



みんなが笑顔でつながる・ぬくもりと輝きのまち調布



ちようふ



発行：調布市（毎月5日・20日発行）所在地：〒182-8511 東京都調布市小島町2-35-1
編集：行政経営部広報課 市ホームページ：https://www.city.chofu.tokyo.jp/

☎042-481-7111

令和4年(2022年)

No.1710

5/5

CONTENTS(主な内容)

住民税非課税世帯への臨時特別給付金……………	2
児童に関する手当・医療費助成制度……………	4
5月は自転車月間……………	7
妊娠・出産・子育てで悩んだら 子育てひろばへGO!!……………	8・9
5月12日は民生委員・児童委員の日……………	10・11

市報ちようふの配布に関する問い合わせは
市報ちようふ配布コールセンター
☎042-300-3131

問児童青少年課☎481-7534



妊娠・出産・子育てで悩んだら 子育てひろばへGO!!

コロナ禍で孤独な妊娠・出産・子育てに不安を感じていませんか？市内11カ所の児童館で実施している子育てひろばでは、妊娠・出産・子育てについて相談したり、さまざまな事業にも参加できます。今号の特集では、出産が近い方や乳幼児を育てている方向けに、子育てひろばの魅力を紹介します。

子育てひろばの詳細は8・9面をご覧ください➡

手をつなぐ樹 404



4回目の接種に向けて

新型コロナウイルスにより引き起こされた世界中の大騒乱状態については、中国中部地方湖北省の省都武漢市において2019年12月に最初の発症者が確認されて以来、やがて2年半の歳月が経過しようとしています。その間に世界中の感染者数はすでに5億人を超えているとされ、世界全体の人口が約80億人なので10数人に一人の割合で陽性者が発生したことになります。もちろん不運にも感染された方は、健康面に留まらず日常生活における多大なる支障を体験されたわけで誠に気の毒でした。しかし、それ以外のすべての人々も家庭や学校、職場等における日々の営みの中でさまざまな制約を課され、多くの困難に直面されてきました。そして残念ながら今後もまだ、はっきりとした効力が保証される薬が開発されるまでは、新たな変異株の発生に対する対応を含めて依然油断できない状況が続いていくこととなります。そのような中、現在4回目のワクチン接種が始まろうとしています。4回目の接種対象者は高齢者と基礎疾患を有する方に絞られるようで、3回目接種後の間隔は5カ月になりそうです。今後、詳細が示され次第わかりやすくご説明しますので、これまで同様に速やかに対応頂きますようお願いいたします。

調布市長

長友貴樹

Topics トピックス

ふじみ交流プラザ使用登録の受付

クリーンセンター跡地にオープンしたランチ調布内に、5月16日(月)に開設する市の公共施設「ふじみ交流プラザ」の現地での事前受付を開始します。

期 5月9日(月)～15日(日)

時 午前9時～午後5時

※ 5月16日(月)以降の受付時間は午前9時～午後10時

所 ふじみ交流プラザ窓口（深大寺東町7-47-1ランチ調布1階）

対 ①Aコミュニティ事業：どなたでも利用可

②高齢者健康増進事業：市内在住の60歳以上の方

費 ①A有料②無料

他 ①A使用登録承認後から予約申し込み可能（承認までは5日程度）

②利用登録後から予約申し込み可能

コミュニティ事業

会議やサークル活動などに利用できます。

●集会室①(調理室含む) ●集会室②

●集会室③

※各集会室は一体利用可

(協働推進課)



集会室①・調理室

高齢者健康増進事業

高齢者の社会参加、生きがいがづくり健康づくりの場の提供を行います。

●多目的室 ●談話室 ●浴場

(高齢者支援室)



談話室

調 ふじみ交流プラザ ☎486-5616

高齢者の世帯状況調査にご協力を

高齢者が安心して暮らし続けられるまちづくりを目指し、対象の世帯に調査票を送付しています。調査票が届いた方は5月31日(火)までに回答してください。

対 ①70歳以上の単身世帯②70歳以上のみで構成されている世帯

回答方法・調 同封の返信用封筒で、高齢者支援室 ☎481-7150へ郵送

次期都市計画マスタープランの策定に向けたアンケート調査にご協力を

市の都市計画・まちづくりについてお伺いします。

対 無作為に抽出した約3000人の市民（令和3年12月1日時点）

期 5月23日(月)までに同封の返信用封筒で郵送またはGoogleフォームで回答

調 都市計画課 ☎481-7453

議会報告会～開かれた議会を目指して～

配信開始日／5月25日(水)予定（録画放送）

内 令和4年第1回調布市議会定例会の報告（議長・総務・文教・厚生・建設の4常任委員会から令和4年度予算審査の概要など）

他 調布市議会議会中継 画（上のQRコードからアクセス可）で視聴可。手話通訳映像あり

調 議会事務局 ☎481-7291



令和4年度分ごみ指定収集袋の無料交付

下表の世帯を対象に、今年度分のごみ袋を窓口で無料交付します（要申し込み）。

対象世帯	申請方法	袋の交付場所
①生活保護・中国残留邦人等 支援給付受給世帯	「福祉だより」令和4年4月号（生活福祉課 発行）を参照	ごみ対策課窓口 （市役所2階）
②児童扶養手当受給世帯	扶養手当証書を 交付場所へ持参	
③特別児童扶養手当受給世帯	各種手帳を 交付場所へ持参	
④身体障害者手帳1・2級を 持つ方がいる世帯で、市民 税が非課税の世帯		
⑤愛の手帳1・2度を持つ方 がいる世帯で、市民税が非 課税の世帯		
⑥精神障害者保健福祉手帳1 級を持つ方がいる世帯で、 市民税が非課税の世帯		
⑦令和4年1月1日に市内在 住の75歳以上の方のみの世 帯で、収入が年金のみ、ま たは収入がない世帯	申請書に必要事項 を記入し、交付場 所へ持参	●ごみ対策課窓口 （市役所2階） ●各地域福祉センター ●市民プラザあくろす
⑧老齢福祉年金受給世帯		

※④～⑦の世帯の課税状況・収入は、令和2年1月1日～12月31日の所得・収入で判定

※⑦は入居している特別養護老人ホームや有料老人ホームなど（入居時に入居者の自立を要件とするものを除く）に住居登録している世帯は不可
年間交付枚数／「燃やせるごみ袋」と「燃やせないごみ袋」を合わせて10組（S袋またはM袋）まで ※6月から交付枚数が減ります。お早めに申請を。複数の要件に当てはまる場合、いずれか一つの要件での交付

調 ごみ対策課 ☎042-306-8781

審議会等の会議の傍聴

令和4年第2回ふじみ衛生組合議会定例会

日 5月25日(水)午前10時～（受付9時45分～）

所 クリーンプラザふじみ

定 当日先着10人

調 ふじみ衛生組合 ☎482-5497

住民税非課税世帯への臨時特別給付金は期限までに手続きを

令和3年1月1日以前から、かつ令和3年12月10日時点で市内に住居登録があり、世帯全員の令和3年度分の住民税が非課税の世帯には、令和4年2月に「臨時特別給付金支給要件確認書」を送付しています。

4月20日時点で市への返送が確認できていない世帯へ、4月28日(木)に手続きのお知らせを送付しました。まだ返送していない世帯（右囲みに該当する世帯を除く）は、5月31日(火)までに、確認書と必要書類を返信用封筒で返送してください。

※令和3年1月2日以降に調布市に転入した方がいる世帯の返送期限は6月30日(火)

支給額／1世帯当たり10万円（銀行口座に振込）

支給時期／市が確認書などを受理した日からおおむね4週間程度で指定口座に振り込み

他 確認書の再発行を希望する場合は、コールセンターへ要連絡

調 調布市非課税世帯等臨時特別給付金コールセンター ☎0120-120-325（平日午前9時～午後5時）

対象とならない世帯

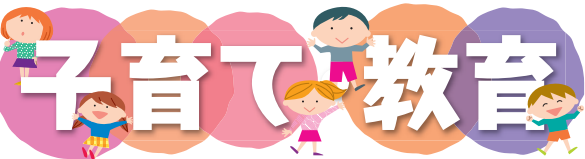
- 世帯の全員が、住民税が課税されている親族などの扶養を受けている場合
- 世帯の中に、住民税が課税となる所得があるにもかかわらず未申告の方がいる場合
- 一度給付を受けた世帯に属する方を含む世帯 など

●新型コロナウイルス感染症対策基金へのご寄附をお願いします

新型コロナウイルス感染症拡大防止や地域医療体制の整備、市民生活への支援、地域経済の回復に活用します。寄附金は、所得税、住民税の寄附金控除の対象となります。調 基金について／企画経営課 ☎481-7368、寄附手続きについて／管財課 ☎481-7173

新型コロナウイルス感染症に関する情報

感染症対策のため、各施設・事業は利用人数やサービスなどを一部制限して開館・実施しています。利用・参加を予定している方は、事前にお問い合わせいただくか、市☎(上のQRコードからアクセス可)や主催団体☎などで最新情報をご確認ください。また、マスク着用などの感染症対策をした上で利用・参加をお願いします。



児童育成手当の申請はお済みですか

6月分以降の児童育成手当は、申請者の令和3年分(令和3年1～12月)の所得をもとに支給の可否を決定します。これまで所得制限により手当を受給していない方が、令和3年分の所得が所得制限額未満となった場合、手当を受給するためには新規申請が必要です。☎申請に必要な書類や所得制限は、子ども家庭課へお問い合わせ※児童育成手当はひとり親家庭などや児童に一定の障害のある家庭のための手当
☎☎子ども家庭課☎481-7093

5月の休日ゆりかご調布面接

日 時	場 所	定 員	申し込み締め切り
14日(土)午前	健康推進課	申し込み順7人	13日(金)正午
29日(日)午後	子ども家庭支援センターすこやか	申し込み順5人	27日(金)正午

☎妊娠・出産・子育てに関する相談や利用できるサービスなどの紹介、育児ギフトのプレゼント。同時に母子健康手帳を交付
☎オンライン面接や母子健康手帳の郵送交付も実施。面接は予約制。詳細は市☎参照
☎☎5月9日(月)午前9時から電話で健康推進課☎441-6081または、すこやか☎481-7733

もうすぐママ・パパ教室の動画公開中



新型コロナウイルス感染症の影響から、外出を控えていたり、教室を受けられないなどの方に向けて、教室の内容を動画で公開しています。詳細は、市☎(上のQRコードからアクセス可)をご覧ください。
☎健康推進課☎441-6081

第35回調布市児童青少年フェスティバル

児童館11館と青少年ステーションCAPSが合同で開催する、誰でも参加できるイベントです。
☎5月15日(日)午前10時～午後4時※雨天決行
☎調布駅前広場
☎伝承遊びのベーゴマとけん玉コーナーでは、その道のプロが優しく教えてくれます。そのほかにも、ゲームコーナーや工作コーナー、体を動かして楽しく遊ぶJUMP-JAM(ジャンジャン)など
☎第33回調布親子まつり同日開催
☎児童青少年課☎481-7534

1歳児歯科教室

☎6月1日(火)午前
☎文化会館たづくり西館保健センター1階
☎令和3年5～6月生まれ
☎1歳児のお口の健康、歯科健診、仕上げ磨きと幼児食
☎申し込み順40人程度
☎☎5月12日(木)午前9時から健康推進課☎441-6081

わくわく育児教室「こあらクラス」



☎6月7日(火)午後1時30分～3時
☎文化会館たづくり西館保健センター2階
☎令和3年9～11月生まれの子どもと保護者
☎子どもの発育、生活リズム、離乳食、上手な食べさせ方など
☎申し込み順20組程度
☎☎5月18日(火)午前9時から健康推進課☎441-6081へ電話または電子申請(上のQRコードからアクセス可)から申し込み



赤十字運動にご協力を

日本赤十字社は、新型コロナウイルス感染症の治療と感染拡大防止のための活動や、災害救護活動に取り組んでいます。こうした活動は、皆さんからの会費や寄附金によって支えられています。1人ひとりの寄附などを通じた温かいご支援をお願いします。
☎支援方法などの詳細は日本赤十字社東京都支部☎参照
☎福祉総務課☎481-7101

障害者手帳診断書の作成料を助成

☎令和4年4月以降に初めて手帳を申請し、次の①と②を満たす方
①身体障害者手帳または精神障害者保健福祉手帳を申請する方で、生活保護を受けていない
②市民税が非課税※18歳未満は保護者が非課税
☎診断書作成料(上限5000円)を申請した口座へ振り込み。申請方法は手帳申請時に案内
☎☎診断書作成料金の領収書
☎障害福祉課☎481-7089

調布市障害者地域自立支援協議会講演会「コロナ禍の今、障害のある人の医療を考える」

☎5月31日(火)まで
☎基調講演「障害福祉と医療の連携について」、パネルディスカッション「今、起きている医療の問題・当事者の声」
☎無料
☎5月27日(金)までにGoogleフォーム(上のQRコードからアクセス可)から申し込み
☎オンデマンド配信
☎障害者地域生活・就労支援センター ちょうふだぞう☎487-4552・☎487-7899 (障害福祉課)



ちょうふ地域福祉フォーラム～あったらいいあの地域づくり～



☎5月10日(火)～6月10日(金)
☎／☎基調講演／川村岳人(立教大学准教授)
市内で生活支援を行う団体の活動紹介／たまの手・タスクネット東京
☎無料
☎Googleフォーム(上のQRコードからアクセス可)から申し込み
☎オンデマンド配信
☎社会福祉協議会☎481-7693
☎chofu-co@ccsw.or.jp

精神障害者家族の情報交換・相談会

☎5月14日(土)・28日(土)
☎午後1時30分～3時30分
☎こころの健康支援センター

☎☎事前に電話で精神障害者家族会かささぎ会・江頭☎483-3958 (障害福祉課)

メンタルヘルス市民講座

☎／☎①6月2日(木)／心の病気のつらさと回復に向かってリカバリーという考え方②9日(木)／統合失調症オープンダイアログ③16日(木)／うつ病・双極性障害④23日(木)／パーソナリティ障害・神経症・PTSD⑤30日(木)／発達障害の理解 ヤングケアラーの問題⑥7月7日(木)／精神科医療・福祉、当事者研究 修了証交付
☎午後1時30分～3時30分
☎クッキングスター(布田1-10-5 稲毛家ビル2階)
☎松浦幸子(精神保健福祉士)、クッキングハウス利用者
☎申し込み順20人
☎費各回1500円(当事者・学生1000円。資料・茶菓代。テキスト代別途500円)
☎他1回のみの参加や子ども同伴での参加可
☎☎電話またはFAXに氏名、電話番号、参加人数を明記し、前日までにクッキングスター☎・☎498-5177 (障害福祉課)

知的障害者移動支援従業者養成研修(通学)受講生募集(全3回)

☎①6月4日(土)②5日(日)③11日(出)
☎こころの健康支援センター本館2階健康活動室
☎次の全てに該当する方①市内在住・在勤・在学で69歳まで(令和5年3月末時点)②ガイドヘルパーとして実働できるもしくは希望する③当該事業に定める学則に同意する
☎☎知的障害者の余暇活動や社会参加などの外出支援を担うガイドヘルパーの養成研修
☎20人(選考あり)
☎費2000円(受講料・テキスト代)
☎☎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☎(右のQRコードからアクセス可)から印刷可)に必要な事項を記入し、5月10日(火)～24日(火)に福祉人材育成センター☎452-8180へ本人が持参(平日午前9時～午後4時30分)※健康保険証・運転免許証などで本人確認。市外在住の方は在勤、在学の確認ができる書類も提示



障害のある方のためのパソコン講習会No.3 必要になって始めるZoom(全3回)

☎①6月6日(月)②13日(月)③20日(月)
☎午後1時30分～3時30分
☎総合福祉センター4階
☎市内在住の障害のある方と家族
☎6人(多数抽選。初参加優先)
☎費1000円(テキスト代)
☎☎5月10日(火)～31日(火)に直接またはFAX、電話でドルチェ☎490-6675・☎444-6606(平日午前9時～午後5時) (社会福祉協議会)



SNSで

調布・狛江の魅力を投稿しよう

調布や狛江の好きなところやおすすめスポットを、ハッシュタグ「#chofu_komae」を付けてInstagramやTwitterで投稿してください。
☎プロジェクト専用アカウント(ユーザー名: @chofu_komae_PR(Instagram・Twitter共通))からハッシュタグなどの案内をダイレクトメッセージで送付する場合あり。詳細は市☎(右のQRコードからアクセス可)参照
☎広報課☎481-7301



●児童虐待の「早期発見」は、子どもと保護者を必要な援助につなげるための第一歩です

虐待されている子どもや、その保護者は援助が必要です。虐待が疑われる行為を発見した場合はご連絡ください。なお、連絡した方の個人情報は守ります。
☎午前9時～午後5時(第3土曜日とその翌日、年末年始を除く) ☎子ども家庭支援センターすこやか☎0120-087-358(子ども政策課)

高齢者に関する相談

④臨床心理士による高齢者こころの相談室

日 6月14日(火)午前

対 認知症の家族を介護している市民

場 北村世都（臨床心理士）

⑤認知症に関する医師個別相談

日 6月15日(水)午後

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（本人も可）※診断は行いません

場 岩戸清香（精神科医師）

対 現在服用している薬の内容が分かるもの

④⑤共に

所 文化会館たづくり 3階305会議室

定 申し込み順 2人

費 無料

申 電話で高齢者支援室 ☎481-7150

障害年金・個別相談会

日 6月17日(金)

時 午前9時30分～、10時30分～、11時30分～

所 総合福祉センター 4階

対 市内在住の障害や疾患のある方と家族、支援者（障害年金受給の有無は不問）

内 社会保険労務士による、障害年金の受給資格や申請方法などの個別相談（1人50分程度）

定 各回申し込み順 3人

費 無料

協力 障害年金サポート調布

申 5月13日(金)～6月10日(金)に電話またはFAXでドルチェ ☎490-6675・☎444-6606 （社会福祉協議会）

児童に関する手当・医療費助成制度

各種手当を受給するには申請が必要です。乳幼児医療費助成制度、心身障害者福祉手当（市制度）以外は全て所得制限があります。児童手当は制度改正により、令和4年10月支給分から所得上限額以上の所得がある方への支給がなくなります。制度改正の詳細は市 などで確認ください。

子ども家庭課 ☎481-7093・障害福祉課 ☎481-7089



名 称	対 象				概 要	支 給 月	担 当
児童手当	子育て家庭	母子・父子家庭	母子・父子家庭で障害のある児童（者）のいる家庭	障害のある児童のいる家庭	対象／中学校修了前の子どもがいる家庭 支給金額／0～3歳未満＝月1万5000円、3歳～小学6年生のうち第1子・第2子＝月1万円、第3子以降＝月1万5000円、中学生＝月1万円、所得制限以上所得上限未満の所得がある方＝月5000円（児童1人につき）、所得上限額以上の所得がある方＝支給なし ※保護者が公務員（公益法人などに派遣されている方は除く）の場合は職場で申請	2・6・10月	子ども家庭課
乳幼児医療費助成制度					対象／小学校就学前の乳幼児（生活保護受給者や、健康保険未加入者は対象外） 助成内容／保険診療の自己負担分（入院時の食事療養費の自己負担分は除く） ※所得制限なし	――	
義務教育就学児医療費助成制度					対象／小学1年～中学3年の児童（生活保護受給者など健康保険未加入者は対象外） 助成内容／ 市民税非課税世帯：保険診療の自己負担分、入院代・薬代の全額（入院時の食事療養費の自己負担分は除く） 市民税非課税世帯以外：通院1回につき200円を超える保険診療の自己負担分、入院代・薬代の全額（入院時の食事療養費の自己負担分は除く） ※小学生は所得制限なし。中学生は所得制限あり	――	
児童扶養手当		母子・父子家庭	母子・父子家庭で障害のある児童（者）のいる家庭	障害のある児童のいる家庭	対象／18歳に到達する日以後最初の3月31日までの児童、または一定の障害のある20歳未満の児童（者）を養育している母子・父子家庭。または父母のどちらかに一定の障害のある家庭 支給金額／第1子＝月1万160～4万3070円、第2子＝月5090～1万170円加算 第3子以降＝月3050～6100円加算	奇数月	
児童育成手当					対象／18歳に到達する日以後最初の3月31日までの児童を養育している母子・父子家庭。または父母のどちらかに一定の障害のある家庭 支給金額／対象児童1人につき月1万3500円	2・6・10月	
ひとり親家庭等医療費助成制度					対象／18歳に到達する日以後最初の3月31日までの児童、または一定の障害のある20歳未満の児童（者）を養育している母子・父子家庭。または父母のどちらかに一定の障害のある家庭（生活保護受給者など健康保険未加入者は対象外） 助成内容／保険診療の自己負担分の一部（市民税課税世帯：一割分の自己負担あり。同非課税世帯：自己負担なし。入院時の食事療養費の自己負担分は対象外）	――	
特別児童扶養手当		母子・父子家庭	母子・父子家庭で障害のある児童（者）のいる家庭	障害のある児童(者)のいる家庭	対象／一定の障害のある20歳未満の児童（者）を養育している家庭 障害の程度／①愛の手帳1～3度程度 ②身体障害者手帳1～3級程度 ③前記と同程度の疾病または障害 支給金額／重度障害児（1級）1人につき月5万2400円、中度障害児（2級）1人につき月3万4900円	4・8・12月（11月）	
児童育成手当（障害）					対象／一定の障害のある20歳未満の児童（者）を養育している家庭 障害の程度／①愛の手帳1～3度程度 ②身体障害者手帳1・2級程度 ③脳性まひまたは進行性筋萎縮症の児童 支給金額／対象児童1人につき月1万5500円	2・6・10月	
重度心身障害者手当					対象／①重度の知的障害で、著しい精神症状を有する方 ②重度の知的障害と重度の身体障害を重複している方 ③重度の肢体不自由で四肢機能障害の方（座位が困難な方） 支給制限／施設に入所している方、3カ月を超えて入院している方、所得が一定以上ある方 支給金額／月6万円 ※成人も対象、都の判定が必要	毎月	
障害児福祉手当		母子・父子家庭	母子・父子家庭で障害のある児童（者）のいる家庭	障害のある児童(者)のいる家庭	対象／20歳未満の児童（者）で、①身体障害者手帳1級と2級程度の方 ②愛の手帳1・2度程度の方 ③前記と同等の疾病、障害のある方 支給制限／施設に入所している方、障害を理由とする年金を受けている方 支給金額／月1万4850円 ※所定の診断書が必要	※成人後は他制度あり 2・5・8・11月	障害福祉課
心身障害者福祉手当（市制度）					対象／20歳未満の児童（者）で、①身体障害者手帳1・2級の方、愛の手帳1～3度の方と脳性まひ・進行性筋萎縮症の方 ②身体障害者手帳3・4級の方と愛の手帳4度の方 支給制限／施設に入所している方 支給金額／①月7200円 ②月6000円 ※所得制限なし	4・8・12月	

暮らしの情報



安全・安心なまちづくり

子どもを守る「こどもの家」

「こどもの家」は、子どもが不審者などに声を掛けられたり、犯罪行為に巻き込まれそうになった際に子どもを保護する緊急避難場所です。小学校通学路を中心に、地域の協力者の家、商店、事業所などが登録しています。

もし不審者から声掛けなどをされたら「こどもの家」に避難するように、子どもに伝えてください。

目印／道路から見えるところに設置している右のプレートやステッカー

転居などで「こどもの家」の登録をやめる場合は、登録した小学校へ連絡を

調布市に居住する学区の小学校または社会教育課 ☎481-7489

防災行政無線を用いた
全国一斉の情報伝達訓練

全国瞬時警報システム「Jアラート」を活用し、防災行政無線で訓練放送を流します。

5月18日(木)午前11時～

上りチャイム+「これは、Jアラートのテストです。」×3回+「こちらは、ぼうさい調布です。」+下りチャイム

調布市総合防災安全課 ☎481-7346



税金・保険・年金

市税の納付は口座振替を
～申し込みは郵送でも可能～

【口座振替対象税目／納期限・申込期限】

◎個人市・都民税（普通徴収）／

第1期（6月30日(木)振替）・5月20日(金)（必着）

みんなでなくそう特殊詐欺

留守番電話設定を活用しましょう

詐欺被害に遭わないために、知らない人からの電話に出ないことが一番の対策です。常に固定電話は留守番電話に設定しましょう。また、知らない人からの電話に出してしまったとしても、お金の話をされたときは「折り返し電話をするので番号を教えてください」などと言って、一旦電話を切りましょう。犯人は、お金をだまし取るために、「警察です。犯人を逮捕したら、あなたの金庫から100万円盗んだと言っています。金庫にお金は入っていますか」「オレだけど、会社で使う大事な書類をなくしちゃった。賠償責任のため200万円がすぐに必要で、取り急ぎ半分の100万円だけでも何とかならないかな」などと言って、皆さんの預貯金残高などを探ってきます。電話で、ついうっかりお金の話をしてしまうことがないように、留守番電話設定を活用しましょう。

調布警察署生活安全課 ☎488-0110

総合防災安全課 ☎481-7547



◎固定資産税・都市計画税／

第2期（8月1日(月)振替）・6月20日(月)（必着）

依頼書（市内の取扱金融機関に備え付け。郵送希望は要連絡）で申し込み※キャッシュカード（来庁者本人名義）と本人確認書類を市役所に持参し手続き可

個人市・都民税の年金特別徴収（公的年金からの天引分）は、口座振替での納付は不可

調布市に納税課（市役所3階） ☎481-7214～20

市民課・保険年金課・納税課の休日窓口

5月14日(出)・22日(日)、6月11日(出)

午前9時～午後1時

保険年金課は国民健康保険のみ取り扱い。5月22日(日)は、マイナンバーカード・電子証明書の手続きは不可※市役所1階101会議室も開設しません

調布市市民課（市役所2階・市役所1階101会議室）

☎481-7041～5

保険年金課（市役所2階） ☎481-7052

納税課（市役所3階） ☎481-7214～20

軽自動車税（種別割）の減免申請

4月1日現在、バイク・軽自動車などを所有している方に軽自動車税納税通知書を5月11日(木)に発送します。

障害者が所有する車（普通自動車を含め1台のみ。身体障害者、知的障害者または精神障害者と生計を同じくする方が所有する場合を含む）で、①障害者が自分のために使用する車②障害者と生計を同じくする方が障害者のために使用する車③障害者のみで構成される世帯の障害者を常時介護する方が、その障害者のために使用する車

5月31日(木)※期間内でも納付後の受け付け不可

詳細は、納税通知書に同封の案内参照

調布市市民税課 ☎481-7191・2

国民年金保険料の追納制度

国民年金保険料の免除・納付猶予などの承認を受けた期間は、保険料を全額納めた場合と比べて老齢基礎年金の受給額が少なくなります。

10年以内であれば、この期間の保険料をさかのぼって納付（追納）することができ、追納した期間は保険料を納めた扱いとなります。

調布市日本年金機構府中年金事務所国民年金第1課

☎042-361-1011（保険年金課）

市税・国民健康保険税の
納め忘れはありませんか

納付書がない、またはお手元の納付書の納付期限が過ぎている場合は、再発行します。納付書は、市役所・神代出張所・指定金融機関・コンビニエンスストアなどで納付できるほか、オンライン（モバイルレジ・ペイジー・アプリ決済・クレジットカード）でも納付で

令和4年度住民税（市民税・都民税）

調布市市民税課 ☎481-7193～7

●納税通知書の発送日

給与から住民税が引き落とし(特別徴収)になる方

※お勤めの事業所へ発送／5月20日(金)

個人で納付（普通徴収）する方または公的年金から住民税が引き落としになる方／6月10日(金)

●令和4年度住民税（令和3年1月1日～12月31日の所得などの内容）の証明書交付開始日

特別徴収のみの方（本人）／5月20日(金)

それ以外の方やコンビニエンスストアでの交付／6月10日(金)

きます。

調布市に納税課（市役所3階） ☎481-7214～20



住まい・街づくり・環境

空間放射線量の測定結果（4月）



市内公共施設の定点測定場所で空間放射線量を測定した結果、全測定場所で除染実施区域となる基準の0.23マイクロシーベルトの4分の1程度でした。

測定結果は、市に（上のQRコードからアクセス可）参照

調布市環境政策課 ☎481-7087

5月都営住宅入居者募集

入居資格／都内に居住している、住宅に困っている、所得が定められた基準に該当するなど

◎募集する都営住宅の種類

●世帯向（一般募集住宅）

●若年夫婦・子育て世帯向（定期使用住宅）

●居室内で病死などがあった住宅

◎申込書・募集案内の配布

期 5月6日(金)～16日(月)

時・所 ①平日午前8時30分～午後5時15分・総合案内所（市役所2階）、住宅課（市役所7階）、神代出張所、市民プラザあくろす3階（午後5時まで）、各地域包括支援センター（営業時間内）②配布期間の開庁時間以外・庁舎管理員室前（市役所1階）

調布市に郵送で5月20日(金)（必着）までに渋谷郵便局へ

調布市に募集内容に関すること／JKK東京都営住宅募集センター（土・日曜日を除く） 5月20日(金)まで ☎0570-010-810、上記以外の期間 ☎03-3498-8894

配布に関すること／住宅課 ☎481-7141



ごみ リサイクル

調布ごみダイエット注意報 第8号

目標を達成しています



引き続きごみ減量にご協力をお願いします。

目標／令和3年度家庭ごみの量：1人1日当たり366g
実績／令和4年1～3月家庭ごみの量：1人1日当たり357g

1人1日当たり目標から9g下回っています。

調布ごみダイエット注意報とは

1人1日当たりの家庭ごみの量の目標を達成できているかをお知らせします。四半期ごとに市報や市、ごみアプリなどでお知らせしていきます。

調布市に調布市ごみ対策課 ☎042-306-8781

せん定枝をチップ化してリサイクル

特殊車両でご自宅に訪問し、せん定された枝木をその場でチップ化してお渡しします。堆肥や雑草防止にご利用ください。



チップパー車

■月～金曜日午前9時～午後4時30分（作業は、祝日の場合も可）

■無料

■☎電話でごみ対策課 ☎042-306-8200

健康

乳がん検診

【市内検診機関】

※12日までの申し込みは5～6月、13日以降の申し込みは6～7月の受診。検診日は祝日を除く

実施場所	検診日	申し込み先
①調布病院 【定員各月45人】 （総合福祉センター横から送迎バスあり）	月～金曜日の午後	☎484-2626 ☎481-0323 （月～土曜日 午前9時～午後4時30分 ※土曜日は午後0時30分まで）
②飯野病院 【定員各月65人】 （調布駅から徒歩1分）	金曜日の午後・土曜日	☎483-8811 （木・日曜日を除く 午前9時～午後5時）
③調布東山病院 【定員各月200人】 （調布駅から徒歩3分）	月・火・木・金・土曜日の午後	☎481-5515 ☎481-5514 （月～土曜日 午前9時～午後4時30分）

■昭和58年3月31日以前に生まれた女性

■問診、視触診、マンモグラフィー

■1500円（検査時持参）※生活保護受給世帯または中国残留邦人等支援給付世帯は受給証明書の提示で免除

食育コラム

「今が旬～たけのこ～」

たけのこは成長が早く、生え始めて旬（10日程度）で竹になってしまうことから漢字で「筍」と書きます。食物繊維が豊富に含まれ、腸の働きを活発にしたり、コレステロールの吸収を抑えるほか、体から余分な塩分の排出を促すカリウムも多く含まれます。独特な香りや歯ごたえがあり、この時季にしか味わえない食材です。炊き込みごはんのほか、煮物や天ぷら、炒め物、あえ物、汁物など、さまざまな料理に使えます。部位ごとの特徴を活かした料理で、旬の味を楽しみましょう。

姫皮（穂先の皮）／柔らかくて香りがよい部分です。すまし汁やあえ物に使います。

穂先／柔らかくて甘味を感じる部分です。汁物やあえ物、煮物に向いています。

中心部／独特の歯ごたえを感じる部分です。煮物や天ぷら、炒め物など幅広い料理に使えます。

根元／硬いので、薄く切って炊き込みごはんや炒め物、煮物として使います。

掘りたてのたけのこは、すぐに茹でて薄切りにして、醤油や塩、マヨネーズなどで食べると香りや甘味をさらに深く味わえます。また、茹でたあと焼いて醤油をかけると、香ばしく更に甘味が増します。

たけのこは鮮度が命です。手に入ったらすぐに茹でてあく抜きをしましょう。下処理後、水に浸せば冷蔵庫で1週間は保存できます。



☎健康推進課 ☎441-6100

受診できない方／

- ①令和3年4月以降の市の乳がん検診受診者
- ②乳腺科治療中または経過観察中
- ③妊娠中（可能性あり含む）
- ④授乳中
- ⑤心臓ペースメーカー、豊胸手術など乳房内に人工物がある方

☎電話またはFAX（**①③**のみ）で住所、氏名、生年月日、年齢、電話番号、検診希望日（FAXの場合のみ第3希望まで）を各医療機関へ

☎健康推進課 ☎441-6100

骨髄移植ドナー支援事業助成金

骨髄などの提供のための通院または入院に要した日数に応じて助成します。

■①骨髄などの提供を行った日に市民であり、日本骨髄バンクが発行する骨髄などの提供を完了したことを証明する書類の交付を受けた方

②①のドナーが勤務している民間の事業所など

助成金額／1日につき①2万円②1万円（いずれも上限7日間）

■☎骨髄などの提供を完了した日から90日以内に所定の申請書などを健康推進課 ☎441-6100

特定不妊治療費助成制度

A 東京都特定不妊治療費助成制度の経過措置

令和4年度から特定不妊治療の保険適用が開始されたことで、東京都の特定不妊治療助成事業は令和3年度末で終了しましたが、令和4年3月31日までに治療が終了しない方に対しては、経過措置が適用されます。詳細は都☎をご確認ください。

■☎東京都福祉保健局家庭支援課母子医療助成担当 ☎03-5320-4362

B 特定不妊治療助成金の交付

市では対象の方に対し、特定不妊治療（体外受精、顕微授精）について、東京都の助成額を超えた費用の一部を助成しています。

■次の条件を全て満たす方（令和4年3月31日までに治療が終了した場合は②③を満たす方）①Aの対象となる方②東京都の助成決定を受け、その決定日に夫婦のどちらかが市内に住民登録がある方③ほかの市町村から同種の助成を受けてない方

助成金額／1年度につき1回（上限額1万円）

■☎健康推進課 ☎441-6100

生活ひとくちメモ



SNSをきっかけとした消費者トラブルにご用心

消費生活センターには、SNSをきっかけとした消費者トラブルの相談が多く寄せられています。

<相談事例1>

SNSで知り合った相手から「ライブチケットを譲る」とメッセージがあり、チケット代を支払ったが、連絡がとれなくなった。

◆SNSで話が合う相手でも、本当に信頼できる相手かは分かりません。お金を支払った途端に相手と連絡が取れなくなることもありますので用心しましょう。

<相談事例2>

SNSで広告を見て初回500円の除毛クリームを注文したら、定期購入の契約だった。

◆通信販売には、クーリング・オフ制度がありません。契約前に契約内容をしっかり確認しましょう。

<相談事例3>

SNSで「簡単に稼げる」という広告を見てサイト

今からはじめる健康づくりシリーズ第1回「気になるおなか周りの脂肪と向き合う」

■6月2日(木)午前9時20分～11時（予定）

■文化会館たづくり西館保健センター2階

■35～64歳の市民（糖尿病・脂質異常症で治療中の方を除く）

■申し込み順15人

■健康手帳（お持ちの方）、飲み物、動きやすい服装

■☎5月9日(月)午前9時～31日(火)午後5時15分に電話

で健康推進課 ☎441-6082、または申し込みフォーム（右のQRコードからアクセス可）から申し込み



スポーツ

ミズノフットサルプラザ調布 市民優先使用抽選（7月分）

■①2日(土)・9日(土)②16日(土)・23日(土)③30日(土)

■①午後2時～4時②4時～6時③6時～8時

■市内在住・在勤・在学の5人以上の団体※代表者は15歳以上（中学生を除く）

■1万6907円

■☎往復はがきに第1・第2希望日、団体名、代表者の住所、氏名、年齢、電話番号、メンバーの氏名を明記し、5月31日(火)（消印有効）までにスポーツ振興課「MFP調布7月分」係 ☎481-7496（多数抽選）

体育協会 ☎481-6221 専用☎あり

〒182-0011 深大寺北町2-1-65 総合体育館内

●調布リトルリーグ選手募集

■毎週土・日曜日、祝日

■午前9時～午後5時

■調布基地跡地運動広場A5・6面（味の素スタジアム北側）

■調布・三鷹・狛江・武蔵野市在住の年長～小学6年生

■見学・体験可。低学年は柔らかい球を使用

■調布リトルリーグ事務局・山本 ☎487-3584

●調布市柔道連盟会員募集

■毎週火・金曜日（祝日を除く）

■小・中学生／午後6時～8時 一般／6時～9時

■西調布体育館

■当日直接会場へ（体験可）

■体育協会

●悩みや心配事など緊急性のないときは警察相談ダイヤル#9110へ

不要・不急な110番通報は、緊急の事件や事故への対応が遅れる原因となりますので、緊急性のない時は警察相談ダイヤル（#9110）をご利用ください。

（総合防災安全課）

●調布合気道会会員募集（合気道教室）

①西調布体育館

対・日 5歳～小学2年生・毎週水曜日午後3時30分～4時30分、小学3～6年生・毎週水曜日午後4時45分～5時45分、一般・毎週土曜日午前9時～11時30分※第2土曜日を除く

②市立神代中学校第二体育館

毎週日曜日

対・時 4歳～小学6年生・午後1時～2時
中学生以上・2時10分～3時30分

③市立石原小学校体育館

対・日 4歳～小学6年生と親・毎週月曜日午後7時15分～8時15分

中学生以上・毎週月曜日午後8時15分～8時45分

中学生以上・毎週火曜日午後7時15分～8時30分

①～③共に

費入会金1000円、月会費 小学生まで：1500円・中学生以上2000円※体験無料

申当日直接会場へ

調布体育協会

●エクササイズ動画配信

自宅でもできるエクササイズを中心に動画を配信しています。

詳細は体育協会（右のQRコードからアクセス可）参照



採用情報

※履歴書などの提出が必要です。詳細は市（右のQRコードからアクセス可）参照



令和5年度市職員（保育士）

職種／中級：保育士

採用日／令和5年4月1日

募集人数／5人程度

申①5月15日(日)までに電子申請②19日(木)に市で公表する電子申請の到達番号と対応した受験番号を確認③26日(木)までに申込書類を郵送（必着）

調布人事課 ☎481-7355

（福）調布市社会福祉事業団職員正規職員

◎看護職

資格など／採用日時時点で60歳未満で、正看護師免許と普通自動車免許を有する方

採用日／令和4年7月1日(金)※応相談

調布団履歴書と資格を証する書類の写しを、5月31日(火)（必着）までに〒182-0032西町290-4 調布市社会福祉事業団本部事務局 ☎481-7493へ郵送または持参（平日午前9時30分～午後4時30分）

「暮らしの情報」は12面に続きます



5月は自転車月間

自転車安全利用TOKYOキャンペーン
自転車はルールを守って安全に走行しましょう

◎自転車安全利用キャンペーン

日 5月25日(水)午前10時から1時間程度※雨天中止
所 キテラタウン調布店駐輪場周辺（菊野台1-33-3）

内 自転車無料点検、自転車保険の加入促進リーフレット・交通安全啓発グッズの配布など

費 無料

調布交通対策課 ☎481-7454

◎みんなに優しい自転車の安全利用宣言

1. 道路交通法その他の関係法令を守り、安全運転を実践します。2. 優先すべき方に配慮し、みんなが互いに譲りあって運転します。3. 都の条例で義務化された自転車損害賠償保険等に加入します。4. 自転車を安全に利用できる知識を身につけて実行します。5. 自転車の交通事故発生ゼロを目指し、みんなで注意します。

歩道は歩行者のための道路です。自転車が通行可能な歩道もありますが、「歩行者優先で徐行」です。歩道を通行する際は、歩行者用の信号に従ってください。

また、車道を通行する自転車は左側を通り、車両用信号に従って通行してください。

◎自転車保険の加入が義務化されました

東京都の条例改正に伴い、対人賠償事故に備える保険などの加入が義務化されました。すでに加入している保険などに付帯されている場合もあるので、加入状況を確認しましょう。

保険の種類／

- インターネット、コンビニ、携帯電話などから加入できるもの
- 火災保険、自動車保険、クレジットカードなどの特約
- 自転車安全整備店で点検整備（有料）を受けると加入できるもの

◎自転車ナビマーク・ナビライン

「自転車ナビマーク」は自転車の通行、進行方向を明示する法定外の道路標示です。自転車優先ではありませんのでご注意ください。

調布交通対策課 ☎481-7454

調布警察署 ☎488-0110

（内4112・3）



自転車ナビマーク



自転車ナビライン



自転車安全利用五則



- ① 自転車は、車道が原則、歩道は例外
- ② 車道は左側を通行
- ③ 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
- ④ 安全ルールを守る
 - 飲酒運転・二人乗り・並進走行の禁止
 - 夜間はライトを点灯
 - 交差点での信号遵守と一時停止・安全確認
- ⑤ 子どもはヘルメットを着用



シェアサイクルで新緑の季節、風を感じてみませんか

シェアサイクルとは、ステーション（専用スペース）間で電動アシスト自転車の片道利用ができるサービスです。会員登録をすれば、全国どこでも貸し出し・返却ができます。

また、府中市・稲城市・国分寺市・世田谷区・川崎市など近隣自治体への乗り入れもできます。

時 24時間利用可能。一部利用時間の制限あり

費 30分130円（延長15分ごと100円）、最大12時間1800円
※支払い方法はクレジットカード・キャリア決済・Yahoo!ウォレットなどから選択。自動引き落とし。登録は無料

調布ハローサイクリングコールセンター

☎050-3821-8282

交通対策課 ☎481-7420



ブラウザでも借りられます

会員登録する

HELLOCYCLING またはアプリをダウンロード（下のQRコードからアクセス可）して会員登録（無料）する。



App Store
(iOS版)

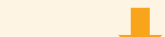


Google Play
(Android版)

簡単！利用方法

自転車を借りる

予約した車両に、予約時に発行された4桁の暗証番号を入力して利用開始。寄り道も可能。



目的地に到着したら返す

目的地のステーションに返却。どここのステーションでも返却可能。

市内のサイクル
ステーションも拡大中

4月現在、市内京王線9駅の駐輪場、地域福祉センターなどの公共施設やコンビニエンスストアなどの民間施設合わせて、市内79カ所にサイクルステーションを設置しています。市内のステーションは市（右のQRコードからアクセス可）参照。今後もさらにサイクルステーションを設置していきます。



サイクルステーション



妊娠・出産・子育てで悩んだら

子育てひろばへGO!!

コロナ禍で孤独な妊娠・出産・子育てに不安を感じていませんか？
市内11カ所の児童館で実施している子育てひろばでは、
妊娠・出産・子育てについて相談したり、さまざまな事業にも参加できます。
今号の特集では、出産が近い方や乳幼児を育てている方向けに、
子育てひろばの魅力をご紹介します。

利用している方に
聞きました

同じ境遇の ママ友ができました

◀1歳3カ月のお子さん

都外出身なので、夫以外に頼れる人が周囲になくて不安でした。
また、夫が海外出身という境遇を共有できる友人もいませんでした。
ある日、児童館のおたよりを読んで「近所にあるなら行ってみよう」と
足を運んでみたところ、相談員さんが温かく迎えてくれて安心しまし
た。さらに相談員さんは、同じように海外出身の方と結婚し子育て
中の方と引き合わせてくれて、同じ悩みを相談できる友人ができました。
今ではその友人と家族ぐるみでバーベキューをするなど、打ち解
けることができました。



今はハイハイした
がる月齢です。相談員
さんに見守られなが
ら、広いスペースで存
分にハイハイできるの
で、毎日来ています。

「初めて行くから
ちょっと不安…」という方。

動画で子育てひろばを紹介しています。
ぜひご覧ください！

市動画ライブラリー (YouTube)▶



妊娠前から気軽に相談してください

調布ヶ丘児童館で、月に一度の助産師相談を担当して
います。助産師相談では、お子さんの体重・身長計測を
したり、毎日の暮らしの中での不安や心配事などの相談
を受けています。
授乳方法・体重の増え方・夜中に何度も起きる・離乳
食を食べない・お子さんの発達や病気といった相談だけ
でなく、迷ってるからとにかく話したい…なども大歓迎
です。お気軽にご相談ください。一緒に解決方法を見つ
けましょう。

助産師・看護師さん



こんな方にオススメ

- 初めての妊娠・出産・子育てで不安
- コロナ禍で親族・友人を頼れず孤独
- 産院・小児科病院の口コミを聞きたい
- 障害があり遊びに行ける場所が少ない
- 誰かと話したい



友人にもたくさん オススメしています

◀6カ月のお子さん

外出すると病院での注射を思い出して泣いてしまうことが多く困って
いました。コロナ禍で外出しにくく、息苦しさも感じていました。
そんな時に児童館を知り、恐る恐る行ってみたところ、相談員さんや周
围のお母さん方が優しく話しかけてくれて安心しました。今では毎日通
っていて、実家のような感覚です。通うことで生活にリズムが生まれ、育
児の悩みも解消できて、気分が明るくなりました。

産院での卒業ママ会
などで、「児童館って
頼れる所だよ!」と
たくさんオススメし
ています。初めて行
く時は不安と思い
ますが、ぜひ気軽
に行ってみてくだ
さい。



おもちゃをたくさん用意してお待ちしています

子育てひろばのいいところは、相談員や周囲の親子と和気あい
あいとオープンに話せること。相談員と2人っきりだと緊張し
てしまうと思いますが、遊んでいるお子さんを見守りながら、井
戸端会議のような雰囲気でも世間話や出産・子育ての悩みを話すこ
とができます。初めての方も打ち解けられるよう、温かく声をかけ
たり、周囲の方とつながっています。
また、お子さんが3〜4カ月になったら初めて来る人が多いで
す。出産直後や新生児期の大変な時期も私たちが支えるので、妊
娠中の方は出産前にぜひ一度来てみてください！

国領児童館 子育てひろば専門相談員さん



悩みを共有できる大切な場です

◀3カ月のお子さん(双子)

お父さん

育休を取得しているの、平日に夫婦で来
ています。相談員さんが話しかけてくれるの
で、男性でも安心して行ってみてください。
育休が明けても、土曜日のイベントに参加し
たいです。

お母さん

初めての育児は双子で、分からないことだ
けでした。あかちゃん訪問でオススメされ
て、輪に入れるか緊張しながらも行ってみた
ところ、温かく迎え入れてくれて安心しまし
た。育児について相談できることが嬉しいの
で、これからも利用していきたいです。



子育てひろばでできること

相談 する

①専門相談員へ相談

子育てに関する悩み・疑問などを、来館・電話・Eメールで相談できます。
内容に応じて、専門機関を紹介します。

■平日午前9時～午後5時 ※児童館により土曜日の開催あり

②助産師へ相談

妊娠中や子育てに関する悩み事などを相談できます。
毎月1回(詳細は各児童館のおたより(市画で閲覧可)参照)

参加 する

夏祭りや芋掘りなどのイベントや子育てに関する講座を実施しているほ
か、児童館の一室を乳幼児向けに開放しています。地域の保護者・児童館
仲間とつくる自主サークル活動の支援も行っています。



近所の児童館について知りたい方は こちらをチェック

子育てひろばのおたより▶

季節のトピックスやイベント情報など
を掲載しています。



調布子育て応援サイト コサイト

施設概要や利用情報などを掲載しています。

子育てひろば以外にもあります
お気軽に相談を
相談機関一覧
※市外局番 042 の表記を省略しています

子ども・家庭総合相談

①すこやか相談コーナー

■毎日午前9時～午後5時(第3土曜日と翌日を除く)

☎481-7731

②すこやか虐待防止ホットライン

■毎日午前9時～午後5時(第3土曜日と翌日を除く)

☎0120-087-358

親子の健康・発達

③保健センター(健康推進課)

■平日午前8時30分～午後5時

☎小島町2-33-1 文化会館たづくり西館4階

☎441-6100・☎441-6101

学校生活

④教育相談所

■平日午前9時～午後5時15分

☎小島町2-36-1 教育会館6階

☎481-7633・☎499-1616

⑤教育支援相談

■平日午前9時～午後5時15分

☎小島町2-36-1 教育会館5階

☎481-7718・☎481-7785

ひきこもり・居場所・学習支援など

⑥子ども・若者総合支援事業「ここあ」

■平日午前10時～午後8時(木曜日は5時まで)

☎小島町2-47-1 総合福祉センター5階

☎452-8816・☎452-8817

⑦青少年ステーションCAPS

■毎日午前10時～午後8時

(第2・4月曜日(祝日の場合は翌火曜日)を除く)

☎上石原1-36-2 ハヤシビル3・4階

☎442-5535・☎442-5537

⑧東京都若者総合相談センター「若ナビα」

■毎月～土曜日(年末年始を除く)

☎午前11時～午後8時

☎専用フォームからEメールでの相談も可

☎03-3267-0808

いじめ・インターネットトラブル・犯罪など

⑨警視庁 ヤング・テレホン・コーナー(電話相談)

■毎日24時間受け付け ☎03-3580-4970

子ども専用

⑩18歳までの子ども専用チャイルドライン

(電話相談)

■毎日午後4時～9時(年末年始を除く)

☎0120-99-7777

5月12日は民生委員・児童委員の日

いつでも気軽に



東京都民生委員・児童委員のキャラクター(ミンジー)

あなたの身近な相談役 民生委員・児童委員

民生委員・児童委員を知っていますか？皆さんからの困り事や心配事を聞いて、助けてくれる人や場所を紹介する頼れる地域の相談役です。その悩み、一人で抱え込まないで、まずは気軽に相談してみませんか？

民生委員・児童委員って？

民生委員・児童委員は、法律に基づいて国から委嘱されたボランティアです。

各委員には担当地域があり、地域の皆さんからの困り事や心配事を聞いて、助けてくれる人や場所を紹介するパイプ役です。

地域の住民でもある民生委員・児童委員は、住民と日頃から関わり地域住民に寄り添いながら活動をしています。相談された方の秘密は必ず守ります。

民生委員・児童委員の活動イメージ



小川 時雄さん(民生委員・児童委員 第2地区会長)

民生委員・児童委員に聞きました



中村 悦子さん(民生委員・児童委員 第5地区会長)

－ 始めたきっかけは

始める前までは、小・中学校のPTA役員を務めたり、消防団などの地域活動をしていました。そのような中、声を掛けていただき、お手伝いできればと思い引き受けました。そこから、20年以上、民生委員・児童委員として活動しています。

－ どんな活動をしていますか

時間がある時は担当地域を歩いて回っています。支援が必要な方を訪問したり、市の広報物などを配布しています。コロナ禍で訪問する機会が減っていますが、対話を通じてその人の様子を確認するように心掛けています。

－ どんな時にやりがいを感じますか

最近は高齢者の支援が多く、特に認知症の方も増えています。高齢になると会話の内容を理解するまでに時間が掛かることもあるので、相談者の話をよく聞いて、「あなたの言っていることは間違っていないですよ」と伝えたり、疑問に感じていることを行政に確認し本人に伝えたりしています。その人が安心してくれて「誤解が解けたよ」と連絡があった時には、やりがいを感じます。

－ 最後にメッセージを

時には、夫婦生活が長く続いた中で、パートナーが亡くなり一人になられた方に対して、声を掛けようか迷う時もあります。身近な相談役として地域の皆さんから気軽に声を掛けてもらえるような人間関係を作っていきたいです。人のために行動することは自分のためにもなります。相談を受けて必要な支援に結び付いた時には一安心します。



－ 始めたきっかけは

夫の仕事の関係で海外に住んでいた時に、周囲の人たちに手助けをしてもらいました。こうした支援に触れてボランティアに携わりたいと思いました。今では約30年間、活動を続けています。

－ どんな活動をしていますか

地域の住民や他の民生委員・児童委員から連絡がくることも多く、その都度、相談に応じています。最近はコロナ禍で活動が少なくなり、対面でのコミュニケーションが取れないのが残念です。

－ やりがいを感じたエピソードを教えてください

自分が支援をしている人が、しっかりと支援に結び付いた時に喜びを感じます。また、地域活動を通して地域に住む子どもと接する機会も多く、接した子どもが成長し、久しぶりに会った時にニックネームで呼んでくれたり、良い関係性を築くことができたことで、その子の親などの支援が必要な時にスムーズに対応できたことです。

－ 活動の中で心がけていることは

日頃から人との繋がりを大切にしています。私は、人が好きでどんな人でも話をするように心掛けています。これまで出会った人との繋がりがあったからこそ、長い期間活動ができています。地域の中にもさまざまな人がいます。話をすると、その人の良さに気付けるので、良いところを引き出すような気持ちで支援しています。

－ 最後にメッセージを

コロナ禍で外出する機会も減り、誰かに相談することも大変な状況かと思いますが、自分の近くに相談できる人がいたらその人を頼ってください。そして、いつもあなたのそばにいる民生委員に一声を掛けてください。



●高齢者虐待の「早期発見」は、高齢者の権利を守るための第一歩です

怒鳴り声や聞こえたり、身体に痣があるなど虐待が疑われる行為や身体の状態を発見した場合はご連絡ください。なお、連絡した方の個人情報を守ります。

☎高齢者支援室 ☎481-7150

さまざまな
相談に応じます

こんなことで
困っていませんか？

●介護や障害福祉サービスの利用方法が分からない

●子どもや子育てのことを相談したい

●身近に相談できる人がいたらいいな

●一人暮らしが不安

●近所に気になる家がある

●お金や健康のことが心配

●困っているけれど、相談先が分からない

など

地域で
こんな活動を
しています

●ニーズに応じた福祉・サービスなどの紹介

●地域の住民を訪問、生活状況を把握

●登下校時の声掛けや地域の見守り

●民生委員・児童委員制度普及のための活動

●調布市福祉まつりへの協力

●地域包括支援センターなどとの連携

問 福祉総務課 ☎481-7101

／ 困ったことがあれば、気軽に相談を ／

民 生 委 員 ・ 児 童 委 員

(令和4年4月現在)

担当地区			氏 名	電話番号	担当地区			氏 名	電話番号	担当地区			氏 名	電話番号	
飛田給	1丁目1～26	板橋 榮次	482-2926	国領	1丁目1～15	藤本 彰	482-7955	佐須町	1・2丁目全域	桑田 秀男	482-2646	仙川町	1丁目1～19	塚本 依子	03-3300-6707
	27以降	小林 和子	484-4534		16～31	橋本 重一	482-3228		3丁目全域	内野 和彦	487-4349		20以降	佐野 彰	03-3305-1835
	2丁目1～22	大河原幸子	487-9810		32以降	山口 誠治	488-1814		4・5丁目全域	川久保孝子	480-2521		2丁目1～13	杉本いつ子	03-3300-4314
	23以降	園 二三子	487-1692		2丁目全域	小山 敦	482-3164		1丁目1～41	小川 満	482-6647		14以降	田邊 房雄	03-3300-2968
上石原	3丁目全域	野口 明恵	441-1314	3丁目1～6・8	宇治 和子	485-8420	柴崎	42以降	白川 精次	482-1739	緑ヶ丘	3丁目全域	〃	〃	
	1丁目1～16	林 隆	482-9345	くすのき1・2号棟	〃	〃	2丁目1～3	井熊 勝正	485-4409	1丁目1～30		八木 久美	03-3309-0757		
	17～35	増岡 恵子	481-1512	3～5号棟	相田 光一	482-2290	4～10	三浦 詩子	489-6233	31以降		爪川 良江	0422-43-6036		
	36以降	板橋 幸義	482-1327	10～12	〃	〃	11～13	井熊 勝正	485-4409	2丁目1～36		中山のり子	03-5315-6395		
富士見町	2丁目1～25	古市知津子	485-4547	13以降	鈴木あや子	487-5388	菊野台	14～22	池 誠	488-6667	若葉町	37以降	森田 晶子	03-3326-7607	
	26以降	熊谷己津子	499-0490	4丁目1～10	小山 嘉克	482-3079		23～38	三浦 詩子	489-6233		都営仙川1～16号棟	夏井 住光	03-3305-7584	
	3丁目1～35	吉田 隆司	487-3254	11以降	宮内 一則	482-4069		39以降	池 誠	488-6667		24号棟	森田 晶子	03-3326-7607	
	36～39	渡邊こずえ	486-8472	5丁目1～33,70以降	荒井のり子	486-7071		1丁目1～31	小川 時雄	486-4106		25～27号棟	田中 次郎	03-3308-0052	
下石原	40～50	下平 悟	481-3642	34～55	小山 嘉克	482-3079	東つつじヶ丘	森田喜代昭	485-5066	深大寺元町	二丁目アパート	〃	〃		
	51以降	渡邊こずえ	486-8472	56～69	石坂 良司	488-1402		2丁目1～23, 27～30	小川 俊治		483-1767	2・3・9号棟	〃	〃	
	1丁目全域	市川 浩子	486-5059	6丁目全域	〃	〃		24～26, 31～35	鈴木 俊一		486-7535	野水・西町全域	望月 正男	481-0605	
	2丁目1～16	東窪 恵理	480-4956	7丁目1～37	杉崎美由紀	482-3413		36以降	井田 充枝		481-9391	1丁目1～22	佐々木了宣	03-3300-1901	
小島町	17以降	日比生信義	482-9485	38以降	〃	〃	3丁目1～24	関野 守男	489-3181	深大寺北町	23以降	管 義照	03-3307-5605		
	19以降(21除く)	能登 和子	486-0937	8丁目1	平 恵子	482-1444	25～28	鈴木 俊一	486-7535		2丁目1～9	小島 攝子	03-3300-5718		
	21	市川 浩子	486-5059	くすのき6～9号棟	〃	〃	30以降	竹之内明子	485-4598		10以降	藤井みゆき	03-3300-0155		
	4丁目1～19	鈴木 光子	488-7518	8丁目アパート1号棟	鈴木あや子	487-5388	1丁目全域	鈴木 文夫	03-3308-0053		3丁目全域	小島 攝子	03-3300-5718		
布田	20以降	能登 和子	486-0937	2	橋本 郁子	483-3647	2丁目1～25	東村 達夫	070-8967-2634	深大寺東町	1丁目全域	篠宮 恭子	480-0565		
	1丁目1～12	東窪 恵理	480-4956	ライフタウン1号棟	土屋 篤雄	488-3655	26以降	新井 克侑	03-3300-0870		2丁目全域	大場 典子	480-7067		
	13～26	望月 正男	481-0605	2・3号棟	橋本 郁子	483-3647	3丁目1～21	田中 久勝	03-6671-5742		3丁目1～40	小柳みさ子	482-5809		
	27～51	二宮ナオミ	483-9530	4番地1～6	〃	〃	22以降	山崎 治子	03-3326-0367		41以降	齊藤 秋生	482-4268		
多摩川	52以降	田中 茂和	485-7714	4番地7以降	土屋 篤雄	488-3655	西つつじヶ丘	1丁目1～26	坂本 宏之	482-1708	深大寺南町	4丁目全域	小島 嘉子	488-9028	
	2丁目全域	二宮ナオミ	483-9530	5以降	〃	〃		27～46	森田 悦子	485-2027		1丁目全域	田村 恭子	482-5446	
	3丁目1～46	田中 茂和	485-7714	1丁目全域	梅原 厚子	485-2285		47・48、57・58	池 誠	488-6667		2丁目1～7	〃	〃	
	47以降	小林 静枝	484-2900	2丁目1～29(ライオンズ除く)	来田めぐみ	489-5958		49～56	森田 悦子	485-2027		8以降	黒滝 直昭	487-4484	
布田	1丁目1～4	長沢 定義	485-7617	ライオンズ全域	中島 俊子	488-9271	入間町	2丁目全域	石井 喜元	03-5384-5700	深大寺東町	3丁目全域	〃	〃	
	5～18	加藤 美津	481-6030	30～42	小林美知子	489-4330		3丁目全域	石井 堂陽	488-1346		4・5丁目全域	浅田 靖	487-2501	
	19～30	長沢 定義	485-7617	43以降	中島 俊子	488-9271		4丁目1～30	富沢 郁夫	483-4339		1丁目全域	青木映里子	484-9455	
	31以降	加藤 美津	481-6030	3丁目全域(多摩川住宅除く)	宮本 勝久	487-5078		31以降	熊谷 英子	487-6513		2・3丁目全域	内藤 和男	489-9376	
布田	2丁目1～24	上野 旭子	485-0516	多摩川住宅	小菅 恒雄	487-3228	深大寺北町	神代団地1～4号棟	荏澤加代子	482-9939	深大寺東町	4丁目全域	棚木めぐみ	484-3757	
	25以降	立川 幹雄	482-2044	□1～11号棟	菅野 明美	484-4293		5～7号棟	角田 啓子	488-2077		5丁目全域	矢田部弘行	482-0538	
	3丁目1～25	藤田アイ子	486-8276	□12～15号棟	菊地 和夫	484-6536		8～20号棟	荏澤加代子	482-9939		6丁目1～25	小林 章弘	482-4028	
	26～59	星 しのぶ	486-5527	□16～19号棟	関 昭弘	488-2083		21～44号棟	角田 啓子	488-2077		26以降	渡部 静夫	487-7865	
布田	60以降	関口 憲三	486-7045	□19・10、13～19号棟	土橋 悟	485-6432	入間町	45号棟以降	熊谷 英子	487-6513	深大寺東町	7丁目全域	青木映里子	484-9455	
	1丁目1～36	多田 京子	499-8422	ホ・ト号棟	小尾美智子	483-9802		1丁目1～3	鈴木 成子	03-3300-6823		深大寺南町	1・2丁目全域	粕谷 和子	487-9022
	37以降	原 喜代子	482-2311	1丁目1～20	池田 順子	482-8706		4～8	下釜 芳江	430-9698			3丁目全域	井上 一郎	482-5701
	2丁目1～33	白杵 京子	481-9599	21以降	〃	〃		9～26	鈴木 成子	03-3300-6823			4丁目1～21	杉本 操	482-5706
布田	34以降	石井 洋子	482-2336	3丁目1～16	山中 幸子	485-9880	27以降	清水 利夫	03-3484-3921	深大寺東町	22以降		井上 一郎	482-5701	
	3丁目全域	山口 祐二	483-3769	17～48	富田満利子	489-2766	2丁目1～19	岸本 秋美	03-3484-2782		5丁目全域	杉本 操	482-5706		
	4丁目全域	山口 順子	441-1284	49以降	松谷 牧子	486-7454	20以降	下釜 芳江	430-9698		6丁目1～28	馬部 誠	482-6654		
	5丁目1～31	永谷 容子	488-9459	4丁目全域	山中 幸子	485-9880	都営入間1～6号棟	岸本 秋美	03-3484-2782		29以降	小阪井真樹子	488-6615		
布田	32以降	新津 敏男	488-1400	5丁目1～5	吉賀 裕子	481-2264	入間町	3丁目全域	清水 利夫	03-3484-3921	深大寺南町	7丁目全域	〃	〃	
	6丁目全域	荘司 和代	480-0242	6以降	中村 悦子	481-0427		1丁目1～3	鈴木 成子	03-3300-6823		深大寺南町	8丁目全域	伊地山和茂	486-4438
				6丁目全域	斉藤 淳一	487-2565		4～8	下釜 芳江	430-9698			1～3丁目全域	富澤 省二	486-9965
				7丁目全域	石塚 絹代	483-2547		9～26	鈴木 成子	03-3300-6823			4・5丁目全域	都 昭代	487-5024

主 任 児 童 委 員

(令和4年4月現在)

担 当 地 区	氏 名	電話番号	担 当 地 区	氏 名	電話番号
緑ヶ丘、仙川町、若葉町	吉田 和佳	03-3300-3979	小島町1・2丁目、布田1～4丁目	土方 康全	482-3367
入間町、東つつじヶ丘	村田 絹代	03-3326-2279	八雲台、国領町1・2・4～6丁目	吉田真由美	480-2258
菊野台、国領町3・8丁目	温井 正司	482-3546	小島町3丁目、布田5・6丁目	濱野 昭一	489-6643
西つつじヶ丘、柴崎	野呂奈津子	485-2342	多摩川3～7丁目、国領町7丁目、染地	輿石 紀子	482-0664
調布ヶ丘、佐須町、深大寺	山口 静子	487-6722	上石原、下石原、飛田給、富士見町	奥蘭富佐子	498-4731
	木滑 泰子	484-3983	多摩川1・2丁目、野水、西町	秋輪 和幸	488-2203

新型コロナウイルス感染症に関する情報

感染防止対策のため、事前の体調確認、手洗い、手指消毒、マスク着用などを徹底した上での参加をお願いします。また、状況により各事業は中止・延期の場合があります。市HP（上のQRコードからアクセス可）や主催団体HPなどで最新情報をご確認ください。



暮らしの情報

仕事・創業

「第20回多摩ブルー・グリーン賞」募集

優れた技術・製品を表彰する「多摩ブルー賞」と、新しいビジネスモデルを表彰する「多摩グリーン賞」の候補者を募集します。
多摩地域と周辺地域に事業拠点を置く中小企業・個人事業主など
5月10日(火)～7月29日(金)に多摩信用金庫各店舗へ
各最優秀賞に副賞100万円、各優秀賞に50万円を贈呈。受賞企業は、多摩ブルー・グリーン倶楽部に参加。詳細は多摩信用金庫HP参照
多摩信用金庫多摩ブルー・グリーン賞事務局
042-526-7728 (産業振興課)

無料パソコン基礎講座 (全5回)



5月3日(金)②4日(土)③10日(金)④11日(土)⑤24日(金)
午前10時～午後3時※③⑤は4時まで
15～49歳で就労(アルバイト含む)・就学しており、説明会の出席・1分間に100キータッチ可能な方
Word・Excel・PowerPointの基本スキル(講座終了後も就活をサポート)
12人(多数抽選)
無料
説明会/5月14日(土)・20日(金)・21日(土) 午前10時～正午
詳細はちょうふ若者サポートステーションHP参照
説明会の2日前までにちょうふ若者サポートステーションHP（上のQRコードからアクセス可）または電話でちょうふ若者サポートステーション044-7975 (産業振興課)

産業労働支援センター 〒182-0022国領町2-5-15市民プラザあくろす3階0443-1217・0443-1218 Eindustry@chofu-across.jp 専用HPあり

A事業者向け労務相談会
5月7日(土)・12日(木)・31日(火)
午前9時～午後4時(正午～午後1時を除く)
相談員/田村陽太(社会保険労務士)
B創業したいと思っている方への初めの一本相談会
5月23日(月)午前9時～午後4時(正午～1時を除く)
相談員/角 杉信(中小企業診断士)
C女性起業相談会
5月30日(月)午前10時～午後4時(正午～午後1時を除く)
相談員/山田記代美(中小企業診断士)
A～C共に
相談時間/1人50分
D事業承継個別相談会
5月26日(木)
午後1時～、2時30分～
中小・小規模企業の経営者・後継者
相談員/東京都多摩地域事業承継・引継ぎ支援センター専門担当者
直近2期分の決算書・確定申告書、会社概要※持参可能な場合のみ
5月19日(木)

A～D共に
定申し込み順AB6人C5人D2人
費無料
所申調産業労働支援センターHPまたは電話、FAX、Eメールで申し込み



その他のお知らせ

東日本大震災避難者の下水道使用料減免

①東日本大震災により居住継続が困難となり、市内に居住することとなった世帯②原子力発電所の周辺において、放射能などの影響により居住継続が困難となり、市内に居住することとなった世帯
東京都市道局へ電話、または直接サービスステーションへ
東京都市道局多摩お客様センターナビダイヤル0570-091-101(ナビダイヤルを利用できない場合は042-548-5110)、東京都市道局調布サービスステーション(国領町7-29-5)0443-2510、下水道課0481-7231

ご寄附ありがとうございました

子ども・若者基金として
富士見児童館学童クラブ 父母の会
ディアーズフットボールクラブ 1万3530円(管財課)

イベントのお知らせ



催し

都立神代植物公園「春のバラフェスタ」

約400品種5200株のバラを栽培する神代植物公園では、バラの見頃に合わせて「春のバラフェスタ」を開催します。



5月10日(火)～29日(日)※月曜日休園
午前9時30分～午後5時(入園は4時まで)
※期間中の土・日曜日は午前8時から早朝開園
バラの展示会、ロゼマルシェなど
費500円(65歳以上250円、中学生200円、小学生以下と都内在住・在学の中学生は無料)
都立神代植物公園0483-2300 (産業振興課)

第11回多摩川ウオーク

5月14日(土)
午前9時・京王線京王多摩川駅前広場
19km、11km、7kmの3コース
費300円(地図代、保険料)
持帽子、飲み物
当日直接集合場所へ 他受付後自由歩行
調布市ウオーキング協会・小川03-5497-0286 (産業振興課)

多摩川自然情報館イベント

◎5月の月別イベント 多摩川植物観察会
5月14日(土)午前9時30分～正午※小雨決行
9時20分・多摩川自然情報館1階大集会室
中学生以上
議長岡総子(植物研究家)
定申し込み順10人
費100円(保険料)
持歩きやすい服装、帽子、雨具、飲み物、タオル、筆記用具
申調5月6日(金)から電話受付。運営等受託事業者(株)セルコ03-3406-1724(平日午前10時～午後5時30分)へ。当日連絡先080-2087-9009 (環境政策課)

深大寺・佐須地域の田んぼにおける田植え体験の参加者募集

5月22日(日) ①午前10時～②午後1時～※小雨決行。各回2時間程度
所深大寺南町1丁目3番先(柏野小学校北側公有地)
※車・バイクでの来場不可



昨年の田植えの様子

定各回20人程度(1組4人まで。多数抽選) 費無料
持汚れても良い運動靴・服装、タオル、帽子、飲み物
申Eメールで件名を「田植え体験申込」、本文に参加希望時間帯(①または②)、参加人数、参加者全員の氏名・ふりがな、参加代表者の住所・電話番号を明記し、5月10日(火)までに環境政策課Ekanakyou@w2.city.chofu.tokyo.jp
企画・運営/NPO法人東京あぐり
調環境政策課0481-7086

調布市青少年吹奏楽団 第62回定期演奏会

曲目/シンフォニア・ノビリッシマ(ジェイガー作曲)、レッツ・ダンス(ボニーム作曲)ほか
5月28日(土)午後5時～6時10分(4時30分開場)
所グリーンホール大ホール
定当日先着600人
費無料
調布市青少年吹奏楽団・吉野080-4711-6919・Echo-sui@e-mail.jp (社会教育課)

6月のフリーマーケット出店者募集

6月4日(土)・5日(日)
午前10時～午後3時
所調布駅前広場
出店資格/市内在住・在勤で物品販売を生業としない18歳以上の方
定17人(多数抽選)
費1000円
申調Eメール(携帯メールは不可)または往復はがき(往信裏面)に出店希望日、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、誓約の一文(会場周辺の道路上での荷物の積み下ろしをしない旨)、在勤者は勤務先名・電話番号を明記し、5月15日(日)(消印有効)までにEchoufu.jiritouendan@luck.ocn.ne.jpまたは〒182-0024布田1-43-2-N203 NPO法人ちょうふ自立応援団フリーマーケット担当0489-3160 (文化生涯学習課)

いやしとふれあいの旅事業

①日帰りバスツアー

房総びわ狩りと水産会社直営食堂の浜焼きコース

期 6月9日(木)

開 午前6時50分頃・仙川駅、7時頃・国領駅、7時10分頃・文化会館たづくり横 ※最終案内書で要確認



解散 午後6時10分頃

・文化会館たづくり横、6時20分頃・国領駅、6時30分頃・仙川駅

行程 調布→海ほたるPA(休憩)→はちみつとミードのはちみつ工房(見学)→真野寺(さつきとあじさい鑑賞)→漁港食堂だいば(浜焼きコースの昼食)→びわ農園(びわ狩り)→道の駅とみうら枇杷倶楽部(買い物)→海ほたるPA(休憩)→調布

費 大人・小人共に1万5800円(税込)

②1泊2日バスツアー

福島の旅 被災地応援ツアー 東山温泉

期 6月19日(日)・20日(月)

開 午前6時50分頃・文化会館たづくり横 ※最終案内書で要確認

解散 午後6時30分頃・文化会館たづくり横

食事 朝食1回・昼食1回・夕食1回

行程 1日目 調布→蓮田SA(休憩)→道の駅しもごう(休憩)→塔のへつり(観光)→大内宿・山形屋(名物ネギそば昼食)→鶴ヶ城(会津若松城・観光)→大江戸温泉物語 東山グランドホテル(宿泊)
2日目 飯盛山(スロープコンペア/観光)→花春酒造(見学・買い物)→会津喜多方ラーメン館(自由昼食)→野口英世記念館(観光)→蓮田SA(休憩)→調布



大内宿

費 大人・小人共に3万3000円(税込) ※いやしとふれあいの旅事業宿泊費助成の対象者は、助成券の使用可

(要申請)。詳細は、申し込みの際に要確認

①②共に

定 申し込み順30人

最少催行人数 20人

他 交通事情などにより時間が前後、または中止する場合あり。旅行契約成立後の取り消しは、取消料金がかる場合あり。乗車時に検温を実施し、37.5度以上または体調不良の方は参加不可(費用を返金)

調 さくらツーリスト(株)(多摩川5-13-3 101)

☎487-1711

(協働推進課)

調布国際音楽祭2022“BACH” TO THE FUTURE～未来へつなぐ音楽祭～



期 6月18日(土)～26日(日)

所 グリーンホール、せんがわ劇場、深大寺 ほか

◎ワークショップ「新しい音楽をつくる」

若手作曲家が書いたスケッチを第一線で活躍する奏者が音にすることで、作曲家と演奏家が新作を作り上げる模様をお届けします。

期 6月18日(土)午後2時～(180分公演、休憩あり)

所 せんがわ劇場

演 金子仁美(作曲)、細川俊夫(作曲)、藤倉 大(作曲)、鈴木優人(司会)、荒木奏美(オーボエ)、山本徹(チェロ)

費 【全席自由】会員：2700円、一般：3000円

他 25歳以下は3割引。未就学児入場不可。このほかの公演情報は、調布国際音楽祭(上のQRコードからアクセス可)参照

調 (公財)調布市文化・コミュニティ振興財団芸術振興事業課 ☎481-7611 (文化生涯学習課)



講座・講演会

調布市文化協会 実技講座

「初めての三味線、初めての尺八」

期 5月21日(土)・22日(日)

時 午後1時30分～3時30分

所 文化会館たづくり地下2階第1・第2音楽練習室

講 藤本秀米茂(三味線師範)、米谷輝風(尺八師範)

定 申し込み順15人

費 無料

運営 調布市民謡連盟

申 期 5月6日(金)午前9時から電話で調布市民謡連盟・近藤 ☎499-2612

消費者講座「相続トラブルにしないために！知っておきたい遺言と家族信託の基礎知識」

期 5月31日(火)午後1時30分～3時30分

所 ①オンライン(Zoom) ②文化会館たづくり9階研修室(オンライン配信映像を視聴)

対 市内在住・在勤・在学の方(②はインターネット環境がない方のみ)

講 明石久美(明石行政書士事務所、明石シニアコンサルティング)

定 申し込み順①30人②10人

費 無料

申 Eメールに講座名、住所(在勤・在学の方はその旨記載)、氏名、電話番号、年代、オンラインまたは会場視聴参加を明記し、5月6日(金)午前8時30分～18日(水)午後5時に文化生涯学習課 ☎bunsin@w2.city.chofu.tokyo.jpへ。②のみ電話受付可。②は中止の場合あり。

①は受講決定後、Zoomの参加URLなどを送付

調 文化生涯学習課 ☎481-7140

「えんがわ文庫」 ご利用ください

気軽にふらっと立ち寄れる本のある空間

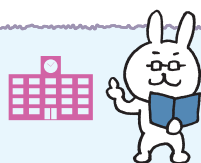


「えんがわ文庫」は、昨年11月1日にオープンした市民参加型の図書館です。りんご箱を本棚に活用した温かい雰囲気の中で本を閲覧できます。子ども向けの絵本なども多数配架しています。本を通じた交流の場としてお楽しみください。

開館時間 午前8時30分～午後10時(毎月第3月曜日は休館日)

所 調布市民活動支援センター ☎443-1220

(協働推進課)



相互友好協力協定締結大学の市民対象の事業紹介



詳細は調布市生涯学習情報コーナー(右のQRコードからアクセス可)参照 (文化生涯学習課)

明治大学〈平成16年2月17日締結〉

●生涯学習機関「リバティアカデミー」春期講座申込み受付中～入会金無料キャンペーン実施中～

①【明治大学図書館秘蔵コレクション】

発禁本と城市郎～明治大学所蔵「城市郎文庫」から解き明かす発禁本の実態～

期 5月28日(土)午前10時30分～正午

講 山泉 進(本学名誉教授)ほか

定 申し込み順480人

費 無料

②【明治大学校友会寄付講座】日本酒は語る～SAKE ISLANDから世界への挑戦

期 6月4日(土)午前10時30分～正午

講 羽豆史郎(栃北雪酒造 代表取締役会長)

定 申し込み順480人

費 無料

③日本書紀の世界XXVII(全5回)

期 6月9日(木)～7月28日(木)

時 午後3時～4時30分

講 吉村武彦(本学名誉教授)

定 申し込み順100人

費 9900円

①～③共に

申 明治大学リバティアカデミー(株)から申し込み

他 オンライン(Zoom)で開催※③のみ見逃し配信(収録動画のストーリーミング配信)付

調 明治大学リバティアカデミー事務局

☎03-3296-4423・E academy@pics.meiji.ac.jp

白百合女子大学〈平成18年3月28日締結〉

●キリスト教的視点に基づく講座“創造への道”

期 5月28日(土)午後2時～3時30分

所 11号館3階クララホール

内 「信仰を持たない者の祈り」から「詩編の祈り」へ

講 釘宮明美(本学カトリック教育センター長・教授)

定 申し込み順30人

費 1000円

申 白百合女子大学(株)から申し込み

調 社会連携センター

☎03-3326-6877・E renkei@shirayuri.ac.jp

東京慈恵会医科大学〈平成20年11月28日締結〉

●東京慈恵会医科大学附属第三病院

◎社会保険労務士による就労相談

期 6月1日(火)

時 午後2時～、3時～、4時～(各45分)

所 がん相談支援センター

対 がん経験者と家族

申 事前に東京慈恵会医科大学附属第三病院がん相談支援センター ☎03-3480-1151(内線3562)



●調布市LINE公式アカウントで情報発信中

多くの方々に市政情報を届けるため、LINEで新型コロナウイルス感染症に関する情報や防災・災害情報などを配信しています。

調布市と友だちになろう／右のQRコードを読み取るか、ホーム画面の検索バーで「調布市」と検索し、友だちに追加 調 広報課 ☎481-7301



各館だより

郷土博物館

〒182-0026 小島町3-26-2
☎481-7656 ㊟481-7655

開館時間／午前9時～午後4時 入場料／無料
休館日／月曜日（祝日の場合は直後の平日）

●常設展示「調布の歴史」（2階展示室）

原始・古代から近代までの調布の歩みを紹介しています。

●郷土学習展「ちょっと昔の暮らし」（1階展示室）

明治・大正・昭和時代の暮らしの道具を展示して、衣食住の移り変わりを紹介します。

期 5月29日(日)まで



昔の電話機

●ギャラリー展示

「調布の養蚕」

（2階ギャラリー）
館蔵の資料から、かつて調布で盛んにおこなわれた養蚕にかかわる資料を紹介します。

期 7月18日(祝)まで



展示の様子

●下布田遺跡史跡整備市民ワークショップ・第2回（全4回）（追加募集）

下布田遺跡の史跡公園開園に向けて、整備内容や活用などについて考えます。

日 5月15日(日)午前10時～11時30分

所 教育会館3階301・302研修室

※事前に参加者で見学する近隣の史跡公園整備事例の発表と下布田遺跡の整備についての意見交換

定 申し込み順10人

費 無料

申 5月6日(金)午前9時から電話で郷土博物館

武者小路実篤記念館

〒182-0003 若葉町1-8-30 専用㊟あり
☎03-3326-0648 ㊟03-3326-1330

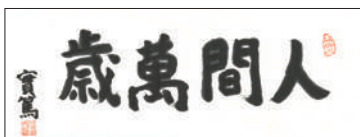
開館時間／午前9時～午後5時

入場料／大人200円、小・中学生100円、市内在住の65歳以上無料
休館日／月曜日（祝日の場合は直後の平日）

●春の特別展

「人間萬歳 ～実篤と狂言～」

期 6月5日(日)まで



「人間萬歳」昭和35年頃

●旧実篤邸の

内部公開を実施中

期 毎週土・日曜日、

祝日※雨天中止

時 午前11時～午後3時

所 実篤公園内

※武者小路実篤が70

～90歳まで暮らした旧居の内部を公開



旧実篤邸（仕事部屋）

定 邸内人数は常時5人まで

費 無料

図書館

中央図書館 〒182-0026 小島町2-33-1
文化会館たづくり4・5・6階
☎441-6181 ㊟441-6183 専用㊟あり

●5月の開館時間と休館日

	開館時間	休館日
中央図書館	午前9時～午後8時30分	5月23日(月)・24日(火)
分館	午前9時～午後5時 (4～9月の水・金曜日は午後6時まで)	5月2日(月)・9日(月) 16日(月)・23日(月) 24日(火)・30日(月)

●近隣の図書館が利用できます

調布市民は、三鷹市・狛江市・世田谷区・八王子市・府中市・町田市・日野市・多摩市・稲城市の図書館を利用できます。

◎他市でサービスを受ける方法

各市の図書館で利用登録が必要です。利用したい市の図書館に、登録に必要なものを事前に確認した上で直接、手続きをしてください。なお、受けることができるサービスは、市によって異なります。

共催事業

●時局講演会「世界の王室はいま～歴史とその役割～」

21世紀における世界の王室の役割や存在理由について考えます。

日 6月7日(火)午後2時～4時

所 グリーンホール小ホール

※市民またはアカデミー愛とぴあ会員

講 西川 恵（毎日新聞社客員編集委員）

定 当日先着100人

費 無料

場 図書館読書推進室、アカデミー愛とぴあ（文化会館たづくり10階）☎441-6328（午前9時～午後4時）

公民館だより

●月曜日休館 ●申し込み／電話または来館で
●費用／記載のない場合は無料

東部公民館

〒182-0003 若葉町1-29-21
☎03-3309-4505 ㊟03-3305-3456

●講演会「葵町製糸場プロジェクトの全貌～3枚の図面から幻の製糸場を映像化するまで」

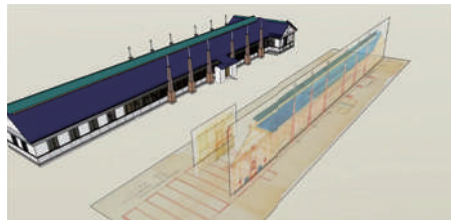
日 5月24日(火)午後2時～4時

講 齊藤有里加（東京農工大学科学博物館特任助教）

定 申し込み順10人（追加募集）

場 筆記用具

申 5月10日(火)午前9時から受け付け



勸工寮葵町製糸場3D復元画像

●東部市民講座

「調布・佐須の田んぼの学校と生物多様性」

日 5月31日(火)午前10時～正午

内 調布田んぼの学校のこれまでとこれから・尾辻義和（調布田んぼの学校校長）、田んぼ

の学校周辺の生物

多様性・石川和宏

（㈱セルコ環境調

査センター長）

定 申し込み順22人

場 筆記用具

申 5月10日(火)午前9時から受け付け

●手工芸教室

「アレンジ自在、ダーニングでお直し」（全3回）

クローゼットに眠っている服や傷みやすい子ども服、靴下などちょっとした汚れやほつれがある衣類をカラフルな糸で繕います。

期 ①6月4日(土)②18日

(土)③7月2日(土)

時 午前10時～正午

所 市内在住・在勤者

内 ①バスケットダー

ニング（セーターやシャ

ツなどの傷みや穴）

②ゴマシオダーニング（シミや軽い傷みなど）

③ハニカムダーニング（シミから穴まで）

講 神山彩子（hikaru noguchi textile design認定講師）

定 10人（多数抽選）

費 1000円（材料費（刺繍糸など）。初回持参）

場 ダーニングマッシュルーム（なければおたま、またはレードル）、繕いたい衣類（穴が開いていなくても可。極端に薄いまたは厚い素材、織り目・編み目が緩い衣類は不向き。ない場合はエコバッグなど）、糸切りば

さみ※針など道具類の貸し出しあり

申 Eメールの件名に「手工芸教室「ダーニング」、本文に住所または勤務先住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号を明記し、5月16日(月)までに

日 toubuk@w2.city.chofu.tokyo.jp

西部公民館

〒182-0035 上石原3-21-6
☎484-2531 ㊟484-3704

●シニア健康講座「自分のカラダは自分で守る！～健康なカラダづくりのための体操を学ぼう」（全3回）

筋力の低下を防ぎ、心身のバランスを整えるための体操や中国の健康体操「練功十八法」を体験します。

期 ①6月7日(火)・簡単ストレッチと筋力アップ運動②14日(火)・身体の血行を良くしよう③21日(火)・からだ心をリラックス

時 午前10時～11時30分

所 65歳以上の方

講 山川容子（健康運動指導士）

定 14人（多数抽選）

場 室内用シューズ、汗拭き用タオル、飲み物、動きやすい服装

申 5月17日(火)午後5時まで受け付け

場 結果は5月18日(火)以降に電話で連絡



ダーニングマッシュルーム



広告の欄

掲載の申し込み／㈱ウィード（広告代理店、多摩川5-9-4 インペリアル京王多摩川フラット103号）☎443-6681・㊟443-6682
広告料／1号・2号：1枠3万円、3号（オビ）：1枠1万5000円（前払。デザイン・版の制作費・消費税広告主負担）
※広告料収入は市報ちょうふの印刷製本費用の一部に充当しています(広報課)

終活セミナー同時開催

聞きたいことが何でも聞ける

終活相談会

参加者特典
参加者全員の方に
相続の基本が良く分かる
「相続のいろは」をプレゼント

定員 50名
参加 無料

日時 令和4年5月16日(月)事前予約制
10:00～16:00 (9:45開場)

会場 調布市文化会館
たづくり10階
(京王線「調布駅」広場口徒歩3分)

おひとりさま
生前対策
不動産
保険・相続
遺言・株式
事業承継
エンディングノート

お気軽にお問い合わせください
0120-39-9171

AG OAG税理士法人 東京ウエスト
〒182-0022 東京都調布市国領町4-51-7 ビエール・シーグル2階 申し込みフォーム

家族を大切に想う方々へ

「あなたの願うお葬式を実現します！」

質の高い安心安全な葬送をご依頼される方の為に
尊い生命の終わりに全身全霊で関わらせて頂きます

火葬のみ 1日葬 家族葬 一般葬 散骨etc

ご依頼・資料請求 ☎0120-255-297

1都5県24H365日対応
SOGI サポートセンター

●郷土博物館巡回展示
「国史跡下布田遺跡と深大寺城跡にってみよう」
市内にある国史跡下布田遺跡と深大寺城跡をパネルと写真で紹介します。
期 5月18日(木)～6月7日(火) (月曜日を除く)
時 午前9時～午後9時30分
所 西部公民館ロビー
◎関連講演会
「遺跡調査から見た調布市～西部地域を中心に」
日 5月20日(金)午後2時～4時
所 西部公民館学習室
講 郷土博物館学芸員
定 申し込み順22人
申 5月6日(金)午前9時から受け付け



北部公民館

〒182-0014 柴崎2-5-18
☎488-2698 ㊟488-2787

●親子で学ぶ科学教室「紫外線って何だろう～UVチェックストラップをつくろう～」
日 5月21日(土)午後2時～3時30分
対 小学1・2年生と保護者
講 坂口美佳子(科学読物研究会運営委員)
定 18人(多数抽選)
費 1人100円(当日持参)
保 1歳6カ月～学齢前(定4人 オリエンテーション：当日午後1時30分～※親子で要出席)
備 鉛筆、はさみ、セロテープ
申 往復はがきかEメール(㊟hokubuk@w2.city.chofu.tokyo.jp)に、住所、参加する保護者と子どもの氏名(ふりがな)、電話番号、学年、保育希望の場合は、子どもの氏名(ふりがな)、月齢、性別を明記し、5月12日(木)(必着)までに「親子科学教室」係

●国際理解講座「身近なひとと一緒に始める多文化共生vol.3」(全4回)
外国にルーツをもつゲストをお呼びして、多文化共生について考えます。
期・内 ①5月27日(金)・講義②6月10日(金)・クロストーク(ベネズエラ・熊谷沙羅さん)③24日(金)・クロストーク(バングラデシュ・サラムさん)④7月8日(金)・多文化共生と平和
時 午後2時～4時
講 壽賀一仁((一社)あいあいネット専務理事)
定 申し込み順17人
申 5月6日(金)午前10時から受け付け
※②③のみ、Zoomでの単発参加も可。Zoom希望の場合は、Eメール(㊟hokubuk@w2.city.chofu.tokyo.jp)に氏名、電話番号、お住まいの町名、視聴希望の回を明記し、5月23日(月)までに申し込み。Zoomの視聴URLは申し込みEメールアドレスに後日送付
●芸術鑑賞講座「国立西洋美術館をもっと楽しむ！」
日 5月28日(土)午後2時～4時
講 斎藤陽一(美術ジャーナリスト)
定 36人(多数抽選)
保 1歳6カ月～学齢前(定4人 オリエンテーション：当日午後1時30分～※親子で要出席)
申 往復はがきかEメール(㊟hokubuk@w2.city.chofu.tokyo.jp)に、住所、氏名、電話番号、保育希望の方は子どもの氏名(ふりがな)、年月齢、性別を明記し、5月12日(木)(必着)までに「芸術鑑賞講座」係
●親子ふれあい教室「親子でリフレッシュ！リズムで心を育む1歳からの初めてダンス体験」(全4回)
期 ①6月3日(金)②17日(金)③7月1日(金)④15日(金)
時 午前10時～11時
対 1～3歳児と保護者
講 三河谷弥生(ヨガ、ダンス講師)
定 8組(多数抽選)
申 往復はがきかEメール(㊟hokubuk@w2.city.chofu.tokyo.jp)に、住所、参加する保護者と子どもの氏名(ふりがな)、電話番号、申し込み時の子の月齢、性別を明記し、5月12日(木)(必着)までに「親子ふれあい教室」係

●文化教室「絵手紙の新世界！和紙のランプシェード作り」(全2回)
期 ①6月4日(土)②11日(土)
※作品のギャラリー展示／期 6月12日(日)～17日(金)
時 午後2時～4時
講 元木まり子(絵手紙講師)
定 12人(多数抽選)
費 700円(当日持参)
保 1歳6カ月～学齢前(定4人 オリエンテーション：当日午後1時30分～※親子で要出席)
申 往復はがきかEメール(㊟hokubuk@w2.city.chofu.tokyo.jp)に、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、保育希望の場合は、子どもの氏名(ふりがな)、月齢、性別を明記し、5月20日(金)(必着)までに「ランプシェード作り」係
●青少年対象事業・調布市社会福祉協議会共同事業「北の杜地下室の音楽フェス～こもりびとのタベ～」
日 6月5日(日)午後3時～5時
対 中学生以上
内 音楽演奏と朗読
演 吉田ケンタ(ギタリスト、ウクレレ)、小川幸夫(ドラマー、パーカッション)、山根圭織(ゴスペルシンガー)、川瀬ゆう子(声優、朗読)
定 15人(多数抽選)
申 往復はがきかEメール(㊟hokubuk@w2.city.chofu.tokyo.jp)に、住所、氏名(ふりがな)、年齢(学年)、電話番号を明記し、5月20日(金)(必着)までに「音楽フェス」係
他 別室での同時中継あり(定当日先着15人)



市民の広場

催し&会員募集

記事の内容などは直接問い合わせ先へ連絡をお願いします。掲載を希望する方は必ず掲載基準を読んでからお申し込みください。申し込みが多い場合掲載できないことがあります。あらかじめご了承ください。(広報課)

催し
■気功体験会 日 ①5月12日(木)②19日(木)午後2時～4時 所 文化会館たづくり ①1階②10階 費 無料 講 園風間 ㊟487-3406※気功体操、筋力アップ呼吸法などで運動不足を補い健康を増進します

■調布きりえ 第34回あざみ展 日 5月13日(金)～18日(木)午前10時～午後5時(最終日は3時まで) 所 文化会館たづくり2階 費 無料 講 園遠藤 ㊟03-3309-1718
■初めての短歌教室 あなたも短歌を作ってみませんか 日 5月15日(日)午前10時30分～正午 所 文化会館たづくり6階 費 無料 講 園高島 ㊟090-2631-5066

■親子自然かんざつ会～ひかり輝く春をさがそう～ 日 5月22日(日)午前9時30分集合 所 水生植物園 費 大人300円、子ども100円(資料代・保険料) 講 園佃 ㊟090-6650-2121※Eメール(㊟kztsukuda@hi-ho.ne.jp)
■アンサンブル ル・シエル マンドリンコンサート 日 5月22日(日)午後2時～(1時30分開場) 所 グリーンホール小ホール 費 無料 講 園丸田 ㊟484-7375※当日先着順。未就学児不可

会員募集	サークル名	活動日時	活動場所	入会金	会費	問い合わせ	備考
	絵手紙花の会 もみじ	第3火曜日午前10時～正午	北部公民館	ナシ	月1000円	元木 ㊟490-6220	新しい教室です。初心者歓迎！
	茶の湯 表千家松風会	毎月第2・4火曜日午前9時～正午	北部公民館	ナシ	月3000円	吉野 ㊟482-0368	元・翠美会。開催曜日を金曜日から変更しました
	抒情歌、フォーク、今どきの歌を斉唱で楽しく歌う会	毎月第2・4水曜日午後1時30分～3時	入間地域福祉センター	ナシ	月2000円	半田 ㊟0422-42-3515	声を出しやすくする発声法も実施します。健康にとてもいいです
	Saturday English(英会話)	毎週土曜日午後2時～3時30分	文化会館たづくり	ナシ	月3000円	岩崎 ㊟070-2177-4301	皆で楽しくやっています
	木版画 「木遊会」	毎月第1土曜日午後1時～4時	文化会館たづくり	ナシ	年5000円	下村 ㊟489-0467	作品づくりを楽しみましょう

庭木1本からお手入れOK!

見積無料

1本からの
お庭サービス

●庭木1本より明瞭料金 ●土日でもOKです

●トイレはお借りしません ●お茶はご遠慮します

「市報ちようふ」を見てと伝えと

生垣剪定 先着10名様 ㊟税込

幅1m×高さ2m 通常2,200円を1,100円!

調布支店 東京都調布市東つづじヶ丘1-1-13 営業時間 9:00～17:00

☎03-6379-6353

黄緑のトラックで
おじゃまします!

ガーデニングエクスプレス

市公式ホームページの広告主募集

市公式ホームページトップページに広告を表示しませんか。
掲載単位／1カ月(1日～末日)
掲載位置／市 画のトップページ下部
規格／GIFまたはJPEG形式、縦60ピクセル×横150ピクセル 広告料／1枠当たり1カ月3万円
掲掲載希望月の前々月の末日
申 園申請書(広報課(市役所4階)で配布、または市 画から印刷可)に必要事項を記入し、〒182-8511市役所4階広報課 ㊟481-7302へ郵送または持参(土・日曜日、祝日を除く)

調布市

市公式ホームページの広告主募集

市公式ホームページの広告主募集

市公式ホームページの広告主募集

市公式ホームページの広告主募集

新型コロナワクチン



5～11歳の方

集団接種（調布駅前広場診療所）と個別接種（個別医療機関）で1・2回目接種を実施しています。接種券が届いた5～11歳の方は予約が可能です。

保護者は、接種のメリット（発症予防など）とデメリット（副反応など）を充分理解し、子どもと一緒に接種するかご検討ください（接種は強制ではありません）。

- 対象者／1回目の接種日時点で満5～11歳の方
- 接種券／満5歳になる方は誕生日の前月に接種券を発送しています。接種券が届いていない方は、市コールセンターに連絡してください
- 使用するワクチン
小児用ファイザー社製ワクチン
※12歳以上向けのワクチンとは用法・用量が異なる
- 接種間隔・回数／通常、3週間（21日間）の間隔を空けて2回接種
※1回目の接種時に11歳だった方が、2回目の接種時まで12歳の誕生日を迎えた場合であっても、2回目接種には小児用ワクチンを使用

▶ 集団接種

- 接種場所／調布駅前広場診療所
- 1回目接種日時／5月14日(土)午後1時30分～4時
※30分単位で予約を受け付け。2回目の接種日時は自動的に6月4日(土)の同じ時間で予約
- 予約方法／インターネットまたは市コールセンターに電話

▶ 個別医療機関での接種

接種を希望する個別医療機関に直接お問い合わせください。

※接種可能な個別医療機関は市（右のQRコードからアクセス可）参照

医療機関一覧



5～11歳

全年齢共通 当日の持ち物

- ☑必要事項を記入した予診票
※16歳未満の方は予診票の署名欄に保護者の氏名を記入（保護者の署名がない場合は接種不可）
- ☑接種券
- ☑本人確認書類
（健康保険証など。保護者が同伴する場合、接種する子どもと同伴する保護者の2人分）
- ☑お薬手帳（内服薬がある方）

4月25日時点の情報



12～17歳の方

個別医療機関で初回（1・2回目）接種と追加（3回目）接種を実施しています。追加（3回目）接種は、2回目の接種完了から6カ月以上経過し、接種券が届いた方は予約が可能です。

▶ 個別医療機関での接種

- 使用するワクチン／ファイザー社製ワクチン
接種を希望する個別医療機関に直接お問い合わせください。

医療機関一覧



12歳以上



18歳以上の方

集団接種（調布駅前広場診療所）で追加（3回目）接種を実施しています。個別接種（個別医療機関）では、初回（1・2回目）と追加（3回目）接種を実施しています。追加（3回目）接種は、2回目の接種完了から6カ月以上経過し、接種券が届いた方は予約が可能です。

▶ 集団接種

- 使用するワクチン／武田／モデルナ社製ワクチン
- 接種場所／調布駅前広場診療所
- 接種日／5月6日(金)・7日(土)・10日(火)・13日(金)・14日(土)・17日(火)・20日(金)・24日(火)
- 受付時間／火曜日：午前9時～11時30分、午後1時30分～4時
金曜日：午後1時30分～4時、5時30分～7時
新設 土曜日：午前9時～11時30分
※30分単位で予約を受け付け

5月13日(金)・20日(金)は午後8時まで延長します

●予約方法

インターネットまたは市コールセンターに電話

▶ 個別医療機関での接種

- 使用するワクチン／ファイザー社製ワクチン
接種を希望する個別医療機関に直接お問い合わせください。

転入した方はお早めに申請を

接種には住民票所在地の自治体が発行した接種券が必要です。接種券の発行には時間を要するため、お早めに申請してください。

調布市に転入し、接種を希望する満5歳以上の方

市から電子申請、または申請書（市から印刷可）を直接・郵送で〒182-8511市役所1階新型コロナワクチン相談窓口

問い合わせ

電話のかけ間違いにご注意ください

市コールセンター

（調布市新型コロナワクチンコールセンター）

0120-139-710

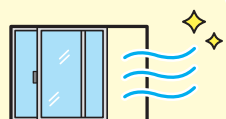
（平日午前9時～午後5時）

リバウンド警戒期間

基本的感染防止対策の徹底を

新型コロナウイルス感染症の再拡大を防ぐため、ワクチン接種後も引き続き感染防止対策の徹底をお願いします。

換気



こまめに窓を開ける（レンジフードや換気システムを活用）

マスク



顔にフィットさせ正しく着用
※不織布マスクがより効果的

手洗い



手洗い・手指消毒はこまめに

3密を避ける



「密閉」「密集」「密接」を避けて行動を

健康推進課 ☎441-6100

発熱などの症状がある方の相談窓口

- ①まずはかかりつけ医に相談
- ②かかりつけ医がない場合
診療・検査医療機関を検索
東京都（右のQRコードからアクセス可）参照
- ③東京都発熱相談センターへ電話
（医療機関の案内、症状に関する相談）

☎03-5320-4592（毎日24時間）

☎03-6258-5780（毎日24時間）

（医療機関の案内のみ）

☎03-6630-3710（毎日24時間）

