人在勤・在学を含む18歳以上の市民22人
日11月18日㈰午前5時30分市役所前集合～午後6時(雨天決行)
所久里浜(神奈川県横須賀市)
¥10,500円(乗船料、氷・餌代、保険料を含む)
物さお(貸しさお有り)、仕掛け、帽子、雨具、昼食、飲み物、酔い止め
申問11月11日㈰までに必要事項(11面参照)・貸しさお希望の有無を好野☎090-1129-8190(夜間のみ)・✉yoshino@ci.kagu.tus.ac.jpへ(先着制)

親子体操教室
人在園を含む市民で4・5歳のお子さんと保護者、各班25組
日12月1日㈯1班＝午前9時45分～10時45分、2班＝午前11時～正午
所第二体育館
¥200円(1組)
物運動着、室内履き、タオル、着替え、飲み物
申11月19日㈪(必着)までに往復はがきにお子さんと保護者の必要事項(11面参照)・希望する班・性別・ある方は健康上気になるところを記入し「〒181-8505スポーツ振興課」へ(申込多数の場合は抽選)
問同課☎内線3324

健康体操「健康への近道 インナーマッスルを鍛えよう」
主三鷹駅周辺住民協議会
人30人
日12月1日㈯午前10時30分～正午
所三鷹駅前コミュニティセンター
申問直接または電話で同センター☎0422-71-0025へ(先着制)

ジュニアバドミントン教室
主東部地区住民協議会
人小学4～6年生20人
日12月8日㈯午前10時15分～午後1時15分
所牟礼コミュニティセンター
申問同センター☎0422-49-3441へ(先着制)

市民聴講生募集　国際基督教大学で学びませんか？
人学生を除く18歳以上の市民
日①行政学(日本語)＝毎週月曜日午後3時10分～7時、②日本史(近代)3(英語)＝毎週月・木曜日午後1時15分～3時、③現代社会における多様性と教育(英語)＝毎週金曜日午後3時10分～7時
¥1科目15,000円(別途教材代が掛かります。市民には1学期1科目を限度に1,500円を市および同大学が助成)
申11月28日㈬までの平日午前9時～午後5時(正午～午後1時を除く)に受講料(郵便振替可)を添えて同大学総務グループ社会サービス担当へ
問同大学☎0422-33-3013・✉s-service@icu.ac.jp・HPhttp://www.icu.ac.jp/、生涯学習課☎内線3316

シルバー人材センター生涯学習教室追加募集
人各教室若干名
日①木彫＝月4回(火曜日午前)、②俳句＝月2回(第2・4火曜日午後)、③英語教室1＝月3回(第1～3木曜日午前)、④英語教室2＝月3回(第1～3木曜日午前)、⑤油絵＝月3回(第1・2・4金曜日午後)、⑥水彩画＝月3回(第1・2・4火曜日午後)、⑦実用書道＝月2回(第2・4水曜日午前)、⑧囲碁＝月4回(火曜日午後)、⑨かな書道初級＝月2回(第2・4月曜日午後)、⑩俳画＝月1回(第3月曜日午後)、⑪コットンアート＝月2回(第1・3木曜日午後)、⑫初級英会話＝月4回(金曜日午後)、⑬表装＝月3回(第1～3土曜日午前)、⑭押し花＝月2回(第2・4木曜日午前)
所シルバー人材センター、⑤⑥は牟礼教室
¥①⑧⑫3,100円、②⑦⑨⑪⑭2,300円、③④2,400円、⑤⑥⑬2,700円、⑩1,600円(いずれも月会費。別途材料代が必要な教室があります)
申問11月5日㈪から同センター☎0422-48-6721へ(先着制)

市民公開講座「メタボリック症候群について」
人市民60人
日11月10日㈯、健康相談＝午後1時～2時30分、講演会＝午後2時～3時30分
所三鷹商工会館
申当日会場へ(先着制)
問三鷹市医師会☎0422-47-2155

市民健康講座「今日からできる認知症予防」
人市民50人
日11月29日㈭午後1時30分～3時30分
所総合保健センター
申問11月5日㈪午前9時から直接または電話で同センター☎0422-46-3254へ(先着制)

秋冬庭木の剪定講習会
人市民15人
日11月11日㈰午後1時～4時
所連雀コミュニティセンター
¥200円(資料代)
物剪定ばさみまたは刈り込みばさみのどちらか1つ、軍手、タオル、帽子、筆記用具
申11月4日㈰から参加費を添えて同センターへ(先着制)
問同センター☎0422-45-5100

三鷹いきいきプラス無料パソコン講習会
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11月12日㈪、15日㈭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時に同会事務局☎0422-70-5753へ(先着制)

多様な働きかたセミナー
主わくわくサポート三鷹
人24人
日11月12日㈪午後1時30分～4時(1時受付)
所市民協働センター
物筆記用具、雇用保険受給者は雇用保険受給資格者証
申問必要事項(11面参照)をわくわくサポート三鷹☎0422-45-8645・FAX0422-45-8646へ

栄養料理教室「クリスマス料理」
主大沢住民協議会
人24人
日11月16日㈮午前10時～午後1時
所大沢コミュニティセンター
¥500円
物エプロン、三角巾、筆記用具
申11月12日㈪までに参加費を添えて同センターへ(先着制)
問同センター☎0422-32-6986

植木剪定講習会
日11月18日㈰午後1時30分～3時(荒天の場合は12月1日㈯に順延)
所三鷹緑化センター(農業公園内)
物作業しやすい服装
申当日会場へ
問同センター☎0422-48-7482
※自家用車での来場はご遠慮ください。

三鷹いきいきプラス講演会「笑いが日本を救う！」
講師は社会教育家の江見明夫さん。
人おおむね55歳以上の方100人
日11月20日㈫午後1時30分～3時30分
所三鷹産業プラザ
申当日会場へ(先着制)
問同会事務局☎0422-70-5753(月・水・金曜日午前10時～午後4時)

料理教室「おうちで中華」
講師は調味料メーカー料理長の本橋住夫さん。
主三鷹市消費者活動センター運営協議会
人18人
日11月21日㈬午前10時30分～午後1時30分
所消費者活動センター
物筆記用具、エプロン、三角巾、ハンカチ、布巾
申11月5日㈪午前9時から同協議会☎0422-41-0510へ
問同センター☎0422-43-7874

リサイクル市民工房の催し
人各8人
日①おり紙のお正月花とポチ袋作り＝11月21日㈬、②ブランコの天使作り＝22日㈭、③革のカードケース作り＝28日㈬、④クリスマスツリー作り＝29日㈭、いずれも午後1時～3時30分
物①牛乳パック1つ、あればきれいな包装紙、はさみ、②白いTシャツ(天使の顔とボディ用)、布(天使の服用)、ひも(ブランコ用50cm)、裁縫道具、③定規、はさみ、あれば小さな飾り、④緑色系の布(30×30cm)、端切れ(赤・緑・白色系のクリスマスカラー)、裁縫道具
申①②13日㈫、③④19日㈪(いずれも必着)までに往復はがきに必要事項(11面参照)を記入し「〒181-8555ごみ対策課」へ(申込多数の場合は抽選)
問同課☎内線2533

就職活動支援セミナー「成功事例から学ぶ就職活動上の注意点」
主わくわくサポート三鷹
人24人
日11月21日㈬午後1時30分～4時(1時受付)
所市民協働センター
物筆記用具、雇用保険受給者は雇用保険受給資格者証
申問必要事項(11面参照)をわくわくサポート三鷹☎0422-45-8645・FAX0422-45-8646へ

ミタカフェセミナー「活用しよう！経営資源と起業支援策」
これから起業を検討している方や起業間もない方向けに、経営資源の上手な活用法と、各種の起業支援策をお話しします。講師はミタカフェコーディネーター、中小企業診断士、多摩信用金庫ブルームマネージャーの森田憲輝さん。
日11月21日㈬午後4時～5時30分
所ミタカフェ(下連雀3-32-3)
¥500円(1ドリンク付き)
申コミュニティビジネスサロン☎・FAX0422-40-0320・✉cbs@mitaka.ne.jpへ
問㈱まちづくり三鷹☎0422-40-9669

三鷹ネットワーク大学　秋学期受講者募集中!

三鷹ネットワーク大学

NPO法人三鷹ネットワーク大学推進機構 〒181-0013　下連雀3-24-3三鷹駅前協同ビル3階
☎0422-40-0313・FAX0422-40-0314　HPhttp://www.mitaka-univ.org/
開館時間：火～日曜日、午前9時30分～午後9時30分(日曜日は5時まで)　休館日：月曜日・祝日

★　基礎講座
★★　応用講座
★★★　専門講座

講座名	講師・日時・人数・費用
大人のための音読講座(ワークショップ付朗読会) 三鷹ゆかりの作家たち10　―太宰治の作品「失敗園」より―　★	フリーアナウンサー・朗読家の原きよさん 日12月2日㈰午前10時30分～午後0時30分　人10人　¥一般2,000円　市民1,600円
数学はこんなに面白い！3　特別編 宇宙の幾何学　★	東京女子大学名誉教授の小林一章さんと東京大学院生の藤井宏和さん 日12月6日㈭午前10時～11時30分　人30人　¥500円
亜細亜大学、アジア・国際経営戦略学会、アジアコンテンツビジネス研究会共同企画講座 「日本企業発展の原動力はアジアにあり」(全10回)　★★ 第5回／日本企業による対中投資、中国企業による対日投資トレンドの変化とその見方	監査法人トーマツの鄭林根さん 日12月6日㈭午後7時～8時30分　人10人 ¥一般3,000円、市民2,100円、市民学生1,800円、会員1,500円(各回)
これからの生き方を考える 夢ある人生―これからシニア世代を迎える方へ―12月　★ 「生涯二毛作時代の到来に備える―生涯現役として、楽しく、悔いのない人生をめざして」	GCDFキャリアカウンセラー・BAAライフデザインアドバイザーの松澤博隆さん 日12月7日㈮午後6時30分～8時　人20人　¥500円
太宰を読む百夜百冊　第九十五夜 「死なうと思つてゐた」―『魚服記』の周辺―　★	文芸評論家の三浦雅士さん 日12月9日㈰午後2時～3時30分　人40人　¥一般1,000円　市民800円
アストロノミー・パブ 太陽ゆく年くる年―「ひので」からの素晴らしい映像とともに―　★★	ホストは国立天文台天文情報センターの並河正人さん、ゲストは国立天文台ひので科学プロジェクトの殿岡英顕さん 日12月15日㈯午後6時30分～8時30分　人25人　¥3,000円(飲食代を含む) 申11月27日㈫午後5時までに三鷹ネットワーク大学へ(申込多数の場合は抽選)

申特に記載のないものは11月6日㈫午前9時30分から三鷹ネットワーク大学へ(先着制)　問いずれも同大学
※受講の申し込みには受講者登録が必要です。講座の詳細や受講者登録については、ホームページまたは同大学へお問い合わせください。