



みたかスポーツインフォメーションを発行します

市のイベントやスポーツ教室、市民体育施設についての情報を掲載した小冊子を、市内公共施設(市立図書館・社会教育会館・市政窓口など)で4月中旬から配布します。くわしくはスポーツ振興課へお問い合わせください。

☎同課 ☎内線3324

市民のための卓球教室

☎三鷹市体育協会、三鷹市卓球連盟
 日 4月9日、5月14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

¥ 300円、中学生以下200円

物 ラケット、室内履き

申 当日会場へ

☎同連盟(八木) ☎44-4828

連コミススポーツ塾 パドルテニス

☎連雀地区住民協議会

日 4月9日(土)午後1時～4時

人 市民

所 連雀コミュニティセンター

申 当日会場へ

☎同センター ☎45-5100

ピラティス体験講座

☎井の頭地区住民協議会

日 4月14・21日の木曜日午前10時15分～正午

人 市民20人

所 井の頭コミュニティセンター新館

講 ピラティストレーナーの小田島夏希

さん

物 室内履き、タオル、飲み物

申 日 4月13日(水)までに直接または電話で同センター本館 ☎44-7321へ(先着制)

①少年・少女相撲教室、②第34回わんぱく相撲三鷹場所

☎三鷹市相撲連盟、②三鷹青年会議所、同実行委員会

日 ①4月17日(日)午前9時30分～11時(9時集合。小雨決行)、②5月1日(日)午前9時30分から(9時集合。雨天決行)

人 ①市内の5歳～小学生25人、②市内の4歳～小学生

所 市役所内相撲場

物 ①タオル、飲み物、②着替え、タオル、弁当

申 ①4月15日(金)までに必要事項(11面参照)・学校名・性別・保護者名を同連盟 ☎mitaka-sumo@outlook.comへ(先着制)、②4月8日(金)～20日(水)に同会議所ホームページ ☎http://jci-mitaka.com/へ

☎①三鷹市体育協会 ☎43-2500(日・月曜日、祝日を除く午前10時～午後5時)、②同会議所事務局 ☎46-4199

第59回三鷹市陸上競技選手権大会兼記録会

☎三鷹市陸上競技協会、三鷹市体育協会

日 5月5日(祝)午前9時～午後5時(雨天決行)

人 在学・在勤を含む小学生以上の市民700人

所 味の素スタジアム西競技場(調布市西町376-3)

¥ ①小学生=500円(記録証代を含む)、②中学生=1種目600円、2種目1,000

円、③高校生=1種目1,000円、2種目1,500円、④一般=1種目2,000円、2種目3,000円、⑤リレー=1チーム2,000円。②～⑤記録証は別途1種目につき300円(当日申し込みの場合は500円)

申 日 4月9日(土)・10日(日)午後1時～4時30分に申込用紙と参加費を第一体育館へ。または4月10日(必着)までに現金書留もしくは定額小為替で「〒165-0035中野区白鷺1-7-16-301新井田幸三」へ(先着制)

※申込用紙は三鷹市陸上競技協会ホームページ ☎HP http://mitakatf.net/または三鷹市体育協会ホームページ ☎HP http://www.mitaka-taikyo.com/で入手可。

☎東京陸上競技協会(新井田) ☎03-3330-2794

合気道初心者体験講習会

☎三鷹市体育協会、三鷹市合気道連盟

日 5月7日(土)午後4時～5時

人 在学・在勤を含む8歳以上の市民15人
 所 第二体育館

申 当日会場へ(先着制)

☎同連盟(鈴木) ☎090-8045-5748(日中のみ)



第2回大菊作り講習会

挿し芽、発根までの管理、小鉢上げ、三本立ての摘芯など。

日 4月10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(農業公園内)

講 三鷹菊友会のみなさん

物 作業に適した服装

申 当日会場へ

☎同センター ☎48-7482

※自家用車での来場はご遠慮ください。

栄養料理教室「イタリアンでおもてなし」

☎大沢住民協議会

日 4月15日(金)午前10時～午後1時

人 24人

所 大沢コミュニティセンター

講 栄養士の奈良理香子さん

¥ 500円

物 エプロン、三角巾、筆記用具

申 同センター ☎32-6986へ(先着制)

農業公園の催し

日 ①夏野菜のつくりかた相談=4月18日(月)～5月5日(祝)午前9時～午後5時、②夏野菜苗物の植え付け講習会=4月23日(土)午後1時30分～3時(雨天の場合は翌日に順延)

物 ②作業に適した服装(長靴など)

申 当日会場へ

☎JA東京むさし三鷹緑化センター ☎48-7482

※②自家用車での来場はご遠慮ください。

三鷹いきいきプラス 無料iPad体験会

日 4月19日(火)・21日(水)午前10時45分～午後0時45分(全2回)

人 おおむね55歳以上で、iPad初心者または未経験者の市民10人

所 三鷹産業プラザ

物 あればiPad

申 日 4月4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)。

平成28年度 高齢者肺炎球菌ワクチン接種費用の一部助成

☎ 総合保健センター ☎46-3254

日 29年3月31日(金)まで

人 過去に接種を受けたことがない市民で、①29年3月31日までに65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方、②接種日当日60歳以上65歳未満の方のうち、心臓・腎臓・呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障がいや、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある方

所 市内協力医療機関(下表)

※武蔵野市、調布市の協力医療機関でも接種できます(武蔵野市で接種の場合は、同センターで発行する予診票が必要)。

¥ 自己負担金5,000円(医療機関で支払い)

申 健康保険証など年齢や住所を確認できるものを医療機関に提示し、所定の予診票を記入して接種を受けてください(検温や診察の結果により、接種できない場合があります)

※下表のうち★は予約不要。それ以外は要予約。

※生活保護受給世帯・中国残留邦人等支援給付受給世帯の方は、自己負担金が免除されます。生活福祉課(市役所2階21番窓口)で交付する免除用予診票と保護受給等証明書を医療機関へお持ちください。

医療機関	電話番号
下連雀	
173総合内科クリニック ★	26-5173
今給黎整形外科クリニック	26-5320
角田外科消化器科医院	45-3251
片平内科クリニック	79-0271
鎌田医院	43-4621
かんの内科	40-5022
くぼかわ内科医院	24-7353
サウスポイントMYクリニック	46-7851
サンクリニック三鷹	44-5660
篠原病院	46-2251
下田医院	44-3710
第一医院	43-8636
高松メディカルクリニック ★	70-1035
のぞみメモリークリニック	70-3880
野村病院	47-4848
平嶺医院	43-2838
堀メディカルクリニック	70-5112
三木クリニック	71-7001
三鷹痛みのクリニック	79-2103
三鷹第一クリニック	46-4141

医療機関	電話番号
下連雀	
みたか中村脳神経外科クリニック	40-5070
三鷹病院	47-0800
みたかヘルスケアクリニック	40-0102
三鷹南口内科	43-2122
みなみうら生協診療所	48-4121
むさし野さいとうクリニック	70-1071
武蔵野病院	47-1000
渡辺こどもクリニック	41-1550
牟礼	
しんかわ医院	70-5711
天神前クリニック	71-8191
本田医院	43-8310
むれクリニック	44-1739
牟礼高山診療所	70-4976
山本医院	43-6410
横内医院	43-0910
井の頭	
石井医院	44-3090
岡庭医院	43-8367
慶真整形外科	79-7600

医療機関	電話番号
井の頭	
笹本医院	44-5802
下川整形外科	43-5933
高水クリニック	76-1232
藤林医院	43-4322
松川内科クリニック	70-5525
牟礼の里駅前クリニック	40-6054
若林医院	43-0526
中原	
鈴木クリニック	46-1066
北野	
いりえ内科クリニック	03-5314-3577
まさ整形外科	70-6670
新川	
川越内科クリニック	24-2231
所澤クリニック	76-6055
新川クリニック ★	43-0123
ゆうあいクリニック	41-6611
上連雀	
浅野クリニック	46-5512

医療機関	電話番号
上連雀	
岩崎医院	44-1535
うちほら内科クリニック	40-6180
小島内科クリニック	45-1210
篠原医院 ★	45-1859
高山医院	43-0700
松崎整形外科医院	48-3151
三鷹医院	47-7775
三鷹中央病院	44-6161
井口	
ヨシコクリニック	32-5517
深大寺	
あかいしクリニック	39-5941
野崎	
野崎医院	31-8373
萩原医院	31-1500
大沢	
奥田医院	32-8151
天文台クリニック	30-7929
長谷川病院	31-8600
八幡診療所	31-8092