

むらさき子どもひろば一輪車教室

小学生

日 12月9日(火)午後3時30分～4時30分
(受付は3時15分～3時30分、雨天中止)

所 四小校庭

申 当日会場へ

※同ひろばに登録していないお子さんは
午後3時15分までに受付へ。

問 同ひろば☎49-5500

西児童館 おはなしおはなし

日 12月9日(火)午後4時～4時30分

所 西社会教育会館

申 当日会場へ

問 西児童館☎31-6039

児童扶養手当を振り込みます

8～11月分の児童扶養手当を、12月10日(水)に指定預金口座に振り込みで支給します。利用金融機関によっては2～5日程度入金が遅れる場合があります。

問 子育て支援室☎内線2676

むらさき子どもひろば12月の行事

◆げんきっ子ランド

人 0歳～就学前

日 月～金曜日の午前9時～11時15分

◆ほかほかかわらべ

人 1歳以下

日 月～金曜日の午前10時30分～10時40分

◆おひざでだっこのえほんタイム

人 1歳～就学前

日 月～金曜日の午前11時～11時10分

◆かきかきお絵かきタイム

人 2歳～小学生

日 月～金曜日の午後3時～4時15分

◆変身！スペシャルバスター

日 月～金曜日の午前11時15分～11時25分

※スペシャルイベントの日は除く。
※お誕生会希望の方は午前10時30分までに受付へ。

◆今月のスペシャルイベント

①リズムであそぼ！＝12月10日(水)午前11時～11時45分、②おしゃべりルーム＝12月12日(金)午前11時～11時45分、③クリスマス会&12月生れのお誕生会＝12月16日(火)午前11時～11時45分(お誕生日の方は午前10時30分までに受付へ)、④赤ちゃんおしゃべりルーム＝12月18日(木)午前11時～11時45分、⑤親

子ひろば「ゆきだるまマスコット作り」＝12月20日(土)午前11時～11時30分、⑥手型スタンプ＝12月24日(水)・25日(木)午前11時15分～11時30分

人 ③⑤⑥0歳～就学前、①②2歳～就学前、④2歳未満

物 ④バスタオルまたはタオルケット

申 いずれも当日会場へ

※スペシャルイベントの日は「ほかほかかわらべ」、「おひざでだっこのえほんタイム」はお休みします。

申 いずれも当日会場へ

問 同ひろば☎49-5500

東児童館 おもちゃの病院

部品代など実費がわかる場合があります。

日 12月10日(水)午後2時～4時

申 当日会場へ

問 同館☎44-2150

おやこひろば「おやこでよってチョコっとあっぷるーむ」

主 おやこひろば実施協議会、市

人 おおむね0～3歳のお子さんと保護者、プレママ(妊娠中のお母さん)親子10組

日 ①母乳育児＝12月13日(土)午後1時30分～3時30分、②プレママの骨盤ケア＝12月18日(水)午前10時30分～正午、③赤ちゃんの気持ちを感じとろう＝12月20日(土)午後1時30分～3時30分

所 いずれも市民協働センター

料 ①1,500円、②2,000円、③1,000円(いずれも茶菓子付き)

物 ②お持ちの方はトコちゃんベルト

申 問 必要事項(11面参照)とお子さんの年齢・名前を記入し、市民協働センター☎46-0048・FAX 46-0148・E kyoudou@collabo-mitaka.jpへ(先着制)

西児童館

あそぼう！冬まつり2008

お店と遊びのブース、屋台(有料)、映画コーナー、ステージ発表、展示発表など。
日 12月13日(土)午前10時30分～午後4時30分

物 食器、はし、ごみ袋

申 当日会場へ

問 同館☎31-6039

※12月12日(金)は準備のため同館と西社会教育会館は休館します。

西児童館 てづくり教室

大学生と一緒に、いろいろな手づくりを楽しみませんか？

日 12月13日(土)午後2時30分から

申 当日会場へ

問 同館☎31-6039

家庭教育学級

◆「地域を学ぶ・地域を知る・地域に集う～ピナット・トンガトン隊と竹楽器と一緒に演奏しよう」

講師は同隊リーダーの小川純一郎さんほか。

主 市教育委員会、二小、同小PTA

日 12月13日(土)午後2時～4時

所 二小体育館

物 上履き

申 生涯学習課☎内線3316へ

西児童館 乳幼児のあそびひろば

◆ちびっこの日

日 開館日の午前9時～午後1時

◆サークルタイム

日 月～土曜日の午前11時30分から

◆ちびっこの日スペシャル

日 12月生まれの誕生会＝12月16日(火)午前11時30分から

申 いずれも当日会場へ

問 同館☎31-6039

東児童館 子ども忘年会

みんなで見て！遊んで！作って！食べて！今年も最後まで盛り上がろう！

パネルシアター、ゲームコーナー、クリスマスリースが作れる折り紙コーナー、レストランクラブの人が考えたお店など。
日 12月17日(水)午後3時30分～4時30分

申 当日会場へ

問 同館☎44-2150

子どもクリスマス会

イマジンミュージカルのクリスマスミニコンサートと、アニメ映画「くまのいしゃさん」。

主 連雀地区住民協議会

日 12月20日(土)午後1時30分～3時

所 連雀コミュニティセンター

申 当日会場へ

問 同センター☎45-5100

土曜映画会(こども映画祭)「ベースボールキッズ」

人 18歳未満のお子さんと保護者

日 12月20日(土)午後2時30分～4時30分

所 東児童館

申 当日会場へ

問 東社会教育会館☎46-0408

シルバー人材センターの3学期補習教室

人 日 ①小学3～6年生(算数・国語・図工)＝水曜日の午後または土曜日の午前、各回1時間、②中学生(英語・数学・国語)＝土曜日の午後または日曜日の午前か午後、各回1時間20分、いずれも3学期全10回

料 ①1科目9,500円、②1科目11,500円(いずれも10回分)

※週2回教室もあります。

申 問 12月18日(木)までに同センター☎48-6721へ

市公立学校PTA 連合会講演会「豊かな親子関係のために」

講師は親学訓練協会シニアインストラクターの山崎さち子さん。

日 平成21年1月15日(木)①乳幼児～小学生の保護者向け＝午前10時～正午、②小学校高学年～中学生の保護者向け＝午後1時30分～3時30分(両方の受講可)

所 教育センター

※保育室はありません。

申 問 12月19日(金)までに生涯学習課☎内線3316へ

小学校訪問演奏アーティストによる

ニューイヤー・ファミリーコンサート

市内小学校で実施している「訪問演奏」に出演した演奏家たちが、クラシックの名曲やジブリ映画の曲をお送りします。

主 市、市教育委員会

人 市内在住の小学生とご家族(4歳以上から)、託児は1歳から

日 平成21年1月18日(日)午後3時から(開場2時30分)

所 芸術文化センター風のホール

申 12月20日(土)(必着)までに、必要事項(11面参照)・お子さんの学校名と学年・入場希望人数(4人まで)を記入し、はがきまたはファクスで「〒181-0012 上連雀6-12-14 芸術文化センター『ニューイヤー・ファミリーコンサート』係」・FAX 47-6700へ(申込多数の場合は抽選)

※託児受付は平成21年1月8日(木)まで。

問 同センター☎47-5122

小学校入学を控えた保護者の方 就学支援シートをご活用ください

就学支援シートは、幼稚園・保育園・療育機関・家庭でのお子さんの様子や、配慮してきたことなどを小学校へ引き継ぐためのシートです。コミュニケーションがとりにくい、こだわりが強いなどで支援が必要な場合に、小学校ではこの支援シートを活用して具体的な支援を検討します。

人 平成21年4月に市立小学校へ入学するお子さん

申 就学決定後に、在園する幼稚園・保育園へ

問 学務課☎内線3291



高齢者

高齢者入院見舞金

市内に1年以上住んでいる70歳以上の方が、連続して14日以上医療保険で入院した場合、10,000円の入院見舞金を支給します。支給は各年度1回のみで、所得制限があります。

申 ①入院期間を証明できる書類(領収書など)、②本人名義の金融機関の振込口座(ゆうちょ銀行と郵便局を除く)、③印鑑を持参して、入院の日から1年以内に高齢者支援室(市役所1階13番窓口)へ
問 同室☎内線2627

手荒れ

健康コラム

そろそろ寒くなって、手荒れのひどくなる季節になってきました。一口に手荒れと言っても、さまざまな病気が重っていることは意外と知られておらず、手のひらがガサガサしたり、かゆくなったりした時に、単なる手荒れと言われることがほとんどです。では、その「手荒れ」の本当の姿は、どういったものなのでしょう？

手荒れの初期の段階では、手が乾燥し軽度にかさついてきます。この時、皮膚では皮脂膜がなくなり、角層の脱落が始まっています。皮脂膜とは、人の皮膚を覆う一層の膜で、皮膚を乾燥やいろいろな刺激から守っています。角層は何層にも重なるケラチンという物質からできた構造体で、皮膚の中にいろいろな物質が侵入してこないようにバリアーの役割を担っています。ところが、この皮脂膜は水やお湯でも簡単になくなってしまうので、もちろんそこをせっけんや合成洗剤、ハウスケア用品などを素手で使用すれば、ひとつまみもありません。この皮脂膜がなくなることにより、角層から水分が蒸発し、より一層の乾燥にさらされると、角層は剥離はくりしやすくなり、さらに皮膚の弾力性が失われ、亀裂を生ずるようになります。こうなると皮膚からいろいろな刺激物質が侵入し炎症をおこすようになります。刺激となる物質は植物や土壌、食材や化学物質などいろいろでももちろん洗浄剤も入りますので、さらにバリアーは破壊され悪化の一途をたどります。

いずれにしろ、これらを防ぐには、作業の際に必ずゴム手袋をすることですが、ゴムや合成ゴム、塩化ビニールなどのかぶれを防がなくてはなりませんので、ゴム手袋が直接皮膚に触れないように中に必ず綿の手袋をしてください。ハンドクリームなどでの十分な保湿は言うまでもありません。ひどいと思ったら、医療機関に受診しましょう。

問 三鷹市医師会☎47-21155

「広報みたか」11月16日発行の健康コラム「お子さんの歯の健康は生活習慣から」で、問い合わせ先を「三鷹市医師会」と掲載しましたが、正しくは「三鷹市歯科医師会」でした。お詫びして訂正します。

三鷹短歌会 十月の秀歌 選評 金田義直

目の前にトンボの群れの飛び交ひて蟬鳴きをれし秋しのび寄る
〔評〕自然の推移がトンボの乱舞によって描き出されている。トンボは赤トンボだろう。今年は暑かっただけに、秋が待たれるのだ。我が胸にその風貌を刻みたり伊藤和也さんテロに驚る。八島晴夫
〔評〕テロの銃弾に舞った伊藤さんへの挽である。ヒゲ面ではあるが人懐っこい残る風貌とともに、テロ許すまじの思いを胸奥に刻み込んだ作者なのだ。
秋の氣を運ぶ朝風ガラス戸に光の玉をちかちかゆする
〔評〕爽やかな秋の氣が感じられる一言。光の玉は朝の日を透かして輝く本調子だろう。「ちかちかゆする」は美感そのもの。よく聴いて、校友会誌の記事で目を引くは暴れん坊のその後の人生。葛島茂春
〔評〕不思議なもので、想い出るのは優等生よりも、悪魔鬼の暴れん坊。こつしていいかなあ。と思う作者に共感。校友会誌はそんな作者との架け橋なのだ。想いが現れた面白一言だ。

三鷹俳句会 十月の秀句

選者 飯田八斗

懐かしき里の藪蔵むかご飯
炊き出しの地震(なじ)の飯屋の今年米
新米研ぐ三粒を拾ふ母のゐて
新米の熱き光を握りけり
北信の五岳が守る秋豊か
根岸操
田山光起
喜瀬さち子
岡田幸子
大和田慈子
秦美佐子
種市与作
山田みちを