

食物アレルギー教室（離乳食編）  
「赤ちゃんの食事とアレルギーを学ぼう」



日 6月16日(休)午前10時～(受付9時45分～)  
所 文化会館たづくり西館保健センター2階  
対 令和3年6月～令和4年2月生まれの子どもと保護者  
講 管理栄養士、小児アレルギーエドゥケーター  
定 申し込み順20人  
持 母子健康手帳  
申 5月23日(月)から電子申請(上のQRコードからアクセス可)で申し込み  
問 健康推進課 ☎441-6081

赤ちゃんのスキンケア教室

日 6月16日(休)午後2時～3時  
所 文化会館たづくり西館保健センター2階  
対 令和3年12月～令和4年3月生まれの子どもと保護者  
定 申し込み順20組  
申 5月23日(月)午前9時から電話で健康推進課 ☎441-6081

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

●小児科医による健康相談

日 6月8日(水)午前10時30分～11時30分  
講 貫井清孝(すこやか協力医)  
定 申し込み順5人  
申 電話または直接すこやか  
他 治療行為は行いません

●ファミリー・サポート・センター

事業説明会・協力会員講習会

子育てを手伝ってほしい方(依頼会員)と手伝える方(協力会員)を結ぶ事業です。  
協力会員による保育園や学童クラブへの送迎などの援助に対して、1時間当たり700円(休日、早朝・夜間は900円)が依頼会員から支払われます。

①事業説明会

日 6月21日(火) (①来館②オンライン※後日登録のための来館が必要)  
時 ①午前10時～11時②11時30分～正午

②協力会員講習会

日 ①6月11日(出)②12日(日)③15日(火)  
時 午前9時30分～午後3時30分 (①は9時45分～)

③④共に

定 各申し込み順15人  
持 当日登録する場合は会員登録する方の写真(縦3cm×横2.5cm)2枚  
申 電話、Eメール(☎要確認)または直接すこやか

●エンゼル大学

「アラフォーママ講座 ゆるゆるながらストレッチ～心身ともにリフレッシュしましょう～」

日 6月29日(水)午前10時～11時  
所 すこやかひろば もしくはオンライン  
対 市内在住で初産35歳以上の母親  
講 菅原のり子(ダンサー、振付師、ストレッチインストラクター)  
定 15人(多数抽選)  
申 5月23日(月)午前9時～29日(日)午後5時にEメールで申し込み。詳細はすこやか☎参照  
他 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止の場合は☎でお知らせ



令和4年度版くらしの案内～シルバー編～

高齢者を対象とした各種相談窓口や生きがい・趣味活動の紹介、一人暮らしの方のための事業など、介護保険制度以外の市が独自で行う制度やサービスを掲載しています。



配布場所/高齢者支援室(市役所2階)、老人憩の家、ふじみ交流プラザ、総合福祉センター、各地域包括支援センター・地域福祉センター・図書館、神代出張所、生涯学習情報コーナー(文化会館たづくり11階)、シルバー人材センター  
問 高齢者支援室 ☎481-7150

10の筋力トレーニング体験会

日 5月27日(金)、6月3日(金)・10日(金)  
時 午前10時30分～  
所 コミュニティカフェPOSTO(仙川町1-19-10)  
対 仙川町・緑ヶ丘・若葉町・つつじヶ丘地区の65歳以上の市民  
定 各回申し込み順8人  
費 無料  
持 飲み物、動きやすい服装  
申 地域包括支援センターつつじヶ丘 ☎03-5315-5400 (高齢者支援室)

からだ歩行補助具の相談室

杖や歩行器などの福祉用具の上手な活用方法を理学療法士が個別にアドバイスします。  
日 6月14日(水)午後  
所 文化会館たづくり3階301・302会議室  
対 65歳以上の市民(要介護認定者を除く)  
定 申し込み順2人  
費 無料  
申 5月23日(月)から電話で高齢者支援室 ☎481-7150

介護教室  
認知症予防と安心して暮らせるまちづくり

日 ①6月17日(金)②24日(金)  
時 午前10時～正午  
所 市民プラザあくろすホール  
内 ①認知症を正しく理解し、早期発見  
②自分のために、家族のために地域を知ろう  
講 ①青木 誠(青木病院医師ほか)  
②サロンなど、介護サービス事業所職員  
定 各回申し込み順40人  
費 無料  
問 地域包括支援センターゆうあい ☎481-4973 (高齢者支援室)

吉本有里コンサート～花咲く 夢ひろく～

日 6月17日(金)午後1時30分～4時  
所 クッキングスター(布田1-10-5稲毛家ビル2階)  
演 吉本有里(シンガーソングライター)

定 30人  
費 1500円(ティータイム付き)  
他 親子で参加可。おむつ替えシートあり  
申 6月16日(休)までに電話またはFAXでクッキングハウス ☎・☎498-5177 (障害福祉課)

健康活動ひろば活動室の利用

【7～9月の利用可能日】  
日 毎日(7月3日(日)・10日(日)、9月4日(日)・11日(日)を除く)  
時 午前9時～午後9時(1区分2時間、1日当たり1団体1区分利用可)  
対 大半が市内在住・在勤・在学者で構成され、運動を通して健康増進を図る活動を行う団体  
他 活動できる種目は、健康活動ひろばの室内で運動可能なものに限る

【公開抽選実施日】

日 5月28日(出)午前9時30分～  
所 健康活動ひろば2階活動室こかげ  
対 団体の代表者(1団体1人)  
申 当日直接健康活動ひろばへ  
【随時の利用申し込み】  
抽選会後の空室利用は、健康推進課(文化会館たづくり西館保健センター4階)で手続き。  
他 利用希望日の3日前(土・日曜日、祝・休日、年末年始に当たる場合は直前の平日)  
問 健康推進課 ☎441-6100

暮らしの情報



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】  
◎国民健康保険税/  
第1期(8月1日(月)振替)・6月20日(月)(必着)  
◎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)  
◎個人市・都民税(普通徴収)/  
第2期(8月31日(水)振替)・7月20日(水)(必着)  
他 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  
他 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  
問 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

日 5月22日(日)、6月11日(出)、7月3日(日)  
時 午前9時～午後1時  
他 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)。6月26日(日)は、調布市長選挙・調布市議会議員補欠選挙のため休止。代替として7月3日(日)に休日窓口を開設  
所 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

