



今号の紙面から	
平成30年度の予算案を お知らせします……………	2・3面
セカンドライフ相談会 ……	4面
高齢者肺炎球菌ワクチンの 費用助成は3月31日まで……………	4面
市からのお知らせ……………	11面から
引越シーズン 手続きはお早めに……	12面

平成30年度予算案 一般会計 688億2,842万円

新年度の施政方針(概要)

「人生100年時代」いきいきと人が暮らし、 共に支え合う「人財活躍都市・三鷹」を目指して ―持続可能な自治体経営で切り拓く三鷹の未来―

平成30年度の市の予算案が、2月23日から始まった市議会定例会で審議されています。新年度は、「人生100年時代」を見据え、いきいきと人が暮らし、共に支え合い、市民のみなさん一人ひとりが輝く「人財活躍都市・三鷹」の実現を目指す年度です。

市民のみなさんにとって「人財」である職員とともに、少子高齢化が進む未来を見据えて、税財政が直面する構造的な厳しさを冷静に洞察し対応しつつ、市民のみなさんが安心して暮らし、活力ある健康長寿社会を目指してご活躍いただくための基礎となるように、持続可能な自治体経営を進めてまいります。

予算案の概要については2・3面で紹介しています



三鷹市長
清原 慶子

平成30年は、「明治150年」、すなわち江戸から東京に変わって150年の年で、「人生100年時代」の到来や人工知能の進化が、未来の私たちの暮らしや働き方に劇的な変化をもたらすことが予測されています。こうした時代の節目を迎え、三鷹市政を展望するとき、現代を生きる私たちは、過去を振り返り、現在の到達点とその意義を再確認するとともに、社会変動の動向に注目しつつ、未来の地域社会の見取り図をしっかりと描いていくことが求められています。

30年度は、『第4次三鷹市基本計画(第1次改定)』の計画中期の目標達成に向けて着実に取り組むとともに、31年度に第2次改定を迎えることから、しっかりとした中長期的な時間軸を据えて、時代の潮流を敏感に捉えるとともに、客観的なデータを踏まえて、着実に検討の準備を進めていきたいと考えます。

三鷹市は昨年、「自らの創意工夫により、優れた施策を実施し、

地方自治の充実発展に寄与した市町村」の一つとして「地方自治法施行70周年記念総務大臣表彰」の団体表彰を受けました。この表彰は、『三鷹市自治基本条例』の基本理念に基づく、「民学産公の協働のまちづくり」の多様な取り組みが評価されたものと認識しています。三鷹市がこのような実践をしてこられたのは、二代表制の両輪である三鷹市議会の皆様のご理解とご支援、協働のパートナーとして自治の実現を担う「人財」である市民の皆様、大学・研究機関、産業界、他の公共機関のご活躍の賜物であると、心から感謝申し上げます。

私は、『三鷹市基本構想』の基本理念である「平和の希求」「人権の尊重」「自治の実現」の推進に向けて、今後も三鷹市議会との二代表制を尊重し、市民本位の「民学産公の協働のまちづくり」を、謙虚に、着実に推進していきたいと、改めて決意しています。

『第4次三鷹市基本計画(第1次改定)』の 目標達成に向けた施策の推進

◆最重点プロジェクト「都市再生」について

市庁舎・議場棟等の建替えに向けた検討を、市民・専門家のみなさんの参加によって着実に進める年度となります。多様な意見を反映しながら、『市庁舎・議場棟等建替え基本構想』を策定します。

環境センター跡地については、適時に施設の解体や土壌対策工事などに着手しますが、それまでの間は、地域のみなさんの憩いの場となるように、敷地内に健康遊具やボール遊びができる広場を設置するなど暫定的活用に向けた整備を進めます。



現在の三鷹市庁舎

東部図書館は、耐震改修と併せて、滞在・交流型の施設へのリニューアル工事を実施します。休館中は移動図書館の巡回による代替サービスを提供するとともに、リニューアル後にはサポーター組織との協働の推進を図り、図書の閲覧・貸し出し以外の機能と魅力を持つ図書館運営を進めていきます。

◆最重点プロジェクト「コミュニティ創生」について

平成30年度は、「新川中原」「にしみたか」の地域ケアネットワークが設立10年を迎えます。これまでの10年

を振り返り、共助のまちづくりのパートナーとして将来ビジョンを共有しながら、地域の特性を踏まえた活動を支援していきます。

29年4月に「児童館」から名称を変更した「多世代交流センター」は、青少年や乳幼児を支える拠点機能のみならず、若者から高齢者までの多様な世代が活動を展開する中で、世代間の交流が図られています。30年度はリニューアル工事を実施し、子どもから高齢者までの多世代が利用しやすい施設となるように、バリアフリーにも配慮した整備を進めます。

◆重点プロジェクトについて

『第4次三鷹市基本計画(第1次改定)』に位置付ける7つの重点プロジェクトを着実に推進します。
※重点プロジェクトの概要は2面をご覧ください。

「働き方改革」による ライフ・ワーク・バランスの推進

福祉の担い手が地域でいきいきと活躍できるように、保育の分野では、従事職員の宿舍借り上げや処遇改善助成を継続します。また、介護の分野では、家賃や研修費の助成など、就労・勤続しやすい環境づくりを新たに進めるとともに、介護職への理解と就労を促すため、高校



西多世代交流センターでの
多世代交流の取り組み

生らを対象とした職場体験を実施するなど、人財の裾野を広げる取り組みを進めます。

学校における働き方改革については、教員が担うべき職務を明確化し、業務に専念できる環境を確保することで、学校教育の質の向上を図る施策を充実します。

「三鷹版 働き方改革応援プロジェクト」では、長時間労働の削減や有給休暇などの取得を促進するモデル企業への働き方改革支援者の派遣を拡充します。また、将来的に企業や事業所が働き方改革に主体的に取り組むきっかけとなるように、経営者を対象とした出張説明や無料相談会を実施します。

構造的な厳しさに耐える 行財政基盤の確立

平成30年度は、国民健康保険の運営の都道府県単位化、介護保険・後期高齢者医療の保険料改定など、社会保障施策が大きく変わる年度となります。また、税制の分野においては、法人市民税の一部国税化や地方消費税の清算基準の見直しなど、税の地域偏在性は正を名目に、都市部の財源を減らし、地方へと移転する動きが加速化しています。

こうした地方財政を取り巻く構造的な厳しさに直面する中、行財政改革を推進して確固たる行財政基盤の確立を目指し、引き続き、市民のみなさんの暮らしを守ることを最優先とした財政運営を進めます。

施政方針全文は市ホームページでご覧いただけます

お知らせします

問 財政課 ☎ 内線2124

平成30年度の主な事業

※『第4次三鷹市基本計画(第1次改定)』のプロジェクトに基づき分類しています。

都市再生プロジェクト

- 市民センター内駐車場などの整備の推進 3億1,872万2千円
- 『市庁舎・議場棟等建替え基本構想』などの策定 2,710万2千円
- 環境センター跡地の暫定利活用 9,128万8千円
- 学校施設の長寿命化改修工事の計画的な実施(※) 8,200万円
- 下水道施設の長寿命化の推進 6億8,198万円



(※) 学校施設の今後の計画的な改修を進めていくため、『学校施設長寿命化計画(仮称)』の策定に向けた調査を行います。

コミュニティ創生プロジェクト

- コミュニティ創生研究事業の推進 23万4千円
- 地域ケアネットワーク推進事業の充実と発展(※) 1,351万8千円
- 多世代交流センターリニューアル工事の実施 4億9,756万円



(※) 誰もが住み慣れた地域で安心して生き生きと暮らすことができる共助のまちづくりを目指し、市内7カ所の地域ケアネットワークの活動などを引き続き支援します。30年度に設立10周年を迎える「新川中原」[「にしみたか」]の2カ所の地域ケアネットワークが行う記念事業などへの支援を行います。

安全安心プロジェクト

- 中原地区における都市型水害対策などの推進 2億2,782万円
- 止水板設置支援による都市型水害対策の推進 200万円
- 教育センターの耐震補強等工事の実施 6億2,476万7千円
- 通学路の安全確保の充実 776万5千円

子ども・子育て支援プロジェクト

- 『三鷹市子ども・子育て支援事業計画』の改定に向けたニーズ調査などの実施(※) 790万5千円
- 保育人財の確保・定着支援の拡充 4億1,214万1千円
- 私立認可保育園の開設支援 6億4,934万6千円
- 産後ケア事業の実施 1,103万2千円



(※) 31年度の『三鷹市子ども・子育て支援事業計画』の改定に向けた基礎資料として活用するため、保育・教育などに関する利用者のニーズや子育て世帯の生活実態を調査します。

健康長寿社会プロジェクト

- 介護人財の確保に向けた支援 1,054万8千円
- 特別養護老人ホームの建設費助成の実施 1億円
- 肺がん検診の拡充 563万1千円
- 認知症初期集中支援推進事業の実施 197万4千円

セーフティーネットプロジェクト

- 発達障がい保護者寄り添い支援事業の実施 62万円
- 北野ハピネスセンターの効率的な運営(※) 8,681万2千円
- 調布基地跡地福祉施設の整備などに向けた取り組み 57万4千円



(※) 4月から指定管理者制度による施設運営を開始します。また、幼児部門移転後のスペースを有効活用した給食サービスや入浴サービスを新たに実施するとともに、重症心身障害者の受け入れ体制を強化します。

サステナブル都市プロジェクト

- 『三鷹市地球温暖化対策実行計画(第4期計画)』の策定 659万5千円
- 都市型産業誘致の推進 8,255万4千円
- 下連雀五丁目公園(仮称)の整備 5,820万円

地域活性化プロジェクト

- 「三鷹版 働き方改革応援プロジェクト」のさらなる推進 1,199万6千円
- 太宰治没後70年特別展の実施 1,337万2千円
- 三鷹市ゆかりの文学者に関する顕彰事業の検討 596万2千円
- 外国人観光を促進するための案内・誘導サインの多言語化 3,951万1千円
- 大沢の里古民家(仮称)の開館 1,933万2千円
- 東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会に向けた気運醸成 794万2千円

都市交通安全プロジェクト

- 市道第135号線(三鷹台駅前通り)整備の促進(※) 5,405万1千円
- みたかバスネットの推進 284万1千円
- 三鷹駅南口駅前広場などの交通環境の改善 516万円
- 都市計画道路3・4・13号(牟礼)整備の促進 5,034万2千円
- 都市計画道路3・4・7号(連雀通り)整備の促進 1,209万2千円



(※) 17年度に策定した『三鷹市道第135号線緊急整備方針』に基づき、三鷹台駅周辺地域(三鷹台交番～立教女学院区間、延長約232m)の整備を進めてきました。30年度は、同区間の最終年次の整備として歩道の舗装などを行い、バリアフリーに配慮した歩行空間の整備に取り組みます。

そのほかの新規・拡充事業

情報環境の整備

- 三鷹市ホームページのリニューアル 720万6千円
- 自治体クラウドの導入に向けた取り組み 3,132万円
- 情報セキュリティ対策のさらなる向上 3,591万9千円

「21世紀型自治体」の実現と都市自治の確立

- 『第4次三鷹市基本計画』の第2次改定に向けた準備 837万円

平成30年度の予算案を

平成30年度予算案における一般会計と特別会計の予算総額は1,082億6,594万4千円で、前年度予算と比較すると14億5,946万6千円(1.3%)の減となります。

一般会計の予算額は688億2,842万2千円で、前年度予算と比較すると12億854万8千円(1.8%)の増です。これは、子ども・子育て支援などの社会保障関連経費が増加したことなどによるものです。

特別会計の予算額の合計は394億3,752万2千円で、前年度予算と比較すると26億6,801万4千円(6.3%)の減です。これは、下水道事業特別会計と後期高齢者医療特別会計が増となったものの、国民健康保険事業特別会計が、都道府県単位化に伴い大幅な減となったことなどによるものです。

今号では、こうした30年度予算案の概要と主な事業の内容をお知らせします。

各会計別の予算額					
(単位：千円)					
会 計		平成30年度 予算額	平成29年度 予算額	増 減	
一 般 会 計		68,828,422	67,619,874	1,208,548	1.8%
特 別 会 計	国民健康保険事業特別会計	17,384,711	20,422,436	△3,037,725	△14.9%
	下 水 道 事 業 特 別 会 計	4,290,081	3,914,093	375,988	9.6%
	介護サービス事業特別会計	941,679	1,000,926	△59,247	△5.9%
	介護保険事業特別会計	12,681,860	12,794,322	△112,462	△0.9%
	後期高齢者医療特別会計	4,139,191	3,973,759	165,432	4.2%
	合 計	39,437,522	42,105,536	△2,668,014	△6.3%
	総 計	108,265,944	109,725,410	△1,459,466	△1.3%
純 計		100,383,015	101,628,654	△1,245,639	△1.2%

※「純計」とは会計間の重複（繰出金・繰入金）を控除した額です。
※「△」はマイナス。

一般会計と市税の当初予算額の推移										
(単位：百万円)										
	26年度		27年度		28年度		29年度		30年度	
	金額	前年度比	金額	前年度比	金額	前年度比	金額	前年度比	金額	前年度比
歳入・歳出 総額	66,335	2.4%	69,401	4.6%	69,539	0.2%	67,620	△2.8%	68,828	1.8%
うち市税	35,272	4.3%	36,433	3.3%	36,793	1.0%	37,290	1.4%	37,340	0.1%

※「△」はマイナス。

『平成30年度施政方針・予算概要』（1冊200円）、『平成30年度三鷹市一般会計・特別会計予算及び同説明書』（1冊900円）は、相談・情報課（市役所2階）☎内線2215で販売しています。また、「施政方針・予算概要」は、市ホームページでもご覧いただけます。

一般会計

688億2,842万円

(1人当たり370,045円)

※「%」は一般会計予算に占める割合を示しています。
※1人当たりの金額は、平成30年度の人口見込み186,000人で割り返した金額です。

歳出予算

議会費

市議会の運営に

5億317万円 0.7%

(1人当たり2,705円)

総務費

市役所の運営、コミュニティ、文化、安全安心対策などに

87億1,558万円 12.7%

(1人当たり46,858円)

民生費

社会保障、子育て支援、高齢者・障がい者福祉などに

358億2,642万円 52.1%

(1人当たり192,615円)

衛生費

健康増進、ごみ処理、公害対策などに

41億517万円 6.0%

(1人当たり22,071円)

土木費

道路、公園整備、緑化対策などに

52億7,458万円 7.7%

(1人当たり28,358円)

消防費

消防や防災対策などに

21億8,422万円 3.2%

(1人当たり11,743円)

教育費

小・中学校教育、社会教育、スポーツ振興などに

73億8,161万円 10.7%

(1人当たり39,686円)

公債費

市債（借入金）の返済に

39億4,600万円 5.7%

(1人当たり21,215円)

そのほか

消費者・勤労者対策、農業・商工業振興などに

8億9,167万円 1.2%

(1人当たり4,794円)

歳入予算

市 税

みなさんからお預かりする税金

373億4,005万円 54.2%

(1人当たり200,753円)

各種交付金

使い方が定められていない国・都からの交付金など

42億508万円 6.2%

(1人当たり22,608円)

使用料・手数料、分担金・負担金

保育料やごみ処理手数料など、みなさんに負担していただく収入

21億2,335万円 3.1%

(1人当たり11,416円)

国庫支出金

使い方が定められている国からの負担金・補助金

109億5,574万円 15.9%

(1人当たり58,902円)

都支出金

使い方が定められている東京都からの負担金・補助金

82億3,848万円 12.0%

(1人当たり44,293円)

繰入金

基金（貯金）の取り崩しなど

16億4,033万円 2.4%

(1人当たり8,819円)

市 債

都市再生に係る事業などのための借入金

16億5,000万円 2.4%

(1人当たり8,871円)

そのほか

前年度決算の繰越金や財産売却収入など

26億7,539万円 3.8%

(1人当たり14,383円)

3月15日(木)まで

市民税・都民税と所得税は期限内に申告を

市民税・都民税の申告

市民税課☎内線2342

3月15日までの平日午前9時～午後4時30分

市役所第二庁舎4階

※「〒181-8555市民税課」へ郵送または市政窓口でも提出できます。

物 平成30年度市民税・都民税申告書、29年中の収入を確認できる書類(源泉徴収票・支払調書など)、29年中に支払った金額を確認できる保険料の控除証明書、医療費明細書、雑損・寄付金の領収書など

所得税などの申告

武蔵野税務署☎53-1311

3月15日までの平日午前9時～午後5時(混雑時は4時まで)

所 同署(武蔵野市吉祥寺本町3-27-1)

※駐車場は使用できないため、自家用車で来署はご遠慮ください。

◇国税庁ホームページで確定申告書などを作成できます

所得税や贈与税の申告は、同庁ホームページ [HP](http://www.nta.go.jp/) <http://www.nta.go.jp/>の「確定申告書等作成コーナー」で申告書を作成し、e-Tax(電子申告)で24時間いつでも申告できるほか、印刷して税務署へ提出することもできます。

平成30年度の軽自動車税の税率をお知らせします

市民税課☎内線2355

◆原動機付自転車、2輪車、小型特殊自動車の税率(年額)		
区 分		税 率
原動機付自転車	50cc以下	2,000円
	90cc以下	2,000円
	125cc以下	2,400円
	ミニカー	3,700円
2輪の軽自動車(125cc超250cc以下)		3,600円
2輪の小型自動車(250cc超)		6,000円
小型特殊自動車	農耕作業用	2,400円
	そのほか	5,900円

◆3輪車、4輪以上の軽自動車の税率(年額)				
区 分		①標準税率	②重課税率	③旧標準税率
3輪車		3,900円	4,600円	3,100円
4輪以上	乗用	営業用	6,900円	8,200円
		自家用	10,800円	12,900円
	貨物用	営業用	3,800円	4,500円
		自家用	5,000円	6,000円

①＝初めて車両番号の指定を受けた日が27年4月1日以後の車両(軽課税率の適用<下記>を受けるものを除く)

②＝初めて車両番号の指定を受けた月が17年3月以前の車両

③＝①②以外の車両

◇軽課税率の適用

初めて車両番号の指定を受けた日が29年4月1日～30年3月31日の3輪以上の軽自動車のうち、排出ガス・燃費性能の優れた環境負荷の小さいものは、その性能(各燃費基準の達成状況)に応じて、30年度に限り下表の軽課税率(年額)が適用されます。

区 分		75%軽減	50%軽減	25%軽減
3輪車		1,000円	2,000円	3,000円
4輪以上	乗用	営業用	1,800円	3,500円
		自家用	2,700円	5,400円
	貨物用	営業用	1,000円	1,900円
		自家用	1,300円	2,500円

※各燃費基準の達成状況は自動車検査証の備考欄に記載されています。軽課税率の適用基準については市ホームページをご覧ください。

バイク、軽自動車などの登録・廃車手続きは3月中に

軽自動車税は、4月1日現在登録のあるバイク、軽自動車、小型特殊自動車などに課税されます。購入や廃棄、譲渡、移転などがあった方は、必ず3月中に手続きをしてください。車両が手元に無くても、廃車手続きをするまで課税されますので、ご注意ください。

申 問 排気量125cc以下のバイク・小型特殊自動車・ミニカー＝市民税課(市役所2階26番窓口) ☎内線2355、排気量125cc超のバイク＝東京運輸支局多摩自動車検査登録事務所(国立市北3-30-3) ☎050-5540-2033、四輪軽自動車＝軽自動車検査協会東京主管事務所多摩支所(府中市朝日町3-16-22) ☎050-3816-3104へ

セカンドライフ相談会

三鷹のまちで探す・見つけるセカンドライフ

高齢者支援課☎内線2626

会社を定年退職した方や退職を控えセカンドライフの過ごし方を考えている方、子育てが一段落ついた方など、これからの時間を地域に根差した活動で有意義に活用したいと考えている方のための相談会です。市内には、仕事や趣味を通して地域活動に参加できるさまざまな団体があります。みなさんのセカンドライフを応援するため、三つの団体(下記)がお手伝いしますので、気軽に会場へお越しください。

注 (公社)三鷹市シルバー人材センター、わくわくサポート三鷹、三鷹いきいきプラス

日 3月16日(金)午前10時30分～午後3時(2時30分まで受付)

人 おおむね55歳以上の方 所 上連雀分庁舎 申 当日会場へ

◆(公社)三鷹市シルバー人材センター

定年後も元気に働きたい方を対象に、仕事を通じた地域社会への参加を支援しています。仲間づくりのチャンスが生まれるボランティア活動も盛んです。約1,600人の会員が活躍しています。



ビデオ班の撮影リハーサルの様子

◆わくわくサポート三鷹

おおむね55歳以上の方の仕事探しと、企業の求人活動をお手伝いする無料職業紹介所です。就職支援セミナーや面接会を開催し、就職に関する相談も承ります。



相談の様子

◆三鷹いきいきプラス

シニアの豊かな経験と知恵を生かした活躍の場づくりをしています。「仕事や活動をしたい人」と「人材募集や仲間づくりを希望する人」を相互に紹介するマッチング事業や交流会、サークル活動など、約2,900人の会員が活動しています。



「iPad講習会」の様子

平成29年度高齢者肺炎球菌ワクチンの費用助成は3月31日まで

健康推進課☎内線4202

日 3月31日(土)まで

人 過去に同ワクチンを接種したことがない市民で、①29年度中に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方、②接種当日60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能に自己の身の辺の日常生活活動が極度に制限される程度の障がいや、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある方

所 市内協力医療機関(市ホームページをご覧ください)

※武蔵野市、調布市の協力医療機関でも接種できます(武蔵野市で接種する場合は、総合保健センターで発行する予診票が必要)。

¥ 自己負担金5,000円(医療機関で支払い)

申 事前に医療機関に連絡のうえ、健康保険証など年齢や住所を確認できるものを持参し、所定の予診票に必要事項を記入して接種を受けてください(接種前の検温や診察の結果により、接種できない場合があります)

※生活保護受給世帯・中国残留邦人等支援給付受給世帯の方は、自己負担金が免除されます。生活福祉課(市役所2階21番窓口)で交付する予診票(免除用)と受給証明書を医療機関へお持ちください。

接種を希望する方は
早めにお申し込み
ください。



4月から国民健康保険制度が変わります

保険課☎内線2382

4月から国民健康保険は都道府県が財政運営の責任主体となります。東京都が三鷹市とともに国保の運営を担うことで、財政基盤や制度の安定化を図っていきます。

今後、都は国保運営方針に基づき、事務の効率化、標準化、広域化を推進します。市はこれまでと同様に、国保の受付窓口として住民サービスを提供します。

なお、今回の制度改正に伴い、被保険者のみなさんが新たな手続きを行う必要はありません。31年の保険証の一斉更新から保険証に「東京都」が表記されます。

※都内で引っ越しをした場合、引っ越し前と同じ世帯状況であれば高額療養費の上限支払回数のカウントが通算され、経済的な負担が軽減されます。

◇4月からの都と市の主な役割

東京都の主な役割	三鷹市の主な役割
・財政運営の責任主体	・国保事業費納付金を都に納付
・国保運営方針に基づき、事務の効率化・標準化・広域化を推進	・資格を管理(保険証などの発行)
・市区町村ごとの国保事業費納付金、標準保険料率を算定・公表	・標準保険料率などを参考に保険税率を決定 ・保険税の賦課・徴収、個々の事情に応じた納税相談
・保険給付に必要な費用を、市区町村に対して全額支払い(保険給付費等交付金)	・保険給付の決定・支給
・市区町村に対して、保険事業に必要な助言・支援	・被保険者の特性に応じたきめ細かい保健事業を実施(特定健診・保健指導、データヘルス計画など)

4月6日(金)～15日(日)は三鷹市春の交通安全運動

「やさしさが 走るこの街 この道路」 岡道路交通課☎内線2883

三鷹市、三鷹警察署、三鷹交通安全協会

◆重点

①子どもと高齢者の安全な通行の確保と高齢運転者の交通事故防止、②自転車の安全利用の推進、③後部座席を含めた全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底、④生活道路や通学路における歩行者などの安全確保、⑤飲酒運転の根絶、⑥バスなどの公共交通機関車内での事故防止

◆交通安全講習会(3月) 交通安全講話、交通安全DVD上映など。

日所 20日(火)＝三鷹市公会堂さんさん館、22日(木)＝三鷹駅前コミュニティセンター、23日(金)＝牟礼コミュニティセンター、26日(月)＝井口コミュニティセンター、27日(火)＝連雀コミュニティセンター、28日(水)＝大沢地区公会堂、29日(木)＝新川中原コミュニティセンター、いずれも午後6時30分～7時30分

申 当日会場へ

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。

催し

猫の譲渡会

日 みたか123 日 3月4日(日)午後1時～5時 所 アドリブ・カフェスタジオ(下連雀9-11-7) 申 当日会場へ 岡 牧野☎090-7707-5070

こひつじ共育センターの催し

日 ①「子育てひろば」OPEN!＝3月30日までの毎週月・水・金曜日午前10時～午後4時、②0～3歳フリーマーケット＝3月18日(日)午前10時～午後3時 所 同センター(北野3-1-3) 申 当日会場へ 岡 同センター(藤重)☎69-3303

笑って元気! ラフターヨガ(笑いヨガ)

日 三鷹台ラフタークラブ 日 3月6・20日の火曜日午前10時30分～正午 所 牟礼地区公会堂 ¥500円(1回) 申 岡 高瀬☎55-5058

シルバークラスを使って学食・社会を食へ歩き近くの博物館・資料館を訪ねる催しの説明会

日 三鷹人倶楽部 日 3月7日(火)午後0時30分～1時 所 生涯学習センター ¥100円(会場代) 申 岡 草野☎090-1207-4196

生花を使ってアレンジメント

日 アトリエ プルメリア 日 3月8日(火)午前10時30分～正午 所 三鷹駅前コミュニティセンター ¥2,500円 申 岡 同会☎080-1122-6086

みたか・みんなの広場の催し

日 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タロット占い(自分自身を見つめ、あしたの自分に進むために)＝3月17日(土)午後1時30分～3時、④市民リレートーク：北区桐ヶ丘団地・一才手伝亭の若林明さん「団塊から寄り合いへ」＝3月26日(月)午後1時30分～3時30分 所 ①③④みたか・みんなの広場(下連雀4-5-19みたかの家内)、②市民協働センター ¥①④200円、③3,000円(30分) 申 岡 なりきよ☎080-1362-5359(③は3月16日(金)まで)

NPO法人子育てコンビニの催し

日 ①コンビニひろば＝3月9日(金)午前10時30分～11時30分、②ベビーマッサージで親子のふれあい＝12日(月)午前10時～11時30分 所 元気ひろば おれんじ(中原3-1-65) ¥②2,000円 物 ②バスタオル 申 同法人①☎kosodatenet@mitaka.ne.jp、②☎info2@kosodate.or.jp 岡 同法人☎41-7021

みたかふれあいサロンの催し

日 ①タブレット講座「iPadをもっと活用しよう」＝毎週金曜日、毎月第2・4火曜日午後1時15分～2時45分、②iPadを使って脳をイキイキ・ワクワク「脳若トレーニング」＝3月10日～24日の毎週土曜日午前10時30分～正午 所 三鷹産業プラザ ¥①2,000円、②500円(いずれも1回) 申 岡 NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹☎40-2663・☎40-2664(平日午前10時～午後4時、②当日参加も可)

足から健康を考える 外反母趾(ばし)巻き爪改善

日 倉橋 日 3月10日(土)午後2時から 所 三鷹市公会堂さんさん館 ¥1,500円(マッサージオイル代を含む) 申 岡 倉橋☎090-4941-3533

本格落語が親子で楽しめる、三遊亭歌奴さんによるげんこつ寄席

日 学童保育げんこつ組 日 3月10日(土)午後2時～3時40分 所 ルーテル学院大学 ¥大人1,100円、子ども500円、幼児200円、障がい者800円(当日券は大人1,400円、子ども500円) 申 岡 同会☎32-3081・☎info@genkotsu-fc.com

3月おはなしの森一昔話や文学小品を語りで「ぬか福と米福」「マカトのたから貝」ほか

日 わたげの会 日 3月10日(土)午後2時30分～3時30分 人 中学生以上の方 所 西部図書館 申 当日会場へ 岡 米屋☎33-9011

一人で悩まないために…相続・遺言セミナーと相談会

日 行政書士暮らしの相談センター 日 3月11日(日)午前10時30分～午後4時30分(セミナーは10時30分～11時30分) 所 三鷹駅前コミュニティセンター 申 岡 同センター(菅井)☎24-7069・☎24-7441(当日参加、セミナーのみの参加も可)

笑う呼吸法(笑いヨガ)

日 東京三鷹の森わっははは楽楽(わいわい)クラブ 日 3月11・25日の日曜日午前10時30分～正午 所 連雀コミュニティセンター ¥500円(1回) 申 岡 ハラ☎090-3902-9691・☎47-5033

中国語を楽しむ茶話会

日 中国語を楽しむ会 日 3月11日(日)①中国語基礎(初級)＝午後1時30分～3時、②中国語会話(中級)＝午後3時10分～4時40分 所 三鷹駅前コミュニティセンター 申 岡 王☎090-6487-5278

東日本大震災復興支援チャリティーコンサート第7弾「井の頭わが街コンサート」

日 井の頭わが街コンサートの会 日 3月11日(日)午後2時から 所 井の頭コミュニティセンター新館 申 当日会場へ 岡 同会(飛山)☎44-1095

講演会「自由の物語ードイツからの声 文学にみる戦争・ナチズム」★

日 みたか 子どもの本・九条の会 日 3月11日(日)午後2時～4時 所 生涯学習センター 岡 ドイツ文学者で和光大学教授の酒寄進一さん ¥500円(資料代) 申 当日会場へ 岡 同会☎090-3919-0741・☎pooh-hituji@nifty.com

不登校 親の会

日 フリースペース コスモ 親の会 日 3月11日、4月15日の日曜日午後3時30分～5時 所 NPO法人文化学習協同ネットワーク(下連雀1-14-3) 申 岡 同法人(平岩)☎47-8706

歌声サロン中原

日 毎月第2火曜日午後1時～4時 所 新川中原コミュニティセンター 申 当日会場へ 岡 金子☎49-8899

元気ひろば おれんじの催し

日 ①歌謡曲新曲講座＝3月14日(火)午前10時30分～正午、②己書楽書道場＝15日(水)午前10時～11時30分、③FPによる手間なし貯金術＝15日午前10時～正午、④iPadで脳若トレーニング＝15日午後1時30分～2時45分、⑤英会話＝15日午後3時～4時30分、⑥介護予防教室＝17日(土)午前10時～11時30分 所 同会(中原3-1-65) ¥①⑤2,000円、②④1,000円、⑥2,500円 申 岡 同会☎76-5940

職場体験説明会一進路・就職に悩む若者またはご家族の皆さんへ

日 NPO法人文化学習協同ネットワーク 日 3月14日(火)午後2時～3時 所 同法人(下連雀1-14-3) 申 岡 同法人(丸山)☎70-5067

楽しいゲームで脳活性化(第13回)

日 NPO法人鷹口コ・ネットワーク大楽 日 3月17日(土)午後1時30分～3時30分 所 三鷹産業プラザ ¥700円(茶菓代を含む) 申 岡 必要事項(11面参照)を同法人(船木)☎24-7500・☎24-7070・☎info@takaloco.jp

初めての見つめて、深める、身体学ーマインドフルな立位を探る

日 からだからであう学びの中継地 日 3月17日(土)午後2時～3時30分 所 三鷹センタービル3階(下連雀

第96回 太宰治作品朗読会『佳日』

岡 太宰治文学サロン☎26-9150

朗読は、俳優の宇井晴雄さん(写真)。

日 4月20日(金)午後6時～6時50分

人 25人

所 同サロン

日 4月10日(火)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)・参加者氏名(2人まで)を「〒181-0013下連雀3-16-14 グランジャルダン三鷹1階 太宰治文学サロン」へ(1人1通。申込多数の場合は抽選)



撮影：荒井純一

4月1日発行号

原稿締切日 3月8日(木)

4月15日発行号

原稿締切日 3月22日(木)

いずれも午後5時まで

会金1,000円、月額3,500円 申 岡 松本☎090-8478-6623・☎44-0433

クール・レーヴェ(女声合唱)

日 毎週木曜日午前10時～正午 所 井の頭コミュニティセンター ¥月額5,000円 申 岡 植松☎47-4604

いきいき太極拳Aグループ

日 毎月3回木曜日午後1時15分～2時45分 所 福祉センター ¥月額1,500円 申 岡 加藤☎・☎43-9845

三鷹絵画の会

日 毎月第1・3日曜日午前9時～正午 所 上連雀地区公会堂 申 岡 矢島☎090-2148-4889

伝言板

健康生活支援講習スマイル教室「ケガのない明るい生活ー在宅療養に役立つもの」

日 武蔵野赤十字病院 日 3月8日(木)午前10時から、午後2時から 人 各10人 所 同病院 ¥100円(保険料) 申 岡 同病院医療社会事業課☎32-3111

早春の緑道を歩こう! 玉川上水ノルディックウォーキング教室(幸橋～宮下橋)

日 西武・武蔵野パートナーズ 日 3月14日(火)午前10時井の頭公園第二公園集合～正午 ¥500円(保険料ほか) 申 岡 直接または電話で野川公園サービスセンター☎31-6457

第13回明星学園和太鼓部定期演奏会

日 3月23日(金)午後1時30分から(1時開場)、5時から(4時30分開場) 所 三鷹市公会堂光のホール 申 当日会場へ 岡 同校(松本)☎48-6221

わがまちジャーナル3月号 地上11chで放送中

ギャラリーに誘われて その二 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。

☎内職相談は市民
所三鷹産業プラザ
物雇用保険受給者は雇用保険受給資格者証、内職相談者は身分証明書
申当日会場へ
☎生活経済課☎内線2543
就職活動支援セミナー
「求職中のストレスと上手につきあって求職活動を乗り切ろう」
☎3月15日(木)午後1時30分～4時
人おおむね55歳以上で求職活動中の方24人
所市民協働センター
講わくわくサポート三鷹相談員で産業カウンセラーの野元秀明さん
物筆記用具、雇用保険受給者は雇用保険受給資格者証
申 問3月13日(火)までに必要事項(11面参照)をわくわくサポート三鷹☎45-8645・**FAX** 45-8646へ(先着制)
女性のための就職支援セミナー
「賢く生き抜く！変化の時代の働き方・過ごし方」
☎3月23日(金)午後1時30分～4時
人おおむね55歳以上で求職活動中の方80人
所市民協働センター
講三鷹カウンセリングルーム リバイブ代表の小島知子さん
物筆記用具、雇用保険受給者は雇用保

険受給資格者証
申 問3月19日(月)までに必要事項(11面参照)をわくわくサポート三鷹☎45-8645・**FAX** 45-8646へ(先着制)
市立小学校
第1学年支援員 臨時職員
◆職務内容 新1年生の学校生活全般の支援
◆資格 教育職員免許または保育士(更新の有無は不問)
◆勤務期間 4月6日(金)～7月20日(金)
◆勤務時間 月～金曜日午前8時～午後3時(実働週20時間、土曜日の勤務あり)
◆勤務場所 市立小学校
◆報酬 時給1,100円(平成29年度実績)、交通費支給(日額上限864円)
申3月9日(金)(必着)までに履歴書(写真貼付)を直接または郵送で「〒181-0004 新川6-35-28指導課」(教育センター暫定施設)へ(3月16日(金)午前に面接)
問同課☎内線3243
東部地域包括支援センター 職員
◆職種 保健師または看護師(1人)
◆職務内容 総合相談、介護予防ケアマネジメントなど
◆勤務時間 月～土曜日午前9時～午後5時
◆報酬 応相談、交通費支給 ※昇給・賞与あり。

申 問同センター☎43-3319へ
(社)三鷹市社会福祉協議会 職員
◆職種 学童保育員(1人)
◆資格 昭和57年4月2日以降生まれの保育士または教育職員免許を有する方(取得見込みも可)
◆勤務時間 年間平均週34時間
◆勤務場所 市内23カ所の学童保育所
◆報酬 規程による ※社会保険の適用あり。
◆試験 3月24日(土)午前9時から筆記(合格者は4月7日(土)に面接)
◆採用予定日 5月1日
申3月5日(月)～19日(月)に履歴書(写真貼付)・卒業証明書または卒業見込み証明書・資格証の写しを同協議会へ
問同協議会☎46-1108
あかね保育園 職員
◆職種 ①保育士(正職員1人)、②給食調理補助(パートタイマー)
◆資格 ①保育士
◆勤務期間 ②4月1日～平成31年3月31日(応相談。更新の場合あり)
◆勤務時間 月～金曜日①午前7時～午後7時(実働7.5時間の交代制)、②午前8時30分～午後0時30分、0時30分～

～4時30分(いずれも応相談)
◆報酬 ①短大卒＝月額178,000円～、大卒＝月額193,000円～(いずれも年齢・経験による)、②時給1,000円、交通費支給
※社会保険の適用あり、賞与(今年度実績4.4カ月)・昇給・諸手当あり。
◆試験 ①一次＝面接、二次＝実技
◆採用予定日 ①4月1日(応相談)
申 問電話連絡のうえ履歴書(写真貼付)・資格証の写しを同園☎49-2671へ
みたかつくしんぼ保育園 職員
◆職種 保育士(1人)
◆勤務時間 月～金曜日(実働7.5時間の交代制。土曜日の出勤あり)
◆報酬(月額) 短大卒＝224,000円、大卒＝240,000円
※社会保険の適用あり、賞与・昇給・諸手当あり。
◆試験 書類選考、面接、筆記、小論文
◆採用予定日 4月1日
申 問電話連絡のうえ履歴書(写真貼付)・資格証の写し・新卒者は卒業見込み証明書、成績証明書の写しを「〒181-0005中原1-29-35みたかつくしんぼ保育園」・☎03-3308-3507へ

※「市からのお知らせ」は11面からご覧ください。



三鷹ネットワーク大学

NPO法人三鷹ネットワーク大学推進機構 〒181-0013 下連雀3-24-3三鷹駅前協同ビル3階 ☎40-0313・**FAX**40-0314・**HP**http://www.mitaka-univ.org/
開館時間：火～日曜日、午前9時30分～午後9時30分(入館は9時まで／日曜日は5時まで) 休館日：月曜日・祝日

三鷹ネットワーク大学 冬・春学期受講者募集中！

★基礎講座 ★★応用講座 ★★★専門講座

講座名	日時・定員・講師・費用など
三鷹ネットワーク大学企画サロン みたか星空散歩―春の星空解説Ⅱ ★	☎ 3月18日(日)午後3時～4時30分 人 50人 申 当日同大学へ(先着制)
NPO法人みたか都市観光協会企画講座 大人のための音読講座(ワークショップ付き朗読会) 「三鷹ゆかりの作家・作品たち(64)―まつい のりこの『あの日の空の青を』より『娘の結婚衣裳』」 ★	☎ 4月4日(木)午前10時30分～午後0時30分 人 10人 講 フリーアナウンサーで朗読家の原きよさん ¥ 市民1,600円、一般2,000円
東京女子大学寄付講座 数学はこんなに面白い！9・4月 「代数多様体について」 ★★	☎ 4月5日(木)午前10時～11時30分 人 30人 講 東京女子大学名誉教授の小林一章さん ¥ 500円
東京女子大学寄付講座 数学カフェみたか5・4月 「組み合わせ論の問題」 ★★	☎ 4月10日(火)午前10時～11時30分 人 15人 講 東京女子大学名誉教授の小林一章さん ¥ 500円
三鷹ネットワーク大学企画講座 「三鷹身の丈起業塾―SOHOベンチャーカレッジ 第29期」 ★★	☎ 4月10日～7月24日の毎週火曜日午後7時～8時30分(5月1日を除く全15回、カリキュラム別受講可) 人 20人 講 SOHO CITYみたか推進協議会会長の前田隆正さんほか ¥ 市民30,000円、一般45,000円
くらしとバイオプラザ21企画サロン サイエンスカフェみたか4月・第47回 「美味しい紅茶のテイスティング―紅茶専門店を超える？美味しい紅茶を自宅で楽しむには」 ★	☎ 4月12日(木)午後7時～8時30分 人 20人 講 (株)工房バオブズ代表の岡崎裕美さん ¥ 1,500円(茶菓代を含む)
アジア・アフリカ語学院寄付講座 「語学体験講座(入門体験クラス)」 ★	☎ 4月14日(土)①ロシア語・②インドネシア語・③ヒンディー語・④中国語＝午前10時～午後0時10分、⑤韓国語・⑥アラビア語・⑦ミャンマー語・⑧ベトナム語＝午後1時～3時10分 人 各言語15人 講 ①坂内知子さん、②荻原道子さん、③雪下洋一さん、④付園園さん、⑤兼若逸之さん、⑥石黒忠昭さん、⑦井坂理奈さん、⑧坂村哲夫さん ¥ 各言語500円 ※午前・午後それぞれ一つの言語を申し込みできます。
国立天文台企画サロン アストロノミー・パブ4月・第138回 「地上の星“灯台”を語る―灯台ガール meets 宙ボーイ」 ★★	ゲストは灯台マニアの不動まゆうさん、ホストは国立天文台副台長の渡部潤一さん。 ☎ 4月21日(土)午後6時30分～8時30分 人 25人 ¥ 3,000円(飲食代を含む) 申 3月6日(火)午前9時30分～27日(火)午後5時に申込書を直接または郵送、ファクス、ホームページで同大学へ(申込多数の場合は抽選)

申特に記載のないものは3月6日(火)午前9時30分から申込書を直接または郵送、ファクス、ホームページで同大学へ(先着制) **問**いずれも同大学
※受講の申し込みには受講者登録が必要です。講座の詳細や受講者登録については、ホームページまたは同大学へお問い合わせください。

上級救命技能再講習会
☎駅前地区自主防災連合会、(公財)東京防災救急協会
📅3月24日(土)午後1時30分～4時30分
👤人在学・在勤を含む市民で、上級救命技能講習または上級救命技能再講習を受講後3年が経過した方20人
📍所三鷹駅前コミュニティセンター
📞☎3月20日(火)までに直接または電話で同センター☎71-0025へ(先着制)

第1回大菊作り講習会
挿し穂の育成、培養土の調合、消毒の年間スケジュールなど。
📅3月25日(日)午後1時30分～3時30分
📍所JA東京むさし三鷹緑化センター(農業公園内)
🗣️講三鷹菊友会のみなさん
👉物作業に適した服装
📞申当日会場へ
📞問同センター☎48-7482
※自家用車での来場はご遠慮ください。

男性料理教室—お花見弁当
☎大沢住民協議会
📅4月8日(日)午前10時～午後1時
👤人20人
📍所大沢コミュニティセンター
🗣️講栄養士の得能昭子さん
💰¥1,000円(飲み物付き)
👉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

さわやか・ゆめ体操元気会ボランティア会員募集講座
📅5月17・24日、6月21・28日、7月19・26日、9月20・27日の木曜日午前10時30分～正午(全8回)
👤人おおむね65歳未満の市民で全回参加できる方15人
📍所福祉センター
💰¥1,500円(年会費、資料代ほか)
📞申📅4月16日(月)までに必要事項(11面参照)・ボランティア経験の有無・受講動機をみたかボランティアセンター☎76-1271・FAX 76-1273へ



募 集

ファブスペースみたかレンタルボックス出展者
オリジナル作品の展示、販売などに利

用できるボックスの出展者を募集します。
📅12月28日(金)まで(利用は月単位)
👤人14枠(1枠のサイズは33.5×33.5×38.5cm)
💰¥月額2,160円(税込み)
📞申必要書類(同施設ホームページHPhttps://fabmitaka.co/から入手可)を「〒181-8525(株)まちづくり三鷹」・✉fab.space@mitakane.jpへ(面談のうえ、選考)
📞問同社☎40-9669

農業体験農園の利用者
農業者が指導とサポートをします。
◆三鷹オーガニック農園「三鷹有機野菜塾」(上連雀9-16) ☎080-2001-1665 (園主：金子晃)
利用期間＝4月～平成31年3月(年12回)、利用料＝年間36,000円(税別)
※くわしくは同園ホームページHPhttps://ameblo.jp/organic-h21/へ。
◆ISFERME(イズフェルム)(牟礼3-7) ☎080-5885-1150(園主：石井和子)
数＝15区画、面積＝1区画25㎡、利用期間＝3月～31年1月、利用料＝年間54,000円(税込み)
◆高橋体験農園(牟礼2-4) ☎0120-831-296(園主：高橋基)
数＝101区画、面積＝1区画3㎡、6㎡、8㎡、利用期間＝随時、利用料＝月額5,556円～(税別。別途、入会金10,000円が掛かります)
※くわしくは同園ホームページHPhttps://www.sharebatake.com/farms/mitakaへ。

📞☎電話で希望する各農園へ
📞☎生活経済課☎内線3063
三鷹市農業公園
夏野菜やお花の栽培体験 参加者
👤人毎回参加できる方、各コース10人
📍所農業公園近くの農場(新川6丁目)
◆野菜コース(トマト、ナス、ピーマン、枝豆、トウモロコシなど)
📅4月21日～7月下旬の原則土曜日(全12回予定)
💰¥3,000円
◆お花コース(ブルーベリー、パンジー、メキシカンセージなど)
📅4月21日～12月中旬の原則土曜日(全12回予定)
💰¥6,000円
📞申3月23日(金)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)・性別・希望コースを「〒181-0004新川6-30-22JA東京むさし三鷹緑化センター」へ(1人1通。申込多数の場合は抽選)
📞問同センター☎48-7482

市民農園(高齢者向け)の利用者(追加募集)
👤人4月1日時点で60歳以上の市民
◆募集農園・区画 牟礼2丁目＝4区画、北野2丁目＝7区画、上連雀7丁目第1＝4区画・第3＝5区画
◆利用期間 4月1日～平成31年2月28日
◆年間利用料 4,000円(世帯全員が住民税非課税の方は無料)
📞申3月16日(金)(必着)までに必要事項(11面参照)・希望農園名・本人確認書類の

写し・結果通知用はがき(返送先明記)、世帯全員が住民税非課税の方は全員の非課税証明書を「〒181-0012上連雀8-3-10NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会」へ(利用中の方は申込不可。申込多数の場合は3月22日(木)午前10時から抽選)
※抽選の立ち会い希望者は3月16日までに同法人☎46-2081へ。
📞問同法人☎46-2081
コスモ三鷹ロイヤルフォルム1階(貸店舗)入居者
◆所在地 下連雀3-33-5-101
◆募集区画 1室58.92㎡(店舗前空き地39.00㎡)
◆賃料など 月額266,350円(税別、共益費込み)、保証金(賃料の3カ月分)
◆入居開始 審査(書類・面接)を通して、契約締結後
※業種および契約には条件があります。
📞申必要書類(株)まちづくり三鷹ホームページHPhttps://www.mitaka.ne.jp/から入手可)を直接または郵送で「〒181-8525(株)まちづくり三鷹」へ
📞問同社☎40-9669



仕事・求人

しごととの相談窓口
📅3月14日(火)午前9時30分～正午(11時30分まで受付)

平成30年度サイクルシェア事業社会実験の参加者募集

📞問道路交通課☎内線2883

市では28年4月から、①自宅から三鷹駅まで通勤・通学する市民と、②三鷹駅から事業所・学校に通勤・通学する方の間で、自転車・駐輪場を共同利用(シェア)する「サイクルシェア」の社会実験を実施しています。
4月以降も引き続き、同事業の社会実験を行います。参加者にはアンケートなどのご協力をお願いする場合があります。通勤や通学など、自転車で三鷹駅を利用する方は、ぜひ実験への参加にご協力ください。

◇駐輪場 さくら通り第2駐輪場(下連雀3-21-30)の一部
📅4月1日(日)～31年3月31日(日)(1カ月単位で申込可)
👤人通勤・通学に三鷹駅を利用する市民で、①自宅から利用＝原則として午前8時30分までに入庫し、午後5時以降に駐輪場から出庫できる方、②駅から利用＝原則として午前7時30分以降に駐輪場から出庫し、午後7時30分までに入庫できる方、各90人
※自転車は市が用意します(120台)。

💰¥利用料月額1,500円(学生1,250円)
📞申申請書(市ホームページ・同課〈市役所5階51番窓口〉で入手可)・学生は身分証明書の写しを直接または郵送、ファクス、電子メールで「〒181-8555道路交通課」・FAX 48-0975・✉doro@city.mitaka.tokyo.jpへ(先着制)



チケットインフォメーション

公益財団法人 三鷹市スポーツと文化財団 HPhttp://mitaka-sportsandculture.or.jp/

ワークショップ



📞問芸術文化センター☎47-5122
(月曜日を除く午前10時～午後7時)

音楽で遊ばませんか?楽譜が読めなくても、楽器を手にしたことがなくても大丈夫。音楽の楽しさを体感できるプログラムです!案内役は作曲家でピアニスト、シンガー・ソングライターの港大尋(みなと・おおひろ)さん。



各日、1日完結のワークショップです。

◆大人グループ 大人のリトミック
—音楽に苦手意識がある方のためのやさしい音楽講座

📅3月24日(土)・28日(火)午前10時～11時30分
👤人高校生以上の方各日10人 💰¥800円

◆親子グループ わらべうたや世界の民謡をうたおう

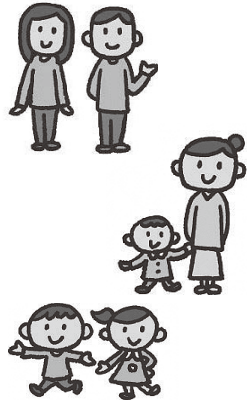
📅3月25日(日)午後2時～3時、27日(火)午前10時30分～11時30分
👤人未就学児と保護者各日10組
💰¥1組500円(追加1人につき200円)

◆子どもグループ オリジナルソングをつくろう!
ダンボール太鼓を作るよ!

体を使ったリズム遊びをしながら、即興で歌を作ります。

📅3月27・28日午後2時～4時 📞小・中学生各日10人 💰¥500円

📞申3月13日(火)(必着)までに往復はがきまたは電子メールで必要事項(11面参照)・参加者全員の名前(ふりがな)と年齢(学年)・希望グループと日時を「〒181-0012上連雀6-12-14芸術文化センター」・✉tobira@mitaka-sportsandculture.or.jpへ(申込多数の場合は抽選)
※抽選結果は3月16日(金)までに通知します。連絡がない場合はお問い合わせください。



イラスト：小坂タイチ

友の会「マール」会員募集中! 年会費/2,000円 会員特典/チケットの優先予約・割引(1公演2枚まで)・ポイントサービス、情報誌の送付、チケットの無料送付(口座会員のみ)、芸術文化センター・三鷹市公会堂レストランでの飲食代金10%オフなど。

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



講座

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。

三鷹ちびっこ農園

種まきから収穫まで、1年を通していろいろな野菜を共同作業で育てます。

主 三鷹青年会議所

日 4月から1年間、日曜日午前9時～正午

人 市内の3歳～中学生と保護者60組

所 同園(新川3-6-1)

料 ¥1組4～9月＝5,000円、10～3月＝3,000円

申 **問** 同園(梶原) ☎090-1764-9557・
✉chibikkonouen@gmail.comへ(先着制)

※継続の家族を含むため、3月初旬に定員に達する場合があります。事前にお問い合わせください。

※収穫祭などのイベントを随時行います。

小・中学校を卒業していない方のための夜間学級

日本語を習得していない方のための日本語学級も開設しています。

人 平成30年4月1日時点で16歳以上の方で、小・中学校を卒業していない方(年齢・国籍不問)

所 世田谷区立三宿中学校夜間学級

申 **問** 同校夜間学級 ☎03-3424-5255へ



平成30年度 高齢者無料入浴券の申し込み(1人30枚まで)

人 65歳以上の市民で住民税非課税世帯の方

申 3月12日(月)から高齢者支援課(市役所1階12番窓口)または市内公衆浴場へ

※審査のうえ4月下旬以降に送付します。

※29年度に発行された無料入浴券の有効期限は3月15日(木)です。

問 同課 ☎内線2626

高齢者の生活相談会

日 3月16日(金)午後1時～3時

人 一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

高齢者福祉センター 早春行事 演芸大会

歌や踊りなど練習の成果を発表します。

主 三鷹市社会福祉協議会

日 3月18日(日)午前10時～午後3時

所 福祉センター

申 **問** 当日会場へ。出場希望者は同協議会 ☎46-1108へ

シニアのためのスマートフォン個別相談会

日 3月22日(木)午前10時から、11時から

人 60歳以上の市民各5人

所 福祉センター

料 ¥500円

申 3月5日(月)～11日(日)に身分証明書を三鷹市社会福祉協議会へ(申込多数の場合は抽選。結果は3月12日(月)以降に郵送で通知)

問 同協議会 ☎46-1108



平成30年度 福祉タクシー券の郵送依頼を受け付け中

年間交付額は4月請求の場合、慢性腎不全の方は48,000円分、自動車等燃料費助成併給者は12,000円分、そのほかの方は30,000円分です(請求月により異なる)。

人 身体障害者手帳(下肢・体幹機能障がい1～3級、視覚・内部障がい1級)、愛の手帳(1度)をお持ちで、交付対象者として登録済みの方(所得制限あり)

※年度途中での自動車等燃料費助成制度への変更・併用はできません。変更・併用を希望する場合は、3月中に届け出てください。

申 **問** 直接または電話で障がい者支援課(市役所1階14番窓口) ☎内線2618へ

※4月初旬に発送予定。窓口での交付を希望する方は、4月2日(月)から同課へ。

平成29年度後期分 心身障がい者自動車等燃料費助成金の請求を受け付けます

人 助成対象者として認定済みの方

※対象者には必要書類を郵送します。

◆助成対象期間 29年10月1日～30年3月31日給油分

◆助成金額 1ℓにつき50円単位で、各月の使用量に応じて助成。1ヵ月の上限は50ℓ(福祉タクシー券併給の方は30ℓ)

申 3月12日(月)～4月13日(金)(消印有効)に請求書兼決定調書、領収書(原本)を直接または郵送で「〒181-8555障がい者支援課」(市役所1階14番窓口)へ

※郵送の場合は、事前に領収書の写しを手元に保管してください。

問 同課 ☎内線2618

障がい者自主グループに講師を派遣します

◆派遣期間 4月14日(土)～平成31年3月31日(日)

人 次の要件を満たす自主グループ(1グループ15人以上)。

①構成人員の半数以上が障がい者で市内で活動している、

②教養や趣味などの学習活動を行っている、

③活動実績がおおむね1年以上

申 3月19日(月)～28日(水)に申込用紙(生涯学習課(第二庁舎2階)で配布)を同課へ

※代表者は調整会議に必ず参加してください。くわしくは申込時にご案内します。

問 同課 ☎内線2921



生活用品活用市

主 三鷹市消費者活動センター運営協議会

日 3月6日～27日の毎週火曜日午前10時～午後2時

所 消費者活動センター

申 当日会場へ

問 同センター ☎43-7874

みたか星風マート(障がい者自主製品展示即売会)

クッキーなどの焼き菓子や手作り雑貨などの自主製品を展示・販売します。

主 市、星と風のカフェ

日 3月7日(水)午前10時30分～午後2時(雨天中止)

所 三鷹駅南口緑の小ひろば(ジブリ美術館行きバス停東側)

申 当日会場へ

問 同施設 ☎44-2255(月～金曜日午前11時30分～午後6時)

井口コミュニティまつり

模擬店や展示、体験コーナーなど。

主 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)

所 井口コミュニティセンター

申 当日会場へ

問 同センター ☎32-7141

介護者ひろば

日 ①3月15日(木)午後1時～3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

三鷹台100円&ワンコイン商店街まつり

グルメや掘り出し物などを100円・

500円で販売します。

日 3月18日(日)午前10時～午後2時

所 三鷹台駅周辺

申 当日会場へ

問 三鷹商工会 ☎49-3111

こと・尺八・三味線・篠笛体験会と7分コンサート

主 三鷹市邦楽連盟

日 3月18日(日)午後1時～4時

人 小学生以上の市民

所 三鷹駅前コミュニティセンター

申 当日会場へ

問 同連盟(大浦) ☎45-3377

うたの広場 みんなでうたおうあの歌この歌

主 連雀地区住民協議会

日 3月18日(日)午後1時30分～3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

女声合唱ふじ スプリングミニコンサート

歌声の出し方講座も開催します。

主 連雀地区住民協議会、女声合唱ふじ

日 3月19日(月)午後2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

アフタヌーンコンサート

オーボエ&ピアノの演奏会。

主 連雀地区住民協議会

日 3月24日(土)午後2時～3時30分(1時30分開場)

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

大沢コミュニティ音楽会

主 大沢住民協議会

日 3月25日(日)午後1時から(0時30分開場)

所 大沢コミュニティセンター

申 当日会場へ

問 同センター ☎32-6986



①土俵でフィットネス、②土俵を使ってロコモ予防体操

主 三鷹市体育協会、三鷹市相撲連盟

日 ①3月7日～28日の毎週水曜日午前9時45分～11時30分、②3月9日～30日の毎週金曜日午後0時45分～2時30分

病は氣から

健康コラム

「この頃、食欲がないのはどうしてだろう」「なかなか寝付かれないがなぜだろう。これという心配事もないのに」「気分が晴れず何もしたくないな。しなければならぬことは山ほどあるのに」「などという経験は1度や2度、どなたもあると思います。そのままやり過ごす方は少なく、原因は何だろうと病院や診療所を訪ねる方もいることでしょう。しかし、中にはこれという原因が見つからず、困って安定剤などを服用してもすっきりしない、または薬を飲んでいる間は眠れるが服用しないとやっぱりだめ、あるいは気になることがいつも心に引っ掛かってどうにもならないなどのケースもあると思います。

昔から「病は氣から」といわれています。病氣とは、氣が病むことによつて起こった症状であり、元氣とは、氣が元に戻ったことをいいます。氣とは何ですかと尋ねられますが、氣は形のないもの、空氣、氣分、氣力、氣うつ、氣まぐれなどと、いろいろあります。それにとらわれることにより、ほかの方へ心を向けることができず、四六時中そのことにとられてしまう状態が氣が病んだということになります。

氣の巡りを良くすると心の状態も変わってきます。その方法は、腰から下を常に冷やさないようにすること。足先は心臓から一番遠く、冷えると血管が縮み、血流が悪くなり、血流も水の流れも氣の流れも悪くなります。下半身の氣血水の流れが良くなると全身が軽くなり、いろいろな症状(例えば頭痛、めまい、風邪を引きやすい、イライラする、氣が沈むなど)が良くなって心が晴れてきます。

もう一つは物事を良い方向に考える。こうなったらどうしようではなく、あのようによくありませんようにと考えることです。ふと、心配のあまりすぐ悪い方向に考えてしまうようなときは「今のは間違いで、こちらの方」と言い換えるように考え直すと良いでしょう。

問 三鷹市医師会 ☎47-21155

スで同センター☎31-6039・FAX 31-6261へ(先着制)

☎同センター☎31-6039

東多世代交流センターの催し(3月)
◆親子ひろば

☎①わくわくランド＝5日～30日の月・火・木・金曜日午前10時～午後2時(9日(金)・22日(木)を除く)、②ひよこランド＝7・14・28日の水曜日午前10時～午後1時、③お父さんもいっしょわくわくランド＝10日(土)午前10時～11時30分

☎①③就学前のお子さん、②1歳までのお子さん

◆定例行事

☎パソコンの日＝7日午後3時30分～4時50分、手作りの日「毛糸のポンポン」＝14日午後2時～4時30分、トランポリンの日＝17・24日の土曜日午後3時30分～4時45分

※そのほかの定例行事は、同センターで配布の『じどうかんだより』や市ホームページをご覧ください。

◆フリーマーケット

☎9日午前10時～正午(雨天決行)

☎持ち帰り用袋

☎いずれも当日会場へ

◆ベビーマッサージ講座

☎13日(火)午後1時30分～3時

☎2～5カ月のお子さんと母親15組
講ベビーマッサージ&チャイルドケアアドバイザーの鈴木美奈さん

☎¥200円(オイル代)

☎バスタオル、タオル、おむつ交換シート

☎6日(火)午前9時から直接または電話で同センター☎44-2150へ(先着制)

◆中・高生交流バスケットボール大会

☎13日午後5時から

☎12人

☎運動靴(体育館用)

※練習用のボールは各自で用意。

☎12日(月)正午までに直接または電話で同センター☎44-2150へ(先着制)

◆おもちゃの病院

☎14日午後2時～4時

☎¥特殊部品などの交換は実費

☎当日会場へ

☎同センター☎44-2150

むらさき子どもひろばの催し(3月)

◆乳幼児のあそびひろば

☎大型遊具で遊ぼう・ボールプール＝月曜日午前9時～11時30分(5・26日の月曜日を除く)、げんきっ子ランド＝火～金曜日午前9時～10時50分(6・13日の火曜日、15日(木)を除く)、みんなであそぼ!＝火～金曜日午前11時～11時30分(6・13・15日を除く)

☎当日会場へ

◆乳幼児対象のスペシャルイベント

☎①手形アートスタンプ＝5・6日午前11時～11時30分、②リズム遊び＝13日午前11時～11時30分、③mamaカフェ＝15日午前10時30分～11時30分、④変身スペシャルバースデー＝26日・27日(火)午前11時～11時30分

☎①④就学前のお子さん、②1歳6カ月～就学前のお子さん、③1歳6カ月までのお子さんと母親10組

☎①③タオル

☎当日会場へ(③は直接または電話で同ひろば☎49-5500へ(先着制))

◆小学生対象のスペシャルイベント

☎①卓球の日＝月・金曜日午後3時30分～4時45分(9日(金)・19日(月)・23日(金)を除く)、②みんなであそぼうデー＝火・水曜日午後3時30分～4時30分(7・28日の水曜日を除く)、③スポーツの日＝木曜日午後3時30分～4時45分、④一輪車教室＝9日午後3時40分～4時30分、⑤合同プレート製作＝19日～23日、⑥スペシャルクラフト＝28日午後2時～3時ごろ、⑦卓球大会＝30日(金)午後3時30分～4時45分
☎①③⑦飲み物、タオル(③運動靴)
☎当日会場へ

☎同ひろば☎49-5500

みたかおもちゃの病院(3月)

☎三鷹市消費者活動センター運営協議会
☎☎7日(水)＝消費者活動センター、10・24日の土曜日はリサイクル市民工房、いずれも午後1時～3時

☎¥特殊部品などの交換は実費

☎当日会場へ

☎同センター☎43-7874

ひいふうみの会とわらべうた

☎3月12日(月)午前11時～11時30分
☎3歳までのお子さんと保護者12組

☎すくすくひろば

☎当日会場へ

☎同ひろば☎45-7710

日米の子どもたちによる国際交流絵画展

☎友情の桜と緑の会

☎☎3月15日(木)～4月8日(日)①市民協働センター＝午前9時～午後9時、②MISHOP(三鷹国際交流協会)＝午前9時30分～午後5時、③みたかスペースあい＝午前10時～午後7時

☎期間中会場へ

☎同センター☎46-0048

ファブスペースみたか先輩ママから学ぼう!

☎「入園グッズ作成ワークショップ」ミシンでシャツやバッグ、エプロンなどの作り方を学びます。

☎3月21日(火)午後1時～5時
☎6人(お子さんの同伴不可)

☎三鷹産業プラザ

☎¥1,000円

☎園指定の製作図(作成物のサイズなどが分かるもの)、布・糸・ボタンなどの材料一式、あれば裁縫セット

☎必要事項(11面参照)を同施設☎fab space@mitaka.ne.jpへ(先着制)

☎☎まちづくり三鷹☎40-9669

子ども向け Ruby(ルビー)プログラミング講座

☎①中・高生コース＝3月26日(月)～30日(金)午後1時～5時(27日(火)を除く全4回)、②小学生コース＝3月31日(土)・4月1日(日)午後1時～5時(全2回)

☎①新中学2年～新高校3年生、②新小学6年～新中学1年生、各15人程度(初心者可)

☎三鷹産業プラザ

☎¥4,000円(テキスト代を含む)

☎☎まちづくり三鷹☎40-9669・FAX 40-9750・☎ruby@mitaka.ne.jpへ(先着制)

小・中学生ボランティア体験学習「障がいのある方たちと一緒に防災グッズを使ってカレーを作ろう！」

☎みたかボランティアセンター、ボランティア活動推進協議会

☎3月28日(火)午前10時～午後4時

☎市内の小学4年～中学生30人

☎牟礼コミュニティセンター

☎¥300円(材料代など)

☎☎申込書(三鷹市社会福祉協議会ホームページ ☎http://www.mitakashakyo.or.jp/から入手)をみたかボランティアセンター☎76-1271・FAX 76-1273・☎chiiki@mitakashakyo.or.jpへ(先着制)

おやこでよってチョコッとあつぷるーむ(4月)

☎NPO法人みたか市民協働ネットワーク

☎①はじめてのベビーヨガ＝2日(月)、②ママ護身術エクササイズ(パンチ編)＝5日(木)、③子育てを楽しむために(情報交換・ママ友づくり)＝9日(月)、④産前・産後の骨盤ケア＝12日(木)、⑤親子ヨガ

レッチ＝14日(土)、⑥ベビーサインで楽しい子育て＝16日(月)、⑦ママと英語であそぼ!＝19日(木)、⑧ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前)＝23日(月)、⑨いつでもどこでもベビマ&足形バッグ制作＝26日(木)、いずれも午前10時30分～正午
☎特に記載のないものはおおむね3歳までのお子さんと親、妊婦、①2カ月～ハイハイ前のお子さんと母親9組、②首据わり～1歳6カ月のお子さんと母親6組、③10組、④6組、⑤6カ月～2歳6カ月のお子さんと保護者6組、⑥4カ月～1歳6カ月のお子さんと保護者8組、⑦1・2歳のお子さんと母親6組、⑧ハイハイ前のお子さんと母親8組、⑨2～12カ月のお子さんと母親5組

☎市民協働センター

☎¥①②⑤⑥⑧1,500円、③300円、④⑦⑨2,000円

※②防犯ホイッスル付き、④さらし付き、⑦絵本付き、⑨材料代を含む。

☎②抱っこひも、飲み物、タオル、⑤バスタオル、⑨バスタオル、授乳ケープ

☎☎3月15日(土)午前9時から必要事項(11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・☎kyoudou@collabo-mitaka.jpへ(先着制)

三鷹市シルバー人材センター補習教室 1学期(4～7月)

複数科目受講可。初日体験受講可。

☎☎①月・水・土・日曜日＝小学3～6年生(国語・算数)、②水・土曜日＝小学5・6年生(英語)、③月・水・木・土・日曜日＝中学生(国語・数学・英語)(①②1回60分、③1回80分)

☎同センター

☎¥①②16,100円、③19,400円(1科目14回分)

☎3月5日(月)～16日(金)の平日午前9時～午後4時に同センターへ

☎同センター☎48-6721

**市民サービス向上に向けて
住民情報システム共同利用の協定を締結しました**

☎情報推進課☎内線2141

2月13日、三鷹市、立川市および日野市の3市は、「住民情報システム共同利用」に関する協定を締結しました(写真)。

人口18万人規模の3市による住民記録や税、福祉などの「住民情報システム」の共同利用は、全国的にも事例が少なく、都内初の取り組みとして注目を集めています。

今後は、「市民サービスの向上」「システム運用経費の削減」「セキュリティの向上」「災害時における事業継続性の向上」などを目的として、平成34年度の共同利用を目指して取り組みを進めます。



左から立川市長、三鷹市長、日野市長

特設コーナー

「つらい気持ちを抱えているあなたへ」

☎市健康推進課☎内線4222

心を癒やし、支えてくれる本が図書館であなたを待っています。つらい気持ちに寄り添う本や相談できる窓口を紹介しています。

☎4月1日(日)まで ☎市立図書館各館

☎期間中会場へ

3月は東京都の自殺対策強化月間です

◆特別電話相談

☎①傾聴電話☎03-3842-5311＝3月31日(土)までの正午～午後8時(金曜日は10時まで)、②54時間特別相談☎0120-58-9090＝3日午前0時～5日(月)午前6時、③多重債務110番☎03-3235-1155＝5・6日(火)午前9時～午後5時、④自殺予防いのちの電話☎0120-783-556＝10日(土)午前8時～11日(日)午前8時、⑤自死遺族傾聴電話☎03-3796-5453＝13日(火)～16日(金)午前10時～午後10時、⑥自死遺族相談ダイヤル☎03-3261-4350＝17日(土)～19日(月)午前11時～午後7時、⑦東京都自殺相談ダイヤル☎0570-087478＝26日(月)～30日(金)(24時間)

◆「東京都ころといのちのほっとナビ」

☎HP http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kokonavi/

◆こころといのちの講演会

☎「ひきこもりと自殺 いかに対話するか」

☎3月14日(火)午後3時～5時

☎在学・在勤を含む都民200人

☎都庁都民ホール

☎筑波大学社会精神保健学教授の斎藤環さん

☎3月9日(金)午後5時までに必要事項(11面参照)を都福祉保健局FAX 03-5388-1427・☎S0000282@section.metro.tokyo.jpへ(先着制)

※くわしくは同局ホームページ☎http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/をご覧ください。

☎都福祉保健局☎03-5320-4310

市からの お知らせ

主催者
日時・期間
対象・定員
場所・会場
講師
費用(記載のないものは無料)
持ち物
申込方法 問い合わせ
保育 保育あり
手話 手話または要約筆記あり
(下欄※参照)

申し込み記入例



あて先は
各記事の申込先へ
住所の記載がないものは
〒181-8555
三鷹市役所〇〇課へ
往復はがきの場合は
返信用にも住所・氏名を
記入してください

1. 行事・事業名(希望日・コース・回)
2. 郵便番号・住所
3. 氏名(ふりがな)
4. 年齢(学年)
5. 連絡先(電話番号・ファクス番号・メールアドレス)
6. そのほか必要事項(保育・手話希望の有無など)



お知らせ

自動交付機・コンビニ交付 一時停止のお知らせ

システム改修のため、下記の日程で各種証明書の交付を一時停止します。

◆停止期間

日 3月15日(木)午後7時30分～16日(金)午前8時30分(コンビニ交付は午前6時30分まで)

問 市民課 ☎内線2326

三鷹市マイナンバー特設窓口 臨時閉庁のお知らせ

年度末事務整理のため、閉庁します。

日 3月31日(土)

問 市民課 ☎内線2326

平成30年度版

リサイクルカレンダーを配布中

ごみ・資源物の収集日程や、出し方を掲載しています。3月中旬ごろまでに届かない場合や、違う収集地区のものが届いた場合は、ごみ対策課へご連絡ください。

問 同課 ☎内線2533

住居表示の届け出をお願いします

新築や建て替え、出入り口を変更したときは住居表示新築届出が、共同住宅など建物の名称を変更するときは物件名称変更届出が必要です。届け出がないと、正しい住所が確定せず、転入・転居、印鑑登録などの手続きができな場合がありますのでご注意ください。

申 問 市民課(市役所1階) ☎内線2323へ

飼い犬の登録と狂犬病予防注射は お済みですか

◆犬の登録

犬を飼い始めた日(生後90日以内の犬を取得した場合は、生後90日を経過した日)から30日以内に申請し、「鑑札」の交付を受けてください。

¥3,000円(手数料)

申 市民課(市役所1階)、市政窓口へ

◆狂犬病予防注射

◇個別注射 最寄りの動物病院で接種を受け、病院で発行される「狂犬病予防注射済証明書」を市民課(市役所1階)または市政窓口に提示して「注射済票」の交付を受けてください(手数料550円)。注射料金は病院により異なります。

◇集合注射 毎年5月に実施します。3月末までに飼い犬の登録を済ませた方には、市から通知を送付します。

¥3,650円(注射済票交付手数料を含む)

◆飼い主はマナーを守りましょう

散歩時の飼い犬のふん・尿は飼い主が責任を持って処理してください。

問 環境政策課 ☎内線2524

市の手話通訳登録者試験

日 4月7日(土)午前10時～午後4時

人 在学・在勤を含む市民で、三鷹市手話講習会の通訳コース修了者

所 三鷹市公会堂さんさん館

物 筆記用具

申 問 3月5日(月)～16日(金)に直接または電話で障がい者支援課(市役所1階16番窓口) ☎内線2651へ

※合格者は登録前に研修が必要です。



マイナンバーカードで便利でお得な 「コンビニ交付」をご利用ください

問 市民課 ☎内線2326

マイナンバーカードは、希望者に交付しているプラスチック製の顔写真付きICカードで、公的な本人確認書類としても利用できます。市内在住でマイナンバーカードをお持ちの方は、全国のコンビニエンスストア(一部を除く)で住民票の写しや市民税・都民税課税(非課税)証明書、戸籍関係書類などの各種証明書を取得できます(年末年始を除く午前6時30分～午後11時)。コンビニ交付の利用には、事前に同課(市役所1階7番窓口)での申請が必要です。ぜひマイナンバーカードの交付申請(初回発行手数料は無料)と併せて、コンビニ交付の利用申請をお願いします。※コンビニ交付の利用申請がお済みの方は、三鷹上連雀郵便局(上連雀9-42-24)でも証明書交付サービスをご利用いただけます(平日午前9時～午後5時)。

申 同課(市役所1階7番窓口)、市政窓口へ

◆長期保管中の①マイナンバーカード、②通知カードを廃棄します

①申請後に受け取られていないマイナンバーカード(平成28年3月31日までに市に納品されたもの)と、②29年3月31日までに市に返戻された通知カードのうち、3月30日(金)までにお引き取りがないものは廃棄します。まだカードを受け取っていない方は、三鷹市マイナンバー特設窓口(市役所1階4番窓口)へ早めにお越しください。なお、必要書類は事前にお問い合わせください。

日 3月30日までの平日午前8時30分～午後5時(①は第1・2・4土曜日も受取可(土曜日の受取は同特設窓口へ事前予約))

問 同課 ☎内線2326、同特設窓口 ☎内線2371(①の受取予約専用)



国保・年金

国民健康保険税・後期高齢者医療 保険料の年金からの引き落としを 口座振替に変更できます

申 振り替えを希望する口座の内容が分かるものと届出印、保険証を納税課(市役所2階24番窓口)へ

※6月の年金引き落とし分から変更したい方は、3月30日(金)までに申請してください(一定の条件あり)。

問 同課 ☎内線2417

職場の健康保険に加入したときは

国民健康保険の加入者が新たに職場の健康保険に加入した場合は、国民健康保険脱退の手続きをしてください。

物 職場の保険証と国民健康保険の保険証、世帯主と脱退する方のマイナンバーを確認できる書類、届出人の本人確認書類(扶養家族がいる場合は全員の保険証)

申 保険課(市役所1階9番窓口)、市政窓口へ

※職場の保険証が未交付の場合は、加入証明書類でも手続きできます。

問 同課 ☎内線2383

市が医療費の返還を求める場合 (不当利得の返還請求)

転出や職場の健康保険への加入により三鷹市国民健康保険の資格を失った後に、三鷹市国民健康保険の保険証で医療機関などを受診した場合は、市が負担した保険給付額(医療費総額の7～9割)を返還していただきます。返還請求通知書に納入通知書兼領収書を同封しますので、金融機関でお支払いください。

問 保険課 ☎内線2386



子育て・教育

認可保育園

2次募集入園内定者の公表

3月9日(金)に内定者へ通知を送付します(電話での問い合わせは13日(火)から)。※内定公表後の辞退者や急な退園者が出たときは、申し込み済みの方から追加で内定を出す場合があります。※内定に至らなかった方には、26日(月)に不承諾通知書を送付予定です。

問 子ども育成課 ☎内線2732

新小学1年生に

マル子医療証を送付します

現在マル乳医療証(乳幼児医療費助成制度医療証)をお持ちで、4月から小学生になるお子さんの保護者に、マル子医療証(義務教育就学児医療費助成制度医療証)を3月中旬に送付します。※所得制限超過によりマル子医療証の対象にならない方には、3月上旬に資格消滅通知を送付します。

問 子育て支援課 ☎内線2756

西多世代交流センターの催し

◆乳幼児のあそびひろば

日 乳幼児タイム＝開館日の午前9時～午後1時、サークルタイム＝月～土曜日午前11時15分～11時45分

申 当日会場へ

◆子ども料理教室「桜もち(道明寺)」

日 3月14日(水)午後3時から、4時から

人 小学3年生以上のお子さん30人

¥150円

物 エプロン、三角巾、タオル、皿、フォーク、飲み物

申 3月12日(月)午後5時までに必要事項(上記参照)を直接または電話、ファク

東日本大震災に伴う黙とうにご協力ください

問 防災課 ☎内線4511

震災の教訓を深く心に刻み、亡くなられた方々のご冥福をお祈りするとともに、被災地の復興と再生を願い、3月11日(日)午後2時46分から、防災無線のチャイムを合図に1分間の黙とうを行います。

全国瞬時警報システム(Jアラート)の 情報伝達訓練を実施します

問 防災課 ☎内線4511

地震や武力攻撃などの発生時に備え、Jアラートを利用した情報伝達訓練を全国一斉に実施します。防災無線の全てのスピーカーから、訓練用のチャイムの後に、一斉に試験放送を流します。

◆放送内容

これは、Jアラートのテストです。(3回繰り返し) こちらは防災三鷹です。

日 3月14日(水)午前11時ごろ

※当日の災害発生状況や気象状況により、中止する場合があります。

※当日は、市ホームページ、市公式ツイッター、安全安心メール、J:COMチャンネル武蔵野・三鷹(地デジ11チャンネル)のデータ放送画面でも試験放送と同内容の情報を配信します。

