みたか mitaka 情報館

CULTURE 講座・教室

■社会教育会館 総合コース一般公開

社会教育会館では、総合コース共通学習日を一般公開しています。

▽10月24日㈮「ジブリ美術館の空間感覚」＝曲線で構成された建物（カラフルな外壁や回廊）、こんな「美術館らしくない美術館」を楽しむには…。講師は、三鷹の森ジブリ美術館館長宮崎吾朗さん。②10月25日㈯「自分の力で自分の健康を守ろう」＝生活習慣を改善することによって予防できる病気「生活習慣病」について。講師は、杏林大学医学部主任教授の北本清さん。いずれも午前10時～正午、社会教育会館で。

▼当日、直接会場へ。先着80人。

⇨社会教育会館☎49－2552－1

■女性問題講座 「自分を表現してみよう」～今の私をレイアウト～

今、あなたが誰かに伝えたい「思い」を会話の中で確かめてみませんか。

▽11月11日～平成16年3月9日の毎週火曜日（冬休みを除く全14回）午前10時～正午、社会教育会館で。講師はプレーの森主宰、「女のホットライン」相談員の野村羊子さんとイラストレーターの松永るみ子さん。

▼10月20日㈪～24日㈮午前9時30分～午後5時に、同館☎49－2521へ直接または電話で申し込む。定員25人（定員を超えた場合は抽選）。

※保育の定員は20人（保育謝礼金は11月4日㈫の予定です）。

※「生涯学習カード」をお持ちの方は、インターネットでもお申し込みができます。http://www.shougai.city.mitaka.tokyo.jp/

■親子自然体験 野川公園としんぐるま

対象は、市内在住・在学（小学生以上）・在勤の親子。

▽11月8日～29日の毎週土曜日（全4回）午前10時～正午。8日、22日は西社会教育会館で見学先について講義。15日は野川公園の、29日は、しんぐるまの現地見学。講師は自然の中での健康評論家の岩崎輝雄さんほか。

▼10月20日㈪～24日㈮午前9時30分～午後5時に、西社会教育会館☎32－8765へ電話または直接申し込む。定員親子15組（定員を超えた場合は抽選）。

■選挙のための臨時休館

社会教育会館、下連雀図書館、東社会教育会館、東児童館は、衆議院議員選挙および最高裁判所裁判官国民審査の投票所となるため、次の日程で臨時休館します。

◆社会教育会館☎49－2521＝11月9日㈰

※「パソコン何でも相談コーナー」も休みです。

※8日㈯は、投票所設営のためロビーは使用できません。

◆下連雀図書館☎49－2521＝11月8日㈯・9日㈰

◆東児童館☎44－2150・東社会教育会館☎46－0408＝11月8日㈯午後

■郷土史講座 「玉川上水・歴史探訪～武蔵野台地を拓いた水と緑の上水路」

開削350年目を迎える玉川上水からは多くの分水が引かれ、武蔵野台地の新田開発が進められました。三鷹を含めた多摩地域の開発や歴史と深いかかわりをもつ玉川上水のその誕生から現在に至る歴史を通して、三鷹の郷土史を学びます。

▽11月2日㈰午後2時～4時、三鷹図書館本館で。講師は、あきる野市文化財保護審議会会長の坂上洋之（ひろし）さん。

▼10月21日㈫から、同館☎43－9151へ申し込む。先着50人。

■お囃子教室 「三鷹の伝統芸能を学ぼう！」

連雀地区住民協議会主催。対象は小学生以上の市民。

▽11月8・22日、1月31日、2月14・28日、3月13日のいずれも土曜日（全6回）午後2時～3時30分、連雀コミュニティセンターで。踊り、笛・太鼓を通して伝統芸能を学びます。

▼10月19日㈰から、同センター（木曜日・祝日休館）☎45－5100へ申し込む。先着15人。

■リサイクルショップ出店者募集

東部地区住民協議会主催。11月30日㈰正午～午後3時30分、牟礼コミュニティセンターで開催予定のリサイクルショップの出店者を募集します。

▼くわしくは同センター（火曜日・休館）☎49－3441へ。

■パソコンでかんたん年賀状

㈱まちづくり三鷹主催。対象はワードの基本操作がわかる方。ワードで写真やイラストを取り入れて、素敵な年賀状を作る1日講習。どの日程も同じ内容です。

▽11月3日㈪・13日㈭・23日㈫、12月7日㈰の午前9時30分～午後0時30分、11月7日㈮、12月3日㈬は午後2時～5時。三鷹産業プラザで。受講料4千円。

▼希望日・氏名・ふりがな・住所・電話番号・ファクス番号を記入し㈱まちづくり三鷹FAX40－9750・Eメール manabu@mitaka.ne.jp・☎40－9911へ申し込む。

■拡大写本講座

社会福祉協議会主催。対象は在勤・在学を含む市民。視力の弱い方が読書を楽しめるように、市販図書を拡大文字で書き写し、手作りの本を作るための講座です。

▽11月4日～12月2日の毎週火曜日（全5回）午後2時～4時。ボランティアセンターで。講師は、みたか拡大写本グループ代表の土屋宏さん。

▼10月30日㈭までに、同センター☎76－1271・Eメールmitaka@sa.koto.ne.jpへ直接または電話・Eメールで申し込む。先着18人。

■草花の寄せ植え講習会

JA東京むさし三鷹緑化センター主催。窓辺、ベランダに緑を！

▽11月1日㈯午後2時から、同センター東八道路沿い）で。材料費1千円。

▼10月20日㈪から、同センター☎46－7432へ直接または電話で申し込む。先着20人。

催し

■わらべうた、そしてはじめての絵本 ～今なぜわらべうたが大切か～

三鷹市文庫連絡会・三鷹市立図書館共催。

▽10月30日㈭午前10時15分～正午、図書館本館で。講師は児童文学研究家の市村久子さん。

▼先着40人。親子での参加は事前に折田☎34－3202へ申し込む。先着30組。それ以外は直接会場へ。

※保育はありません。

■おたのしみ土曜映画会

「キャプテン翼・めざせW3（カラーアニメ55分）」。

西社会教育会館・西児童館共催事業。

▽10月25日㈯①午後1時30分、②午後2時45分開演。西社会教育会館で。▼当日、直接会場へ。定員各百60人。

⇨西社会教育会館☎32－8765・西児童館☎31－6039

■環境問題勉強会 「大沢ふるさとセンターの見学」

三鷹駅周辺住民協議会主催。大沢ふるさとセンターの見学と農業体験。

▽11月11日㈫午前9時50分、大沢ふるさとセンター（ファーマーズセンター）集合、正午解散予定。

▼10月19日㈰から、三鷹駅前コミュニティセンター（月曜日・祝日・11月4日㈫休館）☎71－0025へ直接または電話で申し込む。先着20人。

SPORTS スポーツ

■高山ふれあいスポーツ広場 「キッズダンス」

対象は小・中学生とその保護者。聞きなれた曲に合わせて、楽しくダンス！

▽10月25日㈯午前10時～11時30分、高山小体育館で。屋内シューズ、飲み物、タオルなど持参。動きやすい服装で（スカートは不可）。

※車での来場はご遠慮ください。

▼当日、直接会場へ。

⇨スポーツ振興課☎内線3326

■憧れの一味の素スタジアム」で！ みたかわんぱくサッカーフェスティバル

▽10月26日㈰（小雨決行）午前10時～午後4時、味の素スタジアムで。キッズターゲット、エアーサッカーゴール、スピードガンコンテスト、テニス体験、幼児スペース、フリースペース、お菓しみ抽選会（参加賞あり）ほか。

▼当日、直接会場へ。

※雨天中止の情報は当日午前8時に、テレホンガイド☎41－1313（コード番号013）で。

⇨スポーツ振興課☎内線3326

■11月の学校体育館・テニスコート個人開放

◆土・日曜日の開放　対象は小学生以上の市民（在勤・在学を含む）。小学1～3年生は保護者同伴。

◆平日夜間の開放　対象は市民（在勤・在学を含む）。中学生以下は保護者同伴。

▽開放日は表②のとおり。

▼当日、直接会場へ。用具持参。車での来場はご遠慮ください。

⇨スポーツ振興課☎内線3323

■12月の小学校校庭開放

いずれも団体貸切。種目は、少年サッカー、少年野球、レクリエーションスポーツなど。

▼11月2日㈰～8日㈯に、各コミュニティーセンター（休館日は除く）へ申し込む。

⇨スポーツ振興課☎内線3323

表②　11月の学校体育施設個人開放

施設	学校	曜日	時間	種目		開放日
体育館	一小	土	9：00～12：00	卓球・バドミントン	㊐	22
		日	9：00～12：00	健康体操	㊗	23 30
	二小	土	10：00～11：00	太極拳	㊗	22
		日	9：00～12：00	卓球・バドミントン	㊐	2 9 16 23 30
	四小	日	10：00～12：00	バドミントン(きらめきクラブ)	㊐	2 23 30
	五小	日	9：00～12：00	卓球・バドミントン	㊐	2 23 30
	六小	日	10：00～12：00	バスケットボール	㊗	9 16 30
	中原小	日	9：00～12：00	卓球・バドミントン	㊐	2 23 30
	羽沢小	金	18：30～21：00	フットサル	㊐	7 21 28
テニス		金	18：30～21：00	硬式テニス	㊐	7 14 21 28
	一中	日	9：00～12：00	硬・軟式テニス(No3コート)	㊗	9 16 23 30
		日	9：00～12：00	硬・軟式テニス(No1・2コート)	㊐	9 16 23 30
	六中	水	18：30～21：00	硬式テニス	㊐	5 12 19 26
	七中	日	9：00～12：00	硬・軟式テニス	㊐	2 9 16 23 30

※㊐＝指導者による順番調整や希望者へのアドバイスなどがあります。

㊗＝初心者対象。指導者によるレッスン形態の開放。

※学校行事などの関係で日程が変更になることがあります。

表①　12月の小学校校庭開放

学校	開放日	窓口
三小	(6) 7 (13) 14 (20) 21 23 26	駅前コミュニティセンター（月曜日休み）☎ 71－0025
四小	26	
大沢台	(6) 7 (13) 14 (20) 21 23 26	大沢コミュニティセンター（火曜日休み）☎ 32－6986
羽沢小	(6) 7 (13) 14 (20) 21 23 26	
中原小	(6) 7 (13) 14 (20) 21 23 26	新川中原コミュニティセンター（月曜日休み）☎ 49－6568
東台小	(6) 7 (13) 14 (20) 21 23 26	
二小	7 (13) 14 (20) 21 23 26	井口コミュニティセンター（木曜日休み）☎ 32－7141
井口小	(6) 7 (13) 14 (20) 21 23 26	
六小	(6) 7 (13) 14 (20) 21 23 26	連雀コミュニティセンター（水曜日休み）☎ 45－5100
七小	(6) 7 (13) 14 (20) 21 23 26	
南浦小	(6) 7 (13) 14 (20) 21 23 26	
一小	(6) 7 (13) 14 (20) 21 23 26	牟礼コミュニティセンター（火曜日休み）☎ 49－3441
北野小	(13) 14 (20) 21 23 26	
高山小	(6) 7 (13) 14 (20) 21 23 26	
五小	(6) 7 (13) 14 (20) 21 23 26	井の頭コミュニティセンター（月曜日休み）☎ 44－7321

※1　使用区分　A9：00～12：00　B12：00～15：00　C15：00～18：00

※2　（　）印は一部の区分のみ使用できます。

くわしくは各コミュニティセンターへ。

箱根 みたか荘 市民保養所

◇10・11月の空室状況

10月14日現在、10月24・26～31日、11月2～7・9・10・13・14・17～21・24～30日に空室があります。3泊4日を限度に利用の3日前までにお申し込みください。

◇一月以降の申込方法

◆抽選＝利用月の2カ月前の1～7日（消印有効）。1月分は11月1日㈯～7日㈰に所定のはがきを市民課へ郵送または持参する。2泊3日を限度に申し込めます（洋室は抽選対象外）。

◆洋室の優先申込み＝身体障害者手帳が愛の手帳をお持ちの方が洋室を利用する場合、3カ月前の1日から（それ以外の利用は2カ月前の20日から）市民課へ直接申し込めます。

◆一人利用＝1カ月前の1日から市民課へ直接申し込む。

◇使用料（一泊2食付）　一般室（和室）の使用料は、大人6千500円、小学生5千円（3歳以上2千600円）。くわしくは市民課☎内線2323へ。

◆12月の空室状況

12月の空室状況は10月20日㈪午前9時30分からです

（10月14日正午現在）

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	△	△	△	△	△	△
7	8	9	10	11	12	13
△	△	△	△	△	△	△
14	15	16	17	18	19	20
△	△	休業日	△	△	△	△
21	22	23	24	25	26	27
△	△	△	△	△	△	△
28	29	30	31			
△	△	⊠	×			

△＝一部空室有り　×＝満室

⊠＝洋室のみ有り

ミニガイド MINI GUIDE

このコーナーでは、市内や周辺地域で開催される市の主催事業以外の市民グループや団体などの活動を紹介します。

◆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。

◆政治・宗教活動、営利を目的とした活動は掲載不可。

◆紙面の都合で掲載できない場合もあります。

※タイトル後に★のあるものは社会教育会館の講師派遣事業。

【原稿受付専用FAX0422－76－2490】

※ミニガイドは市のホームページにすべて掲載しています。

次号（11月2日発行）原稿締切　10月21日㈫

■離婚セミナー「自分を見失わないで離婚する方法」　ライフカウンセリング　ラボ・エコー主催。10月21日㈫午後1時30分～3時30分・25日㈯午後2時～4時、吉祥寺永谷シティプラザ（吉祥寺駅徒歩3分）で。参加費1,000円。▶くわしくは同会☎42－2338へ。

■3B体操無料講習会　三鷹3B体操同好会主催。ポール・ペル・ベルターを使い、音楽に合わせて楽しく行う健康体操。10月22日・29日の水曜日午前10時～11時30分、井口地区公会堂で。▶笹沼宅☎31－1165へ申し込む。

■第24回青の会・油絵展　油絵約50点。10月23日㈭～28日㈫午前10時～午後6時（23日は午後1時から、28日は午後5時まで）、武蔵野芸能劇で。▶直接会場へ。

⇨菊池宅☎31－7252

■女性のためのキャリアプランニングワークショップ～あなたの転機をチャンスに！　キャリア・サポート・ビューロー主催。10月23日・11月6日・12月4日の木曜日（全3回）午後6時30分～8時30分（1回のみの参加可）、雑多菜や（下連雀3－33－13）で。認定カウンセラーによる個別カウンセリングあり。資料代2,500円。▶氏名・電話番号またはEメールアドレスを記入しcareers_office@yahoo.co.jp・FAX34－6916へ申し込む。　⇨染谷宅☎34－6915

■だるま森のヘンテコお伽小屋　だるま森＋えりこ主催。10月24日㈮～11月4日㈫午前11時～午後7時40分（4日は5時まで）、ギャラリー静（井口1－21－66）で。手作り薬器教室、人形芝居、音語りライブなど（参加費・材料費有料）。▶手作り薬器教室は要予約。くわしくは同団体☎43－9456へ。

■いも煮会　三鷹市障害者ワーククラブ「café de ぴゅあ」主催。10月24日㈮午前11時から、同カフェ（さくら通り沿い）で。1食500円。▶当日、直接会場へ。先着50食。

⇨三鷹第一作業所チャート・ステップ☎41－2180

■ヴァルドルフキンダーガルテンなのはな園イベント　①大人のための手仕事の集い＝星のランタン作り。10月24日㈮午前10時～正午、東部地区公会堂で。参加費800円。②オープンハウス＝同園保育室公開。シュタイナー幼稚園の1日のプログラム紹介、保護者によるコーラス、ライヤー演奏（11時30分から）。10月25日㈯午前10時～午後3時、同園で。▶①はファクスで申し込む。②は当日、直接会場へ。　⇨同園☎・FAX79－4598

■ニローネ緑の学校　NPO文化学習協同ネットワーク主催。神奈川県津久井町でそば、大豆の収穫。10月25日㈯午前8時、三鷹駅南口集合。参加費1,000円（交通費、食費別）。▶同ネットワーク（本木・佐藤）☎47－8706へ申し込む。先着20人。

■東都生協産直まつり　同まつり実行委員会主催。10月25日㈯午前11時30分～午後3時、小金井公園いどいの広場で。▶当日、直接会場へ。買い物袋持参。

⇨同生協組合員活動部☎03－5374－4756

■三鷹市ボランティア連絡協議会交流会　10月25日㈯午後2時～4時、みたかボランティアセンターで。ちびっこ農園西部地区代表の御代田春雄さんによるお話「無農薬野菜を親子でつくりつづけて」。▶当日、直接会場へ。

⇨大澤宅☎33－5070

■小さな遊々ふれあい館「昭の会・油彩展」　10月25日㈯～27日㈪午前10時～午後4時、同館（牟礼4－2－27本田宅）で。▶直接会場へ。　⇨本田宅☎43－0293

■ICU CMS 66th AUTUMN CONCERT　国際基督教大学CMS管弦楽団主催。10月25日㈯午後7時～9時、府中の森芸術劇場どりーむホールで。シューマン「交響曲第二番」ほか。入場料600円。▶当日、直接会場へ。

⇨同楽団☎090－6137－1983

■講演会・心と身体の試食会　第二子羊チャイルドセンター主催。10月25日㈯午前10時～正午、同園で。10時から、和光大学講師の山崎翠さん講演「子育てに本を」、11時30分から給食試食会。▶当日、直接会場へ。　⇨同園☎43－9754

■フリースペース企画「一息つきましょう」　NPO法人障害者生活支援センターインみたかを主催。身体に障害を持つ方大歓迎。スティックポーリングやおしゃべりなどでリラックスし、明日からの活力にしましょう。10月25日㈯午後1時30分～3時30分、三鷹駅前コミュニティセンターで。参加費300円。▶同センター（南雲）☎71－0901へ申し込む。

■公開講座「SARS・感染症について」　杏林大学医学部杏祭実行委員会主催。10月25日㈯午後1時～3時30分、同大学三鷹校舎大学院講堂で。現場を見たWHO感染症専門家によるお話。▶当日、直接会場へ。

⇨池田宅☎79－2758

■講演会「女性の幸福・男性の幸福～発達と人口の心理学からいえること」　白百合女子大学児童文化学会主催。10月25日㈯午後2時～3時30分、同大学で。講師は同大学元教授の柏木惠子さん。▶当日、直接会場へ。

⇨同大学発達心理学研究室☎03－3326－4942

■文化学習センター大バザー　10月26日㈰午前11時～午後2時、同センターで。▶当日、直接会場へ。◆物品提供受付中　新品衣類、雑貨、本など大歓迎。くわしくは丸山宅☎47－8706へ

■第8回三鷹ギターフェスティバル　三鷹・菜しいギターの会主催。10月26日㈰午後1時開演、芸術文化センター第1音楽室で。「シャル・ウィー・ダンス？」ほか。▶当日、直接会場へ。

⇨志田宅☎79－2381

■都立杉並ろう学校第45回学芸祭　幼稚部・小学部・中学部の作品展示など。10月26日㈰午前9時30分～午後2時30分、同校で。▶当日、直接会場へ。

⇨同校☎03－3323－8376

■五小学童バザー　五小学童父母会主催。10月26日㈰午前11時～午後2時、同学童保育所で。▶当日、直接会場へ。　⇨同会☎46－9902

■講演会「三鷹市の生ごみ堆肥化について」　生ごみを土に返して活かす会主催。10月27日㈪午後2時～4時30分、社会教育会館で。市の担当課長による将来の方針説明とフリートーキング。▶当日、直接会場へ。　⇨平宅☎32－6960

■瀬能幸子絵本原画展　雑多菜や主催。三鷹三中出身の作者による”おとしものシリーズ”第2作「ゆうぐれのおとしもの」原画展。10月27日㈪～11月1日㈯午前11時～午後6時、同店で。▶直接会場へ。

⇨雑多菜や☎42－8777

■街かど自立センター・ガレージセール　10月28日㈫午後0時30分～2時30分、同センター（上連雀4－1－8）で。▶当日、直接会場へ。◆物品の提供を　土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時受け付ける。本・家具・大型電化製品・ぬいぐるみは除く。衣類は冬物のみ。

⇨同センター☎48－0648

■第2回「みたか市民活動・NPOフォーラム」出展者募集　ファースト・ステップみたかを主催。地域で活動するグループや個人の出会いのイベント（11月16日㈰）への参加者を募集。10月29日㈬午後7時～9時、三鷹駅前コミュニティセンターで打合会。▶当日、直接会場へ。くわしくは本山宅☎47－9619へ。

■講演会「特別な手だてを必要とする子ども達の理解と指導」　都立府中朝日養護学校主催。10月30日㈭午後1時30分～3時30分、同校で。講師は東京都教育相談センター所長の池田敬史さん。終了後、個別相談も。▶当日、直接会場へ。

⇨同校教育相談室☎042－335－6111

■講演会「お年寄りの食事～いつまでも元気でいるために～」　三鷹・高齢社会をよくする会主催。10月31日㈮午後1時30分～3時30分、社会教育会館で。講師は管理栄養士の阿部節子さん。健康づくり講師派遣事業。▶当日、直接会場へ。　⇨新井宅☎31－8889

■講演会「らくらく子育て」「しつけ」について　㈳倫理研究所主催。10月31日㈮午前10時30分～正午、新川中原コミュニティセンターで。お話は小林君子さん。▶当日、直接会場へ。

⇨高島宅☎03－3305－2495

■三鷹のみどりと公園を考えるつどい　すぺーすはちのこ主催。10月31日㈮午後6時30分～8時30分、はちのこいっとっ（野崎3－22－16）で。市内のみどりの現状や、大沢青少年広場の今後について。参加費一般700円、学生500円。▶事前に同すぺーす（山田・出口）☎32－3081へ申し込む。

■三鷹高校定時制文化祭　11月1日㈯午前11時～午後3時、同校で。生徒の作品展示や、PTA主催の趣味の1日教室など。▶当日、直接会場へ。

⇨同校（上野教頭）☎46－3311

■講義「ヨーロッパ王侯貴族の食文化とディナー・セット」★　カオリン主催。マイセン、セーブル、ロイヤルコペンハーゲン、ウェッジウッドなどのディナーセット西洋陶磁器の形式・装飾スタイルについて。11月1日㈯午前10時～11時30分、武蔵野公会堂で。講師は武蔵野美術大学講師の櫻庭美咲さん。参加費600円（資料・茶菓代）。▶10月19日㈰から井田宅☎41－3386へ申し込む。先着25人。

■第7回「杏祭」　杏林大学医学部付属看護専門学校主催。11月1日㈯午前9時～午後4時、同校第2校舎で。展示、体験コーナーなど。▶当日、直接会場へ。

⇨同校☎44－1863

■ICU茶会　国際基督教大学茶道部主催。国の有形文化財でも指定されている建物で、お抹茶と紅葉をお楽しみください。11月1日㈯・2日㈰午前10時30分～午後3時、同大学内「泰山荘」で。1席450円。▶当日、直接会場へ（前売りあり）。

⇨山田宅☎090－6153－3696

■第8回なかよしまつり　NPO法人なかよし会・なかよし教室主催。心身障害児の通所施設のお祭つり。11月2日㈰（雨天の場合は3日㈪）午後0時30分～2時30分、同教室（牟礼3－9－3）で。もちつき、フリーマーケットなど。▶当日、直接会場へ。◆フリーマーケット出店（1区画500円）受付中。　⇨同教室☎43－8135

■講演会「引きこもり体験を生かす再出発」　NPO法人ニュースタート事務局主催。同NPOの活動紹介、若者による体験談など。11月2日㈰午後2時～4時、武蔵野商工会館で。参加費2,000円。▶同事務局☎047－352－7398へ申し込む。

■たんぽぽの恩返し～チェロとピアノの野外コンサート　㈲多摩たんぽぽ介護サービスセンター主催。11月2日㈰午後0時30分～4時、古八幡神社で。八十嶋龍三さん（チェロ）・洋子さん（ピアノ）夫妻を迎えて、青空の下で野外コンサート。▶当日、直接会場へ。

⇨同センター（瀬倉）☎34－1011

■第25回愛（めぐみ）祭　ルーテル学院大学主催。聖歌隊、ハンドベルコンサート、バザー、オープンキャンパス、福祉企画など。11月2日㈰・3日㈪正午（3日は午前10時から）～午後4時、同大学で。▶直接会場へ。

⇨同実行委員会（落合）☎33－1020

■三鷹バプテスト教会バザー　11月3日㈪午前11時～午後1時、同教会（下連雀4－18－3）で。▶当日、直接会場へ。◆献品受付中。くわしくは同教会（午後）☎44－0517へ。

■ニューヨークシャドーボックス教室　アトリエペーパームーン主催。クリスマスベルを描いたプリントを切り抜き貼り重ねて立体的な額作り。初心者歓迎。11月4日㈫午前10時～正午、三鷹産業プラザで。参加費3,000円。▶三浦宅☎42－3304へ申し込む。

■オイリュトミー公演「なら梨とり」　東京シュタイナーシューレ主催。11月5日㈬午後4時開演（3歳から対象）、6時30分開演（小学4年生から対象）、杉並区久我山会館ホールで。▶10月23日㈭までに、往復はがきまたはファクスで申し込む。先着順。参加費などくわしくは同会☎・FAX41－0506へ。

■プレママ★ミーティング　ERSマザーズ主催。妊婦さん（パートナーとの参加も歓迎）を対象に、助産師を囲んで。情報交換と お友だちづくり。11月6日㈭午前10時30分～正午、三鷹産業プラザで。参加費500円。▶ファクス・Eメールで申し込む。くわしくは同団体☎40－4451へ。

■木工講習～電動工具を使って～★　もくもくぽっぽ主催。カントリー作品を作ります。材料・木取り図は各自持参。11月7日㈮午前10時～正午、社会教育会館で。▶10月20日㈪～23日㈭に、浜中宅☎34－8239へ申し込む。先着10人。

■井之頭病院第19回文化祭　11月7日㈮・8日㈯午前10時～午後3時、同病院（上連雀4－14－1）で。同院のリハビリテーション活動の紹介、作品展示・販売、パラエティーショー、模擬店など。▶直接会場へ。　⇨同病院☎44－5331

■公開講座「看護を目指すあなたに」　日本赤十字武蔵野短期大学主催。中・高校生を対象に、看護師の仕事を具体的なお話。11月8日㈯午前10時～正午、同大学で。講師は同大学教授の本間千代子さん。▶当日、直接会場へ。

⇨同大学公開講座係☎31－0116

■だいじな人をなくした子どもの集まり　ルーテル学院大学付属・人間成長とカウンセリング研究所主催　11月8日㈯午後1時30分～4時、同大学で。対象は小学生。参加費1,000円（材料費・おやつ代）。▶11月5日㈬正午までに、はがきまたはファクスで申し込む。定員12人。

◆身近な人を亡くした思いを語り合う会（大人対象）も開催　10月22日～11月26日の毎週金曜日午後1時30分～3時30分、同研究所で。参加費5,000円。先着10人、要予約。　⇨同研究所☎・FAX31－7830

■フリーマーケット「星の子市」　明星台幼稚園主催　11月8日㈯午前10時30分～午後2時30分（雨天決行）、同園（井の頭5－24－1）で。子どもコーナー、お母さんによる星の子劇場も。▶当日、直接会場へ。

⇨同園☎43－7642

■わいわい♪こども土曜セミナー「実況ベトナム学」　NPO文化学習協同ネットワーク主催　中学3年生～高校生年齢対象。ベトナムの元ストリートチルドレンとのネットを使った交流。11月8日～平成16年3月13日の土曜日（全8回）、文化学習協同センターで。参加費2,400円。▶10月21日㈫までに、同ネットワーク（佐藤・藤井）☎47－8706へ申し込む。先着10人。

■史跡めぐりと自然観察「秋を遊ぼう」　環境ボランティアの会主催。11月8日㈯午前9時20分、調布駅南口集合。雨天中止。野川沿い散策、深大寺、神代植物公園（昼食、ネイチャーゲーム）などのコース。午後3時30分現地解散。入園料、昼食は各自負担。▶10月31日㈮までに、みたかボランティアセンター☎76－1271へ申し込む。先着50人。

■ワークショップ「広がれ、心のキャンバス～切って、貼って、塗って～」　NPO「MAG－net」主催。小学生対象のワークショップ。11月9日㈰午後1時～3時30分、芸術文化センター創作室で。参加費1,800円。▶10月31日㈮（必着）までに、往復はがきに住所・氏名（ふりがな）・学年・年齢・電話番号を記入し「〒181－0013三鷹下連雀郵便局留MAG－net池上喜久子」へ申し込む。定員20人（定員を超えた場合は抽選）

⇨同事務局☎070－5579－3992

■公開シンポジウム「新しい協働」　ルーテル学院大学主催　これからの参加型共生社会と新しい福祉のあり方を考えます。11月15日㈯午後1時30分～4時、同大学ブラウンホールで。コンポジストは前三鷹市長の安田養次郎さん、全国社会福祉協議会理事・事務局長の和田敏明さん。▶11月7日㈮までに、同大学☎34－7453・FAX31－4749へ申し込む。定員100人。

■第15回ひまわり大バザーに物品提供を　三鷹ひまわり第三共同作業所主催　11月23日㈰開催予定のバザーに、衣類・雑貨（きれいな品物）などの提供を。三鷹市内は取りに伺います。受付は11月7日㈮まで。くわしくは同作業所☎72－0231へ。

■試してみよう歩行力 第64回歩行力測定会

三鷹市体育協会主催。

▽10月26日㈰（雨天時は11月2日㈰）午前10時～午後3時、井の頭公園遊歩道で。

▼当日、同公園内の弁財天東、ひょうたん橋付近の2カ所で受付。

⇨体育協会☎43－2500

■小学生卓球交流大会

三鷹市体育協会・スポーツ少年団主催。対象は市内在・在学の小学生。

▽11月2日㈰午後1時から、三小体育館で。ラケット、体育館履き持参。

▼11月1日㈯までに、東宅☎55－7871へ申し込む。

⇨体育協会☎43－2500

■正月スキー教室参加者募集！

三鷹市スキー連盟主催。SAI公認指導員が親切・丁寧に指導（バッジテスト付）。スノーボード、講習なしも割引料金で。

▽12月29日㈪午後9時集合～1月3日㈯午前7時解散。秋田八幡平スキー場で。参加費6万3千800円（全行程の食事代、リフト代、講習費、検定料、傷害保険料など含む）。先着50人。

▼くわしくは同連盟（澤宅）Eメール sawa@mocha.mtk.nao.ac.jp・☎0425－93－3017へ。