

満の児童を養育している方に支給される手当です(所得制限あり)。受給するには、申請して認定を受ける必要があります。ただし、児童が障がいや事由とする公的年金を受けるときや、児童福祉施設に措置または入所(通園を除く)しているときは受給できません。支給は原則として4、8、12月の年3回です。詳しくは市ホームページをご覧ください。
☎子育て支援課☎内線2753

健康

12～3月生まれの方へ 特定健康診査・後期高齢者健康 診査はお済みですか

12～3月生まれの方の受診推奨期間は11月30日(火)までですが、今年度は令和4年2月28日(月)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。受診票が手元がない方は、お問い合わせください。
☎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。
☎健康推進課☎内線4212

三鷹市こころの健康相談

精神科専門医による個別相談。家族のみの相談、問題整理、セカンドオピニオンとしての相談も可能です。
☎12月2日(木)午前10時30分～正午(1人40分)
☎福祉センター
☎☎障がい者支援課☎内線2657へ

催し

介護者ひろば

☎☎①11月11日(木)午後1時30分～3時30分＝元気ひろば おれんじ(中原3-1-65)、②17日(水)午後1時30分～3時30分＝みたかスペースあい(下連雀3-28-20

三鷹中央ビル内)、③18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)、④24日(水)午前10時～正午＝ピアいのかしら(井の頭2-13-6)
☎☎介護者、介護経験者①④4人、②③6人
☎☎三鷹市社会福祉協議会☎☎79-3505へ(初参加者を優先して先着制)

おとな絵本ラウンジ 第68回トークテーマ「五味太郎」

☎11月14日(日)午後2時～4時
☎20人
☎オンライン会議アプリ「Zoom」
☎11月13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/) <https://otonaehon.jimdo.com/>へ(先着制)
☎星と森と絵本の家☎☎39-3401

みんなでつながる「老い支度」

☎11月16日(火)午前10時～10時45分または11時～11時45分
☎山中地区公会堂
☎物室内履き、動きやすい服装、タオル
☎☎連雀地域包括支援センター☎☎40-2635へ

連雀通りまちづくり情報コーナー 2021

☎☎連雀通りまちづくり協議会
☎11月19日(金)～25日(木)
☎☎「魚鶴」横(下連雀6-6-71)
☎☎期間中会場へ
☎☎(株)まちづくり三鷹☎☎40-9669

君が笑えばケアラズカフェ (オンライン講義・介護者同士の 交流会)

☎☎三鷹駅周辺地域包括支援センター
☎11月22日(月)午後2時～3時30分
☎☎在勤を含む市内の介護者20人程度
☎☎オンライン会議アプリ「Zoom」
☎☎臨床心理士の樫村正美さん
☎☎11月8日(月)から必要事項(11面参照)を同センター☎☎houkatsu.krt@mitsurukai.comへ(先着制)
☎☎同センター☎☎76-4500
☎☎音楽サロン「今こそ ふれ違いコンサート With XeCoo」
☎☎出演者はXeCoo(ゼクウ)の杉本明子さん、ユンハンシンさん。
☎☎新川中原住民協議会
☎11月27日(土)午後6時30分～8時30分

☎☎40人
☎☎新川中原コミュニティセンター
☎☎11月9日(火)から同センターへ(先着制)
☎☎同センター☎☎49-6568

谷戸沢処分場自然観察会

☎12月2日(木)午前8時15分JR八王子駅付近集合～午後4時同駅付近解散
☎☎多摩地域在住・在学・在勤の方20人(未就学児不可)
☎☎八王子市戸吹クリーンセンター、二ツ塚処分場、谷戸沢処分場
☎☎¥500円(昼食代を含む)
☎☎11月15日(月)(必着)までに参加者全員の必要事項(11面参照)・性別、在学・在勤の方は学校・勤務先を「〒190-0181西多摩郡日の出町大字大久野7642東京たま広域資源循環組合」・ [HP](https://www.tama-junkankumiai.com/) <https://www.tama-junkankumiai.com/>へ(申込多数の場合は抽選)
☎☎同組合☎☎042-597-6152

オンラインで聴く!読書の会

☎☎連雀地区住民協議会
☎12月14日(火)午後2時～3時30分
☎☎オンライン会議アプリ「Zoom」
☎☎めんこい朗読の会会長の宮川恵子さん、朗読の会ゆず主宰の伊藤寿恵さん
☎☎11月8日(月)～12月6日(月)に連雀コミュニティセンターホームページ [HP](https://www.mitakacc.jp/renjk-cc/) <https://www.mitakacc.jp/renjk-cc/>へ
☎☎同センター☎☎45-5100・☎☎renjk-cc@mitakacc.jp

スポーツ

市民体育祭 バスケットボール大会

◆区分 一般の部、シニアの部(35歳以上)
☎☎市、市教育委員会、(公財)三鷹市スポーツと文化財団、三鷹市体育協会、三鷹市バスケットボール連盟
☎☎11月23日(火・祝)、12月5日(日)・12日(日)午前10時～午後7時
☎☎在学・在勤を含む高校生以上の市民
☎☎SUBARU総合スポーツセンター
☎☎11月10日(火)までに代表者名、チーム名、一般・シニアの別を同連盟☎☎mina2005@jcom.zaq.ne.jpへ

太極拳の講習会

☎☎三鷹市武術太極拳連盟、①東京都(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会
☎☎①シニア太極拳講習会＝11月26日(金)午後1時～3時、②太極拳初心者講習会＝12月5日(日)午前10時30分～正午・午後0時30分～2時
☎☎在学・在勤を含む①おおむね60歳以上の市民、②16歳以上の市民
☎☎①三鷹駅前コミュニティセンター、②SUBARU総合スポーツセンター
☎☎物室内履き、タオル
☎☎当日会場へ
☎☎同連盟①☎☎080-5686-1769、②☎☎090-2401-9483(いずれも日中のみ)

50歳以上の初心者水泳講習会

☎☎三鷹市水泳連盟
☎☎12月1日～22日の毎週水曜日午前11時～午後1時(全4回)
☎☎在学・在勤を含む50歳以上の市民10人
☎☎SUBARU総合スポーツセンター
☎☎¥4,000円
☎☎水着、水泳帽、ゴーグル、タオル、ロッカー代・靴箱代各100円(返還式)
☎☎11月15日(月)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)を「〒181-8799三鷹郵便局留三鷹市水泳連盟GS部」へ(申込多数の場合は抽選)
☎☎同連盟☎☎090-8514-7849・☎☎wabisabi-chakai@triton.ocn.ne.jp

市民体育祭 フットサル競技第3ステージ

☎☎市、市教育委員会、(公財)三鷹市スポーツと文化財団、三鷹市体育協会、三鷹市サッカー協会
☎☎12月4日(土)①壮年O-40&女子＝午後0時30分～2時30分、②一般＝午後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チームまたは個人(壮年は40歳以上)、いずれも4チーム(1チーム5人以上、中学生不可)
☎☎SUBARU総合スポーツセンター
☎☎シューズ(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
☎☎<https://mitakafa.jp/>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☎☎0422-47-5122
☎☎<https://mitaka-sportsandculture.or.jp/>

城山羊の会「ワクチンの夜」 作・演出 山内ケンジ 保育

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)
12月3日(金)～12日(日) 全14公演

チケット発売中
会員＝前売り3,400円・当日3,600円
一般＝前売り3,800円・当日4,000円
高校生以下＝1,000円(前売り・当日とも)

人間関係を深く鋭く、そしてユーモアに満ちたセリフで描き切る、大人の会話劇。



「石橋けいの「あたしに触らないで!」
2020年12月/小劇場B1

	12/3 (金)	12/4 (土)	12/5 (日)	12/6 (月)	12/7 (火)	12/8 (水)	12/9 (木)	12/10 (金)	12/11 (土)	12/12 (日)
14:30		● 保育	●	休館日	●	●	●		●	●
19:00	●	● 保育	●		●		●	●	●	

フランチェスコ・トリスターノ

ピアノ・リサイタル 保育

芸術文化センター 風のホール 全席指定 令和4年1月30日(日) 午後2時開演

チケット発売日
会員＝11月30日(火) 一般＝12月7日(火)
会員＝S席4,050円・A席3,150円
一般＝S席4,500円・A席3,500円、O-70(70歳以上/A席限定)＝3,150円、U-23(23歳以下/A席限定)＝3,000円
[曲目]]S.バッハ：イギリス組曲第2番、第3番、第6番、フランチェスコ・トリスターノ：Chi No Oto、Hotel Meguro、Yoyogi Reset、ラヴェル：夜のガスパールほか



©Marie Staggat

本公演は、延期となっていた公演の振替開催です。当初の開催日程(4月25日)で購入済みのチケットは、座席番号そのままに入場できます。

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)。

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☎☎0422-47-5122
●インターネット予約(要事前登録)
[HP](https://mitaka-art.jp/ticket/) <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、休日を除く翌日・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
※O-70、U-23、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。

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。

友の会「マール」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。