

日 11月5日～26日の毎週水曜日午前9時～10時30分(全4回)  
 所 第二体育館屋内プール  
 料 3,500円  
 申 10月24日(金)(必着)までに往復はがきで〒181-8799三鷹郵便局 三鷹市水泳連盟講習会係へ

問 二宮☎47-8491(夜間のみ)

**女子ソフトボール市民体育祭**

9月開催予定の女子ソフトボール市民体育祭中止に伴い再募集します。年齢・経験不問、一人でもチームでも参加できます。

日 三鷹市ソフトボール連盟  
 日 11月16日(日)午後1時から(予備日は23日祝)  
 所 大沢総合グラウンド  
 物 運動ができる服装、グローブ  
 申 問 同連盟(松野)☎・☎45-5581、白井☎090-2758-5570

**第2回三鷹市長杯バドミントン大会**

種目は 一般男子ダブルス、一般女子ダブルス、シニアダブルス(参加人数により男女混合)、ジュニアダブルス、団体戦、体験コーナー。  
 日 ベッセルスポーツクラブ  
 人 在勤・在学を含む市民(小学生以下は成人同伴)で 男性60歳以上、女性55歳以上、中学生以下

日 11月29日(土)午前9時～午後6時  
 所 第一体育館  
 料 一般500円、ジュニア300円(スポーツ障害保険料含む)  
 物 スポーツのできる服装と体育館履き  
 申 10月31日(金)(必着)までに申込書を郵送またはファクスで〒181-0005中原4-4-7目黒直美・☎45-5432へ

申込書はスポーツ振興課・第二体育館受付にあります。  
 問 目黒☎45-5432

**講座**

**子育て支援・ベビーシッター養成講座**

日 シルバー人材センター  
 人 おおむね60歳以上の市民で、受講後は市立保育園で緊急一時保育業務や園児の送迎などの仕事に就ける方  
 日 説明会=10月22日(水)・23日(木)の午後1時30分から、講座=10月31日～12月5日の毎週金曜日午前10時～午後5時(全6回)



所 ニチイ学館研修所(吉祥寺駅前)  
 料 3,400円(教材費)  
 申 10月21日(火)(必着)までに、はがきに必要事項(11面参照)と説明会希望日を記入し〒181-0004新川6-35-16三鷹市シルバー人材センター子育て支援係へ。説明会は希望日に会場へ。  
 問 同センター☎76-6366

**てづくりおもちゃ箱講座『箱の中のちゃん』**

講師は総合工作芸術家のだるま森さん。人形劇のおもちゃ箱をつくりましょう。  
 人 在勤・在学を含む16歳以上の市民13人、保育は1歳～未就学児5人  
 日 10月24日～平成21年2月20日の祝日を除く毎週金曜日午前10時～正午  
 所 西社会教育会館  
 料 材料費の負担あり(制作物によって変わります)

**緑のボランティア講座**

緑に関する基礎知識や実技。  
 人 25人  
 日 所 10月25日=市役所、11月8日、12月20日=北野地区公会堂、11月15日、12月6日=国際基督教大学、12月13日=国立天文台、いずれも土曜日午前10時～午後3時30分(全6回)  
 申 問 緑と公園課☎内線2833(先着制)



**ホームヘルパー2級養成講座**

人 58～65歳の市民で、受講決定後に三鷹市シルバー人材センターに入会できる方、10人  
 日 説明会=10月28日(火)午後2時から、10月29日(水)午前10時から、講習会「スクーリング」=11月17日(月)～21日(金)、25日(火)～27日(木)、「実習」=11月28日(金)～12月28日(日)(同期間内で全5回)  
 所 三鷹市シルバー人材センター、三菱東京UFJ銀行ビル6階(三鷹駅前)  
 料 年会費2,000円、テキスト代10,000円(別途健康診断料4,000円程度がかかります)  
 申 10月27日(月)(必着)までにはがきに必要事項(11面参照)と説明会希望日を記入し〒181-0004新川6-35-16三鷹市シルバー人材センターへ。説明会は希望日に会場へ  
 問 同センター☎76-6366

**身体に脂肪をためない料理**

講師は中村きよみさん。  
 日 井の頭地区住民協議会  
 人 市民20人  
 日 10月30日(木)午前10時15分～午後0時30分  
 所 井の頭コミュニティセンター新館  
 料 500円  
 物 エプロン、三角巾、スリッパ、ふきん、筆記用具  
 申 10月21日(火)～29日(水)に参加費を添えて同センターへ(先着制)  
 問 同センター☎44-7321

**園芸講習会**

講師は、園芸家の八原ダリさん。  
 日 連雀地区住民協議会  
 人 各回それぞれ30人  
 日 11月1日(土)=花壇ボランティア活動紹介、寄せ植え実習など、11月15日(土)=家庭で応用できるせん定の方法と時期、屋外実習など。時間はいずれも午後1時30分～4時30分  
 所 連雀コミュニティセンター  
 物 エプロン、手袋、せん定ばさみ、小シャベル、筆記用具  
 料 2,000円、200円(いずれも材料費)  
 申 希望する回または両方の材料費を添えて、同センターへ申し込む(電話申込は不可)  
 問 同センター☎45-5100

**コーチング講座**

「こどもの自立心を育むコーチング&仲間づくり」  
 講師はコミュニケーション・ファーム代表の高野まゆみさん。  
 日 コミュニケーション・ファーム、市  
 人 子育て中の父母およびプレママ(妊娠中の方)で2回とも参加できる方30人、保育8人  
 日 11月21・28日の金曜日午前10時～正午(全2回)  
 所 市民協働センター  
 料 2,000円(2回分)  
 申 問 同センター☎46-0048・☎46-0148・☎kyoudou@collabo-mitaka.jpへ  
 保育の希望は11月7日(金)までに同センターへ(いずれも先着制)

**募集**

**リサイクル市民工房**

「フリーマーケット出店者」  
 出店数・区画は22店(2×2m)  
 人 リサイクルに関心のある満18歳以上の在勤・在学を含む市民  
 日 11月8日(土)午前10時～午後2時(雨天の場合は9日(日)に延期)

**リサイクル市民工房**

日 10月27日(月)(必着)までに販売予定品目と未成年者は保護者が署名、押印し、往復はがきで「ごみ対策課フリーマーケット担当」へ(申込多数の場合は抽選)  
 問 同課☎内線2535

**ふじみ新ごみ処理施設整備市民検討会委員**

ふじみ衛生組合では、三鷹市・調布市の可燃ごみを処理する新施設の平成25年度稼働を目指しています。今回、前委員の任期が終了するため、新たに市民委員を募集します。

人 新ごみ処理施設整備に関心のある在勤・在学を含む三鷹・調布市民6人(各市3人)  
 任期 2年  
 問 11月4日(火)(消印有効)までに志望動機400字程度と必要事項(11面参照)を持参または郵送で〒182-0012調布市深大寺東町7-50-30ふじみ衛生組合へ(申込多数の場合は公開抽選)  
 問 同組合☎042-490-5374

**第2回ふじみ衛生組合新ごみ処理施設整備・運営事業者選定委員会**

日 10月28日(火)午後7時から  
 所 ふじみ衛生組合2階大会議室  
 日 傍聴希望の方は当日会場へ  
 問 同組合(調布市深大寺東町7-50-30)☎042-490-5374

**SOHOインキュベーション施設入居者**

三鷹SOHOパイロットオフィス  
 所在地 下連雀3-27-1三協ビル2・3階  
 募集区画・使用料 ユニットNO.1(9.25㎡)月額77,700円、ユニットNO.8(12.27㎡)月額103,005円、ユニットNO.15(7.04㎡)月額59,115円(いずれも共益費・消費税込み)  
 電気代などの実費負担があります。  
 入居開始 いずれも審査合格後即入居可  
 申 問 必要書類を添えて(株)まちづくり三鷹(鈴木)☎40-9669・☎info@mitaka.ne.jpへ  
 三鷹産業プラザアネックス  
 所在地 下連雀3-32-3三鷹産業プラザアネックス  
 募集区画・使用料 ユニットA室(8.2㎡)月額64,575円(共益費・消費税込み)  
 電気代などの実費負担があります。  
 入居開始 審査合格後10月29日予定  
 募集期間 随時  
 申 問 必要書類を添えて(株)まちづくり三鷹☎40-9669・☎40-9750・☎info@mitaka.ne.jpへ  
 くわしくはHP http://www.mitaka.ne.jp/tmo/sohocity/boshu.htmlをご覧ください。

**箱根 市民保養所**  
**みたか荘**  
 〒250-0407 神奈川県足柄下郡箱根町二ノ平1297-5  
 ☎0460-82-1116  
 ☎0460-82-1743  
 HP http://www.mitakasou.jp

1泊2食6,500円から 申し込みは電話(9時～20時)、ファクスで

**秋は、箱根の自然や名所、旧跡、美術館めぐりにお泊りは源泉掛け流しの宿「箱根みたか荘」へ**

個別浴室・共同トイレ改修工事のお知らせ  
 個別浴室・共同トイレ改修工事のため、次のご利用を中止させていただきます。大変ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。  
 2階和室の一部=12月15日(月)～21日(日)、1階和室の一部=平成21年1月15日(木)～19日(月)、バス・トイレ付和室=1月15日(木)～22日(木)、洋室=2月19日(木)～28日(土)。  
 くわしくは、電話でお問い合わせください。

**川上郷 自然の村**  
 ☎0267-97-3206  
 ☎0267-97-3207  
 HP http://www.sizennomura.jp/  
 [体育館・グラウンドなど完備]  
 JRをご利用の方は、最寄駅(信濃川上駅)まで車で送迎いたします。宿泊申込の際にご予約ください。

**川上村のそばを使った「そば打ち体験会」を開催**

川上村のそばは「霧下そば」と呼ばれ、実が締まってたんぱく質やグルテンを多く含むおいしいそばです。  
 良質なそば粉を使って、自分で作った新鮮なそばを召し上がってみませんか。  
 人 15グループ  
 日 11月8日(土)～9日(日)1泊2日  
 所 川上郷自然の村施設内  
 料 大人5,500円から、小学生3,500円から(1泊3食付き、講師料を含む)  
 申 問 電話で川上郷自然の村へ(先着制)