

おやこでよってチョコッとあつぷるーむ(4月)

NPO法人みたか市民協働ネットワーク
①ママ護身術エクササイズ(クイックパンチ編)=2日(木)、②ママのための色育(いろいろ)講座=9日(木)、③抱っこひもの安全な使い方・選び方=11日(土)、④産前・産後の骨盤ケア=13日(月)、⑤ベビーサインで楽しい子育て=16日(木)、⑥親子ヨガレッチ=18日(土)、⑦一緒におもちゃを作りましょう=20日(月)、⑧子育てコンビニメンバーとお茶会=23日(木)、⑨ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前)=27日(月)、⑩ベビーマッサージで親子のふれあい=30日(木)、いずれも午前10時30分~正午
人特に記載のないものはおおむね0~3歳のお子さんとお母さん、妊婦、①首据わり~1歳6カ月のお子さんとお母さん6組、②妊婦、1歳6カ月までのお子さんとお母さん6組、③⑦6組、④妊婦、お母さんとお子さん8組、⑤4カ月~1歳6カ月のお子さんと保護者8組、⑥6カ月~2歳前のお子さんと保護者6組、⑧10組、⑨⑩ハイハイ前のお子さんとお母さん8組
¥①⑤⑥⑨1,500円、②⑩1,800円、③1,500円(夫婦は2,000円)、④2,000円、⑦1,000円、⑧300円
※①防犯ホイッスル付き、②色育絵本付き、④さらし付き、⑩オイル・防水シート代含む。
物①抱っこ(おんぶ)ひも、飲み物、⑥⑩バスタオル、⑦持ち帰り用袋
所市民協働センター
申 3月16日(月)午前9時から必要事項(11面参照)・お子さんの年齢・名前(ふりがな)を同センター☎46-0048・FAX 46-0148・E kyoudou@collabomitaka.jpへ(先着制)

調理研究家の堀美子さん
¥800円
申 3月6日(金)(消印有効)までに往復はがきで必要事項(11面参照)を「〒181-0012 上連雀7-6-24-5NPO法人こもれび事務局」へ(申込多数の場合は抽選)
問 事務局☎42-4471
高齢者の生活相談会(3月)
日 20日(金)午後1時~3時
人 1人暮らしの心配がある方、介護や認知症などについて聞いてみたい方など
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

障がいのある方

平成27年度福祉タクシー券の郵送依頼を受け付けます
年間交付額は4月請求の場合、慢性腎不全の方は48,000円分、自動車等燃料費助成併給者は12,000円分、そのほかの方は30,000円分です(請求月により異なる)。
日 郵送依頼受付=3月2日(月)から
※年度途中での自動車等燃料費助成制度への変更・併用はできません。変更・併用を希望する場合は、3月中に届け出てください。
※4月初旬発送予定。
人 現在、福祉タクシー券の交付対象者として登録されている方
申 問 直接または電話で障がい者支援課(市役所1階14番窓口)☎内線2617へ
※窓口での交付を希望する方は、4月1日(水)~3日(金)に市役所1階市民ホール特設窓口(午前8時45分~午後4時)へ(6日(月)以降は直接同課へ)。

平成26年度後期分 心身障がい者自動車等燃料費助成金の請求を受け付けます
人 助成の対象者として認定されている方
※対象者には必要書類を郵送します。
◆助成対象期間
平成26年10月1日~27年3月31日に給油した分
◆助成金額
1ℓにつき50円単位で、1カ月の上限が50ℓ(福祉タクシー券を併給している方は30ℓ)。各月の使用量に応じて算定した金額を助成します
◆提出書類
請求書兼決定調書、領収書(ガソリン

スタンドなどで受け取った原本)
申 3月16日(月)~4月10日(金)(消印有効)に直接または郵送で「〒181-8555障がい者支援課」(市役所1階14番窓口)へ
※郵送の場合は、事前に領収書の写しを手元に保管してください。
問 同課☎内線2617

健康

三鷹市医師会 膠原(こうげん)病系難病検診・療養相談
診断・治療に対する助言、専門医への紹介、かかりつけ医の紹介、リハビリの指導、療養相談、介護保険・障害サービス利用の相談など。
日 3月14日(土)午後1時30分~4時
人 膠原病や原因不明の発熱、全身のだるさ、関節の痛みや腫れなどでお悩みの方
所 三鷹市公会堂さんさん館
申 問 3月11日(水)までに多摩府中保健所☎042-362-2334へ

催し

生活用品活用市(3月)
三鷹市消費者活動センター運営協議会
日 3~24日の毎週火曜日午前10時~午後2時
所 消費者活動センター
申 当日会場へ
問 同センター☎43-7874
※受付可能な物品や受け渡し方法などは、開催時間中に同協議会☎41-0510へお問い合わせください。
第20回まちづくりフォトコンテスト作品展
入賞作品および全応募者の作品(1部門1点)や、歴代の金賞作品を展示します。
日 3月5日(木)~8日(日)午前10時~午後7時(8日は5時まで)
所 三鷹産業プラザ
申 期間中会場へ
問 ㈱まちづくり三鷹☎40-9669
男性介護者交流会「俺たちの介護技術講習会~男性ヘルパーから介助の方法を学ぼう」
日 3月7日(土)午後1時~3時
人 市内在住の男性介護者・介護経験者
所 福祉社会館

申 3月6日(金)までに三鷹市社会福祉協議会☎79-3505へ

コミュニティ広場
地場産朝採野菜の販売、リサイクルショップなど。
三鷹市東部地区住民協議会
日 3月8日(日)午前11時~午後2時(売り切れ次第終了)
所 牟礼コミュニティセンター
申 当日会場へ
問 同センター☎49-3441

介護者のための懇談会
日 3月10日(火)午前10時30分~正午
人 家族の介護をしている方
所 福祉社会館
申 当日会場へ
問 三鷹市社会福祉協議会☎79-3505

朗読と音楽のつどい
宮沢賢治作「洞熊学校を卒業した三人」を朗読。出演は原田鮎子さん(朗読)、飛山宣雄さん(チェロ)、安芸子さん(ピアノ)。
三鷹市井の頭地区住民協議会
日 3月14日(土)午後4時~5時
所 井の頭コミュニティセンター本館
申 当日会場へ
問 同センター☎44-7321

早春芸芸大会
老人福祉センター利用者による歌、詩吟、民謡、舞踊など。
三鷹市社会福祉協議会
日 3月15日(日)午前10時~午後3時30分
所 同センター(福祉社会館内)
申 当日会場へ
問 同協議会☎46-1108

第15回絵本を味わいつくすトークラウンジ「地域研究『みたか』」
三鷹の街が登場する絵本を持ち寄って、大人同士で絵本の話を楽しみます。
日 3月15日(日)午後2時~4時
所 三鷹ネットワーク大学
¥300円(茶菓子付き)
申 おとな絵本ラウンジホームページHP
http://otonaehon.jimdo.com/へ
問 星と森と絵本の家☎39-3401

スポーツ

イシモチ船釣り大会
三鷹市釣魚連盟
日 3月15日(日)午前5時30分市役所庁舎北側集合~午後5時30分市役所解散(雨天

高齢者

こもれび ほっと・サークル「甘夏で作るマーマレードとドレスング」
日 3月20日(金)午前10時~11時30分
人 おおむね65歳以上の市民15人
所 社会教育会館

あたたかい善意

(敬称略)
三鷹市社会福祉協議会への寄付(1月分)
●一般寄付
宗教法人 三鷹不動尊 井口院 800,000円
フィッシャー幼稚園 20,000円
大沢六三会 10,000円
根道 一男 2,000円
廣田 一男 1,000円
匿名(1件) 26,694円
●一円玉硬貨募金
野崎長寿会 4,000円
東明会 2,810円
北野東晴クラブ 2,398円
四つ葉ときわクラブ 832円
弥生会 752円
上二親交クラブ 487円
金子 哲夫 447円
いきいきコーラス 275円
●ボランティア基金
渡辺 英祐 14,000円
連雀コミュニティセンター連雀のわ 10,000円

平成26年度 高齢者肺炎球菌ワクチン接種 費用の一部助成は3月31日まで

問 総合保健センター☎46-3254
接種を希望する方は早めにお申し込みください。
日 3月31日(火)まで
人 過去に接種を受けたことがない、①今年度中に65・70・75・80・85・90・95・100歳と101歳以上になる市民、②接種日当日60歳以上65歳未満の市民で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障がいや、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある方
※101歳以上の方は今年度のみ対象。
所 市内協力医療機関
※市ホームページに一覧を掲載しています。
※武蔵野市、調布市の協力医療機関でも接種できます(総合保健センターで発行する予診票が必要)。
¥ 助成後の自己負担金5,000円(助成は1回のみ、協力医療機関で支払い)
申 健康保険証など、年齢や住所を確認できるものを協力医療機関に持参し、所定の予診票に必要事項を記入して接種を受けてください(接種前の検温や診察の結果により、接種できない場合があります)。
※生活保護受給世帯・中国残留邦人等支援給付受給世帯の方は、自己負担金が免除されます。生活福祉課(市役所2階21番窓口)で交付する予診票(免除用)と保護受給等証明書を医療機関へお持ちください。