

生涯学習自主グループ対象の 保育サービス

保育

子育て中の方がグループ活動を行っている間の一時保育を提供します。
日 6月1日(月)～令和3年2月28日(日)
人 コミュニティの創生に関する地域の課題について主体的な学習を行う自主グループ2団体。保育は1歳～未就学児、1グループ5人(1歳児は2人)まで
所 子ども発達支援センター
申 3月2日(月)～4月8日(水)に必要書類を生生涯学習課(第二庁舎2階)へ(申込多数の場合は抽選)
問 同課 ☎内線2922

高齢者

「高齢者等紙おむつ代助成金」の 交付申請を受け付けます

人 同助成金の認定を受け、令和元年11月～2年2月入院分の紙おむつ代の支払いをした方
申 3月31日(火)(必着)までに交付申請書、医療機関が発行した紙おむつ代の領収書(コピー可)を直接または郵送で「〒181-8555 高齢者支援課」(市役所1階12番窓口)へ
問 同課 ☎内線2625

三鷹いきいきプラスiPad無料体験会

基本操作を体験。機器は貸し出します。
日 3月17日(火)・19日(木)午前10時～正午(全2回)
人 おおむね55歳以上の市民でiPad初心者または未経験者10人
所 三鷹産業プラザ
申 問 3月2日(月)以降の月・水・金曜日午前10時～午後4時に同会事務局 ☎70-5753へ(先着制)

こもれび ほっと・サークル 「ハンドベル、トーンチャイムを 楽しみましょう」

日 4月～令和3年3月の毎月第1・3木曜日午前10時～11時45分
人 おおむね65歳以上の市民
所 みたかボランティアセンター
講 音楽療法士の酒井比奈子さん
料 ¥1回500円(茶菓代を含む)
申 往復はがきが必要事項(11面参照)を「〒181-0012上連雀9-10-21NPO法人

こもれび事務局)へ
問 同事務局 ☎42-4471

障がいのある方

令和2年度福祉タクシー券の 郵送依頼を受け付け中

年間交付額は4月請求の場合、慢性腎不全の方は48,000円分、自動車等燃料費助成併給者は12,000円分、そのほかの方は30,000円分です(請求月により異なる)。
人 身体障害者手帳(下肢・体幹機能障がい1～3級、視覚・内部障がい1級)、愛の手帳(1度)をお持ちで、交付対象者として登録済みの方(所得制限あり)
※年度途中での自動車等燃料費助成制度への変更・併用はできません。変更・併用を希望する場合は、3月中に届け出てください。
申 問 直接または電話で障がい者支援課(市役所1階14番窓口) ☎内線2617へ
※4月初旬に発送予定。窓口での交付を希望する方は、4月1日(水)から同課へ。

催し

地域ケアネットワークの催し

日 ①ふれあいサロン・井の頭=3月3日(火)、②ひだまりサロン・東部=4日(水)、③連雀サロン=17日(火)、④駅前 風のサロン=19日(木)、⑤よってらっしゃい・にしみたか=23日(月)、⑥しんなかサロン=26日(木)、⑦サロンおおさわ=27日(金)、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井の頭、②牟礼、③連雀、④三鷹駅前、⑤井口、⑥新川中原、⑦大沢)
申 当日会場へ
問 地域福祉課 ☎内線2662

囲碁入門(多世代交流イベント)

日 3月6日(金)午後3時～4時50分
所 東多世代交流センター
申 当日会場へ
問 同センター ☎44-2150

連雀コミュニティセンターの催し

日 連雀地区住民協議会

日 ①スプリングコンサート=3月8日(日)午後2時から、②女声合唱ふじ「春のコンサート」=16日(月)午後2時～4時(いずれも1時30分開場)
人 在学・在勤を含む市民①30人、②50人
申 当日会場へ(先着制)
問 同センター ☎45-5100

だれでもランチカフェ

日 NPO法人みたか市民協働ネットワーク
日 3月14日(土)午前11時～午後2時
所 市民協働センター
物 昼食
申 当日会場へ
問 同センター ☎46-0048

三鷹市断酒会 創立40周年記念大会

日 3月15日(日)①体験談発表=午後1時～2時20分、②記念講演「私と依存症とのかわり」=2時30分～4時
所 三鷹市公会堂光のホール
講 ②原宿カウンセリングセンター所長の信田さよ子さん
料 ¥100円
申 問 同会(長本) ☎090-3802-3835へ

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験。
日 3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 ②③介護者ひろば

日 所 ①3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)、③25日(水)午前10時～正午=ピアいのかしら(井の頭2-13-6)
人 介護者、介護経験者
料 ¥①100円
申 当日会場へ
問 三鷹市社会福祉協議会 ☎79-3505

認知症介護者談話室

日 3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

君が笑えば ケアラーズカフェ

介護の不安や悩みを語り合うつなが

りの場です。
日 三鷹駅周辺地域包括支援センター
日 3月26日、5月28日、7月30日、9月24日、11月26日、令和3年1月28日、3月25日、いずれも木曜日午後2時～3時30分
人 在勤を含む市民
所 三鷹駅前コミュニティセンター
申 当日会場へ
問 三鷹駅周辺地域包括支援センター ☎76-4500

スポーツ

春の合気道初心者教室

日 三鷹市合気道連盟
日 3月14日～4月11日の毎週土曜日午後1時～1時50分(全5回)
人 在園・在学・在勤を含む4歳以上の市民20人程度
所 合気道新川塾(新川6-26-4)
物 飲み物、タオル
申 必要事項(11面参照)を同連盟 ☎oya ko@aikido-shinkawaclub.jpへ(先着制)
問 同連盟(田端) ☎090-9329-2257

ソフトテニスの講習会・大会

日 三鷹市ソフトテニス連盟
日 ①市民講習会=3月15日(日)午前10時30分～午後3時30分(予備日3月22日(日))、②春季大会=4月12日(日)午前8時30分～午後5時(予備日4月19日(日))
人 ①在学・在勤を含む小学生以上の市民60人、②在学・在勤を含む市民および同連盟登録者100人(学連登録者を除く)
所 大沢総合グラウンド
料 ¥①300円、小・中学生200円、②600円
物 ラケット(①はレンタルあり)、ウェア、テニスシューズ、②帽子
申 ①当日会場へ、②3月20日(金)祝午後5時までにペアを揃えて同連盟 ☎info@mtksta.comへ、同連盟登録者は各連盟理事へ(いずれも先着制)
問 同連盟①鈴木 ☎79-0809、②石井 ☎090-3002-1325

東京2020オリンピック自転車競技 ロードレース 三鷹市地域説明会

大会概要や交通規制による影響など。
日 3月29日(日)午前10時～11時30分
所 七中
申 当日会場へ
問 スポーツ推進課 ☎内線2931

「ほねつぎ健康倶楽部」に参加して 健康寿命を延ばしませんか

下記の施術所で少人数制の転倒予防講座を開催しています。
人 65歳以上の市民 物 運動できる服装、タオル、飲み物
申 問 日曜日・祝日を除く午前9時～午後0時30分に、しばた整骨院 ☎47-8580へ(先着制)

開催場所	曜日・時間	定員
武蔵中央接骨院(下連雀3-42-6)	水曜日・午後1時～2時	5人
南浦整骨院(下連雀6-18-7)	木曜日・午後1時～2時	3人
たかはし接骨院(牟礼1-8-7)	水曜日・午後1時～2時	3人
三鷹台整骨院(牟礼2-11-16)	水曜日・午後1時～2時	3人
さかい接骨院(井の頭3-28-11)	土曜日・午前9時30分～10時30分	2人
和田接骨院(中原1-28-1)	水曜日・午後0時30分～1時30分	3人
新川鍼灸整骨院(新川5-9-7)	土曜日・午後1時30分～2時30分	3人
しばた整骨院(新川6-36-37)	水曜日・午後1時～2時	5人
三鷹養生堂接骨院(井口5-1-4)	水曜日・午後1時～2時	3人

三鷹相撲クラブの池田さんが片男波部屋に入門!

問 スポーツ推進課 ☎内線2932

小学6年生から三鷹相撲クラブに所属し、SUBARU総合スポーツセンターの相撲場で稽古を重ねてきた池田昂司さん(中学3年生)が、大相撲の片男波部屋に入門することが決まりました。身長183cm・体重110kgの恵まれた体格で好成績を収めてきた池田さんは、2月13日に片男波親方(元関脇・玉春日)とともに三鷹市を表敬訪問し、中学生とは思えないほどの落ち着きぶりで、今後の活躍に向けた決意を語ってくれました。



左から片男波親方、池田さん、
和田三鷹市相撲連盟会長

- ◆主な戦歴(中学3年生時)
 - ・東京都中学生体重別相撲選手権大会 重量級 優勝
 - ・東京都中学校学年別相撲大会 第5位(ベスト8)