

雀サロン=17日(火)、④しんなかサロン=19日(木)、⑤よってらっしやい・にしみたか=23日(月)、いずれも午後1時30分～3時30分

所各コミュニティセンター(①牟礼、②三鷹駅前、③連雀、④新川中原、⑤井口) 申当日会場へ 問地域福祉課☎内線2662

山本有三記念館 アフタヌーン・ミニコンサート

出演は、みたかジュニア・オーケストラのみなさん。

日12月8日(日)午後3時～3時30分

所同記念館

¥入館料(300円)

申当日会場へ

問同記念館☎42-6233

多世代交流イベント「いご入門」

日12月13日(金)午後3時～4時50分

所東多世代交流センター

講「囲碁くらぶ」のみなさん

申当日会場へ

問同センター☎44-2150

みんなでつながる「老い支度」

「老い」に関する学習と介護予防体操。

日12月17日(火)午前10時～11時30分

所山中地区公会堂

物動きやすい服装、タオル、飲み物

申当日会場へ

問連雀地域包括支援センター☎40-2635

①介護者カフェ

②～④介護者ひろば

日所①12月18日(水)午後1時30分～3時30分=星と風のカフェ(下連雀3-8-13)、

②19日(木)午後1時30分～3時30分=高齢者センターけやき苑(深大寺2-29-13)、

③20日(金)午前10時～正午=特別養護老人ホーム恵比寿苑(牟礼1-9-20)、

④25日(水)午前10時～正午=ピアいのかしら(井

の頭2-13-6)

¥①100円

申当日会場へ

問三鷹市社会福祉協議会☎79-3505

お買い物を楽しめる定期市

日12月21日(土)

申いずれも当日会場へ

◆あおやぎ市

所青柳商店会

日午前11時～午後2時

所セブン-イレブン三鷹新川一丁目店前、

同商店会参加店各店舗(新川1-11周辺)

問三鷹新川一郵便局☎43-9973

◆消研だいいち

所消研大通り商店会(中原3-11周辺)

日時間は各店舗の営業時間

問元気ひろば おれんじ☎76-5940

認知症介護者談話室

日12月24日(火)午後1時～3時

人介護者、介護経験者(認知症ではない

方の介護者も参加できます)

所みたかボランティアセンター

申当日会場へ

問三鷹市社会福祉協議会☎79-3505

冬季「野川・生きもの観察会」

所野川流域連絡会

日令和2年1月19日(日)午前10時～正午

(雨天中止)

人40人(小学3年生以下は保護者同伴)

所野川公園自然観察センター前集合

¥高校生以上100円(保険料)

申12月20日(金)(必着)までに参加者全員の

必要事項(11面参照)を「〒183-0006

府中市緑町1-27-1東京都北多摩南部建

設事務所工事第二課」・FAX 042-369-

3890へ(申込多数の場合は抽選)

問同事務所☎042-330-1845



剣道の教室・講習会

所東京都、(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会

日①ジュニア剣道教室(強化稽古)=12

月7日(土)・8日(日)・15日(日)・21日(土)・22

日(日)・28日(土)、いずれも午前9時～11時

30分(8日は午後3時～5時30分、21日

は午後6時～8時30分。全6回)、②シニ

ア剣道指導講習会=令和2年1月8・15・

29日の水曜日午前10時～正午

人①市内の小・中学生、②在勤を含む

60歳以上の市民

所SUBARU総合スポーツセンター

申問三鷹市剣道連盟(馬庭)☎090-3803-

3638へ(日中のみ。初回のみ申込)

第16回「三鷹ウエスト祭り」

ボックスホッケー、クッブ、ガガなど

のニュースポーツを体験。

所三鷹ウエストスポーツクラブ

日12月8日(日)午前9時～午後3時

所羽沢小

申当日会場へ

問同クラブ(中野)☎090-3697-7585

連コミススポーツ塾 パドルテニス

所連雀地区住民協議会

日12月14日(土)午後1時～4時

所連雀コミュニティセンター

申当日会場へ

問同センター☎45-5100

カワハギ釣り大会

所三鷹市釣魚連盟

日12月15日(日)午前5時30分市役所前ま

たは三鷹駅南口集合～午後5時30分市役

所前または三鷹駅南口解散(雨天決行)

人在学・在勤を含む18歳以上の市民お

よび同連盟会員25人

所神奈川県平塚市

¥13,000円(乗船料、氷・餌代、保険料

を含む)

物さお(2m前後、25～30号負荷程度。

貸しさおあり)、おもり25・30号、仕掛け、餌(アサリのむき身は船宿で用意)、帽子、濡れてもよい履物、雨具、防寒具、昼食、15ℓ程度のクーラーボックス、飲み物、酔い止め

申問12月2日(月)午前9時～10日(火)に必要事項(11面参照)・貸しさおの有無を同連盟(好野)☎090-1129-8190(午後10時まで)・✉yoshino@ci.kagu.tus.ac.jpへ(先着制)

ダンス体操

所東部地区住民協議会

日12月15日(日)午前10時30分～正午

人30人

所牟礼コミュニティセンター

講介護士で現役ダンサーのTOMOさん

物タオル

申問12月1日(日)から直接または電話で

同センター☎49-3441へ(先着制)

初心者向けフラ教室

所三鷹市ベッセルスポーツクラブ

日令和2年1月7日～2月4日の毎週火曜

日午後1時～3時(全5回)

人在学・在勤を含む市民35人

所SUBARU総合スポーツセンター

¥2,500円

物筆記用具

申問田口☎47-7335・✉hula.lokahi.

b@gmail.comへ(先着制)

弓道およびアーチェリーの

技量認定会

令和2年3月開館予定の三鷹市弓道場、アーチェリー場を個人利用する方は、技量認定会での技量確認が必要です。

日①アーチェリー技量認定会=2年1月

11・25日、2月8・22日、いずれも土曜

日午後1時～4時、②弓道技量認定会=1

月18日(土)午後1時～4時、2月1・15日、

3月7日の土曜日正午～午後3時

人高校生相当年齢以上の方

所旧第二体育館和洋弓場

申①三鷹市アーチェリー協会ホームページ

HPhttps://mitaka-aa.wixsite.com/

homeへ、②12月27日(金)までに元気創造プラザ講座申込システムHPhttps://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/へ

シニアのための卓球教室

所東京都、(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会

日令和2年1月12日(日)午後1時30分～4時30分

人在勤を含む60歳以上の市民および三鷹市卓球連盟登録者

所SUBARU総合スポーツセンター

物ラケット(あればラージ用も)、室内履き

申12月20日(金)までに必要事項(11面参

照)、初心者・初級・中級以上の別を同

連盟(鍵山)FAX 48-4167へ

問同連盟(鍵山)☎48-4167



ホームスタートを知ろう

「子育て支援ボランティア養成講座説明会」

所NPO法人子育てコンビニ、三鷹市社会福祉協議会

日12月13日(金)午前10時30分～正午

人在育経験のある方30人

所みたかボランティアセンター

申問同法人☎・FAX 41-7021・✉h-start

@kosodate.or.jpへ(先着制)

社会教育委員研修会 「日本の伝統文化 能の世界を楽しむ一舞を見て謡(うたい)を体験しよう」

日12月14日(土)午後3時～4時30分(2時

40分開場)

人380人

所三鷹市公会堂光のホール

講能楽師の青木一郎さん

申当日会場へ(先着制)

問生涯学習課☎内線2922

川上郷 自然の村 〒384-1406 長野県南佐久郡川上村大字原591番地362 ☎0267-97-3206 FAX 0267-97-3207 HPhttp://www.sizennomura.jp/ JRをご利用の方は、最寄駅(信濃川上駅)まで車で送迎します。宿泊申込の際にご予約ください。

◆宿泊申し込みの受け付けを再開しました 川上郷自然の村は、台風19号の被害により一時休館していましたが、12月1日(日)以降の宿泊申し込みの受け付けを再開しました。なお、被害を受けた体育館と屋外施設(グラウンド、キャンプ場、フィールドアスレチックなど)は、当面の間、利用できない状況となっています。ご理解をお願いします。 ◆リフト券付き「わくわくスキープラン」受け付け中 川上郷自然の村での宿泊と、近隣の小海リエックス・スキーバレーまたはシャトレゼスキーリゾートハケ岳の1日リフト券がセットになったお得なプランです。販売数に限りがありますので、お早めにお申し込みください。 ◇1泊2日(朝・夕食付き) 1日リフト券1枚セット6,050円から(2,350円で1枚追加購入可) ◇2泊3日(朝・夕食付き) 1日リフト券1枚セット9,800円から(1枚2,350円で2枚まで追加購入可) ◆宿泊のお申し込みは簡単です! 宿泊希望日の3日前までに同施設へ電話(午前8時30分～午後7時30分)・ファクス・インターネットでお申し込みください。令和2年3月分の団体(15人以上)の優先申し込みは、12月15日(日)から受け付けます。 ¥大人3,700円から、小学生2,500円から(1泊2食付き) ※12月10日(火)までは割引料金、12月29日(日)～2年1月3日(金)は繁忙期料金の適用あり(大人200円・小学生100円の割引・加算)。

三鷹市のスポーツ団体とスポーツ推進委員が 文部科学大臣賞を受賞されました 問 スポーツ推進課☎内線2931 長年の三鷹市でのスポーツ推進活動が認められ、文部科学省より、三鷹市水泳連盟が生涯スポーツ優良団体表彰を、三鷹市スポーツ推進委員協議会会長の岡田真由美さんがスポーツ推進委員功労者表彰を受賞されました。