石原すすき～富士浅間神社～ほうとうの小作河口湖店(昼食)～漬け物店(買い物)～塩山の農園(巨峰狩り)～山梨のワイナリー(試飲)～午後6時30分市役所着
申問8月16日㈪からの日曜日、祝日を除く午前9時30分～午後7時(土曜日は午後3時まで)に㈱スタービジョン　ラドントラベルワン☎042-352-3121へ(先着制)

第60回市民体育祭ハゼ釣り大会

◆種目　①少年・少女(中学生以下)・女性、②一般、③釣魚連盟会員
主市、市教育委員会、三鷹市体育協会、三鷹市釣魚連盟
人在勤・在学を含む市民45人(小学生以下は保護者同伴)
日8月29日㈰午前8時市役所前集合～午後6時
所烏田川周辺(千葉県木更津市)
¥一般3,000円、中学生以下2,000円(えさ代、保険料など)
物さお(1人2本まで)、釣り針(さお1本につき2本まで、リール使用の場合も同じ)
※希望者はさおと仕掛けを1人1セット貸与。初心者と希望者は現地で講習会あり。
申8月15日㈰～23日㈪に必要事項(11面参照)、貸しさおセット希望の有無を記入し FAX46-2684・✉yoshino@ci.kagu.tus.ac.jpへ(先着制)。申し込み後連絡する銀行口座に参加費を振り込んでください)
問三鷹市体育協会☎43-2500

10月の小学校校庭開放(団体貸切)の予約受付

日市のホームページHP http://www.city.mitaka.tokyo.jp/でご確認ください
申9月5日㈰～11日㈯に各コミュニティセンターへ
問スポーツ振興課☎内線3322

第3回50歳以上の水泳講習会

主三鷹市水泳連盟
人在勤・在学を含む50歳以上の市民
日9月8日～29日の毎週水曜日午前9時～11時(全4回)
所第二体育館屋内プール
¥3,500円(保険料を含む)
物水着、水泳帽、ゴーグル(必要な方)、バスタオル、タオル、ロッカー代10円(返還式)
申8月26日㈭(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
問柏木☎43-7711(夜間のみ)、三鷹市体育協会☎43-2500

ナチュラルヨガ教室

人在勤を含む40歳以上の市民、各回50人
日9月10日～10月15日の毎週金曜日①午後6時30分～7時30分、②午後7時45分～8時45分(全6回)
所第一体育館
物タオル、室内履き、飲み物、動きやすい服装
申問8月17日㈫午前9時からスポーツ振興課☎内線3324へ(先着制)

エアロビクス教室

主三鷹ウエスト
人在勤・在学を含む18歳以上の市民25人
日9月11・18日、10月2・23日、11月6・20日、12月11日の土曜日午前10時～11時30分(全7回)
所三鷹みずほ幼稚園など
¥200円(1回)
物室内履き、タオル、飲み物、運動しやすい服装
申期間中会場へ(先着制)
問西野入☎31-4072

ウォーキング教室

講師は日本航空健康管理室専任トレーナーの松浦良一さん。
主三鷹駅周辺住民協議会
人30人
日9月18・25日の土曜日午前10時30分～午後0時30分(全2回)
所三鷹駅前コミュニティセンター
物タオル、水、帽子、運動靴、筆記用具、動きやすい服装
申問直接または電話で同センター☎71-0025へ(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。
人55歳以上の市民でパソコン初心者または未経験者12人
日①8月23日㈪・26日㈭、②9月6日㈪・9日㈭、いずれも午前9時30分～午後0時30分
所三鷹産業プラザ
申問月・水・金曜日の午前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)
※受講者は三鷹いきいきプラスの会員になっていただきます(入会金・会費無料)。

芝生メンテナンス講習会

芝生に関する基礎知識の講義と維持管理の実習を行います。講師は芝生管理技術者の椿高幸さん。
人各コース12人
日①Aコース=8月26日(講義)、9月9日(実習)、16日(講義)、30日(実習)、10月7日(実習)、14日(実習)、21日(講義)、28日(講義)、②Bコース=8月26日(講義)、9月9日(講義)、16日(実習)、30日(実習)、10月7日(講義)、14日(実習)、21日(実習)、28日(講義)、いずれも木曜日。実習=午前10時～11時30分、講義=午後1時30分～3時
所実習=市役所中庭、講義=花と緑のまち三鷹創造協会
物実習=手袋、帽子、飲み物、汚れてもよい服装、講義=筆記用具
申問8月16日㈪～24日㈫の平日午前9時～午後5時に同協会☎45-8351へ(先着制)

第4回大菊作り講習会

講師は三鷹菊友会。柳芽処理、増し土鉢回し、つぼみの摘み方など。
日8月28日㈯午後1時30分から
所三鷹緑化センター(農業公園内)
申当日会場へ
問同センター☎48-7482

シルバー人材センターの覚えて役立つパソコン教室

◆パソコンにさわってみよう!(Vista)
人4人
日8月30日、9月6日の月曜日午後1時～3時(全2回)
¥2,500円(教材代を含む)
◆ワード初級(Vista)
人4人
日9月13日～10月25日の毎週月曜日午後1時～3時(9月20日を除く全6回)
¥8,500円(教材代を含む)
◆パソコンで色彩の楽しさを体験、趣味の絵画・手工芸やファッションに役立てましょう(XP)
人8人
日8月30日～9月27日の毎週月曜日午後3時30分～5時30分(9月20日を除く全4回)
¥7,000円(教材代を含む)
◆パソコンにさわってみよう!(XP)
人8人
日9月3・10日の金曜日午後3時30分～5時30分(全2回)
¥2,500円(教材代を含む)
◆ワード初級(XP)
人8人
日9月17日～10月22日の毎週金曜日午後3時30分～5時30分(全6回)
¥8,500円(教材代を含む)
◆ゆうゆう教室
OSはWindows XP、Vistaのいずれかを指定。
人マウス操作、文字入力ができる方、若干名
日9～11月の①月曜日午前10時～正午、②水曜日午前10時～正午、③金曜日午前10時～正午、④金曜日午後1時～3時(いずれも月4回)
¥月額5,000円(3カ月分前納、別途教材代がかかります)
所いずれも同センター
申8月20日㈮(午前必着)までに往復はがきにコース名・必要事項(11面参照)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。最少催行人数2人)
問同センター☎48-6721

市内の大学で学びませんか？　市民聴講生募集

人いずれも18歳以上の市民(学生を除く)

ルーテル学院大学

日9月18日㈯～平成23年1月13日㈭
¥1科目5,000円(別途教材代がかかります。年間2科目を限度に1科目あたり2,500円を市が助成)
申9月3日㈮までの平日午前9時～午後4時30分(午前11時45分～午後0時45分を除く)に受講料を添えてルーテル学院大学学生支援センターへ
問同大学学生支援センター☎31-4682、三鷹市生涯学習課☎内線3316

期間	曜日	時間	講座名
9月18日～1月29日	土曜日	午前10時30分～正午	ルターと聖書
9月21日～1月11日	火曜日	午前8時50分～10時20分	精神に障害を持つ人へのソーシャルワーク
		午後1時10分～2時40分	グループワークの基礎と実際
9月22日～11月10日	水曜日	午前8時50分～10時20分	プレイセラピー入門
9月22日～1月12日	水曜日	午前8時50分～10時20分	高齢者福祉論
			キリスト教カウンセリング
		午後1時10分～2時40分	障がい者福祉論
			カウンセリングのルール
			キリスト教と美術
			ラテン語で読むルター２
	不定期水曜日	午後2時50分～6時	ターミナルケアとグリーフワーク
9月30日～1月13日	木曜日	午前10時30分～正午	英語で読む聖書２
			年金・医療・介護保険
		午後4時30分～6時	キリスト教と日本文化２
			社会福祉士受験対策講座
10月1日～1月21日	金曜日	午前8時50分～10時20分	キリスト教と生命倫理
		午前10時30分～正午	福祉のキリスト教的展開
		午後4時30分～6時	聖書入門（新約）
11月17日～1月12日	水曜日	午前8時50分～10時20分	虐待への対応・事例で学ぶ

国際基督教大学

期間	曜日	時間	講座名	開講言語
9月8日～11月11日	火・木曜日	午前11時30分～午後0時40分(木曜日は午前10時10分から)	公共政策入門	日本語
	月・木曜日	午後1時15分～3時	英文学史１	英　語
	火・木曜日	午前8時50分～11時20分(木曜日は10時まで)	シェイクスピア１	英　語
	月・木曜日	午後1時15分～3時	社会と通訳	日本語
	月・水・金曜日	午前11時30分～午後0時40分	文化と経済	英　語
	水・金曜日	午後1時15分～3時	経営科学	英　語
	月・木曜日	午後1時15分～3時	教育の国際的展望	英　語

日9月8日㈬～11月11日㈭
¥1科目15,000円(別途教材代がかかります。1学期1科目を限度に2,500円を市が助成)
申9月1日㈬までに受講料(郵便振替可)を添えて「国際基督教大学総務グループ社会サービス担当」へ
問同大学☎33-3013、三鷹市生涯学習課☎内線3316