

体が変わる調味料講座

一調味料選びは健康づくりの基本

【公財】三鷹市スポーツと文化財団
2月15・22日の金曜日午前10時～午後0時30分
16歳以上の方16人
生涯学習センター
講師 栄養士の塩谷理衣さん
¥3,000円(材料代を含む)
物 エプロン、三角巾、筆記用具
2月8日(金)(必着)までに必要事項(15面参照)・この講座を何で知ったかを往復はがきまたはインターネットで「〒181-0004新川6-37-1生涯学習センター」・HP https://www.kouza.mitaka-genki-plaza.jp/ (三鷹中央防災公園・元気創造プラザ講座申込システム)へ(申込多数の場合は市民を優先して抽選)
同センター ☎49-2521

家族を介護している方が知っておきたい介護講座

2月15日(金)・18日(月)午後1時～3時15分
在勤を含む市内の介護者で両日参加できる方20人
福祉センター
2月8日(金)までに三鷹市社会福祉協議会 ☎79-3505・FAX71-2053へ(先着制)

メンタルヘルスポランティア講座

①「こころの病気・障がい」とは? = 2月15日、②こころのケアと社会参加 = 22日、③こころに不安や障がいをもつ人とかかわって、当事者の思い = 3月1日、④こころのボランティアとして一新たな活動へのかかわり方 = 8日、いずれも金曜日午後7時～9時
在学・在勤・在活動を含む市民でメンタルヘルスのボランティア活動に興味のある方や地域で活動してみたい方20人
みたかボランティアセンター
2月8日(金)までに必要事項(15面参照)・通学先・勤務先・活動団体名・あれば受講動機や質問を直接または電話、ファクス、電子メールで同センター ☎76-1271・FAX76-1273・✉chiiki@mitakashakyo.or.jpへ(先着制)

みたか学

三鷹産食材を使ってデザートを作ってみようーキウイフルーツ編

【公財】三鷹市スポーツと文化財団、JA東京むさし、JA東京むさし三鷹地区青壮年部
2月18日(月)①座学「キウイとたまごのみたか学」=午後1時～2時、②デザート作り・試食 = 午後2時～5時
16歳以上の方20人

生涯学習センター

①吉野園の吉野均さん、吉野農園の吉野崇弘さん、②菓子厨房レヴェオーナーの植村雅則さん
¥2,000円(材料代を含む)
1月31日(休)午後5時までに必要事項(15面参照)・この講座を何で知ったかを往復はがきまたはインターネットで「〒181-0004新川6-37-1生涯学習センター」・HP https://www.kouza.mitaka-genki-plaza.jp/ (三鷹中央防災公園・元気創造プラザ講座申込システム)へ(申込多数の場合は市民を優先して抽選)
同センター ☎49-2521

CAPワークショップ 保育

子どもワークショップ(小学生)とおとなワークショップを開催します。
2月23日(土)午前10時30分～午後0時15分
小学生と保護者各30人程度、保育(1歳～未就学児)3人
※おとなワークショップは保護者以外の方も参加できます。
※お子さんが参加する場合、保護者は必ずおとなワークショップに参加してください。

三鷹駅前コミュニティセンター

講師 NPO法人青い空一子ども・人権・非暴力のみなさん
2月参加者全員の必要事項(15面参照)、保育希望者はお子さんの氏名・年齢を企画経営課 ☎内線2115・FAX45-1271・✉kikaku@city.mitaka.tokyo.jpへ(先着制。保育・手話通訳希望者は2月12日(火)正午まで)

認知症サポーター向け

フォローアップ講座

2月23日(土)午後2時～4時
認知症サポーター養成講座を修了された方130人
三鷹市公会堂さんさん館
講のぞみメモリークリニック看護師の水谷佳子さん
物 筆記用具、認知症サポーターと分かるもの(オレンジリング、テキストなど)
2月高齢者支援課 ☎内線2622へ(先着制)

新中いきいき大学

「健康滑舌トレーニング」

市、新川中原住民協議会
2月24日(日)午後1時30分～3時30分
40人
新川中原コミュニティセンター
講 健康管理士の花形一実さん
2月1月24日(休)から直接または電話で同センター ☎49-6568へ(先着制)

市民講師デビュー講座

「障害年金の仕組みを知ろう！」

【公財】三鷹市スポーツと文化財団
2月27日(水)午前10時～正午
16歳以上の方20人
生涯学習センター
講師 社会保険労務士の渡辺公雄さん
2月15日(金)午後5時までに直接または電話で同センター ☎49-2521へ(先着制)



みたか環境活動推進会議の委員

◆内容 市民の環境保全意欲増進に向けた啓発など。年6回程度の会議開催を予定
◆任期 4月1日～平成33年3月31日
在学・在勤を含む18歳以上の市民3人、市内の非営利活動団体の構成員2人、市内に事業所を有する事業者2人(ほかの市民会議などの委員は応募不可)
2月7日(木)(必着)までに必要事項(15面参照)・性別・レポート「今まで行った活動とこれから行いたい環境活動」(400字以内)を直接または郵送、ファクス、電子メールで「〒181-8555環境政策課」(第二庁舎2階)・FAX45-5291・✉kankyo@city.mitaka.tokyo.jpへ(提出書類の形式は自由。申込多数の場合は性別や年齢を考慮のうえ抽選)
※団体・事業者の方は、名称と代表者名、活動や事業内容が分かるものを添付。
同課 ☎内線2524

三鷹市シルバー人材センター

入会説明会

2月6・20日の水曜日午前10時～正午
健康で働く意欲のあるおむね60歳以上の市民
同センター
2月同センター ☎48-6721・HP http://mitaka-sc.or.jp/sc_kaiinnaru.htmlへ



女性のための就労支援講座 保育

①就職準備セミナー = 1月25日(金)、②仕事力アップ!“愛され”ビジネスマナー = 1月28日(月)、③伝わる!読ませる!ビジネス文書の書き方 = 2月4日(月)、④ライフ・キャリアプランセミナー = 2月8日(金)、①午前10時30分から、②③10時から、④9時30分から、いずれも正午まで
※複数受講可。
再就職を希望する女性で、就労アンケートに協力いただける方各20人、保育(1歳～未就学児)各5人

三鷹産業プラザ

①マザーズハローワーク立川の酒井直子さん、②ウェリナレイ(株)の戸松晃子さん、③(株)めでいあ森の森恵子さん、④NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹1級キャリアコンサルティング技能士の中里紀子さん
各講座の3日前までに必要事項(15面参照)、保育希望者は14日前までにお子さんの名前と年齢・月齢を(株)まちづくり三鷹 ✉project@mitaka.ne.jpへ(先着制。保育は申込多数の場合は抽選)
同社 ☎40-9669

多様な働き方セミナー

2月4日(月)午後1時30分～3時30分
おむね55歳以上で求職活動中の方24人
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
2月必要事項(15面参照)をわくわくサポート三鷹 ☎45-8645・FAX45-8646へ(先着制)

市立小・中学校 嘱託員

◆職種 ①学校図書館司書(3人)、②一般用務(10人程度)、③給食調理または給食リフト配膳(若干名)
◆職務内容 ①児童・生徒の読書活動の指導、図書の貸し出し・返却、分類・整理、学校図書館の地域開放業務、②学校敷地・施設の清掃・小修理、来客・来賓の接待など、③給食調理・清掃または配膳・片付けなど
◆資格 ①司書資格がありパソコン操作ができる方
◆勤務期間 4月1日～平成32年3月31日(再度の任用をする場合あり)
◆勤務時間 ①月～土曜日(おむね週29時間)、②月～金曜日のうち4日以内(週7時間45分～30時間)、③月～金曜日(給食実施日のみ、週20時間または25時間)
◆報酬 ①時給1,286円、②月額47,333円～177,500円、③時給1,365円または1,165円(いずれも30年4月実績)、交通費支給(月額上限20,000円)
※社会保険などの適用あり。
1月28日(月)(必着)までに市指定の履歴書(写真貼付、市ホームページで入手)、①は資格証の写し、作文①「主体的・対話的で深い学びを促すための読書活動の推進について、司書としてできること」、②③「私の職業観と嘱託員の仕事を通じて実現したいことについて」(400字詰め原稿用紙①3枚、②③2枚程度)を直接または郵送で「〒181-0004新川6-35-28総務課」(教育センター暫定施設2階)へ
※書類選考合格者は面接。
同課 ☎内線3214

三鷹国際交流協会・設立30周年に向けて
「多文化共生の社会づくりーこれまでとこれから」
「国籍や民族などの異なる人々が、お互いの文化の違いを認め合い、共に生きていく」
「多文化共生」や「地域の国際化」の歴史などを紹介しながら、外国人も日本人も住みやすいまちを目指すにはどうしたらよいか、先の10年を見据え、みなさんとともに考えます。
【公財】三鷹国際交流協会
2月19日(火)午後7時～9時
70人 三鷹国際交流センター
講 明治大学国際日本学部教授の山脇啓造さん(写真)
2月直接または電話、インターネットで同協会 ☎43-7812・HP http://www.mishop.jp/へ(先着制)



自主制作アニメーション作品募集中!

3月3日(日)開催の「第17回インディーズアニメフェスタ」で上映するアニメーション作品、アニメーションの技法を主に用いた作品を募集します。
市、インディーズアニメフェスタ実行委員会
1月28日(月)(必着)までに郵送または電子メールで同実行委員会事務局へ
※募集要項、応募方法などについては公式ホームページ HP http://www2.m-sohot.com/iafesta/ をご覧ください。
同実行委員会事務局(尚そーほっと) ☎70-3705・✉iafesta@m-sohot.com