

みずほ

広報

mizuho information

2026

9

No.776

命のサイン

伝える方法も

備えよう

無事です。

瑞穂町町内会連合会

「災害は遠い場所のこと...」 そう思っていないですか / 防災を「自分ごと」化しよう!



皆さんは覚えていますか。町では、令和元年台風19号によって土砂崩れなどの被害がありました。左の写真は当時のものです。

今年は「令和8年熊本地震」、8月には千葉豪雨などの災害が、記憶に新しいと思います。災害に対して、多くの不安を抱えていながら、具体的な対策をできていない方が多いのではないのでしょうか。災害は、いつどこで起こるか分かりません。

あなたにできる範囲で大丈夫です。今一度、「自分ごと」に捉えて、災害に備えましょう。

地震に備え、みんなで高める地域の防災力



各自自主防災組織、災害時協定締結事業者、協力団体、学校など、さまざまな力を組み合わせて、いざという時に助け合える地域を構築するため、総合防災訓練を実施します。

すべての住民の方を対象とした訓練です。初めの方も含め、ご参加ください。

瑞穂町
総合防災訓練
9/27日
午前8時～

確認しましょう!

- ☒ わが家の集合場所
- ☒ 地域の訓練会場
- ☒ 安否確認の方法

問 安全・安心課
TEL 557-7610

確認しよう

☑ 4人家族に必要な備蓄品 (1週間分)

飲み水 76 リットル	レトルトご飯 59食	缶詰 サバのみそ煮など 20缶
無洗米 8キロ グラム	除菌ウェット ティッシュ 280枚	マスク 21枚
おむつ 70個	粉ミルク スティックタイプ 42食	使い捨てカイロ 42個
トイレ用ペーパー 9ロール	簡易トイレ 105 回分	乾電池 単1～4の セット 懐中電灯 などに使用

(注)「東京備蓄ナビ」で、共同住宅に住む成人夫婦と3歳～小学6年男児、0～2歳女児の4人家族の必要量を計算

食料品の備えは
ローリングストックで

普段の食品を少し多めに買い置きし、生活の中で使った分は買い足し、常に一定の備蓄量を保つ方法です。

みんなで助け合い、命を守る

令和8年8月から危機管理官に就任しました。自衛隊での災害派遣活動で培った経験を生かし、迅速かつ的確な対応に努めます。

7月には熊本県で大きな地震が発生しました。瑞穂町でも立川断層帯の地震が起きた場合には、町全域で震度6強の揺れが予想されています。そのため、日頃からの備えが非常に重要です。

総合防災訓練は、災害時に「自分がどう行動するか」をイメージできる良い機会です。皆さんの必要な準備を再確認する場として、ぜひ積極的にご参加ください。

「みんなで助け合い、命を守る」という思いを強く共有し、町全体で防災力を高めていきましょう。



活用しよう

☑ 瑞穂町ハザードマップ

災害時、自分の住む地域にどのような危険があるか確認しましょう。



☑ 瑞穂町メール配信サービス

災害情報、防犯情報、行政情報をメール配信しています。

☑ 東京都防災アプリ

災害の知識や災害時に役立つ情報を掲載しています。



備えよう

☑ 町内会・自治会に加入しませんか

地域のイベントで近所の人と顔を合わせる機会が増え、いざというときに、地域で安心して助け合うことができます。

問 協働推進課 TEL 557-7608

☑ 住宅耐震関連助成

町では、木造個人住宅の耐震診断・耐震改修・簡易耐震改修の費用の一部を助成しています。

問 都市計画課 TEL 557-0599



地域のゆるやかなつながりが、備えになる

自主防災組織では、総合防災訓練への参加、防災リーダー講習会、避難所開設訓練、産業まつりでの啓発活動などを通じて、地域の防災体制の向上に取り組んでいます。災害時に大切なのは、地域での「助け合い」です。日頃のあいさつや声掛けを通じて顔の見える関係を築き、いざというときに助け合えるつながりをつくりましょう。

災害は、いつどこで起こるか分かりません。総合防災訓練は、どなたでも参加できます。町内会に加入していない方も、まずは訓練に参加して、災害に備えましょう。



訓練 1 タオルで知らせる安否確認訓練 午前8時～ ※雨天決行

訓練の手順

- 午前8時の防災行政無線のサイレンと放送が流れます。
- タオルを目立つように、道路から見える場所に掲げます。
 - ▶ 一軒家…ポストや玄関先 など
 - ▶ マンション、アパートなど…集合ポストやベランダ など
- 自主防災組織がタオルを確認します。
- 訓練終了後、正午まではタオルを掲げてください。

タオルの色は何色でも大丈夫です!



訓練 2 会場での防災訓練 午前9時～ ※雨天中止

※中止の場合は、当日の午前7時に防災行政無線を放送します。放送内容は、町ホームページからも確認できます。

第二小学校では、同日に学校公開で防災に関する授業を行い、連携して訓練を実施します。



訓練会場	対象地域	一時集合場所 / 集合時間
第一小学校	表東町	地藏橋 8:30
	表上町	直接、会場へ
	二丁目	中宿橋 8:30
	四丁目	四丁目公園 8:30
	五丁目	直接、会場へ
	六丁目	西多摩農協瑞穂支店前 8:30
	七丁目	直接、会場へ
	八丁目	箱根ヶ崎南会館 8:15
	旭町	御嶽神社 8:30
	上仲町	直接、会場へ
第二小学校 (学校連携)	東長岡町	児童遊園 8:20
	長岡町	下野公園 8:30
	春日町	かすが公園 8:30
	愛宕町	直接、会場へ
	水保町	西村畜産前 8:30

訓練会場	対象地域	一時集合場所 / 集合時間
第三小学校	二本木町	二本木公園 8:30
	栗原町	栗原町会館 8:30
	松山町	松山公園 8:30
	駒形町	駒形公会堂 8:15
	高根町	高根町会館 8:30
	富士山町	少年サッカー場 8:25 富士山公園 8:35 ファミリーマート瑞穂ルート16店 8:40
第四小学校	西三丁目	箱根ヶ崎西会館 8:30
	松原町	松原町集会所 8:40
石畑防災広場	安住町	殿ヶ谷会館 8:20
	表町	表橋 8:30
	仲町	仲町広場 8:30
	中芝町	玉林寺公園 8:20 中芝の辻 8:30
	東砂町	峰田川橋 8:30
	西砂町	直接、会場へ
	丸町	阿弥陀堂 8:25
	神明町	直接、会場へ

訓練会場	対象地域	一時集合場所 / 集合時間
武道館	西一丁目	直接、会場へ
	東一丁目	直接、会場へ
	東三丁目	円福寺駐車場 8:30
	中三丁目	中三丁目会館 8:20
武蔵野コミュニティグラウンド	旭が丘	直接、会場へ
	さかえ町	みずほさかえ公園 8:30
	富士見町	富士見公園 8:45
	南平町	南平ひばり公園 8:30

訓練の詳細はこちら



瑞穂町子どもフェスティバル

こんにちは みんなでつなぐ あいさつの輪

9月13日(日) 午前9時～午後0時15分

(受付:午前8時50分～)

※各体験コーナーの受付は正午まで、キッチンカーは午前11時50分まで

場 瑞穂ビューパーク・スカイホール

主 ▶ 瑞穂町子どもフェスティバル実行委員会

▶ 瑞穂町教育委員会



会場の各ブースを回って、いろいろな体験活動をしてみませんか。

屋外会場ではポップコーン、かき氷を販売する予定です。

また、競技場ではキッチンカーも出店します。

詳しくはホームページをご覧ください。

※天候などの影響により、内容を変更または中止する場合があります。

※ビューパーク競技場の一部を駐車場として使用しますが限りがあります。なるべく車での来場はご遠慮ください。



☎ 社会教育課 TEL 557—6695

●スカイホール館内・デッキ

展望塔、竹馬・水鉄砲体験、工作(ティッシュケース作りなど)、ラダーゲッター、いけ花体験、囲碁体験、水墨画体験、瑞穂農芸高校生徒による食育教室、ソーラートレイン体験、ドローン操縦体験 など

●大ホール

チアダンス、ヒップホップダンス、クラシックバレエ、吹奏楽、バイオリンの演奏、拳法演武 など

●スカイホール前駐車場

消防・警察車両の展示 など

●ビューパーク競技場

動物とのふれあい、ミニSLの運行 など

笑って動いてみんなで楽しむ

瑞穂町スポーツフェスティバル 2026

～みらいにずっとほこれるまちへ～

10月11日(日) 午前10時～午後2時 ※雨天中止

場 瑞穂ビューパーク・スカイホール

誰でも気軽に参加できる体験型のスポーツイベントです。全18種目の中から好きな種目を8つ以上体験して、オリジナル景品を手に入れよう。

当日は、「みずほまる」をはじめ、立川アスレティックFCの「アスレくん」、明治安田生命保険相互会社の「ライト!くん」も応援に駆けつけてくれます。キッチンカーも出店します。

ご家族や友人と一緒にぜひ、遊びに来てください。

●屋外種目

軟式野球、サッカー、バスケットボール、硬式テニス、グランドゴルフ、ラグビー、モルック、ペタンク、インターバル速歩、バンジートランポリン

●屋内種目

ボッチャ、ビーチボール、少林寺拳法、ダンス、健康チェック、体力測定、eスポーツ(AR)、ヨガ

※詳しくは、町ホームページをご覧ください。



☎ 社会教育課 TEL 557—7071



瑞穂町の中学校部活動改革

～子どもたちが、将来にわたりスポーツ・文化活動に挑戦し続けられる環境づくりのために～



なぜ今、中学校の部活動が変わるの？(改革の背景)

急激な少子化が進む中、「部員が足りずにチームが作れない」「やりたい種目の部活動が自校にない」といった問題が全国的に表面化しており、自治体ごとの実態に基づく改革が求められています。

そこで町では、国と東京都の方針に則り、生徒の多様な活動機会の確保と教員の働き方改革を進めるため、学校単位の部活動を地域一丸となって取り組む「地域クラブ活動」へと移行する「部活動改革」を段階的に進めています。

部活動改革により想定される効果

学校の枠を超えた出会い	専門的な指導	多様な選択肢
同じスポーツや趣味を持つ仲間、関係する地域の方との出会いにより、交流の輪を広げられます。	顧問となる教員の専門性や定期異動の影響を受けず、各分野の専門的な指導を受けられます。	学校にない種目や文化的な活動への参加、楽しむことを趣旨にした新たな活動に参加できます。

瑞穂町の部活動改革のこれまでとこれから

期間	町の具体的な取組内容
改革推進期間 (令和5～7年度)	▶ 部活動の在り方検討委員会の設置 部活動に関する課題の明確化、地域団体向けアンケート調査の実施 ▶ 令和7年度の2学期から、一部の部活動で合同部活動の試行を開始
現在(令和8年度) 改革実行期間(前期) (令和8～10年度)	▶ 東京都「公立中学校の部活動拠点化モデル事業」の指定(都内7自治体) ▶ 民間事業委託を活用した合同部活動の拡大(平日の活動は、午後5時から7時を予定しています。) ▶ 駿河台大学と瑞穂町との包括連携協定を活用した、合同部活動における多様な取組の具体化
改革実行期間(後期) (令和10～13年度)	▶ 合同部活動から「地域クラブ活動」への移行と、持続可能な運営体制の確立

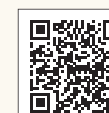
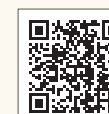
<参考>

国:「部活動改革及び地域クラブ活動の推進等に関する総合的なガイドライン～子供たちのスポーツ・文化芸術活動の充実に向けて～」(令和7年12月 文部科学省)

都:「部活動改革及び地域クラブ活動の推進等に関する総合的なガイドライン～生徒のスポーツ・文化芸術活動の機会確保・充実と教員の働き方改革を目指して～」(令和8年3月 東京都)

※進捗の状況などは、町ホームページで随時お知らせします。

☎ 教育指導課 TEL 557—8014



～みんなが安心して暮らせるまち～ 9月はアルツハイマー月間

認知症は誰もがなりうる身近なものです。町では、認知症であってもなくても、住み慣れた地域で協力して暮らし続けることができる社会を目指しています。

問 高齢者福祉課 TEL 557—7674

瑞穂町図書館 アルツハイマー月間展示 「忘れても 笑顔で暮らせる 街づくり」 (認知症の人と家族の会 2026年標語)

図書館に数多くある、認知症のある本人の体験や、介護する家族の思いが書かれた本を展示します。

あなたが知りたい「認知症」を手にとってみませんか。

期 9月1日(火)～30日(水)

場 瑞穂町図書館、長岡コミュニティセンター図書室、
武蔵野コミュニティセンター図書室

問 瑞穂町図書館 TEL 557—5614

認知症カフェ(オレンジカフェ)

認知症のある方もそうでない方も、認知症に関心のある方は誰でも参加できるカフェです。みんなでおしゃべりを楽しみながら、ほっと一息つける場所です。

現在、町には5か所あります。

- ▶おひさまカフェ(ふれあいセンター)
- ▶オレンジカフェなのはな(菜の花クリニック)
- ▶オレンジカフェむさしの(武蔵野コミュニティセンター)
- ▶楽笑プラムカフェ(フラワープラム)
- ▶ありっばらい食堂(二本木交茶店)

徘徊高齢者探索サービス事業

65歳以上の徘徊行動のみられる認知症のある方の行方が心配なときに、介護者(家族など)に対し、GPSを利用した位置情報専用探索機によりご本人の現在位置の探索を行い、位置情報を介護者へ提供します(位置情報サービス)。

費 費用の1割負担
(住民税非課税世帯、生活保護の方は免除)



～認知症に関することなど、気軽に相談を～

- ▶東部高齢者支援センター(ふれあいセンター内) TEL 557—3852
- ▶西部高齢者支援センター(長岡コミュニティセンター内) TEL 557—0609
- ▶認知症支援コーディネーター(高齢者福祉課) TEL 557—7674



高齢者等見守りシール事業・ みまもりあいアプリ

無料

行方不明になるおそれがある認知症のある方などに、早期の発見・保護を目的とした「見守りシール」を無料で交付します。

発見者が衣服や持ち物に貼られたシールのフリーダイヤルに電話することで、発見者と家族などが個人情報を出さずに直接やり取りをすることができます。



協力者(みまもる人)を募集中!

見守りシールは「みまもりあいアプリ」と連携しています。多くの協力者(みまもる人)の登録が効果的です。無償提供の「みまもりあいアプリ」にご登録ください。

アプリの登録はこちら



iPhone



Android

脳いきいきウォーキング教室

認知症予防のために仲間と楽しくウォーキングの習慣を身につけることを目指す教室です。

日 毎週水曜日(全8回)

9月30日、10月7日・14日・21日・28日、11月4日・11日・25日

場 長岡コミュニティセンター

対 おおむね60歳以上で、全日程に参加できる方

定 20人(申込順)

申 電話または直接、高齢者福祉課へ

TEL 557—7674

秋の全国交通安全運動 世界一の交通安全都市TOKYOを目指して

期間中、交通安全推進協議会委員が交通事故防止のため、広報車による広報活動や町内の交差点で街頭指導を行います。「思いやり・ゆずり合い」の気持ちを持ったやさしい運転を心掛けましょう。

期 9月21日(月・祝)～30日(水)

交通事故死ゼロを目指す日 9月30日(水)

重点

- ▶歩行者の安全確保と反射材用品の着用促進
- ▶夕暮れ時の早めのライト点灯と飲酒運転や「ながらスマホ」の根絶
- ▶自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底
- ▶二輪車の交通事故防止

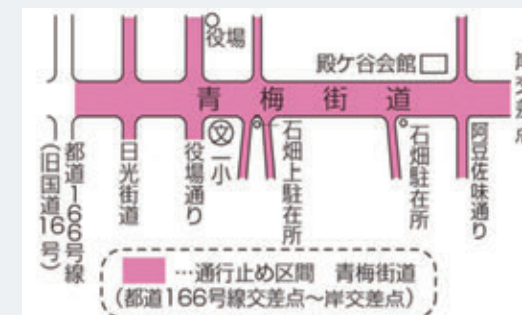
問 安全・安心課 TEL 557—7610



三地区夏祭りに伴う交通規制

箱根ヶ崎・石畑・殿ヶ谷地区の夏祭りで、みこし、山車のパレードが行われます。

パレードに伴い、交通規制となりますので、迂回にご協力ください。



規制時間 9月6日(日) 午後2時15分～6時30分

※阿豆佐味天神社前交差点から岸交差点の間は午後2時15分～4時20分

※熱中症警戒アラートの発令などにより、パレードのルートや交通規制が変更になることがあります。

問 三地区夏祭り実行委員会 TEL 557—6418

都営バス・ 立川バス・西武バス 迂回運行のお知らせ



次の区間は運行を休止し、新青梅街道へ迂回運行します。
詳しくは、各事業所へお問い合わせください。

休止区間 箱根ヶ崎～岸

迂回時間 午後2時15分～6時30分

問 都営バス青梅支所 TEL 0428(23)0288

立川バス福生営業所 TEL 551—1200

西武バス飯能営業所 TEL 042(972)4123

秋の交通安全フェスティバル



福生警察署では、秋の全国交通安全運動に先立ち、「秋の交通安全フェスティバル」を開催します。

当日は、落語家・林家久蔵師匠による、笑いながら学べる交通安全教室を実施します。また、米軍空軍太平洋音楽隊「パシフィック・プラス」と警視庁音楽隊による演奏のほか、福生交通少年団による鼓笛演奏も行います。

交通安全について楽しく学べる催しです。ぜひご来場ください。

日 9月13日(日) 午後1時30分～4時(開場:午後1時)

場 S&D秋川キララホール(あきる野市秋川1—16—1)

問 福生警察署 TEL 551—0110



パートナー PARTNER ー瑞穂町は、男女共同参画社会を推進しますー

瑞穂町男女共同参画社会推進委員会事業 逃げる技術、知っていますか？ 「いざ」という時に備える護身術

「いざ」という
ときのために、
危険を予測し、
自分の身を守る
ための護身術を
学びませんか。
講義と実習で、
誰にでもできる
護身術の基本を身につけます。

日 10月11日(日) 午前10時～正午

場 武道館

内【第1部】講義・演習「自衛官から見た危険予測について」
【第2部】講習「逃げるための護身術」

対 町内在住・在勤・在学の方

定 実技体験および見学 各20人(申込順)

講 自衛隊東京地方協力本部、町職員

※体験希望の方は、動きやすい服装でお越しください。

申 9月7日(月)から10月2日(金)までに、電話または申込
フォームで協働推進課へ TEL 557—7608



議会中継がインターネットで見られます

町議会では、本会議の録画中継
をインターネットで配信していま
す。傍聴に行けない方も、パソコ
ンやスマートフォンで見ることが
できます。

閲覧方法

町ホームページから町議会の
「議会録画中継」をクリックしてく
ださい。

パソコン画面



問 議会事務局 TEL 557—7693



クリック！

スマートフォン画面



議会録画中継は
こちら



町内のコンビニエンスストアに AEDを設置しています

町では、町内のコンビニエンスス
トア3社(㈱セブンイレブン・ジャパ
ン、㈱ローソン、㈱ファミリーマート)
と「自動体外式除細動器(AED)設置
等に係る協定」を結んでいます。

この協定により、町内にあるコ
ンビエンスストアに24時間使用できる自動体外式
除細動器(AED)が設置されています。

緊急時は最寄りのコンビニエンスス
トアのAEDをご活用ください。

問 安全・安心課 TEL 557—7610



東京アプリ生活応援事業 対面サポートを開催！

東京アプリ生活応援事業とは、マイナ
ンバーカードによる本人確認を行った方
に、東京ポイント(11,000ポイント)を付与する東京都
の事業です。東京アプリの利用登録や、11,000東京
ポイントの受け取り手順を対面でサポートします。

日 10月7日(水)～9日(金)(3日間)

①午前10時 ②午前11時30分 ③午後2時
④午後3時30分(各回50分)

場 町民会館

定 各回16人(申込順)

持 スマートフォン、マイナンバーカード(4桁の暗証番号
が必要です)

申 9月1日(火)から電話で、東京アプリ専用コ
ールセンターへ

TEL 03(6901)7979 (午前9時～午後7時)
※音声案内に従い、「4」を押してください。



国民年金保険料は全額が 社会保険料控除の対象です

納付した国民年金保険料は、健康保険や厚生年金な
どと同様に、所得税・住民税の社会保険料控除の対象
となり、税額が軽減されます。

控除の対象となるのは、申告する前年1月から12月
までに納付した保険料の全額です。過去の年度分や追
納した保険料も含まれます。

また、ご自身の保険料だけでなく、配偶者やお子さ
んなど、ご家族の保険料を負担した場合も合わせて控
除が受けられます。

国民年金は、老後はもちろん不慮の事故など万が一
のときにも強い味方となる制度です。保険料は納め忘
れのないようにしましょう。

問 ねんきん加入者ダイヤル

TEL 0570(003)004

横田基地に関する要望活動



(左から 町長、基地対策特別委員会副委員長、議長、北関
東防衛局長、基地対策特別委員会委員長、副議長)

7月27日に町と町議会は、防衛省などに対し、横田
基地に関する要望活動を行いました。

住民の皆さんからいただいた意見も踏まえ、横田基
地の「C—130やCV—22オスプレイ」の低空および旋
回飛行などの中止を求めました。特に、町上空での低
空旋回飛行が恒常化していることや、「CV—22オスプ
レイ」の飛行により、住宅防音の対象外となる区域に
おいても、騒音や振動による生活環境への影響が深刻
化している実情などを伝えました。住宅防音工事にお
ける住宅防音区域の拡充、対象建築家屋の拡大、希望
届提出後の速やかな工事実施などを求めました。

今後も、町と町議会が連携し、粘り強く要望を行っ
ていきます。詳しい内容は、町ホームペー
ジをご覧ください。

問 企画政策課 TEL 557—7476



令和8年度 自衛官等採用案内



【幹部候補生】一般(陸・海・空)・専門(陸)

受付期間 9月1日(火)～25日(金)

【幹部候補曹】(陸・海・空)

受付期間 9月1日(火)～25日(金)

【一般曹候補生】

受付期間 9月15日(火)～11月20日(金)

【2等陸・海・空士(任期制自衛官)】

受付期間 通年受付

※状況により内容が変更となる場合があります。

問 自衛隊 福生募集案内所

TEL 042(551)4725



瑞穂町中小企業成長支援事業補助金(2次募集)

町内に主たる事業所がある、中小企業者の新たなチ
ャレンジや成長分野への進出を支援します。

また、当該補助事業のうち、一部メニューについて
は、申請に当たり専門家(中小企業診断士、税理士、
司法書士など)による最大3回の無料支援(相談や助言
など)を受けることができます。

申請期間 9月24日(休)～10月30日(金)

対象経費 4月1日から令和9年3月31日までに
契約から支払いまで完了する経費

問 産業経済課 TEL 557—7633



事業メニュー	補助率および 補助限度額	無料 支援
新製品・新技術開発着手 支援事業	補助率2/3 補助限度額10万円	○
新製品・新技術開発支援 事業 ▶単独 ▶連携体(2者以上の中 小企業、大学など)	補助率2/3以内 補助限度額 100万円(単独) 150万円(連携体)	○
DX推進事業	補助率2/3以内 補助限度額150万円	○
デジタルツール 導入支援事業	補助率2/3 補助限度額10万円	○
事業承継促進事業	補助率2/3 補助限度額15万円	×
販路開拓支援事業	補助率1/2 補助限度額10万円	×
人材育成支援事業	補助率1/2 補助限度額10万円	×
人材確保支援事業	補助率1/2 補助限度額10万円	×

ミドル・シニア向け再就職支援セミナー

ハローワーク青梅では、町と共催でミドル・シニア
の方を対象として、仕事の探し方、応募書類(履歴書、
職務経歴書)の作成、面接の受け方など、再就職に関
するセミナーを開催します。

日 9月18日(金) 午前10時～正午(受付:午前9時45分～)

場 庁舎1階 ホール

対 ハローワークで求職申込みしている概ね45歳以上の方

定 20人(申込順)

講 ハローワーク青梅 就職支援ナビゲーター、就労・生
活支援アドバイザー

申 電話または直接、ハローワーク青梅(青梅市東青梅3—
12—16)へ TEL 0428(24)9163

野焼きはやめましょう

自宅の庭や畑で、ごみや雑草を燃やすことは法律で禁止されています。

周辺の住民の方に配慮し、苦情につながる野焼きはやめましょう。

問 環境課 TEL 557—0544

放射線量測定器をお貸します



無料で放射線量測定器の貸出しを行っています。事前にお問い合わせください。

問 環境課 TEL 557—0544

犬の登録と狂犬病予防注射は飼い主の義務です



登録時に交付される「鑑札」は、飼い犬が逃げてしまった際に、飼い主を特定するための大切な手掛かりとなります。狂犬病予防注射済票とともに、犬の首輪などに付けてください。

狂犬病は、発症すると治療方法がなく、ほぼ100%死亡する感染症です。大切な愛犬や周囲の人を守るため、毎年必ず狂犬病予防注射を受けさせましょう。

問 環境課 TEL 557—0544

暮らしの情報 知らない業者からの電話や、訪問、勧誘にご注意を

知らない業者からの電話で「補助金が使えるので今なら安い」という勧誘を受け、ソーラーシステムや蓄電池の購入を勧められるケースがあります。

話を聞くだけのつもりで対応してしまい、自宅を訪問され、その場で高額な契約を結んでしまい、その後返金を求める相談が高齢者やそのご家族から多発しています。

ポイント

▶ 知らない番号からの電話には出ないことが大切です。留守番電話機能や自動音声録音機などを活用しましょう。

エコパークフリーマーケット「みずほ青空市」の開催



日 9月20日(日) 午前8時30分～正午(雨天中止)

場 エコパーク 管理棟前広場

【10月18日(日)開催分の出店者を募集】

- ▶ 町内在住の方のみ出店できます。
- ▶ 出店料は無料です。
- ▶ 手作り品、電気製品、動植物、飲食物などの販売はできません。また、営利目的の方は出店できません。

申 9月1日(火)受付開始(先着40件)

問 リサイクルプラザ

TEL 557—5364

やめよう! ごみのポイ捨て

道路や空き地、公園や河川などに捨てられたごみは、地域の皆さんや各団体のご協力により清掃されています。しかし、ごみのポイ捨ては一向に減りません。

ポイ捨てをなくすには、一人ひとりのマナーと心掛けが大切です。子どもたちにきれいな環境を引き継ぐため、美しいまちづくりにご協力をお願いします。

問 環境課 TEL 557—0544

ごみ分別アプリをご利用ください



ごみ収集日が確認できるカレンダーや分別事典などの便利な機能を利用できます。



また、悪天候時には、ごみ収集に関する情報をプッシュ通知でお知らせします。

スマートフォンやタブレットで手軽に確認することができますので、ぜひご利用ください。

問 環境課 TEL 557—7706

ペットや地域猫以外の動物にエサを与えないでください

猫やハト、小鳥などにエサを与えると、人に慣れて集まるようになり、ふん尿や鳴き声などによる近隣トラブルや繁殖につながります。

野生の動物は自然の中で生きることが本来の姿です。ペットや地域猫以外の動物には、エサを与えないようご協力をお願いします。

【地域猫活動にご理解ください】

町では、ボランティア団体「ニャンニャンみずほ」と協力し、飼い主のいない猫に不妊・去勢手術を行い、元の場所に戻す「地域猫活動」を進めています。

猫によるトラブルを減らし、人と猫が共生できる地域を目指すため、皆様のご理解とご協力をお願いします。

※地域猫にはエサだけでなく、トイレの用意にもご協力をお願いします。

問 環境課 TEL 557—0544

生ごみの水切りにご協力ください

生ごみの約8割は水分です。水切りをすることで、ごみの減量につながるほか、腐敗や悪臭を抑え、ごみ出しの際に動物に荒らされにくくなります。

野菜や果物の皮は、なるべく水分を吸わせずに直接ごみ袋へ入れましょう。また、排水口内や三角コーナーにたまった生ごみは、手でしぼったり、ペットボトルの底で押さえたりして水を切ってから排出してください。

問 環境課 TEL 557—7706

粗大ごみの出し方



粗大ごみの処分方法には、「持込み」と「収集」があります。どちらも電話による申込みが必要です。収集を希望する場合は、次の点にご注意ください。

- ▶ 収集時は立会いが必要です。支払いは現金のみです。お釣りのないよう小銭をご用意ください。
- ▶ 収集は平日のみです。申込み状況により、ご希望に添えない場合があります。
- ▶ 収集員が家の中から運び出すことはできません。
- ▶ 粗大ごみは、玄関先や敷地の入口など、公道に面した収集しやすい場所に出してください。

無許可の不用品回収業者にご注意ください



「無料」「格安」をうたう無許可の不用品回収業者とのトラブルが発生しています。こうした業者は利用せず、適正な方法で処分してください。

問 リサイクルプラザ

TEL 557—7612

eTAX更改に伴うサービス停止のお知らせ



eTAXのシステム更改に伴い、次の期間はeTAXのサービスが停止されます。

サービス停止期間中は、eTAXを利用した電子申告・電子納付のほか、eL—QRなどを利用したキャッシュレス納付などの手続きができませんので、ご注意ください。

ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

サービス停止期間

9月19日(土)午前0時～24日(木)午前8時30分(予定)

※詳しくはeTAXホームページをご覧ください。

問 税務課 TEL 557—7529

お知らせ



ご寄附

寄附物品	緊急災害用 段ボールベッド 20台
寄附者	西武信用金庫 理事長 高橋 一郎 様
寄附物品	琴 1面
寄附者	上野 千津留 様

西武信用金庫から段ボールベッド20台寄贈



西武信用金庫から「緊急災害用段ボールベッド」20台の寄附を受領しました。福祉避難所の多世代交流センターMIZCULや指定避難所の第五小学校に配備し、災害時の備えとして活用していきます。

温かいご支援に感謝します。

問 安全・安心課 TEL 557—7610

information インフォメーション I

税

お知らせ

tax

notice
子育て child rearing

税



今月の納期

◎固定資産税・都市計画税……第3期
◎国民健康保険税……………第3期
◎介護保険料……………第3期
◎後期高齢者医療保険料……第3期

納期限は9月30日(火)です。
※バーコードがついている納付書は、コンビニエンスストアで納付できます。

※地方税統一QRコード(eL—QR)が印刷されている納付書はキャッシュレス決済が可能です。



地方税お支払サイト

問 税務課 TEL 557—7529

町税などの納め忘れはありませんか

納期限を過ぎた町・都民税、固定資産税・都市計画税、軽自動車税、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料が未納の方は、至急納めてください。

※毎週木曜日は、税務課で午後8時まで納付できます。

※納付の際は、釣り銭のないようお願いいたします。

※納付には、便利なキャッシュレス決済や口座振替をご利用ください。
※介護保険料、後期高齢者医療保険料はキャッシュレス決済の対象外です。

問 税務課 TEL 557—7529

児童育成手当(育成・障害手当)の所得制限額が変わりました



次のように所得制限額が引上げられました。所得制限で受給できなかった方は、該当になる場合がありますので、お問い合わせください。

【扶養親族なしの場合】

変更前:3,661,000円

変更後:3,758,000円(+97,000円)

※扶養親族1人増すごとに38万円を加算

問 子育て応援課

TEL 557—7624

現況届の提出はお済みですか



対象の方には、7月末に現況届を送付しています。現況届を提出していない方は、至急提出してください。

未提出の場合、児童扶養手当は11月分から、特別児童扶養手当は8月分から受けられません。また、ひとり親家庭等医療費助成は令和9年1月1日から受けられません。

なお、現況届を審査した結果、所得制限などにより手当および医療費助成の対象外となる場合があります。

問 子育て応援課

TEL 557—7624

広報に隠れた「みずほまる」を探せ！

「みずほまる」の右と同じイラストが2か所、広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。

答えは次号でお知らせします。



前月号の答え

正解は10ページです。

問 デジタル推進課 TEL 557—7497

子育て講座

「子どものことばを育む」



言葉が遅い、言葉がはっきりしないなど、子どもの言葉に関するちょっとした心配は、意外に多いものです。子どもの言葉の育ちや子どもとの接し方など、学んでみませんか。

日 10月1日(木) 午前10時～11時30分

対 子育て中の保護者で子どもの言葉に関心がある方

定 10人(申込順・託児あり6人まで)

講 重森 知奈さん(帝京平成大学 健康メディカル学部 言語聴覚科 助教、言語聴覚士)

※イベントは事前の予約が必要です。

ホームページ、電話または直接窓口へお申し込みください。

申 子ども家庭センター課

TEL 568—0051

ファミリー・サポート・センター提供会員養成講習会



全4回の講習です。第4回は10月の開催を予定しています。自信を持ってお子さんを預かるために、必要な知識を身につけましょう。新規に提供会員の登録を希望される方もぜひご参加ください。

第2回「救命講習、児童虐待防止・ヤングケアラーについて」

日 9月14日(月) 午前10時～11時30分

講 福生消防署消防士 ほか

第3回「子どものこころの発達とその問題」

日 9月28日(月) 午前10時～11時30分

講 横内 彌生さん(臨床心理士)

.....

申 ファミリー・サポート・センター

TEL 557—4138

子育て



子育てひろば

町内の保育園・認定こども園では、子育てひろばを行っています。詳しくは、町ホームページをご覧ください。

対 入園前の乳幼児と保護者
※徒歩または自転車でお越しください。

問 子育て応援課

TEL 557—8658



子ども家庭支援センター ひばり



問 子ども家庭センター課
TEL 568—0051

開館時間

月～土曜日 午前9時～午後5時

休館日 毎週日曜日・祝日



子ども家庭支援センターひばり交流スペースなどで遊べます

▶ お子さんと一緒に遊べる交流スペースがあります(予約不要)。

▶ 地域活動室は子育てサークルなどに貸し出ししています(要予約)。

日 月～土曜日(祝日を除く)

午前9時～午後5時

問 子ども家庭センター課

TEL 568—0051

子ども家庭支援センターひばりイベント情報



イベントは事前の予約が必要です。ホームページ、電話または直接窓口へお申し込みください。

おはなし はじまるよ

日 9月10日(木)

午前10時30分～11時

内 絵本の読み聞かせ・紙芝居 など

親子ふれあい・あそび

日 9月18日(金) 午前10時30分～11時

内 手あそび・リズムあそび など

申 子ども家庭センター課

TEL 568—0051

元狭山コミセン主催事業

ゆったり健康太極拳

～初心者のための24式～

ゆっくりした動きで、無理なく健康づくりをします。一緒に24式太極拳を楽しみましょう。

日 10月3日(土) 午前10時～11時30分

場 元狭山コミュニティセンター

対 町内在住・在勤・在学の方

定 20人(申込順)

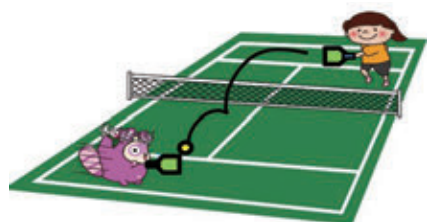
講 竹嶋 妙子さん(全日本太極拳協会 会員 生涯学習推進団体「みずほ太極拳」)

持 飲み物、タオル

申 9月3日(木)午前9時から、電話または直接、元狭山コミュニティセンターへ TEL 568—0333

長岡コミセン主催事業

ピックルボール体験教室



ピックルボールとはラケットでボールを打つテニスと卓球とバドミントンを組み合わせたようなスポーツです。今、注目のスポーツをみんなで楽しくやってみませんか。

日 9月16日(木)

午前9時30分～11時30分

場 長岡コミュニティセンター

対 町内在住・在勤・在学の方(小学3年生以上)

定 16人(申込順)

講 嶋田 道子さん 生涯学習推進団体「ピックルBCみずほ」

持 室内用運動靴、飲み物

※ピックルボール用ラケットをお持ちの方はご持参ください。

申 9月3日(木)午前9時から、電話または直接、長岡コミュニティセンターへ TEL 568—0030

武蔵野コミセン主催事業

秋の健康づくり体験Ⅰ

「初心者太極拳教室」



この秋、新たな健康づくりを体験してみませんか。太極拳の動きや呼吸法の初歩を学び、健康法としての効果を体感します。

日 9月28日(月)

午前9時30分～11時30分

定 30人(申込順)

講 富田 勝さん(公社)日本武術太極拳連盟 2段、A級指導員)

持 室内用運動靴、タオル、飲み物

秋の健康づくり体験Ⅱ

「初心者健康吟詠教室」

天高く、声高らかに瑞穂賛歌を詠いましょう。

日 10月2日(金)、9日(金)、16日(金)

午後1時30分～3時

定 10人(申込順)

講 梅原 玉哲(哲)さん(玉峰流玉峰吟詠会 師範)

持 筆記用具、飲み物

武蔵野カタリーベ(第7回)

身近にお住まいの方の知識や経験、地域の情報などを聞いてみませんか。地域や人を知ること、新しいコミュニケーションを作りましょう。

日 10月6日(火) 午前10時～11時

内 人と人の関わり方教室インストラクターによる「やさしい心理学教室」

定 20人(申込順)

持 筆記用具、飲み物

語り部 鈴木 早苗さん(松原町)

.....

共通事項

場 武蔵野コミュニティセンター

対 町内在住・在勤・在学の方

申 9月3日(木)午前9時から、電話または直接、武蔵野コミュニティセンターへ TEL 570—0555

9月・10月は行政相談月間です

総務省では、毎年9月・10月を「行政相談月間」と定め、行政相談制度の利用を呼び掛けています。

相談は無料で、予約は不要です。相談に関する秘密は厳守されますので、お気軽にご相談ください。

また、行政相談月間以外にも、毎月第3木曜日に実施しています。

日 9月17日(木)、10月15日(木)

午前9時30分～11時30分

場 町民会館

問 協働推進課 TEL 557—7608



行政相談マスコットキャラクター「キクーン」

公園の水の流れ・ミストの終了

松原中央公園の水の流れとミスト・下師岡公園のミストを9月30日(水)で終了します。

運転時間 ▶ 松原中央公園

午前9時～午後4時

▶ 下師岡公園

午後1時～4時

(土・日曜日、祝日は午前9時～)

※天候、気温により中止する場合があります。

問 建設課 TEL 557—7659

フォトコンテスト2026



町の魅力の再発見と従来とは異なる斬新な観光スポットを発掘し、より多くの方々に町を周知する機会として実施しています。

ぜひ、観光情報サイトからご応募ください。

募集期間 11月30日(月)まで

問 産業経済課 TEL 557—8019



みずほの 夏祭り



町内各地で
夏祭りが開催され、
地域に笑顔が
あふれていました。



表紙・フォトニュースに載っているあなたの写真を差し上げます。
※借用した写真は除きます。☎デジタル推進課 ☎557-7497

7/25 真夏の夜の不思議話



夜の図書館で、ボランティア
団体「おはなし企画」の皆さんに
よる大人向けの朗読会がありま
した。普段とは違う夜の図書館
で、参加者は物語の世界に引き
込まれながら、大人だからこそ
味わえる贅沢なひとときを楽し
みました。



7/22 あすなろ児童館 初心者でも白熱！ミニフェンシング



夏休みの特別企画として、ミニフェンシング体験が行
われました。柔らかい専用の剣や簡易用具を使い、安全
に楽しくフェンシングに挑戦しました。子どもも大人も夢
中になって剣を交え、会場は熱気に包まれていました。

7/30 夏休み工作体験教室 「空き箱ピンボール」



空き箱など身近な材料を使
って、オリジナルのピンボール
作りに挑戦しました。子どもた
ちは思い思いに工作し、個性
が光るものが出来上がりました。
完成後は点数を競い合い、
「自分だけのピンボールが作れて楽しかった」と笑顔で
話してくれました。



7/26 耕心館サロンコンサート 第300回記念公演を開催



名誉町民の牟田 久壽さんがブ
ロデュースした「サロンコンサート」
が開始から26年を迎え、このたび
スカイホールで記念すべき第300
回を開催しました。

記念公演では、小森谷 巧さんと
ストリングスで奏でる華麗な演奏
を披露し、その響きや音色は会場
全体を魅了していました。



8/5 多摩・島しょ広域連携活動助成事業 子ども体験塾



大人気ゲーム「マインク
ラフト」を題材にゲーム実
況動画作りにチャレンジし
ました。

冒頭に情報リテラシーを
みんなで学び、各々で撮
影、編集を体験しました。



8/1・2 ジュニア宿泊研修会in焼津



温暖な気候と豊かな自然に恵まれた焼津市で、学校・
学年の垣根を越えて宿泊研修を行いました。カヌー体
験、黒はんぺん作り・ロープストラップ作成、キャンプフ
ァイヤーなど、普段の学校生活では体験できないことを積
極的に学び、楽しみました。

年内の植木剪定の受付終了

シルバー人材センターの植木剪定作業は、ご依頼が集中しているため、年内の受付は終了しました。

これからのご依頼は、年明け以降の作業対応となります。ご理解のほどお願いします。

※除草・草刈作業は、現在受け付けていません。

問 電話または直接、シルバー人材センターへ

TEL 557—4566

シルバーマルシェ 9月休止・10月から再開



会員が育てた野菜などを販売する「シルバーマルシェ」は、9月はお休みし、10月から再開します。手芸品はセンターで常設展示しています。開所時間内はいつでも購入できますので、ぜひお気軽にお立ち寄りください。

日 毎週水曜日
午前9時30分～正午

場・問 シルバー人材センター
TEL 557—4566

YouTubeで広報番組 「みずほニュース」が見られます



町の魅力や行政情報をお伝えしています。



問 デジタル推進課 TEL 557—7497

子育て応援バザー提供品を募集します



10月18日(日)に行われる「福祉ふれあいまつり」に出店する、子育て応援バザーの提供品を募集します。

期 9月1日(火)～10月9日(金)

場 ふれあいセンター

対 子供服、靴、おもちゃ、ぬいぐるみ(1m以内の大きさまで)、絵本、DVD、離乳食、おむつなどの子育て用品

※提供品の状態によってはお預かりできない場合があります。

問 社会福祉協議会

TEL 557—0165

生きがいも仲間も、ここから！ シルバー会員募集中



新規会員向けの入会説明会を開催します。

地域での活動に興味のある方、空いた時間をいかしたい方は、お気軽にご参加ください。令和8年度の新規入会者は初年度会費が無料です。

日 9月16日(水)、10月14日(水)

午後1時30分～

場 シルバー人材センター

申 電話または直接、シルバー人材センターへ

TEL 557—4566

権利擁護センターみずほをご利用ください



社会福祉協議会では、認知症や障がいなどで判断能力に不安がある方の相談を受け付けています。

詳しくは、お問い合わせください。

▶ 成年後見制度の利用援助

制度の説明、提出書類の作成援助、後見人候補者の紹介などを行います。

▶ 地域福祉権利擁護事業の利用支援

福祉サービス利用援助、日常的な金銭管理、書類預かりなどのサービスにより生活のサポートをします。

※契約後は原則有料です。

▶ 各種相談支援

判断能力が不十分な方を心身や財産上の権利侵害から守るなどの権利擁護相談、福祉サービス利用に際しての苦情相談などを受け付けます。

問 権利擁護センターみずほ

TEL 557—8201

福祉のしごと相談・面接会

町内の福祉施設・事業所(高齢、障がい、保育など)が一堂に会し、仕事の相談・面接会を無料で行います。

フルタイムやパートタイムなど、さまざまな雇用形態の求人について、直接相談できます。

事前申込み不要、相談のみの参加も可能です。

日 9月10日(木) 午後2時～4時
(受付:午後1時45分～3時30分)

場 ふれあいセンター

対 福祉の仕事に関心のある方

※駐車場に限りがありますので、コミュニティバスや自転車などをご利用ください。

問 社会福祉協議会 TEL 557—0159

日本赤十字社活動資金募集運動 総額36万3,301円(8月10日時点)

お預かりした資金は日本赤十字社に送金し、災害救護などに活用されます。

ご協力ありがとうございました。

問 社会福祉協議会 TEL 557—0159

障がい者などの通報システム を利用しませんか



救急直接通報システム

ひとり暮らしの重度身体障がいの方が、自宅で病気や事故などの緊急事態に陥った際、無線発報器などを使用して東京消防庁に通報できる制度です。あらかじめ登録した地域の協力者による支援を受け、速やかな援助につなげることができます。

対 町内に住所がある18歳以上のひとり暮らしの方で、次のいずれかに該当する方

▶ 身体障害者手帳1級・2級の交付を受けている方

▶ マル都医療券の交付を受けている方



住宅火災直接通報システム

ひとり暮らしの重度心身障がいの方に、住宅用防災機器を給付・貸与します。この機器を設置すると、火災発生時に東京消防庁に自動的に通報され、迅速な消火活動と救助につながります。

対 町内に住所がある18歳以上のひとり暮らしの方で、次のいずれかに該当する方

身体障がい者

▶ 身体障害者手帳1級・2級の交付を受けている方

▶ 緊急時の対応が困難な方

知的障がい者

▶ 愛の手帳1度・2度の交付を受けている方

▶ 日常生活の判断能力が低いため緊急時の対応が困難な方

費 機器等設置費の1割(住民税非課税の方・生活保護受給者は無料)

持 身体障害者手帳または愛の手帳
※利用には、対象の方の近隣に住む方(3人)の協力が必要です。

問 福祉課 TEL 557—0574



持…持ち物 内…内容 申…申込み 問…問合せ TEL…電話 FAX…ファクス 〆…メール

住民税非課税世帯等 エアコン設置緊急支援事業

熱中症予防にご活用ください。現在、申請受付中です。

申請期限 10月30日(金)

対 申請日時時点で住民税が非課税または住民税均等割のみ課税世帯であり、次のいずれかに当てはまる世帯

▶ 住宅にエアコンを設置していない世帯

▶ 故障などにより使用できるエアコンがない世帯

▶ 製造から15年以上経過したエアコンのみ使用している世帯

対象機器 町内の小売店舗、または町内に事業所を構える事業者から購入したもの

補助額 10万円

※東京ゼロエミポイントとの併用ができます。詳しくは、QRコードからご確認ください。

問 福祉課 TEL 557—7620

ぴんぴん健康体操 参加者募集



認知症や介護予防に効果があるといわれている「運動」と「脳トレ」を同時に行うプログラムです。運動習慣のきっかけづくりに、ぜひ、ご参加ください。

日 9月29日～12月22日の毎週火曜日
午前10時～11時30分

場 武蔵野コミュニティセンター

対 町内在住の65歳以上の方

定 30人(申込順)

※定員を超えた場合は、初めて参加する方などを優先します。

申 9月1日(火)から、電話または直接、高齢者福祉課へ

TEL 557—7674

インフォメーションⅡ

福祉	welfare
健康	health
教育	education
その他	others

福祉



9月19日(土)は敬老会

申し込まれた方には、通知と入場券を9月上旬までに郵送します。

申込みされた方で通知が届かない場合は、高齢者福祉課へご連絡ください。

敬老会当日、入場券を必ずお持ちください。

受付・開場時間などの詳細は、届いた通知などでご確認ください。

問 高齢者福祉課

TEL 557—7623

高齢者支援センター出張相談 「もの忘れ相談会」

高齢者支援センターでは、毎月、出張相談会を行っています。

9月はアルツハイマー月間にちなみ、専門職による「もの忘れ相談会」として実施します。ご本人、ご家族の「あれ、もしかして」といった違和感など、お気軽にご相談ください。

東部高齢者支援センター出張相談会

日 9月17日(木) 毎月第3木曜日

午前10時～11時30分

場 多世代交流センターMIZCUL
(ミズカル)

問 東部高齢者支援センター

TEL 557—3852

西部高齢者支援センター出張相談会

日 9月25日(金) 毎月第4金曜日

午後1時30分～3時

場 武蔵野コミュニティセンター

問 西部高齢者支援センター

TEL 557—0609

フレッシュランド西多摩 よつ葉の湯



9月から、構成市町(瑞穂町・青梅市・福生市・羽村市)住民優待dayやダブルポイントdayを実施します。また、9月4日(金)から10月12日(月・祝)の金・土・日曜日、祝日(雨天中止)にビアガーデンを開催します。詳細はホームページをご確認ください。

問フレッシュランド西多摩 よつ葉の湯 **TEL** 570—2626

公立福生病院 市民公開講座 知っておきたい!

無料

お口の健康で元気な毎日を
～お口の中にも癌がある
口腔ケアの重要性～

日 10月9日(金) 午後2時～3時30分
場 公立福生病院 1階 多目的ホール
※申込不要、直接会場へ
定 50人(先着順)
講 馬越 誠之さん(歯科口腔外科部長)ほか
問 公立福生病院 **TEL** 042(551)6210

西多摩医師会・西多摩地域糖尿病医療連携検討会 糖尿病患者さんと糖尿病予備群 の方のための「糖尿病1日教室」

無料

日 10月10日(土) 午後2時～4時
(開場:午後1時30分～)
場 西多摩医師会館 **定** 30人(申込順)
内 ①糖尿病について(糖尿病専門医)
②食事療法について(管理栄養士)
③運動療法(トレーナー)の講演
申 (一社)西多摩医師会
TEL 0428(23)2171

まだまだ気をつけたい、結核のこと 9月24日～30日は結核・呼吸器感染症予防週間

西多摩保健所管内では、令和6年に27人の方が新たに結核と診断されました。結核は、適切に薬を飲むことで治療できる病気です。定期的に健診を受け、咳が長引く場合は早めに医療機関を受診しましょう。

問 西多摩保健所
TEL 0428(22)6141

第43回瑞穂町テニストーナメント シングルス大会

日 10月4日(日) 予備日11月1日(日)
一般男子:午前8時15分集合
一般女子:午前11時30分集合
場 瑞穂町営第二庭球場
定 40人(男子24人・女子16人)(申込順)
費 1人1,000円(当日コートにて集金)
申 9月30日(水)までにメールで、①氏名②電話番号③所属先を瑞穂硬式テニスクラブへ
※③は、ある方のみ
✉mizuho6340tc@gmail.com
問 スポーツ協会 **TEL** 557—7098

フリマdeちょいスポ

フリーマーケット会場でニュースポーツを体験しませんか。気軽にお立ち寄りください。※申込不要
日 9月20日(日) 午前9時から
場 エコパーク
問 社会教育課 **TEL** 557—7071

その他

東京都発の応援企画

「ふくほ輝きプロジェクト」



福祉関連の資格をお持ちの方が新たな活躍の場へつながるよう支援する取り組みです。

都のポータルサイト「ふくむすび」への登録で東京ポイント500pt、福祉人材センター、保育人材・保育所支援センターへの求職登録、相談後の都内事業所への就職で、5,000ptをプレゼントします。

問 ふくほ輝きプロジェクト事務局
TEL 0120(963)002

防災救急フェア

ハイパーレスキューの車両展示や初期消火体験、応急救護体験、防火衣着体験や消防訓練の見学など、さまざまなイベントを開催します。

日 9月12日(土) 午前9時～午後1時 **場** 福生消防署(福生市福生1072)
※公共交通機関をご利用ください。
問 福生消防署 **TEL** 552—0119



教育

小学校就学時健康診断



来年4月に小学校へ入学されるお子さんを対象に就学時健康診断を10月に実施します。
詳しくは町ホームページをご確認ください。
問 学校教育課 **TEL** 557—6683

住民提案型協働事業 夢の3バンドLIVE

町で人気のバンドに、BLUE BEEの華やかなステージをプラスして、夢のようなひとときをお届けします。
なお、このライブは福祉の支援を目的として開催します。

日 9月26日(土) 午後2時30分開場 午後3時開演
場 スカイホール 小ホール
共 生涯学習推進団体「BLUE BEE」
出 BLUE BEE(ブルービー)
LOVE & PEACE
MIZUHO GREEN APPLE
費 1,000円
問 ブルービー事務局
TEL 090(9820)9219
✉Emikojapan1934@gmail.com

健康エクササイズ



日 9月8日(火)、29日(火) 午後2時から(1時間程度)
場 長岡コミュニティセンター
対 町内在住・在勤・在学の方
費 100円(トレーニングルーム使用料を含む)
問 社会教育課 **TEL** 557—7071

9月は「食生活改善普及運動」月間



健康づくりの第一歩として、できることから食生活の改善に取り組みましょう。

町では食生活改善普及運動の一環として、保健センター内で食生活に関するパネルなどの展示を実施します。ぜひお越しください。

テーマ 食事をおいしくバランスよく～今日からできる、おいしい減塩～

展示期間 9月1日(火)～30日(水)

※アンケートに回答いただいた方に、健康ポイント50ポイントを付与します。

問 健康課 **TEL** 557—5089



各種がん検診 受付中

早期発見のためにも、定期的に検診を受けましょう。



胃がん・呼吸器
(肺がん・結核)

問 健康課 **TEL** 557—5089



乳がん・子宮頸がん
(集団検診)

おいしく減塩！今日からできる5つのコツ

日頃の塩分のとり過ぎは、高血圧を引き起こし脳卒中や心筋梗塞の原因になります。1日の塩分摂取目標量は男性7.5g未満、女性6.5g未満です。近年日本では「減塩」について広く理解されるようになってきましたが、塩分摂取量が平均で9.6gと目標量を上回っているのが現状です。食塩の摂取源は7割が調味料と言われています。おいしく無理なくできる減塩のコツを紹介します。

食べ方のコツは、醤油やソースなどの調味料は料理に直接かけるより小皿に出して「つける」ほうが使いすぎを防ぐことができます。うどんなどの麺類のスープは全部飲み干さないこと、汁物は具沢山にして汁の量を減らすなどがあります。

作るときのコツは、出汁を取り入れることでうま味が増え調味料の使用量を減らすことができます。また、レモンなどの酸味や香辛料、ごま油を味付けに活用することで減塩が期待できます。

9月は食生活改善普及運動月間です。この期間中は保健センター内で減塩をテーマとした栄養展示を行っていますので、ぜひお越しください。



…マークのある事業に参加した方に、健康ポイントを付与します。

出…出演 **持**…持ち物 **内**…内容 **申**…申込み **問**…問合せ **TEL**…電話 **FAX**…ファクス **✉**…メール

健康



特定健診・若年の健診を受けた方へ 健診結果個別相談会



日 9月14日(月)午後
10月2日(金)午後
10月22日(木)午後

※上記以外の実施日程は、お問い合わせください。

場 保健センター

内 保健師・管理栄養士による個別相談会

対 ▶ 特定健康診査受診者

▶ 若年の健康診査受診者

▶ 40歳から74歳までの国民健康保険加入者で事業主健診、人間ドックなどの受診者

申 上のQRコードまたは電話で健康課へ **TEL** 557—5089

健康診査実施中



▶ 特定健康診査

期 町内医療機関:
10月31日(土)まで
公立福生病院:
11月30日(月)まで

対 40歳以上の国民健康保険加入者
※町内施設での集団健診については、お問い合わせください。

▶ 後期高齢者健康診査

期 町内医療機関:9月30日(火)まで

対 後期高齢者医療制度加入者

問 健康課 **TEL** 557—5089



瑞穂町図書館 Mizuho town library

TEL 557—5614
開館時間 午前9時～午後6時
(木は午後8時まで)



休館日 月曜日、18日(金)…図書館・全地域図書室 9日(水)…長岡・武蔵野 22日(火・祝)、23日(水・祝)…全地域図書室

祝日開館 22日、23日…図書館

おはなしの会(9月)

- ▶ 図書館 日 5日(土)、10月3日(土) 午前11時
- ▶ 元狹山 日 19日(土) 午後3時30分
- ▶ 長岡 日 3日(木)、10日(木)、17日(木)、24日(木)、10月1日(木) 午後3時30分
- ▶ 武蔵野 日 16日(水) 午後3時30分
- ▶ 殿ヶ谷 日 30日(水) 午後3時30分

読書会

- ▶ 長岡コミュニティセンター学習室 日 9月12日(土) 午後2時

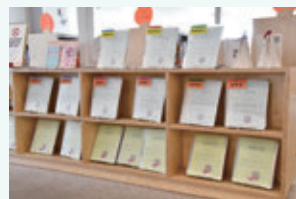
おはなし こぼんだ

- ▶ 長岡 日 9月24日(木) 午前10時30分

第9回 瑞穂町図書館を使った調べる学習コンクール作品募集

課題解決力を育成するとともに、図書館の利用価値を学ぶことを目的にコンクールを開催します。普段の暮らしの中で感じた「なぜ」「どうして」を、図書館の資料や機能などを活用して調べて作品にしてみませんか。

期 9月1日(火)～30日(水) 対 町内在住・在学・在勤の方
部門:小学生の部、中学生の部、高校生の部、一般の部
※詳しくは募集要項をご確認ください。



耕心館

TEL 568—1505
開館時間 午前10時～午後9時

喫茶ストーリー
営業時間 午前10時30分～午後9時(ラストオーダー午後8時)



休館日 24日(木) 喫茶ストーリー 10月1日からの営業時間 午前10時30分～午後6時(ラストオーダー午後5時)

耕心館サロンコンサート クラリネットとピアノによる名曲コンサート ～新たな響きを追い求めて～

チケット発売中!

- 日 10月17日(土) 午後2時開演
- 場 多目的大広間
- 費 2,000円(全席自由)
- 出 勝山 大輔(クラリネット)、清田 千絵(ピアノ)
- 曲 ショパン/序奏と華麗なるポロネーズ Op.3、プロコフィエフ/フルート(ヴァイオリン)ソナタ ほか
- ※未就学児の入場はご遠慮ください。



ミズホ・ムジーク 山形ゆう子 歌声の会

チケット発売中!

- 懐かしい童謡・唱歌・歌謡曲などをみんなで歌います。
- 日 10月3日(土) 午後1時30分開演
- 場 多目的大広間 費 1,000円(全席自由)
- 出 山形 ゆう子(歌声リーダー)
- サロンコンサート、ミズホ・ムジーク共通
- 申 電話または直接、耕心館へ。スカイホールでも販売しています(平日のみ)。
- ※曲目は変更になる場合があります。



令和8年度 耕心館ジュニア・ピアノコンテスト 第1回予選会

- 日 9月27日(日)
- a)の部 午前10時30分～、b)の部・c)の部 午後0時35分～
- 費 無料 観覧申込み 9月6日(日)～
- ※4歳未満のお子さんの入場はご遠慮ください。

耕心館講座シリーズ 友禅体験講座

- 染額を2日間で制作し、東京手描友禅を本格的に学ぶ講座です。
- 日 10月2日(金)、9日(金) 午後1時～午後4時
- 定 10人(申込順) 費 7,000円(材料・加工費含む)
- 講 阿部 信行さん
- 申 9月5日(土)から、電話または直接、耕心館へ



耕心館イルミネーションコンサート2026 出演者募集

- ▶ 対バンステージ
- 日 12月6日(日)、持ち時間…15分～30分、出演…3組
- ▶ オンステージ
- 日 12月12日(土)、持ち時間…45分間、出演…1組
- 募集期間 9月1日(火)～21日(月・祝)
- 応募資格 町内在住・在勤の方を含むグループまたは個人
演奏、踊り、マジック、パフォーマンス など
- ※初めての方は内容の分かるもの(デモテープや動画)を持参。審査あり。
- 申 直接、耕心館へ(応募者多数の場合は抽選)

あすなろ児童館

TEL 557—7766
開館時間 午前9時30分～午後5時



休館日 毎週日曜日、21日(月・祝)、22日(火・祝)、23日(水・祝) ※場所の記載がない場合は、あすなろ児童館で開催します。

アイシングクッキー教室

- 日・場
- ① 9月9日(水)・あすなろ児童館
- ② 9月14日(月)・元狹山コミュニティセンター
- ③ 9月16日(水)・武蔵野コミュニティセンター
- 時 午後3時30分～4時30分
- 対 小学生以上の児童
- 定 ①は20人、②と③は各12人(申込順)
- 費 150円
- 講 松尾 亜耶さん(アイシングクッキー教室主宰)
- 持 エプロン、三角巾、タオル、飲み物、マスク
- 申 ①は2日(水)～7日(月)、②は2日(水)～11日(金)、③は2日(水)～14日(月)
- ※申込日から3日間は、②は三小学区、③は四小学区の方を優先します。



※イベント情報は町ホームページからご覧ください。

瑞穂町郷土資料館

けやき館

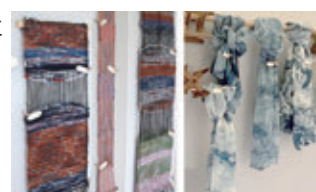
TEL 568—0634
開館時間 午前9時～午後5時
入館料無料



休館日 24日(木) ※けやき館は防衛省から「特定防衛施設周辺整備調整交付金」を受けて、管理運営の一部に充てています。

みずほ染め織り作品展

- 染色・機織を体験学習した「みずほはたおり探検隊」の作品展です。
- 期 9月5日(土)～23日(水・祝)
- 場 エントランスホール

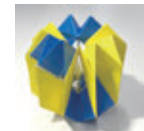


温故知新の会

- 第276回 地域の産業「東京狭山茶 手もみ実演」
- 日 10月11日(日)・18日(日) 午後1時30分～3時 定 各日10人
- 費 500円 講 東京狭山茶 手もみ保存会
- 申 9月10日(木) 午前10時から

第137回 親子折り紙教室「星車」

- 日 9月19日(土)
- 午前10時15分～11時45分
- 講 池田さん・當間さん



第30回 古民家で楽しむ紙芝居

- 日 9月19日(土) 午前11時50分～正午
- 場 「お山の六本松」ほか1作品



子育て支援事業 新企画!!「みんなであそぼう」

- 日 9月11日(金) 午後3時～3時40分
- 内 パラバルーン、フルーツバスケット
- 対 1歳6か月以上～未就学児
- 持 タオル、飲み物
- ※動きやすい服装でお越しください。

子育て支援事業「幼児運動会」

- 日 ① 10月7日(水) あかちゃんヨチヨチ運動会
- ② 10月8日(木) 親子であそぼう運動会
- いずれも午前10時30分～11時15分
- 対 ① 0歳～1歳5か月の乳幼児と保護者
- ② 1歳6か月以上の幼児と保護者
- 定 各15組(申込順)
- 持 タオル、飲み物
- 申 9月14日(月)～10月6日(火)までに電話または直接、児童館へ

囲炉裏端で語る昔話

第257回「昔遊びのお話と実演」④

- 日 9月6日(日) 午前10時15分～11時30分
- 講 梅田 美枝さん
- 第258回「瑞穂町の昔話」②
- 日 9月20日(日) 午前10時15分～11時30分
- 講 石塚 幸右衛門さん

けやき館の落語会

- 日 10月10日(土) 午後1時30分～3時
- (開場:午後0時55分～)
- 定 100人 費 500円
- 演者:古今亭 伝輔さん 演目:「文違い」
- 申 9月15日(火) 午前10時から

古今亭伝輔さん

ハロウィン工作教室「牛乳パックでジャック・オー・ランタン」

- ろうそくライトで灯すランタンを牛乳パックで作ります。
- 日 10月24日(土)・25日(日)
- 午前10時～11時30分
- 定 各日8人 費 800円
- 申 9月25日(金) 午前10時から



休日…休日診療
準夜…休日準夜診療
歯科…休日歯科応急診療

午前9:00～正午、午後1:00～3:00
午後5:00～10:00
午前9:00～午後5:00

受付は
15分前まで

※医療機関が変更になる場合もあります。確認の上、受診してください。

日程		行事・イベント・相談 (相談時間は受付時間)	けんこう 場所の指定がない場合は保健センター (時間は受付時間)
1	火	町議会第3回定例会 本会議 午前9:30～ ※議会日程については、議会事務局へ ☎ 557—7693	健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00 (成人の相談は要予約)
2	水	町議会第3回定例会 本会議 午前9:30～	お誕生教室 (R7年8・9月生) 午前(予約制)
3	木	町議会第3回定例会 本会議 午前9:30～ ※会議の進行次第では、休会となることもあります。	子供の健康相談室(小児救急相談) #8000または☎03(5285)8898 対応時間 月～金曜日 午後6時～翌朝8時 土・日曜日、祝日、年末年始 午前8時～翌朝8時
4	金	マイナンバーカードの申請に必要な顔写真を無料で撮影し、申請のお手伝いをします。	
5	土	☎ 9月6日(日) 午前9時～正午 住民課	
6	日	リサイクルプラザ粗大ごみ受入れ(日曜開館) 午前9:00～午後4:30(正午から午後1時までを除く) ☎ 557—7612(午後4時までに電話申込み後、持込み)	準夜 羽村市平日夜間急患センター ☎ 555—9999 歯科 福生市 河野歯科医院 ☎ 553—2829
7	月	町議会第3回定例会 総務産業建設委員会 午前9:30～	歯科健診 3歳6か月児(R5年1・2月生) 4歳児(R4年7・8月生) 午後(予約制)
8	火	町議会第3回定例会 厚生文教委員会 午前9:30～ 広報広聴委員会 午後1:30～	健康・育児・栄養・歯科相談 午前9:30～11:00(成人の相談は要予約)
9	水		
10	木	町議会第3回定例会 決算特別委員会 午前9:30～	マタニティクラスⅢ 午後(予約制)
11	金	町議会第3回定例会 決算特別委員会 午前9:30～	3～4か月児健診(R8年5月生) 午後(予約制)
12	土		
13	日	猫の里親会 午後1時～3時 カインズ西友 福生店 ☎ 環境課 ☎ 557—0544	準夜 福生市 ひかりクリニック ☎ 530—0221 歯科 瑞穂町 青松歯科医院 ☎ 556—4180
14	月	町議会第3回定例会 決算特別委員会 午前9:30～ ほっと・カフェの「わくわくしゃべりば」 午前10:30～(1時間程度) 長岡コミュニティセンター 終活(相続・遺言など)あんしん相談 午前9:30～11:30 ふれあいセンター ※予約(3人)は、7日(月)～11日(金)午前8:30～社協へ☎ 557—0159	医療機関案内(どちらも24時間受付) 東京消防庁救急相談センター ☎042(521)2323または#7119 オンライン医療機関検索「医療情報ネット」 医療機関案内サービス「ひまわり」☎03(5272)0303
15	火		健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00(成人の相談は要予約)
16	水	町議会第3回定例会 決算特別委員会 午前9:30～	1歳6か月児健診(R7年2月生) 午後(予約制)
17	木	法律相談(要予約) 午前9:00～11:40 庁舎3階 総務課 ※予約(8人)は16日(水)午前8:30～総務課へ ☎ 557—0501 身の上・行政相談 午前9:30～11:30 町民会館へ ☎ 協働推進課 ☎ 557—7608	瑞穂町オンライン診療(ファストドクター) 下記の時間帯で瑞穂町オンライン診療が利用可能です。 9月21日(月・祝)～23日(水・祝) 午前8時～翌朝8時(24時間) 申込みは、 こちらから ※詳しくは町ホームページを ご覧ください。
18	金	町議会第3回定例会 議会運営委員会 午前9:30～	
19	土		
20	日	エコパークフリーマーケット「みずほ青空市」(雨天中止) 午前8:30～正午 ☎ リサイクルプラザ ☎ 557—5364	準夜 福生市 熊川病院 ☎ 553—3001 歯科 瑞穂町 岩永歯科医院 ☎ 556—1123
21	月・祝	敬老の日 住民課・税務課の窓口 毎週木曜日は午後8時まで 9月は 3日・10日・17日・24日です ☎ 住民課 ☎ 557—7548 ☎ 税務課 ☎ 557—7519	準夜 入間市 小林病院 ☎ 04(2934)5121 ※受診前に電話でお問い合わせください。 歯科 瑞穂町 山岸歯科医院 ☎ 557—7567
22	火・祝	国民の休日 消費生活相談窓口 年末年始・祝日を除く 相談日は毎週火・金曜日です 時 間 午前9時～午後4時 ※正午から午後1時までを除く ☎ 産業経済課 ☎ 557—7633	準夜 入間市 小林病院 ☎ 04(2934)5121 ※受診前に電話でお問い合わせください。 歯科 瑞穂町 みずほ歯科医院 ☎ 556—1182
23	水・祝	秋分の日	準夜 入間市 小林病院 ☎ 04(2934)5121 ※受診前に電話でお問い合わせください。 歯科 瑞穂町 きたはらファミリー歯科 ☎ 533—4180
24	木	教育委員会定例会 午前9:00～ 会議室3—2	
25	金	町議会第3回定例会 本会議 午前9:30～ 全員協議会 本会議終了後 事業承継個別相談会 ①13:30 ②15:00 庁舎2階 会議室2—4 ※予約(2枠)は、9月17日(木)までに産業経済課へ☎ 557—7633	3歳児健診(R5年8月生) 午後(予約制)
26	土		マタニティクラスⅣ 午前(予約制)
27	日	猫の里親会 午後1:30～3:00 チア動物病院(箱根ヶ崎445—5) ☎ 環境課 ☎ 557—0544	準夜 福生市 ひかりクリニック ☎ 530—0221 歯科 瑞穂町 殿ヶ谷歯科医院 ☎ 556—5667
28	月		
29	火	身近な法律相談 午前9:45～11:45 ふれあいセンター ※予約(4人)は、14日(月)～25日(金)午前8:30～社協へ☎ 557—0159	健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00(成人の相談は要予約) 歯科健診 2歳児(R6年8月生) 2歳6か月児(R6年2月生) 午後(予約制)
30	水		
10月1日～4日			4日(日)…準夜 羽村市平日夜間急患センター ☎ 555—9999 歯科 羽村市 羽村チューリップ歯科 ☎ 578—8284

「広報みずほ」は原則、月末開庁日から3日間で配布していますが、悪天候などで配布が遅れる場合があります。お急ぎの方は、町ホームページに掲載されているPDF版をご覧ください。※「QRコード」は、(株)デンソーウェーブの登録商標です。

スカイホール

☎ 557—7070



休館日 毎週火曜日(22日を除く)、24日(木)、25日(金)、28日(月)

※施設使用申請の受付は行っています。

完全休館日 23日(水・祝)

※施設の使用や申請などの受付もできませんので、ご注意ください。

施設使用申請の受付

▶リハーサル室・会議室

11月分/9月2日(水)から

12月分/10月1日(木)から

▶大・小ホール使用

令和9年4月分/9月2日(水)から

令和9年5月分/10月1日(木)から



ビューパーク競技場の一時閉鎖

期 令和8年11月2日(月)～令和9年3月31日(水)

改修工事を予定しているため、上記期間中は使用できません。

ご理解とご協力をお願いします。

箱根ヶ崎駅西公有地イベント情報 OHAKO BASE(おはこベース)

☎ 産業経済課 ☎ 557—8019



今年もやります！駅西盆踊り

盆踊りで地域のふれあいを
楽しみながらご参加ください。
瑞穂農芸高校のイベントなど
もあります。

☎ 10月3日(土) 午後2時30分～8時
(小雨決行・荒天中止)

☎ 箱根ヶ崎駅西盆踊り実行委
員会 多武保

☎ 090(4064)8015



この他にもさまざまなイベントが開催されています。
詳しくは、観光情報サイトをご覧ください。

情報倶楽部

主に町内在住・在勤者を対象に活動している団体・サークルの情報提供ができる場です。
掲載内容について、詳しくは直接お問い合わせください。

会員募集 水泳教室

初心者歓迎！無料体験できます

団体名 ワイワイすまいるクラブ

対 18歳以上

持 水着、キャップ、ゴーグル、タオル

☎ 毎週火曜日 午前9時～11時

費 月会費3,500円

☎ 上原 ☎ 090(8345)0032

場 S&Dスイミングプラザ羽村

入会金1,000円

ミズクル

瑞穂町多世代交流センターミズカル

☎ 557—8737

開館時間

午前9時～

午後8時



休館日 20日(日)

※MIZCULは防衛省から「特定防衛施設周辺整備
調整交付金」を受けて、管理運営の一部に充て
ています。



講座予約サイト

がんばりすぎない子育てサロン

子どもや学校、家族のことなどを気
軽に話せる少人数の交流サロンです。

お茶を用意してお待ちしています。

☎ 9月19日(土) 午前10時～正午

対 子育て中の方(お子さんの年齢は問
いません)

講 丹波 南帆さん(保育士・発達支援教育士)

費 無料(申込不要)



AI 活用講座(一般向け)

SNS用のオリジナルアイコンや画像を
作ってみませんか。

☎ 9月30日(水) 午前10時～11時 費500円

講 小久保 彩音さん(グラフィックデザイナー)

☎ 上記QRコードの講座予約サイトから



Instagram勉強会

投稿のコツなど質問したり、シェアし
たり、Instagramを通してつながるコ
ミュニティサロンです。

☎ 9月30日(水) 午後2時～4時 費500円

講 小久保 彩音さん(グラフィックデザイナー)

☎ 上記QRコードの講座予約サイトから



カラダリセット学

「シセイカルテ」で姿勢をチェックし、
肩こり改善やフットケア、骨盤を整え
る方法などを学びます。

☎ 10月3日(土) 午前9時30分～11時30分

定 15人(申込順) 費 無料

☎ 上記QRコードの講座予約サイトから



だんだん畑定例会

☎ 9月13日(日) 午前10時～ ☎ 秋野菜の植付け

