

東児童館の催し(7月)

◆定例行事

①(A)3歳～就学前のお子さんと保護者10組、(B)小学生20人
①江戸小話カードで遊ぼう=8・22日の月曜日午後3時30分～4時50分、②将棋の日=9日(火)午後3時30分～4時50分、③おはなし会「それいけ!ねずみのチョコキ」ほか=10日(水)午後3時30分～4時、④トランポリンの日=12・26日の金曜日午後3時30分～4時45分、⑤おりがみの日=17日(水)午後2時30分～4時30分、⑥おはなしの木によるおはなし会「たなばたゼン」ほか=17日(水)午後3時30分～4時、⑦パソコンの日=17日(水)午後3時30分～4時50分、⑧作ってあそぼう「くるくるモバイル」=19日(金)午後2時30分～4時30分、⑨囲碁の日=23日(火)午後3時30分～4時50分、⑩料理の日「ヨーグルトココアバナナ」=24日(水)(A)午後1時30分～3時、(B)午後3時～4時30分

◆おもちゃの病院

⑩10日(水)午後2時～4時
◆特殊部品などの交換は実費
◆児童館科学あそび
①年少程度～小学生(未就学児は保護者同伴)
⑩13日(土)午後1時30分～3時30分
◆昔あそびの日
①年少程度～高校生
⑩19日(金)午後3時30分～4時50分
⑩いずれも当日会場へ(⑩は16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))
⑩同館☎0422-44-2150

星と森と絵本の家の催し(7月)

⑩1絵本リレーぷらす「ほしと星座」=10日(水)午後3時30分から、②絵本のおはなし「ふねのおはなし」=15日(祝)午後2時から、③絵本リレー=17日(水)午後3時30分から、④おやじの読み聞かせ=20日(土)午後2時から、⑤街頭紙芝居=21日(日)午前11時30分から・午後1時からの2回開催
⑩当日会場へ
⑩同施設☎0422-39-3401

おもちゃの病院

⑩三鷹市消費者活動センター運営協議会
⑩7月13・27日の土曜日午後1時～3時
⑩リサイクル市民工房
⑩当日会場へ
⑩同センター☎0422-43-7874

おやこでよってチョコッとあつぷるーむ(7月後半)

⑩NPO法人みたか市民協働ネットワーク
①2～3歳のお子さんと保護者(父親きょうだい歓迎)6組、②ハイハイ前のお子さんと母親、③9カ月未満のお子さんと保護者6組(③は夫婦での参加も可)
⑩①一緒におもちゃを作りました=15日(祝)、②ベビーマッサージで親子のふれあい=18日(木)、③家族みんなで「ベビーマッサージ」=20日(土)、いずれも午前10時30分～正午
⑩市民協働センター

①お子さん1人1,000円、②③1,800円(オイル・シート代を含む)
※③は両親とも参加の場合も同額。
⑩①持ち帰り用の袋、②バスタオル、お子さんの飲み物、③バスタオル、授乳ケープ
⑩必要事項(11面参照)・お子さんの年齢と名前(ふりがな)を同センター☎0422-46-0048・FAX0422-46-0148・✉kyoudou@collabo-mitaka.jpへ

君も昆虫はかせになろう(野川生きもの観察会)

⑩7月20日(土)午前10時～正午(9時50分までに受付)
⑩野川第一調節池北側あずまや付近
⑩帽子、飲み物、タオル、筆記用具、虫かご、虫取り網、虫眼鏡
⑩当日会場へ
⑩東京都北多摩南部建設事務所(岡田)☎042-330-1850

小学生のための日本舞踊講習会「潮来出島(いたこでじま)」

参加者のうち希望者は、11月4日(休)の市民文化祭に参加できます。
⑩三鷹市日本舞踊連盟
①在学を含む市内の小学3～5年生各回20人
⑩7月22日(月)午後1時30分～3時(1時集合)、午後3時～4時30分(2時30分集合)

⑩社会教育会館
⑩¥500円
⑩浴衣、半幅帯、足袋または白靴下
⑩7月17日(水)までに藤間☎・FAX0422-31-4468へ(先着制)

親子の絆づくり講座「ベビーマッサージと子育ての話」

①ハイハイができるお子さんと保護者10組
⑩7月24日(水)午前11時10分～正午
⑩西社会教育会館
⑩バスタオル、飲み物
⑩7月8日(月)～12日(金)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)

中高生バンド教室

①中・高校生または同世代の方
⑩7月25日(木)～29日(月)午後1時～5時、30日(火)午前10時～午後5時(28日(日)を除く)
⑩東児童館
⑩7月8日(月)午前9時～18日(木)午後5時に必要事項(11面参照)・やりたい楽器・バンドで申し込む方はマスターしたい曲を直接または電話で同館へ(先着制)
⑩同館☎0422-44-2150

森と街の物語「タマのカーニバル」ワークショップ参加者募集

音楽やダンス、物語作りなどを体験するワークショップ。
⑩5市共同事業実行委員会
①平成26年2月22日(土)・23日(日)の成果発表に参加できる三鷹市、武蔵野市、小金井市、国分寺市、国立市の小・中学生100人(小学3年生以下は保護者同伴)

⑩7月27日(土)午前10時～正午(おおむね毎月2回。他の日程、開催場所は後日お知らせ)
⑩小金井市民交流センター(小金井市本町6-14-45)
⑩7月20日(土)までに必要事項(11面参照)・保護者氏名をNPO法人アートフル・アクション☎050-3627-9531・✉contact@tama-carnival.comへ(申込多数の場合は抽選)
※必ず保護者の了承を得てからお申し込みください。

かきしぶde学び会講座第3弾 一夏休みspecial企画

天文台で宇宙を探検! 4D2Uドームシアター鑑賞と星と森と絵本の家の星座絵本を楽しもう。
⑩みたか地域SNS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」
①小学生の親子25組(未就学児の同伴不可)
⑩8月2日(金)午前9時30分星と森と絵本の家正門前集合～午後1時
⑩国立天文台、同施設
⑩帽子、水筒、希望者は昼食
⑩7月7日(日)～12日(金)に電子メールで生涯学習課✉shogai@city.mitaka.tokyo.jpへ(先着制)
⑩同課☎内線3316

夏休み子ども工作教室「ジャックと豆の木をイメージしたモチーフ作り」

⑩三鷹駅周辺住民協議会
①小学生以上の方30人
⑩8月2日(金)午後1時～3時50分
⑩三鷹駅前コミュニティセンター
⑩¥500円
⑩古新聞2・3束、水性ペン12色(油性ペン不可)、はさみ、カッターナイフ、ホチキス、大和のり(スティックのり不可)、接着剤、セロハンテープ、筆、小皿、雑巾、敷物、筆記用具、持ち帰り用袋
⑩直接または電話で同センター☎0422-71-0025へ(先着制)

夏休み科学教室

①全回参加できる在学を含む市内の小学生各回10人
⑩8月8日(木)「金属ってもえる?」、9日(金)「DNAってなんだろう?」①午前の部=両日午前10時～正午、②午後の部=両日午後2時～4時(全2回)
⑩東社会教育会館
⑩①②のいずれかを直接または電話・インターネットで同館☎0422-46-0408・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)

自然観察会「身近な自然を感じよう!」

ネイチャーゲームや生物の観察など。
①市内在住・在学の小学生と保護者20人(保護者同伴)
⑩8月26日(月)午前8時30分野川公園集

合～午後0時30分解散予定(雨天中止)
⑩水筒、帽子、タオル、サンダル、着替え、雨具、筆記用具など
⑩8月2日(金)(必着)までに、はがきまたは電子メールに全員の必要事項(11面参照)を記入し「〒181-8555環境政策課」・✉kankyo@city.mitaka.tokyo.jpへ(申込多数の場合は抽選)
⑩同課☎内線2525



平成25年度の介護保険料が決定しました

7月5日に「介護保険料決定通知書」「介護保険料納入通知書」を発送しました。
◆決定通知書が届いた方
①老齢(退職)・遺族・障害年金を年額18万円以上受給している方
◇特別徴収 4月～翌年2月の偶数月に支払われる年金(年度6回)から介護保険料が差し引かれます。
◆納入通知書が届いた方
①老齢(退職)年金などの受給額が年額18万円未満の方と、平成25年度に新規に資格を取得した方(65歳になった方・転入者)
◇普通徴収 7月～翌年2月の各納期限(年度8回)までに金融機関・コンビニエンスストアなどから、納付書でお支払いください(口座振替の方は各納期限日に振り替えます)。
※年度途中で資格を取得された場合は、月割で計算します。
⑩高齢者支援課 ☎内線2687

低所得者の方向けに介護保険料の個別軽減制度を実施します

①65歳以上で、次のすべての要件に該当する方
①介護保険料の所得段階が第1～3段階(生活保護受給者、特別養護老人ホームなどの入所者を除く)、②平成24年中の収入が160万円(第1・2段階の方は80万円)以下(各段階とも世帯員が1人増すごとに60万円加算した金額)、③自己の居住用を除き、処分可能な不動産を所有していない、④200万円(2人以上の世帯は400万円)を超える預貯金などの資産を所有していない、⑤住民税が課税されている方の扶養を受けていない

◆軽減後の保険料額
◇第1・2段階の方=第1段階の半額
◇第3段階を軽減する段階および第3段階の方=第2段階と同額
⑩7月8日(月)～19日(金)の平日午前9時～午後4時30分(正午～午後1時を除く)に、①平成25年度介護保険料決定通知書または介護保険料納入通知書、②24年中の本人と世帯全員の収入が分かるもの(年金の支払通知書など)、③本人と世帯全員の平成24年1月～直近の内容が確認できるすべての預貯金通帳または

たばこの煙がPM2.5

たばこの煙のリスクは、あらゆる健康リスクの中で、際立って大きなものです。例えば、中国大陸からの飛来が問題となつている今話題のPM2.5です。

喫煙室内のPM2.5は、北京市内での測定値としても最も高い水準の600µg/m³以上に達します。また、喫煙所の周囲が微妙にたばこ臭い状況は、PM2.5の漏れ(1〜4µg/m³)です。ほんの少しでもたばこの臭いがする場所では、アスベストの安全基準を16〜100倍上回る死亡リスクがあります。

厚生労働省健康局長通知「受動喫煙防止対策について」(健発0225第2号、平成22年2月25日)では、病院、官公庁など多数の方が利用する公共的な空間については、原則として全面禁煙、という受動喫煙防止対策の基本的な方向性を示しています。喫煙者が北京と同様のPM2.5にさらされないよう、また、非喫煙者をPM2.5から保護するために、国の通知どおり喫煙所の廃止が必要とす。

4月1日から、敷地内を全面禁煙とした病院が市内にあります。患者さんたちも、ルールを守っており、違反喫煙・ぼや騒ぎなどありません。院長をはじめ職員は、周辺を巡回して、たばこの吸い殻拾いなどに努めています。受診する患者数が減ったなどということはありません。

病院内敷地内禁煙に併せて、周辺の市道上での迷惑喫煙を防止するために、市に歩きたばこ・ポイ捨て禁止の路面表示をお願いし、今年度中に表示されることになりました。

参考文献「日本禁煙学会」受動喫煙リスクシート 2 敷地内完全禁煙が必要な理由

⑩三鷹市医師会 ☎0422-147-1215