

市民活動 みんなの 掲示板

10月7日発行号
原稿締切日 9月13日(木)
10月21日発行号
原稿締切日 9月27日(木)
いずれも午後5時まで

催し

呼吸と丹田を意識した体操で 身体と心をリラックス

光のルンタ 9月3日(月)午前10時30分から(毎週月曜日開催) 所 新川宿地区公会堂 入会金500円 電話 090-8174-7882・sumiresane@mail.goo.ne.jp

笑いを取り入れた健康エクササイズ! ラフターヨガ(笑いヨガ)

三鷹台ラフタークラブ 9月4日・18日の火曜日午前10時30分~正午 所 牟礼地区公会堂 入会金500円 電話 090-4212-3307・0422-43-6137・imitakaahaha@gmail.com

ココロの解放・健康エクササイズ・笑いヨガ

三鷹ゆるりんこラフター倶楽部 9月4日(火)・12日(水)午後7時~8時30分 所 三鷹駅前コミュニティセンター 入会金500円(1回) 電話 080-080-3426-7618・yuyua.fujibayashi@gmail.com

岩出まゆみ展—STRIPES

ぎゃらりー由芽 9月8日(土)~23日(日)正午~午後7時(23日は午後5時まで) 所 同画廊 期間中会場へ 同画廊 0422-47-5241(木曜日休み)

幸福を創るポジティブ(楽観主義)心理学入門講座

NPO法人日本人間関係心理士協会 10人 9月8日・22日、10月6日の土曜日午後1時30分~4時30分 所 社会教育会館ほか 入会金1,500円(1回、資料代を含む) 同協会 080-5027-5292・jahrp-center@parkcity.ne.jp(先着制)

高齢期を楽しくいきいきと過ごすには

北多摩中央医療生活協大沢支部 9月8日(土)午後2時から 所 大沢下原地区公会堂 当日会場へ 中山 090-9335-7508

市民の目線で水と緑の公園都市を語ろう

住みよい環境をつくる三鷹環境市民連絡会(環境市民連) 9月9日(日)午前10時~正午 所 社会教育会館 当日会場へ 同田中 0422-43-2900

篠笛無料体験教室

笛の会青葉 9月9日(日)午前10時~正午 所 連雀コミュニティセンター 同田中 0422-41-2308

第35回みたか子どもまつり

同実行委員会 9月9日(日)午前10時~午後3時 所 三鷹市暫定管理地(東京多摩青果跡地) 当日会場へ 同宮崎 042-485-8347※自転車での来場はご遠慮ください。

アリスみたか定例会

母子寡婦福祉会 9月9日(日)正午~午後3時 所 福祉会館 小学生以上100円 同フルタニ 0422-41-8258・paamandayo@yahoo.co.jp 同フルタニ 090-4713-5210

ダンスパーティ

ダンス・コバン 9月9日(日)午後1時30分~4時 所 社会教育会館 入会金300円 当日会場へ 同堀江 0422-48-7451

催し………主催者が市民・市内法人/市内で開催/参加費(材料代・教材費など)が1回3,000円以内
会員募集…主な会員が市民/市内で活動/入会金・会費(月額)の合計が5,000円以内/新規または前回の掲載から6カ月経過した団体を優先(紙面の都合で6カ月以上お待たせすることもあります)
※いずれも上記以上の費用がかかる場合は内容を確認し掲載基準ののっとり検討します(主催・活動団体がNPO法人の場合は応相談)。*タイトル後に★のあるものは社会教育会館の講師派遣事業
上記以外は紙面に余裕があれば掲載します。政治・宗教・営利目的のものは掲載不可。
http://www.city.mitaka.tokyo.jp/または0422-76-2490 秘書広報課 内線2129
※掲載依頼をされた方に編集業務委託事業者(株)文化工房が内容確認の電話(またはファクス)をさせていただきます。ご協力をお願いします。

からだところを元気にする 会の催し

①冷えとむくみプチ講座&プチ癒し=9月9日(日)午後1時30分から・9月14日(金)午前9時30分から、②靴下をはいたままの足のほぐし方=9月15日(土)午後6時から、③姿勢と歩き方=9月17日(祝)午前9時30分から 所 市民協働センター 入会金1,500円(1回) 同櫻井 080-6555-6348・aloha-fr om-kazumi@ezweb.ne.jp

ベビーマッサージの体験レッスン

ベビーマッサージ教室「nitta」 9月11日(火)・13日(木)午前10時~11時30分 所 下連雀4丁目 入会金1,000円(1回) 同9月7日(金)までに新田 090-8111-1403・yk.nitt@gmail.com

第28回「三鷹市民歴史交流会」中仙川村(中原)探訪

三鷹の歴史研究会 9月11日(火)午後1時から(小雨決行) 所 春清寺門前(新川4丁目)集合 入会金400円(資料代・保険料) 同9月7日(金)までに矢崎 090-2903-4592

わらべうたベビーマッサージ教室

mahana(マハナ) 9月12日(水)午後1時30分~3時 所 市民協働センター 入会金2,500円 同竹下 080-4674-4763・info@mahana-mahana.jp http://mahana-mahana.jp/

気楽にワークショップ(藤&つる、羊毛、トールペイント)

sora 9月13日(木)午後1時~3時 所 三鷹駅前コミュニティセンター 入会金1,200円(材料代を含む) 同土生(はぶ) 090-4821-9511

踊りのけいこ(基礎と応用)★

講師は若柳流師範の若柳和翠さん。 小桜会 9月13日(木)午後1時30分~3時 所 新川中原コミュニティセンター 当日会場へ 同白沢 03-3308-5485

安全・安心なパソコン活用セミナー

NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹 情報セキュリティ研究会 9月13日(木)午後1時30分~3時30分 所 市民協働センター 同江草 090-3241-7945・yoshi@ml-club.ne.jp

藤本あやこ作陶展

しらがねGallery 9月14日(金)~19日(水)午前11時~午後7時 所 しらがねGallery(下連雀3-29-1) 期間中会場へ 同画廊 0422-43-2202

井の頭保育園バザー

同実行委員会 9月16日(日)午前10時~午後2時 所 同園 当日会場へ 同園(矢吹) 0422-43-7916

フラワーアレンジメント講習会

花工房 9月16日・30日の日曜日 ①午前10時から、②午後1時30分から 所 市民協働センター 入会金3,000円(1回) 物はさみ、持ち帰り用袋、タオル、筆記用具、ごみ袋 同9月6日(木)までに希望の日時を山口 090-4522-0319

第11回介護食料理講習会「いつもの食材を食べやすく」

三鷹地域活動栄養士会 9月16日(日)午前10時45分~午後1時45分 所 社会教育会館 入会金600円 物エプロン、三角巾、タオル、筆記用具 同大須賀 0422-31-9585

0422-31-9585

9.16science talk live 武田隆顕さんが語る「ディスプレイの中の宇宙」

science talk live事務局 9月16日(日)午後1時~4時 所 三鷹ネットワーク大学 当日会場へ 同事務局(小林) 042-582-3891

第2回オープンチャーチ

仙川キリスト教会 9月17日(祝)午前10時~午後2時 所 同教会 同山岸 03-3309-1788

心を豊かにするおはなし会の進め方 part2★

講師はJPIC読書アドバイザーの児玉ひろ美さん。 絵本にピンポン 9月18日(火)午前10時~正午 所 三鷹駅前地区公会堂 小谷 090-2542-5744

楽しい漢詩のひろば

漢詩のひろば 9月18日(火)午後1時30分~3時30分 所 社会教育会館 入会金700円 同加藤 0422-45-6302

太極拳無料体験会

太極拳成安同好会 9月19日・26日の水曜日午前10時15分~11時45分 所 連雀コミュニティセンター 物ズボン、運動靴 当日会場へ 同杉田 0422-44-1001(午後6時~9時)

シニア体操公開講座★

講師は体操指導員の平井孝子さん。 いちようクラブ 9月19日(水)午後1時~3時 所 第二体育館 同松元 0422-44-6693

ママの働くこと、そろそろ考えてみませんか?

マイア小倉(キャリアカウンセラー) 9月20日(木)午前10時30分から※お子さん連れ可 所 みたか・みんなの広場 入会金300円 同必要事項(11面参照)を小倉 090-1882-9430・tamax0807@gmail.com

第119回太宰治の足跡案内

みたか観光ガイド協会 9月23日(日)午前9時50分集合(雨天決行) 三鷹駅南口デッキ上、市民ガイドが持つのぼりが目印。コースは約2時間40分。希望者は朗読を聞きながら昼食も 当日集合同場所へ 同こやの 0422-44-0981

謡曲(宝生流)おさらい会(世界文化遺産に触れ楽しむ)

三鷹宝生会 9月23日(日)午前10時~午後3時 所 寺田宅(井の頭3丁目) 同池内 090-4839-4106

デジ亀くらぶ写真展

9月23日(日)~30日(日)午前10時~午後5時(24日(月)を除く。30日は1時まで) 所 三鷹駅前コミュニティセンター 期間中会場へ 同星野 0422-44-0227

アートセラピーワークショップ・つながる育むコミュニケーション

アトリエ・コスモス 9月23日(日) ①午前10時30分から、②午後1時30分から 所 市民協働センター 入会金2,000円(1回) 同图片倉 0422-34-3448・color-y@s7.dion.ne.jp

おおぞら会大バザール

(社福)おおぞら会後援会 9月23日(日)正午~午後3時 所 二小体育館 当日会場へ ◆9月18日

(火)まで物品提供(衣類・雑貨の新品または同等品)を受け付けます。市内は回収に伺います。 同会 0422-30-5571

セミナー&ワークショップ

FWWC(こどものいない女性が安心して暮らすための知恵、工夫、サービスの交流会) 9月23日(日)午後1時30分~3時 所 三鷹産業プラザ 入会金1,000円(資料代を含む) 9月19日(水)までに必要事項(11面参照)、人数を同会(高島) 042-327-2250・info@chez-clara.com 同鷹ロケットワーク大楽 0422-24-7500

出前保育「あそびましょ」

あかね保育園 9月24日(月)午前10時~11時30分 所 下連雀南浦地区公会堂 同園 0422-49-2671

バレエウォークであなたも背すじ美人に!★

講師は健康運動指導士の杉山裕美子さん。 三鷹地域活動栄養士会 9月29日(土)午前9時45分~午後0時30分 所 社会教育会館 入会金100円(保険料を含む) 物敷物、室内用運動靴、飲み物、筆記用具 同よしや 0422-42-2657

むうぶ舎まつり&原きよさんによる太宰治朗読会

(社福)むうぶ 9月29日(土) ①まつり=午前11時~午後2時、②朗読会=午後3時から 所 食茶房むうぶ、むうぶ舎新川 同 ①当日会場へ、②事前にむうぶ舎新川(山本) 0422-44-7507

オープンハウス一人形劇「なら梨とり」とバザー・展示

シュタイナー幼児教育を実践するなのはな園 9月29日(土) ①一人形劇=午前10時30分から・11時20分から、②バザー・展示=午前10時30分~午後1時30分 所 同園 入会金 ①一般800円、会員500円、子ども(3歳以上)300円 ①必要事項(11面参照)・人数を同園 0422-79-4598・ophouse@nanohana-en.com、②当日会場へ 同園 0422-79-4598 http://www.nanohana-en.com/※自家用車・自転車での来場はご遠慮ください。

プレママと子育てママの手芸講座①トランスバレンタペーパーのモビール★

講師は手芸作家の黒川由美子さん。 おひさまクラブ 9月30日(日)午前10時30分~正午※お子さん連れ可 所 大沢下原地区公会堂 入会金300円(材料代) 同田中 090-6183-3230

バスによる植物観察会★

講師は朝日カルチャー講師の西田高道さん。 三鷹の植物を知る会 10月16日(火)午前7時~午後5時 所 赤沢休養林 入会金141円(保険料) 別途実費は人数割り※くわしくはお問い合わせください 同今城 042-335-5805

会員募集

いきいきクラブ(健康体操) 毎週金曜日午後1時30分~2時45分 所 牟礼南地区公会堂 入会金500円、月額1,000円(月1回500円) 物バスタオル、タオル、飲み物 同豊川 080-5504-5565

ヨーガサークルシャントー(ホームヨーガ)

毎週木曜日午前10時30分~正午 所 大沢地区公会堂 入会金500円、月額2,500円 同林田 0422-33-0092

グループ・どっぺる(ハイキング、登山)

毎月2回(例会) 所 三鷹駅前コミュニティセンター 入会金1,000円、月額1,000円 同宮下 0422-46-2425・groupdoppel@gmail.com http://www.geocities.co.jp/groupdoppel/

男声合唱「ゴールデンメイツ」

毎月第2・4木曜日午後2時~4時 所 牟礼コミュニティセンター 入会金1,000円、月額3,000円 同谷口 0422-43-4267

いきいき太極拳Aグループ(初心者歓迎、年齢不問)

毎週木曜日午後1時15分~2時45分 所 福祉会館 月額1,500円 同加藤 0422-43-9845

新川中原コミュニティ子どもバレエ(クラシックバレエ)

5歳~中学生 毎週土曜日午後1時30分~5時 所 新川中原コミュニティセンター 月額3,700円 同石井 0422-45-8980

ライオンテニスクラブ(ソフトテニス)

毎週日曜日午後2時~4時 所 新川テニスコート 入会金2,000円、年額10,000円 同中山 0422-31-8181

伝言板

オルガンワークショップ

国際基督教大学宗教音楽センター 9月30日(日)午後3時開演(2時30分開場) 所 同大学 当日会場へ 同センター 0422-33-3330(就学前のお子さんは入場できません)

ルーテル学院大学愛祭フリーマーケット

11月3日(祝)・4日(日)午前10時~午後4時 所 同大学 同同大学 同gakuensai@luther.ac.jp ◆出店者募集中。くわしくは同大学 http://www.luther.ac.jp/

禅林寺龍華会基金の助成団体募集

市民のための教育または社会福祉に貢献する団体に対して、物品購入費など(1件50万円以内を2件以内)を助成します。 10月1日(月)までにA4用紙(記入形式は自由)で申請者の経歴・活動内容・要望・計画・見積もりなどを提出 同基金 0422-44-8365

月刊わがまちジャーナル9月号 地上11chで放送中

みたか観光ガイド協会の活動(仮題) ほか NPO法人むさしのみたか市民テレビ局 0422-79-1434 mmctv@parkcity.ne.jp ※ご意見・情報をお寄せください。