

①積み木パラダイス=月曜日午前9時～正午、②げんきっ子ランド=火～金曜日午前9時～10時50分、③みんなであそぼ!=火～金曜日午前11時～11時30分(27日(水)・28日(木)を除く)

◆乳幼児対象のスペシャルイベント
①②0歳～就学前のお子さん、③0～1歳6カ月のお子さん15組

①変身!スペシャルバースデー=21日(木)・22日(金)午前11時20分～11時30分(10時30分までに受付へ)、②にこにこキッズ=27日(水)午前10時45分～11時30分(10時30分～40分に受付へ)、③mamaカフェ=28日(木)午前10時30分～11時30分

②のみ牟礼コミュニティセンター
③タオル
当日会場へ(③は事前と同ひろばへ)

◆小学生対象のスペシャルイベント
①30人

①入学・進級お楽しみ会=23日(土)午前10時～11時30分、②一輪車教室=25日(日)午後3時30分～4時30分(雨天中止)

②のみ四小校庭
②飲み物、タオル、持っている人は一輪車

当日会場へ(①は事前と同ひろばへ)
同ひろば ☎49-5500

東児童館の催し

◆乳幼児おやこひろば(4月後半)

◇わくわくランド
0歳～就学前のお子さん
18日(月)・19日(火)・21日(木)・22日(金)・26日(火)・28日(木)午前10時～正午
※22日は3・4月生まれの誕生日会。

◇ひよこランド
0～1歳のお子さん
20・27日の水曜日午前10時～正午
※20日は助産師への相談もできます。

◇親子の自由遊びひろば
0歳～就学前のお子さん
25日(月)午前10時～正午
いずれも当日会場へ

◆中高生ダンスクラブ
5月15日から毎月第1・3日曜日午後3時～4時30分(5月は29日も開催します)

東社会教育会館
5月6日(金)までに直接または電話で東児童館 ☎44-2150へ
※練習日は変更する場合があります。

◆げんきクラブ
4月1日現在、2歳以上のおさんと保護者(きょうだいは年齢外でも参加可)

5月19日～平成24年3月1日の毎週木曜日午前10時～11時30分(第2木曜日、夏・冬休み期間を除く)

年額600円(食材代)
4月19日(火)～5月11日(水)までに参加費を添えて同館へ
※途中入会も可。

同館 ☎44-2150

星と森と絵本の家の催し

◆絵本リレー
4月20日(水)午後3時30分から
当日会場へ

◆星のおはなし
4月23日(土)午後2時から
当日会場へ

◆春の森のたんけん隊(幼児の自然体験クラブ)
2歳6カ月以上のおさんと保護者15組(きょうだいの同伴可)

4月28日～6月23日の隔週木曜日午前10時30分～11時30分(全5回)

4月18日(月)午前10時から必要事項(7面参照)・お子さんの名前・生年月日を直接またはファクスで同施設 ☎39-3402へ(先着制、市民優先)

◆子どもと絵本ボランティア講座
絵本の紹介、読み聞かせ、わらべうた、おはなし会実習など。

20人、保育10人(5月17日(火)に保育オリエンテーションあり)

5月24日、6月7・21日、7月5日、9月6・20日、10月4日の火曜日午前10時30分～正午(全7回)

連雀コミュニティセンター
4月18日(月)午前10時から直接同センターへ(先着制)

◆ジュニアスタッフを募集します
小学5年～中学生
主に休日(不定期で活動)

※5月11日(水)午後3時から大沢原地区公会堂で説明会を開催します。

4月20日(水)～30日(土)に直接またはファクス・電子メールで同施設 ☎39-3402・☒komyunitei@city.mitaka.tokyo.jpへ
同施設 ☎39-3401

子ども読書の日スペシャル 人形劇「ながぐつをはいたネコ」

0～1歳のお子さん
4月23日(土)午後2時～3時(1時50分開場)

三鷹図書館本館
当日会場へ
同館 ☎43-9151

金太郎さんや森の動物たちに変身しませんか

0～3歳のおさんと保護者
4月27日(水)①午前10時～11時45分、②午後2時～3時15分

すくすくひろば
カメラ
当日会場へ
同ひろば ☎45-7710

すくすくひろば 年齢別あそびまじょ

①ひよこぐみ
平成22年4月2日以降生まれのおさんと保護者、各回15人

7～11カ月=5月6日(金)午前10時30分～11時30分または午後1時30分～2時30分、11カ月以上=5月31日(火)午前10時30分～11時30分、6カ月まで=5月31日(火)午後1時

30分～2時30分

②うさぎぐみ「ふれあいあそび」
平成21年4月2日～7月31日生まれのお子さん、各回15人

5月12日(水)午前10時15分～11時15分または午前11時30分～午後0時30分

③ぞうぐみ「小麦粉粘土」
平成20年4月2日～平成21年4月1日生まれのお子さん、各回15人

5月19日(水)午前10時15分～11時15分または午前11時30分～午後0時30分

①4月21日(木)、②28日(木)、③5月6日(金)、いずれも午前10時から直接または電話で同ひろば ☎45-7710へ(先着制)

おやこでよってチョコとあつぷるーむ(5月)

NPO法人みたか市民協働ネットワーク
特に記載のないものはおおむね0～3歳のおさんと親または妊婦10組、⑤ハイハイ前のおさんと母親、⑦5カ月～1歳6カ月のおさんと母親または妊婦、⑧8カ月ごろまでのおさんと親6組、⑨ハイハイ前のおさんと母親8組

①子育てを楽しむために=9日(月)、②自分が好きな子に育てるコーチングト話のコツをゲット!=12日(木)、③スリングの選び方・使い方=14日(土)、④ママの手仕事「羊毛フェルト」=16日(月)、⑤ベビーマッサージで親子のふれあい=19日(木)、⑥産前・産後の骨盤ケア=23日(月)、⑦ベビーマッサージ=26日(木)、⑧ベビーマッサージ=28日(土)、⑨ヨガママ(ハイハイ前)=30日(月)、いずれも午前10時30分～正午

市民協働センター
①300円、②1,000円、③④⑦⑨1,500円、⑤⑧1,800円(⑤オイル・防水シート代を含む)、⑥父親も参加の場合は2,000円、⑥2,000円(さらし代を含む)

④タオル、⑤バスタオル、お子さんの飲み物、⑧バスタオル、授乳ケープ

必要事項(7面参照)・お子さんの年齢・名前(ふりがな)を同センター ☎46-0048・☎46-0148・☒kyoudou@collabo-mitaka.jpへ(先着制)

あそびとおしゃべりの会(5月)
保育士や助産師と一緒におしゃべりしませんか。

0～3歳のおさんと保護者
同牟礼コミュニティセンター=11日、井の頭コミュニティセンター、井口コミュニティセンター=11・25日、新川中原コミュニティセンター大沢原地区公会堂=18・25日、いずれも水曜日午前10時30分～正午

当日会場へ
同すくすくひろば ☎45-7710

乳幼児と保護者のわくわく運動教室

市内在住の平成21年4月2日～平成22年5月1日生まれのおさんと保護者(在勤を含む)、各回25組

5月17日～6月21日の毎週火曜日①1班

=午前9時30分～10時30分、②2班=午前11時～正午(いずれも全6回)

第二体育館
¥1,200円
物室内履き、タオル、飲み物、運動しやすい服装

5月2日(月)(必着)までに往復はがきに必要事項(7面参照)・希望する班・お子さんの氏名・年齢(月齢)・健康上気になることがあれば記入し「〒181-8505スポーツ振興課『乳幼児と保護者のわくわく運動教室係』」へ(申込多数の場合は抽選)

同課 ☎内線3325



高齢者入院見舞金

70歳以上の市民が、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(生活保護受給中の方は除く)。支給は年度(4月～翌年3月)に1回のみで、所得制限があります。

入院期間を証明する書類(領収書など)・本人名義の金融機関の振込口座・印鑑を持参して、入院日から1年以内に高齢者支援課へ

同課 ☎内線2627

徘徊高齢者等位置探索システム

徘徊行動のある認知症高齢者の家族などに端末機を貸し出し、24時間対応で位置情報を提供します。

月額220円
同高齢者支援課 ☎内線2627へ

もの忘れ相談室

専門医とケア専門士が認知症に関する悩みや介護方法などの相談に応じます(1人30分程度)。

市民
5月10日(火)①午後2時から、②午後3時から(1人30分程度)

介護老人保健施設太郎(下連雀4-2-8)
同三鷹駅周辺地域包括支援センター ☎76-4500へ

リフト付きタクシーのご案内

一般の交通手段を使うことが困難な身体障がい者や寝たきりなどの状態にある高齢者の方が利用できるタクシーです(乗降時の介助あり)。

◆用途 通院やショートステイ施設の入退所など、生活に必要な移動手段として認められるもの

◆運行時間など 午前8時～午後8時に運行、運行範囲は三鷹市の周辺おおむね50km以内。利用回数は1人月3回までで、迎車料金と初乗り料金が免除されます。

利用希望日の1カ月前～前日に、武州交通興業 ☎042-325-3030(申込専用電話)へ
同高齢者支援課 ☎内線2627



健康コラム

肺がんCT検診の有効性

日本では年間7万5千人が、米国では15万7千人が肺がんで死亡し、あらゆるがん死の原因の第二位で、患者の85%は発見時に進行がんです。今まで、肺がん検診の有効性について研究されてきましたが、科学的に有効だという証明はなされていませんでした。

今回の米国の研究により、検診にCTを導入することで、より早期の肺がんを発見できることが判明し、肺がんによる死亡率を減少させ、肺がん検診の有効性が初めて科学的に証明されました。この研究には喫煙指数(※)600以上で、年齢55歳以上74歳未満の5万3千人が参加しました。参加者は普通の胸部レントゲン写真のみの検診グループと胸部CTによる検診グループとの2つのグループに分かれ、2年間に2回以上の検診チェックを実施し、その後、5年間の経過観察を受け続けました。

この観察期間中にがんで死亡した人はCT検診グループで354人、胸部レントゲン写真検診グループでは442人でした。この研究の結果、CT検診グループは検診を受けたことで、肺がん以外の病気の発見も含めると、死亡率が7%も減少したことが分かりました。

米国の専門医は次のように話しています。「今回の研究によって、特に肺がん発生の危険率が10%もある長年の喫煙者群の検診にCT検診が広く用いられるようになるでしょう。しかし、検診により肺がんによる死亡率が減少することは分かりましたが、そのことから喫煙していても大丈夫とするものではないし、また、若い喫煙者や非喫煙者にもCT検診を勧めるものではありません。つまり、「タバコを吸っていても大丈夫」と考えてはいけません。今後さらに検診の精度や効率を高める研究を続ける必要があります」

※喫煙指数=1日の喫煙本数×喫煙年数
同三鷹市医師会 ☎47-2155