

物 エプロン、三角巾、タオル、筆記用具
申 1月4日(木)から参加費を同センターへ。保育は17日(木)まで(いずれも先着制)
問 同センター ☎32-6986

パパと子どもの親子料理教室 保育

「お鍋ひとつで作るパスタ」「カラフル野菜コブサラダ」など。

日 1月27日(土)午前10時30分～午後1時30分

人 市内の年少～就学前のお子さんと保護者12組24人、保育4人

所 井口コミュニティセンター

物 エプロン、三角巾、タオル、布巾、台布巾、お子さんの箸

申 1月4日(木)～18日(木)に健康推進課 ☎内線4222へ(年長児と市民を優先して先着制)

おやこでよってチョコッとあつぷるーむ(2月)

主 NPO法人みたか市民協働ネットワーク

日 ①ママ護身術エクササイズ(キック編)=1日(木)、②ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前)=5日(月)、③色で子育てを楽しく!=8日(木)、④産前・産後の骨盤ケア=10日(土)、⑤みんな一緒にベビーマッサージ=12日(木)、⑥「bloom 生まれたのは私」ふれあい上映会=15日(木)、⑦親子ヨガレッチ=17日(土)、⑧ベビースインで楽しい子育て=19日(月)、⑨いつでもどこでもベビマ&足形バッグ制作=22日(木)、⑩マタニティヨガ=26日(月)、いずれも午前10時30分～正午

人 ①首括り～1歳6カ月のお子さんと母親6組、②ハイハイ前のお子さんと母親8組、③妊婦、1歳6カ月までのお子さんと母親6組、④妊婦、3歳までのお子さんと母親6組、⑤9カ月前のお子さんと保護者6組、⑥おおむね3歳までのお子さんと親、妊婦8組、⑦6カ月～2歳6カ月のお子さんと保護者6組、⑧4カ月～1歳6カ月のお子さんと保護者8組、⑨2～12カ月のお子さんと母親5組、⑩妊娠15週以降の方9人(お子さん連れ2組まで)

所 市民協働センター

料 ①②⑦⑧⑩1,500円、③④⑨2,000円、⑤1,800円、⑥800円

※①防犯ホイッスル付き、③色育絵本付き、④さらし付き、⑤オイル・シート代を含む、⑨材料代を含む。

物 ①抱っこひも、飲み物、タオル、⑤⑦⑨バスタオル(⑤⑨授乳ケープ)

申 1月15日(月)午前9時から必要事項(7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・E kyoudou@collabo-mitaka.jpへ(先着制)

市民健康講座「子どものアレルギーとスキンケア」 保育

日 2月5日(月)午前10時～正午

人 市民30人、保育(未就学児)10人

所 総合保健センター

講 国立成育医療研究センター副研究所長の斎藤博久さん

申 1月5日(金)から直接または電話、ファクスで健康推進課 ☎内線4222・FAX 46-4827へ(先着制)

高齢者の生活相談会

日 1月19日(金)午後1時～3時

人 1人暮らしで生活に心配がある方、

介護や認知症について聞いてみたい方

所 連雀コミュニティセンター

申 当日会場へ

問 連雀地域包括支援センター ☎40-2635

催し

おとな絵本ラウンジ第37回 絵本を楽しむトークラウンジ

トクテーマ「時間」

日 1月14日(日)午後2時～4時

所 三鷹ネットワーク大学

料 ¥200円(茶菓付き)

申 おとな絵本ラウンジホームページHP <https://otonaeon.jimdo.com/>へ

問 星と森と絵本の家 ☎39-3401

みんなでつながる「老い支度」

日 1月16日(火)午前10時～11時30分

所 山中地区公会堂

物 動きやすい服装、タオル、飲み物

申 当日会場へ

問 連雀地域包括支援センター ☎40-2635

第30回多摩郷土誌フェア

日 1月20日(土)・21日(日)午前10時～午後5時(21日は3時まで)

所 立川市女性総合センターアイム(立川市曙町2-36-2)

申 期間中会場へ

問 生涯学習課 ☎内線2923

新春・三味線と唄を楽しむ会

日 1月21日(日)午後1時30分～2時30分

所 福祉センター

申 当日会場へ

問 三鷹市社会福祉協議会 ☎46-1108

講座

競技かるた入門講座

主 連雀地区住民協議会

日 1月13日(土)午後2時から

人 小学4年生～中学生15人程度

所 連雀コミュニティセンター

講 大成高校教諭の山崎明日菜さん

申 同センター ☎45-5100へ(先着制)

ホームスタート家庭訪問型子育てボランティア養成講座

主 NPO法人子育てコンビニ

日 1月16日～2月27日の毎週火曜日午前10時～午後4時30分(全7回)

人 子育て経験のある方

所 みたかボランティアセンター

申 同法人(佐藤) ☎41-7021・E h-start@kosodate.or.jpへ

健康づくり運動実技指導「ポール・ウォーキング」

主 大沢住民協議会

日 1月17・24日の水曜日午後2時～3時30分(全2回)

人 30人

所 大沢コミュニティセンター

講 理学療法士の川畑敏浩さん

申 1月4日(木)から同センター ☎32-6986へ(先着制)

みんなで楽しむ「ハレの日」料理

主 井の頭地区住民協議会

日 1月18日(木)午前10時15分～午後0時30分

人 市民20人

所 井の頭コミュニティセンター新館

講 管理栄養士の奈良理香子さん

料 ¥500円

物 三角巾、エプロン、室内履き、布巾、筆記用具

申 1月4日(木)に直接、または5日(金)～17日(木)に直接または電話で同センター本館 ☎44-7321へ(先着制)

ファブスペースみたかワークショップ

日 ①かんたん3Dモデリングーキャラクターをつくろう=1月20日(土)午後1時～6時、②世界でひとつだけのハンコをつくろう=25日(木)午後1時30分～4時

人 ①4人、②8人

所 三鷹産業プラザ

講 ①(株)SMPの北原輝明さん、②(株)ウドボックスの鎌田純子さん

料 ¥1,500円

物 ①作りたいキャラクターのイラストや画像、②ハンコにしたいイラストやロゴなど

申 必要事項(7面参照)を同施設 E fab.space@mitaka.ne.jpへ(先着制)

問 (株)まちづくり三鷹 ☎40-9669

ミタカフェセミナー

「初心者向け ウェブ解析 Google アナリティクスの設定と活用法」

日 1月24日(水)午後2時30分～5時

人 ウェブの基本を知りたい方、アクセス数を増やしたい方25人

所 三鷹産業プラザ

講 M's createの土井松志さん

料 ¥500円

申 必要事項(7面参照)をミタカフェ E mitacafe@mitaka.ne.jpへ(先着制)

問 (株)まちづくり三鷹 ☎40-9669

「インターネット」を安全に利用しましょう

主 NPO法人みたか市民協働ネットワーク

日 1月26日(金)午後2時～4時

人 NPO活動または市民活動をしている方30人

所 市民協働センター

講 NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹の江草義直さん

物 筆記用具

申 同センター ☎46-0048・FAX 46-0148・E kyoudou@collabo-mitaka.jpへ(先着制)

環境問題学習会

「トモロコシの皮でお人形作り」

主 新川中原住民協議会

日 2月2日(金)午後1時30分～3時30分

人 15人

所 新川中原コミュニティセンター

物 洗濯ばさみ

申 1月10日(水)から同センターへ(先着制)

問 同センター ☎49-6568

募集

星と森と絵本の家 「絵本縁日」の出店者

日 3月18日(日)午前11時～午後4時

申 1月14日(日)までに代表者の必要事項(7面参照)・グループ名・参加理由・やりたい企画を同施設 FAX 39-3402・E ehonnoie@city.mitaka.tokyo.jpへ

※1月21日(日)午後2時～3時に行う出店者向け説明会に必ずご参加ください。

問 同施設 ☎39-3401

仕事・求人

シニア生涯ワーキングセミナー

主 東京都、東京労働局・都内ハローワーク、(公財)東京しごと財団

日 ①1月25日(木)、②2月23日(金)、いずれも午後1時～4時

人 55歳以上で就職を希望する方各30人

所 三鷹産業プラザ

物 筆記用具、電卓

申 ①1月5日(金)、②23日(木)から予約専用ダイヤル(ヒューマンアカデミー(株)) ☎03-6894-3314へ(先着制)

問 東京しごとセンターシニアコーナー ☎03-5211-2335

全年齢対象 面接対策セミナーと合同就職面接会

主 ハローワーク三鷹、三鷹市、武蔵野市、わくわくサポート三鷹

日 1月26日(金)①面接対策セミナー=午前10時～正午、②合同就職面接会=午後1時～3時30分(0時30分～3時受付)

人 ①60人

所 三鷹産業プラザ

講 ①東京しごとセンター多摩講師の須田万里子さん

物 ②面接希望分の履歴書

申 1月4日(木)から必要事項(7面参照)をハローワーク三鷹 ☎47-8617へ(先着制)、②当日会場へ

※②の参加企業(10社程度)は1週間前からハローワーク三鷹ホームページ

HP <http://tokyo-hellowork.jsite.mhlw.go.jp/list/mitaka.html>に掲載。

※「市からのお知らせ」は7面からご覧ください。

締め切り迫る! 第23回 三鷹まちづくりフォトコンテスト 作品募集

主 市、(株)まちづくり三鷹 問 同社 ☎40-9669

「三鷹の『瞬間(とき)』を撮る。」をテーマに、市内の四季折々の自然や人々の触れ合い、まちの表情などの写真作品を募集します。入賞者には表彰状や賞品などを贈呈します。



◆応募作品 平成29年中に市内で撮影した、未発表でほかに発表の予定のない作品(1人5点まで)

◆部門 一般部門 U18(18歳以下)部門

申 1月10日(水)までにインターネットで

同社ホームページ HP <https://www.mitaka.ne.jp/>から専用サイトにアクセスし、作品画像をアップロード。応募方法が分からない場合はヘルプデスク ☎090-1609-4428(4日(木)・5日(金)・9日(火)午後1時～4時)へ