

|      |                        |       |
|------|------------------------|-------|
| 主な記事 | 令和2年度稲城市防災訓練           | (3)   |
|      | 特集 消防団特集               | (4・5) |
|      | 11月は<br>稲城市民憲章推進月間です   | (8)   |
|      | 稲城市民無料ご招待<br>inよみうりランド | (8)   |



# いなぎ



ホームページ [HP](http://www.city.inagi.tokyo.jp/) <http://www.city.inagi.tokyo.jp/>  
公式ツイッター [http://twitter.com/inagi\\_city](http://twitter.com/inagi_city)  
◀メール配信サービス（登録される方は、左のQRコードから、  
または「inagicity@emp.ikkr.jp」に空メールを送信してください）

市役所(代表) ☎042-378-2111  
平尾出張所 ☎042-331-6346  
若葉台出張所 ☎042-350-6321  
開庁時間 午前8時30分～午後5時

緑につつまれ友愛に満ちた  
市民のまち稲城

## 人口と世帯数

|     | 令和2年10月1日現在 | (前月比)   |
|-----|-------------|---------|
| 人口  | 92,051人     | (70人増)  |
| 男   | 46,281人     | (31人増)  |
| 女   | 45,770人     | (39人増)  |
| 世帯数 | 41,103世帯    | (36世帯増) |

※人口及び世帯数は、住民基本台帳によるものです。

発行 東京都稲城市 編集 秘書広報課広報広聴係 〒206-8601 東京都稲城市東長沼2111 ☎042-378-2111 ☎042-377-4781

## 消防団特集

詳細は  
4・5  
面



ヒロ  
ー  
が  
ど  
こ  
に  
も

「地元が好きだ。だから守りたい。」という気持ちを持ったHEROたちが  
稲城市にはいます。

令和2年度稲城市消防団広報施策作業部会（稲城消防署防災課消防団係） ☎377-7119

## 再任されました 固定資産評価 審査委員会委員

本委員会は、固定資産の価格に関する不服を審査することを目的とした委員会です。9月の第3回市議会定例会で再任されました。任期は10月5日～令和5年10月4日の3年間で。

稲葉 勝巳氏 (不動産鑑定士)  
岩藤 真実氏 (税理士)  
草川 健氏 (弁護士)

㊟情報管理課文書法制係



▲生きもの保護の取り組み



▲違反広告物撤去の様子

生きものは講師の指導のもと安全な場所に移動します。  
10月25日(日)  
※雨天順延(予備日11月8日(日))

生態系を守り、良好な自然環境を作るため、溜め池を定期的に浚せつ(池の底の土砂を取り除く)しています。浚せつする前に、池に住む生きものを保護する取り組みに参加しませんか。

参加者募集  
城山公園の池の底  
きれいに！大作戦



時午前10時～正午  
場城山公園芝生広場  
定15人

※小学校低学年以下は要保護者同伴

講城山トコロジストの会

汚れても良い服装(長袖・長ズボン推奨)、長靴、ゴミ手袋、汚れた物を持ち帰る袋、飲み物

申電話、ファクス、メール(必要事項)○氏名○性別○年齢○住所○電話番号○同伴者氏名・年齢

先環境課環境政策係 ㊟378・3310 ㊟kankyouno@city.inagi.lg.jp

禁止です  
違反広告物

まちの景観と安全を保つため、道路上への立て看板や、電柱・街路樹などへの貼り紙・貼り札は禁止されています。

市内在住・在勤で20歳以上の方(登録制)  
▽任期 2年間  
環境課環境保全係

募集します  
違反広告物撤去協力員  
市民ボランティアにより撤去活動を行っています。一緒に稲城の景観を守りましょう。

有料広告を募集  
令和3年度版ごみ・リサイクルカレンダー

市内全世帯・事業所へ配布され、1年間使用されるごみ・リサイクルカレンダーへ広告掲載を希望する事業者を募集します。店舗やサービス等のPRにご活用ください。詳細は市㊟をご覧ください。

▽規格 タテ27mm×ヨコ73mm  
▽カレンダー配布時期 令和3年3月初旬以降  
費1万6千円(1枠)

申広告掲載申込書を持参または郵送  
※広告内容の分かる原稿を必ず添付  
※広告掲載申込書・募集要項

## 受け付けます 東京たま広域資源循環組合 入札参加申請

令和3・4年度の工事・物品買入れ等の入札参加申請を受け付けます。詳細は「東京たま広域資源循環組合」㊟をご覧ください。

申郵送〔10月16日(金)～〕

限11月2日(月)必着

※期間を過ぎても随時受け付けていますが、11月3日以降のものは、令和3年4月1日以降の競争入札参加資格者名簿に登録されます。

先東京たま広域資源循環組合総務課(〒190-0181西多摩郡日の出町大字大久野7642)

☎042-597-6151



▲ビャクシン類

梨赤星病予防に  
ご協力ください

ビャクシン類(カイヅカイブキ、タマイブキ、一部のコニファー等)は梨の「赤星病」の伝染源となります。特産物の梨を守るために、市内にはこれらの植物を植えないようご協力ください。



▶新第一調理場

## 市長コラム

No.106

### 学校給食共同調理場 新第一調理場が完成

南山小学校の東側に建設しておりました新第一調理場がこのたび完成し、10月10日には小規模な竣工式を執り行いました。

既に9月初旬には建屋が完成しており、その後調理器具や洗浄機器が設置され、残りの厨房設備や備品類を搬入し、今後様々な準備・シミュレーション、調理等委託業者における調理訓練、洗浄訓練を経て、令和3年4月から稼働することとなります。

さて、学校給食共同調理場の建て替え・移転につきまして、私が長年にわたる取り組みでできた政策であり、他の諸施策と比べても思い入れが深く、今回の完成を迎えて感無量です。

稲城市では、都内の他の自治体と比べても比較的早い時期から小中学校完全給食(主食・副食・ミルクの提供)を実施してきました。

第一調理場は昭和46年2月1日から稼働しており、多摩ニュータウン開発に伴う新設校に対応するため平成11年4月12日から稼働した第二調理場と併せて2カ所から配食しています。

第一調理場は老朽化が激しく、以前から整備の必要性が叫ばれてきたところではありますが、解決困難な課題があり、なかなか実現に至りませんでした。

第一の課題は用途地域の問題です。現在の第一調理場は第一小学校の隣接地に所在していますが、都市計画の用途地域は「第二種中高層住居専用地域」に指定されており、工場が建てられません。また、大規模改修も新築と同様に扱われるため改築もできません。いわゆる「既存不適格」の状態であり、現地での再整備ができないという問題がありました。

第三の課題は移転先の問題です。給食調理場といっても、これは食品工場であり、原則として建設できる用途地域は「工業地域」または「準工業地域」に限られます。しかし、市内には調理場用地に適した一定規模の工業地域・準工業地域がほとんどありません。

私は平成18年に財政課長を務め、市の財政状況全般を知るにつれてこの問題を認識しました。いざ解決しなければならぬと決意し、南山地域への移転構想を同地域に小学校を新設する必要性と併せて、温めてきました。



稲城市長  
高橋 勝浩

は第一調理場と担当する学校数のバランスをとり調理数増加に対応する必要がある。設備改修が必要である」との意見が出されました。

これらの意見を踏まえ、平成27年の市長選挙においては、学校給食共同調理場の建替移転とアレルギー対応食の提供を公約の柱に据えて取り組んできたところでした。

今回完成する第一調理場は最大食数6500食を配食することができ、第二調理場の最大食数3千食と合わせて一日当たり9500食の供給が可能となります。今後とも市内全小中学校に安定的に完全給食を実施するとともに、新たにアレルギー対応食の提供を開始します。

また、災害時にも温かきご飯と汁物を提供できるように炊飯室ラインを備えており、防災対策にも配慮しております。

この度は新型コロナウイルス感染症の影響もあり、大規模な完成記念式典などを実施する計画はありませんが、来年度の稼働直前には学校関係者や保護者向けの内覧会を実施できればと考えています。

いずれ、皆さんにもお披露目できる日が来ることを楽しみにしております。

## 教育委員会委員に就任 吉田 伸幸氏

9月30日で教育委員会委員の城所正彦氏が任期満了により退任されたことに伴い、9月の第3回市議会定例会で同意を得た後、吉田伸幸氏が新たに市長から任命されました。任期は、令和6年9月30日までの4年間です。  
☎教育総務課教育総務係



▶吉田 伸幸氏

## 子育て教育

申請受付中  
令和2年度  
低所得のひとり親世帯  
臨時特別給付金

対象の方で申請が済んでいない方は、早めに申請してください。  
制度の詳細は市☎をご覧ください。

☎子育て支援課窓口

※郵送、平尾・若葉台出張所では提出できません。

※必ず受給者本人が必要書類を持参してください。

※令和2年6月分児童扶養手当受給世帯対象の追加給付申請のみ郵送提出可

限10月30日(金)

☎厚生労働省「ひとり親世帯臨時特別給付金」コールセンター

☎0120・400・903、子育て支援課手当助成係

中止します  
第二児童館・  
学童クラブまつり  
2020

今年度の第二児童館・学童クラブまつり2020は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止します。

3 ☎第二児童館 ☎379・957

養育家庭(里親)体験  
発表会

市内には、親の病気・離婚・虐待などの様々な事情により、親と一緒に暮らすことのできない子どもが約4千人います。

養育家庭制度は、このような子どもたちを自らの家庭に迎え入れ(養子縁組を目的とせず)、家庭的な環境で育てていくものです。

発表会当日は、実際に養育家庭として子育て中の方が、きつかけや養育家庭だからこそ味わえる子育ての素晴らしさ等を語ります。また、多摩児童相談所による相談コーナーも設置します。

## 無くそう！ 枯草火災

これからの季節は空気が乾燥し、たばこのポイ捨てや火遊び等、人の行為が原因の枯草火災が発生する可能性があります。

また空地の枯草は放火犯の標的となるため、早めに刈り取り、火災が発生しにくい環境を作りましょう。

☎稲城消防署予防課予防係 ☎377-7119

## 障害福祉

レスポーンいなぎ  
発達支援講座

ASD(自閉スペクトラム症・アスペルガー症候群)とADHD(注意欠如・多動症)等の発達障害に関する基礎的な知識や支援の流れについて、事例を中心にお話しします。

※新型コロナウイルス感染症の影響により、中止となる場合があります。

日11月12日(木)

時午前10時～11時30分(受付

11午前9時30分)

場地域振興プラザ4階

定30人(申込先着順)

講精神保健福祉士、公認心理師(稲城市発達支援センターレスポーンいなぎ)

☎電話、ファクス、メール(必要事項○氏名○お住まいの地

## 高齢福祉

入居者募集  
生活支援ハウス  
「どんぐり」

次の住まいを決めるまでの一時的な生活の場として利用できます。

対原則60歳以上のひとり暮らしで、次の全てに該当する方○市内に引き続き1年以上住所を有する

○住宅に困窮している

○自立した生活はできるが、自宅での生活に不安がある

○常時医療を必要としない

○共同生活を営める

○家族の援助を受けられない

☎持参、郵送、代行申請(地域包括支援センター職員)

※申請書は高齢福祉課、各地域包括支援センターで入手可

※市の入所者選定会議で、入所者を決定後、連絡します。

☎先☎高齢福祉課高齢福祉係

## 令和2年度稲城市防災訓練

日11月1日(日) 時午前9時～正午ごろ 場多摩川緑地公園  
☎稲城消防署防災課防災係 ☎377-7119

防災関係機関が相互に連携した訓練を行います。また、会場には体験型の訓練もありますので、ぜひ参加ください。訓練に参加する方はマスクの着用をお願いします。  
※雨天決行(災害発生・発生する恐れのある場合や前日の天候不順などで準備ができない場合は、変更・中止とする場合があります)

※訓練開始時に、市内全域の防災行政無線でサイレンが鳴ります。

### 体験する

#### 自助・共助・公助訓練

新型コロナウイルス感染症に対応した避難者受付や避難所設営の訓練を行います。

#### 医療救護連携訓練

応急救護の体験ができます。



#### 災害体験訓練

起震車で地震を体験できます。



#### 乗車体験

普段乗ることのできないはしご車や白バイに乗車できます。



#### キッズコーナー

顔はめパネルや防火衣を着て、記念撮影ができます。また、ミニ消防車の運転もできます。



### ペットの防災対策

動物救護相談やペットへのマイクロチップ装着(先着10頭)を行います。

### 見学する

#### 特殊車両の展示

排水ポンプ車や陸上自衛隊衛生車などを展示します。

#### 土砂災害救出救助訓練

消防署・消防団・稲城市総合建設業協会・消防支援ボランティアが連携して訓練を行います。



#### 水防工法訓練

消防団による積み土の工法訓練を行います。



消防団  
特集消防団員に  
インタビュー地元が好きだ。  
だから守りたい。親子で  
守る

ミナモト 章一郎団員(父)

元分団長。約14年にわたり、消防団で活躍中。

ミナモト 匠団員(子)

学生時代に入団し、社会人になってからも活動を継続。現分団部長。

稲城市消防団には、親子で活動する団員がいます。  
家族一丸となって地域を思う団員親子に話を伺いました。

## 消防車に乗りたかったから

(父)章一郎団員

入団のきっかけは消防車に乗りたかったからです(笑)。



入団してからは、幅広い年齢の方と職業上の立場に関係なく仲間といえる信頼関係が築けました。

また消防団活動は、職場での話題の一つとしても役立っています。

## 自分の子も消防団へ

消防団に入団すると、活動を通じて様々な知識を得られるのでオススメな地域活動です。

自分の子に対しては、入団を強制したことはなかったのですが、私の活動を見て自分も入団したいと思ってくれたのならうれしいです。

親子で活動することで、様々な場面・幅広い世代から頼りにされることが増え、地域に貢献できていると実感しています。

## 社会勉強をしたかったから

(子)匠団員

防災に対する意識・知識、そこからコミュニケーション能力が培われることは、社会勉強になります。

学生から社会人になる時は就職活動の相談にも乗ってもらえました。

日々の活動の中で、消防団活動の粋を超えた経験をさせてもらっています。



## 学業と消防団活動

団員の仲間が学生という立場を理解してくれて、学業に支障が出ないよう配慮してくれました。

また、就職活動の面接時には、全ての企業の方に消防団のことを聞かれました。活動に興味を持っていただけのようなので、担当者の目に留まる人材になっていたのではないかとと思います。

女性の視点で  
守る

恵 桃香団員

将来、救急隊員を目指す学生団員。団員活動・勉強と日々奮闘中。

まだまだ男性のイメージが強い消防団。しかし消防団の活動に性別は関係ありません。地域のために活動し、活躍する女性団員に話を伺いました。

地域のために入団を決意  
恵団員

入団のきっかけは、地域の行事に消防団が参加していて、交流があったことです。

地域のことをもっと知りたい・地域のために役立ちたい・生まれ育ったまちを守りたいと思い入団しました。



## 防災知識を伝えたい

消防団での活動は、防災についての知識を学べます。地域の皆さんに、様々な活動で得た経験をたくさん伝えていきたいです。

## 女性だからできる

女性だからこそできることもあると思います。例えば、大規模災害時などでは、女性などが気軽に相談できる環境を整えることができます。女性がいるだけで子どもやお年寄りの方が接しやすくなるのが一番の強みだと感じます。

女性の立場を活かして、色々なことに挑戦していきたいです。

## 一歩踏み出そうとしている皆さんへ

全ての行事に参加しなくても大丈夫です。学校・仕事・家庭のことを優先して、できることをやれば良いと思います。

女性だから活動しにくいということは全くなく、今後は女性チームで救命講習の実施や広報活動をしていけたらと思っています。

消防団は、男女が協力して活動できることを一緒に考え、一丸となって活動していますので、その環境が活動のしやすさとなっています。

一緒に消防団活動をしてみませんか。



Twitter



Instagram



PR動画

## 消防団の活動を紹介

消防団の活動を紹介します。稲城の安全・安心を守るため、一緒に活動しましょう。市内在住または在勤で18歳以上の健康な方。▽入団方法 窓口、電話、メール、「稲城市消防団」公式ツイッター等からお問い合わせください。

## 団員を募集しています

稲城の安全・安心を守るため、一緒に活動しましょう。市内在住または在勤で18歳以上の健康な方。▽入団方法 窓口、電話、メール、「稲城市消防団」公式ツイッター等からお問い合わせください。



▲防災課消防団係 阿部係長

独自の消防本部がある稲城市では、消防団員と消防職員は互いに身近な存在であり、より実践的な連携訓練などを行っています。災害時には昼夜を問わず現場に出動し、消火・救助活動を行う消防団員は、消防職員にとって「大切な仲間」です。各地域に詳しく、地元に着した活動をする消防団ならではのチカラが、市民を守る原動力になっています。

消防団は消防署と両輪となって市民を守ります。地域の安全・安心を見守る消防団の存在は、私達にとって大きな安心となっています。災害が発生した時に、地域の消防団がいち早く駆けつけてくれるという安心感は、地域コミュニティの最たるものだと思います。



▲自治会連合会 佐久間会長

地域を守る消防団 大きな安心となっています

日頃からの訓練・点検 いざという時の消火・救助活動のために、日頃から訓練や資機材などの点検を行っています。市民の皆さんにとって身近な消防団員は、地域の防災リーダーです。地域の方と一緒に、防災訓練や地域行事に参加しています。

災害時に駆けつけます 火災や大規模災害時には現場へ駆けつけ、消防職員と一緒に消火・救助活動を行います。

## 消防団の活動

消防団とは 消防団員は、普段は学生・会社員などである非常勤特別職の公務員です。「自分たちのまちは、自分たちで守る」という同じ気持ちを持った仲間達が集まっています。

稲城市消防団 稲城市消防署防災課消防団係 ☎377-7119 ✉shonbousai@city.inagi.lg.jp

健康医療

検診車による集団検診  
(胃がん・乳がん)

症状が無くても定期的に受診しましょう。

胃がん検診

今年度最後の募集です。  
対40歳以上(昭和56年4月1日以前生まれ)の方

※原則年度に1回の受診  
※胃などの手術をした方、治療中の方、腎疾患・心疾患で水分制限のある方、妊娠中の方を除く。

日12月5日(土)、令和3年1月17日(日)

時午前9時〜正午  
※時間指定不可

※申込状況によって検診終了時間は変動します。

場保健センター

定50人

※申込者多数の場合は抽選し、結果を申込者全員に郵送

内問診、バリウムによる胃部エックス線撮影検査

費1980円

※保険割合1割負担1660円、2割負担1320円(要保険証など)

※生活保護受給者などは費用免除(要各証明書)

乳がん検診

受診希望者が多いため、新たにふれんど平尾での実施日を設けました。

対40歳以上(昭和56年4月1日以前生まれ)で、平成31年度以降未受診の女性

※2年度に1度の受診  
※既に乳がんと診断された方、治療中の方、妊娠中の方、授

乳中の方、断乳後6カ月未満の方を除く。

日12月14日(月)

時午前9時〜午後3時30分

※時間指定不可

※申込状況によって検診終了時間は変動します。

場ふれんど平尾

定50人

※申込者多数の場合は抽選し、結果を申込者全員に郵送

内問診、マンモグラフィ検査(乳房エックス線撮影検査)

費2470円

※保険割合1割負担820円、2割負担1650円(要保険証など)

※生活保護受給者などは費用免除(要各証明書)

◆共通事項  
申窓口、郵送、東京共同電子申請・届出サービス

※今年度43・45・47・49歳になり、令和2年度乳がん検診

申込記入例

〇〇がん検診希望  
第一希望 月 日 会場  
第二希望 月 日 会場  
1. 氏名(フリガナ)  
2. 生年月日(年齢)  
3. 住所  
4. 電話番号  
5. 前回検診年月日(分かる範囲で)

のハガキ型受診券をお持ちの方、今年度41歳になり乳がん検診無料クーポン券をお持ちの方は電話申込可

限10月26日(月)必着  
先問保健センター(〒206・0804 稲城市百村12の1 ☎378・3421)

予防接種助成

対象者を拡充  
高齢者の肺炎球菌感染症

対①令和2年度に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方

②接種日現在60〜64歳で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に障害を有する方(身体障害者手帳1級程度)及びヒト免疫不全ウイルスにより日常生活がほとんど不可能な方

③令和2年度に65歳以上になる方のうち①を除いた方

※今回より③の対象者が拡充されました。

※ワクチンの入荷量によっては、定期接種の対象である①②の方を優先します。

※過去に1度でもこの予防接種を受けている方は対象外

▽回数 1回  
▽保険証など

※②の方は身体障害者手帳のコピーまたは医師の診断書を提出

費4千円

※生活保護受給者などは費用免除(要各証明書)

※令和2年4月1日以降接種

指定医療機関一覧

| 医療機関名            | 電話番号     | 地区  |
|------------------|----------|-----|
| 谷平医院             | 377-6433 | 矢野口 |
| 矢野口クリニック         | 379-0939 |     |
| 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 | 東長沼 |
| 菜の花クリニック         | 313-9272 |     |
| 東長沼クリニック         | 379-4851 |     |
| 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 | 大丸  |
| 稲城診療所            | 377-6128 |     |
| 稲城癒しの森内科クリニック    | 379-8880 |     |
| 稲城市立病院 健診センター    | 377-1421 |     |
| いしがき医院           | 401-3733 |     |
| 菊池医院             | 378-3333 | 百村  |
| 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 | 平尾  |
| 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 | 押立  |
| 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 |
| 向陽台クリニック         | 378-6677 |     |
| 長峰クリニック          | 350-7171 | 長峰  |
| 若葉台クリニック         | 350-6075 | 若葉台 |

活用しましょう  
健康相談

保健相談

日第1火曜日  
時午前9時30分、午前10時30分(各相談30分程度)

栄養相談  
日第2・3火曜日  
時午前9時30分、午前10時、午前11時(各相談30分程度)

自衛隊センター ☎378・3421

一人を抱え込まず、まずは相談  
自殺防止対策

都では、自殺防止対策として相談を受け付けています。詳細は「東京都福祉保健局」HPをご覧ください。

▽電話相談 こころのちのホットライン ☎0570・087478(午後2時〜翌午前5時30分)  
※通話料がかかります。

▽LINE相談 アカウント名・相談はとLINE@とLINE@東京(午後3時〜10時(受付11午後9時30分まで))

問保健センター ☎378・3421



傍聴できます  
稲城市都市計画審議会

日11月9日(月)  
時午後2時  
場消防署講堂

定10人

※申込者多数の場合は抽選

内用途地の変更(稲城中央

公園)、地区計画の変更(稲城中央公園周辺地区)、地区計画の決定(稲城長沼駅東地区)、生産緑地地区の変更

申はがき(必要事項○住所○氏名○電話番号)  
限10月29日(木)必着

先問都市計画課都市計画係

第37回駅前放置自転車クリーンキャンペーン  
10月22日(木)〜31日(土)

放置自転車問題を考える機会として、駅前放置自転車クリーンキャンペーンを行います。

放置自転車や原付バイクを利用する方へ  
各駅から半径500メートル以内に住む方は、駅までの自転車・原付バイクの利用は控えます。

○駐車する際は、盗難防止のため2カ所施錠しましょう。

撤去します  
放置自転車・原付バイク

市の条例に基づき、駅中心から半径300メートルの範囲(若葉台駅のみ別途指定)を自転車等放置禁止区域として指定しています。この区域内に放置された自転車・原付バイク

費用(記載のない場合は無料)

申申込方法(記載のない場合は不要)

限申込期限

先申込先

主主催 共共催 問問い合わせ

シャッター

大塚製薬(株)と連携協力に関する  
包括協定を締結 (9月25日)

市民の健康増進・スポーツ振興・災害対策など市民サービスの向上を図るため、「稲城市と大塚製薬(株)との包括連携協定」を締結しました。

年金生活者支援  
給付金制度

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入や、その他の所得額が一定基準以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには請求書の提出が必要です。案内・事務手続きは、日本年金機構が行います。

▽老齢基礎年金を受給中の対象者

次の全てに該当する方

- 65歳以上
- 世帯全員の令和2年度の市民税が非課税
- 前年の年金収入額とその他の所得額の合計が87万9900円以下
- ▽障害基礎年金・遺族基礎年金を受給中の対象者
- 前年の所得額が約462万円以下

※既に年金生活者支援給付金を受給中の方は手続き不要

☎ねんきんダイヤル ☎0570・05・1165 (ナビダイヤル)、府中年金事務所 ☎042・361・1011

保険年金

請求手続き

新たに年金生活者支援給付金を受け取ることができる方には、日本年金機構から10月中旬以降、お知らせ(請求書同封)を送付します。令和3年2月1日(月)までに請求手続きが完了すると、令和2年8月分からさかのぼって受け取れます。年金を受給し始める方は、年金の請求手続きと併せて請求手続きをしてください。

市民活動サポートセンターいなぎ

稲城市姉妹友好都市交流協会が発足しました (9月27日)

稲城市と姉妹都市・友好都市の市民との相互交流を推進し、多文化共生による心豊かな市民生活の向上と地域活性化を目的として活動します。

令和2年分給与所得者の年末調整・法定調書・給与支払報告書の説明会は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため中止します。

※年末調整の説明・用紙のダウンロードは「国税庁」でご確認ください。

☎源泉所得税関係・法定調書関係について ☎日野税務署 ☎042・585・5661

給与支払報告書・住民税特別徴収について ☎市役所課税課市民税係

税金

中止します  
日野税務署による  
年末調整等説明会

着付け教室

初心者向けに名古屋帯や半幅帯などが、一人で結べるように指導します。

☎11月11日・12月16日の毎週水曜日(全6回)

☎午後7時～9時

☎定4人(申込先着順)

☎※最低開講人数 ☎2人

☎費6千円(申込時)

☎申窓口 ☎10月16日(金)午前9時～

☎場 ☎先 ☎市民活動サポートセンター

☎☎377・2212

市ホームページ  
バナー広告  
募集中

企業や商品のPRにご活用ください。詳細は市☎をご覧ください。  
☎秘書広報課広報聴係

納期限 11月2日(月)

市・都民税(普通徴収)(第3期)  
国民健康保険税(第4期)

安心!納税!口座振替!!  
☎収納課

南多摩3市観光連携プロジェクト  
観光セミナー | N町田薬師池公園 四季彩の杜西園  
心が動いた瞬間を、写真にしましょう!  
～スマホフォトグラファー入門講座～

スマートフォン等のカメラの仕組みや写真を撮る便利な機能などを学び、薬師池公園四季彩の杜西園内で写真を撮ります。  
※新型コロナウイルス感染症の影響により、中止・変更となる場合があります。

☎対 ☎稲城市・多摩市・町田市に在住・在学・在勤の方

☎日 ☎11月21日(土)

☎時 ☎午後1時30分～4時30分ごろ

☎場 ☎町田薬師池公園四季彩の杜西園(ラボ・体験工房)(町田市本町田3105)

☎定 ☎20人 ※申込者多数の場合は抽選し、結果は11月6日(金)までに通知

☎講 ☎竹内 悠貴氏(フォトコミュニケーション協会)

☎申 ☎ファクス、メール(必要事項○氏名○性別○年齢○住所○携帯電話番号○同行者の氏名・年齢・性別)

☎※ ☎「観光セミナー | N町田薬師池公園四季彩の杜西園」と記載

☎限 ☎11月2日(月)必着

☎先 ☎☎(株) JTB東京多摩支店観光セミナー係

☎☎042-521-5550 ☎minamitama@jtb.com

☎☎042-521-5558

消費者講座  
稲城の農地をみよう!親子で学ぶ 農地・牧場探検  
～地場野菜の収穫や動物の見学～

稲城の風土に触れながら、冬野菜の収穫を体験し、自然の中で生育する動物の見学も行います。

☎対 ☎市内在住の親子

☎※ ☎ベビーカーでの参加不可、授乳・おむつ交換スペース無し

☎※ ☎起伏のあるコースで1時間程度歩きます。

☎日 ☎11月22日(日)

☎時 ☎午前9時～正午 ※小雨決行

☎場 ☎坂浜地区の農園・大塚牧場

☎☎集合時間・場所

☎☎午前9時・上谷戸緑地体験学習館

☎☎定 ☎12組(1組4人まで)

☎※ ☎申込者多数の場合は抽選し、結果は11月6日(金)までに通知

☎費 ☎1組当たり2,000円程度(持ち帰り野菜代など)

☎申 ☎往復はがき[必要事項○参加者全員の氏名(漢字、フリガナ)○学年(未就学児は年齢)、お子さんとの続柄○住所○電話番号○携帯電話番号(持っている場合)○集合場所までの交通手段]

☎※ ☎重複の応募は無効

☎限 ☎10月26日(月)必着

☎先 ☎消費生活センター(〒206-0804稲城市百村2111パルスシステム生活協同組合連合会稲城事務センター3階 農地探検申込係)

☎☎市民協働課市民生活係

ヘルスマーター

秋の健康管理

気温も下がって爽やかな行楽の季節である秋。夏場よりも過ごしやすいはずですが、体調を崩しがちな季節でもあります。秋に体調を崩しやすくなるのは、夏の冷えによる疲れが残っていることや、急な気温の変化・空気の乾燥・日照時間の減少などがあげられます。寒暖差の激しい秋は自律神経の乱れが生じやすく、疲れや睡眠不足になったりします。また、秋風邪もひきやすくなります。

健康に過ごすためには

水分を積極的にとる

秋は夏に比べると喉の渇きを感じにくくなるため、積極的に水分補給をしましょう。

体を温める

体を温めることを意識して毎日を過ごしましょう。

太陽の光を浴びながら適切な運動をする

散歩がてらのウォーキングを積極的に取り入れましょう。特に朝の太陽を浴びながらのウォーキングがおすすめです。

早寝早起きをし、規則正しい生活を送る

早寝早起きをすることで自律神経のバランスを整え、免疫力を高めることができます。

食事ですっかり栄養補給をする

秋の食材を積極的に取り入れて、バランスの良い食事を心掛けましょう。旬の食材(例えばサマやサツマイモ等)は良質なタンパク質・ビタミン・ミネラル等の栄養素が含まれています。

衛生面を徹底する

乾燥する時期は特に手洗い・うがい、外出する際はマスクをしましょう。

こうした対策によって、季節の変わり目の体調に注意し、快適な秋を過ごしましょう。

稲城市医師会 高 慎太郎

2020  
令和2年  
**10.15**  
第1332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**10月24日(土)**

- ▷受付時間 午前8時30分～11時45分、午後1時～5時  
(受付時間外は庁舎内に入れません)  
▷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行いません)

# 11月は稲城市民憲章推進月間です

㊟稲城市民憲章推進協議会事務局（市民協働課協働推進係）

## 市民憲章とは

市民が手をつなぎ、市民意識や連帯感を盛り上げて、皆でより豊かなまちづくりを進めることを目的として、昭和56年11月1日に施行されました。

## 11月1日は稲城市民憲章の制定日です

稲城市民憲章が制定され、来年で40周年を迎えます。市民憲章を心の道しるべとして、私たちのまちが一層良くなるよう一人ひとりが努力しましょう。

## 稲城市民憲章の普及・啓発に向けて

現在、49団体が所属する稲城市民憲章推進協議会では、市民憲章の5つの条文に沿って環境・親切・家庭・健康・文化の5部会を設置し、市民憲章の普及・啓発活動を行っています。

**太** 陽と緑をたいせつにし、土の香りのあるまちをつくりましょう



▲環境部会による花植え活動

**市** 民としての自覚を持ち、助け合って住みよいまちをつくりましょう



▲親切部会による「1のまちいなぎ市民まつり」での子ども向けブースの出店

**年** よりやこどもをいたわり、若い力を育てるまちをつくりましょう



▲家庭部会による「稲城市民憲章推進の日」の開催（クイズラリー等）

**心** 身ともに健やかに、笑顔で働けるまちをつくりましょう



▲健康部会による「市民ふれあい歩こう会」の実施

**伝** 統を尊び、文化を高め、未来に展望がもてるまちをつくりましょう



▲文化部会による「1のまちいなぎ市民まつり」での市民憲章普及・啓発活動

## ロビー展を開催します

稲城市民憲章の成り立ちや活動を紹介します。私たちが住んでいるまちについて考えてみましょう。

㊟11月2日(月)～13日(金)  
※市役所開庁日のみ  
時 午前9時～午後5時  
場 市役所1階ロビー



## 姉妹都市大空町産の農産物物産展

北海道大空町産のたまねぎ・じゃがいも・かぼちゃ等を販売します。

㊟10月24日(土)・25日(日)  
時 午前10時～午後3時(売り切れ次第終了)  
場 中央文化センターホール前  
㊟稲城南山農産物直売所ほのか  
☎379-8977

## 南多摩3市観光連携プロジェクト

## 第3回観光ウォークツアー

## ～過去と未来を学ぶ～多摩センター ミュージアムツアー

第3回目は、多摩市の「東京都立埋蔵文化財センター」と「LINK FOREST」を巡ります。

※新型コロナウイルスの感染状況により、中止・内容変更となる場合があります。

㊟稲城市・多摩市・町田市に在住・在勤・在学の方

㊟12月9日(水) ※小雨決行

時 午後0時30分～5時ごろ

▷集合・解散場所 小田急多摩センター駅前

㊟各市10人 ※申込者多数の場合は抽選

費1,000円(喫茶代・お土産代・保険代など)

㊟はがき、ファクス、メール(必要事項〇件名「多摩ウォーク」〇氏名〇性別〇年齢〇住所〇携帯電話番号〇同行者氏名・年齢・性別)

㊟11月19日(木)必着 ㊟南多摩3市観光連携推進協議会

先㊟(株)JTB東京多摩支店(〒190-0023東京都立川市柴崎町2-12-24M K立川南ビル3階)

☎042-521-5550 ㊟042-521-5558

✉minamitama@jtb.com

## 稲城市民無料ご招待 inよみうりランド

市民の皆さんを入園無料でご招待します。  
※招待券は、広報いなぎ11月1日号にも掲載します。

㊟10月22日(木)～11月15日(日)

※11月4日(水)は休園日

㊟月～土曜日＝午前10時～午後8時30分、日曜日・祝日＝午前9時～午後8時30分

ジュエルミネーション

宝石色をイメージしたイルミネーションがきらびやかに輝きます。今年は「黄金と誕生石のRESONANCE」をテーマに、650万球のLEDを用いた12の新エリアが広がり、皆さんを癒しと安らぎの空間へとといざないます。

▷開催期間 10月22日(木)～令和3年4月4日(日)

▷ライトアップ時間 午後4時～8時30分

※営業状況が変更になる場合があります。最新情報は「よみうりランド」㊟でご確認ください。

㊟(株)よみうりランド ☎044-966-1111

稲城市経済観光課観光係

## 稲城市民無料ご招待 inよみうりランド

## 入園招待券

人数： 人  
有効期限＝10月22日(木)～11月15日(日)  
※11月4日(水)は休園日

※本券で同家族全員が無料で入園できます。  
※本券を切り離し、人数を記入のうえお持ちください。  
※コピー不可、市㊟の広報いなぎを印刷したものも不可

本券でワンデーパスを割引いたします。

|               |               |    |
|---------------|---------------|----|
| ◎ワンデーパス       |               |    |
| おとな           | 5,500円⇒5,200円 | 名様 |
| 中高生           | 4,400円⇒4,100円 | 名様 |
| 小学生・シニア(65歳～) | 3,900円⇒3,600円 | 名様 |
| 未就学児(3歳～)     | 3,400円⇒3,100円 | 名様 |

|                         |               |    |
|-------------------------|---------------|----|
| ◎ナイトパス                  |               |    |
| (午後4時から販売、大観覧車ほか一部制限あり) |               |    |
| おとな                     | 2,500円⇒2,200円 | 名様 |
| 3歳～高校生、シニア              | 1,700円⇒1,500円 | 名様 |

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため営業状況が変更になる場合がございます。最新の情報は「よみうりランド」㊟をご確認ください。