

2・3歳児と保護者の
すくすく運動教室

回5月25日～6月22日の毎週水曜日・6月11日(土)①午前9時30分～10時30分、②午前10時45分～11時45分(全6回)

人 在勤を含む市内の平成24年4月2日～26年4月1日生まれのお子さんと保護者、各25組

所 第二体育館

講 NPO法人あそび環境Museumアフタフ・バーバンのみなさん

料 1組1,200円

物 室内履き、タオル、飲み物

申 5月6日(金)(必着)までに往復はがきでお子さんと保護者の必要事項(11面参照)・性別・希望回・保護者の続柄・参加者の体調を「〒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

三鷹市野球連盟夏季大会
申し込みと主将会議

主 同連盟

回 6月5日(日)から夏季期間の毎週日曜日

人 在学・在勤を含む16歳以上の都民(学校の野球部在籍者は除く。チーム所在地・チーム責任者の所在は市内)

申 5月14日(土)午後4時～6時30分に一般の部・壮年の部とも①申込書(選手登録名簿12～20人)、②大会参加料1チーム11,000円、③今年度未登録チームは年間登録料1チーム10,000円、一般の部は④東京都登録料1人600円(今年度未登録選手)を第一体育館へ。申込書は4月19日(火)から三鷹市体育協会(第一体育館内)で配布(春季大

会登録チームには郵送)

※主将会議を5月18日(水)午後6時30分から福祉会館で開催します。

問 同連盟(山中) ☎ 33-5080(日中のみ)

ストレッチ教室

回 6月7日～7月12日の毎週火曜日午後7時～8時30分(全6回)

人 在学・在勤を含む16歳以上の市民40人

所 第一体育館

料 1,200円

物 室内履き、タオル、飲み物

申 5月9日(月)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)・性別・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3326

スポーツフェスティバル・
市民駅伝大会の開催日程

◆第65回市民体育祭「みたかスポーツフェスティバル」

回 10月9日(日)

◆第25回三鷹市民駅伝大会

回 11月20日(日)

※くわしくは今後の「広報みたか」や市ホームページなどでお知らせします。

問 スポーツ振興課 ☎ 内線3324



ミタカフェセミナー「フリーランス
のための営業術 実践トーク編」

回 4月28日(木)午後3時～5時

人 フリーランスのクリエイター、小規模事業者20人

所 三鷹産業プラザ

講 コミックエッセイ作家のたかざりょうこさん

料 500円

申 必要事項(11面参照)をミタカフェ ☒ mitacafe@mitaka.ne.jpへ(先着制)

問 ㈱まちづくり三鷹 ☎ 40-9669

リサイクル市民工房の催し

回 ①カルトナーージュのパスケース作り＝5月4日、②馬のメジャー入れ作り＝11日、③羊毛ピンククッション作り＝18日、いずれも水曜日午後1時～3時30分

人 各12人

物 筆記用具、①好みの布(1～3種)10×15cm3枚、厚紙(1mm厚)A5サイズ程度、接着剤、はさみ、②布30×30cm、フェルト(鞍用)少々、刺しゅう糸、スパンコール少々、メジャー(丸型手芸用、直径5cm程度)1個、裁縫道具、③羊毛、羊毛針、スポンジ、かぎ針5～7号、毛糸(並太程度)1玉、はさみ

申 ①4月26日(火)、②27日(水)、③5月10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

母の日フラワーアレンジメント
講習会

回 5月5日(祝)午前10時30分～正午

人 20人

所 JA東京むさし三鷹緑化センター(農業公園内)

料 1,000円

申 問 4月18日(月)午前9時から直接または電話で同センター ☎ 48-7482へ(先着制)

子どもと絵本ボランティア講座 保育

回 5～10月の金曜日午前10時15分～午後0時15分(講義など9回。7～10月は自主活動と実習も)

人 30人、保育(1歳以上)10人

所 三鷹駅前コミュニティセンター

申 4月20日(水)午後1時30分から申込用紙を星と森と絵本の家 ☒ 39-3402へ(先着制)

問 同施設 ☎ 39-3401

よくわかる・役立つ!パソコン教室

主 三鷹市シルバー人材センター

回 ①エクセル応用＝5月6～27日の毎週金曜日午後3時30分～5時30分(全4回)、②触ってみようパソコン＝5月9・16日の月曜日または20・27日の金曜日午前10時～正午(全2回)、③ワード活用＝5月9～30日の毎週月曜日午後1時～3時(全4回)、④インターネット&メール＝5月9～30日の毎週月曜日午後3時30分～5時30分(全4回)、⑤ゆうゆう教室＝5～7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)

人 ①エクセルが多少できる方、②パソコンが初めての方、③ワードが多少できる方、④文字入力ができる方、⑤ワードまたはエクセルが多少できる方、各6人

所 同センター

料 ①③④7,000円、②3,000円、⑤月額5,000円(3カ月分前納)

※⑤のみ別途教材代が掛かります。

物 USBメモリ

申 4月26日(火)(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6-35-16三鷹市シルバー人材センター」へ(先着制)

問 同センター ☎ 48-6721

三鷹ネットワーク大学 春学期受講者募集中!

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・☒40-0314

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(入館は9時まで/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—5月の星空解説 ★

回4月28日(木)午後7時～8時30分 人50人 申当日会場へ(先着制)

三鷹ネットワーク大学企画講座

誰でもできる! 起業入門 5月 ★

回5月14日(土)午後2時～5時 人10人

講SOHO CITYみたか推進協議会会長の前田隆正さん 料500円(飲み物付き)

NPO法人みたか都市観光協会企画講座

大人のための音読講座(ワークショップ付朗読会)

三鷹ゆかりの作家・作品たち(42)

—古厩志津子の作品「はるさんの日記」より その1 ★

回5月18日(水)午前10時30分～午後0時30分 人10人

講フリーアナウンサーで朗読家の原きよさん 料市民1,600円、一般2,000円

科学宅配塾企画講座「もっと科学に親しもう! 4」

地震観測で探る地下のようす ★

回5月19日(木)午後7時～8時30分 人50人

講防災科学技術研究所地震津波防災研究部門主任研究員の浅野陽一さん

料500円

NPO法人みたか都市観光協会寄付講座

三鷹「通」養成講座—JR三鷹車両センター見学 ★

回所6月9日(木)午前10時 上連雀すずかけ児童遊園(上連雀3-16-1)集合(9時30分から受付)～正午現地解散

人10人 料500円

申4月19日(火)午前9時30分～5月11日(水)午後5時に申込書(勤務先を追記)を直接または郵送、ファクス、ホームページで同大学へ(申込多数の場合は市民を優先して抽選)

※鉄道関係者の参加はご遠慮ください。

申特に記載のないものは4月19日(火)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)

問いずれも同大学

※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。

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

☒ 0267-97-3207

HPhttp://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。

◆川上郷自然の村・山菜採りツアー

回5月22日(日)・23日(月)

※1日目＝午前8時30分市役所発～11時30分高登谷高原着(昼食)～午後1時30分山菜採り～4時30分自然の村着、2日目＝午前8時自然の村発～8時45分金峰山荘ふれあいの森着、山菜採り～11時30分昼食～午後0時30分金峰山荘発～4時30分市役所着

人40人(最少催行人数35人)

料大人16,800円から、小学生10,000円から、幼児4,000円から(交通費、宿泊費、食事代4回分などを含む。幼児の昼食・寝具代は含みません)

※料金は、申込人数や部屋のタイプにより異なります。

申5月8日(日)までに川上郷自然の村 ☎ 0267-97-3206へ(先着制)

三鷹俳句会

三月の秀歌

飛び越せるほどの川幅 蘆の角
溜息もいつしよに入れる紙風船
あしかびや古代神話の神若く
帆船に風を預けて 蘆の角
蘆の角そろそろ起きる利かん坊
雛人形一重まぶたの愁いかな
阿礼の語る 蘆の角組む黎明期
古利より水脈縷々と 蘆の角
春の宵模型電車は終点に
煌めける朝日に 蘆の角
落椿また落椿 仙のみち
寺街に鈴切る音や 涅槃西風
泥あげて小魚逃げ込む 蘆の角

三鷹短歌会

三月の秀歌

日々続くリハビリに疲れると思いきや友のできる楽しみもあり
わが誕生日何気に多い大事件が忘れもしない阪神大震災
診断は「パーキンソン病」冷静な医師のことばに目の前真っ暗
生徒らは互みに声をかけ合ひて テニスコートに朝練をする
右折せしバスより見ゆる白きもの 霞かと思へば満開の梅
公園の落葉の中の福寿草 ぱつぱつりと黄色ひかれり
節分に施設で豆まき 鬼退治鬼おどろけ 皆が笑ふ
ようやくに五年日記が手に入り 二ヶ月遅れで今日書きはじむ

酒井登志子

大貫久和

松村美恵子

田代菖子

横井朝子

八島靖夫

小原和夫

大平牧子

山ツヤ子

宮澤雅子

田山光起

種市与作

飯田六斗

根岸操

今田和生

山田みちを

宮川ひとし

三矢恵啓

新井一枝

皆川節子

寺岡美ゆ毘

市外局番「0422」は省略しています。市役所各課のファクス番号は市ホームページ「各課ご案内」から確認いただけます。