

●武蔵野市ホームページ
https://www.city.musashino.lg.jp/



目次

特集	5月26日以降戸籍にフリガナが記載されます…12
お知らせ……	2
イベント……	4
健康……	6
図書館……	10
議会……	2
スポーツ……	5
休日の医療機関…	7
ごみとリサイクル…	11
募集……	4
講座……	6
子ども……	8
コミュニティ…	11

発行 ● 武蔵野市 編集／総合政策部秘書広報課 〒180-8777 武蔵野市緑町2-2-28 代表電話 ☎0422-51-5131

6/22 日

投票時間 午前7時～午後8時

東京都議会議員選挙



都HP



市HP

▶ 問：選挙管理委員会事務局 ☎60-1893



武蔵野市で投票できる方

平成19年6月23日までに出生し、令和7年3月12日までに武蔵野市に転入届出をし、引き続き6月12日まで住民基本台帳に記録のある日本国民。

※それ以降に東京都外へ転出すると投票できません

※武蔵野市から都内の他区市町村へ転出した方でも、転出前に引き続き3カ月以上武蔵野市に住居登録のあった方は、転出後4カ月以内に新住所地の選挙人名簿に登録されていない場合、投票できません

●最近市内で転居した方

武蔵野市の選挙人名簿に登録があり、5月29日以前に転居の届出をした方は、新住所地の投票所で投票できます。5月30日以降に転居の届出をした方は、旧住所地の投票所で投票となりますのでご注意ください。

●最近市外から転入した方

3月13日以降に転入の届出をした方は、投票できません。ただし、旧住所地(都内に限る)の選挙人名簿に登録があれば旧住所地で投票できます。詳細は旧住所地の選挙管理委員会へお問い合わせください。

●これから市外へ転出する方

都外へ転出する方は投票できません。都内へ転出した方が投票するときは、新住所地(転入先)の区市町村長が発行する「住民票の写し(選挙用・無料)」または「引き続き東京都内に住所を有する旨の証明書」などを提出してください。提出がないと確認に時間がかかる場合があります。

投票所入場整理券

同一世帯の方全員の分を1つの封筒に入れて6月13日までに発送します。当日はご自分の入場整理券を確認の上、お持ちください。届かない場合や紛失した場合も、本人確認の後に投票できます。本人確認書類(健康保険証や運転免許証、マイナンバーカードなど)をお持ちください。投票日当日は、入場整理券に記載された指定の投票所以外では投票できません。

投票所の変更

第14投票区 (西久保3丁目、関前3丁目1～3番にお住まいの方)	第五小学校→ 多摩府中保健所武蔵野三鷹地域センター
第20投票区 (境5丁目、桜堤1丁目にお住まいの方)	桜野小学校→西部コミセン
第23投票区 (桜堤2・3丁目にお住まいの方)	桜堤児童館→桜野小学校

点字投票・代理投票

目の不自由な方は点字で投票できます。また、心身の状態などの理由により字が書けない場合は、係員が代筆する代理投票制度があります。希望する方は投票所係員までお申し出ください。

選挙公報

市内各戸に順次お届けします。6月19日までに届かない場合は選挙管理委員会にご連絡ください。東京都選挙管理委員会のHPからも閲覧できます。また、市役所、各市政センター・図書館・コミセンなどの市の施設や市内3駅の広報物ラック、各期日前投票所にも配架します。

開票

当日午後9時から総合体育館メインアリーナで実施します。武蔵野市の有権者は参観可能。市HPと選挙管理委員会X(旧ツイッター)で投・開票速報を行います。

投票日当日に投票できない方は 期日前投票・不在者投票ができます

期日前投票

投票所入場整理券をお持ちください。裏面の宣誓書にあらかじめ記入しておくと、スムーズに投票できます。

◇市役所期日前投票所

場所 市役所西棟1階111会議室
期間 6月14日(土)～21日(土)
時間 午前8時30分～午後8時
※平日午後5時以降と休日の出入り口は西棟のみ

- ・市役所以外の投票所への車でのご来場はご遠慮ください
- ・車を利用する場合には、期日前投票期間中に市役所をご利用ください

◇東部期日前投票所

場所 商工会館3階消費生活センター講座室
期間 6月18日(水)～21日(土)
時間 午前9時30分～午後8時

◇西部期日前投票所

場所 武蔵野プレイス1階ギャラリー
期間 6月18日(水)～21日(土)
時間 午前9時30分～午後8時

不在者投票

投票日当日だけでなく期日前投票期間中も投票に行くことのできない方には、次のような投票方法があります。

①出張などで市外に滞在中の方や市外(都内に限る)に移住している方は、事前に選挙管理委員会に投票用紙などを請求し、送付された一式を滞在先の選挙管理委員会に持参して投票できます。

ぴったりサービス開始!

マイナンバーカード(署名用電子証明書付)をお持ちの方は、スマートフォンなどのマイナポータルアプリ(またはサイト)から投票用紙などを請求できます。詳細は市HP参照。

②不在者投票できる施設に指定された病院や老人ホームなどに入院・入所している方は、施設内で投票できます。

③身体障害者手帳または戦傷病者手帳をお持ちで、政令で定める一定の障害を有する方と介護保険の要介護区分が要介護5の方は、郵便などを用いて投票できます(事前に「郵便等投票証明書」の交付が必要)。

※いずれの場合も、事前の手続きが必要となります。詳細は選挙管理委員会までお早めにお問い合わせください



下水道管内部の視察の様子

実際に現地視察を行い、本市の下水道管は適切に修繕・改築されており、安全に使用できる状態であると再確認いたしました。今後も市民の皆さまの安全・安心な生活を守るため、適切な修繕・改築を継続してまいります。

そこで、実際にどのような工事が行われているのかを確認するため、4月下旬に女子大通りに埋設されている市内で一番大きな下水道管内部を視察いたしました。地下約5メートルに埋設された下水道管は「製管工法」と呼ばれる、既存下水道管の内側に樹脂材などをはめながら新たな下水道管を組み立てる工法で改築されています。耐用年数は約50年というこ

とです。そこで、実際にどのような工事が行われているのかを確認するため、4月下旬に女子大通りに埋設されている市内で一番大きな下水道管内部を視察いたしました。地下約5メートルに埋設された下水道管は「製管工法」と呼ばれる、既存下水道管の内側に樹脂材などを

武蔵野市長 小美濃 安弘

本市の下水道管を
視察して
まいりました



ツツジ

人口と世帯

《令和7年5月1日現在、()は前月比》

人口14万8443人(158人増) 世帯数7万9868世帯(224増)
●男7万1046人(61人増) ●女7万7397人(97人増)
〔うち外国人住民数4309人(49人増)〕



City Report Musashino is available in 10 languages.
市報むさしのを 10 言語で読むことができます。

お知らせ

介護保険負担限度額認定証の更新・申請

介護保険負担限度額認定証(短期入所を含む介護保険施設における居住費・食費の自己負担が軽減される認定証)の有効期限は7月31日(木)です。対象者には6月初旬に申請書を送付しますので、更新の手続きをしてください。また、新たに要件に該当する方も申請してください▶**申込・問：高齢者支援課☎60-1845**

熱中症予防シートの窓口配布

液晶温度計付きの熱中症予防シートを希望者へ配布します。▶**期間**：9月30日(火)まで(なくなり次第終了)▶**場所**：高齢者支援課、各在宅介護・地域包括支援センター▶**対象**：市内在住で65歳以上の方▶**費用**：無料▶**問**：高齢者支援課☎60-1947

生涯学習事業への補助金プレゼンテーション傍聴

①生涯学習事業費補助金②子ども文化・スポーツ・体験活動団体支援事業費補助金。▶**日時**：①6月10日(火)午後6時(15分×8団体)②16日(月)午後6時(15分×6団体)▶**場所**：市役所811会議室(受付812会議室)▶**定員**：各日8名(先着順)▶**申込**：不要▶**問**：生涯学習スポーツ課☎60-1902

休日開庁一部業務休止のお知らせ(全国一斉システム停止日)

マイナンバーカード(個人番号カード)の記載事項変更、電子証明書の更新などができません。▶**日程**：6月22日(日)▶**問**：中央市政センター☎56-3800

課税証明書のコンビニ交付サービスを休止します

システムメンテナンスのため。▶**日程**：6月8日(日)・9日(月)終日▶**問**：市民税課☎60-1822

旧赤星鉄馬邸オープンハウスを行います

期間中にはスペシャルトークイベントも実施▶**問**：資産活用課☎60-1973

●オープンハウス

▶**日程**：①6月2日(月)～6日(金)②7日(土)・9日(月)～12日(木)▶**場所**：①市役所ロビー②コピス吉祥寺ギャラリー▶**その他**：水・金・土曜の午後2時～4時は竣工当時の模型を使って、ガイドが建物の「スゴさ」を伝えます

●スペシャルトークイベント「武蔵野モダンイズム」

▶**日時**：6月8日(日)午後2時(1時間程度)▶**場所**：同邸(吉祥寺本町4-26-21)▶**定員**：20名程度▶**講師**：玄田悠大(近代都市史・近代建築史研究者)▶**申込**：市HPから

市民会館8月分使用申込

仮申請が重なった場合、利用団体などによる公開抽選。空き室は使用当日まで申込可。▶**日時**：仮申請…6月15日(日)まで、公開抽選…6月16日(月)午後1時30分、本申請…6月20日(金)～30日(月)午前9時～午後8時▶**申込・問**：市民会館☎51-9144

令和6年度自然環境等実態調査結果がまとまりました

自然環境等実態調査結果(令和6年度分)がまとまりました。報告書の配布は6月中旬を予定。▶**配布**：緑のまち推進課▶**問**：緑のまち推進課☎60-1863

携帯トイレ(1日分[5回分])をもらいに行こう!

災害時、トイレの水は流れなくなる可能性があります。今回の配布をきっかけに、3日以上以上の携帯トイレを備蓄しておきましょう。

▶**配布期間**：6月2日(月)～12月26日(金)(原則、土・日曜、祝日を除く)▶**配布場所**：市役所112会議室▶**持ち物**：引換券(市報6月1日号と同時投函)、マイバッグ▶**その他**：配布日時と場所は、一部例外があります。詳細はチラシまたは市HP参照。配布場所まで行くのが難しい方は、代理人の受け取りも可▶**問**：防災課☎60-1821、市民防災協会(配布事業専用番号)☎60-1966



◀チラシ兼引換券



令和6年度「他の模範となる優秀な工事」ほかの公表

公共工事の品質確保と受注者の適正な選定および技術の向上を目的として、契約金額500万円以上の工事を対象に工事成績評価を実施しています。令和6年度は評価対象工事88件のうち、以下の工事が「他の模範となる優秀な工事」、「優良な工事」になりました。なお、優秀な工事には表彰状が授与されます▶**問**：総務課☎60-1819

工事件名	受注者名
◎他の模範となる優秀な工事 (契約順)	
市道第177号線外1路線道路改修工事	(株)武蔵野トランスポート
市道第2号線道路改修工事	成友興業(株)多摩北事業所
市道第2号線外2路線街路路灯具取替工事	新光電気(株)
◎優良な工事 (契約順)	
吉祥寺シアター舞台音響設備改修工事	ジャトー(株)
高齢者総合センター仮施設設厨房機器設置工事	日本カルミック(株)
第二小学校プール槽シート等改修工事	東京住宅サービス(株)
武蔵野芸能劇場空調設備改修工事	アネス(株)
武蔵野芸能劇場小劇場舞台音響設備改修工事	ヤマハサウンドシステム(株)
武蔵野芸能劇場発電機更新工事	大東電設(株)武蔵野営業所
主要地方道7号線管きよ布設替え工事	(株)西部土木
西部コミュニティセンター大規模改修工事	樹理ホーム(株)
西部コミュニティセンター大規模改修に伴う機械設備工事	(株)五十嵐工業所
市道第16号線道路改修工事	(株)武蔵野トランスポート
本町三丁目公園改修工事	井之頭造園協同組合
市道第2号線外1路線雨水ます取付管更生工事	浅間保全工業(株)武蔵野支店
女子大通り幹線原寺分橋遮集管改築工事	(株)西部土木

会議などの開催と傍聴

※いずれの会議も傍聴できます。体調不良や熱のある方の入室をお断りすることがあります

会議名	日時	会場	傍聴・議題など	申込・問
農業振興基本計画策定委員会	6月11日(水)午後2時30分	市役所813会議室	3名(申込順)	6月9日までに産業振興課☎60-1833へ
産業振興審議会	6月19日(木)午前10時30分	市役所812会議室	5名程度(先着順)	申込：不要産業振興課☎60-1832

市議会から定例会開催のお知らせ

右記の日程で、第2回市議会定例会を開催します。本会議などの模様を市議会HPにて生中継しますのでご覧ください。日程は変更することがあります。市議会HPで確認してください▶**問**：議会事務局☎60-1883

■期日・内容

開会時間(予定)：午前10時、☆は午後2時、★は本会議終了後。◎は生中継を実施

期日	会議名
6/3 (火)	議会運営委員会☆
6/6 (金)	本会議(一般質問)◎
6/9 (月)	本会議(一般質問・議案上程など)◎
6/10 (火)	本会議予備日◎
6/23 (月)	総務委員会◎
6/24 (火)	文教委員会◎
6/25 (水)	厚生委員会◎
6/27 (金)	建設委員会◎
6/30 (月)	外環道路特別委員会◎
7/2 (水)	本会議(委員会審査報告など)◎ 議会広報委員会★

申込要領

記入事項①行事名(コース)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤その他の必要事項(記事に明示)●特に記載のない場合、1行事(コース)につき本人1回(家族対象のものは1家族1回)の申し込みです●往復ハガキの場合は返信用にも住所・氏名を記入(消せるボールペン不可)

7月2日(水)から中央市政センター夜間窓口が変わります(試行)

マイナンバーカード・印鑑登録などの手続きができるようになるほか、開設日が変更になります▶**問**：中央市政センター☎56-3800

- 7月2日からの開設日：水・金曜午後5時～8時(祝日・年末年始を除く)
- 新規取扱業務▶予約：6月16日(月)から市HPで

要予約	マイナンバーカード	継続・券面記載事項変更(住所や氏名などの変更)
	印鑑登録	電子証明書の更新・発行
	転出届+転出証明書の当日発行	
予約不要	マイナンバーカード	暗証番号の再設定
		交付申請書の発行

- *住民異動届出と同時のマイナンバーカード・印鑑登録の手続きは不可。代理人申請不可
- *夜間窓口の月曜の開設、夜間窓口での戸籍届出の受付は6月30日で終了します。その他の取扱業務に変更はありません。取扱業務や予約方法など詳細は市HP参照



善意の寄付ありがとうございました

一般社団法人日本肢体不自由者卓球協会 立石イオタ良二様：パラ卓球リーフレット290部。小・中学校におけるD&I教育に活用するため▶問：管財課☎60-1816

お持ちの樹木の適正な管理をお願いします

市民の共有財産として、市民一丸となり緑を守り育ててきたことで、緑は本市の良好な住環境の形

成になくなくてはならないものとなっています。一方で、敷地内の樹木が道路上や隣地に張り出すと見通しが悪くなり事故の原因となることがあります。また、折れた枝の落下、倒木などにより樹木の持ち主が責任を問われることもあります。定期的に点検するなど、適正な維持管理をお願いします▶問：緑のまち推進課☎60-1863



市民税・都民税(個人住民税) 令和7年度 納税通知書の発送

市民税・都民税(個人住民税)が課税になる方へ6月10日(火)に発送し、20日(金)までに届く予定です。

- ▶対象：① 納付方法が普通徴収(納付書や口座振替により個人で納付)の方
② 公的年金からの特別徴収(引き落とし)の方
※給与から差し引かれている方は、勤務先から特別徴収税額の決定通知書を受け取ってください
※住民税非課税の方に、納税通知書は発送しません(配当割額または株式等譲渡所得割額の控除が適用される方を除く)

3月18日以降に申告した方については、納税通知書への内容の反映が遅れる場合があります。住民税が課税されるが、通知が届かない場合の問い合わせは市民税課へ。

納税通知書の納期限(普通徴収)

期別	納期限
第1期	6月30日
第2期	9月1日
第3期	10月31日
第4期	令和8年2月2日

令和7年度の変更点

納税通知書などの様式が標準化により変わりました

地方公共団体情報システムの標準化に関する法律に基づき、全国で行政サービスに係る業務システムの統一化(標準化)を進めています。そのため、市においても市民税・都民税・森林環境税納税通知書、市民税・都民税申告書、課税(非課税)証明書などの帳票類のレイアウトが変わりました。

今後の個人住民税における税制改正

物価上昇に伴う税負担の調整の観点から7年分以降の所得税について基礎控除や給与所得控除等の見直しが行われます。個人住民税についての給与所得控除等の見直しについては、8年度課税から適用されます。

そのため、7年度の個人住民税については昨年と同様の課税方式になります。(7年4月1日時点)

▶問：市民税課…納税通知書の内容に関すること☎60-1823、課税証明書等の証明発行に関すること☎60-1822。納税課…納付・口座振替に関すること☎60-1827、納税に関する相談☎60-1828

～手続きガイドのご案内～

いくつかの質問に回答するだけで、市民税・都民税・森林環境税に関する疑問や必要な手続きについてお答えします。ぜひご利用ください。



安全な水の安定供給を続けるために

水道は、私たちの日常生活に欠かせない重要なライフラインです。市の水道事業は、市内27カ所の深井戸からくみ上げた地下水に東京都から購入している水を加えて、24時間365日、市民の皆さんに安全な水を届けています。水道施設の多くは高度経済成長期に建設されたもので老朽化が進んでおり、修理や取り替えが必要になっています▶問：水道部総務課☎54-5176

水道週間 6月1日～7日

水道について理解と関心を深めることを目的に全国で実施

「透き通る 誇れる水に 感謝する」(標語)

●水道料金の支払い

水道料金の支払いは口座振替またはクレジットカードが便利です。希望する方は電話で水道お客様センター☎52-0733へ。



●都営水道との一元化

「都営水道一元化」とは、水道事業を都が一元的に経営することです。市は昭和26年から水道事業を単独で経営しており老朽化している施設などの更新を行っていますが、将来にわたって市民の皆さんに安全で安心な水道水を安定的に供給するためには、経営面や災害時のバックアップ機能など防災面の強化を図っていく必要があります。そのため、都営水道との早期の一元化を目指し、都と具体的な課題整理を進めています。

官公署だより

令和7年度の年金額について

▶年金：年額…老齢基礎年金83万1700円(82万9300円)、障害基礎年金1級103万9625円(103万6625円)、2級83万1700円(82万9300円)、遺族基礎年金83万1700円(82万9300円)。()内は昭和31年4月1日以前生まれの方の額。遺族基礎年金の子の加算額…第1子および第2子23万9300円、第3子以降7万9800円▶問：武蔵野年金事務所☎56-1411、ねんきんダイヤル☎0570-05-1165

東京消防庁音楽隊「都民と消防のふれあいコンサート」



▶日時：8月2日(土)午後2時▶場所：市民文化会館大ホール▶申込・問：同音楽隊HPから東京消防庁音楽隊☎03-3221-0119へ。



より良い市報にするために、紙面の感想をお聞かせください(最短1分)



市関連施設

*文化施設の住所などについては、11頁をご覧ください。

吉祥寺市政センター

〒180-0004吉祥寺本町1-10-7商工会館2階☎22-1821

中央市政センター

〒180-0006中町1-2-8☎56-3800

武蔵境市政センター

〒180-0022境1-1-7QuOLa2階☎53-2200

商工会館 〒180-0004吉祥寺本町1-10-7
観光機構(1階)／吉祥寺まちづくり事務所(2階)／消費生活センター(3階)

市民社協・ボランティアセンター武蔵野

〒180-0004吉祥寺本町1-14-97階(仮事務所)

福祉公社／地域包括ケア人材育成センター

〒180-0004吉祥寺本町1-15-93階(仮事務所)

障害者総合センター

〒180-0001吉祥寺北町4-11-16

総合体育館

〒180-0001吉祥寺北町5-11-20

野外活動センター・スポーツ協会(3階)

シルバー人材センター

〒180-0013西久保1-6-27

多摩信用金庫武蔵野支店4階

〒180-0006中町2-15-14(仮設)

〒180-0012緑町2-6-8

〒180-0012緑町3-1-5

〒180-0011八幡町4-28-13

〒180-0022境2-14-1スイング9階

〒180-0022境2-3-7

〒180-0022境5-15-5

〒180-0023境南町2-3-18

秘書広報課からのお知らせ

▶問：秘書広報課☎60-1804

市報は月2回発行

「市報むさしの」は全戸配布のほか、市の施設、JR3駅などに置いてあります。視覚障害の方のために、音声版と点字版も作成しています。

むさしのシティニュース

ケーブルテレビ(11ch) ●毎日／9：15、12：00、20：15、22：00
*6月5日(木)～11日(水)は上記時間に市議会提出議案速報を放送するため放送時間が変わります 8：15、16：00、17：45、21：30

マイシティ

むさしの

むさしの FM(78.2MHz)
●月～金曜／9：30、12：15、13：30、16：45、18：30、21：30 ●土曜／9：30、11：45、12：45、15：30、16：45、18：30 ●日曜／9：30、11：45

現場からは以上です むさしのFM(78.2MHz) ●金曜／14：00

市政情報を発信しています



LINE



X(旧ツイッター)



フェイスブック



Instagram

むさしの防災・安全メール

台風・地震などの災害・防災情報、事件・不審者・環境などの安全情報ほか／配信不定期／利用方法：パソコンや携帯電話などから登録ページにアクセス。

https://mobile.city.musashino.lg.jp/index.cgi?page=4



募集

市の会計年度任用職員の募集

特に記載のないものは令和8年3月31日まで(条件付採用期間あり・勤務成績が良好な場合、再度任用される可能性あり)／災害時に

手当など	賞与あり／交通費あり(上限あり)／社会保険・雇用保険加入あり／共済会(互助会)加入あり／PC/パソコン(ワード、エクセル)操作のできる方／普通自動車免許所持者		
所属・職種・人数	業務・応募資格	勤務・報酬など	選考
子ども育成課 夏期保育士 アルバイト 12名程度	保育補助／保育士資格を有する方または保育士養成学校在学生	7月上旬～9月中旬(任用開始日・シフト応相談)／週5日(月～金曜)午前8時30分～午後5時のうちの最大7時間／市立保育園／時給1240～1320円／	書類審査 書類審査通過者のみ面接日を随時連絡
申込・問：6月30日(月・必着)までに履歴書(写真貼付、希望園、「夏期保育士アルバイト希望」と明記)、資格証の写しを郵送または直接〒180-8777子ども育成課☎60-1843へ			
教育支援課 介助員 1名	小・中学校特別支援学級に在籍する児童・生徒の学校生活、身辺面の介助、安全管理、学習の指導補助など	7月1日～／週3日(月～金曜のうち3日)午前8時～午後3時30分のうち6時間15分、年1回宿泊勤務あり／市内特別支援学級設置校／11万500円／社保・雇保・共済会加入なし／賞／	書類審査、作文 面接：6月19日(木)
申込・問：6月10日(火・必着)までに市販の履歴書(写真貼付)、作文「介助員として働くうえで大切にしたいこと」(400字以内)を郵送または直接〒180-8777教育支援課☎60-1908へ			

関係団体の職員などの募集

面接の詳細は事前に通知(届かな

所属課の災害活動(所掌事務)に従事させる場合あり／面接の詳細は事前に通知(届かない場合要連絡)、提出書類の返却不可、結果は合否にかかわらず通知／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／そのほか詳細は面接時に案内

い場合要連絡)、提出書類の返却不可、結果は合否にかかわらず通知／そのほか詳細は面接時に案内

手当など	賞与あり／交通費あり(上限あり)／社会保険・雇用保険加入あり／PC/パソコン(ワード、エクセル)操作のできる方／普通自動車免許所持者		
所属・職種・人数	業務・応募資格	勤務・報酬など	選考
給食・食育振興財団 給食調理員 正規職員 若干名	給食の調理・洗浄作業など／昭和56年4月2日以降生まれ(長期帰属によるキャリア形成を図るため)で調理師または栄養士免許を有する方(取得見込み可)	令和8年4月1日～／詳細は試験案内(申込書)、同財団HP参照／賞／	筆記・実技・面接：6月28日(土)
申込・問：6月17日(火・必着)までに試験案内(申込書[市役所案内、北町・桜堤調理場、各市政センターなどで配布。同財団HPから印刷可])を郵送または直接北町調理場☎54-2090(〒180-0001吉祥寺北町4-11-30)へ			

「令和7年国勢調査」調査員募集



10月1日を調査期日として実施する国勢調査の調査員を募集しています。国勢調査は日本全国すべての人と世帯を対象にする重要な統計調査で、調査結果は、生活環境整備・災害対策などさまざまな施策のために活用されます。

募集期間：7月4日(金)まで(予定)▶申込：市HPから▶問：総務課☎60-1808。業務や調査の詳細は市HP参照。

いきいきサロン運営団体
開設相談会の開催および募集

①運営団体募集(開設)相談会②いきいきサロン補助金の申請受付。▶日時：①6月19日(木)午後2時～4時(30分程度。相談会以外の日も相談可)▶場所：①市役所812会議室▶対象：週1回以上2時間程度の介護予防・認知症予防に資する活動を行う3名以上の地域住民団体・NPO法人など▶そのほか：「いきいきサロン事業」とは閉じこもりがちな高齢者が、歩いて行ける場所に週1回集まり、体を動かしたり、趣味活動などを行ったりする団

体に市が補助を行うもの▶申込・問：①6月18日まで②10月1日から開設・運営を希望する場合は7月18日までにファクス・Eメールまたは直接高齢者支援課☎60-1846、FAX51-9218、sec-kourei@city.musashino.lg.jpへ。

むさしの環境フェスタ出展団体・事業者募集

むさしの環境フェスタで、環境に関する展示やワークショップなどを出展する団体・事業者を募集します。▶実施日：11月16日(日) 予定▶場所：むさしのエコリゾートおよび周辺公開空地▶申込・問：6月30日までにEメールで環境政策課☎60-1945、ecoresort@city.musashino.lg.jpへ。

固定資産鑑定評価員(不動産鑑定士)募集

固定資産税・都市計画税における令和9基準年度評価替えに活用するための不動産鑑定評価を行う。▶任期：7月～令和9年3月▶応募資格：不動産鑑定士▶そのほか：応募方法など詳細は募集要項・申請書類(資産税課で配布、市HPから印刷可)参照▶申込・問：6月2日～7月11日に資産税課☎60-1826へ。

イベント

ふるさと歴史館企画展関連講演会「落語でたどる富士参詣」



長井好弘 桂夏丸

落語家による「富士詣り」の口演、講師と落語家の掛け合いで、富士詣りや寺社参詣について語ります。

▶日時：6月21日(土)午後2時～4時▶場所：同館▶定員：70名(市内在住・在勤・在学者優先し、超えた場合抽選)▶講師：長井好弘(講師)、桂夏丸(演者)▶費用：無料▶申込・問：6月9日までに申込フォームからふるさと歴史館☎53-1811へ。



6月

環境月間

環境について楽しく学びましょう

場所：むさしのエコリゾート▶対象：②～⑤市内在住・在勤・在学の方(②③⑤は申込順、④は超えた場合抽選)▶費用：無料(⑤は1000円)▶申込：市HPとあるものは同施設HPから▶問：むさしのエコリゾート☎60-1945

内容	日時(6月)	講師	対象・定員
①下水に流していけないものはなに？	土・日 午後1時～3時	水の学校 サポーターズ・サロン	—
②環境の学校 マシンガンズ滝沢と考える環境問題～清掃員から見た景色～申	21日(土) 午後1時30分～3時	滝沢秀一(お笑い芸人)	15歳以上の方、30名
③アップサイクルを学ぶ！Tシャツからマイバッグづくり申	22日(日) ④午前10時30分～正午⑤午後2時30分～3時30分	Carutena、むさしのYouthエコプランナー	④小学生⑤未就学児、各12名
④みどりのナイトシネマ「モアナと伝説の海」申	22日(日) 午後6時30分～8時30分	—	50名
⑤大切に長く使える！エコなマイ傘づくり申	28日(土) 午後3時～4時30分	サエラ、新宿環境活動ネット	小学1～6年生、16名

②環境の学校・講演会
滝沢秀一

④みどりのナイトシネマ
「モアナと伝説の海」

⑤ワークショップ
エコなマイ傘づくり

消費生活センター
相談の窓口から

さまざまな点検商法が増加！
不安をあおる勧誘に注意して

【事例①】
電力会社から委託を受けたと、事業者から自宅に電話があり、分電盤の点検に行くという。来訪し、点検後このままだと漏電して火事になる危険があると言われ怖くなり契約した。高額なので家族が電力会社に問い合わせたところ、電力会社とは関係のない業者と分かった。

【事例②】
高齢の母の自宅を訪ねている際、ガス給湯器の法定点検に行くと言われ事業者から電話があった。事前に連絡をしているのかと聞いたところ、半年前にハガキを送っているという。母は依頼するというが、信用できるのか。

【アドバイス】
今、さまざまな悪質点検商法の相談が増えています。
・電気やガスの点検は、それぞれ4年に一度無料の法定点検を実施しています。
・点検に当たっては事前に書面でお知らせをしており、電話で点検を持ち掛けることはありません。
・点検の際は、法定点検であることを示す名札を表示しますので名札の確認をしてください。
また法定点検の際に商品の勧誘をしたり、契約を求めることはありません。
不安をあおってその場で新しい製品を勧誘する事業者には注意が必要です。契約先の電気・ガス事業者に問い合わせましょう。
万が一、契約してしまっても訪問販売の場合、8日以内はクーリング・オフが可能です。
消費生活センターでは、消費生活に関するさまざまな相談を受け付けています▶相談専用電話：☎21-2971▶時間：平日午前9時～午後4時(来所相談は予約制)▶対象：市内在住・在勤・在学の方▶費用：無料▶問：消費生活センター☎21-2972

スポーツ

野外活動センター

▶申込・問：6月14日(必着)までに同センターHPまたはハガキ(申込要領参照し、生年月日、市内在勤・在学者は勤務先・学校名も明記)で野外活動センター☎54-4540へ。

●アウトドアカレッジ～水辺のリスクマネジメント



夏に向けて知っておきたい水辺の危険と安全な遊び方について学ぶ。

▶日時：7月5日(土)午後3時～8時30分▶場所：総合体育館、武蔵野プール▶対象：15歳以上の方(中学生を除く)またはサポートスタッフ登録者、15名。最少催行8名▶講師：国際自然大学校▶費用：3000円(登録者1700円)

ワンデースポーツ

障がい者のためのスポーツ広場

ストレッチや体操、卓球、バドミントン、ボッチャなどの競技を体験。

▶日時：6月14日(土)午後2時～5時▶場所：総合体育館サブアリーナ▶対象：障害のある方と介助者、30名(先着順)▶費用：障害者手帳所持者で市内在住の方はプラチナカードで無料、市外在住

の方は410円。介助者は参加者1名につき1名まで無料▶持ち物：運動できる服装、室内履き、飲み物(ふた付き)▶申込：不要▶問：総合体育館☎56-2200。詳細は同館HP参照。

6月の市民スポーツデー

市立小学校の校庭・体育館を一般開放します。

▶日時：6月15日(日)午後1時30分～4時30分▶場所：第二・第三・本宿・千川・関前南小▶費用：無料▶持ち物：体育館履き、飲み物、タオル▶申込：不要▶問：生涯学習スポーツ課☎60-1903

市民スポーツ大会

武術太極拳(観覧のみ)

▶日時：6月15日(日)午前10時▶場所：総合体育館メインアリーナ▶申込：不要▶問：武術太極拳連盟事務局☎070-5594-8203

温水プール臨時休場のお知らせ

▶日程：6月17日(火)～20日(金)(16日[月]は定期休場日)▶問：総合体育館☎56-2200

武蔵野中央公園スポーツ広場

使用中止日のご案内(7月)

▶日時：6日(日)・13日(日)～18日(金)・20日(日)・28日(月)～31日(木)午前9時～午後7時、27日(日)午前9時～午後1時▶問：総合体育館☎56-2200

CIM

シビル インフォメーション ミニマム

ごみの分別、その先にある未来へリサイクルを支える“見えない努力”を知っていますか？

CIM=Civil Information Minimum(これだけは知っておきたい市民の情報)

「このごみ、何ごみ？」と迷うこと、ありませんか？市では、ごみの分別が細かく定められており、市民一人ひとりの協力が、ごみの減量や資源化に大きくつながっています。市のごみ処理は、収集から処理、そしてリサイクルへと、役割分担と仕組みがしっかりと整備されています。まず家庭から出す際には、次の5つの大分類を意識しましょう。

①テレビやパソコンなどの家電②資源物③危険・有害ごみ④一般的なごみ⑤まだ使えるものです。

①は家電リサイクル法などにより、メーカーでのリサイクルが定められており、処分の方法が定められています。②の「ペットボトル」や「缶・ビン」「古紙」「古着」「プラスチック製容器包装」などの資源物は、民間リサイクル工場に運ばれ、それぞれのルートで再資源化されます。③「危険・有害ごみ」のうち乾電池・充電電池、蛍光灯は、専門工場で資源化。スプレー缶にいたっては、クリーンセンターの専用機械で安全に処理されています。④として家庭から出た「燃やすごみ」や「燃やさないごみ」、「粗大ごみ」は、クリーンセンター内で適切に処理されます。「燃やさないごみ」は破砕機によって細かく砕かれ、磁力を使って鉄やアルミを回収し、リサイクルします。粗大ごみも同様に、素材ごとに分別・処理・リサイクルされます。「燃やすごみ」を含めて、これらのごみの焼却後の灰は「エコセメント」として再利用する取り組みが行われ

ており、無駄のない資源化が徹底されています。

市ではさらに、ごみを出す前の工夫にも力を入れています。まだ使えるモノを「捨てずに譲る」ためのリユース促進サービス「むさしのエコボ」がそのひとつです。家庭で不用になったベビー用品などをほかの家庭へ譲ることができる仕組みで、紙の掲示板に加えて、電子申請にも対応。誰でも気軽に利用できるようになり、利用者数も増加しています。

今回の取材で気になった、ごみ分別のヒントを4点ご紹介します。

1. リチウムイオン電池は必ず「危険・有害ごみ」へ。混入すると収集車やクリーンセンターでの火災の原因になります。

2. スプレー缶は穴をあけずに廃棄を。残量がある場合は「残あり」と表示を。

3. 汚れたプラスチック容器は軽く水で洗ってから資源物へ。汚れが落ちない場合は「燃やすごみ」へ。

4. 古着は晴れた日に。雨に濡れると、資源にならなくなります。

ごみの行方を知ることは、未来を考える第一歩。あなたの一手間が、資源としてもう一度生まれ変わる力になります。

(取材協力：ごみ総合対策課／執筆：小町友則)

▶問：記事で紹介した内容についてはごみ総合対策課☎60-1802、CIMコラム全般については情報公開担当☎60-1809

6月の相談ごと(無料)					指定外土・日曜、祝日、休館日休み。☎予約制。相談日時・方式(対面・電話)は変更になる場合あり。								
相談名		日時		相談場所	問	相談名		日時		相談場所	問		
一般	一般相談(市政に対する意見など)	月～金曜	9時～17時	市民活動推進課 ☎60-1921(予約専用) ☎60-1829 相談は2週間前から予約開始。 人権・行政相談の予約は前日 まで。年金・社会保険・労務 相談は、当日直接市役所1階ロ ビーへ。		女性	女性総合相談	☎	第1土曜	13時～15時50分	男女平等推進センター ☎37-3410		
	法律相談	☎	月・水・金曜						10時～15時50分	第2金曜			18時～19時50分
	人権相談	☎	12日(木)						13時～15時40分	第3月曜			14時～15時50分
	行政相談	☎	12日(木)						13時～15時40分	第4火曜			9時～11時50分
	交通事故相談	☎	5日・19日(木)			13時～15時20分	外国人	外国人相談	English・日本語・中文 ♣ Deutsch・русский язык・Norsk・Español・ภาษาไทย ドイツ・ロシア・ノルウェー・スペイン・タイ	火～土曜	9時～17時	国際交流協会☎56-2922 ♣お問い合わせください	
	税務相談	☎	水曜			13時30分～16時20分							
	年金・社会保険・労務相談	☎	16日(月)			13時30分～16時30分							
暮らしと事業の行政書士相談 (相続・ビザ・補助金など)	☎	10日(火)	10時～15時40分	外国人・法律・心理相談	☎	第4土曜	13時～16時						
くらし	消費生活相談	☎	月～金曜	9時～16時	消費生活センター☎21-2971	障害者	法律相談(電話相談も可)	☎	17日(火)	10時～16時	市民活動推進課 ☎60-1921(予約専用) ☎60-1829		
	福祉総合相談(ひきこもり含む)	☎	月～金曜	8時30分～17時	生活福祉課☎60-1254		住宅改善相談	☎	月～金曜	9時～17時	障害者福祉センター ☎55-3825		
	住まいのなんでも相談室 (空き家・耐震化・不動産・マンション)	☎	木曜	9時～12時 13時～16時	住宅対策課 ☎60-1976 (予約は前週まで)		歯科相談	☎	18日(水)	13時～16時	保健セン ター	障害者福祉課 ☎60-1847	
高齢者	高齢者なんでも電話相談	365日	24時間	☎36-2123(相談専用電話)	吉祥寺本町 市役所 武蔵野赤十字	健康	健康なんでも相談	☎	月～金曜	8時30分～17時	保健セン ター	健康課 ☎51-7006	
	認知症相談	☎	4日(水) 12日(木) 18日(水)	10時～12時 13時～15時			☎60-1846	健康相談	来所	☎	12日(木)	13時15分～14時30分	市歯科医師会☎49-8881
	権利擁護に係る総合相談	☎	月～金曜	9時～17時			福祉公社権利擁護センター ☎66-2987(電話相談は随時)	歯科相談			随時	随時	市内薬剤師会会員薬局
	法律相談	☎	第4水曜	13時～16時				くすりの相談			随時	随時	協同ネット☎24-6491
子ども	教育相談	☎	月～金曜	9時～17時	教育支援センター☎60-1899 ☎60-1922(相談専用)	こころの健康	こころの健康相談	来所	☎	木曜	13時～16時	市民こころの健康相談室 ☎55-6003	
	帰国・外国人教育相談	☎	月～金曜	10時～17時	帰国・外国人教育相談室☎54-8626		電話			火・木曜 第2・4土曜	10時～12時 13時～16時		
	子育てに関する総合相談	来所・訪問 電話	月～金曜 月～土曜	8時30分～17時 8時30分～22時	子ども家庭支援センター ☎55-9002☎0120-839-002		精神保健福祉相談 (こころの健康相談)			月～金曜	9時～17時	多摩府中保健所 ☎042-362-2334	
	発達に関する相談	☎	月～金曜	9時～17時	ハビット☎55-8510	そのほか	ボランティア相談			火～土曜	9時～17時	ボランティアセンター武蔵野 ☎23-1170	
	若者サポート相談	☎	月・火・水・金・土曜	10時～18時	協同ネット☎24-6491		創業相談	☎		隔週月・水曜ほか	13時～16時ほか		
	ひとり親家庭相談	☎	月～金曜	9時～17時	ひとり親支援担当☎60-1850		出店相談	☎		第1・3月曜	13時～16時	産業振興課☎60-1832	
	妊娠や出産に関する相談 (マタニティ安心コール)	☎	月～金曜	9時～17時	保健センター		事業承継相談	☎		第1火曜	13時30分～16時30分		
	子どもの権利に関する相談	☎	月・火・水・金	13時～17時	子どもの権利擁護センター ☎0120-634-331(子ども専用) ☎60-1951		経営相談(創業含む)			月～金曜	9時～16時30分	商工会議所☎22-3631	
							にじいろ相談 (性自認・性的指向)	来所 ☎		第2水曜	17時30分～20時30分	男女平等推進センター ☎38-5187(電話相談専用) ☎37-3410(来所相談予約)	

●申込先の市内施設の住所は、3頁、11頁、見出し部分をご覧ください(市役所内の課へは☎180-8777で届きます。住所不要)

●市外局番「0422」は省略

●HP＝ホームページ

●講師の方などの敬称略

●受け付け開始日について表記のないものは発行日1日・15日各施設の開館時間から受け付けます

講座・講習

認知症サポーター養成講座

認知症の基本的な知識、市の現状など。受講者にはサポーターの証しであるオレンジバッジを進呈。

▶日時：6月25日(水)午後2時～3時30分▶場所：商工会館市民会議室▶対象：市内在住・在勤・在学の方、30名程度▶講師：ゆとりえ在宅介護・地域包括支援センター▶費用：無料▶申込・問：高齢者支援課☎60-1846

市認定ヘルパー養成研修

高齢者宅で家事援助(身体介護なし)を行う認定ヘルパーの養成研修を開催します。

▶日時：①講義…7月3日(木)・4日(金)・7日(月)午前10時～午後5時②演習…9日(水)(2時間程度)▶場所：①武蔵野プレイスペースC②関前スペース(関前4-11-23)▶対象：市内または近隣在住で、認定後に指定の事業所に所属し市認定ヘルパーとして週1回以上活動できる方、16名(先着順)▶費用：無料▶そのほか：介護の有資格者には研修の一部を免

失語症会話パートナー養成講座

失語症のある方たちの会話の架け橋となるボランティアを養成。①公開講座「失語症を知ろう」講習②連続講座「会話パートナー養成講座」講習・演習。

▶対象：市内在住・在勤・在学で18歳以上の方(市内在住・初参加者優先し、超えた場合抽選)▶講師：言語聴覚士ほか▶主催：武蔵

コース	日程	時間	場所	定員	費用
①②	7月19日(土)	午後1時30分～4時30分	武蔵野プレイスペースC	20名	無料
②	8月28日、9月11日・25日、10月9日・23日、11月13日・27日(木)	午後1時30分～3時30分	障害者福祉センター会議室	6名	2860円(テキスト代)

自転車安全利用講習会 自転車用ヘルメット購入費用の助成など特典あり

交通安全教育の専門家と武蔵野警察署員(予定)による交通ルール・マナーの確認、講話など(80分程度)▶問：交通企画課☎60-1860

開催日	開始時間	場所	締切日(消印有効)
6月28日(土)	午前10時 午後1時30分★	市役所811会議室	6月15日(日)
対象/定員	市内で自転車を利用する中学生以上。★は小学生以下の子同伴可、未就学児は託児あり(子への特典なし)／各回80名(市内在住者優先し超えた場合抽選)／定員に満たない場合、締切後も受付可		
持ち物	本人確認書類(運転免許証、健康保険証などの住所が確認できるもの)、受講通知(締切日以降にEメールまたは郵送)、更新の方は自転車安全利用認定証		
特典	自転車用ヘルメット購入費用の2000円分助成券(市内在住者のみ)／点検整備TSマーク(保険付帯)の1000円分助成券(市内在住者のみ)／公共駐輪場定期利用の優先措置(必ずしも利用を保証するものではありません)／自転車安全利用認定証発行(有効期限あり)		
申込	申込フォームまたはハガキ(申込要領参照し、希望時間、★は同伴する子の人数、託児希望の場合は子の氏名・月齢・性別、更新の方は認定番号10桁も明記)で〒180-8777交通企画課「自転車安全利用講習会担当」へ。※荒天などにより中止の場合あり		

◎自転車は車道が原則、左側を通行しましょう。歩道は例外、歩行者を優先しましょう
◎もしもの事故被害の軽減のため、自転車利用の際はヘルメットを着用しましょう

除(問い合わせは高齢者支援課☎60-1846へ)。一時保育助成制度あり。詳細はチラシ(高齢者支援課、各在宅介護・地域包括支援センター、地域包括ケア人材育成センターなどで配布)またはHP参照▶申込・問：6月19日までにHPから地域包括ケア人材育成センター☎20-3741へ。

実践!!相手に合わせたヒアリング術を極める(就労者向け)

「質問力」を深めるためのヒアリング術を、ワークを交えて元NHKキャスター講師から学びます。

▶日時：7月19日(土)午後1時～2時30分▶場所：武蔵野プレイスフォーラム▶対象：18歳以上の方(高校生を除く)、40名(市内在住・在勤・在学者優先し、超えた場合抽選)▶講師：牛窪万里子(成蹊大学客員教授)▶費用：1000円▶申込：6月24日までに同館HP(市内在勤・在学者は勤務先・学校名を備考欄に入力)または直接同館生涯学習支援係へ▶問：武蔵野プレイス☎30-1901。当落確認可(7月4日から)。

野市▶申込・問：6月28日(必着)までに二次元コードまたはEメール(申込要領参照し、年代、市内在勤・在学者は勤務先・学校名[所在地・電話番号]、①②の希望も明記)でボランティアセンター武蔵野☎23-1170、vcm@shakyoun.or.jpへ。開講日1週間前までに受講の可否を連絡。

ひきこもりサポート事業「それいゆ」家族セミナー

年代別の事例報告と懇談会。

▶日時：6月21日(土)午後2時～4時▶場所：芸能劇場小ホール▶対象：不登校・ひきこもりなどの悩みをもつ家族など、30名(申込順)▶講師：文化学習協同ネットワークむさしの・みたか事業部スタッフ▶費用：無料▶主催：武蔵野市▶申込・問：文化学習協同ネットワーク☎24-6491

老壮シニア講座6月 朗読、そして役者人生の魅力を大いに語る

～人間の面白さから、映画、演劇の素晴らしさまで～演出家、俳優が感じた映画、演劇の魅力。

▶日時：6月18日(水)午後1時30分～3時30分(開場1時)▶場所：スイングホール▶定員：170名(先着順)▶講師：渡辺哲(俳優)▶費用：無料▶申込：不要▶問：武蔵野プレイス生涯学習支援係☎30-1901、老壮連合会・鈴木☎090-7301-1989

学生のための国際理解講座

「キャリア支援」と多文化共生について考えよう。

▶日時：6月14日(土)午後2時～4時▶場所：国際交流協会(MIA)会議室▶対象：大学生・大学院生・専門学校生、18名(申込順)▶講師：中村拓海(ソーシャライズ)▶費用：無料▶申込・問：6月12日までに同協会HPから国際交流協会☎36-4511へ。

市民会館市民講座・料理「めざせ!そば打ち名人」

消化を助け、食欲不振や便秘の改善、血管を丈夫にするといわれている、そば打ちを体験します。

▶日時：6月29日(日)午前10時～午後2時30分▶場所：同館料理室▶対象：市内在住・在勤・在学で高校生以上の方、14名(超えた場合抽選)▶講師：小尾隆(武蔵野そばの会会長)▶費用：1000円(材料費)▶持ち物：エプロン、三角巾▶申込・問：6月13日(必着)までに市HP・往復ハガキ(申込要領参照し、市内在勤・在学者は勤務先・学校名も明記)または返信用ハガキを持って直接市民会館☎51-9144へ。

花と緑の吉祥寺を歩こう 2025初夏

吉祥寺周辺の花と緑の散策。

▶日時：①6月21日(土)②25日(水)午前10時～正午▶場所：①コピス吉祥寺屋上ガーデンほか②吉祥寺周辺▶定員：各15名(市内在住・在勤・在学者優先し申込順)▶講師：①大滝暢子①②三浦香澄▶費用：300円(保険代など)▶持ち物：歩きやすい靴、飲み物▶申込：6月19日までにEメール(申込要領参照し、①②の希望[重複申込可]、Eメールアドレス、年齢、市内在勤・在学者は勤務先・学校名も明記)で武蔵野ガーデン倶楽部・三浦☎090-2209-9521、musashino.garden@gmail.comへ▶問：緑のまち推進課☎60-1863

健康

●保健センター
(〒180-0001 吉祥寺北町 4-8-10)
・健康課 (1階)
・健康づくり支援センター (1階)
・健康づくり事業団 (2階)

健康診査のご案内

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した特定健診などを実施します。

▶期間：6月2日(月)～令和8年1月31日(土)▶費用：無料▶持ち物：受診票と①～③のいずれか①保険証②資格確認書③マイナンバーカードと資格情報のお知らせ▶そのほか：病気の早期発見・早期治療につながります。国民健康保険加入者で健診の結果、生活習慣病発症のリスクがあると判定された方には、保健指導の案内を送付。保健師・管理栄養士による支援を無料で実施▶申込・問：健診について…健康課☎51-7006、国保の資格などについて…保険年金課☎60-1834

対象者	内容	申込・問
①市国民健康保険(国保)加入者(令和7年度40～75歳になる方)※	問診、身体計測(74歳以下は腹囲含む)、血圧、尿、血液、心電図、便潜血、胸部エックス線	対象者には加入時期に合わせて受診票を送付(同封の実施医療機関一覧表に記載の医療機関で受診)／健康課☎51-7006
②後期高齢者医療制度加入者		
③生活保護受給者(40歳以上)		
④ほかの医療保険(協会けんぽ・共済組合など)加入者(40歳以上)	特定健診は各医療保険者が実施します。実施方法・受診期間などは加入の医療保険に問い合わせください	生活福祉課☎60-1849
加入届出日		案内送付
4月1日時点の加入者		5月末
4月2日～10月31日に加入した方		加入後、順次

6月4日～10日は歯と口の健康週間

よい歯のための集い

よい歯の表彰、歯と薬の無料相談。

日時：6月21日(土)午後2時30分(開場2時)▶場所：公会堂▶費用：無料▶主催：市歯科医師会▶そのほか：特別講演「林家三平独演会」▶申込：不要(先着順)▶問：健康課☎51-0700

令和7年度 子宮がん検診

イメージ

対象者に受診票を送付しました。受診は2年に1回です。

期間：6月2日(月)～令和8年1月31日(土)▶場所：市内指定医療機関▶対象：8年3月31日時点20歳以上で昨年度受診していない女性▶費用：無料▶持ち物：受診票、健康保険証など住所と年齢が分かるもの▶申込・問：市内指定医療機関に直接予約。5月中旬以降に転入した方は申込フォーム・電話または直接健康課☎51-7006へ。

令和7年度 乳がん検診

イメージ

対象者に受診券シールを送付しました。受診は2年に1回です。

期間：6月2日(月)～令和8年2月28日(土)▶場所：市内指定医療機関▶対象：8年3月31日時点40歳以上で昨年度受診していない女性▶費用：1000円▶持ち物：受診券シール、健康保険証など住所と年齢が分かるもの▶そのほか：女性のためのセット検診(乳がん・胃がんエックス線・肺がん、無料)の受診を希望する場合はハガキ・封書・市HPまたは直接健康課へ▶申込・問：市内指定医療機関に直接予約。5月中旬以降に転入した方は市HP・電話または直接健康課☎51-7006へ。

令和7年度 眼科健康診査

問診、屈折検査、視力検査、眼圧検査、細隙灯顕微鏡検査、眼底検査。

期間：6月2日(月)～令和8年3月31日(火)▶場所：市内指定医療機関▶対象：市内在住で40歳以上の方▶費用：500円▶持ち物：受診券シール、健康保険証など住所と年齢が分かるもの、眼鏡(使用している方)▶そのほか：国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入の方は、内科の健康診査受診後に発行される眼科健康診査受診票を持って受診▶申込・問：市内指定医療機関に直接予約。4月以降に転入した方は申込フォーム・電話または直接健康課☎51-7006へ。

腰痛予防エクササイズ～今日からは始めるセルフケア!～

デスクワークやスマホ操作などの日常生活動作からくる腰痛の予防や姿勢改善。

日時：6月28日(土)午後2時～3時10分▶場所：保健センター健康増進室▶対象：市内在住で20～64歳の方、30名(申込順)▶講師：健康づくり人材バンク健康運動指導士▶費用：無料▶そのほか：運動制限がある・腰痛の急性期や日常生活に介助を要する方不可▶申込・問：6月25日までに二次元コードまたは電話で健康づくり支援センター☎51-0793へ。

知って得する!カラダのセミナー

目からウロコの簡単自分ケア。筋肉・脂肪量などを知る体組成測定と結果説明、栄養・運動講座。

日時：6月20日(金)午前9時25分～正午(受付9時20分)▶場所：保健センター多目的ホール▶対象：市内在住で65歳以上の方、16名(申込順)▶講師：健康づくり人材バンク▶費用：無料▶そのほか：ペースメーカー使用者・前回の体組成測定から1年未満の方不可▶申込・問：前日までに二次元コード・電話または直接健康づくり支援センター☎51-0793へ。

「インボディミニ測定」で前回の体の変化をチェックしよう

過去に「知って得する!カラダのセミナー」に参加した方に、測定のみを実施します。

日時：6月20日(金)午前10時30分～11時30分(1名10分)▶場所：保健センター講座室▶対象：市内在住ではつつメンバー(当日申込可)の方、7名(申込順。ペースメーカー使用者・妊娠中の方・前回体組成測定から1年未満の方不可)▶費用：無料▶申込・問：前日までに電話または直接健康づくり支援センター☎51-0793へ。

休日の医療機関

6月1日(日)～14日(土)

初期救急 (入院を要しない急病)○印=午前9時～午後5時 ◎印=午後5時～10時

必ず事前に連絡してから受診してください。

・症状などによってほかの病院での受診をお勧めする場合があります。

・内科に小児、小児科に成人が受診する場合は事前に電話連絡が必要です。

・午前9時～午後5時の間に1時間の休憩時間があります。

・詳細については各医療機関に電話でお問い合わせください。

日	医療機関名	診療科目	住 所	☎
1日(日)	○武蔵境駅前こどもクリニック	小児科	境南町 2-8-17-201 号室	26-1031
	○樋口クリニック	内科	中町 1-13-1	56-3588
	○もとはし内科	内科	吉祥寺北町 2-19-9	23-6886
	◎武蔵野陽和会病院	内科	緑町 2-1-33	52-3212
8日(日)	○渡辺医院	内科・小児科	吉祥寺本町 4-7-9	22-8937
	○若狭内科クリニック	内科	境南町 2-12-12	34-5266
	○◎武蔵野陽和会病院	内科	緑町 2-1-33	52-3212

二次救急 (入院を要する救急) 平日夜間、休日 24 時間

* 小児科は武蔵野赤十字病院で対応

武蔵野陽和会病院	内科・外科	緑町 2-1-33	☎52-3212
----------	-------	-----------	----------

二次救急・三次救急 (二次救急では対応できない救命・救急)

武蔵野赤十字病院	境南町 1-26-1	☎ 32-3111
----------	------------	-----------

※同病院では、初診時に紹介状と予約が必要。まずはかかりつけ医へ。休日・夜間に緊急性の低い方が外来受診した場合、時間外選定療養費 (8800 円) の負担あり (15 歳未満は 5500 円) ▶問：同病院

歯科診療	午前9時～午後5時	電話連絡の上、受診	
1日(日)	内山歯科医院	吉祥寺南町4-27-10	☎48-2094
8日(日)	内海歯科クリニック	境1-5-14 プチメゾン1階	☎51-6487

調剤薬局

休日に開いている薬局については市薬剤師会HP参照

https://www.musayaku.jp/holiday

●市外の医療機関でも休日診療を実施している場合があります。近隣区市の休日医療機関は、市HP「市内・都内の医療機関」参照

●以下の電話案内、インターネットサービスにおいても市外の休日医療機関を検索できます

医療機関の検索について

東京都医療機関案内「ひまわり」☎03-5272-0303(自動応答)

FAX03-5285-8080(聴覚障害者向け)

☎03-5285-8181(foreign language 外国語)毎日9-20

厚生労働省「医療情報ネット(ナビ)」▶

病院に行く? 救急車を呼ぶ? 迷ったときの相談先

救急車の台数には限りがあります。本当に必要としている方のためにご協力をお願いします。

東京消防庁救急相談センター

電話相談 #7119または☎042-521-2323

子供の健康相談室(東京都小児救急相談)

月～金18-翌8/土日祝年末年始24時間

#8000 または☎03-5285-8898

6月申込の健診・検診		経過観察中・自覚症状のある方は医療機関で受診をしてください。詳細は「がん検診ガイド」、市HP参照▶ 対象 (年齢は令和8年3月31日時点)、 認定員 、 実施機関 、 費用 ▶ 問 :健康課☎51-7006、健康づくり事業団☎51-2828
種類	受診日／対象者・内容など	申込
40歳からの女性のためのがん検診(乳がん・胃がんエックス線・肺がんセット検診)	7月4日(金)／午前8時30分～11時15分 ④40歳以上の女性。昨年度市の乳がん検診・胃がん内視鏡検診を受診した方、妊娠中または可能性のある方、授乳中または断乳後3カ月以内の方、職域などほかで受診機会がある方は対象外④15名(申込順)④健康づくり事業団④問診、乳房エックス線検査(マンモグラフィ)、胃部エックス線検査(バリウム検査)、胸部エックス線検査、喀痰細胞診(基準に該当する方のみ) ④無料(3種すべて受診が条件)	ハガキ・封書(記入事項は以下)または直接健康課へ。市HPから申込可【記入事項】「7月の40歳からの女性のためのがん検診希望」、住所、氏名、生年月日、電話番号、託児希望は子の氏名・生年月日・性別
胃がんエックス線・肺がんセット検診	7月2日(水)・5日(土)・7日(月)・9日(水)／午前8時30分～11時15分 胃:④35歳以上で、昨年度市の胃がん内視鏡検診未受診の方④問診、胃部エックス線検査(バリウム検査) 肺:④40歳以上の方④問診、胸部エックス線検査、喀痰細胞診(基準に該当する方のみ) 【共通】妊娠中または可能性のある方、職域などほかで受診機会がある方は対象外④60名(申込順)④健康づくり事業団④無料	ハガキ・封書(記入事項は以下)または直接健康課へ。市HPから申込可【記入事項】「胃・肺セット検診希望」・「胃がん検診希望」、第3希望日まで(時間指定不可)、住所、氏名、生年月日、電話番号
肺がん検診	④40歳以上の方。妊娠中または可能性のある方、職域などほかで受診機会がある方は対象外④市内指定医療機関④問診、胸部エックス線検査、喀痰細胞診(基準に該当する方のみ)④無料 ※検診日時は、市から受診券シールが届いたら直接医療機関に予約 ※医療機関は予告なく変更する場合があります	ハガキ・封書(記入事項は以下)または直接健康課へ。市HPから申込可【記入事項】「肺がん検診希望」、住所、氏名、生年月日、電話番号
若年層胸部検診	④16～39歳の方④健康づくり事業団④問診、胸部エックス線検査④無料	電話または直接健康づくり事業団へ
肝炎ウイルス検診	④40歳以上で同検診未受診の方、ほかに受診機会のない方 ※市国保、後期高齢者医療制度加入者は健診時に実施④健康づくり事業団④問診、血液検査④無料	
若年層健康診査	④16～39歳の方でほかに健診の機会がない方④市内指定医療機関④問診、身体測定(腹囲を含む)、血圧測定、尿検査、血液検査、胸部エックス線検査④無料 ※健診日時は市から受診票が届いたら直接医療機関に予約	ハガキ・封書(記入事項は以下)または直接健康課へ。市HPから申込可【記入事項】「若年層健康診査希望」、住所、氏名、生年月日、電話番号
歯科健康診査	6月2日(月)～令和8年2月28日(土) ④20・25・30・35歳、40歳以上の方。手元に受診券シールが届いていない方は健康課へ④市内指定歯科医療機関④歯科健診④無料 ※健診日時は、市から受診券シールが届いたら、直接医療機関に予約	電話または直接健康課☎51-7006へ市HPから申込可
妊婦歯科健診	④妊娠中の方④市内指定歯科医療機関④歯科健診④無料 ※受診票は母子健康手帳と共に交付(母と子の保健バッグに同封)	転入の方は電話または直接健康課☎51-0700へ

●申込先の市内施設の住所は、3 頁、11 頁、見出し部分をご覧ください(市役所内の課へは〒180-8777 で届きます。住所不要)

●市外局番「0422」は省略

●HP＝ホームページ ●講師の方などの敬称略 ●受け付け開始日について表記のないものは発行日 1 日・15 日各施設の開館時間から受け付けます