

ンを使った情報収集。

11月5日～19日の毎週木曜日午後1時30分～4時(全3回)

在学・在勤を含む市民で聴覚に障がいのあるパソコン初心者4人

三鷹市公会堂さんさん館

10月16日(金)までに直接またはファクスで必要事項(11面参照)を障がい者支援課(市役所1階16番窓口)・FAX 47-9577へ(申込多数の場合は抽選)

同課内線2652

健康

特定健康診査・後期高齢者健康診査はお済みですか

新型コロナウイルスの影響を考慮し、今年度は4～7月生まれの方も令和3年2月28日(日)まで受診できます。受診期間の終了間際は混雑しますので、早めの受診をお願いします。

4月1日から継続して三鷹市国民健康保険に加入している40～75歳の方、後期高齢者医療制度加入者 ※高齢者施設などに入所(入居)の方は、健診の対象外となる場合があります。

◆受診に当たってのお願い

- ほとんどの医療機関で予約が必要です。事前に医療機関へ電話でご確認ください。
- 受診の際は必ずマスクを着用してください。
- 風邪症状(発熱、せきなど)がある方は受診できません。

健康推進課内線4212

催し

おとな絵本ラウンジ 第60回 絵本を楽しむトークラウンジ

「EAT(食べる)」をテーマに、オンライン会議アプリ「Zoom」で参加者同士が絵本を紹介します。

10月11日(日)午後2時～4時

20人

10月10日(土)午後5時までに同ラウンジホームページHP https://otonaehon.jimdo.com/へ(先着制)

星と森と絵本の家 ☎39-3401

行政相談委員制度60周年 パネル展

制度の周知と各行政機関の相談窓口などを紹介します。

10月13日(火)午前10時～午後4時

新宿駅西口広場イベントコーナー

当日会場へ

総務省東京行政評価事務所 ☎03-5331-1752

介護フェスタ(パネル展示)

介護保険やケアマネジャーの仕事、介護サービスの内容・利用方法などを紹介します。

市、三鷹市介護保険事業者連絡協議会

10月19日(月)～23日(金)午前8時30分～午後5時15分(23日は4時まで)

市役所1階市民ホール

期間中会場へ

介護保険課内線2684

スポーツ

子ども発達支援センター体育室の団体利用を再開します

新型コロナウイルスの影響により中止していた同センター体育室の団体利用を、令和3年1月4日(月)から再開します。利用予約は生涯学習施設等予約システムHP https://www.yoyaku.mitaka.site/で受け付けます。1月利用分の抽選予約期間は10月10日(土)までです。

SUBARU総合スポーツセンター ☎45-1113

三鷹市剣道連盟の催し

東京都、(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会、同連盟

- ①シニア剣道指導講習会=10月7・21日の水曜日午前9時～午後3時、②一般稽古・講習会=10月11日(日)正午～午後3時、17日(土)午前9時～10時、③ジュニア剣道教室=10月11日午後3時～6時、17日午前10時～正午、④剣道指導者講習会(剣道形講習)=10月18日、11

月29日の日曜日午後6時～8時30分

①在勤を含む60歳以上の市民各日75人、②在学・在勤を含む高校生以上の市民各日25人、③市内の小・中学生各日25人、④在学・在勤を含む市民で4段以上の剣道指導者10人

SUBARU総合スポーツセンター

①～③剣道用具、マスク、フェイスシールド、④木刀、稽古着、マスク

必要事項(11面参照)・性別を同連盟 ☎090-3803-3638 ・✉rsj02547@nifty.comへ(先着制)

- ①土俵を使ってロコモ予防体操、②土俵でフィットネス

三鷹市体育協会、三鷹市相撲連盟

①10月7日～28日、11月4日～25日または12月2日～23日の毎週水曜日午前10時～11時30分、②10月9日～30日、11月6日～27日または12月4日～25日の毎週金曜日午後1時～2時30分

在学・在勤を含む市民各25人 ①60歳以上の方、②20歳以上の方

SUBARU総合スポーツセンター

¥1,000円(1回)または3,500円(4回分) 物 タオル、飲み物、ロッカー代100円(返還式)

必要事項(11面参照)・性別を同連盟 ☎080-3727-4015 ・✉mitakashisumorenmei@gmail.comへ(先着制)

市民体育祭

ターゲット・バードゴルフ

市、三鷹市教育委員会、三鷹市体育協会、(公財)三鷹スポーツと文化財団、三鷹ターゲット・バードゴルフ協会

10月19日(月)午前7時～午後1時(雨天時は10月22日(木)に延期)

在学・在勤を含む市民80人

大沢総合グラウンド

当日会場へ(先着制)

三鷹市ターゲット・バードゴルフ協会 ☎090-4437-1889

市民体育祭

フットサル競技第3ステージ

◆部門 一般の部、壮年の部(令和3年4月1日時点で40歳以上)、女子の部

市、三鷹市教育委員会、三鷹市体育協会、(公財)三鷹スポーツと文化財団、三鷹市サッカー協会

11月1日(日)、壮年・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各部4チーム(中学生不可) ※個人での申し込みの場合、ほかの方との混成チームになります。

SUBARU総合スポーツセンター

室内履き(靴底がアメ色、白色、無色)

三鷹市サッカー協会ホームページHP https://mitakafa.jp/へ(先着制)

講座

普通救命講習

AED(自動体外式除細動器)の操作方法などを学びます。

井の頭地区住民協議会

10月24日(土)午後1時～4時

市民10人

井の頭コミュニティセンター

東京救急協会のみなさん

10月6日(火)に直接、または10月7日(水)～22日(木)に直接または電話で同センター ☎44-7321へ(先着制)

みたか健康づくりセミナー

「フレイル予防でキラリ健康長寿」

市、新川中原住民協議会

①11月4日、②11日、③18日、いずれも水曜日午前10時30分～正午(全3回)

市民15人

新川中原コミュニティセンター

動きやすい服装

10月6日(火)午前10時から直接同センターへ(先着制)

健康推進課内線4225

仕事・求人

しごとの相談窓口

就職や労働問題などの個別相談会。

10月14日(水)午前10時～正午

10人(内職相談は市民)

三鷹産業プラザ

雇用保険受給者は雇用保険受給資格者証、内職相談者は身分証明書

生活経済課内線2542へ(先着制)

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

同財団 ☎47-5122

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

CHAiroiPLIN 踊る戯曲『三文オペラ』 演出・振付・構成 スズキ拓朗

芸術文化センター 星のホール 全席自由(日時指定・整理番号付き)

10月17日(土)～25日(日) 全9公演

チケット発売中

会員=前売2,500円・当日3,000円 一般=前売3,000円・当日3,500円 学生=2,000円(前売・当日とも) 高校生以下=1,000円(前売・当日とも)

プレヒトの名作『三文オペラ』を、ダンスと歌が満載の音楽劇に仕立てた、エネルギーあふれる舞台です。



『三文オペラ』2015年10月 撮影：福井理文

	10/17(土)	10/18(日)	10/19(月)	10/20(火)	10/21(水)	10/22(木)	10/23(金)	10/24(土)	10/25(日)
14:00	★	★				★		●	●
19:00			休館日					●	
19:30				●	●		●		

★の回は500円割引

春風亭小朝 独演会 保育

三鷹市公会堂 光のホール 全席指定

令和3年1月16日(土) 午後2時開演

チケット発売日

会員=10月10日(土)

一般=10月14日(水)

会員=3,150円 一般=3,500円

高校生以下=1,000円

※保育の申し込みは12月19日(土)まで。



春風亭小朝

2020年春に紫綬褒章を受章し、さらに円熟味を増す小朝師匠の落語で笑い初めを。

PARTNER 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)。

● 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、販売状況により売切れとなった場合はご了承ください。

発売初日は電話とインターネットで受け付けし、窓口販売は翌日からです。

保育 料金500円、対象は1歳～未就学児、定員10人

※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。