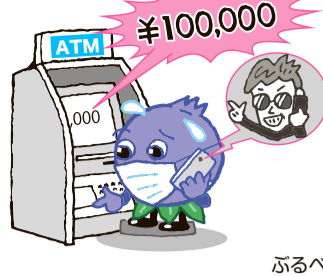




令和4年(2022年)
3/20
第1556号

市報

こだいら



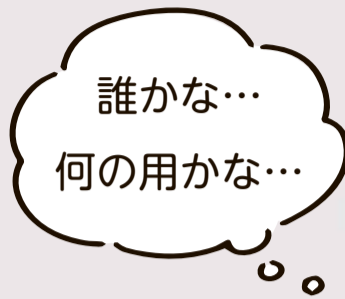
後期高齢者医療制度 自己負担割合が変更…2面
健診・病院などの情報がこの一冊に こだいら健康ガイド…3面
市長への手紙・市政への提言……………5面

やさしいにほんごでのお知らせ



ふるべー

ちょっと待って その電話 詐欺かもしれません



近年、特殊詐欺の被害が増加しています。被害に遭った方は、「自分がだまされるとは」と口にします。詐欺について知るだけでなく、対策を学ぶことで詐欺被害に遭わないようにしましょう。
問合せ 小平警察署生活安全課防犯係 ☎042(343)0110

小平市で1年間に 約1億6,000万円の被害

家族や知人、警察や役所、銀行の職員などを装って、お金をだまし取る詐欺などを特殊詐欺といい、被害は増加しています。被害に遭うのは高齢者がほとんどで、市内では、令和3年に約1億6,000万円(1件当たり約240万円)もの被害が出ています。息子や孫の名をかたり、金銭を要求してくるオレオレ詐欺をはじめ、さまざまな手口があります。特に被害が多い2つの詐欺と、その対策を紹介します。

キャッシュカードを渡してしまう キャッシュカード詐欺盗

電話で「キャッシュカードが不正に利用されています。お調べするので、キャッシュカードと暗証番号を確認しに伺います」などとうそを言い、訪問してきたときにキャッシュカードと暗証番号を書いた紙を封筒に入れさせ、隙を見てキャッシュカードを別のカードにすり替えます。警察官や銀行の職員が暗証番号を聞いたり、キャッシュカードを預かることはありません。
※市内では、受け子といわれる犯人の仲間が自宅にカードを取りに来る手口での被害が増加しています。

だまされないための対策

- ▷キャッシュカードや暗証番号は、他人に渡したり、教えたりしない
- ▷自宅に見知らぬ人が訪ねてきても、玄関を開けない



お金を受け取るはずが支払っている 還付金詐欺

ATM(現金自動預け払い機)の操作を携帯電話で誘導し、お金をだまし取ります。「医療費の過払い金があるので、ATMで手続きをしてください」などと言い、ATMの操作を指示してきます。言われるがままに操作をすると、いつの間にか犯人の口座にお金を振り込む形でだまし取られています。役所などの公的機関が、還付金をATMの操作により返還することはありません。
※警察では、STOP ATMでの携帯電話対策を実施中です。

だまされないための対策

- ▷ATMの付近で電話を控える
- ▷ATM付近で携帯電話を操作する高齢者を見かけたときは、声かけをする



詐欺に遭わないために

犯人は被害者の不安をあり、自分のペースに引き込んで話をしてくれます。自分はだまされないと思っていても、話しているうちにいつの間にかだまされてしまいます。犯人にだまされないために、以下のポイントを覚えてください。



小平警察署長 田中勇

これだけは覚えておきたい3つのポイント

◆知らない番号からの電話に出ない

自宅の電話は、常に留守番電話に設定してください。知らない番号や非通知番号からかかってきたときは、すぐには電話に出ず、録音されたメッセージなどを確認し、必要な人にだけ折り返し電話をしてください。
※防犯機能付電話や自動通話録音機を取り付けることが、詐欺防止に効果的です。



◆暗証番号は教えない

電話の相手が公的機関の職員などを名乗っても、暗証番号や預金残高は絶対に教えないでください。



◆キャッシュカードは渡さない

銀行の職員や警察官などに成り済まして「キャッシュカードを預かります」と訪ねて来ても、玄関を開けず、キャッシュカードや現金は絶対に渡さないでください。

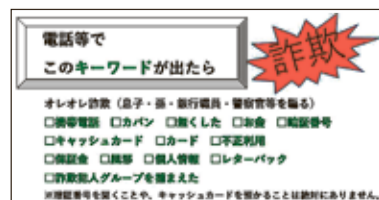


電話に出る時に、これらのポイントを頭に入れておくだけでも、被害に遭う確率を格段に減らせます。また、家族で電話をかけるときの合言葉などを決めておくことも大切です。詐欺を他人事だと思わずに、家族・地域の絆で被害を防ぎましょう。

おかしいと思ったらすぐに相談を

詐欺の手口や被害を知っていても、いざ自分の身に起きると、焦って被害に遭ってしまうことがあります。電話をしていておかしいと感じたら、迷わず110番通報をしてください。

小平警察署では、詐欺の電話で犯人がよく使うキーワード集のチラシ(上図)を配布しています。電話機の周辺に貼り付けるなど、電話をするときに目に入る場所に用意して、詐欺を防止しましょう。
問合せ 小平警察署生活安全課防犯係 ☎042(343)0110



4月24日(日) マイナンバーカードを受け取れる 臨時交付窓口を開設

マイナンバーカードの申請が済み、交付通知書が届いている方は、マイナンバーカードを受け取り以外の手続きはできません。
※マイナンバーカードを受け取っていない方には、勸奨通知書を送付していただきます。取り置き期限が過ぎたカードは、廃棄する場合があります。保管状況は、問合せ先へご確認ください。

とき 4月24日(日) 午前9時～午後4時
ところ 市民課(市役所1階)
定員 百8人
申込み 4月21日(木)の正午までに、問合せ先へ(先着順)
※小平市マイナンバーカード交付窓口

国民健康保険税 年金からの引き落とし

国民健康保険の加入者全員が65歳以上の世帯は、原則、国民健康保険税は年金からの引き落とし(年金特別徴収)になります。
現在、年金特別徴収で国民健康保険税を納めている方は、令和4年2月時と同額を、令和4年4月・6月・8月の年金から引き落としします。
年金特別徴収の方も、申し込むと、納付方法を口座振替に変更できます。

※年金特別徴収の条件に当てはまらない場合は、年度途中でも納付書または口座振替による納付方法に切り替わります。
問合せ 保険年金課 ☎042(346)9530

後期高齢者医療制度 自己負担割合が変更

令和4年10月1日から、医療機関などの窓口で支払う医療費の自己負担割合が変更されます。

令和4年9月30日まで		令和4年10月1日から	
区分	自己負担割合	区分	自己負担割合
現役並み所得者	3割	現役並み所得者	3割
一般所得者	1割	一定以上の所得のある方	2割
		一般所得者	1割

※2割負担の所得基準は、単身世帯の場合は課税所得が28万円以上、年収200万円以上の方、複数世帯の場合は、課税所得が28万円以上、後期高齢者の年収の合計が320万円以上の方です。現役並み所得者(3割負担)の条件の変更はありません。

口予約システム(下図QRコード)からも申し込みます。
問合せ 小平市マイナンバーコールセンター ☎042(346)9841



市内の公共施設で マイナンバーカードの 交付申請をサポート

地域の公共施設で、マイナンバーカード申請のサポートをします。申請書の記入方法の説明やマイナンバーカード用の写真撮影、申請書の受け付けまでを行います。当日の持ち物など、詳しくは小平市ホームページをご覧ください。
※写真撮影費や申請書の郵送料はかかりません。
日程 4月21日(木) 小川西町中宿地域センター
4月28日(木) 御幸地域センター

担割合が、一部変更になります。現行の1割または3割に、新たに2割が追加され、3区分となります(左表参照)。一定以上の所得のある方は、現役並み所得者(3割負担)を除き、自己負担が2割になります。
※変更後の自己負担割合は、8月下旬ごろから判定が可能になるため、「自分は2割負担になるのか」などのお問い合わせには回答できません。
※9月下旬に、被保険者証の発送を予定しています。
問合せ 後期高齢者医療の窓口負担割合に関する厚生労働省コールセンター ☎0120(002)719(日曜日、祝日を除く、午前9時～午後6時)
▽東京都後期高齢者医療広域連合 ☎0570(086)519(土曜・日曜日、祝日を除く、午前9時～午後5時)
▽保険年金課 ☎042(346)9538

心身障がい者 自動車ガソリン費の 補助請求を

月50円を限度として、1円につきガソリン税額相当分54円を補助します。
補助請求を

5月12日(木) 学園西町地域センター
5月19日(木) 小川東町地域センター
5月26日(木) 天神地域センター
※いずれも午前10時から正午まで、午後1時から4時まで。
申込み 実施日の2日前(土曜日を除く)の正午までに、電話で問合せ先へ(先着順)
問合せ 小平市マイナンバーコールセンター ☎042(346)9841

クレジットカード納付 サイトが変更

ヤフー公金支払いを利用した市税などのクレジットカード納付は、3月30日で終了します。4月1日から、Freee公金支払いを利用した納付をお願いします。ペイジーマークのある納付書のうち、納付可能

固定資産税 縦覧・閲覧制度の 活用

令和4年度の固定資産の評価額、税額などの確認に、縦覧・閲覧制度をご利用ください。
縦覧・閲覧制度とは、縦覧・閲覧制度を比較できる書類(貸借借

5月12日(木) 学園西町地域センター
5月19日(木) 小川東町地域センター
5月26日(木) 天神地域センター
※いずれも午前10時から正午まで、午後1時から4時まで。
申込み 実施日の2日前(土曜日を除く)の正午までに、電話で問合せ先へ(先着順)
問合せ 小平市マイナンバーコールセンター ☎042(346)9841

福祉タクシー 利用券を交付

福祉タクシー利用料金の補助を受けている方に、令和4年度分を交付します。
とき 3月24日(木)から

解体工事・リフォーム工事 発注する方 アスベストの事前調査を

建築時期・規模・用途を問わず、すべての建物(建築物・工作物)の解体・リフォーム(改造・補修)工事を行うときは、事前にアスベスト含有建材の有無を調査する必要があります。
また、令和4年4月1日以降に着工する、一定の規模以上の工事の事前調査結果は、自治体への報告が必要になります。詳しくは、ホームページをご覧ください。
※事前調査は、建物の解体・リフォーム工事を行う元請負業者または自主施行者が行います。
問合せ 環境政策課 ☎042(346)9536

夜間納税窓口 3月25日(金)に開設

は庁舎北側
※来庁の際は、納税通知書をお持ちください。
※夜間窓口では、納税証明書の発行はできません。
問合せ 収納課 ☎042(346)526

市税の納期内納付に ご協力を

市税は行政サービスの提供に供する貴重な財源です。市税の納期内納付にご協力をお願いします。
納期限を過ぎると、ゆうちょ銀行・郵便局での納付、クレジットカードによる納付ができなくなります。また、コンビニエンスストアとスマートフォンアプリでは、納期限の翌日から35日を過ぎると納付ができなくなります。詳しくは、お問い合わせください。
問合せ 収納課 ☎042(346)527

縦覧・閲覧制度の 活用

令和4年度の固定資産の評価額、税額などの確認に、縦覧・閲覧制度をご利用ください。
縦覧・閲覧制度とは、縦覧・閲覧制度を比較できる書類(貸借借

審議会などの 日程

傍聴する方は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスクの着用をお願いします。また、自宅で検温し、体調不良の方は傍聴をお控えください。会議録は後日、市政資料コーナー(市役所1階)、小平市ホームページでご覧になれます。
問合せ 保険年金課 ☎042(346)9529

公民館運営審議会

4月12日(火) 午後2時から
中央公民館
定員 5人
申込み 当日、午後1時50分から、会場受付(申込み多数の場合は抽選)
問合せ 中央公民館 ☎042(341)0861

国民健康保険 納税相談

は、お問い合わせください。
※督促状が發送されるほか、延滞金の徴収、差押えなどの滞納処分を受けることがあります。
新型コロナウイルス感染症の影響で、収入が大幅に減少した、事業の継続が難しくなったなど、市税を納期限内に納付できない事情がある方は、納税が猶予される場合があります。詳しくは、お問い合わせください。
問合せ 収納課 ☎042(346)527

審議会などの 日程

傍聴する方は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスクの着用をお願いします。また、自宅で検温し、体調不良の方は傍聴をお控えください。会議録は後日、市政資料コーナー(市役所1階)、小平市ホームページでご覧になれます。
問合せ 保険年金課 ☎042(346)9529

公民館運営審議会

4月12日(火) 午後2時から
中央公民館
定員 5人
申込み 当日、午後1時50分から、会場受付(申込み多数の場合は抽選)
問合せ 中央公民館 ☎042(341)0861

縦覧・閲覧制度の 活用

令和4年度の固定資産の評価額、税額などの確認に、縦覧・閲覧制度をご利用ください。
縦覧・閲覧制度とは、縦覧・閲覧制度を比較できる書類(貸借借

審議会などの 日程

傍聴する方は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスクの着用をお願いします。また、自宅で検温し、体調不良の方は傍聴をお控えください。会議録は後日、市政資料コーナー(市役所1階)、小平市ホームページでご覧になれます。
問合せ 保険年金課 ☎042(346)9529

公民館運営審議会

4月12日(火) 午後2時から
中央公民館
定員 5人
申込み 当日、午後1時50分から、会場受付(申込み多数の場合は抽選)
問合せ 中央公民館 ☎042(341)0861

縦覧・閲覧制度の 活用

令和4年度の固定資産の評価額、税額などの確認に、縦覧・閲覧制度をご利用ください。
縦覧・閲覧制度とは、縦覧・閲覧制度を比較できる書類(貸借借

審議会などの 日程

傍聴する方は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスクの着用をお願いします。また、自宅で検温し、体調不良の方は傍聴をお控えください。会議録は後日、市政資料コーナー(市役所1階)、小平市ホームページでご覧になれます。
問合せ 保険年金課 ☎042(346)9529

公民館運営審議会

4月12日(火) 午後2時から
中央公民館
定員 5人
申込み 当日、午後1時50分から、会場受付(申込み多数の場合は抽選)
問合せ 中央公民館 ☎042(341)0861

縦覧・閲覧制度の 活用

令和4年度の固定資産の評価額、税額などの確認に、縦覧・閲覧制度をご利用ください。
縦覧・閲覧制度とは、縦覧・閲覧制度を比較できる書類(貸借借

審議会などの 日程

傍聴する方は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスクの着用をお願いします。また、自宅で検温し、体調不良の方は傍聴をお控えください。会議録は後日、市政資料コーナー(市役所1階)、小平市ホームページでご覧になれます。
問合せ 保険年金課 ☎042(346)9529

公民館運営審議会

4月12日(火) 午後2時から
中央公民館
定員 5人
申込み 当日、午後1時50分から、会場受付(申込み多数の場合は抽選)
問合せ 中央公民館 ☎042(341)0861

縦覧・閲覧制度の 活用

令和4年度の固定資産の評価額、税額などの確認に、縦覧・閲覧制度をご利用ください。
縦覧・閲覧制度とは、縦覧・閲覧制度を比較できる書類(貸借借

審議会などの 日程

傍聴する方は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスクの着用をお願いします。また、自宅で検温し、体調不良の方は傍聴をお控えください。会議録は後日、市政資料コーナー(市役所1階)、小平市ホームページでご覧になれます。
問合せ 保険年金課 ☎042(346)9529

公民館運営審議会

4月12日(火) 午後2時から
中央公民館
定員 5人
申込み 当日、午後1時50分から、会場受付(申込み多数の場合は抽選)
問合せ 中央公民館 ☎042(341)0861





乳がん・子宮頸がん セット 検診

とき 6月上旬、令和5年2月28日(火)

ところ 小金井つるかめクリニック (小金井市本町6-14-28)

費用 1千円(生活保護受給者は受診時に生活保護受給証明書を提出すれば無料)

対象 市内在住で40歳以上(昭和58年3月31日以前生まれ)の女性

定員 1千5百人

受診できない方 △令和3年度に、小平市子宮頸がん検診または乳がん検診(マンモグラフィ検査)を受診した方

した(国の指針でマンモグラフィ検査は2年に1回)

▽妊娠中または妊娠の可能性がある

▽授乳中、断乳後半年未満

▽ペースメーカーを装着している

▽豊胸手術を受けた

▽脳内チューブ(シャント)をしている

▽胸部外傷で治療中である

▽以前に精密検査を受け、医療機関で治療中および経過観察中である

▽申込み後に市外へ転出した

内容 △子宮頸がん：問診、視診、内診、細胞診

△乳がん：問診、視診、触診、乳房X線検査(マンモグラフィ検査)

申込み 3月22日(火) から令和5

小金井つるかめクリニック 乳がん・子宮頸がんセット 検診申込書

- 氏名(ふりがな)
- 住所(〒187-) 小平市
- 電話番号()
- 生年月日 年 月 日 大・昭

年1月31日(火)まで(消印有効)に、はがきに必要な事項(左図参照)を記入のうえ、問合せ先へ(先着順)を健康センター、東部・西部出張所、動く市役所にある申込用紙または東京電子自治体共同運営サービスのホームページ(紙面欄外QRコード)から申し込みます。

※検診票の発送は、5月上旬以降です。小平市・国分寺市の指定医療機関での子宮頸がん検診は、問合せ先で申し込みます。

問合せ 健康センター(〒187-0004) 3 学園東町一丁目19番12号 ☎042(346)3700

運動を始めるきっかけがない方、コロナ禍で運動不足が気になる方は、この機会に気軽に参加してみませんか。

対象 次のすべてに該当する方

▽市内在住で20歳以上

▽健康関連のアンケート調査に協力できる

▽令和5年3月まで継続して参加できる

定員 ①活動量計：2百人、②スマートフォン用アプリ：2百人

申込み ①3月22日(火) から4月15日(金)まで(消印有効)に、はがきに「こだい健康ポイント」と明記し、住所、氏名、生年月日、電話番号、身長、ニックネーム(システム上の呼び名、ひらがな・カタカナ・英数字で2文字以上10文字以内)を記入のうえ、問合せ先へ送付(先着順)

※健康センター、東部・西部出張所、動く市役所にある申込用紙または東京電子自治体共同運営サービス(紙

面欄外QRコード)から申し込みます。

②東京電子自治体共同運営サービスへ(先着順)

問合せ 健康センター(〒187-0004) 3 学園東町一丁目19番12号 ☎042(346)3701

1. ジからもご覧になれます。

問合せ 健康センター ☎042(346)3700

減塩チャレンジ

塩分計を使って自分の味覚を知り、減塩にチャレンジしてみませんか。ミニ講話では、今日から簡単にできる減塩のこつをお伝えします。

とき 4月18日(月) 午前9時30分～10時30分、午前11時～正午

ところ 健康センター4階視聴覚室

対象 市内在住の方

※初めての方を優先します。

定員 各15人

内容 栄養ミニ講話、塩分計の貸し出し

持ち物 筆記用具、参加カード(お持ちの方)

申込み 3月22日(火) から、健康センターへ(電話可、先着順) ☎042(346)3701

健康福祉事務センター 手話通訳者を配置

市では、情報の伝達に手話が必要とする方のために、手話通訳者を配置しています。

とき 4月5日・19日の火曜日 午前9時～午後5時

ところ 健康福祉事務センター1階

問合せ 障がい者支援課 ☎042(346)9540、FAX042(346)9541



※③は、講習会修了後、手話通訳者登録試験に合格すると、市の登録手話通訳者として活動できます。

申込み 4月8日(金)まで(必着)に、申込書を問合せ先へ持参または送付(実技試験で受講者を決定)

※実技試験は、4月21日(木)の午後7時から、福祉会館で実施します。

※申込書は、障がい者支援課(健康福祉事務センター1階)にあるほか、小平市ホームページからダウンロードもできます。

問合せ 障がい者支援課(〒187-0701 小平市役所) ☎042(346)9540、FAX042(346)9541

地域リハビリテーション 利用者 を募集

◆障害者総合支援法に基づく機能訓練

病気や事故などによる障がいなどで日常生活に支障のある方が、地域で安心して暮らすために必要な訓練(リハビリテーション、生活機能訓練、レクリエーションなど)を受けられます。

とき 月曜～金曜日 午前10時～午後2時

ところ あおぞら福祉センター(鈴木町1-472)

費用 障害者総合支援法の規定に基づく負担額

対象 市内在住の65歳未満で、身体機能・生活能力の維持向上の支援が必要な、障害者手帳をお持ちの方

※介護保険の第2号被保険者で要介護等認定を受けている方は、対象外です。

※送迎バスあります(要相談)。

問合せ あおぞら福祉センター ☎042(326)4980、FAX042(326)4976

手話通訳者養成講習会

手話の学習や、地域で活動する手話通訳者になるための講習会です。

とき 5月12日(祝)、令和5年1月26日の木曜日(祝日)、クラス別実技試験日を除く) 午後7時から 全35回

ところ 福祉会館ほか

対象 市内在住で聴覚障がい者の福祉に理解と情熱があり、将来手話通訳者として活動できる方

①中級クラス(手話講習会の初級を修了した方または同程度)、②上級クラス(手話講習会の中級を修了した方または同程度)、③通訳クラス(手話講習会の上級を修了した方または同程度)

定員 ①25人程度、②15人程度、③10人程度

初心者手話講習会

とき 5月19日(祝)から令和5年3月16日の木曜日 午前10時～11時45分 全35回

ところ 福祉会館

費用 1千3百円

対象 市内在住・在勤・在学中、手話を学び、ボランティア活動に参加したい方

※再受講はできません。

成人健康教室・相談などの日程

問合せ(申込み) 健康センター 〒187-0043 学園東町一丁目19番12号 ☎042(346)3701

とき	内容・持ち物	定員・申込みほか
4月12日(火) 午前の指定する時間	内容…健康診断や人間ドックの結果を基にした、主に生活習慣病予防に関する個別相談	定員…各4人 事前に問合せ先へ(先着順)
4月25日(月) 午後の指定する時間	持ち物…直近の健診や人間ドックの結果、お薬手帳、参加カード(お持ちの方)、簡単な食事記録メモ(3日間分程度)	

※会場は健康センター、対象は市内在住の方。車での来場はご遠慮ください。

乳幼児の教室・相談などの日程

問合せ(申込み) 健康センター 〒187-0043 学園東町一丁目19番12号 ☎042(346)3701

とき	対象	持ち物	定員・申込みほか
4月12日(火) ステップ1…午前9時45分から ステップ2…午前10時45分から	市内在住の方(ステップごとに対象が異なる(下記参照))	母子健康手帳	各回10組 3月22日(火)から、電話で問合せ先へ ※保護者の方は最少人数で来所してください。
4月22日(金) ステップ1…午後1時30分から ステップ2…午後2時30分から ステップ3…午前9時45分から ステップ4…午前10時45分から			

※会場は健康センター。車での来場はご遠慮ください。

※ステップ1…5・6か月児、ステップ2…7・8か月児、ステップ3…9～11か月児、ステップ4…1歳～1歳6か月児。

休日応急診療・準夜応急診療 (内科・小児科)

日程	診療時間	名称	所在地	電話番号
休日応急診療	日曜日、祝日、年末年始	午前9時～午後5時	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) 042(346)3706 (左記診療時間内)
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 (受付は10時15分まで)		

※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。健康保険証、各種医療費受給者証を忘れずにお持ちください。

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
3月20日(日)	みはら 歯科	小川町1-419-50	042(343)1814
3月21日(月・祝)	尚原 歯科 医院	学園西町2-18-3	042(341)9432
3月27日(日)	三浦 歯科 クリニック	小川東町1-30-9 2階	042(345)5789
4月3日(日)	上田 歯科 医院	学園東町1-2-5	042(341)3919

※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。

東京都による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、プッシュ回線から) 042(521)2323 (ダイヤル回線から)	救急車を呼ぶべきか迷った場合の相談・24時間
小平消防署 病院・診療所案内	042(341)0119	救急医療機関の案内・24時間
東京都医療機関案内 サービス(ひまわり)	03(5272)0303	診療中の医療機関の案内・24時間



健康ガイドには、子どもから大人までの健診・検診、相談、教室の日程や申込み方法、市内の医療機関などが掲載されているほか、申込み用紙のダウンロードも可能です。

ガイドは、4月上旬から、各家庭に配布します。ぜひ手元に置いて、健康づくりなどに活用ください。

ガイドの内容は、小平市ホームページからダウンロード可能。

大人のための運動教室

誰でも気軽にできる全身の筋力と歩き方をお伝えします。引き締まった美しい身体を作りたい方、筋力・体力アップを目指したい方におすす

内容 講話、運動実技
対象 市内在住の方
定員 64歳以下10人、65歳以上10人

持ち物 飲み物、フェイスタオル、参加カード(お持ちの方)
申込み 3月22日(火)から、健康センターへ(電話可、先着順) ☎042(346)3701

こだ健体操教室

運動不足を感じていませんか。家ででも気軽にできるこだ健体操や筋力で、足・腰の筋力アップや全身のバランス能力向上を目指しましょう。

内容 講話、運動実技
対象 市内在住の方
定員 64歳以下10人、65歳以上10人

ノルディックウォーキング教室

ノルディックウォーキングは、2本のポールを使って歩く全身運動です。姿勢の改善、シェイプアップ、肩こり解消、血行不良の改善にも最適です。新緑のグリーンロードを歩いて健康になりましょう。

対象 市内在住・在勤・在学の方
※当日、どちらか選べます。



定員 30人
持ち物 タオル、飲み物、ノルディックポール(お持ちの方)、リュックなどの両手が空くバック

申込み 4月6日(水)まで(必着)
申込先 電子メールに教室名、住所、氏名、年齢、電話番号を入力の上、文化スポーツ課へ(電話可、申込み多数の場合は抽選) ☎042(346)9612、✉cdcc0020@city.kodaira.jp

スポーツイベント

市民総合体育館 (〒187-0025 津田町一丁目1番1号) ☎042(343)1611

日...日時 場...場所 費...費用 対...対象 種...種目 定...定員 内...内容
申...申込み HP...ホームページ検索 問...問合せ先

※体育館...市民総合体育館。種目の内容など、詳しくは大会要項をご覧ください。各問合せ先へ。大会要項は体育協会(市民総合体育館内)にあります。

第48回小平市陸上競技記録会 (小平市陸上競技協会)
第6回 やってみよう ソフトテニス (小平市ソフトテニス連盟)
第1回 水中ウォーキング教室 (小平市水泳協会)

第48回小平市陸上競技記録会 (小平市陸上競技協会)
第6回 やってみよう ソフトテニス (小平市ソフトテニス連盟)
第1回 水中ウォーキング教室 (小平市水泳協会)

Table with 7 columns: イベント名, とき, ところ, 費用, 申込み・問合せ, 備考. Includes events like 自転車スイスイ講演会, ギター入門, 高齢者社交ダンス.

掲載希望団体は秘書広報課、公民館利用団体は各公民館へ ▷政治、宗教、営利不可 ▷先着順で受付 ▷添削あり ▷掲載後の責任は負いかねます 秘書広報課☎042(346)9505

ご利用ください 市民無料相談 市民課市民相談担当

Table with 4 columns: 相談名, 担当者, 相談日, 相談時間など. Lists consultation services like 法律相談, 税務相談, 交通事故相談.

申請は6月30日(木)まで 給付金・支援金の情報

下記の給付金・支援金の申請は、6月30日(木)まで(消印有効)です。支給には要件があります。詳しくは、お問い合わせください。

◆新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金
対象 総合支援資金の再貸付が終了した世帯や、再貸付が承認されなかった世帯等
問合せ 小平市コロナウイルス生活困窮者自立支援金コールセンター ☎0120(551)780

市長のこぼれ話

年度末を迎えて

卒業シーズンを迎えた。コロナ禍で思い通りにならなかったことも多かったと思うが、無事課程を修了し、新たなステージへと進む皆様にエールを送りたい。

年度末を迎え、市としても、振り返ればコロナ対策に走り回った一年といえる。

しかし、今後は福祉会館を含む中央エリアの再編成や大規模な都市計画公園の整備、駅前再開発など街づくりが進む。

前向き、新たな気持ちで新年を迎えよう。

小平市長 小林洋子



新型コロナウイルス ワクチン接種の情報

新型コロナウイルスワクチンの接種券を順次発送しています。接種券に同封の説明書や小平市ホームページなどを確認し、副反応など、接種の際のリスクを理解したうえで、接種を検討してください。接種は強制ではありません。

接種券の発送日程

令和3年10月に2回目のワクチン接種をした方への、接種券発送の日程が変更になりました。

Table with 3 columns: 2回目の接種日, 接種券発送日, 3回目接種可能日. Rows show dates from October 1st to 30th, 2021, and corresponding vaccination dates in April 2022.

18歳以上の方の3回目接種

3月22日(火)から、個別接種の4月分の予約枠を開放します。集団接種は、4月16日(土)まで予約枠を開放します。4月23日(土)以降の予約は、決まりしだい、市報こたていらや小平市ホームページでお知らせします。

5歳から11歳までの方の1・2回目接種

3月28日(月)から、1回目が4月分の予約枠を開放します。1・2回目をセットで予約できます。

接種会場

◆集団接種会場

▷4月16日(土)まで…福祉会館前市民広場特設会場
▷4月23日(土)から…18歳以上の方は健康センター、5歳～11歳の方はルネサスエレクトロニクス株式会社

◆個別接種会場

※医療機関の一覧など、詳しくは小平市ホームページをご覧ください。

ワクチン接種に関する問合せ

◆電話での予約や相談など

▷小平市コロナワクチンコールセンター ☎0120(985)365 (月曜～土曜日(祝日を除く)、午前9時～午後6時)

◆予約以外の相談など

▷市役所5階503会議室 ☎042(312)1289 (月曜～金曜日(祝日を除く)、午前8時30分～午後5時)

住民税非課税世帯等へ

臨時特別給付金を支給

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中、さまざまな困難に直面した方々が速やかに生活・暮らしの支援を受けられるよう、令和3年度住民税非課税世帯等に対して、給付金を支給します。

給付額

1世帯当たり10万円
※1世帯につき一度まで。住民税非課税世帯と家計急変世帯の重複受給はできません。

給付時期

確認書(または申請書)を受理し、審査が終わりしだい、順次振り込み

申請書類や申請方法など、詳しくは小平市ホームページをご覧ください。



対象

◆住民税非課税世帯

令和3年12月10日時点で、小平市に住民登録があり、世帯全員の令和3年度住民税均等割が非課税で、①・②のいずれかに該当する世帯

①世帯のすべての方が、令和3年1月1日以前から現住所に住んでいる

対象と思われる世帯に、確認書を送付しました。同封の記入例を参考に、対象要件に合致することを確認のうえ、必要書類を送付してください。

確認事項 ▷記載された給付金振り込み口座番号に誤りがないこと
▷住民税が課税されている方の扶養親族のみの世帯ではないこと

提出期限 確認書に記載されている期限まで

②世帯の中に、令和3年1月2日以降に転入した方がいる

申請が必要です。

小平市ホームページから申請書をダウンロードし、必要事項を記入のうえ、必要書類と併せて送付先へ提出してください。

※申請書をダウンロードできない方は、お問い合わせください。

提出期限 9月30日(金)まで(必着)

◆家計急変世帯

次のすべてに該当する世帯

▷新型コロナウイルス感染症の影響を受けて、令和3年1月から令和4年9月までの間で、家計が急変した
▷世帯全員それぞれの年収見込み額が、住民税非課税水準に相当する額以下になった

申請が必要です。

小平市ホームページから申請書をダウンロードし、必要事項を記入のうえ、必要書類と一緒に送付先へ提出してください。

※申請書をダウンロードできない方は、お問い合わせください。

提出期限 9月30日(金)まで(必着)

※新型コロナウイルス感染症の影響でない収入減少などにより、給付金を申請した場合、不正受給(詐欺罪)に問われる場合があります。

住民税均等割非課税相当水準の判別方法

令和3年1月以降、任意の1か月の収入を年収に換算して判定します。収入の種類は、給与、事業、不動産、年金などです。

申請時点の世帯状況で、令和3年度分住民税均等割が課税されている世帯全員のそれぞれの収入または所得について判定します。

※非課税の公的年金等収入(遺族・障害年金など)は含みません。

申請書などの送付先

〒170-8750 豊島区東池袋4-5-2 ライズアリーナビル13階
小平市臨時特別給付金担当

詐欺にご注意を

臨時特別給付金をかたる振り込め詐欺や、個人情報の詐取にご注意ください。自宅や職場などに都道府県、市区町村や国(の職員)などをかたる不審な電話や郵便があった場合には、ご相談ください。

問合せ ▷消費者ホットライン188 ☎188

▷新型コロナウイルス給付金関連消費者ホットライン ☎0120(213)188

問合せ

▷小平市臨時特別給付金コールセンター

☎0120(929)984 (平日の午前9時～午後5時15分)