

人在学・在勤を含む①60歳以上の市民、②20歳以上の市民、各25人
所SUBARU総合スポーツセンター
¥1,000円(1回)、または3,500円(4回分)

物タオル、飲み物、ロッカー代100円(返還式)

申問必要事項(11面参照)・性別を同連盟①☎070-4206-5257・②080-3727-4015または✉mitakashisumore.nmei@gmail.comへ(先着制)

社交ダンス講習会「入門コース」

◆**種目** マンボ、ジルバ、ブルース、ワルツ、タンゴ、ルンバ、チャチャチャ
主三鷹市ダンススポーツ連盟
日3月10・17日、4月7・14・21日、5月12・19日、6月2日の土曜日午後1時～2時30分

人在学・在勤を含む市内および近隣区市在住者30人

所SUBARU総合スポーツセンター
¥月額1,000円

物ダンスシューズ(ヒールカバー付き)または運動靴

申問同連盟(羽根田)☎・FAX 44-1099へ(先着制)

連コミススポーツ塾 ファミリーバドミントン

主連雀地区住民協議会
日3月10日(土)午後1時～4時
人市民
所連雀コミュニティセンター
申当日会場へ
問同センター☎45-5100

三鷹市ソフトボール連盟の催し

◆チーム登録

日3月11日(日)午前9時～午後1時
所大沢総合グラウンド(雨天の場合は同グラウンド管理棟)
¥登録料＝男子10,000円、女子・壮年(40歳以上)8,000円、三鷹市体育協会加盟分担金1人100円

◆審判講習会

日3月11日午前9時～午後1時
所同グラウンド
物筆記用具

※第3種以上は更新料が必要です。くわしくはお問い合わせください。

申いずれも当日会場へ

◆春季大会

日4月8日～6月17日の毎週日曜日午前8時30分～午後5時(予備日7月1日～15日の毎週日曜日)

人在学・在勤を含む16歳以上の市民(学連登録者を除く)で構成された20人以内のチーム

所同グラウンド
¥1チーム10,000円

物タオル、飲み物、運動靴(ゴムスパイクなど)、ユニホーム

申3月11日午前9時～午後1時に同グラウンドへ

※代表者会議を3月17日(土)午後6時30分から連雀コミュニティセンターで開催します(参加メンバー表を持参)。

問同連盟(久保)☎080-3407-7105

三鷹市ソフトテニス市民講習会

◆**クラス** ①初心者および小学生、②中学生、③一般(高校生以上)

主三鷹市ソフトテニス連盟
日3月11日(日)午前10時30分～午後3時30分(小雨決行。予備日3月18日(日))
人在学・在勤を含む小学生以上の市民
所大沢総合グラウンドテニスコート

¥300円、小・中学生200円
物ラケット(貸与あり)、ウエア、防寒着、テニスシューズ、飲み物
申当日会場へ

問同連盟(鈴木)☎79-0809

護身術教室(少林寺拳法)

日3月17日～31日の毎週土曜日午後4時30分～5時30分

人在学・在勤を含む7歳以上の市民
所SUBARU総合スポーツセンター
申問三鷹市体育協会☎43-2500へ(日・月曜日、祝日を除く。当日参加可)

イシモチ船釣り大会

主三鷹市釣魚連盟

日3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)

人在学・在勤を含む18歳以上の市民および同連盟会員25人

所金沢八景
¥12,500円(乗船料、氷・餌代、保険料を含む)

物さお(無料貸しさおあり)、仕掛け(現地購入可)、おもり25号・30号、餌(アオイソメの支給あり)、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3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)

初級登山教室

主三鷹市体育協会、三鷹市山岳連合会
日①講座(全6回)＝4月4日、5月9・30日、7月4・25日、8月29日の水曜日午後7時～9時、②実習(全7回)＝4月7日、5月12日、6月2日、7月7・28日の土曜日、9月1日(土)～2日(日)(1泊2日)、10月21日(日)

人在学・在勤を含む市民で、4～5時間(景信山程度)を歩ける方40人

所①三鷹駅前コミュニティセンター、②丸山、伊豆ヶ岳、景信山、本仁田山ほか(予定)

¥4,000円(テキスト代、保険料を含む)、交通費、食事代など実費

申3月26日(月)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)・登山経験(年数など)を「〒181-0002牟礼3-6-8鶴田昌昭」へ(申込多数の場合は抽選)

問同会(鶴田)☎44-8636

第2回三鷹市・調布市親睦ソフトテニス大会

◆**種目** 男子、女子の個人戦および選抜選手による団体戦

主調布市体育協会、調布市ソフトテニス連盟、三鷹市ソフトテニス連盟

日4月22日(日)午前8時30分～午後5時(小雨決行)

人在学・在勤を含む市民または市連盟登録者100人程度(学連登録者を除く)

所大沢総合グラウンドテニスコート
¥1人500円

物ラケット、ウエア、テニスシューズ、飲み物、帽子

申3月17日(土)正午までにペアを揃えて三鷹市ソフトテニス連盟✉info@mtksta.comへ。市連盟登録者は各連盟理事へ

問三鷹市ソフトテニス連盟(石井)☎090-3002-1325



楽しいiPad教室

iPadの基本と便利なアプリの使い方を学びます。

日毎月第1・3水曜日午後0時45分～2時45分

所三鷹市シルバー人材センター
¥月額3,500円

申問同センター☎48-6721へ

ファブスペースみたかの催し

日①UVプリンター無料デモ体験会＝3月8日(木)午後2時～3時、②3Dプリンターでオリジナルクッキー型をつくろう＝22日(木)午後1時30分～4時

人①8人、②4人

所三鷹産業プラザ

講②(株)ウッドボックスの浅古綾香さん
¥②1,500円

物②つくりたいクッキー型のデザイン(手書きでも可)

申必要事項(11面参照)を同施設✉fabspace@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 「小さな仕事場の整理術」

日3月9日(金)午後3時～5時

人25人
所三鷹産業プラザ

講エッセイストのたかぎりょうこさん、かたづけ士の小松易さん
¥500円

申必要事項(11面参照)をミタカフェ✉mitacafe@mitaka.ne.jpへ(先着制)

問(株)まちづくり三鷹☎40-9669

支えるスポーツスポーツとの新しい関わり方について

日3月10日(土)午前10時～正午

人18歳以上の市民20人

所生涯学習センター

講FC東京市民スポーツボランティア代表の吉田英樹さん

申問SUBARU総合スポーツセンター☎45-1113へ(先着制)

三鷹いきいきプラス iPad無料体験会

日3月13日(火)・15日(木)午前10時～正午(全2回)

人おおむね55歳以上の市民でiPad初心者または未経験者10人

所三鷹産業プラザ

申問3月5日(月)以降の月・水・金曜日午前10時～午後4時に同会事務局☎

70-5753へ(先着制)

※受講者は同会の会員になっていただきます(入会金・会費は無料)。

消費者セミナー 「シェフから学ぶハラル」

日3月14日(火)午前10時～正午

人在学・在勤を含む市民20人

所消費者活動センター

講ハラルイタリアンレストランオーナーのムジャヘッド・ジャハンギールさん
¥300円(材料代)

申問3月5日(月)午前10時から直接または電話で同センター☎43-7874へ(先着制)

栄養料理教室「地中海料理を取り入れて(認知症予防)」

主大沢住民協議会

日3月16日(金)午前10時～午後1時

人24人

所大沢コミュニティセンター

講管理栄養士の奈良理香子さん

¥500円

物エプロン、三角巾、筆記用具

申参加費を同センターへ(先着制)

問同センター☎32-6986

市民公開講座「すこやかに生活するための肺がんを知ろう」

日3月17日(土)午後2時～3時30分

人市民100人

所三鷹産業プラザ

講杏林大学医学部付属病院呼吸器内科の小川ゆかりさん、横山琢磨さん、羽鳥志穂さん

申問3月12日(月)までに中外製薬(株)東京多摩支店☎042-523-6661へ(先着制。平日午前8時45分～午後5時)

上級救命講習

AED操作法、心肺蘇生法、止血法ほか。

主井の頭地区住民協議会

日3月18日(日)午前9時～午後5時

人市民25人

所井の頭コミュニティセンター本館

物筆記用具、昼食

申問3月11日(日)までに直接または電話で同センター☎44-7321へ(先着制)

みんなでつながる「老い支度」 使ってみよう!わたしの覚え書きノート

日3月20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

先導的な環境活動を表彰しました

問環境政策課☎内線2523

市では、市民、団体、事業者などの先導的な環境活動を広く紹介・普及する目的で、平成18年度から毎年表彰を実施しています。29年度に応募のあった活動について、三鷹市環境基金活用委員会で厳正に審査した結果、2件の表彰を決定し、2月15日に表彰式を行いました(敬称略)。

◆環境活動表彰＝Mitaka Kichijoji Project

平成24年に杏林大学の学生の発案により、三鷹駅から井の頭キャンパス予定地までの清掃活動を開始。現在は同キャンパスから、学生の通学路となる吉祥寺通りや連雀通り、東八道路沿いを中心に月1回程度活動しています。

◆環境活動功勞表彰＝緑・上連雀4(フォー)

平成18年に市の公園ボランティアに登録し、上連雀新道北児童遊園で公園内の清掃や草花管理、樹木剪定(せんてい)などを行っています。19年度には会員の小学生が、同公園の絵を描いて環境ポスターの市長賞を受賞しました。