

※事前申込が必要な催しは、いずれも午前10時から直接または電話で同ひろば ☎0422-45-7710へ(先着制)。

☎同ひろば ☎0422-45-7710

おやこでよってチョコッとあつるーむ(7月前半)

☎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歳のお子さんと親または妊婦10組、①ハイハイ前のお子さんと母親9組、②4カ月~1歳半のお子さんと父親(母親も可)6組

☎①ヨガママ=2日(月)、②もっと知りたい!みたかの幼稚園=5日(木)、③スリングなど抱っこ用品の選び方、使い方=9日(月)、④心の強さを育てるコミュニケーション=12日(木)、⑤「ベビーサイン」でパパの子育て講座=14日(土)、いずれも午前10時30分~正午

☎市民協働センター

¥①③⑤1,500円、②800円、④1,000円

☎事前に必要な事項(7面参照)・お子さんの年齢・名前(ふりがな)を同センター ☎0422-46-0048・☎0422-46-0148・

☎kyoudou@collabo-mitaka.jpへ

かきしぶde学び会講座「今日からできるファイリングセミナー」

☎小学生保護者のための家庭教育支援コミュニティ「かきしぶ」

☎小学生・未就学児の保護者25人

☎7月9日(月)午前10時~正午

☎市民協働センター

¥500円(材料代)

☎6月18日(月)から生涯学習課 ☎内線3316・

☎shogai@city.mitaka.tokyo.jpへ(先着制)

あそびとおしゃべりの会(7月)

☎0~3歳のお子さんと保護者

☎所 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=11・25日、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=18・25日、大沢コミュニティセンター=18・25日、いずれも水曜日午前10時30分~正午

☎当日会場へ

☎すくすくひろば ☎0422-45-7710

全国一斉「子どもの人権110番」

◆電話相談 ☎0120-007-110(全国共通)

☎東京都人権擁護委員連合会、東京都子どもの人権専門委員会、東京法務局 ☎6月25日(月)~29日(金)午前8時30分~午後7時、6月30日(土)・7月1日(日)午前10時~午後5時

☎東京都子どもの人権専門委員会(東京法務局人権擁護部内) ☎03-5213-1234

養育家庭(ほっとファミリー)を募集しています

市では、さまざまな事情から親元を離れて暮らす子どもを養育する「ほっとファミリー」の普及に取り組んでいます。「ほっとファミリー」は養子縁組を目的としておらず、1カ月程度の短期間から長期間まで柔軟に子育て支援に取り組めます。

◆「フレンドホーム」も募集中

夏休みや週末などの数日間、児童養護施設や乳児院で生活している子どもを自宅で預かる「フレンドホーム」も募集しています。

☎子ども家庭支援センターのびのびひろば ☎0422-40-5925



こすもす会(地域生活支援介護予防教室)に参加しませんか

介護予防の体操、レクリエーションなど。☎要支援、要介護認定を受けていない65歳以上の方

☎平成25年3月29日までの毎週金曜日午前10時~午後2時

☎上連雀堀合地区公会堂

¥月額400円

☎6月29日(金)までに総合保健センター ☎0422-46-3254へ(面接あり。見学可)

65歳からのからだ改善教室 ー簡単な体操でからだを整えるー

☎要支援、要介護認定を受けていない65歳以上の方で、2日間とも参加できる方20人

☎7月5日・12日の木曜日午前10時~正午

☎総合保健センター

☎6月18日(月)~21日(木)に直接または電話で同センター ☎0422-46-3254へ(申込多数の場合は抽選、当選者のみ6月28日(木)までに通知)



多摩府中保健所 精神保健相談

☎①思春期相談=7月6日(金)午前9時30分~11時30分、②アルコール相談=7月9日(月)午後2時~4時、③精神保健医療相談=7月17・24日の火曜日午後2時~4時

☎同保健所武蔵野三鷹地域センター、三鷹市総合保健センター(予約時に確認)

☎事前と同保健所 ☎042-362-1936へ

神経系難病検診・療養相談

☎三鷹市医師会

☎パーキンソン病や脊髄小脳変性症などの症状でお困りの方

☎7月7日(土)午後1時30分~4時

☎総合保健センター

☎6月28日(木)までに多摩府中保健所 ☎042-362-2334へ

第21回中高年の運動相談

体脂肪率測定、末梢(まっしょう)循環機能の評価、血液・尿・心電図・運動負荷検査など。

☎三鷹市医師会、杏林大学医学部衛生学公衆衛生学教室

☎50歳以上の市民、1回4~5人程度

☎7月30日~9月3日の毎週月曜日(8月6日を除く)

☎7月7日(土)までにはがきに必要事項(7面参照)と希望日・生年月日・職業を記入し「〒181-0014野崎1-7-23三鷹市医師会運動相談係」へ(申込多数の場合は抽選)

☎同教室 ☎0422-47-5511



第2回シロギス船釣り大会

☎三鷹市釣魚連盟

☎在勤・在学を含む18歳以上の市民、若干名

☎7月1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)

☎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)、雨具、昼食、飲み物、酔い止め、クーラーボックス

☎6月24日(日)までに必要事項(7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へ(先着制)

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

第1回井の頭公園検定

☎井の頭公園検定実行委員会

☎500人

☎12月2日(日)午前10時30分・午後2時(2回実施)

☎三鷹産業プラザ、武蔵野公会堂

¥一般2,000円、18歳以下1,000円

☎9月18日(火)~10月31日(水)(予定)

☎NPO法人みたか都市観光協会 ☎0422-40-5525・HP <http://www.ino-ken.com/> ※三鷹ネットワーク大学で検定対策講座を実施します。くわしくは5面の同大学講座案内をご覧ください。なお、受講者は検定の先行申し込みができます。



みたかわんぱくサッカーフェスティバル

アトラクション、スタンプリーなど。

☎6月24日(日)午前10時~午後4時20分(小雨決行)

☎味の素スタジアム

☎当日会場へ

☎スポーツ振興課 ☎内線3324(当日は午前8時以降に市役所 ☎0422-45-1151)

※スパイクは使用不可。会場へは公共交通機関をご利用ください。くわしくは同フェスティバル実行委員会ホームページHP

<http://jci-mitaka.com/>をご覧ください。

8月の小学校校庭開放(団体貸切)の予約受付

☎市ホームページでご確認ください

☎7月1日(日)~7日(土)に各コミュニティセンターへ

☎スポーツ振興課 ☎内線3322

コミュニティセンターのプール開放

¥小・中学生50円、高校生以上200円

◆新川中原 ☎0422-49-6568(月曜日・7月17日(火)は休館)7月1日(日)~9月9日(日)の火~土曜日=午前10時30分~午後0時10分、午後1時10分~2時50分、午後3時20分~5時、日曜日=午前10時30分~午後0時10分、午後0時50分~2時30分、午後3時~4時40分(各回入替制)

※8月12日(日)水上カーニバル。

◆井口 ☎0422-32-7141(木曜日・7月16日(祝)は休館)7月14日(土)~9月2日(日)の月~土曜日=午前11時~午後7時、日曜日=午前11時~午後4時30分(2時間1区分、終了1時間前まで受付)

※7月14日(土)はプール開き、水上運動会。

◆牟礼 ☎0422-49-3441(火曜日休館)7月21日(土)~8月30日(木)の午前10時30分~午後4時30分(2時間1区分、終了45分前まで受付)

※7月21日(土)水上フェスティバル。

◆連雀 ☎0422-45-5100(木曜日・8月25日(土)は休館)7月21日(土)~9月2日(日)の月~土曜日=午前10時30分~午後5時30分、日曜日=午前10時15分~午後4時30分(2時間1区分、終了30分前まで受付)

◆大沢 ☎0422-32-6986(火曜日休館)7月22日(日)~9月2日(日)の月~土曜日=午前11時~午後6時、日曜日=午前11時~午後4時30分(2時間1区分、終了1時間前まで受付)

※7月29日(日)水上フェスティバル。

※団体利用や特別清掃などで利用できない場合があります。くわしくは各コミュニティセンターへ。

夏休み子ども水泳講習会

◆コース ①顔つけ、水慣れからクロールまで、②初心者のためのクロールと背泳ぎ、③平泳ぎ、バタフライの基礎。

☎三鷹市水泳連盟

☎在学を含む市内の小学2~6年生85人

☎7月24日(火)~28日(土)午前9時~11時(全5回)

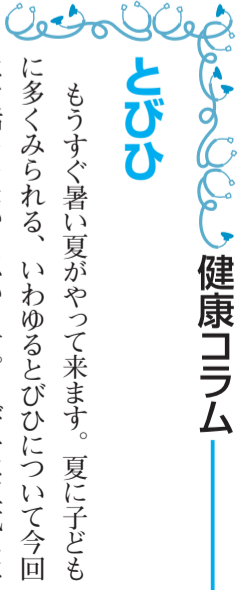
☎第二体育館屋内プール

¥4,000円(保険料を含む)

☎物 水着、水泳帽、ゴーグル(必要な方)、バスタオル、ロッカー代10円(返還式)

☎6月28日(木)(必着)までに往復はがきに必要事項(7面参照)・希望コース・保護者氏名を記入し「〒181-8799三鷹郵便局留三鷹市水泳連盟講習会係」へ(申込多数の場合は抽選)

☎山中 ☎0422-30-2346(夜間のみ)、三鷹市体育協会 ☎0422-43-2500(月曜日、祝日を除く)



とびひ

健康コラム

もうすぐ暑い夏がやって来ます。夏に子どもに多くみられる、いわゆるとびひについて今回はお話ししたいと思います。とびひは正式には「伝染性膿痂疹」という名前と呼ばれています。皮膚の表面にある、ばい菌に対する守りが弱い所で、たとえば毛穴とか汗の穴、傷などからばい菌が侵入して起こります。ばい菌は自分の皮膚や粘膜にいる菌によって生じたり、他の人にとびひの菌がうつって起こったりします。ただ、そこでとびひになるかどうかは菌の力や量といったばい菌側の要因と、人の防御機構との相対的な力関係に左右されます。ですから患児と接触したからといって、必ずとびひになるわけではありませんし、自分が普通に持っているばい菌でもなるので、患児と接触しなくてもとびひになるわけです。また、大人でも条件が合えば発病するので、必ずしも子どもの病気というわけではありません。

夏になると気温が上がって汗をかくようになります。すると、ばい菌はその高温多湿な場所非常に増えやすくなります。また、あせもや虫刺されなどのかゆくなる病気にたたくと、汚い爪で引っかき回すと、とびひになってしまいます。だから、とびひは夏に多く見られるのです。

とびひになってしまうと自分自身の皮膚にも接触で次から次へと広がってしまいます。家族にとびひの人がいると直接的な接触や、手指やバスタオルなどを介しての間接的な接触でも感染していきますので、兄弟同時にとびひになることもまれではありません。

治療は主につけ薬と場合によっては飲み薬の併用も行われます。時に、かさぶた型の乾燥したタイプのとびひは、溶血性連鎖球菌という菌がついていることもあり、腎臓を悪くする場合もありますので、とびひの症状がでたら、病院にかかって医師の指示に従ってください。

☎三鷹市医師会 ☎0422-47-2155