

「ねんきん特別便」が届いたら必ず回答を

社会保険庁発行の「ねんきん特別便」が届いたら、記録漏れなどを確認し回答をご返送ください。また、年金受給中の方で訂正がある場合は、武蔵野社会保険事務所にご連絡ください。

☎武蔵野社会保険事務所 ☎56-1411・ねんきん特別便専用ダイヤル ☎0570-058-555(IP電話、PHSからは ☎03-6700-1144)

国民健康保険「医療費のお知らせ」を送付します

国民健康保険に加入している方がいる世帯主の方に、1月24日(木)に「医療費のお知らせ」を送付します。これは医療機関などの請求に基づき、昨年9月に受診した内容(柔道整復師については昨年10月に請求を受けたものが対象)をお知らせし、医療費への理解とともに健康の大切さについて関心を高めていただくための参考としてお送りするものです(手続きなどの必要はありません)。

☎保険課 ☎内線2388



東児童館 乳幼児事業のお知らせ

わくわくランド(乳幼児の遊び広場)
☎1月21日(月)・25日(金)、2月1日(金)の午前10時～正午

ひよこランド(0・1歳の遊び広場)
☎1月23・30日の水曜日午前10時～正午

☎いずれも当日会場へ
げんきクラブで遊ぼう「節分集会」
☎2歳以上のお子さんと保護者
☎1月31日(木)午前10時～11時30分
¥30円(当日集金)
☎☎1月21日(月)～25日(金)に同館 ☎44-2150へ

ご覧ください 小学校図画工作展

市立小学校の児童が製作した代表作品を展示します。
☎市立小学校教育研究会、市教育委員会
☎1月23日(木)～26日(土)の午前9時30分～午後5時(26日は午後3時まで)
☎芸術文化センター
☎期間中会場へ
☎南浦小(宮崎) ☎44-6385

西児童館 乳幼児のあそびひろば

ちびっこの日
☎開館日の午前9時～午後1時
サークルタイム
☎月～土曜日の午前11時30分から
ちびっこの日スペシャル
☎スーパー風つくり=1月24日(木)午前10時30分から、1月生まれの誕生会=1月29日(火)午前11時30分から、ちびっこ豆まき大会=2月1日(金)午前11時から
☎いずれも当日会場へ
☎同館 ☎31-6039

むらさき子どもひろば 1月の行事(乳幼児対象)

のびのび王国(0歳～就学前)
☎月～金曜日の午前9時～11時
ルンルンばぶるん(0～1歳前半)
☎月～金曜日の午前10時30分～10時40分
つどい
☎月～金曜日の午前11時～11時15分
スーパーのびのび王国
☎青空ひろば=1月25日(金)、親子ひろば=1月26日(土)、いずれも午前11時～11時45分(は11時30分まで)

☎いずれも当日会場へ ☎同ひろば ☎49-5500
むらさき子どもひろば 一輪車教室

☎小学生
☎1月25日(金)午後3時15分～4時30分(受付は3時30分まで、雨天中止)
☎所 四小校庭
☎当日会場へ
☎同ひろば ☎49-5500

ワークショップ ふゆのこどもアートクラブ

☎三鷹市美術ギャラリー
☎小学生、20人(申込多数の場合は抽選)
☎冬空にえがこう!=1月27日(日)午後1時～3時、みのむしさんのかくれんぼ=2月17日(日)午後0時30分～3時
☎所 芸術文化センターおよびその周辺、公園または芸術文化センター
¥いずれも1,000円
☎☎1月21日(月)(必着)、2月7日(木)(必着)までに参加希望ワークショップ名「冬の空、またば、みのむし」を記入し往復はがきまたはファクスで「〒181-0013下連雀3-35-1三鷹市美術ギャラリー」・☎79-0030へ

すくすくひろばの育児講座

ベビーマッサージ
☎市内在住の12カ月未満のお子さんと親で、この講座を初めて受ける方
☎1月30日(水) 6～12カ月未満児=午前10時30分～正午、6カ月未満児=午後1時30分～3時
ベビーサイン
講師はNPO法人日本ベビーサイン協会の方。
☎3カ月～1歳のお子さんと親
☎2月5日(火) 午後1時30分～2時、午後2時15分～2時45分
☎☎いずれも1月21日(月)午前10時から同ひろば ☎45-7710へ
すくすくひろば 節分鬼のお面作り
☎2月1日(金)午前10時～正午、午後2時～3時30分
☎当日会場へ
☎同ひろば ☎45-7710

中学生による 薬物乱用防止ポスター展

市内中学生から募集した薬物乱用防止ポスターの入選作品を展示します。



☎東京都薬物乱用防止推進三鷹地区協議会
☎2月4日(月)～8日(金)午前9時～午後5時
☎市役所1階市民ホール
☎当日会場へ
☎生涯学習課 ☎内線3312
双子の親の交流会 ☺

☎就学前の双子(または三つ子)のお子さんの保護者16人(先着制)、保育18人
☎2月4日(月)午前10時～11時30分
☎所 総合保健センター
☎☎同センター ☎46-3254へ
離乳食後期講習
☎市内在住の9～11カ月児の保護者(赤ちゃん同伴可) 12人(先着制)
☎2月4日(月)午後2時～3時
☎所 井口コミュニティーセンター
☎☎1月21日(月)午前10時から直接または電話ですくすくひろば ☎45-7710へ

乳幼児健康相談

保健相談、助産師相談、栄養相談、歯科相談、計測を行います。
☎4歳未満のお子さんの親
☎相談=2月6日(水)午後1時15分～2時15分・19日(火)午前9時～10時、3月5日(水)午後1時15分～2時15分・18日(火)午前9時～10時、計測=2月25日、3月24日の月曜日午前9時～10時30分
☎所 総合保健センター
☎物 母子手帳(歯科相談の方は歯ブラシも)
☎当日会場へ
☎同センター ☎46-3254

みたかファミリーサポートセンターの援助会員養成講習

☎援助会員になり、育児サービスの提供(有償)ができる市民
☎2月8日～22日の毎週金曜日午後1時30分～4時30分
☎所 三鷹産業プラザ、すくすくひろば 22日のみ)
☎☎1月31日(木)までに往復はがきまたは電話で「〒181-0013下連雀4-19-6子ども家庭支援センターすくすくひろばファミリーサポートセンター」・☎76-6817へ
保育ボランティア養成講座

保育ボランティアのマナーや活動場所の紹介、保育体験など。
☎みたかボランティアセンター、子育てヘルパー遊 ぎっず倶楽部
☎20人(先着制)
☎2月9日～23日の毎週土曜日午前10時から(全3回)
☎所 みたかボランティアセンター、市民協働センター
☎☎みたかボランティアセンター ☎76-1271へ

すくすくひろば 年齢別あそびましょ

うさぎぐみ=魚つりあそび
☎平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれのお子さん
☎2月14日(木) 午前10時15分～11時15分、午前11時30分～午後0時30分
☎☎1月31日(木)から直接または電話で同ひろば ☎45-7710へ
ぞうぐみ=粘土であそぼう
☎平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれのお子さん
☎2月21日(木) 午前10時15分～11時15分、午前11時30分～午後0時30分
☎☎2月7日(木)午前10時から直接または電話で同ひろば ☎45-7710へ

コーチング講座 「こどもの自立心を育む コーチング&仲間づくり」☺

講師はコミュニケーション・ファーム代表の高野まゆみさんほか。
☎市、コミュニケーション・ファーム
☎子育て中の父母およびプレママ(妊娠中の方)で全回出席できる方30人(先着制)、保育(1歳～未就学児)8人(先着制)
☎2月15日～29日の毎週金曜日午前10時～正午(全3回)
☎所 市民協働センター
¥3,000円
☎☎氏名・連絡先・お子さんの年齢を記入し市民協働センター ☎46-0048・☎46-0148・☎kyoudou@collabo-mita.ka.jpへ(保育の希望は2月4日(月)まで)
認可保育園第一次選考内定者の公表と二次募集

平成20年度の内定者の公表
子育て支援室の特設電話 ☎内線2652・2653で、第一次選考の内定状況の問い合わせにお答えします。
☎一斉受付期間中(1月8日～14日)に申し込みの方
☎2月18日(月)・19日(火)の午前9時～4時

30分(正午～午後1時を除く)
内定の可否は別途通知を郵送します。
二次募集の受付
各保育園の二次募集の状況を、2月20日(水)から子育て支援室(市役所4階44番窓口)に掲示します。募集状況は日々変わりますので、ご確認ください(電話での問い合わせも可)
☎申込済で希望園の変更をされる方、新たに新年度入園をご希望の方
☎2月29日(金)午後5時までに子育て支援室へ
第一次選考で内定しなかった方は、希望園で追加募集があった場合、自動的に二次選考の対象になりますので、申し込みは不要です。
二次募集の内定の発表は3月10日(月)の予定です。内定者には別途連絡します。
☎同室 ☎内線2662



医療費控除、障害者控除の証明書を発行します

おむつにかかる費用の医療費控除と、65歳以上で障害者手帳などがない方の障害者・特別障害者控除の確定申告の手続きに使用する証明書を発行します。いずれも要件があります。くわしくは、高齢者支援室 ☎内線2623へ。
家具転倒防止器具取付事業をご利用ください

地震などの災害に備えて、家庭の家具に転倒防止器具(つっぱり棒・下敷マット・L字型金具)を1世帯5カ所まで無料で取り付けます。
☎市民税所得割非課税世帯の方(平成18年度税制改革で課税世帯になった場合には支給対象となることがあります)で、65歳以上の高齢者のみの世帯(60歳以上の同居親族がいる場合も可)、4級以上の身体障害者手帳または4度以上の愛の手帳をお持ちの方がいる世帯で、ほかに器具の取り付けができる方がいない世帯
賃貸住宅にお住まいの方は家主の承諾が必要な場合があります。
☎☎高齢者支援室(市役所1階13番窓口) ☎内線2627へ



こもれび ほっと・サークル 「フラダンスを踊ってみませんか」
講師は西澤優子さん。
☎60歳以上の方20人
☎1月23日(水)午後1時30分～3時30分
☎所 三鷹駅前コミュニティセンター
¥500円
☎☎こもれび事務局 ☎42-4471へ

介護者移動談話室

日ごろの介護疲れをリフレッシュしましょう。
☎在宅などで高齢のご家族を介護している市民の方、または要介護者が亡くなってから1年以内の介護経験者60人(申込多数の場合は抽選)
☎☎2月26日(火)午前8時15分、市役所集合～中央卸売市場・築地市場(買物)～東京湾ヴァンティアンクルーズ(昼食)～湯島天神(梅まつり)～午後5時帰着予定
¥2,000円
☎☎1月24日(木)～31日(木)の平日に社会福祉協議会 ☎79-3505へ