

マイナンバーカードに関するお知らせ

マイナポイント第2弾
カードの申請期限は2月末までです

申請後のカードの受け取りは、三鷹市マイ
ナンバーカードセンターへお越しください。
日 月・火・木・土曜日午前9時～午後
5時、水・金曜日午前9時～午後7時(受
付は閉館30分前まで)
所 三鷹産業プラザ6階(下連雀3-38-4)
問 同センター ☎0422-40-0311



東京都後期高齢者医療広域連合が健康保険証利用登録をサポートします

公金受取口座の登録やマイナポイントの申し込みもお手伝いします。
日 2月14日(火)～20日(月)午前9時30分～午後4時(14日は0時30分から、20日は1時まで)
所 元気創造プラザ1階情報コーナー
物 マイナンバーカード、公金受取口座の登録を希望する方は本人名義の通帳またはキャッシュカード
※ご自身で設定した数字4桁の暗証番号が必要です。
※マイナポイントの申し込みには、希望する決済サービスのIDやセキュリティコードが必要です。
申 期間中会場へ
問 同連合専用コールセンター ☎0120-005-537(平日午前9時～午後5時)、市保険課 ☎0422-29-9219

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 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。

3月5日発行号
原稿締切日 2月7日(火)

3月19日発行号
原稿締切日 2月21日(火)
いずれも午後5時まで

催し

おもいで由芽

日 ぎやらりー由芽 日 2月4日～19日(日)正午～
午後7時 所 同画廊 申 期間中会場へ 問 同画廊
☎47-5241(木曜日休み)

笑顔でジョイサイレント

日 東京三鷹の森笑顔でジョイサイレント 日 2
月5・19・26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 ¥
500円(1回) 申 同 日 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

日 NPO法人子育てコンビニ 日 2月6・20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) 申 同法人 ☎info2@ko
sodate.or.jp 問 同法人 ☎41-7021

三鷹おれんじドア連絡協議会(認知症当事者
の会)の催し

日 ①おれんじドア三鷹＝2月6日～27日の月
曜日、②にじいろひろば＝16日(木)、③ケアラ
ズカフェ Ohana＝25日(土)、④リぶうえるカ
フェ＝26日(日)、⑤下7オレンジルーム＝28日(火)、
いずれも午前10時～正午(③は午後2時～4時、
⑤は午後1時30分～3時) 所 ①新川三丁目地
区公会堂、②井の頭地区公会堂、③高齢者
センターけやき苑(深大寺2-29-13)、④デ
イサービスリぶうえる(牟礼6-13-15)、⑤下連
雀7丁目アパート談話室(下連雀7-10-5) 申 当
日会場へ 問 ①なりきよ ☎080-1362-5359、
②鈴木 ☎090-9840-4519、③西部地域包
括支援センター ☎34-6536、④くさま ☎26-
6405、⑤中村 ☎47-4221

元気ひろば おれんじの催し

日 ①健康体操教室＝2月8日(火)午後2時50分
～3時50分、②みんなで楽しくキッズダンス
＝13日(月)午後3時30分～4時25分、③ぬり絵
アート＝17日(金)午後1時～2時30分 所 同会(中
原3-1-65) ¥ ①1,500円、②③1,000円 申 問
同会 ☎76-5940

気楽に手作りの会(粘土アート・つる&藤・
押し花)

日 2月9日、3月9日の木曜日午後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 問 土生(はづ) ☎090-4821-9511

職場体験・職業相談合同説明会

日 認定NPO法人文化学習協同ネットワ
ーク 日 2月9日(火)午後3時～4時30分 所 同法人
ユースラボ 申 問 同法人 ☎70-5067・ ☎29-
9571・ ☎musashinoys@npobunka.net

フラワーアレンジメント(バレンタイン)

日 フラワー・プランティエ 日 2月10日(金)午後
1時から 所 三鷹駅前コミュニティセンター ¥
3,000円 申 問 大西 ☎080-6871-1014

陶芸一日体験教室

日 釉遊会 日 2月14日(火)午前10時～正午 人 6
人 所 生涯学習センター ¥300円(材料代を含
む) 申 問 木下 ☎69-3471(先着制)

「ザックランに話そう会」お一人暮らしの方
大歓迎

日 21世紀はあなたが主役 日 2月15日(火)午後

1時～3時 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 問 モリ ☎090-8625-2063・ ☎47-5033

てとと&1day shop なたね一手仕事の集
い&マルシェ

日 (一社)ヴァルドルフの森キンダーガルテンな
のはな園 日 2月16日(木)午前10時15分～11時
45分 所 同園 ¥ 手仕事希望者は材料代 申 当
日会場へ 問 同園 ☎79-4598

講演会「ウィズエイジングのすゝめ」

日 おむすび倶楽部友の会 日 2月16日(木)午後1
時30分～3時 所 おむすびハウス(下連雀4-10-
20) ¥200円 申 問 2月15日(水)までに山野 ☎
42-6558

ガレージセール

日 (社)榎立ち会 日 2月16日(木)午
後1時30分～3時 所 同工房(下連雀4-17-6ミ
タカサンライズマンション102) 申 当日会場
へ 問 同工房 ☎ ☎24-7739

遺言書を書いてみよう-自分でできる遺言書
の書き方と要点

日 ぐらしのお金を学ぶ会 日 2月19日(日)午前
10時～11時30分 人 20人 所 生涯学習セン
ター ¥200円 申 問 2月17日(金)までに伊達 ☎
050-3570-1357・ ☎kurashi.okane.mtk@
gmail.com(先着制)

「エコクラフト手芸講座」紙バンドでトランク
バスケットを作ろう★

日 かごの会 日 2月21日(火)午後1時～3時 人
20人 所 生涯学習センター 講 夢民工房主宰の
浜中睦美さん ¥700円(教材費) 物 筆記用具、
工作用はさみ、洗濯ばさみ10個程度 申 問
2月16日(木)までに岩本 ☎46-5025(先着制)

サッカーマル秘特訓 いくつできる? 「華麗な
るフェイント」講座&サッカーミニゲーム(景
品あり)

日 まなびば mimit 日 2月21日(火)午後6時40
分～8時10分 所 北野小体育館 ¥1,000円 申
問 同会 日 <https://mimit.link/report/>

サロンきっかけ「おしゃべり会」

日 活躍きっかけ隊 日 2月23日(木・祝)午前10
時～11時45分 所 三鷹市公会堂さんさん館 ¥
100円 申 当日会場へ 問 小笠原 ☎42-0935

公開講座「ハイデガー『存在と時間』冒頭部を
読む」★

日 哲学の小径 日 2月25日(土)午前10時～11時
人 20人 所 生涯学習センター 講 明治大学文
学部教授の池田喬さん ¥200円(資料代) 申
同会 ☎nobu-w@soleil.ocn.ne.jp(先着制)
問 渡邊 ☎070-4190-8198

「アフリカプロジェクト」正しい仕事に人集ま
る一心の点火術★

日 おむすび倶楽部友の会 日 2月25日(土)午前
10時～11時30分 所 生涯学習センター 講 ア
ドバイザーでライター吉村司さん ¥100円
(資料代) 申 問 近藤 ☎090-7173-6425・ ☎
omucal@yahoo.co.jp

Rare Disease Day(世界希少・難治性疾患
の日)の第1回イベント開催!

日 難病・障害とまちをつなぐ「RDD三鷹」 日

2月25日(土)午前10時～午後4時 所 みたかス
ペースあい(下連雀3-28-20) 申 当日会場へ
問 同会 日 <https://rddmitaka.jimdofree.com/>

親子で三鷹産いちごについて学ぼう!

日 みんなのお茶の間 日 2月25日(土)①午前10
時30分～正午、②午後1時～3時 人 ①小学1
～4年生のお子さんと保護者、②3歳以上の
未就学児と保護者、各10組 所 いちごランド以
志井農園(北野2-6-52) ¥1人50円(保険代)、
いちご摘み取りは実費 日 2月23日(木・祝)まで
に同会 ☎minna.ochanoma.entry@gmail.
com 問 渡辺 ☎090-8492-2927

「俳句の楽しさ」高柳克弘さんの講演と全句
講評

日 三鷹俳句会 日 2月25日(土)午後0時30分
から 人 30人 所 生涯学習センター ¥500円 物 1
人1句 申 問 同会(根岸) ☎43-0416(先着制)

第89回三鷹雑学大学講義 いまさら聞けない
SDGs—いかにビジネスに生かすか

日 三鷹雑学大学 日 2月26日(日)午前10時～正
午 所 消費者活動センター 日 当日会場へ 問 近
藤 ☎090-8492-3066

第198回井の頭かんざつ会「冬芽の世界—フ
クワク驚きの世界を体験」

日 2月26日(日)午前10時～正午 所 井の頭公
園 ¥300円 申 同会 日 <http://kansatsukai.net/> 問 村上 ☎kentax.high@gmail.com

中国古典思想講座「詩経」続編★

日 漢詩のひろば 日 2月28日(火)午後1時30分
～3時30分 人 20人 所 生涯学習センター 講
浄土真宗本願寺派福泉寺住職の小笠原博慧
さん ¥300円(資料代) 申 問 電話またははが
きで加藤 ☎45-6302・ ☎181-0013下連雀
7-15-3-103加藤敏敏]

①第11回三鷹市小学生囲碁大会、②囲碁入
門教室

日 同大会実行委員会 日 3月4日(土)①C(20
～24級)・D(25級以下)クラス＝午前9時～
11時30分、有段(初段以上)・A(1～9級)・B
(10～19級)クラス＝午後1時～4時、②午前
9時30分～11時30分、午後1時～3時 所 ク
リーンプラザふじみ 申 問 2月19日(日)までに
同委員会 日 <https://mitakasyogakuseigo.amebaownd.com/>

ころがるロボットで楽しくプログラミング教
室(全4回)

日 パソコンエイド 日 3月4日～25日の土曜日
午後2時～4時 人 小学3年生～中学1年生3人
(要送迎) 所 みたかボランティアセンター ¥
2,000円 日 2月24日(金)(必着)までに往復はが
きまたは電子メールで必要事項(11面参照)
を ☎181-0004新川4-18-1牟田総男・ ☎
td6f-mt@asahi-net.or.jp(先着制) 問 牟田 ☎
49-0542

100歳まで元気! 知って得する管理栄養士の
「春から始めるダイエット」講座

日 食のくらす 日 3月10日(金)午前10時～11時
30分 所 元気ひろば おれんじ(中原3-1-65)
¥2,000円 申 問 元気ひろば おれんじ ☎76-
5940・ ☎genkiorange@azuma-group.co.jp

会員募集

三鷹市大正琴愛好会(懐かしい昭和歌謡を弾
く)

日 毎週水曜日午後1時～3時 人 65～75歳の
音楽経験者(譜面が読める方)10人 所 下連
雀南浦地区公会堂 ¥ 入会金1,000円、月額
2,000円 申 問 石田 ☎90-1229

ハーモニカサークル「風」

日 毎月第2・4土曜日午後1時～4時 所 みた
かボランティアセンター 申 問 我妻 ☎090-
4709-5569

グループ・どっぺる(ハイキング・山行)

日 ①ハイキング＝主に土・日曜日、②月例
会＝毎月第1木曜日午後7時から 所 ①主に関
東周辺の山域、②三鷹駅前コミュニティセン
ター ¥ 月額800円 申 問 多賀 ☎ ☎30-05
68・ ☎groupdoppel@gmail.com

健康マージャン「めだかの学校」

日 第4月曜日を除く毎週月曜日 ①初心者＝
午前9時30分～11時30分、②経験者＝午後
0時45分～3時15分 人 ①女性 所 生涯学習セ
ンター ¥ 月額3,000円(体験は1日1,000円)、
①1,000円(テキスト代) 申 問 本郷 ☎080-55
32-4290

伝言板

脳卒中市民公開講座

日 北多摩南部保健医療圏 脳卒中医療連携
推進事業 日 2月28日(火)まで 所 オンライン 申
込書(武蔵野赤十字病院ホームページ 日 <https://www.musashino.jrc.or.jp/> で入
手)を同病院 ☎32-5135・ ☎kamigaki@
musashino.jrc.or.jp 問 同事務局 ☎32-3111

四小写真展一伝えよう、三鷹の魅力

日 四小5年 日 2月14日(火)～23日(木・祝) 所 三
鷹コラル、学校周辺および市内の施設・店舗
など 日 期間中会場へ 問 同校 ☎44-5373

がんと共にすこやかに生きる講演会「肺がん
の基礎と薬物治療について」

日 杏林大学医学部付属病院がん相談支援セ
ンター 日 2月25日(土)午後1時30分～2時30分
所 オンライン会議アプリ「Zoom」 申 同病院
日 [https://www.kyorin-u.ac.jp/hospital/
introduction/info/news_detail/7077/](https://www.kyorin-u.ac.jp/hospital/introduction/info/news_detail/7077/) 問
同センター ☎47-5511

公開講演会「市民講座」

日 (公財)井之頭病院 日 3月4日(土)午前10時～
11時30分 所 オンライン会議アプリ「Zoom」
申 必要事項(11面参照)を同病院 ☎kouen
kai@inokashira-hp.or.jp 問 同病院(佐藤) ☎
44-5331

野川公園「緑の愛護ボランティアの会」募集
説明会

日 西武・武蔵野パートナーズ 日 3月4日(土)～
12日(日)午後1時30分～3時30分(6日(月)を除く)
所 同園自然観察園入口 ¥300円 申 問 同園自
然観察センター ☎31-9033(月曜日を除く午
前9時30分～午後4時30分)