

# 民生・児童委員にお気軽にご相談ください

☎地域福祉課 ☎0422-29-9231



民生・児童委員は、身近な地域の相談相手として活躍する福祉ボランティアです。お住まいの地区の委員を知りたい場合は同課へお問い合わせください。

## どんな相談ができるの？

1人暮らしの高齢者や子育てに悩みを抱える家庭など、手助けを必要としている方の相談に応じます。委員には守秘義務があり、相談内容や個人情報はお守りされます。

※近隣とのトラブルなど、一部対応できない相談もあります。



## どんな活動をしているの？

### ●乳児家庭全戸訪問(こにちは赤ちゃん)事業

おおむね生後4カ月までの乳児がいる家庭を訪問し、育児の不安や悩みを伺うほか、情報提供や絵本のお届けも行っています。

### ●地域ケアネットワーク

気軽に参加できるサロン事業や困り事の相談、見守りの仕組みづくりなどに協力しています。

### ●ほのぼのネット

地域ボランティアのネットワークである「ほのぼのネット」の会員としても活動し、地域などの行事に参加することもあります。



## 活動紹介パネル展

委員の日ごろの活動を紹介するパネル展示を開催します。お気軽にご来場ください。

☎5月18日(月)～22日(金)午前8時30分～午後5時

☎本庁舎1階市民ホール

☎期間中会場へ

## 75歳以上の方へ

# 熱中症予防グッズをお届けします



☎高齢者支援課 ☎0422-29-9271

令和8年12月31日時点で75歳以上の単身世帯の方に、民生・児童委員が熱中症予防シートや扇子などの熱中症予防グッズをお届けします。また、民生・児童委員欠員地区と75歳以上のみの2人以上の世帯には、市から同グッズを郵送します(特別養護老人ホームに住居票がある方を除く)。そのほか、高齢者なんでも相談センター(地域包括支援センター)が実施する講座や自主グループ活動などでも配布します。

※上記以外で配布を希望する場合は、同課へご連絡ください(配布数に限りがあります)。



### 配布期間

5月7日(木)～7月10日(金)



## ご注意ください!

民生・児童委員は「グッズの代金を要求する」「同意なく家に上がる」「契約を求める」ことはしません。不審な行為をされた・見掛けた場合は三鷹警察署 ☎0422-49-0110へ通報してください。

# がん治療に伴うウィッグなどの費用を一部助成します



☎健康推進課 ☎0422-24-7145

がんの治療に伴う外見の変化に対し、ウィッグ(かつら)などの購入やレンタルにかかる費用の一部を助成します。対象者や申請方法など、詳しくは市HPでご確認ください。

※購入やレンタルの前に同課へお問い合わせください。

**対象品目** ウィッグ、毛付き帽子、補整下着、人工乳房、弾性着衣



## 福祉Laboどんぐり山

### 連載第6回

# 先端機器でカラダを“見える化”!

## —健康測定会を開催しました

☎同施設 ☎0422-24-7099

3月5・6日に65歳以上の市民の方を対象に「健康見える化測定会—カラダの声を聞こう!」を開催しました。同イベントは、ご自身の体の状態を客観的なデータで「見える化」し、日頃の健康管理を見直すことを目的としています。当日は、血管年齢測定に加え、体成分分析装置「InBody」による筋肉量・体脂肪量の測定や、映像機器「オミ・ビスタ3Re」を用いた運動体験など、同施設ならではの先端機器を活用したプログラムを実施しました。



全体説明



「血管年齢測定」と体内糖化度測定装置「AGEsセンサ」

## みたかふれあい支援員(認定ヘルパー)養成研修



介護保険制度や認知症、家事支援などについて学びます。受講後は、掃除・買い物などの生活支援を行う訪問型サービスで働くことができます。

☎6月16日(火)・18日(木)午前9時30分～午後4時10分(全2回。18日は4時まで)

☎高校生を除く18歳以上で全回受講できる方30人 ☎福祉Laboどんぐり山(送迎バスあり) ☎6月1日(月)までに市HP、または同施設 ☎0422-24-7350・Fax0422-24-7363へ(申込多数の場合は抽選) ☎同施設 ☎0422-24-7350



## 6月13日(土)開催 第60回 愛歯のつどい



☎①健康推進課 ☎0422-24-8266、  
☎②三鷹市歯科医師会 ☎0422-45-2715

6月4～10日の歯と口の健康週間に合わせ、全身の健康に深く関わる歯と口の健康にまつわるイベントを開催します。

☎6月13日①歯科相談、口腔機能測定、咬合力判定、健口体操＝午前10時30分～午後0時30分、②講演会「お口から守る健康寿命」＝午後1時～3時 ☎三鷹産業プラザ ☎東京科学大学大学院医歯学総合研究科教授の片桐さやかさん ☎当日会場へ

※①参加者には「みたか地域ポイント」100ポイントを差し上げます(当日限り)。



## 口腔外科専門医による口腔がん検診も実施します

☎同会 ☎0422-45-2715

☎気になる症状のある市民50人 ☎5月29日(金)(必着)までに必要事項(7面参照)・気になる症状を往復はがきで☎〒181-0013下連雀3-27-1三協ビル402 三鷹市歯科医師会へ(1人1通。申込多数の場合は抽選)