

職場の健康保険に加入したときは

国民健康保険に加入している方が新たに職場の健康保険に加入した場合は、国民健康保険脱退の手続きをしてください。

職場の保険証と国民健康保険の保険証

市が医療費の返還を求める場合

転出や職場の健康保険に加入し、三鷹市国民健康保険の資格を失った後に市の保険証で受診した場合は、三鷹市国民健康保険が負担した保険給付額(医療費総額の7~9割)を返還していただきます(不当利得の返還請求)。

保険課 ☎内線2386



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宛てに、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)を送付します。

子育て支援課 ☎内線2754

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

0歳~就学前のお子さん、①ヒノキアレルギーの方を除く

①変身!スペシャルバースデー=6日(木)・7日(金)午前11時20分~11時30分(10時30分まで受付)

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

①一輪車教室=3日(月)午後3時30分~4時30分(3時15分から受付。雨天中止)

②飲み物、タオル、あれば一輪車、②飲み物、タオル、帽子、動きやすい服装

東児童館の催し(3月)

乳幼児親子ひろば

0歳~就学前のお子さん

3日~24日の月・火・金曜日午前10時~午後2時(4・21日を除く)

0歳~就学前のお子さん

5日~19日の毎週水曜日午前10時~午後1時

0歳~就学前のお子さん

8日(土)午前10時~11時30分

定例行事

①トランポリンの日=5・12・26日の水曜日午後3時30分~4時45分、②パソコンの日=5・19・26日の水曜日午後3時30分~4時50分

児童館科学あそび「紙がくるくる」

小学生以下のお子さん(未就学児は保護者同伴)

8日(土)午後3時~4時50分

おもちゃの病院

12日(水)午後2時~4時

特殊部品などの交換は実費

春休み中高生バンド教室

楽器はドラム・ベース・ギター。

市内在住・在学の中学~高校生または同世代の方

27日(木)午前11時~午後3時、28日(金)・29日(土)午後1時~5時、31日(月)午前10時~午後5時

3日(月)~14日(金)午前9時~午後5時に、必要事項(11面参照)・学校名・希望する楽器・バンド単位で申し込む人は練習したい曲を直接または電話で同館 ☎0422-44-2150へ(先着制)

同館 ☎0422-44-2150

西児童館 乳幼児のあそびひろば(3月前半)

ちびっこの日スペシャル

ICU人形劇研究会ぱべっとによる人形劇「3びきのかわいいエプロン」。

4日(火)午前11時から(10時45分開場)

ちびっこの日

開館日の午前9時~午後1時

サークルタイム

月~土曜日午前11時30分~正午

おもちゃの病院(3月)

三鷹市消費者活動センター運営協議会

消費者活動センター=5・19日の水曜日、リサイクル市民工房=8・22日の水曜日、いずれも午後1時~3時

特殊部品などの交換は実費

当日会場へ

同センター ☎0422-43-7874

星と森と絵本の家の催し(3月)

絵本のおはなし「おねえさんのおはなし」

5日(水)午後2時から

絵本リレー-ぶらす「おととうた」

12日(水)午後3時30分から

絵本リレー

19日(水)午後3時30分から

いずれも当日会場へ

同施設 ☎0422-39-3401

一日プレイパーク

3月9日(日)午前10時~午後2時(雨天中止)

北野遊び場広場(北野4-10)

当日会場へ

同館 ☎0422-2835

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(3月)

①3歳までのお子さんと保護者12組、②市内在住の8か月までのお子さんと保護者25組

500円(昼食代)

エプロン、三角巾またはバンダナ(雨天時)

みたかボランティアセンター ☎0422-76-1271へ(先着制)

みんなで体験、音遊び!

小学1~4年生10人

3月27日(木)・28日(金)午前10時~11時30分(全2回)

西社会教育会館

同館 ☎0422-32-8765へ(先着制)

おやこでよってチョコっとおっぶるーむ(4月)

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、妊婦、①首据わり~1歳6か月のお子さんと母親6組、②1・2歳のお子さんと保護者10組、③⑤8組、④4か月~1歳6か月のお子さんと保護者8組、⑥6組、⑧ハイハイ前のお子さんと母親8組

①ママ護身術エクササイズ(キック編)=3日(木)、②ママと英語であそぼ=10日(木)、③産前・産後の骨盤ケア=14日(月)、④ベビーサインで楽しい子育て=17日(木)、⑤スリングなど抱っこ用品の選び方、使い方=19日(土)、⑥一緒におもちゃを作ろう=21日(月)、⑦子育てコンビニメンバーとお茶会=24日(木)、⑧ヨガママで骨盤調整=28日(月)、いずれも午前10時30分~正午

市民協働センター

①④⑤⑧1,500円、②③2,000円、⑥1,000円、⑦300円

※①防犯ホイッスル付き、②洋書絵本付き、③さらし付き。

⑥持ち帰り用袋、⑧タオル、お子さんの敷物

3月15日(土)から必要事項(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・☎0422-46-0148・✉kyoudou@collabo-mitaka.jpへ

シルバー人材センター 平成26年度補習教室第1学期(4~7月)

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)

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)

同センター

①②12,100円、③16,000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。

3月3日(月)~18日(火)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)

休日・夜間・緊急時の診療はこちらへ

総合保健センター ☎0422-46-3254

受診の際は、必ず健康保険証をお持ちください。

①休日診療所(内科・小児科)

午前10時~11時45分 午後1時~4時30分

②休日準夜診療所(内科・小児科)

午後6時~9時30分

③小児初期救急平日準夜間診療所(こども救急みたか)

午後7時30分~10時30分(受付は午後10時まで。平日のみ)

①~③はいずれも三鷹市医師会館(野崎1-7-23)

☎0422-24-8199

④休日歯科応急診療所

三鷹市総合保健センター(新川6-35-28) ☎0422-46-3234

午前10時~11時45分、午後1時~4時

※4月から受付時間を午前10時~午後0時15分、1時30分~4時に変更します。来所前にご連絡ください。

⑤休日調剤薬局

三鷹市医薬品管理センター(上連雀7-4-8) ☎0422-49-7766

午前10時~午後4時30分、午後6時~9時30分

⑥医療機関案内(24時間)

◆三鷹消防署 ☎0422-47-0119

◆東京消防庁救急相談センター 短縮ダイヤル#7119(プッシュ回線のみ)

☎042-521-2323(多摩地区) ☎03-3212-2323(23区)

◆東京都保健医療情報センター(ひまわり)

☎03-5272-0303 HP http://www.himawari.metro.tokyo.jp/

⑦市内救急指定病院

◆杏林大学医学部付属病院(新川6-20-2)

☎0422-47-5511

◆野村病院(下連雀8-3-6)

☎0422-47-4848

◆三鷹中央病院(上連雀5-23-10)

☎0422-44-6161

