

ち と う ぶ

発行：調布市（毎月5日・20日発行）所在地：〒182-8511 東京都調布市小島町2-35-1
編集：行政経営部広報課 市ホームページ：<https://www.city.chofu.lg.jp/>

市役所代表：
☎042-481-7111

CONTENTS(主な内容)

- | | |
|----------------------------------|----|
| 調布ヶ丘地域福祉センターが
リニューアルオープン..... | 4 |
| 平和祈念事業..... | 4 |
| 読売ジャイアンツの選手が調布市広報大使に就任..... | 7 |
| 3・4月の市民課窓口は大変混みあいます..... | 12 |

市報ちょうふの配布に関する問い合わせ

市報ちょうふ配布センター（配布受託業者（株）小平広告）

042-300-3131



市内には、子どもも大人も気軽に楽しく学べるスポットや、貴重な体験ができる魅力的なスポットがたくさんあります。

今回は、その一部を紹介します。春休みなどに行ってみてはいかがですか。

詳細は2・3面をご覧ください →

手をつなぐ樹
438

438

同世代の友人と久し振りに会つた。彼の日常生活はすでに悠々自適。趣味や健康維持のための活動を活発に行つており、充実した日々を過ごしているよう見受けられる。

「うらやましい生活ぶりだな」と言うと、「いや、いざ時間ができると案外思つた通りにはいかないものだ」。

そんなものなのかなと思いつつ、やはり自分の余生について考えを巡らせてしまう。そして、行く末に思いを寄せるとき、自然に来し方にも話が及ぶ。

「我々は、まずまずいい時代を生きたと言えるのかな」と水を向けると、「それは間違いないな」。何といっても親の世代と違ひ、あの悲惨な戦争を体験していない。そして青春時代には、高度経済成長の熱気の中で国力の大いなる伸張を信じて疑わなかつた。

そんな会話が進むうちに、彼が妙なことを言う。「忙しかつたがすごく充実していた。自分でもよく働いたと思う。ただ、今思い起こしても不思議に思うことがある。繁忙度が極めて高い、いわゆるハイの状態の時に、時折不意に何もかもがふつと虚しくなるような、たとえて言えば車のギアがニュートラルのまま急に入らなくなつてしまふようなことがあった。あれは一体何だつたのかな」。

そう言われれば私も思つたるふしがある。脈絡なく訪れる日常のすべての事象に対する虚無的な感覚。あれは若いがゆえの暴走を防ぐための、ATC（註）のようなものだつたのだろうか。はたして。

(註) Automatic Train Control 自動列車制御装置。

●市報3月5日号の掲載情報は2月26日時点のものです

TOPICS トピックス

新型コロナワクチン

全額公費（無料）接種が 3月31日(日)で終了

接種希望者は、市内の医療機関または東京都の大規模接種会場で接種を受けられます。

調布市新型コロナワクチンコールセンター ☎ 0120-139-710

※ 3月29日(金)午後5時をもってコールセンターの運用は終了



調布ヶ丘地域福祉センターが リニューアルオープン

内装の改修や照明設備のLED化、空調設備の更新などを実施し、リニューアルオープンしました。また、市民課の住民票等証明書発行窓口も業務を再開しています。

調布ヶ丘地域福祉センター：協働推進課 ☎ 481-7122

住民票等証明書発行窓口：市民課 ☎ 481-7041

三菱UFJ銀行窓口での公金取扱い終了

終了時期／3月31日(日)

※地方税統一QRコード付き納付書による窓口での納付は、引き続きできます

問会計課 ☎ 481-7156

オープンハウス

つつじヶ丘駅・柴崎駅周辺地区 まちづくり方針の策定

つつじヶ丘駅・柴崎駅周辺地区まちづくり方針の内容についてパネルを用いて説明します。

Ⓐつつじヶ丘会場 ①3月20日(祝)午前10時～午後1時②26日(祝)午後4時～7時 ①市立滝坂小学校校庭②つつじヶ丘駅北口1階エスカレーター脇イベントスペース

Ⓑ柴崎会場 ①3月20日(祝)・21日(休) 午後4時～7時 ①柴崎駅北側事業用地

ⒶⒷ共に

①当日直接会場へ ②入退場自由。車での来場不可

問都市計画課 ☎ 481-7444

審議会等の会議の傍聴

※車いすや手話通訳を希望する場合は要事前相談

令和5年度第6回調布市社会教育委員会の会議

日 3月19日(祝)午後1時30分～3時30分 (受付1時15分～)
所 教育会館3階302・303研修室 定当日先着5人

問社会教育課 ☎ 481-7490

第8回地域福祉推進会議

日 3月19日(祝)午後6時30分～8時
所 総合福祉センター2階201～203会議室 定当日先着5人

問福祉総務課 ☎ 481-7101

第3回男女共同参画推進センター運営委員会

日 3月19日(祝)午後6時30分～8時 (受付6時20分～)
定申し込み順5人 回オンラインで開催

申間 3月15日(金)午後5時までにEメールで多様性社会・男女共同参画推進課 ☎ 443-1213・E danjyo@city.chofu.lg.jp

第7回子ども・子育て会議

日 3月22日(金)午後6時30分～8時30分 (受付6時～) (予定)
所 文化会館たづくり西館3階健康増進室

定当日先着6人

問子ども政策課 ☎ 481-7757

第3回下水道事業経営戦略改定検討に係る専門委員会

日 3月27日(祝)午前10時～ (受付9時45分～)
所 文化会館たづくり10階1002学習室

定当日先着5人

問下水道課 ☎ 481-7231



平和祈念事業



3月10日(日)は「東京都平和の日」～黙とうにご参加ください～

東京都平和の日記念式典では、東京大空襲をはじめ戦災で亡くなられた方々のご冥福をお祈りするとともに、世界の恒久平和を願い、1分間の「黙とう」を行います。市でも、広島派遣に参加した中学生「ちようふピースメッセンジャー2023」が、防災行政無線で市内へ黙とうを呼びかけます。

問東京都平和の日／

東京都生活文化スポーツ局

企画調整課 ☎ 03-5000-7230

黙とう／文化生涯学習課

☎ 481-7139



ちようふピースメッセンジャーとは

市民の代表として、被爆地派遣に参加した市内の中学生です。戦争の悲惨さや平和の大切さについて学び、市内外に向けて平和への想いを発信します。

問文化生涯学習課 ☎ 481-7139

東京空襲資料展

東京都平和の日関連事業として、戦中・戦後の生活や労苦を物語る資料に加え、当時の様子を写した資料などを展示します。

期 3月7日(木)～14日(木) 所 文化会館たづくり1階エントランス

調布っ子“平和なまち”

絵画コンテスト2023作品展

応募のあった作品と平和首長会議の絵画コンテストで受賞した世界の子どもたちの作品を展示します。

期 3月7日(木)～14日(木) 所 文化会館たづくり1階エントランス

回 10日(日)午前11時からエントランスステージで授賞式を実施



調布市長賞
白井美菜



3月の休日ゆりかご調布面接

日 時	場 所	定 員	申しこみ締め切り
9日(土)午前	健康推進課	申し込み順7人	8日(金)正午
24日(日)午後	すこやか	申し込み順5人	22日(金)正午

内妊娠・出産・子育てに関する相談や利用できるサービスなどの紹介、育児ギフトのプレゼント。同時に母子健康手帳を交付 申3月6日(火)午前9時から電話で健康推進課☎441-6081または、すこやか☎481-7733 他オンライン面接や母子健康手帳の郵送交付も実施。面接は予約制。詳細は市HP参照 関健康推進課☎441-6081

7~9ヶ月児の もぐもぐ離乳食講座

専用フォーム



日 4月11日(木)午前9時50分~11時15分
所文化会館たづくり西館保健センター2階
対令和5年7~9月生まれの子どもと保護者
内離乳食のすすめ方、食べさせ方、生活リズムなど
定申し込み順30組 申専用フォームから申し込み
関健康推進課☎441-6081

4月のもうすぐママ・パパ教室

専用フォーム



コース名	内 容	日 時	実施場所
1回 コース	赤ちゃんのお世話など	13日(土)午後	保健センター
2回 コース	赤ちゃんのお世話 ママのからだのケア	13日(土)午前 15日(月)午後	

対令和6年7~9月に初めて出産を迎える母親・父親
定各申し込み順30組程度
申専用フォームから申し込み
関健康推進課☎441-6081

子ども・若者総合支援事業 (ここあ)

児童扶養手当・就学援助などを受給している家庭の中学生に学習支援を行っています。現在、小学6年生の方は3月から利用に関する受付を開始します。
日月・水・金曜日から1日※相談により決定
対市内在住の児童扶養手当・就学援助を受給している家庭の中学生 内学習コーディネーターの助言のもと、学生ボランティアによるマンツーマンの学習。高校進学に向けた学習と学習習慣を身につけるためのサポート 費無料 申直接総合福祉センター5階ここあ
間子ども家庭課☎481-7095
生活福祉課☎481-7096、ここあ☎452-8816

多摩川児童館子育てひろば「春のファミリー コンサート・心を癒すハープの調べ」

日 3月9日(土)午前11時~正午 所多摩川児童館遊戯室
内グランドハープの演奏とお話し、体験など
演伊藤舞梨(ハープ奏者) 費無料
申間3月8日(金)までに電話または直接多摩川児童館
☎481-7680(日曜日、祝日を除く) (児童青少年課)

入学前の交通安全教室 ~親子で交通ルールを学ぼう~

日 3月24日(日)・30日(土)※小雨決行 時午前10時~、午後2時~(各回30分前から受け付け) ※各回同内容・1時間程度 対市内在住・在学の新小学1年生と保護者 内コース内での歩行練習、映像での学習など
定各回当日先着10組 費無料
持ヘルメット(自転車を使用する方)
申当日直接会場へ 他車での来場不可
所間子ども交通教室☎487-5055・kodomokoutuu@guitar.ocn.ne.jp(月曜日、祝日を除く)(交通対策課)

「あそぶ」子どもたちと映画寺子屋2024

日 3月28日(木)
時午前10時30分~正午、午後2時~3時30分※各回30分前開場
所文化会館たづくり8階スタジオ
対小学生
内16mmフィルム映写機で子ども向けのアニメーション映画上映、ソーマトロープの工作など
定各回申し込み順8人 費500円(材料費)
申Eメールに参加希望の時間、住所、氏名、学校名・学年、連絡先を明記し、3月15日(金)までに子どもたちと映画寺子屋・浅野☎090-7933-1263
E kodomotachitoeigaterakoya@gmail.com
他3月19日(火)までに申し込み結果を連絡
間産業振興課☎481-7184



シルバー児童学習教室

期令和6年4月~令和7年3月
①下石原教室
日5年生国語・6年生算数:水曜日、5年生算数・6年生国語:金曜日 所下石原地域福祉センター
②調布ヶ丘教室
日5・6年生国語:火曜日、5・6年生算数:木曜日 所調布ヶ丘地域福祉センター
①②共に
時午後6時~7時30分 対小学5・6年生 費1教科月3000円(別途教材費月100円。ワーク代実費あり)
他各教室2人以上で開講(1教科のみの受講可)
申間(公社)調布市シルバー人材センター☎487-9375

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HPあり

●パパひろば「京王電鉄コラボ」外出企画~通常非公開の京王資料館にパパと一緒に外出かけしよう~
日 3月24日(日)午前10時~11時30分 所京王資料館(八王子市) 対市内在住の小学生以上の子どもと父親または祖父 定15組30人程度(多数抽選)
申3月6日(火)午前9時~12日(火)午後5時にEメール(HP要確認)で申し込み



精神障害者家族の情報交換・相談会

日 3月9日(土)・23日(土) 時午後1時30分~3時30分
所こころの健康支援センター 申当日直接会場へ
間精神障害者家族会かさざ会・小倉☎478-5229
(障害福祉課)

3月はワンコイン入浴事業の実施月

対市内在住の70歳以上で交付場所まで取りに来られる方※自宅に風呂がない方への入浴券を持っている方、今年度すでに入浴券を申請した方は対象外
内3月の利用期間内に、1回100円で公衆浴場を利用できる入浴券を交付中(3月22日(金)まで交付中)※入浴券を持参していない方は100円での入浴不可
入浴券を利用できる期間(3月) /11日(月)~24日(日)
利用可能施設/神代湯(菊野台1)、梅の湯(深大寺東町6)、深大湯(深大寺北町6)、鶴の湯(下石原1)
申間本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証、健康保険証など)を持参(代理人不可)の上、高齢者支援室(市役所2階)☎481-7150

地域包括支援センターちようふの里 サブセンターが移転

移転先での業務開始日/3月11日(月)
移転先/上石原2-11-3 THE PALMS西調布1階
※移転前住所地での業務は3月7日(木)まで。移転作業中の相談はちようふの里(☎441-6655)へ
他担当する地域・電話番号(☎444-5151)は変更なし
間高齢者支援室☎481-7150

慈恵ガジュまる教室 骨密度!ジョーブな骨の作り方~毎日コツコツ~

骨密度を維持する生活をイメージし、健康的な生活を送りませんか。

日 3月23日(土)午後2時~3時
所東京慈恵会医科大学附属第三病院森田講堂
演井村峻暢(東京慈恵会医科大学附属第三病院医師)、東京慈恵会医科大学附属第三病院医療技術スタッフ
定申し込み順30人 費500円
申申し込みフォームから申し込み



起立性調節障害のお話と映画上映

日 3月24日(日)午前9時20分~11時50分
所文化会館たづくり8階映像シアター
演野澤菊枝(Kiku-Ne代表) 定申し込み順90人
申3月6日(火)~21日(木)に申し込みフォームから申し込み
間社会福祉協議会☎481-7693



地域福祉活動支援事業 令和5年度助成団体報告会・交流会

日 3月24日(日)午後2時~4時
所総合福祉センター2階201~203会議室
内令和5年度に助成を受けた団体による1年間の活動報告、交流会 当日直接会場へ
間社会福祉協議会☎481-7617

老後の住まいの選び方とかかる費用、 同時開催シルバー人材センター入会説明会

日 3月27日(木)午後1時30分~ 所文化会館たづくり8階映像シアター 対市内在住60歳以上
演森晋也(クリエイティブ高齢者施設紹介センターチーフマネージャー) 定申し込み順50人 費1000円(入会する方のみ) 持筆記用具、身分証明書
申間3月22日(金)までに電話で(公社)調布市シルバー人材センター☎487-9375

健康づくり事業 ティーポットサロン(全10回)

日①4月9日(火)②23日(火)③5月7日(火)④21日(火)⑤28日(火)⑥6月11日(火)⑦25日(火)⑧7月9日(火)⑨9月3日(火)⑩10日(火)(予定) 時午後1時30分~3時15分
所東京YWCA国領センター(新館サロン) 対65歳以上
上の自力で実施場所へ通える市民 団体操、クラフト、音楽会、講演など 定25人(多数抽選) 費6500円
申はがきに住所、氏名、年齢、性別、電話番号を明記し、3月22日(金)(必着)までに〒182-0022国領町7-11-1東京YWCA国領センター
間東京YWCA国領センター☎483-5151
高齢者支援室☎481-7150

臨床心理士による高齢者こころの相談室

日 4月10日(水)午後 所文化会館たづくり3階304会議室
対認知症の方を介護している市民 演北村世都(臨床心理士) 定申し込み順2人 費無料
間電話で高齢者支援室☎481-7150

凡例

日⇨日時 期⇨期間 時⇨時間 所⇨会場・場所 対⇨対象 内⇨内容 演⇨講師・出演 定⇨定員 費⇨費用 保⇨保育 持⇨持ち物 申⇨申し込み
他⇨その他 問⇨問い合わせ HP⇨ホームページ E⇨Eメール F⇨ファクス

障害年金・個別相談会

日 4月19日(金)
時 午前9時30分～、10時30分～、11時30分～
所 総合福祉センター4階
対 市内在住の障害や疾患のある方と家族、支援者（障害年金受給の有無は不問）
内 社会保険労務士による、障害年金の受給資格や申請方法などの個別相談（1人50分程度）
定 各回3人（初めての方優先、相談2回まで）
費 無料
申 3月18日(月)～4月12日(金)に電話またはFAXでドルチエ☎490-6675・✉444-6606（社会福祉協議会）

知って活かそう介護予防教室（全8回）

日 ①4月19日(金)②26日(金)③5月10日(金)④17日(金)⑤24日(金)⑥31日(金)⑦6月7日(金)⑧14日(金)
時 午前10時～11時30分
所 市民プラザあくろす多目的ホール
対 市内在住の65歳以上で初参加の方※要支援・要介護認定者、介護予防・日常生活支援総合事業対象者、医師から運動制限を受けている人は不可
定 申し込み順20人
費 無料
申 3月6日(火)～29日(金)に電話で高齢者支援室☎481-7150、または申し込みフォームから申し込み



申し込みフォーム

暮らしの情報



税金・保険・年金

市民課・納税課の休日窓口

日 3月9日(土)・24日(日)、4月13日(土)
時 午前9時～午後1時
他 広域交付による戸籍証明書などの発行はできません
所 市民課（市役所2階・マイナンバーカード窓口（市役所1階101会議室））☎481-7041～5
納税課（市役所3階）☎481-7214～20

みんなでなくそう
特殊詐欺きっかけは
“たまたま”取ったその電話

- 「日頃から気をつけているのに、まさか自分が詐欺被害に遭うなんて」
- 「たまたま電話に出てしまった」
特殊詐欺の被害に遭うきっかけは、固定電話に掛かってくる一本の電話です。
- 詐欺の被害に遭わないための対策ポイント
 - 知らない電話には「出ない」
 - 在宅中も留守番電話に
 - 自動通話録音機の設置を
 - 迷惑防止機能付電話機の設置を
 - 個人情報や暗証番号は教えない
 - 電話でお金の話が出たら、家族に相談する
不審な電話やメールがあれば警察までご連絡ください。
- 他市では自動通話録音機の無料貸し出しもあり
問調布警察署生活安全課☎488-0110
総合防災安全課☎481-7547

市税の納付は口座振替を
～申し込みは郵送も可能～

【口座振替対象税目／納期限・申込期限】
○個人市・都民税（普通徴収）・固定資産税・都市計画税・国民健康保険税
随時期（4月30日（火）振替）／3月21日(木)（必着）
申依頼書（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

バイクや軽自動車の廃車手続きは
3月29日(金)までに

4月1日時点でバイクや軽自動車を登録している方は、1年分の軽自動車税（種別割）が課税されます。廃棄・譲渡・盗難・移転などがあった方は、必ず3月29日(金)までに廃車手続きをしてください。

※手元にない車両も課税対象です

廃車手続きの窓口

車両区分	窓口
○原動機付自転車	市民税課（市役所3階） ☎481-7191・2 持調布市のナンバープレート 標識交付証明書、運転免許証 ※令和6年能登半島地震で被災され、期限までに手続きができない方はお問い合わせください
○小型特殊自動車	東京運輸支局 多摩自動車検査登録事務所 (国立市北3-30-3) ☎050-5540-2033
○ミニカー	軽自動車検査協会 東京主管事務所多摩支所 (府中市朝日町3-16-22) ☎050-3816-3104
○排気量125ccを超えるバイク	東京運輸支局 多摩自動車検査登録事務所 (国立市北3-30-3) ☎050-5540-2033
○軽自動車(三輪・四輪)	軽自動車検査協会 東京主管事務所多摩支所 (府中市朝日町3-16-22) ☎050-3816-3104

問市民税課☎481-7191・2

住まい・街づくり・環境

ミニバス東路線の運行便数と
ICカード利用時の小人運賃の変更

運転手不足などバス事業者を取り巻く状況により、3月16日(土)から東路線の運行本数が大幅に縮小します。また、4月1日(月)から東路線の小人運賃がICカードを利用した場合50円となります。なお、現金での利用時は変更ありません。

他 詳細は、小田急バス☎、または市☎参照
問交通対策課☎481-7454

小田急バスお客様センター☎03-5313-8330

生活ひとつくちメモ



賃貸住宅の退去時のトラブル

◆事例
3年間住んだ賃貸マンションを退去した。貸主からハウスクリーニング代5万円を請求されているが、支払わなければいけないか。ふだんから掃除をしていたので、請求に納得できない。

◆トラブルにならないために

賃貸借契約が終了すると、借主は部屋を元の状態に戻して貸主に返さなければいけません。この原状回復義務の範囲をめぐって、退去時にトラブルになることがあります。

国や都が公表している原状回復に関するガイドラインでは、入居中に借主の不注意により生じた損傷や、汚損部分は借主の費用負担になりますが、経年変化や通常の使用によるもの（通常損耗）について借主は原状回復義務を負わないとしています。しか

し、特約で「退去時のクリーニング費用を借主が負担する」としている場合、負担となるケースもあります。原状回復費用を請求された場合は、契約書の特約に基づくものかどうか確認をしたうえで、貸主と話し合いをすることになります。

退去時のトラブルを避けるため、重要事項をしっかり確認しましょう。

問調布市消費生活センター（市役所3階）
☎481-7034

電話相談／平日午前9時～正午・午後1時～3時30分、第2土曜日午前9時～正午

来所相談（予約制）／平日午前9時～正午・午後1時～3時※できるだけ電話でのご相談を

●令和6年能登半島地震災害義援金へのご協力を

受付期間／12月26日(木)まで 市役所2階総合案内所前、市役所3階福祉総務課 ほか 他詳細は市☎参照
問福祉総務課☎481-7101

都市計画神代公園 オープンハウス

深大寺南町4丁目地内で、公園事業を進めるため、事業に関するパネルを展示し、質問などに答えるオープンハウスを開催します。

日 ①3月21日(木)午後3時～7時②23日(土)午前10時30分～午後6時③24日(日)午前10時30分～午後4時

場 調布ケ丘地域福祉センター①第1集会室②③第3集会室

申 当日直接会場へ。会場が狭いため入場待ちの場合あり

問 東京都都市整備局市街地整備部企画課

☎03-5320-5121

（都市計画課）

「太陽光パネル・蓄電池」の
令和6年第1回共同購入 参加者を募集

太陽光パネル・蓄電池をみんなでおトクに購入する共同購入の参加者を、8月31日(土)まで募集しています。



問 専用☎、または東京都みんなのおうちに太陽光事務局☎0120-723-100（環境政策課）

令和6年度版調布市ごみリサイクル
カレンダーを全戸配布しました

配布されたカレンダーの地区が異なっていたり、まだ届いていない場合は、下表の問い合わせ先へご連絡ください（平日午前9時～午後5時）。なお、カレンダーの内容は毎月でも公開中。

配架施設／ごみ対策課（市役所2階窓口、クリーンセンター）、神代出張所、各図書館・公民館・地域福祉センター、市民プラザあくろす3階、ふじみ交流プラザ※4月以降はごみ対策課へ問い合わせ

配布地域	3月中の問い合わせ先
入間町、国領町、菊野台、飛田給、上石原、下石原、富士見町、野水、西町、布田、小島町、調布ケ丘	調布市福祉作業所等連絡会 担当：齊藤 ☎481-3201
仙川町、緑ヶ丘、若葉町、西・東つじヶ丘、深大寺元・北・東・南町、多摩川、佐須町、柴崎、八雲台、染地	株小平広告 担当：小川 ☎042-300-3131

他 3月末までは令和5年度版を使用

問 ごみ対策課☎042-306-8781

 健 康

乳がん検診

【市内検診機関】

実施場所	検診日	申し込み先
①調布病院 【定員各月150人】 (送迎バスあり)	平日の 午前・午後	☎484-2626 ☎481-0323 月～土曜日 午前9時～午後4時30分 ※土曜日は午後0時30分まで
②飯野病院 【定員各月100人】	月・火・水・ 金・土曜日 の午後	☎483-8811 (木・日曜日を除く) (午前9時～午後5時)
③調布東山病院 【定員各月200人】	月・火・木・ 金・土曜日 の午後	☎481-5515 ☎481-5514 (月～土曜日) (午前9時～午後4時30分)

※3月12日(火)までの申し込みは4～5月、13日(水)以降の申し込みは5～6月の受診。検診日は祝日を除く。4月以降、検診日が変更となる可能性あり。最新情報は、市HPまたは各検診実施機関に問い合わせ

対昭和60年3月31日以前に生まれた女性

内マンモグラフィ

費1500円(検査時持参)※生活保護受給世帯または中国残留邦人等支援給付世帯は受給証明書の提示で免除
受診できない方／①令和5年4月以降の市の乳がん検診受診者②乳腺科治療中または経過観察中③妊娠中(可能性あり含む)④授乳中⑤心臓ペースメーカー、豊胸手術など乳房内に人工物がある方

申電話またはFAX(①③のみ)で住所、氏名、生年月日、年齢、電話番号、検診希望日(FAXの場合のみ第3希望まで)を各医療機関へ
問健康推進課☎441-6100

 スポーツ

調和小プール4月のサービスプログラム

①水中運動教室

日4月3日～24日の毎週水曜日
時午後6時～7時

②小学生初級水泳教室

日4月4日～25日の毎週木曜日
時午後4時～5時

③成人中級水泳教室④成人初級水泳教室⑤小学生中級

水泳教室

日③④⑤4月5日～26日の毎週金曜日
時③午前10時～11時④11時～正午⑤午後4時～5時30分

①～⑤共に

対①③④市内在住・在勤・在学の15歳以上(中学生を除く)②⑤市内在住・在学の小学生

定①③④当日先着22人②⑤22人(多数抽選)

費1回①③④400円②⑤150円(施設使用料。当日持参)
申②⑤3月23日(土)までに直接調和小プール受付へ※抽選結果は3月24日(日)に同プール受付に掲示

問調和小プール受付☎485-5631(スポーツ振興課)

 食育コラム

●「野菜を1日に350g以上食べるには」

～野菜たっぷり！簡単レシピ編～

野菜摂取の目標量は1日350g以上で、1食当たり120gです。冬の代表的な野菜といえば白菜です。白菜は加熱することで甘みが増し、かさが減ってたくさん食べることができます。今回は白菜を使った簡単レシピをご紹介します。

白菜と小松菜の海苔あえ(2人分)／白菜100g(葉1枚)、小松菜30g(1株)、しょうゆ小さじ1、みりん小さじ2分の1、海苔適宜。白菜は短冊切り、小松菜は2cm幅にカットして、軽くラップをかけ

●空間放射線量の測定結果(2月)

市内公共施設の定点測定場所で空間放射線量を測定した結果、すべてで除染実施区域となる基準の0.23マイクロシーベルトの4分の1程度でした。

問環境政策課☎481-7087

 ミズノフットサルプラザ調布
市民優先使用抽選(5月分)

日4日祝正午～午後2時、11日(土)午後2時 専用フォーム
～4時、18日(土)午前11時～午後1時、26日(日)午後8時
～10時 対市内在住・在勤・在学の5人以上の団体※
代表者は15歳以上(中学生を除く) 費1万6907円
申3月31日(日)までに専用フォームから申し込み(多数
抽選)
問スポーツ振興課☎481-7496

 スポーツ協会 ☎481-6221 専用HPあり
〒182-0011 深大寺北町2-1-65 総合体育館内

●令和6年度陸上競技公認審判員取得講習会
所(公財)東京陸上競技協会(千代田区飯田橋3-3
-7秋穂セントラルビル1階)
費2500円(資料・審判手帳代を含む) 請要事前予約。
詳細は東京都陸上競技協会HP参照、または問い合わせ

●シッティングフェンシング体験会

日3月20日祝午後1時～ 総合体育館
対10歳以上 定当日先着30人
費無料 持運動着、室内用シューズ
Aわんぱく親子体操

日4月13日～6月1日の毎週土曜日(5月4日祝を除
く) 午前10時45分～11時35分
対保護者が市内在住・在勤・在学の15歳以上(中学生
を除く)と幼児(開催当日2歳6ヶ月～4歳未満)
定15組(多数抽選)

Bジャクパスポーツスクール

日4月17日～5月29日の毎週火曜日
時①新年少クラス(令和2年4月2日～令和3年4月
1日生まれ)：午後3時～3時40分②新年中・新年長
クラス(平成30年4月2日～令和2年4月1日生まれ)
：午後3時50分～4時35分③新小学生クラス：午後4
時45分～5時45分 対市内在住・在学の幼児～小学生
定①②各クラス15人③20人(いずれも多数抽選)

A・B共に

所総合体育館 費5600円(初回持参)
申3月15日(金)までにスポーツ協会HPから申し込み
抽選結果発表／3月27日(水)

 総合体育館 ☎481-6221

※開催日等変更のものがあります。ご注意ください

①シェイプアップバランスボール

日4月2日～6月25日の毎週火曜日
時正午～午後1時 定30人(多数抽選)
費5200円(初回持参)

②お目覚めストレッチ

時午前10時15分～11時15分 定6人(多数抽選)

③チエアクササイズ

時午後0時15分～1時30分 定50人(多数抽選)

④にこにこ体操

時午後1時45分～2時45分 定40人(多数抽選)

⑤ナイトヨガスクール

時1クラス：午後6時～7時、2クラス：7時20分～
8時20分 定各クラス35人(多数抽選)

都HPでも
「野菜たっぷり！
簡単レシピ」を掲載



て電子レンジで加熱する。水分を軽く絞って調味料
とちぎった海苔をまぜる。

白菜鍋／夕食に鍋を多めに作って翌朝に野菜たっぷりの具だくさんみそ汁やうどんを加えて主食としてアレンジしてもよいでしょう。

他夏と冬の野菜レシピを掲載したオリジナルポケットティッシュを健康推進課や各種イベントで配布中
問健康推進課☎441-6100

②～⑤共に

日4月3日～6月26日の毎週水曜日

費5200円(初回持参)

⑥ビギナーズエアロ

日4月4日～6月27日の毎週木曜日

時午後1時45分～2時45分

定50人(多数抽選) 費5200円(初回持参)

⑦ヘルシーウォーキング

時午後1時～2時10分 定25人(多数抽選)

⑧ボールトレーニング

時午後3時～4時30分 定45人(多数抽選)

⑦⑧共に

日4月5日～6月28日の毎週金曜日(5月3日祝を除く)
費4800円(初回持参)

⑨背骨コンディショニング

時1クラス：午前9時15分～10時15分、2クラス：10時30分～11時30分 定各12人(多数抽選)

⑩体幹バランス

時午後1時15分～2時30分 定40人(多数抽選)

⑪はじめてリズム

時午後2時45分～3時45分 定40人(多数抽選)

⑫ストレッチボールエクササイズ

時午後3時～4時 定12人(多数抽選)

⑬ピラティススクール

時午後4時30分～5時30分 定30人(多数抽選)

⑨～⑬共に

日4月8日(月)・22日(月)、5月13日(月)・27日(月)、6月10日(月)・24日(月) 費⑨⑬3000円⑩～⑫2400円(初回持参)

⑭卓球スクール

日4月12日～5月24日の毎週金曜日(5月3日祝を除く) 時午前9時30分～11時30分

定40人(多数抽選)

費3000円(初回持参)

⑮体幹強化トレーニング

日4月16日～6月25日の毎週火曜日

時午後1時15分～2時15分

定12人(多数抽選) 費4400円(初回持参)

①～⑯共に

所総合体育館

対市内在住・在勤・在学の15歳以上(中学生を除く)

持スポーツ協会HPまたは返信はがき参照

申3月15日(金)までにスポーツ協会HPから申し込み、または往復はがき(1枚1教室)にスクール名(⑤⑨)は希望時間)、住所、氏名(ふりがな)、(西暦で)生年月日、年齢、性別、電話番号を明記し、スポーツ協会(連記不可)

抽選結果発表日／3月27日(水)



読売ジャイアンツ
の選手が

調布市広報大使に就任

3月1日付で読売ジャイアンツ2選手が市の広報大使に就任しました。

●萩尾匡也選手(写真左)

(外野手/2022年ドラフト2位入団)

●佐々木俊輔選手(写真右)

(外野手/2023年ドラフト3位入団)



他プロフィールや事業の詳細は市HP参

照

問スポーツ振興課☎481-7496

市HP



市HP



市HP



市HP



市HP



募 集

農業体験ファーム利用者（申し込み順）

農園主が用意した農具、資材、種や苗などを使用して、指導付きの野菜づくり体験ができます。

利用期間／4月～令

和9年2月28日

所あい菜飛田の里

（飛田給1-48-4）

対農地を有していない市民

募集区画／

15区画（1区画、約25m²）（追加募集）

利用料／1区画（年間）3万3000円（入園料、農産物代）

他当選通知は3月中旬～下旬に、農園主から通知

申込はがき（1世帯1枚）に住所、氏名（ふりがな）、

年齢、電話番号、希望農園名を明記し、3月12日（火）（消印有効）までに〒182-8511市役所農政課（481-7182）



令和6年度地域デビュー推進委員

地域活動を始めるきっかけづくりにつなげるイベントを企画する「調布市地域デビュー推進委員」の募集に当たっての説明会です。

日 3月30日（土）午後2時～4時

所 文化会館たづくり10階1002学習室

対 ボランティアに興味がある市民で月1・2回の打ち合わせなどに参加できる方

申込 3月27日（火）までにEメールまたは電話で生涯学習情報コーナー（441-6155）・johokona@city.chofu.lg.jp（たづくり休館日を除く平日午前9時～午後5時）

調布市観光ボランティアガイド



時 午前10時～午後3時（希望日の選択可）

休み／月曜日（祝日の場合は翌平日）、年末年始ほか
所 深大寺観光案内所 対月1～2回程度の深大寺観光案内所の当番、月1回の定例会（平日午後3時～）に参加できる方。外国語を使用できる方歓迎

内 深大寺周辺や調布の観光案内、深大寺周辺のガイドツアーなど

申込 3月27日（火）までにEメールまたは電話で生涯学習情報コーナー（441-6155）・johokona@city.chofu.lg.jp（たづくり休館日を除く平日午前9時～午後5時）

持参または調布観光ナビ（HP）から申し込み



採用情報

※履歴書などの提出が必要です。

詳細は市HP参照



令和6年度任期付短時間勤務職員（障害者対象）

職種／事務 勤務時間／1日7時間45分で週4日勤務または1日6時間で週5日勤務 給与／約15万8000円（各種手当あり）

雇用期間／6月1日（土）～令和7年3月31日（月）

申込 3月20日（火）までにエントリーシートを提出フォームから提出。詳細は市HP参照

問 人事課（481-7355）

子ども発達センター通園事業 臨時職員

職種／福祉職 業務内容／児童発達支援センターの通園事業に通う3～5歳の児童を対象に、子どもの特性に合わせた療育を行う 勤務形態／週5日 午前9時15分～午後4時 資格など／保育士・児童指導員用資格 時給／1170円※特殊業務手当加算含む

雇用期間／1年※更新の可能性あり

申込 履歴書と資格を証する書類の写しを、〒182-0032

凡例

日⇒日時 期⇒期間 時⇒時間 会⇒会場・場所 対⇒対象 内⇒内容 演⇒講師・出演 定⇒定員 費⇒費用 保⇒保育 持⇒持ち物 申⇒申し込み
他⇒その他 問⇒問い合わせ HP⇒ホームページ E⇒Eメール F⇒ファックス

西町290-49調布市子ども発達センター通園事業（486-3155）へ持参または郵送

（福）調布市社会福祉事業団
臨時職員

◎福祉職

業務内容／市内の学童クラブ・あそびばのスタッフとして、児童の育成・見守りなど

勤務形態／月～土曜日のうち週3～5日、午後0時30分～7時の5時間、あそびばは午後5時30分までの4時間（土曜日、三期休業、午前8時～）※応相談

資格など／社会福祉士・保育士・教員資格取得者やを目指している方歓迎

時給／1170円※規定により交通費別途支給

申込 電話で調布市社会福祉事業団かみふだ学童クラブ（児童青少年課）（444-1327）

（一財）調布市市民サービス公社臨時職員

◎緑ヶ丘テニスコート管理員

業務内容／受付、清掃、巡回など

勤務形態／週4日 月～土曜日：午前7時～11時30分、11時30分～午後4時、4時～8時30分、日曜日・祝日：午前9時～午後1時30分、1時30分～6時30分のシフト制

勤務地／緑ヶ丘2-63-1

資格など／全時間帯勤務可能な方

時給／1113円（交通費なし）

雇用期間／5月31日（金）まで試用期間。以降は更新可

採用日／3月21日（火）

申込 履歴書を3月12日（火）（必着）までに〒182-0022国領町4-51-7ピエールシーサークル2階（一財）調布市市民サービス公社（486-2112）へ郵送（持参不可）

（企画経営課）

仕事・創業

無料パソコン基礎講座（全5回）

ちようふ若者サポートステーション（HP）

日 ①4月12日（金）②13日（土）③19日（金）④20日（土）⑤27日（土）

時 午前10時～午後3時※③⑤は4時まで

対 15～49歳で就労（アルバイト含む）・就学していない方で説明会に出席できる方

内 Word・Excel・PowerPointの基本スキル（講座終了後も就活をサポート） 定12人（多数抽選）

説明会／日 3月7日（木）・14日（木）・23日（土）

時 午前10時～正午

所 申込 説明会の2日前までに（HP）申し込みフォームまたは電話でちようふ若者サポートステーション（444-7975）

（産業振興課）

キャリアアップ講習3月募集科目

内 都内在住・在勤で、都内中小企業で働いている方（派遣、契約社員、パートなど問わず）

内 ①第二種電気工事士（実技）受験対策②第三種電気主任技術者科目合格対策（機械）③Excelめざせ業務の達人④ホームページビルダーによるホームページ作成 定①30人②40人③④25人（いずれも多数抽選）

費 ①③④6500円②3200円

所 申込 直接（返信用はがき持参）または往復はがきで3月10日（日）（必着）までに、〒183-0026府中市南町4-37-2多摩職業能力開発センター府中校人材育成プラザ（042-367-8204）または（TOKYOはたらくネット）から申し込み

（産業振興課）

産業労働支援センター 〒182-0022国領町2-5-15市民プラザあくろす3階（443-1217・F443-1218） industry@chofu-across.jp 専用（HP）あり

A補助金をフル活用するための相談会

日 3月12日（火）午前9時～午後4時（正午～午後1時を

除く） 相談員／小田明彦（中小企業診断士）

B事業承継個別相談会

日 3月28日（木） 午後1時～2時30分～ 対中小・小規模企業の経営者・後継者 相談員／東京都多摩地域事業承継・引継ぎ支援センター専門担当者

直近3期分の決算書・確定申告書、会社概要※持参可能な場合のみ 締め切り／3月21日（木）

A・B共に

定申し込み順 A 6人 B 2人 費無料

所 申込 産業労働支援センター（HP）または電話、FAX、Eメールで申し込み

官公所だより

令和6年度自衛官採用案内

防衛省自衛隊府中分駐所（HP）



◎一般幹部候補生

応募資格／22～25歳（20～21歳は大卒（見込含）。修士課程修了者（見込含）は27歳まで）

試験日／①4月20日（土）・21日（日）

②6月22日（土）

◎一般曹候補生

応募資格／採用予定月の末日現在で18～32歳 試験日／③5月17日（金）～26日（日）※いずれか1日を指定

受付期間／①4月12日（金）まで②4月24日（火）～6月13日（木）③5月7日（火）まで（いずれも必着）

所 防衛省自衛隊東京地方協力本部府中分駐所〒183-8521府中市浅間町1-5-5府中基地内

（042-365-5011）

（recruit17-tokyo-ea@inet.gsd.mod.go.jp）

（総合防災安全課）

（）



令和6年度国税専門官募集

東京国税局（HP）

対 ①平成6年4月2日～平成15年4月1日生まれの方

②平成15年4月2日以降生まれで、大学を卒業（令和7年3月までに卒業見込みを含む）または人事院が同等の資格があると認める方 申込 3月25日（月）（受信有効）までに人事院（HP）から申し込み 他 詳細は東京国税局「採用関係お役立ちリンク集」参照

東京国税局人事第二課（03-3542-2111（市民税課）



その他のお知らせ

男性・多様性に関する相談



A多様性に関する相談

日 3月16日（土） 午後3時～3時50分、4時～4時50分 他 同日午後1時15分～2時45分に、グループ相談「ちようふNJルーム」開催（要申し込み）

B男性のための相談

日 3月27日（火） 午後6時～6時50分、7時～7時50分、8時～8時50分 対 男性（原則市民）

A・B共に

所 市民プラザあくろす3階男女共同参画推進センター 定 各回申し込み順1人 費無料

他 ほかの予約がなければ当日相談可（当日の場合は要電話連絡）。16日（土）は正午から電話予約可。秘密厳守 申込 ④3月15日（金）⑤26日（火）午後5時までに市LINE公式アカウントから申し込み、または電話で多様性社会・男女共同参画推進課（443-1213）

令和6年能登半島地震により被災された方へ運転免許証に関するお知らせ

運転免許証の有効期間が令和6年6月30日まで延長されます。また、運転免許証等再交付手数料が免除されます。

詳細は警視庁（HP）参照

警視庁運転免許本部（03-6717-3137（交通対策課）

自転車等駐車場の学生利用更新

■ 3月21日(木)~27日(水) 午前10時~午後5時
対定期契約中の学生で、4月以降も引き続き減額申請する方※現在使用のICカード定期券は3月末で無効
持ICカード定期券・学生証・合格証など

受付場所/

- 飛田駅周辺駐車場:
飛田給北自転車駐車場(飛田給1-41-1)
- 西調布駅周辺駐車場:
西調布南第2自転車駐車場(上石原2-32-2)
- 調布駅・布田駅・京王多摩川駅周辺駐車場:
調布南第1自転車駐車場(布田4-17-10)
- 国領駅周辺駐車場:
国領西自転車等駐車場(国領町1-44-38)
- 柴崎駅周辺駐車場:
柴崎東自転車駐車場(菊野台1-22-3)
- つじヶ丘駅周辺駐車場:
つじヶ丘駅西第3自転車等駐車場(菊野台3-21-25)
- 仙川駅周辺駐車場:
仙川南第2自転車駐車場(仙川町1-50-2)

問 (一財)調布市市民サービス公社 486-2141
(交通対策課)



催し

生涯学習サークル体験事業

◎リトモ ラティーノ

■ 3月11日(月)・18日(月)、4月1日(月) 午前10時~11時10分 所文化会館たづくりリハーサル室 対初心者 内フィットネスダンス「ZUMBA」の体験
定各日申し込み順10人 費無料 持運動のできる服装、室内シューズ、飲み物、汗拭きタオル

申間3月8日(金)までに電話で生涯学習情報コーナー 441-6155 (文化生涯学習課)

第5回調布市境ウォーキング①(北東部)

調布市の市境一周40kmを3回に分けて歩きます。 今回は世田谷区と三鷹市との北東部隣接地12kmです。 ■ 3月24日(日) 集合時間・場所/午前8時50分・仙川駅前広場 演調布市ウォーキング協会 定申し込み

順20人 費400円(地図代、保険料) 持帽子、水筒
申はがきまたはEメールに参加者氏名と電話番号を明記し 71mjx6386@gmail.com
問ウォーキング協会事務局・小川 03-5497-0286
(産業振興課)

調布市民健康づくり始める会のイベント



◎健康づくりサロン 健康体操広場

■ 3月25日(月)午前10時~11時30分(受付9時45分~)

所総合福祉センター2階

定当日先着60人 費300円

持マスク、飲み物、手拭い(タオル可)など

問調布市民健康づくり始める会・高松 486-5804

◎ヘルシーウォーキング

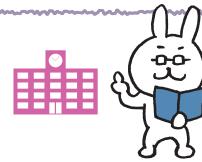
「野川のしだれ桜鑑賞と武蔵野の公園めぐり」

■ 3月30日(土)※雨天中止 集合時間・場所/午前9時

・JR中央線武蔵小金井駅南口広場 解散/午後2時30分(予定)・京王線飛田給駅 歩行距離/約7.5km

費300円(保険料、資料代) 持飲み物、弁当、帽子、雨具、敷物、健康保険証など 申当日直接集合場所へ
問市民活動支援センター電話代行サービス

498-3381(開催日前日まで) (健康推進課)



相互友好協力協定締結大学の市民対象の事業紹介



生涯学習情報コーナーHP

電気通信大学(平成15年5月20日締結)

●電気通信大学プログラミング教室入会説明会

■ 3月17日(日)午後2時~3時

対小学5年生~高校生

内学習内容や受講生の作品紹介、Q&Aなど

費無料 優オンライン(Zoom)で開催

申電気通信大学プログラミング教室から申し込み

問電気通信大学プログラミング教室事務局 npo@uec-programming.com

●匠ガールイベント「春休みは電通大でラボ体験2024」(女子中高生向け)

■ 3月26日(火)

時午前9時30分~午後3時30分(昼休みあり)※午前のみの体験あり

所電気通信大学 対女子中学・高校生

定32人(多数抽選) 費無料

申3月8日(金)正午までに申し込みフォームから申し込み

問電気通信大学 男女共同参画・ダイバーシティ戦略推進室 ge-staff-group@gl.cc.uec.ac.jp

明治大学(平成16年2月17日締結)

●生涯学習機関「リバティアカデミー」

2024年度春期講座

①近代アジアのゆりかご、神田駿河台・神保町、そして明治大学

■ 4月19日(金)・26日(金)、5月10日(金)・17日(金)・24日(金)・31日(金) 午後3時~4時30分

演高田幸男(本学教授)ほか 申申し込み順30人

②漆塗りを楽しむ

■ 4月20日(土)・27日(土)、5月18日(土)・25日(土)、6月8日(土)、7月13日(土)、9月28日(土)、10月19日(土)、11月16日(土)、12月14日(土)

時午後1時30分~3時30分

演本多貴之(本学准教授)、小林恵美(漆工房Shara主宰) 申申し込み順20人

③『万葉集』の始まり、「飛鳥万葉」を読むI

■ 4月26日(金)、5月24日(金)、6月28日(金)、7月26日(金)、8月23日(金)

時午後1時~2時30分

演居駒永幸(本学名誉教授)

定申し込み順30人

①~③共に

所明治大学①③駿河台キャンパス②生田キャンパス

費①1万3200円②3万800円

③1万6500円

申明治大学リバティアカデミーから申し込み

問明治大学リバティアカデミー事務局

4329-4423・academy@mics.meiji.ac.jp

桐朋学園(平成16年7月22日締結)

●桐朋学園芸術短期大学

◎2024年度 前期ウイークエンドカレッジ

Ⓐ歌を歌って体内活性化!(全6回)

■ ①4月20日(土)②5月25日(土)③6月1日(土)④8月(土)⑤22日(土)⑥7月13日(土)(予備日7月20日(土))

時午後3時~4時30分

演松井康司(本学名誉教授)

定申し込み順40人

Ⓑ箏講座(全6回)

■ ①4月20日(土)②5月11日(土)③6月1日(土)④22日(土)

⑤7月13日(土)⑥27日(土)(予備日8月10日(土))

時午前10時30分~正午(初級①)、午後0時30分~2時(中級~上級)、2時30分~4時(初級②)

演滝田美智子(本学特別招聘教授)

定各クラス申し込み順10人

Ⓒ作曲家があかす有名オペラのドラマと音楽の秘密(全5回)

■ ①5月12日(日)②6月9日(日)③23日(日)④7月28日(日)

⑤8月11日(祝)(予備日8月18日(日))

時午後2時~3時30分(予備日8月18日(日)のみ4時~5時30分)

演たかの舞(本学講師)

定申し込み順20人

◎あなたもできる作曲講座(全6回)

■ ①5月19日(日)②6月2日(日)③16日(日)④7月21日(日)

⑤8月4日(日)⑥18日(日)(予備日8月25日(日))

時午後2時~3時30分演たかの舞

定申し込み順20人

Ⓓ名曲のしくみ~魅力の再発見V(全6回)

■ ①4月28日(日)②5月19日(日)③6月9日(日)④7月28日(日)⑤8月4日(日)⑥18日(日)(予備日9月1日(日))

時午前10時30分~正午

演池田哲美(本学特任教授) 申込み順20人

ⒺS(ソルフェージュ)H(ハーモニー)M(メロディ)を楽しみながら学びましょう(全8回)

■ ①4月20日(土)②5月11日(土)③18日(土)④25日(土)⑤6月8日(土)⑥22日(土)⑦7月13日(土)⑧20日(土)(予備日9月7日(土))

時午後2時30分~4時(初級)、4時30分~6時(中級)

演坂田晴美(元本学講師)

定各クラス申し込み順15人

◎2024年度 前期イブニングカレッジ

Ⓖ「身体と音楽との調和」~inspired by Alexander Technique(全6回)

■ ①4月30日(火)②5月28日(火)③6月11日(火)④25日(火)

⑤7月2日(火)⑥9日(火)(予備日7月16日(火))

時午後6時~7時30分演志村寿一(本学特任教授)

定申し込み順20人

Ⓐ~Ⓖ共に

費ⒶⒷⒹ①1万2000円②1万円

③1万6000円

申桐朋学園芸術短期大学から申し込み

問桐朋学園芸術短期大学教学課 03-3300-4252



桐朋学園芸術短期大学 HP

東京慈恵会医科大学(平成20年11月28日締結)

●プレコンセプションケア学習会

■ 3月8日(金)午後5時30分~7時

所慈恵医大国領キャンパス看護学科大講堂 費無料

申3月7日(木)までに申し込みフォームから申し込み

問慈恵医大国領校学事課

03-3430-8686(内線2103)



市立調布中学校吹奏楽部 第39回定期演奏会

■ 3月29日金午後2時～（1時30分開場）
所文化会館たづくりくすのきホール
演市立調布中学校吹奏楽部 ほか 定当日先着500人
問市立調布中学校・源本☎482-0275

市立第三中学校吹奏楽部 第21回定期演奏会

■ 4月2日火午後5時30分～7時45分（5時開場）
所グリーンホール大ホール
曲目／ミュージカル「レ・ミゼラブル」より、歌劇「カヴァレリア・ルスティカーナ」間奏曲、ディズニー・プリンセス・メドレー ほか 定当日先着1200人
問市立第三中学校・顧問☎482-0293

いやしとふれあいの旅事業 日帰りバスツアー

◎桜の名所高遠城址公園と渓谷の湯を堪能
■ 4月4日木
集合時間・場所／午前7時30分頃・仙川駅、7時40分頃・国領駅、7時45分頃・文化会館たづくり横※最終案内書で要確認 解散／午後6時35分頃・文化会館たづくり横 行程／調布→双葉SA→夢マーケット文出（買い物）→横谷温泉旅館（入浴・昼食）→信州酒ミュージアム（買い物）→高遠城址公園（高遠城跡）→談合坂SA→調布 定申し込み順30人 最少催行人数／20人 費 1万6000円（税込） 他仙川駅・国領駅発は先着5人まで（さくらツーリスト送迎車）。解散は文化会館たづくりのみ。交通事情などにより時間が前後または中止する場合あり。旅行契約成立後の取り消しは、取消料金がかかる場合あり
問さくらツーリスト㈱☎487-1711（協働推進課）



第25回Wリーグプレオフ2023-2024 小・中学生 無料招待

Wリーグ年間チャンピオンを決定するプレオフに招待します。
期セミファイナル：4月6日(土)～8日(月) ファイナル：13日(土)～15日(月)
所武蔵野の森総合スポーツプラザ
インアリーナ 対市内在住・在学の小・中学生と引率者 内詳細はTAMA-GO HP参照
申TAMA-GO HPから申し込み
問京王電鉄㈱沿線価値創造部 ☎042-337-3046 (スポーツ振興課)



調布国際音楽祭2024

期6月15日(土)～23日(日) 所グリーンホール、文化会館たづくり、せんがわ劇場ほか
①オープニング・コンサート～情熱のボレロ！華麗な吹奏楽の祭典～
■ 6月16日(日)午後2時～ 所グリーンホール大ホール 鈴木優人（指揮）、上野星矢（フルート）、上野耕平（サクソフォン）、桐朋学園大学シンフォニック・ウィンズ（吹奏楽）、明治大学付属明治高等学校・中学校吹奏楽班（吹奏楽） 費 S席3000円、A席2000円（全席指定）
②深大寺本堂に響くバロック・チェロ
■ 6月19日(水) 時①午前11時30分～②午後2時30分～ 所深大寺本堂 演上村文乃（チェロ）、菅沼起一（リコーター）、佐藤亜紀子（リュート） 費5000円（全席自由、整理番号順に入場）
③④共に
チケット発売日／ちようふアートプラス 会員：4月4日(木) 一般：11日(木)※発売初日はインターネット販売のみ。一部の公演を除き、25歳以下は30%割引



鈴木優人
©Marco Borggreve

■公演情報は、調布国際音楽祭参照
問 (公財) 調布市文化・コミュニティ振興財団
☎481-7611 (文化生涯学習課)

講座・講演会

動画配信 自殺予防講演会「こころの処方箋～自分の痛みに気づこう！SOSの出し方～」

■ 3月31日(日)まで 国学生、20～30代の方など
内①ストレスとストレスとの付き合い方②怒りとの付き合い方③いやなことを「イヤだ」と言えるには～自分も相手も大事にできる会話～
演高橋聰美（医学博士、中央大学人文科学研修所 客員研究員ほか）
費無料 国3月19日(火)までに専用フォームから申し込み。後日受講用URLを送付
問健康推進課☎441-6100



専用
フォーム

社会教育学習グループ公開講座

●たんぽぽの会「災害時、知的障害者はどうなる？」
■ 3月22日(金)午前10時～11時45分
所文化会館たづくり11階1101学習室
演今宮麗子（知的障害者援護施設「なごみ」施設長）
定申し込み順20人 費500円（資料代）
申問 3月20日祝までにたんぽぽの会・進藤☎090-1253-9290・✉yqj03044@ozzio.jp
◎CCD「インクルーシブ英会話（中級）」
■ 3月27日(水)午後1時～3時
所総合福祉センター4階視聴覚室
演井上セイリエン（英会話講師） 定申し込み順10人
費無料 他会員登録（有料）すると継続受講可能
申問 3月26日(火)までに電話またはEメールでCCD担当・神尾☎090-5558-2537・✉cccd.jin@gmail.com
(社会教育課)

家庭教育セミナー 「災害に強い親子になる防災講座」

子どものいる家庭で役立つ「アウトドア防災」を学びます。
■ 3月23日(土)午前10時～正午 所市立柏野小学校多目的室 演あんどうりす（アウトドア防災ガイド）
定申し込み順40人 費無料
申問市立柏野小学校PTA✉kashiwano1978@gmail.com
(社会教育課)

チームスポーツ組織論 ～勝利に必要なマインドを学びます～

部活動でのチームの在り方や勝利に必要なマインドを講師から学びます。
■ 3月30日(土)午後4時～6時 所市民プラザあくろすホール 対中学生以上（小学生は保護者同伴）
演酒井良幸（國學院大學久我山高等学校監督、国民体育大会バスケットボール競技東京都少年男子監督） 定申し込み順90人 費無料
申問 3月6日(水)午前9時～29日(金)に直接または電話で市民プラザあくろす指定管理者☎443-1211、または申し込みフォームから申し込み
(多様性社会・男女共同参画推進課)



申し込み
フォーム

各館だより

図書館

中央図書館 〒182-0026 小島町2-33-1
文化会館たづくり4・5・6階
☎441-6181 FAX441-6183 専用HPあり

●開館時間と3月の休館日

	開館時間	休館日
中央図書館	午前9時～午後8時30分 (視聴覚資料室は午後5時まで)	3月25日(月)・26日(火)
分館	午前9時～午後5時	3月11日(月)・18日(月) 25日(月)・26日(火)

●視聴覚資料室（中央図書館6階）

音楽のCD、映画のDVDやビデオなど約1万7000点を集めた資料室です。

開室時間／午前9時～午後5時。5時以降の資料の返却、貸し出し（予約資料のみ）、予約、問い合わせなどは中央図書館4階で受付

貸出数／1人3点まで（期間は2週間。予約すると分館での受け取りも可）

●図書館からの耳より情報「あなたへのブックメール」

調布FM（83.8MHz）で、図書館職員が事業やサービスなどを案内しています。内容は月替わりです。

■毎週土曜日午後4時40分頃～4時50分頃

●返し忘れた本やCDなどはありませんか

卒業・転出などで図書館の利用資格がなくなる方は、借りている資料と利用カードを最寄りの図書館に返却してください。

共済事業

●公開講座とサークル会員募集

①森鷗外・与謝野晶子・永井荷風

～平和を愛する恋の文学者たち

■ 4月3日(水)午後1時30分～3時

所文化会館たづくり9階研修室

演持田穂子（近代文学研究者、三田文学理事）

定当日先着48人

②宗教から世界の現状を見る

■ 4月3日(水)午後2時～4時

所文化会館たづくり8階映像シアター

演瓜生中（仏教インド思想研究、宗教研究家）

定当日先着100人

③今、なぜドストエフスキーカ？

～神がなければ、すべては許されている～

■ 4月12日(金)午後6時～7時30分

所文化会館たづくり8階映像シアター

演龜山郁夫（名古屋外国语大学学長）

定当日先着100人

④松井須磨子の「復活」とトルストイの「復活」

■ 4月20日(土)午後1時30分～3時30分

所文化会館たづくり10階1001学習室

演木村敦夫（ロシア文学研究者）

定当日先着50人

①～④共に

費無料

問図書館読書推進室、アカデミー愛とぴあ（文化会館たづくり10階）☎441-6328（午前9時～午後4時）

都立調布特別支援学校が「2023年度防災教育チャレンジプラン」大賞を受賞

内閣府などの「2023年度防災教育チャレンジプラン」で、都立調布特別支援学校が1年をかけて推進した「コロナ禍における持続的に発展可能な福祉避難所開設設計画」が防災教育大賞（最優秀賞）を受賞しました。

防災教育チャレンジプランとは、災害に備え、できる限り被害を減らし、被害にあったときも、すぐに立ち直れる力を一人一人が身につけるための事業

問総合防災安全課☎481-7346



●2025年に東京でデフリンピックが開催

デフリンピックとは、耳が聞こえない選手の国際的なスポーツ大会です。日本で初めて開催され、市内の武蔵野の森総合スポーツプラザでバドミントンが実施されます。（障害福祉課・スポーツ振興課）

公民館だより

●曜日休館 ●申し込み／電話または来館で
●費用／記載のない場合は無料

東部公民館

〒182-0003 若葉町1-29-21
☎03-3309-4505 ☎03-3305-3456

●地域連携展示

「桐朋女子中・高等学校
美術部展」

期 3月6日(木)～28日(木)
時 午前9時～午後9時30分
内 油絵



●シルバー講座「学んで実践・女性の尿トラブルと予防のエクササイズ」

日・内 ①3月22日(金)午前10時～正午・講義と実践「排尿トラブルのしくみと予防」②29日(金)午後2時～4時・講義と実践「美姿勢の効果とトラブル回避」

対 おむね60歳以上の女性(介護保険の認定を受けていない方) 演 ①田舎中真由美(理学療法士) ②朝日明美(東部公民館サークル講師) 団 各回申し込み順14人 持 ヨガマットまたはバスタオル、フェイスタオル(手ぬぐいサイズ)2枚、飲み物 申 3月6日(木)午前10時から受け付け 備 運動ができる服装で参加

●東部ジュニア教室

○お仕事チチ体験!お菓子の会社でパッケージをデザインしよう

日 3月23日(土)午前10時～11時30分 対 小学3年生以上の子どもと保護者(小学3年生は保護者同伴)

内 アニメーション「株式会社のしくみ」を見る、パッケージをデザインして発表する

演 日本証券協会会員 団 各回申し込み順20人

申 3月6日(木)午前10時から受け付け

○ゼンタングル体験～ぐるぐる・集中・すつきり

ゼンタングルとは、ゼン(禪)とタングル(絡む)をつなげた造語で、簡単なパターンをくり返し描き、アルファベットと植物を描きます。

日 3月28日(木)午後2時～4時 対 市内小・中学生(低学年は保護者同伴) 演 黒崎雅美(ゼンタングル認定講師) 团 各回申し込み順16人 費 500円(材料費。当日持参) 持 筆記用具、2B鉛筆、綿棒1本、色鉛筆 申 3月9日(木)午前9時から受け付け

西部公民館

〒182-0035 上石原3-21-6
☎484-2531 ☎484-3704

●健康講座

「ズバリ教えます!がんについて知っておきたいこと」

日 3月23日(土)午前10時～正午 対 小学生以上

内 前半: 講演「ズバリ教えます!がんについて知っておきたいこと～知識・予防、情報」 後半: ゲーム感覚で見て触って学ぶコーナー、質疑応答

演 岸田 徹(NPO法人がんノート代表理事・国立がん研究センター広報企画室所属) 团 各回申し込み順30人 申 3月6日(木)午前10時から直接または電話・Eメール(✉seibuk@city.chofu.lg.jp)で申し込み(Eメールの方は件名に「健康講座」、本文に氏名(ふりがな)、電話番号、お住まいの町名、年代または学年を明記)

●サークル体験「子どもも大人も大歓迎! 団碁サークル会員と対局を楽しもう」

日 3月24日(日)午後1時～3時 対 小学生以上



定 各回申し込み順10人 申 3月6日(木)午前10時から受け付け

●西部公民館開館40周年春休み子ども体験教室

「すてきな春の和菓子を作って、お茶会を楽しもう」

日 3月27日(木)午前9時30分～午後0時30分

対 小学3年生～中学生

演 小宮 崇(つづじヶ丘「今木屋」)

蒼天会(表千家茶道サークル)

定 各回申し込み順24人 費 700円(材料費。当日持参)

持 玉子、パンダナ、ふきん、あれば白い靴下

申 3月6日(木)午前9時から受け付け

北部公民館

〒182-0014 柴崎2-5-18
☎488-2698 ☎488-2787

●子どもたちに伝えたい。東京大空襲紙芝居展

期 3月20日(木)～(木)午前9時～午後8時

他 ちようふピースメッセージ2023、同ジュニア2023の活動報告スライドショー同時上映

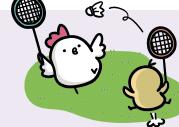
●北の杜アコースティックライブ

～春です、昭和歌謡を聴きに来ない?～

日 3月24日(日)午後5時～6時 演 むらかみ けいじゅ(ヴォーカリスト)、太田公一(キーボーディスト)

市民の広場

本欄は市民同士の交流を目的としています。掲載内容の確認や入会申込などは、直接問い合わせ先へ連絡してください。掲載を希望する方は、掲載基準を確認の上お申し込みください。掲載基準を満たさない場合や申し込みが多い場合、掲載できないことがあります。(広報課)



催 し

■ 簿記入門(優しい簿記学習) 日 3月10日(日)・17日(日)・24日(日)午後1時～(3級)、3時～(2級) 団 市民プラザあくろす2階賃料無料 演 080-2070-4744

■ 中国語(初級) 体験学習会 日 3月19日(火)午後7時～8時

会員募集	サークル名	活動日時	活動場所	入会金	会費	問い合わせ	備考
	たづくり絵画クラブ 金曜会	月2～3回金曜日午後1時～4時	文化会館たづくり	2000円	月2000円	小澤 ☎03-3308-5954	楽しながら絵を描くクラブです
	ウクレレクラブ ブルーコーラル	第1・3月曜日午後1時30分～	調布ヶ丘地域福祉センター	ナシ	月500円	篠田 ☎090-9396-9866	ハワイアンほかジャンルの歌演奏

広告の欄

掲載の申し込み／株)ウイード(広告代理店、多摩川5-9-4 インペリアル京王多摩川フラット103号) ☎443-6681・☎443-6682

広告料／1号・2号：1枚3万円、3号(オビ)：1枚1万5000円(前払。デザイン・版の制作費・消費税広告主負担)

※広告料収入は市報ちようふの印刷製本費用の一部に充当しています(広報課)

調布で50年の実績がある会員運営の学習団体
文学・歴史・俳句・短歌・読書等多数のサークル
人から学び・本から学ぶ
生涯学習団体
アカデミー愛とぴあ
年会費4,000円
サークル参加費
半期4,000円～
(月1開催)
4月新会員
募集
サークル見学(無料)はいつでも可能!
詳しくはHPまたは電話にて
<http://academy-aitopia-chofu.com/>
(042)441-6328 たづくり10階(9時～16時)
文化会館たづくりを拠点に活動しています

調布で独立起業する
でも 相続や副業で副収入が増えた
帳簿の書き方や確定申告が不安…そんな時は、青色申告会がサポートします!
※確定申告指導は東京税理士会武蔵府中支部の協力を得ています。
公益社団法人
武蔵府中青色申告会
府中市本町4-15-22 TEL.042-362-8466

その廃車 買い取ります
0120-114-161
042-444-7106
廃車に費用はかかりません!
古い車OK! 不動車OK!
引き取り 廃車登録 税金手続き
無料 無料
廃車買取り専門店 廃車ラボ
東京都調布市飛田給1-2-2-1階



3・4月は転入や転出などで多くの方が市役所に来庁しますので、自宅でできる手続きの利用や、神代出張所の利用をご検討ください。

市民課 481-7041~5



混雑状況(市HP)

LINE[※]で混雑状況を確認してから来庁するといいよ！



※調布市LINE公式アカウントにご登録ください

混雑予想カレンダー

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	3/11 ★★	12 ★	13 ★	14 ★	15 ★★	
	18 ★★	19 ★★		21 ★★	22 ★★	
24 ★	25 ★★★	26 ★★	27 ★★	28 ★★	29 ★★★	
	4/1 ★★★	2 ★★	3 ★★	4 ★★	5 ★★★	
	8 ★	9	10	11	12 ★	13
	15 ★	16	17	18	19 ★	
	22 ★	23	24	25	26 ★	

【受付までの待ち時間】

★★★大混雑日(120分以上) ★★大混雑日(90分以上) ★混雑日(60分以上)

【受付時間】平日／午前8時30分～午後5時15分

土・日曜日／午前9時～午後1時

神代出張所で可能な手続き

時 平日午前8時30分～午後5時15分

内 ●転出入の手続き ●住民票の写し

- 印鑑登録証明書、戸籍謄本・抄本等の交付、戸籍の届け出
 - 年金現況届証明書 ●(市)税証明書の一部(取得できる市税証明書などの詳細は、事前に担当課へ要問い合わせ) ●身分証明書
 - 不在住・不在籍証明、臨時運行許可証(仮ナンバー)、町名地番変更証明書
- ※国民健康保険証の即日発行、児童手当などの一部手続きはできません

市民課 481-7600

「どこでも市役所」を目指して
来庁せずに使える手続きはこちら

来庁せずに使える手続き方法などの
詳細は市HPをご確認ください。→



市HP

郵送での手続き

●市外へ引越す時の転出届

届出の受理後、転出証明書を返送します。

●証明書の請求

戸籍関係証明書(戸籍謄本・抄本、身分証明書)、
住民票の写しなど

マイナンバーカードを利用した手続き

●オンラインによる転出届・転入(転居)予定連絡

マイナンバーカードを使って、マイナポータルからオンラインで転出の届出ができます。

届出後は、転出先の市区町村窓口での転入手続きが必要です。

●コンビニエンスストアで証明書の取得

全国のコンビニエンスストアのマルチコピー機で住民票の写しなどの証明書が取得できます。
取得には利用者証明用電子証明書(4桁の暗証番号)の入力が必要です。

時 午前6時30分～午後11時(システムメンテナンスなどの休止日を除く)

マルチコピー機で取得できる証明書の種類

- 住民票の写し ●印鑑登録証明書
- 戸籍証明書(全部・一部事項証明)
- 戸籍の附票の写し
- 税証明書の一部※1月1日時点と証明書発行時点で市内に住民登録のある方(最新の課税年度のみ発行可)

●オンライン申請

スマートフォンとマイナンバーカードを使って、オンラインで住民票・戸籍と附票発行の申請ができます。調布市LINE公式アカウントに登録し、メニュー画面の「電子申請」から指定のサイトを閲覧し、申請手続きに進むこともできます。

神代出張所にも
マルチコピー機
があるよ！



広域交付も利用できます

住民登録地や本籍地以外の市区町村窓口で、住民票や戸籍謄本が請求できます。
※当日は交付できない場合があります

電話予約サービス

電話で予約すると、夜間・休日に、本人または同一世帯の方の住民票の写し・印鑑登録証明書を受け取ることができます。受け取りは、予約日を含めた3日以内です。

予約受付時間／平日午前9時～午後4時

受け取り場所／市役所庁舎管理室(1階)

●印鑑登録証明書は、予約時に印鑑登録証(カード)の登録番号が必要



登録している人に
聞きました



窓口の混雑状況の確認だけじゃない!!

LINEを活用するとこんなに便利！

住民票・転出届のオンライン申請

「平日は仕事で忙しいので、休みの日に自宅から申請できて、とても助かりました。」

道路などの不具合を通報

「道路にできた穴ぼこを、その場で写真を撮って通報できました。」

WEB版の市報を閲覧

「市報の発行日に通知が届くので、通勤中や昼休憩の間にスマートフォンで見ています。」

粗大ごみの申し込み

「粗大ごみの申し込みがスムーズになりました。」

広報課 481-7301

LINEの登録方法



このQRコードを読み取るか、LINEのホーム画面の検索バーで「調布市」と検索して、友だちに追加してください。

受信設定して
必要な情報を選ぼう