

第100回太宰治作品朗読会

記念すべき100回目となる今回は、これまで数多く出演いただいた朗読家でフリーアナウンサーの原きよさんと中村雅子さんをお招きし、思い入れの深い作品を1作品ずつご披露いただきます。作品は当日までのお楽しみです。

所 閤 太宰治文学サロン ☎26-9150

日 8月17日(金)午後6時～7時15分 人 25人
申 8月7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)



原きよ



中村雅子

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カ月以上お待ちさせることもあります)
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 FAX 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

からだもあたまも気持ちもスッキリ
日曜日! 駅前ラジオ体操&軽いウォーキングとごめい朝カフェ!
つながりのはじめまして 毎週日曜日午前6時25分から(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(雨天時は同会) HP http://enchante-de-connect.wix.com/enchanteで確認 閤 同会 ☎080-3356-5617

「三鷹のものづくり」夏休みワークショップ30種類大集合!
東京檜 7月1日～8月31日(金)午前10時～午後8時 所 JR三鷹駅アトレヴィ三鷹 ¥600円～2,000円程度 申 期間中会場へ 閤 吉田 ☎0554-56-7481

笑う呼吸法(笑いヨガ)
東京三鷹の森わっぱは音楽(わいわい)クラブ 7月1・15・29日の日曜日午前10時40分～正午 所 連雀コミュニティセンター ¥500円(1回) 申 閤 ハラ ☎090-3902-9691

楽しみ中国語とお茶
中国語広場 7月中の①毎週日曜日、②毎週水曜日、いずれも午後1時30分～3時30分 所 ①連雀コミュニティセンター、②三鷹駅前コミュニティセンター ¥2,500円(1回。材料代を含む) 申 閤 おう ☎090-8001-9720・ 中国語salonmk@yahoo.co.jp

NPO法人子育てコンビニの催し
①羊毛フェルトでひまわりコースター作り＝7月2日(月)午前10時～10時30分、②羊毛フェルトでメモスタンド作り＝3日(火)午前10時～11時30分、③コンビニひろば＝9日(月)午前10時30分～11時30分、④幼稚園ガイド座談会＝13日(金)午前10時～11時30分、⑤赤ちゃんと一緒に防災について考えよう!＝20日(金)午前10時30分～11時30分 所 ①③④⑤元気ひろば おれんじ(中原3-1-65)、②こひつじ共育センター(北野3-1-3) ¥①②①,800円、④1,500円 申 ①②④同法人 2@kosodate.or.jp、③⑤同法人 2@kosodatenet@mitaka.ne.jp (⑤は13日まで) 閤 同法人 ☎41-7021

笑って元気! ラフターヨガ(笑いヨガ)
三鷹台ラフタークラブ 7月3・17・31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 閤 高瀬 ☎55-5058

元気ひろば おれんじの催し
①歌謡曲新曲講座＝7月4・18日の水曜日午前10時30分～正午、②介護予防教室＝7日(土)午前10時～11時30分、③トールペイント＝11日(火)午前10時～11時30分 所 同会(中原3-1-65) ¥①2,200円(1回)、②2,500円、③700円(材料代を含む) 申 閤 同会 ☎76-5940

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～3時15分、毎月第4土曜日午後6時15分～8時15分、②iPadを使って脳をイキイキ・わくわく「脳若トレーニング」＝7月7日～28日の毎週土曜日午前10時30分～正午 人 ①10人程度 所 三鷹産業プラザ ¥①2,000円、②500円(いずれも1回) 申 閤 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・ FAX 40-2664

みたか・みんなの広場の催し
①みたかオレンジカフェ(認知症家族支援の会)＝7月4日(火)午後1時30分～3時、②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、③ノルディックウォーク友の会＝毎週土曜日午前10時から、④般若心経カフェ＝14日(土)午後1時30分～3時、⑤タロット占い＝21日(土)午後1時30分～3時、⑥市民リレーワーク:煌めく振り返り花プロジェクト代表の西野歩さん「高齢者シェアハウスで煌めく振り返りを咲かせます」＝30日(月)午後1時30分～3時30分 所 ①②④⑤⑥みたか・みんなの広場(下連雀4-5-19みたかの家内)、③井の頭公園自然文化園向かいの駐輪場集合 ¥①300円(中学生以下100円)、②⑥200円、④⑤500円(⑤は講座1時間分) 申 閤 なりきよ ☎080-1362-5359(当日参加可)

Little Angels International School Festival
7月7日(土)午前10時～午後3時 所 同スクール(下連雀9-7-14) 申 当日会場へ 閤 同スクール ☎57-6887

ようこそ! 多肉植物の楽しい世界へ(講座と寄せ植え作り)
森の食堂 7月7日(土)午前10時30分～正午 所 同食堂(野崎3-21-18) ¥3,000円(昼食代・材料代を含む) 申 閤 辻 ☎30-9870・ 中国語tsuji@tetoteto.co.jp

日本東方医学会学術委員の中村きよみさんによる「四季の養生と食のお話」(薬膳の基本)
仙川キリスト教会 7月8日(日)午後1時～3時 所 同教会(中原1-24-8) 申 閤 くるま ☎090-8640-8326

ポッチャカフェの催し
街なかポッチャ三鷹 7月10日(火)午前10時15分～11時45分 所 元気ひろば おれんじ(中原3-1-65) 申 当日会場へ 閤 元気ひろば おれんじ ☎76-5940

ハンドマッサージをしながらおしゃべりし専科
三鷹市の福祉をすすめる女性の会 7月11日(火)午前10時～正午 所 福祉センター ¥500円 申 閤 フルタニ ☎41-8259

NPO法人文化学習協同ネットワークの催し
①液体窒素で極低温実験(ガリレオ教室)＝7月14日(土)午前10時～11時50分、②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＝18日(火)午後2時～

3時 所 同法人(下連雀1-14-3) ¥①500円 申 閤 ①同法人(兼子) ☎47-8706・ FAX 47-8709・ 中国語center@npobunka.net、②丸山 ☎70-5067

サマーアレンジメント(生花)
アトリエ プルメリア 7月14日(土)午前10時～午後3時 所 上連雀通北地区公会堂 ¥3,000円 申 閤 同会 ☎080-1122-6086

写真展 AUSTRALIAN BIOTOPE Photographic series by Nikosono
しろがねGallery 7月14日(土)～22日(日)午前11時～午後7時(22日は5時まで) 所 同画廊 申 期間中会場へ 閤 同画廊 ☎43-3777(19日(木)は休み)

琴の演奏と琴の伴奏で歌声カフェ
おむすび倶楽部友の会 7月14日(土)午後1時30分～3時30分 所 おむすびハウス(下連雀1-10-20) 申 閤 藤原 ☎46-4117

7月おはなしの森―昔話や文学小品を語りで「カッパと瓜」「黒いお姫さま」ほか
わたげの会 7月14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 閤 米屋 ☎33-9011

不登校、ひきこもり 早期回復講演会
NPO法人日本人間関係心理士協会 7月15日(日)午後1時40分～3時10分 人 15人 所 連雀コミュニティセンター ¥700円(資料代) 申 閤 同法人 ☎・ FAX 57-6547・ 中国語jahrp-micenter@jcom.zaq.ne.jp(先着制)

介護や家族のためにアロマハンドケアを習いませんか
ボランティアグループ「ゴールドフィンガー」 7月18日(火)午後2時～4時 所 おむすびハウス(下連雀1-10-20) ¥500円(マッサージオイル代を含む) 申 閤 近藤 ☎090-7173-6425・ 中国語keikondo2266@gmail.com

五感であそぶ ちびくまアート「プラネタリウムをつくっちゃおう!」
くまちゃんハウス事務局 7月21日(土)午前10時30分～正午 人 2歳以上の未就学児と保護者計13人 所 くまちゃんハウス(牟礼5-12-26) ¥1,500円(親子1組。お子さん2人目から別途500円が掛かります) 申 7月18日(火)までに同事務局 中国語kumachanhouse5@gmail.com(先着制) 閤 同事務局 ☎050-3708-2749

健幸ストレッチ教室 理学療法士をめざす杏林大生のサポートと交流★
体笑会 7月21日(土)午後1時30分～3時30分 人 60歳以上の方 30人 所 杏林大学井の頭キャンパス(下連雀5-4-1) 中国語同大学保健学部准教授の榎本雪絵さん ¥500円(教材代) 申 閤 7月9日(月)までに同会 ☎090-7173-6425・ 中国語taishohkai@yahoo.co.jp(申込多数の場合は抽選)

第171回太宰治の足跡案内
みたか観光ガイド協会 7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 申 当日集合場所へ 閤 こやの ☎44-0981

国際ケッコンのパパ・ママ・こどもの交流・友達・仲間づくりの会
インターナショナルフレンズ 7月22日(日)午前11時30分～午後1時30分 所 井の頭東部地区公会堂 申 当日会場へ 閤 楠 ☎090-6405-5120 中国語Intl.Friends123@gmail.com・ 同会 HP http://intl-friends.blog.jp/

「みたか街かど自立センター」ガレッジセール
7月24日(火)午後0時30分～2時 所 同センター(上連雀4-1-8) 申 当日会場へ ◆物品提供は夏物衣類と新品の食器やタオルのみ。セール当日を除く平日午前9時～午後5時 閤 同センター ☎48-0648

夏休み子ども料理教室“三鷹野菜で作るスパゲティ”
三鷹地域活動栄養士会 7月28日(土)午前10時～午後1時 人 小・中学生24人程度 所 三鷹駅前コミュニティセンター ¥500円 物 エプロン、三角巾、室内履き、飲み物、手拭きタオル、布巾 申 永澤 中国語mitakako.domosyokuiku@gmail.com(先着制) 閤 永澤 ☎090-2444-6998

リウマチ患者さんと家族のためのヨーガ療法&アーユルヴェーダ インド5000年の伝統から健康を学ぶ
ヨーガ療法地域プロジェクト 7月28日(土)午後2時～3時30分 所 消費者活動センター ¥500円 物 パスタオル 申 井上 ☎080-6641-8107・ 中国語tomo10sora@docomo.ne.jp

現役出版プロデューサー主催の読書会(「君たちはどう生きるか」「かがみの孤城」など)
出版研究会みたか 7月28日(土)午後2時～4時30分 所 市民協働センター ¥1,500円 申 閤 将口 ☎090-2217-7209・ 中国語mitakadoku.shoclub@yahoo.co.jp

みたか・ダンス交流会―盛夏の集い
ステップ&ステップ 7月29日(日)午後1時～3時 所 生涯学習センター ¥500円 申 当日会場へ 閤 羽根田 ☎44-1099

第9回坂爪いちおカンツォーネ教室発表会
カンツォーネ サークルいっち 7月29日(日)午後1時～4時30分 所 芸術文化センター風のホール 申 当日会場へ 閤 坂爪 ☎090-8435-8676

第12回演奏会―ベートーヴェン交響曲第7番ほか
Assembled I Orchestra 8月4日(土)午後2時～4時 所 芸術文化センター風のホール 申 当日会場へ 閤 石井 ☎090-5342-1186

8月5日発行号
原稿締切日 7月11日(水)
8月19日発行号
原稿締切日 7月26日(木)
いずれも午後5時まで

会員募集

アリスみたか学習会
三鷹市ひとり親家庭福祉会 7月22日(日)午後6時～8時 人 ひとり親家庭の小学4年生～高校生 所 連雀コミュニティセンター ¥月額2,000円 申 閤 ふるたに ☎090-4713-5210・ 中国語paamandayo@yahoo.co.jp

元氣をつくるヨガの会
毎週木曜日午後7時～8時30分 所 南浦地区公会堂 ¥入会金1,000円、1回1,000円 申 閤 同会 ☎080-5488-3545・ FAX 49-1773

ニーハオ会(中初級中国語勉強会)
毎週日曜日午前10時30分～正午 所 三鷹駅前コミュニティセンター ¥月額4,500円 申 閤 石井 ☎080-9349-9218・ FAX 49-5182

伝言板

糖尿病教室「糖尿病の薬」「糖尿病と口腔(こうくう)」
武蔵野赤十字病院 7月7日(土)午後1時～3時(0時30分から受付) 所 同病院 申 当日会場へ 閤 同病院医療社会事業課 ☎32-3111

武蔵野の森公園 健幸ウォーキング教室
7月16日(日)午前8時30分～10時 所 同公園 ¥50円 申 閤 同公園サービスセンター(林) ☎042-365-8435

子ども科学教室&走り方教室
ICUサイエンスクラブ 7月16日(日)午後1時～4時 人 小学生以上 所 同大学 ¥500円 申 同会 HP https://sites.google.com/site/icusciencelub/ 閤 同会 中国語hokamura@icu.ac.jp

学生とランチを一緒に! 食DE絆
地域福祉ファシリテーター第5期修了生・ルーテル学院大学学生有志 7月18日(火)午前11時～午後1時 所 同大学学生食堂 ¥昼食代実費 申 当日会場へ 閤 同大学コミュニティ人材養成センター ☎31-7920

キッズレンジャースクール―これで君もキッズレンジャーだ!
西武・武蔵野パートナーズ 7月22日(日)午前10時～午後3時 所 野川公園 ¥100円 申 閤 7月20日(金)までに直接または電話で同公園サービスセンター ☎31-6457

わがまちジャーナル7月号
地上11chで放送中
境界線を歩こう vol.4 ほか
NPO法人むさしのみたか
市民テレビ局
☎・ FAX 79-1434
中国語mmctv@jcom.zaq.ne.jp
※ご意見、情報をお寄せください。