

福祉センター

12月20日(火)までに三鷹市社会福祉協議会 ☎79-3505へ

冬季「野川・生きもの観察会」

野川流域連絡会
令和5年1月22日(日)午前10時～正午(小雨決行)
20人(小学3年生以下は保護者同伴)
野川公園「自然観察センター」前(調布市野水2丁目)
100円(中学生以下は無料)
12月20日(火)(必着)までに参加者全員の必要事項(11面参照)を「〒183-0006府中市緑町1-27-1野川流域連絡会事務局」・FAX 042-369-3890へ(申込多数の場合は抽選)
東京都北多摩南部建設事務所 ☎042-330-1845

スポーツ

連コミススポーツ塾 ミニスポーツ祭

連雀地区住民協議会
12月10日(土)午後1時～4時
市民
連雀コミュニティセンター
当日会場へ
同センター ☎45-5100

卓球の講習会、教室、大会

三鷹市卓球連盟、②東京都、(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会
①卓球講習会=A(令和5年1月7・21日の土曜日午後3時～6時、B)5年1月14・28日の土曜日、初級=正午～午後3時、中級=午後3時～6時、②シニアのための卓球教室=5年1月8日(日)午後1時30分～4時、③卓球教室=5年1月14日(土)午前9時～正午、④三鷹市卓球大会団体戦=5年1月22日(日)午前9時～午後6時
①在学・在勤を含む小学生以上の市民(A)各日50人、(B)各日20人、②在勤を含む60歳以上の市民および同連盟登録者50人、③在学・在勤を含む小学生以上の市民30人、④市内の中学生および三鷹市卓球連盟登録者(1チーム4～5人)
SUBARU総合スポーツセンター
1200円(中学生以下100円)、3400円(中学生以下200円)、41チーム4,000円(中学生1チーム1,500円)
室内履き、①ラケット、ボール
①③当日会場へ、②12月24日(土)までに同連盟 FAX 71-0368へ、④12月21日(水)まで(中学生は19日(月)まで)に同連盟 info@mitakatt.jpへ(①～③は先着制)
同連盟 ① ☎43-3350、② FAX 71-0368、③ ☎71-7449、④ ☎44-5750(日中のみ)

合気道体験教室

三鷹市体育協会、三鷹市合気道連盟
令和5年1月7日～28日の土曜日午後3時15分～5時45分
在学・在勤を含む10～90歳の市民各日5人程度(小学生以下は保護者同伴)
SUBARU総合スポーツセンター
当日会場へ(先着制)
同連盟 ☎43-8542(夜間)・☎090-8045-5748(日中)

FC東京 サッカー教室 in 三鷹

令和5年1月9日(月・祝) ①小学生向け=午前8時～9時45分、②大人向け=午前9時30分～11時30分
①市内の小学生以下のお子さん80

人、②在学・在勤を含む18歳以上の市民、ビギナークラス30人、アドバンスクラス30人

大沢総合グラウンド
物 運動着、シューズ、あればボール
12月5日(月)から三鷹市サッカー協会ホームページ HP https://mitakafa.jp/へ(先着制)

講座

スマホ・タブレット教室

三鷹市シルバー人材センター
①1月1日午後1時～2時30分、②4日午後2時30分～4時(いずれも木曜日)
①4人、②3人
12,000円、28,000円(4回分)
12月26日(月)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)
同センター ☎48-6721

初心者向けZoom講習会

①パソコン向け=12月15日(木)、②スマートフォン・タブレット向け=令和5年1月17日(火)、いずれも午前10時～正午
Zoom初心者各6人

マチコエ(下連雀3-33-3)
物 マイク付きイヤホン、①パソコン、②スマートフォンまたはタブレット

12月8日(木)までに申し込みフォーム(右記QRコード)へ(先着制)

初心者向け冬の寄せ植え講習会

12月17日(土)午後1時30分から
10人
JA東京むさし三鷹緑化センター(農業公園内)
1,000円
12月5日(月)午前9時から直接または電話で同センター ☎48-7482へ(先着制)
※自家用車での来場はご遠慮ください。

くまでのお正月飾り作り

西部地区住民協議会
12月20日(火)午前10時30分～正午
15人
井口コミュニティセンター
講 フラワーデザイナーの友住祐子さん
1,500円
物はさみまたはペンチ
参加費を同センターへ(先着制)
同センター ☎32-7141

健康づくりのための

「栄養料理教室」

①たんぱく質をきっちり食べてフレイル予防=12月21日(水)、②カルシウムアップはこう食べる! =令和5年1月13日(金)、いずれも午前10時30分から
在学・在勤を含む市民各回12人
①井口コミュニティセンター、②三鷹駅前コミュニティセンター
350円(材料代)
物 エプロン、三角巾、布巾
参加費を各センターへ(先着制)
健康推進課 ☎24-8266

ミニ門松作り

12月24日(土)午前10時～正午、午後1時～3時
各回4人
リサイクル市民工房
物 軍手

12月7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)

ミニ門松作り教室

12月26日(月)午前10時～正午
12人
上連雀分庁舎
500円(花と緑のまち三鷹創造協会協会会員は400円)

物 筆記用具、作業用手袋、雑巾、物差し、持ち帰り用ビニール袋

12月5日(月)午前9時から同協会 ☎46-2081へ(先着制)

連雀コミュニティセンターの催し

連雀地区住民協議会
①生涯学習講座 日本古典文学 第五回 源氏物語『第22帖玉鬘』解説=令和5年1月24日～2月14日の火曜日午後2時～4時(全4回)、②楽しいのがお絵教室=2月21・28日の火曜日午後2時～4時(全2回)

①市民30人、②8人
講 ①元武蔵野大学教授の深澤邦弘さん、②イラストレーターの高山知玄さん
1300円、21,000円

12月5日(月)から参加費を同センターへ(いずれも先着制)

同センター ☎45-5100

みたか井心亭 茶道体験教室

「第5回 裏千家」

令和5年2月4日(土)午後2時～4時
小学3年生以上の茶道未経験者15人
講 三鷹市茶道連盟の皆さん
500円
物 白足袋または白い靴下
12月27日(火)(消印有効)までに往復はがきで参加者全員の必要事項(11面参照)を「〒181-0013下連雀2-10-48みたか井心亭」へ(1人1通、1通につき2人まで。申込多数の場合は抽選)
同施設 ☎46-3922

募集

北多摩南部地域保健医療協議会委員

地域の保健医療サービスの在り方な

どを検討します(任期は最長2年)。

三鷹市、武蔵野市、府中市、調布市、小金井市、狛江市在住の令和5年4月1日時点で18歳以上の方3人以内(都および各市職員を除く)

5年1月20日(金)(消印有効)までに、作文「誰もが住み慣れた地域で、健康で安心して暮らし続けるために地域住民として取り組みたいこと」(1,200字以内)と必要事項(11面参照)・電話番号・性別・職業を「〒183-0022府中市宮西町1-26-1多摩府中保健所企画調整課」へ
同課 ☎042-362-2334

仕事・求人

令和5年度市立小・中学校給食用食材納入業者を募集します

登録期間 5年4月1日～6年3月31日
申請書の配布 12月5日(月)～16日(金)に市学校給食運営委員会事務局(教育センター1階学務課)へ
12月12日(月)～23日(金)に申請書と添付書類を同会事務局へ
同課 ☎29-9815

しごとの相談窓口

就職や再就職などの個別相談会。
12月14日(水)午前10時～正午
10人(内職相談は市民)
三鷹産業プラザ
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
生活経済課 ☎29-9615へ(先着制)

多様な働き方セミナー

12月16日(金)午後2時～4時
おおむね55歳以上で求職活動中の方40人
市民協働センター
講 わくわくサポート三鷹相談員で産業カウンセラーの野元秀明さん
物 雇用保険受給者は雇用保険受給資格者証
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)

川上郷 自然の村
〒384-1406 長野県南佐久郡川上村大字原591番地362
☎ 0267-97-3206
FAX 0267-97-3207
HP http://www.sizennomura.jp/
JRをご利用の方は、最寄り駅(信濃川上駅)まで車で送迎します。宿泊申込の際にご予約ください。
◆リフト券付き「ハヶ岳スキープラン」申し込み受け付け中
販売数に限りがありますので、早めにお申し込みください。
◇シャトレゼスキーバレー小海・スキーバレー野辺山
①1泊2日、②2泊3日(いずれも朝食・夕食、1日リフト券1枚付き)。
¥16,600円から、②10,300円から(2,900円で①1枚、②2枚まで追加購入可)
◇八千穂高原スキー場
①1泊2日、②2泊3日(いずれも朝食・夕食、1日リフト券1枚付き)。
¥16,350円から、②10,050円から(2,650円で①1枚、②2枚まで追加購入可)
◇サンメドウズ清里スキー場 詳しくはお問い合わせください。
◆宿泊のお申し込みは簡単です!
宿泊希望日の3日前までに、川上郷自然の村へ電話(午前8時30分～午後7時30分)、ファクスまたはインターネットでお申し込みください。令和5年3月分の団体(15人以上)の優先申し込みは、12月15日(木)から受け付けを開始します。
¥大人3,700円から、小学生2,500円から(1泊2食付き)
※12月10日(土)までは割引料金、12月29日(木)～5年1月3日(火)は繁忙期料金の適用あり(大人200円・小学生100円の割引・加算)。