

高齢者に関する総合相談ができます！
～地域包括支援センター出張相談～

日常生活で気になることや不安なことがありましたら、お気軽にお立ち寄りください。
なお、電話相談はいつでも受け付けています。
備考担当地区などは下表の通り
D1002951**問**高齢支援課**☎**(338)6846
・**FAX**(371)1200

担当包括	担当地区	出張相談日時・場所
西部 ☎ (389)8850	東寺方(3丁目を除く)・落川・百草・和田(3丁目を除く)・桜ヶ丘・関戸6・貝取(地番)	7/3(木)14:00～15:00 桜ヶ丘集会所(桜ヶ丘1-1)
		7/22(水)10:30～12:00 大栗川・かるがも館
		7/23(水)13:00～14:00 三方の森コミュニティ会館
		8/25(月)15:00～16:30 カフェシナモン(東寺方1-2-12)
		8/26(火)10:30～12:00 大栗川・かるがも館
東部 ☎ (373)7850	連光寺・聖ヶ丘・馬引沢・諏訪	7/17(木)13:30～15:00 ココスモ連光寺 8/20(水)11:30～12:30 ココスモ連光寺
多摩センター ☎ (376)2941	落合・鶴牧・南野2～3・唐木田・中沢・山王下	7/8(火)12:30～13:30 TÔM HOUSE 7/15(火)14:00～15:30 からきだ菖蒲館
中部 ☎ (375)0017	永山2～7・貝取2～5・豊ヶ丘2～6・南野1	7/7(月)13:30～14:30 貝取こぶし館 7/15(火)13:30～14:30 豊ヶ丘老人福祉館 8/4(月)13:30～14:30 貝取こぶし館
北部 ☎ (357)3711	関戸1～5・一ノ宮	7/28(月)15:00～16:30 カフェシナモン
北部愛宕支所 ☎ (319)6411	愛宕・東寺方3・和田3・乞田・永山1・貝取1・豊ヶ丘1	7/19(土)10:00～12:00 コミュニティプレイスあたご(愛宕4-53-1) 8/16(土)10:00～12:00 コミュニティプレイスあたご



公民館スマホ教室「音声検索や地図アプリを使って場所の検索などを学ぶ体験編」

D7月11日(金)午後2時**場**永山公民館視聴覚室**対**市内在住・在勤者(未就学児不可)**定**12人(申し込み先着順)**内**画面操作・音声検索・地図の見方などのスマホ操作の初歩**講師**松井貴光氏(ドコモショップグリナード永山店)**持ち物**自身が利用しているスマートフォン**D**1011731**申**問6月23日(月)午前9時から、電話で、永山公民館**☎**(337)6661へ

スマートフォン相談会～高齢者向けスマートフォン体験事業～

D7月11日(金)午前10時～正午・午後1時～4時**場**関戸公民館創作室**対**スマートフォンの使用について疑問や不安のある60歳以上の都民**定**同時に2人まで(1人30分の入れ替え制)**持ち物**ご自身のスマートフォン**主催**東京都**D**1014739**申**当日直接会場へ**問**東京都スマートフォン普及啓発事業事務局**☎**03(6374)7746

スマートフォン教室(全4回)

【共通事項】
対スマートフォンをお持ちでないまたは使い慣れていない60歳以上の都民**定**各10人(応募者多数の場合は抽選)**内**基本操作、コミュニケーションなど**講師**東京都の委託による専門講師**持ち物**スマートフォン(お持ちの方)**主催**東京都**備考**最長3カ月

間のスマートフォン(Android)の貸し出しあり。講座内で東京都公式アプリを登録。初めて参加する方に東京ポイントを付与**D**1012114
●東寺方地区市民ホール第1会議室開催分
D7月4日・11日、8月1日・8日各金曜日午後1時～4時**申**問6月27日(金)までに、電話で、東京都スマートフォン普及啓発事業事務局**☎**03(6374)7746へ
●二幸産業・NSP**健康福祉プラザ**704研修室開催分
D7月16日(水)・18日(金)・23日(水)・25日(金)午後1時～4時**申**問7月9日(水)までに、電話で、東京都スマートフォン普及啓発事業事務局**☎**03(6374)7746へ



総合体育館空調設置工事に関する説明会

D6月29日(日)、7月5日(土)各午後1時30分～3時**場**総合体育館第2会議室**定**各40人(会場先着順)**内**今後のスケジュールや利用料金の改定予定について**D**1003836**申**当日直接会場へ**問**スポーツ振興課**☎**(338)6954

アクアブルー多摩開館時間変更

ロードレース開催による交通規制に伴い、開館時間を変更します。
D7月13日(日)**開館時間**午前10時**問**アクアブルー多摩**☎**(338)7667

蚊の発生防止にご協力ください

蚊が媒介する感染症の発生を防ぐ

ために、蚊の発生を抑制し、蚊に刺されないようにしましょう。

不要なたまり水をなくし、幼虫が増えるのを防ぎましょう。また、蚊に刺されないよう長袖・長ズボンの着用や、虫よけ剤を活用しましょう。
D1002381**問**環境政策課**☎**(338)6831・**FAX**(338)6857

災害への備えは万全ですか？ 防災用品をあっせんします

期間令和8年3月31日(火)まで**品目**家具転倒防止用品、感震ブレーカー、消火器、アルファ化米、保存水、簡易トイレ、トイレ用脱臭剤、口腔ケア用品、避難セット、カセットコンロなど**備考**8月18日(月)～9月26日(金)に市役所1階ロビーで見本を展示。詳細は、市役所2階防災安全課、多摩センター駅出張所、永山・関戸各公民館、各市立図書館、各老人福祉館、各コミュニティセンター、三方の森・連光寺各コミュニティ会館で配布のチラシ参照**D**1001555**問**防災安全課**☎**(338)6802

浸水対策・節水に役立つ雨水貯留槽購入費の一部を補助します

対100リットル以上の市販の雨水貯留槽を購入し、設置した方**補助額**購入した雨水貯留槽の本体価格の2分の1(上限30,000円)**備考**詳細は、公式ホームページを参照**D**1002428**問**下水道課**☎**(338)6842・**FAX**(339)4413

東京都多摩ニュータウン整備事務所および多摩ニュータウンまちづくりステーション移転

移転先住所諏訪2丁目12番地アクロスビル1階**アクセス**京王永山駅・小田急永山駅徒歩3分**業務開始日**8月1日(金)**備考**多摩ニュータウンまちづくりステーションの現住所での最終営業は6月30日(月)。詳細は、都市整備局**Q**https://www.toshiseibi.metro.tokyo.lg.jp/machizukuri/kozo_seibi/tamanew/seibijimu sho 参照**問**東京都都市整備局多摩ニュータウン整備事務所**☎**(389)2228

国民年金の任意加入で、将来の年金額を増やせます

60歳に到達した方は、国民年金の強制加入被保険者ではなくなりますが、65歳未満まで任意加入できる場合があります。
対20～60歳未満の国民年金保険料の納付月数が480月未満の方(老齢基礎年金の繰り上げ受給者や厚生年金加入者を除く)**対象期間**任意加入手続き日(60歳の誕生日前日以降)から、納付月数が480月に到達または65歳

の誕生日前日のいずれか早い方まで**持ち物**基礎年金番号または個人番号が分かるもの、預(貯)金通帳、金融機関届出印、年金記録が分かるもの・本人確認書類(運転免許証など)**備考**任意加入期間は免除などの利用不可。65～70歳未満で、任意加入をすることで受給資格(10年以上)を満たす方の特例制度あり(該当者は府中年金事務所へ要相談)**D**1001957**問**市役所保険年金課**☎**(338)6844、府中年金事務所**☎**042(361)1011



申問は各館へ。申し込みの記載がないものは当日直接会場へ
貝取こぶし館**D**1003172**☎**(389)4196
●セタコンサート
D7月6日(日)午後1時～3時30分(0時30分開場)**場**ホール**内**地域の音楽家の演奏発表**持ち物**上履き
●福祉なんでも相談
D7月7日(月)午後1時30分～2時30分**場**調理室**内**総合相談とミニ講座
●元気チェック
D7月10日(水)午後1時30分～3時**場**ホール**内**介護予防体操と血圧・握力などの測定
●スポーツウエルネス吹き矢体験教室
D7月13日(日)午後1時30分～2時30分**場**ホール**定**30人(会場先着順)**¥**110円(マウスピース代)
大栗川・かるがも館**D**1003176**☎**(372)7575
●「かるがも宿題クラブ」運営・相談サポーター募集
D毎週水曜日午後3時～5時**場**ロビーなど**内**小学生の宿題相談対応**対象科目**国語、算数**対**高校生以上**申**電話または直接、大栗川・かるがも館へ



令和7年度東京都立霊園の使用者

備考詳細は、6月13日(金)～7月4日(金)に、市役所1階案内、聖蹟桜ヶ丘駅・多摩センター駅各出張所、永山公民館で配布の申し込みしおり参照**D**1003151**問**(公財)東京都公園協会**☎**0570(783)802

図書館市民協働イベント

備考応募された企画は、9月に開催する決定会議で決定。詳細は、市公式・図書館ホームページ参照**D**1017418**申**7月1日(火)～31日(木)に、図書館ホームページのインターネット手続きまたは直接持参で、各市立図書館へ**問**中央図書館**☎**(373)7955