

敬老行事

老人福祉センター利用者による歌、詩吟、民謡、民踊、舞踊とお茶会。
三鷹市社会福祉協議会
①演芸大会=9月25日(日)午前10時~午後3時、②お茶会=9月27日(火)午前11時~午後3時
福祉会館
当日会場へ
同協議会 ☎46-1108

「老いを生きる」シリーズ第1回(全4回)

最期まで自分らしく生きるための準備について。講師は浴風会ケアスクール校長の服部安子さん。
80人
10月4日(火)午後2時~4時
三鷹駅前コミュニティセンター
同三鷹駅周辺地域包括支援センター ☎76-4500へ(先着制)

誰でも簡単! 介護予防ストレッチ教室

自宅で1人でもできる簡単なストレッチ体操や筋力運動を専門のスタッフが丁寧に指導します。
65歳以上で要支援・要介護認定を受けておらず、2日間とも参加できる市民
10月5・12日の水曜日午前10時~正午(全2回)
所からだづくり三鷹フィットネスクラブ(三鷹産業プラザ内)
物 タオル、飲み物、動きやすい服装・靴
同 9月20日(火)午前9時から直接または電話で総合保健センター ☎46-3254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お応えします(1人30分程度)。
市民
10月6日(木)①午後2時から、②午後3時から
所 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

障がいのある方

福祉タクシー券(後期分)の交付請求を受付

平成23年度後期分福祉タクシー券の交付請求を受け付けます。
福祉タクシー券の交付対象者として登録されている方
同 9月26日(月)から直接または電話で地域

福祉課(市役所1階14番窓口) ☎内線2619へ
※請求の際に福祉タクシー利用者証をご用意ください。

障がい(児)者のための歯科相談

口の中に関する相談や、歯周病予防のための定期的な健診など。歯科診療の雰囲気になれるのに時間がかかるため受診をためらっている方もご利用ください(予約制)。
幼児~高齢者で、心身に障がいをもつ方
9月29日(木)、10月20日(木)・29日(土)、11月24日(木)、12月15日(木)、平成24年1月26日(木)、2月18日(土)・23日(木)、3月15日(木)、いずれも午前10時15分~11時15分(10月29日(土)・2月18日(土)は午後1時30分~2時30分)
北野ハビネスセンター
同センター ☎48-6331・☎43-0304へ

身体障害者手帳をお持ちの市民を日帰り旅行にご優待!

身体障害者手帳をお持ちの市民70人(付添人1人を同行可)
10月26日(水)午前8時市役所発(観光バス利用)~千葉方面(ホテルでの昼食と花畑鑑賞など)~午後6時市役所着予定
1人2,500円(付添人も同額)
9月30日(金)(消印有効)までに、往復はがきに必要事項(11面参照)・障がいの等級と使用器具・車いすの使用の有無・付添人の有無(付添人がいる場合は氏名と住所)を記入し「〒181-8555三鷹市社会福祉協議会日帰り旅行担当」へ(申込多数の場合は抽選)
同協議会 ☎46-1108

健康

子宮頸がん予防ワクチンの初回接種はお済みですか

子宮頸がん予防ワクチンの接種費用助成のお知らせを、8月1日に助成対象者である中学1年生から3年生の女子に送付しました。費用助成期間は平成24年3月31日(土)までを予定しています。子宮頸がん予防ワクチンは6カ月間に3回接種が必要です。3回の助成を受けるために初回接種を9月中に済ませてください。くわしくは市ホームページをご覧ください。
同 総合保健センター ☎46-3254

12~3月生まれの方の健康診査

①若年健康診査=16~39歳の市民、②成人歯科健康診査=41歳以上の市民、③歯周疾患検診=40・50・60・70歳になる市民、④訪問歯科健康診査=②③で通院による歯科健康診査を受けることが困難な、

40歳以上の在宅で寝たきりなどの状態にある方と同居の介護家族の方

※①のうち三鷹市国民健康保険に加入している30・35歳になる方、②のうち45・55・65歳になる方、③の方には、市から受診票を郵送しますので申し込みは不要です。

10月1日(土)~平成24年3月15日(木)
同 平成24年3月1日(木)までに直接または電話で総合保健センター ☎46-3254へ。電子申請サービス HP https://www.e-tetsuzuki99.com/tokyo/からも申し込みます。
※受診期限間際の受診は大変混雑しますので、早めの受診をお願いします。

多摩府中保健所の骨髄ドナー登録

骨髄ドナーの登録受付(採血など)を実施します(予約制)。
10月4・18日の火曜日午前中
同 実施日の7日前までに同保健所 ☎042-362-2334へ

多摩府中保健所の精神保健相談

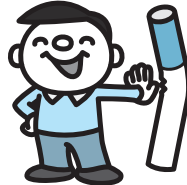
専門医と保健師による個別相談です。
①思春期相談=10月7日(金)午前9時30分~11時30分、②精神保健医療相談=10月21日(金)午後2時30分~4時30分、25日(火)午後2時~4時、③アルコール相談=10月24日(月)午後2時~4時
同 保健所武蔵野三鷹地域センター
同 保健所 ☎042-362-1936へ
※相談日以外でも保健師が相談に応じます(要予約)。

市民健康講座「やさしいヨーガ・セラピー -ヨーガ・セラピーで心と体のアンチエイジングを-」

講師は日本ヨーガ療法学会会員の三浦麻貴さん。
30歳以上の市民20人
10月13日(木)午前10時~正午
同 総合保健センター
同 9月20日(火)午前9時から直接または電話で同センター ☎46-3254へ(先着制)

市民健康講座「みんなで考える脱タバコ生活」

最新の禁煙治療法や禁煙成功者の実例紹介など。講師は、うちはら内科クリニック院長の内原正勝さん。
市民40人、保育(未就学児)20人
10月20日(木)午後2時~3時30分
同 総合保健センター
同 9月20日(火)午前9時から直接または電話で同センター ☎46-3254へ(先着制)



催し

シルバー人材センター作品展

生涯学習教室作品や会員作品を展示します。
9月30日(金)~10月3日(月)午前9時30分~午後5時(30日は午後1時から、3日は正午まで)
同センター
同 期間中会場へ
同 同センター ☎48-6721

ミツバチの巣箱観察会

市内で飼育されている西洋ミツバチの巣箱の中をのぞいてみませんか。
5人
10月1日(土)午前9時から(雨天の場合は10月15日(土)に延期)
同 市内(申し込み後に連絡します)
¥300円(保険料)
9月26日(月)午後5時までに必要事項(11面参照)を(株)まちづくり三鷹 ☎40-9750・info@mitaka.ne.jpへ(申込多数の場合は抽選)
同 同社 ☎40-9669



花畑の種まき

10月1日(土)午後2時~3時30分(1時45分から受付。小雨決行)
同 花と緑の広場(牟礼1-11-26)
物 作業用手袋、帽子、汚れてもよい服装
同 当日会場へ
同 NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会 ☎45-8351(平日午前9時~正午、午後1時~5時)、当日は ☎090-1054-6310

地域安全市民のつどい

10月11日(火)~20日(木)の全国地域安全運動に先駆けて開催します。大会宣言、一中吹奏楽部演奏、防犯模擬訓練、太極拳演舞、歌謡ショーなど。
市、三鷹警察署、三鷹防犯協会
10月2日(日)午後2時~4時
同 三鷹市公会堂
同 当日会場へ
同 安全安心課 ☎内線2551

歴史をたずねて

井の頭地区住民協議会
市民40人
10月18日(火)午前7時~午後7時
同 日光東照宮ほか
¥3,500円(バス・昼食代を含む)
9月21日(水)~10月1日(土)に参加費を添えて

チケットインフォメーション mitaka city arts foundation 同(財)三鷹市芸術文化振興財団 ☎47-5122 HP http://mitaka.jpn.org

ネマニャ・ラドゥロヴィチ presents 悪魔のトリル 芸術文化センター 風のホール 全席指定 11月23日(祝) 15:00開演
チケット発売中
会員=S席4,500円/A席3,600円
一般=S席5,000円/A席4,000円
学生席=2,500円
曲目:サン=サーンス:交響曲「死の舞踏」op.40より/J.S.バッハ:シャコンヌ(無伴奏ヴァイオリン・バルティータ第2番ニ短調BWV1004より)/サラサーテ:ツィゴイネルワイゼンop.20 ほか

横山幸雄 ピアノ・リサイタル・シリーズ Voyage-ショパンからラフマニノフを結ぶ音楽の旅路- 第1回ショパンとリスト -音楽史上に輝く二つの巨星の出会い- 芸術文化センター 風のホール 全席指定 11月9日(水) 19:15開演
チケット発売中
会員=3,600円 一般=4,000円 学生=2,000円
曲目:ショパン:バラード第2番op.38、12のエチュードop.10/ショパン=リスト:6つのポーランドの歌S.480/シューマン=リスト:獻呈、春の夜/リスト:2つの演奏会用練習曲S.145、ラ・カンパネラ

立川談春独演会 三鷹市公会堂 9月24日(土) 18:00開演 全席指定
チケット発売中
会員=3,150円
一般=3,500円

チケットお求め方法
●電話予約 芸術文化センター ☎47-5122
●インターネット予約(要事前登録) パソコン http://mitaka-art.jp/ticket 携帯電話 http://mitaka-art.jp/ticket-m (座席自動採番)
●窓口販売 10:00~19:00 月曜日休館 芸術文化センター/美術ギャラリー/三鷹市公会堂 ※学生券・シニア券をお求めの方は、当日、年齢を確認できる物をお持ちください。
◎料金500円、対象は1歳~未就学児、定員10人 (各公演の2週間前までに申し込み) ※特に記載のない場合は、公演事業は未就学児の入場をお断りしています。