

発行 東京都稲城市  
編集 秘書広報課広報広聴係  
住所 〒206-8601 稲城市東長沼2111  
電話 042-378-2111  
FAX 042-377-4781  
開庁時間 午前8時30分～午後5時



人口と世帯数		
令和5年11月1日現在		(前月比)
人口	93,808人	(3人増)
男	46,930人	(9人減)
女	46,878人	(12人増)
世帯数	42,844世帯	(11世帯増)

※人口及び世帯数は、住民基本台帳によるものです。

最新情報は市HPをチェック!

稲城市  検索



メール配信サービスの登録  
左記または「inacity@emp.ikkr.jp」に  
空メールを送信してください。

# 令和5年度 市政功労者を表彰

問 総務契約課総務係

市政に功労のあった方を市制施行記念日に併せて表彰しています。今年は自治功労表彰として市政に功労のあった方30人、一般表彰として福祉・安全対策・体育の振興に尽力された方等26人と7団体が11月1日に表彰されました。

## 自治功労表彰を受章された皆様



後列(左から)  
岩田 光子さん、榎本 勝美さん、  
角田 賢司さん、下田 隆夫さん、  
谷平 茂さん、富岡 純子さん  
前列(左から)  
市瀬 寿子さん、中山 賢二さん、  
浅井 充子さん、安部 徹さん、  
石垣 信男さん、伊勢川 岩根さん



後列(左から)  
木村 信幸さん、近藤 宗人さん、  
佐野 幸代さん、當野 彰さん、  
梶浦 貴代子さん  
前列(左から)  
馬場 芳則さん、堀江 宏紀さん、  
松田 圭子さん、村上 真理子さん、  
米澤 久美子さん、城所 和子さん

### 自治功労表彰受章者(敬称略)

(故)荒井 健		肥田 文隆	個人情報保護運営審議会委員
市瀬 寿子	議員	星野 美佐子	学校医・眼科医
中山 賢二		堀江 宏紀	学校歯科医
浅井 充子	図書館協議会委員	松田 圭子	学校薬剤師
安部 徹	学校医・内科医	村上 真理子	廃棄物減量等推進審議会委員
石垣 信男		米澤 久美子	図書館協議会委員
伊勢川 岩根	青少年委員ほか	渡部 啓子	学校薬剤師
岩田 光子	消防委員会委員ほか	渡辺 紀夫	学校歯科医
上野 慎也	学校医・眼科医	城所 和子	
榎本 勝美	行政連絡員ほか	木村 信幸	
角田 賢司	多摩都市計画事業稲城榎戸土地区画整理審議会委員ほか	近藤 宗人	
下田 隆夫	多摩都市計画事業稲城榎戸土地区画整理審議会委員	佐藤 久美子	民生委員・児童委員
谷平 茂	学校医・内科医	佐野 幸代	
富岡 純子	民生委員推薦会委員	當野 彰	
馬場 芳則	消防委員会委員ほか	梶浦 貴代子	

一般表彰の皆様は2面でご紹介しています。

# 一般表彰を受章された皆様

☎総務契約課総務係



後列(左から) 張 洋子さん、古林 好江さん、町田 君枝さん、宮原 惠津子さん、横田 まり子さん、瀬野 明子さん、島 啓子さん

前列(左から) 石井 律夫さん、岩田 光子さん、大類 治美さん、川崎 道子さん、杉山 眞砂子さん、玉木 トシさん



後列(左から) 稲城上平尾土地区画整理組合、(株)エスレコ、東京稲城ロータリークラブ、東京ヴェルディ(株)、南進開発(株)、野村不動産(株)、横田 聡さん

前列(左から) 一戸 瑞人さん、堂前 貞雄さん、長谷沢 悟さん、山田 浩幸さん、熊澤 登志也さん、百瀬 幸治さん

## 一般表彰受章者(敬称略)

### 社会福祉功労

石井 律夫	社会福祉協議会会長
-------	-----------

### 安全対策功労

岩田 光子	女性防火クラブ会長ほか
大類 治美	女性防火クラブ副会長ほか
川崎 敏子	女性防火クラブ理事ほか
川崎 道子	
杉山 眞砂子	女性防火クラブ副会長ほか
高木 清江	女性防火クラブ理事ほか
玉木 トシ	
張 洋子	
古林 好江	
町田 君枝	
宮原 惠津子	
横田 まり子	

### 地域活動功労

瀬野 明子	明るい選挙推進委員
-------	-----------

### 社会体育功労

島 啓子	総合型地域スポーツクラブ(クラブ)会長ほか
飯干 祐一	剣道連盟副会長ほか
一戸 瑞人	サッカー連盟理事
堂前 貞雄	テニス連盟副理事長ほか
菅原 広文	ソフトテニス連盟理事長ほか
長谷沢 悟	サッカー連盟理事
山田 浩幸	卓球連盟理事ほか
熊澤 登志也	サッカー連盟審判部部長ほか
百瀬 幸治	テニス連盟理事長ほか

### 徳行

稲城上平尾土地区画整理組合	市への金員の寄附
(故)大森 三枝子	市立病院への金員の寄附
(株)エスレコ	市への金員の寄附
(株)ストライク	市への金員の寄附
東京稲城ロータリークラブ	プラスチックごみ分別啓発マグネットの寄附
東京ヴェルディ(株)	ランドセルカバーの寄附
南進開発(株)	市への金員の寄附
野村不動産(株)	公園用地、公園施設の寄附
横田 聡	市立病院への金員の寄附

### 公益功績

スティーブ オカモト	姉妹都市提携に貢献
------------	-----------

# 叙勲等を受章された皆様

市内にお住まいの次の方々、秋の叙勲等を受章されました。おめでとうございます。

☎総務契約課総務係

## 秋の叙勲

### 瑞宝小綬章

折木 榮一氏(元日本橋税務署長)

### 旭日双光章

松本 正美氏(現全国管工事業協同組合連合会理事)

## 危険業務従事者叙勲

### 瑞宝双光章

田中 誠一氏(元稲城市消防監)

### 瑞宝単光章

上村 清春氏(元警視庁警部)

マスクの着用について

3月13日からマスク着用は個人の判断が基本となりましたが、主催者の判断でマスク着用を求められる場合があります。詳細は市HPをご覧ください。総務契約課総務係 ☎1011

### いなぎ日曜市

市内の農家や商工会加盟店が集まり、新鮮な採れたて野菜や加工品等を販売します。

- 📅12月10日(日)・24日(日)
- 🕒午前10時～11時(売り切れ次第終了)
- 📍コーチャンフォー若葉台店地下駐車場(若葉台2-9-2)
- 📞稲城市農業委員会(経済課農政係)



▲大切なおもちゃを治します

**おもちゃの病院**  
壊れたおもちゃを治療します。受付で症状を伺いますので、お子さんと一緒にお越しください。取扱説明書や元箱等があれば一緒にお持ちください。

**対市内在住の方**  
📅12月16日(土)  
🕒午前10時～正午(ご予約制(当日受付不可))

**場**城山体験学習館  
**定**12組申込者多数の場合は抽選し、結果・受付時間を連絡  
**費**無料(部品交換は要実費)  
※おもちゃは1組2点まで



※モデルガン等の危険な物、法令適合が確認できない物、最初から壊れていた中古購入品等は対象外  
📄申し込みフォーム(下記参照)  
📅12月6日(水)午前8時30分募集します  
**診療スタッフ**  
おもちゃの病院の診療スタッフ(ボランティア)を募集しています。当日の見学も可能です。詳細はボランティア団体より説明しますので、お気軽にお問い合わせください。

**先**📞生活環境課ごみ・リサイクル係

### ご確認ください 年末・年始のごみ収集日程

年末は大掃除等で、ごみ等不用品がたくさん出る時期です。また、年末・年始の収集日は、普段と異なる場合がありますので、ごみ・リサイクルカレンダーで収集日を確認し、計画的にごみ出ししましょう。

**発**泡スチロール・乾電池・牛乳パック・ライター・使用済み小型電子機器(拠点回収)  
年末は12月28日(木)まで、年始は令和6年1月4日(木)

12/5(火)・坂浜、12/12(火)・大丸、全ての作業日・東長沼(作業日前週の金曜日午前中までに電話で申し込みのうえ、持ち込む場所を確認し、土・月曜日までに必ず葉を取り除いてから持ち込みください)の剪定枝や取り除いた葉は、燃えるごみの日に混ぜて2袋(束)まで無料収集します。📞生活環境課ごみ・リサイクル係

から持ち込みできません(施設閉館日を除く)。回収場所・各拠点の回収品目は、ごみ・リサイクルカレンダーをご確認ください。

**粗大ごみの申し込み**  
インターネット受付は年末年始も受付可能です。電話申し込みは、年末は12月28日(木)午後5時まで、年始は令和6年1月4日(木)午前8時30分までから申し込みを再開します。年内収集を希望の方は早めにお申し込みください。

**し尿受付・くみ取り**  
年末は12月28日(木)午前11時まで、年始は令和6年1月4日(木)から受け付けを再開します。

**📞生活環境課ごみ・リサイクル係**

### ごみの量(10月)

家庭ごみ 前年同月比で約5.4%の減量

区分	市内収集量(t)	1人1日当たり(g)
燃えるごみ	1,052(△34)	362(△13)
燃えないごみ	72(△25)	25(△9)
合計	1,124(△59)	387(△22)
プラスチックごみ	74(-)	25(-)

※( )内は前年同月比です。

### 税金の納付方法

12月25日(月)は市・都民税第4期、固定資産税・都市計画税の納付日です。

**例年、1月下旬より課税課、平尾・若葉台出張所で配布していた確定申告書は、十分な数量が確保できないため、日野税務署と協議の結果、今年度より配布しないことになりました。確定申告書の交付を希望する方は、直接、日野税務署へお問い合わせください。**

📞日野税務署 ☎042・585・5661



**東京都主税局からの お知らせ**  
**年末年始における窓口業務**  
都税事務所・都税支所・支庁、都税総合事務センター・自動車税事務所での都税の申告・納付・証明等の発行は、年末は12月28日(木)まで、年始は令和6年1月4日(木)からとなります。12月29日(金)

**国民年金 住所・名前に変更があった際の届け出**  
国民年金第1号被保険者の住所・名前が変わった場合、原則届け出は不要です。ただし、マイナンバーと基礎年金番号が結びついていない方、マイナンバーをお持ちでない方、厚生年金加入者とその被扶養配偶者は届け出が必要です。

📞届出先  
○国民年金第1号被保険者Ⅱ  
国民年金課年金係 ☎042・3611011

**市では配布しません 確定申告書**  
令和6年1月3日(水)の間に申告書・申請書を提出する場合は、都税事務所・都税支所等に設置している「申告書等受箱」をご利用ください。

📞八王子都税事務所 ☎042・644・1111

**点字で納税通知書の内容をお知らせします**  
対象の税金は個人事業税、自動車税種別割です。お知らせする内容は、税金の種類、納税義務者氏名、納税通知書番号、納期限、税額、問い合わせ先です。ご希望の方は、令和6年2月29日(木)までにご連絡ください。令和6年度分から点字のお知らせを同封します。

📞東京都主税局総務課相談広報班 ☎03・5388・2925

**12月は地球温暖化防止月間**  
地球温暖化の原因を理解し、地球温暖化を防止するために、できることに取り組みましょう。

**📞緑と環境課環境政策係**

**地球温暖化の原因って何?**  
地球温暖化は二酸化炭素等の「温室効果ガス」の排出量が人間活動の活発化等により増加することで引き起こされます。稲城市では家庭部門での二酸化炭素の排出が最も多く、市内の温室効果ガス排出量の約40%を占めています(右図参照)。地球温暖化を食い止めるためには一人ひとりの取り組みが重要です。

**国民健康保険 個別に発行しています**  
国民健康保険に加入している方への医療費通知は、個別に発行しています。必要の方は、お問い合わせください。

📞国民健康保険課国民健康保険係 ☎042・3611011

**稲城市防災訓練が行われました(11月5日・向陽台小学校)**  
1,878人(関係機関含む)が参加し、避難所設営・運営訓練、特殊車両展示、梯子車乗車体験、炊き出し訓練等を通じて、大人から子どもまで、多くの方が防災に関する知識を深めました。

**シャッター**

**省エネ家電で二酸化炭素排出削減!**  
例えば太陽光発電設備を家庭に設置すると、二酸化炭素の排出が少なく発電できます。他にも、省エネ家電への買い替えで二酸化炭素排出を約40%削減できる可能性があります。

**カーボンニュートラル推進住宅設備等導入費補助金**  
市では、住宅に地球温暖化対策等につながる機器を導入した方に補助金を交付しています。申請期限は令和6年3月15日(金)です。詳細は市HP(右記参照)をご覧ください。

📞市HP

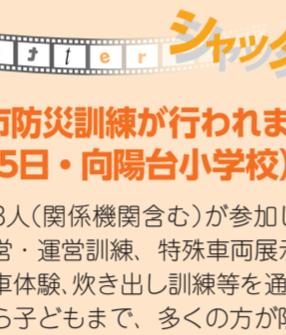
**家庭で省エネに取り組んでみよう!**  
省エネに取り組むことで、二酸化炭素の排出量が削減できる他、光熱費の削減にもつながります。日常のちょっとした工夫で省エネに取り組みましょう。家庭での省エネ方法は「東京都環境局」HP内「家庭の省エネハンドブック」(下記参照)をご覧ください。

**日常でできる省エネ一例**  
○暖房器具使用時は、窓に厚く長いカーテンをかける  
○電気ポットの長時間保温はしない  
○白熱電球をLED電球に交換する

📞「東京都環境局」HP

**令和2年度の部門別二酸化炭素排出量**

出典:「多摩地域の温室効果ガス排出量(1990年度～2020年度)」



**シャッター**  
📞稲城市防災訓練が行われました(11月5日・向陽台小学校)

**国民健康保険 個別に発行しています**  
国民健康保険に加入している方への医療費通知は、個別に発行しています。必要の方は、お問い合わせください。

📞国民健康保険課国民健康保険係 ☎042・3611011



**シャッター**  
📞稲城市防災訓練が行われました(11月5日・向陽台小学校)

出張あそびの広場はぐはぐ・子育てサポーターの日

Table with columns: 会場, 出張あそびの広場はぐはぐ (期日, 時間), 子育てサポーターの日 (期日, 時間). Rows include 第二文化センター児童館, 第三文化センター児童館, 本郷児童館, etc.

※表内下線はベビー&マタニティの日(0歳のお子さんと保護者・出産予定の方が対象)



遊びに来ませんか 親子の交流の場... 子育てサポーターの日... 詳細は市HPをご覧ください。

ひとり親家庭等が対象の手当... ひとり親家庭等が対象の手当には、児童扶養手当(国制度)と児童育成手当(都制度)があります。

児童手当から支払えます 未納分は児童手当から差し引いて給食費の支払いに充てられます。

未納がある方へ 口座振替払いの方 直近の納期に、これまでの未納額も併せて引き落としします。

今後の納期 1月分 12月25日(月) 2月分 令和6年1月31日(水) 3月分 令和6年2月29日(木)

納入をお忘れなく 必ず納期内に納入をお願いします。督促等でも納入されない場合は、法的措置を実施します。

日時 左上表参照 場所 広場向陽台 0106 学校給食費

ファミリー・サポーター・センター 利用会員向け 事業説明会 子育ての援助を受けたい方と、子育ての支援を行いたい方が会員となり、地域の中で

児童育成手当 11・3・5・7・9・11月 児童育成手当 2・6・10月 子育て支援課手当助成係

申請が必要で、所得制限等の支給要件があります。 申請のいづれかに該当し、18歳到達の年度末までの児童を養育している方

人権週間行事 人権啓発パネル展示 人権に関する作文の展示や人権啓発物品を配付します。

第20回こどもからの人権メッセージ発表会 多摩地域9市の小学生が、人権についての様々な体験を発表する他、八王子市立鎌水小学校金管バンドによる演奏も行われます。

中高生の居場所・いなぎFFネットワーク いなぎFFネットワークは、中高生がホッとくつろげる居場所づくりに取り組んでいます。

12月21日(木) 12月22日(金) 12月23日(土) 12月24日(日) 12月25日(月)

子育てをする有償の助け合いの活動です。登録している活動員が子どもの預かり、保育施設や学童クラブまでの送迎を行います。

家族介護者教室 自分で考える「生き方」「逝き方」 寝たきりや認知症になった場合に「誰に」「どこで」介護してもらいたい元気なうちから考えることも大切です。

高齢福祉 家族介護者教室 介護者交流会 地域の相談場所や福祉サービスを知ろう!

都市計画の告示 都市計画の変更について告示しました。 11月28日

抑制します 年末年始の道路工事を抑制します。 年末年始の道路工事は、年末年始の道路混雑と事故防止のため、道路工事・占用工事は緊急の場合を除き、工事を抑制します。

まちづくり 削減による環境負荷の低減をはじめ、電気料金の削減、安全安心なまちづくりを推進するため、平成25年度に設置したLED防犯灯を全て交換する工事を実施しています。

健康のための栄養教室 毎日の料理に欠かせない野菜&海藻(副食編) 野菜や海藻類等を使って、美味しくバランスが取れた食事で、免疫力をアップしましょう。「栄養満点!簡単一品メニュー」も紹介します。

LED防犯灯交換工事 実施中です 市では、二酸化炭素排出量の削減に貢献するため、LED防犯灯の交換工事を実施しています。

LED防犯灯交換工事 実施中です 市では、二酸化炭素排出量の削減に貢献するため、LED防犯灯の交換工事を実施しています。

抑制します 年末年始の道路工事を抑制します。 年末年始の道路工事は、年末年始の道路混雑と事故防止のため、道路工事・占用工事は緊急の場合を除き、工事を抑制します。

削減による環境負荷の低減をはじめ、電気料金の削減、安全安心なまちづくりを推進するため、平成25年度に設置したLED防犯灯を全て交換する工事を実施しています。

健康のための栄養教室 毎日の料理に欠かせない野菜&海藻(副食編) 野菜や海藻類等を使って、美味しくバランスが取れた食事で、免疫力をアップしましょう。「栄養満点!簡単一品メニュー」も紹介します。

LED防犯灯交換工事 実施中です 市では、二酸化炭素排出量の削減に貢献するため、LED防犯灯の交換工事を実施しています。

LED防犯灯交換工事 実施中です 市では、二酸化炭素排出量の削減に貢献するため、LED防犯灯の交換工事を実施しています。

抑制します 年末年始の道路工事を抑制します。 年末年始の道路工事は、年末年始の道路混雑と事故防止のため、道路工事・占用工事は緊急の場合を除き、工事を抑制します。

削減による環境負荷の低減をはじめ、電気料金の削減、安全安心なまちづくりを推進するため、平成25年度に設置したLED防犯灯を全て交換する工事を実施しています。

健康のための栄養教室 毎日の料理に欠かせない野菜&海藻(副食編) 野菜や海藻類等を使って、美味しくバランスが取れた食事で、免疫力をアップしましょう。「栄養満点!簡単一品メニュー」も紹介します。

LED防犯灯交換工事 実施中です 市では、二酸化炭素排出量の削減に貢献するため、LED防犯灯の交換工事を実施しています。

シルバー人材センター 入会説明会 市内在住の60歳以上で働く意欲がある方 12月7日(木)・12日(火) 午後1時30分〜午後3時 5人(申込先着順) ※お子さんの同伴不可 電話 377・2212 場先 377・2212

### 申請期限が迫っています 住民税非課税 世帯等臨時 特別給付金

支給要件確認書・申請書を受け付けています。要件等詳細は市庁をご覧ください。  
※転入者を含む世帯や住民税未申告者を含む世帯等、要件を満たしていても確認書が届かない世帯は申請が必要です。  
限12月28日(木)必着  
※期限を過ぎると受け付けできません。

- お祭りへの寄附や差し入れ
- 町内会の集会や催し物への寸志・差し入れ
- 落成式・開店祝いの花輪
- お歳暮等の贈り物
- 秘書や家族等が代理で出席する場合の結婚祝いや香典
- 葬儀の花輪・供花

選挙管理委員会事務局

### 12月・1月は 政治家の寄附 禁止PR強化期間

贈らない! 求めない!  
受け取らない!

令和5年度明るい選挙啓発ポスターコンクール稲城市審査会で選ばれた作品の展示を行います(右下表参照)。ぜひご覧ください。

### 明るい選挙啓発 ポスター作品展

令和5年度明るい選挙啓発ポスターコンクール稲城市審査会で選ばれた作品の展示を行います(右下表参照)。ぜひご覧ください。

### 市民活動サポート センターいなぎ

休館します  
地域振興プラザ

展示スケジュール  
展示期間 会場  
12月14日(木)~19日(火) スーパー三和稲城店  
12月21日(木)~令和6年1月9日(火) 中央文化センター  
令和6年1月11日(木)~16日(火) 第二文化センター  
令和6年1月18日(木)~23日(火) 第三文化センター  
令和6年1月25日(木)~30日(火) iプラザ

### 社会福祉協議会

シニア就活支援  
セミナー  
自分を再発見!  
始めてみよう就職活動

新しい職場や仕事に就くために、これまでの経験から自分の強み(自己PR)を発見しませんか。シニアの就職事情や就職活動の進め方もお伝えします。  
対 おおむね55歳以上の方  
令和6年1月15日(月)  
午後1時30分~4時  
場 地域振興プラザ4階会議室  
定 40人(申込先着順)  
内 講義、グループワーク  
講 金子 由美子氏(1級キャリア・コンサルティング技能士)  
持 雇用保険受給資格者証お持ちの方  
申 電話、ファクス、メール必要  
事項 〇氏名 〇住所 〇年齢 〇電

### シルバー人材センター

スマホ・パソコン教室  
詳細はパソコン教室(下記参照)をご覧ください。  
申 電話、はがき、申し込みフォーム  
ひるば(なんでも相談会)  
毎週月曜日、第4土曜日(申込不要)  
時 午前10時~  
費 1千円  
場 先 206・0802 稲城市東長沼2112の1 稲城市地域振興

施設の特典清掃のため、12月17日(日)は臨時休館します。  
社会福祉協議会総務係  
378・3366  
ご協力ください  
歳末たすけあい運動  
(12月1日~31日)  
期間中、民生・児童委員、自治会関係者、ボランティア活動者、当協議会役員が地域を回り戸別に募金をお願いします。また駅頭やスーパーマーケットの店頭で街頭募金を行います。詳細は社会福祉協議会(HP)をご覧ください。  
社会福祉協議会 378・3800

## TOKYO GIANTS TOWN への道

inagacity X TOKYO GIANTS TOWN

南山地区で計画されている「TOKYO GIANTS TOWN」は、2025年3月に新球場の開場、2026年度中に水族館を併せたグランドオープンが予定されています。稲城市と読売ジャイアンツ等が行う気運醸成のための様々な取り組みを、定期的にご紹介します。

**宮本 和知氏(読売ジャイアンツ・女子チーム監督)が稲城市観光大使に就任!**

この度、稲城市観光協会の推薦により、読売ジャイアンツ・女子チーム監督の宮本 和知氏が新たに稲城市観光大使として認定され、10月21日の第22回 いなぎ市民まつりで任命式を行いました。今後、更なる稲城市の魅力発信につながるよう努めていきます。

問 観光課観光係



▲写真左から稲城市観光協会事務局長の池上氏、宮本氏



▲高橋市長と宮本氏によるトークショーの様子

マスクの着用について 3月13日からマスク着用は個人の判断が基本となりましたが、主催者の判断でマスク着用を求められる場合があります。詳細は市庁をご覧ください。問 総務契約課総務係

### お気軽にご相談ください 福祉くらしの相談窓口

仕事・就職・家計・債務・滞納・住まいのこと等、生活に困り事があればご相談ください。専門の相談員が一人ひとりの状況に応じて支援をします。

話づらい場合は個室を用意します。心身の状態により来庁が難しい場合は、訪問相談もしています。まずはお問い合わせください。

#### 相談・支援事例

- 長期間仕事をしていないため、自分にできることが分からず働く自信が持てない  
まずはご相談ください。一人ひとりの状況に応じて個別に支援プログラムを作成します。
- パソコンが使えない、働くための基本的なことが分からない  
パソコンの基本操作やインターネットの活用等を一緒に練習します。
- 家族がひきこもりの状態で心配  
家族からの相談も承ります。
- 家計が赤字になってしまう、お金の困っているが家族に相談できない  
専門の相談員が家計の分析・整理や家計表の作成等を行います。
- 現在住んでいる家の家賃が高くて引っ越したい、住まいについて相談したいことがある  
安い賃貸への転居や住まい探しのアドバイスをします。
- 郵便物や書類の整理が苦手、年金等の手続きが分からず、受け取れていない  
郵便物の整理や年金申請等をお手伝いします。

場 生活福祉課地域福祉福祉くらしの相談窓口

詳細はパソコン教室(下記参照)をご覧ください。  
申 電話、はがき、申し込みフォーム  
ひるば(なんでも相談会)  
毎週月曜日、第4土曜日(申込不要)  
時 午前10時~  
費 1千円  
場 先 206・0802 稲城市東長沼2112の1 稲城市地域振興

プラザ3階 ☎377・2212  
市デジタルデバイス  
スマートフォン教室  
対 市内在住でスマートフォンをお持ちの方  
日 時 場 下記参照  
定 各10人(申込先着順)  
内 〇初心者向け講座 〇基本的な使い方、インターネット等の使い方  
〇LINE等アプリ応用講座  
〇LINE等アプリの詳しい使い方  
〇スマホ相談会 〇困った事・分からない事の相談

講座名	会場	期日	時間
初心者向け講座	第二文化センター	12月7日(木)	午前10時~正午
	地域振興プラザ	令和6年1月19日(金)	
LINE等アプリ応用講座	iプラザ	12月22日(金)	〇1部=午後1時30分~2時30分 〇2部=午後2時30分~3時30分
	第三文化センター	令和6年1月23日(火)	
スマホ相談会(1部・2部とも同内容)	第二文化センター	12月7日(木)	〇1部=午後1時30分~2時30分 〇2部=午後2時30分~3時30分
	iプラザ	12月22日(金)	
	地域振興プラザ	令和6年1月19日(金)	
	第三文化センター	令和6年1月23日(火)	

凡例 ▶ 対 対象(記載のない場合はどなたでも) 日 期日 時 時間 場 会場 定 定員(記載のない場合は定員なし) 内 内容 講 講師 持 持ち物



親子歯みがき教室  
〜0歳児のケア〜

「歯みがきってどうするの?」「歯が生え始める頃は?」「の?」と思っている方、親子で歯みがき等の準備をしませんか。

対7〜10カ月の初めてのお子さん  
さんと保護者(保護者のみの参加可)

日12月13日(水)  
時午前9時20分〜、午前10時  
※時間指定不可

12月1日〜12月15日の休日急病診療所・休日薬局

診療時間=午前9時〜午後5時(受付時間は各医療機関にお問い合わせください)  
※休日急病診療でのPCR検査は行いません。  
問保健センター ☎378-3421(土・日曜日、祝日=稲城消防署 ☎377-7119)

Table with 4 columns: 日程, 医療機関, 薬局, 地区. Rows for 12月3日(日) and 12月10日(日).

12月の乳幼児健診事業

場問おやこ包括支援センター(保健センター内) ☎378-3434

Table with 4 columns: 事業名, 対象, 実施日, 備考. Rows for 赤ちゃん訪問, 3〜4カ月児健康診査, 1歳6カ月児健康診査, 3歳児健康診査, 1歳児歯科健康診査.

※3〜4カ月児健康診査時に6〜7カ月・9〜10カ月児健康診査の受診票を交付します。  
※1歳児歯科健康診査は第1子・多胎児が対象となります。

定各回5人(申込先着順)  
内ミニ集団での講話歯のケアと離乳食の進め方について  
持母子健康手帳、歯ブラシ(使っている場合のみ)  
申電話(12月4日(月)〜)  
場先問保健センター ☎378-3421

オーエンス健康プラザ  
動かしませんか

1〜3月コース型教室  
各教室の詳細は「オーエンス健康プラザ」(P)下記参照をご覧ください。  
QRコード

対日時費下表参照  
※参加費の納入後の返金不可  
定各20人(申込者多数の場合は抽選し、12月20日(水)以降に

通知  
※2〜3歳の親子体操は親子13組  
申往復はがき(必要事項)教室名○氏名(2〜3歳の親子体操は親子の氏名)○年齢○住所  
もは生年月日も○性別○住所  
電話番号  
※1人1教室につき一通のみ  
限12月15日(金)必着

健康教室  
膝痛・腰痛予防改善教室

膝痛や腰痛予防改善に必要な筋力トレーニングやストレッチ、プールでの水中運動の体験も加えて幅広く運動を行います。

対65歳以上の方  
日令和6年1月12日〜3月29日の金曜日(全12回)  
時午後1時〜2時30分

定20人(申込者多数の場合は抽選)  
費8100円  
申往復はがき(必要事項)教室名○氏名○年齢○性別○住所  
電話番号  
※1人一通のみ  
限12月15日(金)必着  
運動と食事管理で健康づくり教室

健康運動指導士と管理栄養士が運動と食事の両面から指導をする教室です。

症や高血糖等、生活習慣病の予防・改善を目指します。  
対30歳以上の方  
日令和6年1月11日〜3月28日の木曜日(全11回)  
※3月21日を除く  
時午後1時30分〜3時  
定15人(申込先着順)  
費7150円  
申電話(12月5日(火)午前10時〜)

限12月25日(月)  
1月オンライン教室  
スタジオのレッスンをZoom<sup>TM</sup>を使用して気軽に自宅で行えます。選べる3教室コース、4教室全てが受けられるおまとめコースのお得なプランは、アーカイブも活用すれば多種の教室が自分の好きな時間に何度でも受けられます。詳細は「オーエンス健康プラザ」(P)をご覧ください。  
対日時費下表参照  
定各25人(申込者多数の場合は抽選)  
申メール  
※オーエンス健康プラザの利用登録が無い方は電話  
限12月20日(水)  
場先問オーエンス健康プラザ  
電話0801稲城市大丸1-171 ☎370-2280

Table with 5 columns: 教室名, 対象, 開催日, 時間, 参加費. Rows for 月曜朝ヨガ, ヒーリングヨガ, シェイプアップアクア, 火曜はじめてピラティス, 火曜ピラティス, はじめて4泳法, 元気アップウォーター&フロア, アクアピクス, 骨盤体操, 金曜ピラティス, メノポーズケア, ダンス体操deアンチエイジング, 中級水泳4泳法, 土曜はじめてピラティス, 2〜3歳の親子体操, 腰痛改善ピラティス.

Table with 5 columns: 教室名, 対象, 開催日, 時間, 参加費. Rows for 代謝アップヨガ, ピラティス, ポクシングEX, パワーヨガ.

日野法人会  
新春講演会

ルー 大柴氏が「人生マウンテン(山)ありバレー(谷)あり自身の体験を基に語る、人生への応援メッセージ」をテーマにお話しします。  
日令和6年1月10日(水)  
時午後3時30分〜5時  
場京王プラザホテル八王子(八王子市旭町14の1)  
講師 大柴氏(タレント・俳優)  
申電話  
限令和6年1月5日(金)  
主先問(公社)日野法人会 ☎

献血にご協力ください

東京都赤十字血液センター(日赤)が、移動採血車による献血を行います。ご協力をお願いします。  
日12月4日(月)



# なしのすけが行く

## 「ぬりえコンテスト」

No.125 マンガ #トジエット



たくさんのぬりえをありがとう!



©K. Okawara・Jet Inoue

# 相談あない 12月1日~12月31日

相談の種類(相談員)	相談内容	相談日	時間	予約・問い合わせ
① 法律相談(弁護士)	離婚・遺産相続・土地家屋の賃借問題・金銭の貸し借り・自己破産等	5日(火)・7日(木)・10日(日)・14日(木)・19日(火)・21日(木)・26日(火)・28日(木)	午前9時~正午	市民協働課 予約専用電話 ☎378-2286 (受付時間=午前8時30分~正午、午後1時~5時) ▷予約期間 ①~⑤=相談日の2週間前から予約 ⑥⑦⑨=前日までに予約 ⑧=相談日の2週間前までに予約 ⑩~⑫=予約随時
② 不動産の相続、贈与等の登記相談(東京司法書士会多摩支部会員)	土地建物の名義変更等の登記等	14日(木)	午後1時30分~4時30分	
③ 不動産相談(東京都宅地建物取引業協会府中稲城支部会員、東京都不動産鑑定士協会会員)	不動産の契約更新・立退き料・家賃値上げ・土地の価格・不動産の売買等	13日(水)、27日(水)		
④ 遺言書作成などくらしの書類作成相談(東京都行政書士会府中支部会員)	離婚・相続・遺言・契約等の書類作成、手続き等	19日(火)		
⑤ 税務相談(東京税理士会日野支部会員)	相続税・贈与税・所得税等	7日(木)・21日(木)		
⑥ 行政相談(総務省行政相談委員)	国や独立行政法人の仕事に対する疑問・苦情等	12日(火)		
⑦ 人権・身の上相談(法務省人権擁護委員)	夫婦・家族の不和や近所トラブル、人権侵害等	1日(金)・15日(金)		
⑧ 住宅リフォーム相談(稲城市住宅リフォーム協議会会員)	住まいの修繕、増改築等リフォーム	6日(水) 予約終了 令和6年1月10日(水)	午前9時~11時40分	
⑨ 女性の悩み相談(女性の悩み相談員)	夫婦・家族との関係、子育て・職場の悩み等	6日(水)・20日(水)・23日(土)	午前10時~午後1時、午後2時~4時	
⑩ 交通事故相談(弁護士)	損害賠償・示談・保険手続き等	12日(火)	午前9時~11時30分	
⑪ 学校アドボカシー(元稲城市立中学校校長)	子どもの学校教育に関わる疑問や悩み	4日(月)・18日(月)	午後1時~5時	
⑫ 病院アドボカシー(病院アドボカシー相談員)	市立病院を利用する患者やその家族の要望や不安	平日の月・火・木(相談員の都合で変更有り)	午前9時~正午	
⑬ 消費生活相談(消費生活相談員)	不当請求・訪問販売・消費者トラブル等	平日毎日 ※来所は消費生活センターへ、電話相談も可	午前9時30分~正午、午後1時~3時30分	消費生活センター相談室(百村2111) ☎378-3738
⑭ 年金相談(年金相談員)	老齢年金・障害年金等の受給資格や請求等	平日毎日 ※第2・4水曜日は平尾出張所でも実施(祝日を除く)	午前9時~正午、午後1時~4時	保険年金課年金係 ※予約不要
⑮ 福祉とくらしの相談(自立相談支援員)	仕事・お金・健康・生活等について幅広い相談(訪問・同行応相談)	平日毎日	午前8時30分~午後5時	生活福祉課地域福祉係福祉とくらしの相談窓口
⑯ 心配ごと相談(民生委員)	生活での困り事・悩み事	第1・3水曜日	午前10時~正午	福祉センター(百村7) ☎378-3366 ⑯=予約不要
⑰ 高齢者・障害者のための法律相談(弁護士)	遺産・遺言・権利・財産侵害・成年後見等	第3水曜日	午後1時30分~3時30分	⑰⑱=予約随時
⑱ ひとり親家庭カウンセリング相談(心理カウンセラー)	母子・父子家庭の心の悩み	第2・4土曜日	午後1時~4時	

## くらしの情報

消費生活センター(百村2111) ☎378-3738 (月~金曜日、祝日を除く)

### クーリング・オフはEメールでも通知できます

クーリング・オフは、消費者が業者の突然の訪問や電話で契約した時等に、一定期間内に通知を発送し一方的に無条件で契約を解除できる制度です。

クーリング・オフ期間とは、法律上正しい契約書を受け取ったからの期間を言います。クーリング・オフ期間によって、クーリング・オフできる販売形態が異なります。ただし、通信販売や自分から店に出向いた契約は対象外です。

#### クーリング・オフ期間8日の販売形態

訪問販売(キャッチセールス、アポイントメントセールス等を含む)、電話勧誘販売、特定継続的役務提供(エステティック・美容医療・語学教室・家庭教師・学習塾・パソコン教室・結婚相手紹介サービス)、訪問購入(業者が消費者の自宅等を訪ねて商品の買い取りを行うもの)

#### クーリング・オフ期間20日の販売形態

連鎖販売取引(マルチ商法)、業務提供誘因販売(内職・モニター商法)

#### 紙以外のEメールやファクス等でも通知できます

令和4年6月の法律改正で、従来のはがき等紙の書面に加えて、Eメール・ファクス・USBメモリー・SNS等の「電磁的記録」でも通知できるようになりました。通知をする際は次のことに気をつけましょう。

- 契約書等に電磁的記録の説明があれば参考にする。
- 送信前に必ず通知画面を保存する(5年間)。
- 通知には、「契約解除通知」の文言、契約年月日、商品やサービス名、契約金額、契約先事業者名と担当者名、送信日と契約者の住所氏名を書く。

#### クーリングオフ期間が過ぎても、諦めずに相談を!

消費生活センターでは、何ができるのか一緒に考えてサポートします。まずはお電話ください。

(消費生活相談員)

### 医療機関一覧

医療機関名	高齢者インフルエンザ	コロナワクチン	電話番号
谷平医院	○	○	377-6433
矢野口クリニック	○	—	379-0939
やのくち小児科アレルギー科	○	○	370-7707
こせき内科クリニック	○	—	377-0035
かじわら内科・泌尿器科クリニック	○	—	370-8770
菜の花クリニック	○	—	313-9272
東長沼クリニック	○	○	379-4851
なかざわ整形外科	○	○	370-2311
稲城腎・内科クリニック	○	—	370-7611
あべ内科クリニック	○	○	379-4870
なかお内科クリニック	○	○	401-5836
稲城診療所	○	○	377-6128
稲城癒しの森内科クリニック	○	—	379-8880
市立病院健診センター	○	—	377-1421
いしがき医院	○	○	070-3232-7333(予約専用番号)
菊池医院	○	—	378-3333
稲城わかばクリニック	○	○	370-0530
いなぎ駅前クリニック	○	—	378-1570
栄耳鼻咽喉科クリニック	○	—	370-7363
簡野クリニック	○	—	331-8570
高クリニック	○	○	331-8201
平尾内科クリニック	○	—	331-8221
もりや脳神経クリニック	○	○	350-3885
稲城平尾よりそうファミリー内科クリニック	○	○	350-3230
新百合ヶ丘眼科	○	—	350-3526
桜井医院	○	○	378-3224
竹田耳鼻咽喉科気管食道科医院	○	○	377-3087
向陽台クリニック	○	—	378-6677
長峰クリニック	○	○	350-7171
若葉台クリニック	○	—	350-6075
若葉台眼科	○	○	350-8077
ひらかた消化器内視鏡クリニック	○	○	331-1131

**高齢者のインフル エンザ予防接種**

① 次のいずれかに該当する方  
② 接種日現在65歳以上の方  
③ 接種日現在60~64歳で、心臓・腎臓・呼吸器の機能または

接種方法 指定医療機関 左

証明書

接種費用 2500円

※生活保護受給者等は免除要

接種期間 令和6年1月31日(水)

※休診日を除く

接種場所 稲城コロナワクチンコールセンターは、12月28日(木)で終了します

稲城コロナワクチンコールセンター

接種場所 指定医療機関 左

接種費用 2500円

※生活保護受給者等は免除要

接種期間 令和6年1月31日(水)

※休診日を除く

接種場所 稲城コロナワクチンコールセンターは、12月28日(木)で終了します

稲城コロナワクチンコールセンター



はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する方(身体障害者手帳1級程度) ※②の方は身体障害者手帳または医師の診断書のコピーを持参

接種を受けたい方は、接種前予約が必要な場合があります。 ※市外での接種希望者はお問い合わせください。

保健センター ☎378-3342

表参照)に問い合わせのうえ、接種を受けてください。

※事前予約が必要な場合があります。 ※市外での接種希望者はお問い合わせください。

保健センター ☎378-3342

運営を終了します。また、12月接種分をもってインターネット予約も終了するため、令和6年1月接種分以降は、接種実施医療機関(左表参照)にお問い合わせのうえ、予約してください。小児・乳幼児への接種実施医療機関等の詳細は市(下記参照)をご確認ください。

健康課新型コロナワクチン接種担当 ☎401-7072

2023  
令和5年  
**12.1**  
第1414号

# 広報 いなぎ

Plus

稲城のイチオシ情報をお届けします

次の休日開庁日は12月10日(日)

▷受付時間 午前8時30分～11時45分、午後1時～5時  
(受付時間外は庁舎に入れません)  
▷窓 〇 市民課、国民健康保険係、市民税係、収納課  
(税外債権の取り扱いはいりません)  
※令和6年度学童クラブのWeb申請相談会を行います(1階ロビー)。



## ご参加ください 年末市内一斉防犯パトロール

稲城市安全・安心まちづくり推進協議会では、多摩中央警察署・多摩稲城防犯協会・自治会・防犯活動ボランティア団体等にご協力いただき、安全で安心して暮らせるまちづくりを目指し、市内7カ所の会場を起点に「年末市内一斉防犯パトロール」を実施します。

日 12月20日(水)  
※雨天中止  
時 場 右表参照  
主 稲城市安全・安心まちづくり推進協議会  
問 総務契約課総務係

### 防犯パトロール集合会場

会場	開始時間
平尾交番横	午後6時
若葉台駅北側(交番横)	午後6時20分
南多摩駅北側	午後6時40分
稲城駅南側	午後6時40分
稲城長沼駅南側	午後6時40分
京王よみうりランド駅南側	午後7時
矢野口駅南側	午後7時



## 稲城市・川崎市多摩区連携事業 グラウンドゴルフ大会

稲城市と川崎市多摩区のスポーツ推進委員が連携し、南多摩スポーツ広場(多目的広場)でグラウンドゴルフ大会を開催します。多摩区民とグラウンドゴルフを通じて楽しく交流しましょう。大会要綱等の詳細は市HP(右記参照)をご覧ください。

対 市内在住・在勤・在学の方  
日 令和6年1月28日(日)  
時 午前9時30分～午後1時  
場 南多摩スポーツ広場多目的広場(大丸1474-1)  
定 12チーム程度(1チーム4～6人)  
※申込者多数の場合は抽選  
※チーム(3人以下)・個人申込者のチーム編成は事務局で行います。  
申 申し込みフォーム(右記参照)または申込用紙を持参〔12月1日(金)～〕  
※申込用紙は市HP・スポーツ推進課で配布  
限 12月21日(木)必着  
先 問 スポーツ推進課スポーツ推進係



▲市HP



▲申し込みフォーム



## 参加者募集! デジタル創作体験

スクラッチ(ソフト)を使ったゲームづくり、レゴロボットや3Dプリンタ等、それぞれの興味に合わせて体験できます。パソコンやプログラミングが初めての方でも歓迎です。自分だけのデジタルものづくりやゲーム作りに挑戦しましょう。詳細は「東京都デジタルサービス局」HP(右記参照)をご覧ください。

対 都内在住・在学の小・中学生  
日 令和6年1月8日(月・祝)  
時 ①午前10時～午後0時30分  
②午後2時～4時30分  
※各回同内容  
場 地域振興プラザ4階大会議室  
定 各10人(申込者多数の場合は抽選)  
▷運営 IT×ものづくり教室LITALICOワンダー  
申 「東京都デジタルサービス局」HP内申し込みフォーム(上記参照)〔12月1日(金)～〕  
限 12月25日(月)  
主 東京都デジタルサービス局、稲城市  
先 問 東京都子どものデジタル体験向上事業事務局 ☎080-4144-1537



▲「東京都デジタルサービス局」HP



## ペガサス2で天体観測と 望遠鏡を作ろう!

移動天文観測車「ペガサス2」を招き、皆で稲城第三小学校から星を見よう! 専門家の解説後にオリジナルの望遠鏡を作れます。

対 市内在住の小学6年生までのお子さん  
※保護者の付き添いが必須  
日 12月9日(土) 時 午後6時～8時ごろ  
場 稲城第三小学校校庭 定 50人(申込先着順)  
持 トイレットペーパーの芯(持っている方のみ)  
申 メール(右記参照)〔12月2日(土)～〕 限 12月7日(木)  
先 主 稲城市青少年育成東長沼地区委員会 ㊚higashinaganuma.ikusei@gmail.com  
問 児童青少年課青少年係



▲上記よりメールを作成できます



## オホーツク海産物フェア

姉妹都市の北海道大空町の隣町である網走市の協力により、蟹・鮭・いくら等の新鮮な海産物を販売します。詳細は「稲城市観光協会」HP(下記参照)をご覧ください。

日 12月16日(土)  
時 午前10時～午後2時ごろ  
※売り切れ次第終了  
場 いなぎ発信基地ペアテラス前  
▷協力 稲城市、網走市、増田水産(株)  
主 問 稲城市観光協会 ☎401-5580(平日午前9時～午後6時)



▲「稲城市観光協会」HP

日テレ・東京ヴェルディベレーザ 今月前半のホームゲーム 日 12月10日(日) 午後2時～ VS ちふれASエルフェン埼玉 味の素フィールド西が丘 問 東京ヴェルディ(株) ☎03-3512-1969