

第104回太宰治作品朗読会
『新釈諸国噺』より「赤い太鼓」

所 間 太宰治文学サロン ☎26-9150

朗読は元TBSアナウンサーの須賀雅子さん(写真)。
📅12月21日(金)午後6時～6時50分 人 25人
📅12月11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グランジアルダン三鷹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)

市民活動

みんなの
掲示板

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
オ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) 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) 📅当
日会場へ(雨天時は同会 [HP](http://enchante-de-connect.wix.com/enchante) <http://enchante-de-connect.wix.com/enchante>で確認) 📅同会 ☎080-3356-5617

みんな来てね！カフェもあるよ！団
地蚤(のみ)の市・フリーマーケット
📅三鷹台団地自治会 📅11月4日
(日)正午～午後3時 所 三鷹台団地第
1集会所前 📅当日会場へ 📅同会事
務局 ☎44-0390(木・日曜日午前
10時～午後2時。出店の申し込み
はできません)

元気ひろば おれんじの催し
📅①ビギナーヨガ＝11月6日(火)午
前10時～11時、②健康体操教室＝
7日(水)午後2時40分～4時、③トー
ルペイント教室＝14日(火)午前10
時～11時30分、④英会話＝15・
29日の木曜日午後3時～4時30分
所 同会(中原3-1-65) ☎ ①1,000
円、②2,200円、③700円(材料代
を含む)、④2,000円(1回) 📅同
会 ☎76-5940

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 📅11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) 📅同 高瀬 ☎55-5058

みたか・みんなの広場の催し
📅①みたかオレンジカフェ1(昼ど
き)＝11月7日(水)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＝
10日(土)午後1時30分～3時、⑤タ
ロット占い＝17日(土)午後1時30分
～3時、⑥市民リレートーク：西東
京市健康福祉部の徳丸剛さん「フ
レイルチェックと高齢者の自立」＝
26日(月)午後1時30分～3時30分
所 ①②④⑤⑥同会(下連雀4-5-19
みたかの家内)、③市民協働セン
ター ☎ ①100円、②⑥200円、④
⑤500円 📅当日会場へ 📅なりき
よ ☎080-1362-5359

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
📅NPO法人文化学習協同ネット
ワーク 📅11月7日(火)午後2時～3
時 所 同法人(下連雀1-14-3) 📅同
丸山 ☎70-5067

世界の動きと日本★
📅YS学習会 📅11月9日(金)午後1時
～3時 所 生涯学習センター 調 法政
大学名誉教授の鈴木佑司さん ☎
200円(資料代) 📅当日会場へ 📅
同会(国分) ☎46-1236

みたかふれあいサロンの催し
📅①タブレット・iPad講座「iPad
のアプリで年賀状づくり」＝11月9
日～12月7日の毎週金曜日午後1
時15分～2時45分(11月23日(祝)を

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/) <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。

除く)、②スマホ・タブレットなん
でも相談会＝12月6日(火)午後3時
45分～5時 所 三鷹産業プラザ ☎
①2,000円、②1,500円(いずれも1
回) 📅同 NPO法人シニアSOHO普
及サロン・三鷹 ☎40-2663・ ☎
40-2664(①は開催日前日まで)

新川作業所施設公開
📅(社)はなゆめ 📅11月10日(土)午
前9時30分～11時30分 所 同作業所
(新川3-10-8) 📅当日会場へ 📅ワー
クセンターゆうゆう舎 ☎41-5959

ママと一緒に始めてえいご 絵
本と歌で始めるバイリンガル育児
📅ローズ&エム 📅11月10日(土)午
前10時～11時 所 同店(下連雀2-
12-29) ☎ 2,500円(茶菓付き) 📅
同店 ☎26-8670・ ✉ roseroom181@gmail.com

三鷹公開もより会「聞こえよう
家計のこと家のこと」
📅東京第三友の会三鷹最寄 📅11
月10日(土)午前10時～正午 所 消費
者活動センター 📅同会 [HP](https://tokyodai3tomo.jimdo.com/) <https://tokyodai3tomo.jimdo.com/> 📅
望月 ☎42-0086

防災まつり 遊び基地を作ろう！
「関わる人はみんな家族。大人も子
どもも自由で居られる場所作り」
📅下連雀六丁目八丁目地区連絡会
📅11月10日(土)午前11時～午後3
時 所 下連雀六丁目防災広場 📅当
日会場へ 📅中山 ☎090-5796-00
89

徳永雅之展
📅ぎやらりー由芽 📅11月10日(土)
～25日(日)正午～午後7時(25日は5
時まで) 所 同画廊 📅期間中会場へ
📅同画廊 ☎47-5241(木曜日休み)

11月おはなしの森―昔話や文学
小品を語りて「森の花嫁」「ふしぎ
なやどや」ほか
📅わたげの会 📅11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 📅当日会場へ
📅米屋 ☎33-9011

11月11日はおりがみのひ かみを
おろう！ワークショップ
📅よもぎBOOKS 📅11月11日(日)
正午～午後5時(1人15分) 所 同店
(下連雀4-15-33) 📅当日会場へ 📅
同店(辰巳) ☎050-6870-6057

映画「モバイルハウスのつくりか
た」+トーク(空間工房 白石さん
×ハンモック店主)
📅Cafe Hammock 📅11月11日(日)
午後2時～5時 所 同店(下連雀3-22-
15) ☎ 2,000円(ワンドリンク付き)
📅同店 [HP](https://popcorn.theater/events/1234) <https://popcorn.theater/events/1234>(当日参加も可)
📅野村 ☎090-4452-8308

絵本の会「えほんのはら」
📅子育てひろばてくてく 📅11月
12日(月)午前10時30分から 所 同会
(深大寺1-3-3) ☎ 100円 📅当日会
場へ 📅同会(平川) ☎26-4381

「徒然草」を読む
📅おおむらさきの会 📅11月13日
(火)午前10時～正午 所 牟礼地区公
会堂 ☎ 500円 📅当日会場へ 📅小
見 ☎49-8480

年賀状を毛筆と墨彩画で
📅みやび会 📅11月13・27日、12
月4日の火曜日午後6時～8時 所 三
鷹駅前地区公会堂 ☎ 1,000円 物
年賀はがき、書道具 📅当日会場へ
📅古内 ☎46-3924

かぎ針で帽子を作ってみませんか
📅三鷹市の福祉をすすめる女性の
会 📅11月14日(火)午前10時～正午
所 福祉センター ☎ 100円 物 毛糸、
かぎ針 📅同 ぶるたに ☎090-4713-
5210

田中洋子の朗読講座 朗読の楽し
さを学ぼう！★
📅やよい会 📅11月14日(火)午後1
時30分～3時30分 所 三鷹駅前コ
ミュニティセンター 調 音声表現学
苑講師で大学講師の田中洋子さん
📅当日会場へ 📅岡田 ☎44-3744

おやこであそぼーどんぐりひろば
📅NPO法人あそび環境Museum
アフタフバーバン 📅11月15日(水)
午前10時から 所 井の頭公園三角
広場 ☎ 1,000円 📅同会(平川)
☎26-4381・ ✉ tekutekunohara.asobo@gmail.com

コンビニひろば
📅NPO法人子育てコンビニ 📅11
月16日(金)午前10時30分～11時30
分 所 元気ひろば おれんじ(中原
3-1-65) 📅同法人 ✉ kosodate.net@mitaka.ne.jp 📅同法人 ☎41-
7021

ワークショップとお話：子育て
に役立つ色彩心理
📅アトリエコスモス 📅11月16日
(金)午前10時30分～正午 所 同会(井
口2-4-32) ☎ 2,000円 📅同 片倉 ☎
090-6174-9206・ ✉ color-y@s7.dion.ne.jp

おはなし収穫祭―懐かしい昔話を
語りて楽しんでみませんか「牛方
とやまんば」ほか
📅わたげの会、おはなしあずきの
会、三鷹市文庫連絡会 📅11月16
日(金)午前10時30分～午後0時15
分 人 大人50人(お子さん同伴不
可) 所 三鷹図書館(本館) 📅当日会
場へ(先着制) 📅魚谷 ☎77-9340

スクラップブックング・手作りア
ルバム展示会「おくりもの3」
📅ル ヴァンヴェール―緑の風 📅
11月16日(金)～18日(日)午前11時～
午後5時 所 ギャラリーカフェ「テラ
ス」(下連雀1丁目) 📅期間中会場へ
📅中野 ☎090-7429-3635

五感であそぶ ちびくまアート「み
んなでお話をつくる！葉っぱヤツ
ルをつかって」
📅くまちゃんハウス 📅11月17日
(土)午前10時30分～正午 人 2歳以
上の未就学児と保護者 所 同会(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) 📅11月14日(火)まで
にお子さんの氏名・年齢・参加人数
を同事務局 ✉ kumachanhouse5@gmail.com 同事務局 ☎050-
3708-2749

交流会
📅アリス三鷹(三鷹市ひとり親家庭
福祉会) 📅11月17日(土)午前11時30

12月2日発行号
原稿締切日 11月7日(水)

12月16日発行号
原稿締切日 11月16日(金)

いずれも午後5時まで

リウマチ・関節痛の方に向けたヨー
ガ療法実践講座+茶話会(自由参加)
📅ヨーガ療法地域プロジェクト
📅11月24日(土)午後2時～3時 所
消費者活動センター ☎ 1,000円 📅
同 井上 ☎080-6641-8107・ ✉
ayus.myoga@gmail.com

第175回太宰治の足跡案内
📅みたか観光ガイド協会 📅 所 11
月25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

第162回井の頭かんさつ会「秋の
井の頭公園」
📅井の頭かんさつ会 📅11月25日
(日)午前10時～正午 所 井の頭公園
☎ 300円 📅同会 [HP](http://kansatsukai.net/) <http://kansatsukai.net/> 📅同会(佐藤) ✉ mkt.sato310@gmail.com

ラテンダンス(ルンバ)★
📅ペガサス 📅11月29日(火)午後7
時～8時30分 所 三鷹駅前コミュニ
ティセンター 調 JCF現役A級選手
の木下聡明さん 📅当日会場へ 📅
大内 ☎31-8656

伝言板

武蔵野赤十字病院の催し
📅①糖尿病教室「糖尿病の検査」
[糖尿病治療のいろいろ話]＝11月
10日(土)午後1時～3時(0時30分
から受付)、②糖尿病予防フェスタ
2018＝11日(日)正午～午後4時 所
同病院 📅当日会場へ 📅同病院①
医療社会事業課、②医療連携課(平
賀) ☎32-3111

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 📅11月21日(火)午前11時～午
後1時 所 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

シジュウカラの巣箱を作ろう
📅西武・武蔵野パートナーズ 📅11
月23日(祝)①午前10時～11時30分、
②午後0時30分～2時 人 小学生各
5人(保護者同伴) 所 野川公園自然観
察センター ☎ 300円(材料代、保険
料) 📅同 11月4日(日)から同公園サー
ビスセンター ☎31-6457(先着制)

ICUクリスマスの音と光
📅ICU宗教音楽センター 📅12月1
日(土)午後4時から 所 同大学礼拝堂
☎ 前売2,300円、当日2,500円、小学
生～高校生1,000円 📅同センター
☎33-3330・ ✉ smc@icu.ac.jp

わがまちジャーナル11月号
地上11chで放送中
くらしのINDEX ドラマ番組
「お江戸と今どきの結婚事情」
(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。