

みずほ

広報

mizuho information

2026

6

No.773

汗をかいて、

夏に向けて強くなろう！



暑さに慣れて

熱中症を予防しよう

（熱中症に負けないカラダの夏支度）

本格的な夏が来る前に

熱中症は、蒸し暑い梅雨の時期から発症が増えてきます。特に体が暑さに慣れていないと、熱中症になる危険性が高まります。無理のない範囲で運動や入浴によって汗をかくなど、「暑熱順化」で体を暑さに慣らすことが熱中症予防に有効です。

熱中症の主な要因

環境

暑い、湿度が高い、風が弱い、日差しが強い、閉め切った屋内、車の中、エアコンを使わないなど

からだ

高齢者や子ども、肥満の方、体調不良の方など

行動

激しい運動、慣れていない運動、屋外での作業、屋内での作業（片付け、火を使う調理）など

令和7年
瑞穂町最高気温 **41.7℃**
※気象観測装置POTEKA調べ

全国最高気温 **41.8℃**
※気象庁HPより 群馬県伊勢崎市

その差なんと **0.1℃**

こちらも check!

熱中症(特別)警戒情報

熱中症による健康被害が生じるおそれがある場合に環境省から発表されます。発表があった際は、防災行政無線、また、メール配信でお知らせします。

※QRコードから「熱中症予防情報サイト」にリンクすると、さまざまな情報を閲覧できます。



※子どもも大人も体調や顔色が優れない方、一人暮らしの高齢の方など、熱中症に関する心配ごとがありましたら、ご相談ください。

問 健康課 TEL 557-5072

問 東部高齢者支援センター TEL 557-3852

問 西部高齢者支援センター TEL 557-0609

熱中症対策に、町の施設を活用しませんか 暑い日は、涼み処・クーリングシェルターへ

【涼み処・クーリングシェルターの施設】

- ▶ 役場庁舎1階 ▶ 図書館
- ▶ 多世代交流センターMIZCUL(ミズカル)
- ▶ 寄り合いハウスいこい ▶ けやき館
- ▶ ふれあいセンター2階 休憩コーナー
- ▶ 武蔵野・元狭山・長岡の各コミュニティセンターのロビー
- ▶ 町内の特別養護老人ホームと介護老人保健施設、介護医療院(7施設)
- ▶ ジョイフル本田 瑞穂店

※施設の閉館時間と休館日は、利用できませんのでご注意ください。

▶ 涼み処

熱中症特別警戒情報発表の有無に関わらず施設を開放しています。

期 9月30日(水)まで

問 高齢者福祉課 TEL 557-7623

▶ 指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)

熱中症特別警戒情報が発表されたときに施設を開放しています。

期 10月21日(水)まで

涼み処へは、コミュニティバス、デマンド交通「チョイソコみずほまち」を使って行ってみよう!



コミバス デマンド交通



誰でも

「暑熱順化」～日常でできる実践法～

「暑熱順化」とは、体が暑さに慣れることです。熱中症は体に熱がこもった状態ですが、暑熱順化が進むと汗をかきやすくなり、体内から効率よく熱を逃がせるようになります。今から自分に合った対策を取り入れましょう。

ウォーキング・ジョギング

頻度目安 週5回

運動目安 ウォーキング 30分
ジョギング 15分



熱中症予防のポイント

こまめな水分補給

のどが乾く前に、こまめに飲みましょう。汗を大量にかいたときは、水だけでなく、スポーツ飲料(塩分濃度0.1~0.2%程度)などで補給しましょう。

適正な気温・湿度

屋内や夜間でも熱中症は起きます。我慢せず、エアコンや扇風機を使用しましょう。

外出時に注意

日中の外出は極力控え、外出が必要な時は通気性と吸湿速乾性の機能がある衣類、帽子や日傘を活用しましょう。



適度な運動(筋トレやストレッチなど)

頻度目安 週5回~毎日

運動目安 30分

サイクリング

頻度目安 週3回

運動目安 30分



入浴(シャワーだけでなく、湯船に入る)

頻度目安 2日に1回

トレーニングルームで、暑さになれる準備をしませんか?

長岡コミュニティセンターのトレーニングルーム

夏に向けた体力づくりに最適です。6月から、1回当たりの利用時間を「2時間以内」とし、利用がよりスムーズになります。



時 午前9時~午後9時30分

場 長岡コミュニティセンター

※毎月第2水曜日 休館

対 中学生以上 費 2時間100円

問 社会教育課 TEL 557-7071

①快適な環境

室温・湿度が管理されている

②総合的な運動

有酸素運動、筋力トレーニング、ストレッチが1か所で完結する

③トレーナーが常駐

運動方法や強度などの相談ができる

④便利

無料の冷水機で、水分補給ができる



MIZCUL でもできる! ラウンドフィットネス

油圧式マシンを使った筋力運動とウォーキングステップを使っての有酸素運動をご自身のペースで行えます。利用する場合は、1階受付にお声かけください。

時 午前9時~午後5時(原則平日)

※ 当日の実施状況は、お問い合わせください。

場 多世代交流センター MIZCUL(ミズカル)

対 町内在住で60歳以上の方

費 1時間200円(初回は無料)

TEL 557-8737



「初めて不安…」という方も、ぜひ一度お越しください

常駐トレーナーが、体力や目標に合わせて、無理のない運動プランをご提案します。暑熱順化には個人差もありますが、数日から2週間程度から問題が解決します。今からでも間に合います。運動習慣を身につけ、暑さに負けない体づくりしましょう。



トレーニングルーム指導員 榎谷さん

気象観測装置POTEKA(ポテカ)のダウンロードはこちら▶



リチウムイオン電池使用製品・スプレー缶は 正しく分別しましょう



不燃ごみ処理センターの火災
(東京二十三区清掃一部事務組合から写真提供)

近年、リチウムイオン電池などの小型充電式電池を内蔵した製品が原因となる発火事故が、全国的に多発しています。リチウムイオン電池は、完全に放電されていれば、発火のリスクが低くなります。必ず使い切ってからゴミ出しをお願いします。

また、スプレー缶の中身が残ったまま排出されたことによるごみ収集車の火災事故も発生しています。スプレー缶は、中身を使い切り、穴をあけてから透明または半透明の袋に入れて出してください。

「ごみ分別アプリ」を配信しています

「瑞穂町ごみ分別アプリ」は、スマートフォンやタブレットなどで、お住まいの地区のごみ出しのカレンダーやごみの分別方法が確認できるアプリです。出し忘れも防げるアラート機能もあります。ぜひ、ご利用ください。

「ごみの分別事典」1冊がアプリになりました！



ごみ分別事典

アプリの登録方法

- ①QRコードを読み込み、アプリをインストールします。
 - ②アプリを起動し、お住まいの地区を選択して登録完了です。
- ※お住まいの地区(町内会・自治会)が分からない場合は、お問い合わせください。



iPhone・iOS



Android



朝のごみ出しは午前8時までをお願いします

収集車は午前8時から収集を開始し、順次各家庭を回ります。収集時間は、収集品目や排出量、天候、交通事情などにより毎日異なりますので、必ず午前8時までにごみを出してください。出し遅れた場合は、次の収集日まで回収できません。

また、収集品目が2種類以上ある日は、品目ごとに異なる車両が収集する場合があります。



例 容器包装プラスチック・布・ペットボトルの日

3種類のため、複数回に分けて収集することがあります。



※収集時間や順番は、収集業者や地区によって異なります。



6月は「環境月間」です

6月は環境について考え、行動する「環境月間」です。身近な暮らしを見直し、節電やごみ減量などできることから始めてみませんか。一人ひとりの行動が、未来の環境を守ります。

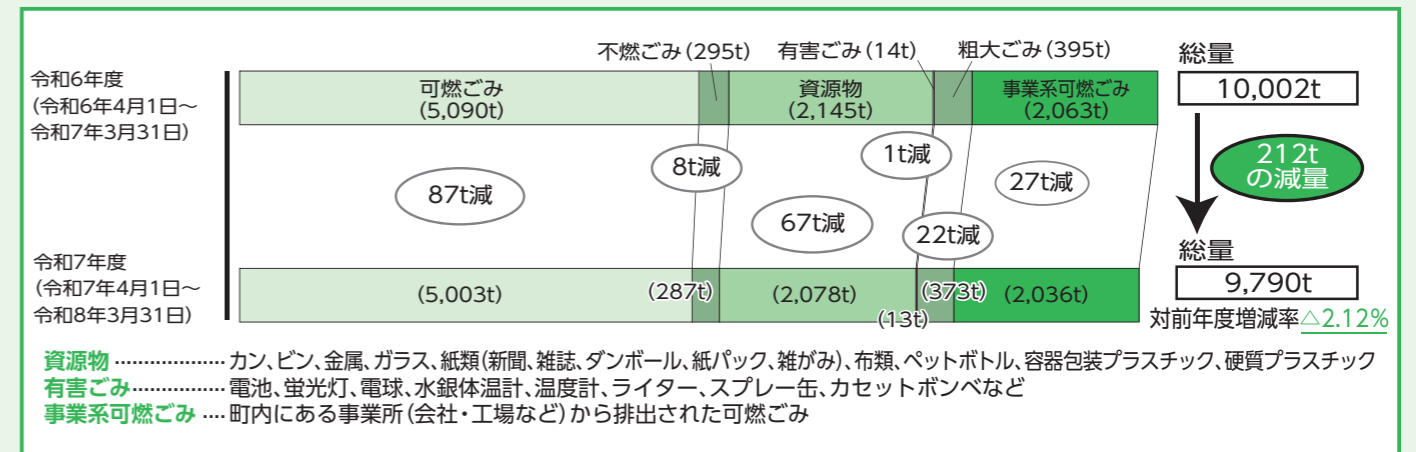
※詳しくは、町ホームページの「第2次瑞穂町環境基本計画(改訂版)第5章」をご覧ください。



環境配慮行動にご協力ください

<p>「環境配慮行動」とは、環境に配慮して自ら行う日常生活の工夫や、環境保全活動への参加のことです。環境にやさしい暮らしのため、日常でできる取り組みをご紹介します。</p>	<p>家の中で</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶室温は冷房28℃・暖房20℃を目安に調節 ▶照明はLED電球に交換 ▶水は出しっぱなしにしない ▶暖房便座は使わないときフタを閉める 	<p>台所で</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶生ごみを減らす工夫をする ▶食器は汚れを拭き取ってから洗う 	<p>ごみ・リサイクル</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶分別し、決められた場所・時間に出す ▶フリマやリサイクルショップを活用する
<p>外出時</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶エコドライブを心がける ▶歩きたばこを行わない 	<p>買い物</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶過剰包装を断り、マイバッグを使用 ▶エコマーク商品やリサイクル商品を選ぶ 	<p>自然との関わり</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ペットのふんは責任を持って処理 ▶屋外ではごみを持ち帰る 	<p>学ぶ・参加する</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶地域の資源回収に参加する ▶省エネルギー・省資源の情報を学ぶ

町のごみ総量をみてみましょう



ごみの分別・減量にご協力ください

燃やせるごみの中には、分別をすれば資源となる紙類や容器包装プラスチック、食べられるのに廃棄される食品(食品ロス)が多く混ざっています。

ごみは種類ごとに処理方法が異なるため、正しい分別と減量にご協力をお願いします。



分別・減量のポイント

- ▶メモ用紙・封筒・はがき・紙箱などは、「雑がみ」へ
- ▶使用済みのティッシュや油が付着した新聞紙などは、「燃やせるごみ」へ
- ▶生ごみは、水きり・乾燥してから「燃やせるごみ」へ
- ▶「♻️」マークは、洗って乾かしてから、「容器包装プラスチック」へ
- ▶ビン・カンの中にたばこの吸い殻を入れない
- ▶食材を買う前に冷蔵庫内を確認し、食品ロス削減

環境課 ☎ 557-0544(環境について) ☎ 557-7706(ごみについて)

令和8年度 多摩・島しょ広域連携活動助成事業 子ども体験塾 「創造力爆発！～クリエイターへの扉を開こう～」

8月4日(火)～6日(木)、8日(土) 主催 瑞穂町・羽村市・青梅市 子ども体験塾実行委員会

ゲーム実況動画作りに挑戦！ 「マイクラフトでゲーム実況体験」

今や教材として国から評価を得ている大人気ゲーム「マイクラフト」を題材にゲーム実況動画作りにチャレンジします。企画、撮影、編集の体験を通じて動画を完成させよう。



- 日・場**
 ▶青梅市 8月4日(火) S&Dたまぐーセンター
 ▶瑞穂町 8月5日(水) スカイホール
 ▶羽村市 8月6日(木) プリモホールゆとろぎ
- 【各会場共通】**
時①午前10時～正午 ②午後2時～4時
内マイクラフトゲーム実況体験
定各回30人(申込多数の場合は抽選)
講FULMA株式会社

タツナミシュウイチ 「マイクラと広がる表現の世界」

マイクラ教育の第一人者のタツナミシュウイチさんが、マイクラを通じた「モノづくり」と「表現」について語ります。コンテンツ企画の裏側から、クリエイターとしての生き方まで、リアルで熱いメッセージをお届けします。



- 日**8月8日(土)
 午後2時～3時30分(予定)
場プリモホールゆとろぎ
定835人(申込多数の場合は抽選)
講タツナミシュウイチ(マイクラフトプロフェッサー)

※本イベントは、Minecraftの公式のサービスではありません。MojangまたはMicrosoftから承認を受けておらず、それとの関連性もありません。
対瑞穂町・青梅市・羽村市に在住・在学の小中学生
費無料
 ※小学校1・2年生は保護者の同伴必須
 ※参加者の保護者、未就学児を含む兄弟・姉妹の見学や観覧も可能です。

- 申**次のいずれかで応募してください。
 ▶直接、各自自治体の窓口へ(6月30日(火)午後5時まで)
 ▶申込みフォーム(6月30日(火)まで)
問社会教育課 TEL557-6695



ゲーム実況動画作りに挑戦！「マイクラフトでゲーム実況体験」



タツナミシュウイチ「マイクラと広がる表現の世界」

新たな防災気象情報の運用が始まります

5月29日から気象庁の防災気象情報の運用が変わり、河川氾濫・大雨・土砂災害などから避難するタイミングがより分かりやすくなりました。内容を確認し、日ごろの防災計画の見直しにお役立てください。詳しくは、町ホームページをご覧ください。



	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮	とるべき行動
警戒レベル5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報	命が危険な状況 直ちに安全確保
警戒レベル4までに危険な場所から必ず避難					
警戒レベル4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報	危険な場所から全員避難
警戒レベル3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報	避難に時間を要する人は早めに避難、 避難の準備など
警戒レベル2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報	避難行動を確認 (避難場所、ルート、タイミングなど)
警戒レベル1	早期注意警報				災害への心構えを高める

- ▶警報・注意報の情報名に「レベル」が付記されます
 ▶河川の氾濫の危険度の伝え方が変わります(特別警報の新設など)
 ▶「警戒レベル4相当」の情報は「危険警報」として発表されます

問東京管区気象台 TEL042(497)7208
 安全・安心課 TEL557-7610

令和7年度 予算の執行状況

令和8年3月31日現在

問 財政課 TEL 557-7483

一般会計 178億6,504万円

一般会計は当初予算で、171億2,300万円でスタートしました。これに12回の予算補正と令和6年度からの繰越事業費を合わせ、現在の予算額となっています。



一般会計	予算現額	収入済額(収入率)	支出済額(執行率)
総額	178億6,504万円	160億4,584万円(89.8%)	149億3,373万円(83.6%)
住民1人当たりの額		50万2,815円	46万7,966円

※住民1人当たりの額は、令和8年3月31日現在の人口(31,912人)で割った金額です。

特別会計	予算現額	収入済額(収入率)	支出済額(執行率)
国民健康保険	37億789万円	33億9,666万円(91.6%)	34億6,382万円(93.4%)
駅西土地区画整理事業	7億9,954万円	7億1,896万円(89.9%)	4億3,431万円(54.3%)
介護保険	30億7,328万円	27億6,103万円(89.8%)	27億7,852万円(90.4%)
後期高齢者医療	10億1,995万円	10億1,407万円(99.4%)	10億955万円(99.0%)
殿ヶ谷財産区	418万円	418万円(100.0%)	36万円(8.6%)
石畑財産区	1,751万円	1,682万円(96.1%)	531万円(30.3%)
箱根ヶ崎財産区	850万円	831万円(97.8%)	81万円(9.5%)
長岡財産区	98万円	98万円(100.0%)	12万円(12.2%)
特別会計合計	86億3,183万円	79億2,101万円(91.8%)	76億9,280万円(89.1%)

※収支差額については一般会計から一時的な繰替運用を行い、出納閉鎖日である5月31日までに清算します。

下水道事業会計

区分	予算現額	執行額	執行率
収益的収入	14億3,189万円	15億8,288万円	110.5%
収益的支出	13億7,775万円	12億7,025万円	92.2%
資本的収入	15億6,057万円	9億920万円	58.3%
資本的支出	17億2,442万円	10億9,446万円	63.5%

町債の状況

- ▶一般会計 26億2,408万円
- ▶駅西土地区画整理事業会計 37億2,972万円
- ▶下水道事業会計 33億8,908万円

町の財産

- ▶土地 53万6,297㎡
- ▶建物 9万8,837㎡
- ▶基金総額 67億8,324万円

※土地・建物には、下水道事業に係る財産を含みます。

暮らしの情報 令和7年度は129件の相談が寄せられました

毎週火・金曜日に消費生活相談窓口を開設し、専門の消費生活相談員が消費生活に関する相談を受け、助言、あっせん、適切な相談窓口を紹介しています。悪徳商法にひっかからないようにするには、巧妙化する手口を知ること、身に覚えのない請求について、きっぱりと断ることが大切です。



「おかしいな」、「困ったな」と思ったら、小さなことでも一人で悩まずに、恥ずかしがらずに早めに消費生活相談窓口にお問い合わせください。

相談が多かった内容

- ▶商品一般(通信販売)に関する相談
- ▶携帯電話・インターネット等通信サービスに関する相談
- ▶建築・住宅賃貸・リフォームに関する相談
- ▶金融・カード・投資トラブルに関する相談

消費生活相談窓口(産業経済課内)

TEL557-7633(毎週火・金曜日 午前9時～午後4時)
 ※正午から午後1時までを除く

高齢者補聴器購入費用を助成します

加齢性難聴による聴力低下で、日常生活に不便を感じている高齢者を対象に、補聴器の購入費を助成します。

対 次のすべてに該当する方

- ▶ 町内在住の65歳以上の方(年度末年齢)
- ▶ 本人の住民税が非課税の方
- ▶ 障害者総合支援法に基づく補聴器の支援対象者でない方
- ▶ 耳鼻咽喉科医師から補聴器の必要性が認められ、医師意見書を提出できる方

※補聴器を装用する耳の平均聴力レベルが40デシベル以上の方、または医師が補聴器を必要と認めた方
 ※過去5年以内に本事業を受けた方は対象外です。

助成額 1人当たり上限4万円

※診察料、医師意見書の取得にかかる費用、補聴器の修理や電池交換などの費用は対象外です。

対象の補聴器 次のすべてに該当する機器

- ▶ 管理医療機器として認証された補聴器で耳に装用するもの
- ▶ (公財)テクノエイド協会が認定する補聴器技能者が在籍する販売店が販売する補聴器

申請受付 6月1日(月)から

申請の流れ

- 申請前に購入した場合は助成の対象外です。
- ①補聴器購入前に「助成申請書」を町に提出
 - ②町が対象者であることを確認後、医療機関へ受診。医師意見書の作成、補聴器の見積書を取り寄せ、町に提出
 - ③町が審査し、審査結果を申請者へ通知
 - ④申請者が補聴器を購入(支払いは、申請者が一旦全額負担となります)
 - ⑤助成金交付申請書兼請求書と領収書の写しを町へ提出
 - ⑥町が申請者の指定口座へ助成金額を振込み
- ※詳しくは、町ホームページをご覧ください。

問 高齢者福祉課 TEL557-7623



ヘルプマークを配布しています

ヘルプマークとは、障がいや難病の方、妊娠中の方など、支援や配慮を必要としていることが外見からは分からない方々が、周囲の方に支援や配慮が必要なことを知らせるためのマークです。

マークにはストラップがついているので、鞆などに付けることができます。ご希望の方は、次の物をお持ちの上、福祉課へお越しください。

持 本人確認ができるもの(運転免許証・マイナンバーカードなど)

※障がいのある方は、身体障害者手帳、自立支援医療受給者証などの障がい分かるものもお持ちください。

問 福祉課 TEL557-0574



避難行動要支援者名簿に登録を

大規模な災害が発生した際に、高齢の方や障がいのある方などのうち、特に避難支援が必要な方を「避難行動要支援者」といいます。こうした方々の名簿(避難行動要支援者名簿)を災害前に作成しておき、日ごろの防災活動や災害時の避難支援などに役立てます。

令和6・7年度に実施した次の方を対象とした調査に登録票の返送がなかった方と、新規対象者に、案内と登録票を郵送します。同封の封筒で返送をお願いします。



- 対** 町内在住で次のいずれかに該当する在宅の方(施設入所、長期入院の方を除く)
- ▶ 身体障害者手帳1・2級の方
 - ▶ 愛の手帳(療育手帳)1・2度の方
 - ▶ 精神障害者保健福祉手帳1・2級の方
 - ▶ 難病の方で避難支援が必要な方(ほぼすべての介助が必要な方または歩行で介助が必要な方)
 - ▶ 介護保険要介護3~5の方
 - ▶ 75歳以上のみ世帯の方(昭和26年4月1日以前に生まれた方)
 - ▶ その他避難について支援が必要と町長が認めた方

問

- ▶ 福祉課 TEL557-0574
- ▶ 高齢者福祉課 TEL557-7623
- ▶ 安全・安心課 TEL557-7610

ひとり暮らし・高齢者のみ世帯調査にご協力を

ひとり暮らし高齢者や高齢者のみ世帯の方が、急な病気などの緊急時に、家族や親戚の方に連絡を取ることができるように調査を実施します。

令和6・7年度に実施した次の方を対象とした調査に登録票の返送がなかった方と、新規対象者に、案内と登録票を郵送します。同封の封筒で返送をお願いします。

対 65歳以上(昭和36年4月1日以前に生まれた方)のひとり暮らしの方、または高齢者のみの世帯の方(施設入所、長期入院の方を除く)

問 高齢者福祉課 TEL557-7623

春の叙勲 瑞宝双光章(更生保護功労)

保護司の小野 静江さんに瑞宝双光章が授与されました。この受章は長年にわたり、更生保護活動に尽力し、その功績が認められたものです。



保護司 小野 静江さん

問 福祉課 TEL557-7620

海外留学をめざす皆さんへ 海外留学奨学生令和8年度第1期募集開始

海外の高等学校や大学などで、学芸や技能を積極的に修得しようとする青少年に対して、奨学資金と渡航費用の一部を支給する制度(語学留学は対象外)です。

募集人員 若干名

留学先 各国における高等学校および大学など(入学手続きは各自で行ってください)

- 支給内容**
- ①奨学資金 授業料またはこれに準ずる費用
 - ②渡航費用 留学先への往復航空運賃

応募資格

- ▶ 中学3年生以上30歳未満であること
 - ▶ 町内に引き続き2年以上居住していること
 - ▶ 同種の奨学資金などを他から支給されないこと
 - ▶ 1学年以上留学すること
 - ▶ 連帯保証人がいること
 - ▶ 留学終了後に町事業に協力できること など
- ※募集案内は、町ホームページからもダウンロードできます。
 ※海外留学奨学生選考委員会で、書類審査などによって選考されます。

申 6月30日(火)までに直接、企画政策課へ
TEL 557-7468



第39回 全国健康福祉祭(ねんりんピック)東京大会開催

全国健康福祉祭(ねんりんピック)は、「ふれあいと活力ある長寿社会の形成」に寄与するため、高齢者を中心とする国民の健康保持・増進、社会参加、生きがいの高揚を図る大会であり、昭和63年から開催されている大会です。



令和10年度のねんりんピックは東京都で開催され、瑞穂町が「ペタンク」競技のスポーツ交流大会の開催地となりました。

愛称 ねんりんピックChōju東京2028

期 令和10年11月3日~11月6日

※詳しくは、町ホームページをご覧ください。

問 社会教育課 TEL557-7071



第32回瑞穂青少年吹奏楽団 アーリーサマーコンサート

日 6月28日(日) 午後2時開演(午後1時30分開場)

場 スカイホール 大ホール

費 無料

指揮者

- 細渕 浩昌
- 白井 弘美

曲目

- 交響曲第9番 勃
- 短調「新世界より」第1・4楽章、
- 演歌メドレーほか、「ジャパニーズ・グラフィティ」特集



©エコーフィルムプロダクション

問 社会教育課 TEL557-6695

子育て世代包括支援センター運営協議会 委員募集

町では、妊娠期から子育て期まで切れ目のない支援を行うため、保健センター内に「子育て世代包括支援センター」を設置しています。



センターの運営について、子育て中の方や出産・子育てを希望する方から意見をいただくため、「瑞穂町子育て世代包括支援センター運営協議会」の委員を募集します。

任期 令和8年7月1日~令和11年3月31日

会議 年2回程度

募集人数 2人以内

報酬 会議出席1回につき4,000円

応募資格 次の条件をすべて満たす方

- ▶ 町内在住の18歳以上の方
- ▶ 小学校就学前の子どもを保護者または妊娠・出産を望んでいる方(男性の応募も可)
- ▶ 平日昼間に開催される会議に出席できる方

募集期間 6月3日(水)~19日(金)

※応募方法など詳しくは、町ホームページをご確認ください。

問 子ども家庭センター課 TEL557-5098



社会教育委員の紹介

社会教育委員は、社会教育に関し教育委員会に助言するため、諸計画の立案、教育委員会の諮問に対する意見、職務上必要な調査・研究を行っています(敬称略)。

氏名 井上 祐輔(新任)

任期 令和8年6月1日~令和9年3月31日

問 社会教育課 TEL557-6695

元狭山コミセン主催事業
朝から元気チャージ!
楽しいZUMBA



昨年大好評につき、今年も開催します。

音楽に身をゆだねて体を動かし、楽しい時間にしましょう。

日6月29日(月) 午前10時30分～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)

持タオル、飲み物

講Naomi

(ZUMBAインストラクター)

申6月3日(水)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 TEL568-0333

長岡コミセン主催事業
みんなで楽しくイスに座って
健康体操



セラバンドなどを使い、初めての方でも無理なく楽しく体を動かせる健康体操です。

日6月24日(水) 午後2時～4時

場長岡コミュニティセンター

対町内在住・在勤・在学の方

定40人(申込順)

持室内用運動靴、飲み物

※セラバンドをお持ちの方は、ご持参ください。

講今野 よう子さん

(生涯学習推進団体「長岡健康体操」)

申6月3日(水)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 TEL568-0030

武蔵野コミセン主催事業
「静と動」の1日

▶「音浴」を体感してみませんか
「サウンドバスでリラクゼーション」



音に全身をゆだねることで、心と体のリラクゼーションや癒しを体験するセッションです。

日6月30日(火) 午前10時～11時

定15人(申込順)

持ヨガマット、タオル、飲み物

※動きやすい服装でお越しください。

講MAYU(サウンドセラピスト)

▶「懐かしのツイストダンス教室」
気軽にオールディーズを楽しもうVol.4

1950年～60年代のオールディーズに合わせて、ツイストなどのダンスやステップを楽しみます。年齢や性別を問わず、運動が苦手でも無理なく参加できます。



日6月30日(火) 午後3時～4時30分

定20人(申込順)

持室内用運動靴、タオル、飲み物

※動きやすい服装でお越しください。

講MISAKI(ロカビリーダンサー)

▶「武蔵野カントリーベ」(第4回)

身近にお住いの方の知識や経験談、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で、新しいコミュニケーションをつくりましょう。

日7月7日(火) 午前10時～11時

内釣りロマンと地域とのかかわり

定20人(申込順)

語り部 高橋 幸亮さん(さかえ町)

持筆記用具、飲み物

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6月3日(水)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 TEL570-0555

デジタルよろず相談



誰もがデジタル技術のメリットを感じられるように、技術の活用に関してさまざまな相談を受け付けるヘルプデスク(よろず相談窓口)を設けています。

「アプリの使い方を知りたい」「マイナンバーカードを保険証として使えるようにしたい」「東京アプリについて知りたい」など、どんなことでもお気軽にご相談ください。

日火・水・木曜日の午前8時30分から午後5時まで(土・日曜日、祝日を除く)

※相談は1人1時間程度

申電話でデジタル推進課へ

TEL513-9380

※予約がない場合、対応できないことがあります。

農地管理パトロールを実施します



「農地管理推進月間」として、6月24日(水)と6月26日(金)に農地管理パトロールを実施します。農地をお持ちの方は、日ごろから雑草の除去など適切な管理をお願いします。

農地を耕作せず放置すると、不法投棄を招くほか、雑草や樹木の繁茂により再び耕作することが困難になります。また、種子の飛散により周辺の農地へも迷惑をかけます。そうなる前に、農地の貸借についても早めにご相談ください。

問農業委員会事務局(産業経済課)

TEL557-7630

お知らせ



ご寄附

寄附金 20万円
寄附者 青梅信用金庫
理事長 平岡 治房 様
※関連14ページ

交通事故にあったときの
手続き

国民健康保険や後期高齢者医療保険加入者が、交通事故など第三者から受けたけがの治療で医療機関を受診する場合は、事故による受診であることを申し出てください。

また、交通事故にあったら、必ず住民課への届け出が必要です。必要な書類(被害届など)は、事故日から30日以内に提出してください。※交通事故の場合、事故証明書が必要で、必ず警察にも届け出てください。

問住民課 TEL557-7578

相続などにより農地の権利を
取得した方へ

相続などにより農地の権利を取得した場合には、農地法第3条の3第1項の規定により、権利取得日からおおむね10か月以内に農業委員会への届け出が必要です。

なお、この届出は農業委員会に権利取得の内容などを知らせるものであり、権利取得の効力を発生させるものではありません。

問農業委員会事務局(産業経済課)

TEL557-7630

一緒に活動してくれる方を募集しています

各部署で抱えている行政課題を解決するため、次のボランティアスタッフを募集しています。

ボランティアスタッフの募集

アンネのバラとポールズスカーレット(つるバラ)と一緒に育ててくれるボランティアスタッフを募集しています。この事業は、町民の方との協働事業として実施しています。

詳しくは、町ホームページをご覧ください。

対バラ(植物の管理など)に興味がある方

内バラの管理(消毒、剪定など)※作業の前に、簡単なレクチャーがあります。

申申込フォームまたは直接、協働推進課へ



※協働の窓口(みずほマッチング)では、団体などが町に相談などをする総合窓口として、協働に関するさまざまな相談、提案を受け付けています。

問協働推進課 TEL557-7608



町ホームページ



申込フォーム

松原中央公園の水の流れ・下師岡公園のミスト

運転状況は町ホームページでご確認ください。天候により中止する場合があります。

運転期間 6月1日(月)～9月30日(水)

▶松原中央公園 午前9時～午後4時 ▶下師岡公園 午後1時～午後4時
※下師岡公園のミストは、土・日曜日、祝日と7月18日(土)から8月31日(月)までは、午前9時から運転します。

問建設課 TEL557-7659

松原中央公園



下師岡公園



持…持ち物 内…内容 申…申込み 問…問合せ TEL…電話

※費用の記載のないものは、すべて無料です。

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

令和8年度「男女共同参画週間(6月23日～29日)」キャッチフレーズ あなたらしさが、社会のチカラ

部下からのパワハラ？

パワハラは、上司から部下へだけではありません。近年、部下から上司への言動、いわゆる「逆パワハラ」が注目されています。

背景として、ハラスメントへの意識の高まりで上司が指導をためらったり、職場の対話が減ったりすることが一因です。立場に関係

なくお互いを尊重し、率直に話せる関係づくりが大切です。お互いに敬意を持ち、率直に対話ができているか振り返ってみましょう。

瑞穂町令和モデルプランでは、あらゆるハラスメントの防止に取り組んでいます。詳しくはQRコードを参照してください。

問協働推進課 TEL557-7608



野生動物に近づかないで!

町には、多くの野生動物が生息しており、最近では民家の近くで見かけることも多くなりました。しかし、むやみに捕獲することは危険であり、法律で禁じられています。刺激せずに立ち去るまで待ちましょう。



また、衰弱した野生動物を見かけても、感染症にかかっている可能性があるため、保護することは絶対にやめてください。

アライグマ・ハクビシンを見かけたらご連絡ください

アライグマ・ハクビシンが住宅に侵入するなどの被害が報告されています。町では、都の防除計画に基づき駆除を行っています。

アライグマ・ハクビシンを見かけたり、被害に遭ったりしたら、ご連絡ください。

問環境課 TEL557-0544



出典：都環境局

犬、猫の飼い主の皆さんへお願い

問環境課 TEL557-0544

町では、犬や猫のふん尿による被害で困っているという相談が多く寄せられています。飼い主が責任をもって片付けましょう。適正な飼育を心掛けてください。

犬の適正な飼育

- 1 犬を散歩に連れて行くときは、ふんは必ず持ち帰り、電柱などにしたおしっこは水で流すようにしましょう。
- 2 散歩中や公園、広場など公共の場所では、犬に必ずリードをつけてください。
- 3 犬にも社会生活をしていくための基本的なしつけが必要です。甘やかさず、いけないことはきちんと「ダメ」と教えてください。
- 4 生後91日以上の子犬を飼いだしたら、30日以内に登録をしてください。また、毎年1回、狂犬病の予防注射を受けさせ、注射済票の交付を受けてください。



猫の適正な飼育

- 1 室内で飼育してください。脱走の防止、近隣へのふん尿被害の防止、野鳥など小動物への被害を防ぐ、交通事故や感染症の危険から猫を守るといった効果があります。
- 2 必ず不妊・去勢手術をしてください。1年に2～3回出産するため、手術をすることにより不要な繁殖を防ぎ、病気のリスクを減らすことができます。
- 3 迷子にならないため、名札、マイクロチップなどの身元の表示をしましょう。



事業承継個別相談会



経験豊富な専門家が幅広い相談に対応します。

日6月26日(金)、7月24日(金)

時①午後1時30分
②午後3時
※各日2枠(申込順)、1人60分以内
※当日は5分前までに産業経済課へお越しください。

場役場庁舎2階 会議室2-4

対町内中小企業経営者の方 など

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相談員

申6月26日(金)開催は6月18日(木)までに、7月24日(金)開催は7月16日(木)までに産業経済課へ

TEL557-7633



クビアカツヤカミキリに注意



画像提供：都環境局

クビアカツヤカミキリは、幼虫がサクラやウメなどのバラ科の樹木に寄生し、内部を食い荒らして枯らしてしまう特定外来生物です。

昨年、町内においても成虫の目撃情報が寄せられました。幼虫が排出する「フラス(木くず)と糞の混合物」や成虫を見かけた際にはご連絡ください。

本種は、生きたままの運搬が法律で禁止されています。可能な限り、その場で駆除をお願いします。

問環境課 TEL557-0544

「OHAKO BASE(おはこベース)」および「OHAKOYA(おはこや)」の貸出し



箱根ヶ崎駅西公有地「OHAKO BASE(おはこベース)」および、暫定インフラとして設置した木造の小屋「OHAKOYA(おはこや)」の利用を希望する方は、利用希望日の2週間前までに、商工会へ申請書を提出してください。

※利用条件(ルール)などは、商工会に問い合わせいただくか、町観光情報サイトをご確認ください。

※公有地で開催されるイベント情報についても、町観光情報サイトをご覧ください。

問商工会 TEL557-3389
産業経済課 TEL557-8019

エコパークフリーマーケット「みずほ青空市」

ごみ削減の推進を目的としています。各家庭で眠っている衣類、雑貨、日用品などを必要とする方へ提供する場として開催します。

町内在住の方のみが出店でき、出店料は無料です。

※手作り品、飲食物、動植物などの販売、営利目的の方は出店できません。

日6月21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

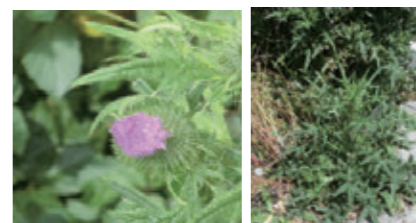
次回開催日 9月20日(日)

※8月3日(月)から申込開始

問リサイクルプラザ

TEL557-5364

アメリカオニアザミの駆除にご協力ください



町内で外来生物のアメリカオニアザミという植物が増えています。繁殖力が強く、放っておくと大きく成長し、硬く鋭いトゲを持つため、触ると危険です。ご自身の敷地内で見つけたら、大きくなる前に抜き取って処分をお願いします。

問環境課 TEL557-0544

詐欺犯人からの電話が急増しています

近年、特殊詐欺が凶悪事件に発展している傾向があります。

犯人は、家族、警察官、銀行員、役所職員を名乗り、言葉巧みに電話で資産状況を聞き出し、たんす預金やキャッシュカードを狙っています。

詐欺の電話や相手に個人情報などを伝えてしまった場合は、速やかに警察に連絡してください。

問福生警察署 TEL551-0110
安全・安心課 TEL557-7610

全国瞬時警報システム(Jアラート)による訓練の実施

全国一斉情報伝達試験

町内の防災行政無線のスピーカーから、試験放送が流れます。

Jアラートの状態確認を全国的に行うための試験放送です。

日6月3日(水) 午前11時

全国一斉緊急地震速報訓練

防災行政無線から放送が流れます。放送を聞いたらすぐに、身を守るための行動をとりましょう。

日6月17日(水) 午前10時

問訓練全般に関すること
消防庁国民保護・防災部防災課

TEL03(5253)7525

緊急地震速報に関すること

気象庁地震火山部

TEL03(6758)3900

安全・安心課

TEL557-7610

消防団だより



これまで実施した消防団の活動などを紹介しています。ぜひ、ご覧ください。

問安全・安心課
TEL557-7610



6月は浸水対策強化月間 浸水への備えをお願いします



道路にある雨水ますや側溝がふさがっていると、雨水が流れず、浸水の危険性が高まります。雨水ますや側溝にごみを入れたり、物を置いたりしないよう、ご協力をお願いします。

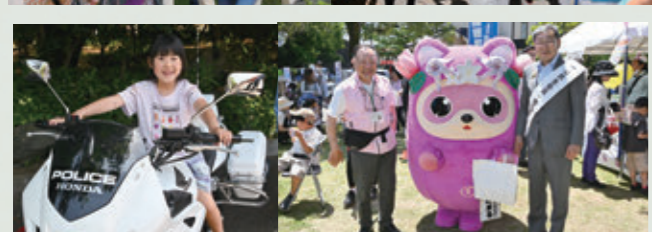
また、降雨情報は「東京アメッシュ」ホームページで確認できますので、ぜひご活用ください。

問下水道課
TEL557-7681
東京都市圏下水道本部
TEL527-4828

5/10 第17回残堀川ふれあいイベント & ウォーキング

ウォーキングでは、参加者が六道山や鯉のぼりの泳ぐ残堀川沿いを歩き、メイン会場の狭山池公園を目指しました。会場では、警視庁警備犬による訓練の実演やみずほブランドの販売、キッズアトラクションなど、多くの来場者でにぎわいました。

また、町長とみずほまるが「一日民生委員」に任命され、民生委員の活動をPRしました。



5/17 みずほ青空市、フリマdeちょいスポ



エコパークで「みずほ青空市」が開催され、掘り出し物を探す多くの人が訪れました。

同時開催の「フリマdeちょいスポ」では、ニュースポーツ「モルック」が行われ、子どもも大人も夢中になって楽しむ姿が見られました。

5/1 アンネのバラが開花しました



5月1日、アンネのバラが開花しました。平和祈念碑前や庁舎前をはじめ、町内13か所に植樹してある平和の願いのこもったバラをぜひご覧ください。各地域での紛争や内戦が終結し、平和な世界が訪れることを願い、大切に守りましょう。

5/2 新茶の手摘み



町内のお茶農家(原惣園)で、都内では珍しい毎年恒例の新茶の手摘みが行われました。伝統的なこだわりの手摘み作業で摘み取っており、今回は約40人の近隣住民が参加しました。この日は「みずほまる」も応援に駆け付け、周りを盛り上げました。

5/9 MIZCULバースデーフェスタ



MIZCUL(ミズカル)の1周年を記念して開催しました。屋外の「だんだん畑」では夏野菜の植付け体験が行われ、屋内ではバンド演奏や講座紹介、ハンドメイド品の販売などがあり、会場はたくさん笑顔であふれました。

4/18 山野草の無料配布



けやき館の伝承の広場で、山野草の無料配布を行いました。耕心館の山野草を株分けしたものや、ボランティアや有志が持ち寄った苗が並び、来場者は思い思いに手に取りながら、山野草の魅力に触れていました。

4/28 はたらく消防写真会



各小学校で、はたらく消防の写真会が行われ、女性消防団員も参加しました。子どもたちは消防署員と交流しながら、普段間近で見ることの少ない消防ポンプ車に近づき、一生懸命描いていました(写真は一小で行われた写真会)。

4/30 下水道使用料改定に関する答申書を受領



町下水道使用料審議会から、下水道使用料改定に関する答申書を受領しました。答申は、施設の維持管理費増大や老朽化対策が急務な現状を踏まえ、利用者負担に配慮し、健全運営に向けた料金見直し方針が示されています。

4/18 親子折り紙教室



けやき館で開催され、季節にちなんだ「鯉のぼり」の折り紙に挑戦しました。参加した親子は、講師の説明を聞きながら丁寧に折り進めていました。完成した折り紙を手に、会場には笑顔が広がり、親子でふれあう楽しいひとときとなりました。

4/27 武蔵野コミセン主催事業「初心者太極拳教室」



参加者は、講師の動きに合わせてゆっくりと体を動かし、呼吸を整えながら太極拳の基本を体験しました。会場は落ち着いた雰囲気にもまれ、「これからも続けていきたい」との声が聞かれ、健康づくりへの意欲が高まっていました。

4/28 あおしん「TASUKI」寄附金を受領



青梅信用金庫から、地域貢献の一環として、20万円の寄附金を受領しました。この寄附金は、子ども育成支援事業など、未来を担う子どもたちのために活用されます(関連10ページ)。

福祉



障害児福祉手当・特別障害者手当

在宅の重度障がい児や特別障がい者に対し、その障がいによる負担を軽減するために、「障害児福祉手当」および「特別障害者手当」を支給しています。

次の要件に該当し、受給資格の認定を受けた方が対象となります。

対

▶ 障害児福祉手当

20歳未満で、重度の障がいの状態にあるため、日常生活において常時特別の介護を必要とする方(障害年金受給者、施設入所者を除く)

▶ 特別障害者手当

20歳以上で、著しく重度の障がいの状態にあるため、日常生活において常時特別の介護を必要とする方(施設入所者、3か月を超えて入院している方を除く)

月額

▶ 障害児福祉手当1万6,560円

▶ 特別障害者手当3万 450円

問福祉課 TEL557-0574

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されている「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7月3日から9月25日の毎週金曜日 午前10時～11時30分

場元狭山コミュニティセンター

対町内在住の65歳以上の方

定30人(申込順)

※定員を超えた場合、初めての方を優先

申6月1日(月)から電話または直接、高齢者福祉課へ TEL557-7674

保育園などを利用されている方へ 現況届の提出時期が変わります

保育園など(認可保育園、認定こども園の保育園部分、小規模保育事業所)を利用されている方は、保育の必要性などを確認するため、年に1回、「子どものための教育・保育給付認定現況届」を町に提出する必要があります。

今年度から提出時期が7月に変更となります。

必要書類

▶ 子どものための教育・保育給付認定現況届

▶ 保護者の保育の必要性を証明する書類(就労証明書など)

※利用している保育園などを通じて6月中旬頃に配布します(町外の保育園などを利用している方には9月以降に個別に郵送します)。

※就労証明書の様式は、子育て応援課の窓口などで入手できます。発行に時間がかかる場合は、早めの手配をお願いします。

期限 7月31日(金)

※町外の保育園などを利用している方は、施設所在自治体の提出時期に合わせて期限を設定します(9月以降の予定)。

問子育て応援課 TEL557-8658

広報に隠れた 「みずほまる」を探せ!

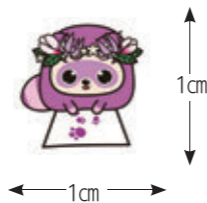
「みずほまる」の右と同じイラストが広報の中に隠れています。何ページに隠れているでしょうか。

答えは次号、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 TEL557-7497



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 TEL557-8658



6月は現況届の提出月です

対象の方には、5月末に現況届を送付しています。

期限 6月30日(火)

【児童手当】

次の項目に該当する方は、現況届の提出が必要です。

- ▶ 受給者と児童の居住地が異なる方
▶ 離婚協議中で配偶者と別居されている方
▶ その他、町から提出の案内があった方

【児童育成手当(育成・障害手当)】

手当を受給している方は、現況届の提出が必要です。

【乳幼児・義務教育就学児・高校生等医療費助成】

次のいずれかに該当する方は、現況届の提出が必要です。

- ▶ 申請者と児童の居住地が異なる方
▶ その他、町から提出の案内があった方

※現況届の提出がない場合、児童手当および児童育成手当は6月分から受けられません。また、医療費助成は10月1日(木)から受けられません。

問子育て応援課 TEL557-7624

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をまだ納めていない方は、至急納めてください。 ※毎週木曜日は、午後8時まで税務課で納付できます。 ※納税の際は、釣り銭の無いようお願いいたします。また、納税には、便利な口座振替をご利用ください。

問税務課 TEL557-7529

子育て



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 TEL568-0051

開館時間 月～土曜日 午前9時～午後5時 休館日 毎週日曜日

18歳未満の子どもと家庭に関する相談をお受けします



イベント情報

※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11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19日(金) 午前10時30分～11時

内手あそび・リズムあそびなど

お母さんのはあとタイム

お子さんと離れて、お茶とお菓子でちょっと一息しながらおしゃべりしましょう。

日23日(火) 午前10時～11時

対0歳、1歳のお子さんを子育て中のお母さん

定6人 費150円

※参加申込多数の場合は、初めての方が優先となります。

託児あり

※人数に限りがあります。

臨時納税窓口を開設します

日6月14日(日) 午前9時～正午

町では、納税などの公平性を確保するため滞納整理に取り組んでいます。

納期限が過ぎても納付がない方には、督促状を郵送します。その後、一定期間が過ぎても納付がない場合は、預貯金、給与、生命保険、不動産などの財産を調査し、差押えなどの手続きを行う場合があります。

また、財産調査の結果、差押える財産がない場合は職員が滞納者宅へ行き、搜索を実施する場合があります。

【納付が困難な方へ】

病気・失業・災害・事業での損失などの理由で生活が困窮し納付が困難な場合は、そのままにせず、税務課へご相談ください。

問税務課 TEL557-7529



タイヤロックされた自動車

国民健康保険税納税通知書を送付

7月上旬に、国民健康保険加入者がいる世帯主の方に令和8年度国民健康保険税納税通知書を郵送します。

世帯主が国民健康保険未加入でも世帯内に1人でも加入者がいると、世帯主が納税義務者となります。

支払方法

▶ 普通徴収…1年間の国民健康保険税を8期に分けて納付書または口座振替で町に納めます。

▶ 特別徴収…条件に適合される方については、年金支給額からあらかじめ日本年金機構が国民健康保険税を差し引いて町に納めます。

※特別徴収は、申請することで普通徴収(口座振替)に変更できます。

必ず納めましょう!

国民健康保険は、病気やけがをしたとき安心して医療機関や薬局にかかれるように、加入者の皆さんが普段からお金を出し合い、お互いに助け合う制度です。加入者の皆さんに負担していただく保険税は重要な財源です。安心して暮らしていくために、必ず納めましょう。

問税務課 TEL557-7519

インフォメーションII

Table with categories: 税 (tax), 子育て (child rearing), 福祉 (welfare), 健康 (health), 教育 (education), その他 (others).

税



今月の納期

◎町・都民税 第1期…納期は6月30日(火) ※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ができます。

問税務課 TEL557-7529

町・都民税の給与からの天引き(特別徴収)



給与所得者で特別徴収されている方は、町・都民税が原則6月の給与から翌年5月までの1年間、毎月の給与から天引きにより徴収されます(特別徴収)。

給与からの天引きにより、納め忘れがなくなり確実に納税できます。詳しくは、町ホームページをご覧ください。

問税務課 TEL557-7519

シルバー人材センターの各種事業案内

▶ 刃物研ぎ



包丁、裁ちばさみなどの刃物類をお持ちの上、時間内にお越しください。

日 6月15日(月)、7月15日(水)
午前9時30分～11時30分

費 1本500円から

▶ シルバーマルシェ



6月3日(水)から、会員が育てた採れたて野菜が並ぶ「シルバーマルシェ」を開催します。新鮮な旬の味を、ぜひお楽しみください。

日 毎週水曜日 午前9時30分～正午
※手芸品は常設展示で、センター開所時は購入可能

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。



未来を応援！受験生チャレンジ支援貸付事業



中学3年生・高校3年生かこれに準じる受験生がいる世帯に、学習塾代や受験料を貸し付けます。

学習塾代

▶ 中学3年生・高校3年生かこれに準じる方…上限30万円

受験料

▶ 中学3年生かこれに準じる方…上限2万7,400円
▶ 高校3年生かこれに準じる方…上限12万円

※高校・大学などに入学した場合は、貸付金の返済が免除となります。また、入学ができなくても免除される場合があります。申込みには要件があります。詳しくはお問い合わせください。

問 社会福祉協議会 TEL 557-0159

シルバー人材センター入会説明会



シルバー人材センターでは、60歳以上の方に働く機会やコミュニケーションの場を提供しています。関心のある方は、ぜひ説明会にお越しください。令和8年度の新規入会者は、入会初年度の会費が無料です。

日 6月17日(水)、7月15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

もの忘れ相談



「最近忘れっぽくなった」「認知症かも」といった悩みを気軽に相談できます。相談員が話を聞き、必要に応じて専門機関につなげるなどの支援を行っていきます。

もの忘れが気になるご本人またはそのご家族など、お気軽にご利用ください。

日 6月23日(火) 午後1時30分～3時30分
※原則毎月第4火曜日

場 ふれあいセンター

対 町内在住の方、またはそのご家族
定 3人(予約制)、1人約40分

相談員 看護職、社会福祉士 など

申 6月15日(月)から19日(金)までに社会福祉協議会へ
TEL 557-0159

緊急食品の配付

ささえあいフードリレーとは別に、緊急的な生活困難者を対象に、一時的な生活支援として食品配付を行う事業です。必ず、事前に電話でご相談ください。

場 ふれあいセンター

対 町内在住で、食料品の提供を必要とする生活困難者

内 1人につきおおむね2日分(寄附食品の在庫がない場合は、配付できません。)

※インスタント食品、缶詰、乾麺、米、餅、お菓子類(賞味期限が令和8年9月末日以降の食品)を募集しています。

問 社会福祉協議会

TEL 557-0165

家族介護者のつどい「かけはし」

家族の介護をしている方や介護の経験がある方など、どなたでも参加できます。参加者同士や介護支援専門員、保健師などを交え、介護の相談や不安を話し、情報交換をして気分転換しましょう。

日 6月18日(水) 午後1時30分～3時30分
場 長岡コミュニティセンター

申 電話または直接、西部高齢者支援センターへ

TEL 557-0609

夏の体験ボランティア説明会



夏休み期間を利用して、ボランティア活動を体験してみませんか。小学生から大人まで、誰でも参加できます。説明会で申込書を配付しますので、参加希望の方は必ず出席をしてください。

日・場

▶ 7月2日(木) 武蔵野コミュニティセンター

▶ 7月3日(金) ふれあいセンター

▶ 7月6日(月) 元狭山コミュニティセンター

※3日間とも、午後4時～4時30分

▶ 7月4日(土)

①ふれあいセンター 午前11時～11時30分

②長岡コミュニティセンター 午後2時～2時30分

※昨年配付した2025参加証カードをお持ちの方は、説明会に参加しなくても申し込みができます。

問 ボランティアセンターみずほ

TEL 557-3036

楽笑プラムカフェ

認知症のある方とその家族、地域の方や介護・医療の専門職が気軽に参加できる場所です。軽食やお茶を楽しみながら、ゆっくりとした時間を一緒に過ごしませんか。

日 6月25日(木)
午後0時30分～2時30分
※毎月第4木曜日

場 フラワープラム 地域交流サロン KIZUNA

費 軽食代500円
(ドリンクのみ200円)

問 ▶ フラワープラム TEL 556-5755
▶ 高齢者福祉課 TEL 557-7674

高齢者支援センター出張相談健康相談会

町内に2か所ある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。

6月は保健師・看護師による健康相談会を実施します。暑い夏に備え、日ごろの体調や健康のほか、介護保険制度の利用に関することなども相談できます。

問 高齢者福祉課
TEL 557-7674

▶ 東部高齢者支援センター出張相談会

日 6月18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 6月26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

第46回瑞穂町ふれあい運動会



「つながり、ささえあい、安心して健康に暮らせるまちみずほ」を基本理念に、障がい者の運動会を開催します。

参加を希望される方は、6月12日(金)午後4時までにお問い合わせください。

日 6月21日(日) 午前10時～正午

場 中央体育館

問 ▶ 町スポーツ協会 TEL 557-7098
▶ 福祉課 TEL 557-0574

「高齢者の居場所づくり」を応援します



高齢者同士や多世代との交流などを通じて閉じこもりを防ぎ、気軽に立ち寄れる「高齢者の居場所づくり」を目的としたグループ活動を支援します。

活動の頻度に応じて、経費の一部を補助します。

補助額(上限)

- ▶ 週1日の活動 4,000円/月
- ▶ 週2日の活動 8,000円/月
- ▶ 週3日以上活動1万2,000円/月

要件

- ▶ 高齢者の居場所づくりを目的としている。
- ▶ 健康体操などの介護予防の活動を行い、1回の開催に当たり5人以上の高齢者の参加が見込まれている。
- ▶ 1回当たり約3時間・週1日以上活動を行う。

※その他、要件など詳しくは町ホームページをご覧ください。

問 高齢者福祉課
TEL 557-7674

二十歳を祝う会の日程と実行委員の募集

▶二十歳を祝う会

日 令和9年1月10日(日) 午前10時開式
場 スカイホール
対 平成18年4月2日から平成19年4月1日生まれの方

※ビューパーク競技場は、改修工事のため、当日は駐車場として使用できません。

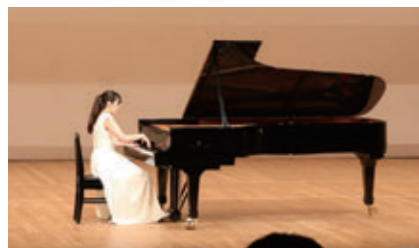
▶実行委員募集 あなたの力で二十歳を祝う会を企画しませんか

第2部のアトラクションの企画や運営を行う実行委員を募集しています。ぜひ、思い出に残る二十歳を祝う会を作ってみませんか。

申 電話、申込フォームまたは直接、社会教育課へ
TEL557-6695



多摩フレッシュ音楽コンサート 2026「ピアノ部門」



2024ピアノ部門最優秀賞 南ことこ



コンクールの要素を取り入れた新人コンサートを開催します。選考会で合格した多摩地区ゆかりの若手演奏家達の演奏をお楽しみください。

詳しくは、立川市地域文化振興財団ホームページをご確認ください。

日 7月15日(水) 午後6時開演 (午後5時30分開場)

場 たましんRISURUホール (立川市市民会館)

催 東京多摩公立文化施設協議会、多摩フレッシュ音楽コンサート実行委員会事務局

費 500円(全席自由)

※未就学児は入場できません。

チケットの販売

▶たましんRISURUホール
TEL526-1311(午前9時~午後8時/第3月曜日休館)

▶立川市地域文化振興財団オンラインチケット

▶社会教育課 TEL557-7070

けんこう 森林健幸ウォーキング



日 6月6日(土) 午前8時集合(雨天中止)

場 エコパーク

※申込不要

※次回は10月3日(土)です。

問 社会教育課 TEL557-7071

瑞穂町総合スポーツ大会 第8回瑞穂ポッチャ大会



日 7月5日(日)

場 長岡コミュニティセンター

対 町内在住・在勤・在学の方

定 20チーム(抽選)

持 体育館履き、飲み物、タオル

申 6月5日(金)から22日(月)までに、QRコードまたは電話で社会教育課へ
TEL557-7071

教育



就学援助費の申請はお済みですか

町では、経済的な理由によってお子さんの就学が困難なご家庭に対し、学用品費などの一部の援助を行っています。

案内と申請書は4月に学校を通じて保護者に配布しました。まだ申請をされていない方も随時受け付けていますので、お問い合わせください。

問 学校教育課 TEL557-6683

子ども会連合会



役員の募集

役員として町内の子ども会を支援しつつ、連合会主催事業を運営してみませんか。

ボランティアスタッフの募集

子ども会連合会では、主催事業であるモルック大会や紙ひこうき大会などを手伝ってくれるボランティアスタッフを募集しています。町の子どもたちが楽しむイベントと一緒に支えてみませんか。

問 社会教育課 TEL557-6695

健康エクササイズ

日 6月9日(火)、23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含む)

持 体育館履き、飲み物、タオル

問 社会教育課 TEL557-7071

乳がん・子宮頸がん検診 募集中 一部無料



日・場・定

▶7月4日(土)午後...保健センター(定員60人・申込順)

※骨密度測定同日受診可能

対 町内在住の女性で、昨年度町の検診を受診していない次の年齢の方

▶乳がん検診...40歳以上

▶子宮頸がん検診...20歳以上

▶骨密度測定...20歳~64歳の方

費 乳がん検診...1,600円、子宮頸がん検診・骨密度測定...無料

※乳がん検診は、生活保護受給証明書、児童扶養手当証書の提出で無料になります。

申 次のいずれかの方法

▶電子申請...QRコードを読み込むか、町ホームページからお申し込みください。

▶保健センターで直接申込み...窓口で申込用紙にご記入ください。

問 健康課 TEL557-5089

まだ大丈夫を卒業しよう 「糖尿病予防 血糖値対策セミナー基礎編」 無料



日 6月13日(土) 午後2時~4時 (受付開始:午後1時45分)

場 役場庁舎1階 ホール

対 町内にお住まいの方

定 30人(申込順)

講 石川 愛美さん(公立福生病院 糖尿病看護認定看護師)

林 友香梨さん(管理栄養士)

※昨年度の特定健康診査の結果、糖尿病予防が望ましい方には受講勧奨のご案内を郵送しました。

申 次のいずれかの方法で6月11日(木)までに申込み

▶QRコードから電子申請

▶電話または直接、保健センターへ

問 健康課 TEL557-5089

各種健康診査が始まっています 無料

健康診査・検診一覧表を「広報みずほ」6月号と同時配布しました。受診期間終了間際は大変混み合います。早めの受診をお勧めします。

▶後期高齢者健康診査(町内指定医療機関で実施)

期 6月1日(月)~9月30日(休)

※受診方法は、対象の方にお送りした受診券同封の案内をご確認ください。

▶公立福生病院で行う特定健康診査(平日実施)

11月30日(月)までの予約を受付中(申込順)。

※受診を希望される方は、電話で健康課へ

※対象の方には5月上旬までに受診券などを郵送しました。届いていない場合はご連絡ください。

問 健康課 TEL557-5089

胃がん・呼吸器(肺がん・結核) 検診 募集中 無料



日・場・定

▶7月16日(木)午前...保健センター(定員100人)

▶8月31日(月)午前...武蔵野コミュニティセンター(定員80人)

対 町内在住の40歳以上の方

申 上のQRコードから申込み

問 健康課 TEL557-5089

乳幼児期から始める虫歯予防

みなさんはお子さんの歯磨きをどのように進めていますか

お子さんの虫歯予防は、小さいころからの保護者の関わりがとて大切で。乳幼児期のお子さんは、まだ自分で上手に歯を磨くことや適切な食習慣の実行が難しい時期です。そのため、毎日の歯磨きや仕上げ磨きに加え、保護者がおやつや甘い飲み物を摂取する頻度・時間を管理することで健康なお口づくりにつながります。特に、寝る前に食べ残しや糖分が歯に残ったまま就寝すると、虫歯になりやすくなります。睡眠中は唾液の分泌が少なくなるため、就寝前の歯磨きが欠かせません。

町では2歳児・2歳6か月児など対象のお子さんに歯科健康診査を実施しており、虫歯の早期発見やブラッシング指導のほか、希望者にフッ化物塗布を無料で行っています。歯が生え始めた乳幼児期にフッ化物塗布を行うことは虫歯予防に有効です。継続してお口の状態を確認できるよう、かかりつけ歯科医を持つなど、ご家庭でできることから取り組み、お子さんの健康なお口を育てていきましょう。

問 子ども家庭センター課 TEL557-5098

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 無料



日 6月29日(月)午前
7月29日(水)午後

場 保健センター

内 保健師・管理栄養士による個別相談会(予約制)

対 ①特定健康診査受診者

②若年の健康診査受診者

③40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

※特定保健指導の対象になる方は利用できません。特定保健指導をご利用ください。

申 上のQRコードまたは電話で健康課へ

TEL557-5089



保健師からの ちよつと耳寄りな話



盛土造成地の状況確認調査を実施します

都では、令和5年施行の盛土規制法に基づき、盛土などの状況確認調査を実施しています。調査は公道上から行いますが、必要に応じて敷地内に立ち入らせていただく場合があります。ご理解、ご協力をお願いします。

調査期間 6月～令和9年1月(予定)
委託業者 (株)パスコ、(株)環境地質
調査概要

- ▶ ボールや巻尺を使用し、現地の状況をカメラで撮影します。
- ▶ 工事を実施するための調査ではありません。
- ▶ 調査への立会いは不要です。

※調査員はヘルメット・作業服を着用し、東京都都市整備局発行の「身分証明書」を携帯します。

問東京都 都市整備局 市街地整備部 区画整理課 **TEL**03(5320)5132

ねんきんネット



「ねんきんネット」は、インターネットを通じて、自分の年金情報をいつでもパソコンやスマートフォンから手軽に確認できる、日本年金機構が運営するサービスです。

また、マイナンバーカードをお持ちの場合は、マイナポータルと連携することで、さまざまな電子申請を行うことができます。

「ねんきんネット」は、マイナポータル画面の「年金」、または日本年金機構ホームページから利用できます。ぜひ、ご確認ください。

問ねんきんネット **TEL**0570(058)555

瑞穂町公式キャラクター
みずほまる
LINEスタンプ
好評販売中

個別創業相談会in瑞穂町



産業競争力強化法に基づく、「特定創業支援等事業」プログラムです。

日・テーマ
6月10日(水)・販路開拓
6月17日(水)・人材育成
※両日とも午後1時～6時
場西武信用金庫 瑞穂支店(箱根ヶ崎2228-1)
問西武信用金庫 瑞穂支店 **TEL**556-0171

家庭のゼロエミッション行動推進事業



都では、一定の基準を満たす対象商品への買替などがお得になる「東京ゼロエミポイント」事業を行っています。登録店舗で対象家電などの購入時に、販売価格から付与ポイント相当分が、その場で値引きとなります。詳しくは、都ホームページをご覧ください。

※予算がなくなり次第、終了します。
対象機器

- ▶ エアコン、冷蔵庫、給湯器、LED照明器具への買替
- ▶ 特に省エネ性能の高い新規家電の購入

※購入時店舗での申請が必要です。
問東京ゼロエミポイントコールセンター **TEL**0120(083)255

ハチの巣駆除用防護服をお貸しします

私有地内にできたハチの巣をご自身で駆除される方に、無料で防護服の貸出しをしています。事前にお問い合わせください。



防護服貸出
環境課 **TEL**557-0544
相談窓口
(公社)東京都ペストコントロール協会 **TEL**03(3254)0014

公立福生病院 市民公開講座 知っておきたい!腰痛について

腰痛は年齢を重ねるほど多くの方が抱える症状です。腰痛と正しく向き合えるように、診療の基本的な考え方について学びましょう。

日6月19日(金) 午後2時～3時
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)
講池上 健さん(整形外科部長)
問公立福生病院 **TEL**551-6210

ごみのゆくえを知ろう! 「夏休み処分場見学会」参加者募集



皆さんの出したごみかごのように処理されているのか、確かめてみませんか。

日・場
▶ **第1回 7月28日(火)**
午前9時～午後5時55分
立川市クリーンセンター・二ツ塚処分場・谷戸沢処分場
▶ **第2回 7月30日(木)**
午前8時15分～午後6時15分
柳泉園クリーンポート・二ツ塚処分場・谷戸沢処分場
▶ **第3回 8月4日(火)**
午前8時30分～午後6時10分
クリーンプラザふじみ・二ツ塚処分場・谷戸沢処分場
※詳しい集合時間・場所は、当選者にお知らせします。各施設までは、大型バスで移動します。

対多摩地域在住の小学4年生～中学生までの子とその保護者
※小学3年生以下の同伴不可

定各回36人(応募者多数の場合は抽選)
費1人1,000円(昼食代)
申7月6日(月)午後5時まで
東京たま広域資源循環組合「夏休み処分場見学会」係
※詳しくは、循環組合ホームページをご覧ください。

TEL597-6152

フレッシュランド西多摩 よつ葉の湯



SDGsサイコロ作り
6月の世界環境デーに合わせ、2030年までに達成すべきSDGs17の目標が書かれたサイコロを作成します。

日6月13日(土)・14日(日)
午前10時～午後9時

対・費入館者無料
※入館者はどなたでも参加できます。
定各回50人(定員に空きがある場合は、当日参加も可能です。)

健康づくりプログラム
太極拳・フラダンス・ヨガなどの各種教室を開催しています。
※詳細は、ホームページをご覧ください。

問よつ葉の湯 **TEL**570-2626

宿泊施設ニュー・グリーンピア津南をご利用ください



町では、町民が割引価格で利用できる新潟県中魚沼郡にあるニュー・グリーンピア津南と協定を結んでいます。施設は、広大な自然の中に、キャンプ場やスキー場、テニスコート、ウォーキングコースなどの施設を備えています。ぜひ、ご利用ください。詳細は、ホームページをご覧ください。

施設へのアクセス
新潟県中魚沼郡津南町大字秋成12300

▶ JR(鉄道)利用…上越新幹線で越後湯沢駅下車、専用バスで約50分

▶ 自動車利用… 関越自動車道利用で塩沢石打I.Cから、国道353・117号経由で約40分

問ニュー・グリーンピア津南 予約係 **TEL**025(765)4611(予約専用 午前8時30分～午後6時)

※町民であることをお申し出ください。

※施設利用の当日に、マイナンバーカードなど、住所が確認できるものをお持ちください。

東京サマーランド 瑞穂町感謝デー



近隣の各市町村にお住まいの方に対し、日ごろの感謝を込めて、特別優待価格で利用できる感謝デーを開催します。

期6月13日(土)～15日(月)
▶ 平日…午前10時～午後5時(プールは午後4時まで)

▶ 土日祝…午前9時～午後6時(プールは午後5時まで)

対町内在住・在学の方
優待料金
大人…1,000円(平日)、1,500円(土日祝)、中学生…500円、小学生、幼児、シニア…無料

利用方法
①QRコードから来園者全員(3歳以上)分を購入
②購入時の必須アンケートに在住・在学を回答

問東京サマーランド(お客様専用窓口) **TEL**042(558)6511

その他



物価高騰下の暑さ対策の一環として 水道料金の基本料金を無償とします



今年度の夏場4か月
5～6月分と7～8月分、または6～7月分と8～9月分
※検針月により異なる。6月1日検針分から対象。従量料金・下水道料金は対象外。

東京都水道局と小口径(13、20、25mm)の給水契約の方 無償となる額(4か月分、税込)
小口径:13mm…3,784円、20mm…5,148円、25mm…6,424円

※申込みは不要です。詳しくは、水道局ホームページをご覧ください。

問東京都水道局お客さまセンター **TEL**0570(091)100(ナビダイヤル)

令和7年度ダイオキシン類測定結果

すべての項目において法規制値ならびに協定規制値を下回っています。

環境センター排ガス中のダイオキシン類測定結果 単位:ng-TEQ/m³N

採取日	令和7年								令和8年
	4月28日	5月29日	6月24日	7月16日	9月17日	10月3日	11月11日	12月5日	2月20日
1号炉	-	-	0.042	-	0.037	0.023	-	-	-
2号炉	-	0.030	-	-	-	-	-	-	0.0039
3号炉	0.020	-	-	0.033	-	-	0.018	0.015	-

【単位:1ナノグラム(1ng)は、10億分の1グラム】
▶採取場所…各炉煙突排ガス採取口
▶法規制値…1ng-TEQ/m³N(ダイオキシン類対策特別措置法)
▶公害防止協定規制値…0.05ng-TEQ/m³N

環境センター周辺の大気環境中のダイオキシン類測定結果 単位:pg-TEQ/m³



採取場所	令和7年	
	6月23日12:00～6月24日12:00	12月4日12:00～12月5日12:00
羽村市立羽村第三中学校(屋上)	0.016	0.0054
羽村市立松林小学校(屋上)	0.011	0.0054
羽村市立あさひ公園(地上)	0.0095	0.011
瑞穂町立瑞穂第四小学校(屋上)	0.020	0.0063
瑞穂町富士見公園(地上)	0.0099	0.0059

【単位:1ピコグラム(1pg)は、1兆分の1グラム】
▶環境基準値…0.6pg-TEQ/m³(ダイオキシン類対策特別措置法)

問西多摩衛生組合 **TEL**554-2409



瑞穂町郷土資料館 **けやき館** TEL568-0634
 開館時間 午前9時～午後5時
 入館料無料※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。

休館日 15日(月)

企画展 郷土の誇る伝統工芸 「多摩だるま 意外と知らない今むかし」



期5月29日(金)～7月5日(日)
 町の特産品「多摩だるま」の企画展を、けやき館で初めて開催します。
 多摩地域に8軒ある工房のうち、5軒が集中する瑞穂町。この企画展では、都内在住の収集家の貴重なコレクションや初公開となる制作工程の動画などを通じ、意外と知らない多摩だるまの歴史と魅力に迫ります。

▶ギャラリートーク
 日6月13日(土)、28日(日)

特別展 「命がけで太陽を描く 池田俊雄回顧展」

期6月1日(月)～30日(火)
 町内に住む画家、池田俊雄氏の回顧展。太陽を中心に人物や花の絵も紹介します。
 ▶ギャラリートーク
 日6月6日(土) 午後2時～3時30分



書画展 「グループホーム杜の園ながおか 2026 作品展」

期6月3日(水)～28日(日)
 杜の園ながおかの書画教室を通じて制作された、書画や色鉛筆画などを展示します。



※費用の記載のないものは、すべて無料です。

日…日時 時…時間 場…場所 対…対象 定…定員 主…主催 講…講師 費…費用

ミニ展示「七夕」

町内の保育園児たちと瑞穂俳句会の皆さんが作った短冊を飾ります。
 期6月20日(土)～7月7日(火)

温故知新の会

第270回 民俗芸能
 「民俗芸能を楽しもう」
 日7月12日(日) 午後1時30分～3時
 定100人(申込順)
 申6月10日(水) 午前10時から

第271回 教育講演会
 田嶋定雄校長先生時代の瑞穂第三小学校「よもやま話」

日7月26日(日) 午後1時30分～3時
 定100人(申込順)
 講隅内 利之さん
 申6月25日(木) 午前10時から

田炉裏端で語る昔話

第251回「瑞穂町の昔話」①
 日6月14日(日) 午前10時15分～11時30分
 語り部 石塚 幸右衛門さん
 第252回「箱根ヶ崎の昔話」①
 日6月28日(日)午前10時15分～11時30分
 語り部 平山 和治さん

第134回 親子折り紙教室「七夕飾り」

日6月20日(土) 午前10時15分～11時45分
 講池田さん・當間さん



けやき館の落語会

日6月27日(土) 午後1時30分～3時
 午後0時55分 開場
 定100人(申込順)
 費500円
 演者 古今亭 伝輔さん
 演目 「笠碁」
 申6月5日(金)午前10時から



あすなろ児童館 TEL557-7766
 開館時間 午前9時30分～午後5時




休館日 毎週日曜日 ※子どもまつり準備のため、19日(金)正午から20日(土)までは、施設を利用できません。

3歳以上の児童対象事業 ※午後3時30分から
 ▶1日(月)～30日(火) コンテスト「かえる」(午前9時30分から)
 ▶3日(水)・30日(火) スポーツであそぼう

特別企画「スラックライン教室」
 日27日(土) 午後2時～4時 定30人(申込順)
 講Azcan(我妻 吉信さん)(元全日本チャンピオン)
 持上履、タオル、飲み物 申6月3日(水)～25日(木)

乳幼児と保護者対象事業(申込不要) 午前10時30分から
 ▶ひよこ(0歳)、ごろ寝アート写真…10日(水)、17日(水)、25日(木)
 ▶うさぎ(1歳)…11日(木)、23日(火)
 ▶ゴーゴー体操(1歳6か月以上)…5日(金)、16日(火)
 ▶こぐま(1歳6か月以上)…3日(水)、15日(月)、19日(金)、26日(金)、29日(月)
 ▶あすなろシアター(乳幼児と保護者)…9日(火)
 ※お誕生日は手形がとれます。

第25回 あすなろ児童館 子どもまつり

日20日(土) 午前10時～午後1時
 ①前売り券 1枚100円(おまけ付き)
 ②当日券 1枚100円 ③入場券
 内①と②で遊べる催し物(③はフォトスタジオのみ)
 バルーンアートショー(午前10時15分～10時45分)、魚釣りゲーム、フォトスタジオ、お菓子くじ、ヨーヨーつり、工作コーナー
 ※前売り券は、8日(月)午前9時30分から販売(なくなり次第、販売終了)



yui & JUN (バルーンアーティスト)

瑞穂町図書館 Mizuho town library TEL557-5614
 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…瑞穂町図書館・地域図書室 10日(水)…長岡・武蔵野コミュニティセンター図書室
 15日(月)～22日(月)…瑞穂町図書館・地域図書室

おはなしの会

▶図書館 日6日(土) 午前11時
 ▶元狭山 日27日(土) 午後3時30分
 ▶長岡 日4日(水)、11日(水)、25日(水)、7月2日(木) 午後3時30分
 ▶武蔵野 日24日(水) 午後3時30分
 ▶殿ヶ谷 日24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13日(土) 午後2時

持…持ち物 内…内容 申…申込み 問…問合せ TEL…電話

移動児童館 日午前10時30分～11時10分

幼児事業は、月齢ごとに体操、読み聞かせなど楽しい内容がいっぱいです。ぜひ、ご利用ください。

武蔵野ぴよんちゃん児童館 (武蔵野コミュニティセンター)

▶幼児事業
 日2日(火) 対0歳の乳児と保護者
 日18日(木) 対1歳以上の幼児と保護者
 ▶就学児向け事業 工作教室「プラ板でアクセサリを作ろう」
 日24日(水) 午後3時30分～4時30分(受付は午後4時まで)
 対小学生以上の児童 定10人(先着順)

元狭山チャチャチャ児童館 (元狭山コミュニティセンター)

▶幼児事業
 日30日(火) 対0歳の乳児と保護者
 日8日(月) 対1歳以上の幼児と保護者
 ▶就学児向け事業 スポーツであそぼう
 日22日(月) 午後3時～4時30分 対小学生以上の児童

長岡ニコニコ児童館 (長岡コミュニティセンター)

▶幼児事業
 日12日(金) 対0歳の乳児と保護者
 日24日(水) 対1歳以上の幼児と保護者
 ▶就学児向け事業 おもちゃであそぼう
 日17日(水) 午後3時～4時30分 対3歳以上の児童

おはなし こぱんだ

▶長岡 日25日(木) 午前10時30分

蔵書点検のため休館します

休館期間 15日(月)～22日(月)
 全館で休館します。ご理解とご協力をよろしくお願い致します。

蔵書点検期間前は貸出点数を増やします
 6月2日(火)から14日(日)までの期間、貸出点数を10点から20点に増やします。どうぞ、ご利用ください。

休日…休日診療 午前9:00～正午、午後1:00～3:00
 準夜…休日準夜診療 午後5:00～10:00
 歯科…休日歯科応急診療 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 月	町議会第2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	
2 火	町議会第2回定例会 本会議 午前9:30～	健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00(成人の相談は要予約)
3 水	町議会第2回定例会 本会議 午前9:30～ (会議の進行次第では、休会となることがあります。)	住民課・税務課の窓口 毎週木曜日は午後8時まで 6月は4日・11日・18日・25日です 問 住民課 ☎557-7548 問 税務課 ☎557-7519
4 木		
5 金	町議会第2回定例会 総務産業建設委員会 午前9:30～ 広報広聴委員会 午後1:30～	
6 土		
7 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 瑞穂町 きたはらファミリー歯科 ☎533-4180
8 月	町議会第2回定例会 厚生文教委員会 午前9:30～	
9 火		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)
10 水	町議会第2回定例会 議会運営委員会 午前9:30～	
11 木		マタニティクラスⅢ 午後(予約制)
12 金	町議会第2回定例会 本会議 午前9:30～ 全員協議会 本会議終了後	3～4か月児健診(R8年2月生) 午後(予約制)
13 土		
14 日	猫の里親会 午後1:00～3:00 カインズ西友 福生店 環境課 ☎557-0544 臨時納税窓口 午前9:00～正午 税務課 ☎557-7529	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
15 月	ほっと・カフェの「わくわくしゃべりば」 午前10:30～ 長岡コミュニティセンター ※申込不要 社会教育課 ☎557-6695 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、8日(月)～12日(金)午前8:30～社協へ ☎557-0159	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 問 産業経済課 ☎557-7633
16 火		健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00(成人の相談は要予約)
17 水		1歳6か月児健診(R6年11月生) 午後(予約制)
18 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17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	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
19 金		BCG接種(R7年11月19日～R8年1月20日生) 午前10:00～11:30
20 土		
21 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 園リサイクルプラザ ☎557-5364	準夜 福生市 熊川病院 ☎553-3001 歯科 福生市 平出歯科医院 ☎551-4738
22 月		
23 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、15日(月)～19日(金)午前8:30～社協へ ☎557-0159	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) 歯科健診 2歳児(R6年5月生) 2歳6か月児(R5年11月生) 午後(予約制)
24 水	教育委員会定例会 午前9:00～ 庁舎会議室2-1 園学校教育課 ☎557-6682	離乳食講習会(R8年1・2月生) 午前(予約制)
25 木	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。ぜひ、ご利用ください。 日時 6月28日(日) 午前9時～正午 場所 住民課	
26 金		3歳児健診(R5年5月生) 午後(予約制)
27 土		マタニティクラスⅣ 午前(予約制)
28 日	猫の里親会 午前10:00～正午(雨天実施) エコパーク 芝生広場 環境課 ☎557-0544	準夜 福生市 ひかりクリニック ☎530-0221 歯科 福生市 みいだDental Clinic ☎551-0479
29 月	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	
30 火		健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00(成人の相談は要予約)
7月1日～3日		1日(水)…お誕生教室(R7年6・7月生) 午前(予約制)

「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。

スカイホール ☎557-7070

休館日 毎週火曜日

※スカイホールの受付は行っています。

施設使用申請

- ▶リハーサル室・会議室 8月分/6月1日(月)から 9月分/7月1日(水)から
- ▶大・小ホール使用 令和9年1月分/6月1日(月)から 令和9年2月分/7月1日(水)から



ビューパーク競技場の一時閉鎖
改修工事を予定しているため、次の期間は使用できません。ご理解ご協力をお願いします。
令和8年11月2日～令和9年3月31日

MIZCUL
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 21日(第3日曜日)

からだリセット学

「シセイカルテ」で体の姿勢を分析した後、講座を行います。肩こり改善やフットケア、骨盤を整える方法などを学び、美しい体にリセットしましょう。

日 6月6日(土) 午前9時30分～11時30分 費 無料

申 QRコードの「MIZCULつながるスクール」講座予約サイトから



だんだん畑サポーター募集

MIZCULの「だんだん畑」は、みんなで野菜を育てるコミュニティファームです。農作業を通じて多世代で交流しませんか。サポーターに登録すると、いつでも畑作業に参加できます。



定例会…毎月第2日曜日に開催。農業アドバイザーと一緒に種まきや収穫をします。

収穫祭…夏と冬に開催。収穫した野菜を持ち帰れます。

【6月の定例会】

日 6月14日(日) 内 じゃがいも、玉ねぎなどの収穫

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。

耕心館 ☎568-1505
開館時間 午前10時～午後9時

休館日 3日(水)、4日(木)臨時休館

※15日(月)は開館します。

喫茶ストーリーア臨時休業日 23日(火)

午前10時30分～午後9時(ラストオーダー午後8時)

サロンコンサート

チケット発売中!

耕心館サロンコンサート300回記念公演
デビュー50周年 小森谷巧とストリングス

日 7月26日(日) 午後2時 開演

場 スカイホール 大ホール

出演 小森谷 巧(ヴァイオリン)ほか11人の弦楽合奏団



曲目 モーツァルト/アイネ・クライネ・ナハトムジーク、
ヴィヴァルディ/四季より「春」「夏」ほか

費 2,000円(全席自由) ※未就学児の入場はご遠慮ください。

ミズホ・ムジーク

チケット発売中!

山形ゆう子 歌声の会

懐かしい童謡・唱歌・歌謡曲などを皆で歌いましょう。

日 7月11日(土) 午後1時30分開演

場 2階 多目的大広間

出演 山形 ゆう子(歌声リーダー)

費 1,000円(全席自由)

【共通事項】

※申込みは、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。



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 1日目…7月3日(金)、2日目…7月10日(金)

両日とも午後1時～4時

場 2階 多目的大広間 費 7,000円(材料・加工費含む)

定 10人 講 阿部 信行さん

申 6月5日(金)から、耕心館へ



七夕の願い、天に届けませんか

皆さんに書いてもらった短冊を、耕心館の竹に飾りつけます。

▶短冊記入コーナー

期 6月1日(月)～7月7日(火) 場 エントランス

▶七夕飾り展示

期 7月1日(水)～7日(火)

紹介
します!

姉妹で文部科学大臣賞受賞

(一社)全国書写書道教育振興会が主催する「第41回全国書き初め展覧会」で高根在住の堀澤橙さん(高1)と澄瑞さん(中1)姉妹が、見事、最高賞の文部科学大臣賞に輝きました。

全国から3,157点もの応募があった今大会で、姉妹そろっての最高賞受賞という快挙を成し遂げました。

受賞した2人は、「目標を高く持って、これからも書道が続けていきたい」と、今後の抱負を語ってくれました。



橙さん(左)と澄瑞さん(右)

裏表紙:

姉妹都市モーガンヒル市との友好の証「ボールズ・スカーレット」

click!
今月の表紙



残堀川ふれあいイベント

キッズアトラクションでボルダリングに真剣に挑戦していた女の子の1ショット。

初夏の陽気の中でも軽やかに体を動かし、涼しげな表情で壁を登っていました。皆さんも本格的な暑さを迎える前に、「暑熱順化」を取り入れて、元気に夏を過ごしましょう(関連2・3ページ)。

タウンミーティングを終えて

町長エッセイ



先般、今後5年のまちづくりに向けて、庁舎をはじめ、各地区のコミュニティセンターで、副町長・教育長・部長職と共に、町民の皆さまと直接意見を交わすタウンミーティングを開催しました。

お忙しい中、お越しいただいた皆さま、本当にありがとうございました。今回のタウンミーティングは、皆さまに少しでも町政を身近に感じていただくために開催しました。当日は、令和7年度に策定した第5次長期総合計画後期基本計画と令和8年度施政方針を説明し、意見交換をしました。率直な

疑問やご意見、不安の声などをいただきながら、建設的な意見を交わすことができました。一方で、時間の都合により、すべての方のご意見をお受けできなかったことは残念に思っています。

今回のタウンミーティングでは、多摩都市モノレール延伸に関する内容のほか、コミュニティバスを含む公共交通、公共施設や土地利用、買い物など身近な生活に関連する多くのご意見を頂戴しました。

すぐに実現できることもあれば、時間をかけて取り組む課題もありますが、今回いただいた声を大切に、今後の町政運営に生かしてまいります。

私が目指すまちづくりは、行政だけでは実現できません。皆さまと共に考え、対話を重ねることが希望に満ちた明るい未来につながるものと確信しています。

引き続き、町政へのご理解とご協力をお願い申し上げます。

瑞穂町長

山崎 栄

町の情報や魅力を
発信中!



町ホームページ



町公式Facebook



町公式X



町公式YouTube



町観光情報サイト

※「QRコード」は、株式会社デンソーウェブの登録商標です。



人口と世帯 5月1日現在()は前月比
人口 31,910人(2人減) 男 16,235人(7人減) 女 15,675人(5人増) 世帯 15,791世帯(34世帯増)
発行/瑞穂町 編集/デジタル推進課 毎月1回1日発行 〒190-1292 東京都西多摩郡瑞穂町大字箱根ヶ崎2335
TEL 042(557)0501(代表) FAX 042(556)3401(代表) https://www.town.mizuho.tokyo.jp

