

9月は食生活改善普及運動月間です

健康づくりには、バランスのよい食事が大切です。そこで、食品の栄養成分表示を活用しましょう。

平成27年4月より食品表示法が施行され、加工食品の栄養成分表示が義務化されました。

容器包装に入った加工食品には、熱量(エネルギー量)、たんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウムの成分が表示されています。

ナトリウムの量は、消費者にとってわかりやすい「食塩相当量」で表示されているものもあります。

栄養成分表示の一例
市販のお弁当1人前あたり

熱量	673kcal
たんぱく質	29.5g
脂質	18.9g
炭水化物	96.0g
食塩相当量	3.9g
炭水化物・・・糖質と食物繊維の合計	



1日の食塩摂取量目標量
成人男性：8g未満
成人女性：7g未満
高血圧の方：6g未満

たんぱく質、脂質量、炭水化物量は、個人の



問 保健センター(富士見台3-16-5)
☎(07)6111

雨水浸透ますの設置に助成金をお出しします

市では、下水道管に流れ込んでしまう屋根雨水を減らすために、「雨水浸透ます設置助成制度」を設けています。

雨水浸透ますとは、屋根に降った雨水を下水道に流さず、地下に浸透させるためのものです。

対象 市内の既存建物(新築、増築、仮設のものを除く)を所有されている方、または所有者の同意を得た方

助成金額(1基あたり)
■ 内径25cmのます... 2万9千円
■ 内径30cmのます... 3万4千円
■ 内径35cmのます... 4万8千円

問 下水道課業務係
※制度内容や工事等の詳細は、問までお問い合わせください。

「桜の接ぎ木体験会」開催

くにたち花と緑のまちづくり協議会では、市ゆかりの桜の穂木を台木に切り接ぎ、次世代の桜を守り育てる接ぎ木事業を進めています。

当日は、(公財)日本花の会から講師を招き、実技指導をしていただきます。

日時 9月28日(土)午前10時～正午(受付9時30分)

場所 国立駅前くにたち・こくぶんじ市民プラザ(北1-14-1)

申込 9月9日(月)より、問まで電話でお申し込みください。

問 環境政策課花と緑の水の係

「わいわい畑体験」「秋野菜の収穫体験」開催

市内農家の方の畑で、さつまいもなど秋野菜を収穫します。

期間 10月1日(火)～13日(日)各日午前10時～正午

集合場所 城山さとのいえ(泉5-21-20)

申込 9月22日(日)必着までに、①希望者



▲昨年度の落花生収穫の様子。



▶こんなに大きなきさつまいもを収穫できるかも!

国立市保育審議会から答申書が提出されました

国立市保育審議会では、保育所等利用者負担額の算定方法および階層区分について、平成30年8月から7回にわたる審議を行い、「国立市保育審議会答申」を取りまとめました。

市では、本答申を踏まえ、保育所等利用者負担額の算定方法等について、市としての方

市役所敷地内で、献血を実施します。血液は、人工的に造ることができません。

旧国立駅舎再築物語 「つばめも訪れるしあわせの駅」



画像：郷土文化館所蔵。

市では現在、旧国立駅舎が解体されたときの主な部材を再利用し、大正15年創建当時の姿に再築する工事を進めています。

旧国立駅舎が駅として利用されていたのは、大正15年～平成18年の80年間。昭和39年には、旧国立駅舎の前に「オリンピック東京大会」の表示塔が建ち(写真右上)、東京で初開催されるオリンピックに市内もお祭りムードとなりました。

また、昭和55年には、国立高校が都立高校で初めて甲子園に出場したことを祝い、旧国立駅舎の前には国立高校の球児をたたえる横断幕が掲げられ(写真右下)、まち中が沸き上がりました。

問 186-8501 富士見台2-47-1 国立駅周辺整備課旧国立駅舎再築物語担当
☎sec_kuniseibi@city.kunitachi.lg.jp

学校給食食材等の放射性物質測定状況についてお知らせします

7月1日～18日に給食センターが行った飲用牛乳、小中学校提供給食の放射性物質の測定結果は、いずれも「不検出」でした。

測定結果の詳細については、市ホームページ「学校給食食材の放射性物質測定結果」をご覧ください。

問 第一給食センター ☎572-4177