

スポーツ

ソフトボール審判員講習会および公認審判伝達講習会

三鷹市ソフトボール連盟
 初心者講習会 = 16歳以上で将来公認審判を目指す方、公認審判伝達講習会 = 三鷹支部登録公認審判員
 4月5日(日)午後1時~3時
 所 大沢総合グラウンド
 無料(公認審判は更新登録料とルールブック代4,400円がかかります)
 物 飲み物、タオル
 同 事務局(松野) ☎45-5581・☎090-4364-0880へ

健康・体力づくり相談室

在勤・在学を含む16歳以上の市民、各回2人
 火曜日 = 午前9時~正午、水曜日 = 午後1時~5時、木曜日 = 午後5時~9時、土曜日 = 午後1時~5時、日曜日 = 午前9時~正午
 所 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250円
 物 室内履き、タオル、飲み物
 同 スポーツ振興課 ☎内線3326へ

卓球教室

三鷹市体育協会・三鷹卓球連盟
 在勤・在学を含む小学生以上の市民
 4月11日(土)午前9時45分~11時30分
 所 第二体育館
 中学生以下200円、大人300円
 物 ラケット、体育館履き
 当日会場へ
 同 新聞 ☎49-0718

春のエアロビクス無料体験教室

三鷹ウエストクラブ
 在勤・在学を含む市民30人
 4月25日(土)午前10時~11時30分
 所 二小体育館
 物 室内履き、飲み物、タオル
 当日会場へ
 同 西野入 ☎31-4072

ジュニア女子ソフトボール講習会

東京都(助)東京都体育協会、三鷹市体育協会
 小学生女子(初心者歓迎)
 4月26日(日)・29日(祝)、5月2日(土)・3日(祝)・10日(日)、6月28日(日)、いずれも午前10時~午後3時
 所 大沢総合グラウンド
 物 昼食、飲み物、運動ができる服装、グローブ(貸しグローブあり)
 同 4月24日(金)までに三鷹市ソフトボール連盟事務局(松野) ☎・☎45-5581・☎090-4364-0880へ

ゲートボール初心者教室

三鷹市ゲートボール協会
 市民
 5月~10月の毎週1~2回(曜日、時間は応相談)
 所 下連雀ゲートボール場
 同 吉田 ☎44-0686へ

第1回三鷹市中学生オープン卓球大会

種目 男女別シングルス
 予選リーグ、決勝トーナメント方式
 三鷹卓球連盟
 中学生
 5月3日(祝)午前9時~午後5時
 所 第一体育館
 300円
 4月11日(土)までに現金書留または郵便為替で「〒181-8799三鷹郵便局留 富樫孝之」へ
 同 竹内 ☎31-5618

第52回三鷹市陸上競技選手権大会

三鷹市陸上競技協会
 在勤・在学を含む中学生以上の市民
 5月9日(土)午前10時~午後4時(雨天決行)
 所 武蔵野陸上競技場
 部門 一般男子(高校生を含む) 壮年男子1部(40~49歳) 壮年男子2部(50~59歳) 壮年男子3部(60歳以上) 一般女子(高校生を含む) 壮年女子1部(40歳以上) 中学男子、中学女子
 中学生500円、高校生700円、一般・壮年1,000円(三鷹陸協登録者は500円) リレーは1チーム1,000円
 4月18日(土)・19日(日)の午後1時~4時30分に所定の申込用紙に記入し参加費を添えて三鷹市体育協会事務局へ(用紙は体育協会で配布)。または4月20日(月)(必着)までに個票・一覧表と参加費を添えて現金書留または定額為替で「〒181-0001井の頭3-24-31柿崎正」へ。中学生は学校を通して申し込む。種目など詳しくは三鷹市体育協会へ
 同 三鷹市体育協会 ☎43-2500

第177回市民歩こう会~奥多摩・吊り橋「春のむかしみち」をたずねて

在勤・在学を含む16歳以上の市民50人
 5月17日(日)(雨天中止)午前7時30分三鷹駅南口2階デッキ駅入り口集合~奥多摩駅~奥多摩湖~むかしみち~鉄道トンネル~道所吊り橋~しだら吊り橋~白髭神社~小中沢橋~槐木休憩所~奥水川神社解散
 1,230円(=片道交通費)
 物 昼食、飲み物、敷物(シート)、タオル、ティッシュ、帽子、雨具、ゴミ袋、リュックサック、ハイキングシューズなど滑りにくい靴
 4月17日(金)(必着)までに往復はがきに参加者全員の必要事項(11面参照)と健康上、気になることがあれば記入し「〒181-8505スポーツ振興課『市民歩こう会』」へ(申込多数の場合は初めての方を優先後、抽選)
 同 課 ☎内線3326

第27回わんぱく相撲三鷹場所

三鷹相撲クラブ
 市内在住・在学の3歳~小学生
 5月24日(日)午前9時30分から
 所 市役所相撲環 雨天の場合は第二体育館)
 必要事項(11面参照)と保護者名・学校名を三鷹青年会議所 ☎46-4199・☎47-4804・☎mitakajc@parkcity.ne.jp・「〒181-0013下連雀3-37-15三鷹青年会議所」へ
 小学4~6年生男子の優勝者は、大國魂神社で6月27日(土)に開催される「わんぱく相撲東京都大会」に出場します。

講座

三鷹市手話講習会の受講者を募集!

在勤・在学を含む高校生以上の市民で原則として健聴者の方。
 初級 = 初めて手話を学び、会話程度の技術を身につけたい方30人、中級 = 初級修了者または同程度の手話技術を有する方30人、上級 = 中級コース修了者または同程度の手話技術を有する方25人、通訳コース = 実地体験や模擬体験が主体、三鷹市登録手話通訳者を目指す方20人
 いずれも5月26日~平成22年3月16日

の火曜日(全32回) 昼の部 = 午後1時30分~3時30分、夜の部 = 午後6時50分~8時50分。
 4月25日(土)に選考試験を実施。

三鷹市公会堂別館、~ 福祉会館
 3,000円、教材費1,000円~2,000円程度
 4月6日(月)~13日(月)(消印有効)に、往復はがきに必要事項(11面参照)・「三鷹市手話講習会受講希望」・過去の手話講習会受講者は修了コース名(修了年度)・手話学習年数・手話サークルに所属している方はサークル名・在勤(在学)の方は勤務先(学校)名と所在地と電話番号を記入し「〒181-8555地域福祉課障がい福祉係」へ(いずれも申込多数の場合は抽選)
 初級、中級コース修了者が同じコースを再受講することは不可。上級コースは通訳コース選考試験に不合格だった方に限り1回のみ再受講可。中級、上級コースは、平成20年度初級、中級コースを修了した方を優先。
 同 地域福祉課 ☎内線2619

PC水彩画教室経営のための講師養成講座 入門体験編

株式会社まちづくり三鷹
 4月12・26日の日曜日午後1時15分~3時45分(全2回)
 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)
 2,500円(2回分)
 物 ノートパソコン(持参できない方は要相談)
 同 コミュニティビジネスサロン ☎・☎40-0320・☎cbs@mitaka.ne.jp

寺子屋カフェ

「演劇的元気の作り方」

講師は女優の木瓜(ぼけ)みらいさん。
 NPO法人みたか市民協働ネットワーク
 18歳以上、いずれも20人。のみ保育(1歳~未就学児)6人(要予約)
 「演劇的元気の作り方」お話~人生の演劇度をあげる法~ = 4月13日(月)午前10時~正午、4月22日(水)午後7時~9時(13・22日は同じ内容)、「演劇的からだのレッスン」体験~体を緩める術を身につけよう~ = 5月15日(金)午前10時~正午、「演劇的からだと声のレッスン」体験~声を自由にしてみよう~ = 5月22日(金)午前10時~正午
 所 市民協働センター
 1,000円(1回)
 物 好きな詩を一つ(長文でないもの)
 同 センター ☎46-0048、☎46-0148、☎kyoudou@collabo-mitaka.jp (先着制)

三鷹いきいきプラス 無料パソコン講習会

文字入力、マウス操作、インターネット、電子メールなどを2日間で体験。
 55歳以上の市民でパソコン初心者または未経験者12人
 4月13日(月)・16日(木)、4月20日(月)・23日(木)、いずれも午前9時30分~午後0時30分
 所 三鷹産業プラザ
 同 月・水・金曜日午前10時~午後4時に三鷹いきいきプラス事務局 ☎70-5753へ(先着制)

社会教育会館市民大学講座開講!

募集期間は4月13日(月)~17日(金)です。内容など詳しくは4月12日(日)発行の『みたかの教育』をご覧ください。
 同 館 ☎49-2521

中近東文化センター講演会 「玄奘三蔵とシルクロード」

講師は薬師寺管主の安田瑛胤(えいぶん)さん。
 180人
 4月14日(火)午後2時~3時30分(1時開場)
 所 同センター
 1,000円(入館料を含む)
 同 電話、ファクスで同センター ☎32-7111・☎31-9453へ

企画展「ヘレニズムの華・ベルガモンとシルクロード 発掘者カー・フーマンと平山郁夫のまなざし」展
 5月6日(木)までの午前10時~午後5時(月・木曜日休館)

同センター附属博物館
 一般800円、高・大学生500円、65歳以上400円、団体15人以上200円割引。三鷹、武蔵野市民100円。

期間中会場へ
 同 館 ☎32-7111

中高年の人生塾

おおむね55歳以上の方10人
 4月15日(水)午後1時30分~4時
 所 市民協働センター
 物 雇用保険受給者証
 同 わくわくサポート三鷹 ☎45-8645・☎45-8646

不要になったTシャツからエコ布ぞうり作り

8人
 4月16日(木)午後1時~3時45分
 市民協働センター
 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
 4月9日(木)(必着)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)
 同 課 ☎内線2535

川上郷 自然の村

☎0267-97-3206 ☎0267-97-3207
<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)まで車で送迎します。宿泊申込の際にご予約ください。

宿泊のお申し込みは簡単です!

[宿泊受付] 宿泊希望日の3日前までに電話・ファクス・インターネットで川上郷自然の村へ(ファクス・インターネットは24時間受付)。空室状況などは電話またはホームページでご確認ください。
 [宿泊料金] 大人3,500円から、小学生2,400円から(1泊2食。現地払い)

7月分の優先申込(団体分)
 市内で活動する15人以上の団体の団体宿泊室の申込受付を、4月15日(水)に教育センター3階大研修室で行います。利用を希望される団体の代表者は、当日午前9時30分までに集合してください。
 希望日が重複した場合は、団体代表者間で調整します。調整後、空きがある場合は、正午まで教育センターで受け付け(先着順)。正午からは川上郷自然の村で受け付けます。
 正午以降の申し込みは、所定の申込用紙(ホームページからダウンロードできます)に必要事項を記入して「〒384-1406川上村大字原591-362」・☎0267-97-3207へ(郵送の場合は、先に電話で仮予約をしてください)。