

新型コロナワクチン接種最新情報	2面
三鷹市職員を募集します	3面
三鷹特産キウイフルーツの直販がスタート	4面
市からのお知らせ	11面から
三鷹の森ジブリ美術館の未来に向けて大規模修繕の積立金復元にご支援ください	12面

## 年を重ねても安心して暮らせるまちへ

三鷹市は、高齢者一人ひとりが生きがいを持ち、住み慣れた地域で、安心して年齢を重ねることができるよう、地域の住民や多様な事業者・団体などが参画し、互いに支え合い、助け合い、頼り合えるまちを目指しています。

『三鷹市高齢者計画・介護保険事業計画』を3年ごとに策定し、地域共生社会の実現に向けた五つの基本方針を定め、取り組みを進めています。

☎介護保険課 0422-29-9274  
☎高齢者支援課 0422-29-9271

### 高齢者の社会参加の促進

三鷹市  
シルバー人材センター・  
わくわくサポート三鷹の運営支援、  
高齢者社会活動マッチング推進事業・  
生涯学習活動の推進など

### 介護保険制度の円滑な運用

介護サービスの質の確保、  
介護人財確保の支援など



### 健康で安心して生活するためのサービス・活動の充実

介護予防・フレイル予防の推進、移動支援サービスの充実など



### 基本方針

### 認知症の方・家族への支援や理解のある社会づくり

認知症サポーターの養成、  
権利擁護センターみたかの充実など



地域包括支援センターの機能充実、  
民生・児童委員との連携強化、  
買い物環境の整備など



### 地域の支え合いの仕組みづくり

### 高齢者実態調査にご協力ください

現在、第九期の計画策定に向けて次の調査を実施しています。対象の方へ、調査票の送付や訪問面接に伺っていますので、ご協力をお願いします。

#### ◆介護予防・日常生活圏域ニーズ調査

無作為抽出した65歳以上の市民4,000人を対象とした、郵送によるアンケート調査です。

#### ◆要支援・要介護者調査

介護が必要な状態の方から無作為抽出した1,400人を対象とした、訪問面接調査です。対象者には事前に依頼状を送付しています。調査員がご自宅を訪問する際は、調査員証を携帯しています。

### 介護フェスタ2022

#### 知ってください介護のこと・介護サービスを上手に活用しよう

「介護サービスについて知りたい」「介護相談をしたい」「介護の仕事をしたい」。そんな声に応えるために、市と市内介護サービス事業者が連携して開催します。

📅 11月14日(月)～18日(金)午前8時30分～午後5時15分(18日は4時まで)

📍 市役所1階市民ホール 📍 期間中会場へ

◆パネル展示 介護保険やケアマネジャーの仕事、施設、在宅サービスなどの紹介

◆イベントDay 📅 11月18日午後1時～4時

●福祉用具展示会 ●専門家による相談会



### 市長コラム

#### 認知症について思うこと



三鷹市長  
河村 孝

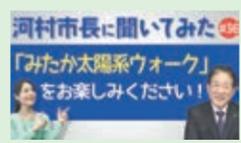
とある日、市内にある有名な認知症のクリニックをお訪ねした際、先生から出合い頭に強烈なパンチをいただきました。「みんな認知症になります。あなたも絶対になりますよ」

私は思わずのけぞり、「予防策やよく効く薬はないんですか」と聞き返しました。先生は「残念ながら予防策はありませんし、これが絶対に効くという薬も今のところはありません」と言うのです。

そのうち、ロビーに集まった方たちが、私に次々と体験談を話してくださいました。いっぺんに記憶が無くなるわけではないこと、認知症への差別を感じたことなど、涙ながらに語る方もいらっしゃいました。先生は最後に「大事なものは誰もが認知症になる可能性があるということなんです。だとしたら、認知症になっても住みやすいまちをみんなで作るしかないですよ」と締めくくりました。

三鷹市では小学生を対象に「みたか認知症キッズサポーター」(10面参照)を養成するなど、認知症を正しく理解し、偏見を持たず、温かく見守っていただける地域づくりを進めています。また、市内7カ所の地域包括支援センターを中心に、医療・介護・福祉の多職種の方々が連携してサポートしています。三鷹市は「認知症にやさしいまち三鷹」を目指しています。これから制定する『人権基本条例(仮称)』でも、中心的な課題の一つです。

#### YouTubeで配信中「河村市長に聞いてみた!」



# 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

過去、年末年始にかけて新型コロナウイルス感染症が流行しています。年内のワクチン接種を、ぜひご検討ください。※接種は強制ではありません。

## 12歳以上 オミクロン株対応ワクチンのご案内

### ●接種間隔が3カ月以上に短縮されました……

2回目の接種が完了した12歳以上の方は、3～5回目の接種間隔が3カ月以上に短縮されました。接種券が届き次第、予約可能です。

接種券に同封のご案内は、接種間隔が短縮される前に作成したものです。ご案内には「5カ月」と記載されていますが、現時点では「3カ月」以上の間隔で接種が可能です。

### ●7月31日までに市の集団接種会場で4回目の接種を受けた方へ……

予約の負担を軽減するため、5回目の接種は市が接種日時とワクチンの種類を指定しています(封筒内1枚目の通知に記載)。モデルナ社のオミクロン株[BA.5]対応ワクチンの供給が未定のため、対象者全員にファイザー社のオミクロン株[BA.5]対応ワクチンを指定しています。指定の内容で接種できる方は、当日、直接会場へお越しください(市への連絡は不要です)。

※指定内容は原則、4回目の情報を基にしています。接種日時などの変更や個別医療機関での接種を希望する方は、下記「予約、接種日時などの変更、キャンセルの方法」により手続きをお願いします。※接種間隔は3カ月以上で指定しています。

### ●通知に接種日時などの指定がない方……

接種を希望する方は、集団・個別のいずれかの接種予約をお願いします。

#### 集団接種 3～5回目接種

日 12月4日(日)までの火～日曜日午前9時～午後6時30分(土・日曜日、祝日は4時30分まで) 所 元気創造プラザ

※12月6日(火)以後の予約枠は、11月15日(火)午前9時以降に追加予定です。

◆使用するワクチン オミクロン株対応ワクチンのファイザー社[BA.5]対応型、モデルナ社[BA.1]対応型  
※他のワクチンの取り扱いはありません。インフルエンザとの同時接種をご希望の場合は、医療機関にご相談ください。

#### 個別接種 1～5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(右記QRコード)をご確認ください)

◆使用するワクチン ファイザー社[BA.5]対応型

※1・2回目接種は従来型ワクチンです。



物 いずれも本人確認書類、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)

## 乳幼児 6カ月～4歳の方の初回接種を開始します

初回接種として3回に分けて接種します。接種券は11月9日(水)以降に届くように一斉発送します。接種は個別接種のみで、11月9日から医療機関ごとに順次予約を開始します。なお、乳幼児についても、他の接種と同様、接種は強制ではありません。

所 市内6カ所の医療機関(詳しくは市ホームページ(右記QRコード)をご確認ください)

※5歳以上の方が接種できる医療機関とは異なります。

◆接種間隔 1回目接種後、3週間の間隔で2回目を接種  
2回目接種後、8週間の間隔で3回目を接種

◆使用するワクチン ファイザー社(6カ月～4歳用)\*

### ◆乳幼児の主な副反応

◇生後6カ月～1歳

50%以上 機嫌が悪い

10～50% 食欲減退、傾眠傾向、圧痛、発赤

1～10% 発熱、注射部位の腫れ

◇2～4歳

10～50% 疼痛(とうつう)、疲労

1～10% 発赤、下痢、発熱、頭痛、注射部位の腫れ、嘔吐(おうと)、悪寒、筋肉痛、関節痛

※乳幼児接種の効果や安全性などは、厚生労働省ホームページ(上記QRコード)をご確認ください。



物 いずれも母子健康手帳、接種券が印字された予診票(必要事項を事前に記入)

※オミクロン株対応ワクチンではありません(乳幼児用および小児用のオミクロン株対応ワクチンは薬事承認されていません)。

## 12歳のお子さんがいる保護者の方へ

小児用の接種券で1・2回目を接種していないお子さんが、12歳になった後に接種を希望する場合は、市ホームページ(右記QRコード)から12歳以上の方向けの接種券を申請してください。



## 予約、接種日時などの変更、キャンセルの方法

12歳以上 乳幼児 小児

※接種券に記載の10桁の接種券番号が必要です。

### 集団接種

●三鷹市ワクチン接種 web予約サイト



●市コールセンター ☎0570-026-567 (平日午前9時～午後5時)

※11月8日(火)午後9時30分～11時30分、14日(月)正午～15日(火)午前9時はメンテナンスのため予約できません。

※コールセンターはフリーダイヤルではありません。

※やむを得ず当日キャンセルする場合は、市の代表番号へご連絡ください。

### 個別接種

各医療機関で直接予約(市の予約サイトやコールセンターでは予約できません)

## 予防接種健康被害 救済制度

接種を受けることにより、接種部の腫れや倦怠(けんたい)感、発熱などの副反応以外に、極めてまれではあるものの病気になるったり、障がいが残ったりすることがあります。接種を受けたことによる健康被害であると厚生労働大臣が認定した場合、国による救済が受けられます。

※詳しくは、市ホームページ(右記QRコード)をご確認ください。



## 機能性ディスペプシアとは

近年、コマースシャルでも聞く機会が増えた「機能性ディスペプシア(Functional dyspepsia, FD)」。存じずうか？ 胃がもたれる、胃痛、食欲不振などの症状がある程度続いているのに、胃の検査で何も認められないという病気を機能性ディスペプシアといいます。以前は単に「気のせい」で片付けられてしまいましたが、あるアンケート調査では10人に1人ほど悩んでいることが分かりました。

この原因には、胃酸過多や胃の運動障害、感覚異常、心因性などいろいろな要因が関わっており、治療が難しいこともあります。コロナ禍にある昨今では、不安が強く、運動不足であったり、ストレスの解消ができない状況にあり、このような症状で困っている方は増えていると思われます。

治療に関しては、適度な運動をする、きちんとした睡眠、規則正しい生活、暴飲暴食しない、禁煙するなどの一般的なことがいわれていますが、治らない場合は薬による治療となります。

薬物治療としては、胃酸を抑える薬や胃の運動を改善する薬、漢方などが用いられます。これらの薬の中には、内視鏡検査を行わないと投薬できない薬もあります。ディスペプシアと聞いていると、実は胃潰瘍や胃がん、内臓の病気が隠れていることもあります。ディスペプシアは、検査などでそのような病気が否定されて初めて診断できる病気であり、症状が続くときは、専門家にぜひ相談いただきたいと思えます。

三鷹市医師会 ☎0422-472155

# 三鷹市職員を募集します

☎職員課☎0422-29-9166

- ◆職種・人数 一般事務上級(経験者採用) = 10人程度、電気技術(経験者採用) = 若干名
- ◆1次試験 12月4日(日)
- ☎ 11月4日午前10時~14日(月)午後3時に電子申請サービス
- HP <https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo2/>
- ※資格や試験内容、必要書類など、詳しくは募集要項(市ホームページで入手)をご覧ください。



## 「もしかして?」ためらわないで! 189 11月は児童虐待防止推進月間です



☎子ども家庭支援センターりぼん☎0422-40-5925

市では、子ども家庭支援センターが窓口となって子育てに関する相談に対応し、関係機関と連携しながら問題解決に向けた支援を行っています。子育てに不安や困難を抱えている親子に周囲が気付き、相談につながることが大きな助けになります。地域に心配な親子がいたら連絡・相談してください。

※市では、子どもの心身の健やかな成長を目標とする「三鷹子ども憲章」を定めています。全文は市ホームページをご覧ください。

- 子ども家庭支援センターりぼん☎0422-40-5925(平日午前8時30分~午後5時)
- 児童相談所全国共通ダイヤル☎189(毎日24時間受付)
- ※近くの児童相談所につながります。

### ◆講演会「ほめる子育て、叱らない子育てが正しいって本当?」保育

ほめること、叱ることの意味やお子さんの自立に向けた子育てについて考えます。

- ☎ 11月30日(水)午前10時~正午 人 50人、保育は1歳以上15人
- 所 教育センター 島田療育センター小児科医師の中村由紀子さん
- ☎ 11月7日(月)午前9時~25日(金)午後5時に直接または電話で同センター(教育センター2階)☎0422-40-5925へ(先着制)

## あなたの「気づきと電話」で「孤立死」を防ごう

☎地域福祉課☎0422-29-9235

だいのきゅう きゅうになれ  
安心見守り電話 ☎0422-29-9270 24時間受付

※夜間や土・日曜日、祝日などは対応に時間がかかる場合があります。

市では、市民の皆さんや見守り協力団体との協働で、「見守りネットワーク事業」に取り組んでいます。

新聞や郵便物がたまっている、部屋の電気やテレビがついたままなど、近所で一人暮らしの方や高齢の方などの様子がいつもと違うことに気付いた際は、安心見守り電話(上記)にご連絡ください。ただし、緊急を要する場合(応答はあるが動けないなど)は、警察や救急に直接ご連絡ください。

## 電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金

☎緊急支援給付金コールセンター☎0422-29-9617(平日午前9時~午後5時)

### ◆対象世帯

#### ①住民税非課税世帯

基準日(令和4年9月30日)に三鷹市に住民登録があり、世帯全員の4年度住民税均等割が非課税の世帯

➔対象と思われる世帯の世帯主宛てに、11月7日(月)に「確認書」または「支給のお知らせ」を送付します。確認書を同封の返信用封筒で返送してください。なお、支給のお知らせが届いた方は、振込口座を変更する場合などを除いて申請は不要です。

#### ②家計急変世帯

4年1月以降の家計が急変し、世帯員それぞれの4年1~12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

➔給付金の受給には申請が必要です。申請書は市ホームページ(右記QRコード)で入手できます。

※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は対象外です。

◆給付額 1世帯当たり5万円(1回限り) ①②の重複受給は不可

◆申請期限 5年1月31日(火)(消印有効)

◆給付開始時期 11月下旬以降、不備のない確認書・申請書の受理から、おおむね30日後の給付を予定しています。



## 事業者向け 三鷹市運送事業継続支援給付金

☎生活経済課☎0422-24-6241

原油価格の高騰に直面している運送事業者へ、事業活動の継続を支援します。

### ◆給付対象者

次のすべてに該当する法人または個人事業主。

- 貨物自動車運送事業または貸切バス事業を行う者(排気量が125cc以下の自動二輪車、大型特殊自動車、小型特殊自動車は対象外)
- 申請日時点で市内で事業を営んでおり、今後も継続する意思がある
- 市税の未納がない

◆給付額(1事業者1回まで、上限100万円、市内を本拠とする車両が対象)

- 貨物運送車両(普通車以上): 46,000円/台
- 軽貨物運送事業車両(四輪): 17,000円/台
- 軽貨物運送事業車両(二輪): 11,000円/台
- 貸切バス事業車両: 35,000円/台

☎ 12月23日(金)(必着)までに必要書類を「〒181-8555生活経済課」へ

※詳しくは市ホームページ(上記QRコード)をご覧ください。申請書は市ホームページのほか、同課(第二庁舎2階)、三鷹商工会館、市政窓口で入手できます。



## 一人で悩まずご相談ください

☎企画経営課☎0422-29-9032  
子育て支援課☎0422-45-1151(内線2754)

11月25日の「女性に対する暴力撤廃国際日」にちなみ、11月12日~25日を「女性に対する暴力をなくす運動」期間と定めています。市では、DVやストーカーをはじめとしたさまざまな問題について、専門の相談員が相談を受けています。

### 市の相談窓口

- ♥ 婦人相談員・母子父子自立支援員  
子育て支援課☎0422-45-1151(内線2754)
- ♥ こころの相談室  
☎ 女性市民=毎週木・土曜日午後1時~5時(祝日、年末年始を除く。1回50分)、男性市民=毎月第3水曜日午後5時~8時(祝日を除く。1回50分)
- 所 女性交流室(下連雀3-30-12中央通りタウンプラザ4階)
- ☎ 事前に相談・情報課☎0422-44-6600へ
- ♥ こころの相談ダイヤル☎0422-29-9864(相談員直通)
- ☎ 毎月第2火曜日午後1時~4時、第4火曜日午後5時~8時(祝日、年末年始を除く。1回30分)
- ♥ 子ども家庭支援センターりぼん☎0422-40-5925

### 国の相談窓口

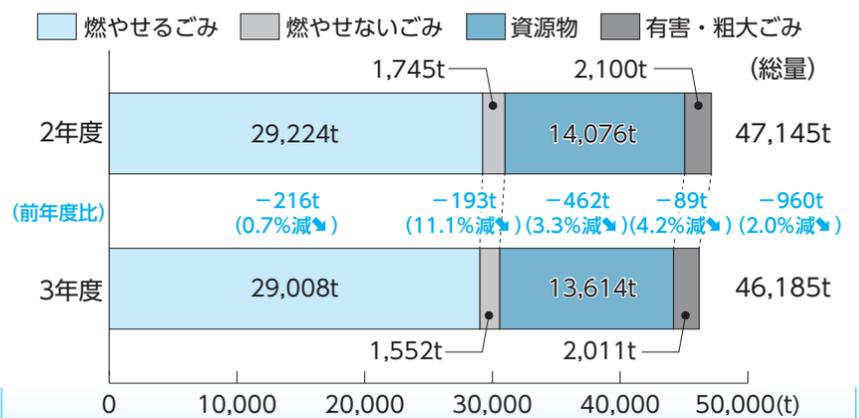
- ♥ 女性の人権ホットライン☎0570-070-810(平日午前8時30分~午後5時15分)
- ※11月18日(金)~24日(木)の強化週間中は平日午前8時30分~午後7時、土・日曜日、祝日は午前10時~午後5時。

## 三鷹市のごみ量の現状をお知らせします

☎ごみ対策課☎0422-29-9613

令和3年度のごみ量は、コロナ禍で増加した2年度と比較し、全体で960t(2.0%)減少しました。今後も、ごみの減量・資源化にご協力をお願いします。

### ◆ごみの種類別排出量

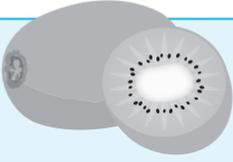


### ごみ処理経費

- 総ごみ処理経費 約20億8,500万円
- 1人当たりのごみ処理経費 約11,000円\*
- 1人当たりの1日のごみ量 698g(2.1%減)\*

※4年1月1日現在の人口(190,590人)から算出した数字です。

## 三鷹特産キウイフルーツの直販がスタート



☎ JA東京むさし三鷹支店指導経済課 ☎0422-46-2152

輸入品と比べて一回り大きく、贈答品としても喜ばれている三鷹産のキウイフルーツ。健康と美容に良いと注目される果実の、産地ならではの新鮮なおいしさをぜひご賞味ください。

- ◆**品種** ハイワード、東京ゴールド、紅妃(こうひ)など
- ◆**販売時期** 農園により異なります。詳しくは市ホームページをご覧ください
- ◆**販売場所** 坂本果樹園(下連雀7-3-3) ☎0422-42-2161、小林果樹園(牟礼1-2-14(久我山ゴルフ練習場内)) ☎0422-43-3000、コウケンファーム60(牟礼1-7-13) ☎0422-71-6860、フジミ園(新川1-13-1) ☎0422-46-1452、吉野農園(上連雀9-18-10) ☎0422-43-5644、大野農園(井口1-12-5) ☎0422-34-0368、吉野佐千夫(野崎1-4-24) ☎0422-44-0212、野崎果樹園(野崎1-12-23) ☎0422-44-6731、吉野農園(野崎2-20-17) ☎0422-31-6737、よしの園(野崎3-6-25) ☎0422-31-7672、キウイフルーツ宗武園(野崎3-9-26) ☎0422-31-6738、島田果樹園(大沢6-3-23) ☎0422-32-5433  
※JA東京むさし三鷹緑化センター(新川6-30-22) ☎0422-48-7482でも販売します。

## 三鷹むらさき商品券の販売・利用期間

☎ 同商品券コールセンター ☎0120-056-616 (午前10時～午後6時)

事前申し込みをした方へ、11月上旬～中旬に購入引換はがきを送付します。購入引換はがきと現金を持参のうえ、11月10日(木)～30日(水)に下記の販売窓口で商品券を購入してください(複数回に分けての購入は不可)。

- ◆**販売日時・場所**
  - 平日：市内19カ所の郵便局(午前9時～午後5時。三鷹郵便局は7時まで)
  - 土・日曜日、祝日：第三庁舎、三鷹駅前コミュニティセンター(午前9時30分～午後4時30分)
- ◆**利用期間** 11月10日～令和5年1月31日(火)
- ◆**取扱店舗** 店舗にポスターやステッカーを掲示しています。一覧は、市内全戸に配布したチラシまたは同商品券公式サイト(右記QRコード)をご覧ください。
- ◆**利用の流れ** 同商品券で支払う旨を店員に伝え、商品券表面のQRコードを見せる→店員がQRコードを読み取り、入力した合計金額を確認→決済完了
- ◆**残高照会** 商品券裏面の「残高確認用のQRコード」を読み取り、表面に記載の「整理番号」を入力すると照会できます。スマートフォンを持っていない場合は、同商品券コールセンターへお問い合わせください。



## 南部図書館みんなみフェスタ2022

☎ 同館 ☎0422-76-5571

開館9周年を迎える同館で、同じ建物に入る(公財)アジア・アフリカ文化財団の協賛により開催します。

※今年はカフェサービスはありません。  
☎ 11月23日(水・祝)午前11時～午後4時(同館は午前9時30分～午後5時開館)

……………**主なプログラム**……………

- ①**子ども向けおはなし会「どうぞのいす」**  
☎ 午前11時～11時30分 人 3歳～小学生30人(保護者同伴なし)  
※午後は通常のおはなし会を開催します。
  - ②**講演会「中央ユーラシアから読み直す世界の歴史」**  
ロシアのウクライナ侵攻や中国の「一帯一路」政策には、中央ユーラシアの歴史が深く関わっています。地政学と歴史学の見地から、ロシアや中国の情勢をお話します。  
☎ 午後2時～4時 人 30人 講 著述家の宮崎正勝さん
  - ③**古本市**  
☎ 午後1時～5時
- ……………
- ☎ ①②アジア・アフリカ語学院3階、③アジア・アフリカ図書館2階  
☎ ①②11月9日(水)午前9時30分から直接または電話で同館 ☎0422-76-5571へ(先着制。手話通訳が必要な方は15日(火)午後5時まで)、③当日会場へ

## ★第34回「星空の街・おおぞらの街」全国大会 ★環境大臣賞の受賞おめでとうございます

☎ 環境政策課 ☎0422-29-9612

10月22・23日に三鷹市で開催された同大会では、高円宮妃殿下のご臨席を賜り、西村環境大臣や小池都知事も出席の下、市内で活躍する団体および個人の方が表彰されました。

- ★**環境大臣賞(団体賞)**  
NPO法人三鷹ネットワーク大学推進機構  
国立天文台と連携し、三鷹のまち全体を太陽系に見立てた「みたか太陽系ウォーク」などの天文イベントや「駅前観望会」の継続的な開催、「星空案内のための天文講座」による星空案内ボランティアの育成など、「民学産公」の協働による活動を行っています。



- ★**環境大臣賞(個人賞)** 広松由希子さん  
星と森と絵本の家の設置準備時から尽力し、開館後も展示企画の監修や、「回廊ギャラリー展示絵本作品公募」の選考委員長を務めてきました。子どもたちや保護者をはじめとする幅広い層に向けて、星空や身近な自然環境の魅力を伝え、自然や大気環境の保全に関する意識醸成に貢献しています。



## 環境ポスター 受賞作品決定

☎ 環境政策課 ☎0422-29-9612

「100年後の三鷹～今、私たちにできること～」をテーマに募集し、786点の応募がありました。審査の結果、14点の表彰作品と140点の入選作品が選ばれました(敬称略)。



- ◆**市長賞** 上條蒼真(大沢台小6年)
- ◆**教育長賞** 寺崎澄未(二小2年)
- ◆**環境基金活用委員会会長賞** 戸屋堯(四小2年) 市長賞 上條蒼真さんの作品
- ◆**優秀賞** 林真央(四小1年)、龍神瑞(東台小2年)、阿部瑠生(二小2年)、藤原千紗子(三小3年)、森永禮子(七小4年)、松田佳穂(南浦小5年)、西碧(五小6年)、小林夏芽(七小6年)、石井希実(高山小6年)、福島義仁(大沢台小6年)
- ◆**環境メッセージ賞** 藤武花梨(二小2年)

### ◆表彰作品と入選作品を展示します

☎ 11月9日(水)～17日(木)午前9時30分～午後8時30分(14日(月)を除く)  
☎ 三鷹市公会堂さんさん館 ㊟ 期間中会場へ

## JOCジュニアオリンピックカップで がんばりました!

☎ 指導課 ☎0422-29-9817

二中3年の米川佳里奈さんが、10月22日に愛媛県で開催されたJOCジュニアオリンピックカップ第53回U16陸上競技大会のU16女子砲丸投(2.721kg)に出場し、健闘しました。



米川佳里奈さん

東京2020大会1周年記念事業

## 第14回 味の素スタジアム感謝デー



☎ 同事務局 ☎03-5771-2368  
(平日午前10時～午後6時、当日午前8時～午後4時)

東京2020大会の会場となった同スタジアムと武蔵野の森総合スポーツプラザで、感謝デー恒例イベントに加え、同大会1周年を記念したイベントを開催します。  
☎ 11月23日(水・祝)午前10時～午後4時 ☎ 同スタジアム、同スポーツプラザ  
☎ 当日会場へ ※一部のコンテンツはオンラインでも視聴可能です。

……………**主なプログラム**……………  
天然芝体験、ダンスイベント、東京2020大会関連競技の体験、スタジアムツアー

マチ  
コエ

## あなたの声を聴かせてください

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、Webアンケートなどを通じて市民の声を聴き、三鷹をより良くするための政策提案につなげていきます。

### 講習・座談会にご参加ください

#### ◆環境・公害・緑化・エコグループ

地球温暖化を食い止めるために市民ができることを話し合います。

📅 12月3日(土)午後1時30分～3時30分

👤 30人 所 市民協働センター

📄 申し込みフォーム(右記QRコード)へ(申込多数の場合は抽選)



### Webアンケートにご協力ください

📅 11月30日(木)まで

#### ◆交通・道路グループ

交通・道路に関して日ごろ感じていることについて

#### ◆健康・医療・ヘルスケアグループ

健康(健康であり幸福である状態)に関するアイデア・活動について



📍参加と協働推進室☎0422-70-4033

(火～日曜日午前9時～午後8時30分(土・日曜日は5時まで))

## 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。

📄HP <https://www.city.mitaka.lg.jp/>または☎76-2490へ 📍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。

12月4日発行号

原稿締切日 11月8日(火)

12月18日発行号

原稿締切日 11月18日(金)

いずれも午後5時まで

## 催し

### 成人式や卒業式に「振袖と袴の無料貸出」

📅 NPO法人伝統文化と和みの広場 📅 11月6日～12月31日(土) 所 市民協働センター(牟礼5-10-24) ☎ 同法人 ☎43-4024

### 笑顔でジョイスイレント

📅 東京三鷹の森笑顔でジョイスイレント 📅 11月6日～20日の日曜日午前10時40分～11時40分 所 三鷹駅前コミュニティセンター ☎ 1回500円 📄 申込 ☎ ハラ ☎090-3902-9691・モリ ☎47-5033(初回のみ申込)

### 子育てコンビニひろば

📅 NPO法人子育てコンビニ 📅 11月7・21日の月曜日午前10時～正午 所 元気ひろばおれんじ(中原3-1-65) ☎ 同法人 ☎ info2@kosodate.or.jp ☎ 同法人 ☎41-7021

### 気楽に手作りの会(粘土アート・つる&藤・押し花)

📅 11月10日(休)、12月8日(休)午後1時～3時30分 所 三鷹駅前コミュニティセンター ☎ 初回1,200円 📄 申込 ☎ 土生(はぶ) ☎090-4821-9511

### ガレージセール

📅 (社) 巣立ち会 巣立ち工房 📅 11月11日(金)・24日(休)午後1時～3時 所 同工房(下連雀4-17-6三鷹サンライズマンション102) 📄 当日会場へ ☎ 同工房 ☎ FAX 24-7739

### タカハシタツウロ展

📅 ぎやうりー由芽 📅 11月12日(土)～27日(日) 正午～午後7時(27日は5時まで) 所 同画廊 ☎ 期間中会場へ ☎ 同画廊 ☎47-5241(木曜日休み)

### くじら号に乗って深海探検!—深海から私たちの生活を見ちゃおう!?

📅 多世代交流コミュニティ「井なもんじゃ!」 📅 11月12日(土)午後2時～4時 所 消費者活動センター 📄 申し込みフォーム HP <https://forms.gle/QWYNB4XcyXZzgaKPA> ☎ 杉山 ☎080-3507-7248

### つながる街の輪 チャリティーバザー

📅 11月13日(日)午前10時～午後4時30分 所 みたかスペースあい(下連雀3-28-20) 📄 当日会場へ ☎ 吉野 ☎090-7210-6099

### SDGsアクションみたかエコマルシェ2022

📅 NPO法人みたか市民協働 ☎ 11月13日(日)午後1時～5時 所 三鷹中央通り 📄 当日会場へ ☎ 同法人 ☎090-6013-1978

### ラテンダンス種目チャチャチャ(基礎編)★

📅 ペガサス 📅 11月13日(日)午後1時30分～3時 所 三鷹駅前コミュニティセンター ☎ JCFスタンダード、ラテンともA級の木下聡明さん 📄 当日会場へ(先着制) ☎ 大内 ☎31-8656

### 元気ひろば おれんじの催し

📅 ①リフレッシュヨガ=11月15日(休)午前10時30分～11時30分、②貼ってスッキリ鍼灸入門=15日午後1時～2時30分、③ホントにはじめてのピラティス=16日(休)午前10時～11時 所 同会(中原3-1-65) ☎ 各回1,000円 📄

📄 同会 ☎76-5940

### シニアサロン牟礼 認知症のある人と家族、パートナーの集いの場

📅 11月16日・12月7日の水曜日午前10時～11時30分 所 高山地区公会堂 📄 当日会場へ ☎ なりきよ ☎080-1362-5359

### 入門太極拳★

📅 そらの会 📅 11月16日(休)午後1時30分～3時 所 井口コミュニティセンター ☎ 日本武術太極拳連盟A級指導員で四段の岡部紀子さん ☎ 動きやすい服装 📄 当日会場へ ☎ 古野 ☎31-7626

### 「ザック balan に話そう会」お一人暮らしの方大歓迎

📅 21世紀はあなたが主役 📅 11月16日(休)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) ☎ 500円(茶菓代を含む) 📄 申込 ☎ モリ ☎090-8625-2063・☎47-5033

### 乾燥する季節にしっかりとアロマクリーム作り 子どもからママパパまでみんなで作ろう!

📅 ぴよんちゃんアロマ 📅 11月17日(休)午前10時～11時45分 所 元気創造プラザ ☎ 2,000円(材料代を含む) ☎ 筆記用具 📄 同会(細井) ☎ pyonchanaroma@gmail.com

### サロンきっかけ「おしゃべり会」

📅 活躍きっかけ隊 📅 11月17日(休)午前10時10分～正午 所 三鷹市公会堂さんさん館 ☎ 100円 📄 当日会場へ ☎ 小笠原 ☎42-0935

### 講演会「終末期医療の考え方・延命治療とは」★

📅 三鷹・高齢社会をよくする会 📅 11月18日(金)午後2時～4時 所 生涯学習センター ☎ 訪問診療医の高橋壮芳さん ☎ 200円(資料代) 📄 当日会場へ(先着制) ☎ 新井 ☎31-8889

### もやもやした日々をさようなら! マインドフルネスでストレスフリーに生きよう

📅 自分らしく幸せに生きるマインドフルネス 📅 11月19日(土)午前10時～11時30分 所 10人 所 市民協働センター 📄 11月18日(金)までに 渡辺 ☎090-2525-1089・☎ takutuka5@gmail.com(先着制)

### 家計簿つけて心もくらしもすっきりと「家事と家計の講習会」

📅 東京第三友の会三鷹エリア 📅 11月19日(土)午前10時～11時45分 所 消費者活動センター ☎ 400円(資料代) 📄 11月18日(金)までに 望月 ☎ FAX 42-0086・申し込みフォーム HP <https://bit.ly/3LJd1KU> ☎ 望月 ☎42-0086

### 国際社会の平和と憲法—生活の中の憲法★

📅 憲法を学ぶ会 📅 11月19日(土)午後1時30分～3時30分 所 50人 所 生涯学習センター ☎ 伊藤塾講師で弁護士の山本有司さん ☎ 200円(資料代) 📄 当日会場へ(先着制) ☎ 黒沢 ☎080-5457-4145

### 子どもが学校に行きたくないと言ったら—父親同士で疑問や不安を語ろう

📅 コスモ不登校OYA(親)の会 📅 11月19日(土)午後2時～5時 所 フリースペースコスモ

(下連雀1-14-3) 📄 認定NPO法人文化化学習協同ネットワーク(本田) ☎47-8706・☎ cosmo@npobunka.net

### ふろしき市(福祉バザーと同時開催)

📅 三鷹市ボランティア連絡協議会 📅 11月20日(日)午前10時～午後2時(雨天中止) 所 三鷹中央防災公園 ☎ 500円(1区画分) 📄 同協議会 ☎76-1271(先着制)

### ニューヨークシャドーボックスXmas講習会

📅 NY-SHADOW 📅 11月24日(休)午前10時～正午 所 下連雀八丁目地区公会堂 ☎ 2,500円(材料代) 📄 11月19日(土)までに三浦 ☎090-5346-8043

### 2022沖繩から見えるもの★

📅 辺野古に基地はいらないin三鷹 📅 11月25日(金)午後6時30分～9時 所 ①50人 所 ①市民協働センター、②オンライン会議アプリ「Zoom」 ☎ 法政大学沖繩文化研究所奨励研究員の元山仁士郎さん ☎ 500円(資料代) 📄 ①当日会場へ(先着制)、②11月15日(休)までに 同会 ☎ nobasehenoko\_in\_mitaka@yahoo.co.jp

### 皆さんで楽しく歌いましょう(要予約)

📅 三鷹一日うたごえ 📅 11月26日(土)午後1時30分～4時30分 所 三鷹市公会堂さんさん館 ☎ 1,000円 📄 藤井 ☎48-4688

### 公開セミナー「10代後半・人生の移行期に必要な学びとは?—保護者とともに考える」

📅 認定NPO法人文化化学習協同ネットワーク 📅 11月26日(土)午後2時～4時30分 所 30人 所 市民協働センター ☎ 500円 📄 11月25日(金)までに フリースクールコスモ高等部 ☎47-8706・☎ cosmo-highschool@npobunka.net

### シンポジウム「戦後上海における対日情報戦のグレイゾーン」

📅 (公財)アジア・アフリカ文化財団 📅 11月26日(土)午後2時～5時 所 同財団 ☎ 同財団事務局 ☎43-0536・☎ info@aacf.or.jp

### 第187回太宰治の足跡案内

📅 みたか観光ガイド協会 📅 11月27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 📄 当日集合場所へ ☎ こやの ☎090-8302-2858

### 杏林大学准教授榎本雪絵さんによる健康ストレッチャ教室

📅 体笑会 📅 12月3日(土)午後1時15分～3時30分 所 60歳以上の方20人 所 杏林大学井の頭キャンパス(下連雀5-4-1) ☎ 500円 📄 11月18日(金)までに 同会 ☎ taishohkai@yahoo.co.jp(先着制)

### コンサートに行ってみよう2022 ヴィヴァルディ「四季」全曲

📅 音枕 OtomakuRa 📅 12月10日(土)午後2時から 所 芸術文化センター風のホール ☎ 三鷹市民優待前売り2,800円(25歳以下1,000円) 📄 「三鷹市民チケット予約」のタイトルで 同会 ☎ otomakura.ticket@gmail.com ☎ 同会 ☎45-6784

## 会員募集

### 楽しいフラダンス

📅 毎月第1・3月・火曜日のいずれか午前10時～11時30分 所 65～90歳の初心者 所 牟礼地区公会堂 ☎ 月額1,000円 📄 同 鈴木 ☎080-4953-3361

### みたかU6卓球アカデミー(令和5年4月開講)

📅 毎月水曜日午後、土・日曜日午前の10回程度 所 原則身長80cm以上のお子さん 所 SUBARU総合スポーツセンターほか ☎ 月額5,000円 📄 同 ショートメールで池田 ☎080-5187-6506

### ハーモニカサークル レインボーハーモニ

📅 毎月第2・4金曜日午後2時～4時 所 みたかボランティアセンター ☎ 月額1,000円 📄 同 酒井 ☎ FAX 48-5524

### リラクソヨガ

📅 毎週月曜日午前10時15分～11時45分 所 牟礼コミュニティセンター ☎ 入会金2,000円、月額2,500円 📄 同 七條 ☎080-5445-6411

### みたかキルトビーYOU(手芸)

📅 毎月第1・3木曜日午前10時～正午 所 消費者活動センター ☎ 入会金1,000円、月額2,500円 📄 同 倉林 ☎ FAX 42-3106

## 伝言板

### コモン・グッド基金学生プロジェクト助成先団体募集

📄 11月30日(木)までに申込用紙(同プロジェクトホームページ) HP <https://office.icu.ac.jp/slc/cgg/> で入手)を「〒181-8585大沢3-10-2国際基督教大学 サービス・ラーニング・センター コモン・グッド基金学生プロジェクト」 ☎ cgg@icu.ac.jp ☎ 同事務局 ☎ cgg@icu.ac.jp ※詳しくはホームページをご覧ください。

### コグニサイズ—頭と体を動かして認知症を予防しよう

📅 東京都認知症疾患医療センター 📅 11月10日(休)午後3時～4時 所 3人 所 杏林大学医学部付属病院 ☎ もの忘れセンター ☎47-5511(先着制)

### 糖尿病予防フェスタ

📅 武蔵野赤十字病院 📅 11月13日(日)正午～午後4時 所 同病院 📄 当日会場へ ☎ 同病院医療連携センター ☎32-3111

### 市民公開講演会「糖尿病の合併症を知ろう」

📅 杏林医学会 📅 11月19日(土)午前10時～30日(休)正午 所 オンライン 📄 11月12日(休)までに申し込みフォーム HP <https://forms.office.com/r/emYuGzHdWp> ☎ 同会 ☎47-5511

### ICUクリスマス演奏会2022

📅 ICU宗教音楽センター 📅 12月10日(土)午後3時～4時30分 所 同大学礼拝堂またはオンライン ☎ 2,500円(オンライン視聴は1,000円) 📄 同センター HP <https://office.icu.ac.jp/smc/> (未就学児は入場不可) ☎ 同センター ☎33-3330

**三鷹ネットワーク大学**  
**「民学産公」協働研究事業 中間報告会**  
 問 同大学 ☎0422-40-0313

正会員・賛助会員の大学や企業などの9団体による実証実験の報告会です。  
 日 11月25日(金)午後1時30分～5時 所 オンライン会議アプリ「Zoom」  
 申 同大学ホームページ [HP](https://www.mitaka-univ.org/) https://www.mitaka-univ.org/へ



〒181-0013 下連雀3-24-3三鷹駅前協同ビル3階 ☎0422-40-0313・FAX0422-40-0314・  
 E-mail [info@mitaka-univ.jp](mailto:info@mitaka-univ.jp)・HP <https://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  
 ※館内空調設備の改修工事のため11月13日(日)まで臨時休館しています。作業の状況により、休館日を変更する場合があります。

申 特に記載のないものは11月8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)。締め切りは講座前営業日の閉館時間  
 ※臨時休館中は窓口での申し込みができないため、11月15日(火)以降に手続きをお願いします。

問 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QRコード)をご覧ください。



**三鷹ネットワーク大学企画サロン**

**みたか星空散歩—12月の星空解説と天文トーク**  
 日 11月22日(火)午後7時～8時30分 人 40人

**数学はこんなに面白い13・12月「組紐群と対称群」**

日 12月1日(木)午前10時～11時30分 人 25人  
 講 東京女子大学名誉教授の小林一章さん ¥500円  
 申 11月15日(火)午前9時30分～30日(水)午後9時に申込書を直接または郵送、ファクス、インターネットで三鷹ネットワーク大学へ(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15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、ロバート・F・ヤング「たんぽぽ娘」(『たんぽぽ娘』(河出文庫)、『葉子さんの本棚 ビブリア古書堂セレクトブック』(角川文庫)所収)。  
 日 12月2日(金)午後7時～8時30分 人 12人  
 ¥500円

**日本獣医生命科学大学企画講座“動物の命と健康を守るには—女性研究者が語る動物福祉の現在”(全4回)【オンライン同時開催】**  
**第2回「ペットとの共生を考える 人もペットも幸せな社会に」**

日 12月3日(土)午後2時～3時30分  
 人 所 ①三鷹ネットワーク大学=25人、②オンライン=40人  
 講 (公社)日本動物福祉協会獣医師調査員の町屋奈さん  
 ¥500円  
 申 ②三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「人生会議(アドバンス・ケア・プランニング)で自分の人生をデザインしよう」【オンライン講座】**

日 12月6日(火)午後3時～4時 人 90人  
 講 杏林大学保健学部臨床検査技術学科准教授の角田ますみさん  
 申 三鷹ネットワーク大学ホームページへ(先着制)

**干支にまつわるエトセトラ「兎にも角にも、ウサギのはなし」**

日 12月7日(水)午後7時～8時30分 人 40人  
 講 井の頭自然文化園飼育展示係の杉田務さん、山口真理子さん  
 ¥500円

**「スポーツビジネス」に学ぶ経営改革—千葉ロッテ球団改革の舞台裏、そして横河武蔵野スポーツクラブの今【オンライン同時開催】**

日 12月9日(金)午後6時～8時 人 所 ①同大学=40人、②オンライン=80人  
 講 横河武蔵野スポーツクラブ事業開発担当ディレクターの小寺昇二さん  
 申 ②同大学ホームページへ(先着制)

**数学カフェみたか「約数と倍数についての問題」**

日 12月13日(火)午前10時～11時30分 人 25人  
 講 東京女子大学名誉教授の小林一章さん ¥500円  
 申 11月15日(火)午前9時30分～12月11日(日)午後5時に申込書を直接または郵送、ファクス、インターネットで三鷹ネットワーク大学へ(先着制)

**国立天文台企画サロンアストロノミー・パブ 第187回**

**「えっ！便利な生活が天文観測を脅かすの？—電波天文学と人工電波利用の共存について」【オンライン同時開催】**  
 ゲストは国立天文台天文情報センター特任教授の大石雅寿さん、ホストはフリーランスライターの秋山文野さん。  
 日 12月17日(土)午後6時30分～8時30分  
 人 所 ①同大学=25人、②オンライン=30人(前半のトークタイム(講義)のみ)  
 ¥①1,000円、②500円 申 ②同大学ホームページへ(先着制)

**東京都立産業技術大学院大学 寄付講座**

**「東京都のスタートアップ戦略について」【オンライン配信講座】**  
 日 12月20日(火)～26日(月)  
 講 東京都立産業技術大学院大学特任教授の牧野千里さん  
 申 三鷹ネットワーク大学ホームページへ

◆「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 [HP](https://10mtv.jp/mitaka-univ/) https://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。



**休日・夜間・緊急時の診療はこちらへ**

問 健康推進課 ☎0422-24-8050

受診の際は、必ず健康保険証をお持ちください。  
 ※マイナンバーカードの健康保険証利用はできません。

①③④の受付は日曜日、祝日です。  
 ① 休日診療所、④ 休日調剤薬局は、新型コロナウイルス感染症のまん延により、当面の間、午後6時～9時30分の診療・受付を休止しています。

- 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
- 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)

①②は いずれも **0422-24-8199** ハイキューキュー  
 三鷹市医師会館(野崎1-7-23) **0422-24-8199**  
 発熱がある方は事前にお電話を 電話のみで薬の処方ができる場合があります。

- ③ 休日歯科応急診療所  
三鷹市総合保健センター(新川6-37-1元気創造プラザ2階)  
☎0422-46-3234 (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) ☎0422-49-7766  
午前10時～午後4時30分
- ⑤ 医療機関案内(24時間)  
◆三鷹消防署 ☎0422-47-0119  
◆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  
◆杏林大学医学部附属病院(新川6-20-2) ☎0422-47-5511  
◆野村病院(下連雀8-3-6) ☎0422-47-4848  
◆三鷹中央病院(上連雀5-23-10) ☎0422-44-6161

新型コロナウイルス感染症に関する相談や医療機関の案内は、東京都発熱相談センター ☎03-5320-4592・☎03-6258-5780(いずれも24時間受付)へ。

## 仕事・求人

### しごととの相談窓口

就職や再就職、年金などの個別相談会。

日 11月9日(水)午前10時～正午

人 10人(内職相談は市民)

所 三鷹産業プラザ

物 雇用保険受給者は雇用保険受給資格者証、内職相談者は本人確認書類

申 生活経済課 ☎29-9615へ(先着制)

### わくわくサポート三鷹のセミナー(11月)

日 ①多様な働き方セミナー=18日(金)、

②就職活動支援セミナー=30日(水)、いずれも午後2時～4時

人 おおむね55歳以上で求職活動中の方各40人

所 市民協働センター

講 わくわくサポート三鷹相談員でキャリアコンサルタントの①鈴木茂さん、②山口禎さん

物 雇用保険受給者は雇用保険受給資格者証

申 必要事項(11面参照)をわくわくサポート三鷹 ☎45-8645・FAX 45-8646・✉wakuwaku@mitaka.ne.jpへ(先着制)

### 高齢者対象

#### ①就職支援セミナー、②就職面接会

注 ハローワーク三鷹、わくわくサポート三鷹、三鷹市、武蔵野市

日 11月25日(金)①午前10時30分～11時30分、②午後1時～3時

人 ①40人

所 三鷹産業プラザ

物 ②面接希望分の履歴書

申 ①ハローワーク三鷹 ☎47-8617へ(先着制)、②ハローワーク三鷹 ☎47-8617、わくわくサポート三鷹 ☎45-8645へ

### 就職支援セミナー

#### 「好感を得る話し方」

仕事や面接時に役立つ、印象が良くなる話し方を学びます。

日 12月1日(木)午前10時～正午

人 求職中または就労希望の女性30人

所 三鷹産業プラザ

講 WACHIKAコミュニケーションズ(株)代表取締役の阿隅和美さん

物 雇用保険受給者は雇用保険受給資格者証

申 生活経済課 ☎29-9615へ(先着制)

### 自宅療養者相談支援センター 会計年度任用職員(看護師)

◆職務内容 新型コロナウイルス感染者に対する電話相談など

◆勤務時間 おおむね週2、3日午前9時～午後4時30分

◆報酬 時給1,700円、交通費支給

申 11月21日(月)(必着)までに履歴書(写真貼付)・資格証の写しを「〒181-0004 新川6-37-1総合保健センター」へ(書類選考後に面接)

問 同センター ☎45-1151(内線4292)

### 教育委員会 会計年度任用職員

◆職種 ①教育相談員、②教育相談専門員、③スクールカウンセラー、④就学相談員、⑤学習指導員(いずれも若干名)

◆勤務期間 令和5年4月1日以降

◆勤務時間 ①②⑤週4日、③週3、4日、④週3日、いずれも午前8時30分～午後5時(実働7.5時間。③は勤務地による)

◆勤務場所 ①②④教育センター、③市立小・中学校、⑤一中、教育センター

◆報酬(月額) 職種による、交通費支給(上限55,000円)

申 11月7日(月)～21日(月)(消印有効)に受験申込書兼履歴書(市ホームページまたは学務課(教育センター2階)で入手。写真貼付)・資格証の写し・卒業証明書・レポート(A4判)を特定記録郵便で「〒181-8505学務課」へ

※資格や職務内容、報酬、レポートのテーマや書き方など、詳しくは市ホームページ(右記QRコード)をご覧ください。



問 同課 ☎29-9865

### (社)三鷹市社会福祉事業団 職員

◆職種 ①保育職、②介護職、③サービス提供責任者(①～③正職員)、④介護支援専門員(パートタイマー)、①10人程度、②～④1人

◆資格 ①昭和53年4月2日以降生まれの保育士(取得見込みも可。教育教員免許(幼稚園)があればなお可)、②昭和57年4月2日以降生まれの介護福祉士または介護職員初任者・実務者研修修了者、③昭和52年4月2日以降生まれの介護福祉士または介護職員実務者研修修了者、④介護支援専門員

◆勤務時間 ①月～土曜日のうち5日の交代制(実働7.75時間。早番午前7時30分から、遅番午後7時45分まで)、②4週8休を基本に週平均5日の交代制、③月～土曜日のうち5日(実働38時間45分)、④

月～金曜日のうち2、3日(20時間程度)  
※①三鷹駅前保育園は早番午前7時から、遅番午後10時まで。トワイライトステイは日曜日、祝日の勤務あり(2カ月に1回程度)。

◆勤務場所 ①同事業団が運営する保育園・こども園、②牟礼老人保健施設はなかいどう、③ヘルパーステーションはなかいどう、④井の頭地域包括支援センター

◆報酬 ①月額214,248円～254,344円(経験などによる)、②月額175,776円～197,840円、③月額167,776円～189,840円(②③資格・経験などによる)、④時給1,300円

※②夜勤手当あり(1回8,000円)、③夜間・休日緊急対応手当あり(月額10,000円)。

※①～③賞与あり(昨年度実績4.45カ月、採用1年目は異なる)。

◆採用予定日 ①令和5年4月1日、②～④随時

申 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。

### NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会 契約職員(産休代替1人)

◆職務内容 花と緑の広場の管理運営業務

◆勤務期間 12月1日～令和6年3月31日(更新なし)

◆勤務時間 日～水曜日午前8時45分～午後5時15分

◆勤務場所 同広場(牟礼1-11-26)

◆報酬 月額177,500円、交通費支給、有給休暇あり

申 11月18日(金)(必着)までに履歴書(手書き、写真貼付)・職務経歴書を直接または郵送で「〒181-0012上連雀8-3-10NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会」へ(封筒に「受験申し込み」と朱書き。書類選考後に面接)

問 同協会 ☎46-2081

### 防衛省自衛隊(令和5年春採用)

◆職種 自衛官候補生

◆資格 18～32歳の方

◆試験(1次) 日程は受付時に通知

申 自衛隊西東京地域事務所 ☎042-463-1981へ

## 相談

### 事業と暮らしの無料相談会

弁護士など9士業による相談会。

日 11月26日(土)正午～午後4時(3時30分まで受付。1組30分程度)

人 在勤を含む三鷹・武蔵野市民と事業者40組

所 武蔵野スイングホール(武蔵野市境2-14-1)

申 平日午前9時30分～午後7時に予約・問い合わせ専用電話 ☎03-5308-2159へ(先着制)

### 住宅リフォーム無料相談会

日 11月30日(水)午前10時～午後3時(正午～午後1時を除く)

所 市役所1階市民ホール

物 あれば自宅の図面や写真など

申 当日会場へ

問 都市計画課 ☎29-9704

## 審議会・市民会議など

### 第74回ふじみ衛生組合 地元協議会の傍聴

日 11月16日(水)午後6時30分から

人 所 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

申 11月9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)

問 同組合 ☎042-490-5374

### 令和4年第4回 ふじみ衛生組合 議会定例会の傍聴

日 11月18日(金)午前10時から

人 10人

所 クリーンプラザふじみ

申 当日会場へ(先着制)

問 同組合 ☎042-482-5497

### 令和4年度第3回 三鷹市健康福祉 審議会の傍聴

日 11月18日(金)午後7時～8時30分

人 4人

所 教育センター

申 当日会場へ(先着制)

問 地域福祉課 ☎29-9231

※「市からののお知らせ」は11面からご覧ください。

## 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 ☎0422-47-5122

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

### 第27班「蜚」 作・演出 深谷晃成 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2日(金)～11日(日) 全13公演

チケット発売中

会員=前売り3,000円・当日3,300円

一般=前売り3,500円・当日3,800円

U-25=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)

劇団「第27班」が手掛ける、将棋の世界を舞台にした群像劇です。



	12/2(金)	12/3(土)	12/4(日)	12/5(月)	12/6(火)	12/7(水)	12/8(木)	12/9(金)	12/10(土)	12/11(日)	
13:00		★ 保育	★	休館日					●		
14:00							★			●	
18:00		★ 保育	★							●	
19:00	★					●	●	●	●		

★の回は500円引き

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/>

●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

※学生券およびU-25(25歳以下)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。

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。

【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。

物室内履き、①ラケット、ボール  
 申当日会場へ(いずれも先着制)  
 問同連盟①☎43-3350、②☎71-7449  
**室内グラウンド・ゴルフ交流大会**  
 住三鷹市ベッセルスポーツクラブ  
 日12月10日(土)①個人戦=午前10時~正午、②団体戦=午後1時~3時30分  
 人 在学・在勤を含む市民各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(貸し出しあり)  
 申 12月9日(金)までに必要事項(11面参照)・性別を「〒181-0005中原4-4-7日黒」・FAX 45-5432へ(先着制)  
 問 同クラブ☎080-3492-5363・✉besserung1985@gmail.com

**講座**

**スマホ・タブレット教室**  
 住所 三鷹市シルバー人材センター  
 日 ①月1回午後1時~2時30分、②月4回午後2時30分~4時(いずれも木曜日)  
 人 ①4人、②3人  
 料 ①2,000円(1回分)、②8,000円(4回分)  
 申 11月25日(金)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」へ(先着制)  
 問 同センター☎48-6721

**健康づくりのための「栄養料理教室」**  
 日 いずれも午前10時30分から  
 人 在学・在勤を含む市民  
 物 エプロン、三角巾、タオル  
**◆カルシウムアップはこう食べる!**

日 ①11月16日(水)、②11月24日(木)、③12月9日(金)、④12月22日(水)  
 人 ①②12人、③16人、④15人  
 所 ①井口コミュニティセンター、②井の頭コミュニティセンター、③新川中原コミュニティセンター、④大沢コミュニティセンター  
 料 350円(1回)  
 申 参加費を各センターへ(②11月10日(木)、③9日(水)、④7日(月)から。いずれも先着制)

**◆電子レンジでお手軽クッキング**  
 日 11月18日(金)  
 人 12人  
 所 三鷹駅前コミュニティセンター  
 料 150円  
 申 11月6日から参加費を同センターへ(先着制)  
**◆時間が無くてもOK!市販品の組み合わせ**

**わせ**  
 日 ①12月1日(木)、②12月2日(金)  
 人 ①15人、②12人  
 所 ①大沢コミュニティセンター、②牟礼コミュニティセンター  
 料 150円(1回)  
 申 参加費を各センターへ(①11月7日(月)から。いずれも先着制)  
 問 健康推進課☎24-8266

**3Dプリンターでクッキー型をつくろう!**  
 日 11月19日(土)午後1時~4時  
 人 小学4年生以上の方4人  
 所 三鷹産業プラザ  
 講 ㈱ウッドボックスエンジニアリングの浅古綾香さん  
 料 1,650円  
 申 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)  
 問 同施設☎48-3520

**三つ編みで作るクリスマスリース**  
 日 11月23日(水・祝)午後1時30分~3時30分  
 人 5人  
 所 リサイクル市民工房  
 物 タオル1枚、3種類の布地(7cm×タオル長辺の長さ)、幅広リボン120cm  
 申 11月9日(水)午前10時から同工房☎34-3196へ(先着制。月・火・金曜日を除く)

**腰痛肩こり解消のためのストレッチ講習会**  
 住 連雀地区住民協議会  
 日 11月25日、12月2日の金曜日午後7時から(全2回)  
 人 会場、オンライン各20人  
 所 連雀コミュニティセンターまたはオンライン  
 講 スカイリミットスポーツ三鷹の皆さん  
 物 運動できる服装  
 申 同センターホームページHP https://www.mitakacc.jp/renjk-cc/へ(先着制)  
 問 同センター☎45-5100

**福祉有償運送運転者およびセダン等運転者講習会**  
 住 NPO法人みたかハンディキャブ  
 日 11月26日(土)・27日(日)午前9時30分~午後4時30分(全2回)  
 人 26~70歳の普通自動車(第1種)運転免許所有者で、両日参加できる方12人  
 所 上連雀分庁舎  
 料 7,000円  
 申 11月18日(金)午後4時までに申込用紙(同法人ホームページHP https://www.mcab.jp/で入手)を同法人☎41-0185・FAX 41-0274・✉mcab3@jcom.zaq.ne.jpへ(先着制)

※受講者が少ない場合は次回に統合します。

**明治安田生命連携講座**  
 住 井の頭地区住民協議会  
 日 ①お母さん(お父さん)だけが頑張らない!ラクちん片づけ=11月26日(土)午前10時30分~正午、②痛みなく疲れにくい体をつくるための姿勢チェック=11月30日、12月7日の水曜日午後1時30分~3時(全2回)  
 人 市民各30人  
 所 井の頭コミュニティセンター  
 講 ①整理収納士の小宮真理さん、②(株)Moff理学療法士の中原一樹さん  
 物 ②動きやすい服装  
 申 11月6日、②9日(水)から同センター☎44-7321・HP https://inokashiracc.jp/へ(いずれも先着制)

**消費者活動センターの講習会**  
 住 三鷹市消費者活動センター運営協議会  
 日 ①やさしいヨーガ=11月26日(土)午前10時~正午、②フィットネスで健康寿命を延ばそう=午後1時30分~3時  
 人 市民各20人  
 所 同センター  
 講 ①ヨーガインストラクターのひびのゆうこさん、②ジャパンライフフィットネスネットワークの並木富士子さん  
 物 動きやすい服装、①バスタオル、②タオル  
 申 11月7日(月)午前10時~午後1時は同運営協議会☎41-0510へ、7日午後1時から同センター☎43-7874へ(いずれも先着制)

**みたか健康づくりセミナー連雀60代からのフレイル予防**  
**◆内容(全3回)** ①講話・体組成測定、②講話「食事からのフレイル予防一元気をつくる食事のポイント」、③講話・口腔(こうくう)機能測定  
 日 ①11月30日、②12月7日、③12月14日、いずれも水曜日午前10時30分~正午  
 人 20人  
 所 連雀コミュニティセンター  
 講 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歯科衛生士の小原聖子さん、西條三央さん  
 申 11月6日~29日(火)に直接または電話で同センター☎45-5100へ(先着制)

**編み物の会—ニットdeクリスマス**  
 日 12月4日(日)午前10時~正午  
 人 小学5年生以上の方20人  
 所 東多世代交流センター  
 講 (公財)日本編物検定協会評議員で東京都支部役員の近藤芳弘さん

申 11月7日(月)午前10時から直接または電話で同センター☎44-2150へ(先着制)  
**「伝える」から「伝わる」になるほど!!情報発信術**  
 SNSを効果的に活用するコツも教えます。

住 NPO法人みたか市民協働ネットワーク  
 日 12月5日(月)午後7時~9時  
 人 イベント集客や情報発信に課題を感じている方①会場20人、②オンライン30人  
 所 ①市民協働センター、②オンライン会議アプリ「Zoom」(視聴のみ)  
 講 コミュニケーションデザイナーで杉並区広報専門監の谷浩明さん  
 申 同センター☎46-0048・HP https://kyodo-mitaka.org/へ(先着制)

**ファミリー・サポート援助会員養成講座**  
 日 12月7日(水)午後1時~5時10分、8日(木)・9日(金)午後1時~5時(全3回)  
 人 援助会員への登録を希望する方15人  
 所 教育センター  
 申 11月7日(月)午前9時~12月5日(月)午後4時にみたかファミリー・サポート・センター事務局(のびのびひろば内)☎76-6817へ(先着制)

**ホームヘルパーのための自立支援基礎講座—自立を促す支援のあり方**  
 日 ①12月12日、②19日、いずれも月曜日午後6時30分~8時30分(全2回)  
 人 市内または近隣市区町村の事業所のホームヘルパー20人  
 所 福祉センター  
 講 (社)三鷹ひまわり会の田中久理子さん、①(株)M.crew訪問看護ステーションの清水拓郎さんと前田利行さん、②NPO法人グレースケア機構の柳本文貴さん  
 申 11月7日(月)~12月2日(金)に三鷹市社会福祉協議会☎79-3505へ(先着制)

**募集**

**NPO法人みたかハンディキャブのボランティア**  
 人 ①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、運転歴2年以上の方、②活動協力ボランティア  
 ※①は福祉有償運送運転者講習会の受講が必要です。11月26日(土)・27日(日)開催の同講習会を利用できます(左記参照)。  
 申 同NPO法人みたかハンディキャブ☎41-0185・FAX 41-0274・✉mcab3@jcom.zaq.ne.jp・HP https://www.mcab.jp/へ

**三鷹短歌会 九月の短歌**  
 さようなら日舞でたずねた南米チリ  
 夜明けの空に溶けゆく星々  
 今井輝己  
 雨あがり雫残りあじさいの  
 紫色に光る水玉  
 大貫久和  
 広島へ黙禱終えればラジオから  
 蝉の鳴く声悲しみの増す  
 久野静代  
 窓を這ふやもりのしぐさ眺めつつ  
 捕らへて飼ひし幼き日思ふ  
 桑野晋  
 百歳の祖母を祝うとスカーフを  
 持ち来し息子のころねやよし  
 田代苺子  
 夜になりエアコン切りて窓開ける  
 熱気こもれる風のまた来る  
 鶴村きく代  
 あじさいの雨をふくみてまんなに  
 我は「瀬祭」手酌しており  
 奈須野郁郎  
 駅ピアノ帰宅途中の介護士が  
 「マイウエイ」を弾き深く礼する  
 藤井典子  
 故郷から電話があたりてはむ声  
 三年ぶりの祭りのしらせ  
 細田千恵子  
 燦然と夕陽落ち行くエーゲ海  
 かなたの海は金のさざ波  
 町田厚成

**三鷹俳句会 九月の俳句**  
 藻の覆ふ池面泡立つ秋暑し  
 小松洋子  
 秋光に溶けゆく水脈(みお)や七井橋  
 加藤佑子  
 月の出に足並止まる七井橋  
 横森茂樹  
 ポート漕ぐ破れGパン秋日濃し  
 加藤早子  
 銀やんま軟派してある井の頭  
 大森敦夫  
 池へ伸(の)す上枝(ほつえ)小揺らぐ風の色  
 宮下京華  
 初萩や神水を手に井の頭  
 根岸操  
 蓮の葉に転がるを待つ朝の露  
 今田和生  
 水澄むや弁天堂の朱の著し  
 新井一枝  
 ひとり居に風鈴だけのひと日かな  
 中山美枝子  
 暁闇の白萩包む池の気よ  
 水野星蘭  
 鳴いて追ふ鳩(にお)の子親はまた潜る  
 赤松羊子

**三鷹市シルバー人材センター**  
**3学期補習教室(令和5年1~3月)**  
☎①月・水・木・土・日曜日=小学3~6年生(国語・算数)、小学5・6年生(英語)、②月・水・木・土・日曜日=中学生(国語・数学・英語) ①1回55分、②1回80分。いずれも全10回  
所同センター

¥①12,000円、②16,000円(1科目10回分。初日体験受講可)  
申①11月14日(月)~22日(火)の平日午前9時~午後4時に同センター☎48-6721へ(郵送可)  
※詳しくは同センターホームページHP <http://www.mitaka-sc.or.jp/>をご覧ください。

### 高齢者

**「高齢者等紙おむつ代助成金」の交付申請を受け付けています**  
人同助成金の認定を受け、7~10月入院分の紙おむつ代の支払いをした方(認定済みの方には申請書を送付しています)  
申11月30日(火)(必着)までに交付申請書・医療機関が発行した紙おむつ代の領収書(コピー可)を直接または郵送で「〒181-8555高齢者支援課」(市役所1階12番窓口)へ  
問同課☎29-9271

**高齢者の生活相談室(事前予約)**  
☎11月18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①連雀地域包括支援センター☎40-2635へ

**三鷹いきいきプラス**  
**パソコン活用講座**  
ワードやエクセルを学びます。  
☎11月21日(月)・24日(木)午前9時30分~11時30分(全2回)  
人おおむね55歳以上の市民でパソコン経験者12人  
所市民協働センター  
¥1回500円(資料代)  
物あればパソコン(貸し出しあり)  
申①11月7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)

**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=11月26日(土)午前10時から、10時30分から、11時からのいずれか、②事前オリエンテーション=11月26日午前11時30分~正午、③オンライン体操=12月3日~24日の土曜日午前10時30分~正午(全4回)  
※②は必ず参加してください。  
人65歳以上のZoom初心者の方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。牟礼コミュニティセンター、UR都市機構新川・島屋敷通り集会所第二集会室(1号棟)での参加可。  
講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①11月18日(金)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・FAX 76-1273・✉chiiki@mitakashakyo.or.jpへ(先着制)

### 障がいのある方

**特別障害者手当などを振り込みます**  
8~10月分の特別障害者手当・障害児福祉手当・福祉手当(経過措置)を、11月10日(木)に受給資格認定済の方の指定預金口座に振り込みます。  
問障がい者支援課☎29-9234

**しんなか失語症ちょこつと相談室**  
相談員はNPO法人日本失語症協議会理事長の園田尚美さん、言語聴覚士の山本弘子さん。  
☎11月18日(金)午後2時~4時(1組30分)  
人失語症の方、失語症の方の家族、支援者など  
所新川中原地域包括支援センター  
申①同センター☎40-7204へ

**特別児童扶養手当制度をご存じですか**  
市内在住で心身に重度・中度の障がい(おおむね身体障害者手帳1~3級程度、愛の手帳1~3度程度)のある20歳未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、児童が障がいを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。  
問子育て支援課☎29-9675

### 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**  
受診推奨期間は11月30日(火)までですが、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。受診票が手元がない方は、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

### 催し

**みたか親の会**  
☎11月9日(火)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

**Craft Market@杏林大学**  
地域の特産品販売、子ども向けイベント、防災ワークショップなど。  
☎同実行委員会  
☎11月12日(土)・13日(日)午前10時~午後3時(雨天決行)  
所同大学井の頭キャンパス(下連雀5-4-1)  
申期間中会場へ  
問同実行委員会✉kyorinnosibafde@gmail.com

**第36回連雀コミュニティまつり**  
☎連雀地区住民協議会  
☎11月12日(土)・13日(日)午前10時~午後3時30分(13日は3時まで)  
所連雀コミュニティセンター  
申期間中会場へ  
問同センター☎45-5100

**おとな絵本ラウンジ第75回トーク**  
**テーマ「音楽が聞こえてくる絵本」**  
☎11月13日(日)午後2時~3時30分  
人20人  
所オンライン会議アプリ「Zoom」  
申11月12日(土)午後5時までに同ラウンジホームページHP <https://otonaehon.jimdofree.com/>へ(先着制)  
問星と森と絵本の家☎39-3401

**生活用品活用市**  
☎三鷹市消費者活動センター運営協議会  
☎11月14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

**みんなであつがる「老い支度」**  
☎11月15日(火)午前10時~11時30分  
所山中地区公会堂  
物室内履き、動きやすい服装、タオル  
申①連雀地域包括支援センター☎40-2635へ

**第19回みたかビジネスプラン**  
**コンテスト最終審査発表会**  
☎11月17日(木)①最終審査発表会=午後1時~3時15分、②結果発表=午後4時30分~5時  
所オンライン  
申同コンテストホームページHP <https://www.mitaka.ne.jp/bizcon/>へ  
問(株)まちづくり三鷹☎40-9669・✉bizcon@mitaka.ne.jp

**駅前 風のサロン「手話ダンスを楽しもう!」(事前予約制)**  
☎三鷹駅周辺・地域ケアネットワーク  
☎11月17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①地域福祉課☎29-9235へ(先着制)

**介護者ひろば**  
☎11月17日(木)午後1時30分~3時30分  
人介護者、介護経験者  
所高齢者センターけやき苑(深大寺2-29-13)  
申①三鷹市社会福祉協議会☎79-3505へ

**第44回福祉バザー**  
☎11月20日(日)午前10時~午後2時(小雨決行)  
所三鷹中央防災公園・元気創造プラザ  
申当日会場へ  
問三鷹市社会福祉協議会☎46-1108

**認知症介護者談話室**  
☎11月22日(火)午後1時~3時  
人介護者、介護経験者(認知症ではない方の介護者も参加できます)  
所みたかボランティアセンター  
申①三鷹市社会福祉協議会☎79-3505へ

**介護者のための「介護なんでも相談室」**  
☎11月25日(金)午後2時~2時50分、3時~3時50分(1人50分)  
人市内の介護者  
所福祉センター  
申①11月22日(火)までに三鷹市社会福祉協議会☎79-3505へ

**第37回「みたか消費者まつり」**  
三鷹産野菜の販売、フードドライブ、包丁研ぎ、生活用品活用市、おもちゃの病院など。  
☎三鷹市消費者活動センター運営協議会  
☎11月26日(土)午前10時~午後3時  
所消費者活動センター  
申当日会場へ  
問同センター☎43-7874

### スポーツ

**剣道の講習会・教室**  
☎三鷹市剣道連盟、②③東京都、(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会  
☎①一般講習会=11月6日午後3時~6時、19日(土)・23日(水・祝)午前9時30分~11時30分、②シニア剣道指導講習会=11月16日(水)・18日(金)・30日(水)午前9時20分~11時30分、③ジュニア剣道教室=11月19日午後1時~2時30分  
人①在勤を含む高校生以上の市民各日30人、②在勤を含む60歳以上の市民で有段者各日50人、③市内の小・中学生30人  
所SUBARU総合スポーツセンター  
物剣道用具、フェースシールド、②木刀  
申①必要事項(11面参照)を同連盟☎090-3803-3638・✉rsj02547@nifty.comへ(先着制)

**市民体育祭 太極拳交流競技大会**  
☎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、三鷹市武術太極拳連盟  
☎11月20日(日)午後1時~4時  
人市内で活動している太極拳グループ  
所SUBARU総合スポーツセンター  
申①同連盟☎090-2401-9483へ(日中のみ)

**ダンススポーツ・シニア講習会**  
**チャチャチャ踊りどころ**  
☎東京都、(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会、三鷹市ダンススポーツ連盟  
☎11月23日(水・祝)午後2時30分~4時30分  
人①在勤を含む市民で60歳未満の方20人、60歳以上の方80人  
所SUBARU総合スポーツセンター  
物ダンスシューズ(女性は新品革製のヒールカバー付き)  
申当日会場へ(先着制)  
問同連盟☎080-8289-1173

**卓球の講習会・教室**  
☎三鷹市卓球連盟、②三鷹市体育協会  
☎①卓球講習会=12月3日~24日の土曜日、初級=正午~午後3時(17日は午前9時~正午)、中級=午後3時~6時、②卓球教室=12月17日(土)午前9時~正午  
人①在学・在勤を含む小学生以上の市民①各回20人、②30人  
所SUBARU総合スポーツセンター  
¥①200円(中学生以下100円)、②400円(中学生以下200円)

官が事件を裁判にかけてくれないという不満を持つ方のための審査会(費用無料、秘密厳守)の審査員(11人)で、いずれも選挙人名簿から抽選で選ばれます。

◆マイナンバーカードを取得した方のマイナポイント手続きは令和5年2月まで

12月末までに申請されたマイナンバーカードをお持ちの方に、最大2万円分のマイナポイントが付与されます。

◆携帯ショップでマイナンバーカードとマイナポイントの申請ができます

所ドコモショップ三鷹店(下連雀3-36-1) ☎050-3666-9213、ドコモショップ東八三鷹店(野崎4-1-10) ☎050-3666-6046、auショップ三鷹東八道路(野崎1-20-20) ☎0800-700-0830、auショップ三鷹(下連雀3-34-3) ☎0800-700-0829、ソフトバンク三鷹(下連雀3-27-13) ☎40-2200

※店舗によっては予約が必要です。マイナポイント申込支援を行っていない店舗もありますので、ご確認ください。

問三鷹市マイナンバーカードセンター ☎40-0311

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

申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

※2月の年金引き落とし分から変更したい方は、11月29日(火)までに申請してください。

問同課 ☎29-9218

勤務先を退職したときは国民年金の手続きを

国内に居住する20~59歳の方が勤務先を退職し、厚生年金の加入者でなくなったときは、国民年金加入の手続きが必要です。また、扶養されていた配偶者(第3号被保険者)も手続きが必要です。

申基礎年金番号が分かるもの、本人確認書類、退職日が分かる証明書(離職票など)を市民課(市役所1階3番窓口)または市政窓口へ

問同課 ☎29-9190、武蔵野年金事務所 ☎56-1411

子育て・教育

児童扶養手当を振り込みます

9・10月分の同手当を、11月10日(日)に指定預金口座に振り込みます。

問子育て支援課 ☎29-9675

むらさき子どもひろばの催し(11月)

◆乳幼児のあそびひろば
回げんきっ子ランド=月曜日午前9時~正午(7日を除く)、みんなであそぼ!=火~金曜日、26日(土)午前11時~11時30分(8日(火)・16日(水)・24日(木)を除く)
申当日会場へ

◆乳幼児対象のイベント

回①手形アートスタンプ=7・8日午前11時~11時30分、②どんぐり迷路を作ろう=12日(土)午前10時30分~11時30分、③Mamaカフェ=24日午前10時30分~11時30分、④スペシャルパーズデー=29日(火)・30日(水)午前11時~11時30分

人①④就学前のお子さん、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①④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

回①卓球の日=月・金曜日午後3時30分~4時30分(14日(月)を除く)、②スポーツの日=木曜日午後4時~4時30分、③一輪車教室=14日午後3時40分~4時30分(雨天中止)、④秋の小物を使ってリースを作ろう=19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=28日(月)午後3時30分~4時30分

物①②③⑤タオル(②帽子、運動靴、③運動靴、あれば一輪車)
人③10人、④各回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

星と森と絵本の家の催し(11月)

回①絵本のおはなし「冬がくるまえに」=9日(水)午後2時から、②絵本リレー=16日(水)午後3時30分から

申当日会場へ
問同施設 ☎39-3401

一日プレイパーク

木工や火を使った遊びを体験できます。

回11月13日(日)午前10時~午後2時(雨天中止)
所農業公園
申当日会場へ
問緑と公園課 ☎29-9789

ベビーヨガ講座

回11月16日(水)午前10時~10時45分
人7~12カ月のお子さんと母親6組
所東多世代交流センター

講ヨガインストラクターの小俣まりさん
申問11月7日(月)午前9時から直接または電話で同センター ☎46-0408へ(先着制)

小学生向け初心者将棋教室「将棋をおぼえよう！」

回三鷹駅周辺住民協議会
回11月19日(土)・20日(日)午後1時~3時(全2回)
人小学生10人

所三鷹駅前コミュニティセンター
講同協議会文化部会委員の皆さん
物筆記用具
申問直接または電話で同センター ☎71-0025へ(先着制)

家庭教育学級

「自分たちで考える地域防災」

回市教育委員会、五小、同校PTA
回11月19日(土)午後2時~5時
所同校

講NPO「Mitakaみんなの防災」事務局長の大倉誠さん
申問11月14日(月)までに教育政策推進室 ☎29-8349へ

和太鼓であそぼう！

回11月20日(日)午後1時30分から、2時10分から

人小学1・2年生各回12人

所西多世代交流センター
講和太鼓チーム「綾」「えん」の皆さん
物タオル

申問11月8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)

すくすくひろばの催し ◆年齢別あそびまじょ(11月)

回①バナナぐみ=22日(火)、②いちごぐみ=25日(金)、③ひよこぐみ=29日(火)、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4年1~2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6~7月生まれのお子さんと保護者4組、③初めて受講する3年12月~4年4月1日生まれのお子さんと保護者8組

申①8日(火)、②11日(金)、③15日(火)午前10時から直接または電話で同ひろば ☎45-7710へ(いずれも先着制)

◆ベビーヨガ

回12月1日(木)午前10時30分~11時30分
人市内在住の初めて参加する3~8カ月のお子さんと母親12組

所新川中原コミュニティセンター
講ベビーヨガインストラクターのかおりさん

物バスタオル、おむつ、着替え
申11月17日(水)午前10時から直接または電話で同ひろば ☎45-7710へ(先着制)

◆ウェルカムパパ講座

回12月3日(土)午前10時30分~正午
人市内在住の初めて受講するおおむね8カ月ぐらいまでのお子さんと父親10組(これから父親になる方、第2子以上の方も受講可)

所連雀コミュニティセンター
講三鷹市助産師会の皆さん
物バスタオル、おむつ、着替え

申11月10日(水)午前10時から直接または電話で同ひろば ☎45-7710へ(先着制)

◆パパと親子体操

回12月10日(土)午前10時30分~11時30分
人市内在住の2歳6カ月~年少のお子さんと父親12組

講乳幼児親子体操指導者講習会講師の西山里美さん
物バスタオル

申11月18日(金)午前10時から直接または電話で同ひろば ☎45-7710へ(先着制)

家庭教育学級「これからの未来を切り拓く子どもたちの学び—今こそ教師も親も学力論を変えようじゃないか」

回市教育委員会、三小、同校PTA
回11月26日(土)午前10時30分~正午
所同校

講同校校長の山下裕司さん
物室内履き、下足袋
申問11月18日(金)までに教育政策推進室 ☎29-8349へ

小さく生まれたお子さんとその親の交流会

心理相談員による発達のお話や親子遊びも紹介します。

回11月30日(水)午前10時~11時45分
人市内在住で出生時の体重が2,000g以下の就学前のお子さんと保護者10組
所総合保健センター

申問直接または電話で健康推進課(元気創造プラザ2階) ☎46-3254へ(先着制)

おやこでよって チョコッとあつぷるーむ(12月)

回NPO法人みたか市民協働ネットワーク
回①ママ護身術フィットネス(キック編)=1日(休)、②簡単スクラップブック(アルバム編)=3日(土)、③今後の子育てと働き方のバランス講座=5日(月)、④ベビーマッサージでママと赤ちゃんの素肌スキンケア=8日(休)、⑤働くママのチアアップ講座(マネー管理術)=10日(土)、⑥産前・産後の骨盤ケア=12日(月)、⑦色育(いろいろ)で子育てを楽しく!=15日(休)、⑧はじめてのベビーマッサージ=19日(月)、⑨足形つきのバッグを作ろう!=22日(木)、⑩ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前)=26日(月)、いずれも午前10時30分~正午(②は午後1時30分~3時)

人①首据わり~1歳6カ月のお子さんと母親、②⑦3歳までのお子さんと保護者、妊婦、③⑥3歳までのお子さんと母親、妊婦、④2~11カ月のお子さんと保護者、⑤3歳までのお子さんと働く母親(産休、育休中を含む)、⑧2カ月~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ハイハイ前のお子さんと母親

所市民協働センター
料①⑤⑧⑩1,500円、②1,300円、③1,000円、④1,800円、⑥⑦2,000円、⑨1,200円

※②⑨材料代を含む、③キャリア診断シート付き、⑥さらし付き、⑦色育絵本付き。

物①抱っこひも、②写真5~10枚、④バスタオル、授乳ケープ、⑤授乳ケープ
申11月10日(水)午前9時から同センターホームページHP https://kyodo-mitaka.org/へ(先着制)

問同センター ☎46-0048

小学生向け スクラッチプログラミング教室

回三鷹市シルバー人材センター
回①オンライン教室=12月2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)、②月曜アドバンスコース=12月5日~26日の月曜日午後4時15分~5時45分、③火曜アドバンスコース=12月6日~27日の火曜日午後4時30分~6時(いずれも全4回)

人小学3~6年生の経験者①4人、②③5人
料5,000円(教材費を含む)

物①パソコン、②③USBメモリー
申11月22日(火)(必着)までに必要事項(11面参照)・保護者の氏名・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)

※①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

みたか認知症キッズサポーター養成講座

回12月10日(土)午後2時~3時
人市内在住の小学生と保護者20人(小学生のみの参加も可)

所東多世代交流センター
申問11月7日(月)午前10時から直接または電話で同センター ☎44-2150へ(先着制)

# 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)
- ※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

### 三鷹駅前市政窓口 業務再開のお知らせ

空調設備の改修工事のため、11月10日(木)まで臨時休館し、11日(金)から業務を再開します。

※自動交付機は11月5日からご利用いただけます。

※三鷹市役所と三鷹台市政窓口の自動交付機は通常通り稼働しています。

☎同窓口 ☎42-5678

### みたか観光案内所 臨時休業のお知らせ

☎11月9日(水)～12日(土)

☎NPO法人みたか都市観光協会 ☎40-5525(火曜日定休)

### ごみの収集時間が 変わることがあります

可燃ごみ処理施設「グリーンプラザふじみ」は、定期点検や工事のために一時的に運転を停止します。停止期間中、市内のごみ収集は通常通り行いますが、ごみ処理相互支援により市内の可燃ごみを武蔵野市へ搬出するため、収集ルートや時間が変わることがあります。

☎武蔵野市へのごみの搬出期間=11月7日(月)～18日(金)

☎ごみ対策課 ☎29-9613

### 11月9日(水)～15日(火)は 秋の火災予防運動

「もう一度 確認 安心 火の用心」

火災死者の9割以上は住宅火災によるもので、市内では電気による出火が多くなっています。電気ストーブの周りに燃えやすいものを置かない、コンセントのたこ足配線を避け、ほこりをためないなどを心掛けましょう。期間中、三鷹市消防団では夜間(午後7時～10時)巡回広報と警戒を行います。

◆火災予防広報パレード

消防ポンプ自動車など14台が、元気創造プラザから東西に分かれ、市内をパレードします。

☎11月9日午前10時30分から

☎防災課 ☎24-9102

### 第35回みたか市民愛の献血デー

☎三鷹市献血推進協議会

☎11月9日(水)午前11時30分～午後4時

☎三鷹駅南口緑の小ひろば(ジブリ美術館行きバス停東側)

☎当日会場へ

☎三鷹市社会福祉協議会 ☎46-1108

### デジ活サポートサロンを ご利用ください

インターネット上の手続きやアプリなど、市のオンラインサービスの利用をサポートします。詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎毎週水曜日午後1時～5時

☎Machikoe(マチコエ)(下連雀3-33-3。駐輪場はありません)

☎当日会場へ

※事前予約可。氏名(フリガナ)・希望日時・相談内容・持参する機器の種類を参加と協働推進室 ☎70-4033・✉sanka.tokyodo@city.mitaka.lg.jpへ。

### 連雀通りまちづくり情報コーナー を開設します

連雀通りまちづくり協議会の活動紹介と、連雀通り整備に関する展示。

☎同協議会

☎11月18日(金)～24日(木)

☎「魚鶴」前(下連雀6-6-71)

☎期間中会場へ

☎株まちづくり三鷹 ☎40-9669

### 消費税のインボイス制度説明会

☎11月25日(金)午前10時～11時=免税事業者向け、午後2時～3時=課税事業者向け

☎各回30人

☎武蔵野税務署(武蔵野市吉祥寺本町3-27-1)

☎☎同署 ☎53-1311へ(事前予約制)

### 高齢動物の飼育者表彰

市内で適切に飼育されている高齢動物の飼育者を表彰します。

#### ◆対象となる動物

15歳以上の猫および小～中型犬、12歳以上の大型犬。犬は市に登録があり、狂犬病予防注射を接種している。

☎(公社)東京都獣医師会武蔵野三鷹支部

☎11月30日(水)までに同支部所属の動物病院(下記)へ

#### ◆同支部所属の市内動物病院

アルファ動物診療所 ☎46-5585、かえで動物病院 ☎31-3232、穴戸動物病院 ☎48-5362、ふじもと動物病院 ☎24-0661

☎環境政策課 ☎29-9612

### ご利用ください

#### 事業者向け融資あっせん制度

市内の中小企業者が、事業資金の融資を有利な条件で受けられるよう、取扱金融機関に融資のあっせんを行っています。融資決定の際は、利子と信用保証料の一部補助が受けられます。

☎市内に引き続き1年以上住所(法人は本店所在地)を有する中小企業者で、①市内または近隣市区(武蔵野・調布・小金井・府中・世田谷・杉並)に事業所を有し、同一事業を引き続き1年以上営んでいる、②市民税・法人市民税を滞納していない、③法人は確実な連帯保証人がいる(原則として代表者個人)、④東京信用保証協会の保証対象業種である、⑤事業に必要な許認可を受けている

※創業資金など、融資種類ごとに個別要件があります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎☎生活経済課 ☎29-9615へ

#### 小学生の「税の書道展」受賞者

市内の小学生から607作品の応募があり、8人が最優秀賞を受賞しました。受賞作品を市ホームページに掲載しています。

#### ◆最優秀賞(敬称略)

三鷹市長賞 岩野結衣(井口小)

三鷹市教育長賞 加藤美海(四小)

青色申告会会長賞 上田みらい(三小)・大貝気宇(北野小)

武蔵野税務署長賞 石田紗亜椰(高山小)

立川都税事務所長賞 大原奈々(井口小) 税理士会支部長賞 中山芽香(高山小)・白石沙綾(高山小)

#### ◆作品展(全作品)

☎11月5日午後2時～7時、6日午前10時～午後5時

☎武蔵野市民文化会館(武蔵野市中町3-9-11)

☎期間中会場へ

☎武蔵野青色申告会 ☎53-8665、市民税課 ☎29-9193

### 「令和4年度明るい選挙 啓発コンクール」入選者

入選作品は、コミュニティセンターで開催されるコミュニティ祭りでの展示など、明るい選挙推進に活用します。

☎市選挙管理委員会、三鷹市明るい選挙推進協議会

#### ◆金賞(敬称略)

◇ポスター

藤田せり(三小3年)、松井スミレ(七中1年)、安田菜菜(七中1年)、鬼丸隼一(一中2年)、山崎琉衣(一中2年)、志水愛菜(四中2年)、矢島謡(一中3年)

◇習字

阿部日菜子(五中3年)、小野さら(五中3年)

◇標語

島田朋樹(五中2年)、池下ひまる(三鷹中等教育学校3年)

☎選挙管理委員会事務局 ☎29-9794

### 11月は労働保険未手続事業 一掃強化期間

労働者を1人でも雇用する事業主は、労働保険(労災保険、雇用保険)の加入が義務付けられています。未加入の事業主は早急に手続きをしてください。

☎三鷹労働基準監督署 ☎67-3422(労災保険)、ハローワーク三鷹 ☎47-8623(雇用保険)

#### ①裁判員制度の裁判員、

#### ②検察審査会の審査委員

#### に選ばれたときはご協力を

①は国民から選ばれた裁判員が刑事裁判の被告人の有罪・無罪と量刑を裁判官と共に決める制度で、国民が参加することで、司法への理解と信頼が深まることが期待されています。②は検察

## 全国瞬時警報システム(Jアラート) 情報伝達訓練

☎防災課 ☎0422-24-9102

地震や武力攻撃などの発生に備え、Jアラートを用いた情報伝達訓練を全国一斉に行います。市内の防災無線のすべてのスピーカーから、訓練用チャイムの後に一斉に試験放送を流します。

☎11月16日(水)午前11時ごろ

放送内容 「これは、Jアラートのテストです(3回繰り返し)。こちらは、防災三鷹です」

※当日の災害発生状況や気象状況により中止する場合があります。  
※当日は、市ホームページ、市公式ツイッター、安全安心メールでも試験放送と同内容の情報を配信します。

## 悪質な屋根修理業者にご注意ください

☎消費者相談窓口 ☎0422-47-9042

台風や大雪の後、「お宅の屋根が破損していたのを、たまたま確認したので修理しますよ」と、業者が突然訪問し、不安をあおり、高額な修理の契約をさせるケースが市内で多く発生します。雨漏り防止のため、併せて外壁塗装の契約を迫るケースもありますので、怪しいと思ったら話を聞かず、対応しないようにしましょう。

契約トラブルなどで困ったときには、消費者相談窓口または消費者ホットライン ☎188にご相談ください。

●市役所電話(代表) ☎0422-45-1151  
 交換手に部署名をお伝えください。  
 ●相談先のご案内は **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612号(11月6日～12月3日)  
 最新技術を体験「小型EVバス」&「AIデマンド交通」/太宰治展示室三鷹の此の小さい家 企画展示「太宰治より一親愛なる、鱈崎潤へ」  
 放送時間/月～日曜日 9:00 12:15 20:00 22:15  
 ※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4年10月1日現在 ( )内は前月との増減  
 住民登録者数:190,361人(23人増) うち外国人:3,917人(114人増)  
 男:92,872人(31人減) / 女:97,489人(54人増) 世帯数:96,486世帯(95世帯増)

## 「ふるさと納税」対象の寄付を募集中 三鷹の森ジブリ美術館の未来に向けて 大規模修繕の積立金復元にご支援ください

☎同館について=芸術文化課☎0422-29-9861  
 寄付について=企画経営課☎0422-29-9031

同館は平成13年10月の開館以来、世界中の方に愛されるスタジオジブリの世界観を体験できる美術館として、運営を続けてきました。しかし、新型コロナウイルスの影響により収入が大幅に減少し、市から運営支援のための交付金を交付しましたが、それでも運営継続のために積立金から3億5千万円を取り崩しています。

そこで、市では昨年度に引き続き、ふるさと納税を活用し、市内外また国外の皆さんの協力を得て、同館の持続可能な施設運営の支援を行います。ご協力をお願いします。

◆募集期間:12月31日(出)まで

◆目標金額:3,000万円

◆寄付金額:1口5,000円以上

◆寄付の方法:企画経営課☎0422-29-9031または

ふるさと納税サイト「ふるさとチョイス(ガバメントクラウドファンディング)」  
 HP <https://www.furusato-tax.jp/gcf/1931/>へ(英文ページへのリンクもあり)

※返礼品はありません。同館からお礼のカードをお送りします。

※いただいた寄付は、必要経費を控除のうえ、同館を管理運営する(公財)徳間記念アニメーション文化財団へ交付金として交付します。



©Museo d'Arte Ghibli



## 11月27日(日) 午前9時スタート 第31回 三鷹市民駅伝に伴う交通規制

☎スポーツ推進課☎0422-29-9863

走路周辺は混雑します。ご理解とご協力をお願いします。



## 三鷹まるごと博物館講座 新年の願いを結ぶ しめ飾り

☎生涯学習課☎0422-29-9862

全国各地のさまざまなしめ飾りを紹介し、その形や意味、歴史を楽しく学ぶ講座です。

☎ 11月26日(土)午後1時30分～3時30分 50人

☎ 教育センター 講 グラフィックデザイナーの森須磨子さん

☎ 11月7日(月)午前9時から必要事項(11面参照)を同課☎0422-29-9862・☐shogai@city.mitaka.lg.jpへ(先着制)

## 生涯学習センターフェスティバル

☎同センター☎0422-49-2521

自主グループによる作品展示や活動紹介、演技発表、体験ワークショップ、特別講師による講演会などを通して、生涯学習の楽しさをお伝えします。

☎ 12月3日(土)・4日(日)午前10時～午後5時(4日は4時まで)

☎ 元気創造プラザ

☎ 期間中会場へ(下記特別講演のみ事前申込制)

特別講演 「誰も見たことのないものを作る  
 ジブリ美術館『トトロぴょんぴょん』と、  
 絵本『100かいだてのいえ』をめぐって」**保育 手話**



©いわいとしお

絵本『100かいだてのいえ』の作者いわいとしおさん(写真)は、映像やコンピューターを駆使するメディアアーティストでもあり、三鷹の森ジブリ美術館の「トトロぴょんぴょん」や「上昇海流」などの人気の展示物を手掛けています。多くの方が魅了されるものづくりの秘密に迫る講演です。絵本の販売やサイン会も実施します。



☎ 12月3日(土)午後2時～3時30分 80人 ☎ 同プラザ

☎ 11月10日(木)午前9時から直接または電話で同センター(同プラザ4階)☎0422-49-2521へ(先着制)

※保育(満1歳～未就学児8人)を希望する方は、11月20日(日)午後5時までに直接または電話で同センターへ(先着制)。

## 11月20日(日)午前10時～午後3時(荒天中止) 第10回 ふじみまつり

三調めのエントツくんまつり

☎ふじみ衛生組合☎042-490-5374

三鷹市・調布市のごみや資源物を処理している同組合で、3年ぶりに開催します。ごみ処理施設の見学やリサイクル品の販売、エコワークショップなど、楽しみながら環境問題への理解を深めるイベントです。

☎ 当日会場へ

※飲食を伴う模擬店の出店は  
 ありません。

※詳しくは、同組合ホームページ(右記QRコード)でご確認ください。



◆SDGs落語  
 一 笑って楽しくエシカル落語

☎ 午前11時～11時50分

☎ 会場内屋外舞台

講 落語立川流真打ちの立川平林(たてかわ・ひらりん)さん(写真)

## ◆同時開催 環境について楽しく学べるエコイベント

環境にやさしいPHV(プラグインハイブリッド)車による電力供給デモンストレーションやみつろうラップ作り、地球温暖化クイズ、自転車発電など。

☎ 市、みたか環境活動推進会議(協力:トヨタモビリティ東京株、NPO法人みたか市民協働発電)

☎ 同組合 ☎ 当日会場へ

☎ 環境政策課☎0422-29-9612

※みつろうラップ作りは午前10時から1時間ごとの開催で、定員は各回10人。10時から外会場ブースで整理券を配布します。

## 三鷹中央防災公園・元気創造プラザ まるごとウェルカムデー

☎芸術文化課☎0422-29-9861

館内の多様な機能を紹介するイベントです。当日は、各フロア・施設でイベントを行うほか、約1時間の館内ツアーの中で感じたことや課題点、解決策を参加者で共有する「ワークショップ」(下記)も開催します。

☎ 12月3日(土)午前10時～午後0時30分、1時30分～4時(ウェルカムデーは午前10時～午後4時)

☎ 各回10人 ☎ 同プラザ

☎ 11月25日(金)必着)までに必要事項(11面参照)・希望回を往復はがきまたは電子メールで「〒181-8555芸術文化課」・☐geijutsu@city.mitaka.lg.jpへ(1人1通。申込多数の場合は抽選)