市報　8/1
令和８年　第1166号

人と人との絆をつむぐ　誰もが活躍できるまち

むさしむらやま

市の人口と世帯（速報値）	
令和８年７月１日現在　（前月比）	
男	35,095人　（＋ 33人）
女	35,429人　（－ 25人）
合　計	70,524人　（＋　8人）
世帯数	33,844世帯（＋ 36世帯）

特集　いつまでも元気に。

― 今日から始めるお互いさま体操 ―

「お互いさま体操」は、地域の集いの場のお互いさまサロンで、参加者みんなでできる体操として誕生しました。今回の特集では、誰でも無理なく取り組めるストレッチや筋力トレーニングを中心にご紹介します。

▸▸▸ 特集は２・３ページへ

再生紙を使用しています。

いつまでも元気に。

今日から始める お互いさま体操

1 足のけが予防 左右１回ずつ 下肢のストレッチ

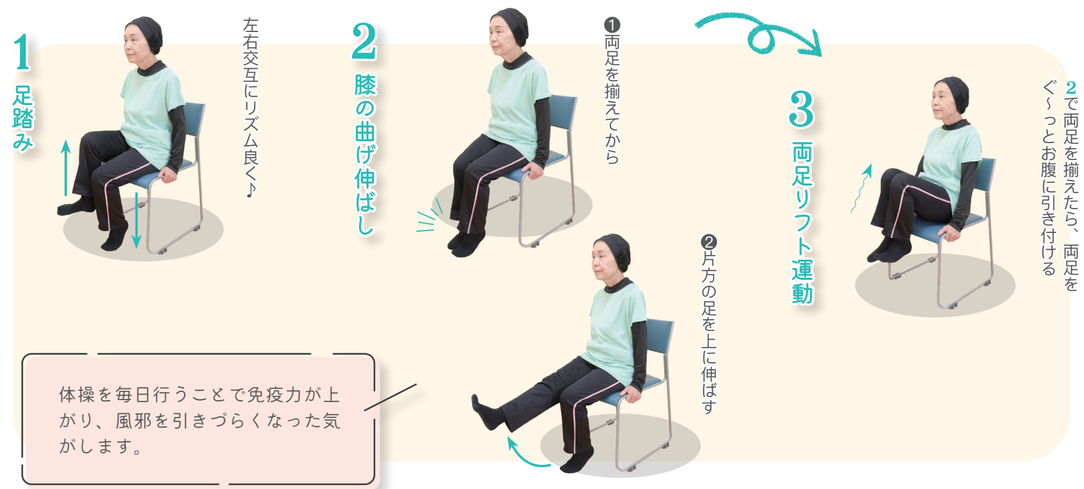
座ったついでにストレッチ♪

無理のない範囲で継続的に行うことで、体が丈夫になっていることを実感します。

！ 2・3は股関節を手術しているかたは行わないようにしましょう。

2 転倒予防 左右１回ずつ or 両足同時 座って筋力トレーニング

テレビを見ながら筋トレもできる！



体操を毎日行うことで免疫力が上がり、風邪を引きづらくなった気がします。

みんなで楽しく体を動かしたいかたは、お近くの地域包括支援センターへ。

- 西部地域包括支援センター
- 北部地域包括支援センター
- 南部地域包括支援センター
- 緑が丘地域包括支援センター

☎560-3931 伊奈平 6-14-2（特別養護老人ホーム伊奈平苑内）
【担当地域】伊奈平 / 岸 / 残堀 / 中原 / 三ツ木 / 三ツ藤 / 大字三ツ木（横田基地内）

☎516-0062 中央 2-13-1
【担当地域】神明 / 中央 / 中藤 / 本町

☎590-1477 学園 4-5-1（市民総合センター内）
【担当地域】梶 / 大南 / 学園

☎590-5151 緑が丘 1460-1103（緑が丘高齢者サービスセンター内）
【担当地域】緑が丘

受付 月～土曜日 8：30 ～ 17：15（木曜日は 19：00 まで）※各センター共通

3 体力アップ 1～4と足踏みを繰り返し サーキットトレーニング

リズムに合わせて楽しく体力アップ！

サーキットトレーニングは、数種の筋トレと有酸素運動（お互いさま体操では足踏み）を交互に繰り返すことで、体力アップのほか、筋力や持久力も鍛えられます。

覚えるのは大変ですが、普段使わない筋肉を動かしているので適度な運動になっています。

― 地域のセラピストから ―

篠原 理学療法士
（介護老人保健施設アルカディア）

運動は病気やけがの予防、体力づくりにつながり、毎日をいきいきと過ごせます。お互いさま体操のように軽い運動だけでも十分です。大切なのは無理なく続けること。少しずつできることから始めてみましょう。小さな積み重ねが健康な未来につながります。

門脇 理学療法士
（武蔵村山病院）

健康づくりに運動は欠かせません。しかし、本当に大切なことは続けること。楽しみや目標があれば、「やらされる運動」は「やりたい運動」に変わり、豊かな人生につながります。無理なく続けることが、健康で自分らしい暮らしを支える大きな力になります。

編集担当者から

お互いさま体操は、今回ご紹介した体操のほかにも、誤嚥予防の体操や首、肩等のストレッチなど、様々な体操で構成されています。それから今回紹介した体操、実は ver2 なんです。紹介しきれなかった ver2 の体操や ver1 は動画でご覧いただけます。ぜひご視聴ください！

市では体操のほかにも様々なシニア向けの教室を企画しています！
詳細は６ページをご覧ください。

健　康

※原則として、費用の記載のないものは無料です。

国民健康保険加入者（40 歳以上）のかたへ 特定健康診査の受診はお早めに　HP 1000765

受診期限　11 月 30 日(月)まで
※受診期限間近になると、希望の医療機関で受診できない場合があります。
受診場所　市指定の医療機関
検査内容　問診、診察、血液検査、尿検査等
対 40 歳以上（年度内に 40 歳になるかたを含む）で受診日に国民健康保険に加入しているかた
料無料
持健康診査受診券・質問票、マイナ保険証等加入している健康保険が確認できるもの（有効期限内のもの）
申受診券・質問票を記入し、医療機関へ予約
※受診票・質問票を紛失された場合の再発行はこちらから➡
問保健相談センター☎ 565-9315

献血にご理解とご協力を　HP 1000744

日 8 月 26 日(水)・27 日(木)午前 10 時～午後 4 時
※正午～午後 1 時 15 分を除く
所市役所市民駐車場
対 200ml 男性・女性：16 ～ 69 歳
400ml 男性：17～69 歳、女性：18～69 歳
※成分献血は行っていません。
※ 200ml 献血は当日の必要量が確保できた際、受付終了となる場合があります。
問保健相談センター☎ 565-9315

骨健康度相談　HP 1005942

日 8 月 27 日(木)①午前 9 時 30 分～ 10 時 15 分
②午前 10 時 15 分～ 11 時
※①②のいずれかをお選びください。
所市民総合センター 3 階集会室
対 20 歳以上の市民のかた
定 20 人（申込先着順）
持健康手帳（お持ちのかた）
申 8 月 3 日(月)午前 9 時から電話で受付
※測定は手首で行います。手首周りが 19cm 以上のかたは測定できない場合があります。
※年度内 1 人 1 回までの参加となります。
問保健相談センター☎ 565-9315

ゆがみ解消ヨガ体操教室　HP 1000785

日 9 月 4 日(金)午後 7 時～ 8 時 30 分
所保健相談センター
内体の歪み矯正、柔軟性や体力の向上など
対 20 歳以上の市民
定 10 人（申込先着順）
講原田奈央氏（全米クリパルセンター公認ヨガ教師）
持健康手帳（お持ちのかた）、タオル、飲料、動きやすい服装
申 8 月 3 日(月)午前 9 時から電話で受付
問保健相談センター☎ 565-9315

無料 大腸がん個別検診（後期）

申込期間（消印有効） 8月1日(土)～14日(金)

対 41 歳以上の市民（令和 8 年 4 月 1 日時点）
※以下のかたは申込不可
○ 40 歳（昭和 60 年 4 月 2 日～昭和 61 年 4 月 1 日生まれの市民）のかた（別に大腸がん検診受診票等をお送りしています。）
○今年度既に大腸がん検診（がん三セット検診を含む）を受診されたかた
※市の特定健康診査等を市指定医療機関（市内のみ）で受診する場合は、同時に受診可
定 400 人（応募者多数の場合は抽選）
受診期間　9 月 1 日(火)～ 11 月 30 日(月)
※休診日を除く
所市の指定医療機関
検査方法　便潜血検査（2 日法）
※受診可能なかたには 8 月下旬ごろに受診票等の案内を送付します。
※月経期間中は受診できません。
※がん三セット検診（後期）は市報 9 月 1 日号、「胃がん検診」「大腸がん検診（集団）」「胃がん・大腸がんセット検診」「肺がん検診」は、市報 10 月 1 日号でご案内します。

申込方法は 3 とおり

※申込は各検診 1 人 1 回まで。重複申込は無効

❶郵便はがき
【宛先】〒 208-0004 本町 1-23
保健相談センター検診係
【裏面】①希望の検診名、②氏名（フリガナ）、③生年月日・年齢、④住所、⑤日中連絡が取れる電話番号

❷保健相談センター窓口
申込期間中午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分（土・日・祝日を除く）に窓口で申請。

❸電子申請
市HP HP 1017046、
又は二次元コードから➡

問保健相談センター　☎ 565-9315 ※電話での申込不可　HP 1005882

vol.561 市民の健康　ヘリコバクター・ピロリ感染症

武蔵村山市医師会提供（文責：田島 譲）

ピロリ菌って知っていますか？名前は聞いたことがあるかもしれません。正式には「ヘリコバクター・ピロリ」という細菌で目に見えないほどの大きさです。

主に胃の中に住みつきます。胃酸は強酸であり、通常の菌であれば胃の中では生きられませんが、ピロリ菌は特殊な酵素を持っており、自分で胃酸を中和しながら胃酸の環境下でも生きることが出来る細菌です。

多くは幼少期に経口感染すると言われており、日本では昔から多くの感染者がいました。不衛生な環境や井戸水の飲水による感染や離乳食の口移しなどでの感染が多いと言われています。

成人になってからの感染の可能性は極めて稀です。主に慢性胃炎、胃潰瘍、十二指腸潰瘍などの原因になり、胃がんのリスクが高くなることも知られています。

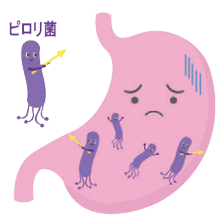
検査方法には、尿素呼気検査、採血による抗体検査、糞便中抗原検査、胃カメラによる組織検査（迅速ウレアーゼ試験、鏡検法、培養法）などがあります。

ピロリ菌陽性となった場合には薬による除菌療法を行うこととなります。具体的には、1 種類の胃薬と 2 種類の抗生物質を 1 週間内服して治療を行います。

内服終了後は、1 か月以上経過してから、尿素呼気検査や糞便中抗原検査などでピロリ菌を除菌出来たかどうか確認する必要があります。除菌が成功すると、胃潰瘍、十二指腸潰瘍、胃がんのリスクを下げることが出来ます。

しかし、胃がんのリスクは下がるものの元々ピロリ菌に感染していない人と比べると発症リスクは高いため、定期的に胃カメラで胃の状態を確認することが大切になってきます。

今までピロリ菌を調べたことがない方は、自覚症状がなくても感染している可能性があるかもしれませんので内科、消化器内科でご相談してみてください。



広告内容については市が保証するものではありません

急患診療

持ち物：マイナ保険証等、医療証（乳・子・青・親・障等）

【小児科・内科】休日・休日準夜（日曜・祝日）

受診前に必ずお問合せの上ご来所ください。

	受付時間	診療時間
1	午前9時～11時30分	午前9時30分～正午
2	午後1時～4時	午後1時～4時30分
3	午後5時30分～7時30分	午後6時～8時

所 保健相談センター1階　HP 1000778
問 武蔵村山市医師会☎564-4114

小児初期準夜間救急・小児二次救急（毎日）

小児初期準夜間救急：午後7時～9時30分
※年末年始除く
小児二次救急：24時間対応　HP 1000778
問 武蔵村山病院救急外来診察室☎566-3111

8月の休日歯科（歯科急患）　HP 1000782

	受付時間	診療時間
1	午前9時～11時30分	午前9時30分～正午
2	午後1時～4時	午後1時～4時30分

2日(日)	長崎歯科医院	学園3-59-5 ☎561-9672
9日(日)	比留間歯科医院	三ツ藤1-109-1 ☎569-2226
16日(日)	永島歯科医院	中原1-16-3 ☎560-4618
23日(日)	宮崎歯科医院	本町2-72-1 ☎560-4182
30日(日)	宮田歯科医院	大南1-127 ｸﾘﾊﾗﾋﾞﾙ A棟2階201 ☎566-0018

問 武蔵村山市歯科医師会☎562-2743

官公署等からのお知らせ

◆救急車の適時・適切な利用をお願いします！（北多摩西部消防署）

急な病気やけがをした場合、病院？救急車？迷ったら、東京消防庁救急相談センター「#7119」へ電話か、AIを搭載し利便性を向上させた新たな「東京版救急受診ガイド（右記二次元コード）」を利用して、救急車の適正利用にご協力をお願いします。
問☎042-565-0119

◆令和8年度就学義務猶予免除者等の中学校卒業程度認定試験（東京都教育庁） HP 1000928

対 市民（受験対象者および保護者）
願書受付期間　8月21日(金)（消印有効）まで
受験案内等詳細は、文部科学省HPへ
問 地域教育支援部義務教育課小中学校担当
☎03-5320-6752

◆令和8年8月都営住宅入居者募集（東京都住宅供給公社都営住宅募集センター） HP 1012832

募集内容　①ポイント方式（家族向のみ）
②単身者向・車いす使用者向・シルバーピア（居室内で病死等があった住宅を含む）
対 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等のかた
申 8月18日(火)までに以下Ⅰ・Ⅱの方法で受付
Ⅰ 申込書に必要事項を記入し郵送で提出
①…都営住宅募集センター（午後6時必着）
②…渋谷郵便局必着
※申込書は8月3日(月)～12日(水)（平日のみ）に市役所市政情報コーナー、緑が丘出張所、市民総合センター、都庁、JKK都営住宅募集センターで配布（都HPからダウンロード可）
Ⅱ オンライン
①②共に二次元コードから➡
問【8月3日(月)～18日(火)（平日のみ）】
☎0570-010-810
【上記以外の期間（平日のみ）】☎03-3498-8894

◆東京都看護職員復職支援研修 病院体験コース（東京都ナースプラザ）

詳細、申込方法等は下記二次元コードをご確認ください。

病院体験コース応募はこちら　武蔵村山病院看護部

問☎03-6276-1718

◆全国一斉「こどもの人権相談」強化週間（東京法務局人権擁護部第二課）

相談期間　8月28日(金)～9月3日(木)
【平日】午前8時30分～午後7時
【土・日曜日】午前10時～午後5時
相談方法
●こどもの人権110番　0120-007-110
●「法務局LINEじんけん相談」➡
※上記期間以外でも随時相談を受け付けています。
問☎0570-011-000

8月の無料相談

相談名	日時	場所	問い合わせ先
法律相談	5日(水)、19日(水)、26日(水)、9月2日(水) 午後1時30分～4時30分 ※相談日の1週間前の午前8時30分から当日午後3時までに電話予約（各相談日先着6人）	中部地区会館（市役所4階）会議室 ※受付は市役所2階協働推進課窓口 又は さくらホール（市民会館） ※受付はさくらホール（市民会館）	協働推進課（☎内線243）
人権相談	5日(水) 午後1時30分～4時30分 ※相談日の前日午後5時までに電話予約（各相談先着6人）		
行政相談			
交通事故相談	12日(水) 午後1時30分～4時 ※当日午後3時までに電話予約（先着4人）		
建築相談 表示登記相談 不動産取引相談 行政書士相談	12日(水) 午後1時30分～4時30分 ※7日(金)までに電話予約 （各相談先着6人）		
司法書士相談	19日(水) 午後1時30分～4時30分 ※14日(金)までに電話予約 （各相談先着6人）		
税務相談			
創業支援個別相談	毎月第2・4木曜日 ※事前に電話予約	中部地区会館（市役所4階）会議室	産業観光課（☎内線225）
マザーズハローワーク立川出張相談	18日(火) 午前10時～正午 ※17日(月)までに電話予約	市民総合センター2階 子ども家庭センター相談ルーム	
消費生活相談	毎週月・水・木・金曜日 午前9時30分～午後4時 （昼休みを除く）	市役所1階	消費生活センター（☎内線108）
	毎週火曜日 午前9時30分～午後4時 （昼休みを除く）	緑が丘出張所	消費生活センター（☎内線109）
市民なやみごと相談窓口	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 （昼休みを除く）	市役所 福祉総務課	福祉総務課（☎内線155・156）
母子・父子・女性相談	毎週月～金曜日 午前9時～午後4時 （昼休みを除く） ※受付は午後3時30分まで	市役所 福祉総務課	
	毎週木曜日 午前9時～午後4時（要予約） （昼休みを除く） ※受付は午後3時30分まで	緑が丘出張所	

相談名	日時	場所	問い合わせ先
教育相談	毎週月～金曜日 午前9時15分～午後5時 （要予約）	市民総合センター内3階教育センター教育相談室（☎590-1470） フリーダイヤル（☎0120-910-548）	
こころの相談室	【オンライン相談】 21日(金) 午後2時～4時40分 ※20日(木)正午までに右記相談ページから予約（先着3人） 【対面・電話相談】男性相談員 8日(土) 午後2時～4時10分 ※事前に予約 （先着3人。託児あり）	緑が丘ふれあいセンター（男女共同参画センター「ゆーあい」）	緑が丘ふれあいセンター（☎590-0755） ※相談ページから予約 ⬇
女性弁護士による法律相談	15日(土) 午後2時～4時 19日(水) 午後5時～7時 ※事前に電話予約 （先着4人。託児あり）		
ふくし法律相談	18日(火) 午後1時30分～4時30分 ※事前に電話予約	市民総合センター	社会福祉協議会（☎566-0061）
受験生チャレンジ支援相談	毎週月～金曜日 午前9時～午後5時 ※事前に電話予約 （受付は終了時間1時間前まで）		
福祉サービス総合相談 成年後見制度の相談	毎週月～金曜日 午前9時～午後5時		
ピアカウンセリング（障害者による相談）	聴覚：5日(水) 高次脳：12日(水) 肢体：19日(水) 視覚：26日(水) （視覚のみ電話相談可） 午後1時～4時 （受付は当日午前中まで）	市民総合センター	障害者地域自立生活支援センター（☎590-1501） （ファクス590-1305）
障害者就労相談	毎週月～金曜日 午前9時～午後6時 ※仮移転期間中は市民総合センターで実施	市民総合センター	障害者就労支援センターとらい（☎560-7839）
シルバー人材センター入会説明会	19日(水) 午後1時30分開始 ※事前に電話予約（定員あり） ※剪定・除草やりたいかた大募集	シルバー人材センター	シルバー人材センター（☎564-1081）

福　祉

※原則として、費用の記載のないものは無料です。

特別障害者手当・障害児福祉手当を受けているかたへ

現況届の提出をお願いします

7月下旬に現況届用紙を送付しました。現況届を提出されないと、手当を受けることができなくなります。忘れずに手続きをお願いします。

提出期限　8月28日㈮

提出先　市民総合センター内障害福祉課

※現況届の送付のお知らせについては、今後は市公式LINEからお知らせします。

問市民総合センター内障害福祉課☎590-1185

HP 1000689 特別障害者手当（国制度）

HP 1000692 障害児福祉手当（国制度）

お仕事をする準備を始めませんか？

就労準備支援事業　HP 1005474

生活リズムが崩れているかた、働いたことのないかた、コミュニケーションに自信がないかたなどに対して、一人一人に支援プログラムを作成し、就労に向けたお手伝いを行っています。

就労準備支援では、パソコン教室、各種セミナー、就労体験、農業体験、ボランティア体験等があります。さまざまな支援メニューを無料で利用しながら、生活リズムの改善、コミュニケーション能力の向上やビジネススキルなどを習得し、最終的に就労を目指します。

詳細はお問い合わせ又は市HPへ。

問市民なやみごと相談窓口（☎内線155・156）

発達障害に対する理解と支援を推進するための講演会　HP 1011806

対応が困難な児童・生徒への支援と関わりを学びましょう。

日8月21日㈮午後2時開演（午後1時30分開場）

所さくらホール（市民会館）小ホール

対市内学校関係者、市内又は近隣在住の保護者等、特別支援教育に関心のあるかた

定150人

講宮本紀夫氏（特別支援教育サポーター「つなぎ」）

申8月19日㈬までに申込フォームで受付➡

問教育指導課☎516-8610

認知症になっても安心して暮らせる地域へ

症状や予防、周囲の関わり方などを学びます。

日8月29日㈯午前10時～11時30分

所特別養護老人ホーム伊奈平苑

対市民のかた

定30人（申込先着順）

講髙橋智広氏（武蔵村山病院認知症疾患医療センター 認知症認定看護師）

申8月1日㈯～28日㈮に電話で受付

問西部地域包括支援センター☎560-3931

高齢者向けスマートフォン教室　HP 1019032

スマートフォン操作や各種アプリの活用法などを学ぶ、4回の教室を開催します。

日9月1日㈫・8日㈫・15日㈫・29日㈫いずれも午前9時15分～11時45分

所市民総合センター3階集会室

内①基本操作、②SNSコミュニケーション、③ニュース等情報収集、④電子申請や電子決済・総復習

※4日間で①～④の内容を学習します。

対スマートフォンを持っていない、又は操作に不慣れな60歳以上の都民のかた

※スマートフォンを持っていないかたにはスマートフォンの貸し出しあり

定20人

申8月25日㈫までに東京都スマートフォン普及啓発事業事務局へ電話で受付

問東京都スマートフォン普及啓発事業事務局☎03-6316-3169　月～金曜日（祝日を除く）午前9時～午後5時

介護職員初任者研修講座（通学形式）受講者募集

日9月5日㈯～12月6日㈰の土・日曜日

所特別養護老人ホームサンシャインホーム　会議室（伊奈平4-10-2）

内講座・実技演習（130時間）。介護の仕事の基本的な知識・技術を身に付けます。

対介護職に興味があり、以下の全てに該当する健康で60歳以下のかた

○市内および近隣に在住・在勤

○ご自身で会場に通うことができる

○カリキュラムの全てを受講できる

定8人（応募者多数の場合は抽選）

※最低受講人数に達しない場合は、延期又は中止する場合があります。

料5万円（テキスト代含む。税込）

※一定の要件を満たすかたに、参加費の助成を行っています。詳細は高齢福祉課へ。

申8月1日㈯～29日㈯に社会福祉法人武蔵村山正徳会へご連絡ください。申込書を窓口でお渡し又は郵送します。

問

○講座について：社会福祉法人武蔵村山正徳会☎531-3741（8：30～17：30）

○助成について：市民総合センター内高齢福祉課☎590-1233（8：30～17：15）

笑顔でつながる認知症フェスタ～未来の自分と家族のために～

認知症について一緒に考えてみませんか？

日9月7日㈪午後2時～4時

所武蔵村山病院2階会議室

内①認知症の最新情報、②セルフチェック、③予防体操、④認知症の人との関わりかた等

対市民のかた　定40人（申込先着順）

講①医師、②公認心理師、③理学療法士、④認知症看護認定看護師

申8月28日㈮までに電話又は申込フォームで受付➡

問武蔵村山病院☎566-3312

介護予防教室「骨盤底筋体操教室」

体の仕組みを知り、自宅で毎日実施できるセルフケアを学びましょう。（全2回）

日9月9日・16日㈬午後1時30分～3時

所市民総合センター3階集会室

対おおむね60歳以上の女性市民のかた

※両日参加できるかた、初参加のかた優先

定30人（応募者多数の場合は抽選）

講山﨑裕美氏（認定排泄専門員）

持飲み物、動きやすい服装、汗拭きタオル

申9月2日㈬までに電話、窓口又は申込フォームで受付➡

問南部地域包括支援センター☎590-1477

住み慣れた地域ではじめよう！

介護予防リーダー養成講座　HP 1006607

講義や実習をとおして介護予防に関する知識と技術を学ぶことができます。

日9月11日～12月18日の金曜日　午後2時～4時

所市民総合センターほか

対原則全講義に参加でき、終了後に介護予防事業等にご協力いただける18歳以上の市民のかた

定20人程度（応募者多数の場合は抽選）

講東京都健康長寿医療センター研究所等

持筆記用具、飲み物

※その他講座の中でお知らせします。

申8月31日㈪までに電話又は窓口にて受付

問市民総合センター内高齢福祉課☎590-1233

輝く高齢者介護予防教室（全7回）

日いずれも午前10時～正午

回	日程	テーマ
1	9月30日㈬	介護予防とは
2	10月　7日㈬	おもちゃとゲームで脳の活性化
3	10月14日㈬	家庭でできる簡単料理
4	10月21日㈬	口腔ケアで病知らず
5	10月28日㈬	健康体操
6	11月　4日㈬	心の健康（懐かしの歌で）
7	11月11日㈬	終活・エンディングノート

所市民総合センター 会議室ほか

対一人で講座に通うことができる65歳以上の市民のかた

定12人程度（応募者多数の場合は抽選）

料1,000円（教材費／全7回分）

持筆記用具、飲み物

※その他各講座の中でお知らせします。

申9月11日㈮（必着）までに、はがき、ファクス（任意の用紙）又はメールに①氏名 ②住所 ③生年月日 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥参加動機を記入の上、下記問い合わせ先に申し込みください。

問NPO法人シニアメイトサービス 担当：山根
〒208-0013 大南3-101-1 ﾏﾝｼｮﾝ吉野102
☎564-0011　ファクス：569-8245
メール：s_mate_0011@lion.ocn.ne.jp

※この事業は、市からNPO法人シニアメイトサービスに委託しています。　HP 1005118

広告内容については市が保証するものではありません

生活扶助基準改定に関する最高裁判決を踏まえ

生活保護費の追加給付をします

新たな基準を設定し、当時の基準との差額分の生活保護費の追加給付を行います。

問生活福祉課（☎内線 167） HP 1022261

対　象　以下に該当する世帯

平成 25 年 8 月から令和 8 年 3 月までの間に生活保護を受給していた世帯

申出が必要なかた

対　象に当てはまる世帯のうち、現在生活保護を受給していない世帯

➡当時受給していた自治体に対し、生活保護廃止時点での世帯主から申出を行う

※申出方法等詳細は各自治体にお問い合わせください。

現在も本市で生活保護を受給している世帯※は申出不要

※**対　象**期間に本市以外から生活保護費を受給していた場合は、当時受給していた自治体に申出が必要

お問い合わせ

8/3(月)から

【本市での追加給付の申出の受付、手続きの案内等】

武蔵村山市生活保護費の追加給付事業コールセンター

☎ 050-3821-7120

場所：市役所 4 階 405 会議室（8 時 45 分～ 17 時 00 分）

【追加給付の内容等に関する一般の問い合わせ】

最高裁判決を踏まえた保護費の追加給付相談センター

☎ 0120-179-445（平日 9 時～ 17 時）

※ 8 ～ 10 月は土・日曜日、祝日も開設

ー平和を願ってー

黙とうにご協力ください

8 月 6 日(木)・9 日(日)の原爆が投下された時間に合わせて、また、8 月 15 日(土)の正午から 1 分間の黙とうを行います。

市民の皆さまも、時間に合わせて黙とうをささげられますようお願いします。

■広島・長崎の原爆で亡くなられたかたの慰霊

8 月 6 日(木)午前 8 時 15 分、8 月 9 日(日)午前 11 時 2 分

■戦没者を追悼し平和を祈念する日

8 月 15 日(土)正午※

※防災行政無線からサイレンを鳴らします。

問協働推進課（☎内線 244）又は福祉総務課（☎内線 153）

原子爆弾被爆者に見舞金を支給

支給要件に該当すると思われるかたは、市役所福祉総務課へお問い合わせください。

要件　8 月 1 日現在、市内に住所があり、被爆者健康手帳の交付を受けているかた

支給額　10,000 円（年額）

申請　8 月 31 日(月)までに窓口又は郵送（消印有効）で受付

申請に必要な物　原子爆弾被爆者見舞金支給申請書、被爆者健康手帳、本人名義の通帳、印鑑

※昨年度申請をされたかたには、市から申請書を送付します。

問福祉総務課（☎内線 153） HP 1021503

原爆・東京大空襲パネル展

平和の尊さを改めて感じていただくため、パネル展を実施します。

日時　8 月 6 日(木)～ 18 日(火)午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分（閉庁日を除く。初日は正午から、最終日は正午まで）

場所　市役所 1 階ロビー

問協働推進課（☎内線 244） HP 1018958

原爆・核に関する図書の展示

各館には、平和について考えるための図書リストを用意しています。

期間　8 月 1 日(土)～ 15 日(土)（8 月 3 日(月)は休館）

場所　三ツ木地区図書館

問雷塚図書館☎ 564-1284 HP 1005296

市　政

納期内納付をお願いします

今月の納期限

8/31(月)

- 市・都民税・森林環境税(普通徴収)〔第 2 期分〕
- 国民健康保険税(普通徴収)〔第 2 期分〕
- 後期高齢者医療保険料(普通徴収)〔第 2 期分〕

口座振替、コンビニ、スマホアプリのほか、地方税統一 QR コード（後期高齢者医療保険料を除く）による納付が可能です。詳細は市HPへ➡

新たに国民健康保険税の口座振替手続をしたかたの中から抽選で、市地域ブランド商品券を進呈➡

問収納課（☎内線 194 ～ 196）HP 1000277

土曜日マイナンバーカード窓口 HP 1004643

日 8 月 8 日(土)、9 月 5 日(土)午前 9 時～正午
所市役所マイナンバーカード受付窓口、緑が丘出張所
内マイナンバーカードのお渡し、申請サポート（無料写真撮影あり）
※マイナンバーカードの更新等は、祝日を除く月～金曜日にご来庁ください。
持本人確認書類等　HP 1013391
※マイナンバーカードのお渡しは予約優先です。予約方法は市HP又は問い合わせ先から。予約がない場合でもお渡しは可能です。
問マイナンバーカード専用ダイヤル
☎ 0570-076489　月～金曜日（祝日を除く）午前 8 時 30 分～午後 5 時

8 月から高額療養費制度が見直されます

高額療養費制度とはひと月に医療機関に支払った額が高額になった場合に、定められた上限額を超えて支払った額を払い戻す制度です。

自己負担限度額の変更や年間の上限額が新設されるなど制度が一部見直されます。詳細はHPへ⬇

国民健康保険 HP 1000176　後期高齢者医療 HP 1000204

問保険年金課（☎内線 136・133）

スポーツ推進委員を募集します HP 1008098

定員に欠員が生じているため、各種スポーツ大会、教室等の企画や運営、助言等を行う市の非常勤特別職を募集します。

応募要件　以下の全てに該当するかた
①市内在住又は在勤・在学
②令和 8 年 4 月 1 日時点で 20 ～ 69 歳
③スポーツ振興に係る行事および会議（主に平日夜間、土・日）に出席・協力ができる

任期　委嘱日から令和 10 年 3 月 31 日まで
報酬　月額 12,500 円
選考方法　書類審査、面接
申応募用紙を記入の上、スポーツ振興課（市役所第二庁舎）へ直接持参又は郵送にて受付
※提出書類の返却不可
※応募用紙はスポーツ振興課、市政情報コーナー、緑が丘出張所、総合体育館で配布又は市HPからダウンロード可⬆
問スポーツ振興課（☎内線 654・655）

令和 7 年度 情報公開・個人情報保護制度の運用状況実績を公表します

◆情報公開制度　HP 1002327

～透明度の高い市政を目指して～

情報公開制度とは
市民のかたの市政情報を知る権利を保障するとともに、市が諸活動を説明し、公正で開かれた市政を推進する制度

①公文書の開示請求・決定の状況

請求件数	開示決定	一部開示決定	非開示決定
57※件	31 件	30 件	13 件

※ 1 件の開示請求に対し、複数の決定をしている場合があるため、開示請求件数と決定の総数とは一致しません。

②情報公表の実績

長期総合計画その他重要な基本計画	16 件
附属機関等の報告書	3 件

◆個人情報保護制度　HP 1002328

～適正に保護 あなたのプライバシー～

個人情報保護制度とは
市が個人情報を収集・保有・利用する際に適正に処理するとともに、個人情報について開示・訂正・利用停止を求める権利を保障し、個人の権利利益を保護する制度

①保有個人情報の目的外利用等の届出の状況

届出者	件数	届出者	件数
市長	2 件	監査委員	0 件
教育委員会	0 件	農業委員会	0 件
選挙管理委員会	0 件	固定資産評価審査委員会	0 件

②保有個人情報の開示請求・決定の状況

請求件数	開示決定	一部開示決定	不開示決定
6 件	5 件	1 件	0 件

保有個人情報の訂正請求・利用停止請求、行政不服審査法に基づく審査請求はありませんでした。市の個人情報の取り扱いについての苦情の申出は 2 件ありました。

◆審査会・審議会の開催状況

～公正な制度運営のために～

武蔵村山市情報公開・個人情報保護審査会	0 回
武蔵村山市個人情報保護審議会	0 回

問文書法制課（☎内線 385）

ワーク・ライフ・バランスの実現に取り組む事業所を募集します HP 1021441

仕事と生活を両立しながら働ける職場の実現に向けて、優れた取組を実施している市内事業所を「ワーク・ライフ・バランス推進事業所」として認定し、市報等で紹介しています。

企業のイメージアップや優秀な人材の確保・人材流出の防止につながっていきます。ぜひ、ワーク・ライフ・バランスを推進しましょう。

認定要件
以下の①～④の各分野において 1 項目以上、合計 15 項目以上の取組をしている市内事業所
①就労による経済的自立が可能な社会に向けての取組（7 項目）
②健康で豊かな生活のための時間が確保できる社会に向けての取組（7 項目）
③多様な働き方・生き方が選択できる社会に向けての取組（9 項目）
④その他の取組（4 項目）
申 8 月 1 日(土)～ 9 月 11 日(金)に、申請書とチェックシートを記入の上、取組内容が確認できる書類を添え、協働推進課窓口（市役所 2 階）又は郵送で申し込み。
※申請書とチェックシートは協働推進課で配布するほか市HPからダウンロード可
※詳細は市HPでご確認ください➡
問協働推進課（☎内線 244）

防災行政無線 全国一斉情報伝達試験

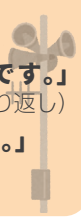
8 月 26 日(水)　午前 11 時

市内に設置してある防災行政無線のスピーカーから、試験放送である旨の自動メッセージが放送されます。

実際の災害とお間違えのないよう、ご注意ください。

※当日の午前 10 時と試験開始直前に周知のための放送を実施します。
※この試験は、本市以外の地域でも全国的に試験が実施されます。

放送内容
～上りチャイム音♪
「これは、J アラートのテストです。」（3 回繰り返し）
「こちらは、防災武蔵村山です。」
～下りチャイム音♪



問危機管理課（☎内線 334）HP 1000148

広告内容については市が保証するものではありません

市報・市ホームページに掲載する
広告を募集しています！
市報むさしむらやま（毎月 1 日号）、市ホームページ（トップページ）に事業の PR 広告を掲載しませんか。HP 1003607 HP 1003606
掲載料 1 回（1 か月）1 枠 15,000 円
問広報・プロモーション課（☎内線 315・316）

第18回村山デエダラまつり

出店者募集

申込期間
08.03 MON
08.31 MON

第18回村山デエダラまつり概要

日時　11月14日㈯午前9時30分～午後8時
　　15日㈰午前9時30分～午後4時
場所　イオンモールむさし村山臨時駐車場
HP 1012944

※詳細は、村山デエダラまつり公式HPをご確認ください。

	飲食販売コーナー	移動販売車コーナー
出店可能内容	飲食物等の販売	
募集店舗数（市内優先）	50店舗	15店舗
出店料等（2日間）	市内出店者：55,000円、市外出店者：65,000円 （上記金額には美化協力費7,000円を含む） ※公共的団体等は12,000円（美化協力費7,000円を含む）。	
出店者説明会	9月27日㈰午前10時から 中部地区会館（市役所4階）401大集会室	

	展示即売・PRコーナー	行政機関
出店可能内容	商品の展示販売、団体の活動紹介等	
募集店舗数（市内優先）	合わせて60店舗程度	
出店料等（2日間）	市内出店者：50,000円 市外出店者：60,000円 （上記金額には美化協力費7,000円を含む）	7,000円（美化協力費）
出店者説明会	9月27日㈰午後2時から 中部地区会館（市役所4階）401大集会室	

出店者資格

①村山デエダラまつりの開催目的に賛同し、開催当日に出店を行う者（名義貸し、ダミー厳禁）
②暴力団員等による営業行為（営業従事者も含む）又は露天商ではない者
③実行委員会、保健所、警察署および消防署の指示に確実に従える者
④市内団体又は市内事業者として申込を行う場合は、市内での活動内容および活動拠点を申告できる者
⑤応募多数の場合は、次の順位により選定する。
　ア：市内で活動する公益的な市民活動団体、市内で事業を営む事業者又は市内在住の個人
　イ：市外で事業を営む事業者又は市外在住の個人
⑥以下のいずれかに該当する場合は、出店決定後であっても出店資格を取り消す。
　ア：申込内容に虚偽があった　イ：名義貸しその他不正な申込が判明した
　ウ：申込者と開催当日の出店者が異なる　エ：実行委員会の指示に従わない

申込方法

申込期間内に申込フォーム（右記二次元コード）で受付➡
※以下の書類を添付する必要があります。事前にご用意ください。
　①出店責任者の顔写真
　②飲食物を販売又は無料配布する出店者のみ「行事における臨時出店届」
　（村山デエダラまつり公式HPからダウンロード可）
　③移動販売車のみ「営業許可書の写し」、「自動車検査証（車検証）の写し」

注意事項

⑴出店者説明会には必ず出店責任者が出席し、欠席した場合は出店しないものと判断し、出店内定を取り消すものとします。
⑵雨天その他の理由で出店の目的を達することができなかった場合、出店料等の返金対応等は行いません。また、申込時に提供された添付資料についても返却はしません。
⑶出店者募集要項を確認の上、お申し込みください。

主催 武蔵村山市民まつり実行委員会
武蔵村山市

武蔵村山市民まつり実行委員会事務局
☎ 080-5503-4394

村山デエダラまつりの情報はこちらでチェック！

ホームページ　X（旧Twitter）　Facebook　Instagram

【アイコン凡例】日…日時 所…場所 内…内容 対…対象 定…定員 講…講師 料…料金 持…持ち物 申…申込 問…問い合わせ HP…ホームページ

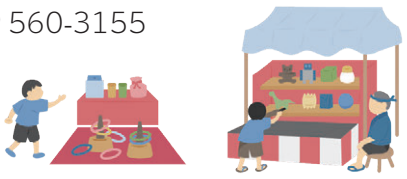
催しもの

※原則として、費用の記載のないものは無料です。

五中校区　茶の花まつり

五中の生徒が中心となり、五中校区の小学校（市立二小、八小、十小）の児童たちと一緒に、お祭りを企画します。ぜひ遊びに来てください！

日 8月29日㈯午前9時～正午
所 市立第五中学校
イベント　なつかしの縁日（射的（100円）、輪投げ等）、昭和歌謡、スタンプラリー、むかし遊び（お手玉、けん玉等）等
販売　地場産野菜の販売、屋台販売等
展示　各学校のまちづくり学習
※お車でのご来場はご遠慮ください。
問 市立五中☎560-3155



講演会「タイミングとターニング」
元プロ野球選手 前田幸長氏がやってくる！

前田幸長氏による講演会を行います。
また、市内の少年野球チーム・古希軟式野球チームによる親善試合、少年野球チームを対象とした野球教室の見学もできます。

日 9月6日㈰
①野球教室：午前10時20分～（見学のみ）
②講演会：正午～午後0時30分
（午前11時30分～受付開始）
③親善試合：午後1時30分～（見学のみ）
所 ①・③：総合運動公園 第3運動場
②：総合体育館
対 市民のかた
定 100人（申込先着順）
講 前田幸長氏（元プロ野球選手）
持 体育館履き
申 8月3日㈪から電話、市役所第二庁舎内スポーツ振興課窓口又は申込フォームで受付➡
※①野球教室・③親善試合の見学は申込不要。
※雨天時は親善試合中止、会場変更あり。詳細はHPをご確認ください。
問 スポーツ振興課（☎内線655）　HP 1001752

各種スポーツ教室のご案内

◆ハンドボール教室（第2クール）HP 1004703

日 9月12日・19日・26日、10月3日・10日（いずれも土曜日）午前9時15分～10時30分
所 総合体育館第一体育室
内 基礎的な技術習得、ルールの理解、ミニゲーム
対 市内在住の小学1～6年生（在学含む）
定 15人程度（申込先着順）
持 体育館履き、タオル、水筒等
申 9月11日㈮までに参加申込書を記入の上、持参、郵送、ファクス（520-0082）で受付
※申込が15人未満の場合、総合体育館第一体育室で当日受付も行います。
問 スポーツ振興課（☎内線655）
総合体育館☎520-0082

◆心身障害者（児）グラウンド・ゴルフ教室

日 9月12日㈯午前10時～正午
所 市立一小校庭（雨天および猛暑時は体育館）
対 以下の①又は②に該当するかた
①市内在住の障害者(児)で介護者が付き添えるかた
②市内心身障害者福祉施設在籍者で施設管理者が認めたかた
講 市スポーツ推進委員協議会ほか
持 動きやすい服装、タオル、水筒等（雨天および猛暑時は体育館履き）
申 9月9日㈬までに電話又は市役所第二庁舎内スポーツ振興課窓口で受付
問 スポーツ振興課（☎内線654）　HP 1011315

ボランティア・市民活動センター

問 ☎590-1430
メール：v.shimin@musashimurayama.org
月～土曜日午前8時30分～午後5時15分　※最新情報はHPへ➡

◆市民活動体験ワークショップ
『まなぶとできる』 夏休みスペシャル第4弾「10分で遊べる！はじめてのボードゲーム」

日 8月26日㈬午前10時～正午
所 市民総合センター2階 会議室
対 小学1年生以上　定 16人
講 もちもちハウステーブルゲーム同好会(登録団体)
料 200円
申 8月18日㈫午後5時までに窓口、電話、メール又は申込フォームで受付➡

◆団体の魅力を多くの市民に届けませんか？
『市民活動ナビ』第3版 掲載団体募集

市民活動団体、サークル、スポーツ団体、自治会などの活動を紹介する『市民活動ナビ』第3版を作成します。掲載料無料。
掲載申込書は地区会館や図書館など市内施設で入手できるほか、センターHPからダウンロードできます。
申 9月30日㈬午後5時までに窓口又はメールで受付

男女共同参画センターゆーあい（緑が丘ふれあいセンター）HPはこちら➡

問 ☎590-0755　メール：fureai@csplace.com
月～日曜日午前9時～午後5時（第1月曜日休館）

◆女性のためのチャレンジ相談会

日 8月19日㈬①午後2時～2時40分
②午後2時45分～3時25分
③午後3時30分～4時10分
所 緑が丘ふれあいセンター
内 起業・再就職・副業・キャリアアップ等女性対象の相談（オンライン相談可）
対 起業したい又は起業間もない女性、再就職や副業、キャリアアップしたい女性
定 各回1人
相談員　森林育代氏（株式会社シーズプレイス代表取締役）
申 8月16日㈰までに申込フォームで受付⬆

◆男女共同参画映画会
大きなスクリーンで楽しもう！夏休み映画会「ズートピア」

ウサギの役割はニンジンづくり。でもウサギの女の子ジュディは、大きくて強い動物だけがなれる警察官になりたくて、大都会ズートピアにやってくる。ジュディをみんなで応援しよう！
映画の後は、参加者全員で「こどもジェンダークイズ」に挑戦だよ！

日 8月22日㈯午後2時～4時30分（午後1時30分開場）
所 さくらホール（市民会館）小ホール
対 どなたでも
定 150人（申込先着順）※全席自由席
申 8月21日㈮までに申込フォームで受付⬆

◆ひとり親家庭対象食品配布（要事前申込）

日 8月23日㈰～29日㈯午前9時～午後9時
所 緑が丘ふれあいセンター
定 15人（申込先着順）　持 マイバッグ
申 以下の期間中、申込フォームで受付➡
新規のかた：8月1日㈯～10日㈪
新規以外：8月11日（火・祝）～15日㈯

総合体育館からのお知らせ

問 ☎520-0082（受付9：00～21：00）　詳細はこちら⬇

出店者・出演者募集

「みんなの体育館」に参加しよう！

各種スポーツ体験、総合体育館を利用している団体の活動発表会、フリーマーケットや飲食販売など、年に一度のお楽しみイベントです。

出店・出演 無料

開催日時　10/12(月・祝)　午前9時～午後6時30分

『活動発表会』
日頃の練習の成果を発表しませんか？
時間　午後2時～4時（予定）
場所　総合体育館　第一体育室
対象　2名以上の団体
※1団体5～10分程度

『フリーマーケット』
手作り小物や不用品を販売しませんか？
時間　午前9時～午後4時30分（予定）
場所　総合体育館　屋外ランニング走路
対象　約10店
※1区画2m×2m　場所の提供のみ
※雨天の場合は中止になります。

申込方法
8月4日㈫～9月4日㈮に総合体育館窓口で受付（電話不可）
※応募者多数の場合は選考あり。結果は9月18日㈮までにお知らせ。

ひろば

※原則として、費用の記載のないものは無料です。

催しもの

◆日本舞踊浴衣会（日本舞踊「華の会」）
8月2日㈰午後2時～4時、さくらホール（市民会館）小ホール。浴衣を着用して一年間のお稽古の成果を発表する楽しく緊張する時間です。
問花田☎ 090-5393-1199

◆【出入り自由】絵本・紙芝居・さとおやカフェ（フォスターペアレントの会）
8月20日㈭午後2時～4時、市民総合センター調理室。紙芝居「ことばのちから」の朗読あり。
問後藤　メール：tgotoh@y9.dion.ne.jp

◆都立看護専門学校における再就業支援研修～学校に戻って体験コース～（都立北多摩看護専門学校）
8月28日㈮午後2時30分～4時30分、都立北多摩看護専門学校。点滴の準備から作成を再確認。看護師の免許をお持ちのかた対象。学校HPから申し込み➡
（事前にｅナースセンターの登録が必要）
問田中☎ 042-567-0331

◆シニア軟式野球大会（武蔵村山市軟式野球連盟）
9月6日～12月6日の日曜日のうち6日間、雷塚公園野球場又は大南公園野球場。市在勤・在住60歳以上の軟式野球団体対象。参加団体募集します。参加費4,000円。申込8月7日㈮締切。
問清水☎ 042-516-8669
メール：murayamananshiki@gmail.com

◆平和を求める元米軍人の会（VFP）講演会（くらしと教育・平和を守る武蔵村山市民連絡会）
9月29日㈫午後2時～4時30分（1時30分開場）、さくらホール（市民会館）小ホール。PTSDと向き合う元米兵たちが「戦場のリアル」を語ります。ジェノサイドを越え、未来を選ぶ私たちへの問いかけ。若者歓迎。参加費500円（学生200円）。
フォームから申し込み➡
問内田☎ 080-5091-1475

◆ほほえみ歌の会
毎週火曜日午後1時30分～3時、緑が丘ふれあいセンター。大きな声で歌うと元気になります。700曲の準備があります。楽しく合唱しましょう。参加費100円。
問若杉☎ 090-2907-6407

会員募集

◆自彊術（くる実会）
毎週火曜日午前10時～正午、中原地区集会所。健康寿命を延ばしてみませんか？見学、無料体験あり。入会金1,000円、会費月2,500円。
問大関☎ 560-1703

◆お絵描き会員募集（村美）
土・日曜日、祝日（月2回）午後1時～5時（遅刻早退可）、三ツ木地区会館。使う画材は自由。初心者歓迎、手ほどきします。イラストレーターやデザイナーなどが在籍。平均年齢60代、男女比半々。会費月300円。
問川畑☎ 080-7533-3272
メール：ihio@hotmail.co.jp

◆文化庁採択事業 日本舞踊（華の会「さくら組」）
毎週土曜日（8月～11月発表会）午後1時～3時、公民館さいかち分館。重要無形文化財を後世まで伝承させるため、お稽古しています。挨拶・礼儀作法・着物の着付け等が自然に身に付きます。幼児～大学生および保護者のかた対象。会費月1,000円。浴衣・足袋ご用意ください。
問花田☎ 090-5393-1199

出演者・ボランティア募集中！

生涯学習フェスティバル
11/1㈰ 10：00～15：00

場所　さくらホール（市民会館）・市役所市民駐車場ほか

体験コーナー　定15組　申8月19日㈬まで
趣味でも可
- 遊びや物作りなどの技術を持ち、体験学習として市民に広く提供できる個人又は団体
- 机2台程度の場所で作業、活動ができる個人又は団体

舞台出演　定7組　申8月19日㈬まで
- 市内で活動していて、フェスティバル実施会場で披露できる個人又は団体（入退場含む30分以内）
- 生涯学習フェスティバル実行委員が参加を認めたもの

ボランティア　定30人　申10月1日㈭まで
- 高校生以上のかた

飲食模擬店　定5組　申8月19日㈬まで
- 机2台程度の場所で活動ができる個人又は団体

申込方法
申込用紙に必要事項を記入し、期限までに文化振興課（市役所第二庁舎）へメール、郵送、ファクス（566-2619）又は窓口で提出。
※ボランティアは電話でも受付可。

問文化振興課（☎内線653）メール：gakusyu@city.musashimurayama.lg.jp　HP 1021417

村山大島紬の染色技法でオリジナルTシャツをつくろう！

小・中学生対象

市の伝統工芸品「村山大島紬」の染色技法「板締め染色法」でTシャツを染めます！

日時　8/18㈫
午前の部　午前10時～正午
午後の部　午後1時30分～3時30分
※いずれも開始15分前から受付

場所　イオンモールむさし村山つむぐホール

定員　各回15人
※応募者多数の場合は抽選

申込　8月10日㈪までに申込フォームで受付➡

参加無料

問武蔵村山観光まちづくり協会 ☎ 569-6511

さくらホール（市民会館）の催し　問 ☎ 565-0226

各公演のチケットはこちら➡ チケット

桂二葉　独演会　残席わずか

およそ300年続く落語の世界に変革をもたらすべく、奮闘を続ける落語家・桂二葉。稀有でありながら粋な桂二葉の世界をどうぞお楽しみください！

日 9月23日㈬祝 14：00開演（13：30開場）
所 小ホール
料 **一般** 3,800円　**友の会** 3,500円
ハンディ 3,500円
※全席指定、未就学児入場不可

公演詳細

上西千波 JAZZ CONCERT ～ Autumn Jazz Journey ～

豊かな表現力と確かな歌唱力で多くの聴衆を魅了し続けるジャズ・ヴォーカリスト上西千波が、王道ジャズの名曲を巡る秋のジャズ・ジャーニーへと誘います。

日 11月8日㈰ 15：00開演（14：30開場）
所 小ホール
出演　上西千波（ヴォーカル）、青柳誠（ピアノ）
程嶋日奈子（ベース）、髙橋徹（ドラム）
料 **一般** 1,500円　**友の会** 1,300円　**ハンディ** 1,300円
※全席指定、未就学児入場不可
申 9月5日㈯ 10：00～チケット販売。
※発売初日は電話予約・オンライン販売のみ

公演詳細

アフタヌーンコンサート2026

フルートアンサンブル「ハミングバード」によるコンサートを開催。古典から現代まで幅広いレパートリーをお楽しみいただきます。

日 8月5日㈬ 12：20～13：00（12：00開場）
所 2階エントランス
出演　ハミングバード
（フルートアンサンブル）
料 入場無料
申 不要、直接会場へお越しください。

公演詳細

作って☆乗って☆焼いてみよう！キッチンカーでピザ焼き体験

木質ペレットを燃料にした薪窯を搭載されたキッチンカーで、食育と環境教育も兼ねたピザ作り・焼き体験を開催します。

好評受付中

日 9月26日㈯　①10：30～12：30／②13：30～15：30
10月17日㈯　③10：30～12：30／④13：30～15：30
（全4回）
所 実習室　対 小～中学生
※原則、保護者同伴
定 各回16人（申込先着順）
料 800円（材料費込）

公演詳細

姉妹都市 長野県
栄村に遊びに行こう

自然を活かしたキャンプ場

贅沢な貸し切り感

もさこな星空をひとりじめ

シーズンは 11 月まで

サイト名	地面	電源	専用水道	料金
広々展望サイト（47m × 12m）	芝	なし	なし	○大人：1,000 円 / 人 ○小・中学生：500 円 / 人 ○未就学児：無料 ※別途サイト料金：5,000 円
プライベート展望サイトNo. 1（15m × 10m）	砂	あり（20A）	あり	
プライベート展望サイトNo. 2（22m × 7m）				

申込はこちら

場所

さかえ倶楽部スキー場

（長野県下水内郡栄村大字北信 2903）

お問い合わせ

栄村役場商工観光課 ☎ 0269-87-3355

（ファクス：0269-87-2280）

イベント情報

栄村がサイクルロードに変身！
グルっとまるごと栄村 100 ㎞サイクリング 2026

＼ コースは全部で 3 つ ／

10/11 日

初心者や子ども向け **40 ㎞クラス**

中級者向け **80 ㎞クラス**

上級者向け **100 ㎞クラス**

申込はこちら 9/23（水・祝）まで

※コースによって参加費が異なります。また、80 ㎞および 100 ㎞のみチームでの申込も可能です。詳細は右記二次元コードへ➡

※当日のボランティアのお手伝いも併せて募集しています。

問 サイクリング実行委員会（栄村役場商工観光課内）☎ 0269-87-3355

～市民のかたを対象に栄村の宿泊費用を助成しています～

※キャンプ場は対象外　詳細は市ホームページをご確認ください➡

むさビズ

第3回　ひらめきを、このまちで育てる。

武蔵村山市 ビジネスプランコンテスト

詳細はこちら

AIを使った新しい事業を思いついた

空き家を活かしてブックカフェをつくりたい

地元野菜を使ったレストランを開きたい

武蔵村山発！あなたのアイデアがまちを動かす

エントリー期間　2026年8月18日㈫～10月2日㈮正午

スケジュール

8月21日㈮・29日㈯、
9月9日㈬・18日㈮・27日㈰　オンライン説明会

10月2日㈮　エントリー締切
上記二次元コードから申込

10月3日㈯　ワークゼミ
@さくらホール（市民会館）展示室

11月8日㈰　1次審査書類の提出締切

12月13日㈰　最終審査会＆グランプリ発表
@イオンモールむさし村山3階
イオンシネマ

対象

市内で事業アイデアをお持ちの15歳以上のかた

・創業前および創業後おおむね5年以内のかた
・新規事業の立ち上げを計画しているかた

※個人・団体・法人は問いません。
※居住地・本店所在地は問いません。市外からの応募でも市内での事業展開を考えている場合は可。
※業種業態は問いません（公序良俗に反せず、社会通念上適切と認められるものに限ります）。

グランプリ 30万円

準グランプリ 10万円

コンテスト終了後、市内で創業することが確認できた場合に、市から交付します。

運営・問合せ：武蔵村山市ビジネスプランコンテスト運営事務局
☎042-525-9909（平日9時～18時）
主催：武蔵村山市産業観光課
☎042-565-1111（内線225）

【アイコン凡例】日…日時 所…場所 内…内容 対…対象 定…定員 講…講師 料…料金 持…持ち物 申…申込 問…問い合わせ HP…ホームページ

子育て情報

0歳～18歳・その他

児童扶養手当・特別児童扶養手当・ひとり親家庭等医療費助成を受けているかたへ
現況届の提出をお願いします

7月下旬に関係書類を送付しました。現況届を提出されないと、手当・助成を受けることができなくなります。忘れずに手続きをお願いします。

提出期間　8月3日(月)～8月31日(月)

提出先　市役所子ども育成課手当・医療係窓口

※現況届の送付のお知らせについては、今後は市公式LINEからお知らせします。

問子ども育成課（☎内線185～188）

HP 1003747 児童扶養手当

HP 1003748 特別児童扶養手当

HP 1003752 ひとり親家庭等医療費助成制度

妊娠中のかた、0～6歳（未就学児）

認可外保育施設等を利用しているかたへ
保育料等を一部補助します（Ⅰ期分）

対以下のいずれかに該当するかた

●認証保育所、家庭的保育事業、認可外保育施設指導監督基準を満たす認可外保育施設に在籍する市内在住の児童の保護者のかた

●ベビーシッター利用支援事業を利用する保護者のかた

補助対象月　令和8年4月～8月分

申9月4日(金)までに子ども育成課窓口又は申込フォームで受付➡

※申請書は窓口で配布するほか、市HPからもダウンロードできます。　HP 1003713

※Ⅱ期分は市報2月1日号で周知予定

問子ども育成課 保育・幼稚園係（☎内線197）

歯科健康教室「かむかむキッズ」

日8月18日(火)午前10時～11時15分

所市民総合センター2階子ども家庭センター

対10か月～1歳6か月の子どもと保護者

定10組（申込先着順）

持母子健康手帳、歯ブラシ、タオル

申電話又は申込フォームで受付➡

問子ども子育て支援課☎564-5421　HP 1004503

こどもの健康診査（8月）　HP 1004230

3～4か月児健康診査	18日(火)
1歳6か月児健康診査	7日(金)
2歳児歯科健康診査	4日(火)
3歳児健康診査	26日(水)
ビーバー歯科健康診査	19日(水)

※対象者には案内を送付しています。

問子ども子育て支援課☎564-5421

離乳食教室

①離乳食開始時期　HP 1004501

②2回食を始めるかた　HP 1001819

日①8月6日(木)、②8月20日(木)
①②いずれも午前10時～11時30分

所市民総合センター2階子ども家庭センター

対①5～6か月ごろ、②7～8か月ごろ

定①②いずれも10組（申込先着順）

持母子健康手帳

申電話又は申込フォーム（二次元コード）で受付

問子ども子育て支援課☎564-5421

離乳食開始時期　2回食を始めるかた

パパとママのためのマタニティクラス

日8月24日(月)・27日(木)・29日(土)午後1時～3時30分（3日間コース）

所市民総合センター2階子ども家庭センター

対妊娠中のかたおよびそのパートナー

※妊娠5～8か月の安定期にお受けください。

定8組（申込先着順）

持母子健康手帳、筆記用具、歯ブラシ、コップ、手鏡、バスタオル、飲み物・おやつ

申8月3日(月)午前9時から電話又は申込フォームで受付➡

問子ども子育て支援課☎564-5421

HP 1003731

小学生・中学生

むさむらプレーパーク　HP 1021749

日8月9日(日)午前11時～午後3時

※前後1時間程度の準備・片付けのご参加も可

※雨天中止の場合、午前8時までにSNSでお知らせ

所雷塚公園（学園4-4）

内木工工作、自然遊び、色遊びなど。子ども食堂、フードパントリーも同時開催。

対どなたでも　定午前・午後 各20～30人

申公式LINEから予約（予約なしでも利用可。混雑時は予約者優先）➡

問一般社団法人Walk☎042-843-8690

8月の児童館　HP 1022245

休館日

日曜日、祝日、館内整理日

イベント内容や日時、場所等の詳細は、市HPをご確認ください➡

問お伊勢の森児童館　☎564-5594

放課後の自習などに！
フリースペース茶花（ちゃか）を使いませんか？

営業終了後の空き時間に、喫茶コーナーを学習等ができるフリースペースとして開放しています。大人のかたもご利用できます。ぜひ自由にご活用ください！

場　所　市民総合センター1階　喫茶コーナー

利用時間

小学生　15：00～17：00

中学生以上　15：00～22：00

問 市民総合センター内 障害福祉課 ☎590-1185　HP 1004381

8月「図書館のおはなしの会」　HP 1010609

日程・場所　絵本・紙芝居の読み聞かせを行います。

○雷塚図書館　☎564-1284：8日・29日(土)
○中久保図書館　☎569-1501：22日(土)
○中藤地区図書館　☎565-0112：8日(土)
○三ツ木地区図書館　☎560-3301：1日(土)
○大南地区図書館　☎562-3243：1日(土)
○残堀・伊奈平地区図書館　☎560-0171：22日(土)

雷塚図書館は、8月31日(月)まで9:00から開館！（休館日を除く）

休館日　3日(月)・19日(水)

対　象　幼児・小学生

電子図書館をご利用ください　問雷塚図書館　☎564-1284

図書館カードをお持ちのかたは、スマホ等から電子書籍の貸出・閲覧・返却・予約などができます。
（児童・生徒の皆さんはGIGA端末からも可）

ご利用は二次元コードから⬆

8月の子育てイベント

保育園等 HP 1022312　健やかひろば HP 1021451

園・団体 ＼ 対象年齢	0歳	1歳	2歳	3歳	未就学児
村山中藤保育園『櫻』（地域子育て支援センター） ☎562-3143（中央1-28-1） 申申込なし。当日に直接来園ください	リズム遊び　日18日㈫11：30ごろ～ 0才ひろば　日21日㈮10：00～12：00				
みらい保育園（さくらんぼくらぶ） ☎070-1457-6558（榎2-36-1） 持❶水筒、着替え　❷水筒 申1日㈬～10日㈮に予約サイト（二次元コード）から➡	❶水遊び（スイカ割り）　日4日㈫10：00～　定7組 ❷8月誕生会　日27日㈭9：40～　定7組				
れんげ武蔵保育園 ☎561-3959（緑が丘1732-1） 申1日㈬から電話で受付 ※2か月以上のお子さまから参加可 ※詳細は二次元コードから➡	2か月～　水遊び　日19日㈬10：30～　定5組 2か月～　ブロックで遊ぼう　日26日㈬10：30～　定5組				
三ツ藤クムクムこども園（おひさまくらぶ） ☎560-3564（三ツ藤3-36-10） 申電話で受付（当日の電話も可） ※天候により活動内容が変更になる場合あり	縁日遊び、8・9月生まれ誕生会　日26日㈬　定5組程度				
大南つぼみ保育園　なないろひろば ☎566-5605（大南3-94-1） 申いずれも電話で受付 ❶は3日㈪まで ❷は当日朝（9：30～）	❶親子で作ろう「うちわ」ねころんDEアート　日6日㈭9：45～11：30　定10組 ❷水遊び（園庭・ホール・屋上開放）　日毎週月・水・金10：30～11：30　定3組				
つみき保育園 ☎563-3842（学園3-12-1）	つみきっこ広場（園庭開放）　日毎週火曜日10：00～11：30				
子ども家庭センター ☎590-1152（市民総合センター2階）	おはなしの会＆誕生会　日25日㈫10：30～　（お誕生月でないお友達もどうぞ） ひろば開放　日月～土曜日10：00～16：00				
「健やかひろば」みんなのひろば ☎070-3128-8454 ※時間はいずれも10：00～ 詳細は右記二次元コードから➡ LINE　Instagram	親子で遊べるみんなのひろば（制作、講師、音楽遊び等）　日6・20・27日（いずれも㈭）　所三ツ木地区会館				
「健やかひろば」いつひよ親子コミュニティひろば ※時間はいずれも10：00～ 詳細は右記二次元コードから➡ Instagram　リットリンク	赤ちゃんから遊べるひろば（ふれあい遊び・手型足型・誕生会等）　日5・19・26日（いずれも㈬）　所残堀地区会館（5日）、お伊勢の森児童館（19・26日）				
「健やかひろば（理学療法）」 所子ども家庭センター「うさぎルーム」 問asobiribooooba@gmail.com 持汚れても良い服 詳細は右記二次元コードから➡	ふたばっ子ひろば　日3日㈪10：00～　※主に歩く前の赤ちゃん つぼみっ子ひろば　日24日㈪10：00～　※主によちよち歩き以降のお子さま				

子ども食堂

あたたかくて栄養のある食事を
みんなで一緒に食べましょう。

予約方法等
詳細はこちら➡

HP 1021457

地区	団体名	日時・場所
学園	武蔵村山子ども食堂　☎070-3128-8454	日28日㈮17：30～19：00 所市民総合センター2階調理実習室
	放課後等デイサービスWalk　☎843-8690 ❶children's kitchen うぉーく　❷Walk食堂	❶日1日㈯18：30～19：30 所市民総合センター2階調理実習室 ❷日15日㈯12：30～13：30 所学園3-5-12
	三つ葉 子ども食堂　☎843-8854	8月は実施しません。
本町	まどか食堂　☎560-1855	日19日㈬16：30～18：00 所まどか保育園隣（本町3-40-1）
	おきもち食堂　☎563-9725	日火・木曜日10：00～14：00 所本町1-32-1
残堀	Café ブラウン＆サーディン　☎090-6024-2595	日火・水・木曜日11：30～16：00 所残堀2-18-15
	あおちゃんこども食堂　☎080-2044-0502	日26日㈬16：00～18：00 所残堀4-34-15
中原	子ども食堂ぶどうハウス　☎080-3389-5957	日2日㈰11：30～13：30 所中原3-11-6
三ツ藤	SOMPO流子ども食堂　☎520-7222	日15日㈯12：15～14：45 所三ツ藤1-4-1（駐車場あり）
大南	にじいろワーフ 子ども食堂　☎080-9853-1965	日22日㈯11：30～14：30 所大南5-31-5（駐車場なし）

観光納涼花火大会

第四十五回

今年は２０２６発の花火が
武蔵村山の空を彩ります

8.29 土

※荒天の場合は中止（順延なし）

会　　場　野山北公園運動場
第二観覧会場　イオンモールむさし村山屋上駐車場特設会場

※入場規制により、ご入場できない場合がありますのでご了承ください。
※歴史民俗資料館（本館）は終日閉場・休館となります。

スケジュール

模擬店	14：00 ～
ステージイベント	16：00 ～
花火打ち上げ	19：50 ～

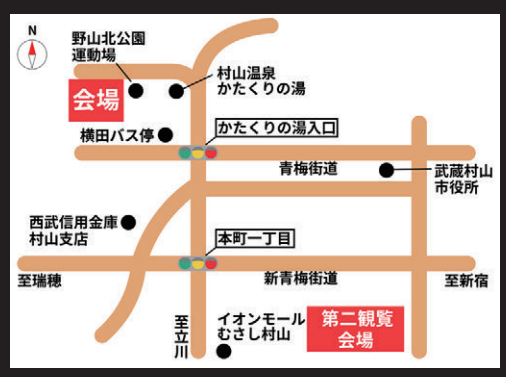
※当日の天候により、中止又は打ち上げ時間が早まる場合があります。
※第二観覧会場では模擬店販売、ステージイベントは行われません。

アクセス

会場付近には自動車の駐車スペースがありませんので、徒歩又はバスのみでご来場ください。

野山北公園運動場
立　川　バ　ス：バス停「横田」下車徒歩 10 分
ＭＭシャトル：バス停「横田」下車徒歩 10 分
※ MM シャトルは 17：00 までのぞみ福祉園駐車場で折り返し

イオンモールむさし村山屋上駐車場
立　川　バ　ス：バス停「イオンモール」下車徒歩 1 分
ＭＭシャトル：バス停「イオンモール」下車徒歩 1 分



【主催】武蔵村山市商工会 武蔵村山市商工会青年部
武蔵村山市観光納涼花火大会実行委員会
【共催】武蔵村山市

武蔵村山市商工会
☎ 042-560-1327

武蔵村山市商工会ホームページ　イオンモールむさし村山ウェブサイト

市政クイズ 607 回

市報に隠れたＭジロを探せ！

Question

右図のようなＭジロが市報の中に隠れています。何ページに隠れているでしょうか？
※ 16 ページを除く 1 ～ 15 ページの中

答えの書き方

▶**応募フォーム**＝数字のみ入力（「1」「10」等）
▶**ハガキ**＝「1 ページ」「10 ページ」等と記入

応募方法

はがき等に以下の必要事項を記入し、市役所広報・プロモーション課へ郵送、持参又は応募フォーム（二次元コード）から応募

●必要事項＝①住所　②氏名　③年齢　④今月の答え
⑤今月の市報の感想　⑥今後市報で知りたい情報
●応募資格＝市民のかた　●締め切り＝８月 14 日㈮（必着）

【応募フォーム】

今月のプレゼント

Ｍジロ＆Ｍザベス アクリルスタンド

正解されたかたの中から抽選で３名様に贈呈します。
市役所１階市政情報コーナーでも販売中！（税込 700 円）

発行　武蔵村山市／編集　企画財政部広報・プロモーション課／住所　〒２０８－８５０１　武蔵村山市本町一丁目１番地の１／
電話　０４２－５６５－１１１１㈹／ファクス　０４２－５６３－０７９３／ＨＰ　https://www.city.musashimurayama.lg.jp/

次号は９月１日号です。