

ジェネリック医薬品利用差額通知書を送付しました

三鷹市国民健康保険では、現在服用している新薬(先発医薬品)からジェネリック医薬品(後発医薬品)に切り替えた場合、自己負担額がどれだけ軽減できるか試算した通知を2月下旬に郵送しました。
平成24年11月に薬の処方を受けており、ジェネリック医薬品へ切り替えることで、自己負担額が一定金額以上軽減できると見込まれる35歳以上の方
※ジェネリック医薬品へ切り替える際は、主治医や薬剤師に相談してください。
※通知内容については、通知書に記載のコールセンターへお問い合わせください。

保険課 ☎内線2386

街角年金相談センターをご利用ください

三鷹駅北口徒歩5分の便利な場所にあります。年金の受給相談などにご利用ください。

所 同センター「武蔵野(オフィス)」(武蔵野市中町1-6-4三鷹山田ビル)

物 年金手帳など

申 事前に同センター ☎0422-50-0475へ



マル子医療証を送付します

現在マル子医療証(乳幼児医療費助成制度医療証)をお持ちで4月から小学生になるお子さんの保護者には、3月下旬にマル子医療証(義務教育就学児医療費助成制度医療証)をお送りします。ただし、マル子医療証には所得制限があります。所得制限を超過しているためマル子医療証の対象にならない方には3月上旬に資格消滅通知を送付します。

子育て支援課 ☎内線2753

西児童館の催し(3月)

◆乳幼児のあそびひろば

◇ちびっこの日

日 開館日の午前9時～午後1時

◇サークルタイム

日 月～土曜日の午前11時30分から

◇ちびっこの日スペシャル「ちびスペースレチック」

日 14日(木)午前10時から

◆西児童館クラブ発表会

所属クラブによる発表のほか、チャリティーブースも出店。

日 9日(土)午後1時から

申 いずれも当日会場へ

問 同館 ☎0422-31-6039

むらさき子どもひろばの催し(3月)

◆乳幼児対象の定例行事

人 0歳～就学前のお子さん、①ヒノキアレルギーの方を除く

日 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(③は12日(火)、21日(木)を除く)

◆乳幼児対象のスペシャルイベント

人 0歳～就学前のお子さん

日 ①変身!スペシャルパースデー=7日(木)・8日(金)午前11時20分～11時30分(10時30分までに受付)、②手形スタンプ=11日(月)・12日(火)午前11時～11時30分、③リトミックの日=21日(木)午前11時～11時30分
物 ②タオル、汚れてもよい服装

◆小学生対象のスペシャルイベント「一輪車教室」

日 7日(木)午後3時30分～4時30分(3時15分から受付、雨天中止)

所 四小(受付は同ひろば)

物 飲み物、タオル、持っている人は一輪車

申 いずれも当日会場へ

問 同ひろば ☎0422-49-5500

東児童館の催し(3月)

◆乳幼児おやこひろば

◇わくわくランド

人 0歳～就学前のお子さん

日 4日(月)、5日(火)、7日(木)、11日(月)、12日(火)、15日(金)、22日(金)午前10時～午後2時(22日は3月生まれの誕生日会)

◇ひよこランド

人 0・1歳のお子さん

日 6・13日の水曜日午前10時～午後1時 ※13日は助産師への相談もできます。

◇お父さんもいっしょわくわくランド

人 0歳～就学前のお子さん(母親だけの参加も可)

日 9日(土)午前10時～11時30分

◇親子の自由遊びひろば

人 0歳～就学前のお子さん

日 14日(木)午前10時～午後2時

◆笑い愛 江戸小ばなしであそぼう!

講師はコミュニケーション・ファームの高野まゆみさん。

人 小学3年～高校生

日 3月11・25日の月曜日午後3時45分～5時

◆おもちゃの病院

日 13日(水)午後2時～4時

※特殊部品などの交換は実費

◆定例行事

人 ①(A)小学1～3年生、(B)小学4～6年生、⑨(A)3歳～就学前のお子さんと保護者10組、(B)小学生20人

日 ①サッカー教室=(A)4日(月)午後3時30分～5時、(B)18日(月)午後4時～5時(ゲーム形式)、②パソコンの日=6・27日の水曜日午後3時30分～4時50分、③将棋の日=12日(火)午後3時30分～4時50分、④おりがみの日「かるがものおやこ」=13日(水)午後2時30分～4時30分、⑤おはなし会「14ひきのびくにく」ほか=13日(水)午後3時30分～4時、⑥囲碁の日=13日(水)午後3時30分～4時45分、⑦トランポリンの日=15・22日の金曜日午後3時30分～4時45分、⑧作ってあそぼう「ごみ袋で作るタコ」=22日(金)午後2時30分～4時30分、⑨料理の日「食パンで作るフルーツロールケーキ」=27日(木)(A)午後1時30分～3時、(B)午後3時～4時30分、⑩おばけやしき=27日(木)午後3時～4時30分

申 いずれも当日会場へ(⑨は11日(月)午前9時から直接または電話で同館 ☎0422-44-2150へ(先着制))

問 同館 ☎0422-44-2150

おもちゃの病院

日 消費者活動センター運営協議会

日 所 ①消費者活動センター=3月6日(水)、②リサイクル市民工房=3月9・23日の土曜日、いずれも午後1時～3時

※特殊部品などの交換は実費

申 当日会場へ

問 同センター ☎0422-43-7874

星と森と絵本の家の催し(3月)

日 ①絵本のおはなし「てがみのはなし」=6日(水)午後2時から、②絵本リレー「ぷらす」ともだち」=13日(水)午後3時30分から、③星のおはなし=16日(土)午後2時から、④絵本リレー=20日(祝)午後3時30分から

申 いずれも当日会場へ

問 同施設 ☎0422-39-3401

おやこでよってチョコっとなっふるーむ(3月)

日 NPO法人みたか市民協働ネットワーク

人 ①②0～3歳のお子さんと保護者または妊婦10組、③9カ月未満のお子さんと保護者6組、④2カ月～ハイハイ前のお子さん

と母親10組、⑤4カ月～1歳6カ月の

お子さんと保護者8組

日 ①ママのはたらくを考えよう=16日(土)、②産前・産後の骨盤ケア=21日(木)、③ベビーマッサージ=23日(土)、④ベビーヨガ=25日(月)、⑤「ベビーサイン」で楽しい子育て=28日(木)、いずれも午前10時30分～正午

所 市民協働センター

日 ①1,000円、②2,000円(さらし付き)、③1,800円(オイル・シート代を含む)、④⑤1,500円

※③⑤両親とも参加の場合も同額です。

物 ③バスタオル、授乳ケープ

申 必要事項(11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・FAX0422-46-0148・Ekyoudou@collabo-mitaka.jpへ(先着制) ※自家用車での来場はご遠慮ください。

「一日プレイパーク」を開催します!

日 3月17日(日)午前10時～午後2時(雨天中止)

所 北野遊び場広場(北野4-10)

申 当日会場へ

問 緑と公園課 ☎内線2835

※運営ボランティア募集中。①運営委員=会議(月1回程度)、一日プレイパークなどを企画・運営。②サポーター=当日手伝いなど、気軽にサポートできる範囲での参加。

星と風のカフェの催し

星風キッズ・ワークショップ

「キュートなキャンドルをつくろう!!」

人 小学生以上の方8人

日 3月23日(土)午後2時～3時

※500円(お土産付き)

申 同店 ☎0422-44-2255へ(火～土曜日午前11時30分～午後7時、先着制)

第24回小中学生ボランティア体験学習

カレー作りやレクリエーションを通して障がいのある方との交流を深めます。

日 みたかボランティアセンター、ボランティア活動推進協議会

人 在学を含む市内の小学4年生～中学生25人

日 3月27日(水)午前9時30分～午後4時(9時15分から受付)

所 福祉会館

※500円(昼食代)

物 エプロン、三角巾(ハンダナ)

申 同センター ☎0422-76-1271・FAX0422-76-1273へ(先着制)

小学校低学年向け工作講座

ペーパークラフトでミニ動物園を作ります。

人 在学を含む市内の小中学生各回15人

日 3月28日(木)・29日(金)、いずれも午後2時～4時のどちらか1回

所 西社会教育会館

日 3月4日(月)～8日(金)午前9時30分～午後5時に直接または電話・インターネットで同館 ☎0422-32-8765・HPhttp://www.pf489.com/mitaka/webkm/ (生涯学習システム)へ(申込多数の場合は抽選)

シルバー人材センター 平成25年度補習教室第1学期(4～7月)

人 ①小学3～6年生(国語・算数)、②小学5・6年生(英語)、③中学生(国語・数学・英語)

日 ①月・水・土・日曜日、②水・土曜日、③月・水・木・土・日曜日、①②1回60分、③1回80分(いずれも全14回)

所 同センター

日 ①②11,700円、③15,500円

※いずれも1科目14回分。複数科目受講可。初日体験入学可。

日 3月19日(火)までの平日午前8時30分～午後4時に同センター ☎0422-48-6721へ(正午～午後1時を除く)

ちびっ子農園 参加者募集

種まきから収穫まで、1年を通していろいろな野菜を育てます。

日 三鷹青年会議所

人 市内在住の幼稚園・保育園児、小・中学生と保護者

日 4月から1年間、日曜日午前9時～正午

所 三鷹ちびっ子農園(新川3-6-1)

日 1家族当たり4～8月(夏野菜)=4,000円、9～3月(秋野菜)=2,000円、4～3月(夏秋通年)=6,000円

日 3月10・17・24日の日曜日午前中に会費を持参して同園へ

日 大川 ☎0422-47-9193、同会議所 ☎0422-46-4199

※3月31日(日)午前10時30分から鍬(くわ)入れ式と説明会を行います。



認知症の方を支える家族の会

介護者同士で日ごろの思いや悩みを語り合います。

日 連雀地域包括支援センター

日 3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

子ども向け Ruby プログラミング 講座

「Ruby(ルビー)」は、平成7(1995)年ごろにソフトウェア技術者のまつもとゆきひろ氏により開発されたプログラミング言語です。さまざまな機能を持ちながら、初心者がやさしく学ぶことができ、無理なく習得できるため世界中で注目されています。

今回はこの「Ruby」を使い、プログラミングを体験する講座を開催します。ソフトウェアを「使う」だけでなく、「造る」ことが体験できるよい機会です。プログラミングの経験がなくても心配ありません。

日 3月26日(火)～29日(金)①小学生コース(小学5・6年生)=午前10時～正午、②中高生コース(中学1年生～高校2年生)=午後1時30分～5時30分(各コース15人程度、いずれも全4回)

所 三鷹産業プラザ

日 2,100円(教材<テキスト・USBメモリ>代、税込み)

申 同(株)まちづくり三鷹 ☎0422-40-9669・FAX0422-40-9750・Eruby@mitaka.ne.jp・HPhttp://www.mitaka.ne.jp/へ(先着制)