

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。

☎介護保険課 ☎29-9275

### 国民年金保険料の免除・納付猶予制度をご存じですか

経済的な理由により国民年金保険料の納付が困難なときは、保険料の全額または一部が免除される「免除制度」があります。また、学生を除く50歳未満の方には、納付が猶予される「納付猶予制度」があります。学生は「学生納付特例制度」、障害年金(1級または2級)の受給権者の方や生活保護法による生活扶助を受けている方は「法定免除制度」、平成31年2月以降に出生された方は「産前産後免除制度」の対象となります。申請時点から2年1カ月前の月までの未納期間についても申請できます。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎市民課 ☎29-9190、武蔵野年金事務所 ☎56-1411



### 児童扶養手当を振り込みます

5・6月分の同手当を、7月8日(金)に指定預金口座に振り込みます。

☎子育て支援課 ☎29-9675

### 令和4年度10月入園ケアプラス保育(医療的ケア児枠)の申し込み

☎7月25日(月)~29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 ☎29-9672

### 第33回子育てインフォメーション

子育て関連施設、保育園の地域向け行事の紹介など。

☎7月4日(月)~8日(金)午前9時~午後5時(4日は午後1時から、8日は2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 ☎29-9672

### 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(4・18日を除く)、みんなであそび!=火~金曜日、9日(土)午前11時~11時30分(5日(火)・12日(火)・19日(火)・27日(水)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=4・5日午前11時~11時30分、②Mamaカフェ=12日午前10時30分~11時30分、③しゃぼん玉あそびを楽しもう=16日(土)午前10時30分~11時30分、④わくわく水遊び=19・27日午前10時30分~11時15分、⑤スペシャルバスデー=28日(木)・29日(金)午前11時~11時30分

☎①⑤就学前のお子さん、②1歳6カ月までのお子さんと母親12組、③3歳~就学前のお子さんと保護者10組、④1歳~就学前のお子さん

☎①タオル、汚れてもよい服装、④水着、タオル、帽子、ビーチサンダル

☎①④⑤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

☎①卓球の日=月・金曜日午後3時30分~4時30分(15日(金)・18日を除く)、②スポーツの日=木曜日午後4時~4時30分、③一輪車教室=15日午後3時40分~4時30分(雨天中止)、④サンキャッチャーを作ろう=23日(土)午前10時30分~11時30分、午後2時30分~3時30分、⑤スペシャルクラフト=27日午後2時~3時、⑥卓球大会=29日午後3時30分~4時30分

☎③10人、④各回10人

☎①②③⑥タオル(②③運動靴、③あれば一輪車)、⑤汚れてもよい服装

☎①②⑤⑥当日会場へ、③④7月1日から直接または電話で同ひろば ☎49-5500へ(先着制)

☎同ひろば ☎49-5500

#### みたかおもちゃの病院(7月)

☎三鷹市消費者活動センター運営協議会

☎6・20日の水曜日午後1時~3時

☎消費者活動センター

☎特殊部品などの交換は実費

☎当日会場へ(1人1個まで受診可)

☎同センター ☎43-7874

#### 西多世代交流センターの催し

##### ①和太鼓であそぼう!

☎7月10日(日)午後1時30分から、2時10分から

☎小学1・2年生各回12人

☎講和太鼓チーム「綾」「えん」の皆さん

☎タオル

##### ②ママと助産師の会

☎7月19日(火)午前10時~11時30分

☎おおむね3~5カ月のお子さんと母親10組

☎講三鷹市助産師会の皆さん

☎おむつ、バスタオル、お子さんの着替え、授乳に必要なもの

##### ③ココロが軽く、子育てがラクになる講座 保育

☎9月16日~11月11日の金曜日午前10時~正午(9月23日、10月14日を除く全7回)

☎初めて受講する在勤を含む市内の1歳~未就学児の親で全回出席できる方16人、保育10人(1歳児は6人まで)

☎講公認心理師の林いずみさん

##### ④幸せ家族のための整理力講座 保育

☎9月22日~11月24日の木曜日午前10時~正午(10月20日、11月3・17日を除く全7回)

☎初めて受講する在勤を含む市民で全回出席できる方15人、保育(1歳~未就学児)10人(1歳児は6人まで)

☎講(一社)親・子の片づけ教育研究所理事の橋口真樹子さん

☎①②7月4日(月)午前9時30分から直接または電話で同センター ☎31-6039へ(先着制)。②は初めて同センターを利用する方を優先)。③④7月4日午前9時30分~13日(水)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 ☎32-8765・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。当選者のみ通知。保育は初利用者優先で、③9月9日(金)、④15日(木)の保護者オリエンテーションに必ず参加)

☎同センター ☎31-6039

#### みたか親の会

☎7月13日(水)午前10時~11時30分

☎引きこもりや不登校の家族がいる方

15人

☎みたかボランティアセンター

☎当日会場へ(先着制)

☎同センター ☎76-1271

#### 東多世代交流センターの催し

##### ◆大人の浴衣着付け講座

☎7月15日(金)午前10時~11時30分

☎女性市民10人(就学前のお子さんの同伴可)

☎講出張お着付けとお着付けレッスンのすずきゆきこさん

☎浴衣、半幅帯、和装ブラ、肌着、裾よけ、薄手の長方形タオル3・4枚、腰ひも2・3本、襟芯、伊達締め、ゴムベルト付き帯板、和装用クリップ、敷物、下駄(浴衣を着て帰る方のみ)

☎7月4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)

##### ◆ベビーヨガ講座

☎7月20日(水)午前9時30分~10時15分

☎7~12カ月のお子さんと母親6組

☎講ヨガインストラクターのHirokoさん

☎動きやすい服装

☎7月4日(月)午前10時~8日(金)午後5時に直接または電話で同センター ☎44-2150へ(申込多数の場合は初めて同センターを利用する方を優先して抽選。当選者のみ通知)

##### ◆夏休み科学教室

☎①「高分子化合物ってなんだ?一ふくらむスライムとスーパーボールをつくらう」=7月27日(水)午前10時~正午または午後2時~4時、29日(金)午前10時~正午(いずれか1回)、②「DNAってなんだろう-DNAをとりだそう、二重らせんストラップをつくらう」=7月29日午後2時~4時

☎①市内の小学生各回18人、②在学・在勤を含む市内の中高校生・若者世代の方18人

☎講科学読物研究会の坂口美佳子さん

☎鉛筆、汚れてもよいタオル、①ふたがあるガラスの空きビン、②はさみ

☎7月4日(月)午前9時~8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 ☎46-0408・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。①は前年度受講していない方を優先。当選者のみ7月15日(金)に通知)

☎同センター ☎46-0408

#### 一日プレイパーク

☎7月17日(日)午前10時~午後3時(雨天中止)

☎丸池公園(稲荷橋付近)

☎当日会場へ

☎緑と公園課 ☎29-9789

#### すくすくひろばの催し 年齢別あそびまじょ(7月)

☎①バナナぐみ=26日(火)、②いちごぐみ=29日(金)、いずれも午前10時15分~11時15分

☎市内在住の①初めて受講する令和3年9~10月生まれのお子さんと保護者6組、②初めて同ひろばを利用する4年2~3月生まれのお子さんと保護者4組

☎☎①12日(火)、②15日(金)午前10時から同ひろば ☎45-7710へ(いずれも先着制)

#### ちいさなお話会

読み聞かせや手遊び、折り紙など。

☎連雀地区住民協議会

☎7月27日(水)・30日(土)午前10時30分~11時30分

☎6歳までのお子さんと保護者20人

☎所連雀コミュニティセンター

☎当日会場へ(先着制)

☎同センター ☎45-5100

#### 子ども向け夏休みRubyプログラミング講座

☎①マイクロビットプログラミングコース1=7月30日(土)・31日(日)午前9時30分~午後0時30分(全2回)、②小学生コース1=7月30・31日午後1時30分~5時30分(全2回)、③小学生コース2=8月1日(月)~4日(木)午前10時~正午(全4回)、④中学生コース1=8月1日~4日午後1時30分~5時30分(全4回)、⑤マイクロビットプログラミングコース2=8月9日(火)・10日(水)午後1時30分~4時30分(全2回)、⑥中学生コース2=8月15日(月)~18日(木)午後1時30分~5時30分(全4回)

☎①④⑥中学生、②③小学5・6年生、⑤小学4~6年生の初心者、各10人

☎所三鷹産業プラザ

☎¥①⑤8,800円、②③6,600円、④⑥7,700円(いずれも教材費を含む)

☎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)

☎同社 ☎40-9669

### 川上郷 自然の村

〒384-1406 長野県南佐久郡川上村大字原591番地362

☎ 0267-97-3206  
☎ 0267-97-3207  
HP <http://www.sizennomura.jp/>

JRをご利用の方は、最寄り駅(信濃川上駅)まで車で送迎します。宿泊申し込みの際にご予約ください。

---

◆農産物直売所(マルシェかわかみ)の出張販売  
地元の農産物や名産品を取りそろえていますので、ぜひご利用ください。  
☎7月17日(日)・18日(月・祝)、8月11日(木・祝)~14日(日)午前7時30分~10時

◆朝採れレタスの販売  
☎8月1日(月)~21日(日)  
☎宿泊日の午後8時までに施設フロントへ(レタスは翌朝お渡しします)

◆宿泊のお申し込みは簡単です!  
希望日の3日前までに、自然の村へ電話(午前8時30分~午後7時30分)、ファクスまたはインターネットでお申し込みください。10月分の団体(15人以上)の優先申し込みは、7月15日(金)から受け付けます。  
☎大人3,700円から、小学生2,500円から(1泊2食付き)  
※7月21日(水)~9月10日(土)は繁忙期料金、10月21日(金)~12月10日(土)は割引料金の適用あり(大人200円・小学生100円の加算・割引)。