

# スポーツ

## 正しく歩こう！ウォーキング教室

主催 連雀地区住民協議会、三鷹駅周辺住民協議会  
 対象 50人、40人(いずれも先着制)  
 日程 10月6・13・27日の土曜日午前10時30分～正午(全3回) 10月7日、12月2日の日曜日午前10時～午後0時30分(全2回)  
 場所 連雀コミュニティセンターほか、三鷹駅前コミュニティセンター  
 申込 連雀コミュニティセンター☎45-5100、直接または電話で三鷹駅前コミュニティセンター☎71-0025

## 11月の小学校校庭開放

いずれも団体貸切での開放。  
 日程 市のホームページで確認を  
 申込 10月7日(日)～13日(土)に各コミュニティセンター  
 問合せ スポーツ振興課☎内線3327

## テニス講座

対象 在勤、在学を含む高校生以上の市民で初心者の方、1区分先着32人  
 日程 10月10日(水)・12日(金) A区分=午前9時～10時30分、B区分=午前10時40分～午後0時10分、C区分=午後0時20分～1時50分  
 場所 大沢野川グラウンド(ハードコート)  
 持ち物 テニスラケット、シューズ(運動靴でも可)  
 申込 9月18日(火)～28日(金)の午前9時～午後5時までにスポーツ振興課☎内線3327



## 中高齢者水泳講習会

主催 三鷹市水泳連盟  
 対象 50歳以上の全く泳げない市民(在勤を含む)で、水泳連盟未加入の方20人  
 日程 10月10日～31日の毎週水曜日午前11時30分～午後1時30分(全4回)  
 場所 第二体育館屋内プール  
 費用 3,500円(傷害保険料を含む)  
 申込 9月29日(土)(必着)までに往復はがきで「〒181-8790 三鷹郵便局留・三鷹市水泳連盟講習会係」  
 問合せ 服部☎37-0937(夜間のみ)

## 07洋舞フェスティバル

主催 三鷹市洋舞連盟  
 日程 10月21日(日)午後4時30分～6時30分  
 場所 三鷹市公会堂  
 当日会場へ  
 問合せ 高麗☎44-5209

## 中高年の柔軟体操

主催 井の頭地区住民協議会・東社会教育会館  
 対象 40人  
 日程 10月23日～11月13日の毎週火曜日午前10時15分～正午(全4回)  
 場所 井の頭コミュニティセンター新館  
 持ち物 タオル、室内履き  
 申込 10月3日(水)から同センター☎44-7321

## 歩数計を廉価で交付

「歩く運動」を奨励するため、歩数計を低廉な価格で交付します。  
 主催 社会福祉協議会  
 対象 55歳以上の市民(申込多数の場合は抽選)  
 日程 10月29日(月)に同会で交付説明会  
 費用 1,500円(同会会員は1,300円)  
 申込 10月2日(火)(必着)までに必要事項と会員資格の有無を記入し往復はがきで「〒

181-8555 三鷹市社会福祉協議会歩数計担当」  
 問合せ 同会☎46-1108

## 市民体育祭インディアカ大会

初めての方への講習会も行います。  
 主催 三鷹市インディアカ連盟  
 対象 16歳以上の在勤・在学を含む市民。  
 チームでのエントリーは1チーム5～6人  
 日程 11月3日(祝)午前9時30分～午後3時  
 場所 第一体育館  
 申込 9月18日(火)～29日(土)までに三鷹市体育協会☎43-2500  
 問合せ 森田☎32-5464、荒木☎45-1481

# 講座

## 読み聞かせステップアップ講演会

テーマ 子どもに本の楽しさを～読み聞かせボランティアとは～  
 主催 三鷹市教育委員会、三鷹駅前図書館  
 対象 学校などで読み聞かせボランティア活動を行っている方、または学校を対象に活動の場を広げようと考えている方、100人  
 日程 9月28日(金)午前10時15分～午後0時15分

場所 三鷹駅前コミュニティセンター  
 当日会場へ  
 問合せ 三鷹駅前図書館☎71-0035

## 「布ぞうり作り」体験

主催 三鷹市消費者活動センター運営協議会  
 対象 10人(先着制)  
 日程 10月1日(月)午後0時30分～4時30分  
 場所 三鷹市消費者活動センター3階会議室  
 費用 100円  
 持ち物 30cmものさし、はさみ、木綿布(1足分で90cm幅×2m位、たて地で6cm幅のリボン状に切ってきてください)  
 申込 9月18日(火)午前10時から同会☎41-0510  
 問合せ 生活経済課☎内線2545

## 三鷹いきいきプラスの無料パソコン講習会

対象 55歳以上のパソコン初心者または未経験者、12人(先着制)  
 日程 10月1日(月)・4日(木)、10月15日(月)・18日(木)いずれも午前9時30分～午後0時30分  
 場所 三鷹産業プラザ3階  
 申込 火・木曜日の午前10時～午後4時に三鷹いきいきプラス事務局☎70-5753

## 「犬のしつけ方教室」

主催 東京都獣医師会武蔵野三鷹支部、東京都動物愛護相談センター  
 対象 120人(先着制)  
 日程 10月6日(土)午後1時30分から  
 ペットは連れてこないでください  
 場所 日本獣医生命科学大学動物医療センター  
 申込 9月29日(土)(必着)までに必要事項と飼育している犬の種類を記入し、往復はがきで「〒180-0006 武蔵野市中町2-6-4 三鷹獣医科グループ犬のしつけ方教室係」往復はがき1枚につき5名まで  
 問合せ おおむら動物病院☎29-7887、環境対策課☎内線2524



## 護身術教室

主催 三鷹市体育協会、三鷹市少林寺拳法連盟

日程 10月6日～20日の毎週土曜日午後6時～7時30分(全3回)

場所 第二体育館  
 当日会場へ  
 問合せ 少林寺拳法連盟事務局(河西)☎090-7223-8019(夜間のみ)

## まちづくり三鷹パソコンスクール

「はじめての文書作成ワード初級」  
 日程 10月6日(土)午前9時30分～午後4時30分

費用 受講料9,000円、教材費2,100円(税込)  
 「マウス・キーボード操作に慣れよう」  
 日程 10月1日(月)・8日(祝)午前9時30分～午後0時30分(全2回)

費用 受講料5,000円、教材費300円(税込)  
 場所 いずれも三鷹産業プラザITルーム1  
 申込 同(株)まちづくり三鷹☎40-9669・FAX 40-9750

## 花と緑の学習会「明治神宮の森」

主催 新川中原住民協議会、社会教育会館  
 対象 40人(先着制)  
 日程 10月13日(土)午後1時30分～3時30分

場所 新川中原コミュニティセンター  
 同センター☎49-6568  
 問合せ 社会教育会館☎49-2521

## 10月男性料理教室

主催 大沢住民協議会  
 対象 24人(先着制)  
 日程 10月14日(日)午前10時～午後2時

場所 大沢コミュニティセンター料理室  
 費用 材料費500円  
 持ち物 エプロン、ハンダナ、筆記用具  
 申込 10月11日(木)までに同センター☎32-6986

## パソコン教室(ワード初級)

対象 16歳以上の在学・在勤を含む市民、10人(申込多数の場合は抽選) 全日程出席できる方  
 日程 10月22日(月)～26日(金)午後2時～4時

場所 西社会教育会館学習室  
 申込 9月18日(火)～21日(金)午前9時30分～午後5時に直接または電話で西社会教育会館☎32-8765

## はじめてのブログ入門講座

主催 NPO法人子育てコンビニ・三鷹市  
 対象 メール・キーボード入力ができる方9人(先着制) 保育あり(先着制・要予約)  
 日程 10月25日(木)・26日(金)午前10時～正午(全2回)

場所 市民協働センター第2会議室  
 費用 受講料5,530円(テキスト代を含む)  
 申込 電話・ファクス・Eメールにて市民協働センター☎46-0048、FAX 46-0148、kyoudou@collabo-mitaka.jp

## シルバー人材センター会員募集

就業内容 大学構内のさまざまな仕事、放送番組の作成、公共の施設管理、子育て支援など。  
 入会説明会 毎月第2・4火曜日午前9時から事業紹介、概要説明  
 場所 シルバー人材センター2階会議室  
 申込 同センター(新川6-35-16)☎48-6721

## 第54回三鷹市市民文化祭

作品募集中!  
 10月21日(日)から開催する市民文化祭の出品作品を募集しています。  
 募集部門と申込期日  
 写真・書道・華道・工芸・美術・菊花=9月22日(土)まで  
 俳句・短歌=9月28日(金)まで  
 囲碁大会=11月10日(土)まで  
 いずれも三鷹市芸術文化協会「〒181-0013 下連雀6-13-13 社会教育会館内三鷹

市芸術文化協会」  
 問合せ 生涯学習課☎内線3316・同会☎49-2521

## みたかフリ・マ・ケット出店者募集!

出店公募数 85店舗(1店舗あたり2m×2.5m)



対象 高校生以上の在勤・在学を含む市民(申込多数の場合は抽選)

高校生の場合は保護者の承諾署名と押印が必要、一世帯で複数の申し込み不可。  
 日程 10月13日(土)午前10時～午後2時30分(雨天の場合は14日(日)に順延、14日が雨天の場合は中止)

場所 市役所中庭  
 出店料500円  
 申込 9月17日(祝)～24日(休)(消印有効)までに必要事項と販売予定品目を記入し、往復はがきで「〒181-0013 下連雀3-22-7 三鷹市消費者活動センター」  
 問合せ 同センター☎43-7874

# 求人

## 社会福祉法人三鷹市社会福祉事業団の看護職・ホームヘルパー

職種 看護職(正職員・パート職員) ホームヘルパー(登録型)

資格 正・准看護師免許保有者、臨床経験3年以上の方、ホームヘルパー2級以上の方

勤務場所 老人保健施設はなかいどう、牟礼・井の頭・北野周辺の高齢者宅など

勤務時間 正職員=交替制勤務(夜勤あり)・パート職員=午前8時30分～午後5時15分(週3日以上) 週1回から勤務可。時間・曜日相談に応じます。

申込 平日午前9時～午後5時に同事業団☎44-5211・HP http://www.mitaka.or.jp

# 相談

## 総合オンブズマンによる相談

総合オンブズマン執務予定表(9月～10月分)

相談日	担当者
9月20・27日	国際基督教大学教養学部 准教授 加藤恵津子
10月4日・25日	
10月11・18日	弁護士 山崎源三

相談日はいずれも木曜日の午後1時30分～4時30分

事前に電話で予約  
 相談・情報センター☎内線2215

## しごとの相談窓口

専門のスタッフが就職相談、労働相談、年金相談や内職の相談・登録も行います。

日程 10月1日(月)午前10時～午後0時30分  
 場所 三鷹産業プラザ7階会議室  
 直接会場へ  
 問合せ 生活経済課☎内線2543