

「平成28年度臨時福祉給付金」 「障害・遺族年金受給者向け給付金」の 申請はお済みですか

申請期限は29年1月31日(火)(消印有効)です

支給対象となる可能性のある方には、申請書を世帯主宛てに送付していますので、支給要件を確認のうえ、早めにご提出ください。

☎三鷹市臨時福祉給付金コールセンター☎44-3102
(29年1月31日までの平日午前9時～午後5時)

⚠同コールセンターへの電話のかけ間違いが多発しています。
電話の際は番号をいま一度確認のうえ、かけ間違いにご注意ください。

① 平成28年度臨時福祉給付金

支給対象 28年1月1日(基準日)時点で三鷹市に住民登録がある方で、次の全てに該当する方

- ・28年度住民税(均等割)が課税されていない
- ・28年度住民税(均等割)課税者に扶養されていない(控除対象配偶者、配偶者特別控除を受けている配偶者、扶養親族、事業専従者でない)
- ・生活保護などを受給していない

支給額 1人3,000円(1回限り)

② 障害・遺族年金受給者向け給付金

支給対象 次の全てに該当する方

- ・①の支給対象者である
- ・28年5月分の障害基礎年金、遺族基礎年金などを受給している
- ・「高齢者向け給付金」を受給していない

支給額 1人30,000円(1回限り)

休日・夜間・緊急時の診療はこちらへ

☎総合保健センター☎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、午後6時～9時30分

② 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)

③ 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) ☎46-3234(当日電話連絡のうえ、来所)

午前10時～午後0時15分、午後1時30分～4時

④ 休日調剤薬局

三鷹市医薬品管理センター(上連雀7-4-8) ☎49-7766

午前10時～午後4時30分、午後6時～9時30分

⑤ 医療機関案内(24時間)

◆三鷹消防署 ☎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/) <http://www.himawari.metro.tokyo.jp/>

⑥ 市内救急指定病院

◆杏林大学医学部付属病院(新川6-20-2) ☎47-5511

◆野村病院(下連雀8-3-6) ☎47-4848

◆三鷹中央病院(上連雀5-23-10) ☎44-6161

①②はいずれも
三鷹市医師会館
(野崎1-7-23)
ハイキューキュー
☎24-8199

①③④の受付は、日曜日・
祝日・年末年始です。

市民活動

みんなの 掲示板

催し

からだもあたまも気持ちもスッキリ日曜日！駅前ラジオ体操&軽いウォーキングとごみ拾い&朝カフェ！
☎つながりのはじめまして☎毎週日曜日午前6時25分から(雨天中止)☎三鷹駅南口緑の小ひろば(ジブリ美術館行きバス停東側)☎当日会場へ(雨天時は同会)HP<http://enchante-de-connect.wix.com/enchante>で確認☎同会☎080-3356-5617

元気ひろば おれんじの催し

☎①アトリエひらめち「野菜を描こう」=11月22日(火)午後1時～2時30分、②歌謡曲新曲講座(カラオケ教室)=25日(金)午前11時～午後0時30分、③脳活性・リフレッシュ体操=25日午後2時～3時30分☎同会(中原3-1-65) ¥①1,000円、②2,000円、③500円☎同会☎76-5940・FAX26-9419

年賀状を毛筆と墨彩画で

☎みやび会☎11月22日、12月6・13日の火曜日午後6時～8時☎三鷹駅前地区公会堂 ¥1,000円(3回分)☎☎古内☎46-3924

みたかふれあいサロンの催し

☎①PC道場(PC・デジカメ・タブレットなどを自分のペースで)=毎週水曜日午後1時15分～3時15分、11月26日(土)午後6時15分～8時15分、②夜のiPad講座(昼間受講できない方対象)=11月23日～12月21日の毎週水曜日午後6時15分～7時45分 各10人☎三鷹産業プラザ ¥2,000円(1回)。②はiPad貸し出しあり)☎☎①当日会場へ、②NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹☎40-2663・FAX40-2664(いずれも先着制)

弁護士・藤原真由美さんのお話「憲法改正」でひっくり返るMY LIFE

☎みたか憲法のテーブル☎11月23日(火)午後2時～4時30分☎消費者活動センター ¥300円☎当日会場へ☎尼子☎32-9495

「サロンきっかけ」おしゃべり会

☎活躍きっかけ隊☎11月24日(木)午前10時～正午☎三鷹市公会堂さんさん館 ¥100円☎当日会場へ☎加藤☎080-5496-9758

楽しくきれいにウォーキング

☎いつまでも元気に歩きたい女性のためのウォーキング☎11月24日(木)午後1時～2時☎三鷹駅前コミュニティセンター ¥500円☎当日会場へ☎新坂☎090-6189-4817

特別支援教育の講演会「学習、運動で自己肯定感を高める方法」

☎発達に課題のある子を支援する会☎11月26日(土)午前10時～正午☎下連雀2-24-8三鷹第3オリエンツプラザ101☎☎平野☎090-2900-1970

手芸とおしゃべりの会(ミシン有り)0～100歳全員集合！

☎北野の地域に根ざした活動プロジェクト☎11月26日(土)午前10時30分～午後1時☎天理教東島分教会(北野4-14-43)☎当日会場へ☎野原☎090-9838-1488

歴史講座「歴史、史跡の基礎知識」

☎三鷹の歴史研究会☎11月26日(土)午後1時～4時 入25人☎三鷹市公会堂さんさん館 ¥200円(資料代)☎当日会場へ(先着制)☎太田☎48-5952

ふるしき市

☎三鷹市ボランティア連絡協議会☎11月27日(日)、12月17日(土)午前10時～午後2時(17日は1時まで)☎市役所議場棟下 ¥500円(1区画分)☎☎ボランティアセンター☎76-1271(申し込みは2区画まで)

NPO法人子ども生活・ゆめこよばの催し

☎①子どものための遊びとたき火とフリーマーケット「ティピーをたてて秋の子どもバザール！」=11月27日(日)午前11時～午後3時、②つぎあてポックワークショップ！ピアノに合わせてリズム遊び=11月30日、12月14日の水曜日午前11時～正午☎①農業公園、②フリースペースつぎあてポッケ(大沢1-16-26) ¥②大人300円、子ども200円☎☎当日会場へ。①出店希望者は事前に同法人☎34-0040

立体感覚×アート×社会性「もうひとつの地球を作ろう！」

☎キャラワークスジャパン☎11月27日(日)午後1時30分～4時30分 小学生3年生～中学生☎三鷹市公会堂さんさん館 ¥800円☎☎西岡☎☎FAX

77-9330・☎info@charaworks.jp

NPO法人子育てコンビニの催し

☎①簡易パーソナルカラー診断=11月28日(月)午前10時～11時30分、②親子ミュージック&プレイ歌や絵本の世界を英語で楽しむ=12月5日(月)午前10時～11時☎元気ひろばおれんじ(中原3-1-65) ¥①1,000円、②1,800円☎☎同法人☎info2@kosodate.or.jp☎☎同法人☎41-7021

健康体操 笑う呼吸法(笑いヨガ)

☎わっははわいわいクラブ(三鷹)☎11月29日(火)、12月4日(日)・11日(日)午前10時40分～正午☎連雀コミュニティセンター ¥500円(1回)☎☎☎ハラ☎090-3902-9691・FAX47-5033

あなたと昭和と歌謡曲・日本列島歌の旅(北日本編)

☎歌謡曲を楽しむ会☎12月1日(木)午後1時40分～4時20分☎芸術文化センター☎当日会場へ☎宮本☎042-473-8416

音トレ 体によく効く音楽の使い方「脳トレ・ロコトレ」講座

☎介護予防自主グループ「音トレ」☎12月2～16日の毎週金曜日午前10時～11時30分☎中原都営住宅内集会室 ¥500円(1回)☎☎☎谷沢☎090-4930-9676

ブロッコリーの最終支援プチバザー

☎マダムブロッコリー☎12月2日(金)・3日(土)午前11時～午後4時(3日は3時まで)☎元気ひろばおれんじ(中原3-1-65)☎期間中会場へ☎☎同会☎080-6630-0420

「とめよう外環道路！2016」集会

☎市民による外環道路問題連絡会・三鷹☎12月4日(日)午前10時～正午☎井の頭コミュニティセンター新館☎当日会場へ☎☎同会☎080-5923-0281

びよんどネット蚤の市・三鷹・武蔵野地域のホームレス支援のための

☎12月4日(日)午前11時～午後2時☎所るま・ばぐーす(下連雀4-17-6)前☎当日会場へ☎☎同会(湯川)☎46-5240

2016三鷹母親大会

☎同大会実行委員会☎12月4日(日)

午後1時～4時30分☎三鷹市公会堂さんさん館 ¥500円☎当日会場へ☎☎同会(前山)☎46-6836

第49回武蔵野アンデパンダン展

☎むさしの美術文化の会☎12月7日(火)～11日(日)午前11時～午後6時30分(11日は5時まで)☎美術ギャラリー☎期間中会場へ(出展希望者は6日(火)午前10時～午後3時に直接搬入)☎☎山森☎0423-25-3789

気楽に手作りの会(粘土花・羊毛・トルベント・つる&藤・押し花)

☎12月8日(木)午後1時～3時30分☎三鷹駅前コミュニティセンター ¥1,200円☎☎荒牧☎080-6531-7766

みた吉MAMAFes・vol.5

☎同実行委員会☎12月9日(金)午前10時～午後3時☎市民協働センター☎当日会場へ☎☎安永☎42-1741

ダンスサークルひまわり創立20周年記念ダンスの集い

☎12月10日(土)午後1時30分～4時30分☎三鷹市公会堂さんさん館 ¥800円☎当日会場へ☎☎落合☎48-6550

三鷹いのちと平和映画祭

☎三鷹いのちと平和カズドウ☎12月11日(日)午前9時30分～午後7時☎沙羅舎(下連雀3-1-24) ¥前売2,000円、当日2,500円☎12月3日(土)までに沙羅舎・やさい村(下連雀3-6-25)でチケットを購入、または太田☎info@mitakaff.com☎☎やさい村(大友)☎47-6639

羊毛フェルトのがま口★

☎ベレの会☎12月13日(火)午後1時～4時30分 入15人☎社会教育会館調羊毛作家のはるさん ¥1,500円(材料代)☎☎11月27日(日)までに迫田☎090-5999-6298・☎pelle@tokyo.za.jp(先着制)

少年少女合唱団「カントルムみたか」第6回Xmasコンサート

☎12月18日(日)午後2時45分から☎芸術文化センター☎当日会場へ☎☎前田☎090-9840-6334

会員募集

コールシーダー(女声コーラス)

☎毎週火曜日午後1時30分～3時30分☎連雀コミュニティセンター ¥

12月28日発行号

原稿締切日11月21日(月)

平成29年1月1日発行号

原稿締切日11月25日(金)

いずれも午後5時まで

月額3,500円☎☎久保☎45-0949

ラララ(シニア向けボイストレーニング)

☎毎月第2・4日曜日午後1時30分～3時☎三鷹駅前コミュニティセンター ¥入会金500円、月額1,500円☎☎武田☎☎FAX24-6368

混声合唱団 コーア・ボイメ

☎毎週月曜日午後6時45分～8時45分☎連雀コミュニティセンター ¥月額4,000円☎☎植村☎45-2039

三鷹ダンス愛好会(社交ダンス基礎・応用)

☎毎週木曜日午後6時45分～8時45分☎社会教育会館 ¥入会金1,000円、月額2,000円☎☎☎大内☎☎FAX31-8656

三鷹視覚障がい者協会(ぴあ・さくらんぼ)

定例会(研修会を含む)、バス旅行(年2回)、納涼会、新年会、カラオケサークルなど☎毎月第3水曜日(定例会)☎三鷹駅前コミュニティセンター ¥1,000円(年会費)☎☎☎金川☎42-4181

伝言板

講習会「血液がんのお話」

☎武蔵野赤十字病院☎12月1日(木)午後2時～4時☎同病院☎当日会場へ☎☎同病院がん相談支援センター☎32-3111

ICU Bell Peppersクリスマスコンサート

☎ICUハンドベルクラブ BellPeppers☎12月9日(金)午後7時30分から☎同大学礼拝堂☎当日会場へ☎☎☎同会☎ring.bellpeppers.icu@gmail.com

ICUクリスマス演奏会

☎☎ICU宗教音楽センター☎12月10日(土)午後3時から☎同大学礼拝堂 ¥2,500円☎当日会場へ☎☎同センター☎33-3330(未就学児は入場不可)

野村病院公開講座「感染症に負けないぞ！」

☎同病院患者図書室学びサロンのむら☎12月17日(土)午後1時30分～3時 入30人☎同病院☎☎☎同図書室☎47-4848(先着制)