

メールで同施設 **FAX** 39-3402・**✉** ehonnoie@city.mitaka.tokyo.jpへ
※4月14日午前10時から同施設で説明会を行います。

📍同施設**☎**39-3401

西多世代交流センターの催し(4月)

◆乳幼児のあそびひろば

📅①乳幼児タイム＝開館日の午前9時～午後1時、②サークルタイム＝午前11時15分から、③あずきの会による「おはなし おはなし」＝17日(水)午後3時から

◆ペーパークラフト

📅24日(水)午後3時～4時30分

◆ユースタイムセブン

📅木曜日午後5時～7時

👤市内の中・高校生または同世代の方

📝いずれも当日会場へ

📍同センター**☎**31-6039

すくすくひろばの催し

◆①こどもの日制作と②集会

📅①4月17日(水)・18日(木)、いずれも午前10時～11時15分、午後1時30分～2時45分、②26日(金)午前11時30分から、午後3時から

👤①200組

📦あればカメラ

📝当日会場へ(①先着制)

◆年齢別あそびましょ

📅①うさぎぐみ「親子であそぼう(ふれあいあそび)」＝5月9日(水)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1「1歳のお誕生日前後のお子さんの発達や健康、食事など」＝10日(金)午後1時30分～3時

👤市内の①平成29年4月2日～9月30日生まれのお子さんと保護者各10組、②初めて参加する30年4月2日～7月31日生まれのお子さんと保護者12組

📝①4月18日、②19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)

📍同ひろば**☎**45-7710

プログラミング教室「Rubyくらぶ」

📅4月21日以降の毎月第3日曜日午後1時30分～5時

👤18歳以下のプログラミング経験者(言語は不問)15人

📍三鷹産業プラザ

💵月額3,000円

📝必要事項(11面参照)を(株)まちづくり三鷹 **FAX** 40-9750・**✉** ruby@mitaka.ne.jpへ(先着制)

📍同社**☎**40-9669

おやこでよって

チョコッとあつぷるーむ(5月)

📍NPO法人みたか市民協働ネットワーク

📅①親子リズムらんど＝2日(休)、②ベビースインで楽しい子育て＝6日(休)、③産前・産後の骨盤ケア＝9日(木)、④簡単スクラップブック(アルバム編)＝13日(月)、⑤色育(いろいろ)で心も体もリフレッシュ＝16日(休)、⑥泣きやむ、よく寝る抱っこ这个方法と抱っこひも＝18日(土)、⑦みんな一緒にベビーマッサージ＝20日(月)、⑧足形付きのバッグを作ろう！＝23日(木)、⑨パパの育児力アップ講座「助産師と育児について話そう」＝25日(土)、⑩ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前)＝27日(月)、⑪簡単スクラップブック(A4フレーム編)＝30日(木)、いずれも午前10時30分～正午

👤①首据わり～3歳のお子さんと保護者6組、②4カ月～1歳6カ月のお子さんと保護者8組、③妊婦、3歳までのお子さんと母親6組、④①妊婦、3歳までのお子さんと保護者4組、⑤妊婦、3歳までのお子さんと保護者6組、⑥妊婦、首据わりまでのお子さんと保護者4組、⑦2～11カ月のお子さんと保護者8組、⑧3歳までのお子さんと保護者10組、⑨ハイハイ前のお子さんと父親8組、⑩ハイハイ前のお子さんと母親8組

📍市民協働センター

💵①②④⑨⑩1,500円、③⑤⑪2,000円、

⑥1,500円(夫婦2,000円)、⑦1,800円、⑧1,200円

※③さらし付き、④⑧⑪材料代を含む、⑤色育絵本付き、⑦オイル・シート代を含む。

📦④写真5～10枚、⑦バスタオル、授乳ケープ、⑧授乳ケープ、⑨バスタオル、⑪写真1～3枚

📝 **📍**4月15日(月)午前9時から必要事項(11面参照)・お子さんの名前(ふりがな)・年齢を同センター**☎**46-0048・**FAX** 46-0148・**✉** kyoudou@collabo-mitaka.jpへ(先着制)

子供の日「ウッドピンチで鯉のぼり」

📅5月5日(祝)午後1時～3時30分

👤小学生以上のお子さん6人

📍リサイクル市民工房

📦はさみ、接着剤、筆記用具

📝4月19日(金)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)を「〒181-8555ごみ対策課」へ(申込多数の場合は抽選)

📍同課**☎**内線2534

小学生向けスクラッチプログラミング教室 アドバンスコース

📍三鷹市シルバー人材センター

📅①5月6日～27日の毎週月曜日、②7日～28日の毎週火曜日、いずれも午後4時30分～6時(全4回)

👤小学3～6年生のスクラッチ経験者各8人

💵5,000円(教材代を含む)

📦USBメモリー、筆記用具

📝4月23日(火)(必着)までに必要事項(11面参照)を「〒181-0004新川6-35-16三鷹市シルバー人材センター」へ(申込多数の場合は抽選)

📍同センター**☎**48-6721

改育セミナー(子育て講座) **📍**保育

📅5月7日～7月9日の毎週火曜日午前10時～正午(全10回)

👤初めて受講する在学・在勤を含む16歳以上の市民で、全回参加できる方25人、保育(1歳以上の未就学児)20人

※保育希望者は4月23日(火)午前10時～正午の説明会にお子さん同伴で必ず参加。

📍生涯学習センター

📍産業能率大学総合研究所講師の三好良子さん

📝 **📍**4月15日(月)までの午前9時～午後9時に直接または電話、インターネットで同セ

ンター(元気創造プラザ4階) **☎**49-2521・

🌐 https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/ (元気創造プラザ講座申込システム)へ(申込多数の場合は抽選)

長崎「親子記者」参加者を募集

長崎平和祈念式典への参加や被爆者への取材を行います。

📍日本非核宣言自治体協議会

📅8月8日(休)～11日(祝)(3泊4日)

👤初めて参加する市内在住の小学4～6年生と保護者、全国の対象自治体から9組18人

※三鷹駅から長崎市までの往復交通費、宿泊代、滞在中の取材補助経費(1組10,000円)、旅行保険代は主催者が負担。※上記以外の食費、個人的な経費などは自己負担。

📦取材に用いる道具(カメラなど)

📝5月7日(火)(必着)までに申込書(同協議会ホームページで入手)を「〒852-8117長崎市平野町7-8日本非核宣言自治体協議会事務局」・**✉** info@nucfreejapan.comへ(1組1通。申込多数の場合は抽選)

📍同協議会**☎**095-844-9923



こもれび ほっと・サークル「ハンドベルを楽しみましょう」

📅毎月第1・3木曜日午前10時～11時45分

👤おおむね65歳以上の市民

📍みたかボランティアセンター

📍音楽療法士の酒井比奈子さん

💵1回500円

📝5月25日(土)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)を「〒181-0012上連雀9-10-21NPO法人こもれび事務局」へ

📍同事務局**☎**42-4471(当日は**☎**080-3384-6994)

高齢者の生活相談会

📅4月19日(金)午後1時～3時

👤一人暮らしで生活に心配がある方、介護や認知症について聞いてみたい方

📍連雀コミュニティセンター

📝当日会場へ

📍連雀地域包括支援センター**☎**40-2635

介護予防教室「はつらつ体操」

👤65歳以上で全回参加できる市民①15人、②④⑥25人、③⑤⑦20人

📝4月8日(月)～17日(水)の平日に下記申込先へ(申込多数の場合は抽選。当選者のみ通知)

教室名(会場)	日時(全12回)	申込・問い合わせ先
①はつらつ体操連雀 (下連雀南浦地区公会堂)	5月9日～7月25日の 毎週木曜日 午後2時～3時30分	野村病院 ☎ 47-4848
②はつらつ体操大沢 (大沢コミュニティセンター)	5月9日～8月1日の 毎週木曜日 (5月16日を除く) 午後1時～2時30分	健康推進課 (元気創造プラザ2階) ☎ 内線4224・ FAX 46-4827 (窓口でも受付)
③はつらつ体操井の頭 (井の頭コミュニティセンター)	5月10日～7月26日の 毎週金曜日 午前10時30分～正午	三鷹市社会福祉事業団 ☎ 44-7400・ FAX 44-9772 (窓口でも受付)
④はつらつ体操井口 (井口コミュニティセンター)	5月10日～7月26日の 毎週金曜日 午後1時～2時30分	西部地域包括支援 センター ☎ 34-6536
⑤はつらつ体操駅前 (三鷹駅前コミュニティセンター)	5月10日～7月26日の 毎週金曜日 午後1時30分～3時	介護老人保健施設太郎 ☎ 76-6636・ FAX 76-6635 (窓口でも受付)
⑥はつらつ体操新川中原 (新川中原コミュニティセンター)	5月10日～8月2日の 毎週金曜日 (5月17日を除く) 午前10時30分～正午	みたか紫水園 ☎ 40-7201・ FAX 40-7205 (窓口でも受付)
⑦はつらつ体操牟礼 (牟礼コミュニティセンター)	5月13日～8月5日の 毎週月曜日 (7月15日を除く) 午後1時～2時30分	東部地域包括支援 センター ☎ 48-8855

平成31年度

**高齢者肺炎球菌ワクチン
接種費用の一部助成**

📍健康推進課**☎**内線4202

📅令和2年3月31日(火)まで

👤過去に接種を受けたことがない市民で、①2年3月31日までに65・70・75・80・85・90・95・100歳、101歳以上になる方、②接種当日に60歳以上65歳未満で、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

📍市内協力医療機関(市ホームページをご覧ください)
※武蔵野市(総合保健センターで発行する予診票が必要)、調布市の協力医療機関でも接種できます。

💵自己負担金5,000円(医療機関で支払い)

📝事前に医療機関に連絡のうえ、健康保険証など年齢や住所を確認できるものを持参し、所定の予診票を記入のうえ接種(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)で交付する免除用予診票と受給証明書を医療機関へお持ちください。