

休日・夜間・緊急時の診療はこちらへ

受診の際は、必ず健康保険証をお持ちください。

☎健康推進課内線4202

①休日診療所(内科・小児科)

午前10時～11時45分、午後1時～4時30分、
午後6時～9時30分

②小児初期救急平日準夜間診療所(こども救急みたか)

午後7時30分～10時30分(受付は午後10時まで。平日のみ。)

③休日歯科応急診療所

三鷹市総合保健センター
(新川6-37-1 元気創造プラザ2階) ☎46-3234
午前10時～午後0時15分、午後1時30分～4時

①②はいずれも
三鷹市医師会館(野崎1-7-23)
ハイキュウキョウ
☎24-8199

①③④の受付は、
日曜日・祝日・年末年始です。

④休日調剤薬局

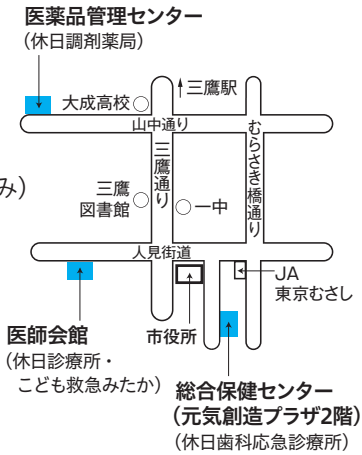
三鷹市医薬品管理センター(上連雀7-4-8) ☎49-7766
午前10時～午後4時30分、午後6時～9時30分

⑤医療機関案内(24時間)

◆三鷹消防署 ☎47-0119
◆東京消防庁救急相談センター 短縮ダイヤル#7119(プッシュ回線のみ)
☎042-521-2323(多摩地区) ☎03-3212-2323(23区)
◆東京都保健医療機関案内サービス(ひまわり) ☎03-5272-0303
HP <http://www.himawari.metro.tokyo.jp/>

⑥市内救急指定病院

◆杏林大学医学部付属病院(新川6-20-2) ☎47-5511
◆野村病院(下連雀8-3-6) ☎47-4848
◆三鷹中央病院(上連雀5-23-10) ☎44-6161



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FAX76-2490 ☎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18日発行号
原稿締切日10月25日(木)
12月2日発行号
原稿締切日11月7日(水)
いずれも午後5時まで

催し

小島頭一絵画展一時間、地層
☎ぎやらりー由芽 ☎11月4日(日)まで
の正午～午後7時 ☎同画廊、ぎやら
りー由芽のつづき ☎期間中会場へ
☎同画廊 ☎47-5241

ハロウィンパーティ
☎アリスみたか(三鷹市ひとり親
家庭福祉会) ☎10月21日(日)午前11
時30分～午後3時 ☎生涯学習セン
ター ☎幼児100円、小学生以上200
円(会員は小学生以上100円) ☎☎
古谷 ☎090-4713-5210

三鷹市借地人連絡会学習会「借地
と世代交代」
☎10月21日(日)午後1時から ☎三鷹
駅前コミュニティセンター ☎当日会
場へ ☎津 ☎47-9687

三鷹自分の死を考える集い 自分
の死—その時のための大切な備え
☎10月21日(日)午後2時～4時 ☎市
民協働センター ☎1,000円 ☎☎
会場へ ☎醬野 ☎47-9384

みたかふれあいサロンの催し
☎①まるごと基礎講座インターネット
やワードエクセルなど=毎週月曜
日午後1時15分～2時45分、②ICT
(スマホ タブレット パソコン)あれ？
それ！相談会=11月6日(火)午後3時
40分～5時40分 ☎①10人、②1～2
人 ☎三鷹産業プラザ ☎①1,500円
(1回)、②500円(30分)。別途材料代、
教材代が掛かります ☎☎NPO法
人シニアSOHO普及サロン・三鷹
☎40-2663・FAX40-2664(先着制)

日中文化交流ふれあい中国語体
験(ゼロから初中級)
☎中国語広場 ☎10月24日～12月
23日の①毎週水曜日、②毎週日曜
日、いずれも午後1時30分～3時30
分 ☎①三鷹駅前コミュニティセン
ター、②連雀コミュニティセンター
☎2,500円(1回。資料代を含む) ☎☎
オウ ☎090-8001-9720・☎
chinesesalonmk@yahoo.co.jp

片岡操 ガラス工芸展
☎しろがね Gallery ☎10月25日(火)
～30日(火)午前11時～午後7時(30日
は5時まで) ☎同画廊 ☎期間中会場
へ ☎同画廊 ☎43-3777

元気ひろば おれんじの催し
☎①クレイアート=10月25日(火)午
後1時30分～3時、②「いけばな」小
原流=26日(金)午前10時30分～正
午、③バルーンアート=26日午後3

時～4時30分、④ラフターヨガ=31
日(火)午後2時～3時30分 ☎同会(中
原3-1-65) ☎①1,200円、②2,000
円、③1,500円、④600円(①～③
材料代を含む) ☎④動きやすい服装
☎☎同会 ☎76-5940

ふろしき市
☎三鷹市ボランティア連絡協議会
☎①10月27日(土)、②11月18日(日)(福
祉パザー内)いずれも午前10時～午
後1時 ☎①市民センター議場棟下、
②三鷹中央防災公園 ☎500円(1区
画分) ☎☎同協議会 ☎76-1271(申
し込みは2区画まで)

秋のガレージセール
☎ゆ&み ☎10月27日(土)午前11時～
午後3時 ☎ゆ&み(下連雀3-32-12
親光荘103) ☎当日会場へ ☎紺野 ☎
44-6252

シンプル国際英語で学び直し
☎成瀬 ☎10月27日(土)午後4時30
分～6時 ☎manabiz 三鷹台駅前
(井の頭1-31-28) ☎☎成瀬 ☎03-
5934-8131

笑う呼吸法(笑いヨガ)
☎東京三鷹の森わっぱは楽楽(わい
わい) ☎10月28日～11月11日の毎
週日曜日午前10時40分～正午 ☎連
雀コミュニティセンター ☎500円(1
回) ☎☎ハラ ☎090-3901-9691・
FAX44-7772

原子力発電と再生可能エネルギー
について★
☎さよなら原発！三鷹アクション ☎
11月3日(祝)午後6時30分～9時 ☎生
涯学習センター ☎元京都大学原子
炉実験所助教の小出裕章さん ☎当
日会場へ ☎中谷 ☎090-4921-5953

懐かしい曲を皆で歌う会
☎楽若会 ☎11月6日(火)・22日(火)午
後1時30分～4時30分 ☎芸術文化
センター ☎600円(初回800円) ☎
☎小林 ☎FAX26-6825(当日参加
も可)

お話し会「唇をもう一度見直そ
う」
☎NPO法人きらめきライフ多摩 ☎
11月7日(火)午後1時30分～3時30分
☎20人 ☎おむすびハウス(下連雀
1-10-20) ☎300円(資料代、茶菓代)
☎☎同法人(相原) ☎090-4435-
6749・FAX57-6426(先着制)

豊かな感性を育む・知育・造形リ
トミック(身につく自主性、想像力)
☎ぱりも・ももリトミック ☎11月8

日(火)①0・1歳児=午前9時30分～
10時30分、②2・3歳児=午前10
時40分～11時40分 ☎平成27年4
月2日～30年3月31日生まれのお
子さんと母親15組 ☎芸術文化セン
ター ☎500円(1回) ☎☎必要事項
(11面参照)・お子さんの氏名・年齢
(月齢)・参加希望クラスを末弘 ☎
p.rhythmique@gmail.com(先着制)

11月歌声カフェ「ハーブとフルー
トの演奏」とともに
☎おむすび倶楽部友の会 ☎11月10
日(土)午後1時30分～3時 ☎おむすび
ハウス(下連雀1-10-20) ☎300円 ☎
当日会場へ ☎藤原 ☎46-4117

2018年度三鷹三中同窓会①総
会・②懇親会
☎三鷹市立第三中学校同窓会 ☎
11月11日(日)午後1時30分～4時30
分 ☎①三中、②高山地区公会堂 ☎
当日会場へ ☎刈辺 ☎090-8729-
2669

パドルテニスファミリー講習会
☎東京都、(一社)東京都レクリエー
ション協会 ☎11月17日(土)午後0時
30分～3時 ☎SUBARU総合スポー
ツセンター ☎室内履き ☎当日会場
へ ☎石井 ☎080-5523-8524

杏林大学准教授榎本雪絵さんに
よる健康ストレッチ教室
☎体笑会 ☎11月17日(土)午後1時30
分～3時30分 ☎60歳以上の方30
人 ☎同大学井の頭キャンパス(下連
雀5-4-1) ☎500円 ☎☎11月5日(月)
までに同会 ☎090-7173-6425・☎
taishohkai@yahoo.co.jp(申込多数
の場合は抽選)

江戸小唄笑い広げ鯛おかげ様で5
周年発表会
☎11月17日(土)午後1時30分～4時
☎三鷹駅前コミュニティセンター
☎当日会場へ ☎脇阪 ☎45-2112

ころがるロボットで楽しくプログ
ラミング体験会
☎パソコンエイド ☎11月17日(土)午
後2時～4時 ☎小学3～6年生4人
(保護者見学可、要送迎) ☎みたか
ボランティアセンター ☎500円 ☎
11月9日(金)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)
を「〒181-0004新川4-18-1牟田総
男」・☎td6f-mt@asahi-net.or.jp(申
込多数の場合は抽選) ☎牟田 ☎49-
0542

会員募集

クラシックの会
☎毎月第3火曜日午後1時30分～3
時30分 ☎三鷹駅前コミュニティセ
ンター ☎月額2,000円 ☎☎斎藤 ☎
44-3001

牟礼アロハウクレレ
☎毎月第2・4水曜日午前10時30分
～午後0時30分 ☎牟礼コミュニティ
センター ☎入会金1,000円、月額
4,000円 ☎☎上野 ☎FAX45-2633

みたかユーモア川柳の会
☎毎月第1月曜日午前9時45分～正
午 ☎元気創造プラザ ☎月額500円
☎☎内田 ☎72-0133

健康体操部(三鷹市ベッセルス
スポーツクラブ)
☎毎月3回木曜日午後1時～2時30
分、3時～4時30分 ☎SUBARU総
合スポーツセンター ☎入会金1,000
円、月額1,000円(1回300円) ☎☎
杉山 ☎41-4453

混声合唱団コア・ボイメ
☎毎週月曜日午後6時45分～8時
45分 ☎連雀コミュニティセンター ☎
月額4,000円 ☎☎植村 ☎45-2039

フォト連雀(写真初・中級者)
☎毎月第2土曜日午後1時15分～4
時 ☎三鷹駅前コミュニティセンター
☎月額1,000円 ☎☎佐藤 ☎FAX
44-1318

三葉会(万葉集・古事記を読む)
☎毎月3回木曜日午後1時30分～3
時30分(8月は休会) ☎市民協働セ
ンター ☎入会金1,000円、月額4,000
円 ☎☎井出 ☎42-9769

女声合唱 なごみ
☎毎月第1・3月曜日午前10時～午
後0時30分 ☎牟礼コミュニティセン
ター ☎入会金1,000円、月額3,000
円 ☎☎脇田 ☎FAX71-6233

ハーモニカサークル風
☎毎月第2・4土曜日午後1時～3時
☎みたかボランティアセンター ☎
☎表 ☎FAX34-8318

いきいき太極拳Aグループ
☎毎月3回木曜日午後1時15分～
2時45分 ☎福祉センター ☎月額
1,500円 ☎☎加藤 ☎FAX43-9845

カラオケ歌謡練習会
☎毎月第1・3土曜日午後1時30分
～3時30分 ☎市役所近隣カラオケ

店 ☎入会金1,000円、月額3,500円
☎☎藤井 ☎FAX44-9285

ARROWS英会話(初・中級)
☎毎月第2・4土曜日午前10時～午
後0時15分 ☎三鷹駅前コミュニティ
センター ☎1回1,500円 ☎☎堀崎 ☎
32-2855・☎akio.horisaki@nifty.
com

伝言板

秋の日まつり公園で秋の1日を
楽しもう
☎西武・武蔵野パートナーズ ☎10
月27日(土)午前11時～午後3時 ☎野
川公園 ☎ワークショップ、物販は有
料 ☎当日会場へ ☎同公園サービス
センター ☎31-6457

オープンハウス(子育て相談、カ
ウンセリング体験、箱庭体験など)
☎ルーテル学院大学臨床心理相談
センター ☎11月3日(祝)・4日(日)午前
10時～午後3時 ☎同センター ☎☎
当日会場へ。子育て相談、カウンス
リング体験は同センター ☎32-0316

前立腺がん市民公開講座
☎杏林大学泌尿器科 ☎11月4日(日)
午後2時～4時 ☎三鷹駅前コミュニ
ティセンター ☎☎必要事項(11面
参照)を同科(出来) ☎47-5511・FAX
42-8431

ICU公開講演会「ビウエラ歌曲の
調べ」
☎ICU宗教音楽センター ☎11月9
日(金)午後6時から ☎同大学 ☎☎同
センター ☎33-3330・☎smc@icu.
ac.jp

文化祭
☎井之頭病院 ☎11月10日(土)午前
10時～午後3時 ☎同病院 ☎当日会
場へ ☎同病院(工藤) ☎44-5331

がんと共にすやかに生きる講
演会「がん患者の就労支援」
☎杏林大学医学部付属病院がんセ
ンター ☎11月10日(土)午後1時30分
～2時30分(1時から受付) ☎240人
☎同病院大学院講堂 ☎当日会場へ
(先着制) ☎同センター事務局 ☎47-
5511

杏林医学会主催市民公開講演会
副島京子教授ほか「脈のはなし：
速い脈と遅い脈」
☎11月17日(土)午後1時30分～3時
20分 ☎杏林大学三鷹キャンパス
大学院講堂 ☎当日会場へ ☎☎同会 ☎
47-5511