

「あなたに伝えたいこと」[DXな日々美(び)んちゃんの場合]の上映。
日6月16日(火)午後2時～4時45分
人300人
所台東区生涯学習センター(台東区西浅草3-25-16)
申東京都人権啓発センター ☎03-3876-5372へ(先着制)
問東京都産業労働局労働環境課 ☎03-5320-4649

お買物を楽しめる定期市

申当日会場へ
問買物支援本部事務局 ☎40-9669

◆**連じゃく朝市**
 数量限定の海鮮朝市丼や、新鮮野菜などを販売。蔵出し市も同時開催します。
日6月13日(土)午前9時～正午
所「魚鶴」前(下連雀6-6-71)
問魚鶴 ☎48-3131

◆あおやぎ市

消研だいいちとの共通イベントでスタンプラリーを行います。
日6月20日(土)(時間は各店舗の営業時間)
問三鷹新川一郵便局 ☎43-9973

◆消研だいいち

日6月20日(土)(時間は各店舗の営業時間)
問東葬祭 ☎76-5940

第16回市民が読む「太宰治作品朗読会」

日6月14日(日)午後1時～3時
所連雀コミュニティセンター
申当日会場へ
問同センター ☎45-5100、同協会(小谷野) ☎44-0981

介護者のための懇談会

日6月23日(火)午後1時～3時
人家族の介護をしている方、介護経験者

所福祉社会館
申当日会場へ
問三鷹市社会福祉協議会 ☎79-3505

深緑謡曲・仕舞大会(解説付き)
日7月4日(土)午前10時30分～午後3時
所社会教育会館
申当日会場へ
問同会(池内) ☎090-4839-4106



水中ウォーキング

日6月9・16日の火曜日午後2時～2時30分・3時～3時30分、7月3～31日の毎週金曜日午後3時～3時30分・4時～4時30分
人在学・在勤を含む16歳以上の市民30人
所第二体育館屋内プール
料プール入場料250円
物水着、水泳帽、タオル、バスタオル、ロッカー代10円(返還式)
申期間中会場へ(先着制)
問スポーツ振興課 ☎内線3324

連コミススポーツ塾

日6月13日(土)午後1時30分～4時
人小学生以上の市民(低学年は保護者同伴)
所連雀コミュニティセンター
申当日会場へ
問同センター ☎45-5100

シロギス船釣り大会

日6月14日(日)午前5時30分市役所前集合～午後5時30分市役所前解散(雨天決行)
人在学・在勤を含む18歳以上の市民および同連盟会員25人
所神奈川県金沢八景
料12,500円(乗船料、氷・餌代、保険料を含む)

物さお(無料貸しさお有り)、仕掛け(現地購入可)、帽子、あれば長靴、10ℓ程度のクーラーボックス、雨具、昼食、飲み物、酔い止め
日6月10日(水)までに必要事項(11面参照)・貸しさおの有無を同連盟(好野) ☎yoshino@ci.kagu.tus.ac.jp・☎090-1129-8190へ(先着制)

バドミントン技術講習会(初心者、初・中級者)

日6月14日(日)午前9時～午後4時(雨天決行)
人在学・在勤を含む高校生以上の市民40人
所第一体育館
料1,000円(保険料を含む)
物ラケット、室内履き
日6月10日(水)までに必要事項(11面参照)・所属クラブ・希望クラスを同協会(福井) ☎fukujinzuke@m.jcnnet.jpへ(先着制)
 ※加盟団体所属の協会員は各クラブ理事経由で申し込む。
問同協会(大能) ☎090-1762-6958

市民のための卓球教室

日6月20日、7月11日の土曜日午前9時45分～正午(9時30分から受付)
人在学・在勤を含む小学生以上の市民
所第二体育館
料300円、中学生以下200円
物ラケット、室内履き
日6月23日～7月14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
調セントラルスポーツ(株)の茅原草代さん
物タオル、室内履き、飲み物
日6月4日(木)に直接、または5日(金)から直接または電話で同センター本館 ☎44-7321へ(先着制)

中高年の柔軟体操

日6月23日～7月14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
調セントラルスポーツ(株)の茅原草代さん
物タオル、室内履き、飲み物
日6月4日(木)に直接、または5日(金)から直接または電話で同センター本館 ☎44-7321へ(先着制)

50歳以上の初心者水泳講習会

日7月1～15・29日の水曜日午前9時～11時(全4回)
人在学・在勤を含む50歳以上の市民20人
所第二体育館屋内プール
料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)
日6月15日(月)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)を「〒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)
問同連盟(丸岡) ☎maru.c1945@knh.biglobe.ne.jp・☎47-1346(夜間のみ)

第5回綱引き交流大会

日7月4日(土)午前9時～正午
人16歳以上の市民で1チーム6人以上(男女不問)、10チーム
 ※競技者は6人(監督・コーチと兼任可)。
所第一体育館
料1チーム1,000円(保険料を含む)
物Tシャツ(長袖)、ジャージ、室内履き、着替え、タオル、飲み物
日6月22日(月)(必着)までに申込書を直接または郵送・ファクスで「〒181-85

05スポーツ振興課」・☎45-1167へ(申込多数の場合は抽選)
問同課 ☎内線3325
 ※申込書、競技ルールは同課・第二体育館で配布。市ホームページからも入手可。

TOKYOウォーク2015(国分寺・府中エリア)

コースは約8km、約12km、約20km、ガイドウォーク(約5km)。
日7月11日(土)午前9時～午後4時
所武蔵国分寺公園ほか
料大人1,000円、中高生・75歳以上500円(当日参加者はそれぞれ500円加算)
日6月22日(月)までに同大会事務局 ☎03-5256-7855・☎http://www.tokyo-walk.jp/へ(当日参加可。小学生以下は当日参加のみ)

硬式テニスダブルス大会(市民体育祭)

申込区分は、①男子A、②男子B、③女子A、④女子B、⑤ミックスA、⑥ミックスB、⑦男子シニア、⑧男子グランドシニア、⑨男子・女子ジュニア(中学生)。
日①③⑦月12日、⑤⑦⑧月19日、④⑦月26日、⑨8月2日、⑥⑨8月9日、②8月16日、⑥本戦8月23日、予備日8月23日、9月27日、10月4日、いずれも日曜日午前8時～午後6時
人在学・在勤を含む中学生以上の市民(②④⑥は過去3年間同種目4位以内入賞者は参加不可。今年の12月末時点で⑦45歳以上、⑧60歳以上の方)
 ※⑤⑥を除き重複参加不可。
所大沢総合グラウンド、大沢野川グラウンド
料1組1,000円(⑨は500円)
日6月11日(木)午後6時～9時または13日(土)午前10時～午後1時に申込用紙と参加費を第一体育館へ(在学・在勤者は証明書などを提示)
 ※申し込みが7組以下の種目は実施を見送ります。
 ※申込用紙は同館で配布。三鷹市テニス協会ホームページ ☎http://www.mitakatennis.com/からも入手できます。
問同協会(村田) ☎43-8112(午後8時～10時)・☎mitakatennis.hp@gmail.com



大菊作り講習会

日6月14日(日)午後1時30分から
所JA東京むさし三鷹緑化センター
申当日会場へ
問同センター ☎48-7482

三鷹いきいきプラス 無料iPad体験会

iPadの基本操作を2日間で体験。
日6月16日(火)・18日(木)午前10時45分～午後0時45分
人おおむね55歳以上の市民で、iPad初心者・未経験者10人
所三鷹産業プラザ
日6月8日(月)以降の月・水・金曜日午前10時～午後4時に同会事務局 ☎70-5753へ(先着制)
 ※受講者は同会の会員になっていただきます(入会金・会費は無料)。

川上郷 自然の村

〒384-1406 長野県南佐久郡川上村大字原591番362
 ☎ 0267-97-3206
 FAX 0267-97-3207
 HP <http://www.sizennomura.jp/>
 [体育館・グラウンドなどを完備]

JRをご利用の方は、最寄駅(信濃川上駅)まで車で送迎します。宿泊申込の際にご予約ください。

三鷹市役所発着で、川上郷自然の村宿泊のバスツアーの参加者を募集しています。

◆**レタス収穫体験・ブルーベリー狩りツアー**
 生産量日本一の川上村のレタス収穫体験と、旬の果物の「ブルーベリー」狩り(食べ放題)を楽しめます。収穫したレタスはその場で食べられます。
日7月11日(土)＝午前8時市役所発～ブルーベリー狩り～ハイジの村着(昼食・見学)～自然の村泊、12日(日)＝午前8時15分自然の村発～レタス収穫～昼食～午後4時30分市役所着(1泊2日)
人40人(最少催行人数25人)
料大人15,800円から、小学生9,000円から、幼児3,000円から(交通費、宿泊費、食事代、保険料を含む。幼児の昼食と寝具が必要な場合は別途料金が掛かります)
申7月3日(金)までに川上郷自然の村 ☎0267-97-3206へ(先着制)
 ※高齢者保養宿泊助成が利用可能です。
 ※料金は、部屋のタイプにより異なります。

◆**宿泊のお申し込みは簡単です!**
〔宿泊受付〕 宿泊希望日の3日前までに電話(午前8時30分～午後7時30分)・ファクス・インターネットで
〔宿泊料金〕 大人3,500円から、小学生2,400円から(1泊2食付き)

◆**9月分の優先申込(団体分)**
 団体(15人以上)受付は、6月15日(月)午前8時30分から。ホームページから申込用紙を印刷し、必要事項を記入のうえファクスまたは電話で仮予約の後、郵送。