電話で同ひろば☎45-7710へ(先着制)
問同ひろば☎45-7710

かがくあそび
主井の頭地区住民協議会
日①6月7・14日、②6月21・28日の土曜日午前10時15分〜午後0時15分(全2回)
人①年長児〜小学校低学年、②小学生各25人(年長児は保護者同伴)
所井の頭コミュニティセンター本館
¥200円(2回分)
申問5月20日㈫〜28日㈬に同センター☎44-7321へ(申込多数の場合は抽選)

健康

三鷹市精神保健福祉相談
精神科専門医による個別相談。
日6月5日、7月3日の木曜日午前10時30分〜正午
所総合保健センター
申問障がい者支援課☎内線2653へ

多摩府中保健所 精神保健相談
日①思春期相談＝6月6日㈮午前9時30分〜11時30分、②アルコール相談＝6月9日㈪、③精神保健医療相談＝6月17・24日の火曜日、いずれも午後2時〜4時
所同保健所武蔵野三鷹地域センターなど(予約時に確認)
申問同保健所☎042-362-2334へ
※相談日以外でも保健師が相談に応じています(要予約)。

市民健康講座 「食育」和食を知って味わう
日本のだしと野菜寿司の試食があります。
日6月14日㈯午後1時30分〜3時
人市民30人
所三鷹駅前コミュニティセンター
申問5月19日㈪から直接または電話で総合保健センター☎46-3254へ(先着制)

催し

井の頭公園人権写真パネル展
主多摩東人権擁護委員協議会、東京法務局府中支局
日5月23日㈮午前10時〜正午(雨天の場合は26日㈪に順延)
所井の頭公園野外ステージ付近
申当日会場へ
問同局☎042-335-4753

花季さつき展
主市、市教育委員会、三鷹市芸術文化協会
日5月26日㈪〜29日㈭午前9時〜午後5時(26日は午後1時から、29日は3時まで)
※29日午後1時〜3時に、さつき剪定(せんてい)の講習会を行います(先着20人)。
所市役所1階市民ホール

申期間中会場へ
問生涯学習課☎内線3316、三鷹市皐月会☎47-0127

介護者のための懇談会
日5月27日㈫午後1時〜3時
所福祉会館
申当日会場へ
問三鷹市社会福祉協議会☎79-3505

川上郷自然の村バスツアー 「金峰山開山祭登山」
日6月7日㈯〜9日㈪(2泊3日)
人40人(最少催行人数35人)
¥19,800円(交通費、宿泊費、食事6回分、保険料を含む)
◆コース〈1日目〉午前11時30分市役所発〜金峰山荘(登山家の田部井淳子さんとの交流会)〜自然の村泊、〈2日目〉金峰山登山・開山祭(式典)見学〜自然の村泊、〈3日目〉自然の村出発〜ハイジの村〜午後4時ごろ市役所着
申問5月31日㈯までの午前9時〜午後5時に同施設☎0267-97-3206へ(先着制)

初夏のコンサート(オーボエ・ピアノ・パーカッション)
主三鷹駅周辺住民協議会、社会教育会館
日6月1日㈰午後2時〜3時30分(1時30分開場)
人100人
所三鷹駅前コミュニティセンター
申当日会場へ(先着制)
問同センター☎71-0025

「あたらしいモノづくり」のコミュニティを考える講演会
日6月3日㈫①ソーシャルファブの時代 コミュニティづくりのためのファブスペースの可能性と必要性＝午後2時〜3時40分、②3Dプリンターなどを用いたこれからのものづくりの実例＝4時〜5時
所三鷹産業プラザ
講①(公財)ハイパーネットワーク社会研究所 理事長・所長の会津泉さん、②㈱ウッドボックス 代表取締役の山口雄二さん
申問㈱まちづくり三鷹☎40-9669・FAX40-9750・✉info@mitaka.ne.jpへ

親子ふれあい ちびっ子農業体験 「田植え」に挑戦してみませんか
主ほたるの里・三鷹村
日6月8日㈰午前10時から(前日と当日が雨天の場合は中止)
人小学生以上のお子さんと保護者100組200人
所野川・相曽浦橋付近の広場(大沢2-17)
物汚れてもよい服装、脱げない履物(古い足袋など)
申当日会場へ(先着制)
問同事務局☎090-4171-3070

第15回市民が読む「太宰治作品朗読会」
主連雀地区住民協議会、みたか観光ガイド協会
日6月8日㈰午後1時〜3時
所連雀コミュニティセンター
申当日会場へ
問同センター☎45-5100、同協会(小谷野)☎44-0981

認知症の方を支える家族の会
日6月11日㈬午後1時30分〜3時30分
人家族の介護をしている方
所連雀コミュニティセンター
申当日会場へ
問連雀地域包括支援センター☎40-2635

スポーツ

7月の小学校校庭開放(団体貸切)の予約受付
日市ホームページでご確認ください
申6月1日㈰〜7日㈯に各コミュニティセンターへ
問スポーツ振興課☎内線3322

メバル・カサゴ船釣り大会
主三鷹市釣魚連盟
日5月25日㈰午前5時30分市役所庁舎北側集合〜午後5時30分(雨天決行)
人在勤・在学を含む18歳以上の市民および同連盟会員25人
¥12,500円(乗船料、氷・餌代、保険料を含む)
物さお(無料貸しさお有り)、仕掛け(現地購入可)、帽子、雨具、あれば長靴、昼食、飲み物、15ℓ程度のクーラーボックス、酔い止め
申必要事項(7面参照)・貸しさおの有無を好野☎090-1129-8190(夜間のみ)・✉yoshino@ci.kagu.tus.ac.jpへ(先着制)
問好野または三鷹市体育協会☎43-2500(月曜日、祝日を除く)

中学生ソフトテニス強化大会(夏季)
主(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会
日6月1日㈰午前8時30分〜午後5時(雨天の場合は7月21日㈷に順延)
人在学を含む市内の中学2・3年生および審判のできる中学1年生120人程度
所大沢総合グラウンド
物ラケット、シューズ、タオル、帽子、水筒
申5月22日㈭までに石井FAX050-5858-4429、✉ishiifamily@ha.hocoroco.ne.jpへ(先着制)
問石井☎090-3002-1325、三鷹市体育協会☎43-2500(月曜日、祝日を除く)

健康ウオーキング教室(春コース)
日6月19日〜7月3日の毎週木曜日午前10時〜11時30分(9時45分から受付。全3回)
人在勤を含む40歳以上の市民30人
所第一体育館
¥600円(3回分)
申5月30日㈮(必着)までに往復はがきに必要事項(7面参照)・性別・あれば健康上気になることを「〒181-8505スポーツ振興課」へ
問同課☎内線3326

市民体育祭 硬式テニスダブルス大会
申込区分は、①男子A、②男子B、③女子A、④女子B、⑤男子シニア、⑥男子グランドシニア、⑦ミックスA・B、⑧男子・女子ジュニア(中学生)。
主市教育委員会、三鷹市体育協会
日⑤⑥⑦A7月13日、⑧7月20日、④7月27日、①③8月3日、⑦B8月10・24日、②8月31日、予備日8月24日、9月21・28日、いずれも日曜日午前8時〜午後6時
人在勤・在学を含む中学生以上の市民(②④⑦Bは過去3年間同種目4位以内入賞者は参加不可。今年の12月末時点で⑤45歳以上、⑥60歳以上の方)
※⑦を除き重複参加不可。
所大沢総合グラウンド、大沢野川グラウンド
¥1組1,000円(⑧は500円)
申6月5日㈭午後6時〜9時または7日㈯午前10時〜午後1時に所定の申込用紙に参加費を添えて第一体育館へ(在勤・在学者は証明書などを提示)
※申し込みが7組に満たない種目は実施を見送ります。
※申込用紙は同協会で配布。三鷹市テニス協会ホームページHPhttp://www.mitakatennis.com/からも入手できます。
問同協会☎43-2500(月曜日、祝日を除く)、村田☎090-6513-3607

全国高等学校総合体育大会 総合開会式の観覧者募集
日8月1日㈮午後4時30分〜6時15分
人5,000人
所味の素スタジアム
申6月20日㈮(消印有効)までに専用申込用紙(同大会ホームページHPhttp://www.zen-koutairen.com/2014soutai/から入手または都庁、市役所などで配布)を「〒163-0926全国高等学校総合体育大会実行委員会事務局」、または同大会ホームページへ
問同大会総合開会式観覧募集コールセンター☎03-5733-4591

講座

役立つ英語教室
主三鷹市シルバー人材センター
日毎月3回木曜日①午前9時30分〜11時、②午前11時〜午後0時30分
人①中学英語修了程度の方、②中学英語修了以上の方
所同センター
¥月額2,500円
申問同センター☎48-6721へ(見学可)

健康コラム

水ぼうそうワクチン

水ぼうそうは水痘・帯状疱疹ウイルスの初めての感染で起こります。水ぼうそうにかかると発熱に加えて小さな水疱(すいほう)が全身にできます。感染力が強く空気感染するために、水疱が全てかさぶたになるまでの約1週間は隔離が必要であり、家族の負担も少なくありません。日本では小児を中心に毎年100万人が水ぼうそうにかかるとされており、ありふれた病気と考えている方も多いと思います。しかし、合併症として皮膚の細菌感染症、肺炎、気管支炎、熱性けいれん、脳炎、脳症などがあり、毎年4000人が重症化して入院し、そのうち20人が亡くなっています。小児の入院は合併症によることが多いのですが、特に成人では水ぼうそう自体が重症化して入院することが多く、死亡することもまれではありません。また、悪性腫瘍やネフローゼなどで免疫を強く抑える治療を受けている患者さんは、水ぼうそうにかかると重症化し死亡することも少なくありません。

水ぼうそう予防の主役はワクチンであることが明らかになり、このワクチンは日本で開発され、世界中で使用されています。期待される効果としては、重症化の予防、胎内感染や新生児感染の予防などに加え、入院に伴う医療費の抑制、社会的視点から見た家族の損失の軽減などがあります。米国では1995年からすべての小児に同ワクチンの接種が開始され、10年後には患者数は10分の1に減少し、2006年からは接種回数を2回に増やして行われています。

日本でも今年の10月から同ワクチンの定期接種が始まります。1〜2歳児を対象として、6カ月〜1年の間隔で2回接種する方式で行われる予定です。くわしくは、かかりつけの医院でご相談ください。

問三鷹市医師会☎47-2155