

今号の紙面から

- ふたご家庭支援事業
ご活用ください 2面
- お子さんの予防接種に関する
お知らせ 3面
- マイナンバーカード
受け取り専用窓口を開設 4面
- 市からのお知らせ 11面から
- 大沢の里水車「しんぐるま」の
水輪再生にご支援を 12面

吸う人も吸わない人も気持ちよく過ごせるために

テーマは
思いやりと共存

三鷹市受動喫煙防止条例を 制定しました



自分の意思とは関係なくたばこの煙にさらされる「受動喫煙」による健康への悪影響を防ぐため、市では独自に「三鷹市受動喫煙防止条例」を制定しました。

喫煙する人とならない人の共存を図りながら、誰もが健康に暮らせる“安全で快適な生活環境”の確保を推進していきます。

※ 同条例の全文は、市ホームページでご覧いただけます。 **問** 環境政策課 ☎内線2525



三鷹市受動喫煙防止条例のポイント

今年4月1日に施行された国の「改正健康増進法」と都の「東京都受動喫煙防止条例」では、主に屋内での受動喫煙を防止することが定められています。

今回制定した市の条例ではさらに、路上や公園などを含む**屋外での受動喫煙防止**と、健康への影響が大きい**子どもの受動喫煙防止**を一層推進することを目指した規制を付加し、**令和3年4月1日に施行**します。

新たに**喫煙禁止**となる場所

- 市の施設などの敷地内屋外と、施設に隣接する路上
- 市が管理する公園・児童遊園・広場・緑地と、隣接する路上
- 市内の小・中学校、高校と市の児童福祉施設の敷地内屋外と、隣接する路上

一層の**受動喫煙防止**が求められる場所

次の場所は喫煙禁止ではありませんが、受動喫煙の防止に一層の配慮や意識向上が求められます。

- 小・中学校、高校の通学路
- 三鷹駅前の「喫煙マナーアップ区域」(右記)

よくある質問と回答



Q. たばこを吸う人はどうすればいいの？

A. たばこを吸う際はこれまで以上に周囲の状況に配慮しましょう。市では、喫煙マナーアップ区域に受動喫煙防止対策を講じた「特定喫煙所」を配置するなど、適切な対策を行います。



Q. 加熱式たばこの取り扱いは？

A. 加熱式たばこについては厚生労働省の知見に基づき、現時点では紙巻きたばこと同様に規制対象とします。



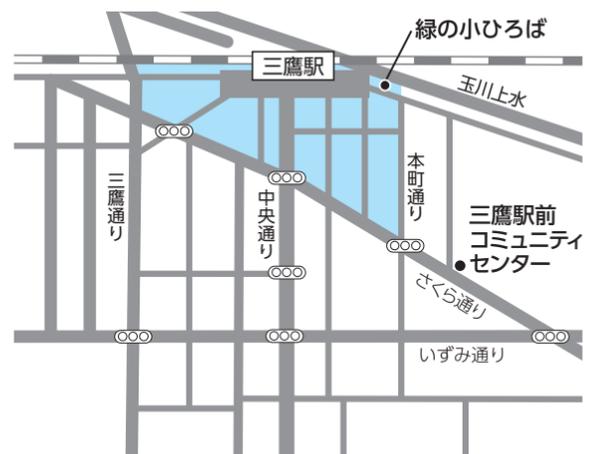
Q. 最初から市域全体を喫煙マナーアップ区域にすれば？

A. まずは三鷹駅南口の喫煙マナーアップ区域で喫煙者のマナーを見極め、成果が見られない場合は喫煙マナーアップ区域の拡大や喫煙禁止区域の指定も含め今後の対応を検討します。



三鷹駅前を「喫煙マナーアップ区域」に指定します

条例の施行に伴い、まずは人の往来が多い三鷹駅南口の駅前の一部を「喫煙マナーアップ区域」(下図)に指定し、受動喫煙の防止をより一層推進します。条例施行後は、区域内を「路上等受動喫煙防止指導員」が巡回し、声掛けと喫煙所の案内をします。また、7月下旬に撤去した開放型の駅前デッキ喫煙所に代わり、受動喫煙対策を講じた閉鎖型の公衆喫煙所を、令和3年1月に駅前の「緑の小ひろば」に設置します。



喫煙マナーアップ区域

説明会を開催します

同条例と閉鎖型公衆喫煙所の設置に関する説明会です。

- 日** 10月11日(日)午前11時～正午、午後2時～3時、16日(金)午前11時～正午、午後2時～3時、7時～8時
- 人** 各回20人
- 所** 三鷹駅前コミュニティセンター(上記地図参照)
- 申** 必要事項(11面参照)を同課☎内線2525・✉ kankyo@city.mitaka.lg.jpへ(先着制)

令和
3年度

保育園などの入園申し込み

☎子ども育成課(市役所4階45番窓口) ☎内線2732

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、申込書は郵送のみで受け付けます。

人 保護者の就労などで3年4月から入・転園を希望する方(2年度の入園を待機中の方を含む)

※これから生まれるお子さんは、3年2月3日(水)までに生まれた方が対象です。

申 11月10日(火)(消印有効)までに必要書類を「〒181-8555子ども育成課」へ

入園案内は同課、市政窓口、認可保育園、のびのびひろば、すくすくひろば、みたか子育てねっとホームページ [HP](https://www.kosodate.mitaka.ne.jp/) <https://www.kosodate.mitaka.ne.jp/>で入手できます。

市外の保育園の申し込みも、受け付けは三鷹市です

申 入園を希望する自治体の締め切り日の10日前までに同課へ

※必要書類など、詳しくは申込先の自治体にご確認ください。

障がいや医療的ケアなど特別な配慮を必要とするお子さんの保育(ケアプラス保育)の入園申し込み

申 10月26日(月)~30日(金)に直接同課へ(郵送は原則不可)

※詳しくは入園案内、市ホームページをご覧ください。

幼稚園型認定こども園三鷹台幼稚園の保育認定枠への申し込み

入園申し込みは三鷹台幼稚園で受け付けます。詳しくは、同課、同園で配布している入園案内をご覧ください。

申 11月1日(日)に必要書類を同園(井の頭2-13-20)へ

10月1日 スタート ふたご家庭支援事業をご活用ください



☎ふたご家庭サポーターの派遣=子ども家庭支援センターりぼん ☎40-5925、ふたご家庭の移動支援=健康推進課 ☎内線4227

「ふたご家庭サポーター」を派遣します

市の講習を修了した「ふたご家庭サポーター」が、家事や育児、外出をサポートします。

日 午前8時~午後7時(1日4時間以内。年末年始を除く)

人 三鷹市に住民登録があり、3歳未満の多胎児がいる世帯

¥ 1時間500円(別途サポーターの交通費)

申 直接または電話で同センター(教育センター2階) ☎40-5925へ

ふたご家庭の移動を支援します

乳幼児健診や定期予防接種などで外出の際、タクシー乗車に利用できる商品券を配布します。

◆配布額 1世帯24,000円(年間)

人 三鷹市に住民登録があり、3歳未満の多胎児がいる世帯。対象者には案内を郵送し、保健師や助産師による面接後に商品券を配布します。

申 面接を受ける場合は平日午前9時~午後5時に同課 ☎内線4227へ

令和3年度

子ども発達支援センター くるみ幼児園の入園申し込み

☎同センター ☎45-1122

障がいのあるお子さんや発達に課題のあるお子さんを対象に、発達段階に合わせた療育を行います。

人 障がいや発達に課題があり、小集団での療育が可能な市内の2歳~就学前のお子さん若干名

◆利用時間 平日午前9時15分~午後2時

◆利用料

世帯の所得税額の区分に応じて算出される児童発達支援事業利用者負担額の支払いが必要です(そのほか、給食費などの実費負担あり)。

申 10月26日(月)~30日(金)(必着)に申込書(市ホームページで入手)を直接または郵送で「〒181-0004新川6-37-1子ども発達支援センター」(元気創造プラザ1階)へ

令和3年度

学童保育所の入所申し込み

☎児童青少年課(市役所4階41番窓口) ☎内線2713

保護者の就労などのため、放課後など(午後6時まで、延長は7時まで)の育成を必要とする児童が対象です。新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、提出方法を対面から原則として郵送に変更します(対面での提出も可)。

人 3年4月に新小学1~3年生になるお子さん

※市内学童保育所に在籍中で、4月以降も引き続き入所を希望する方も申し込みが必要です。

申 11月23日(月・祝)(消印有効)までに必要書類を「〒181-8555児童青少年課」(継続の方は入所している学童保育所)へ。対面での提出は11月17日(火)~23日午前9時30分~午後4時に第二庁舎4階へ(土・日曜日、祝日も受け付け)

障がいのあるお子さんの入所申し込み

人 3年4月に新小学1~4年生になるお子さんで、学童保育所での集団生活が可能の方

申 11月1日(日)(消印有効)までに必要書類を「〒181-8555児童青少年課」(継続の方は入所している学童保育所)へ。対面での提出は10月28日(水)~30日(金)午前9時~午後5時、31日(土)・11月1日午前9時~正午に同課へ

入所案内は10月上旬から市ホームページのほか、同課、市政窓口、市内保育園・幼稚園、学童保育所、三鷹市社会福祉協議会、のびのびひろば、すくすくひろばなどで配布します。

ペアレント・メンター 相談会

☎障がい者支援課 ☎内線2657

「専門機関や医療機関の相談を考えているけど、どうしたらいいの?」と悩んでいる保護者のみなさんを対象に、発達障がい児(者)の子育てをしてきた親(ペアレント・メンター)が、その経験を生かしてお話を伺います。

日 ①個別相談会=10月8日、11月12日、12月10日、令和3年1月14日、2月18日、3月11日の木曜日午前9時30分~10時30分、11時~正午、②グループ相談会(交流会)=10月28日(「通常の学級」在籍の子ども)、11月18日(「親」が楽になるために)、12月16日(「学校が苦手」な子ども)、3年1月20日(「女の子」ならではの悩み)、2月24日(「通常の学級」在籍の子ども)、3月24日(「親」が楽になるために)の水曜日午前10時~正午

人 各日①2人(1回1人)、②8人

所 三鷹市公会堂さんさん館ほか

申 必要事項(11面参照)を(一社)発達障がいファミリーサポートMarble FAX 76-2720・✉marble.soudan@gmail.comへ(先着制)

保育所等訪問支援を利用する お子さんを募集

☎子ども発達支援センター ☎45-1122

同センターの訪問支援員が、保育所、幼稚園などを訪問し、障がいのあるお子さんの集団生活を支援します。

日 令和3年4~9月

人 保育所、幼稚園などに在園し、専門支援を必要とする障がいのあるお子さん若干名

申 10月26日(月)~30日(金)(必着)に申請書(市ホームページで入手)を直接または郵送で「〒181-0004新川6-37-1子ども発達支援センター」(元気創造プラザ1階)へ

お子さんの予防接種に関するお知らせ

☎健康推進課 ☎内線4203

10月から種類の違う予防接種の間隔の規定が変わりました

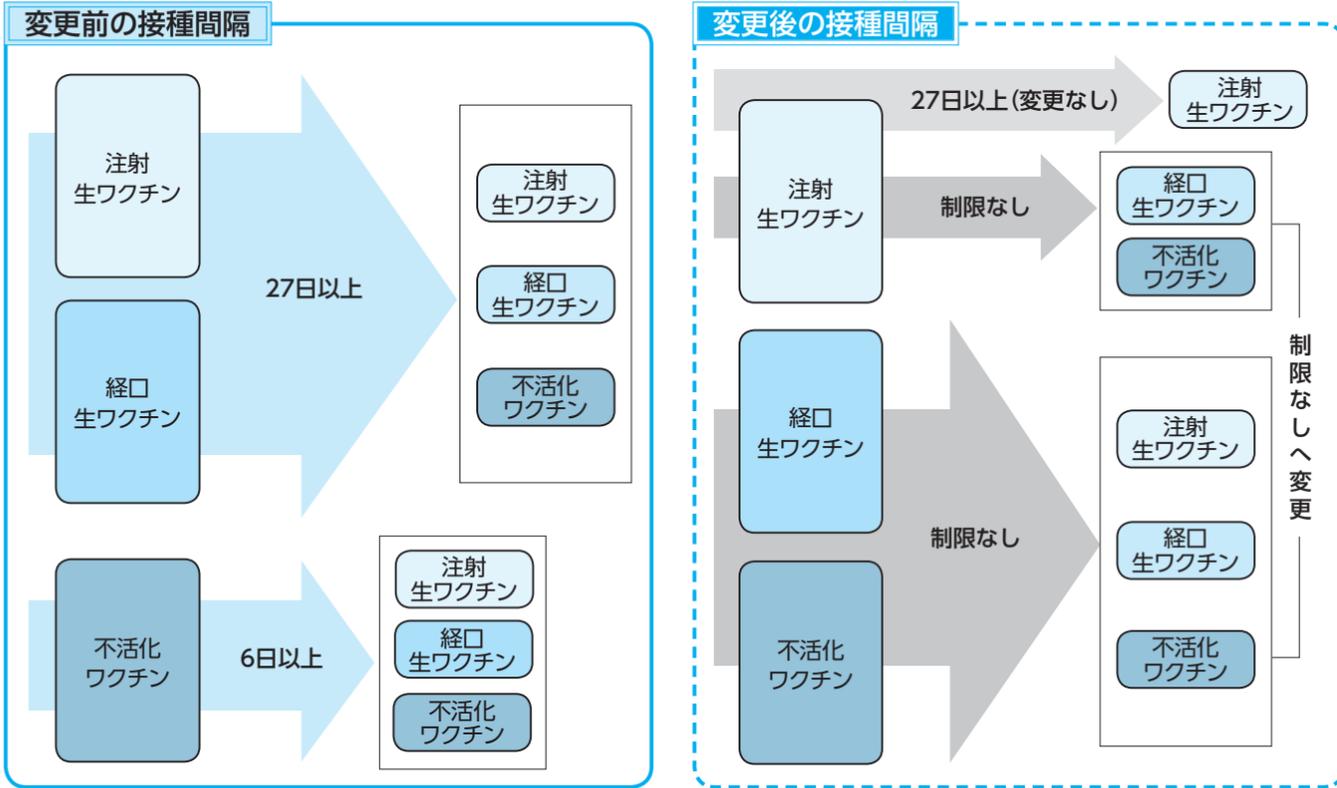
定期接種実施要領の改正に伴い、種類の違う注射生ワクチンを続けて接種する場合は接種間隔を27日間空ける必要がありますが、そのほかの場合ではすべて、接種間隔の日数制限がなくなりました。

◆主なワクチンの種類

- 注射生ワクチン** BCG、麻しん(はしか)・風しん混合、水痘(水ぼうそう)、おたふくかぜ
- 経口生ワクチン** ロタウイルス
- 不活化ワクチン** ヒブ、小児用肺炎球菌、B型肝炎、4種混合(ジフテリア、百日せき、破傷風、不活化ポリオ)、2種混合(ジフテリア、破傷風)、日本脳炎、子宮頸がん(HPV)、インフルエンザ など

◆ご注意ください

- 同じ種類のワクチンを複数回接種する場合の接種間隔の制限は従来通りです。
- 予防接種は一番必要な時期に受けていただくようお願いしています。特に赤ちゃんの予防接種を遅らせると、免疫が付くのが遅れ、重い感染症になるリスクが高まります。案内が届いたら早めに接種しましょう。



予防接種のスケジュール管理は「ゆりかごスマイル」で

母子保健モバイルサービス「ゆりかごスマイル」(下記二次元コード)に登録すると、お子さんに合わせた予防接種のスケジュールが自動で作成され、接種日が近くなると通知が届きます。予定日に接種できなかった場合は、新しいスケジュールを自動で組み直します。



子育てを応援！ 便利な機能がたくさん

医療機関一覧

予防接種を行っている医療機関を検索できます。

子どもの健診・講習会・相談

市が実施している乳幼児の健診や離乳食・幼児食講習会などをご案内します。

子どもの成長記録

身長・体重を登録すると、自動的に成長グラフを作成します。お気に入りの写真も登録できます。

誕生記念樹のプレゼント

☎NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会 ☎46-2081

赤ちゃんの誕生を祝い、健やかな成長と緑に親しむ心の育成を願って、誕生記念樹の苗木をプレゼントします。

◆樹木の種類

ウメ、ハナカイドウ、パキラ、サルスベリ、カンツバキ、キンモクセイ、グッケイジユ

☎10月23日(金)(必着)までに往復はがきまたはインターネットで世帯主の必要事項(11面参照)・お子さんの名前・月齢・希望する樹種一つを「〒181-0012上連雀8-3-10NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会」・HP <http://hanakyokai.or.jp/>へ

※苗木は11月20日(金)午前9時30分～午後3時30分に市役所1階市民ホールで、返信はがきまたは返信メールの印刷と引き換えでお渡しします。

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、健康保険証をお持ちください。

◆10月から①休日診療所、④休日調剤薬局の診療・受付時間が変わっています

新型コロナウイルス感染症のまん延により、当面の間、午後6時～9時30分の診療・受付を休止します。なお、新型コロナウイルス感染症のPCR検査は行っておらず、インフルエンザや溶連菌などの検査も原則行いません。

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

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6-37-1元気創造プラザ2階)

☎46-3234(当日電話連絡のうえ、診療時間内に来所)

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

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)

◆東京都医療機関・薬局案内サービス(ひまわり)

☎03-5272-0303 HP <https://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)
ハイキュウキョウ
☎24-8199
発熱がある方は事前にお電話を。
電話のみで薬の処方ができる
場合があります。

①③④の受付は、
日曜日・祝日・年末年始です。

一日プレイパークで楽しもう！

☎緑と公園課 ☎内線2835

穴掘りをしたり、木からぶら下げたブランコに乗ったりして遊べます。子ども服やハンカチなどの草木染め(写真)も先着制で楽しめます。

☎10月18日(日)午前10時～午後3時(雨天中止)

☎丸池公園 ☎当日会場へ



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回繰り返し)。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

三鷹の森ジブリ美術館に新成人をご招待

成人を祝福するつどい(成人式)

☎児童青少年課☎内線2713

来年の成人式は、(公財)徳間記念アニメーション文化財団と三鷹の森ジブリ美術館の協力のもと、同館で開催します。対象は平成12(2000)年4月2日~13(2001)年4月1日生まれの方。新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、中学校区ごとに入場時間を分けて実施します。

☎令和3年1月11日(月・祝)午前9時30分~午後5時

☎案内状を持参し、当日会場へ

※現住所地の中学校区または卒業した中学校区の回にお越しください。

※対象者には12月上旬に案内状を送付します。現在は市外在住で三鷹市の成人式に参加希望の方は同課へご連絡ください。

●成人式実行委員を募集します

◆活動内容 成人式の企画・運営などへの協力

☎委員会=月1、2回程度、11月上旬に第1回を予定 所 市役所

☎10月19日(月)までに必要事項(11面参照)・出身中学校を同課☎内線2713・☎jidou@city.mitaka.lg.jpへ

就職支援セミナー

「就職活動は思考、言葉の習慣を変えることからはじめよう」

☎市、(公財)東京しごと財団 ☎生活経済課☎内線2542

新型コロナウイルスの影響で気持ちが不安定になりやすい今、就職活動を前向きに乗り切るための「言葉の力」をお伝えします。個人ワークを取り入れたセミナーを通して、思考と言葉の習慣を少し変えることで、気持ちを楽にして、あなたの就職活動を変化させましょう。

☎10月22日(休)午前10時~正午

☎おおむね30~54歳で就職活動中の方、就職活動を始めようとしている方30人

所 三鷹産業プラザ

講 人材育成コンサルタントの増田洋子さん(写真)

物 雇用保険受給者は雇用保険受給資格者証

☎必要事項(11面参照)を同課☎内線2542・☎FAX 46-4749・☎keizai@city.mitaka.lg.jpへ(先着制)



分譲マンション維持管理セミナー

☎都市計画課☎内線2813

資産価値の維持と良好な住環境の形成のために、マンションの適切な維持管理は欠かすことができません。分譲マンションに居住している方や関心のある方はお気軽にご参加ください。

☎市、東京都マンション管理士会たまむさしの支部

☎10月24日(土)①講演会「実例から考えるマンションの諸課題(騒音・滞納など)」=午前10時~11時10分、②マンション管理士による個別相談=11時15分~午後0時15分(1組30分)

☎市内在住の方①30人、②6組 所 三鷹産業プラザ

講 ①マンション管理士の谷野利夫さん

☎必要事項(11面参照)・参加人数・居住マンション名、②は個別相談シート(市ホームページで入手)を「〒181-8555都市計画課」・☎内線2813・☎FAX 46-4745・☎jutaku@city.mitaka.lg.jpへ(先着制)

「地域コミュニティICT講座」の市民サポーターを募集します

☎市民協働センター☎46-0048

新型コロナウイルスの影響により活動が困難になった住民協議会や、町会・自治会などの地域コミュニティを支援するため、12月以降、オンライン会議の手法などを学ぶ同講座の開催を予定しています。それに先立ち、市民サポーターを養成します。

市民サポーター養成講座

☎みたか市民協働ネットワーク

☎11月21・28日の土曜日午後1時30分~3時30分

☎オンライン会議アプリ「Zoom」を使用した経験があり、地域コミュニティICT講座の市民サポーターとして活動できる方15人

講 ㈱まちづくり三鷹のみなさん

☎10月30日(金)までに必要事項(11面参照)を同センター☎kyoudou@collabo-mitaka.jpへ(先着制)

※交通費(1日1,000円)を支給します。

養成講座修了後の活動は

コミュニティセンターで開催する地域コミュニティICT講座の市民サポーターとして活動します。1時間当たり1,400円の謝礼と1日1,000円の交通費を支給します。

学びの秋に新しいこと

元気創造プラザの講座

①FC東京コーチによるサッカー教室

発達支援が必要な方への指導経験を持つFC東京普及部のコーチが、サッカーを通じて体を動かす楽しさを伝えます。

☎市、(公財)三鷹市スポーツと文化財団

☎11月1日(日)午前9時15分~10時15分(年長児~小学2年生)、10時30分~11時45分(小学3~6年生)

☎市内の支援が必要な年長児~教育支援学級(固定・通級)に通う小学生、各回20人

所 SUBARU総合スポーツセンター ¥500円

物 動きやすい服装、室内履き、飲み物、タオル

☎10月10日(土)までに同プラザ講座申込システムHP https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/へ(申込多数の場合は抽選)

☎同センター☎45-1113

②暮らしに役立つ実用書道一年賀状に向けて

品位ある美しい筆文字を身に付けてみませんか。基本から実用文字の練習まで、楽しく「いろは」を学びましょう。

☎(公財)三鷹市スポーツと文化財団

☎11月12・26日、12月3日の木曜日午前10時~正午(全3回)

☎16歳以上の方15人 所 生涯学習センター

講 毎日書道展審査会員の石川香雪さん(写真)

¥3,000円 物 書道道具一式

☎10月16日(金)(必着)までに往復はがきまたはインターネットで必要事項(11面参照)を「〒181-0004新川6-37-1生涯学習センター」・HP https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/ (同プラザ講座申込システム)へ(申込多数の場合は市民を優先して抽選)

☎同センター☎49-2521



秋の味覚 三鷹産ギンナンを ぐ賞味ください

☎電話で各農園へ ☎JA東京むさし三鷹経済センター☎46-2152

市内7戸の農園でギンナンの庭先販売が始まります。通常より実が大きく、エメラルドグリーンが鮮やかで非常に味の良い品種「嶺南」などの地元産ギンナンを食べながら、秋の訪れを感じてみてはいかがでしょうか。



販売時期 10月上旬~11月下旬

販売時間・価格 農園により異なります。農園(下記)へ直接ご確認ください。

農園名と連絡先 板橋果樹農園(牟礼6-1-8)☎43-1791、岡田果樹園(北野3-13-30)☎090-2342-6182、山本果樹園(井口3-15-3)☎32-1774、野崎果樹園(野崎1-12-23)☎44-6731、吉野(友)果樹園(野崎1-17-15)☎43-7670、キウイフルーツ宗武園(野崎3-9-26)☎31-6738、穴戸果樹園(野崎4-7-19)☎31-3714

市民を抽選でご招待！

中近東文化センター附属博物館

☎芸術文化課☎内線2911

同館では、古代エジプトの木棺蓋(ふた)(写真)やカバ像など、エジプトやトルコを含む西アジアを中心とした中近東地域の歴史的に貴重な収蔵品約250点を展示しています。

現在は新型コロナウイルスの影響により休館していますが、5日間の期間限定で、市民のみなさんを抽選によりご招待します。



【彩画木棺蓋】/
エジプト/紀元前1200年頃

☎10月30日(金)・31日(土)、11月1日(日)・2日(月)・3日(火・祝)の5日間、午前10時～正午または正午～午後4時に入場

※入れ替え制ではありません。閉館時間は午後5時。

※11月3日は午後3時からミュージアムコンサート「加藤弘之&小野孝司によるサクソとピアノのDuo」を開催します(入20席)。

☎在学・在勤を含む市民、各回20人

☎所 同館(大沢3-10-31)

☎物 住所を確認できるもの

☎☎10月14日(水)(必着)までに、往復はがきで入館者全員の氏名(ふりがな)・年齢、人数、代表者の住所・電話番号、希望する入場日時、11月3日のミュージアムコンサート鑑賞希望者はその旨を「〒181-8555芸術文化課」へ(全員が市民で1組5人まで。申込多数の場合は抽選)

※抽選結果は10月21日(水)以降に通知します。

「ほっとベンチ」への寄付を募集しています

☎道路管理課☎内線2845

「ベンチのあるみちづくり整備事業」では、ちょっと一休みできる場として歩道や沿道にベンチ(愛称名:ほっとベンチ)を設置しており、趣旨に賛同して下さるみなさんからの寄付(一口5万円)を募集しています。

各ベンチには、寄付者の個人・企業・団体名やメッセージなどを刻んだプレート(写真下。希望者のみ)を取り付けます。

詳しくは市ホームページをご覧ください。



みたか太陽系ウォーク・スタンプラリー関連講座

「はやぶさ2の旅の終わりに—HAYABUSA3部作にかけた想い」(オンライン講座)

☎三鷹ネットワーク大学☎40-0313

新型コロナウイルスの影響により、今年のスタンプラリーは実施しませんが、さまざまな関連事業を企画しています。講座の前半は講師による「トークタイム」、後半は講師との対話を楽しんでいただきます。

☎10月31日(土)午後6時30分～8時30分 入25人

☎講(有)ライブ代表取締役で監督・CGアーティストの上坂浩光さん、国立天文台野辺山宇宙電波観測所助教の梅本智文さん

☎¥1,000円

☎☎10月6日(火)午前9時30分～20日(火)午後9時に同大学ホームページ(下記二次元コード)へ(申込多数の場合は抽選)



三鷹ネットワーク大学
— 講座案内 —

〒181-0013 下連雀3-24-3三鷹駅前協同ビル3階 ☎40-0313・☎40-0314・HP<https://www.mitaka-univ.org/>
開館時間: 火～日曜日、午前9時30分～午後9時30分(入館は9時まで/日曜日は5時まで)
休館日: 月曜日、祝日

☎☎特に記載のないものは10月6日(火)午前9時30分から申込書を直接または郵送、ファクス、インターネットで同大学へ(先着制) ☎☎いずれも同大学

※受講の申し込みには原則として受講者登録が必要です。講座の詳細や受講者登録など、詳しくは同大学ホームページ(右記二次元コード)をご覧ください。



ルーテル学院大学大学院サテライトキャンパス講座 「高齢者福祉研究(ゼミ)—地域包括システムの強化を目指して」 (オンライン講座)

☎10月30日～12月18日の毎週金曜日午後6時30分～9時

☎入10人

☎講ルーテル学院大学教授で学術顧問の市川一宏さん

☎¥市民2,400円、一般3,000円

※全8回の講座のうち4回は、下記のルーテル学院大学大学院共催講座をオンラインで視聴します。

みたか星空散歩—11月の星空解説

☎10月30日(金)午後7時～8時30分 入20人

数学はこんなに面白い!「p進数について」

☎11月5日(木)午前10時～11時30分

☎入20人

☎講東京女子大学名誉教授の小林一章さん

☎¥500円

ルーテル学院大学大学院共催講座 「新型コロナウイルス時代の地域ケアを考えるトークセッション—三鷹市・小金井市・調布市の現場から」(オンライン講座)

☎11月6日～27日の毎週金曜日午後6時30分～8時50分

☎入50人

☎講ルーテル学院大学教授で学術顧問の市川一宏さんほか

数学カフェみたか「整数の問題を中心として」

☎11月10日(火)午前10時～11時30分 入15人

☎講東京女子大学名誉教授の小林一章さん ¥500円

電気学会寄付講座「エジソン対テスラー—電流戦争と電気社会の誕生」 (オンライン講座)

☎11月13日(金)午後7時～8時30分

☎入30人 ☎講東京大学名誉教授の桂井誠さん ¥500円

杏林大学公開講演会「ホントは多い、女性の排尿トラブル—自分でできる対策と予防法」(オンライン講座)

☎11月14日(土)午前10時～11時30分 入90人

☎講杏林大学医学部泌尿器科学教室学内講師の金城真実さん

大人のための音読講座「三鷹ゆかりの作家・作品たち—太宰治の『当選の日』(その2)」

☎11月15日(日)午前10時30分～午後0時30分 入10人

☎講フリーアナウンサーで朗読家の原きよさん

☎¥市民1,600円、一般2,000円ほか

キャリア・カウンセリング—幸せに生きるためにカウンセリングを受けてみませんか

☎11月29日(日)午後1時～3時10分 入5人 ¥1,000円

☎☎10月6日(火)午前9時30分～11月18日(水)午後9時に申込書を直接または郵送、ファクス、インターネットで同大学へ(先着制)

◆「おうち時間」を充実させる動画を配信しています

毎月4本の講座をHP<https://10mtv.jp/mitaka-univ/>で無料配信しています。講座は毎月月初に入れ替え、月末までの期間限定で公開します。



ンを使った情報収集。

11月5日～19日の毎週木曜日午後1時30分～4時(全3回)

在学・在勤を含む市民で聴覚に障がいのあるパソコン初心者4人

三鷹市公会堂さんさん館

10月16日(金)までに直接またはファクスで必要事項(11面参照)を障がい者支援課(市役所1階16番窓口)・FAX 47-9577へ(申込多数の場合は抽選)

同課内線2652

健康

特定健康診査・後期高齢者健康診査はお済みですか

新型コロナウイルスの影響を考慮し、今年度は4～7月生まれの方も令和3年2月28日(日)まで受診できます。受診期間の終了間際は混雑しますので、早めの受診をお願いします。

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40～75歳の方、後期高齢者医療制度加入者

※高齢者施設などに入所(入居)の方は、健診の対象外となる場合があります。

◆受診に当たってのお願い

- ほとんどの医療機関で予約が必要です。事前に医療機関へ電話でご確認ください。
- 受診の際は必ずマスクを着用してください。
- 風邪症状(発熱、せきなど)がある方は受診できません。

健康推進課内線4212

催し

おとな絵本ラウンジ 第60回 絵本を楽しむトークラウンジ

「EAT(食べる)」をテーマに、オンライン会議アプリ「Zoom」で参加者同士が絵本を紹介します。

10月11日(日)午後2時～4時

20人

10月10日(土)午後5時までに同ラウンジホームページHP https://otonaehon.jimdo.com/へ(先着制)

星と森と絵本の家 ☎39-3401

行政相談委員制度60周年 パネル展

制度の周知と各行政機関の相談窓口などを紹介します。

10月13日(火)午前10時～午後4時

新宿駅西口広場イベントコーナー

当日会場へ

総務省東京行政評価事務所 ☎03-5331-1752

介護フェスタ(パネル展示)

介護保険やケアマネジャーの仕事、介護サービスの内容・利用方法などを紹介します。

市、三鷹市介護保険事業者連絡協議会

10月19日(月)～23日(金)午前8時30分～午後5時15分(23日は4時まで)

市役所1階市民ホール

期間中会場へ

介護保険課内線2684

スポーツ

子ども発達支援センター体育室の団体利用を再開します

新型コロナウイルスの影響により中止していた同センター体育室の団体利用を、令和3年1月4日(月)から再開します。利用予約は生涯学習施設等予約システムHP https://www.yoyaku.mitaka.site/で受け付けます。1月利用分の抽選予約期間は10月10日(土)までです。

SUBARU総合スポーツセンター ☎45-1113

三鷹市剣道連盟の催し

東京都、(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会、同連盟

- ①シニア剣道指導講習会=10月7・21日の水曜日午前9時～午後3時、②一般稽古・講習会=10月11日(日)正午～午後3時、17日(土)午前9時～10時、③ジュニア剣道教室=10月11日午後3時～6時、17日午前10時～正午、④剣道指導者講習会(剣道形講習)=10月18日、11

月29日の日曜日午後6時～8時30分

①在勤を含む60歳以上の市民各日75人、②在学・在勤を含む高校生以上の市民各日25人、③市内の小・中学生各日25人、④在学・在勤を含む市民で4段以上の剣道指導者10人

SUBARU総合スポーツセンター

①～③剣道用具、マスク、フェイスシールド、④木刀、稽古着、マスク

必要事項(11面参照)・性別を同連盟 ☎090-3803-3638 ・✉rsj02547@nifty.comへ(先着制)

- ①土俵を使ってロコモ予防体操、②土俵でフィットネス

三鷹市体育協会、三鷹市相撲連盟

①10月7日～28日、11月4日～25日または12月2日～23日の毎週水曜日午前10時～11時30分、②10月9日～30日、11月6日～27日または12月4日～25日の毎週金曜日午後1時～2時30分

在学・在勤を含む市民各25人 ①60歳以上の方、②20歳以上の方

SUBARU総合スポーツセンター

¥1,000円(1回)または3,500円(4回分) 物 タオル、飲み物、ロッカー代100円(返還式)

必要事項(11面参照)・性別を同連盟 ☎080-3727-4015 ・✉mitakashisumorenmei@gmail.comへ(先着制)

市民体育祭

ターゲット・バードゴルフ

市、三鷹市教育委員会、三鷹市体育協会、(公財)三鷹スポーツと文化財団、三鷹ターゲット・バードゴルフ協会

10月19日(月)午前7時～午後1時(雨天時は10月22日(木)に延期)

在学・在勤を含む市民80人

大沢総合グラウンド

当日会場へ(先着制)

三鷹市ターゲット・バードゴルフ協会 ☎090-4437-1889

市民体育祭

フットサル競技第3ステージ

◆部門 一般の部、壮年の部(令和3年4月1日時点で40歳以上)、女子の部

市、三鷹市教育委員会、三鷹市体育協会、(公財)三鷹スポーツと文化財団、三鷹市サッカー協会

11月1日(日)、壮年・女子=午後0時30

分～2時30分、一般=3時30分～5時30分

在学・在勤を含む15歳以上の市民で構成された各部4チーム(中学生不可) ※個人での申し込みの場合、ほかの方との混成チームになります。

SUBARU総合スポーツセンター

室内履き(靴底がアメ色、白色、無色)

三鷹市サッカー協会ホームページHP https://mitakafa.jp/へ(先着制)

講座

普通救命講習

AED(自動体外式除細動器)の操作方法などを学びます。

井の頭地区住民協議会

10月24日(土)午後1時～4時

市民10人

井の頭コミュニティセンター

東京救急協会のみなさん

10月6日(火)に直接、または10月7日(水)～22日(木)に直接または電話で同センター ☎44-7321へ(先着制)

みたか健康づくりセミナー

「フレイル予防でキラリ健康長寿」

市、新川中原住民協議会

①11月4日、②11日、③18日、いずれも水曜日午前10時30分～正午(全3回)

市民15人

新川中原コミュニティセンター

動きやすい服装

10月6日(火)午前10時から直接同センターへ(先着制)

健康推進課内線4225

仕事・求人

しごとの相談窓口

就職や労働問題などの個別相談会。

10月14日(水)午前10時～正午

10人(内職相談は市民)

三鷹産業プラザ

雇用保険受給者は雇用保険受給資格者証、内職相談者は身分証明書

生活経済課内線2542へ(先着制)

チケットインフォメーション



公益財団法人 三鷹市スポーツと文化財団

同財団 ☎47-5122

HP https://mitaka-sportsandculture.or.jp/

CHAiroiPLIN 踊る戯曲『三文オペラ』 演出・振付・構成 スズキ拓朗

芸術文化センター 星のホール 全席自由(日時指定・整理番号付き)

10月17日(土)～25日(日) 全9公演

チケット発売中

会員=前売2,500円・当日3,000円 一般=前売3,000円・当日3,500円 学生=2,000円(前売・当日とも) 高校生以下=1,000円(前売・当日とも)

プレヒトの名作『三文オペラ』を、ダンスと歌が満載の音楽劇に仕立てた、エネルギー溢る舞台です。



『三文オペラ』2015年10月 撮影：福井理文

	10/17(土)	10/18(日)	10/19(月)	10/20(火)	10/21(水)	10/22(木)	10/23(金)	10/24(土)	10/25(日)
14:00	★	★				★		●	●
19:00			休館日					●	
19:30				●	●		●		

★の回は500円割引

春風亭小朝 独演会 保育

三鷹市公会堂 光のホール 全席指定

令和3年1月16日(土) 午後2時開演

チケット発売日

会員=10月10日(土)

一般=10月14日(水)

会員=3,150円 一般=3,500円

高校生以下=1,000円

※保育の申し込みは12月19日(土)まで。



春風亭小朝

2020年春に紫綬褒章を受章し、さらに円熟味を増す小朝師匠の落語で笑い初めを。

PARTNER 財団主催の公演チケットまたはチケット半券で、三鷹駅周辺などの「チケットパートナーショップ」協力店でさまざまなサービスが受けられます(サービス有効期間は公演日から7日間)。

電話予約 10:00～19:00 芸術文化センター ☎47-5122

インターネット予約(要事前登録) HP https://mitaka-art.jp/ticket/

窓口販売 10:00～19:00 月曜日休館(月曜日が休日の場合は開館し、休日を除く翌・翌々日が休館) 芸術文化センター/三鷹市公会堂さんさん館/三鷹市美術ギャラリー ※学生券をお求めの方は、公演当日に身分証明書をお持ちください。 ※発売中のチケットについて、販売状況により売完となった場合はご了承ください。

発売初日は電話とインターネットで受け付けし、窓口販売は翌日からです。

友の会「マークル」会員募集中! 年会費/2,000円 会員特典/チケットの優先予約・割引(1公演2枚まで)・ポイントサービス、情報誌の送付、チケットの無料送付(口座会員のみ)など。

チケットお求め方法

おやこでよって チョコッとあつぷるーむ(11月)

☎NPO法人みたか市民協働ネットワーク
 日①強みを知って子育てに自信を=2日(月)、②簡単スクラップブック(A4フレーム編)=7日(土)、③ベビーマッサージでママと赤ちゃんの素肌スキンシップ=9日(月)、④産前・産後の骨盤ケア=12日(木)、⑤ベビーサインで楽しい子育て=16日(月)、⑥羊毛フェルトでクリスマス飾りを作しましょう=19日(木)、⑦泣きやむ、よく寝る抱っここの方法と抱っこひも=21日(土)、⑧ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前)=23日(月・祝)、⑨いつでもどこでもベビーマッサージ=26日(木)、⑩親子ヨガレッチ=28日(土)、⑪色で子育てを楽しく!=30日(月)、いずれも午前10時30分~正午(②は午後1時30分~3時)
 人①④3歳までのお子さんと母親、妊婦、②⑥⑩3歳までのお子さんと保護者、妊婦、③⑨2~11カ月のお子さんと保護者、⑤4カ月~1歳6カ月のお子さんと保護者、⑦首据わりまでのお子さんと保護者、妊婦、⑧ハイハイ前のお子

んと母親、⑩6カ月~2歳6カ月のお子さん
 と保護者
 所 市民協働センター
 料 ①⑤⑧⑨⑩1,500円、②④⑪2,000円、③⑥⑦1,800円、⑧1,500円(夫婦2,000円)
 ※②⑥材料代を含む、④さらし付き、⑩色育絵本付き。
 物 ②写真1~3枚、③⑨バスタオル、授乳ケープ、⑩バスタオル
 申 問 10月15日(木)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・kyoudou@collabo-mitaka.jpへ
 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)
 主 所 三鷹市シルバー人材センター
 日 ①11月2日~23日の毎週月曜日午後4時15分~5時45分、②11月3日~24日の毎週火曜日午後4時30分~6時(いずれも全4回)、③オンライン教室=11月4日以降の毎週水~土曜日のうち1日午後4時30分~5時30分(月4回)

人 小学3~6年生のスクラッチ経験者各5人
 料 ①②5,000円(教材代を含む)、③月額4,000円
 物 ①②USBメモリー、③パソコン
 申 ①②10月27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)
 ※③は当日までにスクラッチ、オンライン会議アプリ「Zoom」のインストールと設定が必要です。
 問 同センター☎48-6721

イン操作の説明を行います。
 日 11月3日(火・祝)午前10時30分~正午
 人 おおむね65歳以上の市民で、パソコンやスマートフォンによるメールの受信操作ができる方20人
 講 プロシニングのダイナミート・ミキさん
 物 パソコンまたはスマートフォン
 申 10月19日(月)から三鷹駅周辺地域包括支援センター✉hokatsu.krt@mitsurukai.comへ(先着制)
 問 同センター☎76-4500

高齢者

市老連パソコン初心者教室
 「ワード・エクセルの基礎を学ぶ」
 主 三鷹市老人クラブ連合会
 日 ①10月19日(月)、11月11日(木)、②10月25日(日)、11月25日(木)、いずれも午前9時30分~11時30分(全2回)
 人 65歳以上の市民各5人
 所 福祉センター
 物 あればパソコン
 申 問 10月15日(木)までにみたかボランティアセンター☎76-1271へ(先着制)
 オンライン版
 「駅前LaLaサンシャイン」
 シニア向けボイストレーニングとストレッチの体験会。受講者にはオンラ

はつらつ教室
 一健康なお口で、身体も動かそう
 日 11月13・20日の金曜日午前10時~11時30分(全2回)
 人 65歳以上の市民で全回参加できる方10人
 所 総合保健センター
 講 歯科衛生士の前田小由利さん、健康運動指導士の鈴木明子さん
 申 問 10月5日(月)午前9時から直接または電話、ファクスで健康推進課(元気創造プラザ2階)・☎内線4222・FAX 46-4827へ(先着制)

障がいのある方

聴覚障がい者のための
 パソコン講習会 手話
 パソコンの基本操作と、スマートフォ

季節性インフルエンザワクチン接種時期 ご協力をお願い

☎健康推進課☎内線4202

新型コロナウイルスの影響により、季節性インフルエンザワクチン予防接種の需要の高まりが予想されています。
 65歳以上の方(※)は、10月1日から定期予防接種が開始されますので、希望する方は早めに医療機関にご連絡ください。
 今年は過去5年で最大量(約6,300万人分)のワクチンが供給される予定ですが、より必要としている方に届くよう、上記以外の方は可能であれば10月26日(月)以降の接種へのご協力をお願いします。なお、この案内は厚生労働省が示す目安であり、医療機関により対応が異なる場合がありますので、事前に医療機関へご確認ください。
 ※60歳以上65歳未満の市民で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に日常生活が極度に制限される程度の障がいや、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を含みます。

「障がい者の就労を考えるつどい2020」は 中止します

☎三鷹市障がい者就労支援センター☎かけはし☎27-8864

新型コロナウイルスの影響により開催を中止します。ご理解をよろしくをお願いします。

東京都シルバーパス新規購入のお知らせ

☎(一社)東京バス協会(シルバーパス専用電話)
☎03-5308-6950(平日午前9時~午後5時)

満70歳以上の都民は、都内民営バスや都営交通などで利用できる「東京都シルバーパス」を購入できます。満70歳の誕生月の初日(1日が誕生日の方は前月の初日)から手続きできます(有効期限は令和3年9月30日まで)。
 人 ①令和2年度住民税が非課税の方、住民税が課税されているが元年の合計所得金額が125万円以下の方=1,000円、②①以外の方=20,510円
 物 本人確認書類(保険証、運転免許証など)、①は所得金額などを確認できる書類(2年度介護保険料納入(決定)通知書、2年度住民税課税(非課税)証明書、生活保護受給証明書(生活扶助)のいずれか一つ)
 申 必要書類と代金を最寄りの小田急バスの営業所または案内所へ

大地震が起きたときの医療

健康コラム

中国の武漢で始まった新型コロナウイルス感染症(コロナ感染症)が世界に広がっている中で、大地震が起きたときに私たちが取るべき行動を変えなければならなくなりました。
 震度6弱以上の地震が起きたときには、市内の医師会・歯科医師会・薬剤師会・整復師会・助産師会の施設は閉じて、そこで働く人は災害時医療救護所(三小、五小、大沢台小、高山小、中原小、南浦小、井口小)と医療拠点(三鷹病院、篠原病院、野村病院、井之頭病院、三鷹中央病院、長谷川病院、東京国際大塚病院)に集合し、けが人の診療をします。震災に遭うのが自宅の近くとは限らないので、それらが市内のどこにあるのか覚えておくことが重要です。大地震のときはたぐさんのけが人が出ることを考えられます。そこで、けがの程度を判断して治療の順番を決めること(トリアージ)になっています。注意してほしいのは、病院では自分で歩けない重症の人だけを受け入れるということです。ですから、けがをしていても歩ける人は必ず、まずは救護所(右記小学校)に来てください。
 と、去年はここまででしたが、今年はコロナ感染症流行のため追加の話が必要です。救護所(右記小学校)に来るときにはできる限りマスクをしてください。熱やせきなどの風邪症状がある人や、コロナ感染者または周りに感染者がいた人は、そうでない人と時間や場所を分けて診療しなければなりません。当てはまる人は受け付けのときに必ず伝えてください。医師会ではどのような方法で診療をするか具体的な検討をしています。
 毎年秋に行っている総合防災訓練はコロナ感染症のため中止になりました。しかしながら、大地震はいつ起きるか誰にも分かりません。今の文章を読んでいる途中や寝ているとき、外出中に起きるかもしれません。何も起きていないときにこそ、想像力を働かせた備えをすることが大切です。みなさんもぜひ考えてみてください。

☎三鷹市医師会☎47-2155

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。納付は口座振替のほか、コンビニエンスストアやペイジー対応のATMでも可能です。
 問 同課 ☎内線2417(口座振替)・☎内線2432(納税相談)

年金 国保・年金

会社都合による離職で国民健康保険に加入した方へ

65歳未満で雇用先の都合で離職した方の国民健康保険税が、申請により最大2年間軽減されます。

人 雇用先の倒産、解雇、雇い止めなどで離職した65歳未満の離職者で、雇用保険受給資格者証の離職理由コードが11・12・21・22・31・32(特定受給資格者)または23・33・34(特定理由離職者)の方

◆軽減内容

離職翌日から翌年度末までの保険税算定時に、離職者本人の前年の給与所得を100分の30とみなしたうえで、同じ世帯のほかの加入者の所得と合算して算定します。

※国民健康保険の加入期間に限ります。
 ※医療費にかかる高額療養費の自己負担限度額も同様の所得で算定します。

申 雇用保険受給資格者証、保険証(すでに加入している方)、世帯主と該当者のマイナンバーが確認できるものを保険課(市役所1階9番窓口)または市政窓口へ

問 同課 ☎内線2382

医療費を全額自己負担したときの療養費の支給

国民健康保険加入者が医療費を立て替えて支払った場合は、療養費の支給を受けることができます。次に該当する場合は、医療費を全額自己負担で支払った後、保険課へ支給申請してください。審査で保険診療分として扱える金額を決定し、自己負担相当額を差し引いた金額を支給します。

◆対象 ①旅行先での急病など、やむを得ず保険証で治療が受けられなかった、

②医師が必要と認めたコルセットなどの治療用装具代を支払った、③骨折、脱臼、打撲、捻挫などで柔道整復師の施術を受けた、④医師が必要と認めたマッサージ、はり、灸(きゅう)の施術を受けた(単に疲労回復や慰安を目的としたもの、疾病予防のためのものなどは対象外)

※支給は申請から3カ月程度かかります。
 ※医療費を支払った日の翌日から2年を過ぎると申請できません。

問 同課 ☎内線2386

新型コロナウイルス感染症の影響で国民年金保険料の納付が困難な方へ

臨時特例措置として、本人申告の所得見込額を用いた簡易な手続きにより、保険料の免除などの申請ができます。

◆対象期間

◇令和元年度サイクル 令和2年2月～6月(納付済期間を除く)

◇令和2年度サイクル 令和2年7月～3年6月(納付済期間を除く)

※令和元年度サイクルを申請済みで、令和2年度サイクルも申請を希望する場合は、再度の申請が必要です。

◆提出書類

年金手帳、本人確認ができるもの、国民年金保険料免除・納付猶予申請書、所得の申立書(簡易な所得見込額の申立書(臨時特例用))

※詳しくは日本年金機構ホームページ [HP](https://www.nenkin.go.jp/) <https://www.nenkin.go.jp/> をご覧ください。

問 武蔵野年金事務所 ☎56-1411、市民課 ☎内線2394

勤務先などを退職したときには国民年金の手続きを

国内に居住する20歳以上60歳未満の方が勤務先などを退職し、厚生年金の加入者でなくなったときは、国民年金加入の手続きが必要です。また、扶養されていた配偶者(第3号被保険者)も手続きが必要です。

申 年金手帳、本人確認ができるもの、退職日の分かる証明書(離職票など)を市民課(市役所1階3番窓口)または市政窓口へ

問 同課 ☎内線2394、武蔵野年金事務所 ☎56-1411

子育て・教育

児童手当を振り込みます

6～9月分の同手当を10月9日(金)に指定預金口座に振り込みます。対象者には「児童手当・特例給付支払通知書」を送付しました。

問 子育て支援課 ☎内線2752

児童育成手当を振り込みます

6～9月分の同手当を10月9日(金)に指定預金口座に振り込みます。同手当は、ひとり親家庭などの経済的負担軽減のために支給する手当です(所得制限あり)。詳しくは、みたか子育てねっとホームページ [HP](https://www.kosodate.mitaka.ne.jp/) <https://www.kosodate.mitaka.ne.jp/> をご覧ください。

問 子育て支援課 ☎内線2753

就学時健康診断通知書を発送しました

内容を確認し、必ず受診してください。指定の日を受診できず、予備日に受診を希望する方は必ずご連絡ください。

人 令和3年4月に小学校に入学するお子さん

※健診会場での密集を避けるため、受付時間の割り当てにご協力ください。

問 学務課 ☎内線3238

すくすくひろばの催し

◆4カ月までの親子のつどい

日 10月20日(火)午前10時～11時30分または午後1時30分～3時

人 初めて受講する市内在住の4カ月までの親子と母親各回6組

物 バスタオル、おむつ、着替え

申 10月6日(火)午前10時から直接または電話で同ひろば ☎45-7710へ(先着制)

◆年齢別あそびまじょ「ひよこぐみ」

日 10月27日(火)①午前10時15分～10時45分、②午前11時15分～11時45分

人 初めて受講する市内在住の①平成31年4月2日～令和元年6月30日生まれのお子さんと保護者、②元年7月1日～9月30日生まれのお子さん

と保護者各6組
 申 10月13日(火)午前10時から直接または電話で同ひろば ☎45-7710へ(先着制)

◆育児講座「ベビーマッサージ」

日 10月29日(木)①午前10時～11時30分、②午後1時30分～3時

人 初めて受講する市内在住の①5～8カ月のお子さんと母親、②4カ月までのお子さんと母親各6組

物 バスタオル

申 10月15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

親子の時間が楽しくなる子育てに向けて

保育

日 10月28日～12月16日の毎週水曜日 午前10時～正午(全8回)

※11月25日、12月2・9・16日は親子で参加のため保育はありません。

人 在学・在勤を含む16歳以上の市民と就学前のお子さんの親子6組、保育(1～3歳)6人

所 東多世代交流センター

講 東京学芸大学名誉教授の菅野敦さん

申 10月5日(月)午前9時～9日(金)午後5時に同センター ☎44-2150・[HP](https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/) <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。結果は10月13日(火)に送付。保育は初参加者を優先で、10月21日(水)午前10時からのオリエンテーションに必ず参加)

問 同センター ☎44-2150

国勢調査の回答はお済みですか 回答は10月7日(水)までお願いします

問 三鷹市国勢調査コールセンター ☎0422-46-0780
 総務省国勢調査コールセンター ☎0570-07-2020

国勢調査の回答期限が迫っています。回答が済んでいない方は、10月7日までにインターネットから回答いただくか、調査書類に同封の封筒(切手不要)に調査票を入れて郵便ポストに投函してください。



◆インターネットからの回答が便利です

[HP](https://www.e-kokusei.go.jp/) <https://www.e-kokusei.go.jp/> (右記二次元コード)にアクセスし、調査書類に同封の「インターネット回答利用ガイド」に記載されている「ログインID」「アクセスキー」を入力の上、画面の案内に沿って回答してください。



不動産公売を実施します

問 納税課 ☎内線2441

税負担の公平性の維持と税収確保を図るため、東京都と合同で、地方税の滞納により差し押さえた不動産の公売を期間入札で実施します。

物件概要

売却区分番号：第G2707号、物件種目：土地および建物、所在地：大沢1丁目、見積価額：1,390万円、公売保証金：139万円

入札(期間入札)

申 10月22日(木)～29日(木)(必着)に必要書類を「〒181-8555納税課」へ(書類の提出は郵送のみ)

※入札前に公売保証金の提供が必要です。

※滞納市税の完納などにより中止となる場合があります。詳しくは市ホームページ、都主税局ホームページ [HP](https://www.tax.metro.tokyo.lg.jp/kobai/) <https://www.tax.metro.tokyo.lg.jp/kobai/> をご覧ください。

開札

日 11月2日(月)午前10時から
 所 都庁第一本庁舎

売却決定

日 11月9日(月)午前10時
 所 同課

代金納付期限

日 11月9日午後2時30分まで

浸水被害を軽減！ 止水板の設置をご検討ください

申 問 水再生課(市役所5階57番窓口) ☎内線2873へ

止水板とは、建物の出入り口に設置することで、家屋への浸水被害を軽減するための設備です。手軽に取り付けることができ、突発的な集中豪雨の際に被害の軽減が期待できます。

市では、市内の住宅への止水板設置工事費などの費用の一部を助成しています(工事費用の2分の1。上限50万円)。



設置条件など、詳しくは同課へお問い合わせください。

市からの お知らせ

- 主 主催者
- 日 日時・期間
- 人 対象・定員
- 所 場所・会場
- 講 講師
- ¥ 費用(記載のないものは無料)
- 物 持ち物
- 申 申込方法 問 問い合わせ
- 保 保育あり
- 手 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)

お知らせ

市がふるさと納税の対象に指定されました

三鷹市は、9月24日付で総務大臣からふるさと納税の対象となる地方団体として指定されました(指定期間=10月1日~令和3年9月30日)。これにより、三鷹市へのふるさと納税(寄付)は、引き続き所得税と個人住民税の控除対象となります。ご寄付をお待ちしております。

☎企画経営課☎内線2112

男女平等参画を考える啓発誌『Shall we?』71号を配布中

今号のテーマは「やってよかった? 困った? 私×テレワーク」。市内公共施設、郵便局などで配布しています。

☎企画経営課☎内線2115

住居表示の届け出をお忘れなく

新築や建て替え、出入り口を変更するときは住居表示新築届出が、共同住宅など建物の名称を変更または新たに付けるときは物件名称変更届出が必要です。届け出がないと正しい住所が確定せず、住民登録、印鑑登録などの手続きができない場合がありますので、ご注意ください。

☎市民課(市役所1階)☎内線2323へ

「油・断・快通! 下水道」キャンペーン実施中

下水道に油を流すと下水道管の中で固まり、詰まりや悪臭の原因となります。鍋や食器の油污れは、洗う前に拭き取りましょう。

☎水再生課☎内線2872

高齢動物の飼育者表彰

市内で適切に飼育されている高齢動物の飼育者を表彰します。

◆対象となる動物

15歳以上の猫および小~中型犬、12歳以上の大型犬。犬は市に登録があり、狂犬病予防注射を接種している

☎(公社)東京都獣医師会武蔵野三鷹支部
☎10月31日(土)までに同支部所属の動物病院へ

◆同支部所属の市内動物病院

浅野獣医科医院 ☎45-3884、アルファ動物診療所 ☎46-5585、かえで動物病院 ☎31-3232、穴戸動物病院 ☎48-5362、ふじもと動物病院 ☎24-0661

☎環境政策課☎内線2524

骨髄移植ドナー支援事業を実施しています

市では、骨髄または末梢(まっしょう)血幹細胞の提供者(ドナー)となった市民と、ドナーの勤務する事業所を対象に、助成金を交付しています。

☎①骨髄などの提供を行った日に市内に住所があり、(公財)日本骨髄バンクの骨髄バンク事業で骨髄などの提供を完了したことを証明する書類の交付を受けた方、②①に該当する方の勤務事業所など(主たる給与の支払者)

◆助成内容

骨髄などの提供のための通院または入院について、7日を上限として、1日につき①20,000円、②10,000円を交付します

☎骨髄などの提供が完了した日から90日以内に申請書と必要書類を健康推進課(元気創造プラザ2階)へ

☎(公財)日本骨髄バンク☎03-5280-1789(骨髄バンク事業について)、同課☎内線4202

下連雀8丁目3番~7番にお住まいの方の投票所を変更します

第19投票所(六小)の混雑防止のため、投票区域を見直し、投票所を変更します。

◆対象者

下連雀8丁目3番~7番にお住まいの方

◆変更後の投票所

市役所第二庁舎(第30投票区)

☎選挙管理委員会事務局☎内線3033

赤い羽根共同募金にご協力を

10月1日から赤い羽根共同募金を実施しています。地域に根差した社会福祉サービスを支援するために、今年もみなさんのご協力をお願いします。お住まいの地域の町会・自治会、または、三鷹市社会福祉協議会(元気創造プラザ3階)でも受け付けています。

☎三鷹市募金委員会事務局(同協議会)☎46-1108

三鷹台ワークショップ報告会

2月に開催した三鷹台駅前周辺地区まちづくりワークショップの結果報告を行います。

☎10月11日(日)午後1時~2時

☎20人

☎井の頭コミュニティセンター

☎☎10月8日(休)までに都市計画課☎内線2815へ(先着制)

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

10月15日(木)~21日(水)は違反建築防止週間

新築・増築・改築時に必要な確認申請をせずに工事を行うと、違反建築物として建築主に是正義務が生じ、是正措置に多くの時間と費用がかかります。工事の際は、事前に建築指導課(第二庁舎1階)へご相談ください。市では、原則として市内で行われているすべての建築工事を対象にパトロールを実施し、違反建築の防止に努めています。

☎同課☎内線2825

東京たま広域資源循環組合入札参加申請の受け付け

令和3・4年度の工事・物品買い入れなどの入札参加申請を受け付けます。

☎10月16日(金)~11月2日(月)(必着)に「〒190-0181西多摩郡日の出町大字大久野7642東京たま広域資源循環組合」へ
※詳しくは同組合ホームページHPhttps://www.tama-junkankumiai.com/をご覧ください。

☎同組合☎042-597-6151

さくら通り駐車場(時間貸)工事に伴う休業のお知らせ

設備更新工事と一部路面補修のため、下記の期間休業します。

◆休業期間

10月19日(月)夜間~28日(水)夜間(予定)
☎(株)まちづくり三鷹☎40-9669

東京都最低賃金のお知らせ

東京都最低賃金は、時間額1,013円です。都内で働くすべての労働者に適用されます。

☎東京労働局労働基準部賃金課☎03-3512-1614、東京働き方改革推進支援センター☎0120-232-865

税金

休日納税相談窓口を開設します

☎10月17・24日の土曜日、18・25日の日曜日午前9時~午後4時30分

☎所納税課(市役所2階25番窓口)

※庁舎南側スロープ下の地下1階警備室前通用口からお入りください。

◆同日程で電話相談も受け付けます

新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から、電話での相談をご検討ください。

☎同課☎内線2431

11月2日(月)は市民税・都民税(第3期)の納期です

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。納期内納付

住宅の改修・新築に伴う固定資産税の減額制度

☎資産税課☎内線2365

住宅のバリアフリー改修や省エネ改修、認定長期優良住宅を新築した場合に、固定資産税が減額される場合があります。

①バリアフリー改修を行った場合

◆対象家屋 新築から10年以上が経過し、居住部分の割合が家屋全体の2分の1以上で、改修後の床面積が50~280㎡の住宅(賃貸住宅は除く)のうち、65歳以上の方、要介護または要支援の認定を受けている方、障がいのある方が居住する住宅

◆対象となる改修 平成19年4月1日~令和4年3月31日に行った法令で定めるバリアフリー工事で、工事費用から給付金などを差し引いた金額が50万円超の改修

◆減額される税額 工事完了年の翌年度分の固定資産税の3分の1(居住部分で1戸当たり100㎡相当分まで)

②省エネ改修を行った場合

◆対象家屋 平成20年1月1日以前から所在し、居住部分の割合が家屋全体の2分の1以上で、改修後の床面積が50~280㎡の住宅(賃貸住宅は除く)

◆対象となる改修 平成20年4月1日(認定長期優良住宅は平成29年4月1日)~令和4年3月31日に行った、現行の省エネ基準に適合する50万円超の改修工事(窓の断熱工事は必須)

◆減額される税額 工事完了年の翌年度分の固定資産税の3分の1(認定長期優良住宅は3分の2。いずれも居住部分で1戸当たり120㎡相当分まで)

③認定長期優良住宅を新築した場合

◆対象家屋 平成21年6月4日~令和4年3月31日に新築した認定長期優良住宅のうち、居住部分の床面積が1戸当たり50㎡(1戸建て以外の貸家は40㎡)~280㎡で、家屋全体の床面積の2分の1以上の住宅

◆減額される税額 新築の翌年度から5年間(3階建て以上の中高層耐火建築物は7年間)、固定資産税の2分の1(居住部分で1戸当たり120㎡相当分まで)

☎①②は工事完了日から原則3カ月以内に、③は新築した翌年の1月31日までに、申告書(市ホームページまたは同課(市役所2階28番窓口)で入手)と必要書類を同課へ

※手話の表示がない事業でも市の主催事業では、希望により手話通訳者または要約筆記者を派遣します(開催日の1週間前までに事業の担当課へ要申込)。

- 市役所電話(代表) ☎0422-45-1151
交換手に各課の内線番号をお伝えください。
- 困りごとの相談は **市民相談専用電話** ☎0422-44-6600
- あなたのご意見を **市民の声専用FAX** FAX 0422-48-2810
- 子どもを見守る **安全安心メールの登録** ☐maam@req.jp (空メールを送信)
- いつでも無料で **防災無線の内容確認** ☎0120-119-921 (フリーダイヤル)

【みる・みる・三鷹】:COMチャンネル武蔵野・三鷹(地デジ11チャンネル) 第581号(10月4日~10月17日)
便利でお得!三鷹市プレミアム付商品券/
「モバイル版広報みたか」のご案内
放送時間/月~日曜日 9:00 12:30 20:00 23:30
※同番組は無料動画共有サイト「YouTube」でも配信しています。
むさしのFM 78.2MHz
「おはよう!三鷹市です」放送時間/月~金曜日 10:20~10:25
「三鷹くちこみテレフォン」放送時間/木曜日 9:45~9:55

人口と世帯 令和2年10月1日現在 ()内は前月との増減
住民登録者数:190,062人(28人減) 男:92,974人(24人減)/女:97,088人(4人減)
世帯:95,776世帯(21世帯減)

「ふるさと納税」の対象となるクラウドファンディングを実施中!

大沢の里水車「しんぐるま」の 水輪再生にご支援を

☎水車について=生涯学習課☎内線2921、寄付について=企画経営課☎内線2150

大沢の里水車経営農家の水車「しんぐるま」は、江戸時代後期の文化5(1808)年ごろに創設され、昭和40年代までの約160年間、精米製粉水車場として稼働を続けた日本有数の営業用水車です。平成10年には東京都の有形民俗文化財に指定され、22年からは動態保存と公開活動が続けられています。

みんなで創ろう!水車の水輪

水車の中心で水を受けて回転する直径4.6mの水輪(みずわ)は、水車全体を動かす力を生む心臓部です。現在の水輪は、有志のみなさんによって復元されたものですが、設置から10年以上が経過し老朽化が進んできました。市ではこの水輪を再生させるため、10月からクラウドファンディングを実施しています。江戸時代から続く貴重な水車を維持するため、水輪再生プロジェクトへのご支援をお願いします。



クラウドファンディングの概要

- ふるさと納税としての寄付であるため、個人の寄付金は税額控除の対象となります。
- ◆目標金額/200万円 ◆募集期間/12月31日(木)まで
- 2万円以上の寄付をいただいた方は、施設内に設置するネームプレートにお名前を掲示します(希望者のみ)
- 「しんぐるまサポーター」に登録すると、水輪再生工事がメールで届きます(10月~令和3年3月)
- ※事業の概要など、詳しくは「ふるさとチョイス」ホームページ [HP](https://www.furusato-tax.jp/gcf/979) <https://www.furusato-tax.jp/gcf/979> (右記二次元コード)をご覧ください。



クラウドファンディング
具体的な取り組みを実現するために、インターネットを通じて全国から寄付を募る仕組み。近年は民間・官公庁を問わず、さまざまな分野で活用が広がっています。

大沢の里水車経営農家 施設情報

- ◆開館時間 午前10時~午後5時(11月~3月は4時まで)
- ◆休館日 火曜日(火曜日が休日の場合は開館し、その翌日が休館)、年末年始
- ◆所在地 大沢6-10-15
- ◆入館料 200円(中学生以下は無料)
※大沢の里古民家と合わせて見学できます。年間パスポート1,000円もあり。
- ◆アクセス JR三鷹駅南口から「榊原記念病院」「朝日町三丁目」または「車返団地」行きのバスで、「竜源寺」バス停下車、徒歩5分
※自家用車での来場はご遠慮ください。



三鷹まちづくりフォトコンテスト作品展 —25年間の三鷹の魅力、再発見



☎市、同コンテスト実行委員会 ☎(株)まちづくり三鷹☎40-9669

三鷹の魅力を発信する写真を募集し、毎年多くの素晴らしい作品が寄せられる同コンテスト。過去25回の金賞・市長賞を受賞した作品の中から、44点を展示します。写真を通じて三鷹の魅力を再発見してください。

☐令和3年2月28日(日)までの午前9時~午後7時

☐三鷹産業プラザ ☐期間中会場へ

●ご自宅からもお楽しみください

展示作品は同社ホームページ [HP](https://www.mitaka.ne.jp/photocon/) <https://www.mitaka.ne.jp/photocon/> (右記二次元コード)からご覧いただけます。



オンライン講座「写真を通して未来に伝える」

オンライン会議アプリ「Zoom」を使い、プロカメラマンの作品を見ながら、コンテストの審査委員を例年務める写真家の林義勝さんから撮影テクニックを学びます。

☐10月30日(金)午後3時~4時 ☎10人程度

☐必要事項(11面参照)を同社 ☐photo@mitaka.ne.jpへ(先着制)



第22回一般部門金賞
「黄金橋」渡辺 実さん



第16回一般(A4サイズ以上)部門金賞
「水車」三上 茂さん

三鷹が 「住みたい街(駅) ランキング」5位に!

今回で16回目となる長谷工アーベストの「住みたい街(駅)ランキング2020」で、三鷹が「横浜」「吉祥寺」「大宮」「浦和」に次いで、住みたい街(駅)の5位に選ばれました。一昨年の19位、昨年の18位から一気にランクアップし、同調査で初めてのベスト5入りです。

