

### 3月は東京都の自殺対策強化月間です 「気づいてください！ 体と心の限界サイン」

平成10年以降に急増した都内の年間自殺者数は、毎年2,500人前後で推移しており、依然として深刻な状況です。大切な命を失わないために、悩みを抱えて「つらい」「苦しい」と感じたら、誰かに援助を求めることが大切です。東京都では、下表のとおり特別相談を実施します。

【問合せ】保健センター ☎ 552・0061

#### 自殺防止！東京キャンペーン特別相談窓口

相談窓口	期間	電話番号
東京都自殺相談ダイヤル～こころといのちのほっとライン～	3月27日(月)～31日(金) (5日間とも24時間)	☎ 0570・087478 (NPO 法人メンタルケア協議会)
自殺予防いのちの電話 (日本のいのちの電話連盟)	3月10日(金)午前8時～11日(土)午前8時(24時間)	☎ 0120・783・556
54時間特別相談 (NPO 法人国際ピフレンダース東京自殺防止センター)	3月4日(土)午前0時～6日(月)午前6時	☎ 0120・58・9090
自死遺族傾聴電話	3月14日(火)～17日(金)各日午前10時～午後10時	☎ 03・3796・5453 (NPO 法人グリーンケア・サポートプラザ)
自死遺族相談ダイヤル (自死遺族のための電話相談)	3月20日(水)～22日(金)各日午前11時～午後7時	☎ 03・3261・4350 (NPO 法人全国自死遺族総合支援センター)
多重債務 110番	3月6日(月)・7日(火)各日午前9時～午後5時	☎ 03・3235・1155 (東京都消費生活総合センター)

#### ◎こころといのちの講演会

『若者は何故「死にたい」に追い込まれるのか～ネットに助けを求める若者達』

【日時】3月8日(水)午後3時～5時

【場所】東京都庁第一本庁舎5階大会議場

【対象】都内在住・在勤・在学の方

【定員】約200人

【講師】伊藤次郎氏 (NPO 法人 OVA 代表理事)

【申込み】東京都福祉保健局ホームページをご覧ください。

### マル乳・マル子医療証に関するお知らせ

#### ①小学校新1年生へマル子医療証をお送りします

現在マル乳医療証をお持ちで4月に小学校新1年生になる方には、4月からお使いいただくマル子医療証を3月下旬に郵送でお送りします。改めて申請手続きをしていただく必要はありません。

#### ②乳幼児から中学生までの医療費助成について

中学3年生までのすべての児童が、次の医療費助成を受けられます。

医療費助成を受けるための医療証の交付には、申請手続きが必要です。まだ医療証をお持ちでない方はお問い合わせください。

#### ＜乳幼児医療費助成制度(マル乳医療証)＞

【対象】0歳～就学前の児童

#### ＜義務教育就学児医療費助成制度(マル子医療証)＞

【対象】小学1年生～中学3年生

▼医療費助成の範囲は、健康保険が適用される医療費の自己負担分です(保険診療外分は除く)。ただし、義務教育就学児医療費助成制度は、通院1回につき200円(限度額)は自己負担となります。※この場合、調

剤および訪問看護については無料です。そのほか医療証についてご不明な点はお問い合わせください。

#### 【問合せ】子ども育成課子育て支援係 ☎ 551・1737

#### 助産師と話そう

地域の助産師による無料の相談会です。お一人でもお子さん連れでもお気軽にお越しください。時間内は出入り自由です。助産師からのちょっとした話は、人が集まり次第開始します。今回のテーマは「お産について」です。

【日時】3月24日(金)午前10時～正午  
【場所】子ども応援館1階  
【対象】妊産婦、子育て中の

母子(0歳児から参加可)、祖父母等  
【主催】西多摩助産師会  
【問合せ】森田助産院 ☎ 551・0323

#### 予防接種・子育て健康ナビ好評稼働中!



「予防接種・子育て健康ナビ」とは、「予防接種」、「乳児健診」などの子育て情報を提供するサービスで、携帯電話、スマートフォン、パソコンからご利用いただけます。

本サービスには予防接種のスケジュール作成・管理機能が搭載されており、お子さんに合わせた予防接種スケジュールを自動で作成し、接種日が近づくとメールでお知らせします。また、妊娠や出産に関する情報、子育てサービス、保育サービス等、予防接種だけでなく、子育てに関連する情報も掲載しています。登録料、利用料は無料ですので、ぜひ活用ください(通信費、チケット代は利用者負担となります)。予防接種のスケジュールシステムを利用する場合は、生年月日等の登録が必要となりますが、そのほかの案内・情報ページ等は登録をしなくても利用できます。「予防接種・子育て健康ナビ」には、下記のQRコードからアクセスしてください。



子育てナビQRコード

※登録には、お子さんの生年月日、ニックネームでご登録いただけます。個人が特定されるような情報(実名等)は必要ありません。

MR第2期(麻疹しん風しん混合)の接種期間が間もなく終了します。次の対象年齢に該当する方で、まだ接種がお済

【問合せ】保健センター ☎ 552・0061  
「予防接種の打ち忘れはありませんか?」



【対象者】MR第2期(麻疹しん風しん混合)平成22年4月2日～23年4月1日生まれの方  
【問合せ】保健センター ☎ 552・0061

### 児童館で遊ぼう! (3月その1)

\*ひろば事業\*

乳幼児と保護者を対象とした、子育て支援事業です。

【熊川児童館】 ☎ 539・1515

▼こぐまひろば 7日(火)午前10時30分～正午 【対象】0、1歳児と保護者

▼遊具開放 DAY8 日(水)・15日(水)午前10時～正午

【対象】幼児と保護者

▼くまさんひろば 14日(火)午前10時30分～11時30分

【対象】1歳6か月以上の幼児と保護者

▼ウキウキ親子リトミック 16日(木)午前10時30分～11時15分 【対象】1歳6か月以上の幼児と保護者

【田園児童館】 ☎ 552・3133

▼親子であそぼう 7日(火)午前10時30分～11時30分

【対象】1歳6か月以上の幼児と保護者

▼ぼんぼこタイム 15日(水)午前11時～11時20分

【対象】乳幼児と保護者

▼おはなしの日 9日(木)・16日(木)午前11時～11時20分

【対象】乳幼児と保護者

▼よちよちすくすくひろば 14日(火)午前10時30分～正午

【対象】0、1歳児と保護者

【武蔵野台児童館】 ☎ 553・8822

▼のびのびひろば 6日(月)午前10時30分～正午

【対象】0、1歳児と保護者

▼わくわくひろば 7日(火)午前10時30分～11時30分

【対象】2歳以上の幼児と保護者

▼応急救護講習 9日(木)午前11時～正午 【対象】乳幼児と保護者  
▼ぴよぴよひろば 14日(火)午前10時30分～正午

【対象】0歳児と保護者

▼遊具開放 DAY16 日(木)午前10時30分～正午 【対象】1歳6か月以上の幼児と保護者

▼おしゃべりママタイム 17日(金)午前10時30分～正午

【対象】0歳児の保護者 【定員】先着10組 ※直接または電話でお申し込みください。詳細はお問い合わせください。

\*多世代交流事業\*

【熊川児童館】 ☎ 539・1515

▼くまがわ元気スポット 9日(木)午前10時10分～11時30分 【対象】幼児と保護者、地域の皆さんどなたでも参加できます。※健康体操、ストレッチ等をして、元気になりましょう。

【田園児童館】 ☎ 552・3133

▼学習事業・理科ひろば 19日(日)午後1時30分～4時30分 【対象】幼児以上(幼児は保護者同伴) 【講師】東京農工大ロボット研究会 R.U.R 【内容】東京農工大のロボット研究会がたくさんのロボットを持ってきてくれます。ぜひ遊びにきてください。

\*注目の事業\*

【熊川児童館】 ☎ 539・1515

▼遠足「バスに乗って智光山公園へ行こう」19日(日)午前9時～午後5時 【対象】小学生以上 【定員】30人

【参加費】50円 【申込み】8日(水)午後3時30分～4時まで整理券を配布します。4時から抽選を行います。定員を超えなければ5時から電話申込みを受け付けます。持ち物など詳しくは、申込み時に渡すしおりをご覧ください。

※各館とも事業終了後、子育ての悩み相談や情報交換を行っています。詳細については各館へお問い合わせください。