

## 第80回 太宰治作品朗読会『雌に就いて』『服装に就いて』

朗読は、朗読劇などの舞台で活躍する俳優の宇井晴雄さん(写真)。

📅12月16日(金)午後6時～6時50分 🧑25人 所 太宰治文学サロン  
📍12月6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グランジャルダン三鷹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)  
📞同サロン ☎26-9150



## 京王駅伝フェスティバル 2016

ミニSL・バス・タクシーの乗車体験コーナーのほか、出店ブースやステージパフォーマンスなど、楽しいイベントが盛りだくさんです。

📍京王電鉄(株) 📅11月20日(日)午前10時～午後4時(荒天中止)  
所 味の素スタジアム  
📍当日会場へ(駅伝の参加申し込みは終了)  
📞同イベント事務局 ☎03-3584-1122(平日午前10時～午後5時)、市企画経営課 ☎内線2109

## 市民活動

みんなの  
掲示板

## 催し

## 暮らしの保健室みたかの催し

📍健康・生活・介護なんでも相談  
①毎週月曜日午後1時～4時、②毎週水曜日午前10時～午後2時、③おしゃべり会[聞いてきて]＝毎週金曜日午後1時～4時 所 ①③みたかスペースあい、②オタリ南浦ビル2階(下連雀7-1-27) 📍当日会場へ 📞 ☎050-3708-2749

## みたかふれあいサロンの催し

📍①iPad&タブレット(Android・Windows)使い方個別相談会＝毎週火・金曜日午後1時15分～2時45分、②教養シリーズ＝技術は経営に何ができるか＝11月10～24日の毎週木曜日午後6時15分～7時45分 🧑各10人 所 三鷹産業プラザ ☎ ①2,000円、②500円(いずれも1回) 📍 同NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹 ☎40-2663・ ☎40-2664(先着制)

## おしゃべり広場「冬の小物を編もう」

📍三鷹市の福祉を進める女性の会  
📅11月9日(木)午前10時～正午 所 福祉会館 ☎100円 物 編み物の材料 📍 同 📞 ☎090-4713-5210

## 元気ひろば おれんじの催し

📍①ラフターヨガ＝11月9日(木)午前10時30分～正午、②初めてのペーパークイリング＝9日午後1時30分～3時、③おきゅうで簡単セルフケア＝10日(木)午前10時～11時30分、④動物ぼんぼん作り＝15日(木)午後1時～2時30分、⑤ふまねっと運動教室＝16日(木)午後1時～2時30分、⑥iPadで楽しく遊ぼう！＝17日(木)午後1時～2時30分、⑦アトリエコスモス大人のアトリエ＝18日(金)午後1時～2時30分 所 同会(中原3-1-65) ☎ ①600円、②300円、③1,500円(資料代などを含む)、④1,700円、⑤500円、⑥700円、⑦1,000円 📍 同会 ☎76-5940・ ☎26-9419

職場体験説明会―進路・就職に悩む若者またはご家族の皆さんへ  
📍NPO法人文化学習協同ネットワーク 📅11月9日(木)・22日(木)午後2時～3時 所 同法人(下連雀1-14-3) 📍 同 📞 ☎70-5067

## 知育・造形リトミック！

📍ぶりも・ももリトミック 📅11月10・17日の木曜日午前9時30分～11時 🧑平成26年4月2日～27年4月1日生まれのお子さんと保護者15組 所 芸術文化センター ☎500円(1回) 📍 同 佐藤 ☎080-1227-3048(平日午後1時～3時)・ ☎p.rhythmique@gmail.com(先着制)

## タンゴの講習会

📍ダンスサークルファルコン 📅11月10・17日、12月1・15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) 📍 当日会場へ 📍 同 📞 ☎090-1459-2237

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

※タイトル後に★のあるものは社会教育会館の講師派遣事業。

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 ☎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。

## しろがねGalleryの催し

📍①藏隆幸 日本画展＝11月11日(金)～16日(木)、②陶芸二人展 安田律子・関根佳代子＝25日(金)～30日(木)、いずれも午前11時～午後7時(16・30日は5時まで) 所 同画廊 📍 期間中会場へ 📍 同画廊 ☎43-3777

## 市民講座「悪徳リフォームにあわないために」

📍三鷹市住宅リフォームセンター  
📅11月11日(金)午後7時～9時 所 消費者活動センター 📍 当日会場へ 📍 三鷹市住宅リフォームセンター ☎43-7945

## 予算のある家計簿でみつしよう！「我が家のちょうどよい暮らし方」

📍東京第三友の会三鷹方面 📅11月12日(土)・15日(火)午前10時～正午 🧑保育(1歳以上)10人 所 消費者活動センター ☎400円(1回)、保育250円 📍 同 📍 当日会場へ。保育は上村 ☎76-0998・HP http://tokyodai3tomo.jimdo.com/ (先着制)

## 秋のガレージセール

📍ゆ&み 📅11月12日(土)午前11時～午後3時 所 下連雀3-32-12親光荘103 📍 当日会場へ 📍 紺野 ☎44-6252

## 2016 ぼ 由芽一佐藤淳展

📍ざらりー由芽 📅11月12日(土)～27日(日)正午～午後7時(27日は5時まで) 所 同画廊 📍 期間中会場へ 📍 同画廊 ☎47-5241(木曜日休み)

## ぼっパサロン 高次脳機能障害当事者・家族会

📍三鷹市障がい者相談支援センター  
ぼっパ 📅11月12日(土)午後3時～5時 所 下連雀地区公会堂 📍 同 宮城 ☎71-0901・ ☎poppu@dream.ocn.ne.jp

## 鉛筆デッサン講習会「パンを描く」★

📍三鷹デッサン会 📅11月13日(日)午前10時～午後0時40分 🧑10人 所 三鷹駅前コミュニティセンター 講師 創形美術学校講師の高橋輝夫さん 📍 同 井戸原 ☎080-1055-9109・ ☎49-0858(先着制)

## 中国のお茶を飲みながら中国語を話しませんか？

📍中国語広場 初級＝①11月13日～12月4日の毎週日曜日午後1時～3時、②11月16日～12月7日の毎週水曜日午後6時30分～8時、③入門と初級＝11月15日～12月6日の毎週火曜日午後1時30分～3時30分 所 ①三鷹駅前コミュニティセンター、②三鷹駅前地区公会堂、③連雀コミュニティセンター ☎2,500円(1回、資料代・飲み物代を含む) 📍 同 おう ☎090-8001-9720

## 2016年度三鷹三中同窓会①総会・②懇親会

📍三鷹市立第三中学校同窓会 📅

11月13日(日)午後1時30分～4時30分 所 ①三中、②高山地区公会堂 📍 当日会場へ 📍 同 📞 ☎090-8729-2669

## 憲法改正草案と私たちの暮らし

📍三鷹9条の会 📅11月13日(日)午後2時～4時30分 所 市民協働センター ☎500円(障がいのある方、高校生以下無料) 📍 当日会場へ 📍 同 久保田 ☎46-7094

## 疲労回復のためのヨーガセラピー

📍三鷹の森ヨーガ 📅11月15～29日の毎週火曜日午後5時45分～6時30分 🧑女性市民 所 連雀コミュニティセンター ☎1,000円(1回、資料代を含む) 📍 同 ショウグチ ☎70-1677・ ☎mitakayoga@yahoo.co.jp

## ハタヨガ

📍ふらっとヨーガ 📅11月16・30日の水曜日午前10時～11時30分 所 あきゅらいず森の楽校(野崎3-9-27) ☎500円(1回) 📍 当日会場へ 📍 同 日比野 ☎70-1233・ ☎flatyoga@gmail.com

## NPO法人子育てコンビニの催し

📍羊毛フェルト講座「クリスマス飾りを作ろう」＝①11月16日(木)、②29日(火)、③「ベビースキンケア」男の子のデリケートゾーン編＝22日(木)、いずれも午前10時～11時30分 所 ①みたかボランティアセンター(上連雀8-3-10)、②星と風のカフェ(下連雀3-8-13)、③元気ひろばおれんじ(中原3-1-65) ☎2,000円(①②材料代を含む) 📍 同法人 ☎info2@kosodate.or.jp 同法人 ☎41-7021

## 外国人ママ・国際結婚ママおしゃべり交流会

📍Mama Tomo Cafe(ピナット)  
📅11月17日(木)午前10時～11時30分 🧑外国籍・国際結婚の母親 所 ICU心理相談室 📍 当日会場へ 📍 同 ☎34-5498

## 第27回ひまわり地域交流祭

📍(社)三鷹ひまわり会 📅11月19日(土)午前10時30分～午後2時30分 所 三鷹ひまわり第一共同作業所(下連雀4-8-20) 📍 当日会場へ 📍 同施設 ☎76-0388

## ゼロからわかる！電力自由化入門講座 電力会社のかしこい選び方

📍NPO法人みたか市民協同発電  
📅11月20日(日)午前10時30分～11時50分 所 明星学園小中学校いちょうのホール 📍 当日会場へ 📍 同 ☎090-6049-0203

## アリスみたか定例会

📍アリスみたか(三鷹市母子寡婦福祉会) 📅11月20日(日)午後1時～3時 所 福祉会館 ☎幼児100円、小学生以上200円(会員は小学生以上100円) 📍 同 ぶるたに ☎090-4713-5210・ ☎paamandayo@yahoo.co.jp

## 不登校 親の会

📍フリースペース コスモ 親の会  
📅11月20日(日)午後2時～5時 所 NPO法人文化学習協同ネットワーク(下連雀1-14-3) 📍 同法人(平岩) ☎47-8706

## 国際ケッコンのパパ・ママ・こどもの交流・友達・仲間づくりの会

📍インターナショナルフレンズ 📅11月22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 📍 当日会場へ 📍 同 ☎090-6405-5120・ ☎IntlFriends123@gmail.com

## 大人向け紙飛行機工作講座

📍ハッピーグランパ倶楽部 📅11月24日(木)午後1時～3時 🧑10人 所 牟礼コミュニティセンター ☎500円 物 はさみ、カッターナイフ 📍 同 石井 ☎090-3437-0420(先着制)

## おしどりマコ&amp;ケンの福島原発事故徹底検証★

📍さよなら原発！三鷹アクション  
📅11月26日(土)午後1時30分～5時 所 市民協働センター 講師 DAYS JAPAN編集員でよしもとクリエイティブ・エージェンシー所属のおしどりマコ&ケンさん ☎500円(資料代) 📍 当日会場へ 📍 同実行委員会 ☎080-5465-8138

## 第157回太宰治の足跡案内

📍みたか観光ガイド協会 📅 同 11月27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 📍 当日集合場所へ 📍 同 ☎44-0981

## 第139回井の頭かんさつ会「落ち葉のアルバム作り」

📍井の頭かんさつ会 📅11月27日(日)午前10時～正午 所 井の頭公園 ☎300円 📍 同会 HP http://kansatsukai.net/ 同会(小町) ☎petittown@jcom.zaq.ne.jp

## 三鷹雑学大学「日本の経済は破綻するのか？―少子高齢化と世代間格差のゆくえを考える」

📅11月27日(日)午前10時～正午 所 消費者活動センター 📍 当日会場へ 📍 同 岩永 ☎090-4220-1227・ HP http://mzatsugaku.wpblog.jp/

## みたか・ダンス交流会

📅11月27日(日)午前10時～正午 所 社会教育会館 ☎500円 📍 当日会場へ 📍 同 羽根田 ☎44-1099

## みたか・みんなの広場の催し

📍①市民リレートーク：三鷹の嚆下(えんげ)と栄養を考える会の亀井倫子さん「最期まで幸せに食べ続けるためのお口のケア」＝11月28日(月)午後1時30分～3時、②お茶と雑談：市民の集いの場「みたか・みんなの広場」＝毎週木・金・土曜日午後 🧑各10人 所 同会(下連雀4-5-19みたかの家内) ☎ ①500円、②200円 📍 同 なりきよ ☎080-1362-

## 12月4日発行号

原稿締切日 11月10日(木)

## 12月18日発行号

原稿締切日 11月21日(月)

いずれも午後5時まで

5359(先着制。当日参加可)

## プリザーブドフラワーでクリスマス壁飾りを作ろう

📍flower non 📅11月30日(木)午前10時から 所 三鷹市公会堂さんさん館 ☎2,500円 📍 同 石井 ☎090-3473-0270・ ☎26-4873

## 3歳までのお子さんの冬の病気とホームケア

📍北多摩中央医療生活協同組合  
📅12月8日(木)午前10時～11時30分 所 みなみうら生協診療所(下連雀7-1-27) 📍 同組合 ☎042-382-9112

## 伝言板

## 糖尿病予防フェスタ2016

📍武蔵野赤十字病院 📅11月13日(日)正午～午後4時 所 同病院 📍 当日会場へ 📍 同病院(平賀) ☎32-3111

## 学生とランチと一緒に！食DE絆

📍第5期地域福祉ファシリテーター修了生・ルーテル学院大学学生有志 📅11月16日(木)午前11時～午後1時 所 同大学学生食堂 ☎昼食代実費 📍 当日会場へ 📍 同大学コミュニティ人材養成センター ☎31-7920

## シジュウカラの巣箱を作ろう

📍野川公園緑の愛護ボランティアの会野鳥グループ 📅11月23日(祝)①午前10時～11時、②11時～正午、③午後1時～2時 🧑小学生各回4人(保護者同伴) 所 同園自然観察センター ☎300円(材料代、保険料) 📍 同 同園サービスセンター ☎31-6457(先着制)

## ICU生涯学習講座

📍①古代人の食卓＝11月26日(土)午前10時～11時、②フランス語とフランス映画の魅力＝28日(月)～30日(木)午後1時～4時(全3回) 🧑各30人 所 同大学 ☎ ①1,000円、②3,000円(1回1,000円) 📍 同 11月21日(月)までに同大学総務グループ社会サービス担当 ☎33-3013・ ☎s-service@icu.ac.jp・ HP http://www.icu.ac.jp/ (いずれも先着制)

## 女性泌尿器科医が語る！女性に起こりやすい症状とその予防法

📍杏林大学医学部泌尿器科 📅11月26日(土)午後3時～5時 所 三鷹駅前コミュニティセンター 📍 当日会場へ 📍 同科市民公開講座事務局(出来) ☎47-5511

## 月刊わがまちジャーナル

11月号地上11chで放送中

朗読の部屋 太宰を読む「貨幣」ほか

NPO法人むさしのみたか

市民テレビ局

☎・ ☎79-1434

☎mmctv@jcom.zaq.ne.jp

※ご意見、情報をお寄せください。