

住所や世帯に変更があるときは必ず「届け出」を

市では、市民の皆さんが届け出をした氏名・生年月日・性別・住所等を「住民基本台帳(住民票)」に記録し、それを基にさまざまな行政サービスをを行っています。

住民基本台帳は市民の皆さんの居住関係を公証するもので、選挙人名簿の登録や就学、国民健康保険・国民年金の資格など、行政全般に渡るサービスの基本です。

住所や世帯に変更があるときは必ず期間内(左表参照)に届け出を行ってください。

また、手続きの際はなりすましなどの犯罪を防ぐため本人確認をしておりますので、ご協力ください。

場市民課(本庁舎1階)、地域サービス窓口(ワンズタワー内を除く)

※場所や開設時間等の詳細はお問い合わせください。

持運転免許証、パスポート、国民健康保険証、在留カード、マイナンバーカード等の本人確認書類

主な届け出の種類と届け出期間

種類	期間
転入届	市外から引越してきたとき 転入をした日から14日以内
転出届	市外へ引越しをするとき 転出が確定した日からすぐに
転居届	市内で引越をしたとき 転居をした日から14日以内
世帯変更届	世帯主の変更や世帯を分離・合併したとき 変更があった日から14日以内

注意
事項
○マイナンバーの通知カードは本人確認書類には使用でき

ませんが、転入・転居の手続きをする場合は、通知カードの裏に住所を記載しますのでお持ちください。

○届け出により必要書類が異なりますので、事前に市民課へご確認ください。

○代理人が届け出する場合に委任状が必要です。

○閉庁日の翌日は窓口が混みます。お待ちをすることがあります。

市民課

調査

市民意識調査の実施

市政に対する市民の皆さんからのご意見を伺うため、市民意識調査を実施します。

今後の市の施策に対するニーズや、第4次総合計画の進捗状況などを把握するための重要な調査ですので、ご協力をお願いします。

日6月下旬に調査票を郵送
人市内在住の18歳以上のかた
2千名(無作為抽出)
※詳細は調査票をご覧ください。

問行政経営課

市長への手紙

(手紙・ファクス・Eメール)

市政に対するご提案・ご意見・ご要望などを受け付けています。

14日を目標に回答しますが、時間がかかる場合もあります。匿名の場合や誹謗中傷などには回答できません。

5月の受付状況

内容	件数
都市・環境	7
職員・人事	2
施設	2
健康・福祉	2
学校・教育	3
財政・税金	1
子ども・子育て	1
政策的提言	0
その他	6
合計	24

問秘書広報課

「ごみ排出量」および「リサイクル率」が全国で10位以内となりました

問ごみ減量推進課

東村山市が、平成28年度の市民1人1日当たりの「ごみ排出量」の少なさと全国10位、「リサイクル率」の高さと全国7位となりました。

これは、環境省が全国の市区町村および特別地方公共団体に対して実施した「一般廃棄物処理事業実態調査(平成28年度)」(人口10万人以上50万人未満の全国市町村の部)の結果で、市民の皆さんのごみ減量への取り組みやリサイクル活動への推進が実を結んだものです。ご協力ありがとうございました。

今後も「東村山市一般廃棄物処理基本計画」の基本理念である「低炭素や効率性に配慮した循環型社会の実現」に向け、さらなる事業推進を図っていきます。引き続きご理解とご協力をお願いします。

	ごみ排出量/人日 (第10位)	リサイクル率 (第7位)
東村山市	706グラム	36.5%
全国平均	925グラム	20.3%



家庭でできる効果的なごみ減量およびリサイクル方法

1. 古紙の出し方

紙類は資源として再生されます。月2回の古紙回収や地域の集団資源回収を積極的にご利用ください。

古紙として出せるもの=新聞紙、段ボール、雑誌・書籍、紙パック(牛乳パック類)、雑紙(紙箱・包装紙・はがき・ボール紙・ポスター等)

2. 買い物での工夫

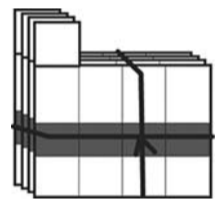
マイバッグの持参や詰め替え商品を選ぶなどの工夫をしましょう。

3. 生ごみの水切り

最初から濡らさない=野菜などは使えない部分を洗う前に切り落とす。

乾かす=水気のある生ごみは、三角コーナーなどで水のかからない状態で一定時間放置する。

絞る=水切りネット等を使い、最後にひと絞りする。



コラム

消費生活センター

バスト・スタイルアップのための健康食品に注意!

相談受付 午前9時~正午
午後1時~4時
電話 395-8383(直通)

バストアップやスタイルアップ等の美容を目的とした、プエラリア・ミリフィカを配合した健康食品が販売されています。

プエラリア・ミリフィカとは、タイ北部等に自生するマメ科の植物の根に含まれる成分です。この成分には、エストロゲン(女性ホルモン)を活性化させる物質が含まれていて、摂取するとバストアップや若返りの作用があるといわれています。

しかし最近、この成分を含む健康食品による危害が増えています。主な症状として、腹痛、下痢などの「消化器障害」や、発疹、じんましんなどの「皮膚障害」といった一般的な

ものだけでなく、月経不順や不正出血等、女性特有の生理作用に影響を及ぼしていると考えられる危害事例も多く見受けられます。

プエラリア・ミリフィカを含む健康食品の摂取によりホルモンバランスが崩れるなど、思わぬ健康被害が発生するおそれがあるため、安易な摂取は控えましょう。万が一摂取して体調に異常を感じた場合は、直ちに摂取をやめ医療機関を受診しましょう。

健康食品は通信販売などで簡単に手に入りますが、摂取には十分な注意が必要です。

胃がん・大腸がんセット検診(車検診)

問健康増進課

日場いきいきプラザ1階「検診待合室」=8月23日(木)~27日(月)・29日(水)、秋津文化センター=8月28日(火)、各日午前9時~11時

人市内在住の昭和54年3月31日以前に生まれたかた、各日40名

費1,500円(胃がん検診のみのかたは1,000円)

※胃がん検診のみの受診も可能です。

※応募者多数の場合は抽選(結果は7月中旬に、問診票・検体容器等は8月上旬に発送予定)

検診名	検診内容	受診できないかた
胃がん検診	問診、 胃部エックス線検査(バリウム)	○過去1年以内に手術をうけたかた ○消化器系疾患の治療中のかた ○腸閉塞の既往があるかた ○バリウム誤嚥歴があるかた ○妊娠中又は妊娠の可能性のあるかた ※当日の問診により受診をお断りする場合があります。
大腸がん検診	便潜血検査2日法	○炎症性腸疾患や痔の治療中のかた

日6月15日(金)~22日(必着)に必要な事項と特記事項を明記し、電子申請、往復はがき又は直接(返信用はがき持参)健康増進課(いきいきプラザ1階)へ特記事項第1~3希望日(いずれの日でも可の場合はその旨)・生年月日