

性別・年齢を記入し「〒181-8505三鷹市教育委員会教育部スポーツ振興課」へ。各区分、先着32人。  
☎同課 ☎内線3327

### 第12回三鷹市混合ダブルス卓球大会

三鷹卓球連盟主催。  
☎11月23日- 午前9時から。  
☎第一・第二体育館。参加費 1組2,000

円。合計年齢(大会当日の満年齢)が一般の部・年齢制限なし、90~109歳、110~129歳、130歳以上。競技方法は予選リーグの決勝トーナメント方式(上位、下位)使用球はニツタク(オレンジ)40<sup>mm</sup>。

異質ラバーの解禁により、イボ高、アンチ系ラバー使用可。  
当日のメンバー変更はできません。  
☎10月20日d までに、参加費を添えて

(現金書留または郵便為替)「〒181-8799三鷹郵便局留 八木昌子」へ。  
☎八木宅 ☎44-4828

### 市民体育祭スポーツ大会・市民ハイキング

対象は在勤・在学を含む市民で、全行程を歩ける方(小学生以下は保護者同伴)  
☎10月17日a (雨天の場合は24日a)

午前9時。  
☎中央本線初狩駅前広場集合。目的地・高川山(歩程4時間30分)交通費のみ各自負担。  
☎10月5日c~9日gに直接、体育協会(第一体育館内)へ。  
☎同協会 ☎43-2500

# みんなの掲示板

この欄は、主に市民のみなさんが主催するイベントを掲載する「催し物」、主に市内で活動するサークルなどの会員募集を掲載する「会員募集」、その他のお知らせを掲載する「伝言板」で構成します。  
原稿掲載は、<http://www.city.mitaka.tokyo.jp/>または☎76-2490からどうぞ。くわしくは、秘書広報課広報係 ☎内線2133へ。  
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。「会員募集」は新規の掲載希望と、前回の掲載から6カ月経過したサークルを優先します。  
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。

11月7日発行号原稿締切日  
10月17日(日)  
11月21日発行号原稿締切日  
10月31日(日)  
10月17日号の原稿は締め切りました。

## 催し

### 国産小麦を使ってパン作り

キッチンママみたか・生活クラブ生協共催。☎10月4日b 午前10時~正午。☎社会教育会館。参加費200円。☎☎生活クラブ調布センター ☎0424-83-4881・☎0424-85-3447

### テニス講座

NPO法人テニスネットワーク主催。☎10月5日~26日の毎週火曜日午前8時~午後6時。☎大沢野川グラウンドテニスコート。1回1,800円(1クール4回7,200円)キッズ講座500円。☎☎事前に同会 ☎03-5314-3737

### パソコン無料相談スペシャルデー

シニアSOHO普及サロン・三鷹主催。☎10月7日e パワーポイント、12日c 年賀状・はがき、14日e ホームページ、16日g デジカメ、21日e Mac、28日e ワード・エクセル。いずれも午後1時~5時。☎三鷹産業プラザ。☎☎同事務局 ☎71-4199

### 布セラピー 小さな布のアートカード

NPO法人子育てコンビニ主催。☎10月7日e 午後1時~3時。☎三立SOHOセンター会議室。講師は布ポストカード作家のsatomiさん。参加費3,200円(材料費含む)はさみ・筆記用具を持参。先着6人。☎☎同会 ☎41-7021

### 親子でいっしょに音楽あそび

リトミックランド主催。☎10月5・19日の火曜日午前10時10分(1~2歳児)11時(3歳児)午後3時(幼児)いずれも45分間。☎芸術文化センター。参加費1回500円。☎☎事前に倉田宅 ☎03-3335-1808

### 障害者のための法律相談室

障害者地域自立支援センターぼっぴ主催。☎10月9日g 午後1時30分~3時30分。☎同センター(下連雀4-15-18-2F)。☎☎同センター ☎71-0901

### 写真講座「秋の撮影会」

フォト連雀主催。☎☎10月9日g 午前9時三鷹駅改札口集合(雨天決行)講師は前日本報道写真本部委員の鈴木英雄さん。先着10人。☎☎村上宅 ☎48-9955

### 親子で遊ぼう

三鷹市レクリエーション研究会主催。☎10月16日g 午後1時30分~3時30分。☎三鷹駅前コミュニティセンター。☎☎当日、直接会場へ。☎☎岡宅 ☎48-8041

### 荻上正子・淡彩画展

☎10月9日g~11日- 午前10時~午後4時。☎小さな遊々ふれあい館(本田宅)。☎☎直接会場へ。☎同館 ☎43-0293

### 第16回定期演奏会

ギターサークルハーモニックス主催。☎10月11日- 午後2時~4時30分。☎武蔵野市民文化会館。☎☎当日、直接会場へ。☎三浦宅 ☎48-4451

### 泰成フリーマーケット

泰成商店会主催。☎10月11日- 午前10時~午後4時。☎泰成マンション前(下連雀9-5-1)出店者募集中!1区画500円。☎☎羽賀宅 ☎43-9792・☎42-6677

### はじめてのマタニティアロマ&ハーバルケア

natural倶楽部主催。☎10月12・19日の火曜日午後1時30分~2時30分、午後3時~4時(全2回)☎調布市文化会館たづくり。1回1,500円(材料費500円)各回先着8人。☎☎事前に白土宅 ☎070-5576-3248

### 健康体操-3B体操-無料講習会

三鷹3B体操同好会主催。☎10月13・20日の水曜日午前10時30分~11時50分。☎三鷹駅前コミュニティセンター。☎☎すげお宅 ☎71-6512

### 歴史談話室-大正時代の光と影

ICUにおおん会主催。☎10月14日e 午後2時。☎武蔵野公会堂。講師は桑ヶ谷森男さん。資料代500円。☎☎当日、直接会場へ。☎武内宅 ☎03-5672-0757

### アロマセラピー講座

ウィメンズサークルカルミア主催。☎10月15日f 午前10時~11時30分。☎社会教育会館。講師は上野珠美さん。先着20人。☎☎10月7日e までに植田宅 ☎46-8127(午後6時~8時)

### 自強術無料講習会

あすなる主催。☎10月18日b 午後1時30分~3時30分。☎社会教育会館。☎☎10月12日c までに中川宅 ☎71-4104

### コカリナ初心者のための講習会

ハミングバード主催。☎10月18日b 午後2時~4時。☎牟礼コミュニティセンター。講師は日本コカリナ協会公認講師の石川玲子さん。☎☎当日、直接会場へ。☎近藤宅 ☎46-4352

### 第46回ICUグリーンクラブ定期演奏会

同クラブ主催。☎10月16日g 午後7時開演。☎芸術文化センター。入場料500円。☎☎当日、直接会場へ。☎石橋宅 ☎090-5621-9257

### 「人らしく生きようパート1・パート2-闘う国鉄労働者の記録」上映会

人らしく生きようを観る会主催。☎10月16日g 午前10時30分~午後0時10分(パート1)午後2時~3時40分(パート2)。☎武蔵野芸術劇場。前売り1,000円、当日1,300円。☎☎岡谷島宅 ☎44-0364

### お食事会・秋の味覚をいただく

ホワイエの会主催。☎10月20日d 午後1時~4時30分。☎亀井宅(下連雀1-5-2)参加費500円。☎☎10月15日f までに同宅 ☎44-5094

### 天然酵母のパン作り教室

本当に生きていく力をもつ子どもを育てる会主催。☎10月21日e 午前10時~正午。☎社会教育会館。参加費2,500円。☎☎事前に同会 ☎49-6280

### 第4回育児講座「子どもたちにわらべうたを」

音楽教室とんとん館主催。☎10月22日f 午後6時30分~8時30分。☎あかね保育園。講師は近藤信子さん。託児あり。☎☎事前に同園 ☎49-2671・☎71-0654

### ゴルフ入門講座

ゴルフ教育研究会主催。☎10月24日~12月2日の毎週日・水・木曜日午前11時~午後0時30分、午後7時30分~9時(木曜日のみ)全4クラス、各6回講座。第1回(10月24・27・28日)のみ受講可。☎三鷹ゴルフセンター。参加費1回2,500円(練習ボール代・教材費など)先着10人。☎10月23日g(必着)までに同会 ☎34-8159 ☎くわしくは同会 ☎090-2324-7020

### 甲州道中を歩く

歴史の道を歩く会主催。☎☎10月23日g 午前10時。多摩都市モノレール甲州街道駅集合。日野から八王子までを探索します。参加費400円。先着15人。☎☎10月16日g までに矢崎宅 ☎31-1451

### 特別養護老人ホーム 恵比寿苑フリーマーケット

同苑主催。☎10月24日a 正午~午後3時。☎同苑(牟礼1-9-20)出店者募集中!☎☎事前に同苑(榎本) ☎48-5577・☎48-6511

### むらさき公園フリーマーケット

仲町クラブ主催。☎10月24日a 午前10時~午後3時(雨天の場合は31日)☎同公園。参加費500円。☎☎事前に館谷宅 ☎47-2254

### 第48回太宰治の足跡案内

みたか観光ガイド協会主催。☎☎10月24日a 午前9時50分集合(雨天決行)三鷹駅南口デッキ上、市民ガイドが持つのぼりが目印。コースは約2時間30分。希望者は太宰作品の朗読を聞きながら昼食を。☎☎当日、直接会場へ。☎小谷野宅 ☎44-0981

### 水彩による静物の写生

三鷹スケッチの会主催。☎10月29日f 午前9時30分~正午。☎社会教育会館。☎☎事前に佐野宅 ☎31-7650

## 会員募集

### 体操サークルファンタジー

跳び箱・ボール・マット運動をしませんか。☎毎週木曜日午後3時30分~5時。☎第二体育館。対象は5歳~小学2年生。入会金1,000円、会費月額2,500円、体験1回600円。☎☎西村宅 ☎42-2333(午後6時~8時)

### リズム体操「花かいどう」

運動不足の中高年女性に楽しみながら

リフレッシュ体操を。☎毎週金曜日午後1時~2時30分。☎連雀コミュニティセンター。講師は元NHKテレビ体操の三森早苗さん。入会金1,000円、会費月額2,000円。☎☎神田宅 ☎31-5287

### 三鷹カラオケクラブ

老若男女を問わず初心者歓迎。指導は日本作曲家協会の作曲家。☎毎月第1・3土曜日午後1時30分~3時30分。☎ビックエコー(市役所隣)入会金2,000円、会費月額3,500円。☎☎藤井宅 ☎44-9285

### 童謡を唄う会

初めての方大歓迎。発表会はありません。☎毎月第2・4月曜日午後1時30分~3時30分。☎吉祥寺FFホール。入会金3,000円、会費1回1,500円。☎☎堀場宅 ☎51-8743

### バドミントン 三鷹ロビンス

一緒に汗を流してみませんか。ピジター、見学大歓迎。まずはお電話を。☎毎週木曜日。☎市内体育施設。入会金2,500円、会費月額2,000円。☎☎大塚宅 ☎46-1077

### メロディ・クラブ

英語の歌をお子さんと一緒に!☎毎週水曜日午前11時10分~11時50分。☎下連雀むらさき地区公会堂(下連雀2-10-21)親子1組で入会金1,000円、会費月額3,100円。☎☎懸宅 ☎33-5899

## 伝言板

### 土曜コース語学講座(初級1)

アジア・アフリカ語学院主催。☎10月16日~平成17年1月22日の毎週土曜日午前9時30分~午後0時40分(全10回)☎同学院。文字や発音、初歩的な文法・会話を学びます。入学金5,250円、授業料54,600円(税込)別途教材費が必要。☎☎同学院 ☎48-5515・☎46-5107

### 身近な人を亡くした思いを語り合う会

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。☎10月30日~12月11日の毎週土曜日午後1時30分~3時30分(11月13日を除く全6回)☎同研究所。参加費5,000円。定員8人。☎☎同研究所 ☎31-7830

### 月刊わがまちジャーナル10月号 パークシティ5chで放送中

食でひろがる地域の和(お弁当作りのボランティア活動16年の友の会「コスモス」代表の今木仁恵さん)/畑はまちのオアシス(武蔵野市の畑を訪ねて)/NEO武蔵境駅(高架化が進む境を探検)ほか

NPO法人むさしのみたか市民テレビ局 ☎☎79-1434・☎mmctv@parkcity.ne.jp  
ご意見・情報をお寄せください。