

状況により、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を必ずご確認ください。お問い合わせは03-3591-1111です。

講座

羽村市国保加入者対象  
メタボリックシンドローム対策  
減量セミナー

■メタボリックシンドローム解消のための  
体重コントロールの基本を学ぼう  
体重コントロールには原理原則があります。「あと〇kg痩せたい」「なかなか痩せられない」という方に、減量のノウハウを伝えます。マスク着用の上、動きやすい服装・靴でお越しください。  
日時 3月18日(金)午後2時30分～4時(受付：午後2時15分から)  
会場 ゆとろぎ地階レセプションホール

対象 セミナー当日に羽村市国民健康保険に加入している40～74歳の方  
定員 10人程度(申込順)  
※特定保健指導対象者と合同実施予定  
持ち物 筆記用具、飲み物  
講師 神谷 具巳さん(健康運動指導士、医療法人社団 和風会 メディカルフィットネス事業部)  
申込み 3月4日(金)～16日(水)に、電話



▲神谷具巳さん  
健康課(保健センター内)  
625へ

※事業所から出されたものは対象外  
助成単価 回収実績1kg当たり7円  
申込み・問合せ 3月11日(金)までに、市役所2階生活環境課で配布する登録申請書に必要事項を記入し、直接、生活環境課②05へ  
※登録申請書は、市公式サイトからダウンロードすることができます。

医療証

4月から小学校へ入学するお子さんに、**⑤の医療証を送付します**

4月から小学校に入学予定(平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれ)のお子さんは、4月1日から「義務教育就学児医療費助成制度(⑤)」の対象となります。該当のお子さんには**⑤医療証**を3月下旬に郵送します。なお、現在お持ちの「乳幼児医療費助成制度(乳)」医療証は3月31日(休)で有効期限が終了となります。

「義務教育就学児医療費助成制度(⑤)」とは、義務教育就学児を対象として医療費の自己負担分(3割)のうち、通院1回につき200円(上限額)を除いた金額を助成するものです。  
※お子さんの健康保険証に変更があったときは、必ず届け出をしてください。

認知症サポーターステップアップ  
講座

「認知症のことをもっと詳しく知りたい」「ボランティア活動をしたい」といった声に答える講座です。  
日時 3月22日(火)午前10時～午後0時30分  
会場 ゆとろぎ地階レセプションホール

対象 認知症サポーター養成講座を受講済みの市内在住・在勤・在学の15歳以上の方  
定員 10人(申込順)  
持ち物 筆記用具  
内容 ①認知症の理解(認知症の方の心理状態、生活の困難さ)  
②認知症の方と介護者の気持ちに寄り添おう  
③認知症の方とのコミュニケーション  
④認知症支援ボランティアについて  
※受講後、羽村市認知症支援ボランティアに登録すると、地域で開かれるオレンジカフェで活動できます。



講師 鈴木 雄生さん(有限会社心のひろば)、佐藤 尚十さん(グループホームときわ木の里)  
申込み・問合せ 3月2日(水)～17日(休)の午前9時～午後5時に、電話、Eメール  
⑤の医療証を持っていないお子さんは申請してください。  
※原則、さかのぼっての認定は受けられませんので、注意してください。  
申請に必要なもの  
①対象児童の健康保険証  
②申請者の本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカード、パスポートなど)  
③「課税(非課税)証明書(所得証明書) または「地方税情報の取得確認の同意書」  
※令和3年1月1日の住所地の市区町村が発行した最新の「課税(非課税)証明書(所得証明書)」が必要で(令和3年1月1日に羽村市に住所があった方は不要)。  
なお、マイナンバー制度の情報連携による地方税情報の取得確認に同意いただくと、証明書の提出を省略できます。  
問合せ 子育て支援課支援係②237

メールまたは直接、高齢福祉介護課  
介護予防地域支援係④456へ  
☎s304200@city.hamura.tokyo.jp

ガスも電気も使わずに0円で調理  
太陽の力でクッキング

■段ボールとアルミホイルでソーラー  
クッカーを作ろう!  
ソーラークッカーは、太陽の光を熱にかえて調理できる器具です。ホットドック、ミートローフ、煮物、焼き芋、ゆで卵などを作ることができます。  
日時 3月12日(土)午後1時30分～4時  
会場 ゆとろぎ3階創作室1  
対象 市内在住・在勤の方優先  
定員 10人(申込順)  
費用 1200円(材料費)  
持ち物 飲み物  
申込み・問合せ 3月10日(木)午後5時までに、電話、Eメールまたは直接、環境保全課②25へ  
☎s205000@city.hamura.tokyo.jp

ファシリテーター入門講座 明日  
から使える話し合いの「ツツ」

対面だけでなく、オンライン会議などのさまざまな場面で使われる話し合いを、スムーズに進めるためのコツを伝えます。  
日時 3月26日(土)午前10時～午後4時

募集

令和4年度資源回収事業  
実施団体募集

市では、資源回収事業を行う団体に助成金を交付しています。  
家庭から出る古紙、古繊維、空き缶、鉄、アルミ、空きびんを町内会などの団体が資源として回収し、ごみの減量に取り組みきっかけとなるように行っている事業です。  
対象 町内会・自治会、PTAなどの地域住民で組織する団体で、営利を目的とせず、ごみの減量や分別に対する意識を高めるために、年2回以上計画的に資源回収事業を行うことのできる団体  
対象資源物 古紙、古繊維、空き缶、鉄、アルミ、空きびん

持参してください。  
引っ越しが多い3～5月は、例年、市民課の窓口が混み合います。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、さらに時間に余裕を持ってお越しください。  
※詳しくは、問い合わせてください。  
問合せ 市民課受付係①121

手続き

引っ越しの際は、住所異動の届け出を忘れずに

▼ほかの市町村などへ引っ越すとき  
あらかじめ転出の届け出をしてください。

※令和3年1月1日の住所地の市区町村が発行した最新の「課税(非課税)証明書(所得証明書)」が必要で(令和3年1月1日に羽村市に住所があった方は不要)。  
なお、マイナンバー制度の情報連携による地方税情報の取得確認に同意いただくと、証明書の提出を省略できます。  
問合せ 子育て支援課支援係②237

さい(事前に届け出ができない場合は転出後14日以内)。届け出の際にお渡しする転出証明書を持って、新住所地で転入の届け出をしてください。郵送での手続きもできます。  
▼羽村市に引っ越してきたとき(新住所地での届け出)  
住み始めてから14日以内に転入の届け出をしてください。その際には転出地で交付された転出証明書を持参してください。

海外から転入する場合は、パスポート、戸籍謄本および戸籍の附票、入国日のわかるもの(外国人の方は在留カードなど)が必要で。  
▼羽村市内で転居したとき  
新しい住所に住み始めてから14日以内に転居の届け出をしてください。  
▼届け出に必要なもの  
マイナンバーカードや運転免許証などの本人確認書類、本人以外が届け出する場合は委任状  
※マイナンバーカード・住民基本台帳カード・在留カード・特別永住者証明書を持っている方は、住所変更を行いますので、

リサちゃんといくちゃんのこれ知っている?  
＜新しい資源収集カレンダーはいつ配られるの?＞

新しい資源収集カレンダー(令和4年4月～令和5年3月)は、広報はむら3月15日号と一緒に全戸配布します。配布後、カレンダーをなくしたり、追加が必要な方は、市役所1階案内・2階生活環境課までお越しください。  
※市公式サイトでもご覧いただけます(3月15日以降に掲載予定)。  
問合せ 生活環境課②204

