



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X(旧Twitter)

https://twitter.com/mitaka_tokyo



今号の紙面から

- 市の各種検診・健康診査の申し込みが始まります.....4面
- 三鷹市のまちづくりの指針となる2つの計画についてお知らせします.....8・9面
- 市からのお知らせ.....15面から
- 学校給食費を無償化します.....16面
- 一人ひとりの人権が尊重され、誰もが暮らしやすいまちへ.....16面

プレミアム率
20%

「みたか地域ポイント」アプリを使った みたかデジタル商品券を販売

物価高騰の影響を受けている市民生活を支援するため、「みたか地域ポイント」アプリから購入して市内店舗でキャッシュレス決済での買い物ができる「みたかデジタル商品券」を販売します。☎同商品券コールセンター☎0120-606-617(毎日午前10時~午後6時)



「みたかデジタル商品券」の概要

発行総額	12億円
プレミアム率	20%
購入できる方	市内在住者(4月1日時点で住民基本台帳に記載のある方)
購入単位/購入限度	1口1,000円/1人当たり最大30口(30,000円)
申込期間	4月12日(金)午前10時~5月7日(火) (申込多数の場合は抽選で、1人1口は必ず当選)
抽選結果発表	5月23日(木)午前10時(アプリ内で確認)
購入期間	5月24日(金)午前10時~7月31日(水)(当選口数分のみ購入可)
利用期間	6月3日(月)午前10時~8月31日(土)
利用方法	QRコードの読み取りによるキャッシュレス決済(1円単位)

70歳以上の方はさらにおトク!
「みたか地域ポイント」がもらえます!

もらえるポイント数は、商品券購入額(プレミアム分除く)の3%相当額です。8月中旬ごろにアプリ上で付与しますので、手続きは不要です。

商品券の購入・利用方法など、詳しくは「みたかデジタル商品券」専用WEBサイトをご覧ください。



商品券のQ&Aやアプリの使い方支援、「みたか地域ポイント」については2面をご覧ください。

YouTubeで
配信中
「河村市長に
聞いてみた!」



さて、この「広報みたか」が皆さんのお手元に届く頃、桜は満開でしょうか。消防団の皆さんによる恒例の井の頭公園でのお花見の巡回も始まっていることでしょうか。コロナ禍を経て、こうした日常のさりげないひとコマの復活に、思わず感激してしまう毎日です。

約400人の市民ボランティアのメンバーが集まり、昨年7月には2年間の活動の集大成として政策提案を提出いただきました。提案を反映した基本構想は、市議会の議決を経てこの4月からスタート。基本計画も、パブリックコメントを経て6月にはまとまる予定です(8・9面参照)。令和6年度予算も議会を通過しました。4月からは「実行元年」にふさわしい展開が待っています。

昨年5月に新型コロナウイルス感染症の位置付けが「5類」に引き下げられ、ようやくマスクとサヨナラできると思っていました。ところが、年が明けたら今度は花粉症でグズグズの毎日です。すっかりマスク生活に逆戻りです。



三鷹市長
河村 孝

「まちの声」が芽吹く春

市長コラム

みたかデジタル商品券 Q&A

☎ 同商品券コールセンター ☎0120-606-617

詳しくは、「みたかデジタル商品券」
専用WEBサイトでご確認ください。



Q 商品券の申し込み方法を知りたいです。

A スマートフォンなどの端末で「みたか地域ポイント」アプリを使って申し込みます(SMS認証のため、端末の電話番号が必要です)。アプリは右記QRコードからダウンロードできます。詳しくは、専用WEBサイトの利用者マニュアルでご確認ください。



Q 誰が申し込みできますか。

A 令和6年4月1日時点で市内在住の方が対象です。住民基本台帳と突合して確認します。未成年の方は親権者の同意が必要です。

Q 申し込みは先着制ですか。

A 抽選制なので、焦らずお申し込みください。申し込み開始日は、アクセスが集中することが予想されます。申込日の分散にご協力をお願いします。

Q 当選した商品券の購入方法や注意点を教えてください。

A 抽選結果が出た後に、アプリ上でクレジットカードまたはコンビニ払い(現金払いのみ)のいずれかの方法で購入することができます。クレジットカード決済に対応しているのは、3Dセキュア(*)を導入しているカードのみです。
※不正使用防止のため本人認証を行うサービス。

Q どのお店で商品券を利用できますか。

A 最新の利用可能店舗は、専用WEBサイトやアプリ内で確認できます。また、市役所1階受付、コミュニティセンター、市政窓口、市民協働センター、三鷹ネットワーク大学などで3月29日時点の利用可能店舗一覧を配布しています。

Q 商品券が利用できない商品がありますか。

A ギフト券・ビール券や切手・はがき、たばこ、市指定有料ごみ袋、電子マネーの購入・チャージ、税金・保険料などです。詳しくは、専用WEBサイトのQ&Aをご覧ください。

Q どのような方法で支払いをするのでしょうか。

A アプリを起動して、お店に掲示されたQRコードを読み取って決済します。



みたかデジタル商品券の購入・利用に関するスマホ操作をサポートします

☎ 同商品券コールセンター ☎0120-606-617



スマートフォンの操作などに不安をお持ちの方に向けて、講習会などを開催します。下記①～④からご自身にあったメニューを選択してください。

①コミュニティセンターでのスマホ体験講習会【予約制】

第1部「商品券事業の概要とスマホの基本操作説明」、第2部「スマホ操作の相談会」(希望者のみ)を行います。スマートフォンを持っていない方には、体験用の端末を貸し出します(台数に限りあり)。第1部参加者には「みたか地域ポイント」100ポイントをプレゼント。

☎ 4月8日(月)午前10時から同商品券コールセンター☎0120-606-617へ

日時		場所(各コミュニティセンター)
4月13日(土)	第1部 午後1時30分～2時15分	井口、井の頭、新川中原、連雀
4月14日(日)		大沢、牟礼、新川中原、三鷹駅前
4月20日(土)	第2部 2時30分～4時30分	牟礼、井口、三鷹駅前
4月21日(日)		大沢、井の頭、連雀

②スマホ出張説明会【予約制・5人以上のグループ限定】

商品券の購入や利用に向けた出張説明会を行います。会場は申し込みをされるグループで確保をお願いします。

☎ 4月12日(金)～7月31日(水)午前10時～午後6時のうち1日2時間程度(グループの予定に応じて設定。正午～午後1時を除く)

☎ NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹☎0422-40-2663(火・木・金曜日午前10時～午後4時)

③市役所でのサポートコーナー【予約不要】

アプリのダウンロードなど、スマートフォンの操作方法を説明します。

☎ 4月8日(月)～6月28日(金)午前9時～午後4時30分(正午～午後1時、土・日曜日、祝日を除く)

☎ 第二庁舎3階(5月以降は変更する場合があります)

④携帯電話事業者によるスマホ教室【予約制】

下記の店舗で、商品券の申し込み手続きを支援します。ドコモを利用していない方も参加できます(ドコモの会員登録が必要です)。

☎ 電話で各店舗へ

店舗名	住所	申込先
docomoショップ三鷹店	下連雀3-36-1 トリコナ1階	0120-522-608
docomoショップ東八三鷹店	野崎4-1-10	0120-116-608
docomoショップ武蔵境店	武蔵野市境南町2-9-21 シティテラス武蔵境1階	0120-058-608

「みたか地域ポイント(愛称：みたポ)」の本格運用がスタート

☎ 企画経営課☎0422-29-9034



令和4年12月から試行運用をしていた「みたか地域ポイント」事業が4月1日から本格運用となり、さらにポイントをためやすく、使いやすくなるよう、サービスを拡充しました。

みたポとは?

ボランティアやイベント参加でためたポイントを、利用者間で「あげる・もらう」ことができる地域通貨です。また、ポイントは1ポイント=1円として、参加店舗での支払いや記念品との交換などにも使えます。ポイント付与の対象となるボランティアやイベントは同ポイント専用WEBサイト(上記QRコード)でご確認ください。

【4月1日からの拡充・変更内容】

①付与ポイント数のアップ

ボランティア参加時間	変更前	変更後
1時間以上5時間未満	300ポイント	500ポイント
5時間以上7時間未満	500ポイント	1,000ポイント
7時間以上	1,000ポイント	1,500ポイント

◆記念品の交換場所を変更しました

企画経営課参加と協働係(市役所3階)で受け付けます。
☎ 月～金曜日午前9時～午後5時(祝日、年末年始を除く)
☎ 同係☎0422-29-9034

②有効期限を1年間から2年間(730日間)に延長(デジタル版ポイントのみ)

③ポイントの付与対象となるイベントが増えます



④「みたかデジタル商品券」の発行に伴い、ポイントで支払いができる店舗を拡充予定です 3月29日時点の参加店舗：390店

令和6年度予算が 成立しました

☎ 財政課 ☎0422-29-9035

新年度の市の予算が、市議会で可決され成立しました。一般会計は831億8,797万2千円で、前年度予算と比較すると53億4,487万3千円(6.9%)の増です。

特別会計の予算額の合計は、397億2,007万2千円で、前年度予算と比較すると、4億1,473万6千円(1.1%)の増です。

下水道事業会計(公営企業会計)の単年度収支は、収益的収支で1億9,043万円の純利益が見込まれ、資本的収支で6億4,453万2千円の不足が見込まれています。

①「令和6年度施政方針・予算概要」、②「令和6年度三鷹市一般会計・特別会計予算及び同説明書」は、市ホームページで公開しているほか、相談・情報課(市役所2階) ☎0422-44-6600で販売しています(①200円、②800円。同課、市立図書館などで閲覧も可)。

新型コロナワクチンに関するお知らせ

☎ 健康推進課 ☎0422-24-8050

4月以降は国の方針に基づき、重症化予防を目的とした定期接種、または予防接種法に基づかない任意接種として接種が可能です。定期接種の詳細は決まり次第、『広報みたか』や市ホームページでお知らせします。

※国の検討状況により、内容は変わる場合があります。



	定期接種	任意接種
実施時期	秋冬ごろ(詳細は未定)	4月以降(詳細は未定)
対象者	65歳以上の方、または60~64歳で厚生労働省が定める一定の疾患を有する方	接種を希望する方(左記の方を含む)
実施場所	市内協力医療機関など ※集団接種は実施しません	各医療機関 ※実施の有無は医療機関によります
接種費用	一定の自己負担が発生(金額未定)	各医療機関が定める費用(全額自費)
使用するワクチン	国が検討し、決定	各医療機関へ問い合わせ
予約手続きなど	今後決定	各医療機関へ問い合わせ
健康被害 救済制度	予防接種法に基づく健康被害救済制度	医薬品医療機器総合機構法(PMDA法)に基づく医薬品副作用被害救済制度

申請期限は4月30日(火)(消印有効)

追加給付分

価格高騰重点支援給付金

☎ 同給付金コールセンター ☎0422-29-9617
(平日午前9時~午後5時)

対象世帯に1世帯当たり7万円を追加給付しています。申請が済んでいない方は確認書または申請書をお早めにご提出ください(申請は1回限り)。詳しくは市ホームページをご覧ください。



◆対象世帯(①②の重複受給は不可)

①住民税非課税世帯

基準日(令和5年12月1日)に三鷹市に住民登録があり、世帯の全員が令和5年度住民税均等割非課税である世帯
⇒対象と思われる世帯の世帯主宛てに、6年1月下旬に確認書を送付しています。同封の返信用封筒で返送してください。

②家計急変世帯

申請時点で三鷹市に住民登録があり、5年1~12月の家計が急変し、世帯員それぞれの5年1~12月の任意の1か月の収入または所得を12倍した金額が住民税非課税相当になる世帯
⇒申請が必要です。申請書は市ホームページからダウンロードできます。
※世帯の全員が、住民税が課税されている親族などの扶養を受けている場合は対象外です。

『三鷹市災害廃棄物処理計画』を策定しました

☎ ごみ対策課 ☎0422-29-9613

大規模地震などの自然災害によって発生する災害廃棄物を、迅速かつ適正に処理するために必要な事項を取りまとめた同計画を策定しました。詳しくは市ホームページをご覧ください。



(株)丸利根アペックスからの寄付に 特別感謝状を贈呈

☎ 企画経営課 ☎0422-29-9031

3月18日、(株)丸利根アペックス(深大寺2丁目)の門田代表取締役と池内常務取締役が来庁し、市に1,000万円の寄付をいただきました。

今年で創業50周年を迎える同社は、「安全・安心・丁寧」の経営理念に基づき、環境に優しい解体業などを通じて環境の保全や社会の発展に貢献されています。感謝の意を表して、河村市長から特別感謝状を贈呈しました。

いただいた寄付は市政の推進のために有効活用していきます。



門田代表取締役(左)と河村市長(右)

組織改正のお知らせ

☎ 企画経営課 ☎0422-29-9031

機能的で効率的な行政運営の推進を図るため、4月1日付で次の通り組織改正を行いました。詳しくは市ホームページをご覧ください。



部	概要
企画部	●「参加と協働推進室」を廃止し、企画経営課に「参加と協働係」を設置します。また、同課の「平和・女性・国際化推進係」の名称を「平和・人権・国際化推進係」に変更し、「行政評価担当」を廃止します。
総務部	●政策法務課に「法務係」と「適正事務推進担当」を設置します。
健康福祉部	●高齢者支援課の「福祉Laboどんぐり山担当」、健康推進課の「保健サービス係」を廃止します。 ●「三鷹市新型コロナウイルスワクチン接種実施本部事務局」を廃止し、健康推進課に「予防接種係」を設置します。 ●生活福祉課の「福祉1係」「福祉2係」「福祉3係」を統合し、「福祉支援係」を設置します。

部	概要
子ども政策部	●「子ども発達支援課」の名称を「子ども家庭課」に変更し、健康福祉部の健康推進課から母子保健に係る事務を移管して、子ども家庭課に「母子保健係」を設置します。 ●子ども育成課の「運営支援係」を分離して、「保育支援係」「指導検査係」を設置します。また、子ども育成課の「保育施設係」から保育園の入所・認定等に係る事務を分離して、同課に「保育園入所・認定係」を設置します。
都市整備部 都市再生部	●都市整備部の「都市計画課住宅政策係」を分離して、都市再生部に「住宅政策課」を設置します。 ●都市整備部の「都市交通課」を都市再生部に移管します。 ●「三鷹駅前地区まちづくり推進本部事務局」「国立天文台周辺地区まちづくり推進本部事務局」を都市再生部内の臨時組織とします。 ●都市再生部の「再開発課」を廃止します。

◆三鷹駅前地区まちづくり推進本部事務局の執務室を移転しました

☎ 所 下連雀3-33-3 アールヴェール三鷹中央通り2階

市の各種検診・健康診査の申し込みが始まります

問健康推進課 ☎0422-24-8571

深刻な病気を未然に防ぐためには、検(健)診で自分の健康状態をチェックすることが大切です。対象年齢に達したら定期的に受診しましょう。



◆令和6年度「健康ガイドみたか」をご覧ください

『健康ガイドみたか』を市内の全世帯に配布しています。4月中旬までに届かない場合は、同課 ☎0422-24-7145へご連絡ください。

各種検診・健康診査の詳細や、市内の医療機関などは、同ガイドまたは市ホームページでご確認ください。1～9は検(健)診ごとに申込期限が異なりますので、ご注意ください。

1	胃がん内視鏡検診	問診、胃内視鏡検査
2	胃がんX線検診	問診、バリウムを飲んだの胃部レントゲン撮影
3	子宮がん検診	視診、内診、検体採取細胞診
4	乳がん検診	問診、マンモグラフィー(X線検査)
5	乳房エコー検査	問診、エコー(超音波検査)
6	若年健康診査	16～39歳の方向けの基本的な健康診査
7	骨粗しょう症検診	骨密度測定(腕のX線検査)と結果説明・事後指導
8	眼科検診	血圧、視力、外眼部、眼圧、眼底、透光体の検査
9	結核検診	胸部X線検査
10	肺がん検診	問診、胸部レントゲン(直接)撮影、喀痰(かくたん)細胞診
11	大腸がん検診	問診、便潜血反応検査(2日法)
12	前立腺がん検診	採血(PSA検査)
13	肝炎ウイルス検査(B・C型)	採血・問診

特定健康診査・後期高齢者健康診査

対象者には、誕生月に応じて受診票を送付しています。左表10～13の同時受診も可能です。

☑5月1日(水)～7年2月28日(金)

Ⓐ特定健診＝三鷹市国民健康保険加入者で7年3月31日までに40～75歳に達する方、後期高齢者健診＝後期高齢者医療制度加入者(いずれも4月1日から受診日までの継続加入者)

※有料老人ホームなどに入所(入居)の方は対象外となる場合があります。

申市内協力医療機関(受診票に同封の一覧参照)へ

※4月2日以降に転入または三鷹市国民健康保険へ加入した方は同課 ☎0422-24-8571へご連絡ください。

※会社勤務の方やその扶養家族は、各自加入の健康保険組合などにお問い合わせください。

成人歯科健診

☑4月15日(月)～7年3月15日(土)

Ⓐ7年3月31日までに35歳以上になる市民

※35・40・45・50・55・60・65・70歳になる方には受診票を送付します。

所市内協力医療機関(市ホームページに掲載)

申受診票＝直接または電話で同課(元気創造プラザ2階) ☎0422-24-8571、または電子申請サービス [HP](https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo2/) <https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo2/>へ、受診＝受診票到着後に各医療機関へ



ウィッグや人工乳房などの費用を一部助成します

問健康推進課 ☎0422-24-7145

がんの治療に伴う外見(アピアランス)の変化に対し、ウィッグ(かつら)などの購入やレンタルなどにかかる費用の一部を助成します。

Ⓐがんの治療に伴う脱毛や乳房の切除などにより、下記の補正具を必要とする市民(同種の補助などを受けている方を除く)

対象品目 医療用ウィッグ、毛付き帽子、人工乳房、補正下着、弾性着衣

※購入する前に、同課へご相談ください。

※令和6年4月1日以降に購入したものに限りです。

助成額

①50,000円までは全額、②50,000円を超えた額は、超えた額の半額。①と②の合計額で1品目上限10万円(1円未満切り捨て。交付は1人2回まで)

※申請は窓口または郵送で受け付けます。詳しくは市ホームページでご確認ください。



新エネルギー設備・省エネルギー設備設置助成金

問環境政策課 ☎0422-29-9612

地域温暖化対策を推進するため、市民の皆さんが設置する下記の設備に対して、設置費の一部を助成します。

	対象設備	助成金額	
1	新エネルギー設備	①太陽光発電設備、②風力発電設備、③蓄電池(①が設置されている場合に限る)	①②設備の最大出力量に対し、1kW当たり2万円(上限10万円)、③5万円
2	太陽熱利用システム	①強制循環式ソーラーシステム、②自然循環式太陽熱温水器	①5万円、②2万円
3	高効率給湯器	①自然冷媒ヒートポンプ給湯器、②燃料電池コージェネレーション(②は6年3月31日までの設置のみ)	①2万円、②3万円(出力0.4kWの場合は2万円)
4	省エネルギー設備	①高断熱窓、②高断熱玄関ドア(②のみは不可)	①②材料費・設備費・工事費の合計費用の1/8(上限25万円)

※設置後6カ月を経過したもの、中古品、転売目的は助成対象外。ただし、1～3を6年3月31日までに設置したもので、建売分譲などであらかじめ設置してあった場合は一律15,000円。

※対象者や申請方法、昨年度からの変更点など、詳しくは市ホームページでご確認ください。審査のうえ交付を決定し、予算の範囲内で助成します。



三鷹市ゼロエネルギータウン奨励事業

問環境政策課 ☎0422-29-9612

消費するエネルギーの収支をゼロにすることを旨とした住宅や建物を新たに設置する市民・事業者に対し、奨励金を交付します。詳しくは市ホームページでご確認ください。

●対象者 ①三鷹市まちづくり条例に定める開発事業者
②①に満たない小規模建売分譲住宅建設事業者
③市内で戸建て新築住宅を建設する個人

●必須条件 ●ZEH(ネット・ゼロ・エネルギー・ハウス)などの住宅性能評価を受けていること
●東京ゼロエミ住宅(東京都事業)で一定の水準を満たしていること

●選択条件設備 太陽光発電設備、蓄電池、高効率給湯設備、駐車場の緑化、公園・緑地等面積の増加など

※選択条件設備を導入することで奨励金が加算・積算されます。



市民の皆さんの環境活動を助成します

問環境政策課 ☎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7年3月31日までに実施する次の事業。

公害・地球温暖化防止/緑化推進/自然環境の保護/環境に関するセミナー・講座/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10万円)の金額。

申7年1月15日(水)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。



高齢者向けのお知らせをまとめ、「シニアニュース」として掲載します。

東京都シルバーパス新規購入のご案内

☎(一社)東京バス協会 ☎03-5308-6950(平日午前9時～午後5時)

都内民営バスや都営交通などで利用できる「東京都シルバーパス」を、満70歳の誕生月の初日(1日が誕生日の方は前月の初日)から購入できます(有効期限は令和6年9月30日)。

人 ¥ ①6年度住民税が非課税、または5年中の合計所得金額が135万円以下の方=1,000円、②①以外の方=10,255円

物 本人確認書類(健康保険証など)、①は所得金額などを確認できる書類(6年度介護保険料納入通知書兼介護保険料決定通知書、6年度住民税課税(非課税)証明書、生活保護受給証明書(生活扶助の記載があるもの)のいずれか。6年度の介護保険料などが決定するまでは5年度の書類で代用可)

申 必要書類と代金を最寄りの小田急バスの営業所または案内所へ

三鷹駅周辺・シニアまるごと相談サロン

☎三鷹駅周辺地域包括支援センター ☎0422-76-4500

高齢者に関する個別相談、花王グループカスタマーマーケティング(株)による「ラクに楽しくお掃除しよう、キレイホームケア講座」。

日 4月11日(木)午後2時～3時30分

所 三鷹駅前コミュニティセンター 物 フェースタオル

申 当日会場へ

こもれび ほっと・サークル「歌声」

☎NPO法人こもれび事務局 ☎0422-42-4471
(当日は ☎080-3384-6994)

日 毎月第3金曜日(5・11月は第1金曜日。8・12月を除く)

人 おおむね65歳以上の方40人 所 福祉センター ¥ 1回500円

申 4月22日(月)(必着)までに往復はがきで必要事項(15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)

くらしの情報交換会@北野「できることからコツコツと！我が家の防災対策」

☎ 東部地域包括支援センター ☎0422-48-8855

日 4月24日(水)午前10時～11時30分 所 北野地区公会堂

申 当日会場へ

①むらさき学苑、②東むらさき学苑、③西むらさき学苑

☎ ①生涯学習センター ☎0422-49-2521、②東多世代交流センター ☎0422-46-0408、③西多世代交流センター ☎0422-32-8765

地域の仲間と、文学・芸術・政治・経済などを3期にわたり学習します。

日 ①②5月14日～令和7年3月11日、③5月14日～12月3日、いずれも毎週火曜日午前10時～正午(①全30回、②隔週開催、全15回、③全20回。夏期・冬期休みあり)

人 在学・在勤を含む60歳以上の市民①126人、②44人、③50人

所 ①生涯学習センター、②東多世代交流センター、③西多世代交流センター

申 ①4月14日(日)、②③25日(休)いずれも午後5時までに直接または電話で①生涯学習センター(元気創造プラザ4階) ☎0422-49-2521、②東多世代交流センター ☎0422-46-0408、③西多世代交流センター ☎0422-32-8765(②③8日(月)午前9時から)、または同プラザ講座申込システムHP <https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/>へ(申込多数の場合は抽選。①～③の重複受講は不可)

ほねつぎ健康倶楽部

少人数制の転倒予防講座(全12回)を通年開催しています。

人 65歳以上の市民 物 運動できる服装、タオル

申 平日午後3時～7時30分に、しばた整骨院 ☎0422-47-8580へ(初参加者を優先して先着制。申込時間外は受付不可)

場 所	曜 日・時 間	定 員
武蔵中央接骨院(下連雀3-42-6)	水曜日・午後1時～2時	5人
南浦整骨院(下連雀6-18-7)	木曜日・午後1時～2時	3人
たかはし接骨院(牟礼1-8-7)	水曜日・午後1時～2時	
三鷹台整骨院(牟礼2-11-16)	水曜日・午後1時～2時	2人
さかい接骨院(井の頭3-28-11)	土曜日・午前9時30分～10時30分	
和田接骨院(中原1-28-1)	木曜日・午後0時30分～1時30分	3人
新川鍼灸整骨院(新川5-9-7)	月曜日・午後1時30分～2時30分	4人
しばた整骨院(新川6-36-37)	水曜日・午後1時～2時	5人
井口武蔵境通り接骨院(井口1-10-7 1F)		3人
三鷹健生堂接骨院(井口5-1-4)		5人

带状疱疹ワクチン任意接種一部費用を助成します

☎健康推進課 ☎0422-24-8050

带状疱疹は水ぶくれを伴う赤い発疹が体の左右のどちらかに帯状に広がる皮膚の疾患です。発症は50歳以上に多く、80歳までに約3人に1人が発症するといわれています。

日 4月1日～令和7年3月31日 人 接種日時点で50歳以上の市民

物 本人確認書類(健康保険証など) 申 市内協力医療機関(下記QRコード参照)へ

※接種に必要な書類は医療機関で配布します。

※市外の施設に入所中の方、市内協力医療機関以外で接種する方は、口座振替で払い戻しを受けることができます。



◆ワクチンごとの効果と助成額

ワクチン種別	生ワクチン	不活化ワクチン
販売名称	ビケン	シングリックス
助成上限額	4,000円	1回当たり10,000円
接種回数	1回	2回
発症予防効果	50～60歳で69.8%	50歳以上で97.2%、70歳以上で89.8%
効果持続期間	5年程度	10年程度

◆不活化ワクチンの自己負担額の例

医療機関ごとに提供している金額が異なるため、予約時にご確認ください。

●1回当たり22,000円の医療機関で接種した場合の窓口での自己負担額 22,000円(実費) - 10,000円(市の助成額) = 12,000円

※助成が受けられるのは、いずれかのワクチンで、生涯に一度限りです。

※生活保護・中国残留邦人等支援給付受給世帯の方は助成額が異なります。

高齢者肺炎球菌予防接種一部費用を助成します

☎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。接種を希望する方は、医療機関へご相談ください。

人 過去に同ワクチンを接種したことがない市民で、接種日当日に満65歳の方、または接種日当日満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

所 市内協力医療機関(下記QRコード参照)

¥ 2,500円(自己負担額。医療機関で支払い)

申 事前に医療機関へ連絡のうえ、健康保険証など生年月日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



※市内協力医療機関以外で接種する方、生活保護・中国残留邦人等支援給付受給世帯の方は、事前と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。

「みたかふれあい支援員」 (認定ヘルパー)を募集しています

問 高齢者支援課 ☎0422-29-9272

訪問ヘルパーの資格がなくても、養成研修(下記)を受講して認定を受けると、みたかふれあい支援員として働くことができる取り組みを進めています。

◆みたかふれあい支援員とは

高齢者の居宅で、自立支援を目的とした掃除や調理などの日常生活上の支援を行います(身体介護を除く)。市が指定する事業所と契約し、報酬は事業所の規定によります。

◆みたかふれあい支援員養成研修

介護保険制度、市の高齢者福祉制度、認知症、加齢による心身の変化などの理解や家事支援実習などを学びます。受講者には、「みたか地域ポイント」100ポイントを差し上げます。

日 ①Aコース=6月18日(火)・21日(金)・25日(火)・28日(金)午前10時～午後1時(全4回)、

②Bコース=7月4・11日の木曜日午前9時30分～午後4時30分(全2回)

人 全回受講できる18歳以上の方各コース30人(高校生を除く)

所 ①福祉Laboどんぐり山、②市民協働センター

申 ①5月21日(火)、②31日(金)までに必要事項(15面参照)を同課 ☎0422-29-9272・

FAX 0422-48-2813へ(申込多数の場合は抽選)

◆研修費の補助が受けられます

同支援員として一定時間従事した方が、介護職員初任者研修や介護福祉士実務者研修を修了した場合、市が研修費の一部を補助します。

「家庭系ごみ指定収集袋」への 広告を募集します

問 ごみ対策課
☎0422-29-9613

市指定のごみ袋は市内全域で日常的に使用され、多くの方の目に触れる有効な広告媒体です。ごみ袋に広告を申し込むと、市ホームページにも5カ月間無料でバナー広告を掲載できます。ごみ袋本体の広告は表面中央部に掲載され、色は紺色の1色刷りです。外袋は白地で文字の色が選べます。

◆広告料

ごみ袋の種類	本体	外袋
ミニ袋(5ℓ)	15万円	1万5千円
S袋(10ℓ)	30万円	3万円
M袋(20ℓ)	36万円	3万6千円
L袋(40ℓ)	30万円	3万円

◆募集枠 各袋1枠(複数枠の申し込み可)

◆掲載開始時期 10月以降

日 4月8日(月)～5月2日(木)(必着)に申込書(市ホームページまたは同課(第二庁舎2階)で入手)を直接または郵送で「〒181-8555ごみ対策課」へ



市役所職員食堂の事業者を募集

問 職員課 ☎0422-29-9168

職員・市民向けの食堂を運営する事業者を公募します。応募条件など、詳しくは市ホームページをご覧ください。



◆営業日時

月～金曜日午前11時～午後2時
(祝日・年末年始を除く)

◆場所

三鷹市公会堂さんさん館2階レストランコーナー(写真)



◆申し込み

現地見学・事前説明会(下記)に必ず参加のうえ、5月1日(水)～15日(水)(必着)に事業提案書を直接または郵送で「〒181-8555職員課」(市役所3階)へ

◇現地見学・事前説明会

日 4月15日(月)～26日(金)の平日午前10時～午後4時 申 同課 ☎0422-29-9168へ

子どもふらっと プレイス

問 生涯学習センター ☎0422-49-2521

楽しい体験プログラムやトランプなどを用意して、市内の小・中学生を待っています。ぜひ、お友達とふらっと遊びに来てください。開催は毎月1回、水曜日の午後3時～5時です。詳しくは、同センターホームページをご覧ください。



①第1回「アロマスプレーづくり」

②第2回「ちりめん布でこいのぼりづくり」

日 ①4月24日、②5月1日の水曜日午後3時～5時

人 小・中学生①25人、②30人

講 ①まちの先生ではねやすめ庵の引馬彩子さん、

②自主グループ「もくもくぼっぼ」の皆さん

申 当日会場へ(先着制)



生涯学習センターの講座



所 同センター ☎0422-49-2521

①三鷹の古文書を読む(初級)

市内に伝わる江戸時代の古文書を教材に、古文書の解読方法や当時の様子を学びます。

日 5月16日～令和7年3月20日の木曜日午前10時～正午(全10回)

人 16歳以上の方30人

講 開智国際大学准教授の野本禎司さん

料 5,000円

物 筆記用具、『くずし字用例辞典 普及版』(児玉幸多 編)

申 ①4月21日(日)、②30日(火)(いずれも必着)までに往復はがきで必要事項(15面参照)・②は市民講師として活動したいことを「〒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/](https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/)へ(申込多数の場合は抽選)

②市民大学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」

知識や技能を地域社会に生かし、市民講師となるためのスキルが学べる実践的なカリキュラムです。

日 5月20日、6月3・10・17日、7月1・8日の月曜日午後2時～4時(全6回)

人 在学・在勤を含む16歳以上の市民12人

講 元NHKアナウンサーの牛窪万里子さん、石井麻由子さん

③市民大学総合コース 保育

ア 科学・経済・哲学コース

日 5月10日～7年3月7日の金曜日午前10時～正午(全30回)

講 科学コース：日本科学技術ジャーナリスト会議会長の室山哲也さんほか、経済コース：武蔵大学国際教養学部教授の東郷賢さんほか、哲学コース：中央大学文学部教授の中村昇さんほか

イ 教育・政治コース

日 5月11日～7年3月8日の土曜日午前10時～正午(全30回)

講 教育コース：武蔵大学教授の大内

人 在学・在勤を含む16歳以上の市民各コース③28人、④25人、保育(1歳～未就学児)20人(イは10人)

申 4月14日(日)午後5時までに直接または電話で同センター(元気創造プラザ4階) ☎0422-49-2521または同プラザ講座申込システム(左記参照)へ(申込多数の場合は抽選)

※保育希望者は③4月26日(金)、④5月28日(火)午前10時～正午の説明会に必ずお子さん同伴で参加すること。

裕和さんほか、政治コース：日本大学危機管理学部教授の西田亮介さんほか

④市民大学一般教養コース 「自分のための子育て講座」保育

子育てを通して、自分の生き方や、人生をより楽しむためのヒントを探してみませんか。

日 6月4日～7月2日の毎週火曜日午前10時～正午(全5回)

講 (一社)親と子どもの臨床支援センターの帆足暁子さん

三鷹キウイワイン2024 第2弾発売!

☎生活経済課 ☎0422-29-9615

第2弾は一番人気の「白ワイン」と、季節限定の「ロゼ」を市内の酒販店8店舗とJA東京むさし三鷹緑化センターで販売します。「三鷹のキウイ甘酒」や「三鷹のキウイ酒」も好評販売中です。



- ◆発売日 4月12日(金)
- ◆価格(容量) 2,200円(720ml)
- ◆販売本数 白ワイン1,000本 ロゼ800本



自転車安全講習会

☎都市交通課 ☎0422-29-9709

三鷹警察署による講話や自転車安全学習アプリ「輪トレ」を活用した講習で、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」を交付し、定期利用駐輪場の優先権が与えられるほか、自転車用ヘルメットの購入助成を優先的に申請できます(12・3月開催分を除く。過去に同助成を受けたことがない市民に限る)。

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 受付票、筆記用具、写真付きの自転車安全運転証を希望する方は写真、再受講者は自転車安全運転証

申 各申込期間内(下表参照。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27日(土)午前10時～11時30分	4月5日(金)～19日(金)
5月26日(日)午前10時～11時30分	5月1日(水)～17日(金)
7月19日(金)午後7時～8時30分	6月28日(金)～7月12日(金)
10月19日(土)午前10時～11時30分	9月27日(金)～10月11日(金)
12月20日(金)午後7時～8時30分	11月29日(金)～12月13日(金)
令和7年3月2日(日)午前10時～11時30分	7年2月7日(金)～21日(金)

大沢の里古民家 「春の草花ガイドツアー」

☎生涯学習課 ☎0422-29-9862

自然豊かな春寒の大沢を巡るガイドツアーです。同施設で活動する季節の草花ボランティアが、古民家や周辺に咲く草花を紹介し、大沢の里の春の見どころをご案内します。室内では葉っぱの版画でしおり&はがきを作ります。



日 4月27日(土)午前10時30分～午後0時30分

人 16人

所 同施設

料 200円(入館料。中学生以下は無料)

申 4月14日(日)までに必要事項(15面参照)を同課 ☎0422-29-9862・✉shogai@city.mitaka.lg.jpへ(申込多数の場合は抽選。結果は4月17日(水)までに通知)

大沢の里古民家・水車経営農家の駐車場ができました

- ◆利用時間 午前10時～午後5時(11～3月は午後4時まで)
- ◆駐車台数 5台(1台は障がい者用)
- ◆所在地 大沢2-17-3(大沢の里古民家隣接地)

ラグビーリーグワン

東芝ブレイブルーパス東京 対 東京サントリーサンゴリアス戦 にご招待

☎スポーツ推進課 ☎0422-29-9863



三鷹市が連携協定を締結している両チームが対決する試合に、市民の皆さんをご招待します(東芝ブレイブルーパス東京ホストゲーム)。

日 4月27日(土)午後0時5分キックオフ

人 在学・在勤を含む市民50人(中学生以下は保護者同伴)

所 秩父宮ラグビー場(港区北青山2-8-35)

申 4月12日(金)までに東芝ブレイブルーパス東京(株)ホームページ [HP https://www.bravelupus.com/](https://www.bravelupus.com/)へ(申込人数は2人まで。申込多数の場合は抽選)

※当選者のみ4月15日(月)午後3時以降に通知。



春のみたか子ども読書フェア

☎市立図書館各館(下表参照)へ

4月23日の「子ども読書の日」にちなんで、4月18日(木)～24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!」

期間中、各館で配布するうろこの形の用紙に、絵を描いたりシールを貼ってオリジナルのうろこを作成しましょう。参加したお子さんには、「くまの子ウーフ」の塗り絵をプレゼントします。また、館内ではこいのぼりや工作の本を展示します。

※詳しくは、館内掲示のポスターをご覧ください。こいのぼりは5月5日(日)まで全館で展示します。



◆おはなし会

日 4月24日 申 当日会場へ



開催館	プログラム	時間	定員	問い合わせ
三鷹図書館(本館)	あかちゃんとわらべうたであそぼう	午前10時30分から	0～2歳と保護者15組	43-9151
	「春」を感じる絵本などの読み聞かせ	午後3時から		
東部図書館	大型絵本『はらぺこあおむし』ほか	午後3時30分から	3歳～小学生20人	49-3851
西部図書館	紙芝居『うさぎとかめ』ほか			33-1311
三鷹駅前図書館	絵本『14ひきのぴくにっく』ほか		3歳～小学生15人	71-0035
南部図書館みんなみ	絵本『おなべおなべにえたかな?』ほか		3歳～小学生20人	76-5571

※市外局番「0422」は省略。

天文・科学情報スペース企画展 「それぞれの宙を見上げて」



☎同施設(下連雀3-28-20三鷹中央ビル1階) ☎0422-26-9951

第4回「星空フォトコンテスト2023—それぞれの宙を見上げて」の入賞作品を展示します。

日 4月19日(金)～6月16日(日)午前11時～午後6時30分(月・火曜日、祝日休館)

申 期間中会場へ



2つの計画についてお知らせします

☎ 企画経営課 ☎ 0422-29-9031

また、令和6～9年度に進める施策をまとめた『第5次三鷹市基本計画』の2次案を公表し、市民の皆さんからのご意見を募集しています。

Q マチコエではどのような活動が行われたの？

A 約400人のメンバーが23のグループに分かれ、メンバー同士で議論を深めるとともに、アンケートやワークショップで延べ1万人を超える市民の声を集め、未来のまちづくりのアイデア集として、市に政策提案を提出しました。その後、職員と意見交換を行い、基本計画に反映しました。

Q 基本計画について意見を伝える方法がありますか？

A パブリックコメントという方法があります。提出方法など、詳しくはこの面の下段をご覧ください。いただいた意見やそれに対する市の考え方、内容を修正したときは修正内容を市ホームページで公表します。



第5次三鷹市基本計画の「2次案」がまとまりました

「2次案」では、『広報みたか』特集号(1月14日発行号)でお知らせした「1次案」の内容を精査するとともに、計画期間内の財政フレームなどを新たに示しています。

まちづくりのビジョン

まちの声をカタチにして実践する 三鷹の新時代！

20年後の未来を見据えながら、計画期間4年間の実行計画として、「まちの声をカタチにして実践する三鷹の新時代！」をビジョンに掲げ、未来志向のまちづくりを計画的に展開していきます。

施策の方向性

コミュニティ創生と未来への投資 ～地域の力と都市基盤の再生～

優先課題として取り組むべき施策の方向性を「コミュニティ創生と未来への投資」とし、参加と協働を基礎に経営資源の最適化を図りながら、各施策を効果的に展開していきます。

財政フレーム

各事業を計画的に実現していくため、現時点での収支見込みを基に推計したものが「財政フレーム」です。主要事業の一つである国立天文台周辺のまちづくりについては、総事業費における一般財源の上限を100億円と仮定して経費を見込みました(用地費や建設費などの普通建設事業費は、市債の活用を前提として試算しています)。なお、三鷹駅前再開発事業については、事業化に向けた検討を進めていることから本フレームにおいては算入していませんが、詳細が明らかになった段階で今後の財政計画を示していきます。

		計画期間(令和6～9年度)							
		令和6年度	構成比	令和7年度	構成比	令和8年度	構成比	令和9年度	構成比
歳入	市税	398億円	47.9%	408億円	49.1%	412億円	48.3%	416億円	46.8%
	国・都支出金	262億円	31.5%	267億円	32.1%	269億円	31.5%	278億円	31.3%
	市債	14億円	1.6%	21億円	2.5%	36億円	4.2%	52億円	5.9%
	その他の収入	158億円	19.0%	135億円	16.3%	136億円	16.0%	142億円	16.0%
	合計	832億円	100.0%	831億円	100.0%	853億円	100.0%	888億円	100.0%
歳出	義務的経費	413億円	49.7%	421億円	50.7%	429億円	50.3%	429億円	48.3%
	人件費	127億円	15.3%	122億円	14.7%	128億円	15.0%	125億円	14.1%
	扶助費	252億円	30.3%	266億円	32.0%	270億円	31.7%	274億円	30.8%
	公債費	34億円	4.1%	33億円	4.0%	31億円	3.6%	30億円	3.4%
	投資的経費	59億円	7.1%	53億円	6.3%	69億円	8.1%	98億円	11.0%
	その他の経費	360億円	43.2%	357億円	43.0%	355億円	41.6%	361億円	40.7%
	合計	832億円	100.0%	831億円	100.0%	853億円	100.0%	888億円	100.0%
期末基金残高		177億円		182億円		182億円		178億円	
市債残高		236億円		225億円		232億円		255億円	

三鷹市の教育に関する大綱の見直し

教育に関する大綱は、地方自治体の長が、その地域の実情に応じた、教育、学術、文化の振興に関する総合的な施策の大綱を定めたものです。『第5次三鷹市基本計画』の策定に合わせて見直しを行い、同計画中の一つの「編」として組み込んでいきます。



『第5次三鷹市基本計画(2次案)』『三鷹市の教育に関する大綱(改定案)』へのご意見を募集しています

同案の全文は市ホームページに掲載するほか、相談・情報課(市役所2階)、市政窓口、市民協働センター、コミュニティセンターなどでも閲覧できます。

◆意見の提出方法

4月21日(日)(必着)までに住所・氏名・電話番号(入力フォームの方はメールアドレス)とご意見を、直接または郵送、ファクス、電子メールで「〒181-8555 企画経営課」・FAX 0422-29-9279・✉ kikaku@city.mitaka.lg.jp、または入力フォーム(右記QRコード)へ。



パブリックコメント

市の重要な政策を策定する際に、原案を公表して広く市民の皆さんから意見を求め、いただいた意見を考慮しながら政策を決定すること。



三鷹市のまちづくりの指針となる

三鷹市議会での修正可決を経て、これからのまちづくりの理念を定めた最上位計画である『三鷹市基本構想』の内容を3月27日に確定しました。

Q 基本構想・基本計画ってなに？

A 基本構想は、市の最上位計画で、基本目標や実現のための施策の方向性など、市の考え方や理念を定めた中長期的な計画です。一方、基本計画は、基本構想の実現に向けて取り組む事業や財源的な裏付けなどを示した4年間の計画です。どちらも総合的で計画的な行政運営を行うために、非常に重要なものです。



Q 構想・計画の策定には市民も参加しているの？

A 策定には、市民ボランティアである「市民参加でまちづくり協議会」(愛称：マチコエ)からの政策提案や、市民や関係団体で構成される市民団体、審議会の意見を反映しています。



三鷹市基本構想が確定しました

前文

長年にわたってこのまちを育んできた全ての人々の情熱と努力を礎に、このまちが更なる飛躍と発展を遂げるため、未来志向の「あすへのまち三鷹」の歩みを進めます。

世界に目を向けると、各地で戦禍が止まず、平和への道のりは厳しいと言わざるを得ません。地域社会では、少子高齢化や価値観の多様化、頻発する自然災害、デジタル社会の進展などに伴う新たな課題が顕在化しています。このような時代であるからこそ、私たちは日本国憲法が掲げる平和

で一人ひとりの人権が尊重される社会の実現を普遍的な願いとし、協働とコミュニティに根ざす市民自治を推進して、誰もが自分らしく生き、暮らしやすさを実感できるまちをつくり、次世代に継承していかなければなりません。

ここに、三鷹市自治基本条例に基づき、市民、事業者等、市議会、市長等がそれぞれの役割を担いながら、ともに「あすへのまち三鷹」を着実に進展させていくため、市の最上位計画として三鷹市基本構想を定めます。

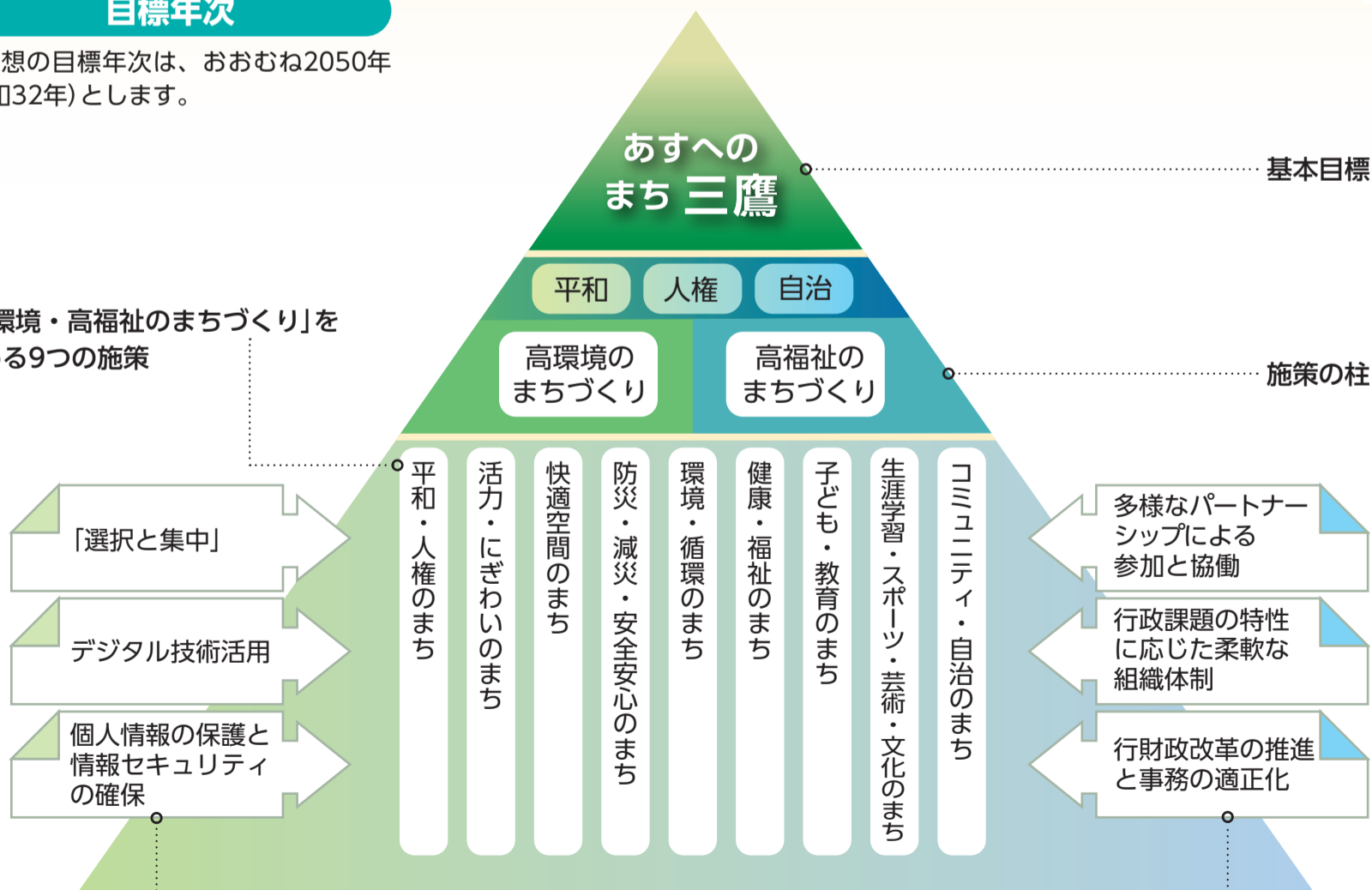
基本構想の全文は、市ホームページをご覧ください。



目標年次

構想の目標年次は、おおむね2050年(令和32年)とします。

「高環境・高福祉のまちづくり」を進める9つの施策



施策を進めるための6つの視点

市民活動 みんなの 掲示板

「みんなの掲示板」は、市民や団体の自主的な文化活動やサークル活動などを掲載するコーナーです。気軽に参加できる催し物を紹介する「催し」と、同好の仲間を募る「会員募集」(不定期掲載)、市内の医療・教育・公共機関などのお知らせを掲載する「伝言板」の3つの掲載欄を設けています。

※「催し」は市ホームページにも掲載しています。

◆掲載を希望する方へ
掲載基準(市ホームページで閲覧可)を必ず確認のうえ、各号の締切日午後5時(厳守)までに広報メディア課へお申し込みください。

※政治・宗教・営利目的(教室の生徒募集などを含む)の活動などは掲載不可。

☎同課 ☎29-9037



5月5日発行号
原稿締切日 4月8日(月)

5月19日発行号
原稿締切日 4月19日(金)

※市外局番0422は省略。

「広報みたか」5月5日発行号掲載分から掲載基準を変更しています。詳しくは市ホームページでご確認ください。



催し

含真治展 シリーズタイトルco-tama 共にあるものたちと共に
☎ぎやらりー由芽 ☎4月6～21日(日)正午～午後7時(21日は5時まで) ☎同画廊 ☎期間中会場へ ☎同画廊 ☎47-5241(木曜日休み)

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/

東京三鷹の森 笑顔ラフターヨガ
☎インターナショナル笑いヨガ(ラフターヨガ) ☎4月7・21・28日の日曜日午前10時～正午 ☎三鷹駅前コミュニティセンター ☎¥1回500円 ☎同 ハラ ☎090-3902-9691・モリ ☎44-7772(初回のみ申込)

コンビニひろば
☎NPO法人子育てコンビニ ☎4月8日(月)・25日(木)午前10時～正午 ☎元気ひろばおれんじ(中原3-1-65) ☎同法人 ☎info2@kosodate.or.jp ☎同法人 ☎41-7021

元気ひろば おれんじの催し
☎①己書翠月道場=4月9日(火)午後1時～2時30分、②健康体操教室=10日(水)午後3時～4時、③羊毛フェルト=15日(月)午前10時～11時30分 ☎同会(中原3-1-65) ☎¥①2,200円、②1,500円、③2,000円 ☎同会 ☎76-5940

生花を使ってフラワーアレンジメント
☎フラワー・プランティエ ☎4月12・26日の金曜日午後1時～3時 ☎三鷹駅前コミュニティセンター ☎¥1回3,000円 ☎同各開催日の3日前までに大西 ☎080-6871-1014

第212回井の頭かんさつ会「井の頭公園でお花観(はなみ)花びらウォッチング」
☎4月14日(日)午前10時～正午 ☎同公園 ☎¥300円 ☎同会 ☎HP http://kansatsukai.net/ ☎小町 ☎petittown@jcom.zaq.ne.jp

手芸作家さんの材料市
☎材料市実行委員会 ☎4月14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

大切な人を失った方(限定)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14日、5月12日の日曜日午前10時30分～正午 ☎三鷹メモリードホール(下連雀9-3-23) ☎¥1回2,000円 ☎同 渡辺 ☎090-2525-1089 ☎takutuka5@gmail.com

講演会「ふたつの戦争、パレスチナとウクライナ」哲学者・西谷修さんからの提言
☎市民社会をめざす会 ☎4月14日(日)午後1時30分～3時30分 ☎生涯学習センター ☎¥300円(資料代) ☎当日会場へ ☎石黒 ☎080-6250-1496

しんなか・男のサロン「三鷹市政を考える」
☎同事務局 ☎4月15日(月)午後1時30分～4時 ☎新川宿地区公会堂 ☎当日会場へ ☎なりきよ ☎080-1362-5359

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17日(火)午後1時～4時 ☎女性交流室(下連雀3-30-12中央通りタウンプラザ) ☎¥500円(菓子代を含む) ☎同 モリ ☎090-8625-2063 ☎44-7772(初回のみ申込)

食廃油からのせっけん作り
☎三鷹市消費者の会 ☎4月17日(火)午後1時30分～3時 ☎消費者活動センター ☎当日会場へ ☎同 駒林 ☎44-4962

ニューヨークシャドーボックス体験講習会(バラとイチゴ)
☎ニューヨークシャドーの会 ☎4月18日(水)午前10時～正午 ☎下連雀八丁目地区公会堂 ☎¥2,300円 ☎同 ☎4月16日(火)までに三浦 ☎090-5346-8043

発達デコボコカフェ「トランプしませんか」
☎ゆる～く ☎4月18日(水)午後3時～4時30分、

6時～7時30分 ☎みたかボランティアセンター ☎¥1回100円 ☎当日会場へ ☎同センター ☎76-1271

中国語初級学習体験会(北京大学の教材を使用)
☎中国語会 ☎4月18日(水)午後7時～8時30分 ☎三鷹駅前コミュニティセンター ☎同 城島 ☎090-3451-6209 ☎dazhong.jp@outlook.jp

持続可能な幸福をめざして「第12回陽々生(ひびき)記念日コンサート&ワークショップ&作品展」
☎地域ボランティア団体「うず」 ☎4月20日(土)午前11時～午後5時 ☎みたかスペースあい(下連雀3-28-20) ☎¥500円 ☎当日会場へ ☎アベ ☎080-3142-5752

包丁とぎ・職人の感謝デー
☎北多摩建設産業労働組合 ☎4月21日(日)午前10時～午後2時 ☎木村材木店材料置き場(下連雀4-6-12) ☎¥1本500円 ☎当日会場へ ☎平日=同組合 ☎70-0771、土・日曜日、祝日=サカイ ☎090-3230-0858

第45回三鷹書人の会書展
☎4月23日(火)～28日(日)午前10時～午後5時30分(23日は午後2時から、28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

ふろしき市
☎三鷹市ボランティア連絡協議会 ☎4月27日(土)午前10時～午後0時30分(雨天中止) ☎市民センター議場棟下 ☎¥500円(1区画分) ☎同 ☎4月8日(月)から同協議会 ☎76-1271(先着制)

田中優子さんによる講演会「江戸から見ると」
☎出版NPO「本をたのしもう会」 ☎4月27日(土)午後1時30分～4時(0時45分開場) ☎700人 ☎三鷹市公会堂光のホール ☎¥1,500円(学生500円) ☎同会 ☎HP https://npo-honwotanoshimou.com/、または往復はがきで必要事項(15面参照)・同伴者の氏名を「〒180-0004武蔵野市吉祥寺本町4-31-6-225本をたのしもう会事務局(上林方)」へ(先着制) ☎同会 ☎HP https://npo-honwotanoshimou.com/

皆さんで楽しく歌いましょう
☎三鷹一日うたごえ ☎4月27日(土)午後1時30分～4時30分 ☎三鷹市公会堂さんさん館 ☎¥1,000円 ☎当日会場へ ☎同 藤井 ☎48-4688

第196回太宰治の足跡案内
☎みたか観光ガイド協会 ☎同 ☎4月28日(日)午前9時50分集合(雨天決行)。三鷹駅南口デッキ上、市民ガイドが持つのぼりが目印。コースは約2時間30分 ☎当日集合場所へ ☎同 こやの ☎090-8302-2858

三鷹囲碁・将棋フェスタ【初めての方歓迎！】
☎同実行委員会 ☎4月29日(月・祝)午前11時～午後4時 ☎三鷹産業プラザ ☎当日会場へ ☎同 俵 ☎21-4838 ☎info@gomaru.net

好評につきもう一度！「自立した子どもを育てるーいじめない、いじめられない子どもとは？」
☎哲学の小径 ☎5月9日(木)午前10時～正午 ☎20人 ☎生涯学習センター ☎¥200円 ☎同 渡邊 ☎45-9023 ☎nobu-w@soleil.ocn.ne.jp(先着制。空きがあれば当日参加可)

会員募集

ボイストレーニング
☎毎月第1水曜日午後1時30分～3時30分 ☎三鷹駅前コミュニティセンター ☎¥入会金500円、月額1,000円 ☎同 ヒガシ ☎090-6534-2032

若葉グラウンドゴルフクラブ
☎毎月4回日曜日、祝日午前9時～11時 ☎一小校庭 ☎¥月額500円 ☎同 守隋(しゅずい) ☎090-1771-6147

小さなふれあいヨガ
☎毎週土曜日午前10時10分～11時40分 ☎下連雀南浦地区公会堂ほか ☎¥入会金500円、月額4,500円 ☎同 米倉 ☎080-1163-6690

ダンスサークルみどり会(社交ダンス)
☎月3回水曜日午後4時～6時30分 ☎三鷹駅前コミュニティセンター ☎¥入会金1,000円、月額3,500円 ☎同 落合 ☎48-6550

健康キーボード(中青年ピアノ初心者)の会
☎毎月第1・3火曜日午前10時30分～11時40分 ☎三鷹市公会堂さんさん館 ☎¥月額3,000円 ☎同 岡崎 ☎090-8742-6775

すみれ(50歳以上の女性コーラス、初心者歓迎)
☎月2回月曜日午前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 ☎¥入会金1,000円、月額4,000円 ☎同 宗仲(むねなか) ☎080-5000-4200 ☎47-4492

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/

風のホールでピアノを弾こう！【スタインウェイ編】コンサート・グランドピアノと625席の風のホールを貸し切り！

芸術文化センター 風のホール
6月12日(水)・13日(木)

◆利用時間(各日) 午前9時15分～午後7時の間で各回1時間(計10回。練習での利用に限ります)

人在学・在勤を含む市民

¥1時間2,500円(追加1人につき500円加算)

☎4月14日(日)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。申込は1人1回のみ)

※利用時間や利用条件、貸し出し備品などに制限があります。詳しくは同財団ホームページをご覧ください。



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)

CINEMA SPECIAL スクリーンで観たい、チャップリン「キッド」 (1921年/アメリカ/53分/モノクロ/サイレント/DCP / 4Kデジタルリマスター版) 保育

芸術文化センター 星のホール 完全入替制
5月25日(土) 午前の部11時/午後の部2時上映開始

チケット発売中(全席指定)
各回 会員=450円 一般=500円 学生=400円
[監督・脚本・プロデューサー・編集・作曲]
チャールズ・チャップリン

[出演]チャールズ・チャップリン、ジャッキー・クーガン
子役ジャッキー・クーガンの愛くるしい演技に、思わず涙せずにはいられない、チャップリン初期の名作中の名作。



「キッド」
©Roy Export SAS

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に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(口座会員のみのみ)など。

地域ケアネットワーク主催の サロンに参加しませんか

☎地域福祉課☎0422-29-9235

☎いずれも当日会場へ

事業名	日時	会場	内容
連雀サロン	4月16日(火) 午後1時30分～3時	連雀 コミュニティ センター	朗読会、 朗読体験
よってらっしゃい・ にしみたか	4月22日(月) 午後1時30分～3時	井口 コミュニティ センター	紋切り
しんなかサロン	4月25日(木) 午後1時30分～3時	新川中原 コミュニティ センター	ヘルマンハーブ の演奏、体操
ひだまりサロン・ 東部	5月1日(水) 午後1時30分～2時30分	牟礼 コミュニティ センター	ひだまり体操



〒384-1406
長野県南佐久郡川上村大字原591番地362

☎ 0267-97-3206
FAX 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。宿泊申込の際にご予約ください。

◆山菜採り体験 新緑の山々を散策しながら、旬の山菜採りを楽しみませんか。当日宿泊する方には、夕食時に山菜料理を提供します。

☎5月11日(土)午後2時～4時 人20人(最少催行人数10人)
¥大人3,500円、小学生2,500円、幼児(3歳以上)1,000円

☎4月27日(土)までに同施設☎0267-97-3206へ(先着制)
※宿泊料金は別途かかります。

※三鷹市役所発着のバスは運行しませんので、ご注意ください。

◆宿泊のお申し込みは簡単です！ 宿泊希望日の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)またはファクス、インターネットでお申し込みください。7月分の団体(15人以上)の優先申し込みは、4月15日(月)から受け付けます。

◇宿泊料金 大人3,700円から、小学生2,500円から(1泊2食付き)

※4月28日(日)までは割引料金、7月21日(日)～9月10日(火)は繁忙期料金の適用あり(大人200円・小学生100円の割引・加算)。

第7期

三鷹「まち活」塾 —好きなコト できるコト やりたいコト×まちのデザイン 保育

☎NPO法人みたか市民協働ネットワーク
☎0422-46-0048(講座内容について)、
三鷹ネットワーク大学
☎0422-40-0313(申し込みについて)

☎6月1・15・29日、7月6・20日、8月3・17・31日、9月7・21日の土曜日午後1時30分～5時30分(全10回、通し受講のみ)

人地域で活動を始めたい方など25人、保育(1歳～未就学児)5人

所同大学ほか

¥一般5,000円、学生2,500円

☎4月9日(火)午前9時30分～5月25日(土)午後9時に申込書を直接または郵送、ファクス、インターネットで同大学へ。保育希望者は5月15日(火)までに同大学へ(いずれも事前アンケートによる選考あり)

三鷹ネットワーク大学 「民学産公」協働研究事業 参加団体を募集！

☎同大学☎0422-40-0313・HP <https://www.mitaka-univ.org/>

地域産業の活性化や新規事業創出に向けた実証実験、先行的モデル事業などを支援します。今回から新たに支援枠を拡充して募集します。

◆応募資格 ①同大学の正会員および賛助会員(新規入会可)、②三鷹市市民参加でまちづくり協議会の最終報告会の時点で同協議会の会員だった方【拡充】

◆募集期間 5月8日(水)まで

◆支援経費 ①上限額500,000円(協働研究事業経費総額の2分の1以内)、②上限額150,000円(支援対象経費の全額)

☎申請書と必要書類を同大学へ

※書類選考、プレゼンテーション審査により決定します。



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/>

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時閉館) 休館日：月曜日、祝日

☎特に記載のないものは4月9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。締め切りは講座前営業日の閉館時間。「みたか星空散歩」は当日の正午)

☎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、詳しくは同大学ホームページをご覧ください。



みたか星空散歩—5月の星空解説と天文トーク

☎4月23日(火)午後7時～8時30分 人40人

数学はこんなに面白い「保型形式のj-不変量について」

☎5月2日(木)午前10時～11時30分 人30人

講東京女子大学名誉教授の小林一章さん ¥500円

三鷹の夜・月いち読書会「科学と文学の間に」第32回

選書・進行役は編集者でライターの空犬太郎さん。課題図書は、レイ・ブラッドベリ『U』は宇宙船の略号さ』『Uは宇宙船のU【新版】』(創元SF文庫)所収)、萩尾望都『Uは宇宙船のU』(『Uは宇宙船のU』(小学館)所収)。

☎5月10日(金)午後7時～8時30分 人12人 ¥500円

数学カフェみたか「保型形式とアイゼンシュタイン級数についての問題」

☎5月14日(火)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

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

☎5月26日(日)午後1時～3時10分

人10人

¥1,000円

☎5月15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)

◆「おうち時間」を充実させる動画を配信しています

毎月3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。



④4月24日(水)までに申し込みフォーム(右記QRコード)へ(先着制)
☎同研究所 ☐koza@asia-u.ac.jp



**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
④5月8・22日、6月12・26日、7月10・24日の水曜日午後1時～2時(全6回)
①15人
所福祉センター

⑤1,000円(同協議会会員は500円)
④4月8日(月)～24日(水)に直接または申し込みフォーム(右記QRコード)で同協議会(元気創造プラザ3階)へ(申込多数の場合は抽選)
☎同協議会 ☎46-1108



**学習講座 日本古典文学
「平家物語」**

☎連雀地区住民協議会
④5月8～29日の毎週水曜日午後2時～4時(全4回)

①市民50人
所連雀コミュニティセンター
講立正大学名誉教授の山下正治さん
⑤300円

④4月8日(月)午前10時から参加費を同センターへ(先着制)
☎同センター ☎45-5100

毎日が楽しくなる生活教養講座 保育

④5月15日～7月10日の毎週水曜日午前9時30分～11時30分(全9回)
①18歳以上の市民18人、保育(1歳～未就学児)12人

所東多世代交流センター
④4月8日(月)～20日(土)に直接または電話、申し込みフォーム(右記QRコード)で同センター ☎46-0408へ(申込多数の場合は抽選)



**私を知り、まわりとうまくつきあう
心理・コミュニケーション講座 保育**

④5月16日～7月4日の毎週木曜日午前10時～正午(全8回)
①25人、保育(1歳～未就学児)15人
所西多世代交流センター

④4月8日(月)～22日(月)に直接または電話、インターネットで同センター ☎31-6039・HP https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/ (元気創造プラザ講座申込システム)へ(申込多数の場合は在勤を含む市民を優先して抽選)
※保育希望者は、5月9日(木)の保育オリエンテーションに必ず参加してください。

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。
④6～11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)
①20人、保育8人(1歳以上)
所井の頭コミュニティセンター
※保育希望者は、5月31日(金)午前10時15分からオリエンテーションを実施。

④4月17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

募集

市営大沢住宅の入居者

◆募集戸数 1戸(2LDK、2人以上世帯向け)

◆資格 申込者が市内に1年以上居住している、同居家族がいる、世帯の所得金額が基準額の範囲内、住宅に困っている、暴力団員でない

◆申込書・募集案内の配布 4月15日(月)～26日(金)に住宅政策課(市役所5階52番窓口)、総合案内(市役所1階)、市政窓口で配布(三鷹駅前市政窓口は20日(土)・21日(日)午前9時～午後5時も配布)

④5月7日(火)(必着)までに申込書を「〒181-8555住宅政策課」へ(郵送のみ。申込多数の場合は抽選)
☎同課 ☎29-9704

仕事・求人

しごとの相談窓口

就職や再就職などの個別相談会。

④4月10日(水)午前10時～正午
①内職相談は市民
所三鷹産業プラザ

物雇用保険受給者は受給資格者証、内職相談者は本人確認書類
④生活経済課 ☎29-9615へ

起業・創業セミナー「自分の強みを活かした小さな起業の始め方 一人生を輝かせるために」

④4月19日(金)午前10時～11時30分
①25人
所オンライン会議アプリ「Zoom」
講(株)エフコネクの清水亜希子さん

④申し込みフォーム(右記QRコード)へ(先着制)
☎(株)まちづくり三鷹 ☎40-9669

多様な働き方セミナー

④4月19日(金)午後2時～4時
①おおむね55歳以上の求職活動中の方40人
所市民協働センター

講わくわくサポート三鷹相談員の中里紀子さん
物雇用保険受給者は受給資格者証
④必要事項(15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)

都内商店街での店舗開業助成金

申請要件など、詳しくは、(公財)東京都中小企業振興公社ホームページ HP https://wakajo-shotengai.com/ でご確認ください(審査のうえ交付を決定)。
④同公社 ☎03-3251-7926(午前9時～午後5時。正午～午後1時を除く)・☐wakatejosei_shotengai@tokyo-kosha.or.jpへ

(公財)三鷹国際交流協会(MISHOP) 契約職員(1人)
◆職務内容 窓口・電話対応、パソコン入力、イベントの企画・開催補助など
◆資格 英語などの外国語で簡単な日常会話ができる方、SNSなどでの情報発信ができる方
◆任用期間 5月中旬～令和7年3月31日(更新の場合あり)

◆勤務時間 月～土曜日のうち4日程度 午前9時30分～午後5時(実働6.5時間)
◆報酬 時給1,120円、交通費支給
④4月19日(金)(必着)までに履歴書(同協会ホームページ HP https://www.mishop.jp/ で入手。写真貼付、手書き)を直接または郵送で「〒181-0013下連雀3-30-12中央通りタウンプラザ4階(公財)三鷹国際交流協会」へ
☎同協会 ☎43-7812

(公財)三鷹市スポーツと文化財団 特別雇用職員

◆職種 文芸企画員(正規登用の機会あり)
◆勤務期間 7月1日～令和7年3月31日(更新の場合あり)
◆勤務時間 週5日午前9時～午後5時45分(実働7時間45分)
※社会保険などの適用あり。

◆勤務場所 吉村昭書斎(井の頭3-3-17)
※報酬、申込方法など、詳しくは同財団ホームページ HP https://mitaka-sportsandculture.or.jp/ でご確認ください。
☎芸術文化センター ☎47-9100

(社福)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 ①②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=1,400円～、身体介護=1,900円～(勤務実績に応じて昇給あり)、②1,350円
※移動手当、会議手当、研修手当などの支給あり。
④電話連絡のうえ、4月8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

(社福)三鷹市社会福祉事業団 職員

◆職種 ①介護職、②保育士、③総合職(①～③正職員)、④理学療法士、⑤調理員(④⑤契約職員、④は産休代替)、⑥⑦調理員(パートタイマー)

◆資格 ①昭和54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39年4月2日以降生まれの保育士(教育職員免許(幼稚園)があればなお可)、③平成元年4月2日以降生まれで、パソコン操作(ワード、エクセル)ができる、普通自動車運転免許所持者(簿記資格があればなお可)、④実務経験3年以上の理学療法士、⑤栄養士または調理師免許、⑥⑦不問

◆勤務時間 ①4週8休を基本に週平均5日の交代制、②月～土曜日のうち5日の交代制(実働7.75時間。早番午前7時30分から、遅番午後7時45分まで)、③④月～金曜日(実働週38.75時間)、⑤火～土曜日午前8時30分～午後5時(月曜日の勤務あり)、⑥水曜日午前8時～午後1時30分、⑦火・木・土曜日午前9時～正午、火曜日午後1時～4時30分
※②三鷹駅前保育園は早番午前7時から、遅番午後10時まで。トワイライトステイは日曜日、祝日の勤務あり(2カ月に1回程度)。

◆採用予定日 随時
☎同事業団①～④ ☎44-5211、⑤～⑦ ☎24-8881
※勤務場所や報酬など、詳しくは同事業団ホームページ HP https://www.mitaka.or.jp/ でご確認ください。

NPO 法人 花と緑のまち三鷹創造協会 契約職員(1人)


◆職務内容 市民農園などの管理運営、大沢ふるさとセンターの施設管理など
◆資格 普通自動車運転免許所持者、農作業の知識・経験があればなお可
◆勤務期間 5月1日～令和7年3月31日(試用期間あり。更新の場合あり)
◆勤務時間 月・火・木・金曜日午前8時30分～午後5時(祝日を含む。事業により土・日曜日の勤務あり)

◆勤務場所 大沢ふるさとセンター(大沢2-11-8)
◆報酬(月額) 179,500円(令和6年3月実績)、交通費支給(上限55,000円)
※社会保険などの適用あり。
④4月5日(金)～12日(金)(必着)に履歴書(写真貼付、手書き。封筒に「大沢ふるさとセンター契約職員希望」と朱書き)を直接または郵送で「〒181-0012上連雀8-3-10NPO法人 花と緑のまち三鷹創造協会」へ(書類選考合格者は面接)
☎同協会 ☎46-2081

※「市からのお知らせ」は15面からご覧ください。

**新種の八重桜「はるか」が
三鷹中央防災公園に植樹されました**
☎企画経営課 ☎0422-29-9034

東日本大震災からの復興を願い、福島や東北、さらには全国を応援することを目的とした「さくらプロジェクト」に参画するNTTファイナンス(株)から、福島県で育てられた新種の八重桜「はるか」の苗木10本が寄贈され、3月28日に三鷹中央防災公園で2本を植樹しました。残りの8本は丸池公園と大沢の里に4本ずつ植樹し、復興のシンボル、三鷹市の防災・減災のシンボルとして大切に育てていきます。



原田代表取締役副社長(左)と河村市長(右)

市役所各課のファクス番号は市ホームページ「各課ご案内」から確認いただけます。

音楽サロン 哀愁と情熱
—フラメンコギターと舞踊の夕べ

主 東部地区住民協議会
日 4月20日(土)午後6時30分～8時
人 市民
所 牟礼コミュニティセンター
物 室内履き
申 当日会場へ
問 同センター☎49-3441



①土俵を使ってロコモ予防体操!

②土俵でフィットネス!

主 三鷹市スポーツ協会、三鷹市相撲連盟
日 ①6月26日までの水曜日午前9時45分～11時30分(5月29日を除く)、②6月28日までの金曜日午後0時45分～2時30分(5月3日を除く)

人 在学・在勤を含む①60歳以上の市民15人、②20歳以上の市民15人
所 SUBARU総合スポーツセンター
料 ①1回1,500円または4回5,500円、②1回1,000円または4回3,500円
物 ロッカー代100円(返還式)、タオル
申 必要事項(15面参照)・性別を同連盟☎ mitakashisumorenmei@gmail.com・①☎080-3727-4015・②☎070-4206-5257へ(先着制)

剣道の講習会・教室

主 三鷹市剣道連盟、②東京都、(公財)東京都スポーツ協会、三鷹市スポーツ協会
日 ①シニア指導講習会=4月10～24日の毎週水曜日午前9時20分～11時30分、12～26日の毎週金曜日午前10時～11時30分、②指導者講習会=4月14日、5月19日の日曜日午後6時～8時30分(剣道形講習会)、4月21日(日)午後1時～5時(審判講習会)、③一般講習会=4月21・28日の日曜日午前9時30分～11時30分、④ジュニア教室=28日正午～午後3時
人 ①在勤を含む60歳以上の市民で有段者各日30人、②在学・在勤を含む市民で有段者各30人、③在学・在勤を含む市民各20人、④市内の小・中学生40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(15面参照)を同連盟☎090-3803-3638・☎ rsj02547@nifty.comへ(先着制)

設立36周年記念ダンスの集い

主 三鷹市ダンススポーツ連盟
日 4月21日(日)午後2時～5時

人 市民で社交ダンス愛好家100人
所 SUBARU総合スポーツセンター
料 700円
物 女性はダンスシューズ(新品革製のヒールカバー付き)
申 当日会場へ
問 同連盟☎080-8289-1173

少年軟式野球夏季大会

主 三鷹市野球連盟、三鷹市少年軟式野球連盟
日 4月28日～6月30日の日曜日(5月5日、6月16日を除く)、4月29日(月・祝)午前9時～午後5時(雨天中止)
人 市内の小中学生で構成された野球チーム
所 大沢総合グラウンド
料 7,000円(大会参加費)
物 野球道具一式
申 問 三鷹市少年軟式野球連盟ホームページHP https://mitakasyounanren.wixsite.com/msnbbへ
※会議を4月20日(土)午後7時から生涯学習センターで開催します。

卓球の講習会・教室・大会

主 三鷹市卓球連盟、②三鷹市スポーツ協会
日 ①講習会=5月4～25日の毎週土曜日午後3時～6時、②教室=5月11日(土)午前9時～正午、③男子オープン卓球大会=5月26日(日)午前9時～午後9時
人 ①②在学・在勤を含む小学生以上の市民各日40人、③150人
所 SUBARU総合スポーツセンター
料 ①200円(中学生以下100円)、②400円(中学生以下200円)、③1,000円(保険料を含む)
物 室内履き、①ラケット、ボール
申 ①②当日会場へ、③4月8日(月)～22日(月)(必着)に申込書(同連盟ホームページHP http://mitakattl.jp/で入手)を「〒181-0013下連雀7-4-32三鷹市卓球連盟」・☎ info@mitakattl.jpへ(先着制)。
③申込多数の場合は在学・在勤を含む市民を優先)
問 同連盟①☎43-3350、②☎71-7449、③同連盟☎ info@mitakattl.jp

50歳以上の初心者水泳講習会

主 三鷹市スポーツ協会、三鷹市水泳連盟
日 5月8～29日の毎週水曜日午前11時～午後1時(全4回)
人 在勤を含む50歳以上の市民10人
所 SUBARU総合スポーツセンター
料 4,000円
物 水着、水泳帽、ゴーグル、タオル、ロッカー代・靴箱代各100円(返還式)
申 4月17日(水)(必着)までに往復はがきで必要事項(15面参照)を「〒181-8799

三鷹郵便局留三鷹市水泳連盟GS部」へ(申込多数の場合は抽選)
問 同連盟☎090-8514-7849・☎ wabi-sabi-chakai@triton.ocn.ne.jp

フットサル ONE DAY マッチ 壮年&女子大会

主 (一社)三鷹市サッカー協会
日 5月11日(土)正午～午後2時30分
人 壮年(令和6年4月1日時点で40歳以上)または15歳以上の女性で構成されたチームまたは個人、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
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)
申 問 同協会ホームページHP https://mitakafa.jp/へ(先着制)

三鷹市バドミントン協会

2024年度前期団体リーグ戦
日 5月12・19日の日曜日午前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(男子5～10人、女子6～10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 問 4月26日(金)までに必要事項(15面参照)を同協会☎ badmitaka@gmail.comへ(先着制)

初心者向け小学生卓球体験教室

主 東部地区住民協議会、東多世代交流センター
日 5月12日(日)午前10時30分～正午
人 小学生18人
所 牟礼コミュニティセンター
物 室内履き、タオル、あればラケット
申 問 4月15日(月)午前9時から直接または電話で東多世代交流センター☎46-0408へ(先着制)

弓道初心者講習会(体験会)

主 三鷹市スポーツ協会、三鷹市弓道連盟
日 5月15日～6月26日の毎週水曜日午後0時30分～2時30分(全7回)
人 在学・在勤を含む高校生以上の市民で弓道未経験者の方5人
所 SUBARU総合スポーツセンター
料 3,000円(保険料を含む)
申 問 4月17日(水)(必着)までに同連盟ホームページHP https://mitaka-kyudo.jim-dofree.comへ(申込多数の場合は抽選)

夏季ソフトテニス大会

◆種目 ダブルス団体戦
主 三鷹市ソフトテニス連盟

日 5月19日(日)午前8時30分～午後5時(小雨決行)
人 在学・在勤を含む市民および同連盟登録者(学連登録者を除く)20チーム120人
所 大沢総合グラウンドテニスコート
料 1チーム6,000円
物 ラケット、ウェア、テニスシューズ、帽子
申 4月19日(金)午後5時までに1チーム3ペアをそろえて同連盟☎ info@mtksta.comへ。同連盟登録者は4月20日(土)までに各連盟理事へ(先着制)
問 同連盟☎090-2191-4530



スマホ・タブレット教室(5月)

主 三鷹市シルバー人材センター
日 ①月1回午後1時～2時30分、②月4回2時30分～4時(いずれも木曜日)
人 ①4人、②3人
料 ①2,000円(1回分)、②8,000円(4回分)
申 4月24日(水)(必着)までに必要事項(15面参照)・お使いの機種を「〒181-0004新川6-35-16三鷹市シルバー人材センター」へ(先着制)
問 同センター☎48-6721

手作りの会

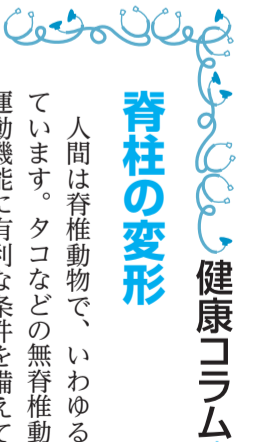
「松ぼっくりのフクロウ」
日 4月14日(日)午前10時～正午
人 小学1年生以上の方15人(小学1・2年生は保護者同伴)
所 東多世代交流センター
物 室内履き、ハンドタオル
申 問 直接または電話で同センター☎46-0408へ(先着制)

夏野菜の苗物植付講習会

日 4月20日(土)午後1時30分から(雨天時は4月21日(日)に順延)
所 農業公園
申 当日会場へ
問 JA東京むさし三鷹緑化センター☎48-7482
※自家用車での来場はご遠慮ください。

亜細亜大学アジア研究所公開セミナー 第1回「アジア・ウォッチャー」

テーマは「2024年大統領選挙戦に見るインドネシア政治の現在」。
日 4月27日(土)午後2時～3時30分
人 400人
所 オンライン会議アプリ「Zoom」
講 同大学国際関係学部教授の増原綾子さん



脊柱の変形

健康コラム

人間は脊椎動物で、いわゆる背骨を有しています。タコなどの無脊椎動物と異なり運動機能に有利な条件を備えていて、これは鳥類・爬虫類・両生類・魚類なども一緒です。ところがこの背骨が先天的な理由で変形したり、加齢とともに変形したりすることがあり、これによっていろいろな障がいが起こります。小児に発生する代表的なものに、体の左右にS字状に彎曲(わんきょく)する特発性側彎(そくわん)症があります。思春期の女兒に多く、遺伝因子が関与しています。日本では1978年から学校検診が導入されていて、三鷹市でもすべての小・中学校で6月頃に整形外科医師が側彎症検診を行っています。特発性側彎症を放置すると運動機能障がいや肺活量の低下などの問題が生じます。治療はカーブが25度を超えるとコルセットを着用し、40度以上では手術療法が検討されます。

高齢者でみられる脊柱変形には小児期の特発性側彎症を放置した例や骨粗しょう症による脊椎圧迫骨折を原因とするものも多くみられます。高齢者では左右方向だけでなく前後方向に脊柱変形が起こることにより、いわゆる腰曲がりの変形を来すことがあります。症状は腰痛、また脊柱管狭窄(さく)症の症状として下肢神経痛や腰部疲労感などがあります。肺活量が低下したり胃食道逆流症が起こったりしやすくなることから、メンタルヘルスが低下してうつ病を発症することがあり、ほかの循環器や消化器などの慢性疾患と同様に生命予後にも影響が出ます。治療としては、装具や運動療法は有効性が低く、軽度の症状であれば投薬や消炎処置、マッサージなどのリハビリを試みます。効果がなければ手術を選択することもあり、今は高齢者に配慮した体への負担が少ない手術も開発されています。三鷹市では杏林大学医学部付属病院や武蔵野赤十字病院と密接に連携をとっていますので、安心して最寄りの整形外科にご相談ください。

問 三鷹市医師会

☎0422-47-2155

むらさき子どもひろばの催し (4月)

◆乳幼児のおそびひろば

日①げんきっ子ランド=月曜日午前9時～正午(22日(月)を除く)、②みんなであそぼ!=火～金曜日、13日(土)午前11時～11時30分(9日(火)・10日(水)・16日(火)・19日(金)・22日を除く)

◆乳幼児対象のイベント

日①手形アートスタンプ=9・10日午前11時～11時30分、②Mamaカフェ=16日午前10時30分～11時30分、③みんなであそぼ!=19・22日午前11時～11時30分、④紙コップロケットを作って遊ぼう=20日(土)午前10時30分～11時30分、⑤スペシャルバスデー=25日(木)・26日(金)午前11時～11時30分

人①⑤就学前のお子さん、②0歳のお子さんと母親10組、③19日は2歳、22日は1歳のお子さん、④3歳～就学前のお子さんと保護者10組

◆小学生対象のイベント

日①卓球の日=月・木曜日午後3時30分～4時30分、②一輪車教室=12日(金)午後3時40分～4時30分(雨天中止)、③スポーツの日=19日午後4時～4時30分、④紙粘土でペン立てを作ろう=20日午後2時30分～3時30分、⑤卓球大会=25日午後3時30分～4時30分

人②12人、④10人

※申込方法や持ち物など、詳しくは市ホームページでご確認ください。

問同ひろば ☎49-5500



星と森と絵本の家の催し

◆絵本のおはなし「ふわふわ ほわほわ」

日4月10日(水)午後2時から

申当日会場へ

◆街頭紙芝居

日4月13日(土)午前10時30分から、11時30分から

申当日会場へ

◆森のおはなし「雑木林のコナラのおはなし」

日4月13日(土)午後1時30分から

申当日会場へ

◆絵本リレー

日4月17日(水)午後3時30分から

申当日会場へ

◆おやじの絵本よみかきせ

日4月21日(日)午前10時30分から

申当日会場へ

◆幼児クラブ 春の森のたんけん隊

日4月25日～6月20日の隔週木曜日午前10時30分～11時30分(全5回)

人2歳6カ月以上のお子さんと保護者15組(下のお子さんの同伴可)

申4月7日(日)～17日(水)に必要事項(15面参照)・お子さんの名前(ふりがな)と生年月日・一緒に参加する弟妹の有無と年齢・過去の参加の有無と回数を同施設 ☐ehonnoie@city.mitaka.lg.jpへ(申込多数の場合は初参加の市民を優先して抽選。当選者は4月19日(金)までに通知)

問同施設 ☎39-3401

一日プレイパーク

日4月14日(日)午前10時～午後3時(雨天中止)

所農業公園

申当日会場へ

※詳しくは、みたかプレイパーク運営委員会 Face book をご覧ください。

問緑と公園課 ☎29-9789



すくすくひろばの催し

◆4カ月までの赤ちゃんあつまれ

日4月25日(水)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令和5年11月以降生まれのお子さんと母親各8組

講三鷹市助産師会の皆さん

◆ウェルカムパパ講座

日5月11日(土)午前10時30分～正午

人市内在住のおおむね8カ月ぐらいいまでのお子さんと父親8組(これから父親になる方、第2子以上の方も受講可)

講三鷹市助産師会の皆さん

※申込方法や持ち物など、詳しくは市ホームページでご確認ください。

問同ひろば ☎45-7710



東多世代交流センターの催し

◆ベビーマッサージ講座

日4月25日(水)午前10時30分～正午

人2～6カ月前後のお子さんと母親10組

講ベビーマッサージ&チャイルドケアアドバイザーの鈴木美奈さん

¥200円(マッサージオイル代)

物バスタオル

申4月8日(月)～18日(木)に同センター ☎46-0408または申し込みフォーム(右記QRコード)へ(申込多数の場合は抽選)



◆知ってわかって楽しく子育て「1歳半

のキノチシキ」保育

日5月16日～6月6日の木曜日午前9時30分～11時30分(全4回)

人在学・在勤を含む市内の1歳～1歳6カ月前後のお子さんの保護者15人、保育(1歳～1歳6カ月前後)12人

申4月8日(月)～20日(土)に同センター ☎46-0408または申し込みフォーム(下記QRコード)へ(申込多数の場合は抽選)



問同センター ☎44-2150

小学生向けスクラッチプログラミング教室(5月)

所三鷹市シルバー人材センター

日①入門コース=6～27日の月曜日午後4時15分～5時45分、7～28日の火曜日午後4時30分～6時(いずれも全4回)、②オンライン教室=8日以降の水～土曜日のうち1日午後4時30分～5時30分(月4回)

人小学3～6年生①各5人、②経験者4人

¥5,000円(教材費を含む)

物①USBメモリー、②パソコン

申4月23日(火)(必着)までに必要事項(15面参照)・保護者の氏名・受講曜日、①はパソコン経験の程度を「〒181-0004新川6-35-16三鷹市シルバー人材センター」へ(申込多数の場合は抽選)

※②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

障がいのある方

令和6年度の特別障害者手当などの手当額が変わりました

5月の定例支給期から振込金額が変わります。

問障がい者支援課 ☎29-9234

障がい者訪問理美容サービス

人次の全てに該当する方。重度心身障害者手当を受給している、6歳以上(学齢児)、身体障害者手帳の障がいの程度が下肢1・2級または体幹1・2級、常時寝たきりで自ら理美容店に行けない(施設入所または入院中の方を除く)

¥1回600円(年度4回まで利用可)

申問障がい者支援課(市役所1階14番窓口) ☎29-9234へ

特定疾患手当の対象疾病を拡大しました

難病医療費助成の対象となる方は、所得などの条件を満たすと、同手当の支給対象となります。

国の新たな難病医療費助成制度の実施に伴い、市の特定疾患手当の対象疾病を拡大しました。

◆新たに対象となる疾病名 MECP2重複症候群、線毛機能不全症候群(カルタゲナー症候群を含む)、TRPV4異常症

申問障がい者支援課 ☎29-9234へ



みたか親の会

日4月10日(水)午前10時～正午

人引きこもりや不登校の家族がいる方15人

所みたかボランティアセンター

申当日会場へ(先着制)

問同センター ☎76-1271

認知症家族介護者向けの催し

日①介護者ひろば=4月11日(木)午後1時30分～3時30分、18日(木)午後1時30分～3時30分、23日(火)午後1時～3時、24日(水)午前10時～正午、②介護なんでも相談室=26日(金)午後2時～2時50分、3時～3時50分(1人50分)

人①家族介護者、介護経験者、②市内の介護者

所①11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)、23日=みたかボランティアセンター、24日=ピアいのかしら(井の頭2-13-6)、②福祉センター

申問①当日会場へ、②4月23日(火)までに三鷹市社会福祉協議会 ☎79-3505へ

①三鷹産の夏野菜苗物市、②市内農家による夏野菜作り相談会

日①4月15日(月)～5月31日(金)午前9時～午後5時、②4月15日～5月5日(日・祝)午前9時～午後3時

所JA東京むさし三鷹緑化センター(農業公園内)

申期間中会場へ

問同センター ☎48-7482

障がいや特定疾病があるお子さんの医療費などを支援しています

申問子育て支援課(市役所4階43番窓口) ☎0422-29-9675へ

自立支援医療(育成医療)

体に障がいのある18歳未満の児童が、指定医療機関で確実な効果が期待できる手術などの治療を受けた場合の医療費(保険診療分)の一部を助成します(要事前申請。自己負担金、所得制限あり)。

小児慢性特定疾病医療費助成

対象疾病の認定基準に該当している18歳未満(継続の場合は20歳未満)の児童の治療にかかる医療費(保険診療分)の一部を、認定された病名・期間に限り助成します(自己負担金あり)。

小児慢性特定疾病児童等日常生活用具給付事業

対象の方(障害者自立支援法の施策の対象にならない方)に、日常生活用具を給付します(自己負担金あり)。

情報誌『みいむ』vol.6を刊行しました

問生涯学習課 ☎0422-29-9862

市では、まち全体を博物館に見立てた「三鷹まるごと博物館」事業を進めています。『みいむ』は、三鷹という地域をつくり、受け継がれている文化や歴史を研究し、未来につなげる思いを込めた「エコミュージアム情報誌」です。



主な内容

ふかぼり「野川村」、大沢の里竹灯り、三鷹大沢わさびの謎、品川用水・仙川用水

配布場所

同課(第二庁舎2階)、相談・情報課(市役所2階)、みたかえる(三鷹歴史文化財展示室)(教育センター2階)、生涯学習センター(元気創造プラザ4階)、市立図書館、みたか都市観光協会、コミュニティセンター、市政窓口

※「みたかe-bookポータル」(右記QRコード)での閲覧も可能です。



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

4月は「若年層の性暴力被害予防月間」です

同意のない性的な行為は性暴力です。被害者は悪くありません。性被害・性犯罪でお悩みの方、一人で悩まず、ご相談ください。

◆市の相談窓口

- ◇女性相談支援員 ☎45-1151(内線2754)
- ◇子ども家庭支援センターりぼん ☎40-5925
- ◇こころの相談室 ☎44-6600
- ◇こころの相談ダイヤル ☎29-9864
- ◇総合保健センター ☎46-3254

☎子育て支援課☎45-1151(内線2754)

プラスチック、ペットボトルの排出削減にご協力ください

- ◆マイボトルの使用 家庭で用意した水、お茶などの飲料を水筒に入れて持ち歩く
- ◆買い物にはマイバッグを持参 レジ袋やポリ袋をもらわない、使わない。

- ◆詰め替え用の製品を購入する
- ◆プラスチック製のスプーンやストローなどをもらわない、使わない

- ◆拠点回収、店頭回収の利用 使用済みのペットボトル、食品トレイは、公共施設やスーパーなどの一部の施設・店舗でも回収しています

☎ごみ対策課☎29-9613

「さくらねこ無料不妊手術事業」を実施しています

(公財) どうぶつ基金が実施する同事業の活動に参加し、飼い主のいない猫の不妊手術費用を全額負担する無料チケットを、年数回に分けて配布しています。チケットは、市が指定した協力病院で利用できます。

◆第1回受付期間 4月23日(火)まで

※詳しくは市ホームページ

☎環境政策課☎29-9612

男女平等参画を考える啓発誌『Shall we?』78号を配布中

今号のテーマは「女性の再就職・起業」。市内公共施設、郵便局などで配布しています。

※「みたかe-bookポータル」(右記QRコード)でも閲覧できます。

☎企画経営課☎29-9032

『三鷹ご線人道橋調査報告書』を刊行しました

「三鷹ご線人道橋」の都市史や技術史についてまとめた調査報告書(1部500円)です。

- ◆頒布場所 相談・情報課(市役所2階)
- ☎生涯学習課☎29-9862

地域福祉コーディネーターを市内全7地区に配置しています

4月から、大沢、連雀、東部、西部、井の頭、新川中原、三鷹駅周辺地区に各1人を配置し、年齢や対象を問わず、生活の中での困りごとやご相談に応じます。

☎みたかボランティアセンター☎76-1271

家内労働の委託状況届の提出は4月30日(火)まで

家内労働者へ仕事(内職など)を委託している事業主は、毎年4月1日現在の家内労働者数などについて、労働基準監督署に届け出ることが義務付けられています。届出書は最寄りの労働基準監督署

で入手できます。忘れずに提出してください。

☎東京労働局賃金課☎03-3512-1614

ヒツジ、ニワトリ、ウズラなどの所有者は定期報告をお願いします

家畜伝染病予防法により、家畜の所有者(管理者)は、毎年、飼養する家畜の所在地を報告することが義務付けられています。

※詳しくは、東京都産業労働局ホームページ [HP](https://www.sangyo-rodo.metro.tokyo.lg.jp/) <https://www.sangyo-rodo.metro.tokyo.lg.jp/> でご確認ください。

☎都家畜保健衛生所☎042-588-7171

子育て・教育

就学援助費の申請を受け付け中

市内在住で国公立の小・中学校に在学、入学するお子さんがいて、経済的に困りの家庭に、学用品費などを援助します。

☎申請書(市立小・中学校で配布)を学校へ(郵送可)

※市立小・中学校に在学していない方は学務課へご相談ください。

※令和5年度就学援助費(新入学準備金)の認定を受けている場合でも、改めて6年度分の申請が必要です。

☎同課☎29-9814

令和6年度保育所等訪問支援の利用児を募集します

訪問支援員が、保育所や幼稚園などを訪問し、障がいや発達に課題のあるお子さんの集団生活を支援します。

☎月1回程度(1クール4~6回程度)

☎保育所、幼稚園などに在園し、専門支援を必要とする障がいや発達に課題のあるお子さん若干名

☎4月8日(月)~18日(木)(必着)に申請書(市ホームページで入手)を直接または郵送で「〒181-0004新川6-37-1子ども発達支援センター」(元気創造プラザ1階)へ

連休期間中は「のびのびひろば」の一時保育締め切り日が早まります

☎4月30日(火)~5月6日(月・休)の一時保育=4月15日(月)、5月7日(火)・8日(水)の一時保育=4月30日、いずれも午後4時30分までに予約アプリへ

☎同ひろば☎40-2926

星と森と絵本の家 ジュニアスタッフ募集

☎小学5年~中学3年生

☎4月21日(日)までに申込書(市ホームページで入手)を直接またはファクス、電子メールで同施設 [FAX](mailto:ehonnoie@city.mitaka.lg.jp) 39-3402・ehonnoie@city.mitaka.lg.jpへ

※4月28日(日)に説明会を行います。

☎同施設☎39-3401

産後ケア「ゆりかごプラス」の実施施設や対象月齢が広がります

☎子ども家庭課☎0422-46-3254

産後の心身のことや授乳、育児などの心配ごと、困りごとに対して相談やサポートが受けられます。

☎市内の産後1年未満の産婦と赤ちゃん(医療行為が必要な方や市外に転居された方は利用できません)

☎実施施設=Mama&Babyあきやま1(上連雀1-1-5-108)、Mama&Babyあきやま2(上連雀1-2-4 1階)、産前産後ケア助産院はるかぜ(武蔵野市吉祥寺本町2-12-5-301)、産前産後ケア サージュファム(調布市国領町2-8-3 B107)、アウトリーチ(訪問)型=三鷹市助産師会、総合保健センター

※施設や種類によって赤ちゃんの対象月齢、料金などが異なります。詳しくは市ホームページでご確認ください。☎世帯の課税状況に応じて、利用料の減免があります。

◆内容 お母さんと赤ちゃんの健康状態の確認、育児相談、授乳・沐浴指導、休息など

※外出のための預かりはできません。

◆利用方法 保健師・助産師などによる事前面接が必要です

☎妊娠8カ月以降に申し込みフォーム(右記QRコード)へ

お子さんが誕生したら 児童手当・マル乳の申請を

☎子育て支援課☎0422-29-9675

児童手当

保護者の所得に応じて、1人につき月額15,000円、または5,000円を支給します(所得制限あり)。なお、3歳以上は手当額が変わります。

- ※公務員の方は勤務先で申請してください。
- ※所得の高い方の保護者の所得が所得上限限度額以上の場合は、手当が支給されません。

マル乳(乳幼児医療費助成制度)

就学前のお子さんの医療費(保険診療分)の自己負担額を全額助成します。児童手当と同時に申請できます。

☎いずれも出生日の翌日から15日以内に申請書(子育て支援課<市役所4階43番窓口>、市政窓口で配布)を同課、市政窓口へ

※郵送またはぴったりサービスでも申請できます。

※詳しくは市ホームページまたは「みたかきっずナビ」でご確認ください。

※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)。

学校給食費を無償化します

問 学務課 ☎0422-29-9815

市では、保護者負担を軽減するため、東京都が新設する補助制度を活用し、市立小・中学校の児童・生徒の学校給食費を4月から無償化します。

また、物価高騰が続いている状況を踏まえ、学校給食の栄養バランスや必要量を保つため、令和4年度から実施している食材費の高騰分に対する8%の支援を6年度も継続します。




太宰治 展示室 企画展示 太宰文学と美術のまじわり

問 太宰治文学サロン ☎0422-26-9150

小館善四郎や鱒崎潤らとの交流を通して、美術に造詣を深めた太宰治の芸術性に迫ります。美術をモチーフにした太宰作品をはじめ、太宰が自ら絵筆を執った油絵や画家による装幀の初版本など、多彩な資料をご覧ください。

4月13日(土)～8月18日(日)午前10時～午後6時

◆休館日
 月曜日(祝日の場合は開館し、翌日と翌々日が休館)、5月9日(木)・23日(木)～31日(金)、7月9日(火)～12日(金)

所 太宰治展示室(三鷹市美術ギャラリー内)

申 期間中会場へ





太宰治「水仙」昭和14、5年頃

一人ひとりの人権が尊重され、誰もが暮らしやすいまちへ

人権を尊重するまちづくりを推進するため、市政全般に通底する基本理念などを定めた「人権を尊重するまち三鷹条例」を制定し、4月1日から施行しました。

合わせて、条例の理念を踏まえ、性的マイノリティーの方の生きづらさや生活上の支障を軽減し、地域での理解促進につなげるため、パートナーシップ宣誓制度を開始しました。

人権を尊重するまち三鷹条例

すべての市民が一人の人間として尊重されるためには、市、市民、事業者などの協働によって、人権に関する意識を高めていくことが必要です。互いの人権を尊重し、誰もが暮らしやすいまちづくりを進めていくために、三鷹市の人権に関する上位規範として同条例を制定しました。

制定に当たっては、当事者や関係団体へのヒアリング、市民ワークショップやフォーラムの開催、市民会議・審議会での意見聴取、パブリックコメントなどでご意見を伺いながら検討を進めました。

◆主な内容

◆基本理念(第3条)
 一人ひとりが人権に対する意識を高め、不当な差別を受けることなく暮らせるまちを実現します。

◆権利侵害等の禁止(第4条)
 誰であっても社会のあらゆる場面において、①不当な差別的取り扱い、②あらゆるハラスメントなどの人権を侵害する行為、③アウトティング(本人の意に反する暴露)、④カミングアウト(自分の秘密を打ち明けること)の強制と禁止、⑤差別的言動を含むあらゆる暴力行為を行ってはなりません。

◆相談等および救済(第11条)
 市民等は、権利侵害等について、市に相談、意見の申し立て、情報提供をすることができます。

◆その他
 人権に関する相談員と審議会を設置します。

三鷹市パートナーシップ宣誓制度

問 企画経営課 ☎0422-29-9032

一方または双方が性的マイノリティーでパートナーシップ関係にあるお二人からの宣誓を受け、受理証を交付します。手続きの際に窓口などで受理証を提示することで、婚姻関係にある方と同様にさまざまな行政サービスなどを利用できます。

また、市が交付する受理証で都の行政サービスも利用できます。詳しくは市ホームページをご覧ください。


◆宣誓できる方

- 満18歳に達している
- 市内在住または3カ月以内に転入予定
- 婚姻(事実婚を含む)をしていない
- 他者とパートナーシップ関係にない
- 近親者など民法上の婚姻できない関係にない

◆市で利用できるサービス(一部)

- 市営住宅、市民住宅、高齢者福祉住宅の入居申し込み
- 心身障がい者福祉手当
- 保育施設の入所手続など、各種保育サービス
- 災害見舞金の支給、り災証明書の代理申請

※本制度のパートナーシップ関係は、法律上の婚姻とは異なるため、法律に基づく権利や義務は発生しません。
 ※現在、都のパートナーシップ制度を利用している方も、三鷹市への宣誓ができます。



人権相談を開設しました

申 同課 ☎0422-29-9032へ

市内の人権侵害に関する困りごとなどを、ご相談ください。必要に応じて専門相談員につなぎ、法的な助言も行います。※個人間のトラブルの対応、相手方との交渉・仲介は行いません。