

# みたか情報館

mitaka information

日日時 所場所 問問い合わせ 申申し込み

## 催し EVENT

### 東児童館の節分ウィーク

日 1月26日(水) ~ 2月3日(水) 午前9時 ~ 午後5時(30日(日)は休み) 豆まき = 3日午後4時30分から。  
同館。  
直接会場へ。  
同館 ☎ 44 - 2150

### リサイクル施設見学会

連雀地区住民協議会主催。  
日 2月16日(水) 午前7時20分、連雀コミュニティセンター集合。午後5時帰着予定。往復大型バスを利用。見学先は埼玉県川口市・朝日環境センター、キッコーマン物知り醤油館。  
日 1月16日(日) から、参加費2,300円(昼食代)を添えて連雀コミュニティセンターへ。先着40人。  
同センター(木曜日休館) ☎ 45 - 5100

### リサイクルのためのフリーマーケット(一坪市)

連雀地区住民協議会主催。  
日 2月20日(日) 午前10時 ~ 午後3時30分。同連雀コミュニティセンター。  
日 1月17日(月) ~ 2月16日(水) 午後5時までに参加費500円を添えて同センターへ。先着29店舗(1人または1団体で1店舗)。  
同センター(木曜日休館) ☎ 45 - 5100

### 三鷹市美術連盟展

同連盟主催。油彩・水彩・墨彩・パステルなど130点を展示します。  
日 1月25日(火) ~ 30日(日) 午前10時 ~ 午後6時(25日は1時から、30日は5時まで)。  
同三鷹市美術ギャラリー。  
直接会場へ。  
同片岡宅 ☎ ☎ 43 - 7288

## 講座・教室 CULTURE

### 文庫講習会「スライドでめぐるリンドグレンの作品世界」

三鷹市文庫連絡会・三鷹市立図書館共催。  
日 1月20日(木) 午前10時15分 ~ 正午。同三鷹図書館(本館)で。講師は児童文学研究家の市村久子さん。  
当日、直接会場へ。先着60人。  
同内藤宅 ☎ 46 - 3369

### むらさき子どもひろばの一輪車教室

対象は小学生。日本一輪車協会の指導員が乗り方の指導と検定を行います。  
日 1月28日(金) 午後3時15分 ~ 4時30分(受付は3時30分まで。雨天中止)。  
同四小校庭。  
当日、直接会場へ。  
同同ひろば ☎ 49 - 5500



名残雪で薄化粧することもある弥生の箱根山。柔らかな木々の芽吹きと、霜柱から顔を覗かせた野草が、訪れる人との出会いを心待ちにしています。三鷹からわずか数時間。市民の別荘「箱根みたか荘」では、掛け流し温泉と春の御献立、そして笑顔で皆様のお越しをお待ちしております。

### 特別公開講座「コミュニティの中の子育てって？」

三鷹市地域家庭教育支援推進協議会・三鷹市教育委員会主催。私たちにできるより良い子育て環境づくりを考えてみませんか！  
日 2月1日(火) 午前10時 ~ 正午。同社会教育会館。講師は東京大学大学院教育学研究科教授・同教育学部附属中等教育学校校長の汐見稔幸さん。  
当日、直接会場へ。定員45人。  
保育を希望する方は1月17日(月) ~ 21日(金)に申し込む。定員5人。  
同社会教育会館 ☎ 49 - 2521

### ルーブル美術館への招待

対象は在勤・在学を含む16歳以上の市民。多彩なスライドを見ながら、分かりやすく解説する講座です。  
日 2月3日 ~ 3月17日の毎週木曜日 午後2時 ~ 4時(全7回)。  
同西社会教育会館。講師は美術研究家・美術史学会会員・元NHKプロデューサーの斎藤陽一さん。  
日 1月17日(月) ~ 21日(金) 午前9時30分 ~ 午後5時に同館 ☎ 32 - 8765へ直接または電話で。定員25人(申込多数の場合は抽選)。

### 西部地区住協・西児童館共催「一輪車教室」

日 2月5・12日の土曜日 午後2時 ~ 4時(全2回。雨天決行)。  
同井口コミュニティセンター。講師は日本一輪車協会指導員の浮谷香織子さん。体育館履き、持っている人は一輪車持参。  
直接会場へ。  
同西児童館 ☎ 31 - 6039

### 新中いきいき大学・高齢者の生活と健康づくり

新川中原住民協議会・社会教育会館連携事業。  
日 2月13日(日) 午後1時30分 ~ 3時30分。同新川中原コミュニティセンター。講師は東京都老人総合研究所副所長・東京大学大学院客員教授の鈴木隆雄さん。  
同同センター(月曜日休館) ☎ 49 - 6568へ直接または電話で。先着50人。

### 無料IT講習会

対象はパソコンを使ったことのない55歳以上の市民。  
日 1月24日(月)・28日(金)、2月8日(火)・11日(祝)、2月22日(火)・25日(金) いずれも午前9時30分 ~ 午後0時30分(3コース)。  
同三鷹産業プラザ3階ITルーム2。1日目 = マウス操作など。2日目 = インターネット・メールの基礎。  
同同三鷹いきいきプラス事務局(火・木曜日午前10時 ~ 午後4時開所) ☎ 70 - 5753・☎ 70 - 5754へ。各コース先着12人。

### 健康セミナー「腰痛・膝痛・外反母趾について」

三鷹市周辺住民協議会主催。

3月の空室情報 (1月12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
		休業日				
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

= 一部空室有り x = 満室  
☒ = 洋室のみ有り

日 1月22日(土) 午後3時 ~ 4時30分。  
同三鷹駅前コミュニティセンター。講師は三鷹市医師会医師の松崎正司さん。  
当日、直接会場へ。先着70人。  
同同センター(月曜日休館) ☎ 71 - 0025

### 「庭木のせん定」講習会

三鷹市周辺住民協議会主催。  
日 1月23日(日) 午前10時30分 ~ 午後3時。同三鷹駅前コミュニティセンター。講師はグリーンアドバイザーの加藤治平さん。せん定ばさみまたは木ばさみ持参。  
同同センター(月曜日休館) ☎ 71 - 0025へ直接または電話で。先着30人。

### 正しい歩き方で健康になりましょう

井の頭地区住民協議会主催。  
日 1月27日(水) 午後1時 ~ 3時。同井の頭コミュニティセンター本館。講師は高井戸整骨院の森英利さん。  
日 1月18日(火) ~ 26日(水) 同同センター ☎ 44 - 7321(月曜日休館)へ。定員20人。

### 市民がつくるパソコン学習会

連雀地区住民協議会主催。  
日 2月2日 ~ 23日の毎週水曜日 午後1時30分 ~ 3時30分(全4回)。  
同連雀コミュニティセンター。参加費1,000円(テキスト代)。  
ノートパソコンを持参した方以外は2人で1台を使用。  
日 1月16日(日) から直接同センター(木曜日休館)へ。先着20人。  
電話での申し込みは不可。  
同同センター ☎ 45 - 5100

### 健康づくり料理教室「ひなまつり料理」

連雀地区住民協議会主催。  
日 2月9日(水) 午前10時 ~ 午後1時。同連雀コミュニティセンター。講師は栄養士の川村悦子さん。  
日 1月19日(水) から参加費500円を添えて同センター(木曜日休館)へ。先着30人。  
同同センター ☎ 45 - 5100

### おひなまつり料理

井の頭地区住民協議会主催。  
日 2月10日(木) 午前10時15分 ~ 午後1時。同井の頭コミュニティセンター分館。講師は笠原直子さん。参加費500円。エプロン・三角巾・ふきん・スリッパ・筆記用具持参。  
日 2月9日(水) までに同館(月曜日休館) ☎ 49 - 0557へ。定員20人。

## スポーツ SPORTS

### 3月の小学校校庭開放

いずれも団体貸切での開放。  
日 2月6日(日) ~ 12日(土)(休館日を除く) 各コミュニティセンター。  
同スポーツ振興課 ☎ 内線3323

### 2月の学校体育施設個人開放

対象は小学生以上の市民(在勤・在学を含む)ただし、小学1 ~ 3年生は保護者同伴。  
当日、直接会場へ。用具持参。車での来場は不可。  
同スポーツ振興課 ☎ 内線3323

### 三鷹ウエスト・ソフトバレーボール教室

対象は市内西部地区の小学3 ~ 6年生。  
日 2月2日 ~ 23日の毎週水曜日 午後3

時 ~ 5時(全4回)。  
同二小体育館。体育館履き・タオル・飲み物持参。運動しやすい服装で参加ください。  
日 1月24日(月) までにスポーツ振興課 ☎ 内線3325へ。先着40人。

### 水泳講習会

三鷹市水泳連盟主催。対象は在勤・在学を含む中学生以上の市民。入門(全く泳げない方) 初級・中・高年のためのバタフライの3コース。  
日 2月4日 ~ 3月4日の毎週金曜日 午前9時 ~ 11時。  
同第二体育館屋内プール。受講料4,000円(傷害保険料を含む)。  
日 1月22日(土) (必着) までに、往復はがきに希望のコース番号・住所・氏名・年齢・電話番号(必須)を記入し「〒181 - 8790三鷹郵便局留・三鷹市水泳連盟講習会係」へ。  
日 日限宅 ☎ 31 - 1706(夜間)

### 親子スケート教室

三鷹市体育協会主催。対象は在学を含む市内の小・中学生とその保護者(子どものみ参加は不可)。  
日 2月19・26日の土曜日 午後5時30分 ~ 7時30分(全2回)。  
同サントリー東伏見アイスアリーナ(西武新宿線東伏見駅前)に現地集合(申込受付時に要項を配布) 帽子・手袋持参。運動しやすい濡れてもいい服装で参加ください。  
日 1月16日(日) 午前10時 ~ 午後4時に参加費(貸し靴・リンク使用料を含む2回分)大人、子どもとも1,500円を添えて体育協会(第一体育館内)へ。先着親子100人。  
貸し靴を希望する方は、申込時に靴のサイズを記入してください。  
同同協会 ☎ 43 - 2500



### 2月の保育園で遊ぼう

▷ 中央 ☎ 40 - 7540 = 10日(木) お庭で遊ぼう、24日(木) 運動遊具で遊ぼう！(体を動かして元気に遊ぼう) 南浦東 ☎ 40 - 7166 = 3日(木) 人形劇であそびましょ！、あけぼの ☎ 40 - 7555 = 24日(木) お楽しみ会(ごっこあそび)、南浦西 ☎ 40 - 7551 = 22日(火) エプロンシアターであそびましょ、西野 ☎ 39 - 7030 = 10日(木) あそびましょ(ミニお店屋さんごっこ)・身体測定、三鷹台 ☎ 40 - 7164 = 4日(金) 大きなあれ(身体測定)、山中 ☎ 40 - 7542 = 3日(木) 節分、17日(木) リズム遊び、高山 ☎ 40 - 7162 = 10日(木) ママにおしえてもらおう(アロマのせかい) 先着20人、中原 ☎ 40 - 7170 = 17日(木) みんなあつまれドンドン(リズムあそびを楽しもうパート1) 下連雀 ☎ 40 - 7160 = 3日(木) 節分、17日(木) ひな人形づくり、野崎 ☎ 39 - 7050 = 1日(火) 鬼のお面を作りましょ、新川 ☎ 40 - 7553 = 22日(火) 乳児お楽しみ会(うたと手あそびほか)・身体測定、上連雀 ☎ 40 - 7168 = 3日(木) 節分集会(節分集会后、庭遊び) 24日(木) あそびましょ(おひな様製作) 東台 ☎ 79 - 7728 = 9日(水) なかよし広場(身体測定・園庭室内開放) 23日(水) なかよし広場(身体測定・園庭室内開放) 三鷹駅前 ☎ 79 - 5441 = 17日(木) ようこそ誕生会へ(パネルシアター「お・た・の・し・み！」) 牟礼 ☎ 76 - 0883 = 8日(火) 身体測定・保育士とあそぼう、第二小羊チャイルドセ

休業日 = 4月の休業日は12日(火)・13日(水)です。  
▶ 洋室の優先申込 = 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みください。  
▶ 1人利用 = 1カ月前の1日から市民課へ直接申し込みください。  
補助金について 70歳以上の方、身体障害者手帳や愛の手帳等をお持ちの方は、年度内1回利用助成が受けられます。申し込みの際、助成対象者それぞれのご印鑑をお持ちください。  
使用料(1泊2食付) 一般室(和室)の使用料は、大人6,500円、小学生5,000円、3歳以上2,600円。  
⇒ 市民課 ☎ 内線2323