

東村山市民ステーション 「サンパルネ」が全面オープンします

10月1日(木)からサンパルネ3階「健康・コミュニティフロア」の利用開始
10月1日(木)から、東村山駅西口再開発ビル内「サンパルネ」3階の「健康・コミュニティフロア」をご利用いただけます。

サンパルネ3階「健康・コミュニティフロア」利用案内

開館時間：午前6時～午後11時（土・日・祝日は午前8時～午後11時）

キッズルーム

平日は、施設利用者の満2歳～未就学児までのお子さんをお預かりします（有料）。前日の午後5時までにご予約ください。土・日・祝日は、保護者同伴で、プレイルームとしてご利用いただけます（無料）。

| 利用時間 | | 料金 | |
|--------|---------------|-----------------|--------------|
| 平日 | 午前8時～午後10時 | 午前 | 1名 1,500円 |
| | | 午後 夜間 各区分 | |
| 土・日・祝日 | 午前8時～午後10時30分 | 無料（保護者同伴） | |

マシンジム・スタジオ

健康維持に必要なプログラムにしたがって、専門指導員によるトレーニングや実技指導を行います。初回は利用講習があります。

| 利用時間 | | 料金 | |
|--------|----------------------------|-------|------------|
| 平日 | 午前6時～午後11時 (入室は午後10時まで) | マシンジム | 1回 300円 |
| | | スタジオ | 1回 400円 |
| 土・日・祝日 | 午前8時～午後11時 (入室は午後10時まで) | 共通券 | 600円 |

リラクゼーションスペース・マッサージ

体の疲れをほぐす有料マッサージプログラムと無料マッサージ機の利用ができます。

メディカルコーナー

健康度チェックや身体・体力測定を定期的に行い、生活習慣病予防のアドバイスなどを行います。

サンパルネ2階貸し出し施設利用案内

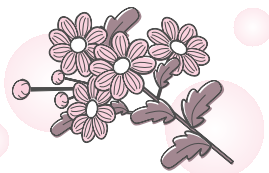
会議室

| 利用時間 | 料金 |
|---------------|-------------|
| 午前6時～8時（平日のみ） | 600円 |
| 午前8時～10時30分 | 各区分 750円 |
| 午前10時30分～午後1時 | |
| 午後1時～3時30分 | |
| 午後3時30分～6時 | |
| 午後6時～8時30分 | |
| 午後8時30分～11時 | |

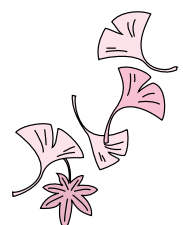
コンベンションホール

| 利用時間 | 料金 |
|---------------|---------------|
| 午前6時～8時（平日のみ） | 2,000円 |
| 午前8時～午後1時 | 各区分 5,000円 |
| 午後1時～6時 | |
| 午後6時～11時 | |

利用時間が2区分以上にまたがる利用も可能です。プロジェクター、音響設備等を使用する場合は、別途料金が必要です。利用者に別途参加費等を徴収する会場利用の場合は、料金が加算されます。



9月中の貸し出し受付時間
○9月26日(土)・27日(日) 午前10時～午後5時
○9月28日(月)・29日(火) 午前8時30分～午後9時
○9月30日(水) 午前8時30分～午後5時



9月26日(土)からサンパルネ2階集会所貸し出し受付開始
貸し出し対象施設
○コンベンションホール(10月1日～平成22年4月30日利用分)
○会議室(10月1日～平成22年1月31日利用分)

市・定額給付金事業

子育て応援特別手当交付事業を含む本部

10月1日(木)以降の貸し出し受付時間
○平日 午前6時～午後11時
○土・日・祝日 午前8時～午後11時

市内施設めぐり参加者募集
日時 10月15日(木) 午前9時30分～市民センター駐車場から出発
※解散は午後4時ごろ、雨天決行
見学地(予定) 国立ハンセン病資料館、秋水園、徳蔵寺、八国山たいけんの里、ふるさと歴史館
※市バス利用
対象 市内在住のかた
定員 先着18名
参加費 無料
※昼食・飲み物持参
申込み 9月17日(木) 午前9時から直接又は電話で広報課(本庁舎3階)へ
問い合わせ 経営政策部広報課

今月の納税
国民健康保険税第3期の納期限は9月30日です
市税納付の日曜窓口
9月27日(日)
市税(市・都民税、固定資産税、都市計画税、国民健康保険税、軽自動車税)納付の日曜窓口を開設します。当日は納税相談も行っていますので、ご利用ください。
日時 9月27日(日) 午前9時～午後3時
場所 本庁舎2階納税課
※地下1階の夜間受付よりお入りください。
※納税証明書の発行はできません。
※本人以外のかたが、納税相談をする場合は、本人の委任状が必要です。

9月中の貸し出し受付時間
○9月26日(土)・27日(日) 午前10時～午後5時
○9月28日(月)・29日(火) 午前8時30分～午後9時
○9月30日(水) 午前8時30分～午後5時

市内施設めぐり参加者募集
日時 10月15日(木) 午前9時30分～市民センター駐車場から出発
※解散は午後4時ごろ、雨天決行
見学地(予定) 国立ハンセン病資料館、秋水園、徳蔵寺、八国山たいけんの里、ふるさと歴史館
※市バス利用
対象 市内在住のかた
定員 先着18名
参加費 無料
※昼食・飲み物持参
申込み 9月17日(木) 午前9時から直接又は電話で広報課(本庁舎3階)へ
問い合わせ 経営政策部広報課

「市民のしおり」おわびと訂正
7月から8月にかけて、全戸配布をさせていただいた「東村山市民のしおり」の中で、下表のとおり一部訂正があります。この他にも、数箇所の誤植等があり、関係者および市民の皆様にご迷惑をおかけしましたことをおわびして訂正します。
問い合わせ 経営政策部広報課

子育て支援課から (☎393-5111代表) 郵送申込みは〒189-8501子育て支援課へ

ハローベビークラス (平日)

対象 妊娠中で安定期のかたとその家族
場所 いきいきプラザ2階(10/15はいきいきプラザ1階)

| 日程 | 時間 | 内容 |
|-----------|------------|-----------------------------------|
| 10月1日(木) | 午後1時15分～4時 | 先輩ママとの交流 妊娠中の気持ちの変化 |
| 10月6日(火) | | 妊娠中からの食生活 母と子の歯の健康 |
| 10月15日(木) | | 赤ちゃんのおふる お産の進み方 呼吸法 妊婦体操 |

持ち物 母子手帳、筆記用具(10/6は歯ブラシ、コップ、手鏡)
講師 心理相談員、歯科衛生士、助産師ほか
申込み 不要、直接会場へ

ハローベビークラス (土曜日)

対象 妊娠経過が順調なかたとそのパートナー
30週を超える場合はご連絡ください。
日時 10月24日(土) 午前10時～午後0時30分(受付は午前9時45分から)
場所 いきいきプラザ2階
内容 赤ちゃんの保育、おふるの入れ方、先輩パパとの交流
定員 先着25組
持ち物 母子手帳
講師 保健師ほか
申込み 電子申請(市のホームページの「ネット申請」からアクセス、1組1回)又は往復はがき(1組1枚)に 教室名、お二人の氏名、住所、電話番号、出産予定日を明記し、9月24日(木)から子育て支援課へ

妊婦歯科健診

日時 10月19日(月) 午後1時30分～3時(受付は午後1時20分～2時40分)
場所 いきいきプラザ2階
内容 歯科健診、歯科相談、保健・栄養相談
定員 先着20名
持ち物 母子手帳、歯ブラシ、タオル、コップ
申込み 電子申請(市のホームページの「ネット申請」からアクセス、1人1回)又は往復はがき(1人1枚)に 健診名、氏名、住所、電話番号、出産予定日を明記し、9月17日(木)から子育て支援課へ

乳幼児健康診査

受付 午後0時40分～2時
場所 いきいきプラザ2階

3～4か月児健康診査
平成21年6月11日～30日生まれ=10月7日(水)
平成21年7月1日～20日生まれ=10月21日(水)

1歳6か月児健康診査
平成20年3月1日～20日生まれ=10月2日(金)
平成20年3月21日～4月10日生まれ=10月23日(金)

3歳児健康診査
平成18年8月21日～9月10日生まれ=10月14日(水)
平成18年9月11日～30日生まれ=10月28日(水)
対象者には個別に通知します。通知が届かないかたは子育て支援課へお問い合わせください。

| 訂正場所 | 内容 | 正しい表現 |
|--------|-----------------------|----------------|
| 87ページ | 「ごみ処理」のペットボトルの収集日 | 月2回 |
| 103ページ | 「児童館」表中の休館日 | 富士見児童館は祝日のみが休館 |
| 103ページ | 「図書館」の萩山図書館の電話番号 | ☎393-3172 |
| 121ページ | 「市内主要官公署等一覧」の秋水園の電話番号 | ☎393-5111(代表) |