子ども家庭支援センターすこやか　専用HPあり
〒182－0022 国領町３－１－38 ココスクエア２階
☎042－481－7733（午前９時～午後５時）

Ⓐエンゼル大学「パパと一緒に！０歳から楽しむ絵本とわらべうたの時間」
日10月３日㈯午前10時～11時　対市内在住で３カ月～１歳の子どもと父親（母親の同伴も可）
定15組程度（多数抽選）

Ⓑサンデーコロパン
日10月11日㈰午前10時～11時30分（受付10時～10時15分）　対市内在住で令和７年10月１日～令和８年７月11日生まれの子どもと保護者
定30組程度（多数抽選）
持よだれ掛け（表面に大きく子どもの名前を明記）、母子健康手帳、バスタオル

ⒶⒷ共に
申９月６日㈰午前９時～12日㈯午後５時に、Ｅメール（HP要確認）で申し込み

敬老金の贈呈

対象の方へ９月上旬に案内を発送します。
対令和８年９月１日時点で市内に住民登録があり、次の①～④いずれかに該当する方
①80歳（昭和20年10月１日～21年９月30日生まれ）
②85歳（昭和15年10月１日～16年９月30日生まれ）
③90歳（昭和10年10月１日～11年９月30日生まれ）
④100歳（大正14年10月１日～15年９月30日生まれ）
贈呈金額／①～③5000円④１万円
問高齢者支援室☎042－481－7150

９月はワンコイン入浴事業の実施月

対市内在住の70歳以上で交付場所まで取りに来られる方※自宅に風呂がない方への入浴券などを持っている方、今年度すでにワンコイン入浴券を申請した方は対象外　内９・12・３月の利用期間内に、それぞれ１回100円で公衆浴場を利用できる入浴券を交付中（９月18日㈮までの申請は最大３枚）※神代湯（菊野台１）、梅の湯（深大寺東町６）、深大湯（深大寺北町６）鶴の湯（下石原１）。入浴券を持参していない方は100円での入浴不可
入浴券を利用できる期間（９月）／７日㈪～20日㈰
申問本人確認書類（マイナンバーカードなど）を持参（代理人不可）の上、高齢者支援室（市役所２階）
☎042－481－7150

精神障害者家族会の情報交換・相談会

日９月12日㈯・26日㈯
時午後１時30分～３時30分
所総合福祉センター２階202会議室　内精神保健福祉に関する情報交換、家族の悩み相談ほか
申当日直接会場へ
問精神障害者家族会かささぎ会・今井
☎090－8504－3797　（障害福祉課）

協力会員募集説明会

専用フォーム

高齢、障害があるなど、外出や家事の手助けが必要な方、食事の配達を必要とする方を支援する活動です。
日９月25日㈮午前10時～11時30分
所調布ゆうあい福祉公社
他参加できない場合は個別に対応可
申問専用フォームまたは電話で（公財）調布ゆうあい福祉公社☎042－481－7711

慈恵ガジュまる教室「認知症を学ぶ～予防のポイントと支え合いのヒント～」

日９月26日㈯午後２時～３時　所東京慈恵会医科大学西部医療センターガジュまるホール
内認知症の初期症状・兆候を学び、本人の気づきや家族の早期発見に役立てる
演東京慈恵会医科大学西部医療センター認知症看護認定看護師　定申し込み順90人
費500円（当日持参）　持マスク
申専用フォームから申し込み
問慈恵西部健康推進センター事務局☎03－3480－1151
（高齢者支援室）

専用フォーム

第38回調布市福祉大会

日９月30日㈬午後２時～３時30分　所グリーンホール大ホール　内地域福祉活動または福祉事業協力者への顕彰、活動発表、アトラクション（高校生シンガーソングライター相磯菜々（あいいそななな）さんミニコンサート）
問社会福祉協議会☎042－481－7617

からだと歩行補助具の相談室

杖・歩行器など、福祉用具の上手な活用で、心身機能の維持が期待できます。リハビリの専門職が個別にアドバイスします。
日10月２日㈮午後※詳細な時間は申込時に決定
所文化会館たづくり６階601会議室
対市内在住の65歳以上の方（要介護認定者を除く）
定申し込み順３人（１人30分程度）　費無料
申問９月７日㈪から高齢者支援室☎042－481－7150

えんがわ文庫 新規棚主を募集

市民活動支援センターHP

市民活動支援センター入口にある文庫です。新規棚主向けの説明会を開催します。
日①10月３日㈯②９日㈮
時①午前10時～11時②午後４時～５時
所市民活動支援センター　対市内在住・在勤で毎月の交流会やイベントに参加できる方
申問前日までに電話・Ｅメールで市民活動支援センター☎042－443－1220Ｅnpo-center@ccsw.or.jp
（社会福祉協議会）

認知症に関する医師個別相談

日10月５日㈪午後
所文化会館たづくり３階305会議室
対認知症と思われる症状があるものの、まだ医療にかかっていない方（家族も可）※診断は行いません
演岩戸清香（精神科医師）　定申し込み順２人
費無料　持現在服用している薬の内容が分かるもの
申問電話で高齢者支援室☎042－481－7150

メンタルヘルス市民講座

日：内①10月７日㈬：心の病気のつらさと回復・リカバリーほか②14日㈬：統合失調症・注意サイン・オープンダイアローグほか③21日㈬：うつ病・双極性障害・SST・マインドフルネス④28日㈬：パーソナリティ障害・神経症・PTSDからPTGへ・マインドフルネスリスニングほか⑤11月４日㈬：神経発達症・ヤングケアラー・家族の接し方ほか⑥11日㈬：精神科医療・福祉・オープン就労・当事者研究・修了証
時午前10時～正午　所クッキングスター（布田１－10－５稲毛家ビル２階）　演松浦幸子（精神保健福祉士）、クッキングハウス利用者　定各回申し込み順20人
費各回1500円（当事者、学生1000円。資料・茶菓代込み）　他１回のみの参加も可
申問電話またはFAXで各開催日の前日までにクッキングハウス☎Ｆ042－498－5177　（障害福祉課）

つながる元気アップ教室 ～地域の仲間とフレイル予防～

専用フォーム

地域でのグループ作りに向けて仲間と一緒にフレイル予防を楽しく学び実践します。
日10月８日㈭・15日㈭・22日㈭・29日㈭、11月５日㈭・12日㈭・19日㈭・26日㈭、12月３日㈭・10日㈭
時午前10時～11時30分　所市民プラザあくろす３階ホール　対市内在住の65歳以上で、要支援・要介護・日常生活支援総合事業対象者の認定を受けておらず、医師から運動制限を受けていない方　定申し込み順15人
費無料　申９月７日㈪～24日㈭に専用フォームから申し込み　他教室終了後、希望者（iPhoneまたはAndroidのスマートフォン使用者）には都からスマートウォッチを貸与予定（登録会10月１日㈭）
問高齢者支援室☎042－481－7150

ティーポットサロン（全10回）

日①10月13日㈫②27日㈫③11月10日㈫④24日㈫⑤12月８日㈫⑥令和９年１月12日㈫⑦26日㈫⑧２月９日㈫⑨16日㈫⑩３月９日㈫（予定）
時午後１時30分～３時20分　所東京YWCA国領センター　対65歳以上の自力で実施場所へ通える市民
内体操、クラフト、音楽会、講演、食事会など
定35人（多数抽選）　費9000円（全10回分）　申はがきに住所、氏名、年齢、性別、電話番号を明記し、９月15日㈫（必着）までに〒182－0022国領町７－11－１東京YWCA国領センター「ティーポットサロン」係
問東京YWCA国領センター☎042－483－5151
（高齢者支援室）

障害のある方のための スマホ初級講座（全２回） 自分のスマホを学ぶ「あんしん教室」

社会福祉協議会HP

日①10月19日㈪②26日㈪　時午後１時30分～３時30分
所総合福祉センター４階生活支援室　対市内在住の障害のある方と家族　定６人（多数抽選。初参加優先）
費1000円（テキスト代）　持ご自身のスマートフォン
申問９月７日㈪～10月８日㈭に直接または電話・FAX・Ｅメールでドルチェ☎042－490－6675Ｆ042－444－6606
Ｅdolce@ccsw.or.jp　（社会福祉協議会）

視覚障がい者ガイドヘルパー養成研修（同行援護従業者養成研修一般課程 通学）（全６回）

日①10月21日㈬②22日㈭③23日㈮④24日㈯⑤30日㈮⑥31日㈯　所こころの健康支援センター本館２階健康活動室ABほか　対令和９年３月末時点で67歳以下の市内在住・在勤・在学者で、ガイドヘルパーとして実働できる、もしくは希望する方　定16人（選考あり）
費4000円（受講料、テキスト代）
申問申込書（福祉人材育成センター、総合福祉センター、市民活動支援センターで配布、または福祉人材育成センターHPから印刷可）を９月７日㈪～30日㈬に福祉人材育成センター☎042－452－8180へ本人が持参（平日午前９時～午後４時30分）※マイナンバーカード・運転免許証などで本人確認（市外在住で市内在勤・在学者は社員証や学生証などを提示）
（社会福祉協議会）

福祉人材育成センターHP

ケアラーサポーター養成講座

専用フォーム

日10月24日㈯午前10時～午後３時※昼食休憩あり
所市民プラザあくろす３階ホール
内ケアラーの気持ちや背景を理解し、ケアラーを孤立させないための実践的な関わり方を学ぶ
演涌井智子（東京都健康長寿医療センター研究所准主任研究員）　定申し込み順30人　費無料
申問10月21日㈬までに専用フォームから申し込み、または電話で（公財）調布ゆうあい福祉公社
☎042－481－7711

●９月30日㈬は、国民健康保険税第３期の納期限　お手元の納付書で、指定金融機関派出所（市役所２階）・神代出張所・取扱金融機関などでお納めください。なお、バーコード付きの納付書は全国のコンビニエンスストアでも納付できます。また、個人市民税・都民税・森林環境税（普通徴収）、固定資産税・都市計画税、軽自動車税、国民健康保険税は、ATMやオンライン（モバイルレジ、ペイジー、アプリ・クレジット決済）で納付できます。詳細は市HPをご覧ください。納付書がない方は、ご連絡ください。　問納税課（市役所３階）☎042－481－7214