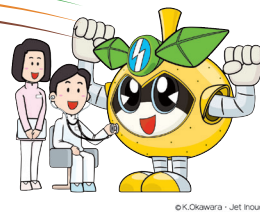


発行 稲城市
編集 秘書広報課広報広聴係
住所 〒206-8601 稲城市東長沼2111
電話 042-378-2111
FAX 042-377-4781
開庁時間 午前8時30分～午後5時



人口と世帯数

令和6年5月1日現在

(前月比)

人口

93,878人

(55人増)

男

46,939人

(35人増)

女

46,939人

(20人増)

世帯数

43,157世帯

(120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「inagicity@emp.ikkr.jp」に
空メールを送信してください。

がん検診を受診しましょう!

あなたと大切な
家族のために

早期発見で
早めの治療を!

検診は、早期発見・早期治療のために行うものです。早期のがんを見つけるために、自覚症状が無いうちから、がん検診を受診しましょう。要精密検査となった場合には、必ず精密検査を受けましょう。各検診の詳細は市HP(右記参照)をご覧ください。

がん検診センター(〒206-0804稲城市百村112-1) ☎378-3421



▲市HP

読売ジャイアンツ稲城市PRサポーター
伊藤選手(写真左)、大沼選手(写真右)

写真提供＝読売巨人軍

個別検診

検診種類	 大腸がん検診	 肺がん検診	 胃がん検診	 乳がん検診	 子宮頸がん検診
対象年齢	40歳以上の方 (昭和60年4月1日以前生まれ)			40歳以上の女性 (昭和60年4月1日以前生まれ)	20歳以上の女性 (平成17年4月1日以前生まれ)
受診頻度	1年に1回			2年に1回	
検査内容	問診、免疫法便潜血検査二日法 	問診、低線量胸部CT検査 	問診、バリウムによる胃部エックス線撮影検査 	問診、マンモグラフィ検査(乳房エックス線検査) 	問診、視診、内診、細胞診検査
実施場所	市内指定医療機関25カ所(市HP参照)	市立病院健診センター			市立病院健診センター・バリエの丘クリニック
検診日	各医療機関へお問い合わせください。	平日			平日 ※バリエの丘クリニックは土曜日も実施
自己負担金	480円	4,250円	2,250円	3,030円	2,120円
負担金免除対象者＝住民税非課税世帯・生活保護受給者等(要事前申請)					
受診期限	令和7年3月15日	令和7年3月14日(バリエの丘クリニックは令和7年3月15日)			

受診までの流れ(大腸がん検診は①・②は不要)

1

窓口、郵送、申し込みフォーム(下記参照)で申し込み
※郵送で複数のがん検診を申し込む場合、1枚のはがきに希望のがん検診を全て記入してください。

2

受診券、受診案内が到着
※毎月22日に締め切り、翌月上旬に郵送。

3

各医療機関へ直接予約

4

受診

▷申込期限 12月22日(日)



▲申し込みフォーム

〇〇がん検診希望

- 氏名(フリガナ)
- 生年月日(年齢)
- 住所
- 電話番号
- 前回検診年月日(分かる範囲で)

はがき申し込み記入例

検診車による集団検診

胃がん・乳がん検診は、左表の個別検診の他、検診車による集団検診も行います。申込方法等詳細は市HPをご覧ください。

胃がん検診日程

会場	期日	時間	申込期間
ふれんど平尾	10月5日(土)	午前9時～11時30分	8月1日(木)～9日(金)
保健センター	11月16日(土)		10月1日(火)～10日(木)
	12月1日(日)		

乳がん検診日程

会場	期日	時間	申込期間
ふれんど平尾	9月28日(土)	午前9時～午後3時	8月1日(木)～9日(金)
保健センター	10月6日(日)		8月15日(木)～23日(金)
	11月9日(土)		
	12月21日(土)		
	令和7年1月18日		11月1日(金)～10日(日)



**所得制限が
撤廃されました**
児童における補装具費
支給(自立支援給付)

身体障害者の日常生活や職
業上の利便向上を図るために、
補装具費の給付を行っていま
す。4月から18歳未満の児童
の補装具費支給の所得制限が
撤廃されました。利用する場
合は、必ず事前にご相談くだ
さい。

なお、購入後に申請した場
合は給付対象外と
なります。詳細は
市HP(下記参照)を



**参加者募集
介護者交流会**
やまももの会

認知症支援コーディネータ
ーが家族が認知症になったら
をテーマにミニ講座を開催し
ます。認知症の方への上手な
対応を学び、介護のコツや不
安、困り事等を一緒にお話し
しましょう。

市内在住で介護している家
族、関心がある方

6月12日(水)
午前10時～11時30分



環境パネル展

環境月間に併せて、環境パ
ネル展を行います。

6月3日(月)～7日(金)
午前8時30分～午後5時
場市役所1階ロビー

プラスチックごみの削減に
向けたリサイクル促進、家庭
でできる省エネルギーへの取
り組みや太陽光発電について
関心と環境課環境政策係

ご活用ください
指定収集袋の交換

未開封(白い外袋に入った状

ご覧ください。
障害福祉課障害福祉係

場平尾自治会館1階(平尾3の
7の1)

申電話
先関地域包括支援センターひ
らお ☎331・6088

**参加者募集
健康のための栄養教室**
旬の食材を使った
おうちごはん(初夏編)

食えることは健康の基本で
す。特に旬の食材は栄養価が
高い、新鮮で味が濃い、活力
が出やすい等魅力がいっぱい
です。季節を感じる食材を使
ったメニューを通して、高齢
期に必要な栄養を学びませ
んか。

市内在住で、おおむね65歳
以上の方

7月1日(月)
午前10時～正午ごろ
場1プラザ2階実習室

定10人程度(申込先着順、初め
ての方を優先)

講管理栄養士
申電話(6月3日(月)～)
先関高齢福祉課高齢福祉係

**参加者募集
介護予防体操教室**
(3カ月コース)

自分のペースで取り組みや
すいパーソナルトレーニング
形式で行います。低負荷でス
トレッチ効果の高いマシンも
利用できます。柔軟体操・筋
力トレーニング等の運動習慣
を身に付け、健康的な生活を
送りましょう。

市内在住の介護保険の認定
を受けていない65歳以上で、
原則初めての方

※初めてでない方は初めての
方と一緒に申し込みに限る

日時○初回11月7日(月)午

ごみの量(4月)		
家庭ごみ 前年同月比で約13.6%の増量		
区 分	市内収集量(t)	1人1日当たり(g)
燃えるごみ	1,095(148)	389(51)
燃えないごみ	78(△4)	28(△1)
合計	1,173(144)	417(50)
プラスチックごみ	96(40)	34(14)

※()内は前年同月比です。

▽ごみの収集 午前9時ごろ
から開始し、午前と午後の2
回収します。なお、指定場
所にある赤い旗も一緒に回収
します。

※ヘドロ・汚泥は、水分を乾
燥させ、翌日以降に収集

関生活環境課ごみ・リサイク
ル係

前10時～正午
○2回目以降11月16日～10
月4日の火・金曜日(8月13日
・16日は除く)の午後1時～5
時

※初回は参加必須。2回目以
降は個別で日程調整可
※全12回(1人当たり週1回、
1時間程度)

場WA!ホグレルジム(若葉台
駅京王リトナード内1階)

定10人(申込者多数の場合は選
考し、結果は7月1日(月)ご
ろ全員に通知)

申窓口、郵送(6月3日(月)～)
※申込書は高齢福祉課、各地
域包括支援センター、平尾・
若葉台出張所、市HPで入手可
先高齢福祉課、各地域包括支
援センター(持参のみ)

関高齢福祉課高齢福祉係

高齢者理美容割引券

市内の理髪店・美容院で利
用できる割引券を配布します。
市内在住の75歳以上で、住
民税非課税の方

※施設入所者、高齢者出張理
髪サービス割引券受給者を除
く

▽配布枚数 1人5枚まで(1
千円×5枚)

※申請日で枚数が異なります。
※令和5年度までに申請した
方は申し込み不要

申窓口
※令和6年1月2日以降に稲
城市に転入した方は、前住所
地の住民税非課税証明書が必
要

先高齢福祉課高齢福祉係、平
尾・若葉台出張所

関高齢福祉課高齢福祉係

高齢者出張理髪
サービス割引券

市内の理髪店・美容院の出



**水の事故から
尊い命を守りましょう**

夏は水の事故が多くなりま
す。水の事故は水のある場所
ではどこでも発生する可能性
があります。次の点に注意し
ましょう。

○子どもの水泳や水遊びには
大人が必ず同伴し、目を離さ
ない。

○海やプール等に入る前には、
十分な準備運動をする。

○水温が低い時、体調が悪い

時、お酒を飲んだ時は海やプ
ール等に入らない。

○危険な場所で遊んでいる子
どもを見つけたら、必ず注意
する。

○大雨等で河川が増水してい
る時は近付かない。

○万が一の場合に備え、救命
講習を受講する(稲城消防署で
実施しています)。

関警防課警防係 ☎377・71
19

熱中症に注意

熱中症とは、高温多湿な環
境に長時間いることで、体温
調節機能がうまく働かなくな
り、体内に熱がこもった状態
を指します。屋外だけでなく
室内で何もしない時でも

発症し、救急搬送されたり、
場合によっては死亡すること
もあります。熱中症の正しい
知識を身に付け、体調の変化
に気を付けると共に周囲にも
気を配り、熱中症による健康
被害を防ぎましょう。

予防と対策
○のどの渇きを感じる前に、
こまめに水分・塩分を補給し
ましょう。

○暑い時間帯の外出や屋外で
の作業はできるだけ控えまし
ょう。

○扇風機やエアコンを活用し
室温や湿度が高くなるのを防
ぎましょう。

○衣服を工夫し暑さを調節し
ましょう。

関警防課救急係 ☎377・71
19



事業者の方へ
参加者募集!
すぐできる!省エネ・
コスト削減研修会

中小企業向けに、地球温暖
化を考える契機として省エネ

「通る書類・受かる面接」を
テーマに応募書類の書き方や

4・1346

男女平等推進セミナー
女性しごと応援
キャラバン&個
別相談会in稲城

まちづくり

購入費を助成します
自転車乗車用
ヘルメット購入助成金
交付事業

市では自転車乗車用ヘルメット購入の負担軽減と、自転車に係る交通事故による被害の軽減を目指し、購入費を助成します。詳細は市(下記参照)をご覧ください。



対 次の全てに該当する方
○申請日時時点で市内に住民登録がある
○市税の滞納が無い
○令和5年4月1日から申請日までに、SGマーク等の安全基準を満たした自転車乗車用ヘルメットを購入(令和5年度に実施した同助成金交付者を除く)

シルバー人材センター

入会説明会

対 市内在住の60歳以上で働く意欲がある方
日6月6日(木)・11日(火)
時午後1時30分
申電話

場先問シルバー人材センター
377・2212

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。



除く

定1千人(申込者多数の場合は抽選し、当選者のみに結果を通知)

▽支給額 上限2千円(一人当たり1回のみ)

申市(下)内申し込みフォーム、郵送

限6月30日(日)

先問管理課交通対策係

稲城多摩線

都市計画案の縦覧

意見がある方は、縦覧期間中に意見書を提出できます。

日6月4日(火)〜18日(火)

場東京都都市整備局都市計画課、稲城市まちづくり計画課、内多摩都市計画道路3・3・10号稲城多摩線の変更

▽意見書の提出方法 持参、郵送(必要事項○都市計画案名○住所○氏名○電話番号○意見)

限6月18日(火)消印有効

先問東京都都市整備局都市計画課〒163・8001東京都庁画課〒03・5388・3225

6月1日は景観の日 稲城市景観色彩 ガイドライン

緑豊かな自然景観を保全し、稲城らしい景観を創出するため、市では建築物等の色彩について「稲城市景観色彩ガイドライン」を定めています。

ガイドラインでは建築物の屋根や外壁に使える色彩の範囲を定め、周囲の風景に比べて突出した色彩になることを抑制し、地域の特徴や建築物の規模に応じた色彩の使用を促しています。建築物の新築や外壁の塗り替えの際にはガイドラインを確認いただき、良好な景観づくりにご協力ください。

なお、地区計画が定められた区域で建物の外壁を塗り替える場合は、市へ届け出が必要で、詳細はお問い合わせいただくか、市(下)をご覧ください。

係

ま

ち

づ

く

り

計

画

課

〒

03

・

5

3

8

・

3

2

5

下水道の 受益者負担金 納期限 (第1期) 7月1日(月)

問下水道課業務係

6月は浸水対策 浸水ゼロ・ 安全・快適！下水道 強化月間

下水道局では、梅雨に向かう6月を「浸水対策強化月間」と定め、下水道施設の安全を確保すると共に、皆さんに浸水への備えをお願いしています。

「下水道局」では、東京の降雨状況が一目で分かる「東京アメッシュ」を公開しています。浸水への備えとしてご活用ください。

問下水道課施設管理係、東京都下水道局計画課 ☎042・527・4828

選挙管理委員会 事務局からの お知らせ

郵便等による不在者投票

身体に一定の障害がある方等で、表1に該当する方は、郵便等により自宅等で投票ができます。

なお、表1に該当する方で、更に表2にも該当し、自ら投票の記載ができない方には、代理記載の制度もあります。

▽投票までの流れ

①郵便等投票証明書(以下、証明書)が必要です(表3参照)。証明書を保持していない方は、申請書に記入のうえ、身体障害者手帳、戦傷病者手帳または介護保険被保険者証のうち表1のいずれかの要件を満たすことが確認できる物を添えて、選挙管理委員会に申し出てください。

②登録できた方に証明書を郵送します。

③投票用紙等請求書に証明書を添付して、投票日の4日前までに選挙管理委員会に投票用紙を請求してください。

④自宅等で投票用紙に記載し、投票日までに届くよう投票用紙を選挙管理委員会に郵送してください。

※申請書は選挙管理委員会にあり、郵送もできます。

投票所の変更

7月7日(日)の東京都知事選挙から、第3投票区の投票所が大丸アパート集会所から発達支援センター(旧第四保育園)に変わります。

※地図は広報いなぎ6月15日号に掲載

表1 郵便等投票ができる方

障害等の区分		障害等の程度
身体障害者手帳	両下肢・体幹・移動機能の障害	1級または2級
	心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸の障害	1級または3級
	免疫・肝臓の障害	1級〜3級
戦傷病者手帳	両下肢・体幹の障害	特別項症〜第2項症
	心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・肝臓の障害	特別項症〜第3項症
介護保険被保険者証	要介護状態区分	要介護5

表2 代理記載投票ができる方

障害等の区分		障害等の程度
身体障害者手帳	上肢または視覚の障害	1級
戦傷病者手帳		特別項症〜第2項症

※表1の要件も満たしている必要があります。
※事前に代理記載する人を届け出る必要があります。

表3 郵便等投票証明書の有効期限

障害等の区分	有効期限
身体障害者手帳	交付の日から7年間
戦傷病者手帳	
介護保険被保険者証	被保険者証に記載されている有効期限

6月1日は 人権擁護委員の日 相談時間を拡大

市では、毎月第1・第3金曜日の午後に、人権擁護委員による人権・身の上相談を設けていますが、人権擁護委員の日に併せて、6月7日(金)の相談時間を拡大します。

「他人から人権を侵害されている」「夫婦・家庭内で不和や争いが起こっている」「近所とトラブルが発生した等、人権・身の上の問題でお困りの際は、一人で悩まずにご相談ください。秘密は厳守します。

日6月7日(金)
時午前10時〜午後4時30分(正午〜午後1時30分を除く)

場市役所2階市民相談室
定5人(申込先着順)

▽相談員 西畑 博仁氏、青木 禮子氏(稲城地区人権擁護委員)

申先市民協働課予約専用番号に電話 ☎378・2286

限6月6日(木)

場先問シルバー人材センター

377・2212

費1千円

問シルバー人材センター

377・2212

職員募集

令和6年10月1日採用
正規職員(経験者採用)

詳細は市(下)をご覧ください。

▽職種 保健師

対昭和50年4月2日〜平成14年4月1日生まれで、次の全てを満たしている方

○保健師の資格を持っている

○看護業務または保健師業務

民館係

先問生涯学習課社会教育・公民館係

人権擁護委員とは

人権擁護委員は法務大臣が委嘱した民間のボランティアです。この制度は、日頃地域に根ざした活動を行っている人たちが、地域の中で人権思想を広め、人権侵害が起きないように見守り、人権を擁護していくことが望ましいという考えから設けられ、諸外国に例を見ない制度です。

全国の各市町村に人権擁護委員が配置され、講演会や座談会を開催したり、法務局・各市町村の人権相談所等で地域の方の人権相談を受ける等、積極的な活動を行っています。

◆共通事項
問市民協働課市民相談係

放課後子ども教室の期間限定スタッフを募集します。詳細は市(下)をご覧ください。

対健康で子どもが見守りができ、体力がある方(大学生可)

▽勤務期間 7月中旬〜8月末(週3〜5日程度)

▽勤務時間 午前8時30分〜午後6時までの間で1日4〜6時間程度(シフトによる)

場市立小学校内

▽募集人数 約10人

▽報酬 時給1138円

※交通費別途支給

申第2種会計年度任用職員登録台帳履歴書を持参または郵送

限6月20日(木)

先問生涯学習課社会教育・公民館係

377・2212

令和5年度下半期 財政状況の公表

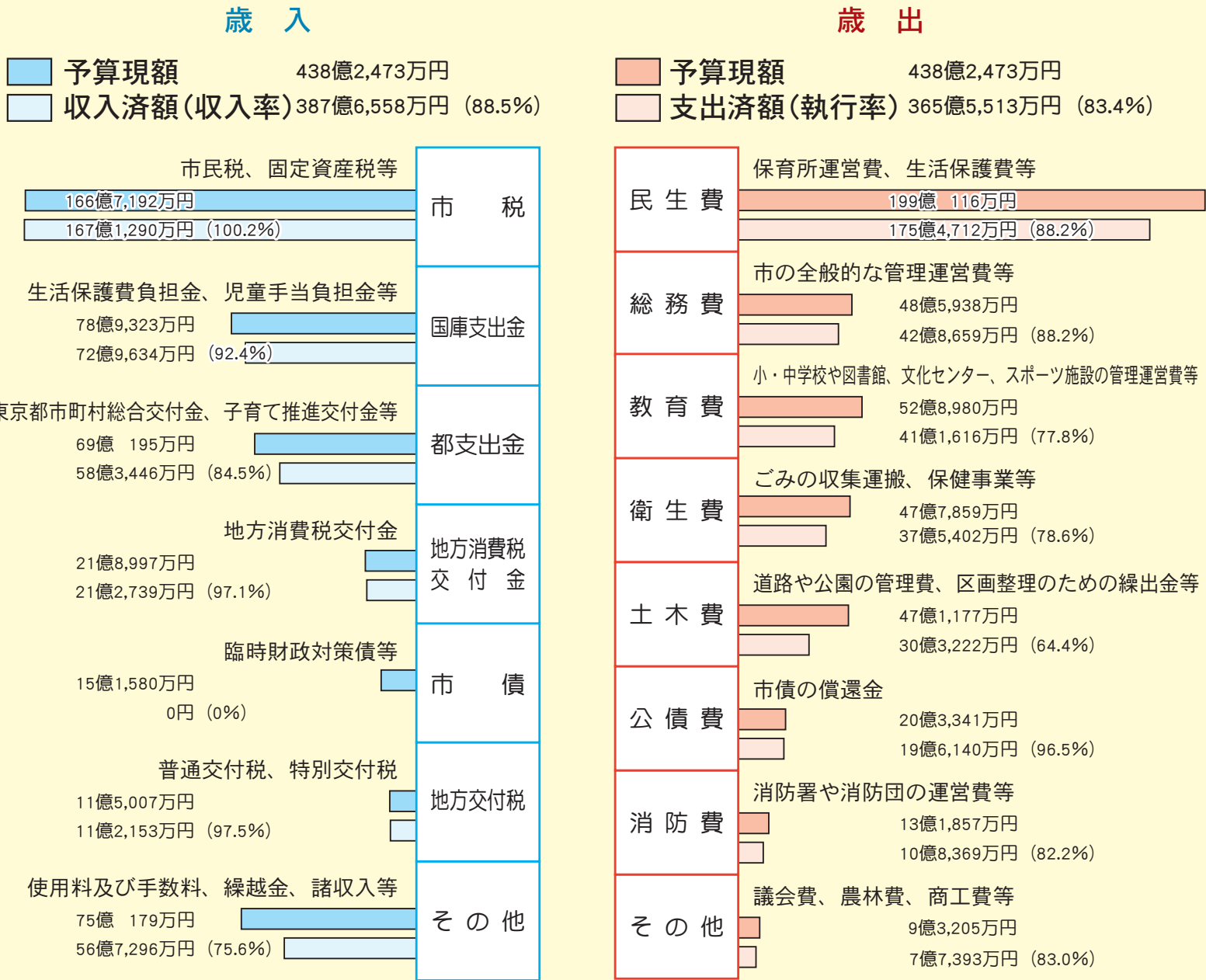
(令和6年3月31日時点)

市では年2回、財政状況を公表しています。

令和5年度の歳出予算は、子育て家庭を支援する施策や福祉サービスに充てられる民生費が最も多く、次いで総務費、教育費となりました。主な事業として、高校生等の医療費助成事業を開始しました。その他、本年4月に旧第四保育園に開設した発達支援センター分室の開設準備等を実施しました。

📍財政課財政係

一般会計予算の執行状況

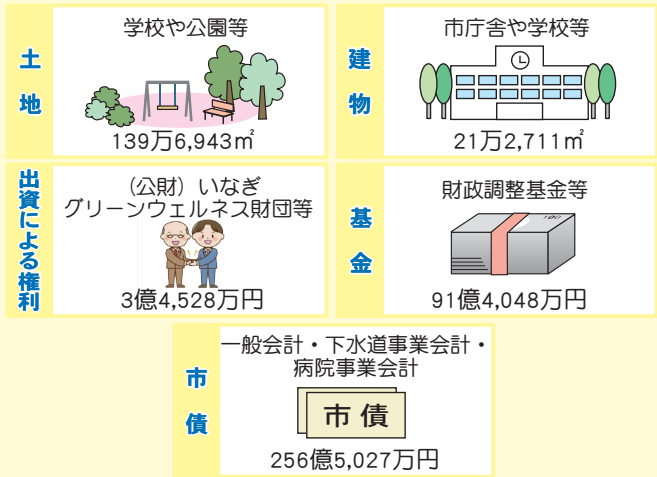


ふるさと納税による減収額

ふるさと納税による市税の減収額は年々増え、市の財政に影響を与えています。

- 令和5年度の減収額 約4億8,000万円
- 令和4年度の減収額 約4億1,000万円
- 令和3年度の減収額 約3億2,000万円

市の財産・基金(貯金)・ 市債(借入金)の状況



特別会計・公営企業会計予算の執行状況

特別会計・公営企業会計とは

特定の事業を行うため、一般会計とは別に個別に経理する会計です。市では、4つの特別会計(表1参照)と2つの公営企業会計(表2参照)があります。

■表1 特別会計

会計名称	予算現額	収入済額	収入率	支出済額	執行率
国民健康保険事業特別会計	80億5,900万円	73億7,800万円	91.5%	74億4,744万円	92.4%
土地区画整理事業特別会計	34億9,070万円	22億 114万円	63.1%	14億3,273万円	41.0%
介護保険特別会計	59億7,018万円	56億8,674万円	95.3%	51億1,123万円	85.6%
後期高齢者医療特別会計	22億 953万円	21億1,102万円	95.5%	21億6,406万円	97.9%

■表2 公営企業会計

会計名称		予算現額	執行済額	執行率
下水道事業会計	収入	26億3,257万円	25億6,882万円	97.6%
	支出	29億4,859万円	27億2,603万円	92.5%
病院事業会計	収入	86億5,376万円	78億 663万円	90.2%
	支出	95億4,926万円	89億3,359万円	93.6%

6月1日～6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)
問保健センター ☎378-3421(土・日曜日、祝日＝稲城消防署 ☎377-7119)

日程	医療機関	薬局	地区
6月2日(日)	稲城腎・内科クリニック ☎370-7611	かしの木薬局 ☎370-4193	東長沼
6月9日(日)	菜の花クリニック ☎313-9272	ゆずりは薬局 ☎370-5057	

6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

事業名	対象	実施日	備考
あかちゃん訪問	生後4カ月まで	個別に実施	申し込みフォーム(チラシ参照)またははがきを投函 ※チラシとはがきは母子健康手帳に同封
3～4カ月児健康診査	令和6年2月生まれ	対象者へ個別に通知(7月になる場合もあります)	通知が届かない場合はお問い合わせください。
1歳6カ月児健康診査	令和4年11月生まれ		
3歳児健康診査	令和3年5月生まれ		
1歳児歯科健康診査	令和5年5月生まれ		

※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。

健康医療

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?」「歯が生え始めの頃はどのような?」と思っている方、親子で歯みがきの準備をしてみませんか。

対市内在住の7～10カ月の初めてのお子さんと保護者(保護者のみの参加も可)

日6月12日(水)

時午前9時20分～、午前10時

～(時間指定不可)

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(6月3日(月)～)
場先問保健センター ☎378・3421

予防接種
BCG(結核)

駐車場に限りがあるため、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

対接種日現在、生後1歳に至るまでのお子さん

※生後5～8カ月が標準的な接種時期

※対象年齢を過ぎると自費

日6月17日(月)

時午前10時～11時

持母子健康手帳、予診票、バ

スタオル(子ども寝かせ用)
場問保健センター ☎378・3421

6月は食育月間
毎月19日は食育の日

市では「バランスのとれた食事をおいしく・楽しく・感謝の気持ちで」食卓に笑顔がふれるまち・いなぎ」をスローガンに食育を推進しています。この機会に家族で食卓を囲み、食について考えましよう。

あなたの食事は大丈夫?

食事バランスガイド

食事バランスガイドは、1日に「何を」「どれだけ」食べた

ら良いかを、イラストで示したものです。自分の食事のバ

ランスを見てみましょう。詳

細は「農林水産省」HPをご覧ください。
問保健センター ☎378・3421

オーエンス健康プラザ
楽しく体を
動かしませんか

7～9月コース型教室

各教室の詳細は「オーエンス健康プラザ」HPをご覧ください。

対日時内費下表参照

※参加費納入後の返金不可

定各20人(「ベビー」と一緒にマヨガ」2～3歳のふれあい

親子体操」は親子13組)

※申込者多数の場合は抽選し、

6月20日(木)以降に通知

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1教室につき一通のみ

限6月17日(月)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

レッチに加え、プールでの水中

運動も行います。

対65歳以上の方

日7月5日～9月27日の金曜

日(全12回、8月16日は除く)

時午後1時～2時30分

定20人申込者多数の場合は抽

選)

費8,200円

申往復はがき(必要事項○教室

名○氏名○年齢○性別○住所



▲教室の様子

7～9月コース型教室

教室名	対象	開催日	時間	参加費
月曜の朝ヨガ	16歳以上の方	7月1日～9月30日の月曜日 (全10回) ※7月15日、8月12日、9月 16日・23日を除く	午前9時25分～10時25分	6,000円
ヒーリングヨガ			午後7時30分～8時30分	
シェイプアップアクア			午後7時～7時50分	7,000円
火曜ピラティス		7月2日～9月24日の火曜日 (全12回) ※8月13日を除く	午前9時45分～10時45分	7,200円
骨盤体操			午後1時30分～2時30分	
はじめて4泳法	16歳以上でクロールを泳げる方		午前11時～11時50分	8,400円
元気アップ教室 ウォーター&フロア	60歳以上の方		午前9時40分～10時30分	8,000円
フラダンス	16歳以上の方	7月4日～9月26日の木曜日 (全12回) ※8月15日を除く	午前9時45分～10時45分	7,200円
リフレッシュヨガ			午後2時30分～3時30分	
アクアビクス			午後7時～7時50分	8,400円
金曜はじめてピラ ティス			午前11時～正午	
ベビーと一緒に♪ ママヨガ	産後1～6カ月で1カ月検診で母子共に健康である と診断された方	7月5日～9月27日の金曜日 (全12回) ※8月16日を除く	午前9時45分～10時45分	7,200円
ダンス体操de アンチエイジング	40歳以上の方		午後2時45分～3時45分	
中級水泳4泳法	16歳以上で25mを泳げる方			午前9時40分～10時30分
2～3歳のふれあい親 子体操	2～3歳のお子さんとその保護者(両親または祖父母) ※お子さん1人につき保護者1人の参加。妊娠し ている方、またはその可能性がある方は参加不可。 参加者の兄弟・姉妹の同伴不可	7月6日～9月28日の土曜日 (全12回) ※8月10日を除く	午前10時～11時	7,200円
土曜ピラティス			午前10時20分～11時20分	
腰痛改善ピラティス	16歳以上の方	7月7日～9月29日の日曜日 (全12回) ※8月11日を除く	午前10時～11時	
日曜はじめてピラティ ス			午前11時15分～午後0時15分	

7月オンライン教室

教室名	対象	開催日	時間	参加費
代謝アップヨガ	16歳以上の方	火曜日	午後7時30分～8時30分	1教室＝2,000円、選べる3教室コース＝4,500円、おまとめコース＝6,000円
ピラティス		土曜日	午前9時～10時	
ボクシングEX			午後3時15分～4時15分	
パワーヨガ		日曜日	午前9時～10時	

の閲覧状況を公表します。

▽対象期間 令和5年4月1

日～令和6年3月31日

場市役所1階行政

情報コーナー、市

HP(下記参照)

内閲覧請求者・申し出者、請

求事由・利用目的の概要、関

覧日、住民の範囲

問市民課市民窓口係

令和5年度住民基本台帳
閲覧状況の公表

(〒206・0801稲城市大丸1
171) ☎370・2280、
movie@kenkouplaza-
inagi.jp

てが受けられるおまとめコー
スのお得なプランもあります。
対日時内費下表参照
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6月20日(木)
場先問オーエンス健康プラザ

◆共通事項

場先問オーエンス健康プラザ

場先問オーエンス健康プラザ

場先問オーエンス健康プラザ

場先問オーエンス健康プラザ

場先問オーエンス健康プラザ

休館します

地域振興プラザ

メンテナンス作業・法定点検等に伴い、休館します。

7月14日(日)、9月1日(日)

午前9時～午後5時

※午後5時以降は利用可

市民活動サポートセンターいなぎ

☎378・2112

相談あんない 6月1日～6月30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	4日(火)・6日(木)・9日(日)・13日(木)・18日(火)・20日(木)・25日(火)・27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	13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・立ち退き料・家賃値上げ・土地の価格・不動産の売買等	12日(水)・26日(水)		
④	遺言書作成等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・契約等の書類作成や手続き等	18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	6日(木)・20日(木)	午後1時30分～5時10分	
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	11日(火)	午後1時30分～4時30分	
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	7日(金)・21日(金)	午後1時30分～4時30分 ※7日のみ午前10時～正午も実施	
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	5日(水) 予約終了 7月3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	5日(水)・19日(水)・22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	11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	3日(月)・17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	福祉全般とくらしの相談(自立相談支援員)	福祉全般・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くらしの総合窓口
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 ⑰⑱＝予約随時
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	
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)

健康食品の過信は禁物です

今年3月に紅麹成分が入ったサプリメントを摂取した人が体調を崩し、中には重大な腎障害を発症した方もいて大きな話題となりました。

本来栄養は毎日の食事でバランスよく摂取するのが理想ですが、多忙な生活の中で実行できないと感じる方も多く、健康食品・サプリメントの利用は拡大しています。

健康食品はあくまでも食品なので医薬品のように効能効果をうたう事は原則として認められていないのですが、次の3種類の保健機能食品は、それぞれの範囲内で機能性を表示できます。

栄養機能食品

不足しがちな特定の栄養分補給(ビタミンやミネラル等)を目的とし、申請や届け出無しに栄養成分を表示した食品。

機能性表示食品

健康維持や増進等特定の目的が期待できると科学的根拠に基づいて表示した食品。事業者の責任で機能性を表示する。販売前に届け出をするが、個別の許可を受けたものではない。

特定保健用食品(トクホ)

身体の生理学的機能に影響を与える保健効能成分を含み、健康維持や増進等特定の目的が期待できる事を表示した食品。効果や安全性を国が審査し、食品ごとに消費者庁が許可する。

問題になっている紅麹サプリメントは機能性表示食品だったため「悪玉コレステロールを下げる」等の表記がありました。信頼して購入した方も多かったことでしょう。

健康の維持・増進の基本はバランスのとれた食事・適度な運動・十分な休養です。健康食品で栄養の偏りや体調の不調を解決しようとせず、あくまでも補助的なものとして利用したいものです。高価な製品ほど効果があるとは限りません。自己判断で医薬品との併用は避け、不調を感じたら医師や薬剤師に相談しましょう。

▶紅麹使用製品に関するお問い合わせ窓口(厚生労働省・消費者庁共同運営) ☎0120-388-687(毎日午前9時～午後9時)(消費生活相談員)

募集します
「第二次稲城市スポーツ推進計画」
策定委員会委員

稲城市スポーツ推進計画は令和7年度をもって計画期間が終了するため、次期計画を令和6～7年度にかけて策定します。策定に伴い、策定委員会の委員を募集します。詳細は市HPをご覧ください。

※次の全てに該当する方
○令和6年6月1日現在、市内在住で18歳以上である
○スポーツに関心がある
○平日夜間の会議に出席できる

定員 2人以内
任期 委嘱開始日から計画策定日(令和7年度末)まで
▽報酬 会議に出席した方に規定の謝礼をお支払いします。

申す市HP内申し込みフォーム、窓口、郵送

6月は就職差別解消促進月間です。東京都では各種啓発活動を展開しています。

就職差別解消シンポジウム
6月5日(水)
午後1時～4時
場文京シビックホール大ホール(文京区春日1の16の21)
定員 1400人
申すメール
先問 東京都産業労働局労働環境課 ☎03・5320・4649、✉S000044@section.metro.tokyo.jp

開催します
第16回味の素スタジアム感謝デー

世界的なスポーツイベントを通して熱戦が繰り広げられた会場で、スポーツとエンターテインメントを掛け合わせ、皆さんの思い出に残るようなイベントを予定しています。

詳細は「味の素スタジアム」HPをご覧ください。

定員 28人(申込先着順、初めての方に限る)
申す電話(6月3日(月)～)
場先問 多摩パブリック法律事務所 立川市曙町2の34の7フアレーイストビル2階 ☎042・548・2450(平日午前9時30分～午後5時)

多摩パブリック法律事務所
無料法律相談会

お金のトラブル・不動産・相続・離婚・成年後見・労働問題等気軽に相談ください。

6月22日(土)
午前10時～午後4時(1人30分以内)
定員 28人(申込先着順、初めての方に限る)
申す電話(6月3日(月)～)
場先問 多摩パブリック法律事務所 立川市曙町2の34の7フアレーイストビル2階 ☎042・548・2450(平日午前9時30分～午後5時)

募集します
「第二次稲城市スポーツ推進計画」
策定委員会委員

稲城市スポーツ推進計画は令和7年度をもって計画期間が終了するため、次期計画を令和6～7年度にかけて策定します。策定に伴い、策定委員会の委員を募集します。詳細は市HPをご覧ください。

※次の全てに該当する方
○令和6年6月1日現在、市内在住で18歳以上である
○スポーツに関心がある
○平日夜間の会議に出席できる

定員 2人以内
任期 委嘱開始日から計画策定日(令和7年度末)まで
▽報酬 会議に出席した方に規定の謝礼をお支払いします。

申す市HP内申し込みフォーム、窓口、郵送

6月は就職差別解消促進月間です。東京都では各種啓発活動を展開しています。

就職差別解消シンポジウム
6月5日(水)
午後1時～4時
場文京シビックホール大ホール(文京区春日1の16の21)
定員 1400人
申すメール
先問 東京都産業労働局労働環境課 ☎03・5320・4649、✉S000044@section.metro.tokyo.jp

開催します
第16回味の素スタジアム感謝デー

世界的なスポーツイベントを通して熱戦が繰り広げられた会場で、スポーツとエンターテインメントを掛け合わせ、皆さんの思い出に残るようなイベントを予定しています。

詳細は「味の素スタジアム」HPをご覧ください。

定員 28人(申込先着順、初めての方に限る)
申す電話(6月3日(月)～)
場先問 多摩パブリック法律事務所 立川市曙町2の34の7フアレーイストビル2階 ☎042・548・2450(平日午前9時30分～午後5時)

多摩パブリック法律事務所
無料法律相談会

お金のトラブル・不動産・相続・離婚・成年後見・労働問題等気軽に相談ください。

6月22日(土)
午前10時～午後4時(1人30分以内)
定員 28人(申込先着順、初めての方に限る)
申す電話(6月3日(月)～)
場先問 多摩パブリック法律事務所 立川市曙町2の34の7フアレーイストビル2階 ☎042・548・2450(平日午前9時30分～午後5時)

2024
令和6年

6.1

第1427号

の広報

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6月9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 □ 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)

第33回
稲城市消防団
消防操法審査会



日夜厳しい訓練に励んでいる消防団員が、日頃の訓練成果を発揮し消火技術を競う、消防操法審査会を開催します。消防団員の雄姿をぜひ応援してください。

日6月16日(日)

時午前9時～

場稲城北緑地公園駐車場

※駐車場を利用する方は、多摩川河川敷を利用できます(台数制限有り)。

問稲城消防署防災課消防団係 ☎377-7119

参加者募集
いなぎあるくマップ
ウォーキング



爽やかな朝、澄み切った空気の中をスポーツ推進委員と一緒にウォーキングしませんか。懐かしい風景が残る「いなぎあるくマップ第4号(平尾編)」を歩きます。

参加希望者は事前に申し込みのうえ、集合時間・場所へお越しください。詳細は市HP(右記参照)をご覧ください。

日6月30日(日)

時午前9時30分～11時ごろ(受付＝午前9時～9時15分)

▲市HP

▷集合・解散場所 第三文化センター

▷コース 第三文化センター～杉山神社～見晴らし台～平尾近隣公園～第三文化センター(目安時間・距離＝1時間20分程度・4.6km)

持飲み物、タオル

※動きやすい服装で参加してください。

申市HP内申し込みフォーム(6月1日(土)～)

※申し込みフォームから申し込みできない場合は、お問い合わせください。

限6月21日(金)

先問スポーツ推進課スポーツ推進係

参加者募集
親子の臨海体験2024



(公社)九段が所有する臨海施設「至大荘」で、日下部 展彦博士(アストロバイオロジーセンター特任専門員)による研修プログラムを使用した講座や天体観測、地層の観察等を行います。また自由時間には海水浴や磯遊びもできます。

対市内在住の小学4～6年生(保護者同伴、兄弟姉妹・幼児も同行可、ペット不可)

日第1期＝8月10日(土)～12日(月・振休)、第2期＝8月12日(月・振休)～14日(水)、第3期＝8月14日(水)～16日(金)

場至大荘(千葉県勝浦市守谷40)

※現地集合・解散

定各期10組(申込先着順)

費中学生以上＝1万6,000円、小学生＝1万2,500円、3歳以上の未就学児＝8,000円(宿泊費・食費・講習費・保険料)

※至大荘までの交通費は自己負担

※駐車料金1台1,100円

申申込書をファクスまたはメール添付で提出(6月17日(月)午前10時～)

※申込書は事前に電話・ファクス・メールで請求してください。

先問(公社)九段事務局 ☎377-7446(平日午前10時～午後4時)、FAX 379-9003、✉s-houjin@kudan.or.jp



▲講座の様子

令和6年度多摩・島しょ広域連携活動助成事業

子ども体験塾

サンリオピューロランドスタッフにチャレンジ

サンリオピューロランドを笑顔で盛り上げるスタッフに挑戦し、この夏、夢と感動の体験をしませんか。コース等詳細は市HP(右記参照)をご覧ください。

対日定内費下表参照

場サンリオピューロランド(多摩市落合1-31)

申申し込みフォーム(右記参照)

日6月5日(水)午前10時～

限6月21日(金)午後6時

先問サンリオピューロランドゲストセンター(子ども体験塾係) ☎042-339-1111(休館日を除く午前9時30分～午後5時)



▲申し込みフォーム

コース詳細

	通常コース	親子参加コース
対象	町田市・多摩市・稲城市在住の小学4年生～18歳の方	町田市・多摩市・稲城市在住の小学1～3年生の方 ※子ども1人につき要保護者1人
期日	7月27日(土)	7月28日(日)
時間	午前9時15分～10時30分、午前11時～午後0時15分、午後1時15分～2時30分、午後3時～4時15分、午後4時45分～6時 ※全5回、全て同じ内容	
定員	各回20人(申込者多数の場合は抽選し、当選した方にのみ7月5日(金)までに郵送で通知)	各回11人(申込者多数の場合は抽選し、当選した方にのみ7月5日(金)までに郵送で通知)
費用	1,000円 ※親子参加コースは、保護者の参加費無料	

音の不思議実験とプラコップで作るヘッドホン

ヘッドホン・マイクロホン等数々の音響機器を手がける(株)オーディオテクニカと共に、音の歴史や音が伝わる仕組み等、“音”について学べるワークショップを開催します。詳細は市HP(右記参照)をご覧ください。

対日時定費下表参照

場ぼっぼ町田(町田市原町田4-10-20)

申申し込みフォーム(右記参照)(6月1日(土)正午～)

※各コース複数回申し込み可能(ただし当選は1回のみ)

限6月23日(日)

先問町田市子ども総務課子ども体験塾担当 ☎042-724-2876(平日午前8時30分～午後5時)



▲申し込みフォーム

プラン詳細

	ショースタッフプラン	サービススタッフプラン
対象	町田市・多摩市・稲城市在住の小学3年生～高校3年生	町田市・多摩市・稲城市在住の小学5年生～高校3年生
期日	7月24日(水)～9月7日(土)のうち3日間 ※コースにより異なる	7月25日(木)～8月25日(日)のうち2日間 ※コースにより異なる
定員	各コース22人(申込者多数の場合は抽選)	各コース20人(申込者多数の場合は抽選)
内容	ライブエンターティナーからレッスンを受け、ダンスを披露する	ピューロランドスタッフと同じコスチュームで、ゲストサービスの重要性・やりがいを体感する
費用	5,000円	3,000円