

しき市など。  
**三鷹市社会福祉協議会、新川中原住民協議会**  
 11月7日(日)午前10時～午後3時  
 新川中原コミュニティセンター  
 当日会場へ  
**◆ふろしき市出店者を募集します**  
**申** 問い合わせもみたかボランティアセンター ☎76-1271へ(先着制)

**秋の散策「お鷹の道」**  
**日立研究所の庭園公開を楽しむ**  
**三鷹市連雀地区住民協議会**  
**人** 在勤・在学を含む市民40人  
**日** 11月21日(日)午前9時三鷹駅南口デッキ上集合(雨天中止)  
**料** 観覧料、交通費は実費  
**申** 10月18日(月)～11月6日(土)に連雀コミュニティセンターへ(木曜日、祝日、10月22日(金)・25日(月)は休館。先着制)  
**問** 同センター ☎45-5100

**介護者のつどい**  
 リフレッシュと情報交換を兼ねて一泊旅行に出かけませんか。  
**人** 在宅などで高齢の家族を介護している市民の方、または要介護者が亡くなってから2年以内の介護経験者40人  
 ※老人ホームや老人保健施設の入所、病院(療養型施設)・長期入院は対象外です。  
**日** 11月24日(水)～25日(木)(1泊2日)  
**所** 会津西街道大内宿散策と福島・磐梯熱海温泉  
**料** 5,000円(1世帯で2人目からは10,000円)  
**申** 10月18日(月)～29日(金)の平日に三鷹市社会福祉協議会 ☎79-3505へ(申込多数の場合は抽選)

**農家の後継者とのふれあい交流会**  
 野菜収穫体験と交流会を通じて農家の独身男性(三鷹・小平・国分寺・小金井・武蔵野市内在住)と農業に関心のある女性との交流を図ります。  
**人** 20歳以上の独身女性20人  
**日** 11月27日(土)午後1時から(農場2カ所で収穫体験をし、夕刻に交流会を開催)  
**料** 3,000円  
**申** 11月4日(木)(必着)までに必要事項(11面参照)・職業・趣味を記入し「〒184-0012 小金井市中町4-16-24JA東京むさし」へ(申込多数の場合は抽選。参加者には11月10日(水)までに詳細を送付)  
**問** JA東京むさしハートフルむさし ☎042-

388-8781



## スポーツ

**12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 <http://www.city.mitaka.tokyo.jp/> でご確認ください  
**申** 11月7日(日)～13日(土)に各コミュニティセンターへ  
**問** スポーツ振興課 ☎内線3322

**初心者のための太極拳入門教室**  
**三鷹市太極拳連盟**  
**日** 10月27日(水)・29日(金) ①午後1時～2時15分、②午後7時～8時15分  
**所** 三鷹駅前コミュニティセンター  
**物** 室内履き、タオル、飲み物、運動しやすい服装  
**申** 当日会場へ  
**問** 谷川 ☎43-9988

**合気道初心者講習会**  
 簡単な護身技と合気道の基本技の習得。  
**三鷹市体育協会、三鷹市合気道連盟**  
**人** 在勤・在学を含む7歳以上の市民20人程度(小学生は保護者同伴)  
**日** 10月30日(土)午後4時～5時(3時50分集合)  
**所** 第二体育館  
**物** ひざが隠れ、運動しやすい服装  
**申** 当日会場へ(先着制)  
**問** 鈴木 ☎43-8542、丸山 ☎45-1293(いずれも夜間のみ)、同協会 ☎43-2500

**三鷹MDSFダンスパーティー**  
**三鷹市ダンススポーツ連盟**  
**人** 在勤・在学を含む市民とダンス愛好者  
**日** 11月3日(祝)午後1時30分～4時  
**所** 第二体育館  
**料** 500円  
**物** ダンスシューズ  
**申** 当日会場へ  
**問** 羽根田 ☎44-1099

**日本泳法入門**  
 日本古来の泳法を体験してみませんか?  
**三鷹市水泳連盟**  
**人** 在勤・在学を含む16歳以上の市民20人  
**日** 11月4日～12月2日の毎週木曜日午前9時～11時(全5回)  
**所** 第二体育館屋内プール

**¥4,000円(保険料を含む)**  
**物** 水着、水泳帽、ゴーグル、タオル、ロッカー代10円(返還式)  
**申** 10月25日(月)(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)  
**問** 柏木 ☎43-7711(夜間のみ)、三鷹市体育協会 ☎43-2500


**初心者・中級者のためのルンバ講習会**  
**三鷹市ダンススポーツ連盟**  
**日** ①11月7日、②11月14日、いずれも日曜日午後1時30分～3時30分  
**所** ①福祉会館、②第二体育館  
**料** 700円(1回)  
**物** ダンスシューズ  
**物** 当日会場へ  
**問** 羽根田 ☎44-1099



## 講座

**多様な働き方・活動の仕方を考えるセミナー**  
 講師はキャリアカウンセラーの向井恒夫さん。  
**人** おおむね55歳以上の方18人  
**日** 10月22日(金)午後1時30分～4時  
**所** 市民協働センター  
**物** 雇用保険受給者は「雇用保険受給資格者証」  
**申** 必要事項(11面参照)を電話またはファクス・電子メールでわくわくサポート三鷹 ☎45-8645・☎45-8646・✉wakuwaku@mitaka.ne.jpへ

**シルバー人材センターの覚えて役立つパソコン教室**  
**◆年賀状を作成してみよう(XP)**  
**人** 8人  
**日** 11月1日～22日の毎週月曜日午後1時～3時(全4回)  
**料** 5,500円(教材代を含む)  
**◆小使せん(一筆せん)・ランチョンマットなどを作成する(XP)**  
**人** 8人  
**日** 11月15・22日の月曜日午後3時30分～5時30分(全2回)  
**料** 3,500円(教材代を含む)  
**◆年賀状を作成してみよう(Vista)**  
**人** 4人  
**日** 10月29日～11月19日の毎週金曜日午後3時30分～5時30分(全4回)  
**料** 5,500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** 11月～平成23年1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)  
**料** 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** 10月25日(月)(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



### 地デジ・電話サポートセンターをご利用ください

現在のテレビ放送(アナログ放送)は平成23(2011)年7月で終了し、地上デジタル放送(地デジ)に移行します。  
 「自宅で地デジの放送を見るには、どうすればいいの?」「地デジの広告やパンフレットを見ただけで、よく分からない」など、地上デジタル放送についての心配事や、ちょっとした疑問や相談に電話でお答えするため、「三鷹市地デジ・電話サポートセンター」を開設しています。お気軽にご相談ください。  
**◆電話受付時間**  
 月～金曜日(祝日、年末年始を除く)午前8時30分～午後5時30分

**問** 三鷹市地デジ・電話サポートセンター  
**☎40-9755**

# 第57回 三鷹市 市民文化祭を開催します

市内の各会場ですさまざまな展示や発表が行われます。みなさんの活動の成果を、ぜひご鑑賞ください。

**日** 市、市教育委員会、三鷹市芸術文化協会  
**問** 生涯学習課 ☎内線3316、三鷹市芸術文化協会 ☎49-2521(水曜日・祝日を除く)

- ◆開会式  
**日** 10月24日(日)午前10時から  
**所** 三鷹市公会堂
- ◆表彰式・閉会式  
**日** 11月28日(日)午後4時から  
**所** 芸術文化センター星のホール
- ◇囲碁大会参加者募集  
**問** 11月12日(金)までに同協会へ



会場	催し	日時
市役所中庭	菊花展	10月30日(土)～11月8日(月)午前9時～午後4時
美術ギャラリー	写真・書道展	10月30日(土)～11月5日(金)(1日は休館)午前10時～午後6時(5日は4時まで)
	美術展	11月9日(火)～14日(日)午前10時～午後6時(14日は4時まで)
芸術文化センター星のホール	邦楽演奏会	11月13日(土)正午から
	謡曲大会	11月14日(日)午前10時から
	日本舞踊の会	11月21日(日)午前11時から
	三鷹の囃子と和太鼓大会	11月28日(日)正午から
芸術文化センター風のホール	みたか市民合唱コンサート	10月31日(日)午後1時から
	午後のクラシック	11月6日(土)午後2時から
	今宵をジャズで楽しく	11月13日(土)午後6時30分から
	大正琴の会	11月20日(土)午後0時30分から
芸術文化センター美術展示室	華道展・工芸展	10月26日(火)～31日(日)午前10時～午後6時(31日は4時まで)
三鷹市公会堂	吟詠剣詩舞大会	10月24日(日)午前10時15分から
	'10洋舞フェスティバル	10月31日(日)午後4時30分から
	民謡大会	11月7日(日)午前9時30分から
	現代日本舞踊の会	11月14日(日)午前10時30分から
	吹奏楽のつどい	11月21日(日)午前10時から
	三鷹歌謡音楽祭	11月23日(祝)午前10時から
みたか井心亭	秋季茶会	11月7日(日)午前10時から
社会教育会館	俳句会	11月14日(日)午後1時から
	囲碁大会	11月21日(日)午前9時30分から
	短歌会	11月21日(日)午後1時30分から
市内・中原周辺	市内文化財めぐり	11月23日(祝)午前10時から