

介護・医療・地域資源情報検索サイト 「三鷹かよおっと」をご利用ください



☎ 介護保険事業所について＝介護保険課☎内線2685
医療機関について＝高齢者支援課☎内線2625
地域資源について＝高齢者支援課☎内線2622

介護保険事業所や通いの場、趣味のサークル活動、日常生活支援サービスなど、高齢者が参加・利用できる場所を簡単に探せる検索サイト「三鷹かよおっと」を10月1日から公開しています(令和3年3月から医療機関情報も公開予定)。また、地域で活躍中の団体の登録も募集しています(掲載には基準があります)。

三鷹かよおっと

HP <https://chiiki-kaigo.casio.jp/mitaka>
(右記二次元コードからアクセス可)



●待たずに受け取れる!●

マイナンバーカード 受け取り専用窓口を開設

☎ 市民課☎内線2326

マイナンバーカード関連の手続きで窓口が混雑するのを防ぐため、10月1日から専用窓口を開設しています。

☎ 平日午前9時～午後4時30分(年末年始を除く)、第2・4土曜日午前9時～午後5時(正午～午後1時を除く)

☎ 三鷹市マイナンバー特設窓口(市役所1階市民課内)

受け取りには予約が必要です

「交付通知書」が届いた方は、三鷹市マイナンバー特設窓口☎内線2371へご連絡ください(平日のみ)。



全国瞬時警報システム情報伝達訓練 (Jアラート)

☎ 防災課☎内線4511



地震や武力攻撃などの発生時に備え、Jアラートを利用した情報伝達訓練を全国一斉に行います。市内の防災無線のすべてのスピーカーから、訓練用のチャイムの後に、一斉に試験放送を流します(最大音量で実施します)。

☎ 10月7日(水)午前11時ごろ

放送内容 「これは、Jアラートのテストです(3回繰り返す)。こちらは、防災三鷹です」

- ※当日の災害発生状況や気象状況により中止する場合があります。
- ※当日は、市ホームページ、市公式ツイッター、安全安心メールでも試験放送と同内容の情報を配信します。

駅前放置自転車 クリーンキャンペーン



「放置ゼロ キレイな街でおもてなし」

☎ 都市交通課☎内線2884

10月22日(木)～31日(土)の期間中、放置自転車の撤去を強化します。自転車を放置すると、まちの美観を損ねるだけでなく、歩行者が歩きにくくなる、車の通行を妨げて交通渋滞を招く、災害時の避難や消防車の消火・救助活動の妨げになるなど大変危険です。一人ひとりが駐輪マナーを守って、放置自転車のない快適なまちづくりにご協力ください。

放置自転車は撤去します

歩道や車道などに放置している自転車や50cc以下の原動機付自転車は撤去します。撤去した車両は自転車等保管場所(中原3-3-15)で保管し、返還の際には撤去料(自転車2,500円、原動機付自転車4,000円)を徴収します。

令和3年4月から 武蔵野市駐輪場の利用方法などが変わります

☎ 武蔵野市交通企画課☎60-1860

必要な方が必要な時に利用できるよう、利用方法などを一体的に変更します。

定期利用から一時利用への転換

駅中心からおおむね200m以内のすべての公共駐輪場や、商圏に近い一部の公共駐輪場を段階的に一時利用に転換します。

料金設定の変更

- 一時利用 入庫後2時間まで無料になります。
- 定期利用 駅や商圏からの距離と置き場の階層に応じた料金を設定します。

定期利用に毎年度の抽選制度を導入

抽選は毎年1月に実施します。

ごみの減量にご協力ください

☎ ごみ対策課☎内線2534

生ごみの水切りをお願いします

生ごみは、その70～80%が水分といわれ、水分を多く含むため重量があります。きちんと水切りをすると、悪臭の防止はもちろん、環境負荷の低減にもつながることをご存じですか。

◆意外と大きい!水切りの効果

- ごみの容量が減り、ごみ袋のサイズを小さくできる
- ごみの重量が減り、収集車の燃費が向上して二酸化炭素の発生が抑制される
- ごみの水分量が減り、焼却処理をするときの燃焼効率が上がる

◆まずはごみを濡らさない!水切りのコツ

- 野菜などは使えない部分を切り落としてから洗う
- 野菜の皮などをむくときは直接ごみ袋に捨てる
- 水分を含んだ生ごみは三角コーナーなどに入れて一定時間放置する。できれば、水切りネットで最後にひと絞りを



「ごみ減量・リサイクル協力店」を募集しています

市では、環境に配慮した活動をしているお店を協力店として認定し、その活動を支援しています。認定した協力店は、リサイクルカレンダーや市ホームページなどで紹介して、市民のみなさんに利用を呼びかけます。

※認定要件や応募方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

東京都こころといのちのほっとナビ —ココナビ

ココナビでは、悩み・世代別の相談窓口や自殺対策の基礎知識などを紹介しています。

◆ココナビ

HP <https://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kokonavi/>(右記二次元コードからアクセス可)



◆相談内容に応じて支援機関におつなぎします

◇東京都自殺相談ダイヤル「こころといのちのほっとライン」☎0570-087478

- 年中無休。受け付けは午後2時～翌朝の午前5時30分
- 相談料無料(通話料がかかります)

◇LINE相談「相談ほっとLINE@東京」(右記二次元コードからアクセス可)

- 年中無休。受け付けは午後2時～9時30分



三鷹市「こころの相談室」 「こころの相談ダイヤル」

子育てや介護、夫婦・親子関係や対人関係、自己内面のことなど、専門の相談員と一緒に解決の糸口を探します。お気軽にご相談ください。

◆こころの相談室(対面相談<電話相談可>)

☎ 毎週木・土曜日午後1時～5時(祝日、年末年始を除く。1回50分まで)

☎ 在学・在勤を含む女性市民

☎ 女性交流室(下連雀3-30-12中央通りタウンプラザ4階)

☎ 事前に相談・情報課☎内線2215へ

◆こころの相談ダイヤル(電話相談)

☎ 毎月第2火曜日午後1時～4時、第4火曜日午後5時～8時(祝日、年末年始を除く。1回30分まで)

☎ 在学・在勤を含む市民 ☎ 相談員直通番号☎29-9864へ