

講座

男性料理教室 「あったか料理 グラタンほか」

講師は栄養士の得能昭子さん。
 ③ 大沢住民協議会
 ④ 24人
 ⑤ 2月8日(日)午前10時～午後1時
 ⑥ 大沢コミュニティセンター
 ⑦ 500円
 ⑧ エプロン、ハンダナ、筆記用具
 ⑨ 2月4日(水)までに参加費を添えて同センターへ(先着制)
 ⑩ 同センター ☎ 32-6986

社教連携事業「デッサン入門」

講師は創形美術学校講師の高橋輝夫さん。
 ③ 三鷹駅周辺住民協議会
 ④ 30人
 ⑤ 2月8・22日、3月15日の日曜日午前10時30分～午後0時50分
 ⑥ 三鷹駅前コミュニティセンター
 ⑦ 500円
 ⑧ スケッチブック(F8号) 鉛筆4本(3H～6B) 消しゴム、練り消し、カッターナイフ、30cm定規、クリップ
 ⑨ 同センター ☎ 71-0025 (先着制)
 ⑩ 読み聞かせ講座 実践編

読み聞かせ講座 実践編

課題図書 「かいじゅうたちのいるところ」(モーリス・センダック/作・神宮輝夫/訳、富山房) 「だいくとおにろく」(松居直/再話・赤羽末吉/画、福音館書店) 「キャベツくん」(長新太/文・絵、文研出版) 「たんぼぼ」(平山和子/文・絵、福音館書店) から1冊を選び、練習してきてください。
 ③ 市教育委員会
 ④ 読み聞かせに関心のある方15人、保育3人(1歳～未就学児まで、電話で要予約)
 ⑤ 2月13日(金)午前10時～正午

「生きにくさから、この社会に伝えておきたいこと」～発達障がい者の支援を考える～

第1部基調講演「発達障がい者は、今～本人たちが見ている社会～」第2部シンポジウム「発達障がい者のライフステージを見据えて、それぞれができること」
 ③ 北野ハピネスセンター、障がい者地域自立生活支援センターぽっぴ、障がい者就労支援センターかけはし
 ④ 2月14日(土)午後1時～5時
 ⑤ 市民協働センター
 ⑥ 2月13日(金)までに北野ハピネスセンター ☎ 48-6331へ
 ⑦ 北野ハピネスセンター ☎ 48-6331、障がい者地域自立生活支援センターぽっぴ ☎ 71-0901

プリザーブドフラワーアレンジメント講習会

講師はアトリエCoCo Fleur主宰の澤藤日夏さん。
 ③ 西社会教育会館、西部地区住民協議会
 ④ 20人
 ⑤ 2月16日～3月2日の毎週月曜日午前10時30分～午後1時(全3回)
 ⑥ 井口コミュニティセンター
 ⑦ 4,500円(作品3点分)
 ⑧ 材料代を添えて同センターへ(先着制)
 ⑨ 同センター ☎ 32-7141

シルバー人材センターの覚えて役立つパソコン教室

XPでゆっくり学ぶエクセル初級講座
 ④ 8人
 ⑤ 2月16日～3月23日の毎週月曜日午後1時～3時(全6回)
 ⑥ 9,700円(教材費を含む)
 ⑦ ビスタでゆっくり学ぶエクセル初級講座
 ④ 4人

2月16日～3月23日の毎週月曜日午後3時30分～5時30分(全6回)

⑦ 9,700円(教材費を含む)
 ⑧ XPでパソコンアート教室
 ④ 8人
 ⑤ 2月20日～3月13日の毎週金曜日午後3時30分～5時30分(全4回)
 ⑥ 7,000円(教材費を含む)
 ⑦ いずれも同センター
 ⑧ 2月9日(月)までに、往復はがきに必要事項(11面参照)とコース名を記入し「〒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)
 ⑨ 同センター ☎ 48-6721

市民講師による市民講座 「やさしい漢詩のひろば」

講師は村岡芳枝さん。
 ④ 12人
 ⑤ 2月17日～3月3日の毎週火曜日午後1時30分～3時30分(全3回)
 ⑥ 社会教育会館
 ⑦ 2月2日(月)～10日(火)午前9時30分～午後5時に同館 ☎ 49-2521 (申込多数の場合は抽選)

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、三鷹産業プラザで「レンタルボックスそら」を運営している本間千寿子さんと、自分の特技・人脈を生かしての起業について楽しく語り合いませんか。
 ③ (株)まちづくり三鷹
 ④ 10人
 ⑤ 2月18日(水)午後3時～4時
 ⑥ コミュニティビジネスサロン(三鷹産業プラザ地下1階)
 ⑦ 300円
 ⑧ 同サロン ☎ 40-0320・☎ cbs@mitaka.ne.jp (先着制)

パソコン講習会

③ 東部地区住民協議会
 ④ 18歳以上の初心者10人
 ⑤ 2月18日(水)～21日(土)午後1時30分～3時30分(全4回)
 ⑥ 牟礼コミュニティセンター
 ⑦ 2月8日(日)までに同センター ☎ 49-3441 (申込多数の場合は抽選)
 ⑧ 不要になったTシャツからエコ布ぞうり作り
 ④ 8人
 ⑤ 2月19日(木)午後1時～3時45分
 ⑥ リサイクル市民工房

物 大人用Tシャツ2枚、筆記用具、はさみ

⑨ 2月10日(火)までに往復はがきに必要事項(11面参照)を記入し「ごみ対策課Tシャツからエコ布ぞうり担当」へ(申込多数の場合は抽選)
 ⑩ 同工房 ☎ 34-3196
 ⑪ おひなまつり料理「巻き寿司」
 講師は北山みどりさん。
 ③ 井の頭地区住民協議会
 ④ 20人
 ⑤ 2月19日(木)午前10時15分～午後0時30分
 ⑥ 井の頭コミュニティセンター新館
 ⑦ 500円
 ⑧ エプロン、三角巾、スリッパ、ふきん、筆記用具
 ⑨ 2月10日(火)～18日(水)に代金を添えて同センター本館へ(先着制)
 ⑩ 同センター ☎ 44-7321

知って得するNPO法人の会計講座

講師は税理士の馬場利明さん、脇坂誠也さん。会計・税務の個別相談会(希望者のみ)も同時開催。
 ④ 30人
 ⑤ 初級編 = 2月19・26日、中級編 = 3月5・12日、いずれも木曜日午後7時～9時(全2回)
 ⑥ 両方参加可。
 ⑦ 市民協働センター
 ⑧ いずれも2,000円(2回分)
 ⑨ 同センター ☎ 46-0048・☎ 46-0148・☎ kyoudou@collabo-mitaka.jp (先着制)

中高年の方の就職面接会とセミナー

市内、近隣市の15社程度が参加します。履歴書の書き方、面接の受け方の実践講座や団塊世代再就職支援セミナーも開催します。
 ③ わくわくサポート三鷹
 ④ おおむね55歳以上の求職中の方は各60人)
 ⑤ 2月20日(金) 実践講座 = 午前11時～正午(10時30分受付) 再就職支援セミナー = 午後1時～2時30分(0時30分受付) 就職面接会 = 午後1時30分～4時(1時～3時受付)
 ⑥ 三鷹産業プラザ
 ⑦ 履歴書(応募企業分) 雇用保険受給者証
 ⑧ 事前にわくわくサポート三鷹 ☎ 45-8645・☎ 45-8646へ。当日会場へ
 ⑨ わくわくサポート三鷹 ☎ 45-8645、生活経済課 ☎ 内線2544

みたかの生活文化史展

展示内容は服飾、食事、あかり、農業、昭和30年代ごろの一家団らんの間・復元コーナーなど。公開期間中の土・日曜日は午前、午後各1回、専門員による解説を行います(平日はリクエストに応じてミニ解説を実施)。



懐かしき昭和の暮らし・新しい発見を探して

③ 2月7日(土)～14日(土)の祝日を除く午前9時30分～午後4時30分(入館は4時まで)
 ④ 三鷹市暫定管理地 市役所東隣)
 ⑤ 期間中会場へ
 ⑥ 生涯学習課 ☎ 内線3316



三鷹ネットワーク大学 受講者募集中！

杏林大学寄付講座 メタボ健診(特定健康診査・特定保健指導)とは～その背景にあるもの～

国の医療制度改革に伴いスタートしたメタボ健診(特定健康診査・特定保健指導)について、導入の背景を解説します。講師は杏林大学医学部教授の角田透さん。
 ④ 50人 ⑤ 3月12日(木)午後7時～8時30分
 ⑥ 三鷹ネットワーク大学へ(先着制)

国立天文台寄付サロン アストロノミー・パブ 同級生が語り合う星、宇宙、人生～天文学者VS新聞記者～

ホストを務める天文学関係者と多彩なゲストによる「トークタイム(1時間)のあとは、ホストやゲストと一緒に自由に対話を楽しむ立食形式の「パブタイム」。おいしい食べ物・飲み物(お酒も)付き！3月は、東京大学大学院教授の土居守さんと、東京新聞(中日新聞東京本社)前科学部記者の大島弘義さんが登場します。
 ④ 20人 ⑤ 3月21日(土)午後6時30分～8時30分 ⑥ 3,000円(飲食代を含む)
 ⑦ 2月27日(金)までに三鷹ネットワーク大学へ(申込多数の場合は抽選)

NPO法人 三鷹ネットワーク大学推進機構 〒181-0013 下連雀3-24-3三鷹駅前協同ビル3階 ☎ 40-0313・☎ 40-0314 <http://www.mitaka-univ.org/>
 開館時間：火～日曜日、午前9時30分～午後9時30分(日曜日は5時まで)

基礎講座	応用講座	専門講座
------	------	------

三鷹ネットワーク大学企画講座 キャリア・カウンセラーが語る「あなたにとって仕事とは」～幸せに生きるためにカウンセリングを受けてみませんか～3月

キャリア・カウンセリングの第一人者、岩尾啓一さん(株)キャリア工学ラボ代表取締役社長、NPO法人日本キャリア・マネージメント・カウンセラー協会理事長)の講義と個別カウンセリングです。
 ④ 10人 ⑤ 3月8日(日)午後1時～4時 ⑥ 1,000円
 ⑦ 3月5日(木)までに三鷹ネットワーク大学へ(先着制)

三鷹ネットワーク大学企画講座 SOHOベンチャーカレッジ第11期

起業のための基礎的な実務知識について多方面から総合的に学び、ビジネスプランを実際に作成します。講師はSOHO CITYみたか推進協議会会長の前田隆正さんほか。
 ④ 20人 ⑤ 4月14日～7月28日の毎週火曜日(5月5日を除く)午後7時～8時30分(全15回、通し受講のみ)
 ⑥ 一般60,000円 市民45,000円 ⑦ 三鷹ネットワーク大学へ(先着制)

⑧ いずれも三鷹ネットワーク大学 ⑨ いずれも2月3日(火)午前9時30分から申込受付
 受講の申し込みには受講者登録が必要です。講座の詳細や受講者登録については、ホームページをご覧になるか、事務局までお問い合わせください。