

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
(9月28日現在)

■市政全般のために
匿名 6,480円
問秘書課 306

表彰

令和2年度統計功労者表彰

長年にわたり、各種の指定統計調査事務で優秀な成果を収め、他の調査員の模範となったことが認められました。

■経済産業省統計調査功績者表彰(経済産業大臣表彰)

中村敬子さん(調査員)

■農林業センサス功績者(農林大臣表彰)

山田チエ子さん(調査員)

■東京都知事感謝状

武田敦子さん(調査員)

問総務課総務係 333

審議会などの傍聴

第1回羽村市防災会議

日 11月24日(火)午後1時30分～2時30分
会 市役所東庁舎4階特別会議室
定 5人(先着順)

問 防災安全課防災・危機管理係 211

第2回羽村市地域包括支援センター運営協議会

日 11月27日(金)午後7時30分～
会 市役所東庁舎4階特別会議室
定 5人(先着順)

問 高齢福祉介護課介護予防・地

域支援係 456

第2回羽村市長期総合計画審議会

日 12月1日(火)午後7時～9時
会 市役所東庁舎4階特別会議室

定 5人(希望者多数の場合は抽選)
問 長期総合計画担当 368

※会議日程は、変更になる場合があります。当日確認してください。
※会議は一部傍聴できない場合があります。

※新型コロナウイルス感染症対策としてマスク着用、手指消毒に加え、検温などへのご協力をお願いします。

暮らし

国民健康保険医療費通知を送付します

令和元年11月～令和2年6月に国民健康保険を使って診療を受けた方および柔道整復師などの施術を受けた方を対象として、11月中に世帯主あてに国民健康保険医療費通知を送付します。通知書に記載している医療費は、診療に要した医療費の総額(10割)となります。差額ベッド代などの保険診療対象外のものは含まれません。

※この通知書は受診した医療費のお知らせです。手続きの必要はありません。領収書と照合し、内容に相違がないか確認してください。

問 市民課保険係 126

やさしいスマートフォン体験講座

基礎的な操作方法や、便利な機能について学びます。

日 12月16日(水)午後1時～3時
会 コミュニティセンター第1研

修室 対 スマートフォンを使用している方、または関心のある方

定 10人(申込順) 持 スマートフォン(無料での貸出しあり)

講 ソフトバンク(株)スマートフォンアドバイザー

申・問 11月16日(月)から、電話、Eメール、または直接、地域振興課市民活動センター係 631へ
✉ sl107000@city.hamura.tokyo.jp

施設から

スポーツセンター(月曜休館) ☎ 555-0033

多摩・島しょスポーツ習慣定着促進事業 走り方教室(初心者編) 参加者募集

運動初心者対象の走り方教室です。1・2部とも希望する日時の番号を伝えてください。

第1部日時	
① 12月13日(日)	午後1時～1時45分
② 12月20日(日)	午後1時～1時45分
第2部日時	
③ 12月13日(日)	午後3時～3時45分
④ 12月20日(日)	午後3時～3時45分

対 第1部…市内在住の小学校1～2年生/第2部…市内在住の小学校3年生～中学生
会 富士見公園陸上競技場(雨天中止)

定 第1部…各回50人/第2部…各回40人(申込順) 持 動きやすい服装、飲み物、タオル、マスク、新型コロナウイルス感染防止対策チェックリスト

※参加日前1週間の体調を、チェックリスト裏面に記入の上、当日受付に持参してください。

※チェックリストはスポーツセンターで配布するほか、市公式サイトからダウンロードすることができます。

※運動中以外はマスクを着用してください。

講 君野貴弘さん(セビリア世界陸上出場、元走り高跳び日本記録保持者)、八幡賢司さん(大阪世界陸上出場、110mハードル)

主 羽村市スポーツ習慣定着促進事業実行委員会
申・問 11月15日(日)～12月3日(木)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)

スイミングセンター(月曜休館) ☎ 579-3210

フィットネスプログラムが再開します!

期 11月17日(火)から
会 トレーニングルーム・会議室
対 中学生以上
定 10人(先着順)
費 1回800円
持 運動できる服装、タオル、飲み物、室内用運動靴、マスク

※詳しくは、スイミングセンターウェブサイトを
確認するか、問
い合わせてくだ
さい。



▲スイミングセンター

官公署などから

「はむすぽ」楽々健康バンド体操無料体験会

アルファビクスバンドを用いて、スロートレーニングによる筋力アップ運動やストレッチなどを行います。

日 12月4日(金)・18日(金)午前10時～11時30分
会 スポーツセンター2階会議室
対 18歳以上の方
定 15人(先着順)
持 タオル、運動しやすい服装、マスク

申・問 11月17日(火)から電話、メールまたは直接、はむら総合型スポーツクラブはむすぽへ
☎ 519-5712(受付時間は火～金曜

※情報アラカルトは、12ページから右へ読み進めてください。

日の午後3時～5時)
✉ hamuspo@gmail.com

青梅線が運休になります

日 11月28日(土)午後9時頃～29日(日)午前6時40分頃(悪天候などの場合の予備日…令和3年2月6日(土)～7日(日))
運休区 拝島駅～青梅駅
※運休区間はバスでの代行輸送になります。

バス所要時間約75分 運行間隔 5～10分

※道路事情により、予定よりも時間がかかる場合があります。詳しくは、JR東日本のウェブサイトをご覧ください。

問 JR東日本 ☎ 050-2016-1625
受付時間 11月23日(月・祝)～27日(金):午前9時～午後6時/11月28日(土):午前9時～29日(日)午前0時/11月29日(日):午前4時～9時



▲JR東日本

家庭の太陽光余剰電力を東京都へ卒FIT電力の募集開始!

東京都では、家庭の卒FIT電力※を含む「再生可能エネルギー100%の電力」を都有施設で活用する「とちよう電力プラン」を開始します。これに向け、卒FIT電力を提供していただけの家庭を募集中です。電力は11円/kWh(通常の買取り単価に1.5円上乗せ)で事業者が買い取ります。

※卒FIT電力…固定価格での買取期間が終了した電力
買取期間 12月～令和5年11月(買取契約電力が5,000kWに達し次第終了)
買取事業者 出光グリーンパワー(株)
供給先 すべて

の都立特別支援学校、廃棄物埋立管理事務所ほか

※申請方法など、詳しくは東京都ウェブサイトをご覧ください。
▲東京都ウェブサイト



問 制度について…東京都環境局地球環境エネルギー部 ☎ 03-5320-7784 /手続きについて…出光グリーンパワー(株) ☎ 0120-267-019

税理士による個別無料相談会

日 12月5日(土)午前9時30分～午後3時30分
会 産業福祉センター2階セミナールーム
対 西多摩地域在住の方
定 20人(申込順)

申・問 12月3日(木)までに電話で、東京税理士会青梅支部へ
☎ 0428-23-2331(月～金曜日の午前10時～午後4時)

11月22日(日)は「ペットたちに感謝する日」

11月22日は11(わんわん)と22(にゃんにゃん)で「ペットたちに感謝する日」。動物公園でも、ペットとして飼われるような動物が飼育されています。写真はウサギのお父さん、ジエット。毎日のんびりと暮らしています。

皆さんのペットものんびり幸せに暮らせますように。

問合せ 動物公園 ☎ 579-4041



※状況変化により、施設が休館したり、事業が中止・延期になる場合があります。最新情報は、市公式サイト・各施設のウェブサイトなどで確認してください。