

### 水力発電とリニアの技術を見学 夏休み親子消費者セミナー

市内在学の小学3～6年生と保護者各  
日27人(保護者1人に対し小学生2人ま  
で)

8月22日(土)・29日(土)いずれも午前8時  
市役所正面玄関集合、午後5時解散予  
定

葛野川水力発電所、山梨県立リニア  
見学センター

昼食代(レストランで各自清算)

飲み物、筆記用具

8月3日(月)午前8時30分から生活経  
済課☎内線2545へ(先着制)

### 夏休み親子料理教室

ホットケーキやゼリーを作ります。

消費者活動センター運営協議会

お子さんと保護者10組

8月24日(月)午前10時15分～午後1時30  
分

社会教育会館

500円(親子1組)

エプロン、三角巾、ハンカチ、筆記用具

8月3日(月)午前9時30分から同運営  
協議会☎41-0510へ(先着制、留守番電  
話による受付も可)

### 親子で楽しむ

#### カリビアンサウンド

三鷹国際交流協会

小学生以下のお子さんと保護者80人  
(小学生のみの参加可。小学生未満は  
保護者同伴)

8月29日(土)午後2時～3時30分(1時30  
分開場)

三鷹駅前コミュニティセンター

直接または電話・ホームページで同  
会☎43-7812・HPhttp://mishop.jpへ  
(先着制)

### 2学期補習教室

シルバー人材センター

①小学3～6年生(国語・算数・図工)、  
②中学1～3年生(国語・数学・英語)

①水・土曜日(1回60分、全14回)、②  
土・日曜日(1回80分、全14回)

同センター

1科目14回分=①11,500円、②14,500円  
※複数科目受講できます。

8月20日(木)までの平日午前9時～午  
後4時に同センター☎48-6721へ

### 東児童館

#### ひよこのつどい「親子リトミック」

0・1歳児とその保護者各40組

9月2日(水)①1歳児=午前10時～10時  
50分、②2歳児=午前11時～11時40分

8月10日(月)～9月1日(火)に直接または  
電話で同館☎44-2150へ(先着制)

### ひとり親家庭生活応援セミナー 健康づくりと児童のしつけなど の講習会

母子家庭、父子家庭、寡婦の方各回  
20人

①子育てコーチング=9月4日(金)午後6  
時30分～8時30分、②健康づくりヨガ=9  
月27日(日)午前10時～午後1時(正午から個  
別相談)、③養育費について=10月4日(日)  
午前10時～午後1時(正午から個別相談)

すくすくひろば

必要事項(11面参照)と保育の有  
無・お子さんの年齢、性別を記入して  
子育て支援室☎内線2673・FAX48-3852  
へ。1回だけの参加も可

### 赤十字幼児安全法講習会

三鷹駅周辺住民協議会

20人、保育若干名

9月9日(水)午後1時～4時30分

三鷹駅前コミュニティセンター

資料代800円

大判ハンカチ1枚

直接または電話で同センター☎  
71-0025へ(先着制)

### 「子どもと向き合う」パパとママの コーチング術!

講師は吉岡児童教育研究所の吉岡敦  
子さん。

在勤・在学を含む16歳以上の市民25  
人、保育(満1歳～就学前)20人

9月15日～12月1日の毎週火曜日午前  
10時～正午(全10回)

社会教育会館

8月3日(月)～7日(金)の午前9時30分～  
午後5時に直接または電話・インターネット  
で社会教育会館☎49-2521・HPwww.  
pf489.com/mitaka/webkm/ (生涯学習  
システム)へ(申込多数の場合は抽選)

### 高齢者

#### 介護予防教室 「今日より元気な明日へ」

体力測定、実技などで転倒予防や筋  
力アップしましょう。

おおむね65歳以上で要介護・要支援  
認定を受けていない方20人

9月30日、10月28日、11月25日の水曜  
日、いずれも午後2時30分～4時30分(全  
3回)

大沢コミュニティセンター

8月3日(月)午前9時からどんぐり山地  
域包括支援センター☎33-2287へ(先着  
制、全回参加できる方を優先)

### 障がいのある方

#### 視覚障がい者のためのパソコン 講習会

パソコン操作、インターネット、メール  
などを基礎から個別指導します。

市内在住・在勤・在学の視覚に障がい  
のあるパソコン初心者および利用者3人

8月24日(月)・26日(水)・28日(金)・31日(月)、  
9月2日(水)・4日(金)、いずれも午後1時30  
分～4時30分(全6回)

下連雀地区公会堂(下連雀4-15-18)

8月14日(金)までにNPO法人障がい者  
生活支援センターインみたか☎71-0902  
へ(申込多数の場合は抽選)

#### 新しい受給者証を郵送します

現在お持ちの心身障害者医療費助成  
制度(旧)受給者証の有効期限は8月31日  
(月)です。引き続き対象となる方には8月  
末に新しい受給者証を郵送します。

対象要件など詳しくは地域福祉課  
☎内線2619へ。

#### 知的障がい者(児)ガイドヘルパー 養成研修

在勤・在学を含む市民で修了後にガ  
イドヘルパーとして従事する意思があり、  
全日程受講できる方25人

①講義=9月26日(土)・27日(日)午前9時  
15分～午後5時10分(27日は5時まで)、  
②実習=9月28日(月)～10月9日(金)のうち1  
日

下連雀地区公会堂(下連雀4-15-18)

2,500円、別途テキスト代1,000円、演  
習交通費は実費

9月10日(木)までに所定の申込用紙を  
NPO法人障がい者生活支援センター  
インみたかへ(申込多数の場合は抽選)

※介護福祉士、ホームヘルパー1～3級  
の有資格者または9月27日までに資格取  
得見込みの方は、受講免除の科目があ  
るので資格証明書のコピーを申込書に添  
付。

同センター☎71-0902

### 健康

#### 歩いて健康サポート事業

日常の中で歩く楽しみを味わってみま  
せんか。

三鷹市社会福祉協議会

55歳以上の市民

説明会=9月2日(水)午前  
10時30分から

福祉会館

歩数計1,500円(同会  
会員は1,300円)

※歩数計は持参も可。

8月24日(月)(必着)までに往復はがきに  
歩数計交付希望の有無(歩数計を交付  
されたことのある方はその旨を記載)、会  
員資格の有無、必要事項(11面参照)を  
記入し「〒181-8555三鷹市社会福祉協  
議会歩数計担当」へ

同会☎46-1108

※説明会に参加できない方はご相談くだ  
さい。

#### 多摩府中保健所 食品衛生出張窓口

営業許可の更新申請と食品衛生の相  
談の受付。

8月27日(木)午後1時30分～3時

総合保健センター

当日会場へ

多摩府中保健所武蔵野三鷹地域セン  
ター☎54-2209

### 催し

#### 中近東文化センターの講演会と 企画展

##### ◆講演会「夏の星座と宇宙(仮題)」

講師は星のソムリエの小幡真希さんと  
福原菜穂子さん。

8月9日(日)午後2時～3時30分

同センター

500円

同センター☎32-7111へ

##### ◆企画展「中近東の星座と神話—中近 東の文化で宇宙の謎を解き明かそう」

9月23日(祝)までの午前10時～午後5時  
(入館4時30分まで、月・木曜日休館)

同センター

三鷹市・武蔵野市在住者100円(住所  
が確認できるものを持参)、一般800円、  
大学生・高校生500円、65歳以上400円

期間中会場へ

同センター☎32-7111

#### リサイクル市民工房

##### 「粗大ごみからの掘り出し物」

展示・受付=8月8日(土)～15日(土)、抽  
選会=16日(日)午前11時から

申込時に結果通知用の官製はがきを  
持参。当選者は抽選日の翌日曜日までに  
手続きし、当選品をお持ち帰りください。

ごみ対策課☎内線2533

#### ダイコンの種まき講習会

8月15日(土)午後1時30分から(荒天の場  
合は16日(日)に延期)

三鷹市農業公園

長靴、作業しやすい服装

当日会場へ

JA東京むさし三鷹緑化センター☎  
48-7482

#### 第608回三鷹市文化財めぐり

##### 「大菩薩周辺の古刹とほつたらかし 温泉の眺望」

三鷹市文化財めぐりの会

45人

8月16日(日)午前7時市役所発～奥多  
摩湖～丹波溪谷～道の駅たばやま～大  
菩薩ライン～塩山～菅田天神社(よろい  
かぶと・国宝)～清白寺～恵林寺～笛吹  
川フルーツ公園～窪八幡神社～ほつたら  
かし温泉～ワイン工場～市役所(雨天決  
行、一部変更の場合あり)

7,200円(昼食代、保険料などを含む)、  
入浴希望者は700円

8月3日(月)午前9時30分から会費を添  
えて芸術文化協会(社会教育会館内)へ(先  
着制)

高橋☎45-1374

#### パソコン診察室—パソコンでお困 りの起業家を支援します—

株まちづくり三鷹

パソコンでお困りの起業家、各日2～3人

8月21日～9月25日の毎週金曜日午後5  
時～7時

コミュニティビジネスサロン(三鷹産業  
プラザ地下1階)

同サロン☎40-0320・✉cbs@mitaka.  
ne.jpへ

#### 星と風のサロン・番外編

##### 「朗読マラソンカフェ」

「良い本を読み聞かせ隊」のメンバーが  
交代で朗読のリクエストに応じます。読  
んでもらいたい本があればお持ちくださ  
い。朗読家の岡安圭子さんの読み聞か  
せも。

本が好きな方

8月22日(土)午前11時30分～午後7時

星と風のカフェ(下連雀3-8-13)

当日会場へ

同カフェ☎44-2255(火～土曜日午前  
11時30分～午後7時)

### あたたかい善意 (敬称略)

三鷹市社会福祉協議会への寄付 (4月)

●一般寄付		●一円硬貨募金	
東京三鷹ライオンズクラブ	250,000円	高山 千代子	2,703円
故・高橋 啓子	100,000円	名和川 健	2,592円
東川 敏男	30,000円	東明会	2,247円
鈴木 富雄	12,000円	明寿会	1,525円
NPO法人アンリミテッド知的障害者支援の会	10,000円	四ツ葉ときわクラブ	1,153円
長谷川 さざれ	10,000円	中原三葉会	1,134円
三鷹 SOHO 倶楽部 河瀬 謙一	10,000円	下連雀羽衣会	963円
清水 孝祐	5,000円	くぬぎ会	919円
中館 文子 (2件)	5,000円	高砂会	903円
牟礼神明商工会	5,000円	三鷹市赤十字奉仕団	882円
寺門 都	3,000円	友和ときわ会	700円
根道 一男	2,000円	上二親交クラブ	279円
アリスの会	1,000円	匿名	1,757円
葉の会	1,000円	●ボランティア基金	
てまりの会	1,000円	真下 敬子	30,000円
三鷹市の福祉をすすめる女性の会	1,000円	平田 昌子	2,500円
吉野 壽夫	1,000円	大沢コミュニティセンターまつり参加者一同	2,101円
匿名 (2件)	6,328円	三鷹市職員労働組合	1,089円