

健康

ご注意ください! 40~74歳の方の健康診査の制度が変わりました

今年4月からの特定健診の導入に伴い40~74歳の方の健康診査が変わりました。今までどおり市の無料健康診査を受診できるのは、三鷹市の国民健康保険に加入している方のみです。会社の健康保険に加入している方(国保組合に加入している方を含む)およびその扶養家族の方の健康診査は、保険者(保険証を発行している機関)が行います。詳しくは各保険者にお問い合わせください。

16~39歳の方は、加入保険の種類にかかわらず申し込みにより市の無料健康診査を受診できます。

75歳以上の方には、すでに市から健康診査の通知をお送りしています。

☎健康推進課☎46-3254

多摩府中保健所

10月の食品衛生出張窓口

食品関係営業許可の更新申請受付と食品衛生の相談受付。

☎10月23日(木)午後1時30分~3時

☎総合保健センター

☎当日会場へ

☎多摩府中保健所武蔵野三鷹地域センター☎54-2209

催し

リサイクル市民工房

粗大ごみからの掘り出し物

☎展示・受付=10月11日(土)~18日(土)、抽選会=10月19日(日)午前11時から

☎同工房

☎申込時に結果通知用の官製はがきを持参。当選者は抽選日の翌日曜日までに手続きし、当選品を持ち帰ってください。

☎同工房☎34-3196

おもちゃの病院

☎消費者活動センター運営協議会

☎☎リサイクル市民工房=10月11・25日の土曜日、消費者活動センター=10月15日(木)、いずれも午後1時~3時、消費者活動センター「くらしフェスタINみたか第38回みんなの生活展」会場=10月24日(金)、25日(土)、午前10時~午後4時(25日は3時まで)

☎☎特殊部品などの交換は有料

☎☎期間中会場へ

☎☎同センター☎43-7874・同協議会☎41-0510

不要になったTシャツからエコ布ぞうり作り

☎☎8人

☎☎10月16日(木)午後1時~3時45分

☎☎リサイクル市民工房

☎☎物 大人用Tシャツ2枚、筆記用具、はさみ

☎☎10月9日(木)(必着)までに往復はがきに必要事項(11面参照)を記入し「ごみ対策課Tシャツからエコ布ぞうり担当」へ(申込多数の場合は抽選)

☎☎ごみ対策課☎内線2535

マイバッグキャンペーン

市内12カ所のスーパーマーケット店頭で、マイバッグを配布します。レジ袋削減にご協力をお願いします。

☎☎配布店舗

☎☎10月16日(木)午後4時~5時

☎☎いなげや三鷹牟礼店、京王ストア野崎店、コープとうきょう牟礼店、コモディ

イダ三鷹店、西友三鷹牟礼店、東急ストア三鷹センター店

☎☎10月22日(水)午前11時~正午

☎☎いなげや三鷹下連雀店、Odakyu OX三鷹台店、グルメシティ三鷹中原店、コープとうきょう下連雀店、サミット三鷹市役所前店、丸正三鷹駅前店

☎☎無くなり次第終了します。

☎☎ごみ対策課☎内線2533

おとなが楽しむおはなし会

☎☎三鷹市文庫連絡会、わたげの会、三鷹市立図書館

☎☎100人(小さいお子さんの来場はご遠慮ください)

☎☎10月17日(金)午後7時~8時30分(6時30分開場)

☎☎三鷹駅前コミュニティセンター

☎☎当日会場へ(先着制)

☎☎三鷹図書館(本館)☎43-9151

第24回連雀コミュニティまつり

☎☎連雀地区住民協議会

☎☎10月18日(土)・19日(日)午前10時~午後4時30分(19日は3時30分まで)

☎☎連雀コミュニティセンター

☎☎期間中会場へ

☎☎同センター☎45-5100

第598回三鷹市文化財めぐり

「奥上州、天狗の弥勒寺と周辺の史跡へ」

☎☎三鷹市文化財めぐりの会

☎☎45人

☎☎10月19日(日)午前7時市役所出発(雨天決行) 迦葉山弥勒寺(大天狗)~桂昌寺~田圃プラザ~雲谷寺~孝養寺~白佐波神社ほか

☎☎7,200円(昼食代、保険料などを含む)

☎☎10月6日(月)午前9時30分から会費を添えて芸術文化協会(社会教育会館内)へ(先着制)

☎☎高橋☎45-1374

第15回駅前コミュニティまつり

☎☎三鷹駅周辺住民協議会

☎☎10月25日(土)、26日(日)午前10時~午後4時(26日は3時まで)

☎☎三鷹駅前コミュニティセンター

☎☎期間中会場へ

☎☎同会☎71-0025

東京文化財ウィーク2008

【企画事業】

史跡玉川上水散歩

相原悦夫さんの解説で、散策しながら学びます。

☎☎20人

☎☎10月26日(日)午前9時30分~正午

☎☎10月15日(水)までに往復はがきに必要事項(11面参照)を記入し「〒181-8505三鷹市教育委員会生涯学習課」へ(申込多数の場合は抽選)

【公開事業】

出山横穴墓群第8号墓

☎☎11月1日(土)~9日(日)午前9時30分~午後4時(5日(水)は休館)

☎☎出山横穴墓群第8号墓公開施設(大沢2-1097-1)

出山遺跡出土注口土器

☎☎11月4日(火)~8日(土)午前9時~午後4時30分

☎☎遺跡調査会事務所(新川3-7-9)

☎☎国際基督教大学泰山荘

☎☎11月1日(土)、2日(日)午前9時~午後3時

☎☎教育区域などへの立ち入りはご遠慮ください。

☎☎車での来場はご遠慮ください。

☎☎国立天文台

☎☎11月1日(土)~9日(日)午前10時~午後5時(入場は4時30分まで)

☎☎車での来場はご遠慮ください。

☎☎いずれも期間中会場へ

☎☎生涯学習課☎内線3316

養育家庭体験発表会

☎☎里親に関心をお持ちの方はぜひご参加を。

☎☎10月31日(金)午後2時から

☎☎三鷹産業プラザ

☎☎のびのびひろば☎40-5925へ(当日参加可。保育は10月24日(金)まで)

みたかさんば会

☎☎三鷹市社会福祉協議会

☎☎在勤を含む市民で55歳以上の方

☎☎11月6日(木)午前10時~正午

☎☎三鷹駅南口歩行者用デッキ上集合~井の頭公園

☎☎物 歩数計(貸し出しあり)

☎☎10月6日(月)~29日(水)(必着)に往復はがきに必要事項(11面参照)と歩数計貸し出し希望の有無を記入し「三鷹市社会福祉協議会さんば会担当」へ

☎☎同会☎42-0404

健康づくり体験学習会

「そば打ち体験」

☎☎三鷹駅周辺住民協議会

☎☎40人

☎☎11月12日(水)午前8時三鷹駅南口出発~JAちちぶそば道場~長瀬ライン下り~秩父市内見学(雨天決行)

☎☎3,500円

☎☎10月15日(水)(必着)までに往復はがきに必要事項(11面参照)を記入し「〒181-0013三鷹駅周辺住民協議会」へ(1枚で2人まで応募可。申込多数の場合は抽選)

☎☎同会☎71-0025

2009年成人おめでとう!

三鷹市成人を祝福するつどい

☎☎1988年(昭和63年)4月2日~1989年(平成元年)4月1日生まれの市民(外国籍の方を含む)

☎☎平成21年1月12日(祝)午後1時~3時30分(0時30分開場)

☎☎三鷹市公会堂、市役所中庭

☎☎招待状(12月初旬郵送予定)を持参し当日会場へ

☎☎生涯学習課☎内線3315

☎☎現在は三鷹市民でない方で、三鷹市での成人式に参加を希望される方は、招待状を送付しますので、ご連絡ください。

講座

ボランティア入門講座

☎☎みたかボランティアセンター

☎☎ボランティア活動に関心のある方10人

☎☎10月15日、12月17日いずれも水曜日午後1時30分~3時30分

☎☎みたかボランティアセンター

☎☎10月22日(水)~12月10日(水)に子育てサロン、高齢者施設、ほのぼのネット活動、ふれあい秋まつりで3回程度のボランティア体験あり。

☎☎10月14日(火)までに同センター☎76-1271・☎info@mitakavc.netへ(先着制)

求職活動支援セミナー

「求職活動は常にプラス思考で進めていきましょう」

☎☎講師はキャリアカウンセラーの神戸弘志さん。

☎☎30人

☎☎10月17日(金)午後1時30分~4時

☎☎市民協働センター

☎☎物 雇用保険受給者は「雇用保険受給者証」

☎☎☎わくわくサポート三鷹☎45-8645・☎45-8646・☎wakuwaku@mitaka.ne.jpへ

☎☎毎週火曜日午後1時~5時に三鷹産業プラザで個別キャリアカウンセリングを行っています。



☎0267-97-3206

☎0267-97-3207

☎http://www.sizennomura.jp/

[体育館・グラウンドなど完備]

JRをご利用の方は、最寄駅(信濃川上駅)まで車で送迎いたします。宿泊申込の際にご予約ください。

秋のイベントが大集合!

第17回滝沢牧場祭

☎☎10月5日(日)午前10時~午後4時(雨天決行)

☎☎滝沢牧場(長野県南佐久郡南牧村野辺山23-1)

☎☎ポール・ラッシュ祭

☎☎~ハケ岳カンティフェア~2008

☎☎10月18日(土)・19日(日)午前10時~午後4時30分

☎☎(財)キープ協会清泉寮(山梨県北杜市高根町清里3545)

☎☎ハケ岳紅葉トレッキング

☎☎10月19日(日)午前9時から

☎☎サンメドウズ清里ハイランドパーク(山梨県北杜市大泉町西井出8240-1)

12月分の優先申し込み(団体分) 15人以上の団体受付は、10月15日(水)午前8時30分から申込用紙に必要事項を記入して「〒384-1406川上村大字原591-362」・☎0267-97-3207へ(郵送の場合は先に電話で仮予約をしてください)

☎☎団体優先申込用紙は(財)川上村振興公社が管理・運営する、自然の村ホームページからダウンロードできます。

第8回

「私のカントリー」フェスタIN清里

☎☎10月25日(土)・26日(日)午前9時~午後4時(26日は3時まで)

☎☎萌木の村(山梨県北杜市高根町清里3545)

☎☎清里まきば冬花火

☎☎11月15日(土)

☎☎清里まきば公園(山梨県北杜市大泉町西井出8240-1)

☎☎そば打ち体験

☎☎11月8日(土)・9日(日)

☎☎三鷹市川上郷自然の村施設内



お申し込み

☎☎宿泊希望日の3日前までに電話(午前8時30分~午後7時30分)・インターネット、ファクスで。

料金(1泊2食付)

☎☎大人3,500円から

☎☎小学生2,400円から

☎☎チェックイン時に現地払い。