

5月20日(木)①午前10時15分～11時15分、②午前11時30分～午後0時30分
5月6日(木)午前10時から直接または電話で同ひろばへ
いずれも同ひろば ☎45-7710

中高生ダンスクラブ参加者募集

毎月第1・第3日曜日午後3時～4時30分
東社会教育会館
4月30日(金)までに直接同館へ
同館 ☎44-2150
※練習日は変更する場合があります。

あそびとおしゃべりの会

0～3歳のお子さんと保護者
①牟礼コミュニティセンター＝5月12日、②大沢コミュニティセンター＝5月12・19日、③井の頭コミュニティセンター＝5月12・26日、④井口コミュニティセンター＝5月12・26日、⑤新川中原コミュニティセンター＝5月19・26日、いずれも水曜日午前10時30分～正午
当日会場へ
すくすくひろば ☎45-7710

乳幼児と保護者のわくわく運動教室

市内在住の平成20年4月1日～21年5月2日生まれのお子さんと保護者各回25組
5月25日～6月29日の毎週火曜日①午前10時～11時、②午前11時15分～午後0時15分(いずれも全6回)
第二体育館
動きやすい服装、着替え、飲み物、タオル、室内靴
4月19日(月)午後2時からスポーツ振興課 ☎内線3323へ(先着制)

高齢者

ねたきり高齢者訪問理美容サービスの利用申込受付中

65歳以上の市民で、①介護保険の要介護3、4、5の方、②心身の健康状態やご家族の状況から自ら理美容店に行くことができない方(理由と、ケアマネジャーまたは民生委員の署名押印が必要です)
500円(1回。年度4回まで利用可)
高齢者支援課 ☎内線2625へ

こもれびほっと・サークル「フラダンス～ワイカロアを踊りましょう」

おむね65歳以上の方10人
5月6日、6月3日、7月1日、8月5日のいずれも木曜日午後1時30分～3時30分(全4回)
みたかボランティアセンター
500円(1回)
4月19日(月)午前9時から同サークル事務局 ☎42-4471へ

福祉用具展示・相談・体験フェア「元気で安全な暮らしの展示会」

三鷹市介護保険事業者連絡協議会

5月14日(金)午前9時30分～午後4時
市役所1階市民ホール
当日会場へ
高齢者支援課 ☎内線2684
※当日の販売は行いません。

障がいのある方

三鷹市中心身障がい者福祉手当を振り込みます

平成21年12月～22年3月分の三鷹市中心身障がい者福祉手当(一般障がい手当・特別障がい手当・特定疾患手当)を4月23日(金)に指定預金口座に振り込みます。
身体障害者手帳1～4級または愛の手帳1～4度をお持ちで、平成21年度市民税所得割額が135,000円以下の方(20歳未満は所得制限なし)
地域福祉課 ☎内線2618

健康

多摩府中保健所 精神保健相談

①思春期相談＝5月7日(金)午前9時30分～正午、②アルコール相談＝5月10日(月)午後2時～4時、③精神保健医療相談＝5月18・25日の火曜日午後2時～4時
同保健所武蔵野三鷹地域センター、三鷹市総合保健センター
同保健所 ☎042-362-2334へ
※相談日以外でも保健師が相談に応じています(要予約)。

健康からだづくり教室

市西部地区地域クラブ推進協働連合三鷹ウエスト
在勤・在学を含む18歳以上の市民30人
5～7月の毎月第2・4土曜日午前10時～11時30分(全6回)
三鷹みずほ幼稚園など
1,000円(5回分)。5月8日は無料体験)
飲み物、タオル、室内履き、動きやすい服装
当日会場へ(先着制)
同クラブ(西野入) ☎31-4072

催し

生活用品活用市

消費者活動センター運営協議会
毎週火曜日午前10時～午後2時(第5週目と祝日を除く)
消費者活動センター
当日会場へ
同センター ☎43-7874

みたか福祉施設自主製品フェスタ「第3回菓子フェスタプラス」

4月24日(土)午前11時～午後2時(雨天中止)
JCBカードセンターエントラス前(下連雀7-5-14)
当日会場へ
星と風のカフェ ☎44-2255

三鷹市邦楽連盟新緑公演(芸文祭参加)

4月29日(祝)午前11時30分～午後4時30分
芸術文化センター星のホール
当日会場へ
大浦 ☎45-3377

市内でイチゴの摘み採り

5月1日(土)～21日(金)(予定)
川瀬昭夫(北野1-1-55 ☎47-2522)、中山良子(北野4-1-27 ☎03-3300-8036)、川瀬進(北野2-2-2 ☎46-2736)
1区画(24株)5,000円
4月22日(木)から直接生産農家へ(先着制)
※料金は5月21日(金)までに生産農家へ。
JA東京むさし三鷹支店指導課 ☎46-2152

スポーツ

健康・体づくり相談室

在勤・在学を含む16歳以上の市民、各日2人
火・日曜日午前9時～正午、水・土曜日午後1時～5時、木曜日午後5時～9時
第二体育館
相談と体力測定は無料。トレーニングルームの利用は250円(2時間以内)
室内履き、タオル、飲み物、動きやすい服装
スポーツ振興課 ☎内線3326へ

6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
5月2日(日)～8日(土)に各コミュニティセンターへ
スポーツ振興課 ☎内線3322

ジュニア女子ソフトボール講習会

初心者と経験者(現在活動中のチームを含む)に分けて開催します。初心者歓迎。
東京都、(助)東京都体育協会、三鷹市体育協会
市内在学の小学生女子20～30人程度
①5月8・29日午後1時～4時、②6月19日、7月17・31日、8月21日、9月11日、10月2・16日、初心者＝午後1時～4時、経験者＝午前9時～正午(いずれも土曜日)
①南浦小(5月8日の初心者は六小)、②井口特設グラウンド
グローブ、タオル、飲み物、運動ので

きる服装、防暑グッズ(夏期のみ)
各開催日の3日前までに必要事項(7面参照)、保護者名、貸しグローブの利き手(希望者のみ)を三鷹市ソフトボール連盟事務局(松野) ☎ ☎45-5581・☎090-4364-0880へ。小学校には対象者に申込書を配布予定

第39回三鷹市陸上競技協会記録会

◆部門 ①一般男子(高校生を含む)、②一般女子(高校生を含む)、③中学生男子、④中学生女子、⑤小学生男女
5月9日(日)午前10時～午後4時(雨天決行)
府中市陸上競技場

小学生300円、中学生500円、高校生700円、一般1,000円(同協会登録者は500円)、リレーは1チーム1,000円
4月24日(土)・25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(用紙は同協会にて配布)。または4月26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。種目などしくは同協会へ

同協会 ☎43-2500(月曜日、祝日を除く午前10時～午後5時)
パワーヨガ教室
在勤・在学を含む16歳以上の市民、各50人
5月12日～6月16日の毎週水曜日①午後6時30分～7時30分、②午後7時45分～8時45分(いずれも15分前から受付。全6回)
第一体育館
タオル、室内履き、飲み物、動きやすい服装
4月20日(火)午前9時からスポーツ振興課 ☎内線3324へ(先着制)

らくらく軽体操教室

在勤を含む40歳以上の市民50人
5月13日～6月17日の毎週木曜日午後1時15分(1時受付)～2時45分(全6回)
第一体育館
タオル、室内履き、飲み物、動きやすい服装
4月20日(火)午後1時からスポーツ振興課 ☎内線3324へ(先着制)

中高生バスケットボール大会

東児童館、東部地区住民協議会
中高生または同世代の方7人1組
5月22日(土)午後2時～4時
牟礼コミュニティセンター
4月19日(月)～5月14日(金)に7～9人のチームを組んで直接またはファクスで同館 ☎46-7070へ(申込多数の場合は抽選)
※申込用紙は児童館、牟礼コミュニティセンターで配布。市のホームページからもダウンロードできます。
同館 ☎44-2150

チケットインフォメーション mitaka city arts foundation 三鷹市芸術文化振興財団 ☎47-5122 HP http://mitaka.jp.org

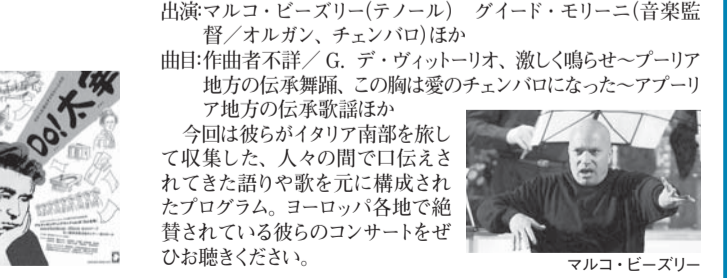
たっぷり! 国本武春 DYNAMITE LIVE! with ギター中村信吾!
芸術文化センター 星のホール 全席指定 4月25日(日) 14:00開演
チケット発売中 会員=3,150円 一般=3,500円 高校生以下=1,000円
あふれ返るほどの三味線浪曲のエネルギー!
今年はギタリストの中村信吾さんをお迎えし、そのステージはさらにヒートアップ!



アッコルドーネ「フラ・ディア・ヴォロ」
芸術文化センター 風のホール 全席指定 6月5日(土) 17:00開演
チケット発売中 S席:会員=4,000円 一般=4,500円
A席:会員=3,000円 一般=3,500円
学生席=2,300円
出演:マルコ・ビーズリー(テノール) グイード・モリーニ(音楽監督/オルガン、チェンバロ)ほか
曲目:作曲者不詳/G. デ・ヴィットーリオ、激しく鳴らせ～プーリア地方の伝承舞踊、この胸は愛のチェンバロになった～プーリア地方の伝承歌謡ほか
今回は彼らがイタリア南部を旅して収集した、人々の間で口伝えされてきた語りや歌を元に構成されたプログラム。ヨーロッパ各地で絶賛されている彼らのコンサートをぜひお聴きください。

劇団ブルドッキングヘッドロック vol.19 『Do! 太宰』
芸術文化センター 星のホール 全席指定 5月14日(金)～23日(日) 全13公演 5月15日(土) 星・夜のみ
チケット発売中
会員=前売2,800円、当日3,150円 一般=前売3,200円、当日3,500円
大学生=2,500円(前売・当日とも) 高校生以下=1,000円(前売・当日とも)
☆初日割引 会員=2,300円 一般=2,800円(前売・当日とも)
作・演出:喜安浩平(ナイロン100℃)
出演:西山宏幸 篠原トオル 寺井義貴ほか
太宰治の作品、太宰治の史実、さらには現代劇をミックスし、これまでにない自由な発想の楽しい「太宰」をお届けします。

Table with 13 columns (dates 5.14-5.23) and 2 rows (times 13:00, 14:00, 18:00, 19:30) showing performance schedules with stars and symbols.



Bottom section with ticket request methods: 電話予約 (47-5122), インターネット予約 (http://mitaka-art.jp/ticket), 窓口販売 (10:00~19:00), and MITAKA ARTS NEWS on TV 放送中!