



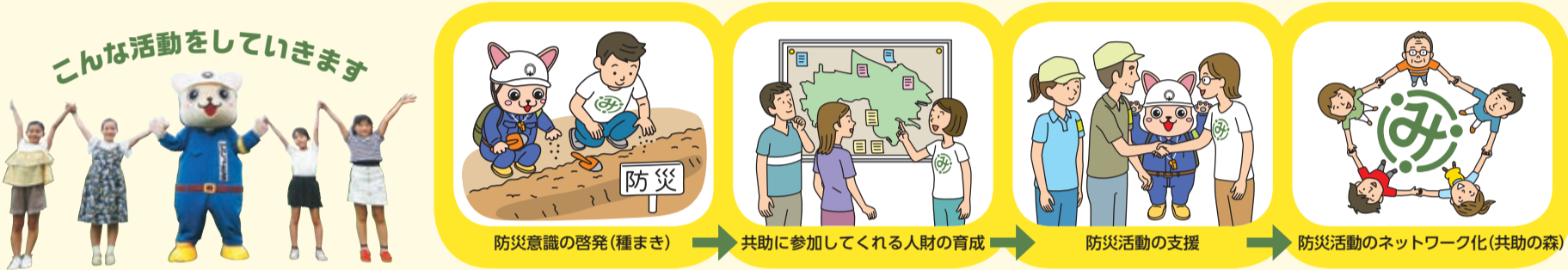
新型コロナワクチン接種最新情報	2面
ご長寿をお祝い 敬老のつどい	3面
高校生年齢相当のお子さんの医療費を助成します	4面
市からのお知らせ	11面から
「三鷹市おくやみ窓口」を開設します	12面

Mitaka みんなの防災

活動開始!

NPO組織「Mitakaみんなの防災」は、自助と共助の防災力を高めるため、防災活動を行う市民の皆さんが中心となって設立した団体です。災害に強いまちづくりのためには、行政が担う「公助」のほかに、自分の身を自分で守る「自助」、隣近所や地域で助け合う「共助」が一体となった取り組みが大切です。今後は地域で活動するさまざまな団体と連携して、防災ネットワークの強化を目指していきます。

☎NPO Mitakaみんなの防災事務局 ☎0422-26-7020



楽しく学べる、役に立つ!

みたか防災マルシェ 2022

Mitakaみんなの防災 設立記念イベント

いろいろあります!
工作・ワークショップ

ジオラマで三鷹市のリスクを知ろう

身近なもので非常時に役立つものを作ろう

目標タイムクリアで豪華景品ゲット!
「防災×スポーツ」コーナー

☐ 9月10日午後1時～4時
火事から逃げるコツを学べる
キャタピラレース

一輪車で荷物を運ぼう

ステージショー

司会 防災芸人チャイム
(太田プロダクション所属)

☐ 9月10日午後1時～4時

◆ゲスト
ICU人形劇研究会ぱべっと、NHKどーもくん ほか

ほかにもイベントが盛りだくさん!

模擬避難所体験、ミニ消防車体験(写真)、消防車などの展示、防災グッズ大集合 ほか

主 NPO Mitakaみんなの防災、市
日 9月10日(土)午後1時～4時、11日(日)午前10時～正午
所 SUBARU総合スポーツセンター
問 同事務局 ☎0422-26-7020、同イベント特設サイト HP https://x.gd/mitaka_bousai

要申込 VR防災体験車の乗車体験

VR(バーチャルリアリティ)ゴーグルを着けて、大地震の振動や熱、においを360度の視点で体験します。

☐ 9月10日午後1時～4時
所 元気創造プラザバスロータリー付近

VR防災体験車

要申込 東京消防庁音楽隊・カラーガーズ隊コンサート

☐ 9月11日午前10時30分～11時、11時30分～正午

☐ 9月4日(日)から申し込みフォーム(右記二次元コード)または5日(月)から同事務局 ☎0422-26-7020(平日午前9時～午後5時)へ(先着制)

VR防災体験車 コンサート

※公共交通機関での来場にご協力ください。新型コロナウイルス感染症の状況により、内容を変更・中止する可能性があります。

YouTubeで配信中
「河村市長に聞いてみた!」

共助のネットワーク組織「Mitakaみんなの防災」が、いよいよ活動をスタートします。「自助」とは、自分や家族を守るために防災に取り組むことですから、その範囲ははっきりしています。「公助」も、市役所や警察署、消防署、消防団など、担い手である公的機関の役割は明瞭です。では、「共助」はどうでしょう。最近では「近助」という言葉もあるように、ご近所で助け合うイメージはありますが、ほかにどのような方々が共助を担っているかという少々曖昧です。具体的には、住民協議会の防災部や町会・自治会、自主防災組織の皆さんなどがその役割を担っています。また、実際に災害が発生すれば、地域の福祉施設やさまざまな事業所、医療機関などの協力が必要です。「災害は忘れた頃にやってくる」、よく言われる言葉です。それこそ「忘れないうちに」、私たちは対策に取り組まなければなりません。

「Mitakaみんなの防災」は、共助に参加する市民の皆さんや団体・グループを増やし、ネットワーク化して共助の強化につながる活動を行って行く組織です。組織のお披露目を兼ねて、9月10日・11日に「みたか防災マルシェ2022」が開催されます。40を超える団体・機関が参加されるそうです。皆さん、まずは防災を楽しく学ぶところから一緒に始めましょう。

市長コラム

防災の「共助の輪」を作ろう!

三鷹市長
河村 孝

新型コロナウイルスワクチン接種 最新情報

☎三鷹市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター ☎0570-026-567

4回目接種

60歳以上の方へ

令和4年4月11日～20日に3回目接種を受けた方へ、8月31日に接種券を発送しました。接種券が届き次第、予約が可能です。



18～59歳の基礎疾患などがある方へ



◆申請方法 接種券の送付には申請が必要です。

電子申請サービス(二次元コード)

市コールセンター ☎0570-026-567 (平日午前9時～午後5時)

※接種券は、接種が可能となるおおむね2週間前をめどに順次発送します。

18～59歳の医療・高齢者施設などに従事している方へ



※基礎疾患などがある方は、接種に当たって事前にかかりつけ医にご相談ください。接種当日の医師の予診結果によっては、接種できない場合があります。
※基礎疾患を証明する書類などは必要ありません。

三鷹市へ転入した方へ

転入前に新型コロナウイルスワクチンを接種し、次回(1～4回目)の接種券の送付を希望する方は申請が必要です。詳しくは市ホームページ(下記二次元コード)をご確認ください。

国内で接種をした方→



海外で接種をした方→



集団接種

3・4回目接種

段階的に規模を縮小しています。早めの予約をお願いします。

☎9月23日(金・祝)までの木～土曜日午前9時～午後4時30分

※上記以降の予約枠は、9月8日(木)午前9時以降に追加予定です。

所 元気創造プラザ

◆使用するワクチン モデルナ社、ファイザー社

◆予約・変更・キャンセル

三鷹市ワクチン接種web予約サイト

(右記二次元コード)

市コールセンター ☎0570-026-567

※9月7日(木)正午～翌日午前9時、13日(火)午後9時30分～11時30分はメンテナンスのため、予約・接種日時の変更などの受け付けを休止します。

※当日のキャンセルは市の代表番号へご連絡ください。



個別接種

1～4回目接種

所 市内約70カ所の医療機関(詳しくは市ホームページ(下記二次元コード)をご確認ください)

◆使用するワクチン(医療機関により異なります) モデルナ社、ファイザー社、武田社(ノババックス。1～3回目接種のみ)

◆予約方法

各医療機関で直接予約(市予約サイトやコールセンターでは予約できません)



接種当日は、本人確認書類、接種済証、接種券が印字された予診票(必要事項を事前に記入)を必ずお持ちください。

新型コロナウイルス感染症に関する相談はこちらへ

☎健康推進課 ☎0422-24-8050
下記の情報は8月31日時点のものです。

●発熱などの症状がある場合

かかりつけ医にご相談ください。受診前に必ず医療機関に連絡を入れてください。

◆かかりつけ医がない、休診の方

●東京都発熱相談センター(医療機関の案内、症状に関する相談受付)

☎03-5320-4592・☎03-6258-5780(毎日24時間受付)

●同センター医療機関案内専用ダイヤル

☎03-6732-8864・☎03-6630-3710・☎03-6636-8900(毎日24時間受付)

●都内の診療・検査医療機関

右記二次元コードからご確認ください。



◆市内の医療機関をお探しの方

●三鷹市医師会 ☎0422-47-2155(平日午前9時～午後5時)

●感染の予防法が知りたい、感染したかもしれないと不安な場合

●東京都新型コロナ・オミクロン株コールセンター

☎0570-550-571(毎日午前9時～午後10時)・FAX 03-5388-1396

●厚生労働省コールセンター ☎0120-565-653(毎日午前9時～午後9時)

●外国籍で不安に思う方

●東京都多言語相談ナビ(TMC Navi) ☎03-6258-1227(平日午前10時～午後4時)

※やさしい日本語、英語、中国語、韓国語、ベトナム語、ネパール語、インドネシア語、タガログ語、タイ語、ポルトガル語、スペイン語、フランス語、ロシア語、ヒンディー語、ミャンマー語(木曜日のみ)対応。

●自宅療養中の方

●自宅療養サポートセンター(うちさぼ東京)

☎0120-670-440(毎日24時間受付)

●三鷹市自宅療養者相談支援センター

☎0422-45-1151(内線4294)(平日午前9時～午後5時)

●検査キットなどによる検査を希望する方

●東京都抗原定性検査キット配布事業

症状のある方(年齢制限あり)、無症状の濃厚接触者向け。詳しくは、右記二次元コードからご確認ください。

同事業事務局 ☎0570-020-205(毎日午前9時～午後7時)

●東京都PCR等検査無料化事業

症状がなく濃厚接触者ではないが、念のため検査を受けたい方向け。詳しくは、右記二次元コードからご確認ください。

同事業事務局 ☎03-6634-4612(毎日午前9時～午後7時)

※上記二つの事業で陽性と判明した方は、東京都陽性者登録センターに登録申請が可能です(年齢などに制限あり)。詳しくは、右記二次元コードからご確認ください。



●ワクチン接種後に体に異常が出た場合

●東京都新型コロナウイルスワクチン副反応相談センター

☎03-6258-5802(毎日24時間受付)

災害時における 個人でできる防災

健康コラム

豪雨や台風、地震などの大規模な災害が起きた際には、自宅を離れて避難所で生活したり、在宅避難や車への避難をしたりすることがあります。

災害時に冷暖房がない環境では、夏は熱中症、冬は心筋梗塞、脳梗塞などのリスクが高くなります。個人でできる対策として、夏場は喉が渇く前に水分を小まめに取る、適度な塩分を取る、冷却グッズを準備するなどが挙げられます。また、体が暑さに慣れていることも大事です。日頃から運動や入浴などで適度に汗をかき、体温調整ができる体づくりをしましょう。一方、冬場は血圧が上昇しやすくなることに加え、慣れない避難所での生活のストレス、運動不足による心血管障害が増加しやすい傾向があります。睡眠環境の改善や昼間の身体活動の維持による生活リズムを保ち、徹底した減塩を行うことが重要になります。

過去の災害で問題になったのは、現場での医薬品不足です。普段もらっていた薬がなくなることが、命に関わることもあります。そのため、日常的に飲む薬は災害時に備え、1週間程度準備として持っておくのも対策の一つです。また、かかりつけ医の機能が働いていない可能性もあるので、お薬手帳は普段から持ち歩きましょう。

災害は人災や天災などいつの時代でもさまざまな形で襲い掛かっています。三鷹市ホームページに避難所などの防災関連情報が掲載されているので定期的に確認し、災害に備えましょう。

☎三鷹市医師会 ☎0422-47-2155

ご長寿をお祝い 敬老のつどい 手話

☎市、三鷹市社会福祉協議会 ☎同協議会 ☎0422-46-1108

77歳以上(9月16日現在)の方を招待し、皆様のご長寿をお祝いします。来場者には、記念品(紅白まんじゅう)を贈呈します。

開催日	開場時間	対象
9月17日(土)	午前9時30分	牟礼、井口の方
	正午	下連雀(1~6丁目)の方
	午後2時30分	井の頭、深大寺、下連雀(7~9丁目)の方
9月18日(日)	午前9時30分	上連雀の方
	正午	中原、大沢の方
	午後2時30分	北野、新川、野崎の方

☎ 三鷹市公会堂光のホール ☎ 招待状(はがき)を持参して当日会場へ
※悪天候、新型コロナウイルス感染症の影響により中止する場合があります。
※招待状(はがき)が9月8日(木)を過ぎても届かない場合や、車いすで来場予定の方は同協議会へご連絡ください。

※水分補給以外の飲食はできません(飲食スペースはありません)。
◆プログラム 式典、演芸「漫才 U字工事」、模擬店(土産物など)、相談コーナー(地域包括支援センターほか)

高齢者スマートフォン相談会

敬老のつどいに参加される際に、お立ち寄りください。

☎ 9月17・18日午前9時30分~午後4時30分

☎ 市役所1階市民ホール

☎ 当日会場へ ☎ 高齢者支援課 ☎0422-29-9272

※混雑時には受け付けを制限する場合があります。



後期高齢者医療制度のお知らせ

☎ 保険課 ☎0422-29-9219

●10月1日から保険証が変わります

現在お使いの保険証(藤色)の有効期限は9月30日(金)です。10月1日(土)から利用できる新しい保険証(水色)を9月9日(金)以降に簡易書留で送付します。
※藤色の保険証は9月中は破棄しないでください。

●10月1日から自己負担割合が「1割」「2割」「3割」の3区分になります

これまで1割負担だった方のうち、次の①②の両方に当てはまる場合は2割負担になります。3割負担の方の基準は変わりません。

- ①同じ世帯の被保険者の中に、住民税課税所得が28万円以上145万円未満の方がいる
- ②「年金収入」と「その他の合計所得金額」の合計額が、被保険者が1人の場合は200万円以上(2人以上の場合は320万円以上)

●3割負担の方でも前年度の収入によっては1割または2割負担になります

下記の条件に該当する方には、今年度から申請不要で1割または2割負担の保険証を送付します。市で該当を確認できず、申請が必要と思われる方には申請書を送付しています。

- 世帯内の被保険者が1人の場合は、収入額が383万円未満。ただし、同一世帯でほかの健康保険制度加入者(70~74歳)がいる場合は、被保険者との収入合計金額が520万円未満
- 世帯内の被保険者が2人以上の場合は、被保険者全員の収入合計額が520万円未満

「障がい者等の生活と福祉実態調査」を実施します

☎ 障がい者支援課 ☎0422-29-9232

『三鷹市障がい者(児)計画』の策定と今後の福祉サービスの向上に役立てるため、福祉サービスの利用や生活の状況などに関する調査を実施します。調査票が届いた方は、回答へのご協力をお願いします。

◆対象

①障がい者(児)調査(65歳未満の方)

障害者手帳をお持ちの方、自立支援医療(精神通院)・難病医療費助成を受給している方(18~64歳の方は半数を無作為抽出)

②高齢障がい者調査(65歳以上の方)

視覚および聴覚障がい1・2級の方、愛の手帳・精神障害者手帳をお持ちの方(64歳までに手帳を取得した方。精神障害者手帳をお持ちの方は半数を無作為抽出)

③医療的ケア者(児)調査

医療的ケアを必要としている方

◆調査時期・方法 9月中旬~10月に調査票を郵送

マチコエ 防災マルシェでアンケートを行います

☎ 参加と協働推進室 ☎0422-70-4033

(午前9時~午後8時30分(月曜日を除く。土・日曜日は5時まで))

市民参加でまちづくり協議会(愛称:マチコエ)のメンバーが、みたか防災マルシェ2022(1面参照)に出展してアンケートを実施します。回答した方には、先着で記念品をプレゼントします。

☎ 9月10日(土)午後1時~4時・11日(日)午前10時~正午

☎ SUBARU総合スポーツセンター

実施するアンケート

- 歩道や車道で「不安だ」「危険だ」と感じる点を教えてください
- 防災無線が聞こえるかどうかを地図上にシールを貼って教えてください

マチコエとは 公募で集まった市民ボランティアのメンバーが、市民の皆さんの声を集めて話し合い、まちづくりのアイデアを市に提案します。詳しくはマチコエホームページ [HP https://mitaka-machikoe.com/](https://mitaka-machikoe.com/)をご覧ください。



申請期限は9月30日(金)(消印有効)

令和4年度から住民税非課税になった世帯などへの臨時特別給付金

☎ 三鷹市臨時特別給付金コールセンター ☎0422-29-9617 (平日午前9時~午後5時)

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中、生活や暮らしを支援するため、1世帯当たり10万円を給付しています。

◆対象世帯

①住民税非課税世帯

基準日(4年6月1日)に三鷹市に住民登録がある、3年度は住民税課税世帯で、4年度から世帯全員が住民税非課税になった世帯(対象と思われる世帯の世帯主宛てに、7月1日に確認書などを送付済み)

②家計急変世帯

同感染症の影響で4年1月以降の家計が急変し、世帯員それぞれの4年1~9月の任意の1カ月の収入または所得を12倍し、合計した金額が住民税非課税相当になる世帯

◆申請方法

①送付している確認書に必要事項を記入し、返送してください。

②申請が必要です。詳しくは市ホームページでご確認ください。

※①②の重複受給は不可。3年度に同給付金を受給済みの世帯は対象外です。また、世帯の全員が住民税を課税されているほかの親族などの扶養を受けている場合も対象外です。



三鷹市中小企業等特別給付金

☎ 生活経済課(第二庁舎2階) ☎0422-24-6241

新型コロナウイルス感染症の影響により売り上げが減少している市内事業者を支援するため、特別給付金を給付します。

◆対象者 令和3年12月31日以前から申請日現在まで、引き続き市内に事業所を有する中小企業等で、市が定める事業収入等の減少要件を満たす者

◆給付額 1事業者当たり上限10万円(事業収入等の減少額が10万円未満の場合はその額)

☎ 10月31日(月)(必着)までに必要書類を「〒181-8555生活経済課」へ

※事業収入等の減少要件や申請書類など、詳しくは市ホームページ(右記二次元コード)をご確認ください。

※申請書は同課、市政窓口、三鷹商工会(下連雀3-37-15)でも配布しています。



スマホでも市税などの納付ができます

☎ 納税課 ☎0422-29-9211

4月1日以降に発行された納付書から、スマートフォンアプリを利用してバーコードを読み取るだけで、キャッシュレスで市税などの納付ができるようになりました。詳しくは市ホームページ(右記二次元コード)またはお手元の納付書をご確認ください。

◆利用できるアプリ決済サービス

PayB、LINE Pay請求書支払い、PayPay請求書支払い、楽天銀行コンビニ支払サービス、銀行Pay(ゆうちょ Payなど)、au PAY(請求書支払い)、J-Coin請求書支払い、d払い請求書支払い、FamiPay請求書支払い



10月から 高校生年齢相当のお子さんの医療費を助成します



☎子育て支援課 ☎0422-29-9675

●対象となるお子さん

市内在住で国民健康保険または各種健康保険に加入しており、高校生年齢相当(15歳に達する日の翌日以後の最初の4月1日から18歳に達する日以後の最初の3月31日まで)のお子さん(所得制限なし)。
※次の場合は、それぞれの医療費助成制度が優先します。

- 生活保護・里親制度を受けている
- 児童福祉施設に入所している(通所施設は除く)
- ひとり親家庭等医療費助成制度・心身障害者医療費助成制度で全額助成を受けている

●助成額(10月1日診療分から適用)

保険診療の自己負担分のうち、次の額を助成します。

- 通院1回につき200円を除いた額
- 通院に伴う調剤費の全額
- 入院費の全額

※健康保険適用外の診療や文書料、入院時の食事療養費などは対象外です。

●助成を受けるには

今年度は医療証は発行されません。お子さんを養育している方(保護者など)は、医療機関などで自己負担分を支払い、後日、子育て支援課(市役所4階43番窓口)に必要な書類などをお持ちのうえ、医療費の返金手続きをしてください(郵送、市政窓口での手続きは不可)。

※返金手続きの期限は、自己負担分支払日の翌日から5年間です。

☒ 医療機関の領収書(原本)、印鑑(認印可)、お子さんの健康保険証、申請者(保護者など)の口座情報が分かるもの

令和5年度

学童保育所の入所申し込み

☎児童青少年課(市役所4階41番窓口) ☎0422-29-9671

昨年度に引き続き、申し込みは原則として郵送で受け付けます。入所案内は9月中旬から市ホームページでご覧いただけるほか、同課や市政窓口、市内保育園・幼稚園、学童保育所などで配布を開始します。

◆郵送受付期間 10月11日(火)~24日(月)(必着)

※継続の方は入所している学童保育所への提出も可。

がんばった夏休み 市立小・中学生が活躍しました!

☎指導課 ☎0422-29-9817

市立小・中学生が、夏休み中に開催されたスポーツ大会や音楽コンクールで健闘しました。

◆①関東中学校陸上競技大会・②全日本中学校陸上競技選手権大会

米川桂里奈さん(二中・3年)砲丸投げ①3位、②出場

◆関東中学校水泳競技大会 渡邊さらさん(一中・3年)自由形50m6位、

藤井喜与人さん(二中・3年)バタフライ200m出場

◆全国小学生ハンドボール大会

沢藤拓さん(井口小・4年)出場

◆東京都中学校吹奏楽コンクール

金賞=四中、銀賞=二中・三中・五中・七中、銅賞=一中・六中



米川桂里奈さん



渡邊さらさん



藤井喜与人さん



沢藤拓さん

令和5年度 三鷹ちどりこども園の入園申し込み (幼稚園タイプ、2年保育)

☎同園 ☎0422-72-9220

保護者の就労などの有無にかかわらず、保育を希望するお子さんをお預かりする施設です。給食があり、夏休み期間中も登園できます(幼稚園タイプの土曜日保育はありません)。

入園募集説明会を9月13日(火)午前10時~11時に同園で開催し、募集要項は同日から同園、三鷹市社会福祉事業団、子ども育成課(市役所4階45番窓口)、すくすくひろば、東・西多世代交流センターで配布します。

☎平成30年4月2日~31年4月1日生まれのお子さん15人

☎9月26日(月)~30日(金)午前10時~午後4時30分に必要書類を同園へ

◆今後の日程

●面接=10月18日(火)午前9時45分~11時30分

●健康診断=10月18日(火)午後1時30分から

●抽選会(応募者が募集人数を超えた場合)=10月27日(木)午前10時から



プレこども園(体験保育)

☎9月15日(休)午前9時45分~11時 ☎同園

☎10人 ☎同園 ☎0422-72-9220へ(先着制)

令和5年度 専門支援が必要なお子さんの療育・訪問支援申し込み

☎子ども発達支援センター ☎0422-45-1122

●くるみ幼稚園の入園申し込み

☎障がいや発達に課題があり、少人数での療育が可能な市内在住の2歳~就学前のお子さん若干名

●保育所等訪問支援の利用申し込み

同センターの訪問支援員が、保育所・幼稚園などを訪問し、障がいのあるお子さんの集団生活を支援します。なお、5年度利用の募集は今回のみです。

☎5年4月~6年3月

☎保育所・幼稚園などに在園し、専門支援を必要とする、障がいのあるお子さん10人程度

☎9月20日(火)~30日(金)午前8時30分~午後5時(必着)に申請書(市ホームページで入手)を直接または郵送で「〒181-0004新川6-37-1子ども発達支援センター」(元気創造プラザ1階)へ

ファミリー・サポート 援助会員を募集します



☎みたかファミリー・サポート・センター事務局 (子ども家庭支援センターのびのびひろば内) ☎0422-76-6817

空いている時間を活用して、地域の子育てをサポートしませんか。援助会員に登録すると、同センターが育児の援助を受けたい方(利用会員)に紹介します。援助会員になるには養成講座の受講が必要です。

◆主な活動(報酬あり)

保育園・幼稚園・学童保育所などの送迎、利用会員宅・援助会員宅・親子ひろばでのお子さんのお預かりなど

◆援助会員養成講座

☎10月5日(火)午後1時~5時10分、6日(水)・7日(金)午後1時~5時(全3回)

※受講できない日がある場合は、12月に開催予定の同講座に振り替え可能です。

☎援助会員への登録を希望する方15人

☎教育センター

☎9月5日(月)午前9時~10月3日(月)午後4時に同センター ☎0422-76-6817 へ(先着制)

秋のスポーツイベント ボランティア募集



☎ スポーツ推進課 ☎0422-29-9863

①2022みたかスポーツフェスティバル、②みたかわんぱくスポーツDAY 2022、③第31回三鷹市民駅伝大会のボランティアを募集します。さらに「みたかスポーツサポーターズ」に登録すると、サポーターズポロシャツと東京2020大会オリジナルネックストラップなどがもらえます(なくなり次第終了)。

📅 ①10月9日(日)午前9時～午後4時、②10月16日(日)午前9時～午後4時、③11月27日(日)午前7時～正午

👤 ①③30人程度、②10人程度

📍 ①SUBARU総合スポーツセンター、②味の素スタジアム、③市内コース
📄 9月14日(水)までに申し込みフォーム [HP](https://logoform.jp/form/ejBZ/132648/) https://logoform.jp/form/ejBZ/132648/へ(申込多数の場合は抽選。結果は9月21日(水)までにメールで通知)

※①は昼食とTシャツを支給。複数のイベントへの申し込みも可。



みたかまるごと文化財 ウォークスタンプラリー

☎ スポーツ推進課 ☎0422-29-9863

三鷹市オリジナルスポーツアプリ「タッタカくん！ウォーク&ラン」を活用したスタンプラリーイベントの第5弾。「三鷹まるごと博物館マップ」に掲載された市内の文化財を中心に80カ所を巡ります。スタンプを40個以上集めた方には、タッタカくんとすいしゃくんがデザインされたスマホポーチ(写真)を差し上げます(なくなり次第終了)。

📅 10月11日(火)まで 🧑 在学・在勤を含む小学生以上の市民
📄 期間中に「タッタカくん！ウォーク&ラン」アプリから参加



太陽系ウォーク スタンプラリー

参加店舗を募集中！ ☎ 三鷹商工会 ☎0422-49-3111

みたか太陽系ウォークは、三鷹市と国立天文台、三鷹ネットワーク大学が主催する地域のイベントです。三鷹市内を13億分の1に縮小した太陽系に見立て、市内の店舗や観光スポットに設置されたスタンプを集めて「まち歩き」を楽しめます。

今年は、非接触のデジタルスタンプラリーを、10月22日(土)～11月27日(日)に開催します。参加店舗には、GPS機能によりスタンプを設置し、集客用のオリジナル共通ポスターを配布します。

📄 10月7日(金)までに参加フォーム(右記二次元コード)へ
※太陽系ウォークの関連イベントなどは、企画・検討中です。
詳しくは、『広報みたか』10月2日発行号をご覧ください。
(イベントの詳細は、三鷹ネットワーク大学 ☎0422-40-0313)



第69回 三鷹市市民文化祭 作品・参加者募集

☎ 三鷹市芸術文化協会 ☎0422-45-1283、
市芸術文化課 ☎0422-29-9861

📍 市、市教育委員会、同協会

📅 ①菊花展=10月30日(日)～11月6日(日)午前9時～午後4時、②華道展・工芸展=11月1日(火)～6日午前10時～午後5時、③美術展=11月1日～6日午前10時～午後6時(②③6日は4時まで)、④短歌会=11月5日(土)午後1時30分から、⑤囲碁大会=11月6日午前9時30分から(小・中学生対象のプロ指導者は正午～午後1時)、⑥俳句会=11月13日(日)午後1時から

👤 ①～③⑤在学・在勤・在活動を含む市民、④⑥在学・在勤を含む市民、各会員

📍 ①市役所中庭、②④芸術文化センター、③三鷹市美術ギャラリー、⑤⑥生涯学習センター

◆出品・参加申し込み

9月16日(金)までの平日午前9時～午後4時に同協会(元気創造プラザ4階)または9月16日(消印有効)までに必要事項(11面参照)・出品部門・作品名・サイズを「〒181-0004新川6-37-1三鷹市芸術文化協会」・FAX 0422-45-1284・✉geibunkyo@bz04.plala.or.jpへ

◇短歌会・俳句会の申し込み

📄 9月22日(木)(消印有効)までに所定の用紙(市ホームページで入手可)または原稿用紙に作品(短歌2首、俳句3句)と必要事項(11面参照)を「短歌在中」または「俳句在中」と朱書きした封筒に入れ、直接または郵送で同協会へ

◇囲碁大会の申し込み

📄 10月21日(金)(消印有効)までに必要事項(11面参照)・段または級位を直接または郵送、ファクス、電子メールで同協会へ

◆出品作品の搬入・搬出(各会場に直接)

◇菊花展 搬入=10月29日(土)午前8時(切花は30日午前9時)から、搬出=11月7日(日)午前8時～10時

◇美術展 搬入=10月30日午前10時～正午、搬出=11月6日午後4時～5時

◇工芸展 搬入=10月31日(月)午前10時～正午、搬出=11月6日午後4時～5時

◇華道展 搬入=(前期)10月31日午後1時から、(後期)11月3日(木・祝)午後6時30分から、搬出=(前期)11月3日午後6時から、(後期)11月6日午後4時から

5市共同事業 「子ども体験塾」 環境キッズフェスタ2022

☎ 武蔵野市企画調整課 ☎0422-60-1801

環境問題を考え、行動につなげるイベントです。

👤 5市(武蔵野市・三鷹市・小金井市・国分寺市・国立市)内の小・中学生

◆デジタルスタンプラリー

環境クイズに答え、スタンプをゲット。先着で景品がもらえます。

📅 10月1日(土)～11月18日(金)(③は11月14日(月)まで、④は10月12日(水)～11月6日(日))

📍 ①武蔵野プレイス(武蔵野市境南町2-3-18)、②Machikoe(下連雀3-33-3)、③環境楽習館(小金井市貫井南町3-2-16)、④武蔵国分寺跡資料館(国分寺市西元町1-13-10)、⑤旧国立駅舎(国立市東1-1)

📄 同イベントLINE公式アカウント(右記二次元コード)へ。各会場のクイズの答えを紙に書いて、11月19日(土)開催の環境キッズフェスタ2022(下記)へ持参可。



◆環境キッズフェスタ2022

📅 11月19日 📍 むさしのエコレポート(武蔵野市緑町3-1-5)

- ①気象予報士のくぼてんきさんによる講演会
- ②ものづくりワークショップ
- ③めざせ環境博士！(環境に関する取り組みや研究の発表会。取り組み動画や資料を募集します)
- ④発電体験

📄 ①9月12日(月)～10月16日(日)、③10月16日までに同イベントLINE公式アカウントまたは必要事項(11面参照)を「〒186-0012国立市泉1-4-4環境キッズフェスタ申込窓口」へ(申込多数の場合は抽選)、②④当日会場へ
※詳しくは、同イベントホームページ [HP](https://www.event-form.jp/pages/843/kankyokidsfesta/) https://www.event-form.jp/pages/843/kankyokidsfesta/をご覧ください。

山本有三記念館新企画展

「山本有三ー作家として、教育者として」

☎ 同記念館 ☎0422-42-6233

昭和7(1932)年、山本有三(写真)は、明治大学に新設された文科専門部文芸科の初代科長に就任し、「活きた文学の味得」を目指すカリキュラムを編成しました。一方で、作品を精力的に発表。印税を大学に寄付し、学生の奨学金に充てました。



昭和6年ごろ 出典：近代日本人の肖像

当時の新聞記事や初版本などの多彩な資料とともに、作家であり教育者でもあった有三の活躍をご覧ください。

📅 9月10日(土)～令和5年3月5日(日)午前9時30分～午後5時

📍 休館日：月曜日(祝日の場合は開館し、翌日と翌々日が休館)、年末年始

📄 高校生以上は300円(入館料) 📄 期間中会場へ

◆第8回山本有三記念館スケッチコンテスト

大正末期に建てられ、有三が家族と暮らした洋館を題材にした絵画作品を募集します。三鷹市公会堂さんさん館でコンテストを行い、受賞作品を決定します。



◆募集期間 10月1日(土)～12月18日(日)(消印有効)

※応募規定などの詳細は、同記念館ホームページをご確認ください。

◆第43回おはなし会

📅 10月8日(土)午後2時～2時30分

👤 小学1年生以下のお子さん5人(未就学児は保護者同伴)

📄 保護者は300円(入館料) 📄 当日会場へ

り、全日程受講できる方12人
①日商簿記三鷹福祉専門学校(下連雀4-19-11)、②障害者生活支援センターインみたか(下連雀4-15-23)、三鷹ナース・ヘルパーセンター(上連雀7-8-28)またはNPO法人グレースケア機構(下連雀3-17-9)

¥2,500円(別途テキスト代1,000円、実習時の交通費がかかります)

④9月16日(金)までに申込書(障がい者支援課(市役所1階15番窓口)または市ホームページで入手)・本人確認書類、有資格者は資格証の写しを同課へ(申込多数の場合は前年度落選者を優先して抽選)※介護福祉士、ホームヘルパー有資格者、訪問介護員、介護職員基礎・初任者・実務者研修修了者(資格取得見込み可)は受講免除になる科目があります。
⑤同課☎29-9233

募集

小型EVバス「三鷹台駅—明星学園ルート」実証運行利用者モニター
◆実施内容 10月24日(月)~11月下旬に乗車し、アンケートに回答。12月~令和5年1月に開催予定の意見交換会に出席。交通安全グッズの贈呈あり。
◆募集人数 20人程度
④9月5日(月)~26日(月)に必要事項(11面

参照)・性別を「〒181-8555都市交通課」・FAX 48-0975・✉koutsu@city.mitaka.lg.jpへ(申込多数の場合は井の頭地区在住者を優先して抽選。当選者には10月3日(月)までに通知)
※10月6日(木)午後6時から開催予定の事前説明会に参加してください。
⑤同課☎29-9709

仕事・求人

しごとの相談窓口
就職や再就職、年金などの個別相談会。
④9月14日(水)午前10時~正午
⑤10人(内職相談は市民)
⑥三鷹産業プラザ
⑦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
⑧⑨生活経済課☎29-9615へ(先着制)
全年齢対象
①就職支援セミナー、②就職面接会
④9月21日(水)①午前9時45分~11時30分、②午後1時~4時(3時20分まで受付)
⑤①40人
⑥武蔵野商工会館(武蔵野市吉祥寺本町1-10-7)
⑦⑧筆記用具、⑨面接希望分の履歴書
⑩⑪必要事項(11面参照)をハローワーク三鷹☎47-8617へ(先着制)
※⑫の参加企業は5社程度。

シニア期に向けた暮らしと働き方セミナー
④東京都、東京労働局・都内ハローワーク、(公財)東京しごと財団
⑤10月14日(金)午後1時~3時45分
⑥55歳以上で就職活動中または就職活動を始める方35人
⑦三鷹産業プラザ
⑧ファイナンシャルプランナーの水谷恒夫さんほか
⑨⑩9月5日(月)から予約専用ダイヤル☎03-5422-1399(平日午前9時~午後5時)・(公社)長寿社会文化協会ホームページHP https://wac.or.jp/へ(先着制)

相談

社会保険労務士による労務・働き方改革・年金の無料相談会
④東京都社会保険労務士会武蔵野統括支部
⑤9月16日(金)午後1時30分~4時30分
⑥在学・在勤を含む市民
⑦三鷹産業プラザ
⑧当日会場へ(先着制)
⑨⑩同支部三鷹担当☎080-7014-3336

弁護士による無料電話相談会「遺言・相続110番」
④9月21日(水)午前10時~午後3時
⑤第一東京弁護士会遺言センター☎03-3595-1154へ
⑥同センター☎03-3595-1154、市相談・情報課☎44-6600
住宅リフォーム無料相談会
④9月28日(水)午前10時~午後3時(正午~午後1時を除く。耐震に関する相談は午後のみ)
⑤市役所1階市民ホール
⑥あれば自宅の図面や写真など
⑦当日会場へ
⑧都市計画課☎29-9704

審議会・市民会議など

第73回ふじみ衛生組合 地元協議会の傍聴
④9月15日(水)午後6時30分から
⑤⑥クリーンプラザふじみ、オンライン会議アプリ「Zoom」合計10人
⑦9月8日(木)までに必要事項(11面参照)・参加方法を同組合✉fujimi-soumuka@fujimieiseikumiai.jpへ(先着制)
⑧同組合☎042-490-5374

※「市からのお知らせ」は11面からご覧ください。

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(材料代・教材費など)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。
※市外局番「0422」は省略。 ※タイトル後に★のあるものは生涯学習課の講師派遣事業。
④HP https://www.city.mitaka.lg.jp/またはFAX 76-2490へ ⑤広報メディア課☎29-9037
※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。

10月2日発行号
原稿締切日 9月6日(火)
10月16日発行号
原稿締切日 9月20日(火)
いずれも午後5時まで

催し

三鷹ノルディックウォーク大衆(フレイル予防活動体験イベント)
④毎月第1・3土曜日午前9時30分~11時30分(雨天中止) ⑤井の頭公園西園 ⑥当日会場へ ⑦渡辺☎090-5537-5889

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&軽いウォーキングとごみ拾い&朝カフェ!
④つながりのはじめまして ⑤毎週日曜日午前6時25分から(雨天中止) ⑥三鷹駅南口緑の小ひろば(ジブリ美術館行きバス停東側) ⑦当日会場へ ⑧同会☎080-3356-5617・HP https://www.enchante-mitaka.tokyo/

気楽に手作りの会(粘土アート・つる&籐・押し花)
④9月8日(木)午後1時~3時30分 ⑤三鷹駅前コミュニティセンター ¥初回1,200円 ⑥同土生(はぶ)☎090-4821-9511

田中賢二 藍の世界「月と蓮」展 独自の藍染アートの世界一月と蓮シリーズ
④しろがね Gallery ⑤9月9日(金)~14日(水)午前11時~午後7時(9日は午後1時から、14日は4時まで) ⑥同画廊 ⑦期間中会場へ ⑧同画廊☎43-3777

タブレット・スマホなんでも相談会
④NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹 ⑤9月9日(金)午後3時から(1人75分) ⑥3人 ⑦申し込み時に通知 ¥1,500円 ⑧同法人(今安)☎090-4868-1134(先着制)

三輪曉展
④ぎやらりー由芽 ⑤9月10日(土)~25日(日)正午~午後7時(25日は5時まで) ⑥同画廊 ⑦期間中会場へ ⑧同画廊☎47-5241(木曜日休み)

おむすびサロン「悪徳商法にご注意」のお話
④おむすび倶楽部友の会 ⑤9月13日(水)午後1時30分~3時30分 ⑥おむすびハウス(下連雀4-19-20) ¥200円 ⑦同会(藤原)☎46-4117・✉omusubimitaka@gmail.com

元気ひろば おれんじの催し
④9月14日(木)①江戸小断おしゃべりサロン=午前10時~11時、②健康体操教室=午後2時50分~3時50分 ③同会(中原3-1-65) ¥①300円、②2,200円 ④同会☎76-5940

第193回井の頭かんさつ会「クモ」
④9月18日(日)午前10時~正午 ⑤井の頭公園 ¥300円 ⑥同会 HP http://kansatsukai.net/ ⑦田中✉fe8n2h@bma.biglobe.ne.jp

「誰い」で元気になる! 謡曲を体験してみませんか(初めての方も歓迎)
④三鷹宝生会 ⑤9月19日(月・祝)午前10時~午後3時(体験(希望者のみ)は11時30分から) ⑥生涯学習センター ⑦当日会場へ ⑧池内☎090-4839-4106

2022三鷹母親大会 伊藤千尋さん(ジャーナリスト)による記念講演
④同大会実行委員会 ⑤9月19日(月・祝)午後1時~4時30分 ⑥三鷹市公会堂さんさん館 ¥500円(高校生以下は無料) ⑦当日会場へ ⑧同会(前山)☎46-6836

一緒にパンを作りませんか?
④手ごねパンの会 ⑤①鮎スネーク(甘酒入りパン)=9月22日(木)、②まずは基本から! ころころレーズンパン=10月1日(土)、いずれも午後0時40分~3時30分 ⑥15歳以上の方 ⑦生涯学習センター ¥各2,500円 ⑧倉澤☎090-7816-7741・✉tegone.pain@gmail.com

ふるしき市
④三鷹市ボランティア連絡協議会 ⑤9月24日(日)午前10時~午後1時(雨天中止) ⑥市民センター議場棟下 ¥500円(1区画分) ⑦同 ⑧9月5日(月)から同協議会☎76-1271(先着制)

皆さんで楽しく歌いましょう(要予約)
④三鷹一日うたごえ ⑤9月24日(日)午後1時30分~4時30分 ⑥三鷹市公会堂さんさん館 ¥1,000円 ⑦同 ⑧藤井☎48-4688

差別と分断に抗うパート3—なぜ戦争は起きるのか★
④読み解きレッスン ⑤9月24日(日)午後2時~4時30分 ⑥生涯学習センター ⑦東京外国語大学名誉教授の西谷修さん ¥300円 ⑧当日会場へ ⑨大橋☎080-5015-0084

第185回太宰治の足跡案内
④みたか観光ガイド協会 ⑤9月25日(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 ⑥当日集合場所へ ⑦こやの☎090-8302-2858

第84回三鷹雑学大学講義 古代史論争史早捲り③大化の改新
④9月25日(日)午前10時~正午 ⑤消費者活動センター ⑥当日会場へ ⑦近藤☎48-1490

三鷹デッサン講習会★
④三鷹デッサン会 ⑤9月25日(日)午前10時~午後0時40分 ⑥20人 ⑦三鷹駅前コミュニティセンター ⑧元創形美術学校講師の高橋輝夫さん ⑨同 ⑩堀内☎090-3318-4693(先着制)

講演会「生き合える社会をめざして—経済を自分の頭で考える」★
④市民社会をめざす会 ⑤9月25日(日)午後1時30分~4時 ⑥50人 ⑦生涯学習センター ⑧東京外国語大学大学院教授の中山智香子

さん ¥300円(資料代) ⑥当日会場へ(先着制) ⑦石黒☎080-6250-1496

通訳ガイド兼英語講師が教える初めてののためZoom英会話(初級)
④くれないEnglish ⑤9月27日(水)午後1時30分~3時 ⑥12人 ⑦オンライン会議アプリ「Zoom」 ¥1,000円 ⑧同 ⑨長井☎46-0571・✉longenglish93@gmail.com

審判講習会
④三鷹市家庭婦人バレーボール連盟 ⑤10月1日(日)午前9時~午後5時 ⑥市内の家庭婦人の方 ⑦SUBARU総合スポーツセンター ¥300円 ⑧同 ⑨9月12日(月)までに志藤☎042-338-3750

健康マージャン女性初心者講座
④健康マージャン「めだかの学校」 ⑤10月3日~11月21日の月曜日午前9時30分~11時30分(10月24日を除く。全7回) ⑥生涯学習センター ¥9,000円(7回分。テキスト代を含む) ⑦同 ⑧佐藤☎090-9760-9385

健康ストレッチ教室★
④体笑会 ⑤10月8日(日)午後1時30分~3時30分 ⑥60歳以上の方20人 ⑦杏林大学井の頭キャンパス(下連雀5-4-1) ⑧杏林大学准教授の榎本雪絵さん ¥500円 ⑨同 ⑩9月20日(火)までに同会✉taishohkai@yahoo.co.jp(申込多数の場合は抽選)

会員募集

三泳会(水泳)
④毎週金曜日午前9時~11時 ⑤クロール・背泳ぎで25m泳げる50歳以上の方、泳法を問わず25m泳げる49歳以下の方 ⑥SUBARU総合スポーツセンター ¥入会金1,000円、月額2,000円 ⑦同 ⑧香川☎・FAX 76-5541

市民体育祭 水泳競技

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、三鷹市水泳連盟

11月20日(日)午前9時～午後5時

在学・在勤を含む中学生以上の市民(学連登録者を除く)

SUBARU総合スポーツセンター

9月24日(土)正午～10月1日(土)正午に申込書(同連盟ホームページHPhttp://suiren.mitaka.tokyo.jp/で入手)を同連盟kyougi@suiren.mitaka.tokyo.jpまたは同協会(同センター内)へ

同連盟mitaka.suiren03@outlook.jp

わんぱくサッカー大会(交流会)

新川中原住民協議会

12月24日、令和5年1月7日、いずれも土曜日午前9時～午後5時のうち2時間

市内の1小学4・6年生のチーム、23・5年生のチーム、各4チーム(対象以下の学年をメンバーに含むこと可)

大沢総合グラウンド

9月24日(土)までに新川中原コミュニティセンターへ(申込多数の場合は抽選)

同センター ☎49-6568

へ(先着制)

同センター ☎48-6721

お気に入りの写真や絵をアクリルキューブにプリントしよう!

9月19日(月・祝)午後1時～3時

4人(小学校低学年は保護者同伴)

三鷹産業プラザ

㈱ウッドボックスエンジニアリングの浅古綾香さん

¥1,650円

印刷したい写真や絵(4cm×4cmのデータまたは紙)

必要事項(11面参照)をファブスペースみたか fabspace@mitaka.ne.jpへ(先着制)

同施設 ☎48-3520

東部・ひまわり学苑

東部地区住民協議会

1時事講座「ウクライナ問題」=9月28日、2教養講座「日本は本当に先進国なのか?」=10月12日、いずれも水曜日午後1時30分～3時30分(全2回)

両日参加できる方5人

牟礼コミュニティセンター

1国際アナリストの茂木貴さん、2杏林大学外国語学部長の坂本ロビンさん

9月7日(水)午前10時から直接または電話で同センター ☎49-3441へ(先着制)

権利擁護・あんしんサポーター養成講座

三鷹市社会福祉協議会、権利擁護センターみたか

10月4日(火)・12日(水)午前9時30分～正午、20日(水)午後1時30分～4時30分(全3回)

修了後に同サポーターとして活動できる市民で全回受講できる方、同センターの生活支援員、三鷹市市民後見人の登録を希望する方25人

福祉センター

9月5日(月)～30日(金)に申込書(同協議会ホームページHPhttps://www.mitakashakyo.or.jp/で入手)を直接またはファクスで同センター(元気創造プラザ3階)・FAX 71-2053へ(先着制)

同センター ☎46-1203

みたか健康づくりセミナー

新川中原

市、新川中原住民協議会

10月6日、13日、20日、27日、いずれも木曜日午前10時30分～正午(全4回)

20人

新川中原コミュニティセンター

1東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター副センター長の植田拓也さん、2管理栄養士の奈良理香子さん、3歯科衛生士の谷口珠代さん、4パーソナルトレーナーでフィットネスインストラクターの赤間匠さん

9月6日(火)から同センター ☎49-6568へ(先着制)

知的障がい者ガイドヘルパー養成研修

1講義=10月8・15日の土曜日午前9時～午後5時(15日は5時50分まで)、2実習=10月16日(日)～11月5日(土)のうち1日午前9時～午後4時

在学・在勤を含む市民で修了後にガイドヘルパーとして従事する意思があ



スマホ・タブレット教室

三鷹市シルバー人材センター

1月1日(火)午後1時～2時30分、2月4日(水)午後2時30分～4時(いずれも木曜日)

14人、23人

12,000円(1回分)、28,000円(4回分)

9月25日(日)までに必要事項(11面参照)・お使いの機種を「〒181-0004新川6-35-16三鷹市シルバー人材センター」

30歳から 54歳

みたかミドル世代正社員チャレンジ事業参加者募集

同事業事務局 ☎050-5369-5445(平日午前10時～午後6時)・info@seisyainmitaka.com

正社員就職に向けた支援プログラムです。パートやアルバイトなどで就業中の方も参加できます。

1集合研修(事前予約制)

企業の選び方や選考準備、履歴書のポイントを学ぶ講座、個別相談など。

10月7日(金)、11月3日(木・祝)午前10時～午後4時30分

三鷹産業プラザ

2オンライン個別就職相談

オンライン会議アプリ「Zoom」やメール、電話で相談に応じます。

3企業交流会(事前予約制)

企業の採用担当者に仕事内容や条件などを確認できます。

10月20日(水)正午～午後4時 三鷹産業プラザ

4求人情報の閲覧・応募

同事業ホームページ(下記)で登録者限定の求人情報を閲覧できます。

おおむね30～54歳で、正社員就職を目指す方(1は各回15人)

同事業ホームページHPhttps://seisyainmitaka.com/へ



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 ☎0422-40-0313・FAX0422-40-0314

info@mitaka-univ.jp・HPhttps://www.mitaka-univ.org/ ※現在、飲食物の提供は見合わせています。

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9月6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) いずれも同大学 ※受講には登録が必要です。講座の詳細や受講者登録など、詳しくは同大学ホームページ(右記二次元コード)をご覧ください。



みたか星空散歩—10月の星空解説と天文トーク

9月20日(火)午後7時～8時30分 40人

アニメーション文化講座「アニメーター大塚康生の仕事」

10月4日～18日の火曜日午後7時～8時30分(全3回、通し受講のみ)

40人

講 富沢信雄さん、友永和秀さん、竹内孝次さん、叶精二さん

¥市民1,800円、市民学生1,300円、一般2,200円ほか

数学はこんなに面白い「円周等分方程式のべき根表示について」

10月6日(水)午前10時～11時30分 25人

講 東京女子大学名誉教授の小林一章さん ¥500円

みたか地球市民講座

「『消費者』とは誰か—日本現代史から考える」【オンライン講座】

10月6・20日、11月17日、12月1・15日、いずれも木曜日午後7時～8時30分(全5回、通し受講のみ) 24人

講 北海道大学大学院経済学研究院准教授の満園勇さん ¥2,500円

三鷹ネットワーク大学ホームページへ(先着制)

杏林大学公開講演会「読み継がれる『論語』の魅力」【オンライン講座】

10月7日(金)午後3時～4時 90人

講 杏林大学外国語学部中国語学科准教授の森和さん

三鷹ネットワーク大学ホームページへ(先着制)

三鷹の夜・月いち読書会「科学と文学の間(あわい)に」第14回

司会・進行役は編集者でライターの空犬太郎さん。課題図書は、村田沙耶香「生命式」(『生命式』(河出文庫)所収)。

10月7日(金)午後7時～8時30分 12人 ¥500円

数学カフェみたか「ガロア理論に関する問題」

10月11日(火)午前10時～11時30分 25人

講 東京女子大学名誉教授の小林一章さん ¥500円

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

「安野光雅の『旅の絵本』で旅する!アメリカ編リターンズ」

10月16日(日)午後2時～4時 20人

講 元小平市立図書館司書の渡辺房江さん ¥1,000円

物『旅の絵本IV アメリカ編』安野光雅著(福音館書店)

◆「おうち時間」を充実させる動画を配信しています

毎月3本の講座をHPhttps://10mtv.jp/mitaka-univ/で無料配信しています。講座は毎月月初に入れ替え、月末までの期間限定で公開します。



①当日会場へ(②先着制)
 ②NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会
 ☎46-2081(当日は☎090-1054-6310)
おとな絵本ラウンジ 第74回
トークテーマ「Going my way」
 ②9月18日(日)午後2時～4時
 ①10人
 所三鷹ネットワーク大学
 ②9月17日(土)午後5時までに同ラウンジ
 ホームページ②<https://otonaehon.jimdofree.com/>へ(先着制)
 ②星と森と絵本の家☎39-3401
みんなであつなげる「老い支度」
 ②9月20日(火)午前10時～11時30分
 所山中地区公会堂
 ②室内履き、動きやすい服装、タオル
 ②②連雀地域包括支援センター☎40-2635へ
音楽サロン「バイオリンとチェロのデュオファンタジーストーリー」
 ②新川中原住民協議会
 ②9月24日(土)午後6時30分～8時30分
 ①40人
 所新川中原コミュニティセンター
 ②9月6日(火)から同センターへ(先着制)
 ②同センター☎49-6568
井口コミュニティセンターの催し
 ②西部地区住民協議会
 ②①みんなでなげで輪になろう！敬老の日わなげ大会＝9月25日(日)午前11時～午後0時30分、②羊毛フェルトでゆるふわ動物＝27日(火)午前10時30分～正午
 ①①20人、②中学生以上の方8人
 ②②夢工房主宰の浜中睦美さん
 ②②500円
 ②②①直接または電話で同センター☎32-7141、②9月24日(土)までに参加費を同センターへ(いずれも先着制)
健康づくり体験学習会
(秩父そば打ち体験と長瀬散策)
 ②三鷹駅周辺住民協議会
 ②②10月26日(水)午前8時三鷹駅南口発～JAちぢそば道場あらかわ亭(そば打ち体験と昼食)～長瀬散策～道の駅おかわ～三鷹駅南口着(雨天決行)
 ①市民26人
 ②②4,000円(昼食代を含む)
 ②9月16日(金)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)を「〒181-0013 下連雀3-13-10三鷹駅周辺住民協議会」

へ(1通につき2人まで。申込多数の場合は抽選)
 ②同協議会☎71-0025



秋季ジュニアソフトボール教室
 ②東京都、(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会、三鷹市ソフトボール連盟
 ②9月17・24日、10月1・15日の土曜日、初心者＝午前9時～正午、経験者＝午後1時～4時30分(全4回。予備日10月8・22日、11月12・19・26日の土曜日)
 ①市内の小学生女子
 所大沢総合グラウンド
 ②物グローブ(貸しグローブあり)、防暑グッズ
 ②②同連盟☎090-2252-1576へ
連コミスポート塾
ファミリーバドミントン
 ②連雀地区住民協議会
 ②9月17日(土)午後1時～4時
 ①在学・在勤を含む市民
 所連雀コミュニティセンター
 ②物室内履き、タオル
 ②②当日会場へ
 ②同センター☎45-5100
経験者のための
太極拳技術講習会
 ②三鷹市武術太極拳連盟
 ②9月19日(月・祝)午前10時～午後0時30分、1時30分～4時
 ①在学・在勤を含む18歳以上の市民で中級以上の経験者
 所SUBARU総合スポーツセンター
 ②②全日3,000円、半日1,500円
 ②物室内履き
 ②②同連盟☎090-2401-9483へ(日中のみ)
市民体育祭 相撲大会
 ②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、三鷹市相撲連盟
 ②9月25日(日)午前9時30分～午後0時30分
 ①市内または同連盟登録の4歳～中学生
 所SUBARU総合スポーツセンター
 ②物タオル

②9月18日(日)までに必要事項(11面参照)・性別・学校名・保護者氏名を同連盟②mitaka-sumo@outlook.comへ
 ②同連盟☎070-4206-5257
フットサル ONE DAY マッチ
 ②三鷹市サッカー協会
 ②10月1日(土)正午～午後3時
 ①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、4チーム(1チーム5人以上、中学生不可)
 所SUBARU総合スポーツセンター
 ②②チーム2,000円、個人500円
 ②物室内履き(靴底がアメ色、白色、無色)
 ②②同協会ホームページ②<https://mitakafa.jp/>へ(先着制)
水泳の講習会・研修会
 ②三鷹市水泳連盟、②東京都、(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会
 ②①50歳以上の初心者水泳講習会＝10月5日～26日の水曜日午前11時～午後1時(全4回)、②ジュニア育成・指導者養成研修会＝10月15日～11月5日の土曜日午後7時～9時(全4回)
 ①①在勤を含む50歳以上の市民10人、②在学・在勤を含む市民で、水泳指導者または水泳指導者を目指す方50人
 所SUBARU総合スポーツセンター
 ②②競泳元日本代表の伊藤俊介さん
 ②②4,000円
 ②物水着、水泳帽、ゴーグル、タオル、ロッカー代・靴箱代各100円(返還式)
 ②①9月14日(水)(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)、②当日会場へ(先着制)
 ②同連盟①☎090-8514-7849・②wabisabi-chakai@triton.ocn.ne.jp、②☎49-8459(夜間のみ)
弓道の教室・講習会
 ②三鷹市弓道連盟
 ②①シニア弓道一日体験教室＝10月8日(土)午後0時20分～4時20分、②弓道指導者講習会＝10月13日、11月10日、12月8日の木曜日午後0時30分～5時30分(全3回)
 ①①60歳以上の市民で、重い持病が無い方12人程度、②在学・在勤を含む市民で弓道四段以上の方および同連盟会員15人程度

所SUBARU総合スポーツセンター
 ②①1,000円、②1,500円(1回分)
 ②物①足袋または靴下、②弓道衣、弓道用具、弓道教本・副本
 ②②①9月30日(金)までに必要事項(11面参照)を同連盟②mitakakyudo@gmail.com、②同連盟②<https://mitakakyudo.jimdofree.com/>へ(①申込多数の場合は抽選、②先着制)
市民体育祭 サッカー競技
 ②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
 ②10月9日～11月27日の毎週日曜日、10月10日(月・祝)、11月3日(木・祝)、いずれも午前7時～午後9時
 ①在学・在勤を含む15歳以上の市民(中学生不可)
 所大沢総合グラウンド
 ②②1チーム2,000円
 ②物正・副ユニホーム、すね当て、審判着、審判用具
 ②②9月4日(日)～25日(日)に三鷹市サッカー協会ホームページ②<https://mitakafa.jp/>へ
 ※10月1日(土)に監督会議を開催します。
第15回ベッセルフェスト
 フラダンス、ヨガ、ソフトバレーボール、ポッチャ、パドルテニス、グラウンド・ゴルフなどの体験。
 ②三鷹市ベッセルスポーツクラブ
 ②10月10日(月・祝)午前10時～午後4時
 ①160人
 所SUBARU総合スポーツセンター
 ②物室内履き、タオル
 ②②当日会場へ(先着制)
 ②同クラブ☎77-0196
三鷹市混合ダブルス卓球大会(オープン)
 ②三鷹市卓球連盟
 ②10月30日(日)午前9時～午後9時
 ①在学・在勤を含む市民150組
 所SUBARU総合スポーツセンター
 ②②1組2000円
 ②9月9日(金)～20日(火)(必着)に申込書(同連盟ホームページで入手)を「〒181-0013下連雀1-24-2三鷹市混合ダブルス卓球大会担当者」・同連盟②info@mitkattl.jpへ(先着制)
 ②同連盟☎48-9067(午後6時～9時)

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

②同財団☎0422-47-5122

②②<https://mitaka-sportsandculture.or.jp/>

MITAKA "Next" Selection 23rd ほりぶん 第10回公演「一度しか」

作・演出 鎌田順也 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)
 9月29日(木)～10月10日(月・祝) 全12公演

チケット発売中

会員＝前売り2,700円・当日3,200円 一般＝前売り3,000円・当日3,500円
 学生＝2,000円(前売り・当日とも) 高校生以下＝1,000円(前売り・当日とも)

何気ない日常を豪快に非日常へと変えていく、ここにしかないオリジナルシーンに満ちた舞台です。※本公演は、小学生以下は入場できません。



第9回公演「かたとき」
 2022年3月/紀伊國屋ホール
 (撮影:三上ナツコ)

	9/29 (木)	9/30 (金)	10/1 (土)	10/2 (日)	10/3 (月)	10/4 (火)	10/5 (水)	10/6 (木)	10/7 (金)	10/8 (土)	10/9 (日)	10/10 (月・祝)
15:00			●保育	●	休館日					●	●	●
19:30	●	●	●保育			●	●	●	●			

吉井瑞穂 オーボエ・リサイタル 保育

芸術文化センター 風のホール 全席指定
 10月2日(日) 午後2時開演

チケット発売中

会員＝S席3,600円・A席2,700円
 一般＝S席4,000円・A席3,000円
 O-70(70歳以上/A席限定)＝2,700円
 U-23(23歳以下/A席限定)＝2,500円

【共演】岡純子(ピアノ)

【曲目】シューマン：アダージョとアレグ

ロ op.70、3つのロマンス op.94、ハース：オーボエとピアノのための組曲 op.17 ほか

聴く者の心を震わせ、潤す美音で魅了する国際的オーボエ奏者による待望のリサイタル。



吉井瑞穂
 ©Marco Borggreve

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)

②②<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。

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。

おやこでよって

チョコッとあつぷるーむ(10月)

☑NPO法人みたか市民協働ネットワーク
☑①今後の子育てと働き方のバランス講座=3日(月)、②ママ護身術フィットネス(キック編)=6日(木)、③働くママのお話会=8日(土)、④産前・産後の骨盤ケア=10日(月・祝)、⑤ベビーマッサージでママと赤ちゃんの素肌スキンシップ=13日(木)、⑥子育てを楽しむために 子育てコンビニメンバーとおしゃべり会=17日(月)、⑦乳幼児食を楽しく大切にすお話会=20日(木)、⑧ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前)=24日(月)、⑨足形つきのバッグを作ろう!=27日(木)、⑩マタニティヨガ=31日(月)、いずれも午前10時30分~正午

人①④3歳までのお子さんと母親、妊婦、②首据わり~1歳6カ月のお子さんと母親、③3歳までのお子さんと働く母親(産休、育休中を含む)、⑤2~11カ月のお子さんと保護者、⑥⑦3歳までのお子さんと保護者、妊婦、⑧ハイハイ前のお子さんと母親、⑨3歳までのお子さんと保護者、⑩妊娠20週以降の健康な方(お子さん連れ2組まで)

所市民協働センター
¥①1,000円、②③⑩1,500円、③800円、④2,000円、⑤1,800円、⑦1,500円(夫婦2,000円)、⑨1,200円
※①キャリア診断シート、③お役立ち情報資料、④さらし、⑦お役立ち資料、⑨材料代を含む。

物②抱っこひも、⑤バスタオル、授乳ケープ、⑦筆記用具、⑨授乳ケープ
申9月10日(土)午前9時から同センターホームページHPhttps://kyodo-mitaka.org/へ(先着制)
問同センター☎46-0048

小学生デイキャンプ

☑①10月9日、②11月20日、いずれも日曜日午前10時~午後3時(雨天中止)
人市内の①小学3~6年生、②小学1・2年生各50人
所都立野川公園キャンプ広場
¥500円
申9月14日(水)までに①HPhttps://logoform.jp/form/ejBZ/133323/、②HPhttps://logoform.jp/form/ejBZ/130858/へ(申込多数の場合は抽選)
問東多世代交流センター☎44-2150、西多世代交流センター☎31-6039



年金生活者支援給付金の手続きをお忘れなく

公的年金などの収入や所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するため、年金に上乗せして支給する給付金です。今年から新たに支給対象となる方に、日本年金機構から請求の案内を送付しています。受給するためには、案内に同封されているはがきを、期限までに必ず同機構へ返送してください。すでに受給中の方には案内は送付されません。

問給付金専用ダイヤル☎0570-05-4092、武蔵野年金事務所☎56-1411

高齢者の生活相談室(事前予約)

☑9月16日(金)午後1時~3時
人介護や認知症について聞いてみたい

方、1人暮らしで生活に心配がある方
所連雀コミュニティセンター
申問連雀地域包括支援センター☎40-2635へ

三鷹いきいきプラス「らくらくスマホ無料講習会」

☑9月30日(金)午前10時~正午、午後1時30分~3時30分

人おおむね55歳以上の方各回28人
所三鷹産業プラザ
申9月16日(金)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)・希望回を「〒181-0013下連雀3-38-4三鷹産業プラザ310三鷹いきいきプラス」へ(申込多数の場合は抽選)

問同会事務局☎70-5753(月・水・金曜日午前10時~午後4時)

介護予防体験会「Zoom(オンライン)で開催! うごこつと体操体験会」

☑①事前個別操作説明会=9月30日(金)午後1時から、1時30分から、2時から、②事前オリエンテーション=30日午後2時30分~3時、③オンライン体操=10月7日~28日の金曜日午後2時~3時30分(全4回)

※②は必ず参加してください。
人65歳以上のZoom初心者の市民で全回出席できる方20人

所①みたかボランティアセンター、②③オンライン会議アプリ「Zoom」
※タブレットの貸し出しあり。三鷹駅前、井口コミュニティセンターでの参加も可。

調①②NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹の皆さん、③フィットネスインストラクターの清水武さん
申問9月22日(木)までに必要事項(11面参照)・使用機器・希望会場・Zoom使用経験の有無・①の希望時間をみたかボランティアセンター☎76-1271・FAX76-1273・✉chiiki@mitakashakyo.or.jpへ(先着制)



新しい心身障害者医療費助成(マル障)受給者証を郵送しました

新しいマル障受給者証の有効期間は9月1日~令和5年8月31日です。所得審査を行い、引き続き対象となる方には新しい受給者証を8月末に郵送しました。届いていない方は障がい者支援課へお問い合わせください。また、現在受給者証を持っていない方で3年中の所得が基準内になったなど受給要件に該当する方は、新たに申請できます。
問同課☎29-9234



4~7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

4~7月生まれの方の受診推奨期間は9月30日(金)までですが、新型コロナウイルス感染症の影響を考慮し、今年度は令和5年2月28日(火)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

にない方は、お問い合わせください。
人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。

問健康推進課☎24-8571

①子宮がん検診、②乳がん検診

①は視診、内診、検体採取細胞診(医師が必要と認めた方は、体部検査を行う場合あり)。②は問診、マンモグラフィ(X線検査)またはエコー(超音波検査)。視診・触診は希望制。

☑①令和5年1月31日(火)まで、②5年2月28日(火)まで

人①20歳以上の女性市民、②30歳以上の女性市民(②は前年度受診者を除く)

所市内協力医療機関(市ホームページでご確認ください)

¥①500円(体部検査も行った場合は1,000円)、②1,000円

申10月31日(月)(消印有効)までに直接またははがきで検診名・必要事項(11面参照)・生年月日を「〒181-0004新川6-37-1総合保健センター」(元気創造プラザ2階)へ(電話での申し込みは不可)
※電子申請サービスHPhttps://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo2/からも申し込みます。

※受診票は、申し込みから約1カ月後に送付します。

問健康推進課☎24-8571

結核検診(胸部X線検査)

☑9月17日(土)午前9時30分~11時
人16歳以上の市民

※市の特定健診・後期高齢者健診の対象者、勤務先などで胸部X線検査を受ける機会がある方、妊娠中または妊娠の可能性のある方、3カ月以内に同検査を受けた方は受診できません。

所総合保健センター
物健康保険証、着脱しやすい服装

申当日会場へ
問健康推進課☎24-8050

スリーホークス 記憶のしづらが気になる方のための会

☑9月17日(土)午後2時~3時30分
人18~64歳で記憶のしづらが気になる方、若年性認知症の方

所新川中原地域包括支援センター
申問同センター☎40-7204へ



だれでもランチカフェ

☑NPO法人みたか市民協働ネットワーク
☑9月10日(土)午後1時~3時

人市民活動に興味のある方①会場10人、②オンライン20人

所①市民協働センター、②オンライン会議アプリ「Zoom」

申9月8日(木)までに同センターホームページHPhttps://kyodo-mitaka.org/へ(先着制)

問同センター☎46-0048

生活用品活用市

☑三鷹市消費者活動センター運営協議会
☑9月12日(月)午前10時~正午

所消費者活動センター
申当日会場へ

問同センター☎43-7874

みたか親の会

☑9月14日(水)午前10時~11時30分
人引きこもりや不登校の家族がいる方15人

所みたかボランティアセンター
申当日会場へ(先着制)

問同センター☎76-1271

駅前 風のサロン

「ピアノ・ジョイントコンサート」
☑三鷹駅周辺・地域ケアネットワーク
☑9月15日(木)午後1時30分~3時

人30人
所三鷹駅前コミュニティセンター
申問地域福祉課☎29-9235へ(先着制)

介護者ひろば

☑所①9月15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)、②21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)

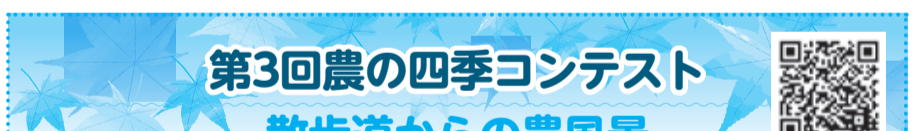
人介護者、介護経験者
申問三鷹市社会福祉協議会☎79-3505へ

花畑の種まき

(菜の花・キンセンカ)
☑①9月17日(土)午前10時から=種まき、②10時15分から、11時15分から=タネだんごの種まき

人②各回15人
所花と緑の広場(牟礼1-11-26)

物作業用手袋、帽子、長靴、汚れてもよい服装



第3回農の四季コンテスト 散歩道からの農風景 「三鷹の農地—秋冬」作品募集

問三鷹市農業委員会事務局☎0422-29-9616

三鷹の農地の魅力を発見・発信する写真コンテストです。入賞作品は令和5年11月実施予定の三鷹市農業祭で展示します。入賞賞品は三鷹産農産物の詰め合わせです。

募集内容
市内の「秋冬」を感じる、散歩道からの農の風景写真に「ひとこと」を添える。必ず公道から撮影する。写真に応募票、撮影場所を示した地図を添付。1人1点。データサイズは9メガバイト以下。

人 在学・在勤を含む市民
申5年3月31日(金)までに直接または郵送、電子メールで「〒181-8555三鷹市農業委員会事務局」(第二庁舎2階)・✉nogyo@city.mitaka.lg.jpへ
※詳しくは実施要項(同事務局、市ホームページで入手可)をご確認ください。

就学前のお子さんの医療費(保険診療分)の自己負担額を全額助成します。児童手当と同時に申請できます。
申いずれも申請書(子育て支援課(市役所4階43番窓口)、市政窓口で配布)を同課、市政窓口へ
※詳しくは市ホームページをご覧ください。

問同課 ☎29-9675

児童扶養手当を振り込みます

7・8月分の同手当を、9月9日(金)に指定預金口座に振り込みます。

問子育て支援課 ☎29-9675

就学援助費の申請を受け付け中

市内在住で国公立の小・中学校に在学、入学したお子さんがいて、経済的に困りの家庭に、給食費や学用品費などを援助します。

申申請書(市立小・中学校で配布)を学校へ(郵送も可)

※市立小・中学校に在学していない方は学務課へご相談ください。

問同課 ☎29-9814

むらさき子どもひろばの催し(9月)

◆乳幼児のおそびひろば

日げんきっ子ランド=月曜日午前9時~正午(26日を除く)、みんなであそぼ!=火~金曜日午前11時~11時30分(6・7・21日を除く)

申当日会場へ

◆乳幼児対象のイベント

日①手形アートスタンプ=6・7日午前11時~11時30分、②寒天遊びを楽しもう=10日(土)午前10時30分~11時30分、③Mamaカフェ=13日(火)午前10時30分~11時30分、④ミニ縁日=26日・27日(火)午前11時~11時30分、⑤スペシャルバスデー=29日(木)・30日(金)午前11時~11時30分

人①④⑤就学前までのお子さん、②3歳~就学前のお子さんと保護者10組、③1歳6カ月までのお子さんと母親8組

物①タオル、汚れてもよい服装

申①④⑤当日会場へ、②③直接または電話で同ひろば ☎49-5500へ(先着制)

◆小学生対象のイベント

日①卓球の日=月・金曜日午後3時30分~4時30分、②スポーツの日=木曜日午後4時~4時30分、③一輪車教室=9

日(金)午後3時40分~4時30分、④小物入れを作ろう=17日(土)午前10時30分~11時30分、午後2時30分~3時30分、⑤卓球大会=30日(金)午後3時30分~4時30分

物①②③⑤タオル(②③帽子、運動靴)

人③④各10人

申①②⑤当日会場へ、③④直接または電話で同ひろば ☎49-5500へ(先着制)

問同ひろば ☎49-5500

市立小・中学校教育研究会の授業公開

公立学校教員による研究授業、実践研修会、指導案検討など。詳しくは市ホームページをご覧ください。

日9月7日(水)午後

所市立小・中学校(研究部会により異なる)

物室内履き

申当日会場へ

問指導課 ☎29-9817

みたかおもちゃの病院(9月)

三鷹市消費者活動センター運営協議会

日7・21日の水曜日午後1時~3時

所消費者活動センター

※特殊部品などの交換は実費

申当日会場へ(1人1個まで修理可)

問同センター ☎43-7874

ペアレント・メンター相談会

お子さんの発達に気になる保護者の皆さんを対象に、発達障がい児(者)の子育てをしてきた親(ペアレント・メンター)が、その経験を生かしてお話を伺います。

日①個別相談会=9月8日、10月13日、11月10日、12月8日、令和5年1月12日、2月9日、3月2日の木曜日午前10時から、11時から、②グループ相談会(交流会)=9月28日、10月26日、11月30日、12月14日、5年1月25日、2月22日、3月8日の水曜日午前10時~正午

人②各回8人

所三鷹市公会堂さんさん館

申必要事項(11面参照)を(-社)発達障がいファミリーサポートMarble FAX 76-2720・E-mail marble.soudan@gmail.comへ(先着制)

問障がい者支援課 ☎29-8267

西多世代交流センターの催し

◆和太鼓であそぼう!

日9月11日(日)午後1時30分から、2時10分から

人小学1・2年生各12人

講和太鼓チーム「綾」「えん」の皆さん

物タオル

申9月5日(月)午前9時30分から直接または電話で同センター ☎31-6039へ(先着制)

◆ママと助産師の会

日9月20日(火)午前10時~11時30分

人おおむね3~5カ月のお子さんと母親10組

講三鷹市助産師会の皆さん

物おむつ、バスタオル、お子さんの着替え

申9月5日(月)午前9時30分から直接または電話で同センター ☎31-6039へ(同センターを初めて利用する方を優先して先着制)

◆父親講座「シルクスクリーンでオリジナルTシャツづくり」

日9月24日(土)午前9時30分~10時30分、11時~正午

人年中~小学生のお子さんと父親各10組

講多摩美術大学非常勤講師の亀井寛之さん、京都芸術大学非常勤講師の久幸久子さん

物無地のTシャツ(白色を推奨)、汚れてもよい服装

申9月6日(火)午前9時30分から直接または電話で同センター ☎31-6039へ(先着制)

◆思春期講座「わが子との関わり方」

日9月28日(火)午前10時~正午

人小学生~思春期のお子さんを持つ保護者35人

講臨床心理士・公認心理師の沢哲司さん

申9月5日(月)午前9時30分から直接または電話、インターネットで同センター ☎32-8765・HP https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/ (元気創造プラザ講座申込システム)へ(在勤を含む市民を優先して先着制)

問同センター ☎31-6039

ちびっ子農業体験「稲刈り」

稲刈りに参加したお子さんは、収穫祭(餅つき)に招待します。

日9月25日(日)午前10時から(荒天中止)

人小学生以上のお子さんと保護者75組150人

所ほたるの里の水田脇広場(大沢2丁目)

物動きやすい服装

申当日会場へ(先着制)

問ほたるの里・三鷹村事務局 ☎080-1069-5000

すくすくひろばの催し 年齢別あそびまじょ(9月)

日①バナナぐみ=27日(火)、②いちごぐみ=30日(金)、いずれも午前10時15分~11時15分

人市内在住の①初めて受講する令和3年11~12月生まれのお子さんと保護者6組、②初めて同ひろばを利用する4年4~5月生まれのお子さんと保護者4組

申問①13日(火)午前10時から直接または電話で同ひろば ☎45-7710、②16日(金)午前10時から同ひろば ☎45-7710へ(いずれも先着制)

家庭教育学級「我が家の場合を考えよう」

市教育委員会、東台小、同校PTA

日9月28日(水)午前10時~正午

所同校

講母子支援活動家の大庭美代子さん

物室内履き、下足入れ

申問9月20日(火)までに教育政策推進室 ☎29-8349へ(申込多数の場合は抽選)

小学生向け

スクラッチプログラミング教室

所三鷹市シルバー人材センター

日①月曜アドバンスコース=10月3日~24日の月曜日午後4時15分~5時45分、②火曜アドバンスコース=10月4日~25日の火曜日午後4時30分~6時(いずれも全4回)、③オンライン教室=10月5日以降の水~土曜日のうち1日午後4時30分~5時30分(月4回)

人小学3~6年生の経験者①②5人、③4人

¥5,000円(教材費を含む)

物①②USBメモリー、③パソコン

申9月20日(火)(必着)までに必要事項(11面参照)・スクラッチ経験の程度を「〒181-0004新川6-35-16三鷹市シルバー人材センター」へ(申込多数の場合は抽選)

※③は当日までにスクラッチ、Zoomのインストールと設定が必要です。

問同センター ☎48-6721

あなたの「家・生命・財産」を守る助成制度をご利用ください

地震対策は早めが安心



耐震診断・改修助成制度

申問 事前に都市計画課(市役所5階52番窓口) ☎0422-29-9704へ

木造住宅耐震診断助成制度

市指定の機関で診断を行った場合、費用の一部を助成します。

◆対象 市内の個人所有の2階建てまでの木造住宅(空き家を含む)で、平成12年5月31日以前に着工されたもの(集合住宅を除く)

◆助成額 診断費用の3分の2(簡易診断は上限4万円、一般・精密診断は上限10万円)

木造住宅耐震改修助成制度

改修工事が必要と判定された住宅に、費用の一部を助成します。

◆対象 耐震診断助成制度(上記)の一般・精密診断を利用し、倒壊の可能性が「ある」「高い」と判定された住宅

◆助成額 改修費用の3分の1(高齢者・障がい者世帯は2分の1)。ただし、簡易改修は上限30万円、耐震基準を満たす改修は上限50万円

接道部緑化助成制度

申問 事前に緑と公園課(市役所5階56番窓口) ☎0422-29-9789へ

接道部緑化助成

◆主な助成要件

道路に面している、2m以上の延長、5年以上保存するなどの要件を満たす生け垣を造る費用を一部助成します。

◆助成額(最大30mまで)

1m当たり14,000円まで

接道部のブロック塀の撤去

ブロック塀を生け垣などに造り替える費用を一部助成します。

◆助成額(最大45mまで)

1m当たり1万円まで

※ブロック塀の撤去のみに対する助成もあります。

住宅の耐震化に伴う

固定資産税などの減免・減額制度

申問 事前に資産税課(市役所2階28番窓口) ☎0422-29-9199へ

市の減免制度は令和4年12月31日までに建て替え・耐震改修工事が完了した住宅への適用をもって終了となります(国の減額制度は6年3月31日まで)。

建て替えを行った住宅の減免制度(市)

昭和57年1月1日以前から市内にある住宅を建て替えた場合、その年の翌年度分から3年間、固定資産税・都市計画税を全額減免します。

◆対象要件 建て替え前後の住宅が市内にあり、所有者が同一で、取り壊しから新築までの期間が1年以内

耐震改修を行った住宅の①減額(国)・②減免(市)制度

昭和57年1月1日以前から市内にある住宅を耐震改修した場合、その年の翌年度分について、①固定資産税の2分の1を減額後、②残りの固定資産税・都市計画税を全額減免します。

◆対象要件 耐震化のための改修で、工事費用が50万円超(1戸当たり120m相当分まで)

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
 - 保育あり
 - 手話 手話または要約筆記あり(下欄※参照)
- ※市外局番「0422」は省略。

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

最大2万円分がもらえる!マイナンバーカード第2弾は9月30日までのマイナンバーカード交付申請分が対象です

申請期限直前は混み合いますので、早めの申請をお願いします。申請書の二次元コードをスマートフォンで読み取るか、パソコン、郵送、証明写真機で申請できます。申請書をお持ちでない方は三鷹市マイナンバーカードセンターへお問い合わせください。

申請後、交付通知書が届いたら、予約専用コールセンター☎03-6831-1066またはインターネット(右記二次元コード)で受取日



(三鷹産業プラザ6階)へお越しください。※午前中は混み合う場合があります。

☎同センター☎40-0311(月~土曜日午前9時~午後5時、水・金曜日は7時まで)

団体登録の更新手続きが始まります(学校開放施設・スポーツ施設・生涯学習センター)

現在登録している団体の利用期限は、令和5年3月31日(金)です。4月1日以降も引き続き利用する場合は更新が必要です。

◆受付開始日 9月5日(月)から
※更新の完了には約3週間かかります。5年4月の抽選申し込み・空き予約を希望する団体は、12月14日(水)(必着)までに申請してください。

※提出書類や申請方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。右記へお問い合わせください。

☎スポーツ施設(学校開放施設を含む)について=SUBARU総合スポーツセンター☎45-1113、生涯学習センターについて=同センター☎49-2521、学校開放施設(スポーツ施設を除く)について=生涯学習課☎29-9862

令和4年就業構造基本調査

10月1日(土)を調査期日として、無作為抽出により選定された世帯を対象に、全国で実施します。9月上旬~10月下旬に、調査員が対象世帯(約300世帯)へ調査票の記入のお願いに伺います。ご協力をお願いします。

※調査関係者が調査で知ったことを他に漏らすことはありません。また、調査内容は統計資料の作成にのみ使用します。※調査員は都知事が任命した特別職の非常勤地方公務員で、顔写真付きの調査員証を身に付けています。

☎企画経営課☎29-9033

9月9日は「救急の日」

9月4日(日)~10日(土)は救急医療週間

救急車の適正利用をお願いします。救急車を呼ぶかどうか迷ったら、東京消防庁救急相談センター☎#7119や東京版救急受診ガイドをご利用ください。

☎三鷹消防署☎47-0119

神田川流域河川整備計画変更原案の縦覧と意見募集

◆縦覧

☎9月5日(月)~10月4日(火)

☎所 都建設局河川部、北多摩南部建設事務所、市緑と公園課(市役所5階56番窓口)

◆意見書の提出

☎9月5日~10月4日に縦覧場所内の意見箱、または「〒163-8001東京都建設局河川部」・☎S0000384@section.metro.

tokyo.jpへ

☎同局河川部計画課☎03-5320-5414

9月20日~26日は動物愛護週間 動物は責任と愛情を持って飼いましょう

◆犬の飼い主の方へ

- ・生後91日以上の犬は、一生に1度の登録と毎年狂犬病予防注射が義務付けられています。交付された鑑札と狂犬病予防注射済票は首輪などに必ず装着しましょう。
- ・散歩中は必ずリードにつなぎ、トイレは散歩の前に家で済ませましょう。ふん・尿を外でした場合は責任を持って後始末をしてください。

◆猫の飼い主の方へ

- ・市では屋内飼育を推奨しています。また、名札やマイクロチップなどを着けましょう。
- ・飼い主のいない猫への餌やりは、近隣住民の理解を得てから行ってください。
- ・飼い主のいない猫に避妊・去勢手術を行う場合、手術費用の支援制度があります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

◆非常時に備えましょう

- ・飼い主のけがや病気などに備えて、ペットの預け先を事前に決めておきましょう。
- ・リードや玩具、飼い主表示の物品、ペットフードや常備薬などを準備しておきましょう。

☎環境政策課☎29-9612

三鷹都市計画生産緑地地区の都市計画変更案の縦覧と意見書の受け付け

◆縦覧

☎9月22日(木)~10月6日(木)

☎所 都市計画課(市役所5階54番窓口)

☎期間 中会場へ

◆意見書の提出

☎10月6日(必着)までに意見と必要事項(上記参照)を「〒181-8555都市計画課」・☎toshikeikaku@city.mitaka.lg.jpへ

☎同課☎29-9701

三鷹市秋の交通安全運動

9月21日(水)~30日(金)の「秋の全国交通安全運動」に合わせて、三鷹市秋の交通安全運動を実施します。

◆メインスローガン「世界一の交通安全都市TOKYOを目指して」

- ① 子供と高齢者を始めとする歩行者の安全確保
- ② 夕暮れ時と夜間の歩行者事故等の防止及び飲酒運転の根絶
- ③ 自転車の交通ルール遵守の徹底
 - ・自転車マナーの向上「自転車はスマートフォンを見ない 傘ささない 必ず左側通行 夜はライト点灯を」
 - ・「人は右 車は左 自転車も(左)」

④ 二輪車の交通事故防止
⑤ 電動キックボード等の交通ルール遵守の徹底

⑥ バス等の公共交通機関車内での事故防止

⑦ 生活道路や通学路における歩行者等の安全確保

- ・車両はスピードを出さない
- ・沿道は適切な樹木の管理の徹底を
- ・歩きスマホはやめ、歩行者は車両や自転車とアイコンタクト

◆交通安全講習会を開催します

☎日 所 9月8日(木)=教育センター、9日(金)=新川中原コミュニティセンター、12日(月)=井口コミュニティセンター、13日(火)=連雀コミュニティセンター、14日(水)=牟礼コミュニティセンター、15日(木)=大沢コミュニティセンター、16日(金)=三鷹駅前コミュニティセンター、いずれも午後6時30分~7時30分

☎当日会場へ

☎都交通課☎29-9709

年金 国保・年金

国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の年金からの引き落としを口座振替に変更できます

☎通帳またはキャッシュカード、届出印、保険証を納税課(市役所2階24番窓口)へ

※12月の年金引き落とし分から変更したい方は、9月28日(水)までに申請してください。

☎同課☎29-9218

子育て・教育

産前・産後のご家庭をサポートします

保健師、助産師が電話またはご家庭を訪問して、妊娠・出産や子育てに関する相談をお受けします。市内の子育て支援サービスも紹介します。

☎市内在住の妊産婦と家族

☎健康推進課☎46-3254

お子さんが誕生したら児童手当・マル乳の申請をしてください

出生日の翌日から15日以内に次の申請をしてください。

◆児童手当

保護者の所得に応じて、1人につき月額15,000円または5,000円を支給します。※3歳以上は手当額が変わります。※所得制限があります。基準額を超える場合、手当は支給されません。※公務員は勤務先で申請してください。

◆マル乳(乳幼児医療費助成制度)

ごみの分別にご協力ください

☎ごみ対策課☎0422-29-9613

収集したペットボトルの中から注射針が発見されました

注射針は市では収集できません。在宅医療で使った注射針は、三鷹市薬剤師会☎0422-49-7766で回収しています。

モバイルバッテリーは「有害ごみ」です

乾電池や電子たばこ、スプレー缶、ライター、カセットボンベなどの発火の恐れがあるものも、必ず「有害ごみ」に出してください。

新型コロナウイルス感染拡大防止のためのごみの捨て方

使用済みマスクやティッシュなどは直接触れず、ビニール袋に入れて空気を抜き密封したうえで、「燃やせるごみ」として出してください。処理後は手を洗いましょう。

減免対象世帯に市指定のごみ収集袋を配送します

7月1日時点の対象世帯へ、9月上旬(特別児童扶養手当受給世帯は10月上旬)に申請書を送付します。郵送での提出をお願いします。

※7月2日以降に対象となった世帯は、市ホームページ(右記二次元コード)で申請書入手してください。

☎令和5年2月28日(火)(消印有効)までに申請書を「〒181-8555ごみ対策課」へ(9月下旬からごみ収集袋を順次配送します)



※手話の表示がない事業でも市の主催事業では、希望により手話通訳者または要約筆記者を派遣します(開催日の1週間前までに事業の担当課へ要申込)。

「三鷹市おくやみ窓口」を開設します

☎市民課☎0422-29-9191

死亡や相続に関連する手続きを行う遺族の不安や負担を軽減するための窓口を開設します。市職員が必要な手続きを調べて書類作成をサポートするため、遺族が自ら調べたり各窓口に行く手間が省けます。

- ◆予約開始日時 10月3日(月)午前9時30分
- ◆利用時間 月～金曜日①午前9時～10時30分、②10時30分～正午、③午後1時～2時30分、④2時30分～4時の予約制
- ◆場所 市役所1階1番窓口
- ◆特徴
 - ワンストップ窓口 一つの窓口で市役所の各種手続きが可能です。
 - 書かない窓口 申請書類に必要な情報をあらかじめ印字します。
 - 待たない窓口 予約制のため、当日お待たせせずに案内できます。
- ◆利用の流れ

- ①死亡届出時に遺族の方へ「おくやみハンドブック」*をお渡しします。
 - ②「おくやみ窓口」の利用を希望する場合、電話またはインターネットで来庁日時を予約します(利用日は最短で予約日から約2週間後)。
 - ③職員が必要な手続きを調べ、連絡します。来庁日までに必要書類などをご準備ください。
 - ④手続き内容を職員が説明しながら、申請書類などを完成させます。必要に応じて相談機関を紹介します。
- *同窓口ですべての行政手続きが完了するものではありません。



★「おくやみハンドブック」 9月発行予定。
 市役所で行う手続きのほか民間での手続き内容などを網羅しており、終活にも役立ちます。

第31回三鷹国際交流フェスティバル

MISHOP WORLD 2022 手をつなごう、世界はひとつ

☎(公財)三鷹国際交流協会(MISHOP)☎0422-43-7812

- ☎ 9月25日(日)午前10時～午後3時30分(小雨決行)
 所 井の頭恩賜公園西園競技場、文化交流広場、野球場周辺
 申 当日会場へ ※自家用車での来場はご遠慮ください。
 ※感染防止対策のため、飲食エリア以外での飲食はご遠慮ください(混雑時、飲食エリアの滞在時間は最大1時間まで)。
- ▶ワールドバザール 世界各国の国際交流団体などが出店し、各国の料理や民芸品、世界の文化・風習が体験できます。
 - ▶ステージ 世界の音楽やダンスパフォーマンスなど。
 - ▶キッズゾーン クイズに答え、ビンゴを完成させて景品をゲット。人気のパラシュート遊びやボールドリングなどの体験型アトラクションも。
 - ▶コミュニティゾーン 地域の団体によるショップや展示など。



2019年開催時のようす

9月はチリを楽しもう!

☎スポーツ推進課☎0422-29-9863

三鷹市はチリのホストタウンとして、チリの独立記念日(9月18日)のある9月をホストタウン事業推進月間とし、さまざまな企画を予定しています。
 三鷹国際交流フェスティバル(上記)では、おいしいチリワインを販売します。また、学校給食でチリ料理を提供するほか、レシピなどを市ホームページで公開しています。この機会にチリ文化に触れてみてください。

秋を感じる大沢の里のイベント

☎生涯学習課☎0422-29-9862

大沢の里古民家体験学習「万葉の香りを楽しむ」

秋の七草の一つで、万葉集の時代から親しまれてきたフジバカマは、現在では準絶滅危惧種となっています。野川流域での保全活動やフジバカマを好むアサギマダラチョウのお話の後、古民家に自生するフジバカマで匂い袋を作ります。



- ☎ 9月17日(土)午前10時30分～正午
 人 小学5年生以上の方10人
 所 同施設
 講 フジバカマ保全活動家の安達榮一さん
 ￥ 入館料200円(中学生以下は無料)
 申 9月5日(月)午前9時から同課☎0422-29-9862・✉shogai@city.mitaka.lg.jpへ(先着制)

日本有数の水車「しんぐるま」で、年に一度の精米・製粉作業を特別公開

江戸時代から昭和40年代まで使われてきた水車のきねや臼などの水車機構を稼働させます。1回20分、各回6人までの完全入れ替え制です。見学者には精米したてのお米(胴づき米)をプレゼントします。



- ☎ 10月8日(土)・9日(日)午前10時～午後4時
 人 各日60人(午前=24人、午後=36人)
 所 大沢の里水車経営農家
 ￥ 入館料200円(中学生以下は無料)
 申 9月6日(火)午前9時30分から同課☎0422-29-9862へ(先着制)

星と森と絵本の家 「中秋の名月お月見会」

☎同施設☎0422-39-3401

- 中秋の名月の日に、絵本の家で楽しい時間をお過ごしください。
 ☎ 9月10日(土)午後1時～6時 申 当日会場へ
- プログラム
- ジュニアスタッフの模擬店(午後1時～5時)
 - フレンズショップのオリジナルグッズ販売(午後1時～3時)
 - 森のおはなし(午後1時30分から)
 - 「わたげの会」によるお月見おはなし会(午後3時から)
 - 絵本リレー(午後4時から)
 - 国立天文台の職員による月のおはなし(午後5時から)
 - 和太鼓グループ「綾」のお月見演奏会(午後5時30分から)
- ※雨天による中止の可能性あり。午後5時以降、小学生以下のお子さんは保護者同伴。

- 定例の催し(9月) 申 いずれも当日会場へ
- 絵本のおはなし「はしる」 ☎ 14日(水)午後2時から
 - 絵本リレー ☎ 21日(水)午後3時30分から
 絵本をリレーしながら読みます。読みたい人も、聞きたい人もどうぞ。

10月9日(日)開催 2022みたかスポーツフェスティバル

ひろみちお兄さんの親子体操教室 参加者募集

☎SUBARU総合スポーツセンター☎0422-45-1113



- NHK「おかあさんといっしょ」10代目体操のお兄さんの佐藤弘道さん(写真)と、親子で体操を楽しみます。
 ☎ 10月9日午前10時～11時30分
 人 市内の3～5歳児(年少～年長)と保護者100組(お子さん2人まで)
 申 9月16日(金)までに元氣創造プラザ講座申込システム
 HP <https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/>へ(申込多数の場合は抽選)