

かきしぶ講演会「『居場所』のない男、『時間』がない女—どうする！子育て中の家事ギャップ、家事シェア」

日3月3日(土)午前10時～正午
人小学生の保護者、市民50人
所市民協働センター
講詩人で社会学者の水無田気流(みなしたきりう)さん
申2月5日(月)から必要事項(11面参照)を生涯学習課shogai@city.mitaka.tokyo.jpへ(先着制)
問同課☎内線2921

丸池の里で親子収穫体験

のらぼう菜、非結球芽キャベツなどの収穫。
日3月21日(祝)午前10時30分～正午(雨天の場合は25日(日)に延期)
人市内在住の小学生以下のお子さんと保護者20組
所新川丸池公園内の農園(新川3-17)
¥1組200円
物作業用手袋、長靴、タオル、汚れてもよい服装(長袖、長ズボン)
申2月21日(水)必着までに往復はがきで必要事項(11面参照)・参加人数と全員の年齢を「〒181-0012上連雀8-3-10 NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会」へ(申込多数の場合は抽選。平成28年1月、29年10・11月に当選した方は応募不可)
問同協会☎46-2081
※自家用車での来場はご遠慮ください。

高齢者

介護給付費通知書を送付します

平成29年4～9月に介護保険のサービスを利用した方を対象に、2月13日(火)に介護給付費通知書を発送します。
※この通知書による手続きなどは必要ありません。

問高齢者支援課☎内線2684

高齢者の生活相談会

日2月16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

市老連健康長寿推進事業「フレイル(体と脳の衰え)予防のために」

簡単な体操と講演会。
日2月16日(金)午後1時30分～3時30分
人60歳以上の市民10人
所市民協働センター
講杏林大学医学部高齢医学教室教授の神崎恒一さん
申2月15日(木)必着までに必要事項(11

面参照)を「〒181-0012上連雀8-3-10みたかボランティアセンター」へ(先着制)
問同センター☎76-1271

チェアヨガ(こもれび ほっと・サークル)

日2月21日(水)午前10時30分～正午
人おおむね65歳以上の市民15人
所みたかボランティアセンター
講ヨガインストラクターの林知江さん
¥500円
申2月12日(水)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9-10-21NPO法人こもれび事務局」へ(先着制)
問同事務局☎42-4471

障がいのある方

特別障害者手当などを振り込みます

平成29年11月～30年1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、2月9日(金)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

催し

ひな飾りの展示

日三鷹駅周辺住民協議会
日2月13日(火)～3月3日(土)
所三鷹駅前コミュニティセンター
申期間中会場へ
問同センター☎71-0025

介護者ひろば

日①2月15日(水)午後2時～4時、②16日(金)午前10時～正午、③23日(金)午後1時～3時
人介護者、介護経験者
所①高齢者センターけやき苑(深大寺2-29-13)、②特別養護老人ホーム恵比寿苑(牟礼1-9-20)、③みんなの家6丁目(下連雀6-13-10篠原病院敷地内)
申当日会場へ
問三鷹市社会福祉協議会☎79-3505

第24回駅前コミュニティまつり

講演会、模擬店、作品展示など。
日三鷹駅周辺住民協議会
日2月18日(日)午前10時～午後3時30分
所三鷹駅前コミュニティセンター
申当日会場へ
問同センター☎71-0025

おとな絵本ラウンジ第38回 絵本を楽しむトークラウンジ トークテーマ「雪」

日2月18日(日)午後2時～4時

所三鷹ネットワーク大学
¥200円(茶菓付き)
申おとな絵本ラウンジホームページHP https://otonaehon.jimdo.com/へ
問星と森と絵本の家☎39-3401

第30回三鷹市美術連盟展

油彩画・水彩画・パステル画など。
日三鷹市美術連盟
日2月20日(火)～25日(日)午前10時～午後6時(20日は2時から、25日は4時まで)
所三鷹市美術ギャラリー
申期間中会場へ
問同連盟(片岡)☎43-7288

「野川」冬の野鳥観察会

日所2月22日(水)午前9時30分都立野川公園正門前集合～午後0時30分(小雨決行)
人25人
講日本野鳥の会の畑島征雄さん、中里昌樹さん
物筆記用具、飲み物、歩きやすく暖かい服装、あれば双眼鏡
申問2月5日(月)からNPO法人花と緑のまち三鷹創造協会☎46-2081へ(先着制)

第22回福祉映画会「みんなの学校」

日三鷹市社会福祉協議会、三鷹市ボランティア連絡協議会
日3月4日(日)午前10時30分から、午後2時から

所三鷹市公会堂光のホール

¥大人1,200円(社協会員は1,000円)、小学～高校生500円、親子ペア券1,500円(社協会員は1,300円)、障がいのある方800円(付き添い1人同額)
申チケットを福祉センター、コミュニティセンターなどで購入

問みたかボランティアセンター☎76-1271

コミュニティ祭・フリーマーケット

日西部地区住民協議会
日3月10日(土)・11日(日)午前10時～午後3時30分(11日は2時30分まで)
※フリーマーケットは11日午前10時～午後2時30分(雨天中止)。
所井口コミュニティセンター
申問当日会場へ。体育館ステージでの発表会・演芸大会への参加と個人展示作品の出展、フリーマーケットへの出店希望者は2月28日(水)までに同センター☎32-7141へ

スポーツ

市民のための卓球教室

日三鷹市体育協会、三鷹市卓球連盟
日2月10日、3月10日の土曜日午前9時～正午
人入学・在勤を含む小学生以上の市民
所SUBARU総合スポーツセンター
¥300円、中学生以下200円
物ラケット、室内履き
申当日会場へ
問同連盟(八木)☎44-4828

アーチェリージュニア講習会

日東京都、(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会、三鷹市アーチェリー協会
日2月17・24日の土曜日午前9時15分～11時45分(全2回。雨天決行)
人市内の小学4年生～高校3年生で身長135cm以上の方12人(小学生は保護者同伴)
所旧第二体育館和洋弓場

物飲み物、室内履き
日2月4日午前9時～12日(休)午後5時に三鷹市アーチェリー協会ホームページHP http://mitaka-aa.wixsite.com/home/またはSUBARU総合スポーツセンターへ(先着制)
問三鷹市アーチェリー協会(安田)☎090-2666-0390(午後3時～8時)

カサゴ船釣り大会

日三鷹市釣魚連盟
日2月18日(日)午前5時30分市役所または三鷹駅南口集合～午後5時30分市役所解散(雨天決行)
人入学・在勤を含む18歳以上の市民および同連盟会員25人

所横須賀平成港(横須賀市)

¥12,500円(乗船料、氷・餌代を含む)
物さお(貸しさおあり)、仕掛け(現地購入可)、おもり25号・30号、餌(サバの短冊の支給あり)、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

申問2月14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)

介護予防体操教室 体験講座

日3月2日～23日の毎週金曜日午前10時～正午
人入学・在活動を含む市民20人
所みたかボランティアセンター
申問同センター☎76-1271・FAX 76-1273・chiiki@mitakashakyo.or.jpへ(申込多数の場合は抽選)

平成29年度 三鷹市シニアソフトテニス大会

日東京都、(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
日3月4日(日)午前8時30分～午後5時(小雨決行)
人入学を含む55歳以上(ペアの年齢の合計は120歳超)の市民および同連盟会員50人程度

所大沢総合グラウンドテニスコート

物ラケット、ウェア、テニスシューズ、飲み物、帽子、防寒着
申問2月14日(水)午後3時までに同連盟(成山)☎090-8815-9872へ、同連盟登録者は各連盟理事へ(先着制)

三鷹市春季少年剣道大会

日三鷹市剣道連盟
日3月4日(日)午前9時～午後5時
人市内の小・中学生
所SUBARU総合スポーツセンター
¥500円、団体1チーム300円
物剣道用具
申2月14日(水)～17日(土)に同連盟ホームページHP https://mitakakenren.wordpress.com/または三鷹市体育協会(同センター内)へ
問同連盟(吉野)☎31-4837

講習会

「ヨガで健康寿命を延ばそう」

日三鷹市消費者活動センター運営協議会
日3月8日(木)午前10時30分～11時30分
人30人
所消費者活動センター
講ヨガインストラクターの、ひびのゆうこさん
物タオル、飲み物
申問2月6日(火)午前10時～正午は同協議会☎41-0510へ、6日正午から同セ

三鷹市美術ギャラリー主催ワークショップ
こどもアートクラブ
「ワッてびっくり!くす玉祭り」
一何をお祝いする?自分だけの形のくす玉を作ろう
日3月4日(日)午後1時30分～4時
人小学生30人
所芸術文化センター
¥1,500円(材料代を含む)
申2月21日(水)必着までに往復はがきまたはファクスで必要事項(11面参照)・性別・学校名を「〒181-0013下連雀3-35-1三鷹市美術ギャラリー」・FAX 79-0030へ(申込多数の場合は抽選)
問同ギャラリー☎79-0033