

くにたち

毎月
5日・20日
発行

審議会等の開催情報は
市HP「イベントカレンダー
(分野:審議会・委員会等)」
をご覧ください。
問 政策経営課政策経営係



市報くにたちをデジタルブック
(電子書籍)で読もう!



市報配布が不要な
方は、こちらから
ご連絡ください。



問 市長室広報・広聴係

TEL 042-576-2111(代)

FAX 042-576-0264

〒186-8501 東京都国立市富士見台 2-47-1

編集・発行 国立市役所市長室広報・広聴係

ホームページ <https://www.city.kunitachi.tokyo.jp/>

各記事には、記事の内容
に関するウェブサイト
等の二次元コードを掲
載しています。

あの日のことを覚えていますか？

今から 備える

風水害 対策

皆さんは、この画像の多摩川を覚えていますか。令和元年台風第19号が通過した翌日の様子です。このとき、台風の直撃により多摩川の水位が上昇し、氾濫の危険性が高まりました。

風水害は、河川の氾濫以外にもあります。下水道等の排水能力を超えるほどの雨が短時間で降ったとき、道路が浸水する「内水氾濫」が、市内全域で発生する可能性があります。

風水害の危険性が高まる、梅雨の季節が近づいています。

いざというときに適切な行動がとれるよう、日頃から備えましょう。

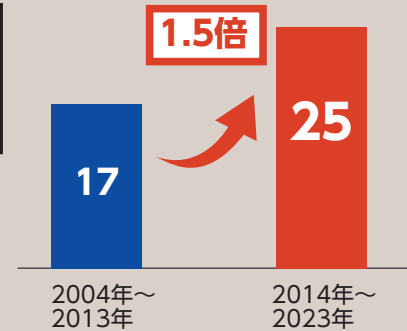
問 防災安全課防災・消防係



**直近10年で、
激しい雨(30mm/h)の観測回数が約1.5倍に増加**

右のグラフは、国立市近隣の気象庁府中観測所において、時間雨量30mmを観測した回数を、10年ごとで表したものです。直近の10年間で約1.5倍に増加し25回(年平均2~3回)を記録しました。

※時間雨量30mmとは、バケツをひっくり返したような雨です。傘をさしても濡れ、道路に水があふれて川ようになります。



出典：気象庁府中観測所



風水害対策の詳細は、2面をご覧ください → → →

1面のテーマに
関連するSDGs
11 住み続けられる
まちづくりを

凡例 内=内容 期=期間 日=日時 場=場所 師=講師 対=対象 定=定員 募=募集人数 資=資格 費=費用



今から備える 風水害対策

洪水ハザードマップ

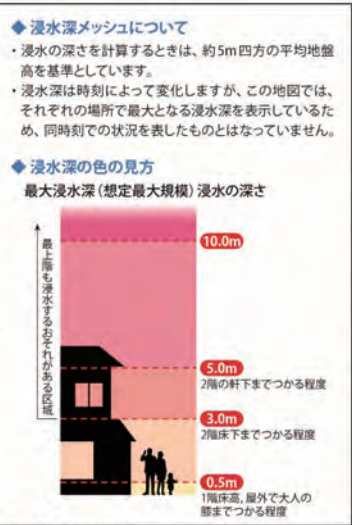
多摩川洪水ハザードマップ (外水氾濫)

洪水危険区画 洪水 위험 지도 Flood hazard map

- ◆ 逃げ遅れたら高い場所へ
- 水深が膝上まである場合は危険です。高い場所へ避難し救援を待ちましょう。
- 避難途中に逃げ込み場所として国立第六小学校、国立第三中学校、都喜泉二丁目アパートを緊急一時避難施設に指定しています。



凡例	凡例	범례	legend
← 避難方向 避難方向 Direction of evacuation	指定避難所 (市立中小学校) 指定避難場所 Designated evacuation centers	緊急一時避難施設 臨時緊急避難施設 Temporary emergency evacuation shelters	市役所 (災害対策本部) 市役所 (災害対策本部) City Hall (Disaster management headquarter)
家屋倒壊等氾濫想定区域 (氾濫流) 家屋倒壊等氾濫想定区域 (氾濫流) Assumed area of building collapse and flood (inland)	家屋倒壊等氾濫想定区域 (河岸侵食) 家屋倒壊等氾濫想定区域 (河岸侵食) Assumed area of building collapse and flood (bank erosion)	土砂災害警戒区域 (かけ崩れ) 土砂災害警戒区域 (かけ崩れ) Sediment disaster alert areas (landslide)	立川消防署 (谷保出張所) 立川消防署 (谷保出張所) Tachikawa Fire Station (Yaho branch)
土砂災害特別警戒区域 (かけ崩れ) 土砂災害特別警戒区域 (かけ崩れ) Sediment disaster special alert areas (landslide)			消防団器具置場 消防団器具置場 Stations of volunteer fire corps



この地図は、国土交通省が平成28年5月30日に公表した多摩川水系の浸水想定区域図を基にこれまでの洪水ハザードマップを修正したものです。想定降雨量は2日間総雨量457mmから2日間総雨量588mmに変更となり、浸水想定区域が拡大したほか、以前から浸水が想定されていた区域の深さも変わっていますのでご確認ください。

☆ ご覧になる際の注意点・・・
浸水範囲、深さなどは雨の降り方や土地の形態変化、内水氾濫等により変化することがあります。この地図では、中小河川や用水の氾濫、想定を超える降雨による内水氾濫等は考慮していません。

隣接市の避難所については、隣接市の判断で開設いたしますので、ご注意ください。
关于邻接市的避难所，因是在邻接市判断下开设，所以请注意一下。
인근 시의 피난소는 해당 인근 시의 판단에 따라 개설하게 되오니, 유념해 주십시오.
Please ask neighboring municipality whether its shelter open or not.

マイ・タイムライン ~ わたしの事前防災計画 ~

記載例を参考に、どの段階でどの行動をとるのか書き出してみましょう。

警戒レベル
避難情報・気象情報

警戒レベル1
早期注意情報
(気象庁が発表)

警戒レベル2
大雨・洪水・強風注意報
(気象庁が発表)

警戒レベル3
高齢者等避難
(国立市が発令)

警戒レベル4
避難指示
(国立市が発令)

警戒レベル5
緊急安全確保
(国立市が発令)

- 記載例
- テレビやラジオで気象情報を確認 ● 防災グッズを用意
 - 側溝や雨水ますを掃除 ● 屋外の飛ばされそうなものの片付け
 - ハザードマップで避難先を確認
 - 知人や近所で1人で避難できない人を確認
 - 常備薬を確認
 - 市のホームページやくにたちメール配信で避難情報の詳細を確認
 - 高齢者やしょうがいのある方は避難を開始 (知人や近所の人とも協力)
 - 京浜河川事務所のホームページで多摩川の水位を確認
 - 避難先を家族などに伝える
 - 避難を開始 (避難所や知人宅)
 - 洪水による浸水や土砂災害の心配がない地域は、自宅待機
 - 帰宅すると危険な場合は、職場にとどまる
 - やむをえず自宅にとどまる場合は、自宅の少しでも安全な場所へ避難し、ライフラインや食料を確保
 - 災害が発生または切迫している状況、すぐに身の安全を確保

わたしの行動

わが家のハザード

- 多摩川の氾濫 自宅の浸水の深さ () m
- 内水氾濫 自宅の浸水の深さ () m
- 土砂災害 (特別) 警戒区域 区域内 区域外

避難情報や避難所開設などの情報収集手段

() () () ()

高齢者等は避難を始める

避難開始のタイミング

()

警戒レベル3発令

警戒レベル4発令

避難する場所

() () () ()

全員が避難を終える

マイ・タイムラインの作り方など、防災に関する出前講座を行っています。詳細は、固までご相談ください。

持=持ち物 申=申込方法 問=問い合わせ 電=電話(市外局番042を省略しています) メール=メール FAX=ファクス HP=ホームページ

まずはハザードマップで周囲の危険を確認!

自宅周辺のリスクについて、「洪水ハザードマップ」「内水ハザードマップ」「土砂災害ハザードマップ」で確認してみましょう。各ハザードマップは市HPや「くにたち生活便利帳2024・2025年版」からもご覧いただけるほか、問で配布しています。

問 防災安全課防災・消防係



内水ハザードマップ

内水災害危険区域図 내수침수 위험 지도 Inland water hazard map

この地図は、国立市に大雨が降った場合に、この降雨を下水道に排水しきることができずに発生する浸水(「内水浸水」と言います)について、その想定される水深を表示したもので、令和3年4月に公表した国立市内水浸水想定区域図を基に作成したものです。国立市全域に、想定し得る最大規模の降雨(時間最大雨量153mm 総雨量690mm/日)があった場合を想定しています。浸水深メッシュは約10m四方です。

☆ご覧になる際の注意点……

浸水範囲、深さなどは雨の降り方や土地の形態変化等により変化することがあります。また、落ち葉や土砂による雨水ますの詰まり等により起きる浸水は、シミュレーションでは反映しきれないため、注意してください。

凡例	凡例	범례	legend
	指定避難所(市立小中学校)		指定避難所(市立小中学校) 指定避難所(市立小中学校) 指定避難所(市立小中学校)
	指定緊急避難場所(内水氾濫)		指定緊急避難場所(内水氾濫) 指定緊急避難場所(内水氾濫) 指定緊急避難場所(内水氾濫)
	隣接市避難所		隣接市避難所 隣接市避難所 隣接市避難所
	土砂災害警戒区域(がけ崩れ)		土砂災害警戒区域(がけ崩れ) 土砂災害警戒区域(がけ崩れ) 土砂災害警戒区域(がけ崩れ)
	土砂災害特別警戒区域(がけ崩れ)		土砂災害特別警戒区域(がけ崩れ) 土砂災害特別警戒区域(がけ崩れ) 土砂災害特別警戒区域(がけ崩れ)
	市役所(災害対策本部)		市役所(災害対策本部) 市役所(災害対策本部) 市役所(災害対策本部)
	立川消防署(国立・谷保出張所)		立川消防署(国立・谷保出張所) 立川消防署(国立・谷保出張所) 立川消防署(国立・谷保出張所)
	消防団器具置場		消防団器具置場 消防団器具置場 消防団器具置場
	立川警察署(交番・駐在所)		立川警察署(交番・駐在所) 立川警察署(交番・駐在所) 立川警察署(交番・駐在所)
	コミュニティ施設(地域防災センター、地域福祉センター、地域集会所等)		コミュニティ施設(地域防災センター、地域福祉センター、地域集会所等) コミュニティ施設(地域防災センター、地域福祉センター、地域集会所等) コミュニティ施設(地域防災センター、地域福祉センター、地域集会所等)
	福祉会館(災害ボランティアセンター)		福祉会館(災害ボランティアセンター) 福祉会館(災害ボランティアセンター) 福祉会館(災害ボランティアセンター)
	公民館(外国人災害時支援センター)		公民館(外国人災害時支援センター) 公民館(外国人災害時支援センター) 公民館(外国人災害時支援センター)
	災害時外国人支援センター		災害時外国人支援センター 災害時外国人支援センター 災害時外国人支援センター
	要配慮者利用施設		要配慮者利用施設 要配慮者利用施設 要配慮者利用施設
	防災行政無線		防災行政無線 防災行政無線 防災行政無線
	給水拠点		給水拠点 給水拠点 給水拠点

◆浸水深の色の見方
最大浸水深(想定最大規模) 浸水の深さ

3.0m	2階床下までつかる程度
2.0m	
1.0m	1階床高、畳外で大人の膝までつかる程度
0.5m	
0.1m	



隣接市の浸水想定については、各市のハザードマップをご確認ください。



気象情報や災害情報の入手方法

市HP 「災害時の情報発信」 	市公式LINE 	気象観測装置「POTEKA」 	気象庁HP(キキクル)
-----------------------	-------------	--------------------	-----------------


くにたちメール配信
 配信履歴を見られるようになりました!

多摩川の水位情報: 京浜河川事務所HP

土のう作成用土砂 サプライステーション

土のうは、大雨や台風による屋内等への浸水被害を防ぐために役立ちます。この土のうの作成に必要な土砂を提供する、サプライステーション事業を実施しています。

詳細は、問までご連絡ください。なお、土のうは、協定事業所内でご自身で作成していただきます。



▲土のうを作成する様子。

台風や土砂災害に備えて、防災行政無線の戸別受信機を設置しませんか?

洪水や土砂災害の恐れがある場合、避難情報を正確に入手することが大切です。自宅にしながら、防災行政無線の緊急放送を聞くことができる、戸別受信機を無償で貸し出しています。


対多摩川の浸水想定区域および土砂災害警戒区域に居住しているすべての世帯 申10月31日(木)までに、申請書と身分証明書の写しを添えて問まで。申請書は、市HPや問の窓口で入手できます。

対象区域図

対象区域は、洪水・土砂災害ハザードマップにおける以下の地域です

- 浸水想定区域
- 土砂災害(特別)警戒区域(がけ崩れ)

東・北一丁目周辺



▲対象区域図。

減災対策に関して、4面に掲載しています。あわせてご覧ください。

凡例

内=内容

期=期間

日=日時

場=場所

師=講師

対=対象

定=定員

募=募集人数

資=資格

費=費用

行政インフォメーション

納期内納入ご協力をお願い
納期限:5月31日(金)

▶保育料(①)・学童育成料(②):5月分

※納入には、便利な口座振替をご利用ください。

①保育幼児教育推進課保育・幼稚園係 TEL 576-2427

②児童青少年課児童・青少年係

令和6年国立市議会
第2回定例会の開会は
6月6日(木)です(予定)



本会議および常任委員会は、インターネットで生中継・録画配信をします。録画は、開催日の約3日後(土・日曜・祝日を除く)から視聴できます。

今回の定例会から、手話通訳を本会議(初日、最終日)に加え、常任委員会等でも利用できるようになりました。

希望者は、市HPをご確認ください。

申 下記の各締め切り日までに、☎までファクスまたはメール

▶本会議初日:5月29日(水)

▶常任委員会(3日間):6月7日(金)

▶本会議最終日:6月18日(火)

☎議会事務局 FAX 576-2205

✉sec_gikai@city.kunitachi.lg.jp

6月1日(土)は、
「人権擁護委員の日」
6月7日(金)に特別相談を実施します

人権擁護委員は、国民の基本的人権が守られるよう、年間を通じてさまざまな人権啓発活動を行っています。市では現在、5名の人権擁護委員が法務大臣から委嘱を受け、活動しています。

6月1日(土)の「人権擁護委員の日」にあわせ、市では皆さんの人権上の悩みや問題について相談できる、特別相談を実施します。相談する方のプライバシーは守られますので、小さなことでも安心してご相談ください。

☎6月7日(金)午前10時～正午、午後2時～4時、5時～7時

※1人1回60分、事前予約制。

☒市役所1階 市民相談コーナー

☎無料

☎5月24日(金)午前8時30分より、市民相談コーナー(平日午前8時30分～午後5時)まで電話または窓口にて

☎市長室平和・人権・ダイバーシティ推進係

会計年度任用職員等募集
詳細は、市HPをご覧ください



▶学童保育所(中央児童館)など



就労環境が変わったときは
種別変更の届出が必要です



国民年金制度は、国内に居住する20歳以上60歳未満のすべての方の加入が義務付けられています。届出は加入時だけでなく、種別が変わったときにも必要です。

国民年金の加入種別 手続き窓口

▶第1号被保険者(自営業・農業等の方とその配偶者、20歳以上の学生・無職の方):市役所保険年金課国民年金係

▶第2号被保険者(会社・官公庁に勤めている方(厚生年金等加入者)):会社・官公庁の勤務先

▶第3号被保険者(第2号被保険者に扶養されている配偶者):配偶者の勤務先

下記の種別に変更となる場合は届出が必要です

▶第1号被保険者:第2号被保険者が退職する場合(第3号被保険者になる場合を除く)

※その方に扶養されていた第3号被保険者も同様。

▶第2号被保険者:第1号被保険者または第3号被保険者が、就職して厚生年金等に加入する場合

▶第3号被保険者:会社等を退職するなどして、厚生年金等の加入者の被扶養配偶者となる場合

※詳細は、☎までお問い合わせください。

☎立川年金事務所 TEL 523-0352 または市役所保険年金課国民年金係

市内で行われる
文化芸術事業の経費の
一部を補助します



市民が文化芸術とつながる機会を充実させ、あわせてアーティストの活動を支援するため、市内の団体が行う文化芸術事業に対し、対象経費の一部を補助します。詳細は、市HPをご確認ください。

☎対象期間 7月1日(月)～令和7年3月31日(月)

☎補助金額 補助対象経費から参加費等を差し引いた額の4分の3以内(上限15万円)

☎電話にて事前予約のうえ、6月14日(金)までの平日に、申請書類を☎の窓口まで持参

※書類審査後(6月下旬)、交付を決定します。

☎生涯学習課社会教育・文化芸術係



国立市デジタル地域通貨の
名称が決定しました
(今年度に本格実施予定)



3月29日～4月30日に、市HPにて国立市デジタル地域通貨の名称アンケートを行いました。

皆さんによる投票の結果を踏まえ、国立市デジタル地域通貨の名称を「くにPay」に決定しました。

詳細は、市HPをご確認ください。

☎政策経営課政策経営係



各種助成 「減災力」を高めましょう

☎防災安全課防災・消防係



災害の被害を小さくするために、備えましょう。1～3面とあわせてご覧ください。申請書は、☎の窓口または市HPから入手できます。申請方法等の詳細は、市HPをご覧ください。

▶在宅避難資器材(仮設テント)購入助成

自宅が倒壊、焼失し、居住することが困難になった場合でも、所有する土地等で避難できる資器材として、仮設テントを購入する費用の一部を助成します。

☎助成費用 購入費用の2分の1と2万円を比較し、低い額



▶感震ブレーカーの購入助成

地震後の通電火災による二次災害を防ぐため、感震ブレーカーを購入する費用の一部を助成します。

令和6年度より、一部コンセントタイプも購入助成の対象となりました。

☎助成費用 購入費用(上限2,000円、1,000円未満切捨)



▶住宅用消火器購入助成

住宅の出火および延焼を防止するため、住宅用消火器を購入する費用の一部を助成します。

☎助成費用 購入費用の2分の1と1万円を比較し、低い額

▶住宅用火災警報器設置等助成

高齢者等を住宅火災から守るため、住宅用火災警報器の新規設置・更新に要する費用の一部を助成します。

☎助成費用 購入費用の2分の1と6,000円を比較し、低い額

▶ブロック塀等の撤去助成

地震によるブロック塀の倒壊を防ぐた

め、道路に面したブロック塀等の撤去工事にかかる費用の一部を助成します。

☎助成費用 延長1mあたり5,000円を限度とし、ブロック塀等の撤去工事費用の9割以内に相当する額と15万円を比較し、低い額

※一部の地域(谷保、青柳、石田、矢川、北2丁目)は、延長1mあたり8,000円を限度とし、撤去工事費用の9割以内に相当する額と24万円を比較し、低い額。

▶地域配備消火器の設置場所の募集

初期消火活動に使用する、消火器の設置場所を募集しています。

☎設置場所 道路に面した民家の塀など

6月の相談予約

市役所1階まちの振興課
TEL 576-2111(代)
(内線) 178



予約受付開始
5月24日(金)午前8時30分～
(電話可)
※事前予約・定員制・無料。

くにたち
男女平等参画ステーション
パラル TEL 501-6990



予約受付中
※事前予約・
定員制・無料。

相談名	日時	担当
法律	5日(水)・19日(水)・21日(金) 午前9時～11時30分	弁護士
	12日(水)・26日(水) 午前9時～午後4時	
税務	6日(水)・20日(水) 午前9時30分～正午	税理士
人権 (特別相談)	7日(金) 午前10時～午後7時	人権擁護委員
不動産	13日(水) 午前9時30分～正午	宅地建物取引士

相談名	日時	担当
登記・法律	13日(水)・27日(水) 午後2時～4時30分	司法書士
相続・遺言等 書き方	14日(木) 午前9時30分～正午	行政書士
交通事故	28日(金) 午前9時30分～正午	弁護士
労働・年金	20日(水) 午後2時～4時	社会保険労務士
行政	27日(水) 午前10時～正午	行政相談委員
外国人	随時受付	英語・中国語・ 韓国語ほか

相談名	日時	担当	時間/回
法律相談 (離婚、ハラスメントなど)	8日(水)・22日(水) 午後1時30分～4時	弁護士	30分
みらいのたね 相談(就業相談)	30日(日) 午前10時～正午	キャリア カウンセラー	50分
悩みごと相談	18日(火) 午前11時～午後3時30分	心理カウンセラー	50分
SOGL相談(性的 指向、性自認など)	11日(水)午後4時～6時 23日(日)午後2時～4時	専門相談員	50分

※各種相談はそれぞれ年度内3回まで利用可能。1回あたり30分間無料。 ※人権相談は回数の制限なし。1回あたり1時間。

持=持ち物 申=申込方法 問=問い合わせ 電=電話(市外局番042を省略しています) メ=メール ファ=ファクス HP=ホームページ

暮らし

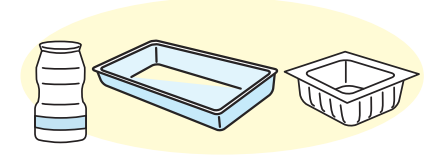
環境
プラスチックごみにおける自主回収事業の実証実験を実施します

循環型社会の形成に向けた取り組みとして、アールプラスジャパン(株)(※)が主体となり、参画企業が製造し、使用済みとなった製品の自主回収事業(実証実験)を行います。興味、関心のある方は、ぜひ、ご参加ください。ご不明な点は、問までお問い合わせください。

日 6月5日(水)午後2時~6時
回 収場所 福祉会館1階 特設ブース
回 収できるもの 次の製品のプラスチック容器部分のみ回収します。使用済みプラスチック容器は、必ず軽く水洗いし、乾かしてください。詳細は、市HP(上記の二次元コード)をご確

認ください。
▶ヤクルト容器(ふた部分を除く)(株)ヤクルト本社製
▶納豆容器(株)Mizkan製
▶弁当の透明なふた部分(リスパック(株)製)
※プラスチックの循環利用をめざす企業連合です。本事業は、市および社会福祉協議会と、本連合の3者で締結した包括連携協定に基づく取り組みです。

問 ごみ減量課清掃係 電 576-2119



さくら通りの老朽化した桜の対応について

さくら通りの桜は、老朽化が進行

しているものが増えていることから、樹木医による診断を行なっています。診断の結果、強風時に倒れる等の危険があると判断された8本の桜を、道路を利用する皆さんの安全確保のため、6月上旬以降に伐採します。

伐採する桜の幹には、街路樹診断の結果等を掲示します。また、伐採する桜の場所は、市HPにてお知らせします。

問 道路交通課維持係

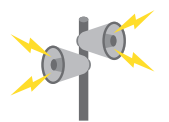
防災
防災行政無線の内容を電話で確認
防災行政無線電話応答サービス

確認電話番号(自動音声)

電 042-505-7313

※通話料がかかります。

問 防災安全課防災・消防係



図書館カレンダー



中央図書館・北市民プラザ図書館の休館日:6月4日・11日・18日・25日(いずれも火曜日)

〈開館時間〉
▶中央図書館:午前9時30分~午後7時(土・日曜・祝日は午後5時まで)
▶北市民プラザ図書館:午前9時30分~午後5時(祝日を除く水曜日は午後7時まで)

分室名	開室日・時間
下谷保	月・金 午後2時~5時
南市民プラザ	月・水・木・金 午後2時~5時 土・日 午前10時~午後5時
青柳	水・金 午後2時~5時 木・日 午後2時~5時
東	水・金 午前10時~午後5時 土 午前10時~午後5時
谷保東	水・金 午後2時~5時

※月~金曜日の各分室開室日が祝日等と重なった場合はお休みです。

問 ▶中央図書館 電 576-0161
▶北市民プラザ図書館 電 580-7220

子ども・教育

子どもの居場所づくり事業に補助金を交付します

市では、令和6年度に市内で子どもの居場所事業を実施する団体および個人(以下、団体等)に、補助金を交付します。

補助対象事業

- ①主に小学生~18歳を対象とし、子どもたちが気軽に立ち寄り、自由に過ごせる居場所を提供する事業
- ②0歳~18歳を対象とした食の支援または学習支援を通じて、子どもや子育て家庭への居場所を提供する事業

※②は、「市内で青少年育成の活動をしている団体等であること」が実施要件です(法人の有無は問いません)。

※新規に提案された事業の審査選考にあたっては、公開プレゼンテーションを開催します。詳細は、募集要項をご覧ください。

補助金額(上限) 1事業につき、①は35万円、②は50万円

※①②をあわせて市の予算額(300万円)に達し次第受付を終了します。

申 6月3日(月)までに、所定申請書類を添えて、問の窓口(平日午前8時30分~午後5時15分)まで持参
※募集要項は、問の窓口で配布(市HPからも入手可)しています。

問 児童青少年課児童・青少年係



令和6年度版「くにたち発達サポートブック~お子さんの就学に向けて~」を作成しました

未就学のお子さんがある家族にとって、お子さんの就学は一大イベントです。

就学を機に、「友達とうまくやっていけるのだろうか」「就学を意識する

時期を迎え、勉強についていくことが難しいかもしれない」「ちゃんと席に座ってられないかもしれない」「放課後はどんなふうに過ごしたらいいのだろうか」など、お子さんの発達についてさまざまな心配や疑問がでてきたという声も聞かれます。

こんな心配・疑問に答えるべく、相談先や、就学後に受けることができる支援などの就学支援・発達支援の情報を網羅した、「くにたち発達サポートブック」を作成しました。ぜひ、手に取ってお役立てください。

配布場所 市役所内各窓口(くにサポ、児童青少年課、しょうがいしゃ支援課、教育委員会、子ども家庭支援センター等)
※市HPでも閲覧できます。

令和6年度の下記対象児童には、本冊子をお渡しします

▶年中児・年長児:5月ごろに、すべての保護者に郵送

▶3歳児:保護者に、3歳児健康診査来所時に手渡し

問 子育て支援課子ども保健・発達支援係(保健センター内)

電 574-3311



講座・講習

小学生(高学年)保護者向け「子育てプログラム-2日間コース」

「成長してどう接してよいかわからない」「子どもがイライラしたりふさぎ込んだりして心配」など、お子さんへの対応の難しさに困っていませんか。子育てプログラムでは、保護者自身の体調や気持ちの整え方を見つけること、子どもへの伝え方などについて講義や活動を通して学びます。お子さんの成長を、一緒に見てい

きましょう。

日 6月18日・25日、いずれも火曜日 午前10時~正午

※7月2日(火)に、フォローアップの会を予定しています。

場 保健センター2階

対 市内在住の小学4年生~6年生の保護者

定 8名(2日間とも参加できる方を優先に、申込先着順)

保 育 3名程度。申し込み時にお申し出ください。

料 無料

申 5月22日(水)~6月7日(金)に、問まで電話

問 子育て支援課子ども保健・発達支援係(保健センター内)

電 574-3311

パパ講座「ぱぱラダイス」第2回「遊び」が「学び」になる?



市内のパパと子どもで集まろう!パパの子育てと仲間づくりを応援する「ぱぱラダイス」第2回は、子どもの発達がテーマです。

幼児教育研究者の細田氏から、子どもの遊びをどう見守ったらいいのか、「遊び」が「学び」になるとはどういうことなのかを学びます。

子どもたちを見守りながら学び分かちあう、ゆったりした時間を過ごしましょう。

内 講義とフリートーク

日 6月8日(土)午前10時~11時30分

場 矢川プラス2階 こどもラボ

師 細田 直哉氏(矢川プラス 館長)

対 市内在住のお子さんとその父親

定 10組(申込先着順) 料 無料

申 5月24日(金)午前9時~6月1日(土)午後4時に、上記二次元コードより

問 矢川プラスこすきひろば

電 505-6552

離婚に関する基礎知識講座



離婚する場合に知っておくことや、子どものメンタルケアや養育費、面会交流など、子どもの生活を守るために決めておいた方が良いこ

となどの情報を、お伝えします。

内 ▶メンタルケア編(親の離婚と子どもの気持ち、子どもと親のメンタルケア等)

▶離婚条件編(親権、養育費、面会交流、財産分与等)

▶市の支援制度の紹介

日 6月14日(金)午前10時~正午

場 Zoomによるオンライン開催

※視聴環境を用意できない方は、ご相談ください。

師 小泉 道子氏(家族のためのADRセンター 代表)ほか

対 市内在住の離婚を考えている、または離婚をした方

定 15名(申込先着順)

料 無料

申 家族のためのADRセンター 電 03-6883-6177まで電話、または申込フォーム(タイトル横の二次元コード)より

問 子育て支援課子育て支援係

イベント・催し

ピカピカのカムカムキッチンで学校給食を試食してみませんか

食育推進・給食ステーションは、オープンしてもうすぐ1年を迎えます。ぜひ、学校給食をご試食ください。

日 学校給食実施日

場 食育推進・給食ステーション(保護者の場合は、各市内公立小中学校も可)

定 1回の実施につき30名程度

料 小学校低学年用263円・中学年用286円・高学年用308円、中学校用345円

申 試食会の1週間前までに、問まで電話

問 食育推進・給食ステーション

電 572-4177



▲カムカムキッチンのロゴマーク。

凡例

内=内容

期=期間

日=日時

場=場所

師=講師

対=対象

定=定員

募=募集人数

資=資格

費=費用

子ども・教育

6月4日(火)～10日(月)は
歯と口の健康週間です

令和6年度標語

「歯を見せて 笑える今を 未来にも」

市内の公立保育園・小中学校では、虫歯予防と、いい歯を保つことを目的として、同じ献立の給食を6月7日(金)に提供します。

〈共通献立〉

▶かみかみ丼: たけのこ、人参、小松菜などの野菜がたくさん入っています。

▶具たくさん根菜きのこ汁: ごぼうや人参などの根菜ときのが入っています。

▶ポテトのチーズ焼き: カルシウムの多いチーズを使っています。

▶かみかみ大豆: 噛み応えがありま

す。保育園はおやつで提供します。

めざそう! 8020

厚生労働省と日本歯科医師会は、「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動を推進しています。楽しく充実した食生活を送り続けるためには、全ての年代で健康な歯を保つことが大切です。セルフケアと定期的な検診で、「8020」をめざしましょう。

園健康まちづくり戦略室保健センター TEL 572-6111

〈献立について〉

▶保育園: なかよし保育園: TEL 572-8011

▶小中学校: 食育推進・給食ステーション TEL 572-4177



市立保育園主催 あそぼう会(園庭等開放)・おおきくな〜れ(身体測定)

親子で、在園児と一緒に楽しいひと時を過ごしませんか。

なかよし保育園 TEL 572-8011

▶園庭遊び: 6月11日(火)午前9時30分～11時

西保育園 TEL 576-7217

▶園庭遊び: 6月5日(水)午前9時30分～11時

▶身体測定: 6月11日(火)午前10時～11時

東保育園 TEL 572-8555

▶園庭遊び・身体測定: 6月11日(火)午前9時30分～11時

〈共通事項〉

対 就学前のお子さんと保護者

定 各園5組(申込先着順)

費 無料

持 水分補給のための飲み物、身体測定を希望する方は、母子健康手帳とバスタオルと替えオムツ

※子育て相談は毎回実施します。

※駐車場はありません。

申・場 平日午前9時～午後5時に参加を希望する保育園まで電話

「くにたちフリーフォトギャラリー」をご利用ください

「くにたちフリーフォトギャラリー」は、営利・非営利を問わず、どなたでも自由に使用できる写真を掲載している市のHPです。市内の美しい風景やイベントの様子、旧国立駅舎の内観・外観などの写真を、掲載しています。

写真の使用については、市への申請は不要ですが、注意事項や条件があります。詳細は、市HPをご覧ください。

園 市長室広報・広聴係



▲市HP

金銭的な理由で塾や受験を諦めていませんか? 令和6年度受験生チャレンジ支援貸付

中学3年生・高校3年生など、受験生のお子さんを養育している一定所得以下の世帯に、学習塾等の受講料や、高校・大学などの受験料の無利子貸し付けを行っています(保証人不要)。高校・大学等へ進学した場合、資金使途の確認書類を提出後に、償還免除申請を行うことで返済が免除されます。詳細は、園までお問い合わせください。

貸付資金の内容

学習塾等貸付金	20万円(上限)
受験料貸付金	中学3年生: 2万7,400円(上限) (1度で4回分の受験料まで、1回分の上限は2万3,000円)
	高校3年生等: 8万円(上限) (回数や1回あたりの上限の定めはありません)



▲受験生チャレンジ支援貸付事業サイト。



申請の締め切りは、令和7年1月24日(金)まで

◀受験生チャレンジ支援貸付事業イメージキャラクター「チャレニャン」。

対象要件

A. 総収入(給与収入や年金のみの方)

(単位:円)

世帯人数	2人	3人	4人	5人
一般	-	441万	504万9,000	573万7,000
ひとり親	405万7,000	496万6,000	577万2,000	639万6,000

※賃貸物件に住んでいる方は、年額上限84万円を限度に、家賃支払額を本人収入額から減額できる場合があります。

B. 合計所得(事業所得などA.以外の方)

(単位:円)

世帯人数	2人	3人	4人	5人
一般	-	308万7,000	359万9,000	414万9,000
ひとり親	280万5,000	353万2,000	417万5,000	467万4,000

※家賃減額はできません。

※世帯人数とは、父母等養育者と(就学中、未就学、今年度受験予定の浪人生、傷病やしょうがいの理由で就学・就労が困難なことが確認できる等の)子どもの人数を指します。

令和5年度に貸し付けを利用した方

償還免除申請の手続きが済んでいない方は、期日までに手続きをしてください。

締切期限 5月31日(金)まで

※園の窓口にお越しの際は、事前にご連絡ください。

園 福祉総務課庶務係(受験生チャレンジ支援貸付事業受付窓口)

子どもの健診・講座

場 保健センター 問 子ども保健・発達支援係(保健センター内) TEL 574-3311

6月の乳幼児健康診査

対象の方には個別にご案内します。通知の紛失や途中転入の方、また、ご不明な点は、園までお問い合わせください。

乳幼児歯科健康診査・相談

日 6月6日(木)・20日(木)

対 1歳前後～未就学児

申 園まで電話

歯科予防処置(フッ素塗布)

日 6月4日(火)・11日(火)・18日(火)・25日(火)

対 市の乳幼児健康診査または乳幼児歯科相談で歯科健診を受けた方(健診日よりおおむね1カ月以内の日程でご予約ください)

費 500円

申 園まで電話



育児相談



保健師、栄養士、助産師による個別相談です。育児やお子さんのことについて相談したい方は、ぜひ、お越しください。身体測定のみを希望する方も予約できます。

日 6月7日(金)

対 就学前のお子さんと保護者

定 相談・身体測定: 35組、身体測定のみ: 55組(いずれも申込先着順)

持 母子健康手帳、バスタオル(1歳未満のみ)、替えおむつ

申 5月21日(火)～6月6日(木)に、園まで電話

離乳食フェア

内 離乳食の展示、レシピ紹介

日 6月7日(金)

対 育児相談を予約した方

※希望する方は育児相談をご予約く

ださい。

ベビー歯みがきステップ

内 「初めての歯磨き」の上映、歯科健診室の見学、歯科個別相談

日 6月7日(金)

対 育児相談を予約した方

※希望する方は育児相談をご予約ください。

楽しくスタート! 離乳食(初期)講座



日 6月7日(金)午後1時15分～45分

※大人2名以上で参加希望の方はお申し出ください。

対 おおむね4カ月～5カ月のお子さんの保護者

定 20名程度(申込先着順)

※保育はありません。

申 園まで電話



ウェルカム赤ちゃん教室 Bコース



初めてお母さん・お父さんになる方が、出産・育児について学び、安心して出産を迎えられるようになるための講座です。

内 栄養講話、出産と育児の準備、沐浴体験など

日・場 ▶ 1日目: 7月20日(土)午前10時～午後0時30分・保健センター

▶ 2日目: 23日(火)午後1時30分～3時30分・矢川プラス

対 原則、初めてお母さん・お父さんになる方

※安定期に入る妊娠6カ月以降の受講をおすすめします。

定 24名(申込先着順)

費 無料

申 園まで電話



持=持ち物 申=申込方法 問=問い合わせ 電=電話(市外局番042を省略しています) 電=メール FAX=ファクス HP=ホームページ

高齢者

新70歳、新転入70歳以上の方へ
シルバーパス6月の交付予定
有効期限：9月30日(月)まで

東京都では、70歳以上の方を対象としたシルバーパスを、申込により発行しています。費用は市民税課税状況等で異なります。市内の臨時交付窓口は次のとおりです。新しいパスの有効期限は9月30日(月)です。
日6月3日(月)～7日(金)各日午前9時30分～午後4時30分(土・日曜を除く)
場 福祉会館1階
問 東京バス協会 電03-5308-6950

健康・福祉

オンライン遠隔通訳(手話・多言語)を導入しました

市役所(本庁舎・北庁舎)の窓口で、タブレット端末を使用した遠隔手話通訳が使用できるようになりました。これは、タブレット端末の画面で、手話通訳のオペレータとつながる、遠隔手話通訳サービスです。また、手話言語以外にも、英語、中国語、韓国語などの外国語(音声言語)のオ

ンライン通訳にも対応しています。通訳を希望する場合は、手続き先の窓口でお申し出ください。
問 しょうがいしゃ支援課手当・給付係



講座・講習
認知症サポーター
ステップアップ講座

認知症サポーター養成講座を受講した方が、認知症の方への接し方をさらに学び、知識をより深めるためのステップアップ講座を開催します。
内 認知症に関する学習
日6月26日(水)午後2時～4時
場 市役所3階 第1会議室
対 認知症サポーター養成講座を受講済みの方
定 15名(申込先着順)
料 無料
申・問 5月21日(火)より、高齢者支援課地域包括支援センター(市役所内)
電576-2123まで電話または窓口にて

お口の健康チェック健診を実施します

国立市歯科医師会では、無料歯科健診を実施しています。無料歯科健診のポスターが貼ってある市内の歯科診療所で実施していますので、早めにご予約ください。
期 6月30日(日)まで
場 国立市歯科医師会会員の診療所(無料歯科健診のポスターが貼ってあります)
対 市内在住の満18歳～39歳の方
料 無料
持 健康保険証
問 国立市歯科医師会 電577-0418

保健センターからのお知らせ
場・問 保健センター
電572-6111

がん検診の記事を毎月20日号に掲載していましたが、令和6年度から半年分(10月分まで)をまとめて掲載しています。詳細は、4月20日号または市HPをご覧ください。
健康・栄養相談
血圧・血糖・コレステロール・中性脂肪が高めの方などへ管理栄養士・保健師が相談に応じます。
体組成計を使用して全身の筋肉量を計測し、その方に応じたアドバイスをを行います(ペースメーカー装着の方は測定できません)。

日6月5日(水)・19日(水)
申 問 まで電話
健診は受けた後が大切です
スマートライフ健康相談のご案内
市の国保特定健診を受診し、受診結果が基準値を超えた方に、スマートライフ健康相談(特定保健指導)の案内を郵送しています。
生活習慣病の予防や重症化を防ぐための食事のとり方や、運動の取り入れ方を管理栄養士または保健師が個別にお伝えします。ぜひ、ご予約ください。
日6月4日(火)・10日(月)・16日(日)・28日(金)
※上記以外の日程を希望する方はご相談ください。
申 問 まで電話

日曜・祝日の応急診療は…
(必ず受診前に電話で連絡を)
■ 内科
▶ 午前10時～午後4時30分
休日診療センター
電576-2341(富士見台3-16-6)
▶ 午後6時～9時
国立さくら病院
電577-1011(東1-19-10)
■ 歯科
午前10時～午後4時30分
さくら休日歯科診療所
電577-0418(富士見台3-16-17)

イベント・催し

農
わくわく稲作体験(田植え)

地元の米農家さんに教わりながら、稲作(田植え)を体験してみませんか。参加者には、秋に収穫する新米を進呈します(体験者1人につき1kg)。稲刈りについては、別途お知らせします。



▲市内でつくられる「天神米」の田植えを体験してみませんか。

日6月22日(土)
▶ 1部:午前10時～正午
▶ 2部:午後1時30分～3時30分
※1時間程度の体験を、複数回実施予定です。参加者を各回に振り分けます。
場 城山さとのいえ
※駐車場はありません。
定 40名(申込多数時抽選)
※小学生以下は、大人の付き添い(参加費は無料)が必要です。
料 1,000円(当日集金)
申・問 6月10日(月)(必着)までに、①わくわく稲作体験(田植え) ②参加可能な時間帯が限られている方は、1部または2部 ③体験希望者の氏名と年齢(付き添いがあればその方の

氏名と年齢も) ④住所 ⑤電話番号 ⑥メールアドレスまたはファクス番号を明記のうえ、城山さとのいえ 電・FAX 505-5190 電satonoie@city.kunitachi.lg.jpまでファクスまたはメール

農
わいわい畑体験
じゃがいも収穫体験

城山さとのいえ近くで農業を営む田中賢治さんの畑で、じゃがいもを収穫します。
※天候状況などで、内容や日時に変更が生じる場合があります。
日6月22日(土)午後3時～4時
※時間内に30分程度の体験を予定しています。当選時に、参加時間帯の詳細をご案内します。
場 城山さとのいえ
※駐車場はありません。
定 20組(申込多数時抽選)
※1組あたり最大4名まで入場できます。小学生以下は大人の付き添いが必要です。
料 1組1,000円(5株収穫)



▲昨年の収穫の様子。

申・問 6月10日(月)(必着)までに、①じゃがいも収穫体験 ②体験希望者の

氏名と年齢(付き添いがあればその方の氏名と年齢も) ③住所 ④電話番号 ⑤メールアドレスまたはファクス番号を明記のうえ、城山さとのいえ 電・FAX 505-5190 電satonoie@city.kunitachi.lg.jpまでファクスまたはメール

環境
環境フェスタくになち
参加者募集

市民と事業者、行政が、環境についてともに考えるためのイベント、「環境フェスタくになち」を開催予定です。例年、市民の皆さんが参加できる楽しいエコイベントとして、展示コーナーや参加型の模擬店、各種取り組みの紹介や啓発活動等、環境に関連したさまざまな企画を実施しています。
環境にやさしい企画や模擬店など、このフェスタに参加を希望する市民・事業者を募集します。参加者は、実行委員として、イベント開催に向けた準備にもご協力いただきます。
申 6月7日(金)までに、問 まで電話
環境フェスタくになち
日10月19日(土)午前10時～午後3時
問 ごみ減量課清掃係 電576-2119



▲リサイクル家具販売の様子。

広域連携事業
ひきこもりUX女子会
費用無料

当事者会
内 ▶ 第1部:ひきこもり経験者による「体験談」▶ 第2部:当事者・経験者のみの「グループトーク」
日5月24日(金)午後2時～4時30分(開場:1時40分)
場 公民館地下1階 ホール
対 ひきこもり等の生きづらさを抱える女性自認の方
定 35名(当日先着順)
申 不要(途中入退室可)
「つながる待合室」
内 ひきこもり状態の方の家族、支援者、関心がある方等同士で自由に話して交流をする場
日5月24日(金)午後3時～4時30分(開場:2時45分)
場 公民館3階 講座室
定 10名(当日先着順)
申 不要(途中入退室可)
主催 国立市・武蔵野市・清瀬市・東大和市・日野市・文京区・豊島区
運営 (一社)ひきこもりUX会議
問 福祉総務課福祉総合相談係



凡例 内=内容 期=期間 日=日時 場=場所 師=講師 対=対象 定=定員

その他のお知らせ

地域の情報

募=募集人数 資=資格 ￥=費用 持=持ち物 申=申込方法 問=問い合わせ TEL=電話(市外局番042を省略しています) 電=メール FAX=ファクス HP=ホームページ

その他のお知らせ

立川消防署からのお知らせ
6月2日(日)~8日(土)は、危険物安全週間です

スプレー缶等の危険物は、通気性の良い屋外でガス抜きをし、引火させないようにしましょう。
立川消防署予防課防火管理係
TEL 526-0119

地域の情報

新入会説明会を開催します
安心サービス「協力会員」参加者を募集中

高齢者や病气などでお困りの方の手助けを行う、協力会員を募集中です。応募を、お待ちしております。
内 有償で家事や簡単な介助を提供する、登録会員制サービスです。
日 6月13日(木)午前10時~11時30分
場 福祉会館1階 ボランティアコーナー
対 地域の助け合いに興味があり、心身ともに健康で、ご自身の自転車で

活動可能な18歳以上の方
謝礼 活動1時間につき953円~
日 6月12日(水)までに、問まで電話
※本事業は、市が補助金を出して実施する事業です。
問 社会福祉協議会安心サービス
TEL 575-3223(平日午前9時~午後5時)

令和6年度東京都介護支援専門員実務研修受講試験の受験要項を配布します

期 6月3日(月)~28日(金)(日曜日を除く)
場 市役所1階(高齢者支援課地域包括支援センター)、市内の地域包括支援センター地域窓口(北、福祉会館、泉)
※窓口での配布部数が終了した場合は、個人でお取り寄せください。
日 6月30日(日)(当日消印有効)までに、簡易書留で必要書類を問まで郵送
問 東京都福祉保健財団人材養成部介護人材養成室ケアマネ試験担当
TEL 03-3344-8512

第22回多摩ブルー・グリーン賞募集

「多摩ブルー賞」では優れた技術等

を、「多摩グリーン賞」では新しいビジネスモデルを表彰します。
期 7月26日(金)まで
対 多摩地域と周辺地域に事業拠点を置く、中小企業・個人事業主等
主催 多摩信用金庫
後援 国立市ほか多摩地域およびその周辺の各市町村
日 多摩ブルー・グリーン賞事務局
TEL 526-7728まで電話

国立駅前防災フェスタを実施します

内 ▶ 起震車(整理券あり)・まちかど防災車・煙体験ハウスなどの体験ブース ▶ かき氷や綿あめの配布(なくなり次第終了)など
日 6月8日(土)午前10時~11時30分
場 JR国立駅南口駅前広場
料 無料
申 不要
後援 国立市
主催・問 国立駅前防災フェスタ実行委員会
TEL 080-9418-2822(平日午後5時~9時)



みんなで作るみんなのアンビバ 国立旭通り ジューンフェスタ2024



旭通りが歩行者天国になります。楽しい催しがいっぱいです。
日 6月2日(日)午前11時~午後4時
場 旭通り
※市が補助金を交付する事業です。
問 協同組合国立旭通り商店会
TEL 580-3636



北×国プロジェクト 国立市&北秋田市交流会

友好交流都市である、北秋田市との交流会を開催します。
内 北秋田市の特産品販売とマタギとの交流など
日 6月2日(日)午前9時30分~午後3時30分
場 旧国立駅舎 屋外スペース
料 無料 申 不要
問 国立市観光まちづくり協会
TEL 574-1199

みんなの伝言板

市内を拠点とする団体等のイベント・催しものを掲載しています。掲載内容については、各団体へ。

シニア世代にお勧め! スポーツと健康を100歳迄。スポーツ吹矢の体験会を開催。お気軽に来て下さい。

日 6月22日(土)午後4時~
場 市民総合体育館3階
定 5名(申込先着順) 料 無料
日 5月20日(月)~6月5日(水)に、問まで電話
問 国立市スポーツウエルネス吹矢協会
TEL 090-2449-9175(坂井孝章)

鹿鳴会ダンスパーティのお知らせ
踊って踊って健康に楽しみましょう
<サークル案内は問まで>

日 6月16日(日)・24日(月)午後1時~4時

場 福祉会館4階 大ホール
料 500円 申 不要
問 鹿鳴会パーティ
TEL 090-7714-2322(細田)

健康増進に役立つ養生のコツを楽しく学べる交流サロンです。簡単な体操もして心も体もゆるめましょう。

日 5月29日(水)午前10時~11時
場 富士見台2丁目集会所1階
定 5名(申込先着順)
料 100円(資料代) 申 不要
問 養生サロン
TEL 080-6548-5625

2024年度入園説明会+体験保育

日 6月1日(土)午前9時30分~
申 本園HPより
場・問 国立学園附属かたばみ幼稚園
TEL 572-4776

園庭開放・風の子の原っぱで遊ぼう! 大人もゆっくりおしゃべりタイム!



日 6月10日(月)午前10時~11時
料 無料 申 不要
場・問 認定こども園国立富士見台団地風の子
TEL 507-8667

ベビーマッサージ&手型アートの親子イベントです!! ぜひご参加ください。



日 6月25日(火)
場 国立市富士見台講師自宅(申込後に詳細をお伝えします)
定 4組(申込先着順)
料 3,300円(当日集金)
日 6月18日(水)までに、公式LINE(タイトル横の二次元コード)より、ともだち追加後お申し込みください。
問 ROPOS BEBEおうちSalon

日商簿記2級講座(商業簿記)

日 7月6日~9月21日の土曜日(8月10日・17日を除く)
料 6,000円
日 6月1日(土)~16日(日)、詳細は本校HP参照
場・問 東京都立第五商業高等学校企画室(中3-4)
TEL 572-0132

水泳!! 4人のコーチの指導で初心者~上級者まで楽しく泳ぎましょう。無料体験あり。70才位まで。

日 毎週金曜日、午前10時~正午
場 市民総合体育館 室内プール
料 月3,500円
申 問まで電話
問 アクアかもめクラブ
TEL 572-9974(江端)



有料広告 広告主および広告内容については、国立市が推奨等するものではありません。

下記の有料広告に関する問い合わせ:フレックス株式会社(立川市曙町2-20-16) TEL 528-3722 FAX 512-5309

鬼頭工務店
大切な建物のリフォームリノベーションお任せください!
当社は実際に施工をする「リフォーム大工」が、ご相談からお引渡しまで対応いたします。
TEL 042-507-8444

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+国立市より)
窓・ドアのリフォームお任せください!
TEL 0120-953-577

気持ち、暮らし、病いを考える診察
国立駅前 やすらいクリニック
心療内科・精神科
TEL 042-505-6117
5/13 開院

9.9万円
家族葬は多摩中央葬祭の森の風ホール国立へ
友引 相談会開催! 6/5,9,15,21,27日
お気軽にご来館ください
TEL 0120-136-841

2024年度 早慶MARCH・高・大10名合格!
早慶MARCH塾
TEL 042-505-5250