国民健康保険 ご存知ですか高額療養費制度

高額療養費制度は、被保険者の負担が多額とならないよう医療費が一自己負担限度額」を超えた場合、その超えた額を高額療養費として、あとで国民健康保険から払い戻す制度です。

高額療養費に該当する場合は、原則、受診月の3か月後に、市から高額療養費支給申請書を送付します。

※入院時の食事代、保険診療外のもの（差額ベット、歯科の自由診療など）は高額療養費の対象になりません。

◆自己負担限度額

自己負担限度額は、年齢や所得状況などにより異なりますので、詳しくはお問い合わせください。

70歳未満の方　一人で同じ月内に同じ病院などに支払った一部負担金が、自己負担限度額を超えた金額が払い戻されます

※同じ医療機関において、同じ人が同じ月内に一部負担金が2万1千円を超える場合には、世帯で合算できます。

70歳以上の方　個人ごとの通院で支払った一部負担金が自己負担限度額を超えた場合、同一世帯の70歳以上の方の通院と入院で支払った一部負担金の合計額が、自己負担限度額を超えた場合に、超えた金額を還付します。

※同一世帯で同じ月内に医療費の支払いは、通院、入院ごとにすべて合算できます。

◆高額な外来診療・入院

右表の認定証などを提示すると、窓口負担が限度額までになります。認定証の取得には事前申請が必要です。

問合せ　保険年金課☎042（346）9529

医療機関の窓口で提示する認定証など

	認定証など	事前の手続き
70歳未満の方または70歳以上の非課税世帯の方	認定証（限度額適用認定証または限度額適用・標準負担額減額認定証）＋国民健康保険被保険者証	認定証の申請が必要
70歳以上75歳未満で、非課税世帯ではない方	高齢受給者証＋国民健康保険被保険者証	不要

心身障がい者 自動車ガソリン費の補助請求を

月50㍑を限度として、1㍑につきガソリン税額相当分54円を補助します。

問合せ　ごみ減量対策課☎042（346）9535

食物資源堆肥化講習会

密閉バケツと有用微生物群（EM菌）を利用して、生ごみを食物資源として家庭で手軽に資源化する講習会です。

日程　▽10月15日、11月12日の火曜日　午後2時～4時…中央公民館講座室2
▽10月16日、11月13日の水曜日　午後2時～4時…上宿会民館ホール
▽10月23日、11月20日の水曜日　午後2時～4時…東部市民センター集会室

費用　無料
定員　2回とも参加できる市民各30人
※参加者に自家処理用密閉バケツとEM菌を貸与します。
講師　小平市ごみ減量推進実行委員会食物資源部会
持ち物　筆記用具
主催　小平市ごみ減量推進実行委員会、小平市
申込み　10月4日（金）までに、問合せ先へ（電話可、先着順）
※過去に参加した方はご遠慮ください。

GPSによる持ち去り古紙の追跡調査を開始

市では、後を絶たない集積所からの資源物（古紙）の持ち去り行為に対応するため、関東製紙原料直納商工組合および東多摩資源化事業協同組合と覚書を取り交わし、3者で共同してGPSによる持ち去り古紙の追跡調査を実施します。

GPSによる追跡調査とは、あらかじめ準備した古紙の束の中に専用の発信機を仕掛けて、集積所に置き、これらが持ち去られた場合に、GPSにより追跡し、持ち去り行為者および受け入れている古紙問屋などを特定し、持ち去り行為を根本的に解決しようという取り組みです。

多摩地域でもすでに複数の自治体が導入していて、自治体が相互に協力して取り組むことで、より大きな成果が期待できると考えています。

問合せ　ごみ減量対策課☎042（346）9535

覚書の取り交わし

新エネルギー機器設置モニター助成を受付

現在市では、住宅用太陽光発電システム・燃料電池を設置する方に、設置費用の一部を助成しています。

太陽光発電設備に対する助成額は、10万円を限度に1キロワット当たり4万円です。燃料電池に対する助成額は、1機器当たり2万5千円です。要件など、詳しくはお問い合わせください。

問合せ　環境保全課☎042（346）9818

子育て・女性相談室

◆気軽に話してみませんか　ひとりで悩まず、一緒に考えましょう

親族や親しい友人にも話しにくい女性のさまざまな悩みや子育ての不安をお持ちの方、一人で抱え込まずに相談してみませんか。きっと気持ちの整理がつき、楽になります。専門の相談員が対応し、秘密は固く守ります。相談は、無料です。

相談日　月曜～土曜日（日曜日、祝日、年末年始を除く）
相談時間　▽子育て相談…午前9時45分～午後5時30分
▽女性相談…午前10時～午後4時
相談場所　福祉会館2階

相談の様子

費用　無料
相談内容　▽子育て相談…子育てや親子関係、子どもの成長・発達などの不安や悩み
▽女性相談…生き方や家族のこと、配偶者・恋人からの暴力、職場の悩みほか
相談方法　電話または面談（要予約）
電話番号　▽子育て相談☎042（345）2416
▽女性相談☎042（345）2415
問合せ　児童課（子育て相談）☎042（346）9821、青少年男女平等課（女性相談）☎042（346）9618

子ども家庭支援センター グリーンロード おやこさんぽ

秋の自然を感じながら、親子で散歩しませんか。子ども家庭支援センターから東村山中央公園まで歩きます。公園では、親子遊びと絵本読みを行います。

とき　10月18日（金）　午前10時～正午
集合　午前10時、子ども家庭支援センター（小平元気村おがわ東）
※解散は正午、東村山中央公園。
対象　乳幼児と保護者
定員　10組
申込み　10月15日（火）まで（日曜・月曜日、祝日を除く）の午前10時から午後6時までに、問合せ先へ
問合せ　小平市子ども家庭支援センター☎042（348）2100

ホッとHOTこだいら ファミリーデイ参加事業

◆第28回ふれあいコンサート（七小地区青少対）
とき　9月29日（日）　午後1時～4時10分　午後0時30分開場
ところ　ルネこだいら大ホール
費用　無料
出演　七小吹奏楽部・和太鼓クラブ、六中吹奏楽部・箏曲部、錦城高校吹奏楽部
問合せ　内堀☎042（333）2101
◆楽縁祭（十二小地区青少対）
とき　10月5日（土）　午前1時～午後3時　雨天決行
ところ　小平第十二小学校校庭、体育館
内容　模擬店（ポテト、から揚げ、焼きそば）、くじ、ロープワーク、陶芸、フリーマーケット、ライブほか
問合せ　浅原☎042（315）4168

官公署だより

東京消防庁 防火防災標語の募集

東京消防庁では、東京の安心と安全を呼びかける防火防災標語を募集しています。

今年は、防災標語（家族や地域を災害から守る防災標語）と危険物安全標語（危険物災害の防止に関する標語）を募集します。

応募資格　東京消防庁管内（稲城市、センター（小平元気村おがわ東）

障がい者居住支援の推進事業を開始

小平市に住み続けたいと希望する障がい者に対し、民間賃貸住宅への入居に関する相談に応じ、保証人がいない場合には民間の保証会社を紹介します。なお、保証会社の利用に際し、皆さんが支払う保証料の一部を助成します。主な利用条件として、障害者手帳・年齢・居住要件などがあります。詳しくは、お問い合わせください。

申込み　社会福祉法人ときわ会地域生活支援センターあさやけへ☎042（345）1741
問合せ　障害者福祉課☎042（346）9540

多摩小平保健所 めざましスイッチ 朝ごはん

野菜や朝食を食べるメリットや、簡単にできる朝食、地場野菜を使ったレシピ紹介、メタボリックシンドローム予防のポイントなど、健康づくりに役立つ情報を展示します。

とき　9月30日（月）までの平日午前9時～午後5時
問合せ　多摩小平保健所生活環境安全課保健栄養係☎042（450）3111

市民公開講座

◆日本人の緑内障について
とき　9月28日（土）　午後2時～3時30分　1時30分開場
ところ　中央公民館ホール
費用　無料
定員　百人
講師　新家眞さん（公立学校共済組合関東中央病院院長・東京大学名誉教授）
申込み　小平市医師会電話で小平市医師会へ（先着順）☎042（343）8260
※災害後の福島県で高齢者・小児などに起きた問題と対策を現地の医師が話します。
とき　10月12日（土）　午後2時～4時
ところ　東村山市市民ステーションサンパルネ（西武線東村山駅西口徒歩1分）
※駐車場はありません。
費用　無料
定員　百50人
講師　神戸敏行さん（南相馬市立総合病院呼吸器科長）
申込み　当日、会場へ（先着順）
問合せ　東村山市高齢介護課サービス係☎042（393）5111

KODAIRA わいわいバザール

とき　10月13日（日）　午前10時～午後3時・14日（月・祝）　午前10時～午後2時
ところ　東京障害者職業能力開発校
※会場への問合せ、車での来場はご遠慮ください。
内容　衣類・おもちゃ・靴・かばんなどのあさやけバザール、市内障がい者団体による模擬店ほか
※両日、ぶるべーがやって来ます。
問合せ　KODAIRAわいわいバザール実行委員会事務局（あさやけ作業所内）☎080（5644）8295

市民文化祭

◆写真展
とき　11月13日（水）～17日（日）　午前10時～午後5時
ところ　ルネこだいら展示室
費用　無料
◆作品募集
対象　市内在住・在勤・在学・市内団体所属の方
規格　カラー・白黒とも六ツ切～半切またはA4判～A3判、額装、1人2点まで、単写真のみ、題材自由
※作品の裏に、題名・住所・氏名・電話番号を記入した票を貼り、つりひもを付けてください（額縁のガラスは、外してください）。
作品受付　11月11日（月）の午前10時から正午までに、ルネこだいら展示室へ
出品料　1点につき1千円（審査料・賞品代ほか）
入賞　市長賞1点、文化協会会長賞2点、奨励賞5点、入選10点
審査　小林哲是さん（NHK学園講師）
企画・運営　小平市写真連盟
問合せ　國友☎042（341）9406

小平市文化協会 第51回市民文化祭 写真展の作品募集

第51回 市民文化祭

置…費用　内…内容　裏…表彰　申…申込み

名称（企画・運営）	とき	ところ	費用・内容・表彰ほか	問合せ
秋季市民将棋大会（日本将棋連盟小平支部）	10月6日（日）午前9時受付、10時開始	福祉会館市民ホール	置 A級（3段位以上）・B級1組（2段位・初段位）、B級2組（級位者）…1,500円　C級（小学生）…1,000円　※いずれも昼食代を含む。　内 各級5対局点数制　裏 賞状・賞品（各級3位まで）、4勝賞、敢闘賞　申 当日、会場へ	鷹野☎090（2303）7246
木目込人形作品展（小平木目込人形の会）	10月11日（金）～13日（日）午前10時～午後5時（13日は午後4時まで）	ルネこだいら展示室	置 無料　内 木目込人形ほか　申 当日、会場へ	江連☎042（343）5153
美術展（小平美術会）	10月16日（水）～20日（日）午前11時～午後6時（16日は午後2時から、20日は午後4時まで）	ルネこだいら展示室	置 無料　内 日本画、洋画、工芸ほか　裏 10月19日（土）午後2時から　申 当日、会場へ	鈴木☎042（344）0314
第28回定期演奏会（小平市民オーケストラ）	10月20日（日）午後2時30分開場、3時開演	ルネこだいら大ホール	置 1,000円（前売800円）　内 イベール／フルート協奏曲、ブラームス／交響曲第2番　申 ルネこだいらチケットカウンターへ	松本☎042（343）2764

※詳しくは、公民館、図書館、地域センター、ルネこだいらなどで配布しているパンフレットをご覧ください。

東京消防庁 どけん祭り

建設職人の華麗な技や、楽しい企画がいっぱい！

とき　9月29日（日）　午前10時～午後3時
ところ　福祉会館前広場
内容　ミニ上棟式、木の大すべり台、無料住宅相談、ミニ教室、各種イベント、模擬店ほか
問合せ　生涯学習推進課☎042（346）9833

ボランティアの資質向上に関する三市・学芸大学連携講座

小平市、小金井市、国分寺市、東京学芸大学の連携による講座です。今回は、小金井会場の案内です。

◆こどもサポーター（放課後活動支援）養成講座
学校支援のコーディネーターを養成する講座です。
とき　左表のとおり
ところ　小金井市役所、小金井市市民会館萌えホールほか
費用　無料
定員　各40人
申込み　開講日の3日前までに、ファクシミリまたは電子メールで受講希望講座名、住所、氏名、電話番号を記入のうえ、NPO法人東京学芸大こども未来研究所・小山田へ（電話可）☎・FAX042（312）4112、✉codomo@u-gakugei.ac.jp
問合せ　生涯学習推進課☎042（346）9834

こどもサポーター（放課後活動支援）養成講座

とき	内容
9月30日（月）午後1時～2時30分	**放課後の支援とは**　放課後子ども教室支援者の役割についての理解を深め、子どもとの接し方について学ぶ
10月3日（木）午前10時～11時30分	**現代の子ども事情**　今と昔の子どもの環境を比較し、現代社会における子どもを取り巻く環境を考える
10月8日（火）午前10時～11時30分	**遊びのヒント**　絵本作りやキャラクター作りを通して、子どもとの遊びの可能性を考える
10月10日（木）午前10時～11時30分	**こどもとコミュニケーション**　遊びの中での子どもとの円滑なコミュニケーションの取り方を学ぶ
10月17日（木）午前10時～11時30分	**体を動かす遊びと学び**　放課後子ども教室で実践できる体を動かす遊びを学ぶ
10月22日（火）午前10時～11時30分	**新聞紙で遊ぼう　放課後子ども教室編**　放課後子ども教室で遊べる遊びを実践
10月23日（水）午前10時～正午	**三市交流カフェ**　放課後の子どもたちの居場所づくりの今後の課題や在り方をカフェ形式で語り合う

愛のチャイム 放送時刻を変更

10月から来年3月までの期間は、愛のチャイムの放送時刻が午後4時30分に、曲も「七つの子」になります。

愛のチャイムは、子どもたちの帰宅時間の目安をお知らせする目的で放送しています。実際の帰宅時間は、各家庭で判断して、ご指導くださるようお願いします。

問合せ　生涯学習推進課☎042（346）9833

小平商工会 サービス業まつり

◆演芸大会
とき　10月7日（月）　午後6時開場　6時30分開演
ところ　ルネこだいら中ホール
費用　前売券1千7百円、当日券2千円
出演　柳家権太楼、北見伸&ステイファニー、三笑亭夢太朗ほか
※演芸大会前に商店コンクールの表彰式、終了後にはお楽しみ抽選会があります。
申込み　小平商工会へ☎042（344）2311
※詳しくは、信用保証協会のホームページをご覧ください（http://cgc-tokyo.or.jp）。
問合せ　東京信用保証協会・ビジネスフェア実行委員会事務局☎03（3272）2070

江戸・TOKYO技とテクノの融合展2013

中小企業の経営支援の取り組みとして、ビジネスフェアが東京国際フォーラムで開催されます。新技術や新商品の情報収集の場として、また、ビジネスパートナーとの出会いの場としてご活用ください。

とき　10月3日（木）　午前10時～午後5時
ところ　東京国際フォーラム展示ホール（千代田区丸の内3－5－1）
費用　入場無料
内容　2百70企業によるブース展示、著名講師陣による講演会、出展者によるプレゼンテーション

環境・防災フェア

とき　9月29日（日）　午前11時～午後3時
ところ　西武信用金庫小平支店駐車場内
内容　環境と防災に関するクイズ大会ほか
問合せ　学園東中央通り商店会☎042（345）1515、産業振興課☎042（346）9534

小川駅四商店会連合会 リサイクル推進・市民ふれあいフリーマーケット出店募集

とき　10月27日（日）　午前10時～午後3時　雨天中止
ところ　小川駅西通り北～中宿通り南（都営小川西町4丁目アパート南北通り）
費用　5百円
定員　80組（食品以外で2人以上のグループ）
申込み　10月8日（火）まで（必着）に、はがきに代表者の住所、氏名（ふりがな）、電話番号を記入のうえ、小川駅四商店会連合会フリーマーケット実行委員会（〒187－0031　小川東町1－29－17階　㈱コラ内）へ（電話不可）
問合せ　㈱コーラ・高良☎090（3104）5834

小平商工会 シルバーガイド

◆旧東海道の品川宿を訪ねて、江戸を探す
とき　9月27日（金）　雨天実施
集合　午前9時30分　京浜急行線青物横丁駅改札口
※解散は正午ごろ、JR品川駅。
コース　青物横丁駅－品川寺－東海寺－蔵相模跡－鯨塚－品川宿本陣（聖跡公園）－荏原神社－品川神社－一心寺－旧東海道（北品川商店街）－善福寺－JR品川駅　約5キロメートル
費用　6百円
持ち物　飲み物
申込み　小平市シルバー人材センターへ☎042（344）2120

第41回 玉川上水自然観察会

◆玉川上水の秋を探す
とき　9月28日（土）　午前9時～正午
集合　上水本町地域センター
費用　3百円
定員　約30人
講師　玉川上水の秋を観察する学び舎江戸東京ユネスコクラブ会員、観察会スタッフ
持ち物　飲み物、筆記用具
主催　学び舎江戸東京ユネスコクラブ
後援　小平市教育委員会
申込み　学び舎江戸東京ユネスコクラブ・鈴木へ☎042（346）9397

御岳山で植物観察

とき　10月12日（土）　雨天中止
集合　午前9時45分、御岳登山鉄道御岳山駅（JR御嶽駅よりバス、ケーブルカー乗車終点）
※解散は3時ごろ（予定）。
費用　保険料3百円
定員　20人
講師　笛井千代子さん（朝日カルチャーセンター講師）
持ち物　弁当、飲み物、筆記用具
※山歩きに適した服装で参加してください。
主催　小平市野鳥と緑の会
申込み　10月5日（土）までに、木村へ☎042（341）2871

親子で体験 郷土を発見 こだいら糧うどん作り

粉からうどんを打ってみよう。

とき　10月27日（日）　午前9時～午後1時30分
ところ　小平神明幼稚園ホール
費用　無料
対象　小学3～6年生
主催　親子20組
後援　小平青年会議所
申込み　小平市教育委員会
小平青年会議所事務局へ☎042（343）4855
※青年会議所のホームページからも申し込めます（http://www.kodairajc.ne.jp）。