

新型インフルエンザが引き続き流行しています 問 健康推進課☎内線2691

◆市内で新たに新型インフルエンザの発症を確認しました。

7月30日に市立保育園1園で、8月7日には市内の学習塾で、それぞれ新型インフルエンザの発症を確認しました。市では引き続き保健所などと連携し、感染の拡大防止に努めます。市民のみなさんは、感染予防のため今後も手洗い・うがい・せきエチケットを徹底してください。

電話をしてからかかりつけ医・一般医療機関へ

都では、国の新型インフルエンザ運用指針の改定などを踏まえ、感染が拡大した場合に備えた持続可能な体制を構築するため、今回の新型インフルエンザに対応した医療体制を次のように決めました。

三鷹市でも医師会の協力のもと、同様の対応を図ります。

1 発熱患者などの診察について

かかりつけ医など一般医療機関で診察を受けてください。受診する前に電話で医療機関に相談し、マスクを着用して受診してください。

特に基礎疾患のある方、妊娠している方はか

かりつけ医に連絡してから受診してください。

診察の結果、インフルエンザと診断された場合は、新たな感染者を増やさないように、症状がある間は外出を避け、自宅での療養をお願いします。

2 新型インフルエンザ相談センター

発熱相談センターは「新型インフルエンザ相談センター」に名称を変更しました。

かかりつけ医がないなど受診医療機関が分からない場合や、自宅療養している際のご質問などは、下記の新型インフルエンザ相談センターへご相談ください。

多摩府中保健所(平日午前9時～午後5時)☎042-362-2334
新型インフルエンザ相談センター(平日(夜間)午後5時～翌日午前9時、土・日曜日、祝日)☎03-5320-4509
※9月1日(火)から、電話番号が☎0570-03-1203(ナビダイヤル)に変わります。なお、IP電話・PHSからは従来の番号におかけください。
※聴覚に障がいのある方は、**東京都保健医療情報センター(ひまわり)**24時間FAX03-5285-8080

新型インフルエンザ予防

●十分な手洗い

- ①流水で手首まで洗いましょう。
- ②せっけんをよく泡立てて15秒くらいかけて洗いましょう。
- ③せっけんをきれいに洗っておきましょう。
- ④洗ったあとは水分を十分ふき取りましょう。



●うがい

外出から帰った時や、のどに不快感や炎症があるときは、必ずうがいをしましょう。

●せきエチケット

- ①発熱、せき、くしゃみなどの症状のある人が身近にいたら、マスクをつけてもらいましょう。
- ②せき、くしゃみの時はティッシュなどで口と鼻を覆い、ほかの人から1～2m以上離れましょう。
- ③鼻汁、たんなどを含んだティッシュは、すぐにふた付きのごみ箱やビニール袋に入れて捨てましょう。

市民活動 みんなの 掲示板

催し………主催者が市民・市内法人/市内で開催/参加費(材料代・教材費など)が1回3,000円以内
会員募集………主な会員が市民/市内で活動/入会金・会費(月額)の合計が5,000円以内/新規または前回の掲載から6カ月経過した団体を優先(紙面の都合で6カ月以上お待ちさせることもあります)
※いずれも上記以上の費用がかかる場合は内容を確認し掲載基準にのっとり検討します(主催・活動団体がNPO法人の場合は応相談)
※タイトル後に★のあるものは社会教育会館の講師派遣事業
上記以外は紙面に余裕があれば掲載します。政治・宗教・営利目的のものは掲載不可。
☎http://www.city.mitaka.tokyo.jp/またはFAX76-2490 ☎秘書広報課☎内線2129
※今年度から、掲載依頼をされた方に編集業務委託事業者(株)文化工房が内容確認の電話(またはファクス)をさせていただきます。ご協力をお願いします。

9月20日発行号
原稿締切日 8月28日(金)
10月4日発行号
原稿締切日 9月8日(火)

催し

食生活と栄養バランスを考える会
☎ウエイトコントロールで健康的な生活を考える会 8月19日(水)午後3時～4時 所 下連雀むらさき地区公会堂 ¥4,800円(12回分) ☎吉田 ☎45-1313・☎kenkou@az-sunrise.rgr.jp

講習会「ルンバを楽しく学びましょう」
☎ダンスサークル三鷹 8月20日、9月3・17日の木曜日午後7時30分～8時30分(全3回) 所 三鷹駅前コミュニティセンター ¥800円(1回) ☎期間中会場へ ☎原田 ☎042-309-3820

キャンドルナイトin三鷹台児童公園
☎みんなのブックカフェ 8月22日(土)午後3時～8時(雨天の場合は23日(日)に延期) 所 同公園 ☎当日会場へ ☎小高 ☎46-1462

NPO法人子ども生活・ゆめこうばの催し
☎①女優さんと演劇体験＝8月22日(土)午後1時～3時、②ティピ-をたててインディアンになろう＝8月23日(日)午前11時～午後3時 所 ①社会教育会館、②農業公園自由広場 ¥①1,000円、②300円 ☎☎ ☎34-0040、☎②当日会場へ

三鷹いのちと平和映画祭
☎三鷹いのちと平和カヅドウ 8月22日(土)・23日(日)午前10時から(9時30分開場) 所 沙羅舎 ¥1日券1,500円(2日券2,500円、学生2,000円) ☎☎ ☎47-6639・☎48-5072・☎info@sarasya.com

岩出まゆみ展「時/striped…」
☎ぎやらりー由芽 8月22日(土)～

9月6日(日)正午～午後7時 所 同画廊 ☎期間中会場へ ☎同画廊 ☎47-5241

フランス語会話サロン Le Coin Francais
☎8月23日(日)午前10時～11時 所 スペースあんさんぶる ¥1,800円 ☎☎ フランク ☎080-5176-1865・☎lecon.de.fr@gmail.com

油彩・水彩・ガッシュ勉強会★
講師はNHK学園講師の中間幹雄さん。
☎芙蓉会 8月25日(火)午後1時～4時 所 西社会教育会館 ☎☎ 当日会場または秋山 ☎46-0128

コントラクトブリッジ(トランプゲーム)体験
☎ムサシノBC 8月28日、9月4日の金曜日午前10時～午後0時30分 所 武蔵野公会堂 ☎☎ 高橋 ☎22-0931・☎musashinobe@amail.plala.or.jp

司法書士による無料法律相談会
☎東京司法書士会武蔵野支部 8月29日(土)午後1時～4時 所 武蔵野公会堂 ☎☎ 当日会場または上條 ☎60-5030

不登校・転学希望生の進路とこれから
☎NPO法人一人ひとりに合った進路相談センター 8月29日(土)午後2時～4時 所 中央コミュニティセンター(武蔵野市) ☎☎ 戸所 ☎☎ ☎55-4420

オフロば～銭湯で遊ぼう!
☎のぼり湯 8月29日(土)午前10時～午後2時30分 所 のぼり湯 ¥大人450円、小学生180円、未就学児80円(前売りあり) ☎☎ 当日会場へ ☎島田 ☎31-7645

お茶を飲みながら話ませんか
☎女性問題懇談会 8月31日(月)

午後1時30分～3時30分 所 女性交流室 ¥100円 ☎☎ 当日会場または河本 ☎44-6756・山下 ☎31-6749

日本舞踊★
講師は若柳和翠さん。
☎若水会 9月2日(水)午後2時～5時 所 新川中原コミュニティセンター ☎☎ 当日会場へ ☎青木 ☎46-2469

太宰治作品朗読ライブvol.13
☎原きよ 9月4日(金)・5日(土)午前11時30分～午後2時30分 所 レストラン「モダンタイムス」 ¥2,000円(昼食代を含む) ☎☎ 原 ☎090-6528-2074(昼間)・同店 ☎47-0969

フォークダンス講習会★
講師は日本フォークダンス連盟2級公認指導者の森和子さん。
☎エーデル 9月4日～18日の毎週金曜日午前9時45分～正午 所 第二体育館 ☎☎ 期間中会場へ ☎中村 ☎33-8598

シュタイナー園説明会
☎シュタイナー幼児教育を実践するなのはな園 9月5日(土)午前9時30分～11時30分 所 同園 ☎☎ はがきまたはファクスに必要事項(11面参照)・参加人数を記入し同園 FAX79-4598・「〒181-0001井の頭2-27-7」

秋の講演会「健康食品をみきわめる」
講師は医学博士の栗原久さん。
☎NPO法人Human Loop・人の輪 9月5日(土)午後1時30分(1時開場)～3時30分 所 市民協働センター ¥500円(茶菓子を含む) ☎☎ 当日会場へ ☎☎ ☎31-3003

風聚フレンズミーティング 2009和太鼓合同演奏会
☎和太鼓集団風聚 9月6日(日)午後2時30分(2時開場)～5時10分

所 三鷹市公会堂 ☎当日会場へ ☎関戸 ☎042-499-6689

ちいさいはらっぱ
☎シュタイナー、自然育児を実践するはらっぱ園 9月7日(月)午前9時30分から 所 同園 ¥2,000円 ☎☎ 同園 ☎☎ FAX71-0421(午前8時30分～午後2時を除く)・☎info@harappa-en.org

更級日記を読む★
講師は武蔵野大学教授の松村武夫さん。
☎おおむらさきの会 9月8・15日の火曜日午後1時30分～3時30分 所 東社会教育会館 ☎☎ 期間中会場へ ☎正村 ☎44-2626

夏の写真をスクラップブック★
講師は後藤昌子さん。
☎チェリッシュ 5人 9月10日(水)午後1時～3時 所 社会教育会館 ¥1,000円(教材費) ☎☎ 浜本 ☎42-0807(先着制)

第13回アジア・アフリカを知る集い
☎アジア・アフリカ図書館、中日文化研究所 9月12日(土)午後2時～4時 所 同館 ¥500円 ☎☎ 同館 ☎44-4640・☎46-5107

写真講座「上手な写真の条件」★
講師は鈴木英雄さん。
☎フォト連雀 10人 9月12日(土)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 ☎☎ 村上 ☎48-9955(先着制)

ゼロの会(油彩・水彩)
講師は二紀会委員の印牧(かねまき)邦一さん。
☎毎週火曜日午後1時～5時 所 社会教育会館 ¥月額5,000円 ☎

☎水原 ☎43-4741

楽水会(水泳)
☎毎週木曜日午前9時～11時 所 第二体育館屋内プール ¥入会金1,000円、3カ月4,500円、保険料年額1,500円 ☎☎ 久保田 ☎☎ FAX46-7903

ラテン研究会
講師は葉山直子さん。
☎毎週火曜日午後7時～9時 所 三鷹駅前コミュニティセンター ¥入会金1,000円、月額2,500円 ☎☎ 大内 ☎☎ FAX31-8656

有希組(ストレッチ・チェアエクササイズ)
☎毎週水曜日午後1時30分～3時 所 連雀コミュニティセンター ¥入会金500円、月額2,500円(無料体験1回あり) ☎☎ もりざね ☎44-5383

民謡社教クラブ
☎毎月第1・3土曜日午後2時～4時 所 社会教育会館 ¥年額3,000円 ☎☎ 三浦 ☎☎ FAX44-4075

伝言板

NPO法人みたか街かど自立センターで臨時職員(パート)を募集
◆職種 身体障がい者の介助(トイレ・食事など) ☎毎週火・水・木曜日正午～午後4時 所 同センター ¥時給1,000円(交通費別途支給) ☎☎ 同センター ☎☎ FAX48-0648

国際基督教大学生涯学習講座
☎9月16日～11月25日の毎週水曜日午前10時から(9月23日を除く) 所 同大学 ¥20,000円(10回分) ☎☎ 9月8日(火)までに同大学 ☎33-3013・☎s-service@icu.ac.jp・☎http://www.icu.ac.jp/