

泳法講習会

きれいに泳ごう！平泳ぎ

三鷹市水泳連盟
10月20日～11月17日の毎週火曜日
午後7時～9時(全5回)

在学・在勤を含む中学生以上の市民
20人(最少催行人数5人)

第二体育館屋内プール

¥4,000円(保険料を含む)

水着、水泳帽、ゴーグル、バスタオル、
タオル、ロッカー代10円(返還式)

10月6日(火)(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)

同連盟(宮崎) ☎090-9149-9129

第9回三鷹市長杯パドルテニス大会

種目は①一般男子ダブルス、②一般女子
ダブルス、③シニア男子ダブルス(60
歳以上)、④シニア女子ダブルス(55歳以
上)、⑤ジュニア(小・中学生で学年クラス
分け)、⑥初心者体験コーナー。試合はリー
グ戦(参加者数により変更の場合あり)。

三鷹市ベッセルスポーツクラブ

10月24日(土)午前9時～午後6時

在学・在勤を含む市民32組

第一体育館

¥300円(⑤のみ150円。いずれも1人当
たり)

9月21日(祝)から申込用紙を「〒181-
0002牟礼6-24-35-107鈴木ひとみ」・
FAX42-1203へ(先着制)

同会(鈴木) ☎42-1203

※申込用紙はスポーツ振興課、第二体
育館、市ホームページから入手可。

吉田光世さん

¥700円

必要事項(11面参照)をミタカフェ
mitacafe@mitaka.ne.jpへ(先着制)
(株)まちづくり三鷹 ☎40-9669

よくわかる・役立つパソコン教室

三鷹市シルバー人材センター

①インターネットで探そう「これは便利!
買い物、探しもの、調べものetc.&メール」
=10月2～23日の毎週金曜日午後3時30
分～5時30分(全4回)、②パワーポイント
「パワポってこんなに楽しい、アルバムか
らプレゼンまで、ちょっと自慢のテクニッ
ク」=10月5～26日の毎週月曜日午後1時
～3時(全4回)、③エクセル応用「エクセル
挫折の絶対参照、VLOOKUP関数をクリ
ア。この山を越えれば格段に使いやすくな
ります!」=10月5～26日の毎週月曜日
午後3時30分～5時30分(全4回)、④ゆう
ゆう教室「ワードまたはエクセルを自習し
ながらマイペースで学びます」=10～12
月の毎週月・水・金曜日の午前10時～正
午または金曜日午後1時～3時(希望の曜
日、時間帯を選択、いずれも月4回)

①～③ワードが多少できる方、④ワー
ドまたはエクセルが多少できる方、各8人

同センター

①～③7,000円(教材代を含む)、④
月額5,000円(3カ月分前納、別途教材
代が掛かります)

USBメモリー
9月25日(金)(必着)までに往復はがき
で必要事項(11面参照)・お持ちのOSを
「〒181-0004新川16-35-16三鷹市シル
バー人材センター」へ(先着制)

同センター ☎48-6721

三鷹まちづくりフォトコンテスト

応募操作のための講習会

アップロードの方法などを学びます。

10月6日(火)午前10時～正午

15人

三鷹産業プラザ

応募したい作品の画像データ

9月24日(木)から必要事項(11面参
照)を(株)まちづくり三鷹 ☎40-9669・
photo@mitaka.ne.jpへ(先着制)

同センター ☎48-6721

リサイクル市民工房の催し

①滑り止めで作るマット作り=10月
8日(木)、②おしゃれなショール作り=10
月14日(水)、いずれも午後1時～3時30分
各回8人

①大きな網目の滑り止め1枚、毛糸
(並太か極太)、かぎ針8号、②フェルト
60×60cm、毛糸(極太か並太)2個、編
み針5号、裁縫道具

①9月30日(水)、②10月6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
(いずれも申込多数の場合は抽選)

同課 ☎内線2533

子育て世代のための

料理の基本教室

保育

だし汁、煮魚、ごまあえなど料理の
基本を学びます。

10月10日(土)午前10時30分～午後1
時(10時15分から受付)

24人、保育8人

三鷹市コミュニティセンター

¥500円

エプロン、三角巾、手ふきタオル

直接または電話で同センター ☎
45-5100へ(先着制)

学習講座「平家物語」

三鷹市コミュニティ協議会、社会教育会館

10月13・27日、11月10～24日の火
曜日午後2時～4時(全5回)

在学・在勤を含む市民90人

三鷹市コミュニティセンター

立正大学名誉教授の山下正治さん

¥200円(資料代)

10月2日(金)～11日(日)に参加費を同セ
ンターへ(先着制)

同センター ☎45-5100

ことばと文化講座・韓国コース

三鷹国際交流協会

10月14日～12月16日の毎週水曜日

午前10時～11時30分(全10回)

20人(最少催行人数10人)

同協会

東京女子大学講師の姜勝薫(カンスン
フン)さん

¥10,000円(教材代を含む)

10月6日(火)までに直接または電話、
ホームページで同協会 ☎43-7812・HP
http://www.mishop.jp/へ(先着制)

園芸寄せ植え講習会

三鷹市コミュニティ協議会

10月14日(火)午後1時～3時30分

市民20人

三鷹市コミュニティセンター

園芸家の八原ダリさん

¥2,000円

スコップ、持ち帰り用袋(30cmほ
どの鉢が入るもの)、筆記用具

9月27日(日)～10月6日(火)に参加費を
同センターへ(先着制)

同センター ☎45-5100

第1回市民講座

「介護保険 はじめの一步」

10月14日(火)午後2時～3時30分

市民30人

特別養護老人ホームみたか紫水園

同センター ☎40-7204へ(先着制)

地域支援セミナー「兄からみた「発達障害」一オトンとオカンと弟と。ときどきボクと。」

10月17日(土)午前10時30分～午後0
時30分

課題があるお子さん、障がい児(者)
がいる家族や市民50人

三鷹市コミュニティセンター

10月14日(火)までに必要事項(11面
参照)あれば講師への質問を北野ハピネ
スセンター ☎48-6331・FAX43-0304へ



ファブセミナー「第4弾 電子ミシン編—電子ミシンでオリジナルイラストを刺しゅうしよう！」

10月1日(木)午後1時～4時

電子ミシン初心者8人

三鷹産業プラザ

(株)ウッドボックスの小俣玲子さん、

三鷹ネットワーク大学 夏・秋学期受講者募集中!

三鷹ネットワーク大学

NPO法人三鷹ネットワーク大学推進機構

〒181-0013 下連雀3-24-3三鷹駅前協同ビル3階

☎40-0313 FAX40-0314 HPhttp://www.mitaka-univ.org/

開館時間：火～日曜日、午前9時30分～午後9時30分(日曜日は5時まで)

休館日：月曜日・祝日

- ★基礎講座
★★★応用講座
★★★★専門講座

三鷹ネットワーク大学企画サロン

みたか星空散歩—10月の星空解説 ★

9月29日(火)午後7時～8時30分 50人 当日同大学へ(先着制)

三鷹市星と森と絵本の家／三鷹ネットワーク大学共催講座

おとな絵本ラウンジ 絵本を深く知るレクチャーシリーズ10

「作家を知るためのワークショップ

絵本『きこえる?』の作者はいじまのぶひこさんと一緒につくる本! ★

10月11日(日)午後1時～4時30分 30人

三鷹市コミュニティセンター ¥1,000円(別途材料代300円)

三鷹経営コンサルタント協会寄付講座

心理学実践講座—しなやかに自分自身の人生を生きる2

「イメージ・インタビューによる自己理解」 ★

11月1日(日)午後1時30分～4時30分(ワークショップ形式) 20人

三鷹市コミュニティセンター・メイウッド室長の服部治夫さん

¥600円(材料代を含む)

はさみ、のり、筆記用具、切り抜き用雑誌・写真(カラージュの素材)

三鷹ネットワーク大学企画講座

「キャリア・カウンセリング」—幸せに生きるためにカウンセリング

を受けてみませんか 11月 ★

11月8日(日)午後1時～3時20分 10人 ¥1,000円

9月24日(木)午前9時30分～10月30日(金)午後5時に申込書を直接または郵
送、ファクス、ホームページで同大学へ(先着制)

※特記記載のないものは9月24日(木)午前9時30分から申込書を直接または郵送、ファ
クス、ホームページで同大学へ(先着制) 同いずれも同大学

※受講の申し込みには受講者登録が必要です。講座の詳細や受講者登録については、
ホームページまたは同大学へお問い合わせください。

三鷹ネットワーク大学「民学産公」協働研究事業 中間報告会

正会員・賛助会員の大学・企業など9団体と行っている協働研究事業(実証
実験)の中間報告会です。

9月25日(金)午後3時～5時40分(入退場自由) 30人 同大学

当日会場へ(先着制) 同大学 ☎40-0313

三鷹ネットワーク大学開設10周年記念シンポジウム

「三鷹の地域力の創生—2025年問題をにらんで」

コーディネーターはルーテル学院大学教授の市川一宏さん、提案者は
三鷹ネットワーク大学理事長の清成忠男さん、三鷹市健康福祉審議会会長の
角田徹さん、杏林大学医学部教授の岡島康友さん、国際基督教大学教授の西尾隆さん、みたか市民協働ネットワーク副代表理事の宮川齊さん、NTT研究企画部門主幹研究員の東正造さん、市健康福祉部長ほか。

10月3日(土)午後2時～5時 60人 三鷹ネットワーク大学

当日会場へ(先着制) 三鷹ネットワーク大学 ☎40-0313

杏林大学・三鷹ネットワーク大学共催

「地(知)の拠点整備事業」無料講演会

「生きていることば 社会言語学の魅力に迫る！」

杏林大学が三鷹市、八王子市、羽村市と連携して行う文部科学省
「地(知)の拠点整備」事業「杏林CCRC」の一環として行うものです。

10月31日(土)午後2時～3時30分(1時30分開場) 100人

三鷹ネットワーク大学

杏林大学外国語学部准教授の八木橋宏勇さん

当日会場へ(先着制) 杏林大学広報・企画調査室 ☎44-0611