

星と森と絵本の家の催し



◆絵本リレー

日 1月22日(水)午後3時30分から

◆星のおはなし「地球に近づいた火星のはなし」

日 1月25日(土)午後2時から

◆ICU留学生のおはなし会

日 1月26日(日)午前10時30分から

◆おやじの絵本よみかせ

日 2月1日(土)午前10時30分から

◆むかしあそびの日「むかしのうたとおはなし」

日 2月1日(土)午後2時から

いずれも当日会場へ

同施設 ☎ 39-3401

おやこでよってチョコッとあつぷるーむ(2月)



同 NPO法人みとか市民協働ネットワーク

日 ①楽しく羊毛フェルト=3日(月)、②テ

コンドーで産後の体型戻し=6日(木)、③

子育てと働き方のバランス講座(診断シ

ート編)=10日(月)、④ヨガママで骨盤

調整(ハイハイ前)=15日(土)、⑤ベビ

ーマッサージでママと赤ちゃんの素肌ス

キンシップ=17日(月)、⑥ハーブでここ

ろとからだケア(春の過ごし方編)=20

日(木)、⑦親子で楽しむ英語絵本&手遊

び歌=22日(土)、⑧簡単スクラップブッ

キング(A4フレーム編)=24日(月・休)

⑨足形つきのバックを作ろう!=27日(木)

いずれも午前10時30分~正午

人 ①③3歳までのお子さんと保護者、

妊婦、②首据わり~3歳までのお子

さんと母親、③3歳までのお子さんと

母親、妊婦、④ハイハイ前のお子

さんと母親、⑤2~11カ月のお子

さんと保護者、⑥3歳までのお子

さんと母親、⑦⑨3歳

までのお子さんと保護者

同 市民協働センター

同センター ☎ 46-0048

すくすくひろばの催し(2月)



◆年齢別あそびまじよ

日 ①ひよこぐみ=4日(火)、②うさぎぐ

み=14日(金)、③バナナぐみ=18日(火)

④ぞうぐみ=21日(金)、⑤いちごぐみ=28

日(金)、いずれも午前10時15分~11

時15分

人 市内在住の①初めて受講する令和5

年10月~6年1月生まれのお子

さんと保護者8組、②4年4月2日~5年4

月1日生まれのお子さんと保護者8組、

③初めて受講する6年4~5月生

まれのお子さんと保護者6組、④3年4月2

日~4年4月1日生まれのお子

さんと保護者8組、⑤初めて受講する6年9~

10月生まれのお子さんと母親4組

◆ベビーヨガ

日 5日(水)午前10時30分~11時30分

人 市内在住の初めて受講する6年5~

10月生まれのお子さんと母親15組

同 井の頭コミュニティセンター

◆4カ月までの赤ちゃんあつまれ

日 6日(木)午前10時15分~11時30分、

午後1時45分~3時

人 市内在住の初めて受講する6年9月

以降に生まれたお子さんと母親各回8組

◆育児講座「赤ちゃんの眠りを育むために大切な日々の関わり」(保育)

日 7日(金)午前10時15分~11時45分

人 市内在住の2年4月2日以降生まれ

のお子さんの保護者20人、保育(首が

据わっている3カ月~年少児)15人

◆お父さんのためのワクワク子育て

日 9日(日)午前10時30分~11時30分

人 市内在住の初めて受講する1歳6カ

月前後のお子さんと父親7組

◆ママ・パパのための育休復帰前プログラム(保育)

日 15日(土)午前10時15分~11時45分

人 市内在住の2年4月2日以降生まれ

のお子さんの保護者で、育休中の父親

または母親(両親での参加も可)、保育

(首が据わっている3カ月~年少児)15

人

◆育児講座「音を感じながら親子でリラックス」

日 19日(水)午前10時15分~11時

人 市内在住の初めて受講する4年3月

~6年2月生まれのお子さんと保護者

12組

同 同ひろば ☎ 45-7710

東多世代交流センターの催し(2月)



◆学齢期保護者向け講座「子どもとメディアの関わり方」(保育)

日 9日(日)午後1時~3時

人 小学生~高校生世代のお子

さんの保護者20人、保育(1歳~未就学児)3人

◆出前講座 ベビーマッサージ

日 18日(火)午前10時30分~正午

人 2~6カ月ごろのお子

さんと母親12組

同 同センター ☎ 46-0408

令和8年度就学に向けた教育支援学級などの説明会



教育支援学級・特別支援学校などの教育課程や就学相談の流れなどに関する説明会です。

日 2月13日(木)午後3時~4時30分

人 8年度に就学するお子

さんの保護者50人

同 教育センター

同 子ども発達支援センター ☎ 45-1122

①三鷹市小学生囲碁大会、②囲碁入門教室



同 同大会実行委員会、三鷹市囲碁協会、調布囲碁連盟

日 2月15日(土)①C(20~24級)・D(25級以下) クラス=午前9時~正午、有段(初段以上) クラス=午前10時~午後3時30分、A(1~9級)・B(10~19級) クラス=午後0時30分~4時、②2月15日午前9時30分~11時30分、午後1時~3時

人 ①三鷹市または調布市在住・在学で囲碁教室在籍の未就学児、小学生、②

各回40人

同 クリーンプラザふじみ

同 同大会実行委員会 ☎ mitaka.syo

gakusei.igo@gmail.com

健康

特定健康診査・後期高齢者健康診査はお済みですか

令和6年度の受診期限は2月28日(金)です。受診票が手元にない方は、お問い合わせください。

人 6年4月1日から継続して三鷹市国民健康保険に加入し、3月31日までに40~75歳になる方、後期高齢者医療制度加入者

同 健康推進課 ☎ 24-8571

こころの健康相談

精神科専門医による個別相談(家族のみの相談も可)。

日 2月6日(土)午前10時~正午(1人40分)

同 福祉センター

同 同障がい者支援課 ☎ 29-9233へ

産後ケア「ゆりかごプラス」をご利用ください



同 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に対してサポートが受けられます。施設での実施のほか、アウトリーチ(訪問)型のサービスもあります。

施設によって赤ちゃんの対象月齢や料金などが異なります。また、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や育児相談、授乳・沐浴指導、休息

※外出のための預かりはできません。

◆利用方法 保健師や助産師などによる事前面接が必要です。

人 市内の産後1年未満の産婦と赤ちゃん 申 妊娠8カ月以降に市HPへ

初回産科受診料を助成します

経済的な理由などで初回産科受診が困難な方へ、受診料の一部(上限10,000円)を助成します。不安な気持ちを一人で抱えず、まずはお電話ください。

人 住民税非課税世帯の方、住民税非課税世帯と同等の所得水準または状態にある方 申 同課 ☎ 0422-46-3254へ

市内の地下水汚染調査の結果を公表しています



同 環境政策課 ☎ 0422-29-9612

市では、地下水の水質汚濁を監視するため、市内の井戸で定期調査を実施し、経年変化を観察しています。令和6年度は水道法に基づく水質基準や関係法令などに定められた検査を8~10月に実施しました。調査の結果は、市HPでご確認ください。

健康コラム

いつまで続く薬の供給不足

同 (一社)三鷹市薬剤師会 ☎ 0422-49-7766

現在、薬の供給不足が発生していることをご存じでしょうか。薬局に行ってもせき止めや解熱鎮痛剤などがなくて、在庫のある薬局を探したことや、似た効果の薬に変更してもらったことはありませんか。薬の供給不足は令和3年くらいから続いています。大手ジェネリック医薬品メーカーの品質不正を皮切りに、次々とほかのメーカーでも品質不正が発覚して業務停止となり、薬が不足していきました。それに加えて新型コロナウイルス感染症の流行も重なり、需要と供給のバランスが完全に崩れてしまったのです。

4年たっても流通がなかなか戻らないのには、薬の価格設定にも一因があり

ます。保険診療で使われる薬の販売価格はメーカーではなく国が決めており、風邪が流行した時によく処方されるせき止めや解熱鎮痛剤などは、1錠5~10円と比較的安い薬が多いです。国は供給不足を改善するために必要な薬を増産するように指示を出していますが、メーカーは薬を増産するための設備投資が難しく、逆に利益が無い薬を販売中止にする状況も起きています。また、多くの原料・原薬を海外に依存している日本では、ここ最近の円安の影響も強く受けています。

今もすべての受注に対応できない薬が約3,000品目もあります。患者さんの命に関わることもある「薬の供給問題」。医師が処方したい薬を処方でき、それを当たり前を受け取れる日はいつになるのかといった懸念もあります。医薬品の供給に関わるさまざまな業種間の連携が求められています。