

所 女性交流室(下連雀3-30-12中央通り
タウンプラザ)
事前相談・情報課 ☎内線2215へ
企画経営課 ☎内線2115

**女性のための無料ホットライン
女性の権利110番**

DV、セクハラ、ストーカーなど弁護士と女性相談員が相談に応じます。

◆電話相談 ☎03-3595-8370
東京弁護士会、第一東京弁護士会、
第二東京弁護士会、日本弁護士連合会
6月24日(土)午前10時～午後4時
※面談による継続相談もできます(初回のみ無料)。
第二東京弁護士会 ☎03-3581-2257

「子どもの人権110番」強化週間

◆電話相談 ☎0120-007-110(フリーダイヤル)
6月26日(月)～7月2日(日)午前8時30分～午後7時(7月1日(土)・2日は午前10時～午後5時)

東京法務局人権擁護部 ☎03-5213-1234

総合オンブズマン相談(7月)

市政に関する苦情を受け付けます。
中村一郎さん(弁護士) = 6・20日、
片桐朝美さん(杏林大学准教授) = 13・27日、
いずれも木曜日午後1時30分～4時30分
所 相談・情報課(市役所2階)
同課 ☎内線2215へ



平成29年度第1回三鷹市地域公共交通活性化協議会の傍聴

北野ルートの代替道路へのルート変更、バス停の移設についてほか。
6月26日(月)午後2時～4時
人 若干名
所 クリーンプラザふじみ

当日会場へ(先着制)
道路交通課 ☎内線2883
平成29年度がんばる地域応援プロジェクト選考委員会の傍聴
「三鷹市町会等地域自治組織活性化助成金」対象事業の選考。
7月8日(土)午前9時30分から
人 10人
所 市民協働センター
当日会場へ(先着制)
コミュニティ創生課 ☎内線2513

※「市からのお知らせ」は11面からご覧ください。

**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FAX76-2490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。

7月16日発行号
原稿締切日 6月23日(金)
8月6日発行号
原稿締切日 7月13日(木)
いずれも午後5時まで

催し

**からだもあたまも気持ちもスッキリ
日曜日! 駅前ラジオ体操&軽いウォーキングとごみ拾い&朝カフェ!**
つながりのはじめまして 毎週日曜日午前6時25分から(雨天中止) 三鷹駅南口緑の小ひろば(ジブリ美術館行きバス停東側)
当日会場へ(雨天時は同会) HP http://enchante-de-connect.wix.com/enchanteで確認 同会 ☎080-3356-5617

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 = 毎週月曜日午後1時～4時、おしゃべり会「聞いてきて」 = 毎週金曜日午後1時～4時 みたかスペースあい 当日会場へ 同会 ☎050-3708-2749

みたかふれあいサロンの催し
①まるごと基礎講座インターネットやワード、エクセルなど = 毎週月曜日午後1時15分～3時、②ケータイ・スマホなんでも相談会 = 6月21日、7月19日の水曜日午後3時45分～5時 ①10人、②5人 三鷹産業プラザ ☎1,500円(1回) 同NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹 ☎40-2663・FAX40-2664(先着制)

元気ひろば おれんじの催し
①音叉カラー呼吸法でアンチエイジング = 6月22日(休)午前10時～11時30分、②小原流生け花 = 23日(金)午前10時30分～正午、③おきょうで簡単セルフケア = 28日(休)午前10時～11時、④ラフターヨガ = 28日(休)午後2時～3時30分、⑤ロミロミマッサージ体験 = 30日(金)午前10時～11時 同会(中原3-1-65) ☎1,500円(資料代を含む)、④600円、⑤500円(15分) 同会 ☎76-5940・FAX26-9419

「サロンきっかけ」おしゃべり会
活躍きっかけ隊 6月22日(休)午前10時～正午 三鷹市公会堂さんさん館 ☎100円 当日会場へ 同会 ☎080-5496-9758

絵本の会「えほんのはら」
子育てひろば てくてく 6月22日(休)午前10時30分～11時30分 同会(深大寺1-3-3) 当日会場へ 同会 ☎26-4381(月・火・木曜日午前10時～午後3時)

楽しくきれいにウォーキングーいつまでも元気に歩きたい女性のために
楽しくウォーキングの会 6月

22日(休)午後1時～2時 三鷹駅前コミュニティセンター ☎500円 当日会場へ 同会 ☎090-6189-4817

ふるしき市
三鷹市ボランティア連絡協議会 6月24日(土)午前10時～午後1時 市役所議場棟下 ☎500円(1区画分) 同みたかボランティアセンター ☎76-1271(申し込みは2区画まで)

堀尾貞治展 あたりまえのことー音の形
ぎやらりー由芽 6月24日(土)～7月9日(日)正午～午後7時(9日は5時まで) 同画廊、ぎやらりー由芽のつづき 期間中会場へ 同画廊 ☎47-5241(木曜日休み)

子どもおとなもあそびがいっぱい「子どもまつり」だよ!
NPO法人子ども生活・ゆめこうば 6月25日(日)午前10時30分～午後2時30分 同農業公園 ☎300円(保険料、とん汁代を含む) 当日会場へ 同法人 ☎34-0040

エコマルシェーペットボトルでつくるミニソーラーカー 親子工作
NPO法人みたか市民協同発電 6月25日(日)①午後1時30分から、②2時30分から、③3時30分から 同みたかスペースあい ☎1,800円 同オオヤウチ ☎090-6049-0203・FAX31-0287

超高齢社会での逝き方を考えるー中村仁一医師の講演DVD上映
三鷹自分の死を考える集い 6月25日(日)午後2時～4時 同市民協働センター ☎1,000円 当日会場へ 同野 ☎47-9384(午後8時以降)

野川の清流を辿る
三鷹の歴史研究会 6月27日(火)午前10時JR武蔵小金井駅改札外集合～午後3時 ☎400円(資料代) 同太田 ☎48-5952

警視庁見学会
三鷹人倶楽部 6月27日(火)午前10時京王線仙川駅集合 人20人 ☎交通費、昼食代は実費 同草野 ☎090-1207-4196

自分の強みを知る数秘&カラー講座
NPO法人子育てコンビニ 6月27日(火)午前10時～11時30分 元気ひろば おれんじ(中原3-1-65) ☎1,500円 同法人 ☎info2@sodate.or.jp 同法人 ☎41-7021

淡路リエス展
しろがねGallery 6月27日(火)～7月3日(月)午前11時～午後7時(3日は5時まで) 同画廊 期間中会場へ 同画廊 ☎43-3777

フラワーアレンジメント(生花を使って…)
フラワー・プランティエ 6月28日(水)午前10時30分～正午 三鷹駅前コミュニティセンター ☎2,500円 同大西 ☎080-1122-6086

放射線測定をしながらおしゃべり散歩
三鷹市の福祉をすすめる女性の会 6月30日(金)午前10時「配水場前」下りバス停集合～11時 ☎100円(飲み物代) 同村井 ☎47-3306

中国語を楽しむ茶話会(初心者向け)
中国語を楽しむ会 6月30日(金)午後7時～8時30分 三鷹駅前コミュニティセンター 同王 ☎090-6487-5278

小羊お楽しみ会(参観、講演会、親子製作ほか)
第二小羊チャイルドセンター 7月1日(土)午前9時30分～午後2時30分 同センター本園(北野3-10-14) 当日会場へ 同センター ☎43-9754

職人の感謝デー(包丁研ぎ・箸づくり体験)
北多摩建設産業労組 7月2日(日)午前10時～午後2時30分 同JA東京むさし牟礼支店 包丁(1人3本まで) 当日会場へ 同組合 ☎70-0771(平日のみ)

三鷹市吹奏楽団第36回定期演奏会
7月2日(日)午後1時30分から 同三鷹市公会堂光のホール 当日会場へ(未就学児は事前に同楽団 HP http://takasui.net/で予約) 同楽団 ☎info@takasui.net

懐かしい曲を皆で歌う会
楽若会 7月7日(金)・20日(休)午後1時30分から 同芸術文化センター ☎1回600円(初回800円) 同歌の会(株プロシステム内) ☎0120-565-525(当日参加可) 同小林 ☎080-6618-4616

講演会(子どもの眠りと大人の眠り)
ヴァルドルフの森キンダーガルテンなのはな園 7月8日(土)午前9時30分～11時30分 同園 ☎2,000円、会員1,500円(当日券はい

ずれも200円増し) 同園 ☎FAX79-4598・info@nanohana-en.com

やさしい社交ダンス入門講座4回コース(ブルース、ジルバ、ワルツ、タンゴ)
ダンスサークル・ペガサス 7月8・22日の土曜日午後4時～5時30分、7月16・30日の日曜日午後1時～2時30分 三鷹駅前コミュニティセンター ☎500円(1回。高校生以下は無料) 当日会場へ 同大内 ☎31-8656

おもちゃであそぼう!
NPO法人こもれび 毎月第3土曜日午前10時～11時30分 未就園児のお子さんと保護者 同法人(上連雀9-10-21) ☎100円(1回) 同家庭の保育室もこもこ(照沼) ☎080-3170-7375(午前9時～午後5時)・FAX24-6435

発達障がいなど、お子さんの悩み相談「Marble相談サロン」
発達障がいファミリーサポートMarble 7月20日(休)午前9時30分～10時30分、11時～正午 各1人 同元気創造プラザ 同同法人 ☎FAX76-2720・marble.family7@gmail.com(先着制)

会員募集

マリーエ(フラダンス)
毎月第1・2・4金曜日午後2時～3時30分 同高山地区公会堂 ☎月額5,000円 同カタダ ☎090-9317-0643

さくら組(ストレッチ&ウォーキング)
①ストレッチ = 毎月第1土曜日午前10時30分～正午、②ウォーキング = 毎月第3土曜日午前10時～正午 ①連雀コミュニティセンター、②井の頭公園周辺、深大寺など ☎入会金1,000円、月額1,000円 同佐東 ☎47-1912

三鷹理苺会(合気道)
毎週木曜日午後7時～9時 同SU BARU総合スポーツセンター ☎月額3,000円 同堀 ☎090-1846-9809

TOGETHER(ハーモニカサークル)
毎月第1・3土曜日午後1時～3時 同みたかボランティアセンター 同表 ☎FAX34-8318

新川中原コミュニティ子どものバレエ(クラシックバレエ)
毎週土曜日午後1時30分～5時 5歳～中学生 同新川中原コミュニティセンター ☎月額4,200円

同天野 ☎090-9295-8240・amamo2746@gmail.com

三鷹デッサン会
毎月第2・4日曜日午前10時～午後0時50分 三鷹駅前コミュニティセンター ☎入会金1,000円、月額2,000円 同井戸原 ☎080-1055-9109・FAX49-0858

女声のための歌うセラピー(発声、日本・世界の抒情歌、童謡など)
3回木曜日午前10時10分～正午または午後1時～3時 三鷹駅前コミュニティセンター ☎月額3,000円 同長尾 ☎45-2665

伝言板

ルーテル三鷹教会バザー
日本福音ルーテル三鷹教会 6月18日(日)正午～午後2時 同ルーテル学院大学学生食堂 当日会場へ 同同教会 ☎33-1122

学生とランチを一緒に! 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 6月21日(休)午前11時～午後1時 同同大学学生食堂 ☎昼食代実費 当日会場へ 同同大学コミュニティ人材養成センター ☎31-7920

ICU公開講演会: 山本雅美先生による「親も育つ子育ての愛憎」
ICU教育研究所 6月25日(日)午後1時～2時30分 同同大学 当日会場へ 同同研究所(木村) ☎33-3644

武蔵野赤十字病院の催し
①糖尿病教室「糖尿病と薬」「糖尿病と運動」 = 7月1日(土)午後1時～3時(0時30分から受付)、②健康生活支援講習 スマイル教室「簡単にできる足浴と着替え」 = 13日(休)午前10時から、午後2時から ②各10人 同同病院 ☎200円(保険料を含む) 同 ①当日会場へ、②同病院医療社会事業課 ☎32-3111

第14回演奏会
ICU CLASSIC ENSEMBLE 7月2日(日)午後2時から 同芸術文化センター風のホール 当日会場へ 同同会(小川) ☎090-5553-1062

いきいき健康運動教室ーかんだんイスDEエクササイズ
西武・武蔵野パートナーズ 7月6日(休)午前10時～11時30分 同野川公園 ☎500円(保険料、足形測定代を含む) 同直接または電話で同公園サービスセンター ☎31-6457