ペイジーでの公金支払いを臨時休止

ペイジーマークが付いた納付書でのペイジーによる公金支払いが、システムメンテナンスのため、一時的に利用ができなくなります。

日1月1日(水・祝)　午後9時～2日(木)　午後1時59分
問会計課☎042(346)9563

図書館協議会委員を募集

市の図書館運営に関する館長の諮問に応じるとともに、図書館奉仕について意見を述べます。

応募資格次のすべてに該当する方
▽市内在住で図書館活動に関わりがある、または深い関心がある
▽平6回程度、平日の午後に中央図書館で開催する定例協議会に出席できる
※ほかの審議会などの公募委員は応募できない。

募集人員5人
任期4月1日～令和9年3月31日
報酬1万2千円(予定日額)
申12月20日㈮から1月31日㈮まで(必着)に、「これからの図書館に必要なサービスと役割について」をテーマにした作文(8百字以上1千字以内)と応募用紙を問合せ先へ(持参・送付・FAX・電子メール可)
※応募用紙は、12月20日㈮から、各図書館にあるほか、小平市HP(ID16508)からダウンロードもできます。
※委員は選考審査会で決定し、結果を全員に通知します。なお、応募書類は返却しません。
※委員の氏名は小平市HPなどで公表します。
問中央図書館(〒187－0032 小川町2－1325)☎042(345)1483、FAX042(345)1483、✉tosyokan@city.kodaira.lg.jp

審議会などの日程

◆公民館運営審議会
日1月14日(火)　午後2時から
場中央公民館
定10人
申当日、午後1時50分から、会場で受付(申込み多数の場合は抽選)
問中央公民館☎042(341)0861

2月28日㈮まで 一般健診・がん検診の早めの受診を

生活習慣病の予防を図る健康診査や、がんの早期発見につながるがん検診などの受診期間は2月28日㈮までです。

受診期間終了間際は医療機関が混み合うため、受診を希望する方は早めの受診をお願いします。

※各種検診により、申込み方法や期間などが異なります。詳しくは、小平市HPをご覧ください。
※対象によってHPが異なります。
▽25歳から39歳までの一般健康診査(ID105405)
▽大腸がん検診(ID112872)
▽前立腺がん検診(ID112830)
▽30歳代乳がん検診(ID75866)
▽子宮頸がん検診(ID75062)
▽肝炎ウイルス検診(ID112833)
問健康推進課☎042(346)3700

講演会 賢い食べ方

◆何を食べたらいい？お悩み解消法

さまざまな食情報が氾濫している今だからこそ、エビデンスに基づいた正しい食べ方について学びます。

現代型栄養失調対策、簡単で便利な献立のたて方、外食や忙しい時の食事のとり方などを、女子栄養大学短期大学部副学長・教授の松田早苗さんが話します。

日1月25日(土)　午後2時～3時30分
1時45分から受付
場①テレビ会議システム(Zoom)、②中央公民館
対市内在住・在勤・在学の方
定①70人、②30人
※保育あります(6か月以上、問合せ先へ、先着順)。
申12月20日㈮の午前8時30分から1月10日㈮までに、①は東京共同電子申請・届出サービス(5面欄外QRコード)へ(先着順)、②は電話で申し込み。
問健康推進課☎042(346)3704

小平消防署 住まいの防火防災診断相談しませんか

毎年1月17日は防災とボランティアの日、1月15日から21日までは防災とボランティア週間です。

これは、平成7年(1995年)に発生した阪神・淡路大震災を契機に制定されました。

小平消防署では、防火防災啓発の観点から、この機会に、高齢者や障がい者の方など、災害時に支援が必要な方のお宅に消防職員が個別に訪問し、火災、地震、日常生活事故などの危険性をチェックします。安全・安心な生活を送るためのアドバイスを無料で行いますので、ご希望の方はご相談ください。

診断の所要時間は約30分です。

日平日　午前10時～午後4時(要相談)

心身障がい者 自動車ガソリン費の補助請求を

月50ﾘｯﾄﾙを限度として1ﾘｯﾄﾙにつきガソリン税額相当分54円を補助します。

申1月6日(月)から15日(水)までに、10月～12月分の領収書と印鑑、決定通知書兼受給者カードを持参のうえ、問合せ先(健康福祉事務センター1階)、東部・西部出張所へ
問障がい者支援課☎042(346)9540、FAX042(346)9541

障がい理解連続講座

◆障がいのある子たちの育ちを豊かにするおもちゃ・音楽・造形

我が子の成長や発達の不安を解消できるよう、家族で楽しみながら、お子さんの成長発達を促し、日々を楽しめるこつが分かる講座です。ぜひ、ご参加ください。

日1月18日、2月15日・22日の土曜　午後2時～4時　全3回
※全3回のうち、参加可能な日のみの参加も可。
場中央公民館
対市内在住で、障がいのあるお子さんの保護者または障がいのある方への支援に興味のある方
定30人
申1月17日㈮まで(必着)に、はがきまたは電子メールで住所、氏名、電話番号、参加可能日、お子さんも参加の場合はお子さんの年齢を記入のうえ、白梅学園大学小平市連携療育事業事務局(〒187－8570 小川町1－830、✉kodaira.renkei@gmail.com)へ
問障がい者支援課☎042(312)1385、FAX042(346)9541

市民交流事業 高次脳機能障害 自立と社会参加にむけて

中央大学文学部教授の緑川晶さんや、高次脳機能障がい当事者などの話を聞いて、高次脳機能障がいになった方が自分らしく生きていくための支援について考えます。

日1月25日(土)　午後1時～4時　0時30分開場
場清瀬けやきホール(清瀬市元町1－6－6)
※駐車場はありません。車での来場はご遠慮ください。
※後日オンデマンド配信をします。
内▽第一部　基調講演「高次脳機能障害のある方の自己決定を支える心理的アプローチ」
▽第二部　トークセッション「医療機関から地域へ～継ぎ目のない支援と多職種アプローチ～」
主北多摩北部地域高次脳機能障害者支援ネットワーク協議会
申当日、会場へ
※オンデマンド配信希望者のみ、1月26日(日)までに、東京共同電子申請・届出サービス(5面欄外QRコード)から申し込んでください。
問障がい者支援課☎042(346)9542

野外焼却行為にご注意を

野外での焼却行為は、廃棄物の処理及び清掃に関する法律と都民の健康と安全を確保する環境に関する条例により原則禁止されています。

野外焼却により発生する煙や悪臭などは、周辺の生活環境に影響を与えるため、廃棄物は野外焼却せず、適正な処理をお願いします。

問環境政策課☎042(346)9536

お手元の健康保険証は有効期限まで使えます

破棄しないようにご注意ください。

マイナ保険証について、詳しくは政府広報オンラインのHP(下図QRコード)をご覧になるか、マイナンバー総合フリーダイヤル(☎0120(95)0178)へお問い合わせください。

65歳以上の方 介護保険料の納付は期限内にお忘れなく

介護保険料を滞納すると、介護サービスを利用するときに、1割や2割が3割に引き上げられるほか、高額介護サービス費などの給付が受けられなくなるなど、滞納した保険料額よりも多くの負担をしなければならない場合があります。納付が困難な場合は、早めにご相談ください。

問高齢者支援課☎042(346)9510

介護予防講演会 からだの衰えはお口から!? オーラルフレイル予防で美味しく健康な毎日を

お口の健康を保つことは、介護予防や認知機能低下予防につながります。講演会では、噛む力や飲み込む力などのさまざまな機能の軽微な衰えが重なった状態であるオーラルフレイルとその予防方法について、専門家がお伝えします。

日1月31日㈮　午後2時～3時30分
対市内在住で介護予防に興味のある方
場小川西町公民館ホール
定30人
持筆記用具、飲み物
申12月20日㈮から、申込みフォーム(右図QRコード)または高齢者支援課へ(先着順)☎042(346)9539

介護予防見守りボランティア登録研修

さりげない見守り活動とは何かを学び、安心した地域を一緒につくっていきましょう。

日1月28日(火)　午後2時～4時
場東部市民センター集会室
対市内在住でおおむね65歳以上の方
定40人
申地域包括支援センター中央センター(先着順)☎042(345)0691

認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症の方やその家族を見守る応援者です。講座では、認知症を初めて学ぶ方に、接し方などの基本知識をお伝えします。

日1月17日㈮　午前10時～11時30分
場特別養護老人ホーム小平健成苑多目的室(鈴木町2－230－3)
対市内在住・在勤・在学の方
定30人
申12月20日㈮から、地域包括支援センター小平健成苑へ(先着順)☎042(451)8813

目から鍛える認知症予防講座

目を動かすトレーニング、脳トレ、反応動作トレーニングを行い、目・脳・体をバランスよく活性化させる認知症予防の方法を学びます。

日1月22日～3月12日の水曜日　午前10時～11時(1日目と8日目は午前11時15分まで)　全8回
場鈴木公民館講座室
対市内在住の65歳以上で、認知症の診断を受けていない方
※初めての方を優先。
定20人
申12月20日㈮から、高齢者支援課へ(先着順)☎042(346)9539

もの忘れチェック会

簡単な質問票で、認知症の疑いがあるかの確認や、認知症予防の講話をします。受診が必要な方には、医療機関への紹介状をお渡しします。

日1月28日(火)　午前10時～11時30分
場特別養護老人ホーム小川ホーム(小川西町2－35－2)
定20人
持筆記用具、身分証明書
申12月20日㈮から、地域包括支援センター小川ホームへ(先着順)☎042(347)6033

今月の税 12月

◇固定資産税・都市計画税(第3期)
◇国民健康保険税の普通徴収(第6期)
※納付は、12月25日(水)の納期限までにお願いします。
※市税はコンビニエンスストアでの納付や地方税お支払サイトでのeL－QRやeL番号での納付もできます。
※便利で納め忘れのない口座振替をご利用ください。

◆市税の納め忘れにご注意を

年末年始は慌ただしくなるため、納税のうっかり忘れにご注意ください。

再度お手元の納税通知書を確認し、未納がある場合は、至急、納付していただくようお願いします。

※納税通知書がない場合はお問い合わせください。
問収納課☎042(346)9526

年末年始 窓口と施設の休業期間

問市役所☎042(341)1211

	施設等	12月 27日(金)	28日(土)	29日(日)	30日(月)	31日(火)	1月 1日(水・祝)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)	6日(月)
市役所	市役所	○	※1	休業※2※3						※1	休業※2※3	○
市役所	東部・西部出張所	○	休業※4									○
市役所	動く市役所	○	休業									○
スポーツ施設	市民総合体育館	○	○	休業						休業※5	○	休業
スポーツ施設	中央公園・上水公園・天神テニスコート	○	休業※5	休業						休業※5	○	○※6
スポーツ施設	中央公園・萩山公園・大沼・小川西・天神グラウンド	○	休業※5	休業						休業※5	○	○※7
スポーツ施設	萩山公園卓球室	○	休業								○	○
スポーツ施設	きつねっぱら公園子どもキャンプ場	○	休業								○	○
文化・教育施設	図書館、図書館分室	休業									○	○※8
文化・教育施設	公民館	○	休業								○	休業※9
文化・教育施設	地域センター	○	○	休業						○	○	○
文化・教育施設	小平元気村おがわ東(屋内・屋外広場、集会施設)	○	○	休業						○	○	○
文化・教育施設	ルネこだいら	○	休業								○	○
文化・教育施設	小平ふるさと村	休業										
文化・教育施設	平櫛田中彫刻美術館	休業										○
文化・教育施設	鈴木遺跡資料館	休業										
文化・教育施設	ふれあい下水道館	休業										
文化・教育施設	小平市男女共同参画センターひらく	○	休業								○	○
文化・教育施設	教育相談室	○	休業									○
文化・教育施設	こだいら就職情報室	○	休業									○
文化・教育施設	小平市民活動支援センターあすびあ	○	○	休業						○	○	休業
子育て支援・女性相談施設	児童館	○	休業								○	○
子育て支援・女性相談施設	ファミリー・サポート・センター	○	休業									○
子育て支援・女性相談施設	子ども家庭支援センター	○	○	休業						○	休業	
子育て支援・女性相談施設	女性相談	○	○	休業						○	休業	○
福祉施設	健康福祉事務センター(地域包括支援センターを除く)	○	休業									○
福祉施設	健康センター	○	休業※10									○
福祉施設	福祉会館	○	○	休業						○	○	○
福祉施設	高齢者交流室	○	休業									○
福祉施設	ほのぼの館、さわやか館	○	休業									○
福祉施設	地域包括支援センター・出張所	○	○※11	休業						○※11	休業	○
福祉施設	たいよう福祉センター、あおぞら福祉センター	○	休業※12	休業						休業※12		○
福祉施設	地域生活支援センターあさやけ	○	○	休業								○
福祉施設	地域活動支援センターはばたき	○	休業									○
福祉施設	障がい者地域自立生活支援センターひびき	○	休業									○
福祉施設	障害者就労・生活支援センターほっと	○	○	休業								○
福祉施設	こだいら生活相談支援センター	○	休業									○
ごみ施設	リサイクルセンター(リプレこだいらを除く)	○	休業									○
ごみ施設	リプレこだいら	○	○	休業								○
交通関係	コミュニティバス	○	○	休業						○	○	○
交通関係	コミュニティタクシー(大沼・栄町・鈴木町ルート)	○	休業									○
交通関係	南西部地域乗合タクシー	○	休業※13									○
交通関係	撤去自転車保管所	○	○※14	休業						○※14	○※14	○

※1　市民課(市民相談を除く)、税務課、収納課、保険年金課の土曜窓口およびマイナンバーカードを利用した証明書交付機(午前8時30分～午後0時15分)のみ利用できます。
※2　マイナンバーカードを利用した証明書交付機は利用できません。
※3　出生届、婚姻届、死亡届などの戸籍関係届は、市役所北側通用口の受付でお預かりします。
※4　東部出張所に設置してあるマイナンバーカードを利用した証明書交付機は利用できません。
※5　窓口業務のみ実施します(午前8時30分から午後5時まで、上水公園テニスコートは午後4時30分まで)。
※6　中央公園テニスコートは利用できません。
※7　中央公園グラウンドは利用できません。
※8　分室は休業。
※9　仲町公民館は開館します。
※10　応急診療所(健康センター内)は休日応急診療、準夜応急診療を行います(12月28日(土)は準夜応急診療のみ)。院内感染防止のため、診療は予約制です(右表参照)。
※11　出張所は休業。
※12　部屋貸・日中一時支援のみ利用できます。ただし、事前予約制です。
※13　予約専用サイトからの予約はできますが、電話での予約はできません。
※14　返還できる時間は午前8時30分から正午までです。

公立昭和病院　年末年始休診などのお知らせ

12月28日(土)から1月5日(日)まで、一般外来診療を休診します。救急診療は通常どおり行いますが、重症重篤患者の診察が優先されるため、待ち時間が長くなる場合があります。
受診の際は、必ず電話で事前に連絡をしてから来院してください。また、紹介状の持参がない場合は、国の方針(規定)に従い、選定療養費として7,700円を負担していただきます。
問公立昭和病院☎042(461)0052(代表)

乳幼児の教室・相談などの日程

問合せ(申込み)　こども家庭センター　学園東町1－19－12(健康センター内)　☎042(346)3701

	とき	対象・定員	持ち物	申込み
広場(ぽぽと相談)(健康相談)	1月17日(金) 午前9時～11時20分受付	生後4か月～4歳未満の乳幼児と保護者 50組程度	たんぽぽカード(4月以降の初回参加時に配布)、バスタオル、母子健康手帳(発育の確認をしたい方)	たんぽぽ広場、もぐもぐ教室…12月20日(金)から受付開始 離乳食教室…受付中 こだっこWeb(ウェブ)予約(下図QRコード)へ
もぐもぐ教室(離乳食調理実習)	1月16日(木) 午前10時～正午 9時45分から受付	生後7か月ごろ～11か月ごろの赤ちゃん 20組 ※初めての方を優先。	エプロン、三角巾、マスク、母子健康手帳、おんぶひも	
離乳食教室(講話・試食)	1月24日(金) 離乳初期…午後1時30分から 離乳中期…午後2時30分から 離乳後期…午前9時45分から 離乳完了期…午前10時45分から ※各回15分前から受け付けます。	市内在住で離乳食に関心のある方(下記参照) 各回20組	母子健康手帳、筆記用具、おんぶひも	

※会場は健康センター、車での来場はご遠慮ください。
※離乳初期(5～6か月ごろ)、離乳中期(7～8か月ごろ)、離乳後期(9～11か月ごろ)、離乳完了期(12～18か月ごろ)。

休日応急診療・準夜応急診療(内科・小児科)

名称・所在地　小平市医師会応急診療所　学園東町1－19－12(健康センター内)
問合せ(予約)　☎042(346)3706　※事前予約制。

	とき	診療時間	予約受付時間(電話予約のみ)
休日応急診療	日曜日、祝日、12月29日～1月5日	午前9時～午後5時	午前8時45分～午後4時30分
準夜応急診療	月曜～日曜日(年中無休)	午後7時30分～10時30分 (12月29日～1月5日は、午後6時30分～10時30分)	午後7時～10時 (12月29日～1月5日は、午後6時～10時)

※院内感染防止のため、必ず事前に電話で予約してください(問合せの状況により、電話がつながりにくい場合があります)。予約がない場合、直接来院されても受け付けはできません。
※応急診療所の診療科目は内科と小児科です。高校生以下の受診は、保護者の同伴が必要です。

休日歯科応急診療医　(診療時間:午前9時～午後5時)

日程	医療機関名	所在地	電話番号
12月22日(日)	岩間歯科医院	天神町1－3－8　ヘリオス天神町レジデンス1階	042(342)8188
12月29日(日)	グリーンプラザ歯科	美園町1－6－1グリーンプラザ2階	042(341)8148
12月30日(月)	あかしあ歯科	仲町439－12	042(345)2336
12月31日(火)	三木歯科医院	上水南町2－4－32	042(326)4970

※受診の際は、事前にお問い合わせください。また、医療機関は変更になる場合があります。

救急診療などの相談・案内

東京消防庁救急相談センター	#7119(携帯電話、PHS、プッシュ回線) 042(521)2323(上記以外の電話やつながらない場合)
子供の健康相談室(小児救急相談)	#8000(プッシュ回線の固定電話、携帯電話) 03(5285)8898(ダイヤル回線、IP電話などすべての電話)
小平消防署(病院・診療所案内)	042(341)0119
東京都医療機関案内サービス(ひまわり)	03(5272)0303

急な病気やけがをした際に、「今すぐ病院に行った方がいいか」「救急車を呼んだほうがいいか」など迷った時の相談(24時間対応)
休日・夜間に小児科医師・看護師への電話による相談(平日午後6時～翌朝午前8時、休日午前8時～翌朝午前8時)
救急医療機関の案内(24時間対応)
診療中の医療機関の案内(24時間対応)