

講座申込システム [HP](https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/)https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/へ(先着制)
問同センター ☎45-1113

剣道の大会・講習会

会 三鷹市体育協会、①市、市教育委員会、(公財)三鷹市スポーツと文化財団、②③東京都、(公財)東京都体育協会

日 ①第69回三鷹市市民体育祭 剣道大会＝9月29日(日)午前9時～午後5時、②シニア剣道指導講習会＝10月2・16・30日の水曜日午前10時～正午、③剣道指導者講習会＝10月27日、11月17日、12月8日の日曜日午後6時～8時30分

人 ①在学・在勤を含む高校生以上の市民、②在勤を含む60歳以上の市民、③在学・在勤を含む高校生以上の市民で、四段以上の指導者・形の習得を目指す方25人
所 SUBARU総合スポーツセンター

料 ①個人戦シニアの部500円、団体戦一般の部2,500円、団体戦女子の部1,500円
物 剣道用具、③木刀、小刀

申 ①9月11日(水)～18日(水)に同連盟ホームページ [HP](https://mitakakenren.wordpress.com/)https://mitakakenren.wordpress.com/または三鷹市体育協会(同センター内)へ、②③当日会場へ(②初参加の方は事前に馬庭 ☎090-3803-3638へ、③先着制)

問 同連盟 ①吉野 ☎31-4837、②③馬庭 ☎090-3803-3638(日中のみ)

太極拳初心者特別講習会

会 三鷹市武術太極拳連盟

日 9月29日(日)午前10時30分～正午、午後1時30分～3時

人 在学・在勤を含む18歳以上の市民

所 SUBARU総合スポーツセンター

物 室内履き、飲み物

申 当日会場へ

問 同連盟(大沢) ☎52-5020

ソフトテニスの講習会・大会

会 三鷹市体育協会、①②東京都、(公財)東京都体育協会

日 ①シニアソフトテニス講習会＝9月29日(日)正午～午後4時(予備日10月20日(日))、②三鷹市シニアソフトテニス大会＝10月6日(日)午前8時30分～午後5時(予備日10月27日(日))、③三鷹市秋季ソフトテニス団体戦大会＝10月13日(日)午前8時30分～午後5時(小雨決行)

人 ①在勤を含む市民または三鷹市ソフトテニス連盟会員50～59歳15人、60歳以上35人、②在勤を含む55歳以上(ペアの年齢の合計は120歳超)の市民および同連盟会員50人、③在学・在勤を含む市民または同連盟会員20チーム120人(中・高体連登録者は1チーム2人まで。学連登録者を除く)

所 ①新川テニスコート、②③大沢総合グラウンドテニスコート

料 ③1チーム3,600円

物 ラケット、テニスシューズ、飲み物

申 ①②同連盟(柳澤) ☎090-9317-0044へ(①9月25日(水)午後5時まで、②9月12日(水)午後3時まで)、③9月14日(土)午後3時までに必要事項(11面参照)を同連盟 info@mtksta.comへ。いずれも同連盟登録者は各連盟理事へ(先着制。①は13日(金)午後5時まで)

問 同連盟 ①②柳澤 ☎090-9317-0044、③石井 ☎090-3002-1325

水泳の講習会・研修会

会 三鷹市水泳連盟、②東京都、(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会

日 10月2日～23日の毎週水曜日 ①50歳以上の初心者水泳講習会＝午前9時～11

時(全4回)、②ジュニア育成・水泳指導者養成研修会＝午後7時～9時(6時30分から受付。全4回)

人 ①在学・在勤を含む50歳以上の市民10人、②在学・在勤を含む市民で、水泳指導者を目指す方・水泳を指導している方70人

所 SUBARU総合スポーツセンター

講 ②競泳元日本代表の河本耕平さん、坂大平さん

料 ①4,500円

物 水着、水泳帽、ゴーグル、タオル、ロッカー代100円・靴箱代100円(返還式)

申 ①9月20日(金)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)を「〒181-8799 三鷹郵便局留 三鷹市水泳連盟GS部」へ(申込多数の場合は抽選)、②当日会場へ(先着制)

問 同連盟 ①丸岡 ☎47-1346(夜間のみ)・maru.c1945@kmh.biglobe.ne.jp、②今泉 ☎49-8459(夜間のみ)

卓球の講習会・教室

会 三鷹市卓球連盟

日 ①卓球講習会＝10月5・19・26日の土曜日午後3時～6時(5・19日は正午～午後3時(初心者)、午後3時～6時(中級者))、②卓球教室＝10月19日午前9時～正午

人 在学・在勤を含む6歳以上の市民 ①各回30人、②40人

所 SUBARU総合スポーツセンター

料 ①1回200円、②300円、中学生以下200円

物 室内履き、①ラケット、ボール

申 当日会場へ(先着制)

問 同連盟 ①柳沢 ☎43-3350、②八木 ☎44-4828(日中のみ)

第35回三鷹市なぎなた大会

会 市、市教育委員会、三鷹市体育協会、(公財)三鷹市スポーツと文化財団

日 10月6日(日)午後1時～4時

人 在学・在勤を含む高校生以上の市民

所 SUBARU総合スポーツセンター

申 問 三鷹市なぎなた連盟(野村) ☎43-3204へ(午後7時～9時。当日参加も可)

三鷹市硬式テニスシングルス大会

申込区分は男子A、男子B、女子A、女子B、男子シニア、女子シニア(いずれも12月末で45歳以上)、男子グランドシニア(12月末で60歳以上)、男子ジュニア(中学生)、女子ジュニア(中学生)。※男子B、女子Bは過去3年以内に同大会ベスト4以上の入賞者は出場不可。

会 三鷹市テニス協会

日 10月20日～12月22日の毎週日曜日 午前7時～午後5時(10月27日、11月3日を除く。予備日令和2年1月12日(日))

人 在学・在勤を含む中学生以上の市民

所 大沢総合グラウンド

料 2,000円、中学生500円

申 9月26日(水)午後6時～9時または28日(土)午前10時～午後1時に申込書(同協会ホームページ [HP](http://www.mitakatennis.com/)http://www.mitakatennis.com/から入手)と参加費をSUBARU総合スポーツセンターへ

問 同協会 singles2019@mitakatennis.com

三鷹市民ハイキング(弘法山・念仏山)

会 三鷹市体育協会

日 所 10月20日(日)午前8時50分 小田急線秦野駅集合～弘法の清水～命徳寺～弘法山公園入口～浅間山～権現山～弘法山(昼食)～善波峠～念仏山～善波峠～

吾妻山～小田急線鶴巻温泉駅解散(歩行距離約9.3km。雨天時は10月27日(日)に延期)

人 在学・在勤を含む市民で全コースを歩ける方40人(小学生以下は保護者同伴)

料 交通費・食費などは実費

申 9月26日(水)～10月12日(土)に同協会(SUBARU総合スポーツセンター内)へ(申込多数の場合は抽選)

問 三鷹市山岳連合会(鶴田) ☎44-8636



東京都子育て支援員研修(第2期)

子育て支援に必要な知識や技能を学びます。詳しくは募集要項(子ども育成課〈市役所4階45番窓口〉で配布)または(株)東京リーガルマインドホームページ [HP](http://partner.lec-jp.com/ti/tokyo-kosodate/)http://partner.lec-jp.com/ti/tokyo-kosodate/をご覧ください。

問 同社 ☎03-5913-6225

楽しい朗読教室

日 毎月第1・3月曜日午前10時～正午

所 三鷹市シルバー人材センター

講 フリーアナウンサーの緒方昭一さん

料 月額2,400円

申 問 同センター ☎48-6721へ

大菊作り講習会

日 9月8日(日)午後1時30分から

所 JA東京むさし三鷹緑化センター(農業公園内)

講 三鷹菊友会のみなさん

物 作業に適した服装

申 当日会場へ

問 同センター ☎48-7482

※自家用車での来場はご遠慮ください。

商品化に向けたものづくり講座

日 9月16日～10月7日の毎週月曜日 午後6時～9時(全4回)

人 デジタル加工機を使って商品化を目指す方8人

所 三鷹産業プラザ

講 (株)ウッドボックスの山口雄二さんほか

料 4,000円(税別)

申 必要事項(11面参照)をファブスペースみたか faboffice@mitaka.ne.jpへ(先着制)

問 (株)まちづくり三鷹 ☎40-9669

タイルのデコパージュ講習会—かわいい壁飾りを作ろう

会 連雀地区住民協議会

日 9月21日(土)午後1時30分～4時30分

人 在学・在勤を含む市民15人

所 連雀コミュニティセンター

料 500円(材料代)

物 はさみ、黒のボールペン

申 問 9月2日(月)～14日(土)に直接または電話で同センター ☎45-5100へ(先着制)

Cafe丸池 第8回講座

「紙芝居で成年後見制度を学ぼう」

日 9月24日(火)午後2時～4時

人 成年後見制度について関心のある方

所 そんぽの家S三鷹丸池公園(新川3-21-12)

講 司法書士の松本美姫さん

料 100円(飲み物代を含む)

申 当日会場へ

問 東部地域包括支援センター ☎48-8855

介護者談話室サポーター養成講座

日 9月30日、10月7日の月曜日 午後1時～4時10分(全2回)

人 在勤を含む市民で全回参加できる方

15人

所 福祉センター

申 問 9月20日(金)までに必要事項(11面参照)を三鷹市社会福祉協議会 ☎79-3505・[FAX](mailto:) 71-2053へ(申込多数の場合は抽選)

市民健康講座「本気にさせる糖尿病予防講座—体が喜ぶ健康生活」

日 10月2日(水)午後2時～3時30分

人 在学・在勤を含む市民30人

所 総合保健センター

講 川越内科クリニック院長の川越宣明さん

申 問 9月2日(月)から直接または電話、ファクスで健康推進課(元気創造プラザ2階) ☎内線4224・[FAX](mailto:) 46-4827へ(先着制)

Tシャツで作るエコ布ぞうり

日 10月3日(水)午後1時～3時30分

人 10人

所 リサイクル市民工房

物 不用なTシャツ(大人用)2枚、接着剤、はさみ、筆記用具

申 9月24日(火)までに往復はがきで必要事項(11面参照)を「〒181-8555ごみ対策課」へ(申込多数の場合は初参加の方を優先して抽選)

問 同課 ☎内線2536

武蔵野どうぶつセミナー

会 (公社)東京都獣医師会武蔵野三鷹支部、武蔵野市

日 10月5日(土)午後1時30分～4時30分

人 60人

所 武蔵野市役所(武蔵野市緑町2-2-28)

講 ドッグトレーナーの藤井聡さん

申 9月28日(土)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)・参加者全員の氏名(5人まで)・飼育動物の種類を「〒180-0006武蔵野市中町2-6-4三鷹獣医科グループ」へ(先着制)

問 本宿犬猫病院 ☎22-7728、市環境政策課 ☎内線2523

山本有三記念館 ガイドボランティア(展示や建物の解説)養成講座

会 同記念館、三鷹ネットワーク大学

日 10月13・27日、11月10・24日、12月1・15日の日曜日 午前10時30分～午後0時30分(全6回)

人 全回参加できる方20人

所 同大学

講 武蔵野音楽大学教授の武藤康史さん、神奈川大学教授の内田青蔵さん、法政大学名誉教授の馬場憲一さん

申 9月27日(金)(消印有効)までに往復はがきで必要事項(11面参照)・受講動機を「〒181-0013下連雀2-12-27山本有三記念館」へ(申込多数の場合は抽選)

問 同記念館 ☎42-6233

紅茶入門

—秋の夜長を楽しむティータイム—

会 (公財)三鷹市スポーツと文化財団

日 10月16日～30日の毎週水曜日 午後2時～4時(全3回)

人 16歳以上の方20人

所 生涯学習センター

講 Cha Tea紅茶教室の鈴木多麻江さん

料 3,000円(3回分、試飲付き)

申 9月1日(日)～10月1日(火)(必着)に往復はがきまたはインターネットで必要事項(11面参照)・この講座を何で知ったかを「〒181-0004新川6-37-1生涯学習センター」・[HP](https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/)https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/ (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)

問 同センター ☎49-2521