



©2001
スタジオジブリ

新型コロナワクチン最新情報 …… 2面
後期高齢者医療制度
医療機関での自己負担割合に
2割負担が加わります …… 3面
市からのお知らせ …… 7面から
ウクライナへの緊急募金を受付中 …… 8面
パラクロスカントリースキー
有安諒平選手が活躍! …… 8面

18歳から成人 大人になるとこんなことができる!

民法が一部改正され、4月から成年年齢が20歳から18歳に引き下げられます。18歳から成人となり、自分の判断で人生を選択し、積極的に社会に関わることができるようになります。

一方で、成人は自分の判断や行動に責任が伴います。軽い気持ちでやったことが、取り返しのつかないことになる場合も。大人の仲間入りに向けて、知っておきたいポイントをお知らせします。

18歳からできるようになること

自分の判断で契約が結べる

携帯電話の購入、クレジットカードの作成、ローンの申し込み、アパートの賃貸借契約など

資格などが取得できる

国家資格(公認会計士、司法書士、行政書士など)や10年有効のパスポートなど

婚姻年齢は男女ともに18歳に

これまで16歳だった女性の婚姻年齢が引き上げられ、男女ともに18歳に統一されます。

テレビアニメ

『東京リベンジャーズ』とコラボ



政府広報オンライン [HP https://www.gov-online.go.jp/tokusyu/seinen_18/](https://www.gov-online.go.jp/tokusyu/seinen_18/)では、成年年齢引き下げの注意点などを動画やイラストで紹介しています。



今まで通り20歳から

飲酒や喫煙

競馬・競輪などの投票券の購入

三鷹市の成人式は、従来通り20歳になる方を対象に、毎年1月に開催します。なお、「成人を祝福するつどい」の名称は「二十歳のつどい」へ変更する予定です。

☎児童青少年課 ☎内線2714

消費者トラブルに注意

相談事例1

タレントのオーディションに合格したが、「デビューにはレッスンが必要」と言われ、高額なレッスンを契約してしまった。デビューの話は全くない。

◆アドバイス

若者の芸能人に憧れる気持ちや、就職活動への不安につけ込んだトラブルが目立ちます。期待を持たせる勧誘には注意し、必要がない契約ははっきり断りましょう。

相談事例2

無料のオンライン就活セミナーに参加したところ、「自己流では失敗する」と不安をあらわれ、有料セミナーを契約したが、役に立つ内容ではなかった。返金を希望している。

成年年齢が18歳に引き下げられると、多くの人が高校在学中に成人となります。「未成年者取消権」(*)が適用されなくなるため、特に注意が必要です。
*知識や経験が浅い未成年者保護のために、親権者などの法定代理人の同意がない契約は、原則取り消すことができる権利。

お困りの際は
ご相談ください

消費者相談専用電話 ☎0422-47-9042

(平日午前10時～午後4時<正午～1時を除く>)

※現在、電話による相談のみ対応しています。

消費者ホットライン ☎188

年末年始を除き、お近くの消費生活相談窓口につながります。

「平和」という言葉の重み



三鷹市長
河村 孝

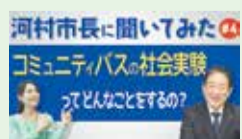
私が物心ついた頃は、日本は高度経済成長の真っ只中でした。もちろん、敗戦の傷痕など街中には見かけませんでした。戦争中にもかかわらず、平和が当たり前のように感じられていた時代です。

市の基本目標と実現のための施策の方向を定めた『三鷹市基本構想』では、基本理念に「平和・人権・自治」を掲げています。この三つの言葉は深く関連し合っています。特に最初の「平和」という言葉は、後に続く「人権」「自治」だけでなく、すべての施策の大前提となる大切な言葉です。

平和は脆いものです。真剣に日々守っていく努力をしなければ、すぐに壊れてしまうものです。日本は戦後70年を過ぎ、さらに80年に向かおうとしています。幸いにもこの間、直接戦禍に見舞われることはありませんでした。それは決して偶然などではなく、多くの方々の叡智と努力があったからだと思えます。

しかし、現在「核」の脅しさえ、公然と国際交渉の場で口にされています。これは決して許されることではありません。かけがえのない平和を守り抜くために何ができるのか、改めて私たち一人ひとりが平和に向き合うことを求められています。

YouTubeで
配信中
「河村市長に
聞いてみた!」



新型コロナウイルス ワクチン 最新情報

問三鷹市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター ☎0570-026-567

小児(5～11歳のお子さん)への接種

1回目の接種から3週間後の同じ曜日に2回目を接種します。接種は強制ではありません。小児の接種には努力義務が適用されていないことや、ワクチンの効果、安全性、副反応などについて市ホームページに掲載しています。詳細を確認のうえ、お子さんと一緒に接種をご検討ください。

集団接種 対象：9～11歳のお子さん

- **接種日** ①1回目：3月27日・2回目：4月17日、②1回目：4月3日・2回目：4月24日、いずれも日曜日午前9時～午後5時
- ※集団接種の日程の追加は、現在予定していません。
- **接種会場** 元気創造プラザ(サブアリーナ)
- **持ち物** 母子健康手帳、**1回目用**の接種券一体型予診票(必要事項を事前に記入)

個別接種 対象：5～11歳のお子さん

- **接種会場** 市内16カ所の医療機関(詳しくは、市ホームページ<右記二次元コード>)または『広報みたか』2月20日発行号をご確認ください



18歳以上の方への3回目接種

3月22日(火)に、昨年10月1日～10日に2回目の接種を受けた方へ、3回目の接種券を発送します。接種券が届き次第、予約が可能です(2回目と3回目の接種間隔は6カ月以上空ける必要があります)。**集団接種は、段階的に規模を縮小しています。接種を希望する方は、早めの予約をお願いします。**
※17歳以下の方は、現時点では3回目接種の対象外です。

集団接種

- **日程** 4月10日(日)までの午前9時～午後5時
- **接種会場** 元気創造プラザ(軽体操室、サブアリーナ)
- **使用するワクチン** ファイザー社、武田/モデルナ社
- **持ち物** 本人確認書類、接種済証、接種券一体型予診票(必要事項を事前に記入)

個別接種

- **接種会場** 市内約70カ所の医療機関(詳しくは、市ホームページ<右記二次元コード>)または『広報みたか』1月16日発行号をご確認ください
- **ワクチンの種類** ファイザー社、武田/モデルナ社(医療機関により異なります)



市民の新型コロナウイルスワクチン3回目接種状況 (3月13日現在)

- ・対象者数 161,911人
- ・接種者数 72,096人
- ・接種率 44.5%
- (都内平均36.9%(3月14日現在))
- ※各年代ごとの接種率は、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

予約には接種券に記載の10桁の接種券番号が必要です。

集団接種

- 三鷹市ワクチン接種web予約サイト(右記二次元コード)
- ※3月22日・29日の火曜日午後9時30分～11時30分、28日(月)正午～29日午前9時は、予約の受け付けを休止します。
- 市コールセンター☎0570-026-567(平日午前9時～午後5時)
- ※フリーダイヤルではありません。音声案内後は通話料がかかります。



個別接種

各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)

予約でお困りの方へ

妊娠中の方(配偶者を含む)や65歳以上の方、12歳の方、基礎疾患のある5～11歳の方の予約を支援しています。
市役所の代表電話 ☎0422-45-1151 へお気軽にご相談ください。

副反応について

接種後数日以内に見られる症状は以下の通りです。接種後に副反応が見られる方は、東京都の副反応相談センター☎03-6258-5802へご相談ください。

	3回目接種(18歳以上)		小児接種(5～11歳)
	ファイザー社	武田/モデルナ社	ファイザー社(小児用)
50%以上	接種部の痛み、疲労	接種部の痛み、疲労、頭痛	接種部の痛み、疲労
10～50%	頭痛、筋肉痛、悪寒、関節痛	筋肉痛、悪寒、関節痛、リンパ節の腫れ	頭痛、筋肉痛、悪寒、接種部の腫れ・赤み
1～10%	発熱、接種部の腫れ・赤み、リンパ節の腫れ(※)	発熱、接種部の腫れ・しこり、赤み・紅斑	発熱、関節痛、嘔吐(おうと)、下痢

※ファイザー社ワクチンのリンパ節の腫れは、接種後1カ月以内のデータ。

予防接種健康被害救済制度

接種を受けることにより、左記のような副反応以外に、極めてまれではあるものの病気になったり、障がいが残ったりすることがあります。接種を受けたことによる健康被害であると厚生労働大臣が認定した場合、国による救済が受けられます。
※詳しくは、市ホームページをご確認ください。



子育て世帯への臨時特別給付金(10万円一括給付)

問子育て支援課 ☎内線2765

子育て世帯の生活を支援するため、0歳～高校生の対象児童1人につき10万円を給付しています。対象者には申請書をお送りしていますので、期限までに申請してください。

対象 令和4年2月～3月生まれの新生児

申請締め切り 4月28日(休)

※新生児以外の方の申請は2月28日に締め切りました。

離婚などで同給付金を受け取っていない方へ

3年9月以降の離婚など(離婚協議中を含む)によって、同給付金を受け取ることができなかった方へ、「子育て世帯への臨時特別給付(支援給付金)」を給付することになりました。対象者は申請が必要です。

申請締め切り 4月28日

※申請書や対象者などの詳細は、市ホームページでご確認ください。



母子保健モバイルサービス「ゆりかごスマイル」終了のお知らせ

問健康推進課 ☎内線4203

お子さんの予防接種スケジュールの管理などにご利用いただいている「ゆりかごスマイル」が、令和4年3月末をもってサービス終了となり、以降の利用ができなくなります。今後は、昨年12月にスタートした「みたかきっずナビby母子モ」をご利用ください。

※登録情報は引き継がれませんので、ご注意ください。

子育て支援アプリ「みたかきっずナビ」の利用方法

右記二次元コードからアプリをダウンロードしてください。お住まいの郵便番号を登録すると、三鷹市に特化したサービスが利用できます。スマートフォンをお持ちでない方は、ウェブ版 <https://www.mchh.jp/> をご利用ください。



令和4年
10月1日から

後期高齢者医療制度 医療機関での自己負担割合に2割負担が加わります

☎ 保険課 ☎ 内線2384

75歳以上の方が医療機関などの窓口で支払う医療費の自己負担割合は「1割」か「3割」ですが、10月1日から「2割」が追加されます。現在1割負担の方のうち、一定以上の所得がある方は、自己負担割合が「2割」になります。

9月30日まで

区分	自己負担割合
現役並み所得者	3割
一般所得者等	1割

10月1日から

区分	自己負担割合
現役並み所得者	3割
一定以上所得のある方	2割
一般所得者等	1割

現役並み所得者(3割負担)の条件は変わりません。

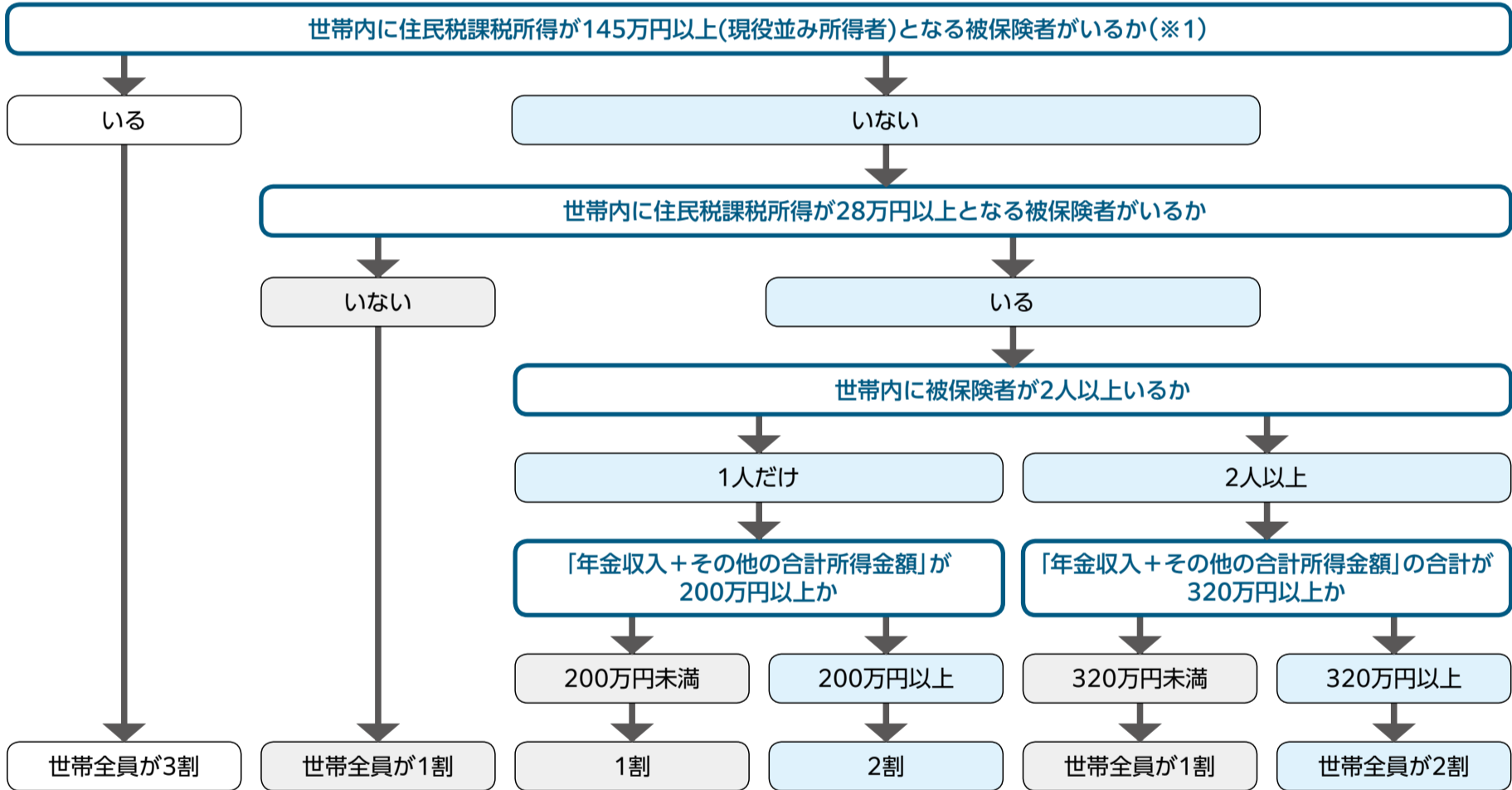
自己負担割合が「1割」だった方のうち、一定以上所得がある方の負担が「2割」になります(被保険者全体の約20%)。

見直しの背景

- 団塊の世代が75歳以上になり始め、医療費の増大が見込まれています。
- 後期高齢者の医療費のうち約4割は現役世代の負担(支援金)で、今後も拡大する見込みです。
- 自己負担割合の見直しは、現役世代の負担を抑え、国民皆保険を未来につないでいくためのものです。

自己負担割合 判定チャート

10月1日からの自己負担割合は、4年度の住民税課税所得などから、世帯単位で判定します。



(※1)次のいずれかに該当する場合は、住民税課税所得が145万円以上であっても「現役並み所得者」の対象外となり、上記チャートで「いない」に進みます。

- 昭和20年1月2日以降生まれの被保険者および同一世帯の被保険者で、「賦課のもととなる所得金額(総所得金額および山林所得金額並びに株式・長期(短期)譲渡所得金額などの合計から地方税法に定める基礎控除額を控除した額)」の合計額が210万円以下
- 所得税法上の収入金額が以下の条件を満たす場合(基準収入額適用申請(申請書の提出が必要な場合あり)による)
 被保険者が1人：383万円未満(世帯内に70~74歳の方がいる場合は、その方との収入合計額が520万円未満)
 被保険者が複数：被保険者の収入合計額が520万円未満

2割負担になる方への 負担軽減(配慮措置)

急激な自己負担額の増加を抑えるため、10月1日からの3年間、外来医療の負担増加額の上限が1カ月当たり最大3,000円までとなります。上限額を超えて支払った金額は高額療養費として、あらかじめ登録されている金融機関口座に後日支給します。対象となる可能性がある方には、後期高齢者医療広域連合から「高額療養費事前申請書」を送付します。振込先口座の事前登録にご協力ください。

※書類は必ず郵送でお届けします。口座情報などに関する不審な電話や訪問にご注意ください。

●自己負担割合の見直しに関して

☎ 東京都後期高齢者医療広域連合お問い合わせセンター
☎0570-086-519(平日午前9時~午後5時)
※「自分は2割負担になるのか」などの質問にはお答えできません。

●制度見直しの背景などに関して

☎ 後期高齢者医療の窓口負担割合に関する厚生労働省コールセンター
☎0120-002-719(日曜日、祝日を除く午前9時~午後6時)

交通費(上限55,000円)・期末手当支給
 ※年次有給休暇、労災保険の適用あり。
④履歴書(写真貼付)・資格証の写し・小論文「私がつくる『子どもにとって魅力ある授業』(800字程度)を直接または郵送で「〒181-8505指導課」(教育センター1階)へ(書類選考後に面接)

☎同課☎内線3267

総合保健センター 助産師

◆職務内容 健診業務、ゆりかご面接(妊婦面接)、電話相談など

◆勤務時間 おおむね週1~3日6時間程度(平日午前9時~午後5時)

◆報酬(時給) 1,890円、交通費支給

④4月22日(金)(必着)までに履歴書(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)

☎健康推進課☎内線4227

(社)三鷹市社会福祉事業団 職員

◆職種 ①事務職(正職員1人)、②ホームヘルパー(登録職員)、③~⑤調理員、⑥~⑨保育職(③~⑨パートタイマー各1人)

◆資格 ①昭和62年4月2日以降生まれの普通自動車運転免許所持者、②介護福祉士、介護職員初任者研修または介護職員実務者研修修了者(ホームヘルパー2級以上)、③栄養士または調理師、④⑤不問、⑥~⑨保育士(無資格者は応相談)
 ※①はパソコン操作(エクセル、ワードなど)ができる方歓迎。

◆勤務時間 ①月~金曜日午前8時30分~午後5時15分(実働7時間45分)、②時間・曜日は応相談(研修期間あり)、③月~金曜日午前7時30分~11時30分、④火・金曜日午前8時~午後0時30分、⑤月曜日午前8時~午後0時30分、⑥月~金曜日正午~午後5時、⑦月~金曜日午後4時30分~7時30分、⑧月~金曜日午後4時45分~7時、⑨土曜日午後4時~6時30分

◆勤務場所 ①同事業団が運営する施設など、②ヘルパーステーションはなかい

どう、③⑥三鷹駅前保育園、④⑦三鷹西野保育園、⑤三鷹ちどりこども園、⑧三鷹赤とんぼ保育園、⑨三鷹南浦西保育園

◆報酬 ①月額202,944円~223,440円(経験による)、②身体介護=1,950円、生活援助・介護予防=1,300円、訪問型サービス=1,260円(資格による。勤務実績に応じて昇給、報奨金あり。土・日曜日、祝日、早朝夜間の勤務は時給400円割増)、③~⑤時給1,100円~1,488円、⑥~⑨時給1,130円~1,525円(③~⑨資格の有無・時間帯による)

※①賞与あり(当年度実績4.45カ月、採用1年目は異なる)。

◆採用予定日 ①6月以降、②随時、③~⑨4月1日

④☎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、①②「〒181-0002牟礼4-2-22三鷹市社会福祉事業団」☎44-5211、③⑥「〒181-0013下連雀3-30-12三鷹駅前保育園」☎79-5441、④⑦「〒181-0016深大寺3-3-10三鷹西野保育園」☎39-7030、⑤「〒181-0012上連雀4-12-26三鷹ちどりこども園」☎72-9220、⑧「〒181-0002牟礼3-9-3三鷹赤とんぼ保育園」☎40-0600、⑨「〒181-0013下連雀7-2-1三鷹南浦西保育園」☎40-7551へ
 ※詳しくは同事業団ホームページHP <https://www.mitaka.or.jp/> へ。

(社)楽山会 職員

◆職種 保育士(正職員2人)

◆勤務時間 月~金曜日午前8時30分~午後5時15分(実働8時間、交代制、土曜日の勤務あり)

◆勤務場所 椎の実子供の家、第二椎の実子供の家

◆報酬(月額) 大卒=237,800円、3年制卒=233,600円、短大卒=229,400円、交通費支給、賞与あり(昨年度実績年2回4カ月)

◆採用予定日 4月1日以降随時
 ④☎3月20日(日)から電話連絡のうえ、

履歴書(写真貼付)・資格証の写しを直接または郵送で「〒181-0015大沢4-8-8椎の実子供の家」☎32-4103へ

相談

総合オンブズマン相談(4月)

④7・14・28日=中村一郎さん(弁護士)、21日=片桐朝美さん(杏林大学准教授)、いずれも木曜日午後1時30分~4時30分
 ④☎相談・情報課(市役所2階)
 ④☎同課☎内線2215へ

審議会・市民会議など

令和3年度第3回 三鷹市地域公共交通活性化協議会の傍聴

新型コロナウイルスの影響に伴うコミュニティバスの運行についてほか。

④3月24日(休)午後3時30分~5時
 ④10人
 ④教育センター
 ④当日会場へ(先着制)
 ④☎都市交通課☎内線2883

※「市からのお知らせ」は7面からご覧ください。

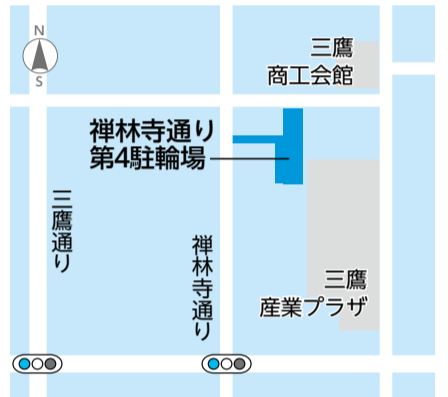
市立禅林寺通り第4駐輪場がオープン

4月7日(木)から、新たに禅林寺通り第4駐輪場の利用を開始します。

所在地

下連雀3-38-16(右記地図)

☎(株)まちづくり三鷹☎0422-40-9669



種類・利用形態

		収容台数	利用料金
自転車	一時利用	88台	A区画=2時間無料、以降8時間ごとに100円 B区画=2時間無料、以降24時間ごとに200円
	①一時利用	4台	2時間無料、以降8時間ごとに200円
原動機付自転車	②定期利用	9台	月額5,500円

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。
 ※市外局番「0422」は省略。
 ④HP <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。

4月17日発行号
 原稿締切日 3月24日(木)
 5月1日発行号
 原稿締切日 4月5日(火)
 いずれも午後5時まで

- 催し**
- 松岡暁子展 Here and Now**
 ④ぎやらりー由芽 ④4月3日(日)までの正午~午後7時(最終日は5時まで) ④同画廊 ④期間中会場へ☎同画廊☎47-5241(木曜日休み)
 - 子供と成人女性のバレエ体験会**
 ④ティンカーベル ④3月23日(休)・26日(土)・28日(月)大人=午前11時から、子ども=午後1時から ④新川団地集会所ホール ④1回1,000円 ④☎保坂☎080-5481-9967
 - サロンきっかけ「おしゃべり会」**
 ④活躍きっかけ隊 ④3月24日(休)午前10時~正午 ④三鷹市公会堂さんさん館 ④100円 ④☎同会場へ☎小笠原☎42-0935
 - ハートから「葉と春」へ 展-銅版画とコピーアートの作品**
 ④☎しろがね Gallery ④3月25日(金)~30日(水)午前11時~午後7時(最終日は4時まで) ④期間中会場へ☎同画廊☎43-3777(木曜日休み)
 - うっ友の会三鷹**
 ④3月26日(土)午後1時30分~4時30分 ④みた

- かボランティアセンター ④飲み物 ④当日会場へ☎高橋☎090-5209-4411
- 皆さんで楽しく歌いましょう(要予約)**
 ④三鷹一日うたごえ ④3月26日・4月16日の土曜日午後1時30分~4時30分 ④三鷹市公会堂さんさん館 ④1回1,000円 ④☎藤井☎48-4688
- ペットロスを考える会**
 ④ペットロスを考える会@みたか ④4月2日(土)午後2時~3時30分 ④元気ひろば おれんじ(中原3-165) ④☎当日会場へ☎同施設☎76-5940
- 買い物から考えるSDGs-身近なものはどこから来ているのかな?**
 ④NPO法人みたか市民協同発電 ④4月3日(日)午後2時~4時 ④オンライン会議アプリ「Zoom」 ④☎同法人 ☎mitakahatsuden@gmail.com ④☎同法人☎080-9895-8015
- 第44回月曜絵画展**
 ④4月5日(火)~10日(日)午前10時~午後6時30分 ④三鷹市美術ギャラリー ④期間中会場へ☎高須☎34-5247

- 高齢者向け住まいの選び方**
 ④くらしのお金を学ぶ会 ④4月10日(日)午前10時~11時30分 ④20人 ④生涯学習センター ④¥200円 ④☎4月8日(金)までに伊達☎050-3570-1357・☎kurashi.okane.mtk@gmail.com(先着制)
- 第80回三鷹雑学大学講義 日本の森林と炭酸ガス**
 ④4月24日(日)午前10時~正午 ④16人 ④消費者活動センター ④☎当日会場へ(先着制) ④☎近藤☎48-1490
- 会員募集**
グループ・どっぺる(ハイキング・山行)
 ④①ハイキング=主に土・日曜日、②月例会=毎月第1木曜日午後7時から ④①主に関東周辺の山域、②三鷹駅前コミュニティセンター ④¥月額800円 ④☎多賀☎☎30-0568・☎groupdoppel@gmail.com
- アリスみたか学習会**
 ④アリスみたか(三鷹市ひとり親家庭福祉会) ④毎週火曜日午後6時~8時30分 ④ひとり親家庭の小学4年生~高校3年生 ④☎連雀コミュニティセンター ④¥入会金1,000円 ④☎ふるたに

- ☎paamandayo@yahoo.co.jp ☎ふるたに☎090-4713-5210
- 小型ハーブアンサンブル**
 ④毎月第3土曜日午後1時30分~3時30分 ④井の頭コミュニティセンター(本館) ④¥入会金1,000円、月額1,000円 ④☎師井☎090-6503-0050
- 聞いて慣れよう日曜日の中国語 無料見学歓迎**
 ④ニーハオ会 ④毎週日曜日午前10時30分~正午 ④三鷹駅前コミュニティセンター ④¥1回1,500円(月額5,000円) ④☎石井☎070-7544-2136
- 伝言板**
ICUオルガン演奏会(奏者:ニコラ・プロカッチーニ)
 ④ICU宗教音楽センター ④4月9日(土)午後3時から ④同大学礼拝堂 ④¥2,000円 ④☎同センター ④HP <https://office.icu.ac.jp/smc/> ④☎同センター☎33-3330

第1回フットサル ONE DAY マッチ

三鷹市サッカー協会
4月16日(土)正午～午後2時30分
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4チーム(1チーム5人以上、中学生不可)
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)
同協会HP https://mitakafa.jp/へ(先着制)

同施設 ☎48-3520

三鷹中央防災公園

「花壇サポーター養成講座」

4月22日～令和5年3月24日の月1・2回金曜日(全12回)

在学・在勤を含む16歳以上の市民6人
2級造園施工管理技士の安藤美奈子さん

4月2日(土)までに往復はがきまたはインターネットで必要事項(7面参照)・この講座を何で知ったかを「〒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(申込多数の場合は抽選)

パソコン教室(4月)

三鷹市シルバー人材センター

①基礎教室=4～6月の毎週月・水・金曜日午前10時～正午、月・金曜日午後1時～3時、②初めてのパソコン=4月の毎週月・金曜日午後1時～3時、水曜日午前10時～正午、③ワード・エクセル・パワーポイントのいずれかを選択=4月の毎週月・金曜日午後1時～3時、毎週金曜日午後3時30分～5時30分(希望の曜日・時間帯を選択。①月4回、②③全4回)

①15,000円(3カ月分前納)、②③8,000円

3月25日(金)までに往復はがきで必要

事項(7面参照)・希望講座を「〒181-0004新川6-35-16三鷹市シルバー人材センター」へ(先着制)

同センター ☎48-6721

市民聴講生を募集します(杏林大学・ルーテル学院大学)

受講料(教材代別途)として、いずれも1科目に限り1,500円を助成します。

学生を除く18歳以上の市民
住所などが確認できるもの
生涯学習課 ☎内線2922(助成について)

◆杏林大学(井の頭キャンパス)

1科目11,000円

3月25日(金)までに申込書と受講料を三鷹ネットワーク大学へ(日曜日は午後5時まで。月曜日、祝日を除く)

同大学 ☎47-8000・HP https://www.kyorin-u.ac.jp/

◆ルーテル学院大学

1科目10,000円

3月22日(火)～4月5日(火)の平日午前9時～午後4時30分に申込書と受講料を同大学へ(事前予約制)。または三鷹ネットワーク大学へ(日曜日は午後5時まで。月曜日、祝日を除く)

同大学 ☎31-4682・HP https://www.luther.ac.jp/



三鷹市シルバー人材センター 入会説明会

4月6日(水)・19日(火)午前10時～正午

健康で働く意欲のあるおおむね60歳以上の市民

同センター

同センター ☎48-6721・HP http://www.mitaka-sc.or.jp/へ



指導課 市費負担講師

◆職務内容 教科指導、校務補助

◆資格 教科指導に関して必要な知識があり、小学校全科の教育職員免許を有する方5人程度

◆任用期間 任用日～令和5年3月31日(長期休業期間を除く。再度の任用の場合あり)

◆勤務時間 校長が定める曜日(実働週8～11時間。学校・教科により異なる)

◆勤務場所 市立小学校

◆報酬(月額) 62,358円～85,743円



ファブスペースみたかeco企画「ソーラーパネルで実験しよう」

3月26日(土)午後1時～2時、2時30分～3時30分

小学生以上の方各回4人(低学年のお子さんは保護者同伴)

同施設(三鷹産業プラザ)

講師 いらめきボックス coporii 代表の丸山絢子さん

1,500円

いらめきボックス coporii ホームページ HP https://www.coporii.com/へ(先着制)

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 ☎0422-40-0313・FAX 0422-40-0314・E info@mitaka-univ.jp
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

特記記載のないものは3月22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) 問い合わせも同大学
※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。



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『カチカチ山』(その1)」

4月20日(水)午前10時30分～午後0時30分 12人 講師 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

人生100年時代を考える「人生100年時代の賢い資産形成術—資産運用の基礎知識と正しい手順について」【オンライン講座】

4月20日(水)午後3時～4時30分 30人 講師 エムエムウェイ合同会社顧問でファイナンシャル・プランナーの荒武誠さん 4月19日(火)午後9時までに同大学ホームページへ(先着制)

がん哲学外来ピア・カフェ at 三鷹ネットワーク大学【オンライン同時開催】

4月22日(金)午前10時～正午 10人、②オンライン=5人 講師 和洋女子大学心理学科教授でピアカウンセリング研究会主宰の酒井久実代さん ②は4月21日(木)午後9時までに同大学ホームページへ(先着制)

三鷹の夜・月いち読書会「科学と文学の間(あわいに)」第9回

司会・進行役は編集者でライターの空犬太郎さん。課題図書は宮部みゆき『聖痕』(『さよならの儀式』(河出書房新社)または『チヨ子』(光文社文庫)所収) 4月22日(金)午後7時～8時30分 12人 500円

サイエンスカフェみたか「軽石ってなんだろう—できかた、とびかた、ながれかた」【オンライン講座】

4月28日(木)午後7時～8時30分 20人 講師 秋田大学教育文化学部特別教授の林信太郎さん 500円 4月27日(水)午後9時までに同大学ホームページへ(先着制)

◆「おうち時間」を充実させる動画を配信中

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 公益財団法人 三鷹市スポーツと文化財団 同財団 ☎0422-47-5122 HP https://mitaka-sportsandculture.or.jp/

東西狂言の会 保育 三鷹市公会堂 光のホール 全席指定 5月7日(土) 午後1時開演

チケット発売日 会員=3月27日(日) 一般=3月30日(水)
会員=3,600円 一般=4,000円 高校生以下=2,000円

【番組】「萩大名」野村萬斎、「右近左近」茂山あきら、「樋の酒」野村万作

関東の野村家、関西の茂山家の共演で、狂言の至芸を、ご堪能ください。



野村万作



野村萬斎

立川談春 独演会 保育 三鷹市公会堂 光のホール 全席指定 7月2日(土) 午後2時開演

会員=3,600円 一般=4,000円
3月29日(火)(消印有効)までに往復はがきで必要事項(7面参照)・希望枚数(2枚まで)・マークル会員は会員番号を「〒181-0012上連雀6-12-14芸術文化センター」へ(1人1通。申込多数の場合は抽選のうえ、4月19日(火)に結果を発送)
※マークル会員優先枠があります。
※座席の希望には応じられません。



立川談春

粋に笑わせ、じっくり酔わす、談春落語を存分にご堪能ください。

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 ☎0422-47-5122
●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、販売状況により完売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。

一日プレイパーク

日 3月27日(日)午前10時～午後3時(雨天中止)
 所 丸池公園(稲荷橋付近)
 所 当日会場へ
 問 緑と公園課 ☎内線2835

子ども向けRubyプログラミング教室「るびつく」

日 4月1日以降の①ビジュアルマスターコース=隔週金曜日午後5時～6時40分、②コーディングコース=隔週日曜日午前11時40分～午後1時20分、③Rubyくらぶ=毎月第2日曜日午後2時～5時
 人 ①小学4～6年生の初心者、②中・高校生の初心者、③中・高校生の経験者、各10人
 所 三鷹産業プラザ
 料 ①②7,700円、③3,300円(教材代を含む)
 申 必要事項(7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

すくすくひろばの催し

◆年齢別あそびまじよ(4月)
 日 ①うさぎぐみ=8日(金)、②ひよこぐみ=12日(火)、③ぞうぐみ=15日(金)、いずれも午前10時15分～11時15分
 人 市内在住の①令和2年4月2日～9月30日生まれのお子さんと保護者8組、②初めて受講する令和3年4月2日～7月生まれのお子さんと保護者8組、③平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれのお子さんと保護者8組
 申 ①3月25日(金)、②29日(火)、③4月1日(金)午前10時から直接または電話で同ひろば ☎45-7710へ(先着制)

◆4カ月までの親子のつどい
 日 4月14日(木)①午前10時15分～11時30分、②午後1時45分～3時
 人 市内在住の初めて受講する4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、おむつ、着替え
 申 3月31日(木)午前10時から直接または電話で同ひろば ☎45-7710へ(先着制)

◆ウェルカムパパ講座(旧育メン講座)
 日 4月23日(土)午前10時30分～正午
 人 初めて受講する市内在住のおおむね8カ月ぐらいまでのお子さんと父親10組(これから父親になる方、第2子以上の方も受講可)
 所 連雀コミュニティセンター
 講 三鷹市助産師会の皆さん
 物 バスタオル、おむつ、着替え
 申 4月1日(金)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



高齢者

高齢者無料入浴券の申し込み

人 65歳以上の市民で住民税非課税世帯の方
 申 申込書(任意の様式可)で必要事項(7面参照)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
 ※入浴券は1人30枚で再発行できません。4月下旬以降に送付する予定です。
 問 同課 ☎内線2625

三鷹みんなで地域体操「うごこっと」

市では、体力の維持向上を目指した体操メニュー「うごこっと」を活用した「通いの場」づくりを進めています。「うごこっと」体操の動画は三鷹市社会福祉協議会のYouTubeチャンネル(下記二次元コード)で配信中。また、ハンドブックを高齢者支援課、地域包括支援センター、みたかボランティアセンターで配布しています。
 問 同課 ☎内線2622



◆「うごこっと」体操チャレンジトレーニング

日 4月28日～6月23日の毎週木曜日午後1時～2時30分(5月5日を除く全8回)
 人 65歳以上の市民15人
 所 大沢コミュニティセンター
 申 問 3月30日(火)までの平日に大沢地域包括支援センター ☎33-2287へ(申込多数の場合は抽選)

ヨガ(こもれび ほっと・サークル)

日 4月～令和5年3月の毎月第3金曜日午前10時～11時30分(7・8月、12月を除く全9回)
 人 おおむね65歳以上の市民10人
 所 福祉センター
 講 ヨガインストラクターの大西麻未さん
 料 1回500円
 申 4月5日(火)(必着)までに往復はがきで必要事項(7面参照)を「〒181-0012 上連雀9-1-21NPO法人こもれび事務局」へ(先着制)
 問 同会事務局 ☎42-4471



障がいのある方

令和4年度 福祉タクシー券の窓口受け付けを開始します

日 4月1日(金)午前8時30分から
 人 身体障害者手帳(下肢・体幹機能障がい1～3級、視覚・内部障がい1級)、愛の手帳(1度)をお持ちで、交付対象者として登録済みの方(所得制限あり)

申 午前8時30分～午後5時に障がい者支援課(市役所1階16番窓口)へ
 問 同課 ☎内線2618



催し

絵本縁日ミニ

絵本に関連した市民グループが出店し、展示やワークショップ(一部有料)、おはなし会などを開催します。
 日 3月24日(木)・25日(金)・28日(月)午前10時～正午、午後2時～4時(正午～2時は入場不可。雨天・強風時中止)

所 星と森と絵本の家
 申 期間中会場へ
 問 同施設 ☎39-3401

君が笑えばケアラズカフェ(介護者同士の交流会)

日 三鷹駅周辺地域包括支援センター
 日 3月28日(月)午後2時～3時30分
 人 在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 必要事項(7面参照)を同センター ☎houkatsu.krt@mitsurukai.comへ(先着制)
 問 同センター ☎76-4500

新緑謡曲・仕舞大会(解説付き)

日 三鷹市能楽会
 日 4月9日(土)正午～午後4時
 所 生涯学習センター(4階ホール)
 申 当日会場へ
 問 同会 ☎090-4839-4106

三鷹市山本有三記念館 春の朗読コンサート

出演は野田香苗さん(朗読)、長谷川広美さん(フルート)。
 日 5月13日(金)・14日(土)午後6時～7時
 人 各日35人
 料 300円(入館料)
 申 4月27日(水)(必着)までに往復はがきで必要事項(7面参照)・希望日・参加者氏名(2人まで)・何を見て応募したかを「〒181-0013 下連雀2-12-27山本有三記念館」へ(1人1通。申込多数の場合は抽選)
 問 同記念館 ☎42-6233



スポーツ

大沢野川グラウンドの代わりに利用したスポーツ施設の料金を補助します(期間延長)

同グラウンド復旧工事の延長に伴い、補助制度も延長します。

◆対象団体 市民体育施設使用団体登録の承認を受けたスポーツ団体
 ◆対象種目 サッカー、ラグビー、ラクロス、フットサル、野球、ソフトボールなど

◆対象施設 民間施設を含む市内・市外の有料スポーツ施設(三鷹市市民体育施設および市立学校施設を除く)

◆交付額 施設利用料金1回分(上限3,000円。月1回まで補助)
 申 問 スポーツ推進課 ☎内線2932へ

5月の小学校校庭開放(団体貸し切り)予約受け付け

日 市ホームページでご確認ください
 人 住民協議会に登録されている団体
 日 4月3日(日)～9日(土)に各コミュニティセンターへ
 問 スポーツ推進課 ☎内線2934

①土俵でフィットネス、②土俵を使ってロコモ予防体操!

直径4.55mの本格的な土俵で、相撲の動きを生かしたトレーニングを楽しみましょう。
 日 三鷹市体育協会、三鷹市相撲連盟
 日 ①4月1日～22日、5月6日～27日または6月3日～24日の毎週金曜日午後0時45分～2時30分、②4月6日～27日、5月4日～25日または6月1日～22日の毎週水曜日午前9時45分～11時30分
 人 在学・在勤を含む①20歳以上の市民15人、②60歳以上の市民15人
 所 SUBARU総合スポーツセンター
 料 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 問 必要事項(7面参照)・性別を同連盟 ☎mitakashisumorenmei@gmail.com・① ☎57-8317、② ☎080-3727-4015へ(先着制)

合気道 三鷹市役所教室

日 三鷹市体育協会、三鷹市合気道連盟
 日 4月2日～30日の毎週土曜日午後3時15分～5時45分
 人 在学・在勤を含む10～90歳の市民10人程度(小学生以下は保護者同伴)
 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 ☎090-8045-5748(日中)、☎43-8542(夜間)

少林寺拳法初心者教室

日 三鷹市少林寺拳法連盟
 日 4月2日～30日の毎週土曜日①午後4時～5時、②午後6時～7時
 人 在園・在学・在勤を含む市民(①小学生以下、②中学生以上)
 所 SUBARU総合スポーツセンター
 申 当日会場へ
 問 同連盟 ☎mitakachuodoin2@gmail.com

健康コラム 男性の排尿と前立腺について

前立腺という臓器は男性にしかありません。ぼうこうのすぐ真下にあり、クルミ程度の大きさで尿道を取り囲むような位置にあります。その働きは精液を作る工場であると考えられています。いまだに十分解明されておらず謎の多い臓器です。

精子は精巣で作られ精管を流れながら、やや複雑な経路をたどり前立腺にたまって射精されます。多くの20代から40代の男性にとって前立腺は子供を作るために重要な働きをする臓器の一つです。若い頃は秘かに大切な働きをしていた前立腺は、本来の役目を終える50歳前後から自らの存在を主張するかのようになりさまざまな症状を表し始めます。トイレが近い、特に夜間何度も目が覚めてトイレに行ってしまう、尿が出にくい、トイレまでに間に合わず漏れてしまうなどの症状は前立腺が大きくなる肥大症の症状です。

また、がんになることも多く、男性では罹患(りかん)数が著しく増えているのが前立腺がんです。前立腺がんは腫瘍マーカーのPSAを測定することで、ある程度の予測を立てることが出来ます。三鷹市の検診では50歳から5年ごとに70歳まで前立腺がん検診を受けられます。三鷹市内の多くの病院や診療所で受けることが可能なので、50歳以降の方は前立腺がん検診をお勧めします。

また、会社の健診や人間ドックでも腫瘍マーカーの項目の一つとして調べることが出来ますが、オプション扱いとなっている施設も多く、ご自身が希望しなければ採血の項目から省かれることもあり、注意が必要です。排尿することは健康な人にとっては何でもないことですが、排尿の調子が悪くなるや外出を控えたり、不眠の原因となったり、日常生活にさまざまな支障を来すことも多いので、高齢だからと諦めず治療を受けることも大切です。

問 三鷹市医師会
 ☎0422-47-2155

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)
- 市外局番「0422」は省略。

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

令和4年度版「食育カレンダー」を差し上げます

市内小学生による「農のある風景画」や「食育標語」を掲載しています。

④4月1日(金)以降の平日午前9時～午後4時にJA東京むさし三鷹経済センター(新川6-35-26)へ(配布部数100部。なくなり次第終了)

⑥同センター☎46-2152

建築物の解体・改修時にアスベストの調査が必要になります

4月1日(金)以降に着手する建築物の解体・改修工事を対象に、アスベストの有無に関する事前調査結果を報告する制度が始まります。元請業者は、原則として「石綿事前調査結果報告システム※」から電子申請により、市または東京都に報告してください。

※詳しくは、環境省ホームページHP http://www.env.go.jp/air/asbestos/post_87.htmlへ。

⑥環境政策課☎内線2525

市の公金収納取扱金融機関の追加

4月1日(金)から、新たにインターネット銀行の「PayPay銀行」と「楽天銀行」が市の公金収納取扱金融機関となり、市税や保険料などを納付できます。なお、両行ともに口座振替(自動口座引き落とし)およびペイジー収納のみの取り扱いとなります。

⑥会計課☎内線3013

宝くじの助成金で災害対策用備品を購入しました

(一財)自治総合センターのコミュニティ助成事業による宝くじの助成金を活用して、市内七つの自主防災組織の災害対策用備品(避難所用冷風機、LEDバルーンライトなど)を購入しました。

⑥防災課☎内線4516

3月は東京都の自殺対策強化月間です

都では、自殺防止を呼び掛けるキャンペーンに取り組んでいます。

◆特別電話相談

④有終支援いのちの山彦 ☎03-3842-5311=3月30日(水)までの正午～午後8時(月・木曜日を除く)、自殺予防いのちの電話 ☎0120-783-556=3月31

日(木)までの午後4時～9時、東京都自殺相談ダイヤル☎0570-087478=3月27日(日)～31日(24時間)

⑥都福祉保健局☎03-5320-4310

『三鷹市用途地域等に関する指定方針及び指定基準』を改定しました

都市計画法の改正や、『土地利用総合計画2022(第2次改定)』などを踏まえ、『三鷹市用途地域等に関する見直し方針』と統合して、指定方針および指定基準を改定しました。詳しくは市ホームページをご覧ください。

⑥都市計画課☎内線2811

都市計画変更原案の縦覧と説明会

三鷹台駅前周辺地区土地利用の方針に基づいた原案の縦覧と説明会を行います。

◆縦覧

④3月23日(水)～4月5日(火)の平日午前8時30分～午後5時(正午～1時を除く)

⑥都市計画課(市役所5階54番窓口)

◆説明会

④4月3日(日)午後2時から

⑥人井の頭コミュニティセンター=20人、オンライン

◆意見書の提出

④説明会=3月30日(水)まで、意見書の提出=3月23日～4月19日(火)(いずれも必着)に意見(提出する方)と必要事項(上記参照)を郵送または電子メールで「〒181-8555都市計画課」・✉ toshikeikaku@city.mitaka.lg.jpへ

⑥同課☎内線2811

三鷹市春の交通安全運動

4月6日(水)～15日(金)の「春の全国交通安全運動」に合わせて、三鷹市でも交通安全運動を実施します。

◆メインスローガン「世界一の交通安全都市TOKYOを目指して」

⑥都市交通課☎内線2883

市内の空間放射線量測定結果

市では、定点観測地点(6カ所)で、地上5cm・1m地点での空間放射線量を測定しています。3月1日に実施した測定では、一般的な目安(毎時0.24マイクロシーベルト)を超える場所はありませんでした。詳しい測定結果は、市ホームページまたは市公式ツイッターからご覧ください。

⑥環境政策課☎内線2525

の委任状と代理人の本人確認書類)を資産税課(市役所2階28番窓口)へ

⑥同課☎内線2363

年金 国保・年金

勤務先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。

④基礎年金番号が分かるもの、本人確認書類、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

⑥同課☎内線2394、武蔵野年金事務所☎56-1411

子育て・教育

公務員の児童手当について

公務員は勤務先から児童手当が支給されます。市内在住の公務員になる方、または退職する方は手続きが必要です。手続きが遅れると、支給された手当の返還や、手当が支給されない場合がありますので、ご注意ください。

⑥子育て支援課☎内線2752

「子どもたちからの人権メッセージ集」をご覧ください

昨年9月11日に開催予定だった「第28回子どもたちからの人権メッセージ発表会」は、新型コロナウイルス感染拡大により中止となりましたが、東京法務局ホームページHP https://houmukyoku.moj.go.jp/tokyo/page000001_00543.pdfにメッセージ集を掲載しています。

⑥多摩東人権擁護委員協議会事務局☎042-335-4753

東京都子育て支援員研修(第1期)の受講者募集

◆募集コース 地域保育コース

◆研修実施期間 6月から(オンライン研修。一部集合研修あり)

⑥都内在住・在勤で子育て支援員として就業する意欲のある方

④4月1日(金)～15日(金)(必着)に申込書(市区町村窓口、または東京都福祉保健財団ホームページで入手可)を郵送(書留)

※詳しくは募集要項(4月1日から市子ども育成課で配布)、または同財団ホームページHP <https://www.fukushizaidan.jp/>をご覧ください。

⑥同課☎内線2734

新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口

⑥健康推進課☎内線4202

下記の情報は3月16日時点のものです。

発熱などの症状がある場合

受診前に必ず医療機関に連絡を入れてください

◆かかりつけ医がいる方

日ごろ受診している医療機関に電話でご相談ください

◆かかりつけ医がいない方、かかりつけ医が休診の方

・東京都発熱センター(医療機関の案内、症状に関する相談受付)☎03-5320-4592・☎03-6258-5780(いずれも毎日24時間受け付け)へ

・同センター医療機関案内専用ダイヤル☎03-6630-3710(毎日24時間受け付け)・☎03-6626-3473(毎日午前9時～午後6時)へ

※都内で診療・検査可能な医療機関の一覧が東京都ホームページ(右記二次元コード)に掲載されています(公表に同意を得られている医療機関に限る)。



◆市内の医療機関をお探しの方

三鷹市医師会☎0422-47-2155(平日午前9時～午後5時)へ

感染の予防法が知りたい、感染したかもしれないと不安な場合

・東京都新型コロナ・オミクロン株コールセンター☎0570-550571(毎日午前9時～午後10時)・FAX03-5388-1396へ

・厚生労働省コールセンター☎0120-565653(毎日午前9時～午後9時)・FAX03-3595-2756へ

外国籍で不安に思う方

・東京都多言語相談ナビ(TMC Navi)☎03-6258-1227(平日午前10時～午後4時)

自宅療養中の方

・自宅療養サポートセンター(うちさぼ東京)☎0120-670-440(毎日24時間受け付け)

・三鷹市自宅療養者相談センター☎内線4294(平日午前9時～午後5時)

税金

土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

④4月1日(金)～5月31日(火)の午前8時30分～午後5時

⑥市内に所在する土地・家屋の固定資産税の納税者

④運転免許証、マイナンバーカードなどの本人確認書類(代理人の場合は納税者

●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604号(3月6日～4月2日)
 河村市長に聞く「令和4年度施政方針・予算案」
 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4年3月1日現在 ()内は前月との増減
 住民登録者数:190,216人(234人減) 男:92,928人(124人減)/女:97,288人(110人減)
 世帯:95,862世帯(173世帯減)

ウクライナへの緊急募金を受付中

3月31日(木)まで

☎企画経営課☎内線2116

ロシアの軍事侵攻による被害が出ているウクライナに対し、皆さんの支援の気持ちを現地の人道支援に役立てられるよう、募金を受け付けています。市内16カ所に募金箱(写真)を設置しているほか、インターネットからの募金も可能です。募金は日本赤十字社を通じて、ウクライナに届けます。

◆募金箱設置場所

市役所本庁舎1階、市政窓口(4カ所)、コミュニティセンター(7カ所)、元気創造プラザ1階、三鷹国際交流協会(MISHOP)、三鷹市社会福祉協議会、みたかボランティアセンター

◆ふるさと納税ポータルサイト

「ふるさとチョイス」または「楽天ふるさと納税」で、ウクライナ支援に対する寄付として受け付けています(右記二次元コード)。
 ※寄付額から事務手数料などを除いた額を支援します。



ふるさとチョイス



楽天ふるさと納税



ガーデニングフェスタ2022

☎NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会☎0422-46-2081

今年も皆さんの自宅の庭やお気に入りの風景の写真を募集します。写真は作品集に掲載するほか、今秋開催予定の同フェスタ会場や展示会などでパネル展示し、応募者全員に記念プレートを贈呈します。

🌸わたしの庭部門(自薦部門)

自宅の庭や通学・通勤している市内の学校・事業所の花壇などをご紹介します。



昨年の「わたしの庭部門」応募写真

🌸四季を楽しむ庭部門(自薦部門)

季節の彩りや緑豊かな庭をご紹介します。

🌸私の緑のお気に入りスポット部門(他薦部門)

身近にある大切にしたい樹木や樹林、憩いの空間など、後世に残したい緑の風景をご紹介します。



昨年の「私の緑のお気に入りスポット部門」応募写真

📍市、三鷹市市民緑化推進委員会

👤在学・在勤を含む市民

📅5月2日(月)～6月30日(木)(必着)に同協会へ(各部門1人1点、全部門への応募可)

◆注意事項

募集要項(同協会、市緑と公園課☎市役所5階56番窓口)、コミュニティセンターなどで配布。市ホームページや同協会ホームページ
 🌐https://hanakyokai.or.jp/からも入手可)を必ずご確認ください。



最大
2万円分の
ポイントが
もらえる!

マイナポイント第2弾が始まっています

☎市民課☎内線2326

マイナンバーカードを取得済みの方、9月末までに交付申請をした方を対象に、最大2万円分のマイナポイントが付与されます。

①マイナンバーカードを新規に取得した方

(マイナポイント第1弾に申し込んでいない方を含む)

選択したキャッシュレス決済で買い物やチャージをすると、利用額の25%、上限5,000円分のマイナポイントがもらえます。キャッシュレス決済の利用登録には「マイナポイントアプリ」のダウンロードが必要です。

②健康保険証として利用登録をした方

(すでに登録した方、利用申し込みをした方を含む)

7,500円分のマイナポイントがもらえます。利用登録には「マイナポータルアプリ」のダウンロードが必要です。

③公金受取口座の登録を行った方

7,500円分のマイナポイントがもらえます。口座登録は近日中に開始予定です。
 ※②③のマイナポイントの申し込み・付与は、6月ごろに開始予定です。

マイナンバーカード専用 ☎050-5050-1462
 コールセンター
 📅月～金曜日午前8時30分～午後5時(祝日を除く)

マイナンバーカードの交付申請方法

◆二次元コード付き申請書をお持ちの方

申請書の二次元コードを読み取ると簡単に申請できます。
 ※YouTubeで「スマホで簡単!マイナンバーカードの作り方」配信中(右記二次元コード)。



◆二次元コード付き申請書をお持ちでない方

マイナンバーカード専用コールセンター☎050-5050-1462へお問い合わせいただくか、同課(市役所1階4番窓口)へお越しください。

マイナンバーカードに関する支援窓口

マイナンバーカードの交付申請やマイナポイントの申し込み、健康保険証利用の登録などをお手伝いします。

📅月～金曜日午前8時30分～午後5時(祝日を除く) 📍第二庁舎2階特設会場

マイナンバーカードの受け取り方法

申請後、市から「交付通知書」が届いたら、受取日時を予約して市役所へお越しください。

◆予約方法

電話: 予約専用コールセンター☎03-6831-1066
 インターネット: 予約専用システム(右記二次元コード)
 ※詳細は「交付通知書」に同封の案内をご覧ください。

