

高齢者保養宿泊 助成のお知らせ

校外学習施設「川上郷自然の村」や指定の高齢者保養契約施設(右表28施設)に宿泊する場合、宿泊費の一部を助成します(市民保養所「箱根みたか荘」は、平成25年度をもって廃止しました)。

助成額は、年度(4月～翌年3月)につき1回まで、3,000円です。

市内在住の70歳以上の方

※介護保険の要介護1～5の認定を受けている方は、同行する介護者も助成します。

各施設に予約後、印鑑・本人確認ができるもの(保険証など)を持参し高齢者支援課(市役所1階13番窓口)へ

※介護認定を受けている方は、介護保険被保険者証と同行する介護者の印鑑も持参してください。

※団体申請の場合は、1週間ほどかかる場合もあります。

※代理申請の際は、助成を受ける方の印鑑と住所・電話番号・生年月日の情報が必要です。宿泊後には助成を受けられません。

同課 ☎内線2627

平成26年度 高齢者保養宿泊助成 契約施設一覧

施設名(都道府県・地名)	住所	電話番号
笹屋ホテル(長野県・戸倉)	千曲市大字戸倉温泉3055	026-275-0338
ホテル清風園(長野県・戸倉)	千曲市上山田温泉2-2-2	026-275-1016
ホテル平安(山梨県・石和)	笛吹市石和町川中島538	055-263-5811
かんぼの宿(山梨県・石和)	笛吹市石和町松本348-1	055-262-3755
山中湖秀山荘(山梨県・山中湖)	南都留郡山中湖村平野2505	0555-62-5481
ホテル神の湯温泉(山梨県・甲斐)	甲斐市竜地17	0551-28-5000
奥湯河原温泉 青鬱荘(神奈川県・湯河原)	足柄下郡湯河原町宮上679	0465-63-3111
ホテル城山(神奈川県・湯河原)	足柄下郡湯河原町城堀207	0465-63-0151
箱根 森のせせらぎ(神奈川県・箱根)	足柄下郡箱根町強羅1320-153	0460-82-5166
うたゆの宿 箱根(神奈川県・箱根)	足柄下郡箱根町小湧谷笛塚442-10	0570-783-026
うたゆの宿 熱海四季ホテル(静岡県・熱海)	熱海市梅園町21-7	0570-783-026
ホテルアンピア松風閣(静岡県・焼津)	焼津市浜当目海岸通り星が丘	054-628-3131
七滝温泉ホテル(静岡県・河津)	賀茂郡河津町梨本372	0558-35-7311
旅館 おおや(静岡県・伊豆)	伊豆市土肥746	0558-98-1108
堂ヶ島ホテル 天遊(静岡県・西伊豆)	賀茂郡西伊豆町仁科2962	0558-52-1234
ホテル銀水(群馬県・伊香保)	渋川市伊香保町伊香保557-23	0279-72-3711
かんぼの宿(群馬県・磯部)	安中市郷原22	027-385-6321
湯けむりの里 柏屋(栃木県・日光)	日光市川治温泉高原62	0288-78-0002
かんぼの宿(栃木県・塩原)	那須塩原市塩原1256	0287-32-2845
かんぼの宿(栃木県・喜連川)	さくら市喜連川5296-1	028-686-2822
鬼怒川グランドホテル 夢の季(栃木県・鬼怒川)	日光市鬼怒川温泉大原1021	0288-77-1313
かんぼの宿(茨城県・大洗)	東茨城郡大洗町磯浜町7986-2	029-267-3191
かんぼの宿(茨城県・潮来)	潮来市水原1830-1	0299-67-5611
かんぼの宿(埼玉県・寄居)	大里郡寄居町末野2267	048-581-1165
かんぼの宿(千葉県・鴨川)	鴨川市西町1137	04-7092-1231
かんぼの宿(千葉県・旭)	旭市仁玉2280-1	0479-63-2161
かんぼの宿(千葉県・勝浦)	勝浦市鶴原2183-5	0470-76-3011
かんぼの宿(東京都・青梅)	青梅市駒木町3-668-2	0428-23-1171
校外学習施設「川上郷自然の村」(長野県・川上村)	南佐久郡川上村大字原591-362	0267-97-3206

市民活動

みんなの 掲示板

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に則り検討します(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 ☎ 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(株式会社文工房)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。

5月4日発行号

原稿締切日 4月10日(木)

5月18日発行号

原稿締切日 4月22日(火)

いずれも午後5時まで

催し

小島由起夫写真展

しろがねGallery 4月7日(月)まで 午前11時～午後7時 同画廊 ☎ 同画廊 ☎ staff@shiroganegallery.com ☎ 同画廊 ☎ 43-3777

ぎやらり-由芽の催し

①浜田浄展 線画シリーズ(Prints 1977-1983)=4月20日(日)まで、②袖ふれあうも 堀尾貞治 第2期展=4月6日(日)～19日(土)、いずれも正午～午後7時 ☎ ①同画廊、②ぎやらり-由芽のつづき ☎ 期間中会場へ ☎ 同画廊 ☎ 47-5241

伊達佑介「うたのスクール」音楽会2014

☎ Davis ☎ 4月6日(日)午後1時30分～6時(1時開場) 同芸術文化センター 星のホール ☎ 当日会場へ ☎ 同事務局 ☎ 48-8013

本絹ちりめんで作られた千支(えと)とさがり祭り

☎ 一和会ちりめん教室 ☎ 4月10日(水)～16日(火)午前10時～午後4時 ☎ 一和工房(下連雀1-5-2亀井方) ☎ 期間中会場へ ☎ 亀井 ☎ 44-5094

NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹の催し

①情報セキュリティ・サポーター育成講座=4月10日～9月18日の月2回木曜日午後1時30分～4時(全12回)、②シニアに楽しいスマホ体験講座(初心者向け1回講座)=4月25日(金)午前10時から ☎ ①10人 ☎ ①三鷹市SOHOパイロットオフィス(下連雀3-27-1三協ビル3階)、②市民協働センター ☎ ①1,000円(1回、別途テキスト代が掛かります)、②1,200円 ☎ ①江草 ☎ yoshi@ml-club.ne.jp、②同人 ☎ 40-2663 ☎ FAX 40-2664(②は先着制) ☎ ①江草 ☎ 090-3241-7945、②同人 ☎ 40-2663

第108回井の頭かんさつ会「井の頭公園 花の観察会」

☎ 井の頭かんさつ会 ☎ 4月13日(日)午前10時から ☎ 井の頭公園 ☎ 300円 ☎ 同会 ☎ http://kansatsukai.net/ をご覧のうえ ☎ kapockmasa@jc5.so-net.ne.jp ☎ 大原 ☎ 090-6000-1214

アリスみたか定例会「ヨガでからだをほぐしましょう」

☎ アリスみたか「母子寡婦福祉会」 ☎ 4月13日(日)午後1時～3時 ☎ 福祉会館 ☎ 小学生以上100円 ※ ヨガ(午後2時から)は別途500円が掛かります。 ☎ フルタニ ☎ paamandayo@yahoo.co.jp ☎ FAX 41-8258 ☎ フルタニ ☎ 090-4713-5210

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 ☎ 4月15・29日の火曜日午前10時30分～正午 ☎ 牟礼地区公会堂 ☎ 500円(1回) ☎ 同 ☎ 090-4212-3307 ☎ FAX 43-6137 ☎ mitaka.ahaha@gmail.com

ココロとカラダにやさしいヨガ

☎ 三鷹メンタルヨガ ☎ 4月16・23日、5月14・21日の水曜日午前10時30分～11時50分 ☎ 三鷹駅前コミュニティセンター ☎ 1,500円(1回) ☎ 同 ☎ 戸田 ☎ 090-4915-9689 ☎ nuc-onyx1@hotmail.co.jp

ベビーマッサージの体験レッスン

☎ nitta ☎ 4月17・24日の木曜日午前10時～11時30分 ☎ 下連雀4丁目 ☎ 1,500円(1回、オイル代を含む) ☎ 同 ☎ 090-8111-1403 ☎ yk.nitt@gmail.com

キルターズ・ウェブ キルト作品展

☎ 4月17日(水)～20日(日)午前10時～午後5時 ☎ 芸術文化センター ☎ 期間中会場へ ☎ 同 ☎ 49-0328

第46回三鷹の歴史交流会「江戸時代牟礼村を潤した牟礼用水の流跡を尋ねる」

☎ 三鷹の歴史研究会 ☎ 同 ☎ 4月17日(日)午後1時井の頭公園西園入り口万動橋北詰東側集合(小雨決行) ☎ 300円(資料代、保険料を含む) ☎ 同 ☎ 飛田 ☎ 090-8689-9483(先着制、午後8時以降)

ハーブアンサンブル体験レッスン

☎ 三鷹ハーブクラブ ☎ 4月17日(木)午後2時～4時 ☎ 15人 ☎ 芸術文化センター ☎ 2,000円(教材代を含む) ☎ 同 ☎ 飛田 ☎ 090-8689-9483(先着制、午後8時以降)

撮った写真をきれいに残す一時間でできる手作りアルバム体験

☎ ル・ヴァンヴェール ☎ 4月18日(金)・23日(水)午前11時～午後0時30分 ☎ 各日4人 ☎ ギャラリーカフェ「テラス」(下連雀1-14-1) ☎ 1,500円 ☎ 写真10～15枚 ☎ 中野 ☎ nachi-0514@u01.gate01.com(先着制) ☎ 同 ☎ 71-1785

身体の不調を自分で治す健康体操自強術(じきょうじゅつ)無料講習会

☎ 自強術三鷹教室 ☎ 4月19日(土)午前10時30分～11時45分 ☎ 新川宿地区公会堂 ☎ バスタオル、体操のできる服装 ☎ 当日会場へ ☎ 堀 ☎ 45-3371(午後7時～8時30分)

火山灰の観察と宇宙のお話

☎ こども研・コンパスクラブ ☎ 4月19日(土)午後1時から ☎ 小学3～6年生の親子15組 ☎ 三鷹産業プラザ ☎ 同 ☎ 林田 ☎ 24-7500 ☎ FAX 24-7070(先着制)

25周年記念アカデミア歌謡コンサート

☎ 4月20日(日)午前11時15分開演 ☎ 三鷹市公会堂光のホール ☎ 当日会場へ ☎ 同 ☎ 45-2624

中学卓球OB会合同練習

☎ 三鷹市中学卓球OB会 ☎ 4月20日(日)午後3時～6時 ☎ 中学生以上

☎ 二小 ☎ 高校生以上100円 ☎ 当日会場へ ☎ 同 ☎ 池田 ☎ 080-5187-6506

「みたか街かど自立センター」ガレッジセール

☎ 4月22日(火)午後0時30分～2時 ☎ 当日会場へ ◆物産提供は夏物衣類と新品の食器やタオルのみ、セール当日を除く平日午前9時～午後5時 ☎ 同 ☎ センター ☎ 48-0648

オーガニックのアルガンオイルでヘアスプレー手作り講座

☎ firstdrop ☎ 4月23日(水)午前9時30分から ☎ 久我山ガーデnhilズ(牟礼2-18-46) ☎ 1,200円 ☎ 同 ☎ 津田 ☎ 080-3088-4272 ☎ smilers-fruits@parkcity.ne.jp

会員募集

小学生空手道(5月体験実施)

☎ 3月3日(日)午前10時30分～11時30分 ☎ 井小体育館 ☎ 月額2,200円 ☎ 同 ☎ 山森 ☎ 46-0160

三鷹人倶楽部麻雀部会(麻雀懇親会)

☎ 2月2日(日)午後1時～5時 ☎ 16人 ☎ 三鷹市公会堂さんさん館 ☎ 月額1,000円 ☎ 同 ☎ 草野 ☎ 090-1207-4196

大沢スポーツクラブ(小学生女子バレーボール)

☎ 毎週火・木曜日午後4時～6時30分(土・日曜日の活動あり) ☎ 大沢小など ☎ 月額2,000円 ☎ 同 ☎ 藤橋 ☎ 31-2748

リフレッシュヨガの会

☎ 毎週木曜日午前10時15分～11時45分 ☎ 牟礼コミュニティセンター ☎ 入会金2,000円、月額2,500円 ☎ 同 ☎ 夏山 ☎ 090-4743-2880

KIMONO倶楽部(着物着付け)

☎ 毎月第2・4水曜日午後1時30分～4時 ☎ 井の頭コミュニティセンター本館 ☎ 入会金1,000円、1回

700円 ☎ 同 ☎ 船田 ☎ FAX 22-2311

ラル・エクササイズ(50代からのエアロビクス)

☎ 毎週①火曜日、②金曜日午後1時30分～2時30分 ☎ 西社会教育会館 ☎ 入会金1,000円、月額4,000円 ☎ 同 ☎ 五十嵐 ☎ 32-2027 ☎ FAX 33-2280

チェリーズ(女性のための健康体操)

☎ 毎週月曜日午前10時30分～正午 ☎ 牟礼コミュニティセンター ☎ 入会金1,000円、月額1,750円 ☎ 同 ☎ 千葉 ☎ 49-4481

元NHKの体操のお姉さんによるシニア向け体操 なかよし会

☎ 毎週金曜日午後3時～4時 ☎ 三鷹駅前福祉住宅(下連雀3-8-13) ☎ 月額2,000円 ☎ 同 ☎ 中村 ☎ 33-9315

ダンスサークルファルコン

☎ 毎週木曜日午後7時30分～9時 ☎ 三鷹駅前コミュニティセンター ☎ ほか ☎ 入会金2,000円、月額3,000円 ☎ 同 ☎ 原田 ☎ FAX 042-309-3820

伝言板

むさしのみたか市民テレビ局第6期局員養成講座

☎ 4月12日～27日の毎週土・日曜日午後1時～5時 ☎ 同局、市民協働センター ☎ 2,000円(資料代) ☎ 同 ☎ 4月10日(日)までに同局 ☎ FAX 79-1434

月刊わがまちジャーナル 4月号地上11chで放送中

切り絵でつづる井の頭の四季(仮題) ほか

NPO法人むさしのみたか市民テレビ局 ☎ FAX 79-1434

☎ mmctv@parkcity.ne.jp ※ご意見、情報をお寄せください。