

骨粗しょう症健康診査

1日目は問診・身長・体重・握力・骨密度測定、2日目は測定結果に基づく医師、保健師、栄養士による指導。
平成21年4月1日～平成22年3月31日に満40・45・50・55・60・65・70歳になり2日間とも参加できる女性各コース90人
※平成21年度から健診の対象年齢が、5歳おきの節目の年齢の方になりました。
Aコース＝6月22日(月)午後1時～3時、7月3日(金)午後1時30分～3時30分、Bコース＝9月14日(月)午後1時～3時・28日(月)午後1時30分～3時30分、Cコース＝11月7日(土)午後2時～4時・21日(土)午後2時30分～4時30分、Dコース＝平成22年2月1日(月)午後1時～3時・15日(月)午後1時30分～3時30分
総合保健センター
Aコース＝5月29日(金)、Bコース＝8月7日(金)、Cコース＝10月2日(金)、Dコース＝12月25日(金)(いずれも消印有効)までに、はがきに希望のコース(第2希望まで)と必要事項(11面参照)を記入し「〒181-0004 新川6-35-28三鷹市総合保健センター」へ(申込多数の場合は抽選)。窓口や電子申請サービスHP http://www.e-tokyo.lg.jp/での申し込みも可
同センター ☎46-3254

洋一さん。
(株)まちづくり三鷹
10人
5月26日(火)午後3時～4時30分
コミュニティビジネスサロン(三鷹産業プラザ地下1階)
¥500円
同サロン ☎・FAX 40-0320・✉ cbs@mitaka.ne.jpへ

第20回三鷹市文化財講演会「三鷹の石造物」

講師は郷土史家の犬飼康祐さん。
80人
5月30日(土)午前10時～正午
市民協働センター
5月27日(水)までに生涯学習課 ☎内線 3315・FAX 70-3739・「〒181-8505生涯学習課」・✉ shogai@city.mitaka.tokyo.jpへ
みたかフリーマーケット
5月30日(土)午前10時～午後2時30分(雨天決行)
三鷹市暫定管理地(東京多摩青果跡地)
当日会場へ
生活経済課 ☎内線 2545
※出店者はすでに決定済みです。車の来場はご遠慮ください。

女性問題懇談会活動報告会・総会

報告会はどなたでも参加できます(総会は会員のみ)。
5月30日(土)午後1時20分から
三鷹産業プラザ
当日会場へ
企画経営室 ☎内線 2116

映画「こどもの時間」上映会

上映後に監督の野中さんをお茶会を行います。
三鷹市プレイパーク運営委員会
70人
5月31日(日)午前10時～正午(9時30分開場)
三鷹産業プラザ
必要事項(11面参照)を記入し「〒181-8555緑と公園課プレイパーク担当」・FAX 46-4745・✉ midori@city.mitaka.tokyo.jpへ(先着制)、託児は要予約
同課 ☎内線 2836

東京都慰霊堂と両国周辺散策と浅草散策

西部地区住民協議会
40人
6月5日(金)午前8時～午後5時
¥2,500円
参加費を添えて井口コミュニティセンターへ
同センター ☎32-7141

不法投棄防止キャンペーン

5月30日(土)からの全国不法投棄監視ウィークに、不法投棄防止キャンペーンとごみ拾いを行います。

6月5日(金)・8日(月)午後5時～6時(雨天決行)

三鷹駅南口周辺
◆キャンペーン当日のボランティアを募集
5月25日(月)までにキャンペーン名・住所・氏名・電話番号・学生の場合は学校名・学年をごみ対策課 ☎内線 2533へ

市民が読む 太宰治作品朗読会

「裸川」「作家の手帖」など5作品を朗読。
連雀地区住民協議会、みたか観光ガイド協会
6月14日(日)午後1時から
連雀コミュニティセンター
当日会場へ
同センター ☎45-5100・同協会(小谷野) ☎44-0981

第37回市民コンサート

演奏は三鷹市管弦楽団と矢谷明子さん(ピオラ独奏)。指揮は高橋隆元さん。
578人
6月14日(日)午後2時から
芸術文化センター風のホール
当日会場へ(先着制)
生涯学習課 ☎内線 3315

第1回音楽サロン「津軽三味線の世界」

講師は津軽三味線奏者の山本大さん。
新川中原住民協議会、社会教育会館
100人
6月6日(土)午後7時～8時45分
新川中原コミュニティセンター
当日会場へ
同センター ☎49-6568

三鷹市民ハイキング

初心者22人
6月20日(土)午前6時市役所集合～川上郷自然の村(宿泊)～21日(日)午後6時市役所解散
※ハイキングコースは20日＝野辺山高原(滝沢牧場周辺)、毛木平、21日＝金峰山パノラマコース、しゃくなげ遊歩道
¥6,500円(21日昼食代、宿泊費を含む)
5月25日(月)までに往復はがきに必要事項(11面参照)を記入し「〒181-8505スポーツ振興課」へ(申込多数の場合は抽選)。当選者は6月5日(金)までに参加費を同課へ持参
同課 ☎内線 3325



7月の小学校校庭開放(団体貸切)の予約受付

市のホームページHP http://www.city.mitaka.tokyo.jp/でご確認ください
6月7日(日)～13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

大沢総合グラウンド整備代替施設補助金制度

整備中の同グラウンドの使用に代えて、民間施設を含む有料の体育施設(大沢野川グラウンドと市立学校施設を除く)を使用した場合に、補助金を交付します。
在勤・在学を含む市民で構成する団体(市教育委員会に団体登録され利用カードの利用者IDが「05」で始まる団体)
◆交付期間と回数 ①サッカー・ラグビー・ラクロス・フットサル＝7月1日～平成22年3月31日(9回まで)、②野球・ソフトボール＝7月1日～平成22年9月30日(15回まで)
※交付期間は大沢総合グラウンドの整備状況により変更となる場合あり。

◆補助金の交付額 使用料に相当する額(1日1回、3,000円まで)
使用後に申請書、領収書、請求書を添えてスポーツ振興課 ☎内線 3322へ

第1回親子体操教室

市内在住・在園の4～5歳のお子さんと保護者各25組
5月30日(土)①午前10時～11時、②午前11時15分～午後0時15分
第二体育館
運動着、室内靴、タオル、着替え、飲み物
5月18日(月)午前10時からスポーツ振興課 ☎内線 3325へ(先着制)

第75回歩行力測定会

5月31日(日)午前9時30分～午後3時(雨天中止)
井の頭公園
当日、同公園の弁財天またはひょうたん橋付近へ
三鷹市体育協会 ☎43-2500

中高年の柔軟体操

井の頭地区住民協議会、東社会教育会館
市民40人
6月2日～23日の毎週火曜日午前10時15分～正午(全4回)
井の頭コミュニティセンター新館
タオル、室内履き
同センター ☎44-7321へ(先着制)

50歳以上の水泳講習会

在勤・在学を含む50歳以上の水泳を始めたい市民で、水泳連盟未加入の方20人
6月3日～24日の毎週水曜日午前9時～10時30分(全4回)
第二体育館屋内プール
¥3,500円(傷害保険料を含む)、ロッカー代10円(返還式)
水泳帽、ゴーグル、バスタオル、タオル
5月27日(水)(必着)までに往復はがきに必要事項(11面参照)を記入し「〒181-8799三鷹郵便局留 三鷹市水泳連盟講習会係」へ(申込多数の場合は抽選)
野沢 ☎47-4750



第18回憲法記念行事「昭和史における憲法九条～その今日的意義を考える」

基調講演、スタンダップコメディなど。
日本弁護士連合会、東京弁護士会、第一東京弁護士会、第二東京弁護士会
5月23日(土)午後1時～4時30分(0時30分開場)
弁護士会館(千代田区霞が関1-1-3)
当日会場へ
東京弁護士会事務局 ☎03-3581-2205

花季さつき展

毎日先着50人にさつきの若木を配布、育て方も説明します。
市、市教育委員会、三鷹市芸術文化協会
5月25日(月)～28日(木)午前9時～午後5時(25日は1時から、28日は3時まで)
市役所1階ホール
期間中会場へ
三鷹市皐月会(赤戸) ☎57-3138・三鷹市生涯学習課 ☎内線 3315

身の丈起業塾ティータイムサロン

テーマは「これからの食と農のビジネス～いのちの食べ方と育て方～」。講師は日本獣医生命科学大学名誉教授の松木

みんなの環境

みたか環境活動推進会議の委員が、みんなで共有したい環境の話題を紹介します。

『まもなく衣替え』

第9回

衣替えの時期がやってきました。学校や会社の制服があるところでは、夏服になります。制服の無いところは?そう、ノーネクタイ・上着無しの「クールビズ」です。

そもそも、夏にネクタイを締めて上着を着ていけば暑くて当然であり、自然の摂理に背いているように思えます。またネクタイ・上着着用に合わせて冷房を強める一方で、寒がっている人がいるのは、とても無駄なことです。

本来の目的である「省エネ」のため、事業所やお店、公共の乗り物など、冷房の設定温度を上げている場所が増えており、数年前に環境省の提唱で始まったこのクールビズも、ずいぶん定着してきた感じがします。着るものを気候に合わせて替えるという意味では、クールビズは現代版の衣替え。公に認められてくると、とても自然なこと感じられます。

私の勤め先では、自然と人の調和を大切にすることを経営ビジョンに掲げており、クールビズを実践し、省エネルギーに努めているところです。個人的には、社会の理解がさらにすすみ、営業の外回りもノーネクタイになると、さらなる省エネにつながると思うのですが。(U委員)

環境対策課 ☎内線 2523

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 FAX 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

桃食べ放題、箱根あじさい電車と平塚七夕祭りをめぐる「箱根みたか荘」1泊の旅バスツアー

45人(最少催行人数35人)
7月1日(火)から1泊2日
¥15,000円から
◇コース 〈1日目〉午前9時市役所発→御坂(桃食べ放題)→河口湖ハーフフェスティバル(自由昼食)→みたか荘(夕食)→箱根湯本あじさい電車→みたか荘(午後10時予定)、〈2日目〉午前9時30分みたか荘発→籠清本店(買い物)→平塚七夕祭り(自由行動・自由昼食)→市役所(午後5時予定)
5月18日(月)から日曜日・祝日を除く午前9時30分～午後7時に(株)スタービジョン ラドントラベルワン ☎042-352-3121へ(先着制)
※宿泊助成券(高齢者など)が利用できます。



平塚七夕祭り