

あそびとおしゃべりの会(6月)

0〜3歳のお子さんと保護者
日所 牟礼コミュニティセンター=13日、井の頭コミュニティセンター=13・27日、井口コミュニティセンター=13・27日、新川中原コミュニティセンター=20・27日、大沢コミュニティセンター=20・27日、いずれも水曜日午前10時30分〜正午
申 当日会場へ
問 すくすくひろば ☎0422-45-7710

乳幼児応急救護講習会

講師は三鷹消防署員。
日所 ファシリテーター二期生の会
0〜2歳のお子さんの親20組
日 6月4日(月)午前10時〜正午
所 福祉会館
申 5月21日(月)から三鷹市社会福祉協議会 ☎0422-46-1108・☎0422-71-2053
✉ chiiki@mitakashakyu.or.jp (先着制)

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。
日 井の頭地区住民協議会
0 保育園・幼稚園年長のお子さん(いずれも保護者同伴)、小学生25人
日 保育園・幼稚園年長のお子さんと小学校低学年=6月9・16日、小学生=6月23・30日の土曜日午前10時15分〜午後0時15分(小学生はいずれか1コースのみ)
所 井の頭コミュニティセンター本館
¥200円(2回分)

申 5月22日(火)〜30日(水)に同センター ☎0422-44-7321へ(申込多数の場合は抽選)

受験生チャレンジ支援貸付(無利子)

学習塾受講費(20万円まで)、受験料(高校27,400円、大学105,000円まで)を貸し付けます(入学できると返済免除)。
0 中学3年生、高校3年生のお子さんを養育し、一定要件(収入限度など)を満たす方
申 三鷹市社会福祉協議会 ☎0422-46-1108へ



こもれび ほっと・サークル 「なつかしの歌声喫茶」

0 おおむね65歳以上の市民30人
日 6月1・29日、7月20日の金曜日午前10時〜11時30分(全3回)
所 福祉会館
¥500円(1回)
申 はがきに必要事項(11面参照)を記入し「〒181-0012上連雀7-6-24-5NPO法人こもれび事務局」へ(先着制)
問 同事務局 ☎0422-42-4471

認知症の方を支える家族の会

日 連雀地域包括支援センター
日 6月13日(水)午後1時30分〜3時30分

所 連雀コミュニティセンター

申 当日会場へ
問 同地域包括支援センター ☎0422-40-2635
徘徊(はいかい)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210円
問 高齢者支援課 ☎内線2627

高齢者保養宿泊助成をご利用ください

市民保養所「箱根みたか荘」、校外学習施設「川上郷自然の村」、指定契約旅館(28施設)に宿泊する場合、宿泊費の一部を助成します。助成額は、年度(4月〜翌年3月)につき1回まで、3,000円です。

0 市内在住の70歳以上の方
※介護保険の要介護1〜5の認定を受けている方は、同行する介護者(ひとりにつき1名、市外在住可)も助成します。

申 各施設に予約後、印鑑・保険証などを持参し高齢者支援課(市役所1階13番窓口)へ。団体申請の場合は1週間ほどかかる場合もあります。宿泊後には助成を受けられません。

代理申請の際は、助成を受ける方の印鑑と住所・氏名・電話番号・生年月日が必要です

問 同課 ☎内線2627

介護予防事業の出前講座 希望する会場へ講師を派遣します

①「お口と栄養のお話」口の渇きを防ぐ方法や栄養について(歯科衛生士と管理栄養士)、②「簡単筋力トレーニング」簡単な筋力トレーニングなど(健康運動指導士)

0 65歳以上の市民10人以上で構成される団体

日 平日90分程度(1時間以下の申込不可)
所 希望する会場(各団体で確保)

申 講座名・希望日時(第3希望まで)・希望会場(②は椅子の有無も)・団体名・代表者名・連絡先・参加予定人数を、電話・ファクスで総合保健センター ☎0422-46-3254・☎0422-46-4827へ



乳がん・子宮頸がん検診の無料クーポン券を送付します

乳がん検診対象者には5月末までに、子宮頸がん検診対象者(40歳を除く)には7月初旬にそれぞれ郵送します。

0 4月1日現在、次の満年齢の女性市民(子宮頸がん検診=満20・25・30・35・40歳、乳がん検診=満40・45・50・55・60歳)
問 総合保健センター ☎0422-46-3254

※平成24年4月20日以降に転入してきた方は同センターへお問い合わせください。

三鷹市医師会の前立腺がん検診(PSA採血)

0 今年度中に満50・55・60・65・70歳になる男性市民

日 生まれ月によって受診期間が異なります。4〜6月生まれの方=6月30日(土)まで、7〜9月生まれの方=7月1日(日)〜9月30日(日)、10〜12月生まれの方=10月1日(月)〜12月28日(金)、1〜3月生まれの方=平成25年1月4日(金)〜3月31日(日)

所 市内協力医療機関
申 直接、市内協力医療機関へ
問 三鷹市医師会 ☎0422-47-2155

骨粗しょう症予防教室

骨密度測定(超音波法)、骨粗しょう症と生活習慣についての講習会。

0 骨密度測定を受ける機会のない30歳以上の女性市民(骨粗しょう症で通院中の方、妊娠中の方、平成23年度の同教室に参加した方を除く)50人

日 5月30日(水)午後1時30分〜3時30分(1時15分受付)

所 総合保健センター
物 筆記用具、素足で測定のため着脱しやすい靴下・靴

申 5月21日(月)午前9時から直接または電話で同センター ☎0422-46-3254へ(先着制)

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などの相談に応じます。

0 市民
日 6月7日(木)①午後2時から、②午後3時から(1人30分程度)

所 介護老人保健施設太郎(下連雀4-2-8)
申 問 三鷹駅周辺地域包括支援センター ☎0422-76-4500へ

第46回愛歯のつどい

日 市、三鷹市歯科医師会

日 6月9日(土)①歯科医師による相談と体験コーナー=正午〜午後1時30分、②講演会「本当は怖い家庭の歯学―口腔がん―」(講師は東京歯科大学口腔外科学講座主任教授の柴原孝彦さん)=午後2時〜4時

所 三鷹産業プラザ

申 当日会場へ

問 総合保健センター ☎0422-46-3254(相談と体験コーナー)、三鷹市歯科医師会 ☎0422-45-2715(講演会)



花畑の種まき

日 5月26日(土)午前10時〜正午(9時45分受付)

所 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

申 当日会場へ

問 花と緑のまち三鷹創造協会 ☎0422-45-8351(当日は☎090-1054-6310)

みたかフリーマーケット

約150店舗が出店します。

日 みたかフリーマーケット運営委員会

日 5月26日(土)午前10時〜午後2時(雨天決行)

所 三鷹市暫定管理地(東京多摩青果跡地)

申 当日会場へ(出店者は決定済み)

問 消費者活動センター ☎0422-43-7874

※車での来場は出店者のみで、当選はがきの提示が必要です。

三鷹市女性問題懇談会・活動報告会

日 5月26日(土)活動報告会=午後1時20分〜2時20分、総会(会員のみ参加可)=午後2時30分〜3時20分

所 市民協働センター

申 当日会場へ

問 企画経営課 ☎内線2115

花季さつき展

東日本大震災の募金協力者に苗木をプレゼントします(数量限定)。

日 市、市教育委員会、三鷹市芸術文化協会

日 5月28日(月)〜31日(木)午前9時〜午後5時(28日は午後1時から、31日は3時まで)

所 市役所1階市民ホール

申 期間中会場へ

問 生涯学習課 ☎内線3316、三鷹市阜月会 ☎0422-47-0127

シロギス船釣り大会

0 在勤・在学を含む18歳以上の市民、若干名

日 6月3日(日)午前5時30分市役所庁舎北側集合〜午後6時(雨天決行)

所 神奈川県金沢八景

¥10,500円(乗船代、保険料などを含む)

物 さお(貸しさおあり)、仕掛け(現地で購入可)、帽子、長靴(スニーカーでも可)、10ℓ程度のクーラーボックス、雨具、昼食、飲み物、酔い止め

日 5月27日(日)までに必要事項(11面参照)・貸しさお希望の有無を好野 ☎0422-46-2684(夜間のみ)・✉ yoshino@ci.kagus.ac.jp (先着制)

問 好野または三鷹市体育協会 ☎0422-43-2500(月曜日、祝日を除く)

第5回味の素スタジアム感謝デー

フリーマーケット、味の素製品がもらえるスタンプラリー、ステージでのショーなどをお楽しみください。

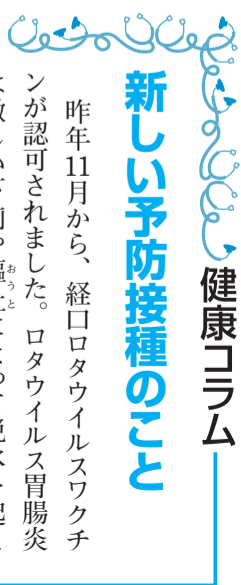
日 (株)東京スタジアム、三鷹市など協力

日 6月3日(日)午前10時〜午後4時

所 味の素スタジアム、アミノバイタルフィールド

申 当日会場へ

問 同イベント事務局 ☎03-5771-2368(平日午前10時〜午後6時)



新しき予防接種のヒント

健康コラム

昨年11月から、経口ロタウイルスワクチンが認可されました。ロタウイルス胃腸炎は激しい下痢や嘔吐によって脱水を起しやすい、けいれんやまれに脳や腎臓の障害を起すこともあり、最も重症化しやすい乳幼児の胃腸炎といわれています。今回の認可によって、日本でもロタウイルス胃腸炎の重症化を防ぐことが可能になったわけですね。

現在のわが国では、定期接種としての麻しん風しん混合、3種混合、日本脳炎、ポリオ、BCGに加え、任意接種の水ぼうそう、おたふくかぜ、B型肝炎、A型肝炎、および新たに加わったヒブ、小児肺炎球菌、子宮頸がん、ロタウイルスの、合計13種のワクチンが使用できるようになってきました。今まで予防できなかった病気をワクチンによって防げるということは、日本の子どもたちにとって大変に重要なことです。しかし、いまだ半数以上のワクチンが任意接種であり、経済的な理由で接種できない子どもたちもいるという状況は解消されていません。本来であれば国による定期接種化(無料化)が望まれますが、現時点では簡単ではないようです。ともかく、該当する年齢のお子さんをお持ちの保護者の方には、せっかくな機会を逃さず可能な限り接種することをお願いしたいと思えます。

また、ワクチンの種類も接種回数も、以前とは比べものにならないほど増えています。同時接種やポリオ生ワクチンのことなどいろいろ不安をお持ちの方も多いと思いますので、ぜひかかりつけの先生と相談し、ワクチンの接種スケジュールを立ててもらおうことをお勧めします。各ワクチンについて、くわしくはかかりつけの先生にご相談ください。

問 三鷹市医師会 ☎0422-47-2155