

聴こえてますか？子どもの SOS 聴いてますか？あなたの心の SOS 11月は児童虐待防止月間です

### 一人で悩まないで 相談してください

↓子ども家庭支援センターのびのびひろば ☎40 5925  
杉並児童相談所 ☎03 5370 6001

虐待により幼い命が奪われる痛ましい事件が後を断ちません。その背景には親としての葛藤や孤立感、子どもの発育への不安、経済的、社会的要因などさまざまなものがあります。問題を一人で抱え込まないで、子どもを愛したくても愛せない、怒鳴るのがやめられないなど、虐待で傷ついているのは子どもだけではありません。問題を一人で抱え込まず、お気軽に電話してください。親子の SOS を聴いた方へ、子どもをたたく音や叫び声がよく聞こえる、服や体が異

「子育ては」と同じくらいおもしろい特別公開講座 三鷹市地域家庭教育支援推進協議会・市教育委員会共催  
講師はアフタフバーバン代表の北島尚史さん。  
あそび心が世界を変える！子どもの時間を生きるといこう！  
対象は子育て中の方  
11月28日(火)午前10時～正午、社会教育会館で。  
当日、直接会場へ。先着25人。  
物語をあそび！！くうちょうぱつ劇場(親子講座)  
対象は2歳以上の未就学のお子さんと保護者  
12月5日(火)午前10時～正午、社会教育会館で。

午、社会教育会館で。  
11月20日(月)～24日(金)に社会教育会館 ☎49 2521へ直接または電話で申し込み。定員親子20組  
平成19年度保育園入園案内  
市外の保育園への入園の申し込み  
12月1日(金)から土・日曜日、祝日を除く、子育て支援室市役所4階(4番窓口)で。  
各市区町村で締切日が異なりますので必ず確認し、なるべく12月8日(金)までにお申し込みください。  
障がい児保育の申し込み  
対象は障がいの程度が中程度で、市立保育園での集団保育が可能な0～5歳の児童。通園可能な保育園は、市で指定させていただきます。  
11月30日(木)～12月6日(水) (土・日曜日を除く)、子育て支援室市役所4階(4番窓口)で。  
障がい児(者)に関する各種相談・指導は北野八比ネセンター ☎48 6331で行っています。  
市内の保育園への入園(転園)の一斉申し込みは平成19年1月5日(金)～11日(木)です。

くわしくは「保育園入園案内(12月発行)」みたか子育てわっと ☎ http://www.kosodate.mitaka.ne.jp をご覧ください。  
↓同室 ☎内線2662  
三鷹市精神保健福祉相談  
毎月第1木曜日午後1時30分～3時、総合保健センター  
事前に同センター ☎46 254へ申し込み。  
育児学級・乳幼児の事故防止について  
対象は3歳までのお子さんをもち保護者、乳幼児の事故の特徴をつかんで、事故防止に努めましょう。  
平成19年1月11日(木)午前10時～正午、総合保健センター  
講師は市立南浦東保育園看護師 母子手帳持参。保育あり(おむつ・タオルなどを持参。お座りのできないお子さんの保育はできません。また保護者の方と一緒に講義に参加することはできません)。  
12月3日(日)(消印有効)までに往復はがきに「育児学級希望」・受講希望者の氏名・住所・電話番号・保育希望の有無(希望の方はお子さんの名前と年齢)・返信先を記入し、〒181 0004 新川6-35 28総合保健センターへ申し込み。定員30人(申込み多数の場合は抽選)。保育定員30人。  
↓同センター ☎46 325

講師は東京都老人総合研究所 介護予防区町村サポートセンター 客員研究員で歯科衛生士の関口晴子さん。  
11月20日(月)から総合保健センター ☎46 3254へ申し込み。先着30人。  
多摩府中 保健所  
☎042-362-2334  
思春期相談 12月1日(金) 午前9時30分～正午、アルコール相談 12月11日(月)午後2時～4時、精神保健医療相談 12月15日(金)午後2時～4時  
事前に同保健所へ電話で申し込み。相談場所は武蔵野三鷹地域センター(旧三鷹武蔵野保健所)または総合保健センター。申し込みの際は必ず場所をご確認ください。  
相談日以外でも、保健師が相談に応じています(要予約)。

務あり) 応募資格 いずれも平成19年4月1日現在で、保育士資格を有する45歳未満の方(資格取得見込可・経験者・幼稚園教諭免許のある方歓迎)。看護師または保健師資格を有する45歳未満の方(臨床経験のある方)。管理栄養士または栄養士資格を有する40歳未満の方(業務経験必須)。45歳未満の方(業務経験必須、調理師・栄養士等有資格者歓迎)  
給与・待遇 17万700円から、18万9千200円から、15万4千800円から。交通費全額支給、社会保険・賞与などあり。  
採用日 平成19年4月(事前研修期間あり)  
応募方法などくわしくは三鷹市社会福祉事業団 ☎44 211(土・日曜日、祝日を除く、午前9時～午後5時) ☎ http://www.mitaka.or.jp/

### ご利用ください、市の託児サービス

一時保育 対象は生後3カ月～就学前児。午前8時～午後10時、1時間単位で利用可。  
トワイライトステイ 対象は小学生。午後1時～10時(学校休業日は午前8時から)、1時間単位で利用可。  
育児支援ヘルパー 産後3カ月および特に支援が必要な方の家事支援・託児サービス。  
ファミリーサポートセンター 市民同士による子育てのお手伝い(保育園送迎、託児など)。  
緊急一時保育 親が入院、出産、病気などの場合の公立保育園での保育(15日を限度)  
子どもショートステイ お母さんが入院、出産、病気などの場合の宿泊を伴う預かり(7泊を限度)は託児の理由は問いません。  
くわしくはのびのびひろば ☎40-5925 またはみたか子育てわっと ☎ http://www.kosodate.mitaka.ne.jp をご覧ください。

親子ひろば「くちくちひろば」・「ハミング」で保健師などの出張相談を行います。  
子ども家庭支援センター相談員や保健師による子育て三講演や相談会。  
12月1日(金)「くちくちひろば(新川1) 10 20」  
12月2日(土)「ハミング(大沢2) 2 52」  
沢台保育園内)で、いずれも午前10時～正午、直接会場へ。



ワクチンの接種も必要となります。肺炎球菌は80種類以上の型に分類されていますが、現在使用している肺炎球菌ワクチンには23種類の肺炎球菌の菌体成分の一部が含まれており、肺炎球菌感染の約80%を予防できるとされています。また、近年、抗生物質の効かない耐性菌として問題となっているペニシリン耐性肺炎球菌に対しては、インフルエンザワクチン接種すると約4週間後には有効な免疫が得られ、その効力は少なくとも

5年以上持続します。主な副作用は注射部位の軽度の腫れや痛み、軽度の発熱程度です。インフルエンザワクチンの接種とは1週間以上間隔を空ければ接種可能です。  
冬期には肺炎で亡くなる方が増加します。65歳以上の高齢者、慢性呼吸器疾患、心臓病、腎臓病、糖尿病などの基礎疾患のある方は、インフルエンザワクチンの接種とともに肺炎球菌ワクチンの接種をお勧めします。  
↓三鷹市医師会 ☎47 215

募集  
市立ちどりこども園、西野保育園で職員を募集職種 保育士9人、看護師(1人)、栄養士(1人)、調理員2人  
勤務場所 ちどりこども園または西野保育園、ちどりこども園  
勤務日 原則として月～金曜日の週5日40時間勤務(ロテーションにより土曜日勤務あり)  
募集資格 保育士は平成18年4月1日現在50歳未満で、正・准看護師で臨床経験3年以上の方、ホームヘルパー2級以上の方、介護福祉士またはホームヘルパー1級の方(要運転免許)。ホームヘルパー2級以上の方、勤務場所 老人保健施設はないけど、ヘルパー1ステーションはないけど(卒礼6 12 30人) 市内の高齢者宅など。  
くわしくは同事業団(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時) ☎44 5211 ☎ http://www.mitaka.or.jp/

### 健康コラム

## 肺炎球菌ワクチンの話

肺炎球菌ワクチンという予防接種をご存じでしょうか。肺炎は古くから致死的な疾患として有名ですが、現在でもがん、心臓病、脳血管疾患に次いで日本人の死因の第4位となっています。  
肺炎の原因として最も多いのが肺炎球菌です。抗菌剤の発達により健康な成人に発症した肺炎は、外来治療のみでも完治することが可能となりました。しかし、高齢者や基礎疾患をもっている方では死に至ることも少なくありません。  
肺炎球菌自体はどこにでもあ

る普通の菌で、気道に侵入しても健康な人の正常な気管支では自然に排せつ、殺菌されるため肺炎には至りませんが、風邪やインフルエンザで気管支粘膜に炎症がおきていたり、高齢者や基礎疾患のある方で抵抗力が低下していると気管支粘膜の細胞内で増殖し、気管支炎、肺炎を発症してきます。このため肺炎の予防には普段からのうがい、手洗いで風邪を予防したり、インフルエンザワクチン接種することが重要です。高齢者や基礎疾患のある方は重症化

することが多いため、肺炎球菌ワクチンの接種も必要となります。肺炎球菌は80種類以上の型に分類されていますが、現在使用している肺炎球菌ワクチンには23種類の肺炎球菌の菌体成分の一部が含まれており、肺炎球菌感染の約80%を予防できるとされています。また、近年、抗生物質の効かない耐性菌として問題となっているペニシリン耐性肺炎球菌に対しては、インフルエンザワクチン接種すると約4週間後には有効な免疫が得られ、その効力は少なくとも

5年以上持続します。主な副作用は注射部位の軽度の腫れや痛み、軽度の発熱程度です。インフルエンザワクチンの接種とは1週間以上間隔を空ければ接種可能です。  
冬期には肺炎で亡くなる方が増加します。65歳以上の高齢者、慢性呼吸器疾患、心臓病、腎臓病、糖尿病などの基礎疾患のある方は、インフルエンザワクチンの接種とともに肺炎球菌ワクチンの接種をお勧めします。  
↓三鷹市医師会 ☎47 215

市民健康講座 口腔ケア「食べトレ体操」  
口腔ケアは、介護予防の第1歩!「食べるためのトレーニング体操」で、お口と喉を鍛えおしく楽しい食事とインフルエンザ予防を!  
12月5日(火)午後1時30分～3時、総合保健センターで。



募集  
市立ちどりこども園、西野保育園で職員を募集職種 保育士9人、看護師(1人)、栄養士(1人)、調理員2人  
勤務場所 ちどりこども園または西野保育園、ちどりこども園  
勤務日 原則として月～金曜日の週5日40時間勤務(ロテーションにより土曜日勤務あり)  
募集資格 保育士は平成18年4月1日現在50歳未満で、正・准看護師で臨床経験3年以上の方、ホームヘルパー2級以上の方、介護福祉士またはホームヘルパー1級の方(要運転免許)。ホームヘルパー2級以上の方、勤務場所 老人保健施設はないけど、ヘルパー1ステーションはないけど(卒礼6 12 30人) 市内の高齢者宅など。  
くわしくは同事業団(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時) ☎44 5211 ☎ http://www.mitaka.or.jp/