災組織と市職員による、 感染症流行

らせします。

▲羽村市メール 配信サービス

登録はこちら

### 開 設 運営訓

チェック、ソー ※荒天の場合は中止とし、 感染防止対策を十分に行って来てください。 見学の 線および羽村市メー 際は -シャルディスタンスの マスクの ル配信サー 着用や 正午に防災行政 健 ビスでお 康 状

確保など 態

-ルを貼って 確認するんだ りん

列に沿って整理できる 市では、 風水害発生までの避難行動を時 「東京マイ・タ ノイムラ

作成キット

▲東京マイ・タイムライン

難行動を整理することができます。 今 回 東京マイ・タイムライン」を活用するこ 避難に必要な知識を習得しながら、 の防災訓練を機に

動を家族などで話し合っておきましょう。 ンシートを作成・活用し、 いざという時の行 マイ・タイムライ 避

1

### 作ってみましょう マイ・タイムライン

ハザードマップで、自宅の場所を確認



▲羽村市八ザード マップ (一部)

ハザードマップは浸水や土砂 災害が発生する恐れの高い区域 を色付けした地図です。

- ★羽村市ハザードマップは防災安全 課で配布しているほか、市公式サ イトでも確認することができます。
- ◀国土交通省ハザードマップ ポータルサイト。全国の八 ザードマップを確認するこ とができます。

マイ・タイムラインシートを作成

- ① 避難する場所を記入する
- ② 避難のタイミングを考える

うまし

③ 避難準備の開始・避難開始・避難完了の シールを貼る





- ▲マイ・タイムラインシートの作成見本 記入したりシールを貼ったりして、自分と家族 の緊急時の行動を「見える化」しましょう!
- ④ 避難開始までの行動を考えてシールを貼る
- ⑤ 地域に対しての行動を考える

際は、

感染症予防のため車

中に留

※車中避難には、

エコノミークラス

症候群などの健康リスクへの注意

まることも選択肢の一つです。

★詳しくは「東京マイ・タイムライン作成キット」 の説明を確認してください。

や風雨が強くなってから避難せざ

徒歩で避難することが困

[難な方

るを得ない場合には、

車で避難所

避難することも可能です。

その

# ペット避難の方法

ほかの避難方法についても考えて 避難によるペット同伴など、 品を用意しておきましょう。 康管理・身元表示をしつかり行 い主です。 人宅など、 ヘットフードなどペット用の また、ペットホテルや安全な 日ごろから、 預け先の確保や、 ペットの健 防災用 その 車中 V 知

▲避難すると き知ってお

くべき5つ のポイント 災害時に、ペットを守るのは飼

染症流行中の準備など、 な状況下での家族の動きについ 家族防災会議を開いてみよう 避難する経路や方法の確認、 さまざま

感

話し合いましょう。 ●備蓄品を確認しよう

手指消毒液など)も忘れずに。 応できるようにしましょう。 を確認し、 家庭内の備蓄品の消費期限 感染症対策用の物資(マスク 非常時の持出しにも

### ※車中避難の場合も、 受付けが必要です。 が必要です。

難

所

での

# そのほかの備え

きましょう。 備するかなど、 辺に飛ばされやすいものがな 家の周りの危険を確認しよう 強風や大雨を想定し、 浸水対策用の土のうをどう 事前に確認 自宅の して 準 V

つです。 難するなどの分散避難も方法 まります。 難所に行くことで感染リスクが な場所にある親戚・友人の家に避 ていれば自宅内にとどまる、 感染症が流行している時 自宅の安全が確認でき は、 高 澼

### 分散避難

車での避難

# 避難するときの状況を具体的にイメージしてみましょう

マイ・タイムラインを作るときのポイント

### 齢の方への(主)な

### ~いつまでも安心して暮らしていくために~

問合せ 高齢福祉介護課高齢福祉係例 176~178

市では、高齢の方を対象に次の事業を行っています。いずれも事前に申請が必要です。事業によっ ては訪問調査が必要な場合があります。詳しくは、問い合わせてください。

事業	対 象	内 容
※高齢者配食 サービス	在宅で虚弱な 60 歳以上の一人暮らし・高 齢の方のみの世帯の方	月〜土曜日の希望日に夕食配達(有料・ 1 食 600 円)
要介護高齢者おむか給付	在宅の65歳以上で要介護3以上、常時おむつを必要とする方/要支援1・2、要介護1・2で疾病などにより常時失禁状態と認められる方(生活保護受給者を除く)	市が指定するおむつの給付(1 人 1 か月 4,000 円を限度) ※給付にかかる費用の1割は自己負担
ねたきり高齢者 寝具乾燥	在宅で寝具の乾燥が困難な65歳以上の一 人暮らし・高齢の方のみの世帯/在宅で65 歳以上の寝たきりの方がいる世帯	寝たきりの方が常時使用している寝具 類を、1か月1回5枚以内を乾燥
高齢者自立支援住宅改修給付	設備改修: 在宅のおおむね 65 歳以上で要介 護認定を受け、住宅の改修が必要と認め られる方 予防給付: 在宅のおおむね 65 歳以上で要介 護認定の結果が非該当の方	設備改修:浴槽の取替え(上限37万9,000円)、流し・洗面台の取替え(上限15万6,000円) 予防給付:手すりの取付け、床の段差解消など、介護保険と同内容(上限20万円) ※給付にかかる費用の1~3割は自己負担
高齢者緊急通報システム	おおむね 65 歳以上の一人暮らし世帯・高齢 の方のみの世帯などで身体上慢性疾患(心 疾患・循環器)により常時注意を要する方	緊急通報システム機器を設置貸与 ※所得に応じて一部費用負担あり
高齢者火災安全システム	おおむね65歳以上の一人暮らし・高齢の方のみの世帯などで、身体上慢性疾患などにより常時注意と防災などの配慮が必要な方	住宅用防災機器などを設置貸与 ※所得に応じて一部費用負担あり
徘徊高齢者探索 サービス	おおむね 65 歳以上の認知症による徘徊行 動がある方を在宅で介護している方	GPS による位置探索情報システムを活用 し、徘徊高齢者の位置情報を介護者に 提供 ※利用にかかる費用の約1割は自己負担
水道・下水道の使用料助成	70歳以上の一人暮らし・高齢の方のみの世帯の方(①世帯構成員全員の助成を受ける年度の市民税が非課税であること ②生活保護受給世帯でないこと ③水道・下水道使用料の滞納がないこと)	上下水道料の基本料金を助成(最小口径(13mm) 1 水栓分)
福祉電話	65歳以上の一人暮らし・高齢の方のみの世帯で電話がない世帯 / 70歳以上の一人暮らし・高齢の方のみの世帯で電話がある世帯(①市内に親族が住んでいない ②生計中心者の前年分の所得税が年額42,000円以下の世帯で定期的に安否確認が必要な世帯)	

※高齢者配食サービス事業については、いこいの里☎578-0678へ直接問い合わせてください。



### の方に(関)

### 支え合って、 いつまでも元気に暮らそう

## みんなで続ける! ■介護予防説明会(自主グループづくり) 参加者募集

新たな活躍の場!

ましょう。椅子を使って簡単にできる体操 して、いつまでも元気で楽しい生活を送り ちょっとした運動を続けて、足腰を強く 継続する方法を紹介します。 10月30日逾午前10時~正午

機能回復訓練室

会

コミュニティセンター地下1

階

週水曜日〔全12回

研修期間

定 10人(先着順 65歳以上の方

持ち物 筆記用具、運動ができる服装 上履き、汗拭きタオル、 飲 4

対

市内在住で、研修終了後に介護

階機能回復訓練室など

会

椅子を使った体操実技、 「3か月応援メニュー」 介護予防、「フレイル」とは何か 体操継続のため

持ち物

筆記用具、飲み物、タオルなど

定

10人 (先着順)

予防リーダーとして活動できる方

地域支援係例456

高齢福祉介護課介護予防

介護予防説明会の様子

介護予防説明会

対

市内で活動できる18歳以上の方

人(先着順

## 普段の家事が仕事に-**|生活支援家事ヘルパー・家事サポーター** 参加者募集

ど、生活のお手伝いをする技術や、 支えてみませんか。掃除や買い物、 方法について学びます。 認知症によって起こる心と体の変化、支援 家事の技術を生かして地域の方の生活を 老化や 介助な

持ち物

※修了後は、市内の協力団体に登録し、 動することができます(1回1時間程度 支払います)。 の支援に対し、 登録団体から1100円 活

申込み・問合せ 話、メールまたは直接、 介護予防・地域支援係例196 9月1日火~30日水に電 高齢福祉介護課

s304200@city.hamura.tokyo.jp

筆記用具

間 10月9日金 午前9時 コミュニティ 10月16日金 30 分~ センタ 午後4時 2 階研修室 10月23日金



■研修日程

Ħ

-・家事サポー ター養成研修

▲介護予防リーダ-



◀介護予防リーダ-養成研修

### 関心がある方、ぜひ受講してください。 動技術を学び、地域の体操教室をお手伝い してみませんか。 ■介護予防リーダー いつまでも健康に暮らしていくための運 参加者募集 介護予防・地域づくりに 養成研修

各回午前9時3分~11時30分 コミュニティーセンター地下1 10月7日水~12月23日水の毎 内 ※研修修了後は、「まいまいず健康教室 向上、 活動することができます。 に、介護予防リーダーとして登録し、 容 認知症予防、 日常生活機能の保持や口 実技演習

申込み・問合せ 9月1日火~30日 ∑s304200@city.hamura.tokyo.jp 護課介護予防・地域支援係例196~ メールまたは直接、 高齢福祉介 (水)

[腔機

### 始令) でも元気に暮ら

# ■誰もがみんな

勧誘し、お金をだまし取ろうとします。 になり、時には複数人で役柄を演じ分けて 少しでもおかしいと感じたら、すぐに相 高齢の方への悪質商法の手口は年々巧妙

の方々には見守りを呼びかけます。 高齢者悪質商法被害防止キャンペーンと連携 して、高齢の方へは注意喚起と相談を、 消費生活センターに相談してください。 た方も、隠したり泣き寝入りしたりせずに、 談してください。すでに被害に遭ってしまっ 市では、東京都が毎年9月に実施している 周囲

# 悪質商法への対処法

をあおる文句に注意! 「このままだと大変なことになる」など不安

→その場で判断しない。少しでもおかしい

身に覚えのない請求に慌てない と思ったら、相談する。

→相手の電話番号が記載されていても、 対に連絡しない。絶対に支払わない。 絶

# 高齢者被害特別相談

午後1時~3時30分 9月14日川~16日冰午前9時30分~正午、

会場・問合せ 消費生活センターの641

# ■家族介護慰労金を支給します

次のすべてに該当する場合、慰労金を支給 します。該当する方は、申請してください。 護高齢者を在宅で介護している家族のうち、 ①羽村市に住民登録のある重度要介護高齢 齢者を支給基準日から過去1年間介護し 敷地内に隣接している建物に居住、また 要介護4・5の認定を受けている重度要介 は市外の介護者の自宅で、 ている家族 (要介護4・5)と同居、あるいは同一 重度要介護高

> ②支給基準日の属する年度の前年度に、 員すべてが市民税非課税である家族 介護者および介護者の属する世帯の構成 要

④重度要介護高齢者が過去1年間、 ③支給基準日の過去1年間介護保険サービ 以下のショートステイ利用を除く) スを利用していない家族(通算して7日 90 日を

支給額(年額) 1家族10万円 超える入院をしていないこと

問合せ ※申請方法などについて詳しくは、 わせてください。 高齢福祉介護課介護予防・地域支 問い合

援係<sub>内</sub> 456



お届けします



金を贈呈します。 た高齢の方を敬愛し、 市では、多年にわたり社会に尽くしてこられ 長寿をお祝いして敬老

の次の方です。 対象となるのは、 9月1日現在、 市内在住

# 対象年齢・支給額

●満8歳の方(昭和7年4月2日~昭和8年 4月1日に生まれた方) …2万円

満101歳以上の方(大正9年4月1日ま 満100歳の方(大正9年4月2日~大正 10年4月1日までに生まれた方) …5万円

でに生まれた方) …5万円

※満100歳・満101歳以上の対象の方 ※年齢は、令和2年度中に対象年齢に達する方 ※満8歳の対象の方へは、9月20日间頃まで は、市長がお宅へ訪問してお届けします。 けします。 各地区の民生・児童委員がお宅へお届

問合せ 高齢福祉介護課高齢福祉係例177



# 市役所連絡所は9月3日州まで

日休以降の窓口」を利用してください。 廃止となります。連絡所で取り扱っている業務は、10月以降は、 市内3か所にある市役所連絡所(西口、三矢、小作台) は、 9月30日/水までで 左表の「10月1

市民課受付係例124

# ■連絡所業務の今後の取扱い

連絡所で取り扱っていた業務	10月1日休以降の窓口
○戸籍謄本・抄本 ○市・都民税課税○住民票の写し ○印鑑登録証明書	※マイナンバーカードをお持ちの方は、コンビニ市役所1階市民課・課税課
可	コンスストアのアルラニヒー機も不月戸育
<ul><li>○除籍、改製原戸籍などの戸籍証明</li><li>○住居表示証明</li><li>○不在住・不在籍証明</li><li>○年金現況証明</li></ul>	` 階
税、固定資産税、軽自動車税、都市計画〇戸籍の附票の写し〇分納税証明(市民	外の証明)がの証明)の証明には、対し、対し、対し、対し、対し、対し、対し、対し、対し、対し、対し、対し、対し、
〇上・下水道料金納付受付 〇市税など	コンビニエンスストア、納付書裏面の各金融機関
の収納の市営住宅使用料の収納(注)	※口座振替をお勧めします。
〇霊園管理料の領収(注)〇保育料の	※(注)は、コンビニエンスストアでの取扱いがで
領収 〇学童クラブ育成料の領収	きません。
〇飼い犬の死亡届	※電話、インターネットによる電子申請などが可能市役所2階環境保全課、リサイクルセンター
○交通災害共済の加入申込み	※ゆうちょ銀行を除く。 西多摩農協ほか各金融機関(信用金庫など)
〇テレビはむらのDVD貸出	スポーツセンター、郷土博物館市役所3階広報広聴課、保健センター、図書館、
〇ボランティア袋の配布	市役所2階生活環境課



# お手伝いをします マイナンバーカードをつくる

申請の出張サポートを行います。 切れない方のために、市内の会館で のが面倒」と、なかなか申請に踏み からない」「写真の用意や申請をする ※3密を避けるため、受付後、一度 などに、気軽にお越しください。 時間は一人およそ10分。仕事帰り 「マイナンバーカードの作り方がわ

■出張サポート会場と日程

願いする場合があります。

外に出ていただくなどの対応をお

会場	程
五ノ神会館	9月8日火、17日休
小作台西会館	9月10日休、18日金
三矢会館	9月1日金、5日会

時 間 各回午後6時30分~8時

> 持ち物 ※交付申請書を紛失した場合は、本 てください。 役所で専用の申請書の発行を受け 人確認書類を持参の上、事前に市 個人番号カード交付申請書

※予約は不要です。 ※詳しくは問い合わせてください。

当日の流れ

① 受付

問合せ 市民課受付係例23 ②専用の端末機で、申請データ作 ③申請データ送信→完了 成および写真撮影



### 赤枠内の部分





費用の記載がない場合は無料です。

特に記載がない場合の受付時間は土・日曜日、

祝日、

年末年始を除く午前8時3分~午後5時です。申込みの記載がない場合は直接会場へ。

### 健康は毎日の食事から

~9月は「食生活改善普及運動」月間~

問合せ 健康課(保健センター内) 624

まだまだ暑さが厳しい毎日。ちょっと夏バテかな…そんなときは毎日の食事を少し見直してみませんか。

### ☑主食・主菜・副菜をそろえよう

### ☑野菜と牛乳・乳製品をプラスしよう





野菜たっぷり スープやヨーグルト などの乳製品をプラス して、バランスの良い 食事を心がけたい りん♪



◀引用:東京都食生活 改善運動チラシ



### 夏バテ回復!

### 簡単おすすめメニュ



釘本管理栄養士

ひじきとツナのサラダ

材料(2人分)

芽ひじき(乾燥)	10 g
ツナ缶(汁をきる)	2分の1缶
コーン缶(汁をきる)	60 g
ごま油	大さじ 2 分の 1
レモン汁または酢	大さじ 2 分の 1
しょうゆ	大さじ2分の1

### メニューのポイント

夏はタンパク 質やビタミン・ミ ネラルが不足し がちです。

ひじきはカル シウムや鉄分、 食物繊維が多く 含まれています。

ささみは低脂肪 で高タンパク。少 量の油で揚げ焼き すると、柔らかく 仕上がります。

お子さんにも おすすめです。

### 《作り方》

- ①ボウルにごま油、レモン汁(また は酢)、しょうゆを混ぜ合わせる。
- ②ひじきは戻して水洗いし、水を切る。
- ③①のボウルに、汁を切ったツナ缶 とコーン缶、②のひじきを加えて 和える。

### ひじきとツナのサラダ(1人分)

エネルギー 77 kal 食塩相当量 1.1 g

### ささみのフライパンフライ(1人分)

エネルギー 163 kal 食塩相当量 0.4 g



### ささみのフライパンフライ

材料(2人分)

鶏ささみ	120 g(3 枚)	
にんにく (おろし)	3 g	
しょうゆ	小さじ3分の1	
酒	小さじ 1	
パン粉	カップ 3 分の 1	
粉チーズ	小さじ4	
オリーブ油	大さじ 1	

### 《作り方》

- ①鶏ささみは筋をとり、1枚を半分 に斜めそぎ切りにする。ポリ袋に 入れ、にんにく、しょうゆ、酒を 加えてよく揉み、10分以上置く。
- ②パン粉と粉チーズをバットに入れ てよく混ぜ、①を入れ、全体に衣 をしっかりつける。
- ③フライパンにオリーブ油を入れ、 ②を並べてフタをし、中火で焼く。 きつね色になったら裏返し、フタ なしでもう片面も焼く。
- ④皿に盛り、ミニトマトとサニーレ タスなどを添える。



問合せ 健 康 課 (保健センター 内

例

6<u>2</u>5

# 5 「新しい日常」 の中で、 こころの健康を保つ睡眠につい <del>ر</del>

長期化 良質な睡眠をとることで、 大切です。 ではないでしょうか。 ストレスの軽減には質の良 新型コロ ストレスを感じている方もいるの Ļ 今後の見通しが立ちづらい ナウイル 左記のポイントを参考に、 ス感染症 こころの 0 睡 流 譲が 行が 健

康を保ちましょう。

睡 健

こころの健康につなげましょう。 5割程度です。 れていると感じている人は、 《羽村市健康增進計画 市民調査によれば、 眠が充分とれることを掲げてい 康はむら21」 適切な睡眠を心がけ では、 「健康はむら21 睡眠が充分と 目標の一 男女とも ま

⑤寝る1~2時間前から照明を落とし

※国立精神

・神経医療研究センター

睡

眠

健康を保つために」から抜粋

⑥寝床は居間と別にしましょう。

ましょう。

4人と交流しましょう。

③適度な運動・ストレッチをしましょう。 ②目覚めたら太陽の光を浴びましょう。

> ※保健センターでは、 ころや体調の 話または来所での相 来所での相談 相談に応じ には、 保健 談 師によるこ 事前の電 ています。 が可 能

①毎朝同じ時間に起床しましょう(生

活リズムを整える基本となります)。

★良質な睡眠を保つためのポイント

### 国勢調査 2020 通信③

### ~令和2年国勢調査にご協力をお願いします~

約が必要です。

9月14日側から、調査員が各世帯に順次調査書類を配布します。

### 回答・提出方法など



### 【インターネット回答】

調査書類に同封している「インターネット回 答利用ガイド」に記載のログイン ID とアクセ スキーを使って、約10分で回答できます。

間 調査書類を受け取った日~10月7日(水) 【郵送提出など】

原則 10 月 1 日(木)~ 7 日(水) 間

### 「かたり調査」にご注意ください

国勢調査では、調査員などが調査票の配布枚 数を確認するため、世帯員数を聞きとる場合が ありますが、金銭を要求したり、銀行口座やク レジットカード番号などを聞くことは絶対にあ りません。国勢調査を装った不審な訪問者や、 不審な電話・メールなどに注意してください。

不審に思った時は回答せず、速やかに総務課 総務係に連絡してください。

※国勢調査の調査員は、「国勢調査員証」を携 帯しています。

### ■令和2年国勢調査

調査期日 令和2年10月1日休

10月1日休現在、日本国内に住んで いるすべての人(外国人を含む)および世帯

調査項目 【世帯員に関する事項】氏名、男女 の別、出生の年月、就業状態など 15 項目

【世帯に関する事項】世帯員の数、住居の種類、 住宅の建て方など4項目

### 10月7日(水)まで 回答期限

※期限までに提出がない場合は、 調査票などを再配布する場合 があります。

問合せ 総務課総務係例 348



▲国勢調査 2020 総合サイト

### 叙

### 動

# 旭日単光章 (地方自治功労)

展のためにご尽力されました。 任し、羽村市議会ならびに羽村市の発 備特別委員会委員長、 議会議員に就任され、3期12年にわた 故 小山さんは、平成3年5月に羽村町 経済委員会委員長、 小山勝己さん(元羽村市議会議員) 副議長などを歴 羽村市庁舎整

されました。 小山さんは、 令和2年6月12日逝去

問合せ 秘書課例 306

# 羽村市環境審議会 市民公募委員

公募委員を募集します。 す。幅広く意見をいただくため、 議する「環境審議会」を設置していま を推進する上で必要な事項を調査・審 市では、環境保全などに関する施策 市民

応募資格 市内在住・在勤・在学の18 歳以上の方

※任期中は市が設置するほかの審議 はできません。 委員の市民公募委員を兼任すること

> 開催回数 **募集人員** 5人 12月下旬から2年間 年 2 回 (全4回程度)

選考方法 (日額) 作文審査 9 0 0 0 円

**応募方法** 9月1日火~18日凎午後5 ※作文は非公開とし、後日返却します。選 関する認識、および環境保全のため クス、Eメールまたは直接、応募先 考結果は応募者各人にお知らせします。 電話番号」を記入の上、郵送、ファ 「住所、氏名、年齢、性別、 いての考えを800字以内にまとめ の具体的な施策の提案など)」につ に関する考え(現在の環境状況等に 〈(様式自由) (必着) に、あなたの「環境保全 職業、

応募先・問合せ 環境保全課例24 〒205-8601 (所在地記載不要) 羽村市環境保全課

# 経費を補助します 木造住宅の「耐震診断」「耐震改修

いまちづくりを進めるため、 木造住宅の耐震化を図り、 災害に強 市では木

> 改修」経費の一部 断」および「耐震 を補助しています。



②市に納付すべき市税などを完納して 在住の方

※そのほかの条件については問い合わ 補助対象住宅 ち、昭和56年5月31日以前に在来工 階建て以下の一戸建て木造住宅 (軸組工法) により建築された2 市 内の木造住宅のう

### 交付額

◆耐震診断の場合 (限度額5万円) 経費の2分の1

・耐震改修の場合 (限度額50万円)

問合せ 課住宅・交通係 都市計画

①補助対象となる住宅を所有する市内 象

いる方

せてください。

経費の2分

### 補助対象経費 '宿泊費(上限額があります) 青少年の大会出場に係る交通費およ

問合せ<br />
生涯学習総務課生涯学習推進

係 例 363

### 粗大ごみの受入れを 一時休止します

施設の修繕に伴い、次の期 リサイクルセンターでの 粗大ごみ受入れを休止します。 宅回収もできません。 ご協力をお願いします。

期 間 9月21日(月・祝) ~ 25 日金

※引越しなどで期間中に粗大 ごみの処理が必要な方は、 事前に相談してください。

問合せ リサイクルセンタ **☎** 578−1211

# 保護者に補助金を交付します 全国大会などに出場した青少年の

付しています。 経費の一部を補助金として保護者に交 が全国大会などに出場した場合、その を目的に、 市では、スポーツ・芸術文化の振興 市内に住所を有する青少年

※青少年とは、 最初の3月31日までにある方です。 満18歳に達する日以後の

# 対象となる大会

的な規模および水準の大会、国際大会 たはその加盟団体などが主催する全国 地方公共団体、公益財団法人ま

### リサちゃんといくるちゃんの 分別クイズ!





|収協力店にあるよ

いくるちゃん

問合せ 生活環境課內204

(2) 公回

# 9月は「燃やせるごみ分別強化月間

できることから一緒にはじめよう! 減量のポイントは生ごみ こみ減量に挑戦

)生ごみの水切り…ごみ袋に入れる前 生ごみをぬらさない…野菜くずなど 食べ物を残さない…食べきれる量 にもう一押しして水を切りましょう。 は直接ごみ袋に入れましょう。

生ごみ処理容器を使用する…生ごみ

「プラマーク」がついているものは

問合せ

りません。

·ますが、

使いきれる量にしましょう。

必要以

上の買い物はしないように。

### ○3種類のごみ袋を設置 分別のポイント

簡単に分別することができます。 などを入れる「容器包装プラスチック」 るごみ」用の3種類のごみ袋を置くと、 ) 容器包装プラスチック 紙類を入れる「雑紙」 ティッシュなどを入れる「燃やせ 用、 菓子の

※家庭用生ごみ処理容器等購 成制度 ご覧ください。 あります。 (環境配慮事業助成制度) 詳しくは市公式サイトを 元費の が 助

を堆肥化して、

畑やプランター

など

し使いましょう。

○古着・古繊維

収集日に出してください。 維」として、 カーテンやシーツ、布切れなどは ひもで東ねて資源 Α

を避けて出してください。 多少の汚れや穴があっても資源にな 生活環境課例204 雨の日や雨の降りそうな日 雨などで濡れると資源にな 古

すべて「容器包装プラスチック」です。 出してください。 集日に透明または半透明の袋に入れ 容器などは汚れを落とし、 シャンプーの容器やコンビニのお弁当 資源Bの収

### まちで見つけました



これはオクラの 花なんだって! 羽中4丁目の畑 で見つけました。 おいしいだけじゃ なくて、花もこん なきれいだなん て!私、初めて見 たりん♪

# 山梨県北杜市清里

良いな 自然はいいな **3** 0120-47-4017 問合せ 自然休暇村 携帯からは **2** 0551-48-4017

休館日 9日(水)、10日(木)

### ハッピーチャレンジ

9月が誕生月の方対象のガラポン抽選会。 休暇村で使えるお得なチケットが当たります。 チェックイン時にフロントでチャレンジ!

### 展示作品を募集しています

休暇村を訪れる方が、ほっこり笑顔になれ るような心和む作品を募集します。

展示場所 ロビーまたは玄関から客室への廊下

10月1日~令和3年2月末で1か 展示期間

月以上

作品種類 絵画、写真、タペストリーなど平

※詳しくはフロントへ 面作品

★周辺情報はウェブサイトで

羽村市自然休暇村

人との間隔はできるだけ2メートル空けましょう。「密閉」「密集」「密接」を避け、こまめに手洗いを。外出時は症状がなくてもマスクを着用しましょう。

### 保

### 医療費適正化事業 国民健康保険加入者

業者が行います。 次の①~③の事業を、 市が委託した

委託業者名 株式会社メディブレーン ①ジェネリック差額通知の送付 先発医薬品からジェネリック医薬品

ジェネリック医薬品の使用について不 程度軽減されるかをお知らせします。 師に相談してください。 安な点や疑問点があれば、 に変更した場合に、自己負担額がどの 医師や薬剤

送付回数 使って先発医薬品の処方を受けた方 象 1~11月に国民健康保険を 9月~令和3年2月に6回

※この通知書はお知らせです。手続き の必要はありません。

# ②糖尿病性腎症重症化予防事業

件に該当する方に、保健指導の勧奨を 糖尿病の治療を受けていて一定の要

出席を希望する場合は、かかりつけ医に か、電話で勧奨を行います。保健指導に 対象の方には、参加案内を送付するほ 参加同意書を市民課保険係

提出してください。

# ③重複·頻回受診者等訪問指導事業

対して保健指導の勧奨を行います。 が同一月に複数ある重複服薬対象者に かっている重複受診者、同じ薬の処方 医療機関の受診回数が多い頻回受診 対象の方には、参加案内を送付する 同じ病気で複数の医療機関にか

問合せ さい。 市民課保険係例126

申込書を市民課保険係へ提出してくだ 指導への出席を希望する場合は、

電話での勧奨を行います。保健

内

# 65歳以上の成人歯科健康診査

対 期 象 間 6月1日現在、 9月1日火~10月31日出 市内在住の65

問診、 現存歯・義歯の状況、

受診方法 機関へ事前に予約の上、受診 市内歯科健康診査協力医療

> 問合せ 問い合わせてください。 健康課(保健センター内) (A) 623

歳以上の方

費

用 (年1回)

口腔衛生状態、歯周病の状況把握など

参加

※現在、歯の治療中の方、勤務先などで

# 問題の<br /> 問題の<br /> 問題の<br /> 同題の<br /> 同題の<br /> 同題の<br /> 「東京で子育てしやすいまち~



愛情はむら

とてもフレンドリーです。赤ちゃんや子どもを連れていて とハンバーガー、優しい笑顔に幸せを感じます。 多いです。「WABOKU CAFE TOKYO」もそう。おいしいコーヒー をかけてくれるし、公園ですれちがうと「かわいいね」と、 ベビーカーを押していると、段差で「手伝いますよ」と声 も快く迎え入れてくれ、すぐに手を貸してくれるお店が 羽村市は子育て家族に対して優しいまちだと思います。

問合せ ※「東京で子育てしやすいまち」羽村市の魅力やはむら 家族の写真・コメントを市公式PRサイトで公開して います。「愛情はむら」で検索してください。 広報広聴課シティプロモーション係例342

していただいています。今回は「関根さんファミリー」

羽村市で子育てを楽しんでいる「はむら家族」に登場

【撮影場所】WABOKU CAFE TOKYO

※実施協力医療機関について詳しく ※健康保険証を持参してください。

受診機会のある方は受けられません。

は、市公式サイトをご覧いただくか

日 日時 期 期日 会 会場 対 対象 定 定員 費 費用 持 持ち物 内 内容 講 講師

主 主催 共 共催 受 受付 資 応募・申込資格 申 申込み 問 問合せ

### 「野菜メニュー店」で野菜を たっぷり食べませんか

1日に摂りたい野菜の量(目標量)は350gです。東京都内には、1食でこの約3分の1の120gが食べられるお店「野菜メニュー店」が約450店あります。健康的な食生活のため、外食の時に「野菜メニュー店」を活用してください。

### ▶このステッカーが 目印



### ■飲食店の皆さん「野菜メニュー店」になりませんか

東京都では都民の健康づくりをサポートする「野菜メニュー店」を募集しています。ぜひ協力してください。

詳しくは、西多摩保健所ウェブサイトをご覧ください。

問西多摩保健所☎ 0428-22-6141

### 自殺防止!東京キャンペーン 【東京都の相談窓口】

9月は東京都の自殺対策強化月間です。

### ■特別相談 (無料)

### LINE 相談

東京都福祉保健局公式 LINE アカウント【相談ほっと LINE @東京】「生きるのがつらいと感じたら…」メニューから相談を受け付けています。

■毎日午後3時~10時(受付け: 午後9時30分まで)

※実施は年度内を予定

※利用方法など詳しくは東京都 福祉保健局ウェブサイトを確 認してください。

### こころの悩みなどについての電話相談

実施機関	番号	特別相談期間
有終支援いのちの山彦電話 ―傾聴電話―	03-3842-5311	9月1日(火~30日(水) 各日正午~午後8時(木曜日および祝日以外の月曜日を除く)
自殺予防いのちの電話	0120-783-556	9月10日(木)午前8時 ~11日(金)午前8時
東京都自殺相談ダイヤル~ こころといのちのほっとラ イン~	0570-087478	9月23日(水)~27日(日) 各日24時間

※フリーダイヤル以外の相談先は、通話料・通信料がかかります。 ※ 0570 で始まるナビダイヤルは、携帯電話の無料通話、かけ放題プランなどの対象外です。

### 自死遺族のための電話相談

実施機関	番	号	特別相談期間
自死遺族 相談 ダイヤル		261- 50	9月7日(月)~ 9日(水) 各日午前11時 ~午後7時
自死遺族 傾聴電話			9月15日(火) ~18日(金) 各日正午~ 午後4時

### 多重債務 110 番

東京都消費者生活総合センターと、東京都三弁護士会・東京部三弁護士会・日本司法支援センター(法テラス)などの専門相談窓口などが連携した相談です。
9月7日(月)・8日(火)各日午前9時~午後5時 ☎03-3235-1155

### こころといのちの講演会

(オンライン開催)

「メンタルヘルス・ファースト エイド講習~身近な人のこころ の不調に気づいたら?~」

■ 10月3日出午後1時30分~ 4時 対都内在住・在学の、医療・保健・福祉・法律・教育などの 仕事を志す学生 講齋藤百枝美 さん(元帝京大学薬学部教授、 現東京薬科大学客員教授)

※詳しくは東京都福祉保健局 ウェブサイトをご覧ください。

### 市の相談

市ではさまざまな相談を受け付けています。18ページをご覧ください。

糖尿病患者さんと糖尿病予備 群の方のための「糖尿病1日 教室」

### ■日時と会場

期日	時間	会 場
10月 10日(土)	午後2時~4時	公立阿伎留 医療センター
10月 17日(土)	(開場:午後 1時30分)	ゆとろぎ

対糖尿病患者、糖尿病予備群の 方 定各回 25 人(先着順) 内① 糖尿病について(糖尿病専門医) ②食事療法について(管理栄養 士) ③運動療法(トレーナー) の講演

申・問事前に、(一社)西多摩 医師会へ☎ 0428-23-2171



### ※情報アラカルトは、16ページから右へ読み進めてください。

### 郷土博物館

(月曜休館) 2558-2561

### 特別展「御鷹場と羽村」

江戸時代の羽村は、尾張藩の 御鷹場の西端に位置していまし た。そのため、羽村には御鷹場 の範囲を示す石杭が4本立って いたと伝わっています。今回は、 そのうちの1本を展示し、羽村 が御鷹場になっていたことでど のような支配が行われていたの かなどを解説します。

■ 9月12日(土) ~ 12月20日(日) の午前9時~午後5時(祝日以外の月曜日休館) 会郷土博物館企画展コーナー、オリエンテーションホール、学習室

### 西多摩衛生組合から

### フレッシュランド西多摩

### ■イベント案内

### ☆入浴回数券 20%割引販売

期 9 月 12 日(土)~ 22 日 (火・祝) (14 日(用)休館日を除く) 費 11 回分の回数券 (3 時間利用) 羽村市・青梅市・福生市・瑞穂町在住の方…大人 4,000 円(通常 5,000 円)、子ども 2,000 円 (通常 2,500 円)

### ☆敬老の日イベント

70歳以上の方の浴場施設料金が半額になります。

期9月20日(印~22日(火・祝) 費羽村市・青梅市・福生市・瑞 穂町在住の方…3時間250円(通 常500円)

※回数券・再利用券による利用 はできません。

※年齢を確認できる免許証、健康 保険証などを提示してください。

問フレッシュランド西多摩

### **5** 570-2626

※ウェブサイトもご覧ください。

### シルバー人材センターから

### 入会説明会

■ 9 月 15 日(火)午後 1 時 30 分~ | 写真(縦 4 cm×横 3 cm)、認印、 年会費 2,000 円

会・問シルバー人材センター

**☎** 554−5131

### 官公署などから

「みんなでいっしょに自然の電気」 キャンペーン参加者募集

家で過ごす時間が増える今こ そ、太陽光、風力などの自然エネルギーの電気に切り替えて環 境にやさしい生活をしませんか。

多くの方が参加登録をすることで、電力会社が提案する最も 安い料金メニューで自然の電気 を利用することができます。詳し くはウェブサイトを確認するか、 問い合わせてください。

期 9 月 30 日休まで 対家庭・商

店・小規模オフィス

間キャンペーン事務局**2** 0120-267-100 **2** 0570-058-100 / 東京都環境局次世代エネルギー推進課**2** 03-5388-3402



▲「みい電」 ウェブサイト



令和 2 年度保育士就職支援 研修·相談会(武蔵野会場)

■ 9月12日(出午前10時30分~午後2時(研修会)/午後2時(研修会)/午後2時~4時(就職相談会)会武蔵野スイングホール(JR中央線「武蔵境駅」北口から徒歩2分)対都内で就職希望の保育士資格所持者(資格取得見込み含む)※履歴書不要、服装・入退場自由。相談会からの参加も可能。

間東京都保育人材・保育所支援 センター**3** 03-5211-2912

※ホイクマで検索

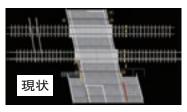
### 「羽村東部踏切」の両側に歩道を設置します

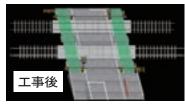
歩行者などの安全のため、踏切の両側に歩道を設置する工事を行います。 作業は列車の走らない夜間に行います。

作業中は通行止め(迂回あり)になるほか、重機械類の騒音などが発生します。ご理解、ご協力をお願いします。



▲ JR 青梅線羽村東部踏切





**工事期間** 9月上旬~2021年1月下旬(予定)(月~金曜日の午前0時30分~4時30分頃)

事業者 東京都建設局

**問合せ** 東日本旅客鉄道株式会社八王子支社八王子保線技術センター**☎** 042-621-1282

### スポーツセンター

(月曜休館) **25** 555-0033

多摩・島しょスポーツ習慣 定着促進事業 第1回歩き方 教室参加者募集

いつまでも自分の足で歩くた めの筋力について学びます。運 動初心者も大歓迎です。

■ 10 月 18 日(日)午前 10 時~11 時30分 会スポーツセンター会 議室 対市内在住 定25人(先 着順)特動きやすい服装、飲み 物、筆記用具、マスク、個人カー ド兼新型コロナウイルス感染防 止対策チェックリスト(市公式 サイトからダウンロードまたは スポーツセンター窓口で配布) 講相原圭太さん(杏林大学 保 健学部 理学療法学科助教) 主 羽村市スポーツ習慣定着促進事 業実行委員会 申9月1日(火)から 電話または直接、スポーツセン ターへ(祝日以外の月曜日を除 く午前9時~午後5時)

### 四季のウォーク「I」

地元・羽村の季節を感じなが ら、コース上の自然や史跡を楽 しみつつ散策をします。1人で の参加も大歓迎です。

■ 9月26日出午前9時~11時 (荒天中止・小雨決行) 集合・ 受付スポーツセンター入口前広 場 午前9時~9時30分集合、 受付、随時スタート (スタート・

ゴール…スポーツセンター)

コース・標準所要時間羽村市 ウォーキングマップ 2 コースの うち、どちらかを選択

①富士見公園→武蔵野公園 4.7 km・71分 ②スポーツセンター→ 根がらみ前水田 4.0 km・60 分

対市内在住の1人で歩ける方 (未就学児・小学生のお子さん は保護者同伴)費小学生以上 300 円、未就学児 100 円 (保険 料込み、当日集金)持歩きやす い服装・靴、参加申込書、携帯 電話(持っている方)、マスク、 帽子(日傘)、雨具、飲み物、 筆記用具、保険証の写し、除 菌グッズ 共羽村市教育委員会、 羽村市スポーツ推進委員協議会 ■9月1日(火)~22日(火・祝) に、電話または直接、スポーツ センターへ(祝日以外の月曜日 を除く午前9時~午後5時)

※羽村市メール配信サービスに 登録すると、中止の際はメー ル配信で確認することができ ます。

### ▶羽村市メール配信 サービス登録はこちら



※新型コロナウイルス感染防止 対策を講じて実施します。申 込時などに配布する注意事項 を守って参加してください。

当日連絡先 (午前9時~11時) ☎ 080-4325-1295 (スポーツ 推進課)

### 夜間校庭使用受付(10月分)

■ 9 月 15 日火~ 25 日金午前 9 時~午後5時 会スポーツセン ター 使用施設羽村東小学校、 羽村第三中学校

### ゆとろぎ

(月曜休館)

**5** 570-0707

第81回ゆとろぎサロンコン サート「ハワイアンのタベ」

### ■フラダンスも楽しめます

■ 9 月 19 日出午後 5 時~ 5 時 45分 会ゆとろぎ交流ひろば (雨天時:小ホール) 演奏 Sing Aloha Friends、羽村ウクレレ サークル「ロケ」曲目ブルーハ ワイ、夏の日の想い出など 共 羽村市文化協会、羽村市教育委 員会、羽村市音楽連盟

※新型コロナウィルス感染症対 策として間隔をあけて鑑賞し ていただきます。マスク着用、 手指消毒、受付記帳にご協力 をお願いします。



▲ Sing Aloha Friends



### ペットボトル水 水はむら

羽村で生まれたまろやかなおいしい水

500mlペットボトル1本100円

市内公共施設 · 小壳店 · 駅構内などで販売中

羽村市水道事務所 電話:554-2269 羽村市緑ヶ丘2-18-5

### ※情報アラカルトは、16ページから右へ読み進めてください。

### 育児相談を再開します (予約が必要です)

お子さんの身長や体重の計 測、育児に関することや心配ご との相談を受け付けます。

- ※新型コロナウイルス感染対策 を講じた上で内容や方法を変 更して開催します。
- ※密集を避けるため定員を設け ます。予約が必要です。

■9月17日(水午前10時~11 時(要予約)会保健センター **定** 20 人(先着順) <del>請</del>母子手帳、 おむつの替え、バスタオル、そ の他お子さんに必要なもの

申・問事前に電話で、子育て相 談課母子保健・相談係 (保健セ ンター内) 肉 696 へ

掲示板で再開!おしゃべり場 9月のテーマ「自粛期間中、 どう過ごしていた?」

新型コロナウイルス感染症の 影響で中止していた児童館での 「おしゃべり場」を掲示板で再開!

毎月のテーマに沿って、思っ たことやつぶやきなどを掲示板 に貼り「情報交換の場、出会い の場、友達づくりの場」として、



▲ (掲示板) おしゃべり場 (イメージ)

情報を共有しませんか。子育て 中の方同士のつながりが感じら れる「新しいおしゃべり場」を 一緒に作りましょう。

揭示期間毎月1日~15日 ※書込みなどができるのは、子育 て相談員が在席する曜日です。

対未就学児を育てている方 間子ども家庭支援センター

**5** 578-2882

令和3年4月に小学校に入学 するお子さんの健康診断を 行います

入学準備のための就学時健康 診断です。

9月中旬までに、対象の世帯 に就学予定校名を記した通知を 送付します。必ず受診してくだ さい。また、通知が届かない場 合や該当する学校以外で受診す る場合は、学校教育課学務係へ 連絡してください。

### ■就学時健康診断実施日程

学校名	期日
羽村東小学校	11 月 16 日 (月)
羽村西小学校	10月12日(月)
富士見小学校	11 月 13 日 金
栄 小 学 校	10月23日金
松林小学校	10月9日 金
小作台小学校	10月19日(月)
武蔵野小学校	10 月 30 日 金

受付午後 1 時 15 分~ 1 時 30 分 間学校教育課学務係例 358

### 施設から

### 図書館

(月曜休館) **5** 554-2280

### 読書手帳の表彰を行います

読書週間に合わせて、羽村市 図書館の「読書手帳」「よむちょ」 を使っている方で、本をたくさ ん読んでいる方を表彰します。

基準の冊数に達した方は、期 間中(休館日を除く)に図書館 本館のカウンターへお越しくだ さい。後日、表彰式の連絡をし ます。

募集期間9月1日(火)~30日(水) 基準冊数中学生以下 500 冊 (読 書手帳 5 冊) / 高校生以上 1,000 冊 (読書手帳 10 冊) 対象書籍 羽村市図書館から借りた資料、 学校図書館の資料、家にある本 (雑誌・漫画・視聴覚資料は除く) のうち本人の「読書手帳」「よ むちょ」にシールを貼ったもの、 または書いたもの 表彰日時 11 月3日(火・祝)午前10時~ ※延期になっていた春の表彰も 同日に行います。

### 館内整理日(休館日)

期 9 月 15 日(火)

事業などに参加すると きは、マスクの着用を お願いします。

志望校合格へ…新学期からの大飛躍へ…それぞれの思いを実現するために!

:広告

Make it possible with EQ&IQ \*\*\* 事業實施完全





HPは 糖式COSMO 検索

### 情報アラカルト

暮らしに役立つ情報をお届け します

### 寄 付

ご寄付ありがとうございました (7月31日現在)

■新型コロナウイルス感染症対策 のために

匿名100万円匿名3万円匿名10万円

**間**秘書課例 306

### 暮らし

### 市営住宅入居者 追加募集

現在、空いている部屋の入居 者を募集します。

※入居希望者がいないため、再度募集するものです。

### 募集住宅

- ①美原団地(羽西 1-7-7)一般 世帯用住宅 3DK
- ②間坂団地(羽加美 2-13-1)一般世帯用住宅 3DK
- ③羽加美団地(羽加美 1-1-4) 車椅子専用住宅 3LDK
- ※使用料は世帯の所得により決 定します。

資申込者本人が2年以上市内に
居住していること、市税の滞納
がないこと、所得制限などがあ
ります。詳しくは問い合わせて

ください。

受 9 月 1 日火~ (先着順) 申募 集案内中の申込用紙に記入の上、 市役所 2 階都市計画課へ

募集案内配付場所・問都市計画 課住宅・交通係例 276

### しごと

第34回創業支援セミナー

■実現しよう、あなたの夢! 「いつか、やりたいこと」を「今、 やっていること」へ!

昨年度、羽村市創業支援補助 金を活用して夢を叶えた人の生 の声を聞いてみませんか。

■ 10 月 3 日 (土) 午 後 2 時 ~ 5 時 会産業福祉センター 2 階 i ホール 定 20 人 講中丸歩さん(Cafe &Bar 808) (五ノ神)、髙橋眞季 さん (Bring Kitchen) (小作台) 申・問 10 月 1 日(村までに「住所、 氏名、連絡先」をファクスまた は E メールで産業振興課商工観 光係例 657 ~ FAX579-2590

≥ s206000@city.hamura.tokyo. jp





▶セミナー参加者に オリジナルグッズ プレゼント!



### 9月の出張ハローワークは お休みします

産業福祉センターで行っている出張ハローワークは、9月はお休みします。

問ハローワーク青梅職業相談 第一部門☎ 0428-24-9163 /産 業企画課例 667

### 子育て

### ひとり親家庭ホームヘルプ サービス事業

次の①~③のいずれかに該当し、家事または育児などの日常生活に支障をきたしているひとり親家庭に対し、ホームへルパーを派遣します。

- ①ひとり親家庭となってから2 年以内
- ②乳幼児または小学校に就学す る児童を養育している
- ③ひとり親家庭の親または義務 教育終了前の児童が一時的傷 病のとき など
- ※利用の際は、事前に相談が必要です。詳しくは、問い合わせてください。

ヘルパーが行う業務内容育児、家事全般 派遣回数・時間1日1回(2時間以上8時間以内)、月12回まで 費所得に応じて自己負担あり 手続き時の持ち物印鑑問子育て支援課支援係例239





■9月の休日診療			
6 日(日)		21日(月) 敬老の日	
[休日]松原内科医院	<b>5</b> 54-2427	[休日]横田クリニック	<b>☎</b> 554−8580
[準夜]羽村市平日夜間急患センター 2	<b>5</b> 555–9999	[ 準夜 ] みずほクリニック(瑞穂町)	<b>5</b> 568-0300
[ 歯科]渡邊歯科医院	<b>酉</b> 570−1688	[歯科]いながき歯科	<b>5</b> 555-6018
13 日(日)		22 日火) 秋分の日	
[休日]松田医院	<b>5</b> 54-0358	[休日]ばば子どもクリニック	<b>☎</b> 555−3788
[準夜]ひかりクリニック(福生市) は	<b>5</b> 30-0221	[ 準夜] 高沢病院(瑞穂町)	<b>5</b> 556-2311
[歯科]ホンダデンタルクリニック	<b>5</b> 54-4184	[ 歯科 ] 生駒歯科羽村診療所	<b>5</b> 555–3139
20 日(日)		27 日(日)	
[休日]神明台クリニック な	<b>5</b> 54-7370	[休日]栄町診療所	<b>☎</b> 555−8233
[準夜]熊川病院(福生市)	<b>5</b> 53-3001	[ 準夜] ひかりクリニック(福生市)	<b>5</b> 530-0221
[歯科]あさひ公園通り歯科医院	<b>5</b> 555–7904	[歯科]井上歯科医院	<b>5</b> 554-7735

※休日診療を受診する際は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、来院前に必ず電話連絡をしてください。 受診時間を指定する場合があります。

休日・歯科:午前9時~午後5時 準夜:午後5時~10時

- ※医療機関によって受付時間が異なる場合があります。
- ※小児科受診について、年齢・症状によっては、他医療機関を紹介する場合があります。事前に問い合わせてください。
  ※休日準夜診療は内科系の診療となります。
- ※上記の時間以外は、東京都医療機関案内サービス「ひまわり」へ☎ 03-5272-0303 (24 時間対応)

問合せ 保健センター内 623

### ■ 9月30日泳が納期限の税金・保険料

### ■令和2年度

国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料 (すべて普通徴収・第3期) 問合せ 納税課 (内 190



### 水道の漏水の問合せ

市の指定を受けた工事事業者で修理できます。 緊急の場合は、水道事務所**否** 554-2269 へ



### ■粗大ごみの日曜日直接持込受付

### ■9月の受付日時

9月6日(印)午前9時~11時45分、午後1時~4時 問合せ リサイクルセンター☎578-1211

### 放射線量の測定結果

▼定点(富士見公園)の放射線量測定結果 単位:µsv/h(マイクロシーベルト/時間)

測定日	工紀	測定高さ(地上から)		
別足口	天候	5 cm	50 cm	1 m
8月12日(水)	晴れ	0. 052	0. 047	0. 046

一般の人(子ども含む)が1年間に浴びる放射線量の限度は、1,000マイクロシーベルト(1時間当たりに換算すると0.23マイクロシーベルト)で、それ以下であれば、健康に影響を及ぼすレベルではないと言われています(国際放射線防護委員会の2007年勧告より)。 ※測定方法・時間などは、問い合わせてください。

問合せ 環境保全課 内 227

### 羽村市水道水の放射性物質測定結果

	検査項目(単位	: ベクレル / kg)	
採水日時	放射性 セシウム 134	放射性 セシウム 137	
	E 2 2 A 104	E 2 / A 10/	
8月4日(火)	不検出	不検出	
午前 10 時	検出限界値(0.1)	検出限界値(0.2)	
目標値(※1)	1	0	

- ※ 1…国が定めた目標値(放射性セシウム 134 と放射性 セシウム 137 の合計値)
- ※不検出…()内の検出限界値以下であること
- ※検出限界値は、検査機関の周辺環境や測定器の性能、 検査物質によって異なります。
- ※測定方法などは、問い合わせてください。

問合せ 水道事務所☎ 554-2269

市役所 羽村駅西口連絡所(土)(日) 三矢会館連絡所(土)(日) 小作台連絡所(土)(日)	☎ 555-1111 ☎ 554-8320 ☎ 554-8214 ☎ 554-9656	福祉センター いこいの里(月の最終日曜日 地域包括支援センターあさいに		中央児童館(金) 西児童館(火) 東児童館(木) 羽村駅西口土地
生涯学習センターゆとろぎ  明	570-0707	地域包括支援センターあゆみ	(土)(日)	
図書館(月)	<b>2</b> 554-2280		<b>2</b> 570-1200	富士見斎場
※小作台図書室(月)、図書館	分室(月)(木)(日)	地域包括支援センターあかしる	あ(土)(日)	瑞穂斎場
スポーツセンター(月)	<b>2</b> 555-0033		<b>2</b> 578-5508	フレッシュランド
スイミングセンター(月)	<b>2</b> 579-3210	保健センター(土)(日)	<b>2</b> 555-1111	公立福生病院
弓道場(月)	<b>2</b> 555-9255	平日夜間急患センター	<b>5</b> 555-9999	羽村・瑞穂地区
郷土博物館(月)	<b>2</b> 558-2561	産業福祉センター(月)	<b>5</b> 579-6425	
水道事務所(土)(日)	<b>5</b> 554-2269	農産物直売所	<b>2</b> 579-5467	自然休暇村
コミュニティセンター(月)	<b>2</b> 554-8584	動物公園(月)	<b>2</b> 579-4041	シルバー人材セ
市民活動センター(土)(日)	<b>2</b> 555-1111	リサイクルセンター(土)(日)	<b>2</b> 578-1211	羽村市観光案内
		消費生活センター(土)(日)	<b>2</b> 555-1111	防災行政無線の
※()内は休館日		子ども家庭支援センター(土)(日)	<b>5</b> 578-2882	

)4	中央児童館金	<b>2</b> 554–4552
78	西児童館(火)	<b>2</b> 554-7578
	東児童館(木)	<b>2</b> 570-7751
5	羽村駅西口土地区画整理事	務所(土)(日)
		<b>2</b> 570-7474
00	富士見斎場	<b>2</b> 555-6269
	瑞穂斎場	<b>2</b> 557-0064
8	フレッシュランド西多摩(月)	<b>2</b> 570-2626
11	公立福生病院	<b>2</b> 551-1111
99	羽村・瑞穂地区学校給食セ	ンター(土)(日)
25		<b>5</b> 554-2084
67	自然休暇村 2	<b>3</b> 0551-48-4017
11	シルバー人材センター(土)(日)	<b>2</b> 554-5131
11	羽村市観光案内所生油	<b>2</b> 555-9667
11	防災行政無線の放送内容を	確認できます
32		<b>5</b> 0120-554-994

■9月の相談日				
相談名	相談日	時間	会場・電話	
交通事故相談(予約が必要です)	9月2日(水) 10月7日(水)	午後 1 時 30 分~ 4 時		
税務相談 (予約が必要です)	9月 1日火) 10月 6日火)			
相続・遺言等暮らしの手続き相談		午後1時30分~4時30分		
(実施日の1か月前からの予約制)	10月13日火		市民相談室(市役所内) 555-1111 (内 541 ※相談は面接により行っています。	
住宅建築なんでも相談 (実施日の1か月前からの予約制)	16 日(水)			
行政・人権身の上相談	17 日(木)		電話相談は受け付けていません。	
法律相談 (実施日の1か月前からの予約制)	9月3日(木)・ 11日金・26日(土) 10月1日(木)・ 9日金・24日(土)	午後1時30分~5時 (土曜日は午前9時30分~ 午後1時)		
女性悩みごと相談 (実施日の1か月前からの予約制) ※羽村市・福生市のどちらでも	<羽村市> 9月2日/水・ 16日/水・30日/水) 10月7日/水・21日/水	羽村市役所市民相談 -後1時30分~4時30分 ※予約は市民相談係~ 555-1111内 541		
相談できます。	<福生市> 9月9日(水)・23日(水) 10月14日(水)・28日(水)		福生市役所第1相談室 1時 ※予約は広報広聴係へ 551-1529	
健康なんでも相談	10 日休 - 24 日休	午後1時30分~3時	保健センター 555-1111 内 625	
年金相談(予約が必要です)	月・火・水・ 金曜日	午前9時~正午、 午後1時~4時	市民課 555-1111 内 140	
羽村駅西口土地区画整理事業に 関する相談	月~金曜日	午前 8 時 30 分~正午、 午後 1 時~ 5 時 15 分	羽村駅西口土地区画整理事務所 570-7474	
消費生活相談	月~金曜日	午前 9 時 30 分~正午、 午後 1 時~ 3 時 30 分	消費生活センター 555-1111 (内 641	
生活自立相談	月~金曜日	午前8時30分~午後5時	社会福祉課庶務係 (內 107	
	月~金曜日		教育相談室 554-1223	
高齢者総合相談	月~金曜日	午前8時30分~午後5時	地域包括支援センター あさひ 555-8815 あゆみ 570-1200 あかしあ 578-5508	
ひとり親・女性生活相談	月~金曜日	午前8時30分~午後5時	子育て支援課 555-1111 内 239	
子どもと家庭に関する総合相談 (子育て世代包括支援センター)	月~金曜日		母子保健・相談係 555-1111 内 692 発達に関する相談(要予約) 内 694 子ども家庭支援センター 578-2882	
育児相談 (予約が必要です)	17 日(木)	午前 10 時~ 11 時	母子保健・相談係 555-1111 内 692	
	月~金曜日	午前8時30分~午後5時	太陽の子保育園 子育てひろば 555-5780 子育てひろば たつのこ 555-9080	
子育て相談	月・水・金曜日	午前9時~正午	西児童館 554-7578	
	火・木・土曜日	午前9時~正午	中央児童館 554-4552	
	火・金・日曜日	午前9時~正午	東児童館 570-7751	
高次脳機能障害に関する相談 (予約が必要です)	15 日火)	午後2時~4時	障害福祉課 555-1111 内 186	
ふれあい相談	木・金曜日	午前 10 時~午後 4 時	福祉センター 554-0304 フリーダイヤル 0120-294-992	
	月~金曜日	午前8時30分~午後5時	地域活動支援センターあおば 555-1210	
障害者(児)相談	ピアカウンセリング (身体障害) 26 日仕) (精神障害) 15 日火)	555-1210 午後1時〜4時 ピアカウンセリング(精神障 フリーダイヤル 0120-29		
ふくし(権利擁護等) 法律相談(前日までに予約)	23 日(水)	午後 1 時 30 分~ 4 時 30 分	福祉センター 554-0304	

<sup>□</sup>状況変化により相談を行わない場合や、日程・会場・方法などが変更になる場合があります。 また、祝日は相談を行わない場合があります。各担当へ問い合わせてください。

### 魅力発信市民記者 の仲間に加わりませんか

**問合せ** 広報広聴課シティプロモーション係 内 341

市民の皆さんが記者となって、自分が魅力を感じる事業やイベントなどを取材して、ウェブ マガジン「はむらぐらし」などで発信する「魅力発信市民記者」を募集します。

【応募資格】20~40代で、子育てを楽しんでいる方、暮らしを楽しんでいる方、 羽村市の魅力を大勢の方に知ってほしいと思っている方

【募集人数】10 人程度

※活動内容や応募方法など、詳しくは市公式サイト「ウェブマガジン『はむら ぐらし』・ライター募集しをご覧ください。



▲市公式サイト ライター募集



市民記者が企画した イベントの様子▶



◆取材中の市民記者(右) (令和元年10月撮影)

### ■人口と世帯

■人口と世帯(令和2年8月1日現在)

27.857 人 (-38) 女 27,083 人 (-39) 計 54,940 人 (-77) 世帯数 25,773 世帯 (-26) ( ) は前月比

■ 7月中の異動人口

出生 36 人/死亡 35 人 転入 171 人/転出 249 人 問合せ 市民課受付係 内 123

### フンボルトペンギンの翼帯(よくたい)

動物公園の人気者、フ ンボルトペンギン。みん な翼の付け根に色付きの 輪をつけています。これ は飼育員が個体識別のた めにつけている「翼帯」 と呼ばれるものです。22



▲フンボルトペンギン

羽それぞれが違う色をつけています。来園の際 はこの「翼帯」にも注目してください。

### アメリカビーバーの尻尾

アメリカビー バーは尻尾をオー ルのように動かし て上手に泳ぎます。 威嚇の時は水面に 尻尾を叩きつけた りします。日中は 寝ていることが多



▲尻尾のお手入れ中 アメリカビーバー

いですが、起きていたら尻尾 にも注目してください。

### 9月の休園日

7日(月)・14日(月)・28日(月) ※ 21 日 (月・祝) は開園します。

問合せ動物公園

**2** 579-4041

ウェブサイト



▲ Twitter 公式アカウント

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、開園状況が変更になる場合があります。最新情報は動物公園 ウェブサイトを確認してください。











**Twitter** 













