

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

※タイトル後に★のあるものは生涯学習課の講師派遣事業。
 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。

11月5日発行号
 原稿締切日 10月12日(木)

11月19日発行号
 原稿締切日 10月26日(木)

いずれも午後5時まで

催し

田中藍子 藍染展
 しろがねGallery ☎10月4日(水)までの午前11時～午後7時(4日は5時まで) ☎同画廊 ☎期間中会場へ ☎同画廊 ☎43-3777

金澤英亮展 水彩を主体に約30点
 ぎやらりー由芽 ☎10月15日(日)までの正午～午後7時 ☎同画廊 ☎期間中会場へ ☎同画廊 ☎47-5241

元気ひろば おれんじの催し
 ①動物ぼんぼん作り=10月2日(月)午前11時30分～午後1時、②ポッチャ体験会=3日(火)午後1時30分～3時、③三鷹まるごと絵本市関連イベント「原画展示&ワークショップ&絵本とりかえっこ」=7日(土)～21日(土)午前10時～午後4時(7日はワークショップあり)、④介護予防教室体験版=13日(金)午前10時～11時 ☎同会(中原3-1-65) ☎1,800円(材料代を含む)、③ワークショップのみ500円、④2,000円 ☎同会 ☎76-5940・☎26-9419

なんでも相談おしゃべり会「聞いてきて」
 暮らしの保健室みたか ☎毎月第1・3月曜日、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 ☎浜 ☎050-3708-2749

認知症・生活習慣病予防のため皆で歌う会
 三鷹楽若会 ☎10月3・24日の火曜日午後1時30分～4時 ☎芸術文化センター ☎600円(1回、初回は800円) ☎歌の会(株)プロシステム内 ☎0120-565-525(当日参加可) ☎小林 ☎26-6825

みたかふれあいサロンの催し
 ①PC道場(PC・デジカメ・タブレットなどを自分のペースで)=毎週水曜日午後1時15分～3時15分、毎月第4土曜日午後6時15分～8時15分、②脳をイキイキ・ワーク「脳若トレーニング」講座=10月7～28日の毎週土曜日午前10時30分～正午 ☎10人 ☎三鷹産業プラザ ☎1,200円(1回)、②500円 ☎①当日会場へ(先着制)、②NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹 ☎40-2663・☎40-2664

中秋の名月を眺め・歌いませんか(俳句、和歌、漢詩吟、唱歌など。流派・初心者不問)
 楽しい詩吟・むつみ会 ☎10月4日(水)午後5時～7時(雨天決行) ☎天神前地区公会堂 ☎伊藤 ☎45-5386(当日参加可)

自主性を育てる 知育・造形リトミック(想像力を楽しむ)
 ぷりも・ももリトミック ☎10月5・12日の木曜日午前9時30分～10時30分 ☎平成27年4月2日～29年3月31日生まれのお子さんと母親15組 ☎芸術文化センター ☎500円(1回) ☎千賀 ☎080-1227-3048(平日正午～午後3時)・☎p.rhythmique@gmail.com(先着制)

フラワーアレンジメント(生花・プリザーブドフラワー)
 フラワー・プランティエ ☎10月5・19日の木曜日午前10時30分～正午 ☎三鷹駅前コミュニティセンター ☎2,500円(1回) ☎大西 ☎080-1122-6086

みたか・みんなの広場の催し
 ①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、②ノルディックウォーク友の会=毎週土曜日午前10時から、③市民リレートーク：三鷹駅周辺地域包括支援センター長の池川明美さん「地域包括支援センターの一週間」=10月30日(月)午後1時30分～3時30分 ☎③みたか・みんなの広場(下連雀4-5-19みたかの家内)、②井の頭自然文化園向かい駐輪場 ☎1,500円、③200円 ☎同会 ☎なりきよ ☎080-1362-5359

第11回「森の地図スタンプラリー」
 (一社)武蔵野コッツウォルズ ☎10月7日(土)～11月26日(日)午前9時から ☎三鷹市、調布市、府中市、小金井市、国分寺市、小平市 ☎一部入園料などが掛かります ☎期間中各会場へ ※くわしくは同法人 ☎HP <http://www.musashino-cots-wolds.jp/> ☎同法人(鈴木) ☎32-0962

よもぎBOOKSの催し
 ①村田エミコ木版画展 えほんのじかん=10月7日(土)～14日(土)の平日午前11時～午後5時、土・日曜日、祝日正午～午後6時(7・14日午後1時～7時) ②村田エミコさん来場イベント「だいたすきなかくのにながえはいかが?」=7日・8日(日)・14日午後2時～6時 ☎同店(下連雀4-15-33) ☎2,100円 ☎同店 ☎①期間中会場へ、②直接または電話、電子メールで同店(辰巳) ☎050-6870-6057・☎yomogiworks@gmail.com(当日参加可)

浜矩子さん経済講演会★
 総合コースを考える会 ☎10月7日(土)午後1時～3時(0時30分開場) ☎福祉センター ☎同志社大学大学院ビジネス研究科教授の浜矩子さん ☎100円(資料代) ☎当日会場へ ☎今井 ☎49-9451

地域の居場所「おむすびハウス」10月オープニングイベント
 おむすび倶楽部友の会 ☎①開所式=10月7日(土)午後1時30分～3時、②朗読と小断「絵本と笑い」=8日(日)、③手作りサロン&カフェ=10日(火)、④カフェサロン=13日(金)、⑤朗読と歌声「絵本と音楽」=14日(土)、いずれも午後1時30分～4時、⑥ゆめ体操を一緒にしませんか(歌って体操)=毎月第1・3金曜日午後1時30分～3時 ☎おむすびハウス(下連雀1-10-20) ☎1～⑤100円、⑥300円(1回) ☎同会(藤原) ☎46-4117・☎omusubimitaka@gmail.com

笑う呼吸法(笑いヨガ)
 わっははわいわいクラブ ☎10月8・22・29日の日曜日午前10時40分～正午 ☎連雀コミュニティセンター ☎500円(1回) ☎ハラ ☎090-3902-9691・☎47-5033

ラテンダンス ルンバの基礎★
 ペガサス ☎10月8日(日)午後1時30分～3時 ☎三鷹駅前コミュニティセンター ☎スタンダード、ラテンA級現役プロの山内砂穂さん ☎当日会場へ ☎大内 ☎31-8656

NPO法人文化学習協同ネットワークの催し
 ①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=10月10日(火)・20日(金)午後2時～3時、②ガリレオ教室(子ども科学実験教室)でモーターづくりに挑

戦=14日(土)午前10時～正午 ☎同法人(下連雀1-14-3) ☎2,500円 ☎同法人(兼子) ☎47-8706

源氏物語無料公開講座★
 こむらさき会 ☎10月11日(火)午前10時～正午 ☎三鷹地域交流棟 ☎古典文学・仏像研究家の貝瀬弘子さん ☎当日会場へ ☎荒川 ☎090-1697-0034

古ネクタイでネックレス作り
 三鷹市の福祉をすすめる女性の会 ☎10月11日(火)午前10時～正午 ☎福祉センター ☎400円 ☎戸田 ☎43-2180 ☎戸田 ☎43-2180

甲州道中の歴史を辿る「上高井宿～上布田宿」
 「歴史の道を歩く会」三鷹支部 ☎10月11日(火)午前10時京王線芦花公園駅東口改札外集合～午後3時 ☎500円 ☎五十嵐 ☎49-6101

中高年の体操教室★
 みゆきクラブ ☎10月11日(火)午後3時～4時30分 ☎SUBARU総合スポーツセンター ☎テレビ体操インストラクターの館野伶奈さん ☎当日会場へ ☎斎藤 ☎090-2219-2739

NPO法人子育てコンビニの催し
 ①コンビニひろば=10月12日(水)午前10時30分～11時30分、②自分の強みを知る数秘&カラー講座=16日(月)午前10時～11時30分 ☎元気ひろば おれんじ(中原3-1-65) ☎2,100円 ☎同法人 ☎1 kosodatenet@mitaka.ne.jp、② info2@kosodate.or.jp ☎同法人 ☎41-7021

10月おはなしの森—昔話や文学小品を語りでお月さまの話ほか
 わたげの会 ☎10月14日(土)午後2時30分～3時30分 ☎中学生以上の方 ☎西部図書館 ☎当日会場へ ☎米屋 ☎33-9011

つぎあてポックワークショップ! ピアノに合わせてリズム遊び
 NPO法人子ども生活・ゆめこうば ☎10月18日(水)午前11時～正午 ☎フリースペースつぎあてポック(大沢1-16-26) ☎300円、お子さん200円 ☎当日会場へ ☎同法人(相川) ☎34-0040

シニア体操公開講座★
 いちょうクラブ ☎10月18日(水)午後1時～3時 ☎SUBARU総合スポーツセンター ☎元NHKテレビ体操講師で健康運動指導士の平井孝子さん ☎同常行 ☎31-8680

日本歌人クラブ東京ブロック幹事の藤井徳子さんによるミニ講演会「三鷹に住んだ歌人・宮柊二」
 三鷹短歌会 ☎10月18日(水)午後1時30分～3時30分 ☎芸術文化センター ☎八島 ☎43-6922

てとてと 野外編 虹染めの会
 ヴァルドルフの森キンダーガルテンなのはな園 ☎10月20日(金)午前10時～11時30分 ☎井の頭公園三角広場 ☎1,600円(材料代を含む) ☎当日会場へ ☎同園 ☎79-4598

市民のための経済講座「貨幣(おカネ)とは何か?」★
 市民社会の実現をめざす会 ☎10月21日(土)午後1時30分～3時30分 ☎生涯学習センター ☎東京外国語大学教授の中山智香子さん

☎300円 ☎当日会場へ ☎石黒 ☎080-6250-1496

井の頭わが街コンサート「安芸瑠子さんをしのんで」
 井の頭わが街コンサートの会 ☎10月21日(土)午後2時から ☎明星学園小中学校いちょうのホール ☎1,000円、高校生500円(中学生以下無料) ☎同会(とびやま) ☎44-1095

第165回太宰治の足跡案内
 みたか観光ガイド協会 ☎10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 ☎当日集合場所へ ☎こやの ☎44-0981

中国語初級会話を楽しむ茶話会
 中国語を楽しむ会 ☎10月22日(日)午後1時30分～4時 ☎三鷹駅前コミュニティセンター ☎王 ☎090-6487-5278

第13回演奏会
 女声合唱みたかブルーコーラス ☎10月22日(日)午後2時から(1時30分開場) ☎芸術文化センター風のホール ☎当日会場へ ☎湯浅 ☎41-9382

K-Wind Ensemble 第17回定期演奏会
 10月22日(日)午後2時から ☎三鷹市公会堂光のホール ☎当日会場へ ☎同会(申田) ☎kwe.information@gmail.com

不登校 親の会
 フリースペース コスモ 親の会 ☎10月22日(日)午後3時30分～5時 ☎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・子どもの交流・友達・仲間づくりの会
 インターナショナルフレンズ ☎10月24日(火)午後3時～4時 ☎井の頭東部地区公会堂 ☎当日会場へ ☎楠 ☎090-6405-5120・☎Intl.Friends123@gmail.com

写真整理が出来るスクラップブック作り—手作りアルバム作成会
 ル ヴァンヴェール—緑の風 ☎10月26日(水)・27日(金)午前11時～午後0時30分 ☎ギャラリーカフェ「テラス」(下連雀1丁目) ☎1,500円 ☎写真5・6枚 ☎中野 ☎090-7429-3635・☎71-1785・☎na-chi-0514@u01.gate01.com

第150回井の頭かんさつ会「秋の植物」
 井の頭かんさつ会 ☎10月29日(日)午前10時～正午 ☎井の頭公園 ☎300円 ☎同会 ☎HP <http://kansatsukai.net/> ☎同会(日置) ☎rsf44658@nifty.com

講習会「タンゴ」男子の役割・女子の役割を学びましょう★
 ステップ&ステップ ☎10月29日(日)午後0時15分～2時45分 ☎SUBARU総合スポーツセンター ☎JCF東部総局審査員の吉田亮一さん、峯岸佳代さん ☎ヒールカバー ☎当日会場へ ☎関根 ☎43-6855

みたか・ダンス交流会—晩秋の集い
 ステップ&ステップ ☎11月19日(日)午後1時～3時 ☎生涯学習セ

ンター ☎500円 ☎ヒールカバー ☎当日会場へ ☎羽根田 ☎44-1099

伝言板
糖尿病教室「糖尿病の検査」「外食の仕方・お弁当の選び方」
 武蔵野赤十字病院 ☎10月7日(土)午後1時～3時(0時30分から受付) ☎同病院 ☎当日会場へ ☎同病院医療社会事業課 ☎32-3111

みたか小鳥の森保育園バザー
 10月8日(日)午前11時～午後2時 ☎同園隣接の公園 ☎当日会場へ ☎同園(関) ☎45-4558

井之頭病院の催し
 ①東京都精神科医療地域連携事業「漫才師の松本ハウスさんによる住民向け講演会「相方は、統合失調症」」=10月14日(土)午後2時～4時、②青木病院長の飛鳥井望先生による第60回公開講演会「トラウマ体験や死別の悲嘆とどう向き合うか」=21日(土)午前10時～正午 ☎①200人、②120人 ☎①三鷹産業プラザ、②同病院 ☎当日会場へ(いずれも先着制) ☎同病院 ☎44-5331

第41回朝陽学園バザーと物品寄付のお願い
 10月15日(日)午前10時～午後2時(8時から整理券配布。雨天の場合は10月22日(日)に延期) ☎市役所中庭 ☎当日会場へ ◆物品寄付は新品の日用雑貨、学用品、贈答品、CD・本(中古可)を開催日の1週間前までに、直接お持ちいただくかお送りください(送料は自己負担) ☎同学園(花島) ☎32-6234・☎34-1170

生涯学習講座 戦間日本(英語講座)
 ICU ☎10月18日～11月1日の毎週水曜日午前10時～正午 ☎同大学 ☎2,000円 ☎同大学総務グループ社会サービス担当 ☎33-3013・☎HP <http://www.icu.ac.jp/>

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 ☎10月18日(水)午前11時～午後1時 ☎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

2017年度ICU祭/ICU Festival 2017
 ICU祭実行委員会 ☎10月21日(土)・22日(日)午前10時～午後6時 ☎同大学 ☎期間中会場へ ☎同実行委員会 ☎information@icufes.com

トーンチャイムをやってみよう!
 ルーテル子どもクラブ ☎10月22日(日)午前10時40分～11時30分 ☎小・中学生の方 ☎ルーテル学院大学三鷹教会 ☎当日会場へ ☎同教会 ☎33-1122

わがまちジャーナル10月号 地上11chで放送中
 三鷹阿波おどり
 みたか連(仮題) 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。