



7月4日(日)は東京都議会議員選挙の投票日です 2面

子育て世帯生活支援特別給付金 2面

「各部の運営方針と目標」を策定しました 3面

市からのお知らせ 11面から

高橋侑子選手がオリンピック代表に内定! 12面

新型コロナワクチン最新情報

12~39歳の方へ接種券を発送します

16~39歳の方には7月5日(月)、12~15歳の方には13日(火)にワクチンの接種券を発送します(これから12歳になる方には、誕生日の翌月に発送)。接種を希望する方は、接種券が届き次第、予約の手続きをお願いします。

※12~15歳の方は、原則として、保護者の同伴と予診票への保護者の署名が必要です。

※今後、三鷹駅前や市役所周辺などに接種会場を拡充することを検討しています。

☎三鷹市新型コロナワクチン接種コールセンター ☎0570-026-567

集団接種

◆接種会場

◆新川中原、大沢コミュニティセンター

☎8月29日(日)までの毎週木・日曜日午前9時~午後4時、土曜日午後2時~5時

※新川中原コミュニティセンターは7月4日(日)を除く。

※8月12日(木)~29日に1回目の接種を受ける方は、2回目は別の接種会場になります。

◆連雀コミュニティセンター

☎9月30日(木)までの毎週木~月曜日午前9時~午後5時

◆元気創造プラザ 軽体操室

☎8月31日(火)までの毎週火~日曜日午前9時~午後5時

◆予約方法

•三鷹市ワクチン接種web予約サイト(右記二次元コード)

•市コールセンター ☎0570-026-567

(平日午前9時~午後5時)



※予約の際は接種券に記載の10桁の接種券番号が必要です。

※2回目の予約は1回目の接種後に会場で受け付けます(原則、同じ会場の3週間後の日程)。

個別接種

◆接種会場

市内約70カ所の医療機関(詳しくは、『広報みたか』6月6日発行号、市ホームページ(右記二次元コード)をご確認ください)

◆予約方法

医療機関で直接予約(市の予約サイトやコールセンターでは予約できません)



予約をキャンセルする場合は必ずご連絡ください

集団接種

◆接種日当日のキャンセル

コミュニティセンターで接種予定の方は各センター、元気創造プラザで接種予定の方は市役所の代表電話 ☎45-1151へご連絡ください。

◆前日までのキャンセル

市の予約サイトかコールセンターでお手続きください。

個別接種

予約している医療機関に直接ご連絡ください。

副反応について

◆接種後、すぐに表れる可能性のある症状

じんましん、腹痛、嘔吐(おうと)、息苦しさ

※まれに発症する重いアレルギー反応(アナフィラキシー)に対応できるよう、接種会場や医療機関では医薬品などの準備をしています。

◆接種後、数日以内に表れる可能性のある症状

50%以上 接種部位の痛み、疲労、頭痛

10~50% 筋肉痛、悪寒、関節痛、下痢、発熱、接種部位の腫れ

1~10% 吐き気、嘔吐

◆接種後に体に異常が出た場合は

かかりつけ医やお近くの診療所、東京都新型コロナウイルスワクチン副反応相談センター ☎03-6258-5802(24時間)へご相談ください。詳しくは厚生労働省ホームページ [HP https://www.mhlw.go.jp/](https://www.mhlw.go.jp/)へ。

三鷹市の新型コロナワクチン接種状況

三鷹市では7月中、1週間当たり約15,000回の接種が可能な体制を確保しています。5月20日から75歳以上の方、6月14日からは65歳以上の方への接種を開始し、以降、対象年齢を順次引き下げながら、ワクチン接種を進めています。

◆三鷹市の新型コロナワクチン接種人数(6月30日現在・速報値)

対象	対象者数	1回目接種者数(接種率)	2回目接種者数(接種率)
65歳以上の方	41,503人	27,893人(67.2%)	4,029人(9.7%)

ワクチン接種が着々と進みつつある今、ようやく皆さんと一緒に、三鷹の未来について語り合うことができそうです。今号の2面に「市民参加でまちづくり協議会」のメンバー大募集の記事を掲載しています。まちづくりに関わることは大変なことではありますが、本来はとも楽しいものです。さまざまな人たちと出会い、まちの未来を語り合う…。ぜひ、そんなワクワクする機会と時間を共有してみませんか。多くの方々のご参加を心よりお待ちしております。

三鷹市では、医師会の皆さんによるワクチンの集団接種、個別接種をはじめ、杏林大学の皆さんにもご協力をいただき、強力な「三鷹ワクチン」を作っています。都立井の頭恩賜公園のライブサイトに関する問題も、東京都との交渉の結果、ライブサイトの中止が決定し、今では都の接種会場の開設に向けて協議を進めています。ワクチン接種は大きく加速化されています。希望する方へのワクチン接種の完了時期は、供給量さえ順調に確保できれば、この原稿を書いている時点で国が示している11月末ではなく、10月末あるいは更に前倒しすることも可能かもしれません。

新型コロナウイルスについては、ただ不安に思っていた一年前とはかなり状況が違ってきました。未だ正体が全て分かっていないにせよ、「正しく恐れる」という言葉に近い対応は取れるようになってきています。



三鷹市長
河村 孝

アフター・コロナと「明日のまち三鷹」

7月4日(日)は 東京都議会議員選挙の 投票日です

投票時間
午前7時～
午後8時

☎ 選挙管理委員会事務局 ☎ 内線3034

投票所には、投票所入場整理券を忘れずにお持ちください。また、投票日当日は指定された投票所以外では投票できません。整理券に記載された投票所を事前にご確認ください。
※整理券がお手元ない場合は、投票所の係員へお申し出ください。

政治家も有権者もルールを守りましょう

政治家の寄附は禁止されています

政治家(候補者、候補者となろうとする者、現に公職にある者)が選挙区内の人や団体に寄附を行うことは、政党や親族に対するものなどを除き、時期や理由を問わず、禁止されています。

政治家に対して寄附を求めることも禁止されています。お中元や病氣お見舞い、地域のイベントへの差し入れ、冠婚葬祭における贈答なども寄附に当たるので、ご注意ください。

あいさつ状なども禁止です

政治家が選挙区内の方に、答礼のための自筆によるものを除き、年賀状や暑中見舞状などの時候のあいさつを出すことは禁止されています。

また、政治家や後援団体が選挙区内にある者にあいさつする目的で、新聞・テレビなどで有料広告を出すこと処罰されます。このような広告を出すように求めることも禁止されています。

明るい選挙の実現をPRするポスター・習字・標語作品を募集中です

入選者に賞状と記念品を、応募者全員に参加賞を贈呈します。入選作品は、各種事業に活用します。

●**ポスター** 投票参加を呼び掛けるものや、一票の大切さを表すものなど。入選作品は、東京都選挙管理委員会主催の審査会へ出品します。

☎ 市内の小・中学生、高校生(1人1点)
画用紙の四つ切り(約54.2cm×38.2cm)または八つ切り(約38.2cm×27.1cm)／描画材料は自由／作品の裏面右下に学校名・学年・氏名(ふりがな)を記入

●**習字** 課題「市民の代表」

☎ 市内の中学生(1人1点)
習字用半紙(約24.2cm×33.3cm)／楷書体で、作品の左側に学校名・学年・氏名を記入

●**標語** 投票率が低い若年層に向けて投票参加を呼び掛けるものや、一票の大切さを訴えるものなど、明るい選挙推進のための主張を簡潔に言い表したものを。

☎ 在学・在勤を含む中学生以上の市民(1人2点まで)
応募用紙は自由(はがき可)／住所、氏名(ふりがな)、電話番号を記入

☎ いずれも9月10日(金)(消印有効)までに直接または郵送で「〒181-8555 選挙管理委員会事務局」(第三庁舎)へ

詐欺電話
撃退!

「自動通話録音機」を 無料で貸与します

☎ 安全安心課 ☎ 内線4521

令和2年中の市内での振り込め詐欺などの被害件数は32件、被害総額は6,861万円でした。今年は5月末現在で、20件、3,446万円の被害が発生しています。

手口が巧妙化しており、後を絶たない特殊詐欺被害を防止するため、自動通話録音機を無料で貸し出します。自宅の電話に取り付けることで、着信時に警告メッセージが流れ、応答した時点から自動で録音されますので、未然に被害を防ぐことができます。

☎ おおむね65歳以上の方が居住する市内の100世帯

※三鷹警察署または市からすでに貸与されている世帯を除く。

☎ 7月20日(火)(消印有効)までに申込書(市ホームページ、同課(元気創造プラザ5階)で入手)を直接または往復はがき、ファクス、電子メールで「〒181-0004新川6-37-1安全安心課」・ ☎ 45-1117 ・ ✉ anzen@city.mitaka.lg.jpへ(申込多数の場合は抽選)



「三鷹市は、本気です!」

「市民参加でまちづくり協議会」

ボランティアメンバーを **大募集**

☎ 同協議会事務局(企画経営課参加と協働担当) ☎ 内線2105

活動期間は7月～令和5年7月の2年です。

☎ 在学・在勤・在活動を含む18歳以上の市民200人

市民参加でまちづくり協議会とは?

まちの声を聴き、まちの声をカタチにするための活動をする協議会です。魅力と活力のある三鷹の未来につながる多くのテーマをさまざまな視点で議論できるよう、七つの部会に分かれて活動します。

- 部会
- ① 快適なまちづくり部会(道路・公園・住宅・環境など)
- ② 活力のあるまちづくり部会(産業・観光など)
- ③ 安全なまちづくり部会(防災・防犯・消費者保護など)
- ④ 安心なまちづくり部会(福祉・健康など)
- ⑤ 子どもが輝くまちづくり部会(教育・子育て支援など)
- ⑥ 心ゆたかなまちづくり部会(生涯学習・スポーツ・文化など)
- ⑦ ふれあいのまちづくり部会(コミュニティ・平和・人権・国際化など)

☎ 7月15日(木)までに必要事項(11面参照)・希望する部会(上記参照)を同協議会事務局 ✉ kikaku@city.mitaka.lg.jp または応募フォーム

HP <https://logoform.jp/f/UieGM>(右記二次元コード)へ

※電子メールの場合は、受け取り確認のメールを5日以内に返信します。



子育て世帯生活支援特別給付金 (ひとり親世帯以外の低所得の子育て世帯分)

☎ 子育て支援課 ☎ 内線2756

低所得の子育て世帯を対象に、生活支援のための特別給付金を給付します。
※今年度先行して実施している同給付金の「ひとり親世帯分」と重複して受けることはできません。

◆対象児童

平成15年4月2日以降生まれのお子さん(特別児童扶養手当対象の場合は、13年4月2日以降生まれのお子さん)

◆給付対象

- 対象児童を養育中で、次のいずれかに該当する方
- ・令和3年度住民税均等割が非課税
- ・新型コロナウイルス感染症の影響を受けて今年1月以降家計が急変し、住民税非課税相当の収入となった

◆給付額

対象児童1人につき5万円

◆申請方法

- ・4月分児童手当または特別児童扶養手当の受給者で、3年度住民税均等割が非課税の方
- 申請は不要です。6月下旬に通知を発送し、7月16日(金)に振り込み予定です。
- ・上記以外の方

→7月上旬に案内を送付します。給付対象者は、申請書(同課 ☎ 内線2756へ郵送を依頼、または市ホームページ(右記二次元コード)で入手)を直接または郵送で「〒181-8555子育て支援課」(市役所4階43番窓口)へ。受理後、審査を行い、給付の可否をお知らせします。



新型コロナウイルス感染症 生活困窮者自立支援金を支給します

☎ 三鷹市社会福祉協議会 ☎ 46-1108(平日午前9時～午後4時)

総合支援資金の再貸し付けをすでに受けた、承認されなかったなど、緊急小口資金などの特例貸し付けを利用できない世帯を対象に申請書を郵送します。

◆**支給額(月額)** 単身世帯6万円、2人世帯8万円、3人以上世帯10万円

◆**支給期間** 申請月から3カ月間

☎ 必要書類を「〒181-0004新川6-37-1三鷹市社会福祉協議会」へ

令和3年度 各部の取り組みを紹介します

「各部の運営方針と目標」を策定しました

「各部の運営方針と目標」は、施政方針などに掲げる事業の実現を目指し、各部が主体的に取り組むための「部の経営の全体構想」を示すものです。組織構成、職員数、予算規模など「部の経営資源」を踏まえ、当該年度の「運営方針」を示し、「主要事業と目標指標」を設定するとともに、関連する「SDGs 17の目標」を明記しています。

今号では、各部の主要事業について紹介します。

☎企画経営課☎内線2150

新型コロナウイルスワクチン接種実施本部事務局

新型コロナウイルス感染症対策の推進

企画部

- ①新たな市民参加の実践
- ②国立天文台と連携したまちづくりの推進
- ③『人権基本条例(仮称)』の制定に向けた取り組み
- ④スマートシティ三鷹の実現に向けた取り組み
- ⑤持続可能な自治体経営に向けた事務事業の再点検



総務部

- ①防災NPO組織の設立に向けた取り組み
- ②「適正事務管理制度(仮称)」(内部統制)に関する方針の策定と体制整備
- ③職員の意欲・専門性を高める人事制度の構築と管理職に占める女性の割合の拡大
- ④災害時緊急情報配信サービスの導入
- ⑤入札制度の継続的な見直し



市民部

- ①市民満足度の高い窓口サービスの質の向上と人材育成
- ②市税などの収入の確保、的確な収入状況の把握と収入予測の取り組み
- ③「非接触型行政手続き」を進めるためのマイナンバーカードによる行政サービスの普及促進と市税の電子納付の推進
- ④住民情報システム共同利用の円滑な導入と「待たない窓口」「おくやみ窓口」などの新たな窓口サービス導入に向けた検討
- ⑤国民健康保険税の減免と傷病手当支給制度の確実な周知と実施、国保財政の健全化の推進



生活環境部

- ①地域コミュニティ活性化の推進
- ②『受動喫煙防止条例』の施行に併せた喫煙マナーアップなどの取り組み
- ③粗大ごみ処理制度の変更
- ④買い物環境の整備
- ⑤市内産農産物の活用促進に向けた取り組み



スポーツと文化部

- ①東京2020オリンピック・パラリンピック開催に伴う市民一体となった感動体験の創出とレガシーの創造
- ②三鷹中央防災公園・元気創造プラザの総点検
- ③三鷹市ゆかりの文学者顕彰事業の推進
 - (1)「吉村昭書斎(仮称)」の整備
 - (2)太宰治文学サロンの機能拡充
 - (3)民間ビルを活用した市民の美術作品発表の場「桜井浜江記念市民ギャラリー(仮称)」の開設
- ④大沢の里郷土文化施設の駐車場などの整備に向けた取り組み
- ⑤「心と体の健康都市づくり」の実施



健康福祉部

- ①旧どんぐり山施設の利活用
- ②地域ケアネットワーク推進事業の充実と発展
- ③より実践的な避難行動要支援者名簿の整備と活用
- ④休日診療所・休日調剤薬局などの一体的整備の実施期間等の見直し
- ⑤産前・産後サポート支援の拡充



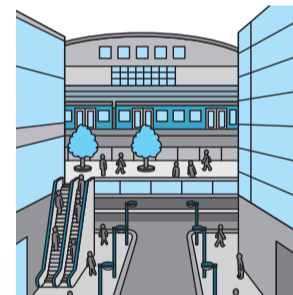
子ども政策部

- ①児童福祉施設などの在り方についての検討
- ②時代に即した子育て支援に向けた情報発信・相談体制の強化
- ③六小における学童保育所分室と連携した地域子どもクラブ事業の拡充
- ④子育て家庭への育児支援の充実
- ⑤子どものいる家庭への宅食・見守り支援の取り組み



都市整備部

- ①用途地域などの見直し
- ②雨水貯留施設の設置と上部空間の公園・道路整備
- ③みたかバスネットの抜本的な見直し
- ④牟礼地区生活道路緊急安全対策の推進
- ⑤三鷹駅前広場の整備の推進



都市再生部

- ①三鷹駅前地区再開発の推進
- ②『新都市再生ビジョン(仮称)』の策定
- ③東京外かく環状道路整備に伴うまちづくりの推進
- ④三鷹駅前周辺地区などのエリアマネジメントの推進
- ⑤都市計画道路3・4・13号(牟礼)整備の促進



教育部

- ①スクール・コミュニティの創造に向けた取り組みと「教育フォーラム2021(仮称)」などの開催
- ②「三鷹教育・子育て研究所」における今後の市の教育の方向性の検討
- ③学習用端末などの活用
- ④教育支援の充実
- ⑤『学校施設長寿命化計画(仮称)』の策定と大規模改修工事などの推進



「各部の運営方針と目標」の全文は、市ホームページのほか、冊子でもご覧いただけます。冊子は、相談・情報課(市役所2階)、市政窓口、市民協働センターで配布します(市立図書館、コミュニティセンターでも閲覧可)。ご意見、ご感想などをお寄せください。

太宰治文学サロン企画展示

山内祥史文庫ができるまでⅡ —太宰治の「典拠」追及

所 同サロン ☎26-9150

太宰治研究に生涯の大半を捧げ、太宰の「書誌」を作り上げた研究者・山内祥史氏。平成31年にその膨大な研究資料が三鷹市に寄託されました。

そんな「山内祥史文庫」の中から、今回は『富嶽百景』『右大臣実朝』をはじめとする太宰作品の典拠(創作のきっかけとなった書物)を明らかにすることで、創作の原点に迫ります。



太宰治生誕110年特別展「辻音楽師の美学」にて初公開された同文庫

日 7月6日(火)～12月28日(火)午前10時～午後5時30分
休館日：月曜日(休日の場合は開館し、その翌日と翌々日が休館)
申 期間中会場へ

夏休みの自由研究におすすめ

生涯学習センターの講座

所 同センター ☎49-2521

①キッズマナー講座

体を動かしながら、身だしなみや姿勢などのマナーを学びます。日常生活では「いやだな」「いいな」と思う場面がたくさんあります。自分発信の「いいな」ができるように、マナーについて学んでみませんか。

日 8月11日(水)午前10時～正午 人 市内の小学1～3年生25人
講 NPO法人マナー教育サポート協会理事長の岸田輝美さん

②日本無線(株)協力「ラジオ工作教室」



ラジオの音が出る仕組みを知っていますか？エナメル線を巻いたり、はんだ付けをしたり、ものづくりの楽しさを体験して、自分で作ったラジオの音を聴いてみましょう。

日 8月21日(土)午前9時30分～正午、午後1時30分～4時
人 市内在住の小学4～6年生各回15人
講 日本無線(株)の皆さん

申 ①7月25日(日)まで、②7月5日(月)～25日(いずれも必着)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)・この講座を何で知ったか、②は希望回を「〒181-0004新川6-37-1生涯学習センター」
HP <https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/>(元気創造プラザ講座申込システム)へ(申込多数の場合は初参加者を優先して抽選)

令和3年度 成人を祝福するつどい(成人式) 実行委員を募集中

所 児童青少年課 ☎内線2713

企画・運営に協力してくれる実行委員を募集します。成人式に携わりたい、20歳の思い出づくりをしてみたいと思う皆さんの申し込みをお待ちしています。

- ◆活動内容
 - ・実行委員会への参加(月に1～2回、全8回程度。平日夜間に市役所で開催)
 - ・成人式の企画・運営
 - ・新成人への案内状のデザインなど
- 人 平成13年4月2日～14年4月1日生まれで三鷹市に在住歴がある方
- 申 8月31日(火)までに電子申請サービス [HP https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo2/](https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo2/)(右記二次元コード)へ(第1回実行委員会は8月上旬に実施予定ですが、第2回からの参加も可能です)



ファブスペースみたかのワークショップ

所 同施設 ☎48-3520

〓オンライン開催〓 夏休み展示企画「海の生き物を作ろう」

自宅から参加できるワークショップです。好きな海の生き物や想像の中の新しい深海魚など、楽しく絵を描いてみましょう。描いた絵はレーザー加工機で木の作品にして、後日お渡しします。色付けなどをしてお持ちいただいた作品は、8月に同施設で展示します。

日 7月17日(土)午後3時～4時30分

人 小学生10人

所 オンライン会議アプリ「Zoom」

講 イラストレーターのmikaruさん

¥ 1,600円



レーザー加工機でオリジナルスタンプをつくろう！

レーザー加工機を使ってゴムに彫刻し、オリジナルスタンプを作ります。加工用データの作り方から、レーザー加工機の設定方法、完成まで、順を追って丁寧に説明しますので、初めての方でも安心です。

日 7月18日(日)午後1時～3時30分

人 小学生以上の方4人(小学校低学年は保護者同伴) 所 三鷹産業プラザ

講 (株)ウッドボックスの浅古綾香さん ¥ 1,650円

物 スタンプのデータまたはイラスト(最大3cm×3cm、手書き可)

申 必要事項(11面参照)を同施設 [✉ fabspace@mitaka.ne.jp](mailto:fabspace@mitaka.ne.jp)へ(先着制)

三鷹の「ものづくり」を知る 工場見学オンラインツアー

所 生活経済課 ☎内線2542



参加者プレゼントの記念品

市内3カ所の工場が稼働している様子や工作機械をオンラインで見学できます。この機会に、市内製造事業者の「技術力」に触れてみませんか。家族での参加も大歓迎です。参加者には、工場で作成した記念品(写真)をプレゼントします(1組1個)。

注 ものづくり産業活性化ネットワーク委員会(三鷹商工会工業部会)

日 8月18日(水)午後6時～7時30分

人 20組

所 オンライン会議アプリ「Zoom」

申 7月25日(日)までに必要事項(11面参照)・

Zoom表示名、お子さんが参加する場合は保護者氏名をみたか都市観光協会 [✉ info@kanko-mitaka.com](mailto:info@kanko-mitaka.com)へ(申込多数の場合は抽選)

市民大学総合コース企画委員を募集します 保育

所 生涯学習センター ☎49-2521

市民の皆さんが主体となり、1年間を通して地域や生活に根差したテーマを学ぶ市民大学総合コース。令和4年度のテーマ「環境と科学」「教育・子育て」「経済」「現代社会と政治」「哲学・文化芸術」に沿って、カリキュラムの企画や講師の選定などを行う企画委員を募集します。企画委員会の参加者は、講座を優先して受講することができます。

日 9月16・30日、10月7・21日、11月4・18日、12月16日、令和4年1月20日、2月3・17日、3月3日の木曜日午前10時5分～正午(全11回)

人 16歳以上の市民25人、保育(1歳～未就学児)5人(「一時保育ほしのこ」への登録が必要)

申 7月4日(日)～8月20日(金)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・ [HP https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/](https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/)(同プラザ講座申込システム)へ(申込多数の場合は抽選)

令和
3年度

国民健康保険税のお知らせ

☎ 保険課 ☎ 内線2382

納税通知書を7月13日(火)に発送します。内容をご確認のうえ、納期限までに納付をお願いします。納付した保険税は社会保険料控除として申告できます。
※軽減措置の変更など、詳しくは同封するパンフレットをご確認ください。

新型コロナウイルス感染症の影響による保険税の減免

同感染症の影響により収入が減少し、保険税の納付が困難な方を対象に、3年度分の保険税(納期限が3年4月1日～4年3月31日に設定されているもの)を減免します。納税通知書がお手元に届いてから、申請をお願いします。

☎ 4年3月31日(木)(必着)までに必要書類を「〒181-8555保険課」へ

8月は限度額適用認定証の更新月です

現在の認定証の有効期限は7月31日(土)です。認定証をお持ちの方には7月中旬に更新案内を送付しますので、8月以降も必要な場合は更新手続きをお願いします。

※7月は窓口が大変混雑します。お急ぎでない方は、8月以降の申請にご協力ください。

新型コロナウイルス感染症に関する国民健康保険傷病手当金

三鷹市国保の加入者のうち給与などの支払いを受けている方が、同感染症に感染した場合や、発熱などの症状があり感染が疑われた場合、その療養のために勤務することができなかった期間、傷病手当金を支給します。支給を受けるためには申請が必要です。事前に同課へお問い合わせください。

※申請には事業主の証明と医師の意見書が必要です。

支給対象となる日

勤務することができなくなった日から起算して3日を経過した日から、勤務することができない期間のうち勤務を予定していた日

支給額

(直近の継続した3カ月間の給与収入の合計額÷勤務日数×3分の2(※))×支給対象となる日数

※1日当たりの上限は30,887円。給与の全部または一部を受けることができる場合は、支給額が調整されたり、支給されない場合があります。

適用期間

2年1月1日～3年9月30日に療養のため勤務することができない期間

※入院が継続する場合などは最長1年6カ月。

令和3年度

後期高齢者医療保険のお知らせ

☎ 保険課 ☎ 内線2384

後期高齢者医療保険料の決定通知書を7月16日(金)に発送します

納付書が同封されている方は納期限までに納付をお願いします。納付した保険料は社会保険料控除として申告できます。

後期高齢者医療被保険者証の更新

8月から自己負担割合が変わる方へ、新しい保険証を7月中旬に簡易書留で発送します。負担割合が変わらない方は、現在の保険証を引き続きご利用ください。

◆自己負担割合の判定基準

世帯のすべての被保険者の住民税課税所得金額が145万円未満の場合は1割、それ以外の場合は3割です(ただし、昭和20年1月2日以降生まれの被保険者と同一世帯の被保険者の賦課のもととなる所得金額の合計額が210万円以下の場合は1割)。

◆前年中の収入が次のいずれかに該当する場合は、申請により1割負担になります

該当すると思われる方には6月中旬に申請書を発送したのでご確認ください。

- 世帯内の被保険者が1人の場合は収入額の合計が383万円未満、ただし、383万円以上でも、同一世帯に70～74歳でほかの健康保険制度の加入者がいる場合は、被保険者との収入額の合計が520万円未満
- 世帯内の被保険者が2人以上の場合は、被保険者全員の収入額の合計が520万円未満

限度額適用認定証、限度額適用・標準負担額減額認定証の更新

6月末までに認定証の交付を受けた方で、8月以降も引き続き対象となる方には新しい認定証を郵送します(申請不要)。

※長期入院中の方と負担割合が変わる方は申請が必要な場合があります。

令和3年度

介護保険料のお知らせ

☎ 介護保険課 ☎ 内線2687

決定通知書・納入通知書を7月9日(金)に発送します。納付した保険料は社会保険料控除として申告できます。

●特別徴収または口座振替の方には「決定通知書」が届きます
公的年金を年額18万円以上受給している方は、原則として年金から保険料を差し引きます(特別徴収)。特別徴収に該当せず、口座振替を申し込んだ方は、年度8回の各納期限に振り替えます。

●納付書で納める方(普通徴収)には「納入通知書」が届きます
年度8回の各納期限までに、同封の納付書で納付をお願いします。年度途中で新規に資格を取得した方(65歳になった方や転入者)は普通徴収となり、月割りで計算します。

低所得者を対象とした市独自の保険料軽減制度

① 65歳以上で、次のすべてに該当する方。①介護保険料の所得段階が第1～3段階(生活保護受給者、特別養護老人ホームなどの入所者を除く)、②前年中の被保険者と世帯全員の収入金額(遺族年金や障害年金などの非課税所得、仕送りなどを含む)が、単身世帯の場合、第1段階の方は80万円以下、第2・3段階の方は160万円以下(各段階とも世帯員が1人増すごとに60万円を加算した金額)、③自己の居住用を除き、処分可能な不動産を所有していない、④預貯金などの資産が200万円以下(2人以上の世帯は400万円以下)、⑤住民税課税者による扶養を受けていない

軽減の内容

第1段階の方＝半額、第2・3段階の方＝第1段階と同額

☎ 7月12日(月)～26日(月)に申請書、介護保険料の決定通知書または納入通知書、前年中の本人と世帯全員の収入が確認できる書類、本人と世帯全員の預貯金通帳(昨年1月から直近までの収支が記帳されているもの、写しも可)を同課(市役所1階11番窓口)へ

※災害など特別な事情により納付が困難な方は、保険料の減免が受けられる場合があります。詳しくは同課へお問い合わせください。

新型コロナウイルス感染症の影響による保険料の減免

同感染症の影響により収入が減少し、保険料の納付が困難な方などを対象に、3年度分の保険料(納期限が3年4月1日～4年3月31日に設定されているもの)を減免します。決定通知書または納入通知書がお手元に届いてから、申請をお願いします。

☎ 4年3月31日(木)(必着)までに必要書類を「〒181-8555介護保険課」へ

介護保険負担割合証を発送します

要介護・要支援認定を受けている方と総合事業対象の方に、8月以降の利用者負担割合(1～3割)が記載された「介護保険負担割合証」を7月下旬に発送します。介護保険サービスを利用する際は、必ずケアマネジャーとサービス提供事業者に提示してください。

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

☎ 納税課 ☎ 内線2417

10月の年金引き落とし分から変更したい方は、7月30日(金)までに申請してください。

☎ 通帳またはキャッシュカード、届け出印、保険証を同課(市役所2階24番窓口)へ

三鷹市市税条例などの一部を改正しました

地方税法などの改正に伴い、同条例などの一部を改正しました。主な改正内容は次の通りです。

個人市民税 問 市民税課 ☎内線2342

- 新型コロナウイルス感染症などに係る住宅借入金等特別税額控除の特例について、適用期限を令和17年度まで延長しました。
- セルフメディケーション税制の適用期限を9年度まで延長しました。
- 給与所得者の扶養親族申告書、公的年金等受給者の扶養親族申告書と退職所得申告書について、給与などの支払いをする方が電磁的方法で提出する際の、所轄税務署長からの承認を不要とします。
- 6年度分以後、非課税限度額などの算定基礎となる扶養親族から、30～69歳の国外居住親族(留学生、障がい者などを除く)を除外します。
- 4年度分以後、市が条例により指定できる税額控除対象寄付金の範囲から、出資に関する業務に充てられることが明らかな寄付金を除外します。

固定資産税 問 資産税課 ☎内線2362

4年度分以後、浸水被害防止のための雨水貯留浸透施設に係る地域決定型地方税制特例措置(わがまち特例)を創設します。

軽自動車税 問 市民税課 ☎内線2355

4年度分以後、種別割のグリーン化特例について、電気軽自動車・天然ガス軽自動車(自家用乗用を除く)と、ガソリン軽自動車(一定程度の燃費基準を満たした営業用乗用)は、適用期限を5年度まで延長します。
※詳しくは市ホームページをご覧ください。

三鷹俳句会 五月の秀句

河骨や生まれる水と行く水と
茅葺きの山門抜ける風青し
小流れをひときは疾し竹落葉
白蝶のふと来て去りぬ波郷墓所
新緑の森に素顔を置いてくる
寺清水草書の句碑の線ほそし
屋灯す鬼太郎茶屋にラムネ飲む
踏み入れれば煤の匂ひの庫裡涼し
山門を出れば苦海か青嵐
緑さす多聞院坂石畳
おびんずる触れずに拝む夏初め

小林美代子
宮下京華
赤松羊子
根岸操
宮澤雅子
新井一枝
加藤早杜子
加藤佑子
飯田六斗
田山光起
土川ツヤ子

三鷹短歌会 五月の秀歌

店先にあじさいの鉢並びたり
ピンクの色の多く目立ちぬ
甥よりの宅配開けば十五色の
カーネーションがふんわりとあり
うしかい座わたしの夜空に舞いて
そこはコロナも届かぬ所
葉桜の中からわれに四十雀
ここぞここぞと呼びかけてきぬ
喫茶店に酸素ボンベをかたわらに
語りし友の訃報聞きたり
新しき人居者を待つマンションの
まっかなつつじ夕日に映える
ラベンダーに顔近づける女の児
ママの匂いと声はずませる
目に入る青葉若葉の小径より
鴉あるき来二本の足で
桜散りあつという間に春がゆく
目を洗うのは緑のシャワー
順番を待つ児の赤き滑り台
高射砲陣地の跡の公園

鶴村きく代
田代眞子
今井輝己
桑野晋
藤井典子
大貫久和
久野静代
奈須野郁郎
町田厚成
藤井徳子

消費者相談窓口から 337

通信販売の定期購入にご注意!

問 消費者相談窓口 ☎47-9042

相談事例 1
動画投稿サイトで「お試し500円」というダイエットサプリメントの広告を見て注文した。商品を受け取ってから1カ月ほど過ぎたころ、また同じ商品が届き、商品代金6,500円の請求書が同梱されていた。驚いて事業者に問い合わせると、「4回の定期購入が条件だ。4回買わないとやめられない」と言われた。広告では定期購入が条件だとは分かっていなかった。2回目以降は解約したい。(40代・男性)

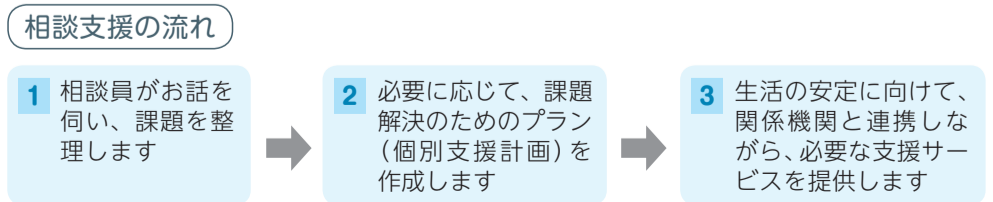
相談事例 2
スマートフォンに出ていた広告を見て定期購入の美容液を注文した。初回は1,980円、2回目からは9,800円だった。定期購入が条件だが、「いつでも解約可能」と記載されていたので初回でやめれば良いと思って注文した。初回が届き、しばらくして事業者に解約の電話をしたら、「解約は次回発送予定日の7日前までに連絡が必要。既に次回発送5日前なので2回目分の解約はできない」と言われた。(50代・女性)

アドバイス
「お試し500円」[初回実質0円(送料のみ)]など通常より低価格で購入できると広告し、実は定期購入することが条件になっている健康食品や化粧品で、通信販売のトラブルが多く起きています。こうした広告では商品の効果や低価格を強調する一方で、定期購入であることや回数制限があることの表示が小さく、認識しにくい場合があります。
インターネットなどの通信販売にはクーリングオフ制度がなく、解約や返品についてはサイトの表示内容に従うこととなります。販売サイト内に定期購入であることや解約の条件などが表示されていれば、気付かずに申し込んだとしても、表示された条件に納得して申し込んだと見なされます。商品を購入する際には解約や返品の条件を必ず確認しましょう。
販売事業者には、最終確認画面に契約に関する重要な情報(定期購入である旨、契約期間・回数、支払い総額など)を表示する義務があります。注文の際は必ず確認し、理解したうえで申し込むようにしましょう。また違反しているサイトは利用しないようにしましょう。
また、トラブルに備えて、申し込みページの広告や最終確認画面のスクリーンショットを撮り、契約内容を残しておくようにしましょう。
解約、返品には事業者の合意が必要です。一方的に商品の受け取りの拒否をしたり、支払いの拒絶をしても解約にはなりません。
困ったときや判断に迷うときは、すぐに消費者相談窓口または消費者ホットライン ☎188にご相談ください。

生活に困っている そんなときは生活・就労支援窓口にご相談ください 問 同窓口 ☎内線2678

経済的な理由などで不安や心配を抱えている方の相談に専門の相談員がお応えし、関係機関と連携しながら状況の改善に向けて支援します。一人で悩まず、まずは気軽にご連絡ください。
☎ 平日午前8時30分～午後5時(正午～午後1時を除く) 所 市役所2階
※生活保護を受給している方は対象になりません。

- こんな相談に応じます
- 収入がなくなり生活が不安だ
 - 家賃が払えず家を出なければならない
 - 収入より支出が多い
 - ずっと働いていないので就職が不安だ
 - 引きこもりやニートで悩んでいる など



- 支援の例**
- **すぐに仕事に就くことが可能な場合 → ハローワークなどとの連携**
ハローワーク三鷹などと連携しながら、就職活動を支援します。
 - **就職するために住居の確保が必要な場合 → 住居確保給付金の支給**
離職などで住居を失った方、または失う恐れの高い方に、原則3カ月間家賃相当額を支給し、就労を支援します(収入や資産要件のほか、就職活動をするなどが条件です)。
 - **仕事に就くために生活改善などのサポートが必要な場合 → 就労準備支援**
すぐに就労することが難しい方に、期間を定めたプログラムに沿って一般就労のための基礎能力を養いながら、就労に向けた支援を行います。
 - **家計の立て直しが必要な場合 → 家計改善支援**
早期の生活再生のために、家計状況の「見える化」を図り、相談者が自ら家計を管理できるように支援します。
 - **子どもの学習・進学支援が必要な場合 → 子どもの学習等支援**
子どもの学習支援をはじめ、不登校や引きこもりなどの状況にある子ども、若者を支援します(世帯収入が就学援助相当の方が対象)。

(社)三鷹市社会福祉協議会 学童職員

◆職種 ①正規職員、②障がい児対応嘱託職員、③臨時職員
◆資格 ①昭和55年4月2日以降生まれで、保育士または教育職員免許を有する方、②③保育士または教育職員免許、放課後児童支援員認定資格を有する方(②は昭和31年4月2日以降生まれ、③は無資格者も可)
◆勤務期間 ①10月1日から、②10月1日～令和4年3月31日、③採用日～4年3月31日(②③再度の任用の場合あり)
◆勤務時間 ①平均週35時間、②平均週30時間、③午後1時～7時(曜日・時間は応相談、長期休業期間中は午前勤務可)
◆勤務場所 市内の学童保育所
◆報酬 ①月額163,180円、②月額184,700円、③有資格者=時給1,140円、無資格者=時給1,070円
※詳しくは同協議会ホームページHP https://www.mitakashakyo.or.jp/へ。
☎同協議会①②☎46-1108、③☎46-1192

(社)三鷹市社会福祉事業団 職員

◆職種 ①相談員(契約職員)、②保育職、③調理員(②③夏季パートタイマー)
◆資格 ①社会福祉士または介護支援専門員、主任介護支援専門員、②保育士(無資格者は応相談)、③栄養士または調理師免許(無資格者は応相談)
◆勤務時間 ①月～金曜日(実働週38時間45分)、②③月～土曜日午前8時30分～午後5時(実働1～7.5時間。曜日、

時間は応相談。週1日も可)
◆勤務場所 ①井の頭地域福祉支援センター、②三鷹西野保育園、三鷹南浦西保育園、三鷹赤とんぼ保育園、三鷹ちどりこども園、三鷹駅前保育園
◆報酬 ①月額225,000円、②時給1,110円～1,200円、③時給1,080円～1,170円(②③資格の有無による)
※①賞与あり(140,000円程度、採用1年目は異なる)。
◆採用予定日 ①随時、②③7、8月
☎電話連絡のうえ、履歴書・あれば資格証の写しを直接または郵送で、①「〒181-0002牟礼6-12-30三鷹市社会福祉事業団」・☎44-5211、②③勤務を希望する園(〒181-0016深大寺3-3-10三鷹西野保育園・☎39-7030、〒181-0013下連雀7-2-1三鷹南浦西保育園・☎40-7551、〒181-0002牟礼3-9-3三鷹赤とんぼ保育園・☎40-0600、〒181-0012上連雀4-12-26三鷹ちどりこども園・☎72-9220、〒181-0013下連雀3-30-12三鷹駅前保育園・☎79-5441)へ
※詳しくは同事業団ホームページHP https://www.mitaka.or.jp/へ。

防衛省自衛隊 (令和4年春採用・入校)

◆職種 ①航空学生(パイロット)、②一般曹候補生、③自衛官候補生、④防衛大学校学生、⑤防衛医科大学校学生
◆資格 ①海上=18～22歳の方、航空=18～20歳の方、②③18～32歳の方、④⑤高卒(見込み含む)以上で20歳以下の方
◆試験(1次) ①9月20日(月・祝)、②9

月16日(木)～19日(日)の指定する1日、③受付時に通知、④推薦=9月25日(土)・26日(日)、総合選抜=9月25日、一般=11月6日(土)・7日(日)、⑤看護学科=10月16日(土)、医学科=10月23日(土)
☎自衛隊東京地方協力本部西東京地域事務所☎042-463-1981へ(①9月9日(木)まで、②9月6日(月)まで、③随時、④推薦・総合選抜=9月5日(日)～11日(土)、一般=10月27日(木)まで、⑤看護学科=10月6日(木)まで、医学科=10月13日(木)まで)



東京都「犯罪お悩みなんでも相談」 ☎050-3138-2009

☎令和4年3月31日までの火・木曜日午前9時～午後5時(祝休日、年末年始を除く)
人万引きなどの犯罪行為をしてしまう本人、家族など
☎都民安全推進本部☎03-5388-2265
KOKOROBO(ココロボ)一自宅で受けられる「こころの相談室」
AI(人工知能)が簡単な質問への回答を解析し、心の状態をお知らせします。解析結果(メンタル不調度)に応じて、専門家によるオンライン心理相談や、医療機関を紹介します。
◆KOKOROBOホームページ
HP https://www.kokorobo.jp/
☎健康推進課☎内線4221

植木相談会
市内の植木生産者が相談に応じます。
☎JA東京むさし三鷹緑化センター
☎7月10日(土)・11日(日)午前10時～午後3時
☎同センター
☎期間中会場へ
☎同センター☎48-7482
※自家用車での来場はご遠慮ください。

住宅リフォーム無料相談会
三鷹市住宅リフォームセンターの相談員が相談に応じます。
☎7月21日(水)午前10時～午後3時(正午～午後1時を除く。耐震に関する相談は午後のみ)
☎市役所1階市民ホール
物あれば自宅の図面や写真など
☎当日会場へ
☎都市計画課☎内線2812



第67回ふじみ衛生組合 地元協議会の傍聴

☎7月19日(月)午後6時30分から
人10人
☎オンライン会議アプリ「Zoom」
☎7月12日(月)までに必要事項(11面参照)を同組合☎fujimi-soumuka@fujimi-seikumiai.jpへ(先着制)
☎同組合☎042-490-5374

※「市からのお知らせ」は11面からご覧ください。

市民活動 みんなの掲示板

催し……主催者が市民・市内の団体/市内で開催/参加費(材料・教材代など)が1回3,000円以内
会員募集……主な会員が市民/市内で活動/入会金・会費(月額)の合計が5,000円以内/新規または前回の掲載から6カ月経過した団体を優先(紙面の都合で6カ月以上お待たせすることもあります)
伝言板……市内の医療・教育機関、公共機関などの催しやお知らせ
上記以外は紙面に余裕があれば掲載します。政治・宗教・営利目的のものは掲載不可。
※タイトル後に★のあるものは生涯学習課の講師派遣事業。
☎HP https://www.city.mitaka.lg.jp/または☎76-2490へ ☎広報メディア課☎内線2129
※掲載依頼をされた方に編集業務委託事業者(株)文化工房が内容確認の電話(またはファクス)をさせていただきます。

催し
からだもあたまも気持ちもスッキリ日曜日! 駅前ラジオ体操&軽いウォーキングとごみ拾い&朝カフェ!
☎つながりのはじめまして ☎毎週日曜日午前6時25分から(雨天中止) ☎三鷹駅南口緑の小ひろば(ジブリ美術館行きバス停東側) ☎当日会場へ ☎同会☎080-3356-5617・HP https://www.enchante-mitaka.tokyo/

手芸作家さんの材料市
☎みたかスペースあいプラス材料市実行委員会 ☎7月4日(日)午前10時～午後4時 ☎みたかスペースあい(下連雀3-28-20) ☎当日会場へ ☎吉野☎090-7210-6099

元気ひろば おれんじの催し
☎①ペーパークイリング=7月7日(水)午前10時～11時30分、②健康体操教室=12日(月)午後2時50分～3時50分、③己書すみれ道場=14日(水)午前10時～11時30分 ☎同会(中原3-1-65) ☎①500円、②2,200円、③2,000円 ☎☎同会☎76-5940・☎genkiorange@azuma-group.co.jp

ガレージセール
☎(社)福栄立ち会 巣立ち工房 ☎7月9日(金)・19日(月)午後1時～3時 ☎同工房(下連雀4-17-6三鷹サンライズマンション102) ☎当日会場へ ☎同工房(佐藤)☎24-7739

田島征三展「いのちのケハイ」
☎ぎやらりー由芽 ☎7月10日(土)～25日(日)正午～午後7時(最終日は5時まで) ☎同画廊、ぎやらりー由芽のつづき ☎期間中会場へ ☎

同画廊☎47-5241(木曜日休み)

第36回JRP武支部写真展
☎日本リアリズム写真集団武蔵野三鷹支部 ☎7月13日(火)～18日(日)午前10時～午後7時(13日は午後1時から、17日(土)は6時まで、18日は5時まで。合評会は17日午後3時～5時30分) ☎三鷹市美術ギャラリー ☎期間中会場へ ☎中村☎☎48-0161

三鷹の地形と外環トンネル★
☎市民による外環道路問題連絡会・三鷹 ☎7月17日(土)午後3時～5時 ☎オンライン会議アプリ「Zoom」 ☎芝浦工業大学工学部教授の稲積真哉さん ☎同会HP http://www.gaikangaikan.info/ ☎小笠原☎090-1214-8044

子育てコンビニひろば
☎NPO法人子育てコンビニ ☎7月19日(月)午前10時～正午 ☎元気ひろば おれんじ(中原3-1-65) ☎同法人 ☎☎kosodatenet@mitaka.ne.jp ☎同法人☎41-7021

theしんなか・男のサロン
☎男のサロン運営委員会 ☎7月19日(月)午後1時30分～3時 ☎新川宿地区公会堂 ☎☎なりきよ☎080-1362-5359・☎knarikiyo@gmail.com(当日参加可)

第71回三鷹雑学大学講義 周回遅れの再エネ技術をどう立て直す
☎7月25日(日)午前10時～正午 人16人 ☎消費者活動センター ☎当日会場へ(先着制) ☎近藤☎48-1490

ふろしき市
☎三鷹市ボランティア連絡協議会 ☎7月31日(土)午前10時～午後1時(雨天中止) ☎市民センター議場棟下 ☎500円(1区画分) ☎☎同協議会☎76-1271

皆さんで楽しく歌いましょう
☎三鷹一日うたごえ ☎7月31日(土)午後1時30分～4時30分 人50人 ☎三鷹市公会堂さんさん館 ☎1,000円 ☎☎藤井☎48-4688(先着制)

ころがるロボットで楽しくプログラミング体験会
☎パソコンエイド ☎7月31日、8月14日の土曜日午後2時～4時(いずれか1回) 人小学3～6年生各回3人(要送迎) ☎みたかボランティアセンター ☎500円 ☎7月28日(木)までに往復はがきまたは電子メールで必要事項(11面参照)を「〒181-0004新川4-18-1牟田総男」・☎td6f-mt@asahi-net.or.jp(先着制) ☎牟田☎49-0542

物語がテーマのサマープログラム第7回「地図と物語」
☎キャラワークス・ジャパン ☎8月4日(水)・5日(木)午前9時30分～午後4時30分 人小学3年生以上で全回参加できる方 ☎芸術文化センター ☎4,500円(2回分) ☎同会HP https://charaworks.jp/ ☎西岡☎77-9330

会員募集
新川中原コミュニティ子どものバレエ(クラシックバレエ、ダンス)
☎毎週土曜日、隔週金曜日午後1時30分～

8月1日発行号 原稿締切日 7月6日(火)
8月15日発行号 原稿締切日 7月19日(月)
いずれも午後5時まで

7時 ☎新川中原コミュニティセンター ☎月額4,200円 ☎☎子どものバレエ母の会 ☎☎kodomonobaree88@gmail.com

伝言板
ICUサービス・ラーニング・パートナー応募団体向け説明会
☎ICUサービス・ラーニング・センター ☎7月9日(金)午後2時から 人ICUの学生の受け入れを通じた、学生との交流、同大学との連携に興味がある団体(NPO、公的機関、市内・近隣の地域コミュニティ団体、民間企業など) ☎オンライン会議アプリ「Zoom」 ☎同センターHP https://office.icu.ac.jp/slc/aboutus/institutions.html ☎同センター☎33-3687

むさしのみたか市民テレビ7月号 地上11chで放送中
☎7月16日(金)まで わがまちジャーナル 「このまちの気になる社長さん(その13) YSK合同会社 吉岡洋子さん」 ほか
☎7月17日(土)～31日(日) アンコールアワー 「匠 人生をデザインする 主婦からの起業 芳賀裕子さんの挑戦!」 ほか

むさしのみたか市民テレビ局 ☎☎79-1434

4チーム(1チーム5人以上、中学生不可)
所 SUBARU総合スポーツセンター
¥ チーム2,000円、個人500円
物 室内履き(靴底がアメ色、白色、無色)
申 同協会 **HP** <https://mitakafa.jp/>へ(先着制)

なぎなた初心者講習会

目 三鷹市体育協会、三鷹市なぎなた連盟
日 8月7・21・28日、9月4日の土曜日
 午前10時～11時30分(全4回)
人 在園・在学・在勤を含む市民10人
所 SUBARU総合スポーツセンター
申 当日会場へ(先着制)
問 同連盟 ☎43-3204(夜間のみ)

ジュニア育成硬式テニス教室

目 東京都、(公助)東京都体育協会、三鷹市体育協会、三鷹市テニス協会
日 8月7日～9月4日の毎週土曜日午後5時～7時(全5回)
人 テニス歴3年以上の市内の小学5年生～高校3年生12人

所 大沢総合グラウンドテニスコート
講 (公助)日本スポーツ協会公認マスターコーチの鷲田典之さん
物 ラケット、テニスシューズ
申 7月25日(日)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)・テニス歴を「〒181-0004新川6-37-1三鷹市体育協会」へ(申込多数の場合は抽選)
問 三鷹市テニス協会 ☎42-3282

卓球教室
目 三鷹市体育協会、三鷹市卓球連盟
日 8月28日(土)午前9時～正午
人 在学・在勤を含む小学生以上の市民30人
所 SUBARU総合スポーツセンター
¥ 400円(中学生以下200円)
物 室内履き
申 当日会場へ(先着制)
問 同連盟 ☎71-7449

創業支援・事業計画作成セミナー
[3時間でギュッと学ぶ!創業の基礎]
日 7月9日(金)午前10時～正午＝「これだけは押さえよう!事業スタートまでの4Steps」、午後1時～2時30分＝「成功率をグッと上げる!事業計画書の作り方」
人 創業に関心がある、または創業後5年未満の女性18人
所 オンライン会議アプリ[Zoom]
講 (一社)ビジネスシード代表の浅川絢子さん
申 必要事項(11面参照)をミタカフェ mitacafe@mitaka.ne.jpへ(先着制)
問 (株)まちづくり三鷹 ☎40-9669

しごとの相談窓口
 就職や労働問題などの個別相談会。
日 7月14日(水)午前10時～正午
人 10人(内職相談は市民)
所 三鷹産業プラザ

支援センター]チャンネルで公開しています。
問 同センター ☎40-2635

東京都子育て支援員研修(第2期)

保育や子育て支援に必要な知識や技能を学びます。詳しくは募集要項(子ども育成課(市役所4階45番窓口)で配布)または(公助)東京都福祉保健財団 **HP** <https://www.fukushizaidan.jp/>をご覧ください。
問 東京都福祉保健局計画課 ☎03-5320-4121

みたか井心亭茶道体験教室 [第3回 表千家]

日 9月5日(日)午後2時～4時
人 小学3年生以上の茶道未経験者10人
講 三鷹市茶道連盟の皆さん
¥ 500円
物 白足袋または白い靴下
申 8月13日(金)(必着)までに往復はがきで参加者全員の必要事項(11面参照)を「〒181-0013下連雀2-10-48みたか井心亭」へ(1人1通、1通につき2人まで。申込多数の場合は抽選)
問 同施設 ☎46-3922

市民協働センター 事務員(1人)
◆職務内容 経理・庶務、窓口・電話対応、パソコン入力
◆資格 ワード・エクセル、メールでの連絡事務ができる方(自転車通勤であればなお可)
◆任用期間 7月下旬～令和4年3月31日
◆勤務時間 月～金曜日のうち2日程度 午前9時～午後4時30分(実働6.5時間)
◆報酬 時給1,030円
申 履歴書(写真貼付)を同センターへ
問 同センター ☎46-0048

講座

[WEB公開講座] コロナに負けない3箇条一食べて・動いて・マスクして
 食事や栄養、運動、マスクの正しい使い方など、新型コロナウイルス感染症対策の動画をYouTube「三鷹市連雀地域包括

物 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
申 生活経済課 ☎内線2543へ(先着制)

総合保健センター

①保健師、②助産師、③看護師
◆職務内容 乳幼児健診、ゆりかご面接(妊婦面接)、電話相談など
◆勤務時間 週1～3日7時間程度
◆報酬(時給) ①②1,890円、③1,700円、交通費支給
申 履歴書(写真貼付)・資格証の写しを「〒181-0004新川6-37-1総合保健センター」へ(書類選考後に面接)
問 健康推進課 ☎内線4227

市立学校 学校栄養士

学校栄養士として勤務できる方の登録を随時受け付けています。登録後、産休などの欠員状況に応じてご連絡します。
◆資格 栄養士免許
◆勤務時間 月～金曜日(実働7.5時間)

◆報酬 時給1,410円、交通費支給(日額上限2,600円)
 ※社会保険の適用あり。

申 履歴書(写真貼付)・栄養士免許証の写しを直接または郵送で「〒181-8505総務課(教育センター1階)へ
問 同課 ☎内線3215

市民協働センター 事務員(1人)

◆職務内容 経理・庶務、窓口・電話対応、パソコン入力
◆資格 ワード・エクセル、メールでの連絡事務ができる方(自転車通勤であればなお可)
◆任用期間 7月下旬～令和4年3月31日
◆勤務時間 月～金曜日のうち2日程度 午前9時～午後4時30分(実働6.5時間)
◆報酬 時給1,030円
申 履歴書(写真貼付)を同センターへ
問 同センター ☎46-0048

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(日曜日は5時まで)
 休館日: 月曜日、祝日

申 特に記載のないものは7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) **問** いずれも同大学
 ※受講には登録が必要です。講座の詳細や受講者登録などは同大学ホームページ(上記二次元コード)をご覧ください。

みたか星空散歩—8月の星空解説

日 7月29日(木)午後7時～8時30分 **人** 25人

数学はこんなに面白い「コーシーの積分定理について」

日 8月5日(木)午前10時～11時30分 **人** 25人
講 東京女子大学名誉教授の小林一章さん **¥** 500円

数学カフェみたか「複素関数の問題Ⅰ」

日 8月10日(火)午前10時～11時30分 **人** 20人
講 東京女子大学名誉教授の小林一章さん **¥** 500円

◆「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。

チケットインフォメーション

MITAKA "Next" Selection 22nd 劇団普通「病室」 作・演出 石黒麻衣 保育
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)
7月30日(金)～8月8日(日・祝) 全12公演
 チケット発売中
 会員＝前売り2,500円・当日2,700円 一般＝前売り2,800円・当日3,000円
 学生＝2,000円(前売り・当日とも) 高校生以下＝1,000円(前売り・当日とも)

	7/30(金)	7/31(土)	8/1(日)	8/2(月)	8/3(火)	8/4(水)	8/5(木)	8/6(金)	8/7(土)	8/8(日・祝)
13:00			★						●	
14:00		★AT(保育)				★				●
18:00			★	休館日					●	
19:00	★				●	●	●	●		

★は各300円引き ATはアフタートークあり

三鷹市芸術文化センター全部見てくださいツアー
 これからホールを使う方や、お子さんの夏休みの自由研究にもおすすめです。

日 8月24日(火)午前10時から、午後2時から(各回約150分)
人 小学生以上の方、各回20人
申 会員は7月15日(木)から、一般は16日(金)から同センター ☎47-5122へ(先着制)

とある病室を舞台に、全編茨城弁で紡ぐ、家族の物語。

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)。

チケットお求め方法

- **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、休日を除く翌日・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。
- **保育** 料金500円、対象は1歳～未就学児、定員10人(公演の2週間前までに申し込む) ※特に記載のない場合、公演事業は未就学児の入場をお断りしています。

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。

高齢者

高齢者無料入浴券を送付しました

緊急事態宣言により延期していましたが、6月下旬に対象者へ送付しました。
☎高齢者支援課☎内線2625

「高齢者等紙おむつ代助成金」の交付申請を受け付けます

☎人助成金の認定を受け、3～6月入院分の紙おむつ代の支払いをした方(認定済みの方には申請書を送付しています)
☎申8月2日(月)(必着)までに交付申請書・医療機関が発行した紙おむつ代の領収書(コピー可)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
☎同課☎内線2625

三鷹いきいきプラス iPad無料体験会

☎日7月13日(火)・15日(休)午前10時～正午(全2回)
☎人おおむね55歳以上の市民でiPad初心者または未経験者8人
☎所三鷹産業プラザ
☎申☎7月5日(月)以降の月・水・金曜日午前10時～午後4時に同会事務局☎70-5753へ(先着制)

障がいのある方

令和3年度版「障がい者のためのしおり」を発行しました

障がいのある方を対象にした福祉施策やサービスなどについてまとめた冊子「障がい者のためのしおり」を障がい者支援課(市役所1階15番窓口)、市政窓口で配布しています。ぜひご利用ください。
※市ホームページでもご覧いただけます。
☎同課☎内線2653

催し

おうちでつながる多世代交流—プルバックカーをつくろう

工作キット(1家庭2セットまで)、作り方、作品写真送付先メールアドレスなどを配布します。
☎主ハッピーグランパ倶楽部、東部地区住民協議会、東多世代交流センター
☎申☎7月6日(火)から直接または電話で同センター☎44-2150へ

介護者ひろば

☎日☎17月8日(休)午後1時30分～3時30分=元気ひろば おれんじ(中原3-1-65)、

☎215日(休)午後1時30分～3時30分=高齢者センターけやき苑(深大寺2-29-13)、
☎321日(休)午後1時30分～3時30分=みたかスペースあい(下連雀3-28-20三鷹中央ビル内)

☎人介護者、介護経験者①4人、②③6人
☎申☎三鷹市社会福祉協議会☎79-3505へ(初参加者を優先して先着制)

だれでもランチカフェ

☎主NPO法人みたか市民協働ネットワーク
☎日7月10日(土)午後1時～3時
☎人市民活動に興味のある方20人
☎所オンライン会議アプリ「Zoom」
☎申7月8日(木)までに市民協働センターホームページ☎HPhttps://kyodo-mitaka.org/へ(先着制)
☎同センター☎46-0048

みんなでつながる「老い支度」

☎日7月20日(火)①午前10時～10時45分、②午前11時～11時45分
☎所山中地区公会堂
☎物室内履き、動きやすい服装、タオル
☎申☎連雀地域包括支援センター☎40-2635へ

山本有三記念館 アフタヌーン・ミニコンサート

出演は、みたかジュニア・オーケストラ有志の皆さん。
☎日7月24日(土)午後3時～3時30分
☎人10人
☎所同記念館
☎¥入館料(300円)
☎申☎7月23日(金・祝)までに同記念館☎42-6233へ

君が笑えばケアラズカフェ(オンライン講義・介護者同士の交流会)

☎主三鷹駅周辺地域包括支援センター
☎日7月26日(月)午後2時～3時30分
☎人出勤を含む市内の介護者20人程度
☎所オンライン会議アプリ「Zoom」
☎講臨床心理士の榎村正美さん
☎申7月5日(月)から必要事項(11面参照)を同センター☎houkatsu.krt@mitsurukai.comへ(先着制)
☎同センター☎76-4500

スポーツ

剣道の講習会・教室

☎主三鷹市剣道連盟、②東京都、(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会
☎日①一般剣道講習会=7月4日～25日の毎週日曜日、22日(休・祝)午前9時～正午、②ジュニア剣道教室=7月4日～25日の毎週日曜日、22日正午～午後3時、③剣道形講習会=7月18日(日)午後6時～8時30分
☎人①在学・在勤を含む高校生以上の市

民各日50人、②市内の小・中学生各日50人、③在学・在勤を含む四段以上の市民20人
☎所SUBARU総合スポーツセンター
☎物剣道用具、フェースシールド
☎申☎同連盟☎090-3803-3638・☎rsj02547@nifty.comへ(先着制)

①土俵でフィットネス、②土俵を使ってロコモ予防体操

☎主三鷹市体育協会、三鷹市相撲連盟
☎日①7月9日～30日(23日を除く)、8月6日～27日または9月3日～24日の毎週金曜日午後1時～2時30分、②7月7日～28日、8月4日～25日または9月1日～22日の毎週水曜日午前10時～11時30分
☎人在学・在勤を含む①20歳以上の市民20人、②60歳以上の市民20人
☎所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、ロッカー代100円(返還式)
☎申☎必要事項(11面参照)・性別を同連盟①☎57-8317・②☎080-3727-4015・☎mitakashisumorenmei@gmail.comへ(先着制)

少林寺拳法初心者教室

☎主三鷹市少林寺拳法連盟
☎日7月10日～31日の毎週土曜日①午後4時～5時、②午後6時～7時
☎人在学・在勤を含む市民(①小学生以下のお子さん、②中学生以上の方)
☎所SUBARU総合スポーツセンター
☎申当日会場へ
☎同連盟☎mitakachuodoin2@gmail.com

合気道初心者体験講習会

☎主三鷹市体育協会、三鷹市合気道連盟
☎日7月24日(土)午後2時～3時
☎人在学・在勤を含む市民10人程度
☎所SUBARU総合スポーツセンター
☎申当日会場へ(先着制)
☎同連盟☎43-8542(夜間)

第6回フットサル ONE DAY マッチ女子大会&一般大会

☎主三鷹市サッカー協会
☎日7月31日(土)①女子=正午～午後2時30分、②一般=午後3時～5時30分
☎人在学・在勤を含む15歳以上の市民で構成されたチームまたは個人、いずれも

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。

①③④の受付は、日曜日、祝日です。

①休日診療所(内科・小児科)

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。
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)

①②はいずれも三鷹市医師会館(野崎1-7-23)

☎ハイキューキョウ 発熱がある方は事前にお電話を ☎24-8199 電話のみで薬の処方ができる場合があります。

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

健康コラム

糖尿病はどんな病気?

糖尿病とは、血糖値(血液中の糖)を直接下げる唯一のホルモンであるインスリン(すい臓から分泌される)が、十分に作用できなくなり、血糖値が慢性的に高く、脂質やたんぱく質の代謝が阻害される病気です。主に1型インスリンが出なくなると2型インスリンが出ている)があり、日本では90%以上が2型です。

病状が進むと三大合併症(神経症手足のしびれ、網膜症(視力低下)、腎症(腎不全による透析)や動脈硬化による合併症(狭心症や心筋梗塞、脳梗塞などの脳卒中、末梢まっしゅう)動脈疾患進行すると足えそ等)などを引き起こします。また、がんやアルツハイマー型認知症も多くなります。

では、糖尿病治療の目標は何か。これを最初に理解しておかないと、さまざま誤解(好きなのが食べられない、お酒も飲めない、甘いものは一切食べられない、合併症で人生が台無しになる等)を生じ、糖尿病治療は大変苦痛なものになってしまうでしょう。

目標は、健康な人と変わらない日常生活の質(QOL)の維持、健康な人と変わらない寿命の確保です。つまり糖尿病とうまく付き合ひ、元気で平均寿命を超えて生きるということです。

こんな言葉があります、「糖尿病を人生の主人にしてはならない、人生の主人は自分自身である」。現在、糖尿病治療薬には7種類の作用が異なる内服薬と、インスリン注射薬、インクレチン注射薬などがあり、食事・運動療法を行いなから最適な治療が可能です。

糖尿病に人生を支配されることなくうまく付き合ひ、明るく楽しい人生を手に入れましょう!
☎三鷹市医師会☎47-21155

分～11時30分、④にこにこキッズ(あそびとおしゃべりの会)=21日午前10時45分～正午、⑤リズム遊び=26日午前11時～11時30分、⑥スペシャルバスデー=29日(休)・30日(金)午前11時～11時30分

人①④⑥就学前のお子さん、②3歳～就学前のお子さんと保護者10組、③1歳6カ月までのお子さんと母親6組、⑤1歳6カ月前後～就学前のお子さん
所④牟礼コミュニティセンター
物①②タオル、汚れてもよい服装
申当日会場へ(②③直接または電話で同ひろば☎49-5500へ(先着制))

◆小学生対象のイベント

日①卓球の日=月・金曜日午後3時30分～4時30分(12日(月)を除く)、②スポーツの日=木曜日午後4時～4時30分、③一輪車教室=12日午後3時40分～4時30分(雨天中止)、④スペシャルクラフト=21・28日の水曜日午後2時～3時、⑤卓球大会=30日午後3時30分～4時30分

人③8人
物①②③⑤タオル、飲み物(②③運動靴、③あれば一輪車)、④汚れてもよい服装

申当日会場へ(③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

運雀コミュニティセンターの催し

◆新米パパとママの育児相談・交流会

日7月9日(金)午前10時30分から
人1歳未満のお子さんと保護者、これから親になる方、会場参加10組、オンライン参加5組

所オンライン参加はオンライン会議アプリ[Zoom]

講三鷹市助産師会の皆さん

◆夏休み親子オンライン工作教室

日7月25日(日)①午前10時から、②11時15分から、③午後1時15分から

人①年中～年長児、②小学1～3年生、③小学4～6年生と保護者各15組

所オンライン会議アプリ[Zoom]

講DIY STORE三鷹の岸下顕師さん

申いずれも7月4日(日)から同センターホームページHPhttps://www.mitakacc.jp/renjk-cc/へ(先着制)

問同センター☎45-5100

星と森と絵本の家

「おやじの読み聞かせ」

日7月17日(土)午前10時30分から(施設の開館は10時～正午、午後2時～4時30分)

申当日会場へ

問同施設☎39-3401

東多世代交流センターの催し

◆①おやこの浴衣着付教室

日7月18日(日)午前10時～11時
人市内在住の就学前のお子さんと保護者8組

講ヘアメイク&着物スタイリストの堀家やえ子さん

物浴衣、へこ帯、浴衣にひもが付いていなければひも

◆②オンライン講座「ダジックアース(4次元地球儀)体験」一星のソムリエさんと太陽系をお散歩

日7月18日午後2時～3時

人市民15人(小学校高学年～中学生向け)
所オンライン会議アプリ[Zoom]

◆③夏休み科学教室「は～ん?反射ってなんだろうー水の万華鏡をつくろう」

日7月27日(火)・28日(水)午前10時～正午または午後2時～4時(いずれか1回)

人市内の小学生各回12人

講科学読物研究会の坂口美佳子さん

物鉛筆、セロハンテープ、のり、はさみ、食品用ラップフィルムの芯、汚れてもよいタオル、持ち帰り袋

申①②7月5日(月)午前9時から直接または電話で同センター☎44-2150へ(先着制)、③5日午前9時～9日(金)午後5時に直接または電話、インターネットで同センター☎44-2150・HPhttps://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)

問同センター☎44-2150

すくすくひろば

育児講座「ベビーマッサージ」

日7月20日(火)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7組

講三鷹市助産師会の皆さん

物バスタオル

申①7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)

子ども向け

夏休みRubyプログラミング講座

日①小学生コース1=7月31日(土)・8月1日(日)午後1時～5時(全2回)、②小学生コース2=8月16日(月)～19日(木)午前10時～正午(全4回)、③中学生コース1=7月26日(月)～29日(木)午後1時～5時(全4回)、④中学生コース2=8月9日(月・休)～12日(木)午後1時～5時(全4回)、⑤Webアプリ制作コース=8月18日(火)・19日(水)午後1時～5時(全2回)、⑥マイクロビッ

トプログラミングコース=8月7日(出)・8日(日)午後1時～5時(全2回)

人①②小学5・6年生、③～⑤中高生、⑥小学4～6年生の初心者、各コース10人(⑤のみ経験者)

所三鷹産業プラザ

日①②⑤6,600円、③④7,700円、⑥8,800円(いずれも教材代を含む)

申必要事項(11面参照)・希望コースを(株)まちづくり三鷹☎ruby@mitaka.ne.jpへ(先着制)

問同社☎40-9669

小学生向け

スクラッチプログラミング教室

所三鷹市シルバー人材センター

日①オンライン教室=8月1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)、②入門コース=8月9日(月・休)・10日(火)午後2時～5時、③スクラッチクラブ=8月21日(土)・23日(月)午後2時～5時(いずれも全2回)

人小学3～6年生①4人、②③各5人(③は経験者)

日5,000円(教材代を含む)

物①パソコン、②③USBメモリー

申7月27日(火)(必着)までに必要事項(11面参照)、②はパソコン経験の有無を「〒181-0004新川16-35-16三鷹市シルバー人材センター」へ(申込多数の場合は抽選)

※①は当日までにスクラッチ、Zoomのインストールと設定が必要です。

問同センター☎48-6721

おやこでよって

チョコッとあつぷるーむ(8月)

所NPO法人みたか市民協働ネットワーク

日①ベビーサインで楽しい子育て=2日(月)、②簡単スクラッチブック(A4フレーム編)=7日(土)、③産前・産後の骨盤ケア=12日(木)、④親子リズムらんど=19日(木)、⑤泣きやむ、よく寝る抱っここの方法と抱っこひも=21日(土)、⑥ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前)=23日(月)、⑦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=26日(木)、⑧はじめてのベビーヨガ=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①4カ月～1歳6カ月のお子さんと保護者、②3歳までのお子さんと保護者、妊婦、③3歳までのお子さんと母親、妊婦、④首据わり～3歳のお子さんと保護者、⑤首据わりまでのお子さんと保護者、妊婦、⑥ハイハイ前のお子さんと母親、⑦2～11カ月のお子さんと保護者、

⑧2カ月～ハイハイ前のお子さんと母親
所市民協働センター

日①④⑥⑧1,500円、②⑦1,800円、③2,000円、⑤1,500円(夫婦2,000円)

※②材料代を含む、③さらし付き。

物②写真1～3枚、⑦バスタオル、授乳ケープ

申①7月15日(休)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・HPhttps://kyodo-mitaka.org/へ(先着制)

ごみのゆくえを知ろう!

夏休み処分場見学会

日①8月10日(火)JR八王子駅集合～戸吹クリーンセンター～二ツ塚処分場～谷戸沢処分場、②8月17日(火)立川北口公園付近集合～浅川清流環境組合～二ツ塚処分場～谷戸沢処分場、③8月20日(金)三鷹駅集合～武蔵野クリーンセンター～二ツ塚処分場～谷戸沢処分場

人小学4年生以上の多摩地域在住・在学・在勤の方、各10組20人(小学生は在住のみで保護者同伴)

日1人500円(昼食代)

申7月28日(水)(必着)までに参加者全員の必要事項(11面参照)・希望日・性別、在学・在勤の方は校名・勤務先を「〒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(申込多数の場合は抽選)

問同組合☎042-597-6152

西多世代交流センターの催し 保育

日①ラクかる子育て法=9月9日～11月18日の毎週木曜日午前10時～正午(9月23日を除く全10回)、②幸せ家族のための整理力講座=9月10日～11月26日の金曜日午前10時～正午(10月1日を除く全10回)

人初めて受講する①在学・在勤を含む市内の1歳～就学前のお子さんの親、②市民、いずれも全回出席できる方各12人、保育(1歳～未就学児)各8人

講①ファシリテーターの林いづみさん、②(一社)親・子の片づけ教育研究所理事の橋口真樹子さん

申7月5日(月)午前9時30分～14日(水)午後5時に同センター☎31-6039・HPhttps://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(①は第1子が未就学児の方を優先))

問同センター☎31-6039



住宅の改修・新築に伴う固定資産税の減額制度

問 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 令和4年3月31日までにを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 令和4年3月31日までにを行った、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)

申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

新型コロナウイルス感染症の影響により、掲載している催しなどを延期・中止する場合があります。事前に市ホームページまたは各記事の問でご確認ください。

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)

お知らせ

空き地の適正な管理をお願いします

雑草が茂った空き地は、害虫の発生やごみの不法投棄などの原因となり、近隣の迷惑になります。市では7月5日(月)～9日(金)に空き地の管理状態を調査し、適正な管理がされていない場合は所有者に連絡・指導します。自身での刈り取りが困難な方には、業者(有料)を紹介しします。

☎ごみ対策課☎内線2536

令和3年度認定農業者の申請を受け付けています

申請後、認定支援相談(10月開催予定)を受け、「農業経営改善計画認定申請書」を作成していただきます。

☎7月30日(金)までの平日午前9時～午後5時

☎申請書(市ホームページまたは都市農業課(第二庁舎2階)で入手)を同課へ

☎同課☎内線3063

掲示板の設置などにかかる費用の一部を補助します

掲示板の設置や傷みの修繕などにご活用ください。

◆対象 町会、自治会、これに準ずると市長が認めるもの

◆補助額 掲示板の設置などにかかる経費の4分の3以内(上限21万円)

①新設または建て替え 上限15万円

②修繕(③の場合を除く) 上限6万円

③移設または撤去 上限3万円(修繕を伴う移設は上限9万円)

☎7月5日(月)～30日(金)に必要書類(市ホームページで入手)をコミュニティ創生課(第二庁舎2階)へ

☎同課☎内線2512

三鷹市介護事業者地域連携推進事業 事業者向け説明会

☎7月12日(月)午後2時～3時

☎介護保険の指定介護サービス事業に従事する職員が、おおむね19人以下の介護サービス事業者

☎教育センター

☎☎7月7日(水)午後5時までに介護保険課☎内線2686へ

電車庫通り駐輪場(東側部分)の利用中止

樹木の伐採とフェンス設置工事のため、東側部分が利用できなくなります。西側部分は通常通り利用できます。

☎7月19日(月)午前8時～8月6日(金)午後5時(予定)

※7月19日午前8時の時点で東側部分に駐輪されている自転車は、西側部分に移動します。

☎都市交通課☎内線2883

社会を明るくする運動

犯罪や非行の防止と、罪を犯した人

たちの立ち直りを支え、安全・安心な地域社会の構築を目指す同運動へのご理解とご協力をお願いします。

◆同運動が目指す明るい社会とは...

- ・多くの企業が罪を犯した人の事情を理解し、雇用する
- ・刑務所から社会に戻る人に帰る場所がある
- ・薬物依存からの回復と社会復帰を長期的に地域で支える
- ・罪を犯した高齢者や障がい者が社会復帰に必要な支援を受けられる環境がある
- ・非行に走った少年・少女が学びを継続できる環境がある

◆紹介パネル展を開催します

☎7月26日(月)～30日(金)午前8時30分～午後5時(30日は3時まで)

☎市役所1階市民ホール

☎期間中会場へ

☎地域福祉課☎内線2613

排水設備工事責任技術者資格認定共通試験

☎10月3日(日)午前10時～正午

☎青山学院大学青山キャンパス(渋谷区渋谷4-4-25)

☎¥6,000円

☎7月30日(金)(消印有効)までに申込書(水再生課(市役所5階57番窓口)で入手)を指定の郵送先へ

☎東京都下水道局☎03-5320-6582

中小企業退職金共済制度(中退共制度)をご活用ください

中小企業の事業主が、従業員の退職金を計画的に準備できる国の退職金制度です。

☎☎中小企業退職金共済事業本部☎03-6907-1234・☎HP https://chutaikyotaisyokukin.go.jp/へ

税金

休日納税相談窓口を開設します

☎7月10日(土)・11日(日)午前9時～午後4時30分

☎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。

◆同日で電話相談も受け付けます

新型コロナウイルス感染症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。

◆三鷹市納税推進センターが納付忘れの電話呼び掛けを行っています

☎毎週月～水曜日午前9時～午後5時

※金融機関や口座を指定し、振り込みを指示することはありません。不審な場合は同課へご連絡ください。

☎同課☎内線2432

8月2日(月)は固定資産税・都市計画税(第2期)の納期限です

市税を未納のままにすると、法令に基づき延滞金が増加されます。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。 ※キャッシュカードによる口座振替受付サービスを実施しています。

☎同課☎内線2417(口座振替)・☎内線2432(納税相談)

固定資産税・都市計画税の減免

①国や市などが無償で借り受けまたは譲渡を受けた、②震災、風水害、火災などにより被害を受けた、③相続税のため物納した固定資産などは、固定資産税・都市計画税の減免が認められる場合があります(申請後に納期限が来るものが対象)。

☎8月2日(月)までに申請書と必要書類を資産課税(市役所2階28番窓口)へ

☎同課☎内線2363

国保・年金

国民年金保険料の免除・納付猶予申請を受け付け中

今年度分(7月～令和4年6月)の申請を受け付けています。申請時点から2年1カ月前の月分までの未納期間についても申請できます。

☎年金手帳、本人確認書類、退職が理由の場合は雇用保険被保険者離職票などを市民課(市役所1階3番窓口)へ

☎同課☎内線2394、武蔵野年金事務所☎56-1411

子育て・教育

児童扶養手当を振り込みます

5・6月分の同手当を、7月9日(金)に指

定預金口座に振り込みます。

☎子育て支援課☎内線2753

令和3年度10月入園ケアプラス保育(障がい児枠・医療的ケア児枠)の申し込み

☎7月26日(月)～30日(金)に子ども育成課(市役所4階45番窓口)へ

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎同課☎内線2740

オンライン配信

「エコミュージカル」をご覧ください

6月の環境月間に収録した同ミュージカル(本編約1時間)の配信です。

◆「ちょっぴり考えてみようエコのこブレイメンの音楽会エコミュージカルコンサート—おもちゃのガラクータン」出演はメルヘン・ミュージック・シアター日本芸術企画の皆さん。

◆配信期間 7月10日(土)～8月11日(水)

◆配信先 YouTube「三鷹市公式動画チャンネル」

☎環境政策課☎内線2523

第32回子育てインフォメーション

子育て関連施設や保育園での催し、親子ひろばの紹介など、さまざまな子育て情報を紹介します。会場には保育士が常駐し、育児相談にもお応えします。

☎7月5日(月)～8日(木)午前9時～午後5時(8日は3時まで)

☎市役所1階市民ホール

☎期間中会場へ

☎子ども育成課☎内線2734

むらさき子どもひろばの催し(7月)

◆乳幼児のあそびひろば

☎げんきっ子ランド＝月曜日午前9時～正午(5・26日の月曜日を除く)、みんなであそぼ!＝火～金曜日午前11時～11時30分(6日(火)、7・14・21日の水曜日を除く)

☎当日会場へ

◆乳幼児対象のイベント

☎①手形アートスタンプ＝5日～7日午前11時～11時30分、②えのぐで遊ぼう!＝10日(土)午前10時30分～11時30分、③Mamaカフェ＝14日午前10時30

皆さんの寄付をまちづくりに役立てています

☎企画経営課☎内線2113(寄付に関する相談)

寄付者の皆様のご厚意を、寄付の趣旨に沿った事業などに活用しています。令和2年度は、総額22,044,627円(527件、大沢の里水車経営農家水輪再生プロジェクトに係るクラウドファンディングへの寄付(100件、2,684,000円)を含む)と多くの個人、団体の皆さんから寄付をいただきました。今後も皆さんからのご支援をお願いします。

寄付は、市役所窓口のほか、インターネットからも申し込めます。詳しくは「ふるさと納税特設サイト」☎HP http://www.citydo.com/furusato/official/tokyo/mitaka/をご覧ください。

※市への寄付は、所得税の寄付金控除や住民税の寄付金税額控除の対象になります。確定申告を行わなくても控除を受けられる「ふるさと納税ワンストップ特例制度」を利用する方は、マイナンバーと本人確認書類の写しの提出が必要です。

※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。

●相談先のご案内は **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】J:COMチャンネル武蔵野・三鷹(地デジ11チャンネル)第596号(7月4日～7月31日)
 ウォーキングで巡る大沢の里と周辺おすすめスポット/
 新型コロナワクチンに関する最新情報
 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3年6月1日現在 ()内は前月との増減
 住民登録者数: 191,141人(22人増) 男: 93,368人(14人増)/女: 97,773人(8人増)
 世帯: 96,642世帯(16世帯減)



がんばれ！ニッポン！ 東京2020大会

☎スポーツ推進課☎内線2934



祝 高橋侑子選手がオリンピック代表に内定！

三鷹市出身のトライアスロン選手・高橋侑子さんが、東京2020オリンピックの代表に内定しました。皆さんと一緒に、高橋選手を応援しましょう！



**高橋選手出場！
トライアスロン競技**

◆女子
7月27日(火)午前6時30分～9時5分

◆混合リレー
7月31日(土)午前7時30分～9時25分
 所 お台場海浜公園(港区)


◆高橋侑子(たかはし・ゆうこ)選手
プロフィール
 兄と一緒にトライアスロンを始め、2016年ニヨンFISU世界大学選手権では世界チャンピオンに輝く。2017年から海外に拠点を置き、2018年の第18回アジア競技大会では個人とミックスリレーで金メダルを獲得。

トライアスロンW観戦イベント—高橋選手応援企画

高橋選手が出場する①トライアスロン女子と、②トライアスロン混合リレーと一緒に応援する皆さんを募集します。

会場で応援！
 参加者には、大会観戦チケットとオリジナル応援タオルを贈呈します。
 日 ①7月27日(火)午前6時30分～9時ごろ、②7月31日(土)午前7時30分～9時30分ごろ
 人 在学・在勤を含む市民各45人 所 お台場海浜公園(港区)

オンラインで応援！
 ご自宅でも地上波放送を見ながら、ゲストと一緒にオンラインで集まって応援しましょう。競技の間には高橋選手の大会出場までの歩みや、市の応援の軌跡などを紹介します。
 日 ①午前6時～9時ごろ、②午前7時～9時30分ごろ
 人 在学・在勤を含む市民各100組 所 オンライン会議アプリ「Zoom」
 申 いずれも7月9日(金)までに電子申請サービス HP <https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo2/> (右記二次元コード)へ(申込多数の場合は抽選。1組4人まで)



花と緑で市内を彩ります


市内2カ所に、特別な花壇や東京2020大会をモチーフにしたパネルを設置します。花壇はNPO法人花と緑のまち三鷹創造協会の市民ボランティアの皆さんがデザインしました。

◆設置期間 9月7日(火)まで
 ◆設置場所
 ・三鷹駅南口ペDESTリアンデッキ上
 ・三鷹中央防災公園 西広場

オリンピック聖火リレーの市内公道走行は中止します—7月16日(金)の交通規制はありません

東京都と東京2020組織委員会は、6月29日に、多摩地域30市町村の公道での聖火リレーを見合わせ、関係者のみで点火セレモニーを行うことを発表しました。これにより、7月16日午後1時に予定していた市内公道での聖火リレーと、三鷹中央防災公園での開催を予定していた「ミニセレブレーション」などのイベントは中止となり、市内の交通規制も実施されません。

なお、点火セレモニーの様子は、NHKライブストリーミング HP <https://sports.nhk.or.jp/olympic/torch/> (右記二次元コード)で視聴できます。



7月24・25日 自転車ロードレースが市内を走ります

世界で活躍するトップ選手が、武蔵野の森公園を一斉にスタートし、ゴールの富士スピードウェイ(静岡県)を目指します。





コースの特徴
 1都3県にまたがるコースの総距離は男子約244km、女子約147km。獲得標高は男子4,865m、女子2,692mで、勾配がきつく長い上り坂もあるため、体力や精神力の強さが勝敗を左右します。

この国に注目
 出場選手枠は国別の世界ランクに応じて与えられています。男子の注目は最大5枠を確保しているベルギー、イタリア、コロンビア、スペイン、フランス、オランダの6カ国。女子は最大4枠を確保しているオーストラリア、ドイツ、オランダ、アメリカ、イタリアの5カ国。これらの国の代表選手を中心としたレース展開が予想されます。

◆男子ロードレース 7月24日(土)午前11時～午後6時15分

◆出場選手 57カ国・130人
 ◆日本代表
 新城幸也(あらしろ・ゆきや)選手、
 増田成幸(ますだ・なりゆき)選手

新城幸也選手 増田成幸選手

◆女子ロードレース 7月25日(日)午後1時～5時35分

◆出場選手 42カ国・67人
 ◆日本代表
 與那嶺恵理(よなみね・えり)選手、
 金子広美(かねこ・ひろみ)選手




與那嶺恵理選手 金子広美選手