

催し

～三鷹の冬の風物詩～三鷹駅前クリスマス・イルミネーション点灯中!

三鷹駅周辺の6商店会により、来年1月31日(土)まで、駅前広場ロータリーの大ケヤキや駅周辺の街路樹が幻想的にライトアップされています。

☎生活経済課☎内線2544

第14回まちづくりフォトコンテスト作品受付中

☎市、(株)まちづくり三鷹

テーマ「MYフォト MYみたか」
応募作品 平成20年1～12月に市内を撮影した写真

審査後に入賞作品を含むすべての写真を展示する作品展を行います。応募者全員に参加記念品あり。小・中学生は、15歳以下部門での応募で。

☎平成21年1月17日(土)(消印有効)までに「〒181-8525(株)まちづくり三鷹『フォトコンテスト係』」へ

くわしくは☎http://www.mitaka.ne.jp/photo/、チラシをご覧ください。

☎同コンテスト事務局☎40-9669

馬場忠仙さん「切手の貼絵展」開催中

抽選で10人の方に絵画を差し上げます。

☎平成21年2月28日(土)までの午前9時～午後9時(火曜日・年末年始を除く)

☎市民協働センター

☎期間中会場へ

☎同センター☎46-0048

小・中学生ボランティア活動作品展示会

ボランティア活動をテーマに小・中学生が作った標語・ポスターの、最優秀賞作品を展示します。

☎三鷹市社会福祉協議会

☎平成21年1月5日(月)～8日(木) = 市役所2階市民サロン、1月9日(金)～15日(木) = 大沢コミュニティセンター、1月16日(金)～22日(木) = 牟礼コミュニティセンター、1月23日(金)～29日(木) = 井の頭コミュニティセンター、1月30日(金)～2月5日(木) = 三鷹駅前コミュニティセンター、2月6日(金)～13日(金) = 連雀コミュニティセンター、2月14日(土)～20日(金) = 井口

コミュニティセンター、2月21日(土)～27日(金) = 新川中原コミュニティセンター

☎期間中会場へ

作品から作ったカレンダーを1月5日からボランティアセンターと展示会場で無料配布します。

ホームページ☎http://www.mitaka.vc.netで作品の紹介をしています。

☎みたかボランティアセンター☎76-1271

映画上映会「ふるさとをください」

精神障がい者の社会復帰と、地域との共生を描いた作品です。

☎三鷹市社会福祉協議会、三鷹市ボランティア連絡協議会

☎平成21年1月18日(日) 午前10時から、午後1時40分から

☎三鷹市公会堂

☎前売1,200円(社協会員は1,000円)、小学～高校生500円

チケットは福祉会館、ボランティアセンター、コミュニティセンター、食茶房むうぶ、香草亭、C-カフェ、星と風のカフェ、ひまわり共同作業所で販売。

☎みたかボランティアセンター☎76-1271へ

三鷹はなの会後援会

チャリティーコンサート

出演は山本リンドさん、水木一郎さん。

☎三鷹はなの会後援会

☎平成21年1月31日(土)午後2時～4時(1時30分開場)

☎三鷹市公会堂

☎3,000円

☎ワークセンターきょうどう☎48-8843、ワークセンターいくせい工房☎71-5499、ワークセンターゆうゆう舎☎41-5959、ワークセンタータートルステップ☎41-2180、わたしたちのいえかごめかごめ☎24-0533へ

☎同会事務局ワークセンターきょうどう☎・☎48-8843

スポーツ

2月の小学校校庭開放(団体貸切)

☎市のホームページでご確認ください

☎平成21年1月4日(日)～10日(土)に各コミュニティセンターへ

☎スポーツ振興課☎内線3323

健康・体力づくり相談室

メタボリックにサヨナラ!!

専門のトレーナーが、オリジナルトレーニングプログラムを作成します。トレーニング相談にも応じています。



☎在勤・在学を含む16歳以上の市民

☎体力測定&個人トレーニングプログラム = 火曜日午前9時～10時、水・土曜日午後1時～3時、木曜日午後5時～7時(各4人)

☎トレーニング相談 = 火曜日午前10時～正午、水・土曜日午後3時～5時、木曜日午後7時～9時(各4人)

☎第二体育館

☎相談と体力測定は無料。トレーニンググループは別途使用料がかかります

☎タオル、室内履き、飲み物

☎スポーツ振興課☎内線3326へ

卓球教室

☎三鷹市体育協会

☎在勤・在学を含む小学生以上の市民

☎平成21年1月10日(土)午前9時45分～11時30分

☎第二体育館

☎中学生以下200円、大人300円

☎ラケット、体育館履き

☎当日会場へ

☎新聞☎49-0718

健康からだづくり教室(エアロビクス)

☎三鷹ウエスト

☎30人

☎平成21年1月10・24日、2月14・28日の土曜日午前10時～11時30分(全4回)

☎第二体育館

☎200円(1回)

☎当日会場へ(先着制)

☎西野入☎31-4072

中高齢者対象らくらく軽体操(後期)参加者募集

☎在勤・在学を含む40歳以上の市民50人

☎平成21年1月15日～2月12日の毎週木曜日午前10時～正午(全5回)

☎第二体育館

☎タオル、室内履き、飲み物

☎12月22日(月)午前9時からスポーツ振興課☎内線3325へ

パワーヨガ教室参加者募集

☎在勤・在学を含む16歳以上の市民50人

☎平成21年1月15日～2月12日の毎週木曜日午後7時～9時(全5回)

☎第二体育館

☎タオル、室内履き、飲み物

☎12月22日(月)午前9時からスポーツ振興課☎内線3325へ

第2弾!親子体操教室

☎市内在住、在園の4歳～未就学児とその保護者各20組程度

☎平成21年1月18日(日) 午前10時～10時50分、午前11時～11時50分

☎第二体育館

☎12月22日(月)午前10時～午後5時にスポーツ振興課☎内線3326へ(先着制)

三鷹市スポーツ指導員養成講習会・研修会

講師は 体育協会副会長、スポーツ振興課職員、スポーツコーディネーター、田所メアリーさん

☎三鷹市体育協会

☎在勤・在学を含む市民とスポーツ指導員登録者 各回80人、40人

☎「三鷹市のスポーツ行政について」・「日本と東京のスポーツ行政について」= 1月16日(金)午後6時30分～8時30分、

「スポーツ障害の予防と対応について」= 1月21日(水)午後6時30分～8時30分、

「ラフターヨガ研修」= 1月23日(金)午後7時～8時30分、

「ウエイトトレーニングと体力測定」= 2月1日(日)午後6時30分～8時30分

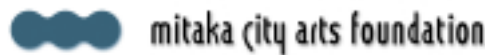
☎教育センター、第二体育館

☎タオル、室内履き、飲み物(を除く)

☎平成21年1月9日(金)までに所定の用紙に記入し、同協会へ(年末年始、月曜日・祝日を除く)

☎同協会☎43-250(午前10時～午後5時)

チケットインフォメーション



☎(助)三鷹市芸術文化振興財団☎47-5122

沼尻竜典&トウキョウ・モーツァルトプレーヤーズ49th.

芸術文化センター 風のホール 全席指定

2009年1月25日(日)15:00開演

チケット発売中

会員=3,000円 一般=3,500円 学生=1,800円

14:30からみたかジュニア・オーケストラのプレ・コンサートがあります。

曲目:モーツァルト/モテッド踊れ、喜べ、辛い魂よK.165、交響曲第26番、ピアノ協奏曲第25番 ほか
共演:谷村由美子(ソプラノ)

2004年エリザベト王妃国際コンクールでセミファイナリストに選出され、その声と音楽性を絶賛された谷村由美子が登場。

沼尻竜典がピアノを弾きながら指揮も行うコンチェルトにもご期待ください。

LOUNGE(ラウンジ)TMP

終演後にロビーで出演者との交流会があります(立食形式、飲み物・軽食付き)

公演とは別にチケットが必要です。

☎友の会会員、または在勤・在学を含む市民40人

☎1,000円

☎電話予約のみ。1人2枚まで。本公演にご来場の方限定



谷村由美子

今こそ伝えたい日本の歌・こころ 第1回

三木露風生誕120年記念

稲村なおこ こころを紡ぐ日コンサート

芸術文化センター 風のホール 全席指定

2009年2月15日(日)14:00開演

チケット発売中

会員=2,000円 一般=2,500円

シニア(60歳以上)2,000円

子ども(4歳以上中学生以下)=1,000円

シニアと子ども券のペア割引=2,700円

当日、学生証または免許証など年齢が確認できるものをお持ちください。

危険防止のため、小学生以下のお子さんは、2階正面席最前列ならびにバルコニー席はご遠慮ください。

出演:稲村なおこ(歌) 久保祐子(ピアノ)

曲目:「朧月夜」「夕焼け小焼け」「宵待草」「カチューシャの唄」「赤とんぼ」「涙そうそう」「千の風になって」

親から子へ、子から孫へ日本の美しい歌を歌い継いでいきたい。元NHK歌のおねえさんで近年は童謡・唱歌などの演奏活動でも活躍する稲村なおこを迎え、お送りします。

芸術文化振興基金助成事業



Photo:小島由起夫

稲村さんと一緒にステージで歌いましょう!

この公演で稲村さんと一緒にステージで歌っていただく方を募集します。交流会を兼ねた事前練習を行います。

☎本公演のチケットをお求めの方30人程度(経験・年齢不問、お子さん連れの方もどうぞ)

☎2009年1月29日(木)14:00～15:30

☎芸術文化センター風のホール

☎無料(別途教材費1,600円)

☎電話予約のみ

チケット予約方法

電話 ☎47-5122

パソコン ☎http://mitaka.-art.jp/ticket

携帯電話 ☎http://mitaka-art.jp/ticket-m

(座席自動探番)

インターネット予約には事前登録が必要です。

窓口販売 10:00～19:00 休館日=月曜日・年末年始(12月29日(月)～2009年1月5日(月))

芸術文化センター/三鷹市美術ギャラリー/三鷹市公会堂

学生券をお求めの方は当日学生証を拝見します。

美術ギャラリーは12月23日(祝)～28日(日)臨時休館

☎料金500円、対象は1歳～未就学児。定員10人(公演の2週間前までに申し込む)

特に記載のない場合は、公演事業は未就学児のご入場をお断りしています。

友の会『マークル』会員募集中!お電話で今すぐ申込できます

年会費/2,000円 会員特典/チケットの優先予約・割引(1公演2枚まで)・ポイント還元、情報誌の送付、チケットの無料送付(口座振替ご利用の方)、レストランの割引。