

消費者活動センター、三鷹駅前地区公会堂の施設貸出中止

消費者活動センターと三鷹駅前地区公会堂は、東京都議会議員選挙の「第二期日前投票所」となるため、7月1日(水)～14日(火)に会議室などの貸出ができなくなります(消費者活動センターの施設使用申請受付と消費者相談窓口は通常通り開設)。

☎同センター☎43-7874

ご覧ください 選挙人名簿

6月1日(月)現在で選挙人名簿に登録される方を、6月2日(火)に名簿に登録し縦覧します。また今年の3月3日以降に新たに在外選挙人名簿に登録された方の名簿も縦覧します。

①20歳になって初めて登録される方(平成元年3月3日～平成元年6月2日に生まれた方で、今年の3月1日以前に住居届出をし、6月1日(月)現在引き続き住民基本台帳に登録されている方)、②他市区から転入し登録される方(平成元年6月2日以前に生まれた方で、昨年12月2日から今年の3月1日までに転入届出をし、6月1日(月)現在引き続き住民基本台帳に登録されている方)

☎6月3日(水)～7日(日)午前8時30分～午後5時
所 選挙管理委員会事務局(市役所第三庁舎、6日(土)・7日(日)は休日受付窓口)

☎期間中会場へ

☎同事務局☎内線3033

計量器(はかり)の定期訪問検査

東京都計量検定所調査員が事業所などを訪問します。

① 商店での取引や学校・病院などで計量器(はかり)を使用する事業者(事前にはがきで通知)

☎6月11日(木)～29日(月)

☎東京都計量検定所検査課☎03-5470-6638

税金

家屋調査にご協力を

平成22年度固定資産税・都市計画税の課税のため家屋の現況調査を行っています。平成21年1月2日以降に新築および増築された家屋については、事前連絡のうえ市職員(固定資産評価補助員)が室内の間取りなどを確認に伺いますのでご協力ください。

なお取り壊した家屋があるときは、法務局(登記所)への届け出とともに、資産税課☎内線2365へご連絡ください。



国保・年金

「ねんきん定期便」は届きましたか

社会保険庁では、4月から国民年金保険料の納付実績や年金受給見込額などを記載した「ねんきん定期便」を、被保険者の誕生日にお送りしています。

定期便が届いたら、記載内容に漏れや誤りがないかご確認ください。訂正が必要な場合は同封の「年金加入記録回答票」に記入しご返送ください。

「年金加入記録回答票」の色が水色の方、58歳になる方は、必ずご回答ください。
☎ねんきん定期便専用ダイヤル☎0570-058-555・武蔵野社会保険事務所☎56-1411

年金からの国民健康保険税や後期高齢者医療保険料の引き落としを口座振替に変更できます

①口座振替を希望する口座の内容が分かるもの(通帳など)と、その金融機関届出印を持参し保険課(市役所1階9番窓口)へ
※8月の年金からの引き落とし中止を希望される方は、5月29日(金)までに申請してください。
※すでに変更手続きがお済みの方は、新たな申請は不要です。

☎同課☎内線2382(国民健康保険税)・☎内線2392(後期高齢者医療保険料)

子育て・教育

私立小・中学校等の児童・生徒の保護者補助金申請を受付中

①平成21年5月1日現在、私立小・中学校など(小・中学校に相当する外国人学校を含む)に在籍している児童・生徒の保護者で、市の住民基本台帳または外国人登録原票に記載のある方

◆補助金額 児童・生徒1人につき年額9,000円

☎☎6月12日(金)までに各学校にある所定の書類に記入し在籍証明を受けて、学務課(教育センター1階)または市政窓口へ。学校に書類がない場合は同課☎内線3234へ

※振込指定口座の名義が申請者(保護者)と異なる場合は、委任状が必要です。

東児童館 子ども夏まつり実行委員

①小学4～6年生20人

☎第1回実行委員会=6月3日(水)午後3時～4時30分、夏まつり=8月26日(水)・27日(木)

☎5月28日(木)～6月2日(火)に直接同館へ(先着制)

☎同館☎44-2150



東児童館 乳幼児事業

◆わくわくランド(乳幼児の遊び広場)

☎5月18日(月)・22日(金)・25日(月)・26日(火)・29日(金)午前10時～正午

◆ひよこランド(0・1歳の遊び広場)

☎5月20・27日の水曜日午前10時～正午

◆わくわくランドスペシャル

「ミニ運動会」

☎5月19日(火)午前11時から

☎いずれも当日会場へ

☎同館☎44-2150

むらさき子どもひろば

5月後半の行事

◆げんきっ子ランド

①0歳～就学前

☎月～金曜日午前9時～10時50分

◆みんなであそぼ

①0歳～就学前

☎月～金曜日午前11時～11時30分

※スペシャルイベントの日はお休みします。

◆かきかきお絵かきタイム

①2歳～小学生

☎月～金曜日午後3時～4時15分

◆変身!スペシャルパースデー

☎月～金曜日午前11時20分～11時30分

※18日(月)～22日(金)・27日(水)・29日(金)は除く。
※お誕生会希望の方は午前10時45分までに受付へ。

◆今月のスペシャルイベント

①③④0歳～就学前、②0～1歳6カ月、⑤1歳6カ月～就学前

☎①おそとでお絵かきランド=18日(月)午前11時～11時30分、②なかよしカエルのブランコ作り&赤ちゃんパースデー=20日(水)午前11時～11時30分、③手型スタンプ=21日(木)・22日(金)午前11時～11時30分、④にこにこキッズ=27日(水)午前10時45分～11時30分、⑤春のうんどうかい&2歳からのパースデー=29日(金)午前11時～11時45分

☎①足や体をふくタオル、②作品を入れる袋とバスタオルまたはタオルケット、⑤汗ふきタオル、飲み物、帽子

☎④のみ牟礼コミュニティセンター

☎☎同ひろば☎49-5500へ

西児童館 乳幼児のあそびひろば

◆ちびっこの日

☎午前9時～午後1時

◆サークルタイム

☎月～土曜日午前11時30分から

◆ちびっこの日スペシャル

☎梅雨になる前の運動会=6月3日(水)午前11時から

☎いずれも当日会場へ

☎同館☎31-6039

かがくあそび

講師は科学よみもの研究会の坂口美佳子さん。

☎井の頭地区住民協議会

①幼稚園年長児(保護者同伴)、小学生25人

☎①年長・小学生(低学年)=6月6・20日の土曜日午後2時～4時、②小学生=6月27日、7月11日の土曜日午後2時～4時

☎井の頭コミュニティセンター本館

☎200円(2回分)

☎☎5月19日(火)～26日(火)に同センター☎44-7321へ(申込多数の場合は抽選)

親子ふれあい

ちびっ子農業体験・田植え

☎ほたるの里・三鷹村

①小学生以上のお子さんと保護者200人

☎6月7日(日)午前10時から(前日と当日が雨天の場合は中止)

☎野川の相曾浦橋付近の三角公園(大沢2-17)

☎当日会場へ

☎同事務局☎090-4171-3070



ベビーマッサージ

①市内在住の10カ月未満のお子さんと保護者で、初めて受講する方25人

☎6月8日(月)①5～10カ月未満児=午前10時30分～正午、②5カ月未満児=午後1時30分～3時

☎すくすくひろば

☎☎5月25日(月)午前10時から直接または電話で同ひろば☎45-7710へ

すくすくひろば年齢別あそびまじよ

◆うさぎぐみ「親子であそぼう」

①平成19年4月2日～平成20年4月1日生まれのお子さん

☎6月11日(木)①午前10時15分～11時15分、②午前11時30分～午後0時30分

☎☎5月28日(木)午前10時から直接または電話で同ひろば☎45-7710へ

◆ぞうぐみ「新聞紙で遊ぼう」

①平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれのお子さん

☎6月18日(木)①午前10時15分～11時15分、②午前11時30分～午後0時30分

☎☎6月4日(木)午前10時から直接または電話で同ひろば☎45-7710へ

保育講座(ワークショップ形式)

「子育ていきいきenjoy法」

講師は人材育成コンサルタントの三好良子さん。

①同講座を初めて受ける、市内の1～3歳のお子さんの保護者25人

☎6月18日(木)午後1時30分～3時30分

☎すくすくひろば

☎☎6月4日(木)午前10時から直接または電話で同ひろば☎45-7710へ



健康コラム

「みなさんは口臭が気になっただいどがありますか?」

口臭の主な原因物質は、硫化水素、メチルメルカプタン、ジメチルサルファイドなどの揮発性硫黄化合物とされ、これらのガスが単独あるいは混合で認められます。誰にでも、病気がなくとも生理的口臭と呼び、臭いがある場合があります。生理的口臭は日内変動があり、起床直後が最も高くなるといわれています。また、虫歯・歯周病・舌の汚れ(舌苔)・口腔乾燥・義歯の清掃不良のようなお口の

中の問題は口臭を引き起こすといわれています。これを口腔由来の病的口臭といいます。このような場合は、歯科医院に行つて治療を行う必要があります。
口の中以外にも口臭を引き起こす原因があることもあります。副鼻腔炎・慢性鼻炎・慢性扁桃腺炎などの耳鼻咽喉系の疾患は口臭を引き起こします。また、糖尿病・尿毒症・腎不全・慢性肝炎・肺膿瘍・肺がんなどの疾患も口臭の原因となることもありますので注意が必要です(全身由来の病的口臭)。

逆に、本人は口臭が気になつても社会的容認限度を超える口臭は認められない場合もあります。このような場合、検査結果などの説明などのカウンセリングで訴えの改善が認められる際は仮性口臭症といえます。改善が認められない場合は口臭恐怖症となり、口臭に関して心理的要因の関与が大きい場合が多く、うつ病が背景に潜んでいる場合もあるようです。

6月13日(土)には、第43回愛歯のつどいが開催されます。今回のテーマは「お口のエチケット」口臭予防は毎日の生活習慣からです。東京医科大学歯学部附属病院・息さわやか外来診療科長の川口陽子さんに講演していただきますので、ぜひ足を運んで口臭に関する知識を深めてみてはいかがでしょうか?

☎三鷹市歯科医師会☎45-2715

第43回 愛歯のつどい

☎市、三鷹市歯科医師会
☎6月13日(土)①歯科相談・体験コーナー=正午～午後1時30分受付、②講演会「お口のエチケット～口臭予防は毎日の生活習慣から～」=午後2～4時、講師は東京医科大学歯学部附属病院・息さわやか外来診療科長の川口陽子教授
☎三鷹産業プラザ7階
☎いずれも当日会場へ
☎総合保健センター☎46-3254(歯科相談)、三鷹市歯科医師会☎45-2715(講演会)