

11月5日号(第1402号)
令和7年(2025年)

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



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



人口と世帯	令和7年10月1日現在 対前月比	
	男	37,119人
女	39,292人	4人増
計	76,411人	41人増
世帯数	40,331世帯	40世帯増

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。

「人を大切にする」 を考える

くにたち人権月間

「かたる かかわる かんがえる」

期11月10日(月)～12月10日(水)

Wリボン キャンペーン2025

女性に対する
暴力をなくす運動

期11月12日(水)～25日(火)

オレンジリボン・
児童虐待防止
推進キャンペーン

期11月1日(土)～30日(日)

キャンペーン情報は
4面をご覧ください

くにPay

最新情報は
くにPay専用サイトから
問 政策経営課政策経営係



1面のテーマに
関連するSDGs

16 平和と公正を
すべての人に



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

くになち人権月間

11月10日(月)～ 12月10日(水)



▲市HP。

各イベントの詳細は、市HPをご覧ください。

人権月間イベント

11月29日(土)

参加無料

キッチンカーも出店予定!



場FSXホール
(市民芸術小ホール)
定午前・午後各250名
(申込先着順)



◀申込フォーム。

午前 手話通訳あり

映画上映会「そして、アイヌ」

内 上映後、宇佐照代氏によるミニトーク
時間 午前9時30分～11時30分(開場:9時15分)

場 ホール
師 宇佐 照代氏(出演、アイヌ料理店経営)
申 上の申込フォームより
問 市長室平和・人権・ダイバーシティ推進係



©大宮映像製作所

講演「10代の子どもたちの今」と総合オンブズマン活動報告会

時間 午前10時～正午
場 地下スタジオ
定 60名(申込先着順)
申 詳細は、市HPをご覧ください。
問 オンブズマン事務局 TEL 505-5127



◀市HP。

午後 手話通訳あり ネットと差別

内 インターネット上の人権問題をテーマに、みんなで考えます。

時間 午後0時50分～5時15分(開場:0時30分)

場 ホール
申 左の申込フォームより
問 市長室平和・人権・ダイバーシティ推進係



おぎょうえ
▲荻上 チキ氏。
(評論家、NPO法人ストップいじめ!ナビ 代表理事)

【第1部】当事者からきき、みんなで考えるネットと差別
しょうがいしゃ差別、部落差別、職業差別など

【第2部】荻上 チキ氏講演会・シンポジウム
登壇者 荻上 チキ氏、神田 知宏氏(弁護士)、
ハン トンヒョン氏(日本映画大学 教授)

【第3部】未来につなぐトークセッション
登壇者 炭谷 茂氏((社福)恩賜財団済生会 理事長)、
濱崎市長

①レインボーバスソルトづくり②Wリボンキャンペーンパネル展示

時間 ①午前11時30分～午後1時30分(随時開催、1回5分～10分)
※材料がなくなり次第終了。
②午前9時30分～午後5時30分

場 エントランス
問 くになち男女平等参画ステーション・パラソル
TEL 501-6990

申込不要

期間中のさまざまなイベント紹介

じどうかんまつり×子どもの権利

「子どもと大人のトークセッション」
日 11月23日(日)正午～午後1時
場 矢川プラス
対 小学5年生～高校生
定 10名(申込先着順)
申・問 11月14日(金)までに、児童青少年課児童・青少年係まで電話
※観覧は申込不要。

インターネット上の人権問題に関するパネル展示

日 11月29日(土)・30日(日)午前9時30分～午後5時、12月1日(月)午後4時～6時
場 FSXホール2階 ギャラリー
問 市長室平和・人権・ダイバーシティ推進係

申込不要

劇「星の王子さま～平和ってなに?～」

日 11月26日(水)午後6時～
場 FSXホール
¥無料
企画 NPO法人ワンステップかたつむり国立(※)

申込不要

まちづくり×子どもの権利

「みんなで創る! 未来のくになち」
日 11月30日(日)午前10時～11時30分
場 FSXホール アトリエ
対 小学5年生～高校生
定 15名程度(申込先着順)
申・問 11月21日(金)までに、都市計画課都市計画係まで電話

人権に関する書籍特集コーナー

期・場・問 ▶ 11月1日(土)～30日(日)
・北市民プラザ図書館 TEL 570-7220 ▶ 12月1日(月)～28日(日)
・中央図書館 TEL 576-0161

申込不要

沖縄の実態の映画を見て語り合う会

映画「戦雲」上映
映画上映前(午後2時～)には、「監督が語るオキナワの今」を、地下スタジオにて開催します。
日 12月1日(月)午後5時30分～
場 FSXホール
¥無料
企画 くになちをかんがえるかい(※)

申込不要

ハンセン病問題を知る・考える

①連続講座 ▶ 12月13日(土): 講座「いま向き合うハンセン病の歴史」▶ 12月20日(土): 映画「凱歌」上映会 & 坂口香津美監督の講演
▶ 令和8年1月17日(土): 映画「かぶる」上映会 & 熊谷博子監督の講演
②国立ハンセン病資料館・国立療養所多磨全生園の見学・学習会(令和8年1月23日(金))
申 詳細は、市HPをご覧ください。
問 ①公民館 ②市長室平和・人権・ダイバーシティ推進係



アライウィークくになち

(ふらっとしゃべり場)
▶ テーマ: わたしの人権
日 12月3日(水)正午～午後2時
場 一橋大学東キャンパス東プラザ1階 ダイバーシティ推進室
▶ テーマ: 「違い」にまつわる感情
日 12月6日(土)午後2時～4時
場 国立駅前くになち・こくぶんじ市民プラザ
問 くになち男女平等参画ステーション・パラソル TEL 501-6990

申込不要



講演会「未来へつなぐ原爆・平和・人権～二重被爆4世の原田晋之介さんを囲んで」

日 12月7日(日)午後6時～8時
場 福祉会館 大ホール
¥500円
企画 国立市人権・平和条例をいかにす会(※)

申込不要

「平和と人権」ビキニ事件を知っていますか? 核兵器のない未来を子どもたちに

日 12月13日(土)午後2時～4時
場 東京都多摩障害者スポーツセンター 第1集会室A・B
¥無料
企画 基準該当事業所「新しい空」(※)

申込不要

(※)は、市が後援しています。不明点等は、市長室平和・人権・ダイバーシティ推進係までお問い合わせください。

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

Wリボンキャンペーン 2025

講演会

「不機嫌という名の暴力 ～自分を守るためにできること～」

家庭や職場など、誰かの「不機嫌」が怖い、疲れると感じることはありませんか？ DV・ハラスメントの構造を学びながら、「相手を怒らせる自分が悪い」と自分を責めるのではなく、自分を守るためにできることは何か考えます。



師 高山 直子 氏。
(公認心理師、カウンセラー)

11月24日 月祝

時間 午後2時～3時30分
場 矢川プラス 多目的ルーム(大)
定 40名(申込先着順)

申 氏名・電話番号等の
連絡先を記載のうえ、問まで
メールまたは申込フォームより
問 くにたち男女平等参画ステーション・
パラソル TEL 501-6990 電 info@kuni-sta.com



▲申込フォーム。

DV・児童虐待を防止するための啓発イベント

● DV 防止 ● 児童虐待防止

期	場	内
11月1日(土)正午～28日(金)正午	福社会館	●●パネル展示
11月1日(土)～30日(日)	国立駅前くにたち・ こくぶんじ市民プラザ	●パネル展示・ライトアップ・メッセージ募集
11月3日(月)午前10時～午後3時	大学通り(市民まつり会場)	●●パネル展示・啓発イベント
11月7日(金)正午～13日(木)正午	旧国立駅舎	●●パネル展示・ライトアップ・メッセージ募集
11月8日(土)午前10時～11時	JR国立駅南口周辺	●●駅頭キャンペーン
11月14日(金)～28日(金)正午	市役所1階(市民ロビー)	●●パネル展示・啓発

DVとは？

DV(Domestic Violence(家庭内暴力)の略)は、配偶者やパートナーから受ける暴力行為であり、犯罪です。DVには、身体的・精神的・性的・経済的暴力等の形態があり、いくつかの暴力の形態が重なって起こることもあります。



児童虐待とは？

児童虐待は、多くの場合、保護者がさまざまなストレスや葛藤を抱えるなかで起きてしまいます。また、子どものためだとしても、厳しいしつけや教育など、子どもが心や体に耐えがたい苦痛を感じる行為は、すべて虐待です。



子どもの前でのDVは心理的虐待にあたります

子どもは、両親の間でふるわれる暴力に、「自分はなににもできない」という無力感や罪悪感を抱え、ストレスによる体調不良や学力の低下、不登校などに発展していく可能性があります。

心配ごとなど、お話しください
相談は下記窓口まで

周囲の方もなにか気づいたらご連絡を

DV相談窓口

▶くにたち女性DVホットライン
TEL 576-2127 (平日午前8時30分～午後5時)

▶パラソル(くにたち男女平等参画ステーション)
TEL 501-6996 (相談専用)
TEL 501-6990 (問い合わせ・予約)
(平日午前10時～午後6時、
平日以外午前9時～午後4時、水曜日休館)

▶DV相談^{プラス}
TEL 0120-279-889
(24時間受付)
※男性の相談にも対応します。

▶警察
TEL 110



児童虐待相談窓口

▶国立市子ども家庭支援センター
TEL 573-0192 (月～土曜日午前8時30分～午後5時)

▶児童相談所全国共有ダイヤル
TEL 189 (夜間・休日も対応)

▶警察
TEL 110 (生命の危険がある、子ども自身が保護や
助けを求めている場合など)

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

ご活用ください
狭あい道路の拡幅整備助成金制度
 問 南部地域まちづくり課計画整備係

市では、安心・安全で住みよいまちをめざし、幅員4m未満の狭あい道路の拡幅にご協力いただける場合に、測量、移転等工事に必要な費用の一部を助成する「狭あい道路拡幅整備助成金制度」を設けています。この制度を活用し、後退用地(セットバック部分)の寄附または無償貸与による市道の拡幅にご協力ください。詳細は、問までお問い合わせください。

対 幅員が4m未満の狭あい道路に接するなど、一定の条件を満たす土地
助成金額 測量、移転等工事に各最大50万円

狭あい道路拡幅整備の一例

後退用地
 4m 未満の道路
 2m
 道路中心線
 一辺が4m未満の道路に接する土地
 事業対象部分:後退用地
 後退用地:

市報を読んでトクする!
『くにPay』キャンペーン
 専用サイト▶

『くにPay』の普及と市報をくまなく読んでほしい! そんな思いから、市報のどこかにある二次元コードを「chiica」アプリで読み込むと、ポイントがもらえるキャンペーンを実施します。

キャンペーン概要
 二次元コードを読み込むと**1人1回50ポイント**が付与されます。本号の読み込みは、右記二次元コードからどうぞ! 次号以降は市報のどこかにありますのでお楽しみに!

読み込み方法
 「chiica」アプリ内、「QRコード読み込み」から読み込んでください。

▲(第1回)読み込み期限は、11月5日(水)~15日(土)午後11時59分。
 ※キャンペーンポイントの使用期限は、令和8年3月31日(火)です。

二次元コード掲載号(全4回)
 ▶第1回:11月5日号(本号)
 ▶第2回:11月20日号
 ▶第3回:12月5日号
 ▶第4回:12月20日号

くにPayマネーには使用期限があります
 マネーにはチャージした日から1年間の有効期限があります。マネーの使用期限は、「chiica」アプリ内、「内訳」をご確認ください。

問 政策経営課政策経営係

行政インフォメーション

税・年金
納期内納税にご協力ください

立派な君
 キンキラ君
 取組課

12月1日(月)は、国民健康保険税(第5期)の納期です。
 問 収納課管理係 問 576-2114

令和7年国立市議会第4回定例会の開催は12月1日(月)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。録画配信は、開催日の約3日後(土日曜・祝日を除く)から視聴できます。

AI音声認識システムを導入し、本会議場傍聴席モニターおよびインターネットLIVE中継(委員会は除く)において、字幕表示を開始しました。

申 手話通訳希望者は、市HPをご確認のうえ、次の各申込締切日までに、問までファクスまたはメール

- ▶本会議初日:11月20日(木)
- ▶常任委員会(3日間):12月2日(火)
- ▶本会議最終日:12月11日(木)

問 議会事務局 FAX 576-2205
 sec_gikai@city.kunitachi.lg.jp

募集
環境影響評価書案(2件)に対する国立市長意見について

「JR南武線(JR谷保駅~JR立川駅間)連続立体交差事業」および「国立都市計画道路3・3・15号中新田立川線(国立市谷保~富士見台四丁目間)建設事業」について、市報9月20日号で環境影響評価書案に対する東京都への意見募集を案内しました。

市では、上記に対して別途、国立市長意見を提出予定であり、取りまとめに向けて市民の皆さんからの意見を募集しています。詳細は、市HPをご覧ください。

提出方法 11月12日(水)(当日消印有効)までに、環境影響評価書案に対する

環境保全の見地からの意見をまとめ(様式自由)、①住所②氏名③対象の事業名を明記のうえ、問まで郵送、メールまたは窓口まで提出

※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 環境政策課環境政策係 sec_kansenisaku@city.kunitachi.lg.jp

2社を表彰
令和7年度国立市優良工事表彰

適正な工事の施工および技術の向上を図ることを目的に、市が発注した建設工事を優秀な成績をもって施工した受注者を表彰しています(国立市優良工事表彰制度)。

道路や建物等の公共工事において、日々施工管理や技術力の向上に努力された成果であり、改めてここに感謝申し上げます。

表彰工事(令和6年度竣工分、敬称略)

- ▶(有)遠藤工業(青柳2-26-15):令和6年度用水路改修工事(その1)(老朽化した用水路の改修工事)
- ▶(株)真和(谷保7021-4):令和6年度市道西第1号線道路改良工事(JR国立駅周辺を歩きやすい空間にするため、車道幅員を減らし、歩道を拡幅する工事)

問 総務課契約係



▲10月8日に実施した表彰式の様子。

東京都功労者表彰を受賞した「谷保天満宮獅子舞」保存会が市長を表敬訪問しました

国立市指定無形民俗文化財「谷保天満宮獅子舞」を長らく継承してきた保存会が、東京都功労者表彰(文化功労)を受賞しました。このことについて、保存会の北島祥光副会長、舞手・大頭の前田裕一氏、小頭の関淳平氏、天狗の鈴木裕基氏が表敬訪問しました。

舞手の皆さんからは、次の例大祭に向けた意気込みをお話いただきました。舞手・雌獅子などを募集中です。

問 生涯学習課社会教育・文化芸術係



▲左から、濱崎市長、北島副会長、鈴木氏、関氏、前田氏。

「国立新書」好評販売中

市では、市報くにたちや市HPでは伝えきれない市政のさまざまな取り組みを、市職員が執筆し新書形式にまとめ、「国立新書」として販売しています。ぜひ、ご覧ください。

販売場所 市役所1階(情報公開コーナー)、旧国立駅舎、国立人ストア(オンライン)、FSXホール(市民芸術小ホール)

販売価格 660円
 ※オンラインで購入する場合は、別途送料がかかります。

問 市長室広報・広聴係

国立新書第4号
 「小さな創造」の表紙。

▲オンライン販売サイト「国立人ストア」。

東第3号線への右折が禁止になりました
 問 道路交通課整備係

東第3号線への通り抜け車両を減らし、歩行者が安心・安全に通行できるよう、9月26日に都道146号線(大学通り)から東第3号線への右折が禁止になりました。ご不便をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。



=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



花と緑と水の係からのお知らせ

環境政策課花と緑と水の係

大学通り緑地帯をさまざまな花で彩りませんか 花植えボランティア

大学通り緑地帯において、花の植え替え作業を行います。一緒に花植えを行うボランティアを募集します。

当日は、色とりどりのパンジー・ビオラ約3,500ポットを、JR国立駅前の大学通り緑地帯に植えこみます。

植えこみ作業には、日ごろから大学通り緑地帯の維持管理を行っている市民ボランティア、市内中学校の生徒も参加します。

小さなお子さん連れの方や未経験者も大歓迎です。

11月28日(金)午後1時30分～

※小雨決行(荒天中止)

大学通り東側ハウスコム前の緑地帯

汚れても良い服装、軍手、飲み物

11月25日(火)までに、申込フォームより 申込フォーム。



くにたち野鳥しらべを通年実施中

市では、「国立市緑の基本計画及び生物多様性地域戦略」を策定し、市内の動植物の保全に向けた方針を定めました。

その一環として、野鳥の分布を調べる「くにたち野鳥しらべ」を実施しています。

専用フォームから簡単に報告できますので、身近な野鳥の情報をぜひ、お寄せください。詳細は、市HPをご確認ください。



▲ツミ。



▲カワセミ。



▲市HP。

くらし

都営住宅入居者
担当課:市民課市民係



世帯向け(一般募集住宅)

▶若年夫婦、子育て世帯向け(定期使用住宅)等

11月4日(火)～12日(水)

市役所1階市民課・警備室前(平日午後5時～10時、土・日曜日午前8時30分～午後10時)、北市民プラザ、南市民プラザ、国立駅前にたち・こくぶんじ市民プラザ

※申込書・募集案内は、配布期間中のみのHPからも入手できます。

郵送:11月18日(火)(必着)までに、渋谷郵便局まで

▶オンライン:11月18日(火)までに、のHP(最終日は午後11時59分まで)より

東京都住宅供給公社都営住宅募集センター▶: 0570-010-810(市外局番03は必要ありません)▶: 03-3498-8894(土・日曜・祝日は除く)

環境

生ごみが消える!?

家庭用生ごみ処理容器「ミニ・キエーロ」を体験しませんか



市が独自に開発した「ミニ・キエーロ」は、プランターに土を入れて使う

シンプルな生ごみ処理容器です。

モニター参加者を募集

モニター参加を希望する方には、1世帯につき1台の「ミニ・キエーロ」を無料で差し上げます。
※持ち帰りは自動車がおすすめです。

11月29日(土)午後2時～3時

市役所3階 第1・2会議室

市内在住の方または市内事業者で、ミニ・キエーロを実際に使い、調査票を提出できる方(すでにモニターに参加した方は除く)

15名(申込先着順)

11月7日(金)～19日(水)に、まで電話または窓口にて

生ごみ処理容器「ミニ・キエーロ」。



クリーン多摩川国立のつどい 清掃活動開催(雨天中止)



多くの市民の「憩いの場」となっている自然豊かな多摩川に、空き缶やペットボトル、粗大ごみなどのごみが捨てられ、環境問題が生じています。そこで、多摩川の豊かな自然や景観を守るために、市内の各団体が協力し、多摩川河川敷公園を清掃しています。団体に限らず個人での参加もできます。当日は、自然観察会(野

鳥観察)と手づくりうどん昼食会も行います。

11月16日(日)▶自然観察会(野鳥観察):午前8時30分～9時40分▶清掃活動:午前10時～正午▶手づくりうどん昼食会:清掃活動終了後

多摩川河川敷公園

※清掃活動の範囲は、石田大橋～上流の野球場付近です。

クリーン多摩川国立実行委員会

生ごみ処理容器「ミニ・キエーロ」。



▲手づくりうどん昼食会の様子。

交換品は、ポケットティッシュと トイレットペーパーです 資源物を引き取ります(雨天中止)

11月26日(水)午前9時～11時

中地域防災センター

新聞(ちらし含む)・アルミ缶

※新聞はひもで束ねるか、専用の袋をご利用ください。アルミ缶は、中を水で軽く洗ってください。

※雑誌やスチール缶、ビンは引き取り対象外です。

生ごみ処理容器「ミニ・キエーロ」。



まちをきれいに 秋の一斉清掃「ごみ0」(雨天中止)

市内の各団体等の協力のもと、市内3駅を中心に道路、公園等の一斉清掃を行います。

11月30日(日)午前9時～

JR国立駅北口、南口(白十字前)、JR谷保駅北口、JR矢川駅北口、各自治会・商店会の指定場所

※この日は、家庭ごみや粗大ごみは収集しません。

生ごみ処理容器「ミニ・キエーロ」。



地域で何か始めたい方へ “市民活動相談”を ご利用ください



くにたち地域コラボでは、市民活動や地域活動に取り組む皆さんを応援しています。「新しい活動を始めたいけれど、どこから手をつけていいかわからない」「活動をもっと広げたい、他団体と連携したい」、そんなときは、気軽にご相談ください。

詳細は、市HPをご覧ください。

市民活動に携わっている方、携わってみたい方

市HPの申込フォームより

くにたち地域コラボ・社会福祉協議会・国立市

生ごみ処理容器「ミニ・キエーロ」。

子ども・教育

令和8年度学童保育所の 入所申込・入所説明会開催



令和8年4月からの学童保育所の新規・継続入所申込は、原則Web申請となります。

保護者の就労、病気などのために、放課後、家庭で保育が受けられない、令和8年4月1日(水)時点で市内に在住する小学1年生～6年生

11月5日(水)から、の窓口(市役所1階10番)にて(市HPからも閲覧可能)

※市内在住で、市内認可保育所に入

所している新小学1年生には、各保育所より配布します。

※継続入所の方は、各学童保育所より配布します。

令和7年度の市民税の課税標準額に応じて、0円～6,500円の育成料(月額)ほか、保護者費(間食費、行事費など2,000円程度)

11月17日(月)～

12月7日(日)に、申請フォームより

※申請に必要な書類があります。入所案内を確認のうえ、事前に準備してください。



▲申請フォーム。

入所説明会

入所手続きや、生活の様子に関する説明

る説明

11月15日(土)①午前10時～10時30分②10時45分～11時15分③11時30分～正午(①～③は同内容)

令和8年4月1日(水)から、市の学童保育所の利用を希望する保護者

市役所3階 第1・2会議室

不要

生ごみ処理容器「ミニ・キエーロ」。

講座・講習

離婚にかかる基礎講座



離婚する場合に知っておいた方がいいことや、決めておいた方がいいこと、子どもの生活を守るための情報などをお伝えします。

離婚とセルフケア▶子どもに離婚の悪影響を与えないために▶離婚の手続き▶国立市のサービス・支援

12月5日(金)午前10時～正午

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。

青木 聡氏(大正大学 教授、臨床心理士)

市内在住で育児中の子どもがおり、離婚を考えている方、離婚をした方

15名(申込先着順)

まで電話、または申込フォームより

子育て支援課子育て支援係

576-2105

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

募集
中高生のための学習支援
「LABO☆くにスタ」中高生



教えてほしい宿題や勉強のわからないところを大学生がサポートします。「誰かに聞きながら勉強したい」「気軽に進路や生活について聞いてみたい」そんな中高生の居場所です。大学生と話しに来るだけでも大丈夫です。年に数回、お楽しみ会も開催しています。

日 水曜日午後6時～8時(月3回程度)

対 市内在住・在学の中高生

費 無料

申 申込フォームより

場・問 公民館 TEL 572-5141

イベント・催し

市立保育園主催
あそぼう会(園庭等開放)
おおきな～れ(身体測定)

なかよし保育園 TEL 572-8011

▶ 芋煮会: 11月20日(木)午前10時～11時30分 ▶ 身体測定・園庭遊び: 11月26日(水)午前9時30分～11時

西保育園 TEL 576-7217

▶ 園庭遊び: 11月19日(水)午前9時30分～11時 ▶ 身体測定: 11月26日(水)午前10時～11時

東保育園 TEL 572-8555

▶ 身体測定・園庭遊び: 11月19日(水)

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、バスタオル、替えオムツ

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。



子どもによる子どものための おまつり じどうかんまつり

子どもたちが用意したお店やステージ発表など、楽しいことが盛りだくさんです。詳細は、じどうかんだより11月号をご覧ください。

日 11月23日(日)正午～午後4時(最終受付: 3時30分)

場 矢川プラス

※公共交通機関や徒歩での参加にご協力ください。

問 ▶ 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

子ども

場・問 矢川プラスここすきひろば TEL 505-6552



各種イベントの内容や申込方法などの詳細は、問のHPをご確認ください。

多胎児家庭を応援します！ ふたご交流会

日 11月28日(金)午前10時30分～11時30分

対 市内在住のふたご・多胎児とその保護者(保護者のみの参加も可)

申 不要

生まれてくる赤ちゃんに、手縫いでスタイをつくりませんか？ マタニティソーイング

日 11月28日(金)午後1時30分～3時

対 市内在住または在住予定の妊娠中の方

申 問のHPより

栄養士から学ぶ 気軽にすすめる離乳食

内 離乳食開始～幼児食への移行期についての講話、質疑応答

日 12月2日(火)午前10時30分～11時30分

師 鈴木 明子氏(管理栄養士)

対 市内在住の、おおむね6カ月～1歳6カ月のお子さんと保護者

申 11月8日(土)午前9時30分から、問のHPより

ここすき！ 1歳あつまれ

日 12月8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

申 11月7日(金)午前9時30分から、問のHPより

FSプログラム 赤ちゃんとお母さんの家族 ～はじめの一步～

内 はじめての子育てやお母さん自身のこと、みんなに聞いてみたいことなどをおしゃべりしたり、赤ちゃんとお遊んだりします。

日 12月3日・10日・17日・24日いずれも水曜日各日午前10時～11時30分

師 市毛 憲子氏(FSファシリテーター)

対 市内在住の、令和7年7月2日～10月1日生まれ(生後5カ月まで)の第1子のお子さんと母親

申 問のHPより



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、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。

日・場 右表のとおり

対 市内在住のおおむね65歳以上の方

定 各会場20名程度(申込先着順)

申 問まで電話



▶フレイルチェック会

日程	時間(予定)	場
12月 3日(水)	午後2時～3時30分	南区公会堂
12月11日(木)		矢川プラス
令和8年1月 8日(木)		北市民プラザ
令和8年1月16日(金)		市役所 第1・2会議室
令和8年2月24日(火)		矢川プラス
令和8年3月 4日(水)	午前10時30分～正午	東福祉館
令和8年3月12日(木)		

健康・福祉

1月～3月生まれの方対象
無料の健診を受けて健康チェックを
しましょう

健康診査の受診券を11月末に郵送します。

今回の郵送対象者 ▶ 4月1日時点で国立市国民健康保険に加入しており、令和8年3月31日(火)現在の年齢が40歳～74歳の方

▶ 令和8年3月31日(火)現在の年齢が75歳以上で、後期高齢者医療保険に加入している方

受診方法 同封している指定医療機関に予約のうえ、受診してください。※次の場合は、受診券を個別交付しますので、問までご連絡ください。

▶ 受診券を紛失した

▶ 年度途中で国立市国民健康保険または後期高齢者医療保険に加入した(4月以降、ほかの制度で健康診査を受診していないことが条件)

問 ▶ 75歳未満の方:保健センター TEL 572-6111 ▶ 75歳以上の方:保険年金課後期高齢者医療係 TEL 576-2125

講座・講習

認知症サポーター養成講座・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

認知症を正しく理解し、認知症の方やその家族を見守る応援者となるための基礎講座です。

日 11月18日(火)午前10時～正午

場 市役所3階 第1・2会議室

対 市内在住・在勤の方

定 30名(申込先着順)

持 筆記用具

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講座です。

日 12月4日(木)午前10時～正午

場 市役所3階 第1・2会議室

対 認知症サポーター養成講座(基礎講座)を受講済みの方

定 20名(申込先着順)

〈共通事項〉

申・問 11月6日(木)から、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

イベント・催し

チョ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

ったけれど、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せんか。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。申込時にお伝えください。

日 12月10日(水)午後2時～4時

場 福祉会館3階 中会議室

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)

費 飲み物代(福祉会館の「喫茶わかば」の飲み物を注文します)

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

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 FAX=ファクス HP=ホームページ



11月8日(土)は「いい歯の日」です ~歯の健康は全身の健康に関わりがあります~

噛むことは、脳の血流を活性化させ、記憶力・集中力などが高まるといわれています。また、噛み合わせは、体を支え、姿勢を安定させています。さらに、歯周病菌が口腔内に多いと、糖尿病の悪化、心疾患の発症につながりやすくなります。口の中を清潔に保ち、ウイルスなどの感染症を予防しましょう。

いい歯の日の共通献立

市内の公立保育園、市立小中学校では、虫歯予防と歯を保つことを目的として、同じ献立の給食を11月7日(金)に提供します。

- ▶和風チーズハンバーグ
 - ▶かむかむ海藻サラダ
 - ▶生揚げの味噌汁
 - ▶かみかみ黒豆(公立保育園ではおやつで提供します)
- ※噛みごたえのあるもの、カルシウムを多く含むものを組み合わせています。

問▶保育園:なかよし保育園 電572-8011
▶小中学校:くにたち食育推進・給食ステーション 電572-4177

年度内20歳・30歳になる方への歯科健診

対象の方には、5月中旬に受診券等を個別に郵送しています。年度途中転入の方、受診券を紛失した方には、受診券を郵送します。受診の2週間前までに、問までお問い合わせください。

受診期間 令和8年2月28日(土)まで
問保健センター 電572-6111

早めに予約を 口の健康チェック健診を実施しています

くにたち健康ポイント事業の参加者は、健診を受診するとポイントが付与されます。

期 12月20日(土)まで(1回限り)
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 健康保険の資格を確認できるもの(有効期限内の健康保険証、資格確認書、マイナ保険証)
主 問 国立市歯科医師会 電577-0418

イベント・催し

しょうがいしゃ就労支援「第15回当事者セミナー」働く当事者から伝える私の地図



働くためにどんな準備や経験をしてきたのか、働き続けるうえ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、3名がそれぞれの経験談を語ります。

日 12月9日(火)午後1時30分~4時(開場:1時)

場 FSXホール(市民芸術小ホール)

定 200名(申込先着順)

※令和8年2~3月に申込者限定のオンデマンド配信を行います。

申 11月5日(水)から、申込フォームより、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 FAX575-8332までファクス

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

問 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) 電505-7271

「語りの世界へようこそ」~大人のためのお話会~第3回(全6回)



子どもだけでなく大人の方も体験できるお話を開催します。

内 「大みそかの貧乏神」「星の銀貨」ほか

日 12月15日(月)午後2時30分~3時30分

場 下谷保地域防災センター2階 和室

語り手 くにたちお話の会

対 大人の方

定 20名(申込先着順)

申・問 11月19日(水)午前9時30分から、中央図書館 電576-0161まで電話または窓口にて

社会体育事業「街を・山を歩く」



申込方法等の詳細は、市HPやチラシをご確認ください。

行 昭和三記念公園ナイトウォーク(ライトアップされたイチョウ並木と日本庭園)

※約3kmの行程です。

日 11月26日(水)午後4時に、JR西立川駅(公園口)集合

対 市内在住・在勤・在学の方

定 50名(申込多数時抽選)

料 無料(交通費、入園料(290円)、日本庭園入園料(1,300円)は自己負担)

※金額は大人料金の一例です。

ち 配布 市役所3階(西番窓口)、FSXアリーナ(市民総合体育館)、公民館、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からも入手可)

申 11月17日(月)午後5時(必着)までに、問まで郵送またはメール

問 FSXアリーナ内くにたちエール「街を・山を歩く」係

電 yell.jimukyoku@gmail.com (生涯学習課の委託により「くにたちエール」が実施します)



出前講座「わくわく塾くにたち」をご利用ください!



市民の皆さんが主催する学習会などに市職員が直接伺い、市政の現状や課題、政策内容の情報等をわかりやす

くお話しする事業です。講座テーマは、わくわく塾くにたちパンフレットの講座メニュー一覧よりお選びください。詳細は、市HPをご覧ください。

日 日程調整のうえ、午前9時~午後9時の間で2時間以内(年末年始は除く)

場 原則、市内(会場は開催者が用意)

対 市内在住・在勤・在学の5名以上のグループ

申 申込書(市HPより入手可)に必要な事項を記入のうえ、問まで提出

問 生涯学習課社会教育・文化芸術係

働く人必読! 労働法の基礎知識 労働トラブル・ライフイベントと法

日 12月17日(水)・18日(木)各日午後2時~4時

場 東京都労働相談情報センター多摩事務所7階

定 70名(申込先着順)

共 催 国立市

主 催 申 問 東京都労働相談情報センター多摩事務所 電595-8731まで

電話またはTOKYOはたらくネットより



さとのいえ10周年記念復刻企画



地元のおかあさんに聞こう! 「赤飯&漬物づくり体験」

問 城山さとのいえ 電505-5190

くにたち産の米を使って、昔から地元で受け継がれるつくり方で、米農家さんから赤飯と漬物づくりを教わります。

日 11月29日(土)午前10時~正午

場 城山さとのいえ(駐車不可)

定 15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 500円

申 11月18日(火)までに、申込フォームより



申込フォーム。



YouTube「国立市チャンネル」を見てみよう!

問 市長室広報・広聴係



市の事業、イベント情報やお宝発掘動画などを配信しています。ぜひ、チャンネル登録をお願いします。

おすすめ動画



▲第48回国立市農業まつり(11月8日(土)・9日(日)開催)PR動画。



▲「吉田誠治さんとイラストレーションの世界~箱部屋を描いてみよう!」第1部。



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) E=メール FAX=ファクス HP=ホームページ

その他のお知らせ

テーマ「これからの社会に向かって」11月11日(火)～17日(月)は「税を考える週間」

さまざまな取り組みや情報発信をし、皆さんから意見等をお寄せいただく機会としています。詳細は、国税庁HPをご覧ください。
問 立川税務署 TEL 523-1181



検察審査員に選ばれた際にはご協力をお願いします

交通事故、詐欺などの被害にあい、検察官がその事件を裁判にかけなかった(不起訴処分)場合に、検察官の判断が正しかったかどうかを審査するのが検察審査会です。
検察審査会は、選挙権を有する18歳以上の皆さんのなかから「くじ」で選ばれた11人の検察審査員で構成されます。
18歳以上になると、あなたも検察審査員に選ばれるかもしれません。ご理解とご協力をお願いします。
問 立川検察審査会事務局 TEL 845-0292

市公式SNSで、好きなカテゴリの情報が受け取れます

市公式SNSアカウントでは、市の事業やイベント、災害時の情報などを配信しています。ぜひ、登録をお願いします。詳細は、市HPをご確認ください。

LINEのカテゴリ
▶ 健康・福祉 ▶ 文化・スポーツ・観光 ▶ まちづくり・産業 ▶ くらし・手続 ▶ 子育て・教育 ▶ 市政情報

くにたちメール配信のカテゴリ
▶ 防犯・不審者情報 ▶ 防災・消防情報 ▶ 環境情報 ▶ ごみ出しお知らせメール ▶ しょうがいしゃ向け情報 ▶ 税金 ▶ イベント ▶ 認知症に関する情報

▲ LINE 友達登録はこちらから。
▲ スマートフォン用。
▲ ガラケー用。

地域の情報

木下大サーカス立川公演

詳細は、問のHPをご覧ください。
期 11月15日(土)～令和8年2月23日(月)
※休演日あり。
場 立川立飛特設会場(立川市泉町935-27)
¥自由席入場料金当日券(前売券)
▶ 大人:4,500(4,000)円
▶ 子供:2,500(2,000)円
▶ 大学・専門学生:3,000(2,500)円

※指定席希望の場合、別途指定席料金あり。
後援 東京都、国立市ほか
申 問のHPまたはコンビニの各プレイガイドにて前売券購入可能
問 木下大サーカス立川公演事務局 TEL 506-1224

江戸東京伝統芸能祭 第56回都民寄席国立公演

人気の落語家を集めた都民寄席を市内で開催します。
日 令和8年3月6日(金)午後6時～8時15分(予定)(開場:5時30分)
場 FSXホール(市民芸術小ホール)

出演 瀧川 鯉昇氏、柳家 三三氏ほか

定 336名(申込多数時抽選)
申 11月30日(日)までに、申込フォームより※1組2名まで申込可。
問 都民寄席実行委員会(落語協会内) TEL 03-3833-8622(午前10時～午後6時)

▲ 申込フォーム。

▲ 瀧川 鯉昇氏。 ▲ 柳家 三三氏。

会員の能力と経験に応じた就業ができます シルバー人材センター入会説明会

日 11月14日(金)午前10時～
場 福祉会館3階 小会議室
対 市内在住で、健康で働く意欲と社会貢献意欲のある60歳以上の方
持 年会費(2,000円)、印鑑(認印)、ゆうちょ銀行の口座番号がわかるもの、身分証明書
※入会説明会に不参加の方も、問のHPから入会の手続きができます。
問(公社)シルバー人材センター TEL 577-0919

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。

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

日 毎週金曜日午前10時～正午
場 FSXアリーナ(市民総合体育館)室内プール ¥月3,500円
申・問 アクアかもめクラブ TEL 527-2255(安藤)まで電話

家計簿のある生活展～悩むより始めよう家計簿のある暮らし・物価高や災害等もしもの時をのりきる秘訣～

期 11月25日(火)～27日(木)
場 旧国立駅舎広間・展示室 ¥無料
問 多摩友の会国立方面 TEL tamatp@nifty.com

秋のくにたちを散策。落ち葉のステンドグラス作りのワークショップ付き

日 11月29日(土)午前9時30分～午後3時
場 JR西国立駅集合～矢川緑地～湧水めぐり～郷土文化館～JR矢川駅

解散 16名(申込先着順)
¥500円(ワークショップ、保険付)
申・問 11月20日(木)までに国立市観光まちづくり協会 TEL 574-1199 EV ent@kunimachi.jpまで電話またはメール

親子で楽しむオープンデー! ヤギさん・シャボン玉 11月10日募集説明会

日 11月10日(月)・20日(木)午前10時～
¥無料 申 不要
場 問 認定子ども園国立富士見台団地風の子 TEL 507-8667

男女を問わず、健康づくりとストレス解消。楽しく泳ぎませんか? レベル別に公認コーチが指導。体験可

日 毎週火曜日正午～午後2時 場 FSXアリーナ(市民総合体育館)室内プール ¥月3,500円 申 問まで電話
問 水泳「とびうお」 TEL 080-1064-9064(野上)

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

庭木のお手入れ承ります

お見積り無料! 1本からでも大歓迎!
剪定 伐採 草むしり
植木屋革命
TEL 0120-329-919 9:00～18:00

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 ☎042-806-9065

11月15日(土)・20日(木) 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 ファイナンシャルプランナー 谷中 岳夫(金融業界25年)
お問合せ 03-5339-8210(たになか)
主催:ライフプラザパートナーズ 新宿FA営業部 新宿区西新宿1-21-1 明宝ビル12階

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

やってみませんか? ポスティング!

例えば、こんなポスティング!
●指定配布コース ●併配コース ●印刷同時受注コース など
お客様のニーズに合わせた配布をしております! まずはお気軽にご連絡下さい!
配布員募集中! 詳細はお問い合わせください!
配布のTAKK-タック TEL 0120-04-5022 東京都東大和市中央2丁目1101-1

お庭のお手入れお任せください

安心の低価格 剪定・草とり・芝はり・消毒 石はり・アプローチ工事 ブロックフェンス工事など
川崎造園
TEL 042-505-4977 (見積無料)
国立市谷保6139 国立市 川崎造園 検索