

んと保護者、②3~5カ月のお子さんと保護者各15組

物バスタオル

①9月21日(水)午前10時から直接または電話で同ひろば☎45-7710へ(先着制)

◆こんぺいとうコンサート

①6日(木)午前11時~11時40分

人年少までのお子さんと保護者70組

①当日会場へ(先着制)

◆年齢別あそびまじょ

①ひよこぐみ「こころと発達とからだ」=7日(金)午後1時30分~3時、②うさぎぐみ「からだを動かしてあそぼう」=13日(木)午前10時15分~11時15分、11時30分~午後0時30分

人①初めて参加する平成27年8月1日~11月30日生まれのお子さんと保護者12組、②26年8月1日~11月30日生まれのお子さんと保護者10組

①9月23日(金)、②9月29日(木)、いずれも午前10時から直接または電話で同ひろば☎45-7710へ(先着制)

①同日ひろば☎45-7710

家庭教育学級

①市教育委員会、①四中、同校PTA、②井口小、同校PTA

①講演会「学校で学ぶこと、学校では学べないこと」=10月8日(土)午前10時45分~午後0時15分(10時30分から受付)、②講演会「子どもの「力」を伸ばすために 子供が将来使える力を一緒に考えよう」=10月13日(木)午前10時~正午(9時30分から受付)

①四中、②井口小

①四中校長の賞雅枝子さん、②井口小校長の池田浩夫さん

物室内履き、下足入れ、筆記用具

①生涯学習課☎内線3316へ(②は9月28日(水)まで)

あそびとおしゃべりの会(10月)

①所牟礼コミュニティセンター=12日、井口コミュニティセンター・井の頭コミュニティセンター=12・26日、大沢コミュニティセンター・新川中原コミュニティセンター=19・26日、いずれも水曜日午前10時30分~正午

人年少までのお子さんと保護者

①当日会場へ

①すくすくひろば☎45-7710

子ども料理教室「さつまいもたっぷりいきなりだんご」

①10月12日(水)午後2時30分から、3時30分から

人小学1・2年生

①所西児童館

①¥150円

物エプロン、三角巾、タオル、皿、フォーク、飲み物

①①10月9日(日)午後5時までに直接または電話、ファクスで同館☎31-6039・FAX31-6261へ

養育家庭(ほっとファミリー)体験発表会

さまざまな事情から親元を離れて暮らす子どもたちを家庭に迎え入れ、一定期間、家族の一員として育てていただくのが養育家庭(ほっとファミリー)制度です。ほっとファミリーとしての養育経験を持つ方が、子育ての喜びや苦労など経験談を発表します。

①10月21日(金)午後2時~4時

①所三鷹産業プラザ

①当日会場へ

◆ほっとファミリー募集中

都の審査と研修を受けて子どもを受け入れる同制度は、法律上の養子縁組を目的としていないため、1カ月程度の短期間から長期間まで、事情に合わせて柔軟に子育て支援に取り組みます。また、養育期間中は、都の児童福祉司や養育家庭専門員、医師などのチームが養育相談に応じるなど、充実した体制でサポートします。くわしくは、お問い合わせください。

①問のびのびひろば☎40-5925、杉並児童相談所☎03-5370-6001

高齢者

介護予防講座

「シニアのためのヨガ教室」

①所三鷹市社会福祉協議会

①10~11月の第2~4火曜日午後1時30分~2時30分

人出勤を含む55歳以上の市民30人

①所福祉会館

①¥1,000円(社協会員は500円)

①9月20日(火)から身分証明書を同協議会へ(初参加の方を優先して先着制)

①問同協議会☎46-1108

介護予防教室「お口と栄養の教室」

①10月21日~11月25日の毎週金曜日午前10時~11時30分(9時45分から受付、全6回)

人65歳以上の全回参加できる市民15人

①所総合保健センター

①①9月20日(火)から直接または電話、ファクスで同センター☎46-3254・FAX46-4827へ(申込多数の場合は抽選。当選者のみ10月7日(金)に通知)

障がいのある方

身体障害者手帳をお持ちの方を日帰り旅行にご優待します

①観光バスで横浜カップヌードルミュージアムと横浜三渓園へ。

①10月26日(水)午前8時市役所集合~午後5時ごろ市役所解散

人身体障害者手帳をお持ちの市民70人

①¥1人3,500円(付添人も同額)

①10月3日(月)(必着)までに往復はがきに必要な事項(11面参照)・生年月日・障がいの種類・等級と使用用具など・車いす使用の有無・付添人の有無(歩行障がいのある方は1人まで同行可)・有の場合は付添人の氏名・住所・電話番号を「〒181-8555三鷹市社会福祉協議会」へ(申込多数の場合は昨年度落選の方を優先して抽選。結果は10月7日(金)に通知)

①問同協議会☎76-1271



認知症 介護者談話室

①9月27日(火)午後1時~3時

人介護者、介護経験者

①所福祉会館

①当日会場へ

①問三鷹市社会福祉協議会☎79-3505

地域安全市民のつどい

①所三鷹警察署、三鷹防犯協会、市

①10月1日(土)午後2時~4時30分(1時開場)

①所三鷹市公会堂光のホール

①当日会場へ

①問安全安心課☎内線2271

生活用品活用市(10月)

①所三鷹市消費者活動センター運営協議会

①10月4~25日の毎週火曜日午前10時~午後2時

①所消費者活動センター

①当日会場へ

①問同センター☎43-7874

介護者ひろば どんぐり山

①10月4日(火)午後1時30分~3時30分

人介護者、介護経験者

①所特別養護老人ホームどんぐり山(大沢4-8-8)

①当日会場へ

①問三鷹市社会福祉協議会☎79-3505

おもちゃの病院(10月)

①所三鷹市消費者活動センター運営協議会

①①所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日の土曜日、いずれも午後1時~3時

①¥特殊部品などの交換は実費

①当日会場へ

①問同センター☎43-7874

みんながいきいきできる居場所をつくるために

地域ケアネットワークや町会自治会の代表者、地域福祉ファシリテーター修了生などに、「居場所づくり」の多種多様な取り組みを伺います。

①所NPO法人みたか市民協働ネットワーク

①10月17日(月)午後7時~9時

人60人

①所市民協働センター

①①問同センター☎46-0048・FAX46-0148・✉kyoudou@collabo-mitaka.jpへ(先着制)

三鷹いきいきプラス

バス研修「昇仙峡」

①11月29日(火)午前8時15分市役所集合~午後4時30分市役所解散

人出勤を含む55歳以上の市民40人

①所秩父多摩甲斐国立公園昇仙峡、影絵の森美術館

①¥3,500円(入場料、昼食代、保険料など)

①9月30日(金)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)を「〒181-0013下連雀3-38-14-302三鷹いきいきプラス」へ(1通につき2人まで、申込多数の場合は抽選)

①問同事務局☎70-5753(月・水・金曜日午前10時~午後4時)

※参加者は同会の会員になっていただきます(入会金・会費は無料)。

市のホームページにバナー広告を掲載しませんか

①問秘書広報課広報係☎内線2134

月間アクセス数は約24万件! PR効果抜群です

市ホームページは、大変多くの方々に利用されており、効果的にPRできる広告媒体です。また、トップページの目立つ位置にボタンアイコンが表示されているサブトップページでは、利用頻度の高い生活情報を分野ごとに集約しており、より対象を絞り込んだ広告展開が可能です。

ぜひ市ホームページへのバナー広告の掲載をご検討ください。

◆広告掲載ページ

◇トップページ

◇サブトップページ(「暮らし・手続き」「福祉・健康」「子育て・教育」「安全・安心」「市政情報」「三鷹の魅力」「施設案内」「事業者向け情報」)

◆広告の掲載料

◇トップページ=1枠につき月額30,000円

◇サブトップページ=1枠につき月額20,000円

※12カ月連続した掲載申し込みの場合は、1カ月分の掲載料が割引きとなり大変お得です。

健康コラム 大腸がんについて

日本では、年間約14万人が大腸がんにかかっており、しかも徐々に増加の傾向にあります。そして、死亡数は女性では第1位、男性では第3位と多く、予防と早期発見、早期治療が大切な病気です。肉類の過剰摂取、肥満、多量飲酒、喫煙習慣が大腸がんのリスクを増大させます。運動不足、野菜、果物をほとんど食べないなども要注意です。また血縁者に大腸がんの人がいる場合はより一層の注意が必要です。血便、下血、便秘と下痢を繰り返す、便が急に細くなったり、残便感があるなどの自覚症状が見られる場合もあります。このような場合はがんが進行して、手遅れになることもあります。従って、40歳以上の人は自覚症状、危険因子の有無にかかわらず、年一回大腸がん検診を受けましょう。市では、今までの大腸がん検診では受診率が低く、国の求める受診率に遠く達する見込みがないので、今年から大幅な変更をしました。今まで特定健診などの上乗せ健診として実施されていた便潜血検査(1回法)に代わって、今年からは大腸がん検診として便潜血検査(2回法)が実施されることになりました。対象となる健診は、特定健診、後期高齢者健康診査、若年健診などです。ただし、大腸がん検診を希望する方には自己負担金として500円掛かりますので注意してください。今までは実施していた年2回春と秋の大腸がん検診は続行しますが、特定健診などを受診される方は、健診と同時に大腸がん検診を受けるようにしてください。便潜血検査が1回でも陽性の場合、精密検査を必ず受けてください。精密検査は大腸内視鏡検査をお勧めします。大腸がんの診断だけでなく、ポリペクトミーという治療も同時にできるからです。

①問三鷹市医師会☎47-2155