

初心者の水泳講習会

◆コース ①初級、②らくらくバタフライ
在勤・在学を含む16歳以上の市民、各コース20人
7月4日～8月1日の毎週金曜日午前9時～11時(全5回)
所 第二体育館屋内プール
¥ 4,000円(傷害保険料を含む)
申 6月23日(月)(必着)までに往復はがきに必要事項(11面参照)とコース名・返信宛先を記入し「〒181-8799三鷹郵便局留・三鷹市水泳連盟講習会係」へ
問 二ノ宮 47-8491(夜間のみ)

ジュニアウエイトリフティング教室

(財)東京都体育協会、東京都ウエイトリフティング協会、都
小学4年～高校生の初心者30人(経験者も可)
7月5・12・26日、8月9・16日、9月13日の土曜日午後2時30分～4時30分
所 味の素スタジアム内生活文化スポーツ局調布庁舎体育館2
物 室内用スポーツシューズ、タオル、飲み物
申 問 各実施の前々日午後5時までに必要事項(11面参照)と参加希望日(複数可)・学校名・保険加入の有無を東京都ウエイトリフティング協会 03-3202-0551・ 43-3207-0850・「〒162-0056若松町14-1東京都ウエイトリフティング協会」へ(先着制)

中学生ソフトテニス強化大会

◆種目 3年生男子、3年生女子、2年生男子、2年生女子
三鷹市体育協会、三鷹市ソフトテニス連盟
市内中学2、3年生
7月6日(日)午前8時～午後4時
所 男子(2、3年生)＝一中テニスコート、女子(2、3年生)＝二中テニスコート
申 問 7月1日(火)までに成山 43-3645へ

少年剣道大会

◆種目 個人戦(小学生の部、中学生の部、中学生女子の部各学年別)、団体戦(4年生以上3人)、トーナメント方式
三鷹市剣道連盟
市内在住・在学の小学3年～中学生
7月13日(日)午前10時から
所 第二体育館
申 7月1日(火)～4日(金)の午前10時～午後4

時に直接三鷹市体育協会へ
問 同協会 43-2500
卓球！三鷹市ジュニア選手強化練習参加者募集
市内在住・在学の小・中学生
8月2・23・30日、9月6・13日の土曜日午前9時30分～正午(全5回)
所 第二体育館
申 問 7月20日(日)までにファクスまたは郵送で柳沢 43-3350・「〒181-0004新川2-1-30柳沢栄子」へ



求職活動支援セミナー「求職活動と一緒に進めていきませんか」

講師はキャリアカウンセラーの神戸弘志さん。
10人
6月20日(金)午後1時30分～4時
所 市民協働センター
物 雇用保険受給者は「雇用保険受給者証」
申 わくわくサポート三鷹 45-8645・ 45-8646・ wakuwaku@mitaka.ne.jpへ
問 生活経済課 内線2544
※毎週火曜日午後1時～5時に三鷹産業プラザで個別キャリアカウンセリングを行っています。

しごとフェア in 西東京就職面接会

6月26日(木)①企業PRタイム＝午後1時30分～2時、②面接会＝午後2時～4時(受付は午後1時～3時)
※参加事業所15社は三鷹・武蔵野・西東京・東久留米・清瀬市の企業が中心です。
所 南町スポーツ・文化交流センター “きらっと”(西東京市南町5-6-5)
物 複数の履歴書、筆記用具
申 当日会場へ
問 ハローワーク三鷹 47-8617
第2回大菊講習会
三枝の誘引、盆用の本鉢移植、だるま苗の移植・摘芯、施肥、福助苗の挿し芽など。
6月29日(日)午後1時30分から
所 農業公園(雨天の場合は三鷹緑化センター)
申 問 JA東京むさし三鷹緑化センター 48-7482へ

布ぞうり作り体験

講師は都立野川公園みどりの愛護ボランティアの小林弓子さん。
三鷹市消費者活動センター運営協議会
10人
6月30日(月)午後0時30分～4時30分
所 消費者活動センター
¥ 100円
物 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たもの)、物差し(30cm)、はさみ、筆記用具
申 問 6月17日(火)午前10時から同会 41-0510・ 43-7874へ(先着制)
第1回身の丈起業塾ティータイムサロン

「身の丈起業塾」の著者、前田隆正さんをコーディネーターに、自然農法・福至農園コーディネーターの北村律子さんと自然のおいしさについて楽しく語り合いませんか。
主(株)まちづくり三鷹
10人
7月2日(水)午後3時～4時
所 コミュニティビジネスサロン(三鷹産業プラザ地下1階)
¥ 300円
申 問 同サロン 40-0320・ cbs@mitaka.ne.jpへ(先着制)

カラオケ講座

講師は西美佐子さん。
三鷹駅周辺住民協議会
30人
7月2日～23日の毎週水曜日午後2時～4時(全4回)
所 三鷹駅前コミュニティセンター
申 問 直接または同センター 71-0025へ(先着制)

文庫連講習会「図書館からのブックトーク」

市立小学校の3年生を対象に行われているブックトークなどを再現。
三鷹市文庫連絡会、三鷹市立図書館
70人
7月3日(木)午前10時～正午
所 三鷹図書館(本館)
申 当日会場へ(先着制)
問 関 31-9827・同館 43-9151
女性のための就職準備セミナー
働きたいと考えている女性10人
7月4日(金)午後1時30分～3時45分
所 市民協働センター
申 問 わくわくサポート三鷹 45-8645・ 45-8646へ

シルバー人材センターの覚えて役立つパソコン教室

◆XPでエクセル応用教室
10人
7月4日～8月8日の毎週金曜日午後3時30分～5時30分(全6回)
¥ 10,000円(教材費を含む)
◆XPでインターネットを楽しもう
10人
7月7日～8月4日の毎週月曜日午後1時～3時(全5回)
¥ 9,000円(教材費を含む)
◆XPでデジカメ写真活用教室
10人
7月7日～8月4日の毎週月曜日午後3時30分～5時30分(全5回)
¥ 9,000円(教材費を含む)
所 いずれも同センター
申 6月24日(火)(必着)までに、往復はがきで「〒181-0004新川6-35-16三鷹市シルバー人材センター(パソコン教室)」へ(申込多数の場合は抽選)
問 同センター 48-6721

成年後見制度セミナー

講師は(社)成年後見センター・リーガルサポート副理事長の前田稔さん。事例を踏まえて分かりやすく説明します。
在勤を含む市民30人
①成年後見制度(法定後見制度)の活用方法＝7月5日、②任意後見制度と遺言について＝7月12日、いずれも土曜日午後1時30分～3時(全2回。1回のみ参加も可)
所 消費者活動センター
申 問 6月16日(月)午前8時30分から同センター 43-7874へ(先着制)
※成年後見制度とは、判断能力が十分でないために財産侵害を受けたり、人間としての尊厳が損なわれたりすることがないように、法律面や生活面で支援する仕組みです。

みたかミニ就職面接会

ハローワーク三鷹、市
7月7日(月)午後2時～4時(受付は1時30分～3時)
※参加事業所5社(予定)は約1週間前にハローワーク三鷹のホームページおよび窓口で公開。
所 三鷹産業プラザ
物 複数の履歴書、雇用保険受給者は「雇用保険受給資格者証」
申 当日会場へ
問 ハローワーク三鷹 47-8617
料理教室「裏技とアイデアたっぷり お手軽おもてなし料理」

講師を務めるのは森永乳業(株)エムズキッチン。
三鷹市消費者活動センター運営協議会
24人
7月9日(水)午前10時30分～午後1時30分
所 消費者活動センター
物 三角巾、エプロン、筆記用具
申 問 6月16日(月)午前9時から同協議会 41-0510・43-7874へ(先着制)
無料パソコン講座「ワード初級」
在勤・在学を含む16歳以上の市民14人
7月14日(月)～18日(金)午後2時～4時(全5回)
所 東社会教育会館
¥ 教材費のみ有料
申 問 6月16日(月)～20日(金)の午前9時30分～午後5時に直接または電話・インターネットで同館 46-0408・HP http://www.pf489.com/mitaka/webkm(生涯学習システム)へ(申込多数の場合は抽選)

コミュニティセンターのプールで泳ぼう

7月からコミュニティセンターのプールがオープンします。入場料はいずれも小・中学生50円、高校生以上200円(2時間1区分)です。※開放期間中でも団体利用や特別清掃などで利用できない場合があります。くわしくは各コミュニティセンターへ。

コミュニティセンター	開放期間	時間区分	備考
大沢 43-32-6986 休館日：火曜日	7月19日(土)～9月7日(日)	随時入場可能(2時間1区分) 平日11:00～19:00、日曜日11:00～16:30 (受付は終了時間1時間前まで)	7月21日(祝)は休館 9月1日(月)・3日(水)・4日(木)・5日(金)は休場
牟礼 43-49-3441 休館日：火曜日	7月19日(土)～9月7日(日)	平日10:15～12:15・13:15～17:00・18:00～20:00 日曜日10:15～12:15・13:15～17:00 ※13:15～17:00は2時間1区分	7月19日(土)水上フェスティバル 夜間利用は7月23日(水)から、7月21日(祝)は休館
井口 43-32-7141 休館日：木曜日	7月6日(日)・12日(土)・13日(日)・19日(土)～9月7日(日)	随時入場可能(2時間1区分) 平日11:00～19:00、日曜日11:00～16:30 (受付は終了時間1時間前まで)	7月6日(日)は13:30からプール開き 水上運動会、7月12日(土)は18:00まで、7月21日(祝)は休館
新川中原 43-49-6568 休館日：月曜日	7月1日(火)～9月10日(水)	平日10:30～12:10・13:10～14:50・15:20～17:00・18:20～20:00 日曜日10:30～12:10・12:50～14:30・15:00～16:40	7月20日(日)水上カーニバル 7月21日(祝)・22日(火)は休館
連雀 43-45-5100 休館日：木曜日	7月5日(土)～9月7日(日)	随時入場可能(2時間1区分) 7月22日(火)～8月31日(日)は平日10:30～17:30、金・土曜日10:30～20:00、日曜日10:15～16:30 他の期間についてはお問い合わせください(受付は終了時間30分前まで)	夜間利用(20:00まで)は7月22日(火)～8月31日(日)の金曜・土曜のみ、7月18(金)・21日(祝)は休館、7月19(土)・20日(日)子どもシルバーまつり(プール無料開放)、8月5日(火)は休場

問 コミュニティ文化室 内線2515