



毎月第1・第3日曜日発行
広報みたかはシルバー人材センターの会員がお届けしています。

発行:三鷹市/編集:広報メディア課
〒181-8555 三鷹市野崎1-1-1
法人番号:8000020132047

市役所電話(代表)

☎0422-45-1151

ホームページ

https://www.city.mitaka.lg.jp/

公式Twitter

https://twitter.com/mitaka_tokyo



今号の紙面から

- 新型コロナワクチン接種 最新情報 …… 2面
- 明治安田生命保険相互会社からの寄付に感謝状 …… 3面
- 令和5年度 高齢者肺炎球菌ワクチン 予防接種 一部費用を助成 …… 4面
- 市からのお知らせ …… 11面から
- 4月23日(日)は三鷹市議会議員選挙・三鷹市長選挙の投票日です …… 12面

三鷹のお役立ちツール をご利用ください

市では、スマートフォンやパソコンなどで利用できるさまざまなサービスを提供しています。今号では、皆さんの生活をより便利にする主なお役立ちツールを紹介します。

☎ 広報メディア課 ☎0422-29-9037



市ホームページ

市の最新情報を、トップページの六つの分類や検索機能で探すことができます。また、やさしい日本語や英語・ハングル・中国語の自動翻訳、文字拡大・音声読み上げにも対応しています。



YouTube
「三鷹市公式動画チャンネル」

三鷹の魅力や防災などのお役立ち情報、マイナンバーカードの作り方など、旬な話題を動画で分かりやすく配信しています。市のテレビ広報番組「みる・みる・三鷹」もご覧いただけます。



Twitter
(東京都三鷹市@mitaka_tokyo)

防災無線の放送内容や災害などの緊急時のお知らせ、市のおすすめイベントなどをリアルタイムで発信しています。市の公式アカウントのほかにもたくさんのアカウントがあります(7面参照)。



モバイル版
「広報みたか」

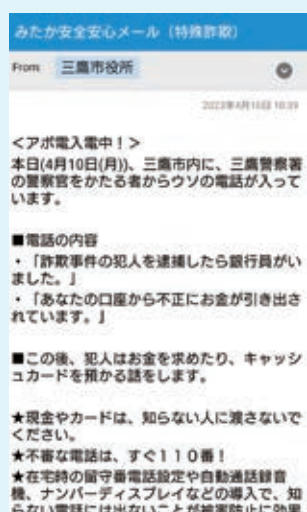
スマートフォンでいつでもどこでも広報みたかを読むことができます。10言語の自動翻訳・音声読み上げにも対応。無料アプリ「カタログポケット」をダウンロードしてご覧ください。



安全安心メール

市内の安全安心に関する情報を配信しています。防犯、防災、環境の三つから受信したい情報を選べます。登録は☐maam@req.jpへ空メールを送信してください。

☎ 安全安心課 ☎0422-45-1116



子育て支援サイト
「みたかきっずナビ」

年齢に応じた育児情報をプッシュ通知で受け取れるほか、複雑な予防接種のスケジュール管理などで子育てをサポートします。スマートフォン用アプリ「みたかきっずナビby母子モ」と併せての利用がおすすめです。

☎ 子ども発達支援課 ☎0422-45-3031



ごみ分別アプリ

ごみの出し方やごみ分別辞典、収集日カレンダーなどの便利な機能を備えています。ごみ出しに関する疑問を「よくある質問」としてまとめているので、ご利用ください。

☎ ごみ対策課 ☎0422-29-9613



新型コロナワクチン接種 最新情報

三鷹市新型コロナワクチン接種コールセンター
☎0570-026-567

※接種は強制ではありません。

12～64歳の追加接種(オミクロン株対応ワクチン1回目)は5月7日(日)で一時終了します

令和5年春開始接種の対象者(下記①②)を除き、5月8日(月)～8月31日(木)は接種できません。希望者は5月7日までに接種を受けてください。

集団接種 12歳以上 追加接種(3～5回目)

日 4月28日(金)までの金・土曜日午前9時～正午、午後1時30分～4時30分
所 元気創造プラザ

使用するワクチン

ファイザー社、モデルナ社(いずれもオミクロン株[BA.5]対応型)

予約方法

- 三鷹市ワクチン接種web予約サイト(右記QRコード)
- 市コールセンター☎0570-026-567



個別接種

所申 5月7日までに市内の医療機関(市ホームページ<下記QRコード>参照)へ



今後の接種スケジュール

	12歳以上※1	5～11歳※1
5月7日(日)まで	接種可能(オミクロン株対応ワクチン1回目)	接種可能※2(オミクロン株対応ワクチン1～2回目。個別接種のみ)
5月8日(月)～8月末	下記①②該当者は接種可能(オミクロン株対応ワクチン1～2回目)	
	上記以外の方は接種不可	
9月以降	接種可能	

- ※1 ワクチンを未接種の方は、期間に関係なく初回接種(1・2回目)ができます。
- ※2 基礎疾患などがある方は5月8日以降にオミクロン株対応ワクチンを2回目まで接種できます。

令和5年春開始接種(オミクロン株対応ワクチン2回目)が始まります

対象は、初回接種(1・2回目)または追加接種(3～5回目)を終えた①65歳以上の方、②5～64歳の基礎疾患などがある方や医療機関または高齢者・障がい者施設などに従事している方です。接種券が届き次第、予約可能です。

① 65歳以上の方

前回の接種時期に応じて、4月13日から接種券を順次送付しています。なお、令和4年10月～5年2月に市の集団接種会場で接種を受けた方には、市が接種日時と会場、使用するワクチンを指定しています。変更を希望する方は、市のワクチン接種web予約サイトまたはコールセンターへお問い合わせください。
※未使用の接種券をお持ちの方は、お手元の接種券で予約してください。

前回の接種時期	接種券発送日
4年11月11日まで	4月13日 ※送付済み
4年11月12～18日	4月19日(水)
4年11月19～26日	4月26日(水)
4年11月27日以降	5月10日(水)以降

集団接種 12歳以上 追加接種(3回目以降)

日 5月9日(火)～6月22日(木)の火～日曜日午前8時45分～正午、午後1時45分～6時(土・日曜日、祝日は5時まで)

所 元気創造プラザ

使用するワクチン

ファイザー社(オミクロン株[BA.1]対応型)、モデルナ社(オミクロン株[BA.5]対応型)

予約開始日

4月18日(火)午前9時(6月5日(月)以降の接種は4月28日(金)午前9時から)

予約(変更・キャンセル)方法

- 三鷹市ワクチン接種web予約サイト(右記QRコード)
 - 市コールセンター☎0570-026-567(平日午前9時～午後5時)
- ※4月26日(水)正午～28日(金)午前9時は予約できません。



② 5～64歳の基礎疾患などがある方、医療機関や高齢者・障がい者施設などに従事している方

接種券の送付には申請が必要です。受付順に発送しますので、お手元に届くまでに7～10日程度かかる場合があります。

申 電子申請サービス(右記QRコード)または市コールセンター☎0570-026-567へ

※基礎疾患などがある方は、事前にかかりつけ医にご相談ください。



個別接種 5歳以上

日 5月8日(月)以降順次(各医療機関の休診日を除く)

所申 市内の医療機関(市ホームページ<右記QRコード>参照)へ

使用するワクチン

ファイザー社(オミクロン株[BA.5]対応型)

予約開始日

4月17日(月)以降順次

12歳以上



5～11歳



新型コロナウイルス感染症が心配なときの相談窓口

☎健康推進課☎0422-24-8050

発熱などの症状がある場合は、**東京都発熱相談センター**

☎03-5320-4411・☎03-5320-4551・☎03-5320-4592・☎03-6258-5780

(いずれも毎日24時間受付)へご相談ください。

三鷹市に転入した方へ

転入前に新型コロナワクチンの接種を受け、次回の接種券の送付を希望する方は申請が必要です。

(国内)



(海外)



①国民健康保険・②後期高齢者医療制度の改正

☎保険課①☎0422-29-9216、②☎0422-29-9219

令和5年度から各制度の基準額や給付額などを変更し、保険料(料)軽減の対象世帯を拡充しました。

◆軽減判定所得基準額

軽減率	変更前(令和4年度)	変更後(5年度)
7割	43万円+10万円×(給与所得者等(※1)の数-1)以下	43万円+10万円×(給与所得者等の数-1)以下
5割	43万円+28.5万円×(被保険者数+特定同一世帯所属者(※2)数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下	43万円+29万円×(被保険者数+特定同一世帯所属者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下
2割	43万円+52万円×(被保険者数+特定同一世帯所属者(※2)数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下	43万円+53.5万円×(被保険者数+特定同一世帯所属者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下

※1 給与所得または公的年金などの所得がある方。

※2 国民健康保険から後期高齢者医療の被保険者に移行した方。後期高齢者医療制度の場合、(被保険者数+特定同一世帯所属者数)は「被保険者数」となります。

出産育児一時金が50万円に増額

☎保険課☎0422-29-9215

三鷹市国民健康保険の被保険者が出産した場合に、出産育児金が支給されます。令和5年4月1日以降の出産分の支給額が42万円から50万円に変更になりました。



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☎でご確認ください。

明治安田生命保険相互会社からの寄付に感謝状

☎高齢者支援課☎0422-29-8388

福祉Laboどんぐり山事業に対する、1,000万円の寄付と健康チェック機器「血管年齢測定器」の寄贈に感謝の意を表して、4月6日に同社へ感謝状を贈呈しました。

同社とは令和3年2月に包括連携協定を締結し、今年3月に実施した「福祉Laboどんぐり山プレイベント」など、さまざまなプレ事業にご協力いただいています。

いただいた寄付、寄贈品は同事業で有効に活用していきます。



◆福祉Laboどんぐり山

高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられる社会の実現を目指し、在宅医療・介護を推進する研究事業や介護人材の育成事業などを行う拠点施設。12月にオープン予定。

5月16日(火)から みたかシティバス



「三鷹台・杏林大学病院ルート」変更のお知らせ

☎都市交通課☎0422-29-9709

名称を「三鷹台ルート」に変更し、下記の通り見直しを行います。

運行ルート 日中の時間帯の便を元気創造プラザまで延長します(下図参照)。

運行ダイヤ 朝・夕は三鷹台駅～杏林大学病院間(45分間隔)、日中は三鷹台駅～杏林大学病院～元気創造プラザ間(50分間隔)で運行します。また、土・休日ダイヤを廃止し、全日同一のダイヤにします。

※詳しくは、市ホームページ(右記QRコード)をご覧ください。



◆【大沢地区で実証運行中】AIデマンド交通 5月の臨時運行日

5月21日(日)に大沢コミュニティ祭りの開催に伴い臨時運行します。なお、今年度はイベント開催日などに臨時運行する予定です。

低所得の子育て世帯への 子育て世帯生活支援特別給付金

☎子育て支援課☎0422-29-8107

児童扶養手当受給世帯や住民税均等割非課税世帯などの子育て世帯に対して、児童1人当たり5万円を給付する「子育て世帯生活支援特別給付金」の給付を国が決定しました。これを受けて、市では給付に向けた準備を進めています。給付要件や申請方法などの詳細が決まり次第、「広報みたか」や市ホームページでお知らせします。

市内事業者向け

中小企業等産業活性化補助金のお知らせ

☎三鷹商工会☎0422-49-3111

デジタル化やカーボンニュートラルへの対応、供給網の強靱化などにつながる取り組みに対して補助金を交付します。申請要件・期間などの概要は同会ホームページ(右記QRコード)をご覧ください(4月24日(月)公開予定)。

※詳しくは『広報みたか』5月7日発行号に掲載します。



『三鷹市市税条例』の一部を改正

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

軽自動車税 ☎市民税課☎0422-29-9193

燃費性能などの優れた軽自動車(新車に限る)を取得した年度の翌年度分の税率を軽減する特例措置(グリーン化特例)について、適用期限を次の通り延長します。

◆営業用乗用車(ガソリン軽自動車)

- 12年度燃費基準に対する達成程度が90%以上の場合(税率のおおむね50%軽減措置):3年延長(8年度まで)
- 12年度燃費基準に対する達成程度が70%以上の場合(税率のおおむね25%軽減措置):2年延長(7年度まで)

◆電気自動車・天然ガス軽自動車(自家用乗用を除く)

税率のおおむね75%軽減措置:3年延長(8年度まで)

固定資産税 ☎資産税課☎0422-29-9197

一定の要件を満たすマンションが、長寿命化のための大規模修繕工事を実施した場合、工事が完了した翌年度分の家屋に係る固定資産税額の3分の1を減額します。

4月から自転車のヘルメット着用が努力義務になりました

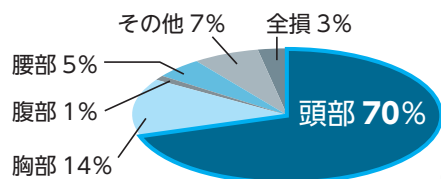


☎三鷹警察署☎0422-49-0110
市都市交通課☎0422-29-9709

自転車乗用中の交通事故で亡くなられた方の7割が頭部に致命傷を負っています。また、ヘルメットを着用していなかった方の致死率は、着用していた方に比べて2倍以上高くなっています。

自身や大切な家族を守るため、ヘルメットをかぶり、交通事故の被害を軽減させましょう。

自転車死亡事故損傷部位 (令和元年～3年)



出典:三鷹警察署

三鷹市自転車安全講習会で交通ルールを再確認

☎都市交通課☎0422-29-9709

三鷹警察署による安全講話や交通安全テストなど、1時間程度の講習で交通ルールと安全運転のマナーを学びます。受講者には「自転車安全運転証」と定期利用駐輪場の優先権を付与します。

人 中学生以上の方、各回50人(お子さんの同伴可)

所 三鷹産業プラザ

物 筆記用具、顔写真入りの自転車安全運転証を希望する方は写真(縦3cm×横2.5cm程度)、再受講者は自転車安全運転証

申 各申込期間(上表参照。いずれも必着)に申込書(市ホームページで入手)を直接または郵送、ファクス、電子メールで「〒181-8555都市交通課(市役所5階51番窓口)・FAX 0422-48-0975・✉koutsu@city.mitaka.lg.jpへ(先着制)

開催日時	申込期間
4月30日(日)午前10時から	4月20日(木)まで
5月27日(土)午前10時から	5月1日(月)～18日(木)
7月14日(金)午後7時から	6月20日(火)～7月6日(木)
10月14日(土)午前10時から	9月25日(月)～10月5日(木)
令和6年1月19日(金)午後7時から	12月20日(水)～6年1月12日(金)
6年3月3日(日)午前10時から	6年2月5日(月)～22日(木)

令和5年度

高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種 一部費用を助成

健康推進課 ☎0422-24-8050

肺炎球菌による肺炎は、成人の肺炎の25～40%を占め、高齢者は特に重篤化する恐れがあります。今年度の対象者で接種を希望する方は、早めに医療機関へご相談ください。

☒ 6年3月31日まで

① 過去に同ワクチンを接種したことがない市民で、② 6年3月31日までに65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方、③ 接種当日に60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障がいや、ヒト免疫不全ウイルスにより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

※①に該当する方には4月中旬に案内を送っています。

※上記に該当しない方が接種する場合は全額自己負担になります。

☒ 市内協力医療機関(下表参照)

☒ 自己負担金2,500円(助成後の額。医療機関で支払い)

☒ 事前に医療機関へ連絡のうえ、健康保険証など年齢や住所を確認できるものを持参し、接種を受けてください

※下表以外の医療機関で接種する方、生活保護受給世帯・中国残留邦人等支援給付受給世帯の方は事前に同課へお問い合わせください。手続きや自己負担金額が異なる場合があります。

※市外局番「0422」は省略

● 下連雀・牟礼 ●

医療機関名	所在地	電話番号
吉祥寺通り花岡クリニック	下連雀1-9-24	47-8799
鎌田医院	下連雀1-30-12	43-4621
下田医院	下連雀2-18-1	44-3710
村越レディースクリニック	下連雀3-7-28 ラ・プルミエール村越1階	29-8225
三鷹南口内科	下連雀3-7-29 レジデンス三鷹1階	43-2122
サンクリニック三鷹	下連雀3-15-18 KAISER三鷹フロント4階	44-5660
平嶺内科医院	下連雀3-24-7 平嶺ビル1階	43-2838
片平内科クリニック	下連雀3-27-12 4階	79-0271
三鷹痛みのクリニック	下連雀3-27-12 コアパレス常葉11 5階	79-2103
三鷹レディースクリニック	下連雀3-31-4 ライオンズマンション三鷹第8 1階	70-1150
みたか中村脳神経外科クリニック	下連雀3-34-15 アトラス三鷹レジデンス202	40-5070
みたか南口泌尿器科クリニック	下連雀3-36-1 トリコナ3階	26-8075
三鷹駅前たなか糖尿病・内科クリニック	下連雀3-36-1 トリコナ3階	26-7776
三木クリニック	下連雀3-37-8 KMビル101	71-7001
みたかヘルスケアクリニック	下連雀3-38-4 三鷹産業プラザ5階-B	40-0102
むさし野さいとうクリニック	下連雀3-43-19 グローリオ三鷹1階	70-1071
ぴあ訪問クリニック三鷹	下連雀3-43-21 藤和三鷹ホームズ205	29-8383
サウスポイントMYクリニック	下連雀3-43-23 サウスポイント三鷹2・3階	46-7851
かんの内科	下連雀3-44-17 エルヴェ三鷹203	40-5022
のぞみメモリークリニック	下連雀4-2-8	70-3880
東京国際大塚病院	下連雀4-8-40	47-1000
角田外科消化器科医院	下連雀4-9-1	45-3251
つちや小児科	下連雀4-16-11 ロージュマン白百合1階	40-1488
高松メディカルクリニック	下連雀4-16-12 三鷹第一ビル2階	70-1035
たきがわクリニック	下連雀4-20-15 新生ハイツ1階	41-7777
三鷹病院	下連雀5-1-12	47-0800
今給黎整形外科クリニック	下連雀6-2-16 アトラス吉祥寺 メディカルコート1階	26-5320
くぼかわ内科医院	下連雀6-2-16 メディカルコート吉祥寺	24-7353
173総合内科クリニック	下連雀6-8-50 パークスクエア1階	26-5173
みなみうら生協診療所	下連雀7-1-27 オタリ南浦ビル1階	48-4121
野村病院	下連雀8-3-6	47-4848
三鷹第一クリニック	下連雀8-9-21	46-4141
渡辺こどもクリニック	下連雀9-5-1 泰成マンション1階	41-1550
本田医院	牟礼1-12-10	43-8310
三鷹さくらクリニック	牟礼2-11-5	43-6410
牟礼高山診療所	牟礼4-2-14	70-4976
むれクリニック	牟礼6-4-8	44-1739
横内医院	牟礼6-6-14	43-0910
天神前クリニック	牟礼7-1-24 NDCスクエアビル1階	71-8191
しんかわ医院	牟礼7-5-14 牟礼クリニックモール2階	70-5711

● 井の頭・中原 ●

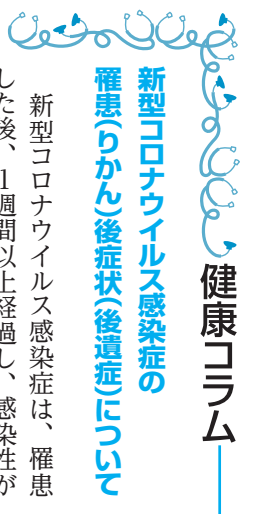
医療機関名	所在地	電話番号
下川整形外科	井の頭1-24-14	43-5933
浜田耳鼻咽喉科	井の頭1-30-13	76-8733
笹本医院	井の頭1-31-22	44-5802
慶真整形外科	井の頭2-1-17 三鷹台メディカルセンター2階	79-7600
松川内科クリニック	井の頭2-1-17 三鷹台メディカルセンター2階	70-5525
牟礼の里駅前クリニック	井の頭2-7-9 栗原ビル1階	40-6054
高水クリニック	井の頭2-14-2	76-1232
石井医院	井の頭2-32-37	44-3090
藤林医院	井の頭3-12-15	43-4322
岡庭医院	井の頭3-21-16	43-8367
若林医院	井の頭4-16-10	43-0526
仙川腎リウマチ・内科クリニック	中原1-28-22	03-5969-9668
所澤クリニック	中原3-1-19	76-6055

● 北野・新川・上連雀 ●

医療機関名	所在地	電話番号
いりえ内科クリニック	北野4-5-30 キューブコート烏山1階	03-5314-3577
三鷹東クリニック	北野4-8-40 1階	03-6909-0565
まさ整形外科	北野4-12-17 きたのメディカルパーク2階	70-6670
ゆうあいクリニック	新川4-25-18	41-6611
新川クリニック	新川5-6-21	43-0123
三鷹あかつきクリニック	新川6-9-11 松ビル1階	29-9505
川越内科クリニック	新川6-25-4 メディカルモールフレッセント101	24-2231
ゆみのハートクリニック三鷹	上連雀2-2-1 ネベル三鷹2階	76-8808
みたか循環器内科	上連雀2-4-8	45-1210
篠原医院	上連雀2-9-5	45-1859
浅野クリニック	上連雀3-5-19	46-5512
高山医院	上連雀4-2-29	43-0700
松崎整形外科医院	上連雀4-3-5 三鷹シティハイツ101	48-3151
三鷹中央病院	上連雀5-23-10	44-6161
うちはら内科クリニック	上連雀7-11-7 1階	40-6180

● 井口・深大寺・野崎・大沢 ●

医療機関名	所在地	電話番号
ヨシコクリニック	井口1-22-24	32-5517
あかいしクリニック	深大寺2-35-29	39-5941
のぞきはちまん前内科	野崎1-22-8 レヴァンティア1階	48-3735
萩原医院	野崎2-11-16	31-1500
むさしの丘ファミリークリニック	野崎3-3-15	30-9988
おかだ耳鼻咽喉科	野崎3-3-15 102	32-2021
野崎医院	野崎3-18-18	31-8373
天文台クリニック	大沢1-17-2	30-7929
奥田医院	大沢4-13-12	32-8151
八幡診療所	大沢5-3-11	31-8092



新型コロナウイルス感染症は、罹患した後、1週間以上経過し、感染性が消失したにもかかわらず、半数以上の方に、罹患してすぐの時期から持続する症状や新たに出現する症状がみられることが注目されています。主な症状として、倦怠(けんたい)感、せき・痰(たん)、息切れ、味覚・嗅覚障害、関節痛・筋肉痛、睡眠障害、記憶障害、集中力低下などがみられます。こうした症状は新型コロナウイルス感染症の罹患後症状(後遺症)と呼ばれています。罹患後症状は年齢や既往症(基礎疾患)、コロナ発症時の重症度にかかわらず、コロナに罹患したすべての方に起こり得るもので、時間の経過とともに、徐々に改善することが多いようですが、数週間から数カ月、ときには1年以上持続することもあるようです。罹患後症状がどうして起きるのか、詳しいメカニズムについてはさまざまな研究が行われていますが、根本的な治療法に結びつくような結論は得られていません。また、罹患前のワクチン接種は、罹患後症状の発症を減少させるという研究が報告されていますが、罹患した後のワクチン接種が罹患後症状の改善に有効かどうかは今のところ不明です。罹患後症状が改善しない場合には、ほかの病気である可能性もありますので、かかりつけ医を受診して相談されることをおすすめします。

新型コロナウイルス感染症は、順調にいけば5月8日から季節性インフルエンザと同じ5類感染症に移行することが決定していますが、ウイルスの感染性が急に変わるわけはありません。メリハリをつけた感染予防は今後も必要ですし、自分自身やご家族を守るためにもこの機会にぜひ、ワクチン接種をご検討ください。

☎ 三鷹市医師会 0422-4712155

桜井浜江記念市民ギャラリー 企画展

福島修子 一私の存在論

問 三鷹市公会堂 ☎0422-29-9868

福島修子は、1965(昭和40)年ごろから50年以上にわたって井の頭自然文化園に通ってました。福島が描く動物たちは、我々のイメージする動物園とは全く違った風景を浮かび上がらせます。60年を超える画業から、後期の代表作9点とスケッチ3点を紹介します。具象に踏みとどまる画家が描く、独自の存在論とも呼び得る作品をご覧ください。



日 5月7日(日)まで

¥ 観覧無料

申 期間中会場へ 《薄暮の空間-2011》2011年

施設情報

◆開館時間 午前10時30分～午後5時30分

◆休館日 月曜日

◆所在地 下連雀3-42-3 1階



《無花果》2018年

花壇ボランティア 養成講座

三鷹を花と緑でいっぱい!

問 NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会 ☎0422-46-2081

公共花壇をプランニングし、維持管理するボランティアを養成する講座です。ガーデニングの知識と技術を楽しく学びます。講座修了後は、市内の花壇ボランティア活動に参加していただきます。

日 5月18日、6月15日、7月20日、9月21日、10月19日、11月2・30日、12月7日、令和6年2月15日、3月7日の木曜日午前10時～午後3時(全10回)

人 全回参加できる方15人

所 北野ハピネスセンター、花と緑の広場(牟礼1-11-26)

講 園芸研究家の香山三紀さん

¥ 2,000円(同協会会員は1,000円)

物 昼食

申 4月28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)、同協会会員は会員番号を「〒181-0012上連雀8-3-10 NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会」・HP <https://hanakyokai.or.jp/>へ(申込多数の場合は抽選)



大沢の里 古民家

季節の草花ガイドツアー

新緑の大沢をめぐる

問 生涯学習課 ☎0422-29-9862

ユリやショウブ、スイレン、ノアザミなど農家の庭先にあった在来の草花を、季節ごとに紹介するガイドツアーです。新緑の大沢の里のさらなる見どころを紹介します。

日 5月13日(土)午前10時30分～正午

人 15人

所 同施設周辺

講 季節の草花ボランティアの皆さん

¥ 入館料200円(中学生以下は無料)

申 4月17日(月)午前9時から同課 ☎0422-29-9862・✉shogai@city.mitaka.lg.jpへ(先着制)



三鷹市

ふれあい援農ボランティア養成講座

問 JA東京むさし三鷹支店指導経済課 ☎0422-46-2152

コースは野菜、花き、果樹の三つで、各コース5人程度のグループで学びます。修了した方は援農ボランティアとして活動できます。

主 市、JA東京むさし、(公財)東京都農林水産振興財団

日 所 6月10日(土)午前10時から開講式。講座は立川近郊で講義(2回)、市内視察研修(1回)、市内の指導農家で実習(10回以上)

人 年間を通してボランティアとして活動できる20歳以上の市民15人

申 5月16日(火)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)・希望コース・性別を「〒181-0004新川6-35-26JA東京むさし三鷹支店」へ(申込多数の場合は抽選)

※ボランティア保険(保険料は市が負担)に加入していただきます。



マチコエ

Machikoe(マチコエ)連載 Vol.7

問 参加と協働推進室 ☎0422-70-4033

オンラインワークショップを開催しました

3月26日、「未来のミタカのまちづくり」をテーマに基本構想の改正に向けたオンラインワークショップを開催し、無作為抽出で選ばれた市民の皆さん39人とマチコエメンバー8人の計47人が参加しました(写真)。



終了後のアンケートでは「オンラインでのワークショップは初めての経験だったが、未来の三鷹についてツールを使って楽しく話すことができた」などの声が寄せられました。ワークショップでのご意見は、基本構想の改正に向けた市での検討や、マチコエの政策提案の議論に活用します。

参加者が考えた “未来のミタカ”

- 誰かのために自分の得意をGIVEできるまち
- 優しさがあふれる楽しいまち
- 常にわくわくできる愛着のあるまち

観光・インバウンドグループではこんなことを検討しています

三鷹にはさまざまな観光資源があるにもかかわらず、市内外にうまく届いていない印象です。三鷹の観光を盛り上げていくためには、これまで以上に情報を発信していくことや市民が誇れる三鷹にすることが必要だと考えています。

◆グループで検討しているアイデアへのご意見をお願いします

右記QRコードからWebアンケートにご回答ください。



第157回太宰治作品朗読会 『花吹雪』(抜粋)

問 太宰治文学サロン ☎0422-26-9150

朗読は俳優の女優鹿仲樹さん(写真)。

日 5月19日(金)午後6時～6時50分

人 20人

申 5月8日(月)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)・参加者氏名(2人まで)を「〒181-0013下連雀3-16-14グランジアルダン三鷹1階太宰治文学サロン」へ(1人1通。申込多数の場合は抽選)



撮影：荒井純一

【社福】三鷹市社会福祉事業団 職員

◆職種 ①介護職、②相談員(①②正職員)、③～⑤保育職(③～⑤パートタイマー)、若干名

◆資格 ①昭和53年4月2日以降生まれの介護福祉士または介護職員初任者・実務者研修修了者、②昭和53年4月2日以降生まれの社会福祉士または介護支援専門員で普通自動車運転免許所持者(AT限定可)、③～⑤保育士(無資格者は応相談)

◆勤務時間 ①4週8休を基本に週平均5日の交代制、②月～金曜日午前8時30分～午後5時15分、③月～金曜日午後4時～6時30分、月曜日午後4時30分～7時30分、木・金曜日午後4時45分～7時45分、④土曜日正午～午後6時、日曜日午前10時～午後2時、⑤月～金曜日午前7時30分～8時45分、午後4時45分～7時

◆勤務場所 ①牟礼老人保健施設はなかいどう、②同事業団が運営する施設など、③三鷹西野保育園、④三鷹駅前保育園、⑤三鷹赤とんぼ保育園

◆報酬 ①月額183,280円～203,664円(資格・経験などによる)、②月額208,208円～226,800円(経験による)、③～⑤時給1,160円～1,563円(資格の有無・時間帯による)

※①夜勤手当あり(1回8,000円)。

※①②賞与あり(昨年度実績4.55カ月。採用1年目は異なる)。

◆採用予定日 随時
※申し込み方法など、詳しくは同事業団ホームページHP <https://www.mitaka.or.jp/>へ。

☎同事業団 ☎44-5211



総合オンブズマン相談(5月)

☎11・18日=片桐朝美さん(杏林大学教授)、25日=中村一郎さん(弁護士)、いずれも木曜日午後1時30分～4時30分
☎相談・情報課(市役所2階)
☎☎同課 ☎44-6600へ

権利擁護センターみたかの専門相談

☎①司法書士による成年後見制度の相談=毎月第2金曜日、②弁護士による権利擁護・遺言・相続などの相談=毎月第3金曜日、いずれも午後1時～4時(相談時間は50分)

※8月は①②とも1週繰り下げ。

☎福祉センター

☎☎権利擁護センターみたか ☎46-1203へ

休日・夜間・緊急時の診療はこちらへ

☎健康推進課 ☎0422-24-8050

三鷹市休日・夜間 診療所・薬局(新川6-35-28)

Table with 4 columns: Facility Name, Phone Number, Days, and Hours. Includes 休日診療所(内科・小児科), 小児初期救急平日準夜間診療所, 休日歯科応急診療所, and 休日薬局.

発熱がある方は事前にお電話ください(休日歯科応急診療所は熱の有無にかかわらず要連絡)。また、必ず健康保険証などをお持ちください。なお、診療可能な患者数に限りがあるため、やむを得ず緊急度の高い方を優先する場合があります。

その他の医療機関案内(24時間)

◆三鷹消防署 ☎0422-47-0119

◆東京消防庁救急相談センター

☎ #7119(プッシュ回線短縮ダイヤル) ☎042-521-2323(多摩地区)

◆東京都医療機関案内サービス(ひまわり) ☎03-5272-0303

市内救急指定病院

◆杏林大学医学部附属病院(新川6-20-2) ☎0422-47-5511

◆野村病院(下連雀8-3-6) ☎0422-47-4848

◆三鷹中央病院(上連雀5-23-10) ☎0422-44-6161

※「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(材料代・教材費など)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(不定期掲載)

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。

☎HP <https://www.city.mitaka.lg.jp/>または ☎76-2490へ ☎広報メディア課 ☎29-9037

※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。

5月21日発行号

原稿締切日 4月24日(月)

6月4日発行号

原稿締切日 5月11日(木)

いずれも午後5時まで

催し

しんなか・男のサロン

☎4月17日(月)午後1時30分～3時 ☎新川宿地区公会堂 ☎当日会場へ ☎なりきよ ☎080-1362-5359

歌声サロン中原

☎4月18日(火)午後1時～4時 ☎新川中原コミュニティセンター ☎当日会場へ ☎金子 ☎49-8899

元気ひろば おれんじの催し

☎①ホントにはじめてのピラティス=4月19日(水)午前10時～11時、②羊毛フェルト=24日(月)午前10時～11時30分 ☎同会(中原3-1-65) ☎1,000円、②1,800円 ☎☎同会 ☎76-5940

「ザック paran に話そう会」お一人暮らしの方大歓迎

☎21世紀はあなたが主役 ☎4月19日(水)午後1時～4時30分 ☎女性交流室(下連雀3-30-12中央通りタウンプラザ) ☎500円(茶菓代を含む) ☎☎モリ ☎090-8625-2063・☎47-5033

放課後くらぶ一英語の本と仲良くなろう なたでも歓迎!

☎ローカルキャリアフューチャー ☎4月21日(金)午後3時～5時 ☎みたかスペースあい(下連雀3-28-20) ☎当日会場へ ☎みんぶた ☎careerfuture2018@gmail.com

借地借家人のための法律セミナー

☎東京多摩借地借家人組合 ☎4月22日(土)午後1時30分～4時 ☎三鷹市公会堂さんさん館 ☎当日会場へ ☎同組合(細谷) ☎042-526-1094

第44回三鷹書人の会書展

☎4月25日(火)～30日(日)午前10時～午後5時30分(25日は午後2時から、30日は4時30分

まで) ☎三鷹市美術ギャラリー ☎期間中会場へ ☎山口文林堂 ☎49-7770・☎49-7775

サロンきっかけ「おしゃべり会」

☎活躍きっかけ隊 ☎4月27日(木)午前10時～11時45分 ☎三鷹市公会堂さんさん館 ☎100円 ☎当日会場へ ☎小笠原 ☎42-0935

ガレージセール

☎(社福)巣立ち会 巣立ち工房 ☎4月27日(木)午後1時30分～3時 ☎同工房(下連雀4-17-6ミタカサンライズマンション102) ☎当日会場へ ☎同法人 ☎☎24-7739

絵本のおしゃべり広場一よみかせ、うた、ブックトークも行います

☎とまりぎ舎 ☎4月28日(金)午前10時30分～11時15分 ☎0～3歳のお子さんと保護者 ☎みたかスペースあい(下連雀3-28-20) ☎☎同会 ☎tomarigi.ehon@gmail.com・☎HP https://note.com/tomari_gi/

皆さんで楽しく歌いましょう(要予約)

☎三鷹一日うたごえ ☎4月29日(土・祝)午後1時30分～4時30分 ☎三鷹市公会堂さんさん館 ☎1,000円 ☎☎藤井 ☎48-4688

大切な人を失った方に贈る自作絵本の読み聞かせ

☎自分らしく幸せに生きるためのマインドフルネス ☎4月29日(土・祝)午後5時30分～7時 ☎下連雀コミュニティセンター ☎500円 ☎☎渡辺 ☎090-2525-1089・☎ takutuka5@gmail.com

大人向けペーパーライダー工作教室

☎ハッピーグランパ倶楽部 ☎5月6日(土)午後1時30分～3時 ☎5人 ☎みたかボランティアセンター ☎はさみ ☎☎青井 ☎090-3682-8967(先着制)

40代からの知って得する!管理栄養士の食生活講座「脱高値!悪玉(LDL)コレステロールを下げる食事」

☎食のくらす ☎5月12日(金)午前10時～11時30分 ☎元気ひろば おれんじ(中原3-1-65) ☎2,000円 ☎☎元気ひろば おれんじ ☎76-5940・☎ genkiorange@azuma-group.co.jp

審判講習会

☎三鷹市家庭婦人バレーボール連盟 ☎5月14日(日)午前9時～午後5時 ☎市内の家庭婦人で記録受講を希望する方 ☎SUBARU 総合スポーツセンター ☎300円 ☎☎4月24日(月)までに志藤 ☎042-338-3750

年金額改正と年金繰上げ・繰下げ解説

☎くらしのお金を学ぶ会 ☎5月14日(日)午前10時～11時30分 ☎生涯学習センター ☎200円 ☎☎5月12日(金)までに伊達 ☎050-3570-1357・☎ kurashi.okane.mtk@gmail.com

地域×子育て一高祖常子さんによる「感情的にならない子育て」

☎任意団体ゆでたまご ☎5月21日(日)午後2時～3時30分 ☎40人 ☎市民協働センター ☎500円 ☎☎同法人 ☎yudetamago.ibento@gmail.com(先着制)

会員募集

マミーズ(バドミントン、年齢・性別・経験問わず)

☎水曜日正午～午後3時 ☎SUBARU 総合スポーツセンター ☎月額2,000円 ☎☎大山 ☎☎48-2457

コカリナほんわか木の精(見学可、貸しコカリナあり)

☎第1・3火曜日午後3時～4時30分 ☎東野地区公会堂 ☎月額2,000円(初回は無料) ☎☎下山 ☎090-6565-4928

3B体操(ストレッチ、筋トレなど健康体操)

☎水曜日午前10時15分～11時45分 ☎三鷹駅前コミュニティセンター ☎入会金1,000円、月額3,000円 ☎☎桑原 ☎090-3512-1540・☎042-587-6338

井口少年少女空手道育成会(年長児から)

☎月3回、日曜日午前10時～10時50分(5月は体験月) ☎井口小またはSUBARU 総合スポーツセンター ☎月額2,300円 ☎☎寺本 ☎080-6544-0237

すみれ(50歳以上の女性コーラス)

☎第2・4月曜日午前10時15分～午後0時15分、月1回日曜日午後(日曜日のみの参加可) ☎牟礼コミュニティセンター ☎月額3,000円 ☎☎宗仲(むねなか) ☎080-5000-4200・☎47-4492

女声合唱 なごみ

☎第1・3木曜日午後1時30分～3時30分 ☎牟礼コミュニティセンター ☎入会金1,000円、月額3,500円 ☎☎脇田 ☎☎71-6233

伝言板

ICUオルガン演奏会(奏者:千田寧子)

☎ICU宗教音楽センター ☎5月13日(土)午後3時から ☎同大学礼拝堂 ☎2,000円 ☎☎同センター ☎HP <https://office.icu.ac.jp/smc/>(当日参加可。未就学児は入場不可) ☎☎同センター ☎33-3330

市民公開フォーラム「消化器がん医療の最前線」

☎杏林医学会 ☎5月27日(土)午後1時55分～4時 ☎杏林大学病院大学院講堂 ☎同会ホームページ ☎HP <https://www.kyorin-u.ac.jp/univ/user/kyorinims/>または申し込みフォーム ☎HP <https://forms.office.com/r/7M24qiPdYR> ☎☎同会 ☎47-5511(内線3314)

講座

パソコン教室

☎三鷹市シルバー人材センター
 ①初めてのパソコン=5月の月・金曜日午後1時～3時または水曜日午前10時～正午、②ワード・エクセル・パワーポイントのいずれか=5月の月・金曜日午後1時～3時または金曜日午後3時30分～5時30分、③基礎教室=5月8日～7月の月・水・金曜日午前10時～正午または月・金曜日午後1時～3時(希望の曜日・時間帯を選択。①②全4回、③月4回)
 ¥①②8,000円、③15,000円
 ④4月21日(金)までに往復はがきで必要事項(11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

介護予防講座

「ソーラーボール体操体験会」

☎三鷹市社会福祉協議会
 ⑤5月10～24日の水曜日午後1時～2時30分(全3回)
 ⑥15人
 ⑦福祉センター
 ¥1,000円(社協会員は500円)
 ⑧4月28日(金)までに直接またはファクスで同協議会(元気創造プラザ3階) FAX 49-8437へ(申込多数の場合は抽選)
 ☎同協議会☎46-1108

初心者向け Zoom 講習会 (パソコン向け)

☎①初級編=5月18日、②中級編=25日、いずれも木曜日午前10時～正午
 ⑧①Zoom初心者、②Zoom会議の主催方法を学びたい方、各日6人
 ⑨マチコエ(下連雀3-33-3)
 ⑩パソコン、マイク付きイヤホン
 ⑪5月11日(休)までに申し込みフォーム(右記QRコード)へ(先着制)
 ☎参加と協働推進室☎70-4033



市民講師養成コース 「市民講師としての話し方やコミュニケーションを学ぶ」

「伝わる話し方とコミュニケーション」や「講座の計画の立て方」などを学びます。
 ⑫5月24日～6月28日の水曜日午後2時～4時(全6回)
 ⑬在学・在勤を含む16歳以上の市民12人
 ⑭生涯学習センター
 ⑮元NHKアナウンサーの牛窪万里子さん、石井麻由子さん
 ⑯5月1日(月)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)、市民講師として活動を希望する方は具体的な活動内容を「〒181-0004新川6-37-1生涯学習センター」、または元気創造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

合は市民講師として活動を希望する方を優先して抽選)
 ☎同センター☎49-2521

センサーで体力テスト! 体力アップチャレンジ講座

自宅ですることができる効果的な運動や食事について学びます。
 ⑰5月29日、6月26日の月曜日午後1時30分～3時30分(全2回)
 ⑱60代の市民で全回参加できる方
 ⑲総合保健センター
 ⑳④4月17日(月)から同センター☎24-8207または申し込みフォーム(右記QRコード)へ
 ㉑子どもと絵本ボランティア講座(保育) 絵本の紹介や読み聞かせ実技、わらべうた・パネルシアターなどの活用を学び、おはなし会の企画と実習を通して、地域での活動につなげていきます。
 ㉒6～11月の金曜日午前10時15分～午後0時15分(全9回。別途、夏休みと10～11月に自主練習や実習などを実施予定)
 ㉓20人、保育(1歳以上)8人
 ㉔三鷹駅前コミュニティセンター
 ※保育希望者は、5月26日(金)午前10時15分からオリエンテーションを実施。
 ㉕4月19日(水)午前10時から申込用紙(星と森と絵本の家ホームページ HP https://www.city.mitaka.lg.jp/ehon/ で入手)を直接またはファクス、電子メールで星と森と絵本の家 FAX 39-3402・✉ ehonnoie@city.mitaka.lg.jpへ(先着制)
 ☎同施設☎39-3401



仕事・求人

多様な働き方セミナー

⑳4月21日(金)午後2時～4時
 ㉑おおむね55歳以上で求職活動中の方40人
 ㉒市民協働センター
 ㉓1級キャリアコンサルティング技能士の中里紀子さん
 ㉔雇用保険受給者は受給資格者証
 ㉕⑥必要事項(11面参照)をわくわくサポート三鷹☎45-8645・FAX 45-8646・✉ wakuwaku@mitaka.ne.jpへ(先着制)

起業・創業セミナー 「趣味や特技を活かして収入にしていける方法」

㉖4月26日(水)午後3時～4時30分
 ㉗①オンライン=20人、②会場=10人
 ㉘①オンライン会議アプリ「Zoom」、②三鷹産業プラザ
 ㉙SOHO CITYみたかフォーラム理事長の河瀬謙一さん
 ㉚申し込みフォーム(右記QRコード)へ(先着制)
 ㉛(株)まちづくり三鷹☎40-9669



(社)三鷹市社会福祉協議会 訪問介護事業所職員

◆職種 ①登録ホームヘルパー、②視覚障害ガイドヘルパー
 ◆職務内容 ①市内の訪問介護業務、②視覚障がい者の外出支援業務
 ◆資格 ①介護福祉士、介護職員初任者・実務者研修修了者(ホームヘルパー2級以上)、②同行援護従業者一般課程修了者
 ◆勤務時間 ①午前8時～午後6時の間で応相談(週1回以上できる方、土・日曜日、祝日勤務できる方歓迎)
 ◆報酬(時給) ①生活援助=1,310円～、身体介護=1,900円～(勤務実績に応じて昇給あり)、②1,250円
 ※移動手当、会議手当、研修手当などの支給あり。
 ㉜☎電話連絡のうえ、4月17日(月)から履歴書(写真貼付)・資格証を同協議会(元気創造プラザ3階)☎79-3509へ

募集

三鷹市シルバー人材センター 入会説明会

健康のために何か始めたい方など、お気軽にご参加ください。
 ⑰5月10日(水)・23日(火)午前10時～正午
 ⑱健康で働く意欲のあるおおむね60歳以上の市民
 ⑲同センター
 ⑳☎同センター☎48-6721・HP https://www.mitaka-sc.or.jp/へ

Twitterのフォローはこちらから

- 三鷹市市長室 @hisho_mitaka
- 三鷹市立図書館 @lib_mitaka
- 三鷹まるごと博物館 @MitakaEcoMuseum
- タッタカくん!スポーツニュース @tattaka_mitaka
- 星と森と絵本の家 @Mitaka_ehonnoie
- Machikoe(マチコエ) @machikoe_mitaka
- 東多世代交流センター @Mitaka_higaji
- 西多世代交流センター @Mitaka_nishiji

令和4年 市内地区別 刑法犯認知件数

☎安全安心課☎0422-45-1116

出典：三鷹警察署

昨年の市内の刑法犯認知件数は、一昨年より26件減少した621件で、市に残る統計の最少件数を更新しました。「振り込め詐欺」をはじめとする特殊詐欺の認知件数は21件減少し、被害総額も約9,650万円減少した約6,460万円となりました。しかし、犯行の手口は年々巧妙化しているため、引き続き注意が必要です。

安全で安心して暮らすことができるまちを目指し、一人ひとりが「自分たちのまちは自分たちで守る」という防犯意識を持って、できる範囲で自主的な防犯活動や防犯対策へのご協力をお願いします。

犯罪発生地区	総件数	凶悪犯(※1)	侵入窃盗	ひったくり	特殊詐欺(※2)	子どもに対する犯罪(※3)	自動車盗	自転車盗	その他(※4)
下連雀	185	2	3	0	7	0	0	70	103
牟礼	44	1	1	0	7	0	1	11	23
井の頭	33	1	3	0	4	0	0	9	16
中原	34	0	0	0	5	0	0	10	19
北野	15	0	1	0	1	0	0	4	9
新川	72	1	4	0	3	0	0	18	46
上連雀	78	0	2	0	4	0	0	33	39
井口	37	0	2	0	4	0	0	16	15
深大寺	18	2	0	0	1	0	0	2	13
野崎	58	0	0	0	3	0	0	12	43
大沢	36	0	0	0	2	0	0	20	14
不明等(※5)	11	0	1	0	0	0	0	0	10
総計	621	7	17	0	41	0	1	205	350

※1 殺人・強盗・放火など ※2 オレオレ詐欺・架空請求詐欺・還付金詐欺など
 ※3 小学生以下を対象 ※4 記載の犯罪以外で、粗暴犯、器物損壊、オートバイ盗、置き引き、万引き、車上狙いなど
 ※5 発生地が三鷹市以外のもの、三鷹市で発生したが地区が不明のものなど

人おむね55歳以上の市民でiPad初心者または未経験者10人
所市民協働センター
申4月17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)
三鷹駅周辺・シニアまると相談サロン
日5月11日(休)午後2時～3時30分
所三鷹駅前コミュニティセンター
申当日会場へ
問三鷹駅周辺地域包括支援センター ☎76-4500

障がいのある方

三鷹市心身障がい者福祉手当を振り込みます
 令和4年12月～5年3月分の一般障がい手当・特別障がい手当・特定疾患手当を、4月25日(火)に受給資格認定済みの方の指定預金口座に振り込みます。
問障がい者支援課 ☎29-9234
ペアレント・メンター相談会
 お子さんの発達に気になる保護者の皆さんを対象に、発達障がい児(者)の子育てをしてきた保護者(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=5月11日(休)・24日(休)、6月8日(休)、7月13日(休)・26日(休)、8月3日(休)、9月14日(休)・27日(休)、10月12日(休)、11月9日(休)・22日(休)、12月7日(休)、令和6年1月18日(休)、2月8日(休)・21日(休)、3月7日(休)、いずれも午前10時から、11時から、②グループ相談会(交流会)=6月21日、8月30日、10月25日、12月20日、6年1月31日、3月13日の水曜日午前10時～正午
人②各回8人
所三鷹市公会堂さんさん館
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 ☎76-2720・✉marble.soudan@gmail.comへ(先着制)
問障がい者支援課 ☎29-8267

催し

介護者ひろば
日5月11日=元気ひろばおれんじ(中原3-1-65)、18日=高齢者センターけやき苑(深大寺2-29-13)、いずれも木曜日午後1時30分～3時30分
人介護者、介護経験者
申当日会場へ
問三鷹市社会福祉協議会 ☎79-3505

スポーツ

6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
申5月7日(日)～13日(土)に各コミュニティセンターへ
問スポーツ推進課 ☎29-9863
設立35周年記念ダンスの集い
日三鷹市ダンススポーツ連盟
日4月30日(日)午後2時～5時
人社交ダンス愛好家の市民100人
所SUBARU総合スポーツセンター
料¥600円
物ダンスシューズ(女性は新品の革製ヒールカバー付き)
申当日会場へ
問同連盟 ☎080-8289-1173
少林寺拳法初心者教室
日三鷹市少林寺拳法連盟
日5月6～27日の毎週土曜日①午後4時～5時、②6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・HP https://mitakarenmei.jimdo.free.com/
太極拳初心者講習会
日三鷹市武術太極拳連盟
日①5月10日(休)午後1時～2時30分、②

12日(金)午後6時～7時30分、③17日(休)午後1時30分～3時、④17日(休)午後7時～8時30分、⑤19日(金)午後7時～8時30分、⑥20日(土)午後1時～2時30分
人在学・在勤を含む市民
所①④～⑥三鷹駅前コミュニティセンター、②下連雀南浦地区公会堂、③井口コミュニティセンター
物室内履き
申当日会場へ
問同連盟 ☎090-2401-9483(日中のみ)
フットサル ONE DAY マッチ 壮年&女子大会
日三鷹市サッカー協会
日5月13日(土)正午～午後3時
人在学・在勤を含む市民で構成されたチームまたは個人(男性40歳以上、女性15歳以上、中学生不可)、4チーム(1チーム5人以上)
所SUBARU総合スポーツセンター
料チーム2,000円、個人500円
物室内履き(靴底がアメ色、白色、無色)、レガース
申同協会ホームページ HP https://mitakafa.jp/へ(先着制)
サンボ体験会・講習会
日三鷹市サンボ連盟
日5月13～27日の土曜日、初心者体験会(小学生以下)=午後4時～5時、初心者体験会(小学校高学年以上)=6時～7時、経験者講習会(小学校高学年以上)=7時～9時
人在園・在学・在勤を含む市民(幼児は保護者同伴)
所SUBARU総合スポーツセンター
申当日会場へ
問同連盟 ☎090-8857-5911・✉mitaka.sambo@gmail.com
三鷹市バドミントン協会 2023年度前期団体戦
日①女子=5月14日、②男子=28日、いずれも日曜日午前9時～午後6時
人在学・在勤を含む高校生以上の市民または同協会登録選手で構成された男女各6チーム(①6～10人、②5～10人のチーム)
所SUBARU総合スポーツセンター
料1チーム5,000円(同協会登録チーム

は2,500円)
物ラケット、室内履き、シャトル
申4月21日(金)までに必要事項(11面参照)を同協会 ✉mtkbd.taikai@gmail.comへ(先着制)
親子deキックボクシング体験会
日(一社)スカイリミットスポーツ三鷹
日5月14日(日)①午前10時30分～11時30分、②午後1時30分～2時30分
人①小学生の親子、②中学生の親子、各12組(いずれも初心者)
所SUBARU総合スポーツセンター
申同法人ホームページ HP https://sky.limit-sports.com/へ(先着制)
問同法人 ☎080-9042-0505
剣道の講習会・教室
日三鷹市剣道連盟、②～④東京都、(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会
日①一般講習会=5月21・28日の日曜日午前9時30分～11時30分、②ジュニア教室=5月21日午後1時～5時、③指導者剣道形講習会=5月21日、6月18日、7月16日の日曜日午後6時～8時30分、④審判講習会=5月28日午後1時30分～5時
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50人、③④在学・在勤を含む有段者の市民(③は各日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
申必要事項(11面参照)を三鷹市剣道連盟 ☎090-3803-3638・✉rsj02547@nifty.comへ(先着制)
中学生ソフトテニス強化大会(夏季)
日東京都、(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会、三鷹市ソフトテニス連盟
日6月11日(日)午前8時30分～午後5時(小雨決行。予備日7月2日(日))
人審判もできる市内の中学生100人
所大沢総合グラウンド
物軟式ラケット、テニスシューズ、帽子、タオル
申5月31日(休)(必着)までに必要事項(11面参照)を同連盟 ✉info@mtksta.comへ(先着制)
問同連盟 ☎090-2191-4530

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・FAX0422-40-0314
 ✉info@mitaka-univ.jp・HP https://www.mitaka-univ.org/ ※一部の講座ではマスクの着用を推奨しています。
 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

杏林大学公開講演会
「ヘミングウェイの短編を英語で味わう」【オンライン講座】
日5月13日(土)午前11時～午後0時10分 **人**90人
講杏林大学外国語学部教授の倉林秀男さん
申三鷹ネットワーク大学ホームページへ(先着制)

サイエンスフロントMITAKA—最先端科学を楽しむ
「原爆投下における米国研究者の憂いと屈折」【オンライン同時開催】
日5月13日(土)午後2時～3時30分
人所①同大学=40人、②オンライン=90人
講J-PARC初代センター長の永宮正治さん
申②同大学ホームページへ(先着制)

人生100年時代を考える「変化の激しい社会の中で—ストレスフリーで上手に乗り切るストレスマネジメントを考える」
日5月17日(水)午後3時～4時30分 **人**20人
講キャリアコンサルタントの松倉壮典さん

サイエンスカフェみたか
「分子育種技術で花の色や形を自由にデザインする」【オンライン講座】
日5月25日(木)午後7時～8時30分 **人**20人

講京都府立大学大学院植物育種学研究室准教授の大坪憲弘さん
料¥500円 **申**三鷹ネットワーク大学ホームページへ(先着制)

インタラクティブ・フォーカシング5月
—共感力を高めるカウンセリング技法
日5月26日(金)午前10時～正午 **人**18人
講和洋女子大学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

大人のための音読講座
「三鷹ゆかりの作家・作品たち—小山清『犬の生活』(その3)」
日5月27日(土)午前10時～正午 **人**12人
講朗読家の原きよさん **料**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
日5月28日(日)午後1時～3時10分 **人**10人 **料**¥1,000円
申5月17日(水)午後9時まで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)



国民健康保険の高額療養費の支給

1カ月の医療費の自己負担額の合計が自己負担限度額を超えた場合は、超過額を申請により支給します。

◆高額療養費の計算の仕組み

①70歳未満の方は、同じ方が、同じ月に、同じ医療機関に21,000円以上支払った自己負担額を世帯単位で合計し、限度額を超えた分を払い戻します。

②70歳以上の方は、すべての自己負担額から限度額を超えた分を払い戻します。自己負担限度額は、世帯の所得により異なります。

※高額療養費が多数回該当した場合や入院した場合などは、限度額が変わることがあります。

③要件に該当する場合、医療を受けてからおよそ3カ月後に世帯主宛てに送付する申請書に記入し、直接または郵送で「〒181-8555保険課」(市役所1階9番窓口)、または市政窓口へ

☎同課☎29-9215

国民健康保険の高額療養費の支給申請手続きの簡素化(自動振込)が始まります

これまで月ごとに必要だった申請書の提出が、申し出により不要となり、登録された金融機関口座に自動的に振り込まれます。対象は、令和5年5月以降に発送する申請書です。

◆申し出方法 支給申請簡素化希望申出用の申請書のチェック欄・口座情報などを記入して提出(初回申請)してください。登録できる口座は、原則として世帯主の口座です。

☎保険課☎29-9215

国民年金の学生納付特例申請受付

国民年金保険料(月額16,520円)の学生納付特例申請を受け付けています。申請時点の2年1カ月前までの未納期間についても申請できます。

☎基礎年金番号が分かるもの(持っている)

ない場合は本人確認ができるもの)、在学期間が分かる学生証(コピー可)または在学証明書、市民課(市役所1階3番窓口)または市政窓口へ

☎同課☎29-9190、武蔵野年金事務所☎56-1411



児童扶養手当・特別児童扶養手当を受給している方へ

4月分からの手当額を変更しました。

◆児童扶養手当の支給額(月額)

第1子: 44,140円~10,410円
第2子加算額: 10,420円~5,210円
第3子加算額: 6,250円~3,130円
※3~4月分は5月に支給します。

◆特別児童扶養手当の支給額(月額)

1級: 53,700円、2級: 35,760円
※4~7月分は8月にまとめて支給します。

☎子育て支援課☎29-9675

子育ての不安・悩みは子ども家庭支援センターりぼんへ

18歳までのお子さんの子育てに関するあらゆる相談に対応し、問題解決に向けて具体的な支援を行います。

☎同センター(教育センター2階)☎40-5925(平日午前8時30分~午後5時)

あかちゃんであえとしゃかんにここにこ

3歳くらいまでのお子さんと楽しめる絵本約300冊と、図書館で人気の育児書を用意してお待ちしています。

☎4月26日(水)午前10時~11時20分(偶数月第4水曜日に定期開催)

☎すくすくひろば

☎あれば市立図書館利用カード

☎当日会場へ

☎三鷹図書館(本館)☎43-9151

すくすくひろばの催し

◆年齢あそびまじよ(5月)

☎①ひよこぐみ=9日(火)、②うさぎぐみ「音であそぼう」=12日(金)、③ぞうぐみ「からだを動かしてあそぼう」=19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4年4月2日~7月生まれのお子さんと保護者、②3年4月2日~9月生まれのお子さんと保護者、③2年4月2日~3年4月1日生まれのお子さんと保護者各8組

☎①4月25日(火)、②28日(金)、③5月1日(月)午前10時から直接または電話で同ひろば☎45-7710へ(いずれも先着制)

◆育児講座 ベビーマッサージ

☎5月11日(木)①午前10時15分~11時30分、②午後1時45分~3時

☎市内在住の初めて受講する①令和4年8~11月生まれのお子さんと母親、②4年12月以降生まれのお子さんと母親各8組

☎三鷹市助産師会の皆さん

☎バスタオル、おむつ、着替え

☎4月27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)

◆井の頭コミュニティセンターDEすくすくひろば

☎5月18日(水)午前10時30分~正午

☎市内在住の年少までのお子さんと保護者

☎井の頭コミュニティセンター

☎当日会場へ

◆育児講座 親子体操

☎5月27日(土)午前10時30分~11時30分

☎市内在住の1歳6カ月~2歳のお子さん

☎と保護者12組

☎乳幼児親子体操指導者講習会講師の西山里美さん

☎バスタオル

☎4月26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)

☎同ひろば☎45-7710

あそびとおしゃべりの会(5月)

☎所 牟礼コミュニティセンター=10・17日、井の頭コミュニティセンター・井口コミュニティセンター=10・24日、新川中原コミュニティセンター・大沢コミュニティセンター=17・24日、いずれも水曜日午前10時30分~正午

☎市内在住の年少までのお子さんと保護者

☎当日会場へ

☎すくすくひろば☎45-7710

ふたごの親の交流会 保育

☎5月16日(火)午前10時~11時30分

☎市内在住の就学前の双子・三つ子の保護者16人、保育(未就学児)18人

☎所 総合保健センター

☎☎直接または電話で健康推進課(元気創造プラザ2階)☎46-3254へ

東多世代交流センター キッズダンスクラブ

☎5月18日~令和6年3月7日の木曜日午後4時~5時(月3回程度)

☎小学3~6年生20人

☎ダンス講師のTAKAKOさん

☎☎直接または電話で同センター☎44-2150へ(先着制)

長崎「親子記者」の参加者募集

親子で8月9日(水)の長崎平和祈念式典への参加や被爆者への取材を行い、『おやこ記者新聞』を発行します。

☎日本非核宣言自治体協議会

☎8月8日(火)~11日(金・祝)(3泊4日)

☎市内在住の小学4~6年生と保護者、全国から9組18人

☎三鷹駅から長崎市までの往復交通費、宿泊代(朝食付)、旅行保険代は主催者が負担。

☎上記以外の食費、個人的な経費などは自己負担。

☎取材に用いる道具(カメラなど)

☎5月17日(水)(必着)までに、申込書(同協議会ホームページで入手)を「〒852-8117長崎市平野町7-8長崎市平和推進課内日本非核宣言自治体協議会事務局」・☎info@nucfreejapan.comへ(1組1通。申込多数の場合は抽選)

☎☎同協議会☎095-844-9923・☎HP http://www.nucfreejapan.com/



みんなでつながる「老い支度」

☎4月18日(火)午前10時~11時30分

☎山中地区公会堂

☎動きやすい服装、タオル、室内履き

☎☎連雀地域包括支援センター☎40-2635へ

高齢者の生活相談室(事前予約)

☎4月21日(金)午後1時~3時

☎介護や認知症について聞いてみたい方、1人暮らしで生活に心配がある方

☎☎連雀コミュニティセンター

☎☎連雀地域包括支援センター☎40-2635へ

三鷹いきいきプラス iPad無料体験会

☎5月8日(月)・11日(木)午前9時30分~11時30分(全2回)

三鷹体操スタッフを派遣!



三鷹体操は三鷹開村100周年(1989年)を記念して作られました。動画はYouTube「三鷹市スポーツと文化公式動画チャンネル」(右記QRコード)で公開しています。シコ踏みや水泳のクロールのしぐさなど、お子さんから高齢者まで楽しみながら運動できます。体操スタッフを派遣できますので、ご希望の方はお問い合わせください。

☎☎スポーツ推進課☎0422-29-9863・☎supotsu@city.mitaka.lg.jpへ

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/

桂宮治 独演会 保育

芸術文化センター 星のホール 5月14日(日) 午後2時開演

チケット発売日(全席指定) 会員=4月16日(日) 一般=4月19日(水)

会員=2,700円 一般=3,000円 高校生以下=1,000円 ※購入は1人2枚まで。

その勢いは誰にも止められない! 観客を魅了する桂宮治の落語をお楽しみください。

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)。



桂宮治

古今亭菊之丞

古今亭文菊 二人会 保育

芸術文化センター 星のホール 7月8日(土) 午後2時開演

チケット発売日(全席指定) 会員=4月16日(日) 一般=4月19日(水)

会員=2,700円 一般=3,000円 高校生以下=1,000円

夏の入り口、高座から吹き込む粋な江戸の風を感じてください。



古今亭菊之丞



古今亭文菊

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。

☎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。

89(骨髄バンク事業について)、同課☎24-8050

市内の空間放射線量測定結果

市では、定点観測地点(3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。4月7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。

☎環境政策課☎29-9612

税金

差し押さえた動産のインターネット公表

差し押さえたクロスバイクや衣類などを官公庁オークションに出品します。詳しくは市ホームページ(右記QRコード)をご覧ください。



◆入札参加申込期間

☎4月18日(火)午後1時~5月9日(火)午後11時

◆出品サイト

KSI官公庁オークションホームページ HP https://kankocho.jp/ ☎納税課☎29-9212

休日納税相談窓口を開設します

☎4月22・29日の土曜日、23・30日の日曜日午前9時~午後4時30分

☎納税課(市役所2階25番窓口)

※当日は窓口での納付や電話相談も受け付けます。

☎三鷹市納税推進センターが電話やSMSで市税のご案内をしています

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☎29-9210

固定資産税・都市計画税の納税通知書を4月26日(水)に発送します

課税明細書は、証明書の申請や令和5年分の所得税確定申告書作成の参考資料としても利用できます。なお、市では、土地・家屋の共有者に対しても、税額を確認していただくための納税通知書を送付しています(共有代表者と同一世帯の場合を除く)。

☎資産税課☎29-9197

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、④公共事業などで、国、地方公共団体または土地開発公社が売買で取得した固定資産(所有権移転登記および引き渡し完了)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)。

☎5月31日(水)までに申請書と必要書類を資産税課(市役所2階28番窓口)へ

☎同課☎29-9197

年内で自動交付機の証明書交付サービスを終了します

☎市民課☎0422-29-8058

市内3カ所に5台設置している自動交付機は、メーカーの機器保守サポート終了などに伴い、12月28日(木)をもって稼働を終了します。

市民カードなどをお持ちの方には5月中旬までに通知を送付します。令和6年1月以降の証明書取得は、窓口や郵送請求、コンビニ交付をご利用ください。

市民の皆さんの環境活動を助成します

☎環境政策課☎0422-29-9612

◆対象事業 構成人員の過半数が市民で市内に活動拠点のある非営利団体が、令和6年3月31日(日)までに実施する次の事業

公害・地球温暖化防止や緑化を進める事業/自然環境の保護に関する事業/環境に関するセミナーや講座、資料作成などの知識の提供に関すること/環境に関する調査、研究

◆助成金額 事業経費の2分の1(1団体1事業、上限100,000円)

☎6年1月15日(月)までに申請書と必要書類を同課(第二庁舎2階)へ(事業実施後でも申請可)

※審査のうえ交付を決定し、予算の範囲内で助成します。

土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

☎5月31日(水)までの午前8時30分~午後5時

☎市内に所在する土地・家屋の固定資産税の納税者

☎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

☎同課☎29-9197

国保・年金

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

適用期間を5月7日(日)まで延長しました。給与などの支払いを受けている方(被用者)が同感染症の療養のために勤務ができなかった期間について傷病手当金を支給します。

◆支給対象日 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(1日の上限額: 30,887円)

(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

※給与の全部または一部を受けられることができる期間は支給しません(給与額が算定額より少ないときは差額を支給)。

◆適用期間 令和2年1月1日~5年5月7日(最長1年6カ月)

☎保険課☎29-9215

国保温泉センター 割引利用券を配布します

☎市の国民健康保険に加入している方

◆利用施設 ①檜原温泉センター「数馬の湯」、②奥多摩温泉「もえぎの湯」、③秋川渓谷「瀬音の湯」、④生涯青春の湯「つるつる温泉」

◆配布場所 保険課(市役所1階9番窓口)、市政窓口

◆割引後の利用料金 大人=①730円、②700円、③800円、④760円、小学生=①290円、②350円、③300円、④280円

☎同課☎29-9215

※有効期限は令和6年3月31日(日)。

犬の登録・狂犬病予防注射はお済みですか

☎環境政策課☎0422-29-9612

生後91日以上は、一生に1度の登録と毎年4~6月の狂犬病予防注射が義務付けられています。予防注射はお近くの動物病院か集合注射会場で必ず受けてください。また、登録は市民課(市役所1階)と各市政窓口で手続きできます。

◆個別注射

お近くの動物病院で接種を受け(料金は病院により異なります)、病院で発行される「狂犬病予防注射済証明書」を、市民課または市政窓口へ提示して「注射済票」(手数料550円)の交付を受けてください。

◆集合注射

¥3,750円(注射済票交付手数料を含む)

☎物市から通知を受け取った方は同封の申請書

☎期間中会場(下表)へ



Table with 3 columns: 実施日, 時間, 会場. Rows include dates like 5月9日(火) and 5月10日(水) with corresponding times and venues like 農業公園 and 新川天神社.

※実施の有無は、当日午前9時に市ホームページに掲載します。
※妊娠、病気などの犬は注射の前に申し出てください。獣医師の判断により、予防注射が受けられないことがあります。

◆狂犬病はとても危険な病気です

狂犬病は発症すると治療がなく、ほぼ100%死に至る恐ろしい病気です。国内では昭和32年以降発生を許していませんが、世界では毎年5万人以上の方が亡くなっており、常に海外からの侵入の脅威にさらされています。

消費者相談窓口から 448

インターネット通販を利用する時は、申込時の最終確認画面のスクリーンショットを保存しておきましょう!

☎消費者相談窓口☎0422-47-9042

相談事例1 「初回500円」というインターネットの広告を見て化粧品を注文したが、2回目以降は商品代金が高額になる定期購入契約だった。2回目以降は解約したい。(40代・女性)

相談事例2 「いつでも解約可能」というインターネット広告を見て、定期購入のサプリメントを注文した。初回のみで解約しようとしたところ、解約するには発送の10日前までに通知が必要などの条件が付いていた。解約したいがどうすればよいか。(70代・男性)

令和4年6月1日から特定商取引法が改正され、インターネット通販では、申し込みの最終確認画面に、契約に必要な情報を簡単に確認できるよう記載することが、事業者にも義務付けられました。

インターネット通販は、申込時の最終確認画面に記載されている条件によって契約が成立します。しかし、相談事例のようなうたい文句のほか「お得!」「1回目は90%オフ」などの広告を見て、商品を購入した消費者が、希望とは異なる契約を結んでしまい、トラブルになるケースが多くみられます。

インターネット通販を利用する際には、広告や最終確認画面のスクリーンショット(表示されている画面を画像データとして保存すること)を撮ることを習慣にしましょう。申込時の最終確認画面の画像データがパソコンやスマートフォンなどに保存されていれば、契約時の条件が確認でき、不当な契約は後からでも取り消すこともできます。また、広告の内容が原因で消費者が誤って認識した場合でも、画像が残っていれば契約を取り消すことができる場合があります。不安や疑問を感じたら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。

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)

Poki 4コマまんが コンテスト



◆一般部門(入選)
大野皆実さん「花火」



※同コンテストホームページ(右記QRコード)で入賞作品を公開中。



ムページに掲載予定)

健康推進課 ☎24-8050

マイナンバーカードの電子証明書等業務の一時停止

地方公共団体システム機構(J-LIS)による公的個人認証システムの更改造業のため、5月1日(月)・2日(火)・6日(土)は下記の業務の手続きができません。

◆手続きができない業務 電子証明書の発行・更新・失効、暗証番号のロック解除・再設定、一時停止解除
※マイナンバーカードの交付は行いますが、電子証明書の手続きが含まれる場合は、当日中に交付できないことがあります。
※マイナポイントの申し込みを行う場合、電子証明書の有効期間切れや暗証番号忘れにご注意ください。停止期間中は、電子証明書の発行や暗証番号の初期化はできません。

マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178

マイナポイントの申請期限が9月末に延長されました

2月末までにマイナンバーカードを申請した方を対象に、最大2万円分のマイナポイントが付与されます。申請後、カードを受け取っていない方は、三鷹市マイナンバーカードセンターで受け取ってください。

同センター ☎40-0311

用途地域等の一括変更など(原案)に係る説明会と意見募集

職員が個別に説明します。変更内容など、詳しくは市ホームページ(右記QRコード)をご覧ください。



◆説明会(オープンハウス型)

5月12日(金)午前9時～午後7時

市役所第二庁舎

当日会場へ

◆意見書の提出

5月1日(月)～14日(日)(消印有効)に必要な事項(11面参照)・意見書を直接または郵送、ファクス、電子メールで「〒181-8555都市計画課」(市役所5階54番窓口)・FAX 46-4745・toshikeikaku@city.mitaka.lg.jpへ

同課 ☎29-9701

『東八道路沿道における景観ガイドライン』を策定しました

ガイドラインの全文は、市ホームページ(右記QRコード)、都市計画課(市役所5階)で閲覧できます。

同課 ☎29-9701

はがきのリサイクルにご協力ありがとうございました

今回は約1,100kg(はがき394,859枚分)を回収し、製紙工場で再生紙などにリサイクルされました。

ごみ対策課 ☎29-9613



デジ活サポートサロンをご利用ください

スマートフォン・タブレットの基本操作や利用方法について、相談員がサポートします。

水曜日午後1時～5時

所 Machikoe(マチコエ) (下連雀3-33-3 駐輪場はありません)

当日会場へ

参加と協働推進室 ☎70-4033・sankatokyodo@city.mitaka.lg.jp

※事前予約可。氏名(ふりがな)・希望日時・相談内容・持参する機器の種類を同推進室へ。

市民活動ふらっとサロンを開設しています

ボランティア活動や地域活動に興味がある方、参加したいという方を対象に、市内で活動する団体・NPO法人の紹介や相談など、参加のためのサポートを行います。

毎月第3金曜日午後3時～7時

所 Machikoe(マチコエ) (下連雀3-33-3 駐輪場はありません)

当日会場へ

参加と協働推進室 ☎70-4033・sankatokyodo@city.mitaka.lg.jp

三鷹市優良農地育成事業

農業施設・設備の導入の際に補助金を交付します。

市内で1,000㎡以上の生産緑地を営農する市民で、三鷹市農地保存協定を締結した方

4月24日(月)～5月31日(水)に都市農業課(第二庁舎2階)へ

同課 ☎29-9616

カラスの繁殖期です！ご注意ください

4～6月の繁殖期には、高木などに子育て用の巣を作り、ひなや卵を守るために歩行者などを威嚇・攻撃することがあります。

◆カラスの被害から身を守るために

・樹木を適切に剪定(せんでい)し、巣作

りを防止する

・カラスが激しく鳴きながら飛び回る付近の通行を避け、やむを得ない場合は、帽子や傘で身を守る

※自宅に巣がある場合は、貼り紙などの注意喚起をお願いします。

◆巣を撤去したいときは

次の要件をすべて満たす場合は市の撤去事業が利用できます。

- ・巣が一戸建て住宅の敷地内にある
- ・親鳥から攻撃や威嚇を受けている
- ・土地の所有者から撤去について同意が得られている
- ・被害者が環境政策課へ所定の申込書を提出する

同課 ☎29-9612へ

蚊の発生防止にご協力ください

デング熱などの感染症を防ぐため、防除対策をお願いします。

ごみ対策課 ☎29-9613

◆蚊の防除ポイント

- ① 植木鉢の受け皿、空き缶、古タイヤなどの不要なたまり水をなくす、② 草むら、やぶは定期的に手入れする、③ 長袖の着用や必要に応じて虫よけを使う

同課 ☎29-9613

骨髄移植ドナー支援事業のご案内

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、② ①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

同(公財)日本骨髄バンク ☎03-5280-17

市内在住の写真家・新田樹さんが 林忠彦賞を受賞

同賞事務局(周南市美術博物館) ☎0834-22-8880

新田樹さんの写真集・写真展「Sakhalin(サハリン)」が、日本三大写真賞の一つである「第31回林忠彦賞」を受賞しました。新田さんは、かつて日本が統治していたロシア・サハリン(樺太)を何度も訪れ、人々や工場跡などを撮影。戦争の歴史に翻弄(ほんろう)された人々の姿が写真の行間から浮かび上がるドキュメンタリーの仕事として、高く評価されました。都内では、4月28日(金)～5月4日(木・祝)に富士フィルムフォトサロン(港区)で受賞記念写真展が開催されます。なお、新田さんは同作で「第47回木村伊兵衛写真賞」も受賞しました。



李富子さん プイコフ(旧内淵)2017

お知らせ

带状疱疹ワクチン予防接種(任意接種)の一部費用助成

6月1日(木)接種分から助成対象になりますので、助成を希望される方は接種日にご注意ください。助成額など、詳しくは市ホームページ(右記QRコード)をご覧ください。



接種日時時点で50歳以上の市民

市内協力医療機関(5月中旬に市ホー

※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
 交換手に部署名をお伝えください。

●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】:COMチャンネル武蔵野・三鷹(地デジ11チャンネル) 第617号(4月2日~5月6日)
 三鷹駅前まちづくりに関する2つの方針を策定しました/
 「三鷹市休日・夜間診療所・薬局」がオープン ほか
 放送時間/月~日曜日 9:00 12:15 20:00 22:15
 ※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5年4月1日現在 ()内は前月との増減
 住民登録者数:190,173人(412人増) うち外国人数:4,034人(57人増)
 男:92,699人(124人増)/女:97,474人(288人増) 世帯数:96,682世帯(547世帯増)

4月23日(日)は 三鷹市議会議員選挙・三鷹市長選挙の投票日です

「貴重な一票です 進んで投票しましょう」
 投票日に予定のある方は期日前投票をご利用ください。

投票時間 **午前7時~午後8時**

☎選挙管理委員会事務局 ☎0422-29-9794

高橋侑子選手を応援しよう!

トライアスロン観戦ツアー



☎スポーツ推進課 ☎0422-29-9863

三鷹市出身の高橋侑子選手が出場を予定している「2023 ワールドトライアスロン・パラトライアスロンシリーズ横浜大会」の無料観戦ツアーです。山下公園や赤レンガ倉庫、みなとみらい21地区などを舞台に、世界各国の選手が熱戦を繰り広げます。参加者には高橋侑子選手応援タオルをプレゼントします。

☐所 5月13日(出)午前7時15分市役所集合~横浜市山下公園周辺(競技観戦・記念写真撮影・昼食(各自))~午後4時市役所解散(雨天決行。バス利用。希望者は現地解散可)

☐在学・在勤を含む市民40人(中学生以下は保護者同伴)

☐4月26日(水)までに申し込みフォーム(右記QRコード)へ(申込多数の場合は抽選。当選者のみ4月28日(金)までに通知)


◆高橋侑子(たかはし・ゆうこ)さんプロフィール
 平成3(1991)年、三鷹市生まれ。相互物産株式会社所属。日本学生選手権で4度優勝。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。東京2020オリンピックにも出場し、個人18位・団体13位の成績を収めた。

大沢の里でこいのぼりが泳いでいます

☎緑と公園課 ☎0422-29-9789

今年も端午の節句を祝うこいのぼりが約30匹、春風を受けて元気よく泳いでいます。周辺の水田にはレンゲや菜の花が咲き始め、美しい田園風景を眺めることができます。

☐5月上旬まで
 所 大沢の里(大沢2-17周辺)



5月13日(土)は「花と緑の広場」へ行こう

所 同広場(牟礼1-11-26)
 申 いずれも当日会場へ(小雨決行)
 ☎NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会 ☎0422-46-2081

草花チャリティーバザー

ご家庭で育てた草花や樹木の苗木などをお持ちください。1株100円で販売します。

☐午前9時30分~11時30分 物 持ち帰り用袋

持ち込む苗の条件 健全な苗で直径18cm以内のポットや鉢に植えてあるもの。同じ種類の植物は20株まで。苗には名札を付けてください。

種まき参加者募集 in 花と緑の広場



小さいお子さんでも参加できるイベントです。ジニア、マリーゴールドの種をまきます。

☐午前10時~正午
 物 作業用手袋、帽子、長靴、汚れてもよい服装

親子でガーデニング!公園にお花を植えよう!

同広場にお花を植えて花壇を作ります。土に触れ、植物の成長を楽しみましょう。

☐午前10時30分~正午
 物 作業用手袋、帽子、汚れてもよい服装、あれば小さいじょうろ

図書館の催し

☎三鷹図書館(本館) ☎0422-43-9151

春のみたか子ども読書フェア

4月23日の「子ども読書の日」にちなみ、4月20日(木)~26日(水)に読書フェアを開催します。

展示「こいのぼりをつくろう!」

各館でうろこの形をした用紙を配布します。皆さんでオリジナルのこいのぼりを作りましょう。参加してくれたお子さんには『くまの子ウーフ』の塗り絵をプレゼント。こいのぼりは5月5日(金・祝)まで全館で展示します。

おはなし会

☐4月26日
 申 4月20日から直接または電話で各館(下表)へ(先着制)

※市外局番「0422」は省略

開催館	時間	内容	定員	電話
本館	午前10時30分から	あかちゃんとならべうたであそぼう	0~2歳と保護者6組	43-9151
	午後3時から	春のやっほっほおはなし会	3~5歳6人	
東部	午後3時30分から	むれテラスで! わくわくおはなし会	3歳~小学生10人	49-3851
西部	午後3時30分から	おいしい春のおはなし会	3歳~小学生10人	33-1311
三鷹駅前	午後3時30分から	春のウキウキおはなし会	3歳~小学生10人	71-0035
南部	午後3時30分から	ぽかぽか春のおはなし会	3歳~小学生7人	76-5571

子ども向け人形劇 「たんじょうびをさがせ」

作者の神沢利子さんが今年度で100歳を迎えることを記念して開催します(出演:人形劇場だぶだぶ)。

☐4月29日(土・祝)午後1時~2時
 人 3歳~小学生25人
 所 三鷹図書館(本館)
 申 4月18日(火)から同館 ☎0422-43-9151へ(先着制)

わん!だふる読書体験

子どもたちが、犬と触れ合いながら本の読み聞かせを体験します。犬のために読む本を選んだり、読む練習をすることで、読書の楽しさを体験できます。

☐5月13・27日の土曜日午後1時20分~3時15分
 人 小学生各日8人
 所 三鷹図書館(本館)
 物 犬に読んであげたい本
 申 4月20日(木)から同館 ☎0422-43-9151へ(先着制)