市指定のごみ袋に掲載する広告を募集しています

問ごみ対策課☎内線2534

◆市ホームページにも無料で広告を掲載できます

市指定のごみ袋は市内全域で日常的に使用され、多くの方の目に触れる有効な広告媒体です。ごみ袋への広告を申し込みいただくと、市ホームページのトップページにも5カ月間無料でバナー広告を掲載できます（いずれも広告掲載は10月以降）。

申4月6日㈪～30日㈭に同課☎内線2534へ

※ごみ袋本体の広告は表面中央部に掲載され、色は紺色の1色刷りです。

※外袋の広告は裏面に掲載され、白地に1色刷りです（色は選べます。）

作製枚数と広告掲載料

ごみ袋の種類		規格	作製枚数	広告掲載料
S（10ℓ）袋	ごみ袋本体	12×16㎝	120万枚	30万円
	外袋	14×12㎝	12万枚	3万円
M（20ℓ）袋	ごみ袋本体	15×20㎝	120万枚	36万円
	外袋	17×14㎝	12万枚	3.6万円
L（40ℓ）袋	ごみ袋本体	17×24㎝	75万枚	30万円
	外袋	21×17㎝	7.5万枚	3万円

市民活動 みんなの掲示板

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
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。

申HP https://www.city.mitaka.lg.jp/または FAX76-2490へ
問広報メディア課☎内線2129

※掲載依頼をされた方に編集業務委託事業者（㈱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。

5月3日発行号
原稿締切日 4月7日㈫
5月17日発行号
原稿締切日 4月17日㈮
いずれも午後5時まで

新型コロナウイルスの影響による開催中止にご注意ください

主催者の判断により、催しが延期・中止となる場合があります。事前申込不要のものについても、各催しの問または市ホームページで事前にご確認ください。

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！

主つながりのはじめまして日毎週日曜日午前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）申当日会場へ問同会☎080-3356-5617・HPhttps://www.enchante-mitaka.tokyo/

みたか・みんなの広場の催し

日①高齢者おしゃべりサロン＝毎週火～土曜日午後3時～5時、②ノルディックウオーク友の会＝毎週土曜日午前10時から、③般若心経カフェ＝4月11日㈯午後1時30分～3時、④タロット占い・占い＆指導＝18日㈯午後1時30分～3時、⑤パソコン個人指導＝時間応相談所①③④⑤同会（下連雀4-5-19みたかの家内）、②井の頭公園西園¥①200円、③500円、④1,000円、⑤応相談申問なりきよ☎080-1362-5359

元気ひろば おれんじの催し

日①腸活教室＝4月8日㈬午前10時～11時30分、②大人のアトリエ＝17日㈮午後1時～2時30分、③キッズアンガーマネジメント＝18日㈯午後1時～2時所同会（中原3-1-65）¥①2,000円、②1,000円、③1,200円申問同会☎76-5940

ヨガの体験をしましょう

主のびのびティータイムヨガ日4月10・17日の金曜日午前10時30分～正午所連雀コミュニティセンター¥500円（1回）申問増田☎46-3196

みたかふれあいサロンの催し

日①タブレット講座「写真の整理、編集、メールで写真を送る」＝毎月第2金曜日午後1時15分～2時45分、②カルチャー講座―楽しい俳句＝4月23日㈭午前10時～正午所三鷹産業プラザ¥①2,000円（1回）、②500円申問①NPO法人シニアSOHO普及サロン三鷹☎40-2663、②当日会場へ

第1回みたか展

主ぎゃらりー由芽日4月11日㈯～26日㈰正午～午後7時（最終日は5時まで）所同画廊、ぎゃらりー由芽のつづき申期間中会場へ問同画廊☎47-5241（木曜日休み）

建築無料相談会（設計、改修、空き家利活用〈紛争相談は不可〉）

主東京建築士会多摩ブロック南部支部三鷹部会日4月19日、5月17日の日曜日午前10時～正午、午後1時～3時（1組40分程度）所三鷹産業プラザ申問開催日の1週間前までに必要事項（11面参照）・相談内容を倉澤FAX26-9542・✉kurarc@xd6.so-net.ne.jp（当日参加も可）

笑う呼吸法 ラフター（笑）ヨガ

主東京三鷹の森わっはは楽楽（わいわい）日4月19・26日の日曜日午前10時40分～正午所連雀コミュニティセンター¥500円（1回）申問ハラ☎090-3902-9691・FAX44-7772（初回のみ申込）

子育てコンビニひろば

主NPO法人子育てコンビニ日4月20日㈪午前10時～11時30分所元気ひろば おれんじ（中原3-1-65）申同法人✉kosodatenet@mitaka.ne.jp問同法人☎41-7021

親善大会

主三鷹市家庭婦人バレーボール連盟日4月25日㈯午前9時～午後5時所SUBARU総合スポーツセンター¥1チーム3,000円申問4月15日㈬までに志藤☎042-338-3750

第186回太宰治の足跡案内

主みたか観光ガイド協会日所4月26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申当日集合場所へ問こやの☎44-0981

第57回三鷹雑学大学講義 古代エジプト文明 ピラミッド神殿遺跡を巡る

日4月26日㈰午前10時～正午所消費者活動センター申当日会場へ問近藤☎48-1490

「みたか街かど自立センター」ガレージセール

日4月28日㈫午後0時30分～2時所同センター（上連雀4-1-8）申当日会場へ◆物品提供は春物衣類と新品の食器やタオルのみ。セール当日を除く平日午前9時～午後5時に受付問同センター☎48-0648

ザックバラーンに話そう会・カフェ

主21世紀はあなたが主役日4月28日㈫午後1時30分～3時30分所女性交流室（下連雀3-30-12中央通りタウンプラザ）¥300円（茶菓代を含む）申当日会場へ問モリ☎090-8625-2063

NPOテニスレッスン

主NPO法人テニスネットワーク日5月7日～6月25日の毎週木曜日午前9時～11時、午後1時～3時所大沢総合グラウンドテニスコート¥2,000円（1回）申同法人HPhttps://tennis-net.jp/問同法人（菊地）☎03-5314-3737

会員募集

写遊どんぐり（写真）

日偶数月の第2火曜日午後2時～5時所市内¥入会金3,000円、月額1,000円申問木口☎090-2206-0574

「はがきで文字遊び」の会

日毎月第2土曜日午後1時30分～3時30分所三鷹駅前コミュニティセンターほか¥月額2,000円申問小山☎090-8501-3528・FAX042-541-3488

健康キーボード（中高年ピアノ初心者）の会

日毎月第1・3火曜日午前10時30分～11時30分所三鷹市公会堂さんさん館¥月額3,000円申問安田☎090-4295-5867

かたくりの会（かな文字書道）

日毎月第2・4木曜日午後1時30分～3時30分所生涯学習センター¥入会金500円、月額1,700円申問千葉☎・FAX49-4481

吟詠耀（わらべうたと詩吟）

日毎月第1～3水曜日午後7時30分～9時・毎月第1～3土曜日午後1時30分～4時所大沢地区公会堂¥月額2,000円申問宮川☎31-6048

3B体操（ストレッチ、筋トレなど健康体操）

日毎週水曜日午前10時15分～11時45分所三鷹駅前コミュニティセンター¥入会金1,000円、月額3,000円申問桑原☎090-3512-1540・FAX042-587-6338

五月会（カラオケ）

日毎月第2・4月曜日午後7時45分～9時45分所牟礼地区公会堂¥入会金1,000円、月額3,000円申問西田☎45-2624

NPO法人鷹ロコ・ネットワーク大楽（チアダンスキッズクラス）

日毎週火・水曜日午後3時～4時（小学生は5時まで）人未就学児～小学1年生所三鷹駅前コミュニティセンター、連雀コミュニティセンター¥月額4,000円申問同法人（林田）☎24-7500・FAX24-7070

三鷹絵画の会

日毎月第1・3日曜日午前9時～正午所上連雀地区公会堂申問山田☎・FAX41-6585

ヨガ部（三鷹市ベッセルスポーツクラブ）

日毎週金曜日午後3時～5時所SUBARU総合スポーツセンター¥入会金1,000円、月額1,000円（別途1回300円）申問鈴木☎090-1506-0203

いきいき太極拳Bグループ

日毎月3回木曜日午後2時45分～4時15分所福祉センター¥月額1,500円申問本木☎45-0510

ヨガサークル「フレッシュヨガ」

日毎週水曜日午前10時30分～正午所新川中原コミュニティセンター¥月額4,000円（月4回開催時）申問大岡☎・FAX46-4947・✉fresh_yoga_mitaka@yahoo.co.jp

パォォーン（親子のためのリトミック）

日毎月3回水曜日午前10時30分～11時15分人1～2歳のお子さんと保護者所連雀コミュニティセンター¥月額2,000円申問藤本✉fujimoto.ritopi@gmail.com

アリスみたか学習会

主アリスみたか（三鷹市ひとり親家庭福祉会）日毎週火曜日午後6時～9時人小学4年生～高校3年生所連雀コミュニティセンター¥月額2,000円申ふるたに✉paamandayo@yahoo.co.jp問ふるたに☎090-4713-5210

三鷹キッズアートフォーラム（子ども工作）

日毎月第2・4日曜日午後2時～3時30分人小学生所三鷹駅前コミュニティセンター¥1回1,500円申問檀上☎44-5979

こでまり（フォークダンス）

日毎月第2・4火曜日午後1時30分～4時所井の頭コミュニティセンター¥月額600円申問畑☎46-1086

鷹の子ママの子育て会（子育て心理学）

日毎月第2・4火曜日午前10時～正午所三鷹駅前コミュニティセンター、消費者活動センターほか¥1回500円申問小林☎090-4814-8787

伝言板

武蔵野の森公園 健幸ウオーキング教室―効果的な運動強度を知ろう

日4月25日㈯午前10時～11時30分（雨天時は26日㈰に順延）人40人所同公園¥50円申問直接または電話で同公園サービスセンター（林）☎042-365-8435（先着制。午前9時～午後5時）

ICUオルガン演奏会

主ICU宗教音楽センター日5月9日㈯午後3時から所同大学礼拝堂¥1,800円（前売券1,700円、小・中学生1,000円）申当日会場へ。詳しくは同センターHPhttp://subsites.icu.ac.jp/smc/へ（未就学児は入場不可）問同センター☎33-3330

わがまちジャーナル4月号

地上11chで放送中

日4月16日㈭まで
琵琶演奏家
ジョセフ・ピアースさん
日4月17日㈮～30日㈭
アンコールアワー
お茶に学ぶおもてなしの心

むさしのみたか市民テレビ局
☎・FAX79-1434