

①小学校図画作品展

②中学校美術展

市立小・中学校の児童・生徒の図画工作、美術の代表作品を展示します。

市立小・中学校教育研究会、市教育委員会

日①1月23日(木)～26日(日)午前9時30分～午後4時30分(26日は2時まで)、②1月31日(金)～2月2日(日)午前10時～午後4時(31日は2時から、2日は3時まで)

所芸術文化センター

申期間中会場へ

問指導課☎内線3243

※自家用車での来場はご遠慮ください。

一日プレイパーク

日1月26日(日)午前10時～午後2時(雨天中止)

所農業公園

申当日会場へ

問緑と公園課☎内線2835

西多世代交流センターの催し

◆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15分から、節分の会＝1月29日(火)午前11時から、1月生まれのお誕生会＝1月31日(金)午前11時15分から

◆なんじゃもんじゃの日

日1月29日、2月5日の水曜日午後2時30分～4時

人未就学児と保護者、小学生

所なんじゃもんじゃの森

申いずれも当日会場へ

◆コカリナクラブ

日2月1・29日の土曜日午前10時から

人小学生

申直接または電話、ファクスで同センター☎31-6039・FAX31-6261へ

◆てづくり教室

日2月12日(水)午後2時30分～4時30分

講キャラワークスジャパンの西岡直実さん

申当日会場へ

問同センター☎31-6039

すくすくひろばの催し

◆①節分制作・②集会

日①1月30日(木)・31日(金)午前10時～11時

15分、午後1時30分～2時45分、②2月3日(月)午前11時30分から、午後3時から

人①市内の年少までのお子さんと保護者200組

物あればカメラ

申当日会場へ(①先着制)

◆年齢別あそびましょ

日①ひよこぐみ「1歳のお誕生日前後のお子さんの発達や健康、食事など」＝2月4日(火)午前10時15分～11時45分、②うさぎぐみ「お絵かきをしてあそぼう」＝13日(木)午前10時15分～11時15分、11時30分～午後0時30分

人市内の①初めて参加する平成30年12月1日～31年4月1日生まれのお子さんと保護者12組、②29年10月1日～30年4月1日生まれのお子さんと保護者各10組

申①1月21日(火)、②30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)

◆ベビーヨガ

日2月5日(水)①午前10時30分～11時30分、②午後1時30分～2時30分

人市内の初めて受講する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1月22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

市内中学生による

薬物乱用防止ポスター・標語展

日東京都薬物乱用防止推進三鷹地区協議会

日2月3日(月)～7日(金)午前8時30分～午後5時(7日は4時まで)

所市役所1階市民ホール

申期間中会場へ

問児童青少年課☎内線2713

生涯学習自主グループ対象の

保育サービス

コミュニティの創生に関する地域の課題について、主体的な学習を行う自主グループに所属する、子育て中の方を支援するため、一時保育を提供します。

日2月3日(月)午前9時～正午、7日(金)・12日(水)・21日(金)・26日(水)午後1時～4時

人2グループ。保育は1歳～未就学児、1グループ5人(1歳児は2人)まで

所子ども発達支援センター

申1月20日(月)～31日(金)に必要書類を生涯学習課(第二庁舎2階)へ(申込多数の場合は抽選)

問同課☎内線2921

小学生向け

スクラッチプログラミング教室

日所三鷹市シルバー人材センター

日①アドバンスコース＝2月3日～24日の毎週月曜日、②スクラッチクラブ＝2月4日～25日の毎週火曜日、③入門コース＝3月2日～23日の毎週月曜日または3月3日～24日の毎週火曜日、いずれも午後4時30分～6時(全4回)

人小学3～6年生各コース8人(①②はスクラッチ経験者)

¥5,000円(教材代を含む)

物USBメモリー、筆記用具

申①②1月28日(火)、③2月25日(火)(いずれも必着)までに必要事項(15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)

問同センター☎48-6721

あそびとおしゃべりの会(2月)

日所牟礼コミュニティセンター＝5日、井の頭コミュニティセンター・井口コミュニティセンター＝12・26日、新川中原コミュニティセンター・大沢コミュニティセンター＝19・26日、いずれも水曜日上午10時30分～正午

人年少までのお子さんと保護者

申当日会場へ

問すくすくひろば☎45-7710

子育て講座

「親子で楽しく子育て!」

保育

日2月6日(木)、3月11日(水)のうち1日、いずれも午前10時～正午

人おおむね1歳8カ月～2歳のお子さんの親、保育(4カ月～未就学児)16人

所総合保健センター

講東京学芸大学教授の菅野敦さん

申問直接または電話で健康推進課(元気創造プラザ2階)☎内線4226へ(先着制)

「むらさき子どもひろば」

利用方法変更の説明会

4月から利用方法が変わるため、説明会を開催します。

日2月7日(金)・8日(土)、いずれも午前10時から

所同ひろば

申当日会場へ

問児童青少年課☎内線2712

山本有三記念館

第17回「おはなし会」

作品は『ねことねずみ』『ゆきのひ』ほか。

日2月8日(土)午後2時～2時30分

人小学校低学年以下のお子さん15人程度(未就学児は保護者同伴)

¥300円(入館料。中学生以下無料)

申当日会場へ(先着制)

問同記念館☎42-6233



在宅療養中の紙おむつ支給と入院中の紙おむつ代の助成

市では、おむつを必要とする要介護高齢者等に紙おむつの現物支給を行っています。また、紙おむつの持ち込みが認められていない医療機関に入院し、おむつ代を負担している方には、償還払いにより助成します(月額上限6,000円)。※同一月に現物支給と助成の併用はできません。

人要介護認定4・5で住民税非課税世帯の方(生活保護受給世帯の方を除く)

申各申請書(市ホームページから入手可)を直接または郵送で「〒181-8555高齢者支援課」(市役所1階12番窓口)へ

問同課☎内線2627

①体操とおしゃべり・ミニ講座

②高齢者の生活相談会

日1月22日(水)午後2時～4時

人①65歳以上の方、②日常生活に不安のある方、介護や認知症について聞いてみたい方

所牟礼地区公会堂

物飲み物

第11回 わん!だふる読書体験

所問三鷹図書館(本館)☎43-9151

子どもたちが、犬と触れ合いながら本の読み聞かせを体験します。犬のために読む本を選んだり、読む練習をすることで、読書の楽しさを体験できます。

日2月8・22・29日の土曜日午後2時～3時

人保護者と離れて読み聞かせができるお子さん、各日8人

※初めての方は「ふれあい教室(2月1日(土)午後2時～3時)」に参加してください。

物犬に読んであげたい本

申1月21日(火)午前9時30分から同館☎43-9151へ(先着制)

令和2年度三鷹消防少年団新入団員募集

「みたか消防体験ツアー」

新入団員の募集に伴い、ロープや消火器の使い方、はしご車の乗車体験など、消防少年団の活動を紹介する体験ツアーを開催します。

日2月16日(日)午前10時～正午

人市内在住で4月から小学3・4年生になるお子さん

所三鷹消防署(下連雀9-2-17)

申問2月7日(金)までに同消防署☎47-0119へ

※自家用車での来署はご遠慮ください。

健康コラム

薬物乱用防止教室について

最近何かと話題になっている薬物乱用についてお話したいと思います。

ニュースなどで芸能人の薬物使用が取り上げられています。薬物というと麻薬、覚せい剤、大麻、合成麻薬MDMAなどを思い浮かべると思います。でも医療機関からもらう薬も正しく使用しなければ薬物乱用となります。特に睡眠剤や安定剤などは薬物乱用の対象とされ問題になっています。ただ一般的には麻薬、覚せい剤、大麻、MDMAなどが問題になることが多いです。

三鷹市内には市立の小・中学校が22校あります。各学校には必ず非常勤の学校医がいますが、学校薬剤師も必ずいます。普段は学校の環境衛生の検査を行っています。ですが、学校側から依頼があると薬物についての授業をすることがあります。それが「薬物乱用防止教室」です。

授業では薬物とは何か、薬物の怖さ、そして薬物に手を出さないためのお話をしています。近年の薬物使用者を見ると、覚せい剤は30～40歳代の使用者が一番多く、大麻に関しては若年層の使用者が急増していました。昔に比べて若年層には身近になって、手に入れやすい環境になっているのかもしれない。そのためにも小・中学校で薬物の正しい知識を学ぶことが大切です。

薬物の一番怖いところは依存性です。薬物の再犯率は60%を超えているといわれています。一度使うと体がその快楽を覚えてしまい、また使いたくなる。もしやめられても何かの拍子にその快楽を思い出す「フラッシュバック」を起こすからです。

まずは薬物の怖さを知り、近付かず、誘われても断ることが大切です。そして一人で抱え込まず周りの人たちに助けを求めることも大切です。

問三鷹市薬剤師会☎49-7766