

の日=17日(火)午前11時~11時30分、④にここにキッズ=18日(水)午前10時45分~正午、⑤mamaカフェ=26日(木)午前10時30分~11時30分

所④のみ牟礼コミュニティセンター
物①タオル、汚れてもよい服装、⑤タオル
申当日会場へ(⑤は直接または電話で同ひろば☎0422-49-5500へ(先着制))

◆小学生対象のスペシャルイベント

日①スポーツの日=5日~26日の毎週木曜日午後3時30分~5時、②一輪車教室=6日(金)午後3時30分~4時30分(3時15分から受付、雨天中止)

物①飲み物、タオル、帽子、運動靴、動きやすい服装、②飲み物、タオル、あれば一輪車

申当日会場へ

◆乳幼児・小学生合同スペシャルイベント「ミニ縁日」

人1歳~就学前のお子さんと保護者15組、小学生15人

日14日(土)午後2時~3時30分

申同ひろば☎0422-49-5500へ

問同ひろば☎0422-49-5500

おもちゃの病院

三鷹市消費者活動センター運営協議会

日所①9月4・18日の水曜日=消費者活動センター、②14・28日の土曜日=リサイクル市民工房、いずれも午後1時~3時

物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

◆定例行事(9月)

日①むかしあそびの日「うた遊び」=7日(土)午後2時から、②絵本リレーぶらす「おめでとう」=11日(水)午後3時30分から、③おやじの読み聞かせ=14日(土)午前10時30分から、④街頭紙芝居=15日(日)午前11時30分から・午後1時から(全2回)、⑤絵本リレー=18日(水)午後3時30分から

申いずれも当日会場へ

◆ワークショップ「活版印刷って何?」

人①どなたでも可、②小学5年生以上

日9月21日(土)①おはなし会「活版印刷って何?」=午後2時~2時40分、②活版印刷体験「銀河鉄道の夜を活字で印刷してみよう」=午後2時50分~3時40分

※②の参加希望者は必ず①に参加してください。

料②100円

申いずれも当日会場へ

◆幼児クラブ 秋の森のたんけん隊

人2歳6カ月以上のお子さんと保護者15組(弟妹の同伴可)

日9月26日~11月21日の隔週木曜日午前10時30分~11時30分(全5回)

申9月4日(水)午前11時から必要事項(11面参照)・お子さんの名前(ふりがな)と生年月日・弟妹の有無と年齢・参加経験の有

無と回数を、直接またはファクスで同施設☎0422-39-3402へ(市民を優先して先着制)

問同施設☎0422-39-3401

「一日プレイパーク」を開催します

穴掘り、木工、たき火など、自由に外遊びができます。

日9月8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

※運営ボランティアを募集中です。くわしくは同課へお問い合わせください。

すくすくひろばの催し

◆ひいふうみの会と「わらべうた」

人3歳までのお子さんと保護者

日9月9日(月)午前11時~11時30分

申当日会場へ

◆絵本の世界を楽しむコンサート

人3歳までのお子さんと保護者70組

日9月14日(土)午前11時~11時30分

申当日会場へ(先着制)

◆年齢別あそびましょ ひよこぐみコース

人平成24年8月1日~11月30日生まれのお子さんと保護者各10組

日①こころと発達とからだ=9月24日、②こころと発達と食事=10月29日、いずれも火曜日午前10時15分~11時45分

申9月10日(火)午前10時から直接または電話で同ひろば☎0422-45-7710へ

問同ひろば☎0422-45-7710

ちびっ子農業体験「稲刈り」

人小学生以上のお子さんと保護者100組

日9月15日(日)午前10時から(雨天中止)

所大沢の里の水田脇広場(大沢2-17)

申当日会場へ(先着制)

問ぼたの里・三鷹村事務局☎090-4171-3070

家庭教育学級「思春期の子どもとのコミュニケーション術 お母さんのストレスを軽くする方法」

講師は五中スクールカウンセラーの園田雅代さん。

日市教育委員会、五中、同校PTA

日9月27日(金)午後1時30分~3時30分

所五中

物室内履き、下足入れ

申問生涯学習課☎内線3316へ

平成26年度ちどりこども園(幼稚園タイプ2年保育)入園の申込受付

保護者の就労などの有無にかかわらずお子さんを預かる、幼稚園と保育園の機能を併せ持つ乳幼児施設です。

※土曜日は幼稚園タイプ園児の保育はありません。

※通園は原則、保護者が送迎(通園バスはありません)。

人平成21年4月2日~22年4月1日生まれの

お子さん15人(申込時点で市内に住民登録があり、平成26年度も引き続きお住まいの方、または26年3月31日までに市内に転入予定の方)

日10月1日(火)~9日(水)午前8時30分~午後5時(土・日曜日、祝日を除く)に、子ども育成課(市役所4階45番窓口)へ(申込多数の場合は抽選)

◆費用 基本時間保育料月額16,000円(給食・活動・教材代を含む)

※入園時に必要な費用はありません。預かり保育料は別料金で実施します。

◆提出書類 申込書(同課で配布)、住民票(児童と保護者が記載されているもの)、市内に転入する予定が確認できるもの(転入者のみ)

◆募集要項 9月24日(火)~10月9日(水)に同園、同課、市政窓口、子ども家庭支援センターすくすくひろばで配布

◆入園募集説明会

日10月3日(木)午前10時~11時(予定)

所同園

申当日会場へ

◆面接・健康診断

日10月15日(火)面接=午前9時45分~11時30分、健康診断=午後1時45分から

問同課☎内線2732



高齢者実態調査を実施します

市では、第六期介護保険事業計画(平成27~29年)の作成に向けて、高齢者の生活実態やご意見・ご要望の調査を実施します。ご協力をお願いします。

◆1次調査(9月上旬発送予定) 無作為に抽出した65歳以上の市民約3,600人に、郵送によるアンケート調査を行います。

◆2次調査(11月上旬から) 1次調査回答者などから、介護が必要な状態の方を抽出し、訪問面接調査を行います。

※調査員は身分証を携帯しています。

問高齢者支援課☎内線2684

健康マージャンの敬老大会

日三鷹いきいき健康マージャンの集い

日9月11日(水)午前10時~午後4時(9時45分集合)

所三鷹駅北口麻雀店(三井住友銀行裏)

料3,500円(お土産あり)

申問同会(諸見)☎0422-37-0670へ

赤十字健康ワンポイント講座「高齢者支援に役立つ技術」

リラクゼーションを取り入れたケアや、ホットタオルを使った清潔ケアに関する話と実技です。

日三鷹駅周辺住民協議会

人65歳以上の市民30人

日9月18日(水)午後1時~4時

所三鷹駅前コミュニティセンター
申問直接または電話で同センター☎0422-71-0025へ(先着制)

高齢者の生活相談室

生活の中で不安に思うことや、介護・認知症などの相談に応じます。

日三鷹地域包括支援センター

日9月20日(金)午後1時~3時

所三鷹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

こころと身体健康体操

ストレッチ体操や筋力運動のほか、こころの健康についてのミニ講座を行います。

人要支援・要介護認定を受けていない65歳以上で、全回参加できる方①35人、②50人

日所①10月2・9日の水曜日午後1時30分~3時30分=大沢コミュニティセンター、②10月3・10日の木曜日午前10時30分~午後0時30分=井の頭コミュニティセンター新館(いずれも全2回)

物飲み物、タオル、動きやすい服装、②室内履き

申問9月2日(月)~12日(木)に直接または電話で総合保健センター☎0422-46-3254へ(申込多数の場合は抽選)

※当選者には9月18日(水)に案内状を郵送。

75歳からのゆったりしっかり体操教室

椅子などを使った簡単な体操です。

人要支援・要介護認定を受けていない75歳以上で、全回参加できる方25人

日10月10・17日の木曜日午後1時30分~3時30分(全2回)

所総合保健センター

物飲み物、タオル、動きやすい服装と靴

申問9月2日(月)~12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)

※当選者には通知します。

障がいのある方

新しい心身障害者医療費助成(マル障)受給者証を郵送しました

新しいマル障受給者証の有効期間は9月1日~平成26年8月31日です。所得審査を行い、引き続き受給できる対象者には新しい受給者証を8月末に郵送しました。届いていない方は地域福祉課へお問い合わせください。

また現在、受給者証を持っていない方で24年中の所得が基準内になったなど受給要件に該当する方は、新たに申請できますので同課へご連絡ください。

問同課☎内線2619

妊娠とワクチン 健康コラム

昨夏をピークにいったん減少傾向をみせたものの、風しんの流行が今年に入ってから再び急拡大し、終息のめども付きかねています。現在の流行の特徴は、主な感染が20~40歳代の成人男性で、その人たちを介して周囲に広まっていることです。この大流行で、今までほとんど報告のなかった胎児の先天性風しん症候群の増加がみられています。

感染予防対策として、ワクチン戦略が日本中で展開されており、市の助成制度を利用する人も増えています。風しんワクチン接種後は2カ月間の避妊が必要ですが、接種後の妊娠の発覚も例年と比べて全国的に増えているようです。一方、ワクチン接種後に妊娠が分かった場合でも、これまでにワクチンによる先天性風しん症候群の発生の報告はなく、妊娠を中断させる必要はないと考えられています。早まった判断をする前に医療機関にご相談ください。

もともと、妊娠時の生ワクチンは胎児への影響を考慮して原則として全妊娠期間を通じて接種は行いませんが、流行地への旅行など、やむを得ない場合は生ワクチンであるポリオや黄熱病ワクチンは妊婦にも接種することがあります。一方、不活化ワクチンのインフルエンザやB型肝炎ウイルスワクチンの妊婦への接種は、問題ないとされています。今は、冬季インフルエンザワクチンは流行前に予防接種をすることが普及していますし、医療関係勤務などの妊婦さんたちへのB型肝炎ウイルスワクチン接種は推奨されています。ワクチンが存在する麻しん、風しん、ムンプス(おたふくかぜ)、水痘などについては妊娠前に、それらの免疫抗体の有無を血液検査で確かめ、抗体がなかったり、低下している場合は、妊娠前にワクチンを接種しておくことで母子感染の予防につながります。

問三鷹市医師会 ☎0422-147-2155