

市からの
お知らせ

- 主催者
- 日時・期間
- 対象・定員
- 場所・会場
- 講師
- 費用(記載のないものは無料)
- 持ち物
- 申込方法 問い合わせ
- 保育 保育あり
- 手話 手話または要約筆記あり(下欄※参照)

申し込み記入例



あて先は
各記事の申込先へ
住所の記載がないものは
〒181-8555
三鷹市役所〇〇課へ
往復はがきの場合は
返信用にも住所・氏名を
記入してください

1. 行事・事業名(希望日・コース・回)
2. 郵便番号・住所
3. 氏名(ふりがな)
4. 年齢(学年)
5. 連絡先(電話番号・ファクス番号、メールアドレス)
6. そのほか必要事項(保育・手話希望の有無など)

税金

1月31日(火)は市民税・都民税の納期(第4期)です

市税を未納のままにすると、法令に基づき延滞金が加算されます。特別な事情で納期内納付が困難な場合は、納税課(市役所2階25番窓口)へご相談ください。納税には便利な口座振替のほか、コンビニエンスストアやペイジーマーク付きATMも利用いただけます。
問 同課 ☎内線2417(口座振替)・☎内線2433(納税相談)

国保・年金

国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の年金からの引き落としを口座振替に変更できます

申 振替を希望する口座の内容が分かるものと、その口座の届出印、保険証を納税課(市役所2階24番窓口)へ
※4月の年金引き落とし分から変更希望の方は、1月31日(火)までに申請してください。
問 同課 ☎内線2417

職場の健康診断や人間ドックなどの結果をご提供ください

市の特定健康診査を受けずに、平成28年4月1日～29年3月31日(金)に職場の健康診断や人間ドックを受診した方は、健診結果の提供にご協力をお願いします(提供者には1,000円相当の商品券を贈呈)。
人 28年4月1日から継続して三鷹市国民健康保険に加入している40～74歳の方
※結果を提供いただける方は健康推進課へお問い合わせください。必要な検査項目の一覧と返信用封筒をお送りします。
問 同課 ☎46-3271

20歳がスタート! 国民年金

日本に住む20～60歳未満のすべての人は国民年金に加入します。国民年金は、老後の生活や障がいにより働けなくなった場合などに、本人や家族を経済的に支えます。加入届の未提出や保険料の納め忘れがあると、年金を受けられないことがあります。
申 20歳の誕生月までに武蔵野年金事務所から郵送される加入届を市民課(市役所1階3番窓口)または市政窓口へ(厚生年金などの加入者を除く)
※加入届が届かない場合はご連絡ください。
問 同課 ☎内線2394、同事務所 ☎56-1411

子育て・教育

西児童館の催し(1月)

◆乳幼児のあそびひろば
日 乳幼児タイム＝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、乳幼児タイムスペシャル「お正月あそび」＝4日(水)～11日(水)午前9時～正午
申 当日会場へ
◆幼児料理教室「カスタードアップルパイ」
日 18日(水)午後2時から、3時から
料 150円
物 エプロン、三角巾、タオル、皿、フォーク、飲み物
申 16日(月)午後5時までに直接または電話、ファクスで同館 ☎31-6039・FAX 31-6261へ
問 同館 ☎31-6039

小中学生ボランティア活動作品展示会

ボランティア活動をテーマに小・中学生が作った標語・ポスターの受賞作品を展示します。
日 所 1月4日(水)～10日(火)＝市役所1階市民ホール、1月12日(水)～18日(水)＝井の頭コミュニティセンター、1月19日(水)～25日(水)＝牟礼コミュニティセンター、1月26日(水)～2月1日(水)＝新川中原コミュニティセンター、2月3日(金)～9日(水)＝三鷹駅前コミュニティセンター、2月10日(金)～21日(火)＝連雀コミュニティセンター、2月22日(水)～3月1日(水)＝井口コミュニティセンター、3月3日(金)～9日(水)＝大沢コミュニティセンター
申 期間中会場へ
問 みたかボランティアセンター ☎76-1271

東児童館の催し(1月)

◆定例行事
日 科学あそびの日「星空を見てみよう」＝7日(土)午後5時～6時30分、トランポリンの日＝10・24日の火曜日午後3時30分～4時45分
※そのほかの定例行事は、同館で配布の『じどうかんだより』や市ホームページをご覧ください。
◆乳幼児親子ひろば
日 ①わくわくランド＝10日・13日(金)午前10時～午後2時、②ひよこランド＝11・18日の水曜日午前10時～午後1時
人 ①就学前のお子さん、②1歳までのお子さん
◆おもちゃの病院
日 11日午後2時～4時
料 特殊部品などの交換は実費
◆正月まつり
昔あそび、餅入り豚汁の販売(1杯50円、おわん・箸持参)など。

日 14日(土)正午～午後3時
申 いずれも当日会場へ
問 同館 ☎44-2150

むらさき子どもひろばの催し(1月)

◆乳幼児のあそびひろば
日 大型遊具で遊ぼう・ボールプール＝月曜日午前10時～正午、ばんきっ子ランド＝火～金曜日午前9時～10時50分(12日(水)・20日(金)を除く)、みんなであそぼ!＝火～金曜日午前11時～11時30分(11日(水)～13日(金)・18日(水)・20日を除く)
人 就学前のお子さん
申 当日会場へ
◆乳幼児対象のスペシャルイベント
日 ①手形スタンプ＝11日・13日午前11時～11時30分、②リズム遊び＝12日午前11時～11時30分、③お正月遊びをしよう!＝14日(土)午前10時30分～11時30分(10時15分から受付)、④にこにこキッズ＝18日午前10時45分～正午(10時30分から受付)、⑤mamaカフェ＝20日午前10時30分～11時30分、⑥変身スペシャルバースデー＝25日(水)・26日(木)午前11時～11時30分
人 ①④⑥就学前のお子さん、②1歳6カ月～就学前のお子さん、③3歳～就学前のお子さんと保護者10組、⑤1歳6カ月までのお子さんと母親10組
所 ④のみ牟礼コミュニティセンター
物 ①⑤タオル
申 当日会場へ(③⑤は直接または電話で同ひろば ☎49-5500へ(先着制))

◆小学生対象のスペシャルイベント
日 ①卓球の日＝月・金曜日午後3時30分～5時(23日(月)を除く)、②みんなであそぼうデー＝火・水曜日午後3時30分～4時30分(11～25日の毎週水曜日を除く)、③スポーツの日＝木曜日午後3時30分～5時、④わくわくたこ揚げ工作＝6日(金)午前10時30分～11時30分、⑤一輪車教室＝23日午後3時40分～4時30分、⑥卓球大会＝30日(月)午後3時30分～4時45分
人 ④10人
物 ①③⑤⑥タオル、飲み物(③⑤運動靴、⑤あれば一輪車)、④持ち帰り用袋
申 当日会場へ(④は直接または電話で同ひろば ☎49-5500へ(先着制))
問 同ひろば ☎49-5500

子ども向けメニュー料理講習会「子どもが好きな和食」

日 1月18日(水)午後2時～4時(1時45分から受付)
人 1～3歳のお子さんの保護者15人
所 大沢コミュニティセンター
申 問 1月4日(水)午前10時から直接または電話ですくすくひろば ☎45-7710へ(先着制)

すくすくひろばの催し(1月)

◆年齢別あそびましょ
日 ①ぞうぐみ「つくってあそぼう」＝19

日(木)午前10時15分～11時15分、11時30分～午後0時30分、②ひよこぐみ「こころと発達と食事」＝27日(金)午後1時30分～3時
人 ①平成25年4月2日～26年4月1日生まれのお子さんと保護者各10組、②初めて参加する27年12月1日～28年4月1日生まれのお子さんと保護者12組
申 ①5日(木)、②13日(金)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)

◆4カ月までの親子のつどい
日 20日(金)午後1時30分～3時
人 初めて参加する4カ月までのお子さんと母親25組
物 バスタオル、おむつ、着替え
申 6日(金)午前10時から直接または電話で同ひろば ☎45-7710へ(先着制)

◆ベビーヨガ
日 25日(水)①午前10時30分～11時30分、②午後1時30分～2時30分
人 初めて参加する①6～9カ月のお子さんと母親、②3～5カ月のお子さんと母親各15組
物 バスタオル
申 11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)
問 同ひろば ☎45-7710

パパと子どもの親子料理教室 保育

メニューは、ひき肉とトマトのドライカレー、トウモロコシ入りコールスローなど。
日 1月28日(土)午前10時30分～午後1時30分(10時15分から受付)
人 市内の年少～就学前のお子さんと保護者12組24人、保育8人
所 井口コミュニティセンター
物 エプロン、三角巾、タオル、布巾、台布巾、お子さんの箸
申 問 1月4日(水)～19日(水)に総合保健センター ☎46-3254へ(年長児と市民を優先して先着制)

おやこでよってチョコっとなっぷるーむ(2月)

日 NPO法人みたか市民協働ネットワーク
日 ①ママ護身術エクササイズ(パンチ編)＝2日(木)、②マタニティヨガゆったり骨盤調整で安産力＝6日(月)、③「bloom 生まれたのは私」ふれあい上映会＝9日(水)、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パパの子育て講座「ベビーマッサージ」＝18日(土)、⑦みんな一緒にベビーマッサージ＝20日(月)、⑧ママと英語であそぼ!＝23日(木)、⑨スリングなど抱っこひもの安全な使い方・選び方＝25日(土)、⑩ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前)＝27日(月)、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3歳までのお子さんと親、妊婦、①首据わり～1歳6カ月のお子さんと母親6組、②妊娠15週以降の方9人(お子さん連れ