

多摩府中保健所 精神保健相談

専門医と保健師の個別相談。
①精神保健医療相談=10月18日(金)・22日(火)、②アルコール相談=10月28日(月)、いずれも午後2時~4時
所 同保健所武蔵野三鷹地域センターなど(予約時に確認)
申 同保健所 ☎042-362-2334へ
※相談日以外も保健師が相談に応じます(要予約)。

精神保健福祉講演会「専門医が解く!若者のひきこもりが長期化したときご家族にできること」

講師は思春期・家族精神科医の田村毅さん。
人 ひきこもりでお困りの家族の方80人
日 10月29日(火)午後2時~5時
所 多摩府中保健所
申 10月15日(火)までに同保健所 ☎042-362-2334へ(先着制)

催し

あおやぎ市

野菜直売、スタンプラリー、アートバルーン、各店舗の割引や限定品の販売など。
所 青柳商店会
日 9月21日(土)午後1時~4時
所 東部市政窓口および青柳商店会参加各店舗(中原2-1周辺、のぼりが目印)
申 当日会場へ
問 お茶の山形園 ☎0422-48-6914、買物支援本部事務局(株まちづくり三鷹内) ☎0422-40-9669
※くわしくは各店舗で配布しているチラシをご覧ください。

音楽サロン 歌うヴァイオリン「ヴァイオリンで聴くオペラの名曲」

所 新川中原住民協議会
日 9月28日(土)午後7時~9時
所 新川中原コミュニティセンター
申 当日会場へ
問 同センター ☎0422-49-6568

秋のフリーマーケット

リサイクル自転車の抽選販売や講習会。
日 10月5日(土)午前10時~午後2時(雨天時は翌日に順延)
所 リサイクル市民工房
申 当日会場へ
◆出店希望者募集
人 22店舗
申 9月20日(金)(必着)までに往復はがきに必要事項(11面参照)・販売予定品目を記入し「〒181-8555ごみ対策課」へ(申込多数の場合は抽選)
問 同課 ☎内線2533
※自家用車での来場はご遠慮ください。

スポーツ

11月の小学校校庭開放(団体貸切)の予約受付

日 市ホームページでご確認ください
申 10月6日(日)~12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

スポーツチャンバラ教室

人 小学生以上
日 9月28日(土)午後1時30分~3時30分
所 井口コミュニティセンター
物 タオル、軍手、飲み物、室内履き
申 当日会場へ
問 西児童館 ☎0422-31-6039

フナ釣り大会

所 三鷹市釣魚連盟
人 在勤・在学を含む18歳以上の市民25人
日 10月6日(日)午前5時30分市役所本庁舎北側集合~午後5時30分市役所解散予定(雨天決行)
所 茨城県稲敷市浮島
¥5,500円(保険料を含む)
物 1.5mおよび3.0mの延さお(貸しとおあり)、餌(ミミズ・赤虫・ネリ餌)、仕掛け(ウキなど自由)、ビク、帽子、雨具、昼食、飲み物、スニーカー
申 9月29日(日)までに必要事項(11面参照)・貸しと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)
問 好野または三鷹市体育協会 ☎0422-43-2500(月曜日・祝日を除く)

50歳以上の初心者水泳講習会

所 三鷹市水泳連盟
人 在勤を含む50歳以上の市民20人
日 10月9日~30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、タオル、バスタオル、ロッカー代10円(返還式)
申 9月27日(金)(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」へ(申込多数の場合は抽選)
問 丸岡 ☎0422-47-1346(夜間のみ)、三鷹市体育協会 ☎0422-43-2500(月曜日・祝日を除く)

泳法講習会

50m以上楽に泳げる背泳ぎ
所 三鷹市水泳連盟
人 在勤・在学を含む中学生以上の市民20人(最少催行人数5人)
日 10月13日~11月10日の毎週日曜日午前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、

バスタオル、ロッカー代10円(返還式)
申 9月24日(火)(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」へ(申込多数の場合は抽選)
問 森 ☎03-3323-6320(夜間のみ)、三鷹市体育協会 ☎0422-43-2500(月曜日・祝日を除く)

第186回市民歩こう会

所 三鷹市スポーツ推進委員協議会
人 在勤・在学を含む16歳以上の市民60人
日 10月27日(日)午前8時20分三鷹駅南口デッキ集合、新宿駅~新宿御苑~神宮外苑~赤坂御所~迎賓館~(昼食)~永田町~午後2時30分ごろ皇居桜田門現地解散(雨天中止)
¥新宿御苑入園料200円(別途交通費が掛かります)
物 弁当、飲み物、敷物(シート)、タオル、ティッシュ、帽子、雨具、ごみ袋、リュックサック、スニーカー
申 10月4日(金)(必着)までに往復はがきに参加者全員の必要事項(11面参照)・性別・健康上気になることがあれば記入し「〒181-8505スポーツ振興課」へ(申込多数の場合は初めての方を優先後、抽選)
問 同課 ☎内線3326

第2回初心者硬式テニス教室

所 三鷹市テニス協会
人 在勤・在学を含む市民26人
日 11月7日~12月26日までの毎週木曜日午前10時~正午(全8回、予備日平成26年1月9・16日)
所 大沢総合グラウンド
¥5,000円(8回分)
物 ラケット、テニスシューズ
申 10月15日(火)(必着)までに往復はがきに必要事項(11面参照)・テニス歴を記入し「〒181-0013下連雀5-3-1-111三鷹市テニス協会藤瀬隆始」へ(申込多数の場合は抽選)
問 藤瀬 ☎0422-42-3282、三鷹市体育協会 ☎0422-43-2500(月曜日・祝日を除く)

三鷹市農業公園の体験農園秋冬野菜コース

ダイコン、ハクサイ、ブロッコリー、ホウレンソウなどを栽培。
人 10人(家族などの同伴不可)
日 9月28日(土)~12月中旬の原則土曜日
¥3,000円
申 9月21日(土)(必着)までに往復はがきに必要事項(11面参照)・性別を記入し「〒181-0004新川6-30-22 JA東京むさし三鷹緑化センター体験農園係」へ(申込多数の場合は抽選、応募は1人1通)
問 同センター ☎0422-48-7482

講座

三鷹市農業公園の体験農園秋冬野菜コース

ダイコン、ハクサイ、ブロッコリー、ホウレンソウなどを栽培。
人 10人(家族などの同伴不可)
日 9月28日(土)~12月中旬の原則土曜日
¥3,000円
申 9月21日(土)(必着)までに往復はがきに必要事項(11面参照)・性別を記入し「〒181-0004新川6-30-22 JA東京むさし三鷹緑化センター体験農園係」へ(申込多数の場合は抽選、応募は1人1通)
問 同センター ☎0422-48-7482

リサイクル市民工房の催し

人 各回8人
日 ①ハロウィンプレート作り=10月2日(水)、②テントウムシのブローチ作り=10月9日(水)、いずれも午後1時~3時30分
物 ①不要のCD、はさみ、②羊毛針、スポンジ(針を刺す台)
申 ①9月24日、②10月1日の火曜日(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

よく分かる・役立つ!パソコン教室

所 三鷹市シルバー人材センター
◆年賀状を作ろう「早めに自作の年賀状」(Windows7、Vista)
人 パソコンの基本操作ができる方8人
日 10月4~25日の毎週金曜日午後3時30分~5時30分(全4回)
¥7,000円(教材代を含む)
◆ワード初級「ワード意外に楽しい」(Windows7、Vista)
人 パソコンに触ったことがある方、マウス操作ができる方8人
日 10月7~28日の毎週月曜日午後1時~3時(全4回)
¥7,000円(教材代を含む)
◆エクセル初級「できる・実用エクセル」(Windows7、Vista)
人 ワード経験が多少ある方、文字入力ができる方8人
日 10月7~28日の毎週月曜日午後3時30分~5時30分(全4回)
¥7,000円(教材代を含む)
◆ゆうゆう教室(Windows7、Vista)
人 ワードの初歩的な操作ができる方8人
日 10月~12月の毎週①月曜日・②水曜日・③金曜日の午前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か月分前納、別途教材代が掛かります)
所 いずれも同センター
申 9月25日(水)(必着)までに往復はがきに必要事項(11面参照)・お持ちのOSを記入し「〒181-0004新川6-35-16三鷹市シルバー人材センター」へ(先着制)
問 同センター ☎0422-48-6721

男性料理教室「きのこの炊き込みごはんほか」

所 大沢住民協議会
人 24人
日 10月6日(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 10月3日(水)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

三鷹市山本有三記念館
人気投票による
スケッチコンテストを開催!
問 同館 ☎0422-42-6233
「あなたにとっての山本有三記念館」をテーマに募集したスケッチ作品を展示し、人気投票により入賞作品(最優秀賞1点、優秀賞2点)を決定します。みなさんのご来場と1票をお待ちしています。
日 9月28日(土)~10月6日(日)午前10時~午後6時(9月30日(月)を除く)
所 三鷹市公会堂さんさん館
◇入賞作品は10月17日(木)~12月28日(土)に、山本有三記念館に展示します。

2013 "AJINOMOTO Day"
親子ペアご招待
味の素スタジアムで開催されるJリーグディビジョン1第31節「FC東京対セレッソ大阪」に小学生親子ペアを招待します。
※座席はホーム自由席。
人 市内在住の小学生と保護者200組400人
日 11月10日(日)午後1時キックオフ
所 味の素スタジアム
申 10月7日(月)(必着)までに往復はがきに必要事項(11面参照)・お子さんの氏名と学年・保護者の氏名を記入し「〒181-8505スポーツ振興課」へ(応募は1組1通、申込多数の場合は抽選)
※チケットは当日会場で返信はがきと引き換えでお渡しします。申込者本人がお越しください。
問 FC東京 ☎042-488-6255(月~金曜日午前9時30分~午後5時)