

「脳にe!トレーニング」~目と脳の活性化で、心も体も若返り!

パソコンを使ったゲーム感覚のトレーニングと簡単な体操を、ご自宅で1日20分程度行います。対象は40歳以上で心身ともに健康な方で、パソコン(Windows 2000/XP)をお持ちの方。

効果には個人差があります。
回 7月1日(土)~29日(土)の毎週土曜日
午前9時~10時40分、午前11時~午後0時40分。
産産プラザ。定員各15人程度。
問い合わせ(株)アフィンスクール事務局
school@afin-sports.comへ。
同社 ☎26-5460

スポーツ SPORTS

味の素スタジアムでサッカーしよう!みたかわんぱくサッカーフェスティバル

ドリブルタイムトライアル、リフティング大会、お楽しみ抽選会など、楽しいアトラクションがいっぱい!
回 6月18日(日)午前10時~午後4時30分。
味の素スタジアム。
回当日、直接会場へ(受付は午後3時15分まで)
サッカークリニックとミニゲー

ム大会の申し込みは終了しました。内容は天候などにより変更する場合があります。

雨天中止の判断は午前8時に市役所 ☎45-1151へ確認してください。
回 スポーツ振興課 ☎内線3326

屋内プール休場のお知らせ

事務室移転作業とちびっこ水遊び教室・幼児特別公開に伴い、屋内プールを休場します。
回 7月1日(土)、8日(土)~12日(水)。
回 スポーツ振興課 ☎内線3327

8月の小学校校庭開放

いずれも団体貸切での開放。

回 7月2日(日)~8日(土)(休館日を除く)に各コミュニティセンターへ。
回 スポーツ振興課 ☎内線3323

剣道大会

三鷹市体育協会主催、三鷹市剣道連盟主催。対象は在学を含む小学3年~中学3年生の市民。トーナメント方式。
回 7月9日(日)午前10時から。
回 第二体育館。個人戦は各学年別。団体戦は小学4年生以上。
回 6月27日(火)~7月2日(日)午前10時~午後4時に直接、体育協会へ。
回 同協会 ☎43-2500(月曜日休み)

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」、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」、そのほか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。掲載希望が多いため、載らないことがあります。「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。特に記載のない事業は無料です。
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。

7月16日発行号原稿締切日
6月25日(日)
8月6日発行号原稿締切日
7月16日(日)
7月2日号の原稿は締切りました。

催し

自立生活プログラム

障がい者地域自立生活支援センター ぱっぱ主催。回 7月13日までの毎週木曜日午前10時~午後0時30分。回 三鷹駅前コミュニティセンター。回 事前に障がい者地域自立生活支援センターぱっぱ ☎71-0901

KAWAGUCHI Sei & MATSUOKA Akiko

ぎやらりー由芽主催。回 6月17日(土)~7月2日(日)正午~午後7時。回 同画廊(木曜日休み) 版画と油絵を展示。回 直接会場へ。回 同画廊 ☎47-5241

布で作る手作り絵本教室

ファブリックアートファンクラブ主催。回 6月19日(月)~7月14日(金) 午前10時30分~午後0時30分、午後1時30分~3時30分。回 ファブリックアートスクール。参加費5,000円(材料代を含む)。期間中3回の受講で絵本を1冊作ります。回 事前に三浦宅 ☎79-1282

HANADA 藍染展

藍染の店HANADA主催。回 6月20日(火)~25日(日)午前11時~午後6時。回 ギャラリー・オーク。絞り染めタペストリー、のれんなど。回 直接会場へ。回 小倉宅 ☎41-1678

未就園児あそびの会 「びよびよクラブ」

三鷹台幼稚園主催。回 6月21日(水) 午後1時30分~2時30分。回 同園。回 回当日、直接会場または事前に同園 ☎43-7417

シュタイナー幼児教育を実践するのはなな園の催し

同園主催。回 手仕事と茶話会 まほうのゆび = 6月23日(金)午前10時~正午、講演会「子どもの気質 親の気質 4つの気質と子育て」 = 7月15日(土)午前9時30分~11時30分。回 井の頭東部地区公会堂、なのはな園。参加費 300円、1,800円。回 回いずれも事前にファクスまたははがきで同園 ☎79-4598・「〒181-0001 井の頭2-27-7」

ほのぼのネット活動ってどんなことをしているの

三鷹・高齢社会をよくする会主催。回 6月23日(金)午後1時30分~3時30分。回 社会教育会館。お話は実際に活動をしている方と三鷹市社会福祉協議会職員。回当日、直接会場へ。回 新井宅 ☎31-8889

フィリピンでのお産に寄り添って

ピナツボ復興むさしのネット(ピナツボ)主催。回 6月23日(金)午後7時~9時。回 はちのこ保育園。参加費500円。助産師の富田江里子さんのお話。お子さん連れ可。回 事前に同会 ☎34-5498・ ☎32-9372・hachinoko@ba2.so-net.ne.jp

アリスみたか「お手玉づくり」

三鷹市母子専科福祉会主催。回 6月24日(土)午前10時~正午。回 福祉会

館。回当日、直接会場へ。回 古谷宅 ☎41-8258

助産師と一緒に赤ちゃんを迎える準備をしましょう

三鷹市助産師会主催。回 6月24日(土)午後1時30分~3時30分。回 福祉会館。参加費800円(資料代・飲み物代を含む)。パートナーと一緒にどうぞ。回当日、直接会場へ。回 大沢宅 ☎47-6214

ルートル三鷹教会バザー

同教会主催。回 6月25日(日)正午~午後2時。回 ルートル学院大学。物品の受付は6月18日(日)まで。新品同様の物のみ。大物は不可。回当日、直接会場へ。回 同教会 ☎33-1122

マイキャラのTシャツを作ろう!

キャラクターワークショップ主催。回 6月25日(日)午後1時~4時30分。回 芸術文化センター美術創作室。参加費500円。対象は小学3年生~中学生。Tシャツは持参するか事前に申し込みを。回 事前に西岡宅 ☎77-9330

「今を感じる、「わたし」を感じる

アトリエ・コスモス主催。回 6月26日(月)午後1時30分~4時。回 野崎地区公会堂。講師は豊田美穂子さん。参加費2,000円。定員20人。心と体が安らぐワークショップ。回 事前に片倉宅 ☎34-3448

あそびましょ

あかね保育園主催。回 6月27日(火)午前10時~11時30分。回 上連雀南浦地区公会堂。回 事前に同園(永山) ☎49-2671

気功講習会

気功研究会主催。回 6月~9月の第4火曜日午後1時15分~3時30分(全4回)。回 井口地区公会堂。講師は日本総本部会員の中山雅子さん。軽い運動ができる服装で。回 直接会場へ。回 小林宅 ☎31-8651

街かど自立センターのガレージセール

同センター主催。回 6月27日(火)午後0時30分~2時。回 同センター(上連雀4-1-8 福祉コアのみれん) 回当日、直接会場へ。物品提供をお願いします。本・家具・大型電気製品・ぬいぐるみを除く新中古衣類・雑貨など。衣類は夏物のみ。受付時間は午前9時~午後5時(土・日曜日、祝日を除く) 回 同センター ☎48-0648

ピース講習会初心者向け

ピースファンマリエ主催。回 6月29日(木)午後1時~3時。回 三鷹駅前コミュニティセンター。参加費1,000円(材料代は別途) 回 事前に阪本宅 ☎090-5525-7799・keiko3san@hotmail.com

ICU CLASSIC ENSEMBLE 第3回演奏会

同楽団主催。回 7月1日(土)午後3時から。回 芸術文化センター風のホール。メンデルスゾーン「交響曲第5番」など。回当日、直接会場へ。回 萩野宅 ☎090-9812-9006

講演会「孤立感から充実感へ~シェークスピア悲劇の本質~」

ICUにこおん会主催。回 7月1日(土)午後2時から。回 武蔵野公会堂。講師は斎藤和明さん。資料代500円。回当日、直接会場へ。回 武内宅 ☎03-3290-3036

勉強会「コーヒーから考えるフェアトレード」

フェアトレード研究会主催。回 7月1日(土)午後4時~5時30分。回 ま・ばぐーす。参加費400円(飲み物付き) 回 同店 ☎41-4666

女性合唱団25周年記念コンサート

同会主催。回 7月2日(日)午後2時~4時。回 芸術文化センター風のホール。入場料1,000円。回当日、直接会場へ。回 平沢宅 ☎44-1557

東京大学歌劇団第25回公演

歌劇「ホフマン物語」 同歌劇団主催。回 7月2日(日)午後5時から。回 三鷹市公会堂。回当日、直接会場へ。回 鈴木宅 ☎090-2757-6727

むらびさバザー

社会福祉法人むらびさ主催。回 7月2日(日)午前11時~午後2時。回 南浦小体育館。午前9時30分に整理券を配布します。回当日、直接会場へ。回 食茶房むらびさ(木村) ☎43-4600

小羊お楽しみ会

第2小羊チャイルドセンター主催。回 7月2日(日)午前9時から。回 同センター。ピンゴ、模擬店、講演会など。回当日、直接会場へ。回 同センター ☎43-9754

ゆかた無料着付講習会

ボランティアあきもの藍の会主催。回 7月5日(水)午後2時~4時。回 武蔵野市民会館。ゆかた一式を持参。回 事前に吉沢宅 ☎32-2691

コミュニケーションの秘策~ぜい肉落としてすっきり母さん

親業のつとめ主催。回 7月7日(金)午前10時~11時45分。回 武蔵野公会堂。入場料700円。保育あり(要予約) 回当日、直接会場へ。回 親子スペース ☎042-328-3090

マンツーマン超初心者パソコン入門

シニアSOHO普及サロン・三鷹主催。回 7月7日~9月1日の毎週金曜日午後1時~3時(8月18日を除く全8回)。回 産産プラザ3階ITルーム2。参加費16,000円(8回分)。テキスト代1,450円。回 事前に同会(山根) ☎070-5544-6652・ ☎40-2664

チャイルドライン夢メッセージ展 2006

NPO法人子ども生活・ゆめこうば主催。回 講演会「子どもと暮らすということ」 = 7月8日(土)午後3時~4時30分、ファミリーコンサート「親子で楽しむ金子みすゞの世界」 = 9日(日)午後2時~3時30分。回 いずれも福祉会館。参加費 500円、大人500円、子ども250円。講師は斉藤次郎さん、出演は西山淑子さん。著名人の書いた子どもへのメッセージ絵馬展も同時開催。回 事前に子どもの電話ゆう・You・友 ☎34-0040

発声ゼミナール

T.V.T.I.主催。回 7月9日(日)午後1時15分~4時。回 芸術文化センター第一音楽練習室。参加費3,000円。回 事前に高橋宅 ☎03-3334-1875

プロペラ星空観望会

天文学とプラネタリウム主催。回 7月14日(金)午後5時30分~9時。回 調布飛行

場内プロペラカフェ。参加費大人1,000円、子ども700円(飲食代を含む) 回 事前に http://www.tenpla.net/chofu/ 回 稀見宅 ☎chofu@tenpla.net

会員募集

創作舞踊集団寶船(たからぶね) 阿波踊りを本格的に!見学体験大歓迎。回 毎週金曜日午後6時30分~9時。回 第二体育館。回 同米澤宅 ☎32-2738

日舞もみじ会

花柳流師範の指導で踊りませんか。回 毎月第1・2・3水曜日午後4時~6時。回 大沢コミュニティセンター。入会金1,000円、会費月額2,500円。回 同大橋宅 ☎31-8400

ギターサークル・ハーモニックス

団塊世代の方も遠慮なくどうぞ。回 毎週土曜日午後1時~5時。回 芸術文化センター。会費月額1,500円。回 同磯村宅 ☎46-4036

自強術(じきょうじゅつ)たんぽぽ

体のバランスを整える健康体操。回 毎月3回火曜日午前10時~11時30分。回 半井南地区公会堂。会費月額1,500円。回 同堀宅 ☎45-3371

井の頭シニアアンサンブル

弦楽器を演奏する60歳以上の方(初心者~上級)対象。回 毎月2回。回 井の頭コミュニティセンター。入会金1,000円、会費月額1,000円。回 同杉山宅 ☎76-0384

自強術(じきょうじゅつ)ふじの会

年齢を問わずできる体操です。見学歓迎。回 毎月第1・2・3月曜日午前10時~正午。回 上連雀南浦地区公会堂。会費月額1,500円。回 同蓮見宅 ☎47-2660

鷹友会(ようゆうかい)

太極拳で健康に!回 毎週水曜日午後7時~8時30分。回 三鷹駅前コミュニティセンター。入会金1,000円、会費月額3,000円。回 同大沢宅 ☎52-5020

大正琴を楽しむ会

演歌・童謡・映画音楽などを練習します。回 毎月第2・4木曜日午前10時~11時30分。回 三鷹駅前コミュニティセンター。会費月額3,000円。回 同小宮宅 ☎090-9371-7300

伝言板

公開講演会「ピロリ菌と胃の病

気・健康な胃を取り戻そう」 杏林大学主催。回 6月24日(土)午後1時30分~3時。回 同大学。回当日、直接会場へ。回 同同大学 ☎44-0611

土・日も開館!「風のミュージアム」

大成高校主催。回 毎週火・水・木・土・日曜日午前10時~午後5時(正午~午後1時30分を除く) 回 同校。回 同くわしくは同校(河合) ☎43-3196・ ☎47-6302