

1月 20日

令和8年(2026年)

学び挑戦し続けるまち ともに歩み続けるまち 培い育み続けるまち 文教都市くにたち

日号(第1407号)



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。

人生百年時代
自分の物語をどのように
綴りますか

「自分らしく
生き生き
を考える」



問 高齢者支援課地域包括ケア・在宅療養推進担当 TEL 576-2123

お知らせ

期間限定 3月1日(日)~6月30日(火)
証明書等取得の手数料、コンビニは10円に!
※詳細は、2月の市報や市HP(更新予定)をご覧ください。
問 市民課市民係 TEL 576-2117



お買い物は「くにPay」で!
最新情報はくにPay専用
サイトをご覧ください

問 政策経営課
政策経営係



1面のテーマに
関連するSDGs
エスティージーズ



市では、だれもが生まれてから最期まで、その人らしい生き方や暮らし方を実現できるまちづくりをめざし、在宅療養と認知症支援を、地域包括ケアの中心として取り組んできました。

医療・介護が必要なとき、当事者の思いを大切にしながら、医療・介護・福祉が連携し、これからも安心して暮らし続けられる体制づくりを進めています。

問 高齢者支援課地域包括ケア・在宅療養推進担当 TEL 576-2123



◀市HP
「在宅療養に
関すること」。

「ACP」という言葉を知っていますか？

自分や大切な人の「もしものとき」のことを、考えたことはありますか。

年齢に関わらずだれもが、突然の事故や病気、災害に遭う可能性があります。

「ACP(アドバンス・ケア・プランニング)」とは、だれにでもいつか訪れる「もしものとき」に備えて、これから先の過ごし方を考え、信頼できる人と繰り返し話し合い、共有する取り組みです。



ACP の進め方

1

あなたにとって大切にしたいことを考えてみましょう

4

話し合ったことを記録し信頼できる人と共有しておきましょう

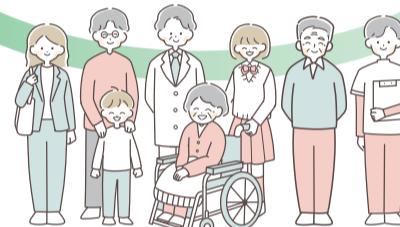
2

信頼できる人は誰か考えてみましょう

3

信頼できる人や医療・ケアチームの人と話し合ってみましょう

希望や思いは状況によって変わることがあります。
何度も繰り返し考え、話し合い、共有することが大切です。



何を話したらよいの？

- 大切にしていること
- 最期のときと一緒に過ごしたい人や場所
- どこで、どのような医療・介護を受けたいか
- 趣味や習慣
- これからやりたいこと
- 大切な人へのメッセージ
- など

誰と話したらよいの？

- 家族や友人、医療や介護福祉関係者、地域の方など、信頼できる人であればどなたでも構いません。

どんなときに役に立つの？

- 突然の事故や病気、認知症などで自分のことを自分で判断できなくなったとき、家族や友人などの身近な人があなたの意見を尊重して判断できます。
- 介護や医療に関わる人が、あなたの望んでいる生き方を尊重して、介護サービスや治療方針を考えることができます。

ご活用ください

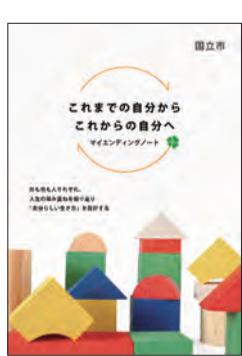
①～③は、各問または高齢者支援課地域包括支援センター（市役所1階②番）等の窓口で配布しています。



①くにたち在宅療養ハンドブック
住み慣れた地域で最期まで安心して生活が送れるように、市独自の必要情報をまとめています。
問 高齢者支援課地域包括ケア・在宅療養推進担当 TEL 576-2123



③介護保険べんり帳
要介護・要支援の認定を受けると、訪問介護や施設利用などのサービスが利用できます。地域包括支援センターでは、健康や生活の不安にも親身に対応しています。
問 高齢者支援課介護保険係 TEL 576-2122



②マイエンディングノート
自分が望む生き方や今後の人生に関する意思決定など、大切な人に伝えたい内容をまとめておくためのノートです。
問 社会福祉協議会権利擁護センター TEL 575-3222

在宅療養の市民勉強会を開催します

「もしものとき、何をしなければならない？」「本人の意思の確認は？」医療や介護について、一緒に考えてみませんか。

※市では、在宅療養推進を図るために協議会のもと、在宅療養の啓発部会を設置し、普及啓発に取り組んでいます。

内在宅療養に関することや、「わたしの思い手帳」を使ったACPの紹介など

日 2月14日(土)午後1時30分～3時10分

場 市役所3階 第1・2会議室

師 国立市在宅療養の啓発部会の委員

対 市内在住の方

定 20名（申込先着順）

申・問 1月21日(木)午前9時より、

高齢者支援課地域包括ケア・在宅療養推進担当 TEL 576-2123

まで電話



▲わたしの思い手帳
(編集・発行: 東京都)。

【持ち物】申込方法 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=ファックス HP=ホームページ

メッセージ

～国立市在宅療養の啓発部会の委員より～



須藤 敏行 氏
(フレイルサポートー)

私は市民委員として、国立市在宅療養推進連絡協議会や在宅療養の啓発部会に参加しています。会議を通して、多職種の方々が療養生活の大変な方に、「自分らしい生活」を重視した支援をしていることを知りました。

例えば、猛暑でもエアコンを入れ忘れている方が多く、熱中症対策などを多職種が連携して実施し支えています。おかげで、住み慣れた生活の場で安心して在宅療養ができると思いました。

このような話題を含んだ市民向け在宅療養の勉強会を開催しますので、ぜひご参加ください。

問 高齢者支援課地域包括ケア・在宅療養推進担当 TEL 576-2123

高校時代にお世話になった国立市で診療所を開業し、8年が経過しました。これからも訪問診療を通じて地域に貢献したいと思っています。

個人宅への訪問診療のみならず、グループホームに入所した方への訪問、特別養護老人ホームの配置医師として、終の住処での看取りまで幅広く関わせてもらっています。在宅にこだわらずに、施設や病院で人生を終わりたいというお考えの方もいらっしゃいます。

最期まで「自分らしく」それぞれの方の思いに寄り添っていきます。



野村 祐二 氏
(くにたち富士見台
在宅支援クリニック)



国
立
市
在
宅
療
養
相
談
窓
口
の
外
観
▲
何
で
も
相
談
窓
口
(在
宅
療
養
)

国立市在宅療養相談窗口
場 富士見台4-10-1 TEL 569-6213



皆さまの経験を市役所で生かしませんか？

職員募集（会計年度任用職員等）



会計年度任用職員とは 1会計年度内を任期とした、非常勤の一般職の地方公務員です。

雇用期間 4月1日(水)～令和9年3月31日(水)(勤務実績・評価等に応じて更新有)

要件・資格 地方公務員法第16条に規定する欠格条項に該当する方は、受験できません。職種に応じて、資格等が必要な場合があります。詳細は、申込の前に市HPで必ず確認してください。

〈募集職種等〉

番号	職種・募集人数	報酬等 (単位:時給)	勤務時間	履歴書等の 提出期限	受験にあたっての必要資格・経験	募集部署名・問
1	図書館カウンター補助等、図書館分室運営:若干名	1,390円 (交・期)	詳細は、市HPより	2月4日(木)	パソコン操作ができる方	中央図書館 TEL 576-0161
2	特別支援学級指導員:若干名	1,990円 (交・社・期)	週5日(1日6時間)	2月11日(木)	小学校または中学校教員免許の有資格者	教育指導支援課 指導支援係
3	介助員:若干名	1,390円 (交・社・期)	週5日(1日6時間)	2月11日(木)	一部介助ができる方	
4	就学相談員、教育相談員:各1名	1,990円 (交・社・期)	週2～4回程度 (1日7時間～7時間30分)	2月12日(木)	就学前の幼児および学齢児童・生徒の就学相談、教育相談等に関する業務	生涯学習課社会 教育・文化芸術係
5	埋蔵文化財を中心とした文化財調査、指導および関連事務と窓口業務:1名	1,990円 (交・社・期)	週5回(1日6時間)	2月27日(金)	学芸員資格および遺跡発掘調査経験を有する方(調査員等の職にあって、主体的に参加したものに限る)	

※報酬等の表記: 交 = 交通費支給、社 = 社会保険加入、期 = 期末手当支給(条件あり)

行政 インフォメーション

募集

第5期基本構想第3次 基本計画原案への意見



「基本構想」で掲げている市の将来像等を実現するため、今後の具体的

な事業を推進する指針となる「国立市第5期基本構想第3次基本計画」の策定を進めています。

閲覧・意見箱設置場所 市役所(1階情報公開コーナー、問の窓口)、北市民プラザ、南市民プラザ、国立駅前くにたち・こくぶんじ市民プラザ、市HP

提出方法 1月16日～2月6日(金)(必

着)に、意見の内容をまとめ(様式自由)、①住所②氏名を明記のうえ、問まで郵送、ファックス、メールまたは意見箱へ投函

※いただいた意見は、個人が特定できない形で公表する場合があります。意見に対して個別の回答はしませんので、ご了承ください。

※意見のうち、個人または法人その他の団体の権利や利益を害するおそれがある情報等が含まれる場合は、その全部または一部を公表しません。

問 政策経営課政策経営係



立川税務署からのお知らせ (令和7年分 確定申告について)

令和7年分確定申告の申告と納税の期限

令和7年分の申告と納税の期限は、次のとおりです。

	申告・納付期限	口座振替
所得税・復興特別所得税	3月16日(月)	4月23日(木)
消費税・地方消費税	3月31日(火)	4月30日(木)
贈与税	3月16日(月)	利用不可

※納税は、便利なキャッシュレス納付をご利用ください。各種納付手続き等の詳細は、国税庁HPをご覧ください。

スマートフォン・パソコンからの確定申告

確定申告は、e-Taxが便利です。いつでも確定申告書を作成・送信できますのでご利用ください。

マイナンバーカードがあれば、スマートフォンやパソコンで簡単に申告できます。マイナポータルとe-Taxを連携すれば、給与や年金の源泉徴収票なども自動入力され、さらに便利になります。税務署まで来ることも、確定申告書の郵送も必要ありません。

確定申告書の作成方法などの詳細は、国税庁HPをご覧ください。



◀確定申告書
作成コーナー
(国税庁HP)。



◀入力方法などの動画
(国税庁HP)。

なお、マイナポータルとe-Taxなどの連携には事前準備が必要です。ご確認ください。



◀マイナポータル連携
(国税庁HP)。



◀確定申告の事前準備
(マイナポータル)。

相談はチャットボットや電話でもできます

- ▶チャットボット:質問をメニューから選択するか、自由に文字を入力すると、AIが自動回答します。
- ▶電話での相談:国税相談専用ダイヤル TEL 0570-00-5901 (年末年始を除く平日午前8時30分~午後5時)
- ▶e-Taxの使い方:e-Tax・作成コーナーヘルプデスク TEL 0570-01-5901



市役所での確定申告書の仮受付

作成済みの確定申告書を、受け付けます。

※市では、確定申告書の書き方の指導、点検、検算、相談はできません。質問は問までお願いします。

期 2月16日(月)~3月16日(月)

※土・日曜・祝日を除く。ただし、2月28日(土)と3月14日(土)は受付。

場 市役所1階 課税課窓口

問 立川税務署 TEL 523-1181

※自動音声で案内しています。

所得税等の確定申告書作成会場の開設

確定申告書の作成に関する相談は、入場整理券が必要です。また、原則、スマートフォンで確定申告書を作成します。

期 2月16日(月)~3月16日(月)

▶申告相談の受付:午前8時30分~午後4時

▶相談:午前9時~午後5時

※土・日曜・祝日を除く。ただし、3月1日(日)は開設。

場 立川地方合同庁舎3階(立川市緑町4-2)

※駐車場は大変混雑しますので、車での来場はご遠慮ください。

持 ▶源泉徴収票などの確定申告書作成に必要な書類

▶マイナンバーカードおよびパスワード(利用者証明用電子証明書の数字4桁と署名用電子証明書の英数字6~16文字)

※お持ちでない場合は、運転免許証等の身元確認書類、通知カード等のマイナンバーがわかる書類。

▶スマートフォン(お持ちの方は、事前にマイナポータルアプリのダウンロードをお願いします)

注意事項等

▶入場整理券をお持ちでない方は、入場できません。

▶入場整理券は、当日会場で配布するほか、国税庁の公式LINEアカウントを友だち追加することで、事前に日時指定の入場整理券入手できます。

▶当日会場での入場整理券の配布は、長時間お待たせする場合があります。

▶入場整理券の配布状況により、受付を早く締め切る場合があります。

▶3月中は入場整理券の入手が困難となることが予想されますので、2月中の来場をおすすめします。



▲国税庁公式
LINE。

寄附金控除(ふるさと納税)を受ける方へ

ふるさと納税ワンストップ特例の申請を行った場合でも、所得税などの確定申告を提出する場合(医療費控除の適用を受けるために確定申告する場合など)や、寄附した自治体数が6団体以上となる場合は、その年のふるさと納税の全額について、確定申告を行う必要があります。

市役所からの
お知らせ
(申告の
出張受付)

令和8年度市民税・都民税の申告の出張受付をします。
日・場 ▶2月5日(木)・6日(金)午前9時30分~午後4時(正午~午後1時を除く)・北市民プラザ 第1・2会議室
▶2月6日(金)午前9時30分~正午・南市民プラザ 会議室
※この受付会場では、確定申告書の仮受付、書き方の指導、点検、検算、相談はできません。

問 課税課市民税係 TEL 576-2113

行政 インフォメーション

税・年金

納入には便利な口座振替を
納期内納入ご協力のお願い
納期限:2月2日(月)

▶介護保険料(①)・後期高齢者医療保険料(②):第7期分

▶公立園の副食費・延長保育料(③)・学童育成料(④):1月分

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保育幼稚園教育推進課保育・幼稚園係

TEL 576-2427

④児童青少年課児童・青少年係

くにたち生活便利帳
2026-2027年版を2月中に
配布します

市役所での各種手続きや制度案内のほか、暮らしに役立つ身近な情報を一冊にまとめました。市と(株)サイネットが協同して発行し、全世界

と関連事業者へ配布します。2月末までに届かない場合は、問までご連絡ください。

問 市長室広報・広聴係



「国立駅南口駅前広場基本設計」について

国立駅南口駅前広場基本設計(案)について、市民説明会やアンケート調査などで、皆さんからご意見をいただき、基本設計の対応方針として決定し、実施設計を進めています。

詳細は、市HPをご覧ください。

問 国立駅周辺整備課国立駅周辺整備担当



センターの運営などを協議します。運営協議会の詳細は、市HPをご覧ください。

募集 子ども家庭支援センター運営協議会市民委員



募 2名

対 2月3日(火)時点で市内在住で、中学生以下の子さんを養育している方(会計年度任用職員を含む市職員、市議会議員、他の附属機関の公募市民委員を除く)

任期 4月1日(水)から2年間

※会議は平日の日中2時間程度、年2回開催予定。

報酬 会議1回の出席につき9,100円

応募方法 2月3日(火)(必着)までに、「今後の地域での子育て支援のあり方にについて」をテーマに800字程度にまとめて(様式自由・未発表のものに限る)、①住所②氏名(ふりがな)③性別④年齢⑤電話番号を明記のうえ、問

まで郵送、ファックス、メールまたは窓口まで持参

選考結果 2月下旬(予定)に応募者全員に郵送で通知

※応募書類は一切返却しません。また、当選者以外には使用せず、個人情報として適切に保管・処理します。なお、公表の要請があった場合は、情報開示の手続きに基づき個人情報を除き原則として公表します。

※委員に選出された場合、原則として氏名、任期等を公表します。

問 子育て支援課子ども家庭支援センター(市役所内)

TEL 573-0192 FAX 576-2283

E-mail kokasen@city.kunitachi.lg.jp

3月1日(日)~6月30日(火) 窓口の混雑緩和にご協力ください コンビニ交付が10円で利用できます

期間限定で住民票、印鑑登録証明書、課税(非課税)証明書、戸籍証明書(国立市が本籍地の方)がすべて10円で取得できます。マイナンバーカードを使って、コンビニのコピー機にて証明書が取得できるサービスです。ぜひ、ご利用ください。

問 市民課市民係 TEL 576-2117

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 FAX=ファックス HP=ホームページ

行政 インフォメーション

国立市市民意識調査に
ご協力ください



市内在住の18歳以上の方のなか
から3,000人を無作為抽出し、調査
票を郵送します。

調査結果は、市の政策の達成度を
把握するために活用し、今後の取り
組みの重点を決めるための大切な基
礎資料となります。

回答方法 2月16日(月)までに、問まで
郵送またはインターネットより
※調査結果は、市HP等でお知らせし
ます。

問 政策経営課政策経営係

くらし

交通

交通災害共済「ちょこっと共
済」にぜひ、ご加入ください



「ちょこっと共済」は、東京都39市
町村の住民が会費を出しあい、交通
事故によるけがでの入院・通院日数
に応じて、加入者本人が見舞金を受
けられる助け合いの制度です(相手
方への補償はありません)。

パンフレットは、今号の市報と同

市内の飲食店等から発生する 食品ロスを「お得」で減らそう くにたち Kunitachi × タベスケ

「Kunitachi × タベスケ」は、売れ残りそうな
食品などを飲食店等が出品して、その食品を利用
者がお得に購入できるマッチングサービスです。

消費期限や賞味期限が切れる前に購入し消費
することで、食品ロスを削減し、地球環境の改善
につなげましょう。

登録方法や協力店等の詳細は、
市HPをご覧ください。
協力店、利用者ともに登録・利
用無料



▲タベスケHP

くにたち Kunitachi × タベスケ

利用者(消費者)のメリット

▶食品ロス削減 ▶お得に買い物 ▶食を通して地球環境
を考えることにつながる



スマートフォンや
パソコンから簡単
登録



気になる食品や
お店を検索し、オ
ファーをタップ



あなたの「お得」が
地球環境を助けてます

問 ごみ減量課清掃係 TEL 576-2119

時に各世帯に配布します。加入を希望する方は、市HPをご確認ください。また、便利なインターネット申込も可能です(2月1日(日)開始予定)。詳細は、ちょこっと共済のHPをご確認ください。

問 道路交通課交通係

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)

TEL 042-505-7313

※通話料がかかります。

問 防災安全課防災・消防係

募集 市民農園「お茶の木農園」 入園者

陽当たりが良く、使いやすい水道
設備のある市民農園で、好きな野菜
を育ててみませんか。

募集区画 若干数(区画面積: 15m²)

場合保5195-1、5196

¥ 1区画あたり年間10,000円

設備等 小農機具、小屋、水道

申・問 森久保 TEL 574-7882 / 080-
5007-7398 FAX 574-7882まで、電話

またはファックス

※連絡は午前11時以降にお願いします。

楽しくスタート! 離乳食(初期)講座 (保育はありません)



日 2月6日(金)午後1時15分~45分

対 おおむね4ヶ月~5ヶ月のお子さ
んの保護者

定 27名程度(申込先着順)

※大人2名以上で参加希望の方は、お
申し出ください。

申・問まで電話

ウェルカム赤ちゃん教室
Fコース(栄養講話、沐浴
体験など)



日・場 1日目: 3月14日(土)午前10時
~午後0時30分・保健センター

▶ 2日目: 17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(妊娠6ヶ月以降の受講を
おすすめします)

定 24名(申込先着順)

申・問まで電話

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: 2月3日・10日・17日・24日(いすれ
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
青柳	土・日	午前10時~午後5時
東	水・金	午後2時~5時
谷保東	木・日	午前10時~午後5時
	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 TEL 576-0161

▶ 北市民プラザ図書館

TEL 580-7220

朝鮮人学校および外国人学 校に通う対象の児童・生徒 の保護者に補助金を交付し ます



対 次のすべての要件を満たす児童・
生徒の保護者

▶ 外国の国籍を有している

▶ 国立市の住民基本台帳に登録され
ている

▶ 各種学校のうち、小中学校に相当
する外国人学校に通学している

交付額 1人月額4,000円

申 2月下旬までに、申請書(各学校
で配布)を所属する学校まで提出

問 教育総務課学務保健係

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

2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、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 2月5日(木)・19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 2月3日(火)・10日(火)・17日(火)・24
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ヶ月以内の



日程でご予約ください)

¥ 無料

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。
身体測定のみも予約可)



日 2月6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(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 1月21日(木)~2月5日(木)に、問まで
電話

①離乳食フェア(離乳食の展示、レシ
ピ紹介、試食)②ベビー歯みがきステ
ップ(「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 2月6日(金)

対 育児相談を予約した
方(まずは、育児相談を
ご予約ください)



予約受付開始
1月23日(金)午前9時~
(電話可)
※事前予約・定員制・無料。

楽しくスタート! 離乳食(初期)講座 (保育はありません)

日 2月6日(金)午後1時15分~45分

対 おおむね4ヶ月~5ヶ月のお子さ
んの保護者

定 27名程度(申込先着順)

※大人2名以上で参加希望の方は、お
申し出ください。

申・問まで電話

ウェルカム赤ちゃん教室
Fコース(栄養講話、沐浴
体験など)



日・場 1日目: 3月14日(土)午前10時
~午後0時30分・保健センター

▶ 2日目: 17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(妊娠6ヶ月以降の受講を
おすすめします)

定 24名(申込先着順)

申・問まで電話

予約受付開始
1月23日(金)午前9時~
(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



予約受付中
※事前予約・
定員制・無料。

2月の 相談予約

市役所1階まちの振興課
TEL 576-2111(代)
(内線) 178



相談窓口

相談名	日時	担当

<tbl_r cells="3" ix="4" maxcspan="1" maxrspan="1" used



物価高対応子育て応援手当(臨時給付金)を支給します

問 子育て支援課子育て支援係



物価高のなか、子育て世帯を支援し、子どもたちの健やかな成長を応援するために、次の対象者に「物価高対応子育て応援手当」を支給します。詳細は、市HPをご覧ください。

下表の①に該当する方は、対象児童分の手当が申請不要で支給されます。2月中に郵送する通知をお待ちください。

	①▶令和7年9月分の児童手当受給者 ▶令和7年9月1日～令和8年1月31日(土)に出生した児童の分の児童手当受給者(※2)	②令和8年2月1日(日)～3月31日(火)に出生した児童の分の児童手当受給者(※2)	③令和7年9月1日～令和8年3月31日(火)に離婚(離婚調停中等も含む)したことにより児童手当の申請が必要になった保護者(※2)	④勤務先から児童手当を受給している公務員で令和7年9月30日時点で国立市に住所を有する方
申請方法	原則申請不要。ただし、下記に該当する方は市HPから届出書を取得し、問まで提出 ▶下記の支給予定口座を解約等したことにより支給口座を変更する必要がある方 ▶受給を拒否する方	市HPから申請書を取得し、問まで提出	勤務先から申請書を取得し、問まで提出	
申請期限	通知の郵送日から2週間後(予定)	令和8年5月29日(金)	令和8年3月31日(火) ただし②③に該当する場合は、令和8年5月29日(金)	
支給予定期	原則、令和7年10月支給時(令和7年9月以降に出生した児童は12月支給時)の児童手当受給口座に振込(児童手当受給口座を変更している場合は原則、変更後の口座に振込)	申請書で指定した口座に振込		
支給時期	令和8年3月(予定)	原則申請書を受領した月の翌月末		

※2 当該児童の分の児童手当の認定を他自治体で受けた場合は、認定を受けた自治体に申請してください。



子ども・教育

イベント・催し

保育園栄養士による離乳食講座
(費用無料、保護者への試食あり)

簡単な離乳食レシピの実演と試食、離乳食を進めていく際のポイント等をお話しします。
■1月31日(土)午前10時～11時30分
対 おおむね7ヶ月～12ヶ月のお子さんをもつ保護者
申 1月20日(火)～28日(水)(平日午前9時～午後5時)に問まで電話
場・問 なかよし保育園 TEL 572-8011

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)

西保育園 TEL 576-7217
▶身体測定:2月4日(水)午前10時～11時
東保育園 TEL 572-8555
▶室内遊び:2月24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)
持 飲み物、身体測定を希望する方は、母子健康手帳、バスケット、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。

環境
親子で考えてみよう
地球温暖化に対してできること

「なぜ地球温暖化は起きているのだろう」「身の回りで何か取り組めることはあるのかな」そんな疑問に対して、専門家からの話やクイズを交えながら、親子で楽しく学び、考えて

みましょう。

日 2月28日(土)午前10時～11時
場 矢川プラス1階 多目的ルーム
師 専門相談員(クール・ネット東京)
対 市内在住・在学の小学1年生～4年生とその保護者(子ども1名と大人1名の計2名で申込)
定 15組30名(申込多数時抽選)
持 筆記用具
申 2月11日(水)までに、申込フォームより
問 環境政策課環境政策係

募集 社会体育事業
スポーツ子どもの日
参加者

今年度も東京女子体育大学の協力により「スポーツ子どもの日」を開催します。オリンピック競技とデフリンピック競技などに、みんなと一緒に楽しくチャレンジしよう!
内 体操競技・ダンス・デフフットサル
日 3月8日(日)午前9時55分～午後3時予定(受付開始:9時20分)
※手話通訳あり。
場 東京女子体育大学
対 市内在住・在学の小学1年生～6年生
定 100名(申込多数時抽選)
申 2月19日(木)(必着)までに、問まで郵送または申込フォーム(1名ずつ申込)より



▲令和6年度スポーツ子どもの日の様子。
※郵送の場合は、往復はがき(1枚につき1世帯まで申込可)の往信用裏面に、児童の①氏名②ふりがな③年齢④学年⑤郵便番号⑥住所⑦緊急連絡

絡先電話番号を明記してください。
きょうだいで一緒に参加を希望する場合は、⑧備考にその旨を記入してください。

※抽選は個人単位で行います。

問 生涯学習課社会体育係

TEL 576-2107



国立駅南口子育ち・子育て応援テラスで読み聞かせが始まります

手遊びもある楽しいえほんのじかんです。親子でぜひ、参加してください。

日 每月第4金曜日午前11時～11時20分(初回:1月23日(金))
場 国立駅南口子育ち・子育て応援テラス内ここすきひろば
対 就学前のお子さんと保護者
申 不要
問 国立駅南口子育ち・子育て応援テラス
TEL 505-6501、中央図書館 TEL 576-0161

第13回 いってみよう！ やってみよう！
わくわくこどもフェスタ

日 2月15日(日)午前10時～午後4時
場 FSXホール(市民芸術小ホール)
定 下表のとおり
¥ 無料
申 ②は、1月28日(水)午後4時～2月13日(金)午後5時に、下記の場所で参加券を配布(申込先着順、大人のみで鑑賞する場合は配布不可)
※当日は、参加券持参者のみ入場できます。
参加券配布場所 市役所1階(児童青少年課児童・青少年係)、中央児童館、矢川児童館、西児童館、FSXホール
主催 わくわくこどもフェスタ実行委員会
問 中央児童館 TEL 575-3224

内	場	時間	定
①マリンバ演奏	ホール	午前11時30分～正午 (開場:11時10分)	300名 (予定)
②kajiiの日用品楽器コンサート「食器は歌う」		午後3時 (開場:2時30分)	300名
③ボードゲームひろば	ギャラリー	午前10時～午後2時30分	入場随時
④しんぶんしてあそぼう！	音楽練習室	午前10時30分～午後2時	入場随時
⑤工作ワークショップ	アトリエ	午前10時～午後2時30分	入場随時
⑥小さいひとのんびりひろば	エントランス	午前10時～午後2時30分 ※絵本の時間(午前11時30分～、午後1時30分～)	入場随時
⑦ギター弾き語り	スタジオ	午後1時40分～2時25分	70名

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

子ども・教育

イベント・催し

じどうかんスパレクday デイ ~気力・体力・全力で楽しむ力~

あのスパレクdayが帰ってくる！君はすべてのステージをクリアできるかな？
内 広い体育館を使用したさまざまな運動遊び
日 2月8日(日)午後1時～4時
場 FSXアリーナ(市民総合体育館)
第一体育室
※詳細は、1月下旬ごろ発行予定のじどうかんだよりをご確認ください。
中央児童館TEL 575-3224、
矢川児童館TEL 575-3178、
西児童館TEL 575-3060



ここすきひろばのイベント

問 ここすきひろば

TEL 505-6552



申込等の詳細は、問のHPをご確認ください。

同じ月齢の親子で楽しく過ごして 子育て仲間をつくりませんか？

月齢グループづくり

日 2月2日(月)・13日(金)午前10時30分～11時30分(いずれかでも可)

産後ケアの専門家・助産師相談

日 2月18日(水)午後0時45分～4時15分の間で5組(1組30分)

家族を守るために行動や 備えについて学びます パパのための防災講座

日 2月14日(土)午前10時～11時30分

同学年の親子で 一緒に楽しく遊びませんか？

ここすき！ 1歳あつまれ

日 2月16日(月)午前10時～11時30分

対 市内在住の、令和5年4月2日～令和6年4月1日生まれの未就園のお子さんと保護者

高齢者

新70歳、新転入70歳以上の方へ シルバーパス2月の交付予定

有効期限：9月30日(水)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下記のとおりです。

期 2月2日(月)～6日(金)午前9時30分～午後4時30分

場 福祉会館1階

問 東京バス協会TEL 03-5308-6950

講座・講習

フレイル予防ちょい足し研修

いつものグループ活動や通いの場に、フレイル予防のプログラムを加えてみませんか。

フレイル予防のポイント、運動、栄養など普段の活動に取り入れられる

“ちょい足し”のアイデアをお伝えします。

日 3月3日(火)・9日(月)・10日(火)午後1時30分～4時30分

場 矢川プラス 多目的ルーム(大)

師 東京都健康長寿医療センター研究所研究員

対 65歳以上の市民で、グループ活動をしている団体から1～2名

※活動で「フレイル予防ちょい足しプログラム」を活用できる方。

定 20名程度(申込先着順、3日間参加できる方優先)

申 1月22日(木)より、①団体名②参加者氏名(2名以上の場合、優先順位)③参加者連絡先(電話番号またはメールアドレス)④グループの主な活動内容を明記のうえ、問まで電話、ファックスまたはメール

問 高齢者支援課地域包括支援センター(市役所内)TEL 576-2123

FAX 580-4210 E-mail: houkatsushien@city.kunitachi.lg.jp

健康・福祉

保健センターからのお知らせ 問 保健センターTEL 572-6111

がん検診受付中

詳細は、令和7年9月20日号または市HPをご覧ください。

▶ 胃・肺・大腸がん(3月分)

日・場 月～土曜日・立川北口健診館

申 2月3日(火)までに、申込用フォーム
より

▶ 胃内視鏡検診

受診期間 2月28日(土)まで

場 市内の指定医療機関

申 申込用フォームより

(定員に達し次第終了)

※すでに胃内視鏡検診

受診票がある方は、早めに受診してください。

▶ 子宮頸がん検診

受診期間 2月28日(土)まで



市内の指定医療機関

対 20歳以上で西暦奇数年生まれの方

申 直接指定の医療機関へ問い合わせ

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。

たいせき
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)。

日 2月4日(水)・18日(水)

場 保健センター

申 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

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、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。

日 2月3日(火)・9日(月)・15日(日)・25日(水)

※上記以外の日程を希望の方はご相談ください。

申 まで電話

国立市国民健康保険に加入の 皆さん(40歳～74歳)へ

特定健診はお済みですか



令和7年度の健診を未受診の方は、受診期限が迫っていますので、早めに受診してください。

受診券を紛失した方、年度途中で国立市国民健康保険に加入した方は、受診券を発行しますので、受診の2週間前まで問までご連絡ください。

受診期限 2月28日(土)まで

対 3月31日(火)時点で40歳以上の、国民健康保険特定健診対象者(特定健診受診券を郵送しています)

問 保健センターTEL 572-6111

イベント・催し

チヨットだけでも気楽になろう 介護当事者のつどい 陽だまりの会

「何度も同じことを聞くようになつたけれど、他の人はどう接しているのだろう」そんな思いを持っていますか。認知症のこと、家族のことを話す時間として、気軽にご参加ください。認知症のある当事者の参加も歓迎です。

日 2月25日(水)午後2時～4時

場 市役所3階 第1会議室

対 市内在住・在勤で、認知症のある方または介護をしている方

定 20名(申込先着順)

申・問 高齢者支援課地域包括支援センター(市役所内)TEL 576-2123まで電話または窓口にて

したことを受け、文化庁と消防庁が昭和30年から1月26日を「文化財防火デー」と定め、この日を中心に、国立市を含め、各地で消防訓練が実施されています。

当日は、火災の発生を想定し、放水等の本格的な演習を行います。ぜひ、間近で臨場感を味わってください。

貴重な財産である文化財を火災等の災害から守り、後世へ残すため、普段から文化財保護の意識を高める契機にしていただければと思います。

日 1月26日(月)午前9時30分～10時(予定)

※雨天または積雪時中止。

場 青柳稲荷神社

問 生涯学習課社会教育・文化芸術係



イベント・催し

農 わいわい畑体験 ほうれんそう収穫体験 (少雨決行)

市内で農業を営む遠藤充さんの畠で、ほうれんそうを収穫します。

日 3月7日(土)午前10時～正午

定 30組(申込多数時抽選)

※小学生以下は大人の付き添いが必要です。

￥1,000円(当日集金)

申 2月16日(月)までに、申込用フォーム
より

場・問 城山さとのいえTEL 505-5190

※駐車場はありません。



国立市 エスディーゼース SDGsセミナー・交流会



人と組織がともに成長する経営をめざして、ウェルビーイングをテーマとしたセミナーおよび交流会を開催します。あわせて、SDGs宣言制度等についても説明します。

内 ▶ 中小企業におけるSDGs経営と
ウェルビーイングについて

▶ 国立市中小企業省エネ改修等事業費補助金について

▶ 市内事業者同士の交流会

日 2月17日(火)午後6時～7時50分

場 市役所3階 第1・2会議室

師 富永 剛生氏(MS & AD経営サポートセンター)

対 市内事業者

定 30名(申込先着順)

申 まで申込書を郵送、ファックスまたは申込用フォームより

問 まちの振興課商工観光係

語りの世界へようこそ ～大人のためのお話会～ 第5回(全6回)



「語り」の魅力を、大人も体験できるお話会を開催します。

内 「ものいうたまご」「注文の多い料理店」ほか

日 2月20日(金)午後2時～3時

場 南市民プラザ分室

師 くにたちお話の会

対 大人

定 30名(申込先着順)

申・問 1月26日(月)午前9時30分から、
中央図書館TEL 576-0161まで電話

または窓口にて

毎年1月26日は 「文化財防火デー」 消防演習を実施します



昭和24年1月26日、現存する世界最古の木造建造物である法隆寺の金堂が炎上し、壁面が焼損しました。その5年後に本金堂の修復事業が竣工

凡例 内=内容 期=期間 曜=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) メ=メール FAX=ファックス HP=ホームページ

東京都多摩地域平和ネットワーク 戦後80年事業 平和サミット

イベント・催し
手話通訳あり
問 市長室平和・人権・ダイバーシティ推進係

多摩26市の若者(多摩地域平和ユース)が、広島での平和の学び、気づきについて発表し、多摩26市の市長たちへ平和のメッセージを伝えるサミットを開催します。詳細は、市HPをご覧ください。

内▶第1部:杉浦圭子氏(元NHKアナウンサー)講演
 ▶第2部:多摩地域平和ユースによるプレゼンテーション
 ▶第3部:多摩地域平和ユースと市長たちによるトークセッション

日2月15日(日)午後1時~4時(開場:0時30分)
場パルテノン多摩 大ホール(多摩市落合2-35)
 ※公共交通機関または近隣の有料駐車場をご利用ください。
申不要

多摩地域平和ユース集合写真。▶



その他のお知らせ

etc
1月15日~21日(水)は「防災とボランティア週間」、1月17日は「防災とボランティアの日」

1995年1月17日に起きた阪神淡路大震災により、6,434人の命がなくなりました。震災後、全国各地から延べ180万人のボランティアが現地を訪れ、復興の大きな力となりました。被災地復興に、「災害ボランティア」は欠かせない存在です。みんなで力を合わせて、災害を乗り越えましょう。

問 立川警察署警備課 TEL 527-0110



確定申告はお早めに「にせ税理士」「にせ税理士法人」にご注意ください

etc
税理士資格のない者が税務相談、税務書類の作成、税務代理をすることは、法律で禁じられています。

税理士は、税理士証票を携帯し、税理士バッジを着用しています。

問 東京税理士会 TEL 03-3356-4461

蜜蜂を飼育する場合は届出が必要です

etc
蜜蜂の飼育をする場合は、養蜂振興法の定めるところにより、毎年1月末まで、または飼育開始日が決まった時点で飼育届の提出が必要です。詳細は、問のHPをご覧ください。

問 東京都農業振興事務所振興課畜産担当 TEL 548-4868

地域の情報

国立市勤労市民共済会 会員募集

etc
市内の中小企業で働く皆さんの福利厚生事業を実施しています。

対加入時69歳以下で、市内に事業所がある従業員200人未満の事業主と従業員の方
￥▶入会金(入会時):1人300円
 ▶会費(月額):1人350円
 ※市が補助金を交付する事業です。
問国立市勤労市民共済会
 TEL 573-2313

あなたの身近な地域の居場所 令和8年度「サロン・ド・デイホーム」参加者募集

etc
地域の福祉館で週に1度集い、趣味・生きがい活動を通じて仲間づくりをするサロンです。

期4月1日(水)~令和9年3月31日(水)
場・開催曜日▶西福祉館:火曜日▶東福祉館:水曜日▶北福祉館:木曜日▶福祉会館:木曜日▶福祉会館分室:金曜日
対市内在住の65歳以上で、支援なしで日常生活上の基本動作を行うことができる方

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。

介護付きホーム アズハイム 国立

etc
2025年11月新築OPEN

資料請求/見学予約 受付時間 9:00~18:00 やさしい ろうご
 お問い合わせは、 0120-834-655 アズハイム 検索
 ●交通アクセス JR中央線「国立」駅 北口より立川バス乗車、「弁天通り北」下車 徒歩2分(約115m) ●所在地/東京都国分寺市西町4-23-1 ●事業主体 株式会社アズパートナーズ 東京都千代田区神田駿河台2-2 銀座ノ水杏ビル11階

お部屋の片付けをいたします 捨てません活かします 不用品買取します 丸信リサイクルショップ

etc
042-575-0020 国立市西1-18-22 東京都公安委員会 308879504859

お部屋の片付けをいたします 捨てません活かします 不用品買取します 丸信リサイクルショップ

※北福祉館は2階で活動します。階段の昇り降りが困難な方や、ふらつきがある方はご相談ください。
 ※「要介護認定」を受けている方は、ご相談ください。
定15名(申込多数時抽選)
￥1日400円
申・問2月2日(月)~27日(金)の平日に、社会福祉協議会地域生活支援課地域福祉係サロン・ド・デイホーム
 TEL 580-1296まで電話

シルバー人材センター 上手に歩くには! ~整体運動~

etc
指の付け根で足を押し出し、かかとから地面に着く歩き方を学びましょう。

日2月6日(金)午前9時30分~
場FSXアリーナ(市民総合体育館)3階
師渡辺 昭彦氏(スポーツプログラマー)

対シルバー人材センター会員または市内在住でシルバー人材センター入会に興味のある方
定24名(申込先着順)
￥無料
持上履き・タオル・水筒など
申・問(公社)国立市シルバー人材センター TEL 577-0919まで電話

東京都消費生活調査員募集 (任期:委嘱開始日~令和9年3月31日(水))

etc
都内指定の地域等にて、次の3区分のうちいずれか1つの調査と消費生活に関するテーマを調査します。

区分▶A:食品の表示状況の店舗調査▶B:入手した広告媒体の表示調査▶C:日常生活で購入した生鮮食品等約20点の内容量調査

対4月1日(水)時点で18歳以上の、**HP**閲覧とメール送受信・**HP**からの調査回答ができる方
定各区分100名(選考有)
謝礼調査1回につき3,000円など
申2月16日(月)までに、問のHPより問 東京都生活文化局消費生活部
 TEL 03-5388-3076

切り紙アートde繋ぐ 縁結び~多摩で生まれる素敵なお会い~

etc
結婚に関心のある方が、楽しく自然に交流できるイベントです。

日2月11日(水)午後1時~4時30分
場東京しごとセンター多摩7階 講堂(立川市柴崎町3-9-2)
対都内在住・在勤・在学で、18歳以上の独身の方
定80名(男女各40名程度)

¥1,000円 詳細は問のHPをご覧ください。 主催 東京都 連携 国立市、立川市ほか TOKYOふたりストーリー交流イベント事務局 TEL 03-6682-7532

みんなの伝言板

etc
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のお知らせ 各日午後1時15分~4時 サークルについては問まで

etc
2月14日(土)・22日(日)場 福祉会館 4階大ホール ¥500円 申不要 问 鹿鳴会ダンスパーティ TEL 090-7714-2322(細田)

未就園児対象 ホール解放(雨天決行)

etc
2月13日(金)・20日(金)午前10時30分~正午 ¥無料 申不要 问 国立ふたば幼稚園 TEL 577-1128(平日午前9時~午後4時)

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。

施設入居前後・遺品整理・ゴミ屋敷・売却前・各種買取 etc お片付け

etc
お片付けライター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 お片付けライター TEL 186-0005 東京都国立市西2-24-30 ☎ 042-806-9065 合同会社レイ

2月8日(日)・11日(水)祝 各日9時45分~12時
定員各日先着20名様 参加費無料
会場たましん RISURUホール 立川市錦町3-3-20 立川駅南口徒歩13分
講師ファインシャル ブランナー 谷中 岳夫 (金融業界歴25年)
お申込み03-5339-8210 (たにか)
お問合せ主催:株式会社アズハイムパートナーズ 新宿FA営業部 新宿区西新宿1-21-1明宝ビル12階

終活セミナー & 靈園見学ツアー (パティオ国立) 1月25日(日) 11:00~14:30 場所:森の風ホール昭島 昭島市田中町1-9-1

etc
ご予約・事前相談 0120-136-841 多摩中央葬祭/森の風ホール国立 国立市青柳3-18-11 24時間受付 無料電話