



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。

いま、私たちに  
できること

# 在宅避難の備え

令和7年1月1日で令和6年能登半島地震から1年、  
令和7年1月17日で阪神・淡路大震災から30年が経ちます。

地震はいつ起こるかわかりません。

あなたは、地震が起きた時にどこで避難生活を送るか、考えたことはあるでしょうか。  
在宅避難をするか、避難所で生活するか、  
この機会に検討してみてください。



震度  
7  
6強  
6弱  
5強  
5弱  
4  
3以下

## 国立市の被害想定 (条件:立川断層帯地震(M7.4)発生時、冬の夕方、風速8m)

今後30年以内に、首都直下地震が起こる  
確率は、約70%といわれています。

震度  
6強

建物全壊  
476棟

負傷者  
706人

建物消失  
2,810棟

死者  
75人

避難者  
24,190人

※「首都直下地震等による東京の被害想定(令和4年5月公表)」より

## 在宅避難のメリット

避難所での生活は、プライバシーを守ることが難しく、心理的負担の  
多い環境となることがあります。

一方で、自宅で避難生活を送る在宅避難では、住み慣れた自宅で過ご  
せるため、心理的負担が軽減されます。

今号では、避難生活の選択肢として、在宅避難を考えたときの具体的  
なポイントをご紹介します。



くに Pay



## 在宅避難、できる?できない?



自宅や、自宅周辺の安全が確保されているかがポイントです。

### 平時(発災前)の確認

- ☐ 家の耐震化はできているか
- ☐ 家具の固定はできているか

### 被災時の確認

- ☐ 火災の危険は低いか
- ☐ 自宅や周囲建物の倒壊の被害・可能性は低いか
- ☐ 土砂崩れなどの危険は低いか

自宅とその周辺の安全が確認できた

### 防災力強化に

#### 市の助成制度活用も検討を

下記の購入費等を一部補助します。

- 住宅用火災警報器
- 住宅用消火器
- 在宅避難用資機材(仮設テント)
- 感震ブレーカー



▲市HP。

自宅で生活が継続できない

避難所等の安全な場所へ  
避難しましょう

在宅避難も検討してみましょう

危険な状況に変わったら…

## 在宅避難のために準備しよう

### 01 水の備え

#### 災害時給水ステーション

災害等により断水した際に、災害給水ステーションで水を配ります。  
水をもらう時は、水を入れる清潔な容器(給水袋、ポリタンク等)を持ってくるください。



①  
くはだち  
国立中給水所  
中3-8-1



②  
谷保給水所  
谷保1462-1  
※令和7年2月28日(金)  
まで停止中。



※出典:国土地理院ウェブサイト(加工して作成)



このマークが  
目印です

#### アプリでかんたん確認



▲iOS用。



▲Android用。

その他の給水所などを、東京都水道局アプリで簡単に確認することができます。

#### 自宅での備え(水道水のくみ置き)

くみ置きした水道水は、生活用水として使うことができます。くみ置きする時は、下記の3つを意識しましょう。

- ポイント**
- ①ふたのできる容器に口元まで  
清潔でふたのできる容器に、できるだけ空気に触れないように口元までいっぱい水道水を入れます。
  - ②1人あたり1日3リットル  
この量を目安に、最低3日分をくみ置きします。

- ③常温で3日間、冷蔵庫で10日間  
水道水に含まれる塩素の消毒効果は、直射日光を避けた常温で3日、冷蔵庫で保存すれば10日程度持続します。



### 02 支援拠点を知る

指定避難所となる公立小中学校は、在宅避難をする方にとっても重要な拠点となります。  
自身が行きやすい避難所を、拠点として利用してください。

#### 物資の集配

全国から届けられる食料や水などの救援物資を分配します。



#### 情報の収集、伝達

行政等からの情報を収集し、伝達する場所となります。



▲防災マップで、  
自宅周辺の避難所  
を確認しましょう。

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

### 03 食料の備え

最低3日分(理想は7日分)の水や食料を用意する

#### ローリングストックのすすめ

備蓄したものは適宜使用し、新しい備蓄を準備しましょう。

東京都のHP等を参考に、自身に必要な食料品を工夫して用意してください。

▲東京備蓄ナビ。

### 04 トイレの備え

最低3日分(理想は7日分)の使い捨てトイレを用意する

#### 上下水道の復旧にかかった日数

約3ヵ月

阪神・淡路大震災  
※神戸市の場合

約5ヵ月

能登半島地震

排せつを我慢することは体に不調をもたらします。  
健康のためにも、排せつの環境を整えましょう。

人が1日に  
トイレに行く回数は  
平均5〜6回

▲経済産業省HP。

## 緊急情報をいち早く受け取るために 国立市のSNS追加をお願いします

市公式LINE  
@city\_kunitachi

市公式X  
@city\_kunitachi

すくメール Plus+  
by SUGUMAIL (メール配信)

スマートフォン用。

ガラケー用。

市HP。

クリックで  
簡単アクセス

市HP「防災・防犯」ページが見やすくなりました  
市のLINEメニューからも利用できます。

### 行政インフォメーション

#### 健康保険証の新規発行が終了しました

法改正により、12月2日からマイナンバーカードと健康保険証が一体化した「マイナ保険証」の使用が基本となり、従来の健康保険証の発行は終了しました。

**マイナ保険証を利用するには**

マイナンバーカードを健康保険証(マイナ保険証)として利用するに

は、登録が必要です。

**登録方法** セブン銀行ATMや、マイナンバーカード読み取り専用のカードリーダーがある医療機関や薬局にて、またはオンラインサービス「マイナポータル」より

**交付について**

▶「マイナ保険証」または有効期限内の健康保険証のいずれもお持ちでない方: 加入している健康保険の保険者より、「資格確認書」が順次交付されます。

※「資格確認書」を医療機関や薬局の窓口で提示することで、今までどお

り受診できます。

▶「マイナ保険証」をお持ちの方: 各保険者より、自身の資格情報を確認できる「資格情報のお知らせ(資格情報通知書)」が交付されます。

▶後期高齢者医療被保険者: 令和7年7月末までの間、「資格情報のお知らせ(資格情報通知書)」に代えて「資格確認書」が交付されます。

**交付(一斉発送)時期** 令和7年7月中旬以降

12月2日以降でも、次の有効期限内は、従来の健康保険証を使用できます。破棄せずにお持ちください。詳細は、加入している保険者までお問い合わせください。

**有効期限** ▶国立市国民健康保険: 令和7年9月30日(火) ▶東京都後期高齢者医療保険: 令和7年7月31日(木)

※その他の健康保険については、加入中の保険者にご確認ください。

**問 ▶マイナ保険証について: マイナンバー総合 ☎0120-95-0178**

▶国民健康保険について: 保険年金課国民健康保険係 ☎576-2124

▶後期高齢者医療について: 保険年金課後期高齢者医療係 ☎576-2125

令和7年  
1月の  
相談予約

市役所1階まちの振興課  
TEL 576-2111(代)  
(内線) 178

市HP  
相談窓口。

予約受付開始  
12月25日(水)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  
パラソル TEL 501-6990

市HP  
パラソル

予約受付中  
※事前予約・  
定員制・無料。

| 相談名   | 日時                                 | 担当      | 相談名           | 日時                         | 担当               | 相談名                    | 日時                             | 担当             | 時間/回 |
|-------|------------------------------------|---------|---------------|----------------------------|------------------|------------------------|--------------------------------|----------------|------|
| 法律    | 8日(水)・17日(金)・22日(火)<br>午前9時〜11時30分 | 弁護士     | 登記・法律         | 9日(木)・23日(木)<br>午後2時〜4時30分 | 司法書士             | 法律相談<br>(離婚、ハラスメントなど)  | 11日(土)・25日(土)<br>午後1時30分〜4時    | 弁護士            | 30分  |
|       | 15日(水)・29日(水)<br>午前9時〜午後4時         |         | 相続・遺言等<br>書き方 | 10日(金)<br>午後1時30分〜午後4時     | 行政書士             | みらいのたね<br>相談(就業など)     | 13日(月)<br>午前10時〜正午             | キャリア<br>カウンセラー | 50分  |
| 税務    | 16日(木)<br>午前9時30分〜午後4時             | 税理士     | 交通事故          | 24日(金)<br>午前9時30分〜正午       | 弁護士              | 悩みごと相談                 | 21日(火)<br>午前11時〜午後3時30分        | 心理カウンセラー       | 50分  |
| ※臨時税務 | 20日(月)<br>午前9時30分〜午後4時             |         | 労働・年金         | 30日(木)<br>午後2時〜4時          | 社会保険労務士          | SOGI相談(性的<br>指向、性自認など) | 14日(火)午後4時〜6時<br>26日(日)午後2時〜4時 | 専門相談員          | 50分  |
| 人権    | 10日(金)<br>午前10時〜正午                 | 人権擁護委員  | 行政            | 23日(木)<br>午前10時〜正午         | 行政相談委員           |                        |                                |                |      |
| 不動産   | 9日(木)<br>午前9時30分〜正午                | 宅地建物取引士 | 外国人           | 随時受付                       | 英語・中国語・<br>韓国語ほか |                        |                                |                |      |

※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。

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



# 年末年始 市内各機関の業務時間のご案内

市役所 各施設 ごみ収集  
くにっこ 火葬場 応急診療

## 年末年始のごみ収集

年末年始のごみ収集日をお知らせします。  
年末はごみの量が増え、収集作業に時間がかかります。大掃除はなるべく早めに済ませるよう、ご協力ください。また、再使用できるものは大切に長く使いましょう。

**ごみ収集** **年末** 12月 **30** 日(月)まで  
**年始** 令和7年1月 **6** 日(月)から

| 日程<br>地域              |  | 年末は12月27日(金)まで平常通り収集         |                      |                      |                       |               |               |                   |                   |                                       | 12月<br>31日(火)<br>と<br>令和7年<br>1月5日(日) | 1月6日<br>(月)<br>と |
|-----------------------|--|------------------------------|----------------------|----------------------|-----------------------|---------------|---------------|-------------------|-------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|------------------|
|                       |  | 12月<br>21日(土)<br>・<br>22日(日) | 12月<br>23日(月)        | 12月<br>24日(火)        | 12月<br>25日(水)         | 12月<br>26日(木) | 12月<br>27日(金) | 12月<br>28日<br>(土) | 12月<br>29日<br>(日) | 12月<br>30日(月)                         |                                       |                  |
| 東・中・谷保・泉・<br>青柳・石田・矢川 |  | 収集は<br>ありません                 | 可燃ごみ                 | ☆不燃ごみ<br>☆容器包装プラスチック | ☆紙パック<br>☆段ボール        | 可燃ごみ          | ☆ペットボトル       | 収集は<br>ありません      |                   | ☆可燃ごみ                                 | 収集は<br>ありません                          | 平常どおり<br>収集します   |
|                       |  |                              | ☆容器包装プラスチック          | 可燃ごみ                 | ☆古布類<br>☆本・雑誌<br>☆雑がみ | ☆ペットボトル       | ☆可燃ごみ         |                   |                   | ☆容器包装プラスチック<br>☆小型家電<br>☆有害ごみ<br>☆危険物 |                                       |                  |
| 富士見台・西・北              |  |                              | ☆不燃ごみ<br>☆容器包装プラスチック |                      |                       |               |               |                   |                   |                                       |                                       |                  |

☆は各ごみの年内収集最終日です。  
ごみは午前8時30分までに、所定の場所に出してください。

- 粗大ごみ** 年内は12月27日(金)まで収集  
※1日の受付件数に上限がありますので、早めにお申し込みください。
- せん定枝** 12月24日(火)までの申込分は年内収集(最終日:12月25日(水))
- し尿** 12月26日(木)までの申込分は年内収集(最終日:12月27日(金))
- 直搬持込** 環境センター(谷保6-26-17)への持込受付:12月27日(金)午後4時まで

問 ごみ減量課清掃係 TEL 576-2119

| 施設名・電話番号               | 日程       | 12月    |        |        | 12月29日(日)～令和7年1月3日(金) | 1月    |       |       |
|------------------------|----------|--------|--------|--------|-----------------------|-------|-------|-------|
|                        |          | 26日(木) | 27日(金) | 28日(土) |                       | 4日(土) | 5日(日) | 6日(月) |
| 市役所                    | 576-2111 | ○      | ○      | △※1    | 市役所と各施設は休みです          | ×※1   | ×     | ○     |
| 保健センター                 | 572-6111 | ○      | ○      | ×      |                       | ×     | ×     | ○     |
| 子ども家庭支援センター(市役所内)      | 573-0192 | ○      | ○      | ○      |                       | ○     | ×     | ○     |
| 北市民プラザ                 | 574-3087 | ○      | ○      | △※2    |                       | △※2   | △※2   | ○     |
| 南市民プラザ                 | 574-3089 | ○      | ○      | ○      |                       | ○     | ○     | ×     |
| 南市民プラザトレーニング室          | 574-3089 | ×      | ○      | ○      |                       | ○     | ○     | ×     |
| 国立駅前にたち・こくぶんじ市民プラザ     | 501-6890 | ○      | ○      | △※2    |                       | △※2   | △※2   | ○     |
| 旧国立駅舎                  | 505-6691 | ○      | ○      | ○      |                       | ○     | ○     | ○     |
| パラソル(くにたち男女平等参画ステーション) | 501-6990 | ○      | ○      | ○      |                       | ○     | ○     | ○     |
| 北市民プラザ図書館              | 580-7220 | ○      | ○      | ○      |                       | △※3   | ○     | ○     |
| 中央図書館                  | 576-0161 | ○      | ○      | ○      |                       | △※4   | ○     | ○     |
| 公民館                    | 572-5141 | ○      | ○      | △※4    |                       | ○     | ○     | ○     |
| 福祉会館                   | 575-3221 | ○      | ○      | ○      |                       | ○     | ×     | ○     |
| 中央児童館                  | 575-3224 | ○      | ○      | ○      |                       | ○     | ×     | ○     |
| 西児童館                   | 575-3060 | ○      | ○      | ○      |                       | ○     | ×     | ○     |
| 矢川児童館(矢川プラス内)          | 575-3178 | ○      | ○      | ○      |                       | ○     | ○     | ○     |
| 矢川プラス                  | 505-6226 | △※5    | ○      | ○      |                       | ○     | ○     | ○     |
| 市民芸術小ホール               | 574-1515 | ×      | ○      | ○      |                       | ○     | ○     | ○     |
| 市民総合体育館                | 573-4111 | ×      | ○      | ○      |                       | ○     | ○     | ○     |
| 郷土文化館                  | 576-0211 | ×      | ○      | ○      |                       | ○     | ○     | ○     |
| 城山さとのいえ                | 505-5190 | ×      | ○      | ○      |                       | ○     | ○     | ○     |
| 地域包括支援センター(市役所内)       | 576-2123 | ○      | ○      | ○      | ×                     | ○     | ×     | ○     |

○:平常どおり開庁・開館 ×:閉庁・閉館 △※1:土曜開庁日(休日納税窓口、市民課市民係の一部窓口のみ) ×※1:市役所は閉庁していますが、子ども家庭支援センターと地域包括支援センターは開庁しています。 △※2:施設利用のみ可能(市民サービスコーナーは閉館)。 △※3:正午～午後5時は、開館。 △※4:公民館図書室は、12月28日(土)、1月4日(土)は午後5時に閉館します(公民館は同日午後10時まで)。 △※5:矢川プラス2階こすきひろば・こども縁側は閉館。 TEL※:地域包括支援センターの時間外・休日専用番号 TEL 576-2175  
▶12月29日(日)～令和7年1月5日(日)の戸籍関連の届け出(婚姻届、出生届、火葬許可証)などは、警備室(市役所1階東側入口)で受け付けます。  
▶令和7年3月分の各市民プラザの利用申込は、令和7年1月6日(月)からです。  
▶令和7年1月6日(月)以降は、すべての施設が平常どおり開庁～閉庁、開館～閉館します。  
▶福祉会館については、1月4日(土)は、2階老人センターの入浴施設は利用できません。



## 「くにっこ」は年末年始ダイヤで運行し、「あおやぎっこ」は運休です

問 道路交通課交通係

### コミュニティバス「くにっこ」

#### 年末年始ダイヤ期間

12月31日(火)～令和7年1月3日(金)



▲コミュニティバス「くにっこ」。市町。▲

### コミュニティワゴン「あおやぎっこ」

#### 運休期間

12月31日(火)～令和7年1月3日(金)



▲コミュニティワゴン「あおやぎっこ」。市町。▲

※いずれも詳細は、バス停の掲示や上記二次元コードをご覧ください。



## 図書館カレンダー

■中央図書館・北市民プラザ図書館休館日:年末年始(12月29日(日)～令和7年1月4日(土)正午)、火曜日(1月7日・14日・21日・28日)、システム更新に伴う休館:1月23日(木)～31日(金)

■年末年始の返却ポスト閉鎖期間:3駅(国立駅前にたち・こくぶんじ市民プラザ、矢川駅、谷保駅)ポスト:12月28日(土)正午～令和7年1月4日(土)正午、東分室ポスト:12月28日(土)午後5時～令和7年1月5日(日)午後2時

■システム更新に伴う休館中の返却ポスト閉鎖期間(各分室、3駅(国立駅前にたち・こくぶんじ市民プラザ、矢川駅、谷保駅)ポスト):令和7年1月22日(水)正午～30日(木)正午※下谷保分室ポストは、1月20日(月)午後5時から閉鎖  
※1月23日(木)～31日(金)は、システム更新のため各分室も休室します。

| 分室名    | 開室日・時間           | 閉館時間                                                |
|--------|------------------|-----------------------------------------------------|
| 下谷保    | 月・金 午後2時～5時      | ▶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)                 |
| 南市民プラザ | 月・水・木・金 午後2時～5時  | ▶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)            |
|        | 土・日 午前10時～午後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。                     |
| 青柳     | 水・金 午後2時～5時      | ※南・東は令和7年1月5日(日)、下谷保は1月6日(月)、青柳・谷保東は1月8日(水)から開室します。 |
| 東      | 木・日 午後2時～5時      | 問▶中央図書館 TEL 576-0161                                |
|        | 水・金・土 午前10時～午後5時 | ▶北市民プラザ図書館 TEL 580-7220                             |
| 谷保東    | 水・金 午後2時～5時      |                                                     |



## 立川・昭島・国立聖苑組合の受付と火葬について

お亡くなりになった方が立川市・昭島市・国立市の市民または、介護保険等の住所地特例の適用を受けていた場合、火葬費用は無料です。

期▶令和7年1月1日(水)～3日(金):休業  
▶1月4日(土)～:平常どおり業務

予約受付時間 午前8時30分～午後5時  
※インターネットからの予約は、休業中も含め24時間可能です(聖苑事務所にて事前登録手続きが必要)。

火葬時間 午前9時30分～午後3時  
問 立川・昭島・国立聖苑組合  
TEL 522-2730



## 応急診療

問 保健センター TEL 572-6111

### 内科

日 期 12月29日(日)～令和7年1月3日(金)午前10時～午後4時30分(受付:午後4時15分まで) 休日診療センター(富士見台3-16-6) TEL 576-2341

### 準夜

期 12月29日(日)～令和7年1月3日(金)午後6時～9時  
場 国立さくら病院(東1-19-10) TEL 577-1011  
※準夜の受診の際には、必ず事前に電話予約をしてください。

### 歯科

期 12月29日(日)～令和7年1月4日(土)午前10時～午後4時30分  
場 さくら休日歯科診療所(富士見台3-16-17) TEL 577-0418

### 24時間対応のサービス・相談先

#### 医療情報ネット(ナビイ)

全国の医療機関・薬局を検索できる、厚生労働省が運用するシステムです。

#### 東京消防庁救急相談センター

急な病気やケガをしたときに、救急車を呼ぶか迷ったら聞くことができる相談窓口です。相談医療チームが、24時間年中無休で対応しています。  
TEL #7119※以下の番号でもつながります。  
23区:TEL 03-3212-2323 多摩地区:TEL 042-521-2323

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)

✉=メール

FAX=ファクス

HP=ホームページ

行政インフォメーション

税・年金

納期内納入ご協力のお願い  
納期限:12月25日(水)

▶介護保険料(①)・後期高齢者医療保険(②):第6期分▶保育料(③)・学童育成料(④):1月分  
※納入には、便利な口座振替をご利用ください。

問

①高齢者支援課介護保険係  
TEL 576-2122

②保険年金課後期高齢者医療係  
TEL 576-2125

③保育幼児教育推進課保育・幼稚園係  
TEL 576-2427

④児童青少年課児童・青少年係

行政

矢川上土地区画整理事業の都市計画廃止、用途地域等および地区計画の都市計画に関する説明会開催

矢川上地区(富士見台4丁目)における土地区画整理事業の計画廃止、用途地域等の変更および地区計画の策定に関する説明会を開催します。  
説明会資料は、初日の説明会以降、市HPで公表します。  
【申 不要(当日は直接会場へお越しください)】  
※駐車場はありません。  
※2日間とも説明内容は同じです。  
※手話通訳を実施します。  
【問 南部地域まちづくり課計画整備係】

|   | 日(令和7年)                         | 場                                          | 定       |
|---|---------------------------------|--------------------------------------------|---------|
| ① | 1月24日(金)午後6時30分～8時<br>(開場:6時)   | 矢川プラス<br>多目的ルーム(大)・(小)<br>(国立市富士見台4-17-65) | 各100名程度 |
| ② | 1月25日(土)午前10時30分～正午<br>(開場:10時) |                                            |         |

▲区域図。

環境

申請をお忘れなく 令和6年度資源回収推進奨励金第3期分交付申請締切日:12月27日(金)(必着)

締切日当日までに受付ができていない申請は、今期の奨励金を受けられません。ご注意ください。

【問】ごみ減量課清掃係 TEL 576-2119

農

令和7年度の国立市生産緑地地区指定申請について

次の日程で受付を行う予定です。  
なお、土地の筆の一部について指定を希望する場合は、事前に分筆をお願いします。

期 令和7年4月14日(月)～25(金)平日  
午前8時30分～午後5時  
【問】都市計画課都市計画係

くらし

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)  
TEL 042-505-7313  
※通話料がかかります。  
【問】防災安全課防災・消防係

環境

第77回クリーン多摩川国立のつどい  
清掃活動を実施しました

11月17日、市内の各団体ボランティアの皆さんの協力で、多摩川河川敷公園周辺を清掃しました。当日だけで382kgのごみを収集しました。  
次回の第78回清掃活動は、令和7年3月16日(日)に実施予定です。  
【問】ごみ減量課清掃係 TEL 576-2119

◀清掃活動の様子。

環境

秋の一斉清掃  
「ごみ0運動」を実施しました

11月24日に、市内の各団体等の協力で、市内3駅を中心に道路、公園等の一斉清掃を行いました。当日だけで1,530kgのごみを収集しました。  
次回の一斉清掃は、令和7年5月25日(日)に実施予定です。  
【問】ごみ減量課清掃係 TEL 576-2119

子ども・教育

ひとり親家庭等医療費助成制度  
【問】医療証を12月に郵送します

令和7年1月1日(水)以降もひとり親家庭等医療費助成制度の対象となった方には、12月末に、新しい【問】医療証(令和7年1月1日から有効)を郵送します。資格更新にあたり、手続きは、原則不要です。児童扶養手当の受給がない方や過年度の現況届が未提出の方など、手続きが必要な方には、「現況届」を郵送しました。「現況届」をまだ提出していない方は、医療証が発行できませんので、早急に手続きをお願いします。

新たに次の①②のいずれかに該当する方は申請してください

①児童を養育するひとり親家庭(両親のうち、どちらかが重度のしょうがい者の場合も含む)の父または母

②父母のいない児童を養育する養育者  
※児童とは、18歳に達する日以後最初の3月31日までの間にある児童、または中・重度のしょうがいのある20歳未満の方です。  
※申請者および扶養義務者に所得制限があります。ひとり親家庭等医療費助成制度では、父母や児童が受け取った養育費の8割相当額を所得として算定します。  
※詳細は、【問】までお問い合わせください。

【問】子育て支援課子育て支援係

12月1日～  
産後ケア事業は利用登録  
申請なしで利用できます

市では安心して産後を過ごせるように、出産後の母親の心身のケアや育児支援を行う産後ケア事業を行っています。  
【対】市内に住民登録がある母子で、市が実施する妊婦面接または新生児訪問を受けた方  
※利用回数は上限があります。  
※予約方法等の詳細は、市HPをご覧ください。  
【問】子育て支援課子ども保健・発達支援係

イベント・催し

フルインクルーシブ教育について考える会

国立市のめざすフルインクルーシブ教育について、家庭・地域の方々を中心に意見交換を行う会を開催します。  
【日】令和7年2月8日(土)午後2時～4時  
【場】市役所3階 第1・2会議室  
※オンライン視聴(Google meet)あり。オンラインの方はグループワークへの参加はありません。  
【対】市内在住・在勤・在学の方  
【定】30名(申込多数時抽選)  
※オンライン視聴は定員なし。  
【申】1月31日(金)正午までに、申込フォームより  
【問】教育指導支援課指導支援係

子ども

中学生の「税についての作文」と「税の標語」で市内の中学生8名が入賞

【問】課税課諸税担当

令和6年度全国納税貯蓄組合連合会および国税庁主催による中学生の「税についての作文」と、令和6年度全国間税会総連合会主催による中学生の「税の標語」で、多数の応募のなかから、市内在住の次の皆さんが入賞されました(敬称略)。  
このうち市長賞については、立川都税事務所長賞と合同で、12月5日に市役所にて表彰式を行いました。

「税についての作文」

〈市長賞〉  
■難波 佑輔(市立一中)  
■平尾 華(市立二中)  
■菊田 結希(市立三中)  
〈立川都税事務所長賞〉  
■藤澤 瞭(市立二中)

「税の標語」

〈市長賞〉  
■三海 果歩(市立二中)  
〈立川税務署 署長賞〉  
■小嶋 佑一(市立一中)  
〈立川間税会会長賞・国立市〉  
■熊澤 実莉(市立三中)  
〈東京国税局間税会連合会入選〉  
■小川 桜(市立一中)

◀市長賞および立川都税事務所長賞を受賞した中学生の方々と、立川都税事務所の小野誠所長(右端)、竹内光博副市長(左端)。

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

**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

### 1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、**問**までお問い合わせください。

#### 乳幼児歯科健康診査・相談

**日**令和7年1月16日(木)・30日(木)  
**対**1歳前後～未就学児  
**申****問**まで電話

#### 歯科予防処置(フッ素塗布)

**日**令和7年1月7日(火)・14日(火)・21日(火)・28日(火)  
**対**国立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****問**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ご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**令和7年1月10日(金)  
**対**就学前のお子さんと保護者  
**定**相談あり: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**12月23日(月)～令和7年1月9日(木)に、**問**まで電話

### 離乳食フェア

**内**離乳食の展示やレシピ紹介、試食  
**日**令和7年1月10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**令和7年1月10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**令和7年1月10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**27名程度(申込先着順)  
※保育はありません。  
**申****問**まで電話

### イベント・催し

#### パパ講座“ばばラダイス” 第9回俺の子育てを語ろう



「この辺でおすすめの遊び場ってどこ？」などの情報交換や、日ごろの思いをパパ同士で語り合いませんか？  
**日**令和7年1月11日(土)午前10時～11時30分  
**場**矢川プラス2階 こどもラボ  
**対**市内在住の就学前のお子さんとその父親  
**定**15組(申込先着順) **費**無料  
**申**12月27日(金)午前9時～令和7年1月5日(日)午後4時に、申込フォームより  
**問**矢川プラスここすきひろば  
TEL 505-6552

#### 同年齢の親子と一緒に 語り合いませんか？ ここすき！ 1歳あつまれ

毎月1回、同年齢の親子と一緒に楽しく遊んで語り合いませんか？お気軽に、お越しください。  
**期**令和7年1月20日、2月17日、3月17日(いずれも月曜日の各日)午前10時～11時30分  
**場**矢川プラス2階 こどもラボ  
**対**市内在住で、令和4年4月2日～令和5年4月1日生まれの未就園のお子さんとその保護者

**費**無料 **申**不要(出入り自由)  
**問**矢川プラスここすきひろば  
TEL 505-6552



#### 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)

##### なかよし保育園TEL 572-8011

▶室内・園庭遊び:令和7年1月10日(金)午前9時30分～11時  
▶身体測定、室内・園庭遊び:令和7年1月22日(水)午前9時30分～午前11時

##### 西保育園TEL 576-7217

▶室内遊び:令和7年1月20日(月)午前9時30分～11時

##### 東保育園TEL 572-8555

▶室内遊び:令和7年1月21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おむつ  
**申・問**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  
※子育て相談は毎回実施します。  
※駐車場はありません。



## 高齢者

**介護保険の要介護認定を受けている方へ「障害者控除対象者認定書」を郵送します**

対象の方に、所得税および住民税の申告に使用する「障害者控除対象者認定書」を発行し、令和7年1月下旬に認定書および案内を郵送します。詳細は、通知をご確認ください。  
※市外の住所地特例施設入所中で、市内に住所を有していない方は除きます。居住地の介護保険担当部署へお問い合わせください。  
**対**12月31日(火)の時点で、介護保険の要介護認定(要介護1～5)を受け

ている65歳以上の方  
**控除額等**▶障害者控除(要介護1～2):所得税27万円、住民税26万円  
▶特別障害者控除(要介護3～5):所得税40万円、住民税30万円  
**問**高齢者支援課介護保険係  
TEL 576-2122

#### 新70歳、新転入70歳以上の方へ シルバーパス令和7年1月の交付予定 有効期限:令和7年9月30日(火)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令和7年9月30日(火)

です。  
**期**令和7年1月6日(月)～10日(金)午前9時30分～午後4時30分(土・日曜日を除く)  
**場**福祉会館1階  
**問**東京バス協会 TEL 03-5308-6950



#### 2025年版(令和7年版) すこやか健康長寿カレンダーに 関するお詫びと訂正

2025年版(令和7年版)すこやか健康長寿カレンダーの記載に誤りがございました。  
【訂正箇所】  
2025年版(令和7年版)すこやか健康長寿カレンダー26ページ右上段「2 歩こう!ビーナスの会」の入会金・会費  
(誤) 年500円・1回500円  
(正) 年500円・1回100円  
お詫びいたしますとともに、訂正いたします。  
**問**高齢者支援課地域包括支援センター(市役所内) TEL 576-2123



## フレイルチェック会に参加しませんか？

**問**高齢者支援課地域包括支援センター(市役所内)  
TEL 576-2123

フレイルとは、年を重ね、心身の活力(筋力、認知機能、社会とのつながりなど)が低下した状態をいいます。フレイルの兆候に早めに気づき、日常生活を見直すなどの正しい対処をすれば、フレイルの進行を抑制し、健康な状態に戻すことができます。「フレイルチェック会」に参加して、ご自身の今のフレイル状態を、機器による測定や質問票などでチェックしてみませんか。

**対**おおむね65歳以上の市民の方  
**費**無料



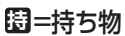
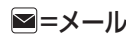
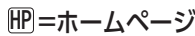
### ▶フレイルチェック会

| 日程(令和7年) | 時間(予定)      | 場           | 定        | 申                          |
|----------|-------------|-------------|----------|----------------------------|
| 1月9日(木)  | 午後1時30分～3時  | 北市民プラザ      | 若干名(要申込) | 12月23日(月)より、 <b>問</b> まで電話 |
| 1月20日(月) |             | 福祉会館 中・小会議室 |          |                            |
| 2月25日(火) |             | 市役所 第1・2会議室 |          |                            |
| 3月5日(水)  |             | 矢川プラス       |          |                            |
| 3月13日(木) | 午前10時30分～正午 | 東福祉館        |          |                            |

### ▶フレイルチェック会(エリア会場)

| 日程         | 時間(予定)        | 定      | 場・申(随時受付)                          |
|------------|---------------|--------|------------------------------------|
| 12月19日(木)◎ | 午後1時30分～3時    | 各10名程度 | 西福祉館 ☎580-0294 (社会福祉協議会)           |
| 1月22日(木)   | 午後1時30分～3時30分 |        | ひらや照らす ☎800-1661 (水～土曜日午前10時～午後4時) |
| 2月26日(木)   |               |        |                                    |
| 3月26日(木)   |               |        |                                    |

※◎は令和6年、無印は令和7年

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



健康・福祉

## 2種類のコースから選べます

### 自分の元気づくりのために一緒に体操を始めてみませんか？

 保健センター  572-6111  kenkou@city.kunitachi.lg.jp

運動は苦手だけど体力低下が気になる方、運動をしたいけど何から始めたらいいかわからない方もどうぞ！ 筋力アップや体の不調解消をめざす体操や、百歳まで続けられる体操を体験できます。体の状態を知るための測定も行います。

#### 2日間1コース(令和7年実施)

①②いずれかのコースに申し込みできます。

 18歳以上の市民の方

 各コース30名(申込先着順)

 12月24日(火)より、①②いずれかの希望コースと、氏名・生年月日・住所・電話番号を明記のうえ、 までメール、郵送または電話 ※①筋力アップコースは、「くにたち健康ポイント」を貯めることもできます(ポイント事業の参加者のみ対象)。



|             | 1日目<br>運動指導士によるストレッチ                                                                                                                                                                                            | 2日目<br>体組成測定、AGEs測定、おためし百歳体操                                                                                                                                                                                |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ①筋力アップコース   |  1月23日(木)<br>午前9時30分～11時<br> 矢川プラス 多目的ホール |  1月30日(木)<br>午前9時30分～11時<br> 保健センター1階 |
| ②膝肩腰不調解消コース |  3月6日(木)<br>午前9時30分～11時<br> 北市民プラザ 多目的ホール |  3月13日(木)<br>午前9時30分～11時<br> 保健センター1階 |



## イベント・催し

しょうがいしゃ就労支援  
「第14回当事者セミナー」  
働く当事者から伝える  
私の選択～過去・現在・未来～Ⅱ



働くためにどんな準備や経験をしてきたのか、働き続ける上で大切にしていること、病気やしょうがいとのつきあい方など、4名がそれぞれの経験談を語ります。

 令和7年1月16日(木)午後2時～4時(開場:1時30分)

 市民芸術小ホール

 200名(申込先着順)

※令和7年3月に申込者限定のオンデマンド配信を行います。

 申込フォームに入力、または①「当事者セミナー申込」②氏名③所属先(ある方のみ)④参加人数⑤連絡先を障害者就業・生活支援センターオープナー  575-8332までファクス



▲申込フォーム。

 催 障害者就業・生活支援センターオープナー、国立市しょうがいしゃ就労支援センター

 国立市しょうがいしゃ就労支援センター(しょうがいしゃ支援課内)

 505-7271

 shougaisha\_shurou@city.kunitachi.lg.jp

くにたち原爆・東京大空襲  
体験伝承者定期講話



市が認定した「くにたち原爆・東京大空襲体験伝承者」が、市内在住の長崎の原爆体験者と東京大空襲体験者から受け継いだ体験と、平和への思

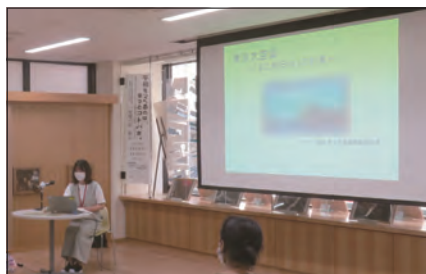
いを、心を込めて語ります。

 令和7年1月26日(日)▶午後2時～2時45分:長崎原爆の講話▶3時～3時45分:東京大空襲の講話

※各回の伝承者は異なります。

 国立駅前くにたち・こくぶんじ市民プラザ

 令和7年1月23日(木)までに、①参加者氏名②電話番号等の連絡先を市長室平和・人権・ダイバーシティ推進係  sec\_diversity@city.kunitachi.lg.jp まで電話、メールまたは申込フォームより



▶過去の講話の様子。

語りの世界へようこそ  
～大人のためのおはなし会～  
第4回開催



図書館では、子どもたちに日本や世界の昔話などを語る事業を行っています。この「語り」の魅力を、大人の方も体験できるおはなし会を開催します。

 「こぶじいさま」「二ひきのよくばり子ぐま」ほか

 令和7年1月27日(月)午後2時30分～3時30分

 北市民プラザ 会議室

 手 くにたちお話の会

 大人の方

 40名(申込先着順)

 12月23日(月)午前9時30分より、北市民プラザ図書館  580-7220 まで電話または窓口にて



健康・福祉

## 保健センターからのお知らせ

 保健センター  572-6111

### 令和7年2月のがん検診【要申込】

2月分のがん検診(胃・肺・大腸・乳)の申し込みを受け付けています。がん検診の詳細は、9月20日号または市  をご覧ください。

 ▶月～土曜日・立川北口健診館(胃・肺・大腸がん)

▶令和7年2月8日(土)・保健センター(乳がん車検診)

 令和7年1月7日(火)までに、右の申込フォームより



▲申込フォーム。

### 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行います(ペースメーカー装着の方は測定できません)。

 令和7年1月8日(水)・15日(水)・22日(水)

 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、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。

 令和7年1月14日(火)・29日(水)・31日(金)

※上記以外の日程を希望する方はご相談ください。

 まで電話



## その他の お知らせ

無料で利用できます

北多摩地域  
産業保健センターの利用案内



立川労働基準監督署管内の労働者50人未満の小規模事業場(以下、「小規模事業場」という)の事業主および労働者を対象として、労働安全衛生法で定められた保健指導(産業医による健康相談)等の産業保健サービスを無料で提供しています。

### 相談内容

▶労働者の健康管理(メンタルヘルスを含む)に関する相談▶健康診断の結果についての医師からの意見聴取▶長時間労働者や高ストレス者に対する面接指導▶個別訪問による産業保健指導の実施

 まで電話

※中小企業の小規模事業場を優先します。ただし、当該企業名称にかかわらず企業内の事業場の産業保健活動について総括的に指導する総括産業医がいる小規模事業場は支援対象外。※利用は、1事業場あたり2回まで、労働者1人あたり2回までとし、継続的な相談や医療行為等が必要な場合などについては、適切な外部機関を紹介するなどの一次的な相談を実施しています。

 北多摩地域産業保健センター

 524-6135(平日午前10時～午後4時)

立川消防署からのお知らせ  
その119は本当に緊急ですか？



119番通報が多くなると、通報がつながりづらくなる場合があります。非常用の救急隊を追加して対応

している場合は、東京消防庁の  やSNS等で「救急車ひっ迫アラート」をお知らせしています。

救急要請が増加すると、現場から遠い救急隊が出動することとなり、到着が普段より遅くなります。

真に必要なとしている人のために、不要不急な119番通報は、通話を切断する場合があります。

また、救急車を呼ぶか迷ったら東京消防庁救急相談センター  #7119までご相談ください。

 立川消防署予防課防火管理係

 526-0119

### 下水道モニター募集



 アンケート(4回)の回答等

 令和7年4月1日(火)から1年間

 回答数に応じ図書カードを贈呈(任期末にまとめて郵送)

 令和7年4月1日(火)現在、都内在住の18歳以上の方(公務員、過去にモニターを経験した方、島しょ在住者を除く)で、 の閲覧とメールの送受信ができる方

 1,000名程度(応募多数時選考)

 令和7年1月7日(火)午前10時～2月28日(金)午後5時に、 の  より

 下水道局総務部広報サービス課

 5320-6511

YouTube

「国立市チャンネル」  
を見てみよう！



 市長室広報・広聴係

### おすすめ動画

くにたち図書館「東川篤哉先生講演会～講演会には〇〇がございます～」

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

地域の情報

食料品の配布もあります  
年末・年始困りごと相談会

生活・労働・女性・法律の困りごと相談ができます。1人で悩まず、相談してみませんか？

**日・場** ①12月29日(日)、令和7年1月4日(土)・市役所 西側広場 ②12月28日(土)、令和7年1月5日(日)・府中公園(府中市府中町2-26)

※①②ともに午前11時～午後3時(雨天決行)

**申** 不要

**主催・問** ①くにたち困りごと相談会実行委員会 ②府中緊急派遣村

✉ kunitachikomarigoto1@gmail.com  
✉ fuchu.soudan@gmail.com

お住まいの地域で  
福祉の仕事を探せます  
福祉のしごと相談・面接会

市内の福祉施設・事業所(しょうがい・高齢)の求人案内します。服装・入退場自由、履歴書不要です。

**内** ▶相談・面接会:採用担当者に直接、仕事に関する相談や質問ができます。求人の詳細は、各法人ブースで説明します。▶相談コーナー:福祉の資格や仕事に関する総合的な相談を受け付けます。

**日** 令和7年1月18日(土)午後2時～4時(受付:1時30分～3時30分)

**場** 福祉会館3階 中・小会議室

**対** 福祉の仕事に興味がある方

※無資格・未経験の方も相談可

**¥** 無料 **申** 不要

**出展法人** 10法人

※求人内容は東京都福祉人材センターのHPで12月下旬から公開します。

**主催** 国立市社会福祉協議会、東京都社会福祉協議会、東京都福祉人材センター、ハローワーク立川

**後援** 国立市・国立市社会福祉法人連絡会

**問** 社会福祉協議会介護事業係

TEL 580-1352

強みを活かしてチャレンジ!  
これがくにビズ流起業成功の秘訣

Kuni-Bizセンター長が、売れる「商品」「サービス」をつくる秘訣や方法をお伝えします。

**日** 令和7年1月27日(月)午後2時～4時

**場** TOKYO創業ステーションTAMA イベントスペース

**師** 小出 宗昭氏(Kuni-Biz センター長)

**対** 多摩地域で起業をめざしている方・関心がある方

**定** 50名(申込先着順) **¥** 無料

**申** 令和7年1月24日(金)までに、申込フォームより

**問** くにたちビジネスサポートセンターKuni-Biz TEL 505-5782

労働セミナー

①「働くこと」の意味と歴史について考える

**日** 令和7年1月31日(金)午後2時～5時

**2男女ともに自分らしくキャリアを重ねるために～**

**内・日** ①定年前後の働き方・令和7年1月22日(水)午後6時30分～8時30分 ②定年後の社会保険と年金・1月24日(金)午後6時30分～8時30分

**保育** 託児サービスあり。令和7年1月8日(水)までに問に電話

**【①②共通事項】**

**場** 東京都労働相談情報センター多摩事務所7階

**定** 各70名(申込先着順) **¥** 無料

**共催** 国立市

**申・問** 東京都労働相談情報センター多摩事務所 TEL 595-8731 まで電話

ポジティブ・ディシプリン®  
子どもとの向き合い方が変わる  
子育てプログラム

集まった養育者同士楽しく交流しながら、子どもとの関係を見直す充実した時間を過ごしましょう。

**内** 養育者を支援する当プログラムは、親と子がお互いを大切にしながら、わかりやすいコミュニケーションを通じて、お子さんが生きていく力を育んでいきます。

**期** 令和7年1月15日(水)～3月19日(水)の全9回(毎週水曜日、午前10時～正午)

※8回目は、3月4日(火)実施。

**場** 矢川プラス 多目的ホール

**対** 0歳～18歳未満のお子さんを育てている方

**定** 16名(全9回に参加できる方を優先に申込先着順)

**¥** 3,000円(テキスト代ほか)

**申** 申込フォームより

※託児については、事前にご相談ください。

ださい。

**後援** 国立市

**問** NPO法人きづくPD 日本事務局

くにたちフリーフォトギャラリー

問 市長室広報・広聴係

▲冬の大学通り。

◀市HP。

くにたち  
「国立新書」  
好評販売中

問 市長室広報・広聴係

**販売場所** 市役所(1階情報公開コーナー)、旧国立駅舎、ウェブサイト「国立人」

**販売価格** 660円

※ウェブサイトで購入する場合は、別途送料がかかります。

◀第4号  
「小さな創造」の表紙。

▲ウェブサイト「国立人」。

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。

鹿鳴会ダンスパーティーのお知らせ

25日(水)はクリスマスパーティーです  
プレゼント付です

**日** 12月25日(水)・28日(土)、令和7年1月5日(日)各日午後1時15分～4時

**場** 福祉会館4階大ホール **¥** 500円

**問** 鹿鳴会ダンスパーティー TEL 090-7714-2322 (細田)

子どもといのちに心を向けて～クリスマスチャリティコンサート～  
(小児がん治療・ケア向上の支援へ)

**日** 12月22日(日)午前11時～/午後2時～/4時～/7時～(4回公演)

**場** 旧国立駅舎 **¥** 無料(アジアチャイルドケアリーグへの募金あり)

**申** 不要

**問** クルミの会 ①kuruminokai2024@gmail.com

輪になって太鼓を叩き、楽しむ活動です。世界の打楽器を楽しみましょう。

**日** 令和7年1月18日(土)午後3時30分～4時30分 **定** 15名(申込先着順)

**¥** 無料

**申** 12月20日(金)～令和7年1月15日(水)に問まで電話またはHPより

**場・問** くにたち発達支援センター TEL 843-0845(渡邊)

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

「できるかな?」の不安も解消! まずはお試し

宮地楽器

**3回チャレンジレッスン**

入会金がおトク!!

2025年2月28日までに  
ご入会の方対象

**¥3,000 OFF**

通常¥8,800→¥5,800

65歳以上の方は半額

通常¥8,800→¥4,400

※ご入金特典

**始めてみよう!** まずは3回レッスン

**続けてみよう!** 正規コースへご入会

**30分×3回 レッスン料** ピアノ・ヴァイオリン・フルート・ギター・ドラム・声楽など **¥5,500～**

お問い合わせ・お申し込みは

国立センター ①042-505-5656

西国分寺センター ②042-313-8400

遺品整理・ゴミ屋敷・売却前・お引越し・各種買取 etc

**お片付け**

お片付けライトに全部お任せ下さい!

ご相談・お見積り **完全無料!**

**通話無料 0120-684-215**

お片付けライト 〒186-0005 東京都国立市西2-24-30 ①042-806-9065

【商品整理士】商品整理士認定協会 第1824195号 【商品鑑定士】商品鑑定士認定協会 第AM02232号 合同会社レイ

冬期講習・正月特訓

12/26(木)～1/7(火)

国立市・国分寺市在住の小・中・高生

**勝負の冬!あと20点上げてみせます!**

大手塾指導歴27年の  
本物の講師陣!

医学部・東大に25年以上連続合格させた  
イチロー先生の直接指導

大学入試推薦(総合型選抜)合格速報

慶應義塾大学 津田塾大学 合格

中3生内申平均4.1UP!

※中2学年末～中3二学期

おかげさまで塾生100名超え!3校目開校!!

恋ヶ窪国分寺一中前校 開校

GoTo 早慶MARCH塾

国分寺市日吉町2-13-13 TEL 042-505-5250

国立 国立市北1-4-6 北口校 TEL 042-505-4315

LINE VOOM HP

生きる力を育む学研教室 先生募集

働き方が選べます!!

学研教室の優れた教材とシステムのご説明を致しますので、お気軽にお問い合わせください!

説明会は個別で実施しております。

子ども達と共に学べる、やりがいのあるお仕事です。

詳細はコチラにも!▶

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/

お申込み・お問合せ ①0120-889-100(採用係)

立川市柴崎町3-11-4東京ロジテック千代田ビル5F ②042-521-4821

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!

申請手続代行手数料  
ご相談・お見積り **無料!**

増改築相談員のいるお店 **創業70年** 株式会社 芹沢ガラス

窓とガラスの専門店

①0120-953-577

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

ご予約受付中! 家族と自分を守るセミナー

2025年1月19日(日) 11:00～12:00

12:00～13:00 納棺体験も開催!

場所:森の風ホール国立 国立市青柳3-18-11

テーマ 生前整理について

【講師】TCワークス株式会社(ほっとアルファ) 代表 桜井 詞実

YouTube【多摩おそうじch】で検索!

**TEL:0120-136-841**

多摩中央葬祭株式会社 HP) https://www.osogi.jp/

24時間 365日