



毎月第1・第3日曜日発行  
広報みたかはシルバー人材センターの会員がお届けしています。

発行:三鷹市/編集:秘書広報課  
〒181-8555 三鷹市野崎1-1-1  
法人番号:8000020132047

市役所代表電話

☎0422-45-1151(代)

ホームページ  
(パソコン・スマートフォン用)

http://www.city.mitaka.tokyo.jp/

携帯サイト

http://www.city.mitaka.tokyo.jp/i/



## 今号の紙面から

- 無料公衆無線LANサービス「Wi-Fi三鷹」をご利用ください……2面
- 高齢者支援の新たな担い手「みたかふれあい支援員」を募集します…3面
- 5月12日は「民生委員・児童委員の日」民生・児童委員は地域の身近な相談相手です……3面
- 市からのお知らせ……11面から
- 大雨に備えるために総合水防訓練にご参加ください……12面

ますます充実!

# 三鷹市ホームページの便利な機能や活用方法をご紹介します



三鷹市公式ホームページ「トップページ」

市では、高齢者や障がいのある方、外国人の方など、誰もが使いやすいホームページを提供するため、新たな機能を随時追加し、利便性の向上に努めています。こうした取り組みなどにより、平成27年に公表された全国の自治体ホームページのウェブアクセシビリティ※1に関する調査※2では、関東地方で第3位、全国で第5位の評価を得ました。

また、ホームページから広報紙やテレビ広報番組が見られるなど、市政情報を発信している多様なメディアにアクセスするための入り口としても、ホームページは大きな役割を果たしています。

今号では、知っている便利な市ホームページのさまざまな機能や使い方についてご紹介します。

☎秘書広報課 内線2134

※1 ウェブアクセシビリティとは、高齢者、障がい者や利用に不慣れな方を含めて、誰もがウェブで提供されている情報や機能を支障なく利用できること。

※2 平成26年10月7日～27年4月22日にアライド・ブレインズ(株)が実施・公開した自治体ホームページのウェブアクセシビリティ全ページ調査。

## 1 視力の弱い方や色の識別・文字の判読が苦手な方向けの機能

画面に表示されるコントローラー(写真右)をクリックすることで、文字・画像の表示サイズや画面カラーの変更、音声読み上げ機能、ふりがな機能(平仮名・ローマ字)が使えます。



## 2 外国語自動翻訳機能(英語、中国語(簡体字・繁体字)、ハングル)

各言語のボタンをクリックし、「利用ガイド」に従って操作すると、全ページが瞬時に自動翻訳されます。

## 3 市の重要施策や特設サイトへバナー画像から直接リンク

市の重要施策やお薦めの特設サイトは、トップページの右上にあるバナー画像から、ワンクリックでご覧いただけます。

## 4 防災無線の放送内容を24時間表示

防災無線で放送をした際に、トップページにボタン(写真右)を表示し、放送内容を掲載したページを24時間公開しています。また、併せて三鷹市公式Twitter(ツイッター)にも放送内容を投稿します。放送を聞き取りづらい場合などに便利です。



## 5 プレスリリースで発表した情報を即日公開

市が報道機関などに向けて公表した資料を即日公開しています。市の情報をいち早く知ることができる情報源として、ご利用ください。

## 6 「広報みたか」を文字情報・PDF・電子書籍で読むことができます

「広報みたか」のテキスト版とPDF版を2002年発行分から最新号までご覧いただけます。また、今号から順次、多摩地域の電子書籍ポータルサイト「TAMA ebooks」[HP](http://www.tama-ebooks.jp/) http://www.tama-ebooks.jp/で、電子書籍版を公開します。

## 7 「みる・みる・三鷹」をYouTubeで配信

市のテレビ広報番組「みる・みる・三鷹」を4月から無料動画共有サイトYouTubeで配信しています。過去の放送分も含め、スマートフォンやタブレット端末からもご覧いただけます。



## スマートフォン専用サイトもご利用ください

昨年12月からスマートフォン専用サイトを公開しています。ページ上下にあるボタンにより、パソコン版への切り替えも可能です。



「第37回 憲法を記念する市民のつどい」のポスターを手に

### 市長のひとことコーナー

ケーブルテレビの広報番組「みる・みる・三鷹」では「市長のひとことコーナー」を放送しています(放送時間は12面参照)。

5月3日は憲法記念日です。この時期に、三鷹市と教育委員会は「憲法を記念する三鷹市民の会」の皆様と一緒に主催して、「憲法を記念する市民のつどい」を開催を継続してきました。37回目の今年は、5月14日(土)午後1時から開催します。今年度は、平成18(2006)年4月に参加と協働のまちづくりを自治の理念に定めた三鷹市の憲法ともいえるべき、「三鷹市自治基本条例」が施行されて10年を迎えていることから、地方自治をテーマに企画しています(6面参照)。

自治基本条例では、市長の責務について「市長は、その地位が市民の信託によるものであることを認識し、市政の代表者として市民の信託に応え、市民自治の理念を実現するため、公正かつ誠実に市政運営に当たらなければならない」とされています。私は引き続き、公正かつ誠実に市長の職務に努めることを強く決意しています。また、市民の権利と責務については、「市民は地域の自治活動、コミュニティ活動、ボランティア活動等の社会貢献活動や、地域の課題解決活動について、主体的に、自由に、自立して行うことができる」と定められており、こうした活動をする際には、「自らの発言と行動に責任を持つとともに、互いの意見や行動を尊重しなければならない」とされています。今年の憲法のつどいでは、自治基本条例制定過程でお世話になった東京大学名誉教授(行政学)の西尾勝先生に「国会の立法権と地方自治」について講演していただき、憲法を記念する三鷹市民の会、住民協議会、市民協働ネットワーク、地域ケアネットワーク、コミュニティ・スクール委員会等で活躍されている市民の皆様による「三鷹が創る協働のまちづくり—三鷹発 自治の未来」と題するパネルディスカッションを予定しています。自治基本条例の定義で、「市民」は「三鷹市に住民、働き、学び、若しくは活動する人」とされています。今後も、三鷹市に関わる多様な世代、多様な職業、多様な価値観を持つ市民の皆様が、お互いに人権と意見を尊重し合うことによって、市民自治を深めていきたいと思います。

### 市長コラム

多様な価値観を尊重し合うことで  
深まる市民自治

三鷹市長 清原慶子

## 特定健診・後期高齢者健診で、年に一度の健康チェックを！

受診は無料

健康推進課 ☎46-3271

糖尿病・高血圧・脂質異常症などの生活習慣病の予防と早期発見、健康保持のためには、毎年継続的に健診(健康診査)を受けて自分の健康状態をチェックし、早めに対処することが重要です。

市では、40歳以上の三鷹市国民健康保険加入者に「特定健診」を、後期高齢者医療制度加入者に「後期高齢者健診」を実施しています。市内60歳以上の医療機関で無料で受診できますので、ぜひご利用ください。

※今年度から各受診期間を5カ月間に延長しました。従来実施していた便潜血検査(1回法)を廃止し、希望者対象の大腸がん検診(便潜血検査2回法)を実施します(自己負担金500円)。

### 健診の流れ

#### ① 受診票の送付

各健診の対象者に、誕生月ごとの受診期間に合わせて市から受診票を送付します(申し込みは不要)。

特定健診=4月1日から継続して三鷹市国民健康保険に加入し、平成29年3月31日までに40~75歳になる方

後期高齢者健診=後期高齢者医療制度に加入している方

| 誕生月      | 受診期間                 | 受診票送付時期 |
|----------|----------------------|---------|
| 4~7月生まれ  | 5月1日(日)~9月30日(金)     | 4月下旬    |
| 8~11月生まれ | 7月1日(金)~11月30日(水)    | 6月下旬    |
| 12~3月生まれ | 10月1日(土)~29年2月28日(火) | 9月下旬    |

#### ② 医療機関への問い合わせ

各健診は、市の実施医療機関で受診する個別健診です。受診票に同封の実施医療機関一覧表を確認のうえ、希望する医療機関で受診してください。

※受診期間終了間際は混雑が予想されます。早めの受診をお願いします。

#### ③ 受診

当日は、受診票と健康保険証を必ずお持ちください。

※健診は無料ですが、健診項目以外の検査や治療(医療行為)を受けた場合は自己負担費用が発生します。

#### ④ 結果

健診後およそ1カ月以内に、受診した医療機関で受け取ってください。

※4月2日以降に三鷹市国民健康保険や後期高齢者医療制度に加入した方や、対象者のうち8~3月生まれで早めの受診を希望する方は、同課にお問い合わせください。  
※会社勤務の方やその扶養家族は、各自加入の健康保険組合などにお問い合わせください。

## 骨粗しょう症健康診査

総合保健センター ☎46-3254

骨粗しょう症の予防には、早いうちに自分の骨密度がどの程度かを知り、食事や運動など生活習慣を改善することが大切です。自分の骨の状態を知るために、市の健診をご利用ください。

#### ◆健診内容

1日目=骨密度測定(DXA(デキサ)法=腕のX線検査)

2日目=測定結果と医師、保健(看護)師、管理栄養士による事後指導

|   | コース名 | 日時                                                  |
|---|------|-----------------------------------------------------|
| ① | Aコース | 6月21日(火)午後1時~3時の指定された時間 / 7月1日(金)午後1時30分~3時         |
| ② | Bコース | 8月20日(土)午後2時~4時の指定された時間 / 9月3日(土)午後2時30分~4時         |
| ③ | Cコース | 10月18日(火)午後1時~3時の指定された時間 / 11月4日(金)午後1時30分~3時       |
| ④ | Dコース | 平成29年1月18日(水)午後1時~3時の指定された時間 / 29年2月3日(金)午後1時30分~3時 |

※いずれも1日目の来場時間は後日通知。

4月1日~29年3月31日に満40・45・50・55・60・65・70歳の誕生日を迎える女性で、2日間とも参加できる市民各90人

※骨粗しょう症と過去に診断されたまたは通院中の方、妊娠中の方を除きます。

所 同センター

申 ①5月13日、②7月22日、③9月16日、④12月9日(いずれも金曜日、消印有効)までに直接またははがきで必要事項(11面参照)・生年月日を「〒181-0004新川6-35-28総合保健センター」へ。電子申請サービス [HP](http://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo/) <http://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo/>での申し込みも可(申込多数の場合は抽選)

※電話での申し込みは不可。

## 光化学スモッグにご注意ください

気温が20℃を超えた風の弱い日に多く発生します  
環境政策課 ☎内線2523

都内では例年、5~9月ごろにかけて光化学スモッグ注意報が発令されており、区部に比べると多摩地域で多く発令されています。注意報や警報は、防災無線や市ホームページ、安全安心メール、Twitter(ツイッター)、公共施設での掲示などでお知らせします。なお、発令は原則、日没をもって解除されます。

#### ◆注意報・警報が出たときは

- 外出や、屋外での運動を控える
- 目や喉が痛くなったら、すぐに洗眼やうがいをする

※光化学スモッグ注意報などの発令状況は、東京都環境局ホームページ [HP](http://www.kankyo.metro.tokyo.jp/) <http://www.kankyo.metro.tokyo.jp/>で確認できます。

光化学スモッグは、自動車の排気ガスなどによる大気汚染が原因といわれています。発生を抑えるためにも、できるだけ自家用車の使用は控え、自転車やバス、電車を利用するなど、環境への配慮にご協力ください。



## 無料公衆無線LANサービス「Wi-Fi三鷹」をご利用ください

市が提供する無料公衆無線LANサービス「Wi-Fi三鷹」は、三鷹駅南口エリア、井の頭公園駅前エリア、三鷹台駅南口エリアの三つのエリアで利用できます。Wi-Fi三鷹にアクセスすると地域情報や観光・イベント情報、お店で使えるお得なクーポンが取得できます。

1回の接続時間は約20分、1日の使用に制限はありません。

#### ◆利用方法

利用には会員登録が必要です。

①無料Wi-Fiにつながる三つのサービスエリア(図斜線部)のいずれかで、スマートフォンなどの端末設定を「Wi-Fi利用可能」にする。

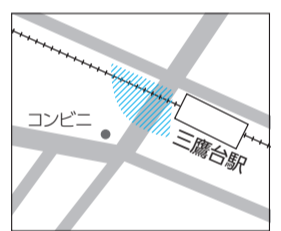
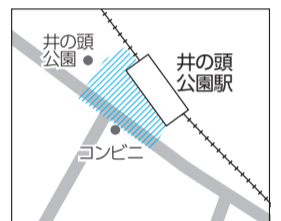
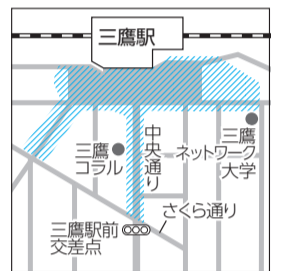
②表示されたWi-Fiネットワークの中から「ilovemitaka」を選び「接続」して登録作業を行う。

#### 災害発生時の通信手段としても有効です

このサービスは、災害発生時に駅前の帰宅困難者などが、通信手段を確保するための情報インフラ強化の一環として行われています。災害時には利用登録が無くても、同サービスを通じて市ホームページに接続でき、災害情報を受信できます。

※くわしくは(株)まちづくり三鷹ホームページ [HP](http://www.mitaka.ne.jp/ict-town/h25wifi/) <http://www.mitaka.ne.jp/ict-town/h25wifi/>をご覧ください。

☎ 同社 ☎40-9669



## 高齢者向け給付金(年金生活者等支援臨時福祉給付金)のお知らせ

三鷹市高齢者向け給付金コールセンター ☎44-3102  
(8月31日(水)までの平日午前9時~午後5時)

賃金引き上げの恩恵が及びにくい住民税非課税の高齢者を対象に、個人消費の下支えを行うための臨時的な措置として、同給付金を支給します。

支給対象となる可能性のある方には、4月20日から申請書を世帯主宛てに発送しています。申請書が届いた方は、確認のうえ、忘れずに手続きをしてください。

#### ◇支給対象者

平成27年1月1日(基準日)時点で三鷹市に住民登録がある方で、次の①~④の全てに該当する方

- ①29年3月31日時点で65歳以上の方(昭和27年4月1日以前に生まれた方)
- ②27年度の住民税(均等割)が課税されていない方
- ③27年度の住民税(均等割)課税者に扶養されていない方
- ④生活保護などを受給していない方

※②~④は、27年度の臨時福祉給付金の支給要件と同じです。

※③の「扶養」には「事業専従者」や「配偶者特別控除を受けている配偶者」も含まれます。

※基準日から支給決定日まで亡くなった方は、対象外となります。

#### ◇支給額

支給対象者1人につき30,000円(1回限り)

#### ◇申請期限

7月31日(日)(消印有効)までに、必要書類を同封の返信用封筒で返送してください。

※支給開始時期は、5月末以降の予定です。支給は原則として口座振込で行います。

#### ◇注意事項

DV被害などで住民票を移さずに三鷹市にお住まいの方は、ご相談ください。

#### ◆相談窓口

☎ 8月15日(月)まで=第二庁舎4階、8月16日(火)から=第三庁舎、いずれも平日午前9時~午後5時

給付金支給を装った「振り込め詐欺」や「個人情報の詐取」にご注意を!

# 高齢者支援の新たな担い手「みたかふれあい支援員」を募集します

☎ 高齢者支援課 ☎ 内線2622



市では、地域全体で高齢者を支える仕組みとして、介護の専門資格がない方にも「みたかふれあい支援員」として高齢者支援の一部を担っていただく取り組みを始めます。

これは、介護保険制度の改正で4月から新たに「介護予防・日常生活支援総合事業」を開始したことに伴い、専門職以外の方でも一定の基準を満たせばサービスの担い手として働けるようになったことによるものです。資格がない方でも家事援助などの分野で活躍していただけるよう、「みたかふれあい支援員」を養成する研修を開催し、訪問型サービスの充実を図ります。

## 「みたかふれあい支援員」とは？

市の研修を受講し同支援員の認定を受けた方は、市が指定したみたかふれあい支援員事業者と契約し、訪問型サービスのヘルパーとして働くことができます。高齢者の居宅を訪問し、自立支援を目的とした調理や掃除などの日常生活上の支援を行います(身体介護は行いません)。

## みたかふれあい支援員養成研修

「家事援助に興味はあるけれど、資格がないから働けない」という方、「高齢者の役に立ちたい」と思っている方は、この機会にぜひお申し込みください。研修では、高齢者支援の基礎知識や家事援助の技術などを学びます。

- ☎ 6月13～27日の毎週月曜日午前9時10分～午後5時(13日は4時30分まで。全3回)
- 👤 18歳以上で全回受講可能な方30人
- 📍 日商簿記三鷹福祉専門学校(下連雀4-19-11)
- ☎ 5月31日(火)までに同課 ☎ 内線2622・☎ FAX 48-2813へ(先着制)

- ◆ **研修内容** 介護保険制度、市の高齢者福祉制度について／高齢化による心身の変化・障がい・疾病などについて／認知症について／対人サービスでの倫理・接遇について／家事支援の知識について／実習(調理実習など)
- ※ 同支援員の認定期間は、認定日から2年後の年度末までです(フォローアップ研修の受講で期間延長可)。

## 介護予防・日常生活支援総合事業の内容

同事業には、訪問型サービスと通所型サービスがあります。いずれも、従来のサービス(国の基準)のほか、人員配置や利用料などを市の独自基準で設定した新たなサービスを追加します。国の基準と市の独自基準のどちらのサービスを利用するかは、対象者の意向や心身の状態、生活状況などを踏まえて選択します。

- ◆ **訪問型サービス** ヘルパーなどが訪問して調理や掃除などを利用者とともにを行い、利用者自身が日常生活を送るうえでできることを増やせるように支援します。  
※市の独自基準による訪問型サービスでは、訪問介護事業所のヘルパーとともに「みたかふれあい支援員」がサービスを提供します。
- ◆ **通所型サービス** デイサービス事業所で、生活機能の維持向上のための体操や筋力トレーニングなどのサービスを日帰りで行われます。

- ◆ **サービスを利用できる方**
- 👤 要支援1・2の方、「みたか日常生活チェックシート」により対象と判定された65歳以上の方
- ◇ **利用方法** お住まいの地域の地域包括支援センターにご連絡ください。同センターでチェックシート(生活機能について調べる25項目の質問)を実施します。その結果を踏まえて、同センターの職員やケアマネジャーが、本人の意向や心身の状態などを確認しながら、サービス利用計画を作成します。  
※現在、要支援1・2で訪問介護や通所介護を利用している方は、要支援認定更新の際に同事業に移行します。  
※同事業以外の予防給付を利用する場合は、要支援認定が必要です。

# 5月12日は「民生委員・児童委員の日」 民生・児童委員は地域の身近な相談相手です

☎ 地域福祉課 ☎ 内線2615



平成29年に民生委員制度創設100周年・児童委員制度創設70周年を迎えます。

市内では現在112人の民生・児童委員が、生活上の心配事や困り事、子育ての悩みなど、地域のみなさんからのさまざまな相談に応じ、福祉の制度やサービスを必要ときに利用できるような市や関係機関とのパイプ役として活動しています。ささいなことでも構いません。困ったときは、一人で抱え込まずにお近くの民生・児童委員に気軽に声を掛けてください。

## 暮らしの中の心配事や困り事 そんなときは… 民生・児童委員にご相談ください

高齢の独り暮らしなので、生活が不安で…



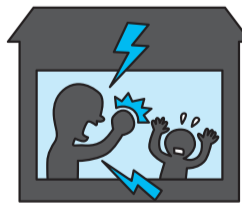
介護サービスを受けたいが、制度や窓口が分からない



育児やしつけて悩みが多いが、相談相手がない

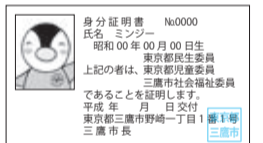


児童虐待らしい様子を近所で目にしたが…



## 民生・児童委員とは？

厚生労働大臣から委嘱を受けた、無償の福祉ボランティアです。すべての民生委員は児童委員を兼任し、児童福祉を専門に担当する主任児童委員もいます。活動の際には、顔写真付きの「民生委員・児童委員証明書」を携帯し、全国統一のバッジを身に付けています。  
※民生・児童委員のバッジのマークは、幸せの芽生えを示す四つ葉のクローバーの上に、民生委員の「み」の文字と児童委員を示す双葉を組み合わせ、平和のシンボルの鳩をかたどって、愛情と奉仕を表しています。



民生委員・児童委員証明書



バッジ

## 民生・児童委員Q&A

- Q 相談したいときは、どうすればいいですか？
- A 同課へご連絡ください。お住まいの地域を担当している民生・児童委員を紹介します。
- Q 相談内容が漏れたりしませんか？
- A 民生・児童委員には守秘義務があり、相談内容や個人の秘密は固く守られますので、安心してご相談ください。

## 活動紹介パネル展を開催します

日頃の地域での活動を紹介し、「地域の民生・児童委員」をより身近に感じていただくパネル展です。気軽に質問などができる相談コーナーも設置します。ぜひお越しください。

- ☎ 5月10日(火)～13日(金)午前8時30分～午後5時15分(13日は4時まで)
- ※相談コーナーは午前10時～午後4時(13日は3時30分まで)
- 📍 市役所 1階市民ホール

- ◇ 5月10日は会場に東京都民生委員・児童委員キャラクター「ミンジー」(写真)が登場！
- ☎ ①午前10時30分から、②午後1時30分から、③午後3時30分から



## 地域でこんな活動も行っていきます

- ◇ **乳児家庭全戸訪問事業**  
おおむね生後4カ月までのお子さんがある全ての家庭を訪問し、育児の不安や悩みを聞いたり、情報提供などを行っています。
- ◇ **地域ケアネットワーク**  
誰もが地域で安心して暮らせるための共助の仕組みづくり「地域ケアネットワーク」に協力し、地域の居場所づくりサロンや見守り活動などに参加しています。
- ◇ **ほのぼのネット**  
地域ボランティアのネットワークである「ほのぼのネット」の会員として、高齢者や子育て中の方々とのお茶会など、地域交流の場づくりを進めています。

## 杏林大学生の手作り 「三鷹市内まち歩きマップ!」が 好評です

4月に井の頭キャンパス(下連雀5丁目)を開設した杏林大学では、市内の飲食店など25店舗を紹介した小冊子「三鷹市内まち歩きマップ!」(写真)を、三鷹市商店会連合会と市との共同企画で発行しました。



ポケットサイズで持ち歩きにも便利なこのマップは、オールカラー20ページと内容も充実。同大学の学生16人が編集委員となり、紹介する店のセレクトから取材、原稿作成まで、すべて学生の視点で作られました。「掲載店舗は実際に取材し、雰囲気良く、店員さんの対応が親切で、学生でも利用しやすい価格設定のお店を選びました」と編集委員の櫻沢直樹さん(写真右)。同じく取材を担当した関口葵さん(写真左)も「三鷹はにぎやかな駅前から少し離れると静かな住宅街が広がり、とても住みやすいまちだと感じました。取材でまちを歩いた際も、親切に対応してくださり、三鷹というまちが本当に好きになりました」と、マップの作成を通してたくさんの出会いがあったことを話してくれました。



杏林大学井の頭キャンパス本部棟の前で

☎企画経営課☎内線2114

## 市ホームページのバナー広告掲載希望者を募集中 スマートフォン専用サイトも公開し広告効果アップ!

☎秘書広報課☎内線2134

市ホームページは、トップページの月間アクセス数が約23万件と大変多くのみなさんに利用されており、効果的にPRできる広告媒体です。また、トップページの目立つ位置にボタンアイコンが表示されているサブトップページでは、利用頻度の高い生活情報を分野ごとに集約しており、より対象を絞り込んだ広告展開が可能です。

さらに、昨年12月からは「スマートフォン専用サイト」も公開しており、パソコン版ホームページと同様にバナー広告が表示されるため、より多くの方に便利にご利用いただけるようになりました。

この機会にぜひ市ホームページへのバナー広告の掲載をご検討ください。

### ◆広告掲載ページ

◇トップページ

◇サブトップページ

「暮らし・手続き」「福祉・健康」「子育て・教育」「安全・安心」「市政情報」「三鷹の魅力」「施設案内」「事業者向け情報」

### ◆広告の掲載料

◇トップページ=1枠につき月額30,000円

◇サブトップページ=1枠につき月額20,000円

※12カ月連続した掲載申し込みの場合は、1カ月の掲載料が割り引きとなり大変お得です。



トップページ

## 平成28年度竣工予定



平成29年4月(予定)の開設に向け、現在、新施設の具体的な運用方法を検討しています。今号では、スポーツ施設の使用料について紹介します。

☎都市再生推進本部事務局、三鷹中央防災公園・元気創造プラザ開設準備室☎内線2054

**事業概要** 市民のみなさんの安全安心と市民サービスの向上を図るため、市役所東側の東京多摩青果(株)三鷹市場跡地(新川6丁目)を中心とした約2.0haに、防災公園(災害時には一時避難場所として機能)とその下部には総合スポーツセンターを、そして老朽化し耐震性に課題のある公共施設を集約し、防災センター機能を加えた施設である元気創造プラザを一体的に整備します。また、防災機能の向上のため、敷地北側の市道を拡幅し、周辺道路の無電柱化を実施します。竣工(しゅんこう)は平成28年度末を予定しています。

なお、独立行政法人都市再生機構(UR都市機構)の防災公園街区整備事業として国庫補助金を活用するなど、財政負担の軽減を図りながら事業を推進していきます。

スポーツ施設の使用には、個人使用と貸切(団体)使用があります。個人使用は、入場から退出までの使用時間で料金を設定しています。貸切使用は、開館時間(午前9時~午後10時)を3時間ごとに区分し、区分単位で料金を設定しています(プールは2時間ごと。いずれも午後9時~10時のみ1時間)。

### 個人使用の料金

| 施設名        | 諸室名     | 面積                      | 使用料                     |                         |                         |                         |
|------------|---------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
|            |         |                         | 在学・在勤を含む市民(市民以外)        | 小・中学生(市民以外)             |                         |                         |
| 総合スポーツセンター | メインアリーナ | 1,633㎡                  | 【3時間】<br>400円<br>(600円) | 【3時間】<br>100円<br>(150円) |                         |                         |
|            | サブアリーナ  | 903㎡                    |                         |                         |                         |                         |
|            | 武道場     | 1,074㎡                  |                         |                         |                         |                         |
|            | 小体育室    | 279㎡                    |                         |                         |                         |                         |
|            | 軽体操室    | 278㎡                    |                         |                         |                         |                         |
|            | 多目的体育室  | 210㎡                    |                         |                         |                         |                         |
|            | プール     | 739㎡                    |                         |                         | 【2時間】<br>400円<br>(600円) | 【2時間】<br>100円<br>(150円) |
|            | トレーニング室 | 367㎡                    |                         |                         |                         |                         |
| ランニング走路    | 703㎡    | 【2時間】<br>150円<br>(250円) | 【2時間】<br>50円<br>(100円)  |                         |                         |                         |

※プール・トレーニング室・ランニング走路は、常時個人使用が可能です(大会などの貸切使用時を除く)。そのほかの施設の個人使用については時間帯や競技種目の指定があります。※新施設は、調布市と共同設置のごみ処理施設「クリーンプラザふじみ」で発生する電力を活用するため、調布市在住の方も「市民」の料金で使用できます。



※総合スポーツセンターの範囲を示す点線はおおよそのものです。

### 貸切(団体)使用の料金

| 施設名         | 諸室名     | 面積     | 使用区分               | 使用料(市外団体)            |                      |                      |                      |                    |
|-------------|---------|--------|--------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|--------------------|
|             |         |        |                    | 午前9時~正午【3時間】         | 正午~午後3時【3時間】         | 午後3時~6時【3時間】         | 午後6時~9時【3時間】         | 午後9時~10時【1時間】      |
| 子ども発達支援センター | 体育室     | 135㎡   | 全面                 | 900円<br>(1,350円)     | 900円<br>(1,350円)     | 900円<br>(1,350円)     | 900円<br>(1,350円)     | 300円<br>(450円)     |
| 総合スポーツセンター  | メインアリーナ | 1,633㎡ | 全面                 | 11,400円<br>(17,100円) | 11,400円<br>(17,100円) | 11,400円<br>(17,100円) | 11,400円<br>(17,100円) | 3,800円<br>(5,700円) |
|             |         |        | 1/2面               | 5,700円<br>(8,550円)   | 5,700円<br>(8,550円)   | 5,700円<br>(8,550円)   | 5,700円<br>(8,550円)   | 1,900円<br>(2,850円) |
|             | サブアリーナ  | 903㎡   | 全面                 | 6,200円<br>(9,300円)   | 6,200円<br>(9,300円)   | 6,200円<br>(9,300円)   | 6,200円<br>(9,300円)   | 2,000円<br>(3,100円) |
|             | 武道場     | 1,074㎡ | 全面                 | 6,900円<br>(10,350円)  | 6,900円<br>(10,350円)  | 6,900円<br>(10,350円)  | 6,900円<br>(10,350円)  | 2,300円<br>(3,450円) |
|             |         |        | 1/2面               | 3,450円<br>(5,200円)   | 3,450円<br>(5,200円)   | 3,450円<br>(5,200円)   | 3,450円<br>(5,200円)   | 1,150円<br>(1,750円) |
|             |         |        | 1/4面               | 1,750円<br>(2,650円)   | 1,750円<br>(2,650円)   | 1,750円<br>(2,650円)   | 1,750円<br>(2,650円)   | 600円<br>(900円)     |
|             | 小体育室    | 279㎡   | 全面                 | 1,900円<br>(2,850円)   | 1,900円<br>(2,850円)   | 1,900円<br>(2,850円)   | 1,900円<br>(2,850円)   | 600円<br>(950円)     |
|             | 軽体操室    | 278㎡   | 全面                 | 2,100円<br>(3,150円)   | 2,100円<br>(3,150円)   | 2,100円<br>(3,150円)   | 2,100円<br>(3,150円)   | 700円<br>(1,050円)   |
| 多目的体育室      | 210㎡    | 全面     | 1,400円<br>(2,100円) | 1,400円<br>(2,100円)   | 1,400円<br>(2,100円)   | 1,400円<br>(2,100円)   | 450円<br>(700円)       |                    |

| 施設名        | 諸室名 | 面積   | 使用区分 | 午前9時~11時【2時間】      | 午前11時~午後1時【2時間】    | 午後1時~3時【2時間】       | 午後3時~5時【2時間】       | 午後5時~7時【2時間】       | 午後7時~9時【2時間】       | 午後9時~10時【1時間】      |
|------------|-----|------|------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| 総合スポーツセンター | プール | 739㎡ | 1レーン | 2,800円<br>(4,200円) | 2,800円<br>(4,200円) | 2,800円<br>(4,200円) | 2,800円<br>(4,200円) | 2,800円<br>(4,200円) | 2,800円<br>(4,200円) | 1,400円<br>(2,100円) |

※団体利用は、18歳以上の責任者がいる6人以上のグループが対象です(事前に団体登録が必要)。市内団体は、グループの半数以上が市民(在学・在勤を含む)であることが要件です。※興業・営利目的(参加費などを別途徴収する場合は、市内団体料金の3倍です。

各使用料の減免制度については、今後別途定めます。

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。

第74回太宰治  
作品朗読会

花吹雪

太宰治文学サロン ☎ 26-9150

太宰が没後、禅林寺に埋葬される契機となった作品「花吹雪」。朗読は、元NHKアナウンサーで大河ドラマのナレーションなども務めた山田誠浩さん(写真)。桜桃忌の時期に必聴の同作品をご堪能ください。



日 6月17日(金)午後6時～6時50分

人 25人 所 同サロン

申 6月7日(火)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)・参加者氏名(2人まで)を「〒181-0013下連雀3-16-14グランジアルダン三鷹1階 太宰治文学サロン」へ(1人1通。申込多数の場合は抽選)

杏林大学地域連携事業ワークショップ

まちづくりに「新しい風」を

井の頭キャンパス開設を機に、杏林大学と地域との多様な連携によってまちを活性化していくための事業を行います。

今回は、学生と大学の教員が市内で行ってきた地域活動の報告と、市民、事業者、行政、大学によるワークショップを開催し、すべての人が生き生きと暮らせる協働のまちづくりについて考えます。

所 杏林大学

日 5月21日(土)①まちの活性化や大切な命に関する活動の発表=午後1時～2時50分、②健康、生きがい、防災について考えるワークショップ=3時～4時30分

人 地域で活動を行っている、活動をしたいと思っている市民80人

所 同大学井の頭キャンパス(下連雀5-4-1)

申 5月13日(金)までに必要事項(11面参照)を同大学地域交流課 ☎ 47-8052・FAX 47-8054・E area@ks.kyorin-u.ac.jpへ(先着制)

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・教材代など)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

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。  
HP http://www.city.mitaka.tokyo.jp/または FAX 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(株式会社文化工房)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。

6月5日発行号  
原稿締切日 5月13日(金)  
6月19日発行号  
原稿締切日 5月27日(金)  
いずれも午後5時まで

催し

第15回カラオケ生涯学習成果発表会

所 NPO法人西演歌教室 ☎ 5月4日(祝)午前10時30分～午後5時 所 芸術文化センター星のホール ☎ 当日会場 ☎ 西47-8371

みたかふれあいサロンの催し

日 ①iPad&タブレット講座・個別指導=毎週火・金曜日午後1時15分～2時45分、②ICT(スマホもパソコンも)あれ?・それ!相談会=5月6日(金)午後6時15分～8時30分 人 ①10人、②1～3人、所 三鷹産業プラザ ☎ ①2,000円(1回。iPad貸し出しあり)、②500円(30分。別途材料代、教材代が掛かります) 申 NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹 ☎ 40-2663・FAX 40-2664(先着制、①は当日参加可)

春に始まる中国語入門一初級

日 中国語広場 ☎ 5月7日～28日の毎週土曜日午後1時30分～3時 所 連雀コミュニティセンター ☎ 2,500円(1回。資料代を含む) 申 開催日前の木曜日までに ☎ 090-8001-9720

第43回総会と学習会「借地問題に関して」・無料法律相談

日 三鷹市借地人連絡会 ☎ 5月8日(日)①総会=午後1時から、②学習会=午後2時から、③無料法律相談=学習会終了後 所 三鷹台地区公会堂 ☎ 当日会場 ☎ 津47-9687

子育てコンビニカフェの催し

日 NPO法人子育てコンビニ ☎ ①羊毛フェルトでビオラのコースジュ=5月9日(月)、②色のボトルを使ったTCカラーセラピー=5月17日(火)、いずれも午前10時～11時30分 所 元気ひろば おれんじ(中原3-1-65) ☎ ①2,000円、②1,500円 申 同法人 ☎ info2@kosodate.or.jp 同法人 ☎ 41-7021

古い縮緬(ちりめん)で作りました愛らしい作品発表会

日 一和会ちりめん教室 ☎ 5月10日(火)～16日(月)午前10時～午後4時 所 一和工房(下連雀1-5-2亀井方) ☎ 期間中会場 ☎ 亀井 ☎ 44-5094

私たちの町の防災

日 下連雀6丁目8丁目地区連絡会 ☎ 5月10日(火)午後7時～9時 所 社会教育会館 ☎ 当日会場 ☎ 岡島 ☎ 44-2986

おしゃべり広場「ミニモップ作り」

日 三鷹市の福祉をすすめる女性の会 ☎ 5月11日(水)午前10時～正午

所 福祉会館 ☎ 100円 申 日 6月17日(金) ☎ 090-4713-5210

職場体験説明会一進路・就職に悩む若者またはご家族の皆さんへ

日 NPO法人文化学習協同ネットワーク ☎ 5月11日(水)午前11時～正午 所 同法人(下連雀1-14-3) ☎ 同法人(丸山) ☎ 70-5067

元気ひろば おれんじの催し

日 ①ラフターヨガ(笑いヨガ)=5月11日(水)午前10時30分～正午、②ペーパークイリング教室=5月13・27日の金曜日午前10時～11時30分 所 同会(中原3-1-65) ☎ ①600円、②300円(1回) 申 日 石橋 ☎ 76-5940・FAX 26-9419

消費者向け「木造住宅これだけは知っておいて欲しい・建築知識の講習会」

日 北多摩建設産業労働組合 ☎ 5月11日～6月1日の毎週水曜日午後7時～9時(全4回) 人 在勤を含む市民(建築業者の受講不可) 所 三鷹駅前地区公会堂 ☎ 12,000円(資料代) 申 日 同組合 ☎ 70-0771・FAX 70-0772

「謡曲・仕舞おさらい会」をみんなで楽しむ(宝生流)

日 三鷹宝生会 ☎ 5月15日(日)午前10時～午後3時 所 寺田舞台(井の頭3丁目) 申 日 池内 ☎ 090-4839-4106

家庭の「節電・省エネ」、「電力自由化」の状況一わかりやすい説明会

日 地域サステイナビリティ・コラボ ☎ 5月15日(日)午後2時～3時50分 人 15人 所 市民協働センター ☎ 300円 申 日 当日会場(先着制) 同 ☎ 080-5413-3253

ブルース・ワルツの初心者講習会(全3回)

日 ダンスサークル・ヴィヴァ ☎ 5月17～31日の毎週火曜日午前9時30分～11時30分 所 芸術文化センター ☎ 当日会場 ☎ 奥山 ☎ 47-7035

笑って元気!ラフターヨガ(笑いヨガ)

日 三鷹台ラフタークラブ ☎ 5月17・31日の火曜日午前10時30分～正午 所 牟礼地区公会堂 ☎ 500円(1回) 申 日 櫻井 ☎ 090-4212-3307・FAX 43-6137・E mitaka.ahaha@gmail.com

緑(えにし)のキルト展

日 平 ☎ 5月19日(水)～22日(日)午前10時～午後5時(22日は4時まで) 所 芸術文化センター ☎ 期間中会場 ☎ 平 ☎ 32-2735

スローフォックストロットの講習会

日 ダンスサークルファルコン ☎ 5月19日、6月2・16日、7月7日の木曜日午後7時30分～8時30分(全4回) 所 三鷹駅前コミュニティセンター ☎ 1,000円(1回) 申 日 当日会場 ☎ 原田 ☎ 042-309-3820

とととー手しごとを楽しむつどいー野外編

日 ヴァルドルフの森キンダーガルテンなのはな園 ☎ 5月20日(金)午前10時～11時30分 所 井の頭公園三角広場(夕やけ橋付近) ☎ 200円(別途材料代1,100円～1,400円が掛かります) 申 日 当日会場 ☎ 同園 ☎ 79-4598・E tetoteto@nanohana-en.com・HP http://www.nanohana-en.com/

心理カウンセリング入門講座

日 NPO法人日本人間関係心理士協会 ☎ ①5月20日～6月3日の毎週金曜日、②5月22日～6月5日の毎週日曜日、いずれも午後1時30分～3時(①②振替可) 人 各15人 所 三鷹産業プラザ ☎ 1,000円(1回) 申 日 山本 ☎ 57-6547・E jahrp-micenter@jcom.zaq.ne.jp

第133回井の頭かんさつ会「春の野鳥観察」

日 井の頭かんさつ会 ☎ 5月21日(土)午前9時～11時30分 所 井の頭公園 ☎ 300円 申 日 同会 ☎ http://kansatsukai.net/ 同会(高野) ☎ inokashira.joe@gmail.com

ツリークライミング体験会

日 ライオンズクラブ国際協会330-A地区 ☎ 5月21日(土)午前10時～11時30分、②午後0時30分～2時、③午後2時～3時30分 人 小学生以上の方各15人 所 野川公園 申 必要事項(11面参照)・性別・保護者名・希望時間を峰村 ☎ 03-5678-0779(先着制) 同 峰村 ☎ 090-3088-1933

第151回太宰治の足跡案内

日 みたか観光ガイド協会 ☎ 5月22日(日)午前9時50分集合(雨天決行)三鷹駅南口デッキ上、市民ガイドが持つのぼりが目印。コースは約2時間40分。希望者は朗読を聞きながら昼食も 申 日 当日集合場所 ☎ こやの ☎ 44-0981

国際ケックコンのパパ・ママ・こどもの交流・友達・仲間づくりの会

日 インターナショナルフレンズ ☎ 5月24日(火)午前11時30分～午後1時30分 所 井の頭東部地区公会堂 ☎ 当日会場 ☎ 桶 ☎ 090-6405-5120・E Intl.Friends123@gmail.com

「みたか街かど自立センター」ガレッジセール

日 5月24日(火)午後0時30分～2時 申 日 当日会場 ◆物品提供は夏物衣類と新品の食器やタオルのみ。セール当日を除く平日午前9時～午後5時 同センター ☎ 48-0648

会員募集

フル・レーヴェ(女声合唱) ☎ 毎週水曜日午前10時～午後1時 所 井の頭コミュニティセンター ☎ 月額5,000円 申 日 植松 ☎ 47-4604

ダンスサークルみどり会(初級者向け社交ダンス)

日 毎週水曜日午後4時～6時 所 三鷹駅前コミュニティセンター ☎ 入会金1,000円、月額2,500円 申 日 村上 ☎ 090-8511-0706

高山剣道スポーツ少年団

日 毎週木・土曜日午後6時30分～8時30分 所 高山小 ☎ 入会金1,000円、月額1,000円(一世帯) 申 日 若林 ☎ 090-4056-3817

初級英会話シニアサロン・イマジン

日 毎週木曜日午後1時30分～3時 所 三鷹駅前コミュニティセンター ☎ 月額5,000円(見学可) 申 日 横尾 ☎ 090-6120-3986

クリヤーズ(女性バドミントン)

日 毎週金曜日午前9時～正午 所 第一体育館 ☎ 入会金1,000円、月額1,500円 申 日 西 ☎ 43-5803・E nse-nishi@tbz.t-com.ne.jp

グローバル(英語談話室)

日 毎週土曜日午前10時～正午 所 社会教育会館 ☎ 同 ☎ 44-3066

女声合唱「にじ」

日 毎週火曜日午前10時～午後0時50分 所 井の頭コミュニティセンター ☎ 入会金1,000円、月額4,000円 申 日 小笠 ☎ 41-3676

楽しい詩吟・むつみ会(初心者歓迎)

日 毎週火曜日午後2時～4時(月4回) 所 牟礼南地区公会堂 ☎ 月額600円 申 日 中山 ☎ 43-1268(当日参加可)

韓国語勉強会

日 毎週木・土曜日午前10時30分～正午(希望の曜日を選択、月4回) 所 連雀コミュニティセンター ☎ 月額5,000円 申 日 李 ☎ 080-4401-9179・FAX 050-1182-0255

三鷹絵画の会

日 毎月2回日曜日午前9時～正午 所 福祉会館 ☎ 月額400円 申 日 ナカト ☎ 090-3525-3097

チェリーズ(女性のための健康体操)

日 毎週月曜日午前10時30分～11時45分 所 牟礼コミュニティセンター ☎ 入会金1,000円、月額2,000円 申 日 梶原 ☎ 44-8545

みゆきクラブ(中高年の体操)

日 毎週水曜日午後3時～4時30分 所 第二体育館 ☎ 入会金1,000円、月額2,000円 申 日 日原 ☎ 32-2586

ヨガサークル「フレッシュヨガ」

日 毎週水曜日午前10時30分～正午 所 新川中原コミュニティセンター ☎ 月額4,000円(月4回開催時) 申 日 同会 ☎ fresh\_yoga\_mitaka@yahoo.co.jp・HP http://sports.geocities.jp/fresh\_yoga\_mitaka/

パオオン(親子のためのリトミック)

日 毎月3回水曜日午前10時30分～11時15分 所 連雀コミュニティセンター ☎ 月額1,500円 申 日 藤本 ☎ m-fujimoto.gs@ezweb.ne.jp

書さつき会

日 毎月第2・3土曜日午後2時～3時 所 社会教育会館 ☎ 1回500円、親子800円 申 日 石井 ☎ 45-5578

伝言板

大成高等学校合唱部 第13回「春の演奏会」そのものの響きをもとめて

日 5月7日(土)午後6時から 所 芸術文化センター風のホール ☎ 当日会場 ☎ 同校(米田) ☎ 43-3196

公開講演会&ワークショップ「セイクレッド・ハーブを歌ってみよう」

日 ICU宗教音楽センター ☎ 5月20日(金)午後6時～8時 所 同大学礼拝堂 ☎ 当日会場 ☎ 同センター ☎ 33-3330

月刊わがまちジャーナル  
5月号地上11chで放送中

三鷹の町工場から世界の町工場へ(仮題) ほか

NPO法人むさしのみたか  
市民テレビ局

☎・FAX 79-1434  
E mmctv@jcom.zaq.ne.jp  
※ご意見、情報をお寄せください。

◆試験 5月21日(出)①午前8時45分から筆記・作文・面接、②午前中に面接  
※②は申し込み時に指定された課題を面接時に提出。

◆採用予定日 6月1日

⑤5月2日(月)～13日(金)午前9時～午後5時に履歴書(写真貼付)・①は卒業証明書と資格証の写しを同協会へ(日曜日・祝日を除く)

⑥同協会 ☎46-1108

**(社)三鷹市社会福祉事業団 職員**

◆職種 ①看護師(正職員)、②③保育職、④調理員(②～④パートタイマー)

◆資格 ①看護師または准看護師免許(臨床経験3年以上)、②③保育士、④栄養士または調理士免許(無資格者も可)

◆勤務場所 ①牟礼老人保健施設はない、②三鷹駅前保育園、③④三鷹赤とんぼ保育園

◆勤務時間 ①午前8時30分～午後5時15分、午後5時～午前9時(2交代制、週平均5日勤務、月4～6回程度の夜勤あり)、②月～金曜日午後4時30分～7時30分、土曜日午後5時～7時30分、③月～金曜日午前7時30分～9時、④土曜日午前9時～正午、午後1時45分～4時45分

◆報酬 ①月額255,136円～280,000円(経験などによる)、②時給1,120円～1,400円(時間帯による)、③時給1,060円～1,325円(時間帯による)、④時給1,010円

※①夜勤手当1回7,000円、賞与あり(昨年度実績4.3カ月。採用1年目は異なる)。

◆採用予定日 ①6月1日、②～④随時  
⑦電話連絡のうえ履歴書(写真貼付)・

資格証の写しを直接または郵送で①「〒181-0002牟礼6-12-30三鷹市社会福祉事業団」・☎44-5211、②「〒181-0013下連雀3-30-12三鷹駅前保育園」・☎79-5441、③④「〒181-0002牟礼3-9-3三鷹赤とんぼ保育園」・☎40-0600へ

※くわしくは同事業団ホームページHP <http://www.mitaka.or.jp/>へ。



**東京都ひきこもりサポートネット**

ひきこもりの問題を抱えている家庭を訪問し、相談に応じます(おおむね5回まで)。

⑧義務教育修了後の15歳～おおむね34歳の都民で、6カ月以上ひきこもり状態の方がいる家庭

⑨市児童青少年課 ☎内線2713へ

⑩東京都青少年・治安対策本部青少年課 ☎03-5388-2257

※くわしくは東京都ひきこもりサポートネットホームページHP <http://www.hiki-komori-tokyo.jp/>へ。

**街頭労働相談**

⑪5月27日(金)午前11時～午後3時(荒天中止)

⑫伊勢丹立川店2階正面玄関外(JR立川駅北口前)

⑬当日会場へ

⑭東京都労働相談情報センター国分寺事務所 ☎042-321-6110

**第37回 憲法を記念する市民のつどい 手話**

今回は「三鷹市自治基本条例」施行10年を記念し、行政学者で同条例の制定にも深く関わった西尾勝さん(写真)に、「国会の立法権と地方自治」をテーマに自治基本条例のもつ意味やこれからの地方自治の在り方などについてお話しいただきます。



⑮市、市教育委員会、憲法を記念する三鷹市民の会

⑯5月14日(土)午後1時～4時20分(0時30分開場)

⑰700人

⑱三鷹市公会堂光のホール

⑲当日会場へ(先着制)

**プログラム**

第1部：午後1時～2時35分

講演会「国会の立法権と地方自治」

第2部：午後2時50分～4時20分

パネルディスカッション

「三鷹が創る協働のまちづくり—三鷹発 自治の未来」

コーディネーターは憲法を記念する三鷹市民の会代表の宮川齊さん。パネリストは連雀地区住民協議会会長の中川正機さん、みたか市民協働ネットワーク副代表理事の埴村貴志さん、地域ケアネットワーク・新川中原代表の畑谷貴美子さん、連雀学園コミュニティ・スクール委員会会長の中村浩士さん。

◇五中生徒による日本国憲法・三鷹市自治基本条例の朗読も行います。

◇そのほか、市民団体などによる展示や行政相談・人権啓発コーナー、憲法や地方自治に関する図書紹介など。

**◆西尾勝(にしお・まさる)さんプロフィール**

昭和13(1938)年、東京都生まれ。東京大学法学部卒業。東京大学法学部長を経て、平成11(1999)年～18(2006)年、国際基督教大学教養学部教授。7(1995)年～13(2001)年には地方分権推進委員会の中心人物として、いわゆる第一次地方分権改革を実現させた。14(2002)年～15(2003)年には三鷹市まちづくり研究所第2分科会の座長として、三鷹市自治基本条例の検討・研究に深く関わる。

※「市からのお知らせ」は11面からご覧ください。



**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 [HP](http://www.mitaka-univ.org/)<http://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

三鷹ネットワーク大学 春学期受講者募集中!

- ★ 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—6月の星空解説 ★**

6月の星空や話題の天文現象などを、コンピューターの画像や天体写真を交えて紹介します。

①5月14日(土)午後7時～8時30分

②50人

③当日会場へ(先着制)

**東京女子大学寄付講座**

**数学はこんなに面白い! 7 6月 「保型形式とは」 ★★**

①6月2日(木)午前10時～11時30分 ②30人

③東京女子大学名誉教授の小林一章さん

④500円

**(一社)ビューティフルエイジング協会寄付講座/**

**NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹共同企画**

**これからの生き方を考える—夢ある人生 6月 ★**

①金融商品にだまされないための心得—危ない商品の見極め方=①6月8日、②老後の所得確保の道すじは今のようなのか—公的年金を補完する企業年金の現状と課題=6月22日、いずれも水曜日午後3時～4時30分

③各回20人

④①ファイナンシャルプランナーの鈴木康文さん、②企業年金基金役員の加藤哲良さん

⑤各回500円

**くらしとバイオプラザ21企画サロン**

**サイエンスカフェみたか6月・第29回**

**フィッシュヒーリング—魚が動けば、心が動く ★**

ゲストは(株)カリブ・コラボレーション代表取締役の鈴木香里武さん。

①6月9日(木)午後7時～8時30分 ②24人

③800円(茶菓代を含む)

**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(43)**

**—古厩志津子の作品「はるさんの日記」より その2 ★**

①6月12日(日)午前10時30分～午後0時30分 ②10人

③フリーアナウンサーで朗読家の原きよさん

④市民1,600円、一般2,000円

**東京女子大学寄付講座**

**数学カフェみたか3 6月 「射影幾何学」 ★★**

①6月14日(火)午前10時～11時30分

②15人

③東京女子大学名誉教授の小林一章さん

④500円

**国立天文台企画サロン**

**アストロノミー・パブ6月・第118回 地球外生命を探して ★★**

ゲストは東京薬科大学生命科学部教授の山岸明彦さん、ホストは国立天文台野辺山宇宙電波観測所助教でアストロノミー・パブ店主の梅本智文さん。

①6月18日(土)午後6時30分～8時30分

②25人

③3,000円(飲食代を含む)

④5月6日(金)午前9時30分～5月31日(火)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(申込多数の場合は抽選)

⑤特に記載のないものは5月6日(金)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)

⑥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。

**チューリップの吊るし飾り作り**

日 5月25日(水)午後1時~3時30分  
 人 12人  
 所 リサイクル市民工房  
 物 折紙・千代紙・包装紙など、木綿糸、針、はさみ、接着剤、筆記用具  
 申 5月17日(火)(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  
**布ぞうり作り講習会**  
 日 5月31日(火)午後0時30分~3時30分  
 人 15人  
 所 消費者活動センター

講 手芸家の小林弓子さん、入江詔子さん  
 物 木綿布(1足分で72cm幅×2m程度、6~7cm幅×2mのリボン状に切る)、物差し(30cm)、はさみ、筆記用具  
 申 5月10日(火)午前10時~正午に同協議会 ☎41-0510、以降は同センター ☎43-7874へ(先着制)  
**平成28年度ひまわり学苑**  
 健康・文化・体操などを学ぶ生涯学習講座です。  
 主 東部地区住民協議会  
 日 6月6日~10月24日の月曜日午後1時30分~3時30分(全13回)  
 人 市民45人  
 所 牟礼コミュニティセンター

申 5月7日(土)~20日(金)に直接または電話で同センター ☎49-3441へ(申込多数の場合は抽選)

人 おおむね55歳以上で求職活動中の方 24人  
 所 市民協働センター  
 講 わくわくサポート三鷹相談員で産業カウンセラー・(-助)生涯学習開発財団認定コーチの野元秀明さん  
 物 筆記用具、雇用保険受給者は雇用保険受給資格者証  
 申 5月11日(水)までに必要事項(11面参照)をわくわくサポート三鷹 ☎45-8645・FAX 45-8646へ(先着制)  
**(公財)三鷹市スポーツと文化財団 特別雇用職員**  
 ◆職種 文芸企画員(1人)  
 ◆資格 大卒または同程度の学力があり、学芸員の資格を有する方  
 ◆勤務期間 8月1日~平成29年7月31日(更新の場合あり)  
 ◆勤務時間 午前8時30分~午後5時15分(実働7時間45分)  
 ◆勤務場所 三鷹市山本有三記念館ほか  
 ◆報酬 月額208,380円(地域手当を含む)、交通費支給、社会保険などの適用あり  
 申 5月25日(水)(必着)までにエントリーシート(同財団ホームページHP http://mitaka.jpn.org/から入手)と小論文を「〒181-0012上連雀6-12-14三鷹市芸術文化センター」へ  
 問 同センター ☎47-9100

**募集**

**都営住宅の入居者(東京都全体)**  
 ◆募集戸数 ①家族向け・単身者向け(一般募集住宅)=1450戸、②定期使用住宅(若年ファミリー向け)=740戸、③定期使用住宅(多子世帯向け)=10戸、④若年ファミリー向け=50戸  
 ◆申込書・募集案内の配布 5月9日(月)~17日(火)に都市計画課(市役所5階)、市政窓口、都庁、東京都住宅供給公社募集センター・各窓口センターなどで配布(都庁と同公社募集センターは、14日(土)・15日(日)午前9時30分~午後5時も配布)。同公社ホームページHP http://www.to-kousya.or.jp/でも入手可  
 申 5月20日(金)(必着)までに申込書を郵送で「〒150-8681渋谷郵便局」へ  
 問 同公社募集センター ☎0570-010-810(募集期間外は☎03-3498-8894)

**仕事・求人**

**しごとの相談窓口**  
 就職・再就職の相談や、年金・労務相談、内職の相談・あっせんなど。  
 日 5月11日(水)午前9時30分~正午(11時30分まで受付)  
 人 内職相談は市民  
 所 三鷹産業プラザ  
 物 雇用保険受給者は雇用保険受給資格者証、内職相談者は身分証明書  
 申 当日会場へ  
 問 生活経済課 ☎内線2543  
**多様な働き方セミナー**  
**「多様な働き方ガイド」**  
 日 5月12日(木)午後1時30分~4時



〒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。

**◆金峰山開山祭ツアー**

川上村は、日本百名山である金峰山・瑞牆山(みずがきやま)・甲武信ヶ岳の登山玄関口です。ツアーでは、標高2,599mで秩父山群の王者といわれる金峰山に登り、開山祭に参加します。  
 日 6月11日(土)~13日(月)(2泊3日)  
 ◇コース 1日目=午前8時市役所発~飯盛山登山~自然の村泊、2日目=自然の村発~金峰山登山(開山祭・昼食)~自然の村泊、3日目=自然の村発~道の駅南清里~(昼食)~午後2時30分市役所着  
 ※中~上級レベルの登山のため、体調管理や装備品の用意をお願いします。  
 人 40人(最少催行人数35人)  
 料 大人23,800円から、小学生18,800円から(交通費、宿泊費、食事代6回分などを含む)  
 ※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28日(土)までに川上郷自然の村 ☎0267-97-3206へ(先着制)

**◆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)

**チケットインフォメーション**

問 (公財)三鷹市スポーツと文化財団 ☎47-5122・HP http://mitaka.jpn.org/

**アンドレアス・オッテンザマー**  
**クラリネット・リサイタル** ピアノ:ホセ・ガヤルド  
 芸術文化センター 風のホール 全席指定  
 5月29日(日) 午後3時開演 (保育)

チケット発売中  
 会員=3,600円  
 一般=4,000円  
 23歳以下=3,000円

[曲目] マラー:ラインの伝説(「子供の不思議な角笛」より)、ブラームス:メロディーのように、ニーノ・ロータ:ソナタ、バッシ:ヴェルディの歌劇「リゴレット」の主題による幻想曲 ほか

21歳の若さでベルリン・フィル首席クラリネット奏者に就任したアンドレアス・オッテンザマーによる、風のホール初のソロ・リサイタルです。



アンドレアス・オッテンザマー ©Lars Borges / Mercury Classics



ホセ・ガヤルド

全編宮崎弁で贈る、切なきすれ違いを描く、大人の恋の物語。  
**小松台東『勇氣出してよ』** 作・演出:松本哲也

出演:瓜生和成、松本紀保、竹井亮介ほか  
 芸術文化センター 星のホール  
 全席自由(日時指定・整理番号付き)  
 5月20日(金)~29日(日) 全12公演

チケット発売中  
 会員=前売2,600円・当日2,900円  
 一般=前売3,000円・当日3,300円  
 学生=2,000円(前売・当日とも)  
 高校生以下=1,000円(前売・当日とも)



Photo保坂萌「想いはブーン」

| 5月    | 20日(金) | 21日(土) | 22日(日) | 23日(月) | 24日(火) | 25日(水) | 26日(木) | 27日(金) | 28日(土) | 29日(日) |
|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 14:00 |        | ☆保育    | ☆      | 休演日    | ★      |        | ★      |        | ●      | ●      |
| 19:00 |        | ☆保育    |        |        |        |        |        |        | ●      |        |
| 19:30 | ☆      |        |        |        |        | ■      | ■      |        | ●      |        |

☆=早期観劇割引と★=平日マチネ割引の公演は、会員・一般のみ各300円引き。  
 ■=終演後に松本哲也書き下ろし・出演の一人芝居「仲良し」(約20分)を上演。



財団主催の公演チケットまたはチケット半券で、三鷹駅周辺の「公演チケットパートナーショップ」協力店でさまざまなサービスが受けられます(サービス有効期間は公演日から7日間)。

**チケットお求め方法**

●電話予約  
 芸術文化センター  
 ☎47-5122  
 10:00~19:00

●インターネット予約(要事前登録)  
 パソコン http://mitaka-art.jp/ticket  
 携帯電話 http://mitaka-art.jp/ticket-m (座席自動採番)

●窓口販売 10:00~19:00 月曜日休館  
 (月曜日が休日の場合は開館し、休日を除く翌日・翌々日が休館)  
 芸術文化センター/三鷹市公会堂さんさん館/美術ギャラリー  
 ※学生券をお求めの方は、公演当日学生証をお持ちください。  
 ※発売中のチケットについて、販売状況により完売となった場合はご了承ください。

●保育料 料金500円、対象は1歳~未就学児、定員10人(公演の2週間前までに申し込む)  
 ※特に記載のない場合は、公演事業は未就学児の入場をお断りしています。

友の会「マークル」会員募集中! 年会費/2,000円 会員特典/チケットの優先予約・割引(1公演2枚まで)・ポイントサービス、情報誌の送付、チケットの無料送付(口座会員のみのみ)、芸術文化センター・三鷹市公会堂レストランでの飲食代金10%オフなど。

## スポーツ

### 平成28年度

#### 女子ジュニアソフトボール教室

③東京都、(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会、三鷹市ソフトボール連盟  
 ④5月7・21日、6月4日の土曜日午前9時～午後0時30分(全3回、雨天中止)  
 ⑤市内の小学生女子①初心者、②経験者、各20人程度  
 ⑥大沢総合グラウンド  
 ⑦グローブ、タオル、飲み物、暑い日は防暑グッズ  
 ⑧開催日の前日までに必要事項(11面参照)・保護者氏名・貸しグローブ希望の場合は利き手を同連盟(矢野) ☎・FAX 47-6712・☎090-2252-1576へ(先着制)

#### 連コミススポーツ塾 ファミリーバドミントン

③連雀地区住民協議会  
 ④5月14日(土)午後1時～4時  
 ⑤市民  
 ⑥連雀コミュニティセンター  
 ⑦当日会場へ  
 ⑧同センター ☎45-5100

#### 中高年の柔軟体操

③井の頭地区住民協議会  
 ④5月17日～6月7日の毎週火曜日午前10時15分～正午  
 ⑤市民40人  
 ⑥井の頭コミュニティセンター新館  
 ⑦セントラルスポーツ(株)のみなさん  
 ⑧タオル、室内履き、飲み物  
 ⑨5月14日(土)までに直接または電話で同センター本館 ☎44-7321へ(先着制)

#### 50歳からの初心者水泳講習会

③三鷹市水泳連盟  
 ④5月18日～6月8日の毎週水曜日午前11時30分～午後1時30分(全4回)  
 ⑤在学・在勤を含む50歳以上の市民20人  
 ⑥第二体育館屋内プール  
 ⑦¥3,500円(保険料を含む)  
 ⑧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)  
 ⑨5月9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)

⑩同連盟(丸岡) ☎47-1346(夜間のみ)

#### レベルアップクロール

③三鷹市水泳連盟  
 ④5月19・26日、6月9・16日の木曜日午後7時～9時(全4回)  
 ⑤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)  
 ⑥第二体育館屋内プール  
 ⑦¥3,200円(保険料を含む)  
 ⑧水着、水泳帽、ゴーグル、タオル、ロッカー代10円(返還式)  
 ⑨5月13日(金)(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)

⑩同連盟(宮崎) ☎090-9149-9129

#### アジ釣り大会

③三鷹市釣魚連盟  
 ④5月22日(日)午前5時30分市役所前または三鷹駅南口集合～午後5時30分市役所前または三鷹駅南口解散(雨天決行)  
 ⑤在学・在勤を含む18歳以上の市民および同連盟会員25人  
 ⑥横須賀  
 ⑦¥12,500円(乗船料、氷・餌代、保険料を含む)  
 ⑧さお(ピシアジ用または80～120号負荷1.8m～2m程度)、リール(PE4～6号の100m巻)、帽子、長靴(スニーカーでも可)、防寒雨具、昼食、15ℓ程度のクーラーボックス、飲み物、酔い止め  
 ※貸しさおセット(手巻きリール付き1,000円、電動リール付き1,500円)があります。

⑨5月18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) ☎090-1129-8190(午後10時まで)・✉yoshino@ci.kagu.tus.ac.jpへ(先着制)

#### 中学生ソフトテニス強化大会(夏季)

③東京都、(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会、三鷹市ソフトテニス連盟  
 ④5月29日(日)午前8時30分～午後5時30分(雨天の場合は7月18日(祝)に延期)  
 ⑤市内の中学生120人程度  
 ⑥大沢総合グラウンドテニスコート  
 ⑦軟式ラケット、テニスシューズ、タオル、水筒、あれば帽子  
 ⑧5月9日(月)までに同連盟(川岸) FAX 47-9081・✉Goddess3103@gmail.comへ(先着制)

comへ(先着制)

⑩同連盟(川岸) ☎080-3936-4675

#### 第89回市民歩行力測定会

④5月29日(日)午前9時30分～午後3時(雨天中止)  
 ⑤健康で歩ける方  
 ⑥井の頭公園(池周辺遊歩道)  
 ⑦当日会場へ(弁財天とひょうたん橋付近の2カ所で受付)  
 ⑧三鷹市体育協会 ☎43-2500(日・月曜日、祝日を除く)

#### ちびっこ水遊び教室

④6月18日(土)・19日(日)1班=午前10時～11時30分、2班=午後2時～3時30分  
 ⑤在園・在勤を含む市内の3歳以上でおむつが取れているお子さんと保護者、各班75組(3歳、4歳、5・6歳の各25組)  
 ⑥第二体育館屋内プール  
 ⑦1日250円(保護者のみ)  
 ⑧水着、バスタオル2枚、ロッカー代10円(返還式)、水泳帽(3歳児=赤、4歳児=黄、5・6歳児=白)  
 ⑨5月17日(火)(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)・生年月日・希望班・市外在住の方は在勤在園先・あれば参加にあたり心配な点を「〒181-8505スポーツ振興課」へ(申込多数の場合は抽選)  
 ⑩同課 ☎内線3324

## 講座

#### 油絵教室

③三鷹市シルバー人材センター  
 ④毎月第1・2・4金曜日午後1時30分～3時30分  
 ⑤三鷹市まちづくり交流室(牟礼6丁目)  
 ⑥同センター会員の伊藤雄三さん  
 ⑦月額2,800円  
 ⑧同センター ☎48-6721へ

#### 第3回大菊作り講習会

中鉢への移植・盆養三枝の誘引(枝を折らない曲げ方)・挿し芽の検証方法など。  
 ④5月8日(日)午後1時30分から  
 ⑤JA東京むさし三鷹緑化センター(農業公園内)  
 ⑥三鷹菊友会のみなさん  
 ⑦作業に適した服装  
 ⑧当日会場へ

⑩同センター ☎48-7482

※自家用車での来場はご遠慮ください。

#### 夏野菜苗物と農業の管理講習会

④5月14日(土)①夏野菜苗物管理講習会=午後1時30分～2時、②農業管理講習会=2時～2時30分(雨天の場合は翌日に順延)  
 ⑤農業公園  
 ⑥作業に適した服装(長靴など)  
 ⑦当日会場へ  
 ⑧JA東京むさし三鷹緑化センター ☎48-7482

※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

iPadの基本操作を2日間で体験します。  
 ④5月17日(火)・19日(木)午前10時～正午(全2回)  
 ⑤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  
 ⑥三鷹産業プラザ  
 ⑦あればiPad  
 ⑧5月2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)。

#### 読み聞かせ入門講座

「はじめてみよう読み聞かせ」  
 ④5月19日(木)午前10時～正午(9時50分開場)

⑤小学校などでの読み聞かせを始めた方、または始めたばかりの方50人  
 ⑥三鷹図書館(本館)  
 ⑦東京子ども図書館職員の床井文子さん  
 ⑧当日会場へ(先着制)  
 ⑨東部図書館 ☎49-3851

#### イタリアンでおもてなし —ミラノ風カツレツほか

③井の頭地区住民協議会  
 ④5月19日(木)午前10時15分～午後0時30分  
 ⑤市民20人  
 ⑥井の頭コミュニティセンター新館  
 ⑦管理栄養士の鈴木明子さん  
 ⑧¥500円  
 ⑨三角巾、エプロン、室内履き、布巾、筆記用具  
 ⑩5月10日(火)に直接、または11日(水)～18日(水)に直接または電話で同センター本館 ☎44-7321へ(先着制)

## 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。 問 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10時まで)

①②はいずれも三鷹市医師会館(野崎1-7-23)  
 ハイキューキュー  
 ☎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(当日電話連絡のうえ、来所)  
 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

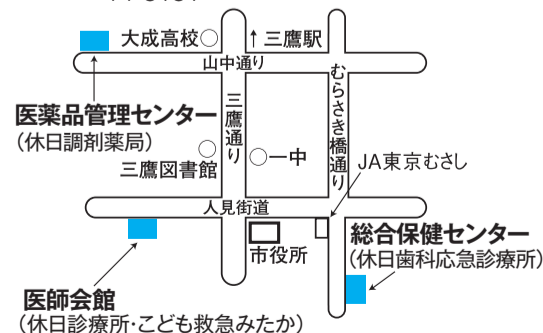
①③④の受付は、日曜日・祝日・年末年始です。

### 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  
 HP <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





子ども工作教室

「夜に光る恐竜づくり」

三鷹駅周辺住民協議会
5月29日(日)午後1時~3時30分
小学生30人
三鷹駅前コミュニティセンター
子ども造形教室主宰の高橋輝夫さん
¥500円(材料代)
鉛筆、消しゴム、新聞紙、ペンチ、持ち帰り用袋
申問 直接または電話で同センター☎71-0025へ(先着制)

おやこでよってチョコっとなつぷるーむ(6月)

NPO法人みたか市民協働ネットワーク
①ママ護身術エクササイズ(パンチ編)=2日(木)、②はじめてのベビーヨガ=6日(月)、③「bloom 生まれたのは私」ふれあい上映会=9日(木)、④カラーセラピーで子育てを楽しく!=11日(土)、⑤産前・産後の骨盤ケア=13日(月)、⑥ベビーサインで楽しい子育て=16日(木)、⑦パパの子育て講座「ベビーマッサージ」=18日(土)、⑧みんな一緒にベビーマッサージ=20日(月)、⑨もっと知りたい!みたかの幼稚園=23日(木)、⑩スリングなど抱っこひもの安全な使い方・選び方=25日(土)、⑪ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前)=27日(月)、⑫ママと英語であそぼ!=30日(木)、いずれも午前10時30分~正午

特に記載のないものはおおむね3歳までのお子さんと親、妊婦、①首据わり~1歳6カ月のお子さんと母親6組、②2カ月~ハイハイ前のお子さんと母親9組、③⑤8組、④⑩6組、⑥4カ月~1歳6カ月のお子さんと保護者8組、⑦9カ月前のお子さんと保護者6組、⑧9カ月までのお子さんと保護者8組、⑨10組、⑩ハイハイ前のお子さんと母親8組、⑪1・2歳のお子さんと母親6組

市民協働センター
¥①②④⑥⑩1,500円、③800円、⑤⑦⑧1,800円、⑨1,000円、⑪1,500円(夫婦2,000円)

※①防犯ホイッスル付き、⑤さらし付き、⑦⑧オイル・シート代を含む、⑨みたか幼稚園ガイド付き、⑫絵本付き。

①抱っこひも、飲み物、タオル、⑦⑧バスタオル、授乳ケープ

申問 5月16日(月)午前9時から必要事項(11面参照)・お子さんの名前(ふりがな)・年齢を同センター☎46-0048・FAX 46-0148・✉kyoudou@collabo-mitaka.jpへ(先着制)

親子さくらんぼ狩り

三鷹駅周辺住民協議会
6月4日(土)午前8時三鷹駅南口発(雨天決行)
市内在住の親子40人(15組程度)
山梨県(さくらんぼ狩り、忍野さかな公園見学など。観光バス利用)
大人5,000円、小学生4,500円、未就学児3,000円
5月11日(水)(必着)までに往復はがきで参加者全員の必要事項(11面参照)を「〒181-0013下連雀3-13-10三鷹駅前コミュニティセンター」へ(1世帯1通。申込多数の場合は初めての方を優先して抽選)

同センター☎71-0025

チャレンジ!陶芸講座

6月4・11・25日、7月2日の土曜日、7月3日(日)午前10時~11時30分(全5回)
全回参加できる市内の小学生24人
社会教育会館
¥300円
申問 5月9日(月)午前9時30分~13日(金)午後5時に直接または電話・インターネットで同館☎49-2521・HP http://www.pf489.com/mitaka/webkm/(生涯学習システム)へ(申込多数の場合は抽選)



要介護高齢者に紙おむつを月1回支給します

要介護認定4・5で市民税非課税世帯の方(特別養護老人ホーム・介護老人保健施設・介護療養型医療施設に入所している方、生活保護世帯の方を除く)

1月1日以降に市内に転入した方は住民税非課税証明書

申問 高齢者支援課(市役所1階12番窓口)へ
同課☎内線2626

高齢者訪問理美容サービスの利用申し込み

市内の理美容組合加盟店から自宅へ出張し、調髪などを行います。

自ら理美容店に行けない65歳以上の在宅高齢者で、要介護認定3~5の方(施設入所または入院中の方を除く)

¥1回500円(年度4回まで利用可)

申問 申込書と「ねたきり状態確認票」(いずれも市ホームページから入手可)を高年齢者支援課(市役所1階12番窓口)へ
同課☎内線2626

介護予防事業

出前講座「お口と栄養のお話」

口の体操、食事の取り方のポイントなど。
平日午前10時~午後3時の間で1時間程度

65歳以上の市民10人以上で構成される団体

申問 希望日時(第3希望まで)・希望会場・団体名・代表者の必要事項(11面参照)・参加予定人数を総合保健センター☎46-3254・FAX 46-4827へ
※会場は各団体で確保してください。

高齢者の生活相談会

5月20日(金)午後1時~3時
1人暮らしで生活に不安のある方、介護や認知症について聞いてみたい方など
三鷹駅前コミュニティセンター
当日会場へ
三鷹地域包括支援センター☎40-2635

こもれび ほっと・サークル

「なつかしの歌声喫茶」

5月20日・6月17日・7月1日の金曜日午前10時~11時30分

おおむね65歳以上の市民60人

福祉社会館

¥1回500円

申問 5月9日(月)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)を「〒181-0012上連雀7-6-24-NPO法人こもれび事務局」へ(申込多数の場合は抽選)

同事務局☎42-4471

介護予防事業「お口と栄養の教室」

歯科医師による講話、口の渇きや栄養を予防する方法など。

6月7日~7月12日の毎週火曜日午前10時~11時30分(9時45分から受付。全6回)

65歳以上の市民で全回参加できる方15人

三鷹ネットワーク大学

申問 5月2日(月)から直接または電話、ファクスで総合保健センター☎46-3254・FAX 46-4827へ(申込多数の場合は抽選)

※参加決定者には6月2日(木)までに通知します。



特別障害者手当などを振り込みます

平成28年2~4月分の特別障害者手当・障害児福祉手当・福祉手当(経過措置)

を、5月10日(火)に受給資格認定済みの方の指定預金口座に振り込みます。

問 障がい者支援課☎内線2618



市民健康講座

「疲れをためない体づくり ストレッチ&リズム体操」

5月25日(水)午前10時30分~午後0時30分(10時15分から受付)

市民30人

三鷹駅前コミュニティセンター

講師 健康運動指導士の鈴木明子さん

物 タオル、飲み物

申問 5月2日(月)から直接または電話で総合保健センター☎46-3254へ(先着制)



生活用品活用市

三鷹市消費者活動センター運営協議会

5月10~24日の毎週火曜日午前10時~午後2時

消費者活動センター

当日会場へ

同センター☎43-7874

介護者ひろば

①5月10日(火)午後1時30分~3時30分、②5月19日(水)午後2時~4時

介護者、介護経験者

①特別養護老人ホームどんぐり山(大沢4-8-8)、②高齢者センターけやき苑(深大寺2-29-13)

当日会場へ

三鷹市社会福祉協議会☎79-3505

認知症の方を支える家族の会

5月11日(水)午後1時30分~3時30分

家族の介護をしている方

三鷹駅前コミュニティセンター

当日会場へ

三鷹地域包括支援センター☎40-2635

新川宿ふれあい通り朝市

模擬店、朝採り野菜・鉢植えの販売、子ども向け催し物など。

三鷹市まちづくり協議会

5月15日(日)午前8時~11時

三鷹市新川宿ふれあい通り(新川6-4周辺)

当日会場へ

問(株)まちづくり三鷹☎40-9669

狭心症

狭心症という病気は、胸が痛む病気です。狭心症にはまず、労作性狭心症があります。

労作性狭心症は、心臓の筋肉に血液を送っている冠動脈という血管が、動脈硬化を起こして細くなり、労作、つまり、体を使ったときに十分な血液が血管を流れないことになって起きます。冠動脈が細くなって、体を使ったとき心臓の筋肉に血液が十分に行かなくなると、私たちはこれを胸の痛みとして感じます。これが労作性狭心症です。

労作性狭心症の原因としては、動脈硬化を進める原因である、高血圧症、脂質異常症、糖尿病、喫煙、肥満、ストレスなどがあります。

労作性狭心症の治療としては、動脈硬化で細くなった冠動脈に血管を使ってバイパスを造り、血液が十分に流れるようにする外科的治療や、細くなった冠動脈内で風船を膨らませて血管を広げる方法、薬物療法があります。

次に、冠攣縮(れんしゅく)性狭心症という狭心症があります。この病気の典型的な症状は、早朝に胸痛が起こることです。労作性狭心症と違い、安静時に起こります。早朝以外にも夜間あるいは日中に起こることもあります。また、運動によって誘発されることもありますが、やはり特徴は、安静時に起こることです。

その原因は、先ほども出てきました、心臓に血液を送っている冠動脈が、痙攣(けいれん)を起こすことです。発作時には冠動脈が痙攣を起こして、キュッと閉まるため、そこから先に血液は流れなくなり、その結果、心臓の筋肉に血液が行かなくなると、胸が痛みます。このとき、重篤な不整脈が出て生命に関わることがあります。また心筋梗塞を起こすこともあります。放置するのはとても危険です。この病気の治療は、薬物投与によって行われます。

狭心症は、体を動かしているときだけでなく、安静時にも起こります。気になる胸痛があるようでしたら、専門の医師に相談してみたいかがでしょうか。

三鷹市医師会☎47-2155

特別支援学校などの就学に向けた説明を行います。

日 5月10日(火)午前10時～正午
人 29年度に就学するお子さんの保護者
所 教育センター
申 当日会場へ
問 学務課 ☎内線3291

受験生チャレンジ支援貸付(無利子)

学習塾受講費(200,000円まで)、受験料(高校27,400円、大学80,000円まで)を貸し付けます(返済免除制度あり)。
人 中学3年生、高校3年生などのお子さんを養育し、一定要件(収入限度など)を満たす方

申 問 三鷹市社会福祉協議会 ☎46-1108へ

マタニティー・ヨガ教室 (保育)

日 毎月第1・3月曜日午前10時～11時30分(祝日を除く)
人 妊娠15週以降の方
所 福祉会館
料 1,500円(社協会員は1,200円)
申 三鷹市助産師会ホームページ HP
http://mitaka-jyosanshi.net/ (保育は2週間前まで)
問 三鷹市社会福祉協議会 ☎46-1108

東児童館の催し(5月)

◆乳幼児親子ひろば
日 ①わくわくランド=2日(月)・6日(金)・9日(月)・10日(火)・12日(木)・13日(金)午前10時～午後2時(木曜日は別内容)、②ひよこランド=11日(水)午前10時～午後1時、③お父さんもいっしょわくわくランド=14日(土)午前10時～11時30分
人 ①③就学前のお子さん、②1歳までのお子さん

◆おもちゃの病院
日 11日午後2時～4時
料 特殊部品などの交換は実費

◆定例行事
日 科学あそびの日=14日午後3時～4時50分、トランポリンの日=17・24日の火曜日午後3時30分～4時45分
※そのほかの定例行事は、同館で配布の「じどうかんだより」や市ホームページをご覧ください。
申 いずれも当日会場へ

◆ママヨガ講座
日 24日午後1時30分～2時30分
人 1歳未満のお子さんと母親20組
講 ヨガインストラクターの平手紘子さん
物 タオル
申 17日から直接または電話で同館 ☎44-2150へ(先着制)
問 同館 ☎44-2150

星と森と絵本の家の催し(5月)

◆絵本のおはなし「どうぶつとくらす」
日 4日(木)午後2時から
申 当日会場へ
◆絵本ビブリオバトル
日 5日(金)午後2時～3時
物 絵本の紹介者として参加する場合は、紹介したい絵本
申 絵本の紹介者は必要事項(11面参照)・紹介したい絵本のタイトルを同施設 ☎39-3401・FAX 39-3402・E komyuni@city.mitaka.tokyo.jpへ

◆おやじの読み聞かせ

日 7日(土)午前10時30分から
◆むかしあそびの日「紙人形遊び」
日 7日午後2時から

◆絵本リレー

参加者が好きな絵本をリレーで読みます。
日 18日(水)午後3時30分から

申 いずれも当日会場へ
問 同施設 ☎39-3401

西児童館の催し

◆乳幼児のあそびひろば
日 乳幼児タイム=開館日の午前9時～午後1時、サークルタイム=月～土曜日午前11時30分～正午、乳幼児タイムスペシャル「アスレチック」=5月11日(水)午前10時から
申 当日会場へ

◆子ども料理教室「入学、進級おめでとう!チョコバナナクッキー」
日 5月11日午後2時30分から、3時30分から
人 小学1・2年生
料 150円
物 エプロン、三角巾、タオル、皿、飲み物
申 5月9日(月)午後5時までに直接または電話、ファクスで同館 ☎31-6039・FAX 31-6261へ

◆親子ふれあいあそび

日 5月18日～6月1日の毎週水曜日午前10時15分～11時(全3回)
人 1歳のお子さんと保護者20組
物 タオル、飲み物
申 5月2日(月)午後2時から直接または電話で同館 ☎31-6039へ(先着制)
問 同館 ☎31-6039

あそびとおしゃべりの会(5月)

日 所 牟礼コミュニティセンター=11日、井口コミュニティセンター・井の頭コミュニティセンター=11・25日、大沢コミュニティセンター・新川中原コミュニティセンター=18・25日、いずれも水曜日午前10時30分～正午
人 年少までのお子さんと保護者
申 当日会場へ
問 すくすくひろば ☎45-7710

おもちゃの病院

日 三鷹市消費者活動センター運営協議会
日 所 リサイクル市民工房=5月14・28日の土曜日、消費者活動センター=5月18日・6月1日の水曜日、いずれも午後1時～午後3時

料 特殊部品などの交換は実費
申 当日会場へ
問 同センター ☎43-7874

すくすくひろばの催し

◆ベビーマッサージ
日 5月17日(火)①午前10時30分～正午、②午後1時30分～3時
人 初めて受講する市内の①5～8カ月のお子さんと母親、②4カ月までのお子さんと母親、各25組
申 5月6日(金)から直接または電話で同ひろば ☎45-7710へ(先着制)

◆年齢別あそびましょ ぞうぐみ「小麦粉粘土」
日 5月19日(木)午前10時15分～11時15分、11時30分～午後0時30分
人 平成25年4月2日～26年4月1日生まれのお子さんと保護者各10組
申 5月6日から直接または電話で同ひろば ☎45-7710へ(先着制)

◆育児講座「パパと親子体操」
日 5月21日(土)午前10時30分～11時45分
人 市内の2・3歳のお子さんと父親15組
申 5月9日(月)から直接または電話で同ひろば ☎45-7710へ(先着制)

◆年齢別あそびましょ ひよこぐみ「こころと発達と食事」
日 5月27日(金)午後1時30分～3時
人 初めて参加する27年4月2日～7月31日生まれのお子さんと保護者12組
申 5月13日(金)から直接または電話で同ひろば ☎45-7710へ(先着制)

◆ワークショップ「3menパパの子育て法」 (保育)
日 6月4日(土)午前10時30分～正午
人 1歳6カ月～3歳のお子さんを持つ父親で初めて受講する市民15人
申 5月23日(月)から直接または電話で同ひろば ☎45-7710へ(先着制)
問 同ひろば ☎45-7710

むらさき子どもひろばの催し(5月)

◆乳幼児のあそびひろば
日 ①大型遊具で遊ぼう・ボールプール=月曜日午前9時～正午、②げんきっ子ランド=火～金曜日午前9時～10時50

分(20・27日の金曜日を除く)、③みんなであそぼう! =火～金曜日午前11時～11時30分(5日(木)・12日(木)・13日(金)・18日(水)・20・27日を除く)

人 就学前のお子さん
申 当日会場へ

◆乳幼児対象のスペシャルイベント

日 ①手形スタンプ=12日・13日午前11時～11時30分、②変身スペシャルバスデー=17日(火)・19日(木)午前11時～11時30分、③にこにこキッズ=18日午前10時45分～正午(10時30分から受付)、④mamaカフェ=20日午前10時30分～11時30分、⑤春の親子クッキング「イチゴどら焼き」=21日(土)午前10時30分～正午、⑥リズム遊び=27日午前11時～11時30分
人 ①～③就学前のお子さん、④1歳6カ月までのお子さんと母親15組、⑤3歳～就学前のお子さんと保護者10組、⑥1歳6カ月～就学前のお子さん
所 ③のみ牟礼コミュニティセンター
料 ⑤1人100円
物 ①④タオル、⑤エプロン、三角巾、マスク、飲み物
申 当日会場へ(④⑤は直接または電話で同ひろば ☎49-5500へ(先着制))

◆小学生対象のスペシャルイベント

日 ①卓球の日=月・金曜日午後3時30分～5時(30日(月)を除く)、②みんなであそぼうデー=火曜日・11日(水)午後3時30分～4時30分、③スポーツの日=木曜日午後3時30分～5時、④クッキング「ピザ作り」=21日午後1時30分～3時30分、⑤一輪車教室=23日(月)午後3時30分～4時30分(雨天中止)、⑥卓球大会=30日午後3時30分～4時30分
人 ④15人
料 ④100円
物 ①③⑤⑥飲み物、タオル(③⑤運動靴、⑤あれば一輪車)、④エプロン、三角巾、マスク、飲み物
申 当日会場へ(④は直接または電話で同ひろば ☎49-5500へ(先着制))
問 同ひろば ☎49-5500

あたたかい善意 (敬称略)

三鷹市社会福祉協議会への寄付 (3月分)

Table with 3 columns: Donor Name, Amount, and Recipient. Includes categories like '一般寄附' and '一円硬貨募金'.

# 市からの お知らせ

記号の意味

- 主催者
- 日時・期間
- 対象・定員
- 場所・会場
- 講師
- 費用(記載のないものは無料)
- 持ち物
- 申込方法 問い合わせ
- 保育 保育あり
- 手話 手話・要約筆記あり

## 申し込み記入例

- ◆あて先は  
各記事の申込先へ
- ◆住所の記載がないものは  
〒181-8555  
三鷹市役所〇〇課へ
- ◆往復はがきの場合は  
返信用にも住所・氏名を  
記入してください

1. 行事・事業名(希望日・コース・回)
2. 郵便番号・住所
3. 氏名(ふりがな)
4. 年齢(学年)
5. 連絡先(電話番号・ファクス番号、メールアドレス)
6. そのほか必要事項(保育・手話希望の有無など)

## お知らせ

### 地区公会堂をご利用ください

市内32カ所にある地区公会堂は、地域のみなさんの活動・交流の場として無料で利用できます。管理運営は地域の町会・自治会などが行っています。予約申し込み先・利用方法はコミュニティ文化課へお問い合わせください。

☎同課☎内線2517

### 人権擁護委員が再任されました

星野和子さん、井口明子さん、大野良昭さんが4月に再任されました。任期は3年間で、人権相談や啓発活動を行います。

☎相談・情報課☎44-6600

### 街路灯交換工事を行っています

市内全域の街路灯をLED灯へ交換する工事を、9月下旬までの予定で行っています(既設のLED灯、デザイン灯を除く)。工事の際、市の腕章を着けた作業員が、私道・私有地内で作業する場合があります。

ありますので、ご協力をお願いします。

☎道路交通課☎内線2855

### 道路交通課「狭あい道路」の担当窓口が第二庁舎に移転します

5月9日(月)から、狭あい道路拡幅整備事業を取り扱う担当窓口を市役所5階から第二庁舎1階に移転します。同事業以外の業務(道路境界確定図の閲覧など)は、引き続き市役所5階で行います。

☎道路交通課☎内線2853

### 消費者被害防止キャンペーン

5月は消費者月間です。悪質商法に危機意識を持っていただくよう、被害防止に関する啓発品を配布します。

☎5月14日(土)午前11時～正午

☎所 三鷹駅南口周辺

☎消費者活動センター☎43-7874

### 5月は赤十字社員(会員)増強運動月間です

運動期間中、町会・自治会の方が募金のお願いに各家庭を訪問します。募金は、災害救護・支援活動をはじめ、医療・献血事業、福祉施設の運営など、日本赤十字社が行う人道的活動に活用されます。

※募金は、三鷹市募金委員会事務局でも受け付けます。

☎同事務局(福祉会館内)☎46-1108

### 町会等自治組織助成金を交付します

市内で活動する町会・自治会に対し、世帯割額(1世帯当たり200円)と均等割額(世帯数により8,000円～17,000円)を交付します。

☎5月20日(金)までに交付申請書と平成27年度事業実績報告書(27年度に助成金を受けていない団体は不要)をコミュニティ文化課(第二庁舎2階)へ

☎同課☎内線2517

### 生産緑地地区の追加指定

◆相談の受付期間 6月3日(金)まで

◆条件(概略) ①農業と調和した都市環境の保全など生活環境の確保に効用があるもの、②現況が農地であること、③500㎡以上の規模であること、④農業の継続が可能であること

※ほかにも指定条件がありますので事前にご相談ください。

☎都市計画課☎内線2814

### 野川流域河川整備計画(変更原案)のご意見を募集しています

同計画(変更原案)は、市緑と公園課(市役所5階56番窓口)、東京都建設局河川部、東京都北多摩南部建設事務所、同局ホームページ<http://www.kensetsu.metro.tokyo.jp/>で閲覧できます。

◆ご意見をお寄せください

5月27日(金)までに、閲覧場所に設置の意見箱へ直接、または「〒163-8001 東京都建設局河川部」・FAX 03-5388-1533・✉S0000384@section.metro.tokyo.jpへ

☎同局河川部☎03-5320-5415

## 税金

### 5月31日(火)は固定資産税・都市計画税(第1期)の納期限です

◆納税通知書を4月28日に発送しました  
課税明細書は、証明書の申請や平成28年分の所得税確定申告書作成の参考資料としても利用できます。

☎資産税課☎内線2363

◆期限までに納付をお願いします

市税を未納のままにすると、法令に基づき延滞金が加算されます。納期内納付

が困難な場合は納税課へご相談ください。納付は、便利な口座振替のほか、金融機関やコンビニエンスストア、Pay-easy(ペイジー)対応のATMでも可能です。

☎同課☎内線2417(口座振替)・☎内線2433(納税相談)

### 5月31日(火)は軽自動車税の納期限です

◆納税通知書を5月2日(月)に発送します  
今年度から税率が変更されました。

くわしくは、同封のお知らせまたは市ホームページをご覧ください。

☎市民税課☎内線2355

◆期限までに納付をお願いします

市税を未納のままにすると、法令に基づき延滞金が加算されます。納期内納付が困難な場合は納税課へご相談ください。納付は、便利な口座振替のほか、金融機関やコンビニエンスストア、Pay-easy(ペイジー)対応のATMでも可能です。

☎同課☎内線2417(口座振替)・☎内線2433(納税相談)

### 臨時納税相談窓口を開設します

同日程で電話相談も受け付けます。

☎5月12日(木)～22日(日)の平日午後5時～7時30分、土・日曜日午前9時～午後4時30分

☎所 納税課(市役所2階25番窓口)

※庁舎南側スロープ下の地下1階警備室前通用口からお入りください。

◆相談・納付(納入)できる税目

市民税・都民税(普通徴収・特別徴収)、固定資産税(償却資産分を含む)・都市計画税、軽自動車税、法人市民税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料

☎同課☎内線2433

※市職員と偽った電話や訪問が発生しています。職員は訪問時に顔写真付きの「徴税吏員証」を携帯しています。不審な場合は同課へご連絡ください。

## クールビズを実施しています

市では夏季などの省エネルギー対策の一環として、5月1日(日)から10月31日(月)まで、執務中にネクタイと上着を着用しない「クールビズ」を実施しています。ご理解をお願いします。

☎職員課☎内線2233

## 熊本地震災害への義援金を受け付けています

☎三鷹市社会福祉協議会☎46-1108

熊本地震の発生により被災された方々を支援するため、義援金の募金箱を設置しています。寄せられた義援金は、日本赤十字社を通じて、被災した各地に届けられます。

### 設置場所

- ・市役所1階市民ホール(平日午前9時～午後4時30分)
- ・福祉会館1階受付(祝日を除く午前9時～午後5時)
- ※福祉会館2階でも、直接義援金を受け付けています。
- ※現時点での物品の寄付はご遠慮ください。

### 郵便局や金融機関でも義援金を受け付けています

- ①ゆうちょ銀行・郵便局
- ・口座記入番号：00130-4-265072
- ・口座加入者名：日赤平成28年熊本地震災害義援金
- ※窓口の場合、振込手数料は掛かりません。

### ②その他の金融機関

- ・三井住友銀行すざらん支店  
普通預金 2787530
- ・三菱東京UFJ銀行やまびこ支店  
普通預金 2105525
- ・みずほ銀行クヌギ支店  
普通預金 0620308
- ※口座名義はいずれも「日本赤十字社」。金融機関や振り込み方法によって、手数料が掛かる場合があります。

※受領証の発行を希望する場合は、義援金名・住所・氏名(受領証の宛名)・電話番号・寄付日・寄付額・①口座番号・②振込金融機関名・支店名を日本赤十字社パートナーシップ推進部 FAX 03-3432-5507へご連絡ください。

## 国保・年金

### 国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の年金からの引き落としを口座振替に変更できます

☎振替を希望する口座の内容が分かるものと届出印、保険証を納税課(市役所2階24番窓口)へ

※8月の年金引き落とし分から変更したい方は、5月31日(火)までに申請してください。

☎同課☎内線2417

## 子育て・教育

### 平成29年度就学に向けた教育支援学級などの説明会

小学校の通常の学級・教育支援学級・

●市役所代表電話  
☎0422-45-1151  
代表電話ダイヤル後、交換手に各課の内線番号をお伝えください。

●困りごとの相談は 市民相談専用電話  
☎0422-44-6600

●あなたのご意見を 市民の声専用FAX  
FAX0422-48-2810

●子どもを見守る 安全安心メールの登録  
✉maam@req.jp  
あてに空メールを送信してください

「みる・みる・三鷹」J:COMチャンネル武蔵野・三鷹(地デジ11チャンネル)第475回(5月1日～5月14日)  
4月からスタート「介護予防・日常生活支援総合事業」/杏林大学生の手作り「三鷹市内まち歩きマップ!」  
放送時間/月～日曜日 9:00 12:30 20:00 23:30

むさしのFM 78.2MHz  
「おはよう!三鷹市です」放送時間/月～金曜日 10:20～10:25  
「三鷹くちこみテレフォン」放送時間/木曜日 9:45～9:55

人口と世帯 平成28年4月1日現在 ( )内は前月との増減  
住民登録者数:183,951人(1,001人増) 男:90,108人(479人増)/女:93,843人(522人増)  
世帯:91,400世帯(710世帯増)

## 大雨に備えるために 総合水防訓練に ご参加ください

5月15日(日)  
午前9時30分  
～11時30分

所 新川あおやぎ公園(新川1-11-16)  
申 当日会場へ  
問 防災課 ☎内線2283

◇参加団体 市、三鷹警察署、三鷹消防署、三鷹市消防団、三鷹市建設業協会、三鷹女性防災リーダーの会、三鷹消防署災害時支援ボランティア、三鷹市自主防災組織

近年、都市部では下水道の雨水排水能力を超える集中豪雨により、床上・床下浸水や道路冠水といった都市型水害が頻発しており、市内でも局地的な豪雨による浸水などが発生しています。市ではこうした都市型水害に備え、今年も総合水防訓練を実施します。訓練では、身近なものを使った水防対策を体験できるほか、参加者には防災グッズなどを差し上げます。集中豪雨の際には早めの行動が大切です。訓練に参加して、日頃から水防への備えをお願いします。

### 主な訓練内容



#### 「水圧によるドア開閉」体験訓練

水圧がかかり、重くなったドアの開閉を体験します。

#### 「都市型水防工法」体験訓練

家庭用のごみ袋やプランターなどを活用した、家庭でもできる水防工法を体験します。



#### 「土のう作成」体験訓練

土のう袋に砂を詰め、土のうを作る作業を体験します。

## ガーデニングフェスタ2016プレイベント 「花のまち交流会」を開催します

ガーデニングを楽しむ交流の場 問 NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会 ☎31-2671

「手のひらで楽しむガーデニング—はじめて出会う彩花盆栽の魅力」をテーマに、盆栽家の山田香織さんによる講演会を行います。また、「公開授業」では、来場者の中から数名に彩花盆栽を作っていただきます。

休憩時間には、同協会の花壇ボランティアのみなさんからハーブティーが振る舞われるほか、東日本大震災で被災した姉妹町・福島県矢吹町の復興を支援するため、募金を行います。募金にご協力いただいた方には、同町周辺で収穫したお米をプレゼントします。

主 三鷹市市民緑化推進委員会、市  
日 6月11日(土)午後1時30分～3時30分(1時開場)  
人 120人

所 三鷹市公会堂さんさん館  
申 5月2日(月)～20日(金)(必着)に往復はがきで必要事項(11面参照)を「〒181-0014野崎3-12-14NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会」へ(申込多数の場合は市民を優先して抽選)

#### ◇山田香織(やまだ・かおり)さん プロフィール

平成11(1999)年に彩花盆栽教室を設立し、盆栽を若年層や女性にも広める活動を実施。20(2008)年～23(2011)年にNHK教育テレビ「趣味の園芸」のキャスターを務めるなど、テレビや雑誌のほか、さいたま観光大使としても多方面で活躍中。



## 三鷹駅南口から徒歩1分 「おもてなし」の玄関口 みたか観光案内所が 来場者20万人達成!

平成20年4月27日に開設した「みたか観光案内所」の来場者が、4月10日に20万人を突破しました。記念すべき20万人目となったのは、下連雀在住の渡邊哲也さん、智美さんご夫婦。昨年の秋にアメリカから市内に転入されたというお二人は、この日、小学生のめいのために三鷹の森ジブリ美術館の市民枠チケットの空き状況を確認しに訪れました。哲也さんは2回目、智美さんは初めての利用とのことで、突然の出来事に驚きながらも「記念すべき20万人目になれてとてもうれしいです。観光案内所は三鷹の情報が集約されている場所なので、これからも利用して、三鷹の歴史などを学んでいきたいです」と話してくれました。

渡邊さんご夫婦には、清原慶子三鷹市長とNPO法人みたか都市観光協会の金子彰理事長から、記念品として三鷹のおみやげ「TAKA-1(タカワン)」グッズの詰め合わせが贈られました(写真)。



渡邊さんご夫婦(右)

### 三鷹の魅力を発信!みたか観光案内所

市内の各種マップや観光関連施設のパンフレットを取りそろえている同案内所では、三鷹の森ジブリ美術館の三鷹市・近隣市民枠チケットや「TAKA-1」グッズなども販売しています。市内の方も、市外の方も、三鷹の魅力を探しにぜひお越しください。

日 午前9時～午後6時(火曜日定休、年末年始・臨時休業あり)  
所 下連雀3-24-3-101  
問 同案内所 ☎40-5525



## 街角の庭や緑の街並みの写真を大募集!

応募いただいた写真は作品集に掲載するほか、今秋開催の同フェスタ会場や展示会などでパネル展示します。また、応募者全員に記念プレートを贈呈します。

### ◆わたしの庭部門(自薦部門)

市民のみなさんの目に触れる草花や樹木、生け垣などを植栽している庭が対象です。自宅や通学・通勤している市内の学校や事業所などをご紹介ください。

人 市民

### ◆私の緑のお気に入りスポット部門(他薦部門)

市内の花や緑で彩られたお気に入りの風景や街並み、身近にある大切な樹木、緑の憩いの空間など、市民のみなさんの目に触れるスポットをご紹介ください。

人 在学・在勤を含む市民

申 5月2日(月)～6月30日(木)(必着)に同協会へ(各部門1人1点、両部門への応募可)

※応募写真は、道路などから見える市内の場所の写真に限ります。

※現像された写真(紙焼き)での応募は、L、2L、はがきサイズのみ。  
※くわしくは募集要項(同協会、市緑と公園課<市役所5階56番窓口>、コミュニティセンターで配布。市ホームページや同協会ホームページ [HP](http://hanakyokai.or.jp/) http://hanakyokai.or.jp/からも入手可)をご覧ください。

### ◇注意事項

- 応募写真は返却しません。展示などに際し、ネガまたは画像データを提供いただくことがあります。
- 写真の使用権は主催者に帰属し、同フェスタの運営や広報活動に使用することがあります。
- 被写体の個人情報や肖像権に対し、主催者は責任を負いません。事前に被写体となるお宅の了解を得て応募してください。



昨年の応募写真から

