

# スポーツ

## グラウンドゴルフ大会

主催 連雀地区住民協議会  
 日 5月18日(日)午前10時～正午(雨天中止)  
 人 小学生以上の市民50人  
 所 南浦小校庭  
 物 運動靴  
 申 5月6日(休)～16日(金)に直接または電話で連雀コミュニティセンター ☎45-5100へ(先着制)

## 創立26周年ダンスの集い

主催 三鷹市ダンススポーツ連盟  
 日 5月18日(日)午後0時30分～4時40分  
 人 市内および近隣のダンス愛好者  
 所 第二体育館  
 料 700円  
 物 ダンスシューズ(ヒールカバー付き)  
 申 当日会場へ  
 問 羽根田 ☎44-1099、三鷹市体育協会 ☎43-2500(月曜日、祝日を除く)

## 太極拳無料体験会

主催 連雀地区住民協議会  
 日 5月21・28日の水曜日午前10時～11時40分(全2回)  
 人 市民  
 所 連雀コミュニティセンター  
 講 大野加須則さん  
 物 運動靴  
 ※スカートは不可。  
 申 当日会場へ  
 問 同センター ☎45-5100

## 第85回市民歩行力測定会

日 5月25日(日)午前9時30分～午後3時(雨天中止)  
 人 健康で運動できる方  
 所 井の頭公園(池周辺遊歩道)  
 申 当日会場へ(弁財天とひょうたん橋付近の2カ所で受付)  
 問 三鷹市体育協会 ☎43-2500(月曜日、祝日を除く)

## 第32回わんぱく相撲三鷹場所

主催 三鷹青年会議所  
 日 5月25日(日)午前10時から(9時30分集合。雨天決行)  
 人 在学を含む市内の4歳～小学生  
 所 市役所相撲場  
 物 着替え、タオル、弁当  
 申 5月12日(月)までに必要事項(11面参

照)・保護者名・学校名を同会議所事務局 FAX47-4804・wanpakumitaka@gmail.comへ  
 問 同会議所事務局 ☎46-4199(平日午後1時～5時)  
 ※小学4～6年生の優勝者は東京大会に出場します。

## 中高年の柔軟体操

主催 井の頭地区住民協議会、東社会教育会館  
 日 5月27日～6月17日の毎週火曜日午前10時～正午  
 人 市民40人  
 所 井の頭コミュニティセンター新館 講 セントラルスポーツ(株)  
 物 タオル、室内履き、飲み物  
 申 5月7日(休)～20日(火)に同センター本館へ(先着制)  
 問 同センター ☎44-7321

## リラクゼーションヨガ教室

日 6月4日～7月9日の毎週水曜日、1班＝午後6時15分～7時15分(6時から受付)、2班＝午後7時30分～8時30分(7時15分から受付)、全6回  
 人 在勤を含む40歳以上の市民各40人  
 所 第一体育館  
 料 1,200円  
 物 タオル、室内履き、飲み物  
 申 5月19日(月)必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)・性別・希望の班・あれば健康上気になることを「〒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3325

## 第8回ベッセルフェスト

◆種目 三鷹体操、フラダンス、パドルテニス、グラウンドゴルフ、ソフトバレーボール、健康体操  
 主催 ベッセルスポーツクラブ  
 日 6月8日(日)午前10時30分～午後4時30分(雨天決行)  
 所 高山小体育館  
 物 室内履き、タオル  
 申 当日会場へ  
 問 同クラブ(松谷) ☎41-8975

## ちびっこ水遊び教室

初めて水遊びをするお子さんから水遊びが大好きなお子さんまで、親子で楽しく水に慣れ親しむ教室です。  
 日 6月21日(土)・22日(日)1班＝午前9時30分～11時30分、2班＝午後2時～4時  
 人 4月1日現在3歳以上でおむつが取れ

ている、市内在住・在勤・在園のお子さんと保護者、1班あたり75組(3歳、4歳、5・6歳の各25組)、計2班(150組)  
 所 第二体育館屋内プール  
 料 1日につき250円(保護者のみ)  
 物 水着、バスタオル2枚、ロッカー代10円(返還式)、水泳帽(幼児のみ色分け。3歳児＝赤、4歳児＝黄、5・6歳児＝白)  
 申 5月19日(月)必着)までに往復はがき(1組1枚)で必要事項(11面参照)・生年月日・希望の班・あれば参加にあたって心配な点を「〒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

# 講座

## おひとりさまの老い支度講座

一人暮らしで寝たきりや認知症にな

る場合への備えを考えます。  
 主催 権利擁護センターみたか、三鷹市地域包括支援センター  
 日 5月21日(休)午後2時～4時  
 人 50人  
 所 井の頭コミュニティセンター  
 講 司法書士の稲岡秀之さん  
 申 問 権利擁護センターみたか ☎46-1203、西部地域包括支援センター ☎34-6536へ(先着制)

## リサイクル市民工房の催し

日 ①つまみ細工のアジサイ作り＝5月22日(休)、②アジサイプレート作り＝5月28日(休)、いずれも午後1時～3時30分  
 人 各回8人  
 物 ①裁縫道具、②不用のCD、はさみ  
 申 ①5月14日(休)、②20日(火)(いずれも必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)を「〒181-8555ごみ対策課」へ(申込多数の場合は抽選)  
 問 同課 ☎内線2533

# わんぱくサッカーフェスティバル

サッカーファン憧れの「味の素スタジアム」でプレーしよう!

主催 市、市教育委員会、三鷹青年会議所  
 日 6月22日(日)午後0時30分～5時(小雨決行)  
 所 味の素スタジアム  
 問 スポーツ振興課 ☎内線3326

## ①サッカークリニック・②ミニゲーム大会

①は、FC東京のコーチの指導を受けることができます。  
 人 いずれも在学を含む市内の①小学3・4年生80人(各学年40人)、②小学5・6年生144人



物 飲み物(水のみ)、①は名前を明記したボール1個  
 申 いずれも5月23日(金)必着)までに往復はがき(1枚1人)で必要事項(11面参照)・参加希望イベント名・保護者名・学校名・あれば所属チーム名を「〒181-8505スポーツ振興課」へ(申込多数の場合は抽選)

## アトラクション、スタンプラリー、お楽しみ抽選会

小さなお子さんも参加できます。  
 申 当日会場へ



※人工芝保護のためスパイクは使用不可。  
 ※内容は天候などにより変更する場合があります。  
 ※自家用車での来場はご遠慮ください。

# 休日・夜間・緊急時の診療はこちらへ

問 総合保健センター ☎46-3254

受診の際は、必ず健康保険証をお持ちください。

### ①休日診療所(内科・小児科)

午前10時～11時45分、午後1時～4時30分、午後6時～9時30分

### ②小児初期救急平日準夜間診療所(こども救急みたか)

午後7時30分～10時30分(受付は午後10時まで。平日のみ)

### ①②はいずれも三鷹市医師会館(野崎1-7-23)

☎24-8199

### ③休日歯科応急診療所

三鷹市総合保健センター(新川6-35-28) ☎46-3234  
 午前10時～午後0時15分、午後1時30分～4時  
 ※4月から受付時間を変更しました。事前に電話連絡のうえ、お越しください。

### ④休日調剤薬局

三鷹市医薬品管理センター(上連雀7-4-8) ☎49-7766  
 午前10時～午後4時30分、午後6時～9時30分

### ⑤医療機関案内(24時間)

◆三鷹消防署 ☎47-0119  
 ◆東京消防庁救急相談センター  
 短縮ダイヤル#7119(プッシュ回線のみ) ☎042-521-2323(多摩地区) ☎03-3212-2323(23区)  
 ◆東京都保健医療情報センター(ひまわり) ☎03-5272-0303  
 HP <http://www.himawari.metro.tokyo.jp/>

### ⑥市内救急指定病院

◆杏林大学医学部付属病院(新川6-20-2) ☎47-5511  
 ◆野村病院(下連雀8-3-6) ☎47-4848  
 ◆三鷹中央病院(上連雀5-23-10) ☎44-6161

