

検索 **三鷹市**



Official video channel of Mitaka City 三鷹市公式動画チャンネル

アクセスは
こちらから!!



「三鷹市公式動画チャンネル」をご存じですか。三鷹の歴史や文化、市政情報、暮らしの情報などをお伝えするさまざまな動画を制作し、無料動画共有サイト「YouTube(ユーチューブ)」で配信しています。最近では、自宅で過ごす時間を充実させるため、親子で楽しめる動画や運動不足を解消できる動画など、バラエティー豊富なラインアップが魅力です。まずは気軽にアクセスしてみてください。

4月以降に新たに配信した動画は100本以上! さあ、あなたはどれからご覧になりますか。

おすすめ動画

▶ パツと解決! お役立ち情報



🔍 スマホで簡単!
マイナンバーカードの作り方

▶ 三鷹の魅力発見



🔍 三鷹歴史文化財展示室
「みたかえる」のご案内

▶ 休館中のジブリ美術館は?



🔍 三鷹の森ジブリ美術館
休館中特別企画 動画日誌

▶ 小さなお子さん向け



🔍 親子で楽しむチョコっとひとこま
「音をあてよう はたらくのりもの」

▶ お子さんと一緒に



🔍 おうちごはんを応援!
子どもと作ろうサンドイッチ

▶ 夏休みの小・中学生に



🔍 学校の先生が作った学習動画

▶ 健康になろう!



🔍 1分でする!
肩こり予防ストレッチ

▶ オリジナル絵本の読み聞かせ



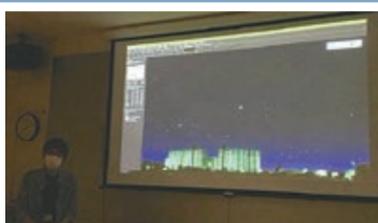
🔍 『この星に生まれて』鈴木貴博

YouTubeにログインして、
「チャンネル登録」ボタンを押すと、
更新情報を受け取ることができるので、
新着動画の見落としが防げます。

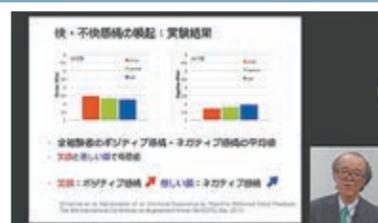
チャンネル登録



三鷹ネットワーク大学でも
動画による講座を
配信しています



▶ 毎月更新 みたか星空散歩



▶ 著名人による教養文化講座

毎月4本
無料配信。
動画は毎月
月初めに更新

『三鷹市自治体経営白書2020』を発行しました

創造的な
自治体経営
を目指して

自治体経営白書は、1年間の市政の取り組みを明らかにするために毎年発行し、今回で19年目となります。令和元年度は、『第4次三鷹市基本計画』の第2次改定とともに、『三鷹市都市経営アクションプラン2022』を策定しました。今回の白書ではそれらに基づく各施策・事業の達成状況などを掲載しています。同白書の発行により、行政の透明性を高めるとともに、市民のみなさんと情報を共有し、市民参加と協働のまちづくりを進め「創造的な自治体経営」の確立を目指します。

☎企画経営課 ☎内線2150

『三鷹市自治体経営白書2020』の構成と特徴

第1章 第4次三鷹市基本計画(第2次改定)に基づく取り組み

◆目標指標の達成状況/主要事業の取り組み状況

第4次基本計画で設定した34施策に定められた「目標指標」全68件の達成状況や、各施策の主要事業の取り組み状況を掲載しています。

◆まち・ひと・しごと創生総合戦略 基本目標の達成状況

第4次基本計画に含める形で策定した『三鷹市まち・ひと・しごと創生総合戦略』において設定している下記の三つの基本目標について、施策の方向や進捗状況を掲載しています。

- ・地域ぐるみで子どもの個性を尊重し、成長を支えるまちづくり
- ・市民がともに支え合い、健康で心ゆたかに生きがいを持って活躍できるまちづくり
- ・地域の特色を活かした持続可能で魅力あるまちづくり

第2章 行財政改革などの取り組み

『三鷹市都市経営アクションプラン2022』では、まち全体の活性化を通して魅力や価値を高めながら恒常的な税収増を図るなど、「都市経営」の視点に立った行財政改革を推進することとしています。

本章では、元年度に進捗のあった主な取り組みについて掲載しています。

同白書へのご意見をお寄せください

白書は相談・情報課(市役所2階)、市政窓口、市民協働センターで公開・配布しているほか、市立図書館、コミュニティセンターでも閲覧できます。

元年度の事業の取り組みや評価内容について、みなさんのご意見をお寄せください。いただいたご意見は、今後の事業執行や3年度の予算編成などの参考にします。

※電子書籍版「みたかe-bookポータル」[HP](https://mitaka-e-book.actibookone.com/) <https://mitaka-e-book.actibookone.com/>でも公開しています。

☎同課 ☎内線2150 ・ ☎FAX 29-9279 ・ ✉ ki-kaku@city.mitaka.lg.jpへ

三鷹市プレミアム付商品券 取扱店舗の募集



9月4日(金)
まで

☎生活経済課 ☎内線2544

新型コロナウイルスの感染拡大により影響を受けた市民生活を経済的に支援するとともに、市内商業の活性化を図るため、10月1日(木)からプレミアム付商品券を販売します。

この商品券を多くの店舗で使用できるよう、取扱店舗を募集しています。店舗一覧を含めた同商品券の詳細は、9月下旬発行予定の広報みたか特集号でお知らせします。

募集対象 原則市内に店舗や事業所がある方

◆取扱店舗説明会を開催します

☎8月25日(火)・26日(水)午後2時から、4時から、7時から

☎所 三鷹商工会館(下連雀3-37-15)

☎申 同会 ☎49-3111へ



プレミアム付商品券の概要

◆販売期間 **デジタル商品券**：10月1日～令和3年2月15日(月)

紙商品券：10月1日～30日(金)

※いずれも無くなり次第終了。

◆使用期間 10月1日～3年2月28日(日)

☎申 9月4日(金)までに直接またはファクスで申込書(同会ホームページ [HP](https://www.mitaka-s.jp) <https://www.mitaka-s.jp>で入手)を同会(下連雀3-37-15) ☎FAX 49-3184へ

令和3年度 保育園一斉入園手続きは 郵送で受け付けます

ご注意
ください!

☎子ども育成課 ☎内線2732

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、提出方法を対面から郵送に変更することに伴い、受付期間を変更します。入園案内は10月1日(木)に発行予定です。

◆郵送受付期間 **10月2日(金)～11月10日(火)(予定)**

※ケアプラス保育の受け付けについては、市ホームページをご覧ください。

一時保育の新規登録・更新を郵送でも受け付けます

☎のびのびひろば ☎40-2926

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、対面でのみ受け付けていた一時保育とトワイライトステイの新規登録・更新手続きを、9月から試行的に郵送でも受け付けます。希望する方は同ひろばへお電話ください。

新型コロナウイルス感染症の影響 を受ける事業者への補助金

☎生活経済課 ☎内線2543

①三鷹市コロナに負けない環境づくり補助金



事務所や店舗の衛生環境整備を支援するため、空気清浄機の設置などにかかる経費の一部を補助します。

◆対象経費

設備工事費、備品購入費、販売促進費、委託費、備品リース費

◆補助金額

対象経費の3分の2(上限10万円)

◆補助対象期間

令和2年2月1日～3年3月31日(木)に契約から支払いをした経費



三鷹商工会「三鷹感染拡大防止店舗マップ」への 登録をご検討ください

登録すると、安心して利用してもらうための店舗ごとの具体的な取り組みがマップ(右記二次元コード)で紹介されるとともに、ステッカーが配布されます。



※東京都の「感染防止徹底宣言ステッカー」の取得が条件です。

②三鷹市創業者臨時応援補助金



創業して間もない市内の事業者へ、創業に要した経費の一部を補助します。

◆補助対象

創業日(開店など事業を開始した日)が2年3月1日～8月31日(月)の市内の中小企業者(フランチャイズ契約、すでに別の事業を営んでいる、2月以前に個人事業を営み3月以降に法人化した方を除く)

◆対象経費

事務所・店舗などの取得費、改装費、設備備品購入費、仲介手数料・礼金、家賃(3カ月分以内)、広告宣伝費、専門家指導費

◆補助金額

対象経費の2分の1(上限20万円)

◆補助対象期間

創業日前2カ月～創業日後3カ月に契約から支払いをした経費

☎申 ①11月30日(月)、②12月10日(木)(いずれも消印有効)までに必要書類を直接または簡易書留で「〒181-8555生活経済課」(第二庁舎2階)へ

リサイクルできない古紙は「燃やせるごみ」です

☎ごみ対策課☎内線2533

家庭から「古紙」として出された紙ごみは、紙卸問屋に搬入し、新聞紙、段ボール、雑紙(ざつがみ)に分けて、それぞれリサイクルしています。近年、紙の原料にならないものが、古紙として捨てられることが増えています。最近では特に、使用済みのマスクやティッシュペーパーの混入が多く見られます。

紙の原料にならない紙ごみが混ざると、リサイクルができません。有効かつ効率的なリサイクルのため、古紙の適正な分別とごみ出しにご協力ください。

◆これらは「燃やせるごみ」です

マスク、ティッシュペーパー、圧着はがき、汚れた紙(宅配ピザの箱など)

休日・夜間・緊急時の診療はこちらへ

☎総合保健センター☎46-3254

受診の際は、必ず健康保険証をお持ちください。

①休日診療所(内科・小児科)

午前10時～11時45分、午後1時～4時30分、
午後6時～9時30分

②小児初期救急平日準夜間診療所 (こども救急みたか)

午後7時30分～10時30分(受付は10時まで)

③休日歯科応急診療所

総合保健センター(新川6-37-1元気創造プラザ2階)
☎46-3234(当日電話連絡のうえ、診療時間内に来所)
午前10時～午後0時15分、午後1時30分～4時

④休日調剤薬局

三鷹市医薬品管理センター(上連雀7-4-8)
☎49-7766
午前10時～午後4時30分、午後6時～9時30分

⑤医療機関案内(24時間)

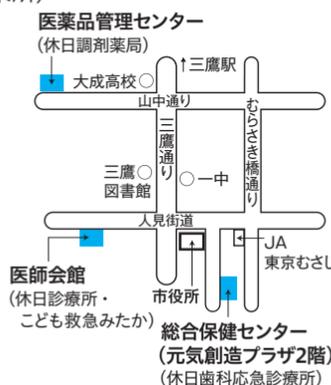
- ◆三鷹消防署 ☎47-0119
- ◆東京消防庁救急相談センター
短縮ダイヤル#7119(プッシュ回線のみ)
☎042-521-2323(多摩地区)
☎03-3212-2323(23区)
- ◆東京都医療機関・薬局案内サービス(ひまわり)
☎03-5272-0303 [HP https://www.himawari.metro.tokyo.jp/](https://www.himawari.metro.tokyo.jp/)

⑥市内救急指定病院

- ◆杏林大学医学部付属病院(新川6-20-2) ☎47-5511
- ◆野村病院(下連雀8-3-6) ☎47-4848
- ◆三鷹中央病院(上連雀5-23-10) ☎44-6161

①②はいずれも
三鷹市医師会館(野崎1-7-23)
ハイキューキュー
☎24-8199

①③④の受付は、
日曜日・祝日・年末年始です。



講座 多摩と三鷹の方言を学ぶ

☎生涯学習課☎内線2922

三鷹にも方言があったことをご存じですか。三鷹をはじめ、多摩地域で使われてきた話し言葉について、江戸言葉(江戸弁)など隣接地域との関係や、現在の若者言葉への影響など、その特徴と変化を楽しく学びます。

☎9月12日(土)午後1時30分～3時30分

☎30人

☎教育センター

☎国学院大学文学部教授の三井はるみさん

☎8月17日(月)午前9時から必要事項(7面参照)を

同課☎内線2922・✉shogai@city.mitaka.lg.jpへ(先着制)

※オンライン受講も可(詳しくは市ホームページをご覧ください)か、同課へお問い合わせください。



東京都シルバーパスの更新手続き

☎(一社)東京バス協会(シルバーパス専用電話) ☎03-5308-6950
(平日午前9時～午後5時)

9月30日(水)まで有効のシルバーパスをお持ちの方には、8月中旬に同協会から更新手続きの案内と負担金払込票が郵送されます。今年度は、新型コロナウイルス感染症対策のため、市役所やコミュニティセンターでは更新手続きを行いませんのでご注意ください。新しいシルバーパスの有効期間は、発行日から令和3年9月30日までです。

◆新しいシルバーパスの負担額をご確認ください

負担額によって、更新手続きの方法が異なります。同協会から送付する案内で、自分の負担額をご確認ください。

元年度と2年度の負担額が同じ場合

同封の払込票を使って、コンビニエンスストアでお支払いください。10月1日(木)から新しいシルバーパスを利用する方は、9月10日(木)までにお支払いください。

元年度と2年度の負担額が違う方、8月に新規購入した方

常設窓口(バスの営業所や案内所)で9月1日(火)以降に更新手続きを行ってください。持ち物など、詳しくは同協会の案内をご覧ください。

第70回

三鷹市市民体育祭 スポーツ大会

☎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、各競技団体
☎同協会☎43-2500(日・月曜日、祝日を除く)・[HP https://mitaka-taikyo.com/](https://mitaka-taikyo.com/)

新型コロナウイルスの感染拡大防止策を徹底し、規模を縮小して開催します。大会の開催に当たっては、(公財)日本スポーツ協会および競技別所管団体の新型コロナウイルス感染拡大予防ガイドラインと、施設ごとに定める使用ルールに沿って運営します。

◆開催する種目 野球、ソフトボール、サッカー(フットサル含む)、テニス、ソフトテニス、卓球(一般<団体戦シングルスのみ>)、バドミントン、バスケットボール(一般)、弓道、アーチェリー、ゲートボール、ゴルフ、ターゲットバードゴルフ、市民ハイキング(山岳連合会)

フットサル

☎9月5日(土) 壮年(40歳以上)、女子=午後0時30分～2時30分、一般=3時30分～5時30分

☎在学・在勤を含む15歳以上の市民で構成された4チームまたは個人(中学生不可)

☎SUBARU総合スポーツセンター

☎室内履き(靴底がアメ色か白色、無色)

☎三鷹市サッカー協会 [HP https://mitakafa.jp/](https://mitakafa.jp/)へ(先着制)



弓道

近似的競技(個人戦のみ)

☎9月20日(日)午前9時30分～午後4時30分(雨天決行)

☎在学・在勤を含む中学生以上の市民で、大学の弓道部員ではない有段者15人

☎SUBARU総合スポーツセンター弓道場

☎物 下足入れ

☎9月12日(土)までに必要事項(7面参照)・性別・段位・称号を三鷹市弓道連盟✉mitakakyudo@gmail.comへ(先着制)



バドミントン

☎9月21日(月・祝)午前9時～午後7時

☎在学・在勤を含む高校生以上の市民一般20組、初心者6組

☎SUBARU総合スポーツセンター

☎物 室内履き、ラケット、シャトル

☎ペアをそろえて必要事項(7面参照)を三鷹市バドミントン協会✉mitakabad.mba@gmail.comへ(先着制)



ソフトボール

☎9月21日～10月11日(日)の日曜日、祝日午前9時～午後5時(雨天順延。予備日は10月18日(日))

☎在学・在勤を含む16歳以上の市民(学連登録者を除く)で構成された20人以内のチーム

☎大沢総合グラウンド

☎物 運動靴(ゴムスパイクなど)、ユニホーム

☎8月31日(月)までに三鷹市ソフトボール連盟☎080-3407-7105へ



卓球

一般の部(団体戦シングルス)

☎9月22日(火・祝)午前9時～午後5時

☎在学・在勤を含む市民および三鷹市卓球連盟登録者

☎SUBARU総合スポーツセンター

☎¥200円

☎8月31日までに同連盟☎44-5750(午前9時～正午)へ。同連盟登録者は各クラブの理事へ。



◆開催を中止した種目 卓球(小・中学生の部)、バレーボール、陸上競技、水泳、剣道、柔道、空手、合気道、少林寺拳法、武術太極拳、なぎなた、インディアカ、ダンススポーツ、市民ハゼ釣り大会(釣魚連盟)

◆未定の種目 相撲、バスケットボール(中学)、ボウリング

※開催の可否については、変更となる場合があります。市または三鷹市体育協会のホームページをご確認ください。

募集センター・窓口センターなどで配布(三鷹駅前市政窓口は22日(土)・23日(日)午前9時～午後5時も配布。同公社ホームページHP https://www.to-kousya.or.jp/からも入手可)

8月28日(金)(必着)までに申込書を郵送 同公社募集センター ☎0570-010-810 (募集期間外は ☎03-3498-8894)

NPO 法人みたかハンディキャブの 運転ボランティア

26～73歳の普通自動車(第1種)運転免許所有者で、運転経験2年以上の方 ※福祉有償運送講習の受講が必要です。希望者が多ければ説明会、運転講習会を開催します。

同事務局 ☎41-0185・FAX 41-0274・ mcab3@jcom.zaq.ne.jp・HP https://www.mcab.jp/へ

レンタルデスク 「ミタカフェマイデスク」利用者

◆利用期間 令和3年3月31日まで

◆環境・設備 LAN回線、電源、ロッカー、メールボックス、机、椅子、袖机

◆ビジネスを始めようとしている方、創業間もない方6人

所 三鷹産業プラザ

月額14,840円

必要書類を「〒181-8525(株)まちづくり三鷹」・mitacafe@mitaka.ne.jpへ(先着制)

※詳しくは同社ホームページHP https://www.mitaka.ne.jp/へ。

同社 ☎40-9669

仕事・求人

市立保育園 月額職員

◆職種 ①保育士(短時間保育士)、②保育補助員(特例)、③給食調理員

◆資格 ①保育士(取得見込み可)

◆勤務期間 10月1日～令和3年3月31日

◆勤務場所 三鷹市立保育園(公設公営) ※勤務時間や報酬など、詳しくは募集要項(市ホームページ、子ども育成課(市役所4階45番窓口)で入手可)をご覧ください。

◆試験 9月16日(水)

※申込時に指定された課題を面接時に提出。結果は9月下旬に通知。

9月4日(金)午後5時までに勤務希望園へ電話連絡のうえ、履歴書(写真貼付)、①は資格証または資格取得見込証明書を各園へ

※勤務希望園が複数の場合は履歴書に記載し、第1希望の園に申し込む。 同課 ☎内線2732

(社)三鷹市社会福祉事業団 職員

◆職種 常勤ヘルパー(正職員)

◆資格 昭和50年4月2日以降生まれの介護福祉士

◆勤務時間 月～土のうち週5日38時間45分勤務

◆勤務場所 ヘルパーステーションはなかいどう

◆報酬(月額) 177,520円～189,840円(暫定調整手当を含む。昇給、賞与あり)、交通費支給

◆採用予定日 随時

同電話連絡のうえ、履歴書(写真貼付)、資格証の写しを直接または郵送で「〒181-0002牟礼6-12-30三鷹市社会福祉事業団」・☎44-5211へ

※詳しくは同事業団ホームページHP https://www.mitaka.or.jp/へ。

相談

総合オンブズマン相談(9月)

9月3・10・24日=片桐朝美さん(杏林大学准教授)、17日=中村一郎さん(弁護士)、いずれも木曜日午後1時30分～4時30分

所 相談・情報課(市役所2階)

同課 ☎内線2215へ

空き家と相続の無料個別相談会

管理・利活用方法・登記・相続・遺言などについて専門家が相談に応じます。空き家問題や法律を学べるDVD上映会も同時開催。

9月12日(土)午後1時30分～4時45分(1組30分)

空家家を所有・管理している、または相続予定の在学・在勤を含む市民12組

所 三鷹産業プラザ

NPO法人空家・空地管理センター ☎0120-336-366へ(午前9時～午後5時。先着制)

同都市計画課 ☎内線2812

※「市からののお知らせ」は7面からご覧ください。

三鷹俳句会 七月の秀句
ふつくらと眠る乳呑み児合歡の花 田山光起
ひと言の胸のつかへや髪洗ふ 根岸操
麦藁帽高く別れの合図とす 宮澤雅子
梅漬や瓶の草書は疵の文字 飯田六斗
富士塚をすっぱり隠す青葉闇 赤松羊子
アイロンの船先は巡る白きシャツ 加藤佑子
梅雨じめり研ぐ包丁の鉄匂ふ 佐々木彰子
古き絵馬快音起こす青嵐 根岸敏三
蛭狩鼻緒の紅の見え隠れ 大森敦夫
拉致さる娘抱きて黄泉へ星祭り 小林美代子
踏ん張って水面に笑窪水すまし 三矢恵啓

三鷹短歌会 七月の秀歌
ハリモグラ未だ知らざる珍獣が 遠藤昌枝
隊列組て数多で行進 今井輝己
鯉のぼり五月の風に元氣よく 樹々もざわめき色濃くなりぬ
購入の制限なしの紙マスク 鶴村きく代
40枚を急ぎ買いたり
ヴァリの演ずアンナが黙して過ぎゆきし 並木路に立てばチャターの音のする桑野晋
新緑の野川公園あちこちに 蝶の飛ぶがにマスクの人人 久野静代
青もみじ雨にうたれて撓垂れて 敷石の白にしづく散るなり 田代喜子
チラシ紙いつもいっぱい入る来る 表見ないで裏にお習字 大貫久和
病院とかけ違いたる電話あり あわて気味なる男性の声 藤井典子
上水のむらさき橋の土手の辺に 紫草の群れて咲くなり 奈須野郁郎
コロナ禍で家にもつてウナギ食う 余った元氣どう使おうか 町田厚成

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。
※タイトル後に★のあるものは生涯学習課の講師派遣事業。
HP https://www.city.mitaka.lg.jp/または ☎76-2490へ 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(株)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。

9月20日発行号 原稿締切日 8月27日(木)
10月4日発行号 原稿締切日 9月8日(火)
いずれも午後5時まで

催し
暮らしの保健室「おしゃべり会」
8月17日(月)午後1時～3時 所 女性交流室(下連雀3-30-12中央通りタウンプラザ) ¥100円 当日会場へ 多田 ☎44-6359
元気ひろば おれんじの催し
①己書楽書道場=8月20日(休)午前10時～11時30分、②大人のアトリエ=21日(金)午後1時～2時30分、③キッズアンガーマネジメント=29日(土)午後1時～2時 所 同会(中原3-1-65) ¥①2,000円、②1,000円、③1,200円 同会 ☎76-5940
三鷹のちょいレアさんをご紹介! 若者と地域をつなぐZoomイベント
みたかパレットcafe 8月23日(日)午後1時～2時30分 地域で活動している方、したい方 所 オンライン会議アプリのZoomを使用 同会 ☎ mitakapalettecafe@gmail.com

初心者向け中国語交流会(オンラインZoomで参加可能)
華語の友 8月27日(休)午後1時30分～3時 所 消費者活動センター 王 ☎ wang@ihanyu.jp 王 ☎ 090-6487-5278
サロンきっかけ「おしゃべり会」
活躍きっかけ隊 8月27日、9月17日の木曜日午前10時～11時30分 所 三鷹市公会堂さんさん館 ¥100円 当日会場へ 小笠原 ☎080-5009-4535
グローバルズ再考Part1ーコロナ時代のただ中で★
読み解きレッスン 8月29日(土)午後2時～4時30分 50人 所 生涯学習センター 現代企画室編集長の太田昌国さん ¥300円(資料代) 当日会場へ(先着制) 大橋 ☎79-3504
子育てコンビニひろば
NPO法人子育てコンビニ 8月31日(月)午前10時～11時30分 元氣ひろば おれんじ(中原3-1-65) 同法人 ☎ kosodatenet@mitaka.ne.jp 同法人 ☎41-7021

ザックパランに話そう会
21世紀はあなたが主役 8月31日(月)午後1時30分～3時 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) 同 ☎090-8625-2063(初回のみ申込)
講演会「コロナショック2020の示すもの」&映画上映★
市民社会の実現をめざす会 9月5日(土)午後1時～5時30分 50人 所 生涯学習センター 東京外国語大学教授の中山智香子さん ¥500円(資料代) 当日会場へ(先着制) 同 ☎080-6250-1496
笑う呼吸法(ジョイスイレント)
東京三鷹の森連雀笑いヨガ(わっはは) 9月6・13・27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) 同 ☎090-3902-9691・FAX 44-7772(初回のみ申込)

公開デッサン教室「裸婦を描く」★
月曜会 9月7日(月)午後1時～4時30分 50人 所 生涯学習センター 新協美術協会元理事の松田圭人さん ¥1,000円(教材代) 当日会場へ(先着制) 同 ☎高須 ☎34-5247
講演会「江戸城無血開城の真実」★
「武蔵野」の意味を探る 9月10日(休)午前10時～正午 50人 所 生涯学習センター 歴史紀行作家の永富明郎さん ¥200円(資料代) 当日会場へ(先着制) 同 ☎池田 ☎42-7392
入門太極拳★
そのの会 9月16日(休)午後1時30分～3時 10人 所 井口コミュニティセンター 日本武術太極拳連盟A級指導員で三段の岡部紀子さん 動きやすい服装 当日会場へ(先着制) 同 ☎古野 ☎31-7626
伝言板
もの忘れが気になったらー認知症ってどんな病気?
東京都認知症疾患医療センター 9月1・29日の火曜日午後1時～2時 10人 所 杏林大学医学部付属病院 同 同病院もの忘れセンター ☎47-5511(先着制)
子ども科学教室
ICUサイエンスクラブ 9月6日(日)午後1時～5時 所 武蔵野の森公園 ¥200円 同会 HP https://sites.google.com/site/icuscienceclub/event 同会 ☎ icuscienceclub@gmail.com
ICU大学宗教音楽センター第72回公開講演会「仏像は「見る」ものか?一彫刻家・西村公朝の挑戦」
ICU宗教音楽センター 9月18日(金)午後6時から 所 オンライン会議アプリのZoomを使用 HP https://subsites.icu.ac.jp/smc で発表 同センター ☎33-3330・ ☎smc@icu.ac.jp

スポーツ

10月の小学校校庭開放(団体貸し切り)の予約受け付け

日市ホームページでご確認ください
申9月6日(日)～12日(土)に各コミュニティセンターへ
問スポーツ推進課☎内線2934

卓球教室

日三鷹市体育協会、三鷹市卓球連盟
日9月12日(土)午前9時～正午
人 在学・在勤を含む小学生以上の市民20人
所 SUBARU総合スポーツセンター
料 300円(中学生以下200円)
物 室内履き
申 当日会場へ(先着制)
問 同連盟☎44-4828

室内グラウンド・ゴルフ交流大会

日三鷹市ベッセルスポーツクラブ
日9月12日(土)午前10時～正午、午後1時30分～3時30分
人 在学・在勤を含む市民各回30人
所 SUBARU総合スポーツセンター
物 タオル、室内履き、クラブ、室内用クラブカバー(貸し出し有り)
申 必要事項(7面参照)・性別を「〒181-0005中原4-4-7目黒」・FAX45-5432へ

(先着制)
問 目黒☎45-5432
2020年度 三鷹市秋季ソフトテニス団体戦大会
日三鷹市体育協会、三鷹市ソフトテニス連盟
日9月27日(日)午前8時30分～午後5時(小雨決行)
人 在学・在勤を含む市民または同連盟登録者20チーム120人程度(学連登録者を除く)

所 大沢総合グラウンドテニスコート
料 1チーム3,600円
物 ラケット、テニスシューズ、帽子
申 9月14日(月)午後3時までに1チーム3ペアをそろえて同連盟☎info@mtksta.comへ。同連盟登録者は各連盟理事へ(先着制)
問 同連盟☎090-3002-1325

ソフトテニス(シニア)の

①講習会、②大会
日東京都、(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会、三鷹市ソフトテニス連盟
日①10月4日(日)正午～午後4時(予備日10月18日(日))、②10月11日(日)午前8時30分～午後5時(予備日11月8日(日))
人 在勤を含む市民または同連盟会員①50～59歳15人、60歳以上35人、②55歳以上(ペアの年齢の合計は120歳超)50人

所①新川テニスコート、②大沢総合グラウンドテニスコート
物 ラケット、ウェア、テニスシューズ、帽子、②防寒着
申 ①9月25日(金)午後5時まで、②9月12日(土)午後3時までに同連盟☎090-9317-0044へ。同連盟登録者は9月13日(日)午後5時までに各連盟理事へ(先着制)

講座

ミタカフェセミナー「コロナ禍におけるメーカーのオンライン活用術」

オンライン会議アプリのZoomを使用した講座です。
日8月26日(水)午後1時30分～2時30分
人 15人
講 ㈱スガイワールド代表取締役の須貝悠さん
申 必要事項(7面参照)・使用する端末をミタカフェ☎mitacafe@mitaka.ne.jpへ(先着制)
問 ㈱まちづくり三鷹☎40-9669

よくわかる・役立つ!パソコン教室

日三鷹市シルバー人材センター
日①スマホ・タブレット教室=9月3日～24日の毎週木曜日午後1時～2時30分(いずれか1日)、②自分のやりたいことコース=9月4日～25日の毎週金曜日午後1時～3時(全4回)、③エクセルの活用・④初めてのパワーポイント=9月4日～25日の毎週金曜日午後3時30分～5時30分(全4回)、⑤初めてのエクセル=9月7日～28日の毎週月曜日午後1時～3時(全4回)、⑥初めてのパソコン=9月の毎週月・水・木・金曜日午後1時～3時(希望の曜日を選択。月4回)、⑦初めてのワード=9月の毎週月・木曜日午後1時～3時(希望の曜日を選択。月4回)、⑧基礎じっくり教室=9月～11月の毎週月・水・金曜日午前10時～正午または月・金曜日午後1時～3時(希望の曜日・時間帯を選択。月4回)
人 ①スマートフォン初心者、③エクセルをもう少し深めたい方、④文字入力ができる方、⑤エクセルを始めたい方、⑥パソコンを始めたい方、⑦ワードを始めたい方、⑧ワード・エクセルを学びたい方、各5人、②パソコンでやりたいこ

とがある方2人
料 ①2,000円、②～⑦8,000円、⑧月額5,000円(3カ月分前納)
※⑧のみ別途教材代がかかります。
物 USBメモリー、①スマートフォンまたはタブレット端末
申 8月24日(月)(必着)までに往復はがきで必要事項(7面参照)・コース名・お持ちのOSを「〒181-0004新川16-35-16三鷹市シルバー人材センター」へ(先着制)
問 同センター☎48-6721

みたか身の丈経営塾「あるSOHO事業者の起業と経営」

オンライン会議アプリのZoomを使用した講座です。最初の顧客をどう得たか、人脈の広げ方など、起業実話を基に経営について学びます。
日9月3日(水)午後4時～5時(入室は3時50分から)
人 SOHO事業者12人
講 SOHO CITYみたかフォーラム理事長の河瀬謙一さん
申 必要事項(7面参照)・使用する端末・あれば講師への質問をミタカフェ☎mitacafe@mitaka.ne.jpへ(先着制)
問 ㈱まちづくり三鷹☎40-9669

文学講座「狂った一頁」(川端康成)と「杏っ子」(室生犀星)

一文学と映画を比べる楽しみ
日井の頭地区住民協議会
日9月12・19日の土曜日午後1時30分～4時30分
人 市民30人
所 井の頭コミュニティセンター
講 元武蔵野大学客員教授の星野晃一さん
申 8月25日(火)に直接、または26日(水)から直接または電話で同センター☎44-7321へ(先着制)

募集

都営住宅の入居者(東京都全体)

◆募集住戸 ①ポイント方式による募集(家族向けのみ)=1,290戸、②単身者向け・車いす使用者向け・シルバーピア住宅(居室内で病死などがあつた住宅を含む)=385戸
◆申込書・募集案内 8月17日(月)～25日(火)に都市計画課(市役所5階52番窓口)、市政窓口、都庁、東京都住宅供給公社

動画で防災訓練 アプリで防災情報

問 三鷹消防署☎47-0119、防災課☎内線4511

8月30日(日)～9月5日(土)は防災週間です。今年は新型コロナウイルスの感染拡大防止のため大規模な防災訓練は行えませんが、同署初の取り組みとなる防災動画や、評価・レビューが高く評判の公式アプリを紹介します。

動画で緊急時の対応を学ぼう

8月29日(土)から同署ホームページHP<https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/hp-mitaka/>で「動画で学ぼう!防災訓練!!」を公開します。地震発生時の行動や消火訓練など、緊急時の対応を動画で学べます。DVDでの貸し出しもしますので、希望する方は同署☎47-0119へお電話ください。

「東京消防庁公式アプリ」で防災情報を入手

もしもの時の緊急ツールやFAQなど、防災に役立つ機能がいつでもどこでも利用できます。



Google Play



App Store

チケットインフォメーション



公益財団法人 三鷹市スポーツと文化財団

問 同財団 ☎47-5122

HP <https://mitaka-sportsandculture.or.jp/>

ファミリーコンサート in 光のホール 赤ちゃんからのクラシック

三鷹市公会堂 光のホール 全席指定
8月30日(日) 午後2時開演

チケット発売中
会員=1,200円 一般(中学生以上)=1,500円
小学生以下=500円
※0歳から入場可。座席を要しない2歳以下は無料。



前回の公演より

[出演] 鶴木絵里(ソプラノ・司会)、神谷未穂(バイオリン)、野尻小矢佳(パーカッション)、中川賢一(ピアノ)
[曲目] プッチーニ: 歌劇『ラ・ボエーム』よりムゼッタのワルツ「私が街を歩けば」、
イエッセル: おもちゃの兵隊のマーチ、久石 譲: 『となりのトトロ』より「さんぽ」ほか



財団主催の公演チケットまたはチケット半券で、三鷹駅周辺などの「チケットパートナーショップ」協力店でさまざまなサービスが受けられます(サービス有効期間は公演日から7日間)。

チケットお求め方法

- 電話予約 10:00～19:00 芸術文化センター☎47-5122
- インターネット予約(要事前登録) HP <https://mitaka-art.jp/ticket/>

- 窓口販売 10:00～19:00 月曜日休館(月曜日が休日の場合は開館し、休日を除く翌・翌々日が休館) 芸術文化センター/三鷹市公会堂さんさん館/三鷹市美術ギャラリー
- ※学生券をお求めの中学生以上の方は、公演当日に身分証明書をお持ちください。
※発売中のチケットについて、販売状況により完売となった場合はご了承ください。

【保育】料金500円、対象は1歳～未就学児、定員10人(公演の2週間前までに申し込む)
※特に記載のない場合、公演事業は未就学児の入場をお断りしています。

友の会「マークル」会員募集中! 年会費/2,000円 会員特典/チケットの優先予約・割引(1公演2枚まで)・ポイントサービス、情報誌の送付、チケットの無料送付(口座会員のみ)など。

市民課☎内線2394、武蔵野年金事務所☎56-1411

扶養から外れたときは国民年金の届け出を

厚生年金の加入者に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者(第3号被保険者)は、扶養から外れると国民年金への加入が必要です。厚生年金に加入している配偶者が退職・65歳到達・死亡したとき、または本人の収入が扶養の限度額を超えたときや離婚したときは、速やかに手続きをしてください。

市民課☎内線2394、武蔵野年金事務所☎56-1411

子育て・教育

児童手当の更新手続きはお済みですか

6月に児童手当の更新に関する書類(現況届)を送付しました。未提出の場合は手当が支給できません。必ず提出してください。

子育て支援課☎内線2751

三鷹市助産師会の催し(8月)

①産後ヨガ教室=24日(月)午前10時~11時30分、②妊婦さんと助産師の交流会(マタニティ・カフェ)=31日(月)午

後1時~3時

①おむね3~6カ月のお子さんと母親7組(母親のみの参加も可)、②10人
福祉センター

①1,500円(三鷹市社会福祉協議会会員は1,200円)

母子健康手帳、①飲み物、バスタオル、タオル、動きやすい服装

三鷹市助産師会ホームページHP <http://mitaka-jyosanshi.net/> (先着制)

同協議会☎76-1271

全国一斉「子どもの人権110番」強化週間

◆電話相談 ☎0120-007-110

東京都人権擁護委員連合会、東京法務局

8月28日(金)~9月3日(木)午前8時30分~午後7時(29日(土)・30日(日)は午前10時~午後5時)

同局人権擁護部☎03-5213-1234

一日プレイパーク

8月30日(日)午前10時~午後2時(雨天中止)

丸池公園(新川3-20)

当日会場へ

同緑と公園課☎内線2835

ふたごの親の交流会 保育

9月17日(木)午前10時~11時30分

市内在住の就学前の双子・三つ子の保護者、妊婦16人、保育(未就学児)18人

総合保健センター

直接または電話、ファクスで必要事項(7面参照)を健康推進課(元気創造プラザ2階)☎内線4226・FAX 46-4827へ(先着制)

高齢者

三鷹いきいきプラス iPad無料体験会

9月15日(火)・17日(木)午前10時~正午(全2回)

おむね55歳以上の市民でiPad初心者または未経験者8人

三鷹産業プラザ

8月17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)

障がいのある方

三鷹市心身障がい者福祉手当を振り込みます

4~7月分の一般障がい手当・特別障がい手当・特定疾患手当を、8月25日(火)に受給資格認定済みの方の指定預金口座に振り込みます。

障がい者支援課☎内線2618

催し

介護者ひろば

9月10日(木)午後1時30分~3時30分

介護者、介護経験者10人

元気ひろば おれんじ(中原3-1-65)

三鷹市社会福祉協議会☎79-3505へ(先着制)

第67回三鷹市市民文化祭は中止します

三鷹市芸術文化協会☎45-1283・芸術文化課☎内線2911

今年の市民文化祭は10月25日(日)~11月29日(日)を予定していましたが、新型コロナウイルス感染症の影響により中止します。



三鷹ネットワーク大学

講座案内

〒181-0013 下連雀3-24-3三鷹駅前協同ビル3階 ☎40-0313・FAX 40-0314・HP <https://www.mitaka-univ.org/>
開館時間：火~日曜日、午前9時30分~午後9時30分(入館は9時まで/日曜日は5時まで)
休館日：月曜日、祝日

特に記載のないものは8月18日(火)午前9時30分から申込書を直接または郵送、ファクス、インターネットで同大学へ(先着制) 問い合わせも同大学 ※受講の申し込みには受講者登録が必要です。講座の詳細や受講者登録など、詳しくはホームページ(右記二次元コード)をご覧ください。



シニアのライフプランを考えるー人生を楽しくしていきましょう

9月16日(木)午後3時~4時30分 20人

社会保険労務士の池上義雄さん 当日同大学へ(先着制)

がん哲学外来ピア・カフェ at 三鷹ネットワーク大学

9月17日(木)午前10時~正午 20人

新渡戸稲造記念センター長で順天堂大学名誉教授の樋野興夫さん

数学のタペ「モジュラー形式とモックテータ関数」

9月18日(金)午後7時~8時30分 20人

国際基督教大学教授の清水勇二さん ¥500円

国立天文台企画サロン アストロノミー・パブ 第162回「太陽系で地球外生命を探す」(オンライン講座)

ゲストは東京工業大学地球生命研究所教授の関根康人さん、ホストは東京工業大学地球生命研究所准教授の玄田典典さん。

9月19日(土)午後6時30分~8時30分 25人

¥500円 8月18日(火)午前9時30分~9月4日(金)午後9時に同大学ホームページへ(申込多数の場合は抽選)

おとな絵本ラウンジ 絵本を深く知るレクチャーシリーズ27「翻訳家大竹聖美さんに聞く韓国絵本の魅力と現代作家」

9月20日(日)午後2時~4時 20人

東京純心大学教授の大竹聖美さん ¥1,000円

サイエンスカフェみたか「親子で楽しむ科学の本と遊び一季節を感じる」(オンライン講座)

9月24日(木)午前10時30分~正午 20人

NPO法人ガリレオ工房サイエンスプロデューサーの原口るみさん ¥500円

みたか身の丈起業チャレンジー独立・複業はじめの一歩

10月6日~12月22日の毎週火曜日午後7時~9時(全12回。第2回10月10日のみ土曜) 15人

(株)Office Breathの本多夏帆さん、(株)ハイモジモジの松岡厚志さん、NPO法人グレースケア機構の柳本文貴さんほか

¥20,000円

◆安心・便利なキャッシュレス決済をご利用ください

8月18日(火)から受講料などのオンライン決済と窓口での各種電子決済を開始します。

乳がん検診と乳がん発見のきっかけ

健康コラム

乳がんにかかる女性は年々増加していて、近年日本人女性ではすべてのがんの中でトップになっており、11人に1人は乳がんになるといわれています。30歳代以降、中でも40~50歳代の発症率はここ20年で2倍近くに増加しています。また乳がんが亡くなる女性は1年間に約1万人で、40~50歳代の女性にとって最も多いがんの死亡原因となっています。

乳がんの症状として代表的なものは、乳房や脇のしこり、乳頭からの出血や分泌物、乳房の引きつれやくぼみ、乳房の痛みなどが挙げられますが、乳房が熱を持った感じや皮膚の変色、立った時の左右の乳頭の位置のずれ、乳首の陥没、乳頭のただれや赤みなどが発見のきっかけになることがあります。

この中でも大半の症状が痛みのない「しこり」です。しこりの硬さはさまざま、ゴムのようには硬いものから軟らかいものまでありますが、しこりの動きが良いからがんではないといった自己判断は危険です。

市民の多くの方が乳がん検診を受けたいというようになってきた現在でも、検診によって発見される乳がんは4割程度で、6割の方は自己発見の乳がんとなっています。検診によって発見される乳がんはしこりとしては触れにくいのですが、画像には捉えることができ、比較的早期なため治療経過も早く予後も良くなっています。

三鷹市医師会 ☎47-2155

市からの お知らせ

- 主催者
- 日時・期間
- 対象・定員
- 場所・会場
- 講師
- 費用(記載のないものは無料)
- 持ち物
- 申込方法 問い合わせ
- 保育 保育あり
- 手話 手話または要約筆記あり(下欄※参照)

申し込み記入例

- あて先は
各記事の申込先へ
- 住所の記載がないものは
〒181-8555
三鷹市役所〇〇課へ
- 往復はがきの場合は
返信用にも住所・氏名を
記入してください

1. 行事・事業名(希望日・コース・回)
2. 郵便番号・住所
3. 氏名(ふりがな)
4. 年齢(学年)
5. 連絡先(電話番号・ファクス番号・メールアドレス)
6. そのほか必要事項(保育・手話希望の有無など)

お知らせ

自動交付機・コンビニ交付サービス一時停止のお知らせ

庁舎内の設備点検作業のため、各種証明書の交付を一時停止します。

◆停止期間

日 9月6日(日)終日

問 市民課 ☎内線2326

三鷹市公会堂臨時休館のお知らせ

設備点検のため、窓口事務も含め全館休館します。

日 9月6日(日)

問 芸術文化課 ☎内線2911、三鷹市公会堂 ☎29-9868

電子申請サービスをご利用ください

同サービスを使うと、がん検診や講座の申し込みなどの各種申請や届け出がインターネットでできます。詳しくは、市ホームページまたは東京電子自治体共同運営サービスホームページ [HP](https://www.e-tokyo.lg.jp/top/) <https://www.e-tokyo.lg.jp/top/> をご覧ください。

問 情報推進課 ☎内線2143

地籍調査にご協力ください

全国で行われる同調査の一環として、市では「官民境界等先行調査」を実施します。その際、土地所有者に声掛けの

うえ、敷地内へ立ち入らせてもらう場合があります。事前にチラシを配布しますので、ご協力をお願いします。調査員は市章入りの腕章を身に付け、市が発行する身分証明書を携帯しています。

◆対象地域 上連雀5・6丁目の一部

問 道路管理課 ☎内線2859

赤十字への募金にご協力

募金は、新型コロナウイルス感染症予防対策、災害救護・支援活動をはじめ、医療・献血事業、福祉施設の運営など、同社が行う人道的活動に活用されます。

問 同事務局(福祉センター内) ☎46-1108

8月30日(日)～9月5日(土)は秋の建築物防災週間です

安全で安心して暮らせるまちをつくるため、建築物の安全確認を行いましょ

◆建築物の安全チェック

- ・落下の危険がある窓ガラスはないか
- ・外壁のタイルなどに、浮きや剥がれがないか
- ・廊下や階段、防火扉や防火シャッターの周りに、障害物を置いていないか
- ・外壁などに設置された広告板はしっかり固定されているか
- ・ブロック塀などに、ひび割れや倒壊の危険はないか
- ・店舗、病院、マンションなど多くの人が利用する建築物で市の指定するものは、

定期的に調査・検査・報告をしているか
・地震に備え、建築物の耐震診断、改修工事を行い、安全性を確かめているか
・吹き付けアスベストの有無を確認しているか

問 建築指導課 ☎内線2825

上下水道料金の支払い猶予期間を延長します

新型コロナウイルスの影響により収入が減少し、一時的に支払いが困難となった方(法人を含む)の支払い猶予期間を最長1年間まで延長します。

◆申込期限 9月30日(水)

問 東京都水道局多摩お客さまセンター ☎0570-091-101、☎042-548-5110(午前8時30分～午後8時、日曜日、祝日を除く)

市内の空間放射線量測定結果

市では、定点観測地点(6カ所)と市内公共施設などで、地上5cm・1m地点での空間放射線量を測定しています。7月15日～8月11日に実施した6カ所の測定では、一般的な目安(毎時0.24マイクロシーベルト)を超える場所はありませんでした。詳しい測定結果は、市ホームページまたは市公式ツイッターからご覧ください。

問 環境政策課 ☎内線2524

国保・年金

8月31日(月)は国民健康保険税・後期高齢者医療保険料(第2期)の納期です

◆納付は便利な口座振替で

問 納税通知書、通帳またはキャッシュカード、口座届出印を納税課(市役所2階25番窓口)、市政窓口、指定金融機関へ
問 同課 ☎内線2417(口座振替)・☎内線2432(納税相談)

介護給付費通知書を送付します

令和元年10月～2年3月に介護保険サービスを利用した方を対象に、サービスの内容と費用をお知らせする通知書を8月31日(月)に発送します。

問 介護保険課 ☎内線2684

海外転出の際には国民年金の手続きもお忘れなく

海外への転出や海外からの転入に伴い住民票の届け出をする際は、国民年金の手続きも必要です(厚生年金加入者やその被扶養配偶者を除く)。転出の場合は国民年金をやめるか、在外任意加入(外国人は対象外)の手続きを、転入の場合は加入または在外任意加入からの切り替えをお願いします。

市議会定例会の日程(案)

問 議会事務局 ☎内線3115

9月	1日(火)	本会議(一般質問) ※第1回請願・陳情締め切り(午後5時まで)
	2日(水)	本会議(一般質問)
	3日(木)	本会議(議案上程)
	8日(火)	本会議(議案・請願等審議、決算代表質疑)
	9日(水)～ 11日(金)・14日(月)	常任委員会
	15日(火)～18日(金)	決算審査特別委員会
	23日(水)	東京外郭環状道路調査対策特別委員会 調布飛行場周辺利用及び安全対策特別委員会
	24日(木)	三鷹駅前再開発及び市庁舎等調査検討特別委員会 ※第2回請願・陳情締め切り(正午まで)
30日(水)	本会議 (決算審査特別委員会審査報告、議案等審議)	

※新型コロナウイルスの影響により、日程を大幅に変更する場合があります。
※本会議の開議時間は午前9時30分を予定しています。詳しくは議会事務局にお問い合わせください。

※請願・陳情は、議会事務局で受け付けています。第1回請願・陳情締め切りまでの提出を希望する場合は、なるべく定例会招集前に行われる議会運営委員会の開催日(通常、定例会第1日の3日前)までに、あらかじめ会派または議員にご相談ください。

◆傍聴・手話通訳の申し込み

問 傍聴当日に本会議は議場(市役所3階)東側の傍聴受付、各委員会は議会事務局へ。聴覚障がいのある方で手話通訳を希望する場合は、各開催日の1週間前までに希望する日程(午前・午後)・氏名・連絡先を議会事務局 [FAX 45-1031](tel:45-1031) へ

◆本会議のインターネット配信

生中継は会議開始10分前から会議が終了するまで、録画中継は会議終了から24時間後(土・日曜日、祝日を除く)に、三鷹市議会ホームページ [HP](https://www.gikai.city.mitaka.tokyo.jp/) <https://www.gikai.city.mitaka.tokyo.jp/> の [\(●\)本会議中継](#) のページからご覧いただけます。

9月は東京都の自殺対策強化月間です

問 東京都福祉保健局 ☎03-5320-4310

◆特別電話相談

日 ①フリーダイヤル特別相談 ☎0120-58-9090=8月20日(木)～31日(月)午後8時～午前2時30分(8月25日(火)のみ午後5時から)、②有終支援いのちの山彦電話 ☎03-3842-5311=9月の月・木曜日を除く毎日(祝日を含む)正午～午後8時、③多重債務110番 ☎03-3235-1155=9月7日(月)・8日(火)午前9時～午後5時、④自死遺族相談ダイヤル ☎03-3261-4350=9月7日～10日(木)午前11時～午後7時、⑤自殺予防いのちの電話 ☎0120-783-556=9月10日(木)午前8時～11日(金)午前8時、⑥自死遺族傾聴電話 ☎03-3796-5453=9月15日(火)～19日(土)正午～午後4時、⑦東京都自殺相談ダイヤル ☎0570-087478=9月23日(水)～27日(日)(24時間)

◆東京都福祉保健局公式LINEアカウント「相談ほっとLINE@東京」

「生きているのがつらいと感じたら」メニューから相談を受け付けています。

日 8月20日(木)以降の午後3時～10時(9時30分まで受け付け)

◆学生向けこころといのちの講演会(オンライン開催)

「メンタルヘルス・ファーストエイド講習 ー身近な人のこころの不調に気づいたら?」

メンタルヘルス・ファーストエイドとは、メンタルヘルスの問題を抱える人に対して、専門家に相談するまでの間に、家族や友人・同僚など、そばにいる身近な人が行う「こころの応急処置」のプログラムです。講座では、具体的な対応方法について、ロールプレーを交えて実践的に学びます。

日 10月3日(土)午後1時30分～4時

人 在学を含む都内の学生(特に医療・保健・福祉・法律・教育などを志す方)
講 東京薬科大学客員教授の齋藤百枝美さん

問 9月18日(金)午後5時までに必要事項(上記参照)・件名「こころといのちの講演会参加申込」を同局 [Eメール S0000289@section.metro.tokyo.jp](mailto:S0000289@section.metro.tokyo.jp) へ



●市役所電話(代表) ☎0422-45-1151
 交換手に各課の内線番号をお伝えください。

●困りごとの相談は **市民相談専用電話**
 ☎0422-44-6600

●あなたのご意見を **市民の声専用FAX**
 FAX 0422-48-2810

●子どもを見守る **安全安心メールの登録**
 ✉maam@req.jp(空メールを送信)

●いつでも無料で **防災無線の内容確認**
 ☎0120-119-921(フリーダイヤル)

【みる・みる・三鷹】J:COMチャンネル武蔵野・三鷹(地デジ11チャンネル)第578号(8月16日～9月5日)
 この夏、マイナポイントをお得にゲット! / 「みたか平和資料コーナー」の拡充
 放送時間/月～日曜日 9:00 12:30 20:00 23:30
 ※同番組は無料動画共有サイト「YouTube」でも配信しています。

むさしのFM 78.2MHz
 「おはよう! 三鷹市です」放送時間/月～金曜日 10:20～10:25
 「三鷹くちこみテレフォン」放送時間/木曜日 9:45～9:55

人口と世帯 令和2年8月1日現在 ()内は前月との増減
 住民登録者数: 190,187人(24人減) 男: 93,041人(23人減) / 女: 97,146人(1人減)
 世帯: 95,890世帯(5世帯減)

その死から七十年以上がたった今も、彼がいた場所を訪れる人が絶えない作家。だから、みたか観光ガイド協会の小谷野さんの言葉は印象に残りました。「太宰治という作家には、読んだ人のそれぞれの思いがある。私たちが案内をするときも、作品の解釈などはあまり話さないようにしています」

六月十六日、小谷野さんと一緒に太宰治にまつわる場所を散策しました。三鷹駅近くの太宰治文学サロンを出発し、かつての仕事場やなじみの小料理屋の跡地、故郷・青森から運ばれてきた玉鹿石。作家が中心に向かう足取りをたどるようにして玉川上水沿いを歩き、入水した地点に着きました。

「当時は今のような舗装もなく夜は真っ暗で、水量も多く激しくて、そうやって小谷野さんが見せてくださった柵の向こうに水の流れが見えました。死ぬために歩いてきた作家の胸のうちの私は想像しました。流行作家として世を騒がせ、自殺未遂を繰り返した作家の、頭の中にあつた言葉を。」

作家について書かれた書物は多く、恥ずかしながら私はその一部しか開いたことがありません。ただ、寂しかったらどうも思いました。書いた作品がどれだけ流行しても、何人も女の子が周囲にいても、ほの暗い水の底を選ぶくらいには。同時に、寂しくない人間はわざわざ



太宰治賞受賞者
八木 詠美さん
 寄稿文

『空芯手帳』で第36回太宰治賞を受賞した八木詠美(やぎ・えみ)さん(写真)が、6月16日に行われた太宰賞贈呈式に合わせて三鷹を訪れた時の思いを寄稿してくださいました。

小説など書かないだろうと思いましたが、人は変わりいつか去ってしまうかもしれないけれど、言葉はずっとそばにいてくれます。

散策はその後山本有三記念館へと向かい、足を車へと変えながらみたか井心亭の前を通って作中にも登場する百日紅の木を眺め、そして作家が眠る禅林寺にたどり着きました。作家の生誕日でもあり、入水後に遺体が引き上げられた日である「桜桃忌」のまだ三日前で、暮石は傾き始めた陽を浴びながら静かに佇んでいました。

当日の散策はこれで終了となり車は三鷹市公会堂さんさん館へと向かい、私は太宰治賞の贈呈式に参加しました。

しかしその四日後、私は再び禅林寺に行きました。個人的にお墓参りをしたいと思ったのです。桜桃忌の翌日ということでもそうですが、人はいないだろうと踏んで向かいましたが、私と同じように当日は仕事などで来れなかったのでしょうか、何人も人がやってきました。同世代の人が多く、私の前にいた二十歳前後と思いきや女性もずいぶん長く手を合わせています。あまり距離を詰めるとうるさくも気づきましたが、その人は何か熱心にお話しされていました。私がお参りを終えて振り返ったときには、大学生くらいの二人組が手折ったばかりのような美しい水色のアジサイを抱えて立っていました。六月の土曜日の蒸し暑い午後の墓前は決してにぎやかではありませんが、人の訪れが途絶えることはないようでした。

太宰さん、あなたは寂しかったかもしれないけど、今もこんなにも多くの人に愛されているんですよ。

三鷹の森ジブリ美術館
 Ghibli Museum, Mitaka

市民・近隣市民1,000人を抽選でご招待します ☎芸術文化課☎内線2912

📅10月1日(休)

👤三鷹市と近隣市(武蔵野市、小金井市、西東京市、調布市、府中市)在住の方1,000人

📄9月14日(月)(必着)までに代表者の必要事項(7面参照)、入館者全員の氏名(ふりがな)・年齢、希望入館時間(午前10時、11時、正午、午後1時、2時のいずれか)を「〒181-8555芸術文化課」へ(全員が三鷹市または近隣市在住で、1組6人まで。申込多数の場合は抽選)

※当選者には9月21日(月・祝)以降に招待状を郵送します(電話での当落確認は不可)。
 ※同一グループでの複数枚の申し込みや、記載事項に不備がある場合は無効です。

市ホームページをご覧ください

よくある質問への回答や、同館の新型コロナウイルス感染症対策などをご案内しています。

三鷹産キウイフルーツを使用した「果肉入りキウイ酒」も販売中

☎生活経済課☎内線2542

甘味と酸味のバランスが取れた新鮮な三鷹産キウイをぜいたくに使用した、種の食感まで楽しめる果肉入りのリキュール(アルコール度数7%・容量720ml)を販売中です。都内一の収穫量を誇るキウイの産地・三鷹のお土産としてもご利用ください。

販売本数・希望小売価格 約1,000本・1,760円(税込み)

販売場所 市内の酒店12店とJA東京むさし三鷹緑化センター

市立図書館の臨時休館

☎三鷹図書館(本館)☎43-9151

西部図書館を除く市立図書館各館とひまわり号、井の頭コミュニティセンター図書室は、図書館システム入れ替えのため臨時休館します。

📅9月7日(月)～22日(火・祝)(井の頭コミュニティセンター図書室は23日(休)も休室)
 ※図書館ホームページも9月6日(日)午後5時から利用できなくなります。
 ※井の頭コミュニティセンター図書室を除くブックポストは休館中も利用できますが、CDや他自治体から借りた資料は返却できません。

西部図書館 長期休館のお知らせ

☎同館☎33-1311

老朽化に伴う改修工事のため休館します。ティーンズコーナーを新設するなど、より快適に利用できる図書館としてリニューアル予定です。休館中はブックポストも利用できません。近隣の市立図書館や移動図書館ひまわり号をご利用ください。

休館期間
 9月7日(月)～令和3年3月19日(金)

移動図書館ひまわり号が臨時巡回します

📅9月26日(土)～3年3月14日(日)の毎週土・日曜日午前10時～11時30分、午後2時～4時(1月2日(土)・3日(日)を除く)

📍大沢天神児童遊園(大沢2-9。右図参照。駐車場はありません)

休館中の予約資料の受け取りについて

西部図書館を受取希望館として予約した資料が長期休館期間中に確保された場合は、ひまわり号の臨時巡回でお持ちします。または、火～金曜日に三鷹図書館(本館)でも受け取れます。なお、確保前であれば、図書館ホームページから受取希望館を変更することができます。