

休日・夜間・緊急時の診療はこちらへ 受診の際は、必ず健康保険証をお持ちください。 総合保健センター ☎46-3254

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(要予約) 午前10時～午後0時15分、午後1時30分～4時

④休日調剤薬局

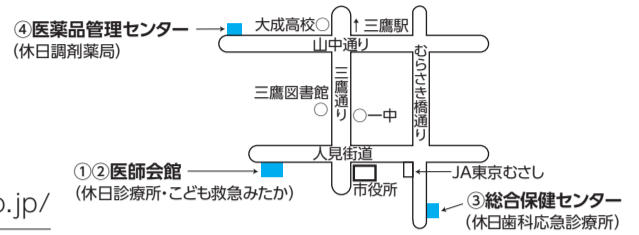
三鷹市医薬品管理センター(上連雀7-4-8) ☎49-7766 午前10時～午後4時30分、午後6時～9時30分

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 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



※①③④の受付は日曜日・祝日・年末年始です。

市民活動 みんなの掲示板

催し……主催者が市民・市内の団体/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)
伝言板……市内の医療・教育機関、公共機関などの催しやお知らせ
※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へ 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。

12月21日発行号 原稿締切日 11月25日(火)
1月1日発行号 原稿締切日 11月27日(木)
いずれも午後5時まで

催し

ぎやらりー由芽の催し
①小山正展 日々の果て…=11月23日(祝)まで、②上杉英・ドローイング・展=11月30日(日)まで、いずれも正午～午後7時(③30日は5時まで)
①ぎやらりー由芽のつづき、②同画廊 期間中会場へ 同画廊 ☎47-5241(木曜日休み)

親子でえいご広場ークリスマスソングスペシャル
①ナーサリー・ライムの会 11月18・25日の火曜日午前10時50分～11時20分 下連雀南浦地区公会堂 ☎親子800円(1回) ④ ☎久保 mother.goose.club.777@gmail.com

「レディースタイチー」女性のための優しい太極拳
こまくさ太極拳クラブ 11月18日(火)午後1時30分～3時 三鷹台団地第一集会所 ☎1,500円 ④ 那須 ☎090-7226-2718・baojian119@icloud.com

ラフターヨガプラスα講座(自分手紙を書く講座)
三鷹ラフタークラブ 11月19日(水)午前10時30分から 三鷹駅前コミュニティセンター ☎1,000円 ④ 櫻井 ☎090-4212-3307・mitaka.ahaha@gmail.com

ニューヨークシャドーボックス教室作品展
アトリエパーパームーン・アトリエリーフ 11月19日(水)～23日(祝)午前11時～午後6時(23日は4時まで) 美術ギャラリー 期間中会場へ 三浦 ☎090-5346-8043

尺八・大正琴でつづる歌謡・演歌・演奏会★
塚本尺八研究会 11月22日(土)午後1時30分～4時30分 社会教育会館 大正琴「かすみ草の会」主宰で師範の馬場満子さん 当日会場へ 塚本 ☎44-6250

子どものための遊びとたき火とフリーマーケットの「ティビーをたてて秋の子どもバザール！」
NPO法人子ども生活・ゆめこうば 11月23日(日)午前11時～午後3時 農業公園自由広場 当日会場へ、出店希望者は事前に同会 ☎34-0040

第52回井の頭わが街コンサート
井の頭わが街コンサートの会 11月23日(日)午後1時30分から(1時開場) 明星学園小中学校いちょうのホール ☎大人1,000円、高校生500円 室内履き 事前

に美容室ブカシェル(井の頭2丁目)、井の頭コミュニティセンター本館、セレスティヌ(井の頭3丁目)、井の頭地区公会堂、すけっちはうす(武蔵野市吉祥寺南町)でチケット購入 飛山 ☎44-1095

三鷹の歴史交流会第54回歴史探訪・甲州道中7日野宿～八王子横山宿
三鷹の歴史研究会 11月25日(火)午前10時立川多摩モノレール南線万願寺駅改札外集合(小雨決行) 25人 ☎500円(資料代、保険料) ④ 弁当 11月22日(土)までに矢崎 ☎31-1451(先着制)

油彩・水彩・ガッシュ勉強会★
芙蓉会 11月25日(火)午後1時～4時 西社会教育会館 調布市民力レジデンス教室講師の松本文夫さん 当日会場へ 伊佐野 ☎32-4739

墨彩画で年賀状に干支(えと)などの画を入れて描く★
三鷹墨画会 11月25日(火)午後2時～5時 上連雀新道北地区公会堂 画家で水墨画講師の西島雅博さん ☎300円(材料代) ④ 牧田 ☎48-7380

みたかサポステ・集中訓練プログラム説明会
NPO法人文化学習協同ネットワーク 11月26日(水)午後2時から 同法人(下連雀1-14-3) ④ みたか地域若者サポートステーション(丸山) ☎70-5067・☎29-9571

講座「自分の言葉で短歌を作る」生の証し、生活の記録として★
紫草(むらさき)短歌会 11月27日(木)午後1時30分～4時 新川中原コミュニティセンター 日本歌人クラブ会員の山口純さん ④ 小野 ☎03-3300-7552(当日参加可)

シニア向け紙飛行機製作講座
ハッピーグランパ倶楽部 11月27日(木)午後2時～5時 10人 福祉会館・第二体育館 ☎500円 ④ はさみ、大きめのカッターナイフ ④ 青井 ☎090-3682-8967・☎47-1595(先着制)

子育てコンビニカフェ祭！
NPO法人子育てコンビニカ 11月28日(金)午前10時～正午 みたかボランティアセンター ☎300円(茶菓子付き、別途ワークショップ代が掛かります) 当日会場へ 同法人 ☎41-7021

和布のちりめん干支(えと)の羊さんづくり
一和工房 11月28日(金)午前

10時～午後4時 同工房(下連雀1-5-2亀井方) ☎2,500円(材料費を含む) ④ 昼食、裁縫道具 ④ 亀井 ☎44-5094(当日参加可)

キッズヨガ
a.n.d.cafe 11月28日(金)(毎月第2・4金曜日)午後3時～4時 三鷹台団地集会所 ☎800円 ④ 森田 hanahana.2525.tomo@gmail.com

第115回井の頭かんざつ会「自然文化園で動物観察」
井の頭かんざつ会 11月29日(土)午前10時から 井の頭公園 ☎300円(入園料別途) ④ 同会 http://kansatsukai.net/ をご覧のうえ、☎ kapockmasa@jc5.so-net.ne.jp ④ 大原 ☎090-6000-1214

第6回三鷹いのちと平和映画祭(ドキュメンタリー映画)
三鷹いのちと平和カズドウ ① 11月29日(土)午後1時～6時30分、② 30日(日)午前11時～午後6時 沙羅舎(下連雀3-1-24) ☎1,500円、② 2,000円、①②通し券3,000円 ④ やさい村(下連雀3-6-25)・沙羅舎でチケットを購入または同会 ☎ info@mitakaff.com(当日参加可) ④ やさい村(大友) ☎47-6639

交通事故にあった猫たちのためのチャリティーコンサート
みたか123 11月30日(日)午後2時～7時 カフェギャラリー 宵待草(井の頭3-31-16) ☎2,500円(1ドリンク付き) 当日会場へ 同会 ☎090-7707-5070

NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹の催し
12月1日～22日の毎週月曜日① メール・インターネットからワード・エクセルまで(初級講座)＝午後1時15分～2時45分、②年賀状・ワード・エクセル・デジカメ(ステップアップ講座)＝午後3時10分～4時40分(いずれも全4回) 三鷹産業プラザ ☎1,500円(1回、別途テキスト代100円が掛かります) ④ 同法人 ☎40-2663・☎40-2664

第25回歌謡曲を楽しむ会
12月2日(火)午後1時45分～4時15分 芸術文化センター 当日会場へ 宮本 ☎042-473-8416

食廃油からのせっけんづくり
三鷹市消費者の会 12月3日(水)午後1時30分～3時 消費者活動センター ☎100円(資料代) ④ エプロン、あれば食廃油 当日会場へ 野中 ☎43-9829

ひと足早いクリスマスダンスパーティー
ダンスサークルファルコン ④

12月4日(水)午後7時～9時 三鷹駅前コミュニティセンター ☎500円 ④ 当日会場へ ④ 原田 ☎042-309-3820

ブロッコリーの支援プチバザー・8
マダムブロッコリー 12月5日(金)・6日(土)午前11時～午後4時(6日は3時まで) ④ スペースあんさんぶる(下連雀3-11-6) ④ 期間中会場へ ④ 齊藤 ☎080-6630-0420

ハンドベルクリスマスチャリティコンサート
ICU教会ジョイフルリンガーズ 12月6日(土)午後2時30分から 同教会 ☎500円、小・中学生100円 ④ 当日会場へ(未就学児入場不可) ④ 同教会事務所 ☎33-3323(午前10時～午後3時)

第20回やすらぎコンサート
仙川キリスト教会 12月7日(日)午後2時から 同教会 ☎大人1,500円、高校生以下500円 ④ 山岸 ☎03-3309-1788

やかまし村のクリスマス一人形劇とうたの会
日本福音ルーテル三鷹教会 12月7日(日)午後2時から 同教会 ④ 同教会 ☎33-1122

卓球レベルアップレッスン
三鷹卓球ジュニア 12月7日(日)午後3時～5時 小学生以上 ④ 四中 ☎100円 ④ 当日会場へ ④ 池田 ☎49-8214

お茶とおしゃべり、居場所「さとうさんち」
三鷹の居場所プロジェクト 12月9日(火)(毎月第2火曜日)午前10時～午後3時 同施設(上連雀2-7-5) ☎100円(飲み物代) ④ 当日会場へ ④ 黒須 ☎090-5819-5234

楽しく広がる語りの世界一参加型・二人語りのお話し会★
おはなしヨムヨム 12月12日(金)午後3時30分～4時15分 三鷹図書館(本館) ④ ストーリーテラーの末吉正子さん 当日会場へ ④ 堀 ☎30-2353

中国古典思想講座「墨子の説」★
漢詩のひろば 12月16日(火)午後1時30分～3時30分 社会教育会館 ④ 元國學院大學文学部講師の小笠原博慧さん ☎100円(資料代) ④ 加藤 ☎45-6302

会員募集
下連雀トリム体操クラブ ④ 毎週水曜日午前10時15分～正午 三鷹駅前コミュニティセン

ター ④ 入会金1,000円、月額2,500円 ④ 堀井 ☎41-5377(午前中)

ラル・エクササイズ(50代からのエアロビクス)
毎週火または金曜日午後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 ④ 五十嵐 ☎32-2027・☎33-2280

MVC(ママさんバレーボール)
毎週土または日曜日正午～午後3時 市内体育館 ☎ 月額3,000円 ④ 菊田 ☎32-9656

三鷹発明研究会
毎月第3日曜日午後1時30分～4時 市民協働センター ☎ 入会金1,000円、月額3,000円 ④ 眞保 ☎43-6961・☎72-9862

美どり会(詩吟)
毎週土曜日午前10時～正午 福祉会館 ☎ 入会金1,000円、月額500円 ④ 澤沢 ☎47-6405

歌陽会(カラオケ)
毎月第1～3火曜日午後1時～3時 大沢地区公会堂 ☎ 入会金1,000円、月額2,500円 ④ 永山 ☎31-6875

伝言板
台湾絵本作家 陳芳怡 原画展
(公助)アジア・アフリカ文化財団 11月23日(祝)～28日(金)午前10時～午後5時 ④ アジア・アフリカ図書館 ④ 期間中会場へ ④ 同法人(野村) ☎43-0536

アジア文化研究のいま
ICUアジア文化研究所 11月29日(土)・30日(日)午前10時30分～午後5時 同大学 ④ 期間中会場へ ④ 同大学 ☎33-3179

ICU Bell Peppersクリスマスコンサート
ICUハンドベルクラブ Bell Peppers 12月9日(火)午後7時20分から 同大学礼拝堂 ④ 当日会場へ ④ 同会 ☎090-5231-0203

野村病院公開講座「くち」一歯のこと、飲みごみのこと、栄養のこと
12月13日(土)午後1時30分～3時 同病院 ④ 同病院患者図書室 ☎47-4848

クリスマス演奏会：波多野睦美ほか
ICU宗教音楽センター 12月13日(土)午後3時から 同大学礼拝堂 ☎2,500円 ④ 当日会場へ ④ 同センター ☎33-3330