

3月の各種事業案内

健康課

	とき	ところ	内容
乳幼児健康相談 (のびのび広場 相談)	3月11日(木) 9:30~11:00	保健センター	▷身体測定、育児および保健・栄養相談・母乳相談 ▷歯科相談(奇数月の公民館東分館のみ実施) <b>対</b> 乳幼児。妊産婦 <b>他</b> 持ち物等があります。事前に予約してください。月1回のみ参加可
	3月12日(金) 13:30~15:30	婦人会館	
	3月17日(水) 13:30~15:30	公民館東分館	
	3月22日(月) 13:30~15:30	桜町上水会館	
	3月23日(火) 13:30~15:30	前原町丸山台集会所	
	3月25日(木) 9:30~11:00	保健センター	
成人健康相談 (医師・保健師)	3月19日(金) 13:30~15:00	保健センター	[担当医] 内山(内科、健診結果説明) 金光(内科、健診結果説明) ▷血圧測定、体脂肪測定、健康相談など▷医師との相談は13:30~14:45(要予約。ただし当日空きがあれば予約なしでも相談可)▷聴覚検査(要予約)
栄養相談 (管理栄養士)	3月19日(金) 13:30~15:30	保健センター	▷食生活で気になることや食事療法、離乳食など▷要予約▷別の日程をご希望の方は、ご相談ください

※保健師・管理栄養士・歯科衛生士による電話相談は随時受け付けます

健康ガイド

健康課(保健センター)  
 ☎042-321-1240  
 〒184-0015  
 貴井北町5-18-18

妊婦歯科健診

時3月22日(月)午後1時受付開始(健診終了は3時ごろ)  
**所**保健センター**対**個別健診未受診(予定も含む)で、おむね16~27週の妊婦の方  
**定**10人(申込順) **申**2月15日から、電話で健康課へ

未就学児親子歯科教室  
生えだて永久歯応援健診

時3月17日(水)午後3時から、3時30分から**所**保健センター**内**歯科健診(幼児のみ)、歯磨き練習、食育エプロンシアターなど**対**平成26年

BCG接種

時3月8日(月)、22日(月)午前9時30分~10時45分**所**保健センター**対**1歳未満の乳児(標準的な接種年齢は、生後5か月~8か月未満)**他**前日の夜から接種する腕(左腕)への塗り薬は控えてください



4月2日~29日4月1日生まれの幼児と保護者**定**各回5組(申込順) **申**2月15日から、電話で健康課へ



健康課

3月乳幼児健康診査個別受診のご案内

感染症拡大防止のため、保健センターで実施していた集団での乳幼児健診を見合わせ、市内契約医療機関での個別受診を実施しています。対象者には個別に案内を送付しています。詳細は市ホームページをご覧ください。転入等で案内が届かない方はご連絡ください。

健康課

情報ア・ラ・カルト

このコーナーでは、市民グループなどの催し物等を紹介します。事業の実施内容に市および教育委員会は携っていませんので、ご不明な点は、主催者にお問い合わせください。  
 (掲載内容についての責任は主催者側に負っていただきます)

後援事業

掲載を希望する団体は、後援申請を行った担当課に記載方法・締切日などを確認してください。

催し・講座

●「遺言と相続」無料相談会 時3月3日(水)午前9時20分~11時40分**所**小金井 宮地楽器ホール練習室2・3**内**遺言・相続・遺産分割協議等**申**電話で遺言と相続をサポートする行政書士の会・千葉(☎042-301-0064)へ

●クリーニング屋さん教える!石けんでお洗濯 時3月4日(木)午前10時~正午**所**オンライン**内**自宅でできる石けんクリーニング**講**茂木孝夫さん(クリーニング店代表) **定**50人(多数抽選) **申**2月24日までに、Eメールで小金井石けんポイントチーム・矢部(☎090-6143-8124 [machi.koganei@gmail.com](mailto:machi.koganei@gmail.com))へ

●はじめてリトミック体験会 時3月7日(日)、14日(日)午前10時15分~11時**所**公民館貴井北分館北町ホール**講**松岡史生子さん(音楽講師) **対**2~4歳児と保護者**定**10組(申込

順) ¥1,000円**申**2月15日から、電話ではじめてピアノの会・直井(☎042-316-4250)へ

スポーツ

●軟式野球春季大会 時3月21日~5月30日の日曜・祝日**所**上水公園運動施設グラウンド**料**連盟年間登録料1チーム15,000円、大会参加費1チーム10,000円、選手登録費1人600円**他**監督会議=3月6日午前10時から前原暫定集会所**申**2月28日までに、電話またはSMSで軟式野球連盟・奥村(☎090-2173-6651)へ

●小学生陸上教室 時4月13日~6月29日の火曜日午後4時15分~5時30分**所**上水公園グラウンド**定**30人(多数抽選) **料**¥9,160円(全9回分) **申**3月16日(必着)までに、往復はがきで住所・氏名(ふりがな)・性別・電話番号・学校名・新学年・保護者名を黄金井倶楽部**係**(〒184-0005桜町2-2-31☎042-406-2280)へ

員裁判の運用状況、国際比較、事実の認定、弁護活動の変化についてほか。YouTubeにて録画配信。事前申込不要**料**無料**問**一橋大学総務部(☎042-580-8058 <http://www.>

[hit-u.ac.jp/extramural/open\\_lecture/index.html](http://hit-u.ac.jp/extramural/open_lecture/index.html)

■野菜メニュー店 都では、都民の健康づくりのため、1食で1日の野菜摂取目標量の約3分の1(120g)以上を使用した野菜メニュー店(飲食店)を随時募集しています**問**多摩府中保健所(☎042-362-2334 [https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/tamafuchu/eiyou/yasai\\_menu.html](https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/tamafuchu/eiyou/yasai_menu.html))

■個人住民税の寄附金税額控除 寄附金税額控除を受けるためには、確定申告書の「住民税に関する事項」欄に寄附先および寄附金額等を記載し、領収書等を添付のうえ、税務署に申告する必要があります**問**主税局課税部課税指導課(☎03-5388-2969 [https://www.tax.metro.tokyo.lg.jp/kazei/kojin\\_ju.html](https://www.tax.metro.tokyo.lg.jp/kazei/kojin_ju.html))

■預けて安心! 自筆証書遺言書保管制度 遺言書を法務局へ預けることで、紛失や書き換えなどのトラブルを防ぐことができ、保管された遺言書は、全国にある法務局の遺言書保管所で確認することもできます**問**東京法務局府中支局(☎042-335-4753 [http://www.moj.go.jp/MINJI/minji03\\_00051.html](http://www.moj.go.jp/MINJI/minji03_00051.html))

■あかるい職場応援団 職場のハラスメントに関する総合情報サイト・あかるい職場応援団 (<https://www.no-harassment.mhlw.go.jp/>)

では、パワーハラスメント対策に関する各種情報を発信。関係法令、社内規定例、解説パンフレットや動画も掲載**問**東京労働局雇用環境・均等部(☎03-3512-1611)

■高齢社会における地域活性化コーディネーター養成プログラム 時4月1日(木)から1年間**所**杏林大学(三鷹市下連雀5-4-1) **定**20人 **料**¥66,000円(別途保険料あり) **申**HPを参照のうえ、2月28日までに、同大学(☎0422-47-8000 <http://www.kyorin-u.ac.jp/cn/html/kyorin/00026/202101131/>)へ



官公署・その他

■一橋大学公開講座・裁判員裁判のいま 時3月26日(金)まで**内**裁判