

図書館特別休館のお知らせ

蔵書点検のため、休館します。大変ご不便をおかけしますがご理解をお願いします。

■期間▽図書館東分室 1月16日(火)～18日(木)▽図書館貫井北分室 1月16日(火)～19日(金)



雪かきにご協力を

市では、積雪の状況に応じて、市で管理する道路のうち、坂道や人通りの多い駅周辺等を中心に、人や車の通行確保のため除雪や凍結防止剤の散布を実施しています。



しかし、すべての道路を一斉に除雪することは難しいため、自宅や店舗の前の道路や歩道部分の雪かきをするなど、安全な通行確保に向けて皆さんのご協力をお願いします。

なお、雪かきの際は足元が滑りやすいので、注意することともに、通行する人や車にも十分配慮してください。

■道路管理課道路管理係 ☎042-387-9849

公開・議員研修会

武蔵野新田開発について

この研修は市民の方も見学できます。

■1月16日(火)午後2時～4時

■市役所本庁舎3階第一会議室

■大石学さん(東京学芸大学名誉教授)

■定40人(当日先着順)

■他オンライン配信有り

■協議会事務局庶務調査係 ☎042-387-9947

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

栄養講習会 脂肪をためない食事

コレステロールや中性脂肪が気になる方、食事のポイントを学んでみませんか。

■2月9日(金)午前10時～正午 所保健センター 定12人(申込順) 他希望者にはみそ汁の塩分測定を行います 申1月4日から、電話で健康課へ

健康講演会

予防歯科って？ー皆さん、歯を抜いたり削ったりしたくないでしょ？

■2月7日(水)午後1時30分～3時 所上之原会館 三村義仁さん(小金井歯科医師会会員) 定30人(申込順) 申1月4日から、電話で健康課へ

はたちの献血キャンペーン

厚生労働省、都道府県、日本赤十字社では、1月・2月に「はたちの献血キャンペーン」を全国各地で実施しています。開催時間・場所等詳細は、東京都赤十字血液センターホームページ(https://www.bs.jrc.or.jp/ktks/tokyoyo/)をご覧ください。

■健康課

妊婦歯科教室

■2月16日(金)午後0時45分から、1時45分から、2時45分から 所保健センター 歯



マスク着用について

あけましておめでとございませう。

新型コロナウイルス感染症は令和5年5月、感染症法上の分類が2類相当から5類に変更となりました。しかし、収束したわけではありません。新型コロナウイルス感染症を予防しないといけないと勘違いしている人が多いことが問題です。5類になっても同じ感染症です。

マスク着用は個人の判断でということをお勧めします。スポーツ観戦やライブ、お祭りなどはマスクがある人は自分の意志で参加しないことができるので参加者はマスク不要と考えます。喘息、アレルギー性鼻炎であっても、症状がある人はマスクが必要と考えます。感染者が多いときはマスクを着用する機会を増やし、混雑した交通機関では状況にかかわらずマスクをするよう心がけましょう。マスクは自分の感染予防をするためではなく、他人を感染から守るという意味が大きく、しゃべるときなどに飛沫を少なくする効果があります。適切な感染予防が出来ればマスクをしなくてもいいですが、きちんとした感

科衛生士による、歯磨き練習・各種測定・個別相談等 対お

■おむね16～27週の妊婦の方 定各回4人(申込順) 申1月4日から、電話で健康課へ

■染予防は困難です。

換気が良ければ(屋外)、人との距離が取れるか、しゃべらなければマスクはいらない、換気が多少悪くても(屋内の多く)、距離が取れ、かつしゃべらなければマスクはいらないと考えるのが基本と思います。緩和した考えを示します。高齢者や基礎疾患がある人が入場しないわけにはいかない場所ではしゃべるときは基本的にマスクが必要です。駅、市役所の窓口、売り場接客をする人、ホテルなどの受付、他人の家に訪問する人などはマスクをすることを勧めます。スポーツ観戦やライブ、お祭りなどはマスクがある人は自分の意志で参加しないことができるので参加者はマスク不要と考えます。喘息、アレルギー性鼻炎であっても、症状がある人はマスクが必要と考えます。感染者が多いときはマスクを着用する機会を増やし、混雑する場所を避けたりする配慮も必要だと思います。

市民の皆さんが日常生活において感染症に留意し、感染拡大が起きないより良い1年となることを願っています。 小金井市医師会 山崎 博臣

両親学級

■2月17日(土)午前9時30分～正午 所保健センター 妊

■習等 対おむね16～27週の妊婦・パートナーの方(妊娠週数は目安です。初産婦の方のみ) 定44人(各家庭2人可。申込順) 申1月4日から、電話で健康課へ

離乳食教室

【1回食への進め方】

■2月7日(水)午前10時30分～11時15分、11時30分～午後0時15分 対おむね4～5か月児の保護者

【2回食への進め方】

■2月7日(水)午後2時30分～3時45分 対おむね6～7か月児の保護者

【3回食への進め方】

■2月2日(金)午後1時30分～2時45分 対おむね8～11か月児の保護者

◇共通◇

■所保健センター 内歯科衛生士(1回食を除く)・管理栄養士による講義など 定各回10人(申込順) 他親子同室です 申1月4日から、電話で健康課へ

むし歯予防教室

■2月1日～15日の毎週木曜日午前9時から、9時30分から 所保健センター 内歯磨きや栄養の相談など 希望者は歯科健診も受けることができます 対令和3年7月生まれ(2歳6か月)～5年1月生まれ(1歳)の子ども ※転入等で対象年齢を過ぎている場合は、ご相談ください 定各回6人(申込順) 申1月4日から、

電話で健康課へ

■新型コロナウイルス接種 乳幼児の初回接種をご検討の方はご注意ください

■特別臨時接種(自己負担無し)の実施期間は、3月31日までです。市内の医療機関で接種できる乳幼児(生後6か月～4歳)用ワクチンは、3回の接種完了に約11週間が必要ですので、接種をご希望の方は、早めにご検討ください。なお、3回目まで完了できない場合でも、一定の効果は期待できます。

■新型コロナウイルス感染症対策小金井市コールセンター ☎0120-663-302、聴覚に障がいがある方など ☎ FAX 042-316-7667 ※土曜・日曜・祝日・年末年始を除く 午前9時～午後5時

子ども子育て 子育て 子育て

子ども家庭支援センター

カルガモ教室

身体を動かす運動遊びや親子の交流・育児情報の提供を行います。

■2月28日(水)、3月27日(水)午前10時～11時30分(全2回) 所保健センター 対令和4年12月～5年4月生まれの子どもと保護者 定15組(申込順) 申1月9日から、電話または直接、子ども家庭支援センター ☎042-321-3141 月曜・日曜・祝日を除く

ととけっこのおへや わらべうたと絵本の読み聞かせ

■2月20日(火)、3月19日(火)午前11時～11時20分 所図書館 対市内在住の7か月～2歳児と保護者 定各日8組(申込順) 申1月10日～2月13日に、市申込フォーム(https://logofom.jp/f/cv13g/)で 所図書館本館 ☎042-383-11388



学童保育所子育てひろば

乳幼児および保護者の相互交流のため、学童保育所を居場所として提供しています。

■毎週月曜・火曜・金曜日 午前10時30分～午後0時45分(祝日・振替休日を除く) ※都合により実施しない場合があります。 1月5日(金)～9日(火)、3月22日(金)～4月30日(火)は実施しません 所 対あかね学童保育所 ☎042-385-3370 〓さくらなみ学童保育所 ☎042-383-1183 〓さわらび学童保育所 ☎042-383-5488 〓9 〓たけとんぼ学童保育所 ☎042-383-5488 〓まえはら学童保育所 ☎042-383-11179 〓みなみ学童保育所 ☎042-383-1167

