

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。
☎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。

11月4日発行号
原稿締切日 10月11日(木)
11月18日発行号
原稿締切日 10月25日(木)
いずれも午後5時まで

催し

第13回「森の地図スタンプラリー」
☎(一社)武蔵野コッツウォルズ☎
10月6日～11月25日(日)の毎日午前9時から ☎三鷹市、小金井市、調布市、武蔵野市、府中市、国分寺市、小平市 ☎一部入園料などが掛かります ☎期間中各会場へ。詳しくは同法人 ☎http://www.musashino-cotswolds.jpへ ☎同法人(鈴木) ☎32-0962

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み拾い&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) ☎三鷹駅南口緑の小ひろば(ジブリ美術館行きバス停東側) ☎当日会場へ(雨天時は同会 ☎http://enchante-de-connect.wix.com/enchanteで確認) ☎同会 ☎080-3356-5617

ギターサークル・ハーモニックス第30回定期演奏会
☎10月8日(祝)午後2時～4時30分 ☎芸術文化センター風のホール ☎当日会場へ ☎澤田 ☎33-9886

ゆったりヨガタイム井口
☎10月9日(火)午前10時15分～11時50分 ☎井口コミュニティセンター ☎500円 ☎☎榎谷 ☎050-5436-2440(午後5時～9時)

「ポッチャカフェ」の催し
☎街なかポッチャ三鷹 ☎10月9日(火)午後1時30分～3時 ☎元気ひろば おれんじ(中原3-1-65) ☎100円 ☎☎元気ひろば おれんじ ☎76-5940

NPOテニスレッスン
☎NPO法人テニスネットワーク ☎①10月10日～11月28日の毎週水曜日午前9時30分～10時30分、②10月11日～11月29日の毎週木曜日午後1時～3時 ☎大沢総合グラウンド ☎2,000円(1回) ☎☎同法人 ☎03-5314-3737

元気ひろば おれんじの催し
☎①トールペイント教室=10月10日(火)午前10時～11時30分、②ピギナーヨガ=11日(水)午前10時～11時、③英会話=10月18日、11月1日の木曜日午後3時～4時30分、④手作りアクセサリー教室=10月22日(月)午後1時～2時30分 ☎同会(中原3-1-65) ☎①700円(材料代を含む)、②1,000円、③2,000円(1回)、④2,900円(材料代を含む) ☎☎動きやすい服装 ☎☎同会 ☎76-5940

源氏物語公開講座★
☎こむらさき会 ☎10月10・24日の水曜日午前10時～正午 ☎三中地域交流棟 ☎古典文学・仏像研究家の貝瀬弘子さん ☎当日会場へ ☎荒川 ☎090-1697-0034

初めてのガキ針編み・アクリルタワシ
☎三鷹市の福祉をすすめる女性の会 ☎10月10日(火)午前10時から ☎福祉センター ☎100円 ☎かぎ針7～8号 ☎☎フルタニ ☎090-4713-5210

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、②脳若トレーニング =

10月13日～27日の毎週土曜日午前10時30分～正午 ☎①10人 ☎三鷹産業プラザ ☎①2,000円、②500円(いずれも1回) ☎☎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・☎40-2664

みたか・みんなの広場の催し
☎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般若心経カフェ=10月13日(土)午後1時30分～3時、④タロット占い=20日(土)午後1時30分～3時 ☎①③④同会(下連雀4-5-19みたかの家内)、②市民協働センター ☎①200円、③④500円 ☎当日会場へ ☎なりきよ ☎080-1362-5359

気楽に手作りの会(粘土アート・羊毛・トールペイント・つる&藤・押し花)
☎10月11日、11月8日の木曜日午後1時～3時30分 ☎三鷹駅前コミュニティセンター ☎初回1,200円 ☎☎土生(はぶ) ☎090-4821-9511

ステップII自由練習会
☎三鷹ダンスクラブ ☎10月12日～26日、11月16日～30日の毎週金曜日午後0時15分～2時45分 ☎SUBARU総合スポーツセンター ☎カップル500円、シングル300円 ☎ヒールカバー ☎当日会場へ ☎セキネ ☎090-6018-9579

第5回作家が描く「私の好きな絵物語」展
☎しろがねGallery ☎10月13日(土)～22日(月)午前11時～午後7時(22日は5時まで) ☎同画廊 ☎期間中会場へ ☎同画廊 ☎43-3777(木曜日休み)

初秋の井の頭公園で自然観察・撮影会「変形菌」—モバイル顕微鏡で撮ってみよう
☎Life is smallグループ有志 ☎10月13日(土)午後1時30分～4時30分 ☎30人 ☎同園、井の頭地区公会堂 ☎2,300円 ☎☎こくち ☎☎https://goo.gl/9T1XdV(先着制) ☎☎モチヅキ ☎090-1465-9032

市民講座「住まいは木の森」—近くの山の木を住まいに活用する意味を考える
☎三鷹市住宅リフォームセンター ☎10月13日(土)午後2時～4時30分 ☎三鷹市公会堂さんさん館 ☎当日会場へ ☎同事務局 ☎43-7945

10月おはなしの森—昔話や文学小品を語り「頭に柿の木」|月の光でさらさっしやい|ほか
☎わたげの会 ☎10月13日(土)午後2時30分～3時30分 ☎中学生以上の方 ☎☎西部図書館 ☎当日会場へ ☎☎米屋 ☎33-9011

第161回井の頭かんさつ会「観て、拾って、楽しむダンゴリ」
☎井の頭かんさつ会 ☎10月14日(日)午前10時～正午 ☎井の頭公園 ☎300円 ☎☎同会 ☎http://kansatsukai.net/ ☎☎同会(小町) ☎pe.tittown@jcom.zaq.ne.jp

トリム体操★
☎クイーンズ・コマクサ ☎10月16日(火)午前10時30分～正午 ☎連雀コミュニティセンター ☎NPO法人東京トリム体操協会公認指導

員の上原直美さん ☎室内履き、バスタオルなどの敷物、タオル、飲み物 ☎当日会場へ ☎☎本多 ☎47-2612

歌声サロン三鷹
☎10月16日(火)午後1時～3時 ☎生涯学習センター ☎500円 ☎☎当日会場へ ☎☎金子 ☎090-2218-4950

エコクラフト手芸講座“ハロウィン用かごを作ろう”★
☎かごの会 ☎10月16日(火)午後1時30分～3時30分 ☎20人 ☎生涯学習センター ☎☎夢工房主宰の浜中睦美さん ☎500円(材料代) ☎☎加藤 ☎32-4411(先着制)

子育てひろばてくてくの催し
☎①おやこであそぼ—どんぐりひろば=10月18日(休)、②あかちゃんとお母さんのためのあそびとおしゃべりの時間「ねんねのほら」=30日(火)、いずれも午前10時から ☎②1歳6カ月までのお子さんと母親 ☎☎井の頭公園三角広場、②同会(深大寺1-3-3) ☎①1,000円 ☎☎同会(平川) ☎26-4381・☎tekutekunohara.asobo@gmail.com、②当日会場へ ☎☎同会 ☎26-4381

キルト展示会(パッチワーク)
☎キルトアズ・ウェブ ☎10月18日(休)～21日(日)午前10時～午後5時 ☎☎芸術文化センター ☎☎期間中会場へ ☎☎西本 ☎45-7404

日本舞踊の基本と扇の扱いなど★
☎小桜会 ☎10月18日(休)午後1時30分～3時 ☎☎新川中原コミュニティセンター ☎☎日本舞踊若柳流名取の若柳禄信さん ☎当日会場へ ☎☎樋口 ☎46-3966

日本舞踊の基礎として扇の使い方、からだの使い方などを練習(扇の用意あり)★
☎よつば会 ☎10月18日(休)午後5時30分～7時30分 ☎☎新川中原コミュニティセンター ☎☎日本舞踊若柳流名取の若柳禄信さん ☎当日会場へ ☎☎西村 ☎47-8550

てととと特別編—虹染め
☎ヴァルドルフの森キンダーガルテンなのはな園 ☎10月19日(金)午前10時から、10時30分から、11時から ☎☎井の頭公園三角広場 ☎1,600円(材料代を含む) ☎☎当日会場へ ☎☎同園 ☎☎☎79-4598・☎☎http://www.nanohana-en.com/

NPO法人子育てコンビニの催し
☎①コンビニひろば=10月19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は=23日(火)午前10時～11時30分、③羊毛フェルトでハロウィン飾りを作ろう=29日(月)午前10時～11時30分 ☎☎元気ひろば おれんじ(中原3-1-65) ☎②1,500円、③1,800円 ☎☎同法人 ☎☎☎ko.sodatenet@mitaka.ne.jp、②③☎☎info2@kosodate.or.jp ☎☎同法人 ☎41-7021

K-Wind Ensemble第18回定期演奏会
☎10月21日(日)午後2時～4時30分 ☎☎三鷹市公会堂光のホール ☎☎当日会場へ ☎☎☎(申田) ☎☎☎kwe.information@gmail.com

ティータイム広場 障がいのあるわが子を語ろう
☎三鷹市心身障害者(児)親の会

☎10月22日、11月19日、12月17日の月曜日午前10時～正午 ☎☎同会(下連雀1-8-22HYビル3階) ☎☎当日会場へ ☎☎☎愛沢 ☎24-7888

「平家物語」島流しの俊寛、清盛横暴★
☎沙羅の会 ☎10月22日(月)午後2時～4時 ☎☎三中地域交流棟 ☎☎立正大学名誉教授の山下正治さん ☎☎☎渡邊 ☎☎☎46-7636

「みたか街かど自立センター」ガレッジセール
☎10月23日(火)午後0時30分～2時 ☎☎同センター(上連雀4-1-8) ☎☎☎当日会場へ ◆☎☎物品提供は冬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時に受付 ☎☎☎同センター ☎☎☎48-0648

英語でハロウィン
☎ローズ&エム ☎10月27日(土) ☎☎午前10時～10時55分、②11時～11時55分 ☎☎①小学生以上の方、②1歳～未就学のお子さんと保護者 ☎☎同店(下連雀2-12-29) ☎☎2,000円(茶菓付き) ☎☎☎同店 ☎☎☎26-8670・☎☎roseroom181@gmail.com

第15回にじの会まつり
☎☎(社)にじの会 ☎10月27日(土) ☎☎午前11時～午後4時 ☎☎☎大沢にじの里(大沢1-6-3) ☎☎☎当日会場へ ☎☎☎同法人(垣野) ☎☎☎39-2411

第6回三鷹がん哲学外来カフェ(順天堂大学教授の榎野興夫さんによる特別講演)
☎☎日本基督教団相愛教会 ☎10月27日(土)午後2時～4時 ☎☎☎同教会(牟礼4-3-46) ☎☎200円 ☎☎☎当日会場へ ☎☎☎宮本 ☎☎☎44-7518・☎☎taokomi.yamoto@gmail.com

第174回太宰治の足跡案内
☎☎みたか観光ガイド協会 ☎☎☎10月28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 ☎☎☎当日集合場所へ ☎☎☎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 ☎☎10月28日、11月11日の日曜日 ☎☎☎午前11時30分～午後1時30分 ☎☎☎井の頭東部地区公会堂 ☎☎☎当日会場へ ☎☎☎☎☎090-6405-5120・☎☎☎Intl.Friends123@gmail.com・☎☎☎http://intl-friends.blog.jp/

withbabyの催し
☎☎①2018MITAKA HALLOWEEN(お菓子ラリー、仮装コンテスト、パレード)=10月28日(日)正午～午後4時、②withbaby手形アート お子さんの成長記録に、秋らしいデザインの台帳に手形・足型をとりましよう=11月8日(日)午前10時30分～正午 ☎☎☎JR三鷹駅南・北口駅前商店、駅コンコース、②みたかスペースあい ☎☎①1,500円 ☎☎☎同会 ☎☎☎https://withbaby.jp/、②☎☎当日会場へ ☎☎☎同会(的場) ☎☎☎090-7003-3777

ハーモニカ初心者講習会
☎☎ハーモニカサークルTogether ☎☎10月28日、11月4・18日、12月2日の日曜日午後1時30分～2時30分(全4回) ☎☎☎芸術文化センター ☎☎☎石神 ☎☎☎080-1065-4023

コカリナレベルアップ講習会★
☎☎コカリナ木の精 ☎☎10月30日(火) ☎☎☎午前10時～11時30分 ☎☎☎生涯学習センター ☎☎☎日本コカリナ協会公認講師の石嶋信二郎さん ☎☎☎当日会場へ ☎☎☎佐藤 ☎☎☎44-0570

ラテンダンス種目中級(チャチャチャ)★
☎☎ラテン研究会 ☎☎10月30日(火) ☎☎☎午後7時～8時30分 ☎☎☎三鷹駅前コミュニティセンター ☎☎☎現役A級選手(スタンダード、ラテン)の木下聡明さん ☎☎☎当日会場へ ☎☎☎☎大内 ☎☎☎☎31-8656

親子が幸せになるレシピ(思春期編)—親子自立&自律への道★
☎☎子育てエンジョイM3 ☎☎11月12日(月)午後2時～4時 ☎☎☎25人 ☎☎☎生涯学習センター ☎☎☎関人材育成コンサルタントの三好裕子さん ☎☎☎200円(資料代) ☎☎☎☎☎西城 ☎☎☎☎kora.neko41@gmail.com(先着制)

TERATOTERA祭り Walls—わたしたちを隔てるもの
☎☎(一社)Ongoing ☎☎11月16日(金)～18日(日)午前11時～午後6時 ☎☎☎JR三鷹駅周辺 ☎☎☎期間中会場へ ☎☎☎☎同事務局(高村) ☎☎☎☎090-4737-4798

伝言板

一汁一菜カフェ 子どもも大人もおにぎりとおかずさんみそ汁で交流会
☎☎ルーテル学院大学第9期地域福祉ファシリテーター修了生 ☎☎10月13日(土)午前11時～午後2時 ☎☎☎上連雀堀合地区公会堂 ☎☎100円 ☎☎☎当日会場へ ☎☎☎みたかボランティアセンター ☎☎☎76-1271

学生とランチと一緒に！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 ☎☎10月17日(火)午前11時～午後1時 ☎☎☎同大学学生食堂 ☎☎☎昼食代実費 ☎☎☎当日会場へ ☎☎☎同大学コミュニティ人材養成センター ☎☎☎☎31-7920

杏林大学の催し
☎☎10月27日(土)☎☎☎超高齢化社会の風邪と肺炎=午前10時30分～正午、②糖尿病で目が見えなくなる! ? 知っておきたい網膜症のこと=午後1時30分～3時 ☎☎☎各240人 ☎☎☎同大学井の頭キャンパス(下連雀5-4-1) ☎☎☎当日会場へ(先着制) ☎☎☎同大学広報・企画調査室 ☎☎☎☎44-0611

ICUオルガン演奏会
☎☎☎ICU宗教音楽センター ☎☎11月10日(土)午後3時から ☎☎☎同大学礼拝堂 ☎☎☎前売1,800円、当日2,000円、小学生～高校生1,000円 ☎☎☎事前振込または同センター、芸術文化センターでチケットを購入(当日参加も可) ☎☎☎同センター ☎☎☎☎33-3330

わがまちジャーナル10月号 地上11chで放送中
夏を彩る三鷹阿波おどり 元気に踊ろう！三鷹シルバー連(仮題) 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。