



介護予防体操教室
(3ヵ月コース)

柔軟体操・筋力トレーニング等の健康習慣を身に付け、健康的に秋を満喫しましょう。

市内在住で、介護保険の認定を受けていない65歳以上の方

※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の場合に限る

10月2日・12月18日の毎週木曜日(全12回)

午前8時30分～10時
場NAS若葉台(若葉台2の1の1)

定20人(申込者多数の場合は選考し、結果は9月25日(木)ごろ全員に通知)

申込窓口、郵送、申込フォーム(下記参照)



高齢福祉

※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)

問高齢福祉課高齢福祉係

栄養教室
手軽に楽しめる
ワンプレートごはん

ワンプレートごはんは見ただけで楽しく必要な栄養素をバランスよくとれる優れたスタイルです。

高齢期に大切な栄養を無理なくとれる工夫を管理栄養士が紹介します。

※初めての方を優先
9月17日(水)

午前10時～正午ごろ
場第三文化センター講座室
定10人程度(申込先着順)

栄養講座、調理実演
申込電話(8月18日(月)～)

先問高齢福祉課高齢福祉係

在宅医療市民向け
ミニ講座
はじめての在宅医療

この講座では、病気になり、通院ができなくなった場合に自宅等で病気の治療を行う在宅医療について医師が紹介します。

また、地域包括支援センターやいなぎ在宅医療・介護相談室の専門職に相談もできます。

9月13日(土)
午前10時～11時

場地域包括支援センターこうようだい

講平田 沙和氏(稲城在宅療養クリニック院長)

申込電話、メール(必要事項○氏名○住まいの地区)
9月12日(金)

先いなぎ在宅医療・介護相談室
☎377・4964(平日午前9時～午後4時)・✉inagi-zaitaku.soudan@aurora.ocn.ne.jp

問高齢福祉課地域支援係

国民健康保険
葬祭費

市の国民健康保険に加入している方が亡くなった場合、葬儀を行った方(喪主)に5万円が支給されます。

亡くなった方の保険資格の確認ができる物、会葬礼状または葬儀の領収書・請求書(喪主と亡くなった方の氏名が記載された物)、喪主の振込先が分かる物

申込窓口、郵送
限葬儀を行った日の翌日から2年以内

先問保険年金課国民健康保険係

国民健康保険
出産育児一時金

市の国民健康保険に加入している方が出産した際、出産児一人につき50万円が支給されます。

出産費用が50万円未満の場合や、医療機関直接支払制度を利用しない場合は、申請してください。

※社会保険に被保険者本人と



障害福祉

心身障害者医療費
助成制度

東京都では、保険適用医療費について自己負担額の一部を助成しています。

介護者交流会

介護している方同士で話してみませんか。一人で抱え込まず、不安や聞きたいこと等を語り合いたいよう。気軽に参加ください。

介護している家族や支援している方、関心がある方

9月9日(火)
午後1時30分～3時

場地域包括支援センターエレガントもむら出張所(東長沼4)

定10人(申込先着順)
申込電話(8月18日(月)午前9時～)

先問地域包括支援センターエレガントもむら ☎379・5500

市民団体情報ステーション

市民団体を紹介する専用のウェブサイトです。団体紹介や団体主催のイベントを掲載できます。



こんな方にオススメ!
○会員の募集したい!
○趣味の団体を探したい!

▲専用サイト

問秘書広報課広報広聴係

納期限 9月1日(月)

市・都民税(普通徴収)(第2期)
国民健康保険税(第2期)
納付忘れにご注意を!
問収納課

对身体障害者手帳1・2級(内部障害は1・3級)、愛の手帳1・2度、精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの方
※所得・年齢による制限有り
所得審査の年度が変わります
9月から、令和6年分の所得による審査に変わります。
過去に所得が基準額を超えたために非該当となった方で、所得が減額した場合はご相談ください。

受給者証を更新します

現在、受給者証をお持ちの方には、所得審査の結果によって、新しい受給者証または非該当通知を8月末日までに送付します。

問障害福祉課障害福祉係

レスポリーいなぎ

発達支援講座

幼児期・学童期の発達障害と支援

幼児期から学童期に焦点を当てて発達障害の特性によって生じやすい「困り感」と関わる際の大切な視点について、事例を交えながらお話しします。

9月19日(金)

午前10時～11時30分

場地域振興プラザ4階会議室

申込フォーム(下記参照)、電話、メール、ファクス

必要事項○氏名○お住まいの地区○連絡先

先問レスポリーいなぎ平尾 ☎042・

税金

不動産取得税(家屋)を
減免します
東京ゼロエミ住宅

東京ゼロエミ住宅とは、断熱性能と省エネ設備を取り入れた、人や地球環境に優しい都独自の住宅です。

減免を受けるには申請が必要です。詳細は「東京都主税局Web」をご覧ください。お問い合わせください。

一定の要件を満たす新築の東京ゼロエミ住宅
減免割合 住宅に係る不動産取得税を最大で10割

問八王子都税事務所 ☎042・

夏のリ「チャレ2025
理工系の仕事を
体感しよう!

女子中高生の理工系分野への進路選択を応援するために、様々な仕事を体験できるイベントを開催しています。詳細は特設サイト(下記参照)をご覧ください。



悩み事・困り事は
ありませんか
福祉くらしの
総合窓口

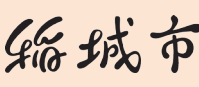
仕事・家計・住まい・生活健康に関することや、どこに相談したらよいかわからない福祉全般の悩み事や困り事について、気軽にご相談ください。家族からの相談も受け付けています。

相談例

○就職しても長く続かない、自分に合う仕事が見つからない
○家族がひきこもりの状態で心配
○家賃や生活費の支払いが苦しい
○債務が増えて返済ができない

主内閣府・文部科学省、(一社)日本経済団体連合会

問生活福祉課福祉くらしの総合窓口



～活力あふれるまちづくりに向けて～

市内に、スポーツとエンターテインメントの融合施設「TOKYO GIANTS TOWN」がまじびらきました。その中核施設となる「ジャイアンツタウンスタジアム」が開業し、2027年には水族館や飲食施設も併せた新たな拠点としてグランドオープンします。

今後も稲城市では、読売巨人軍他読売グループと連携し、活力あふれるまちづくりに取り組んでいきます。

ジャイアンツタウンスタジアムの活用

ジャイアンツタウンスタジアムでは、野球の試合以外にも脱出ゲームやランニングイベント等、各種イベントで活用されています。

ヴェルディ&ベレーザファン感謝祭2025

ジャイアンツタウンスタジアムで、稲城市をホームタウンとする東京ヴェルディと日テレ・東京ヴェルディベレーザのファン感謝祭が開催されました。野球場での開催を生かして、キックベース対決や選手との交流で盛り上がりしました。

問観光課ホームタウン支援推進係



©TOKYO VERDY