



皆さんの納税が、安心して暮らせるまちづくりを支えています……2面

新型コロナワクチン接種 最新情報……2面

オンラインで転出届を提出できます……3面

市からのお知らせ……11面から

ウクライナ特別企画
映画上映会『火の馬』……12面

三鷹の森アニメフェスタ2023

3月4日(土)・5日(日)
芸術文化センター
星のホール

三鷹の森ジブリ美術館が厳選した世界の傑作アニメーションや、全国のクリエイターによる力作を上映します。アニメーションの面白さと奥深さをお楽しみください。

アニメーション古今東西 その19

4日(土)

問 同館 ☎0570-055777(ごあんないダイヤル)、市芸術文化課 ☎0422-29-9861

- 人 第1部・第2部ともに250人程度(1組4人まで、市外在住者は1組2人まで)
- 申 2月16日(木)(必着)までに代表者の必要事項(11面参照)・参加人数・希望する部(第1部・第2部のいずれか)を「〒181-8555芸術文化課」または電子申請サービス(右記QRコード)へ(希望する部ごとに1組1通。申込多数の場合は抽選)
- ※当選者にのみ2月22日(水)以降に招待状を発送します(当落の電話確認は不可)。



第21回

インディーズ アニメフェスタ

5日(日)
午後1時30分～
4時ごろ
(1時開場)

問 市生活経済課 ☎0422-29-9615、
(有)そーほっと ☎0422-70-3705



アニメーションに関するさまざまな才能の発掘を目的とした映像イベントです。ノミネート作品を上映し、プロの審査員と来場者の審査により受賞作を決定します。上映作品とともに、作者による作品紹介や審査員の講評もお楽しみください。

- 人 200人
- 申 事前に申し込みフォーム(上記QRコード)へ(先着制)



第1部 「思い出とアニメーション」

午前10時30分～午後1時ごろ

骨喰み

(矢野ほなみ/2021年/9分/日本)

父親の葬式で、少女は父と過ごした最後の夏を思い出す。「ほなみ」という風習が残る、日本のとあるちいさな島でのいとなみ。



©Honami Yano/Au Praxinoscope

Floating in my mind

(Hélène Leroux/2013年/3分/フランス)

私たちが人生で経験する、さまざまな出来事や人々との出会いは、すべてが思い出となっていく…。



©Gobelins, l'école de l'image

Home Sweet Home

(Pierre Clenet, Alejandro Diaz, Romain Mazevet, Stéphane Paccolat/2013年/9分/フランス)



©2013 Pierre Clenet, Alejandro Diaz, Romain Mazevet, Stéphane Paccolat

ゴーストタウンと化した郊外の住宅地。売れ残った家はあるとき街を抜け出し、途中出くわした年老いた家と共に旅に出る。



Hair Love

(Matthew A. Cherry, Everett Downing Jr., Bruce W. Smith/2019年/6分/アメリカ)

娘の髪をセットするのに奮闘する父親。彼女がどうしてもオシャレをして行きたかった場所とは…。

©2019 MATTHEW A. CHERRY ENTERTAINMENT, LLC

げんぱのじょう -玄蕃之丞-

(堂山卓見/2017年/25分/日本)

桔梗ヶ原で暮らす「はな」の村にやってきた旅芸人の一座。その正体が狐であることがばれてしまい、「はな」にある提案を持ち掛ける。



©NIPPON ANIMATION CO., LTD.

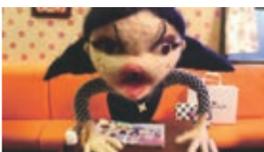
父と娘

(Michael Dudok de Wit/2000年/9分/イギリス・オランダ)

幼い頃に別れた父の面影を求めて、少女は雨の日も風の日も水面の先を見つめ続ける。移ろいゆく風景と女性の一生がシンプルな線で詩情豊かに描かれる。



©2000 - Cloudrunner Ltd and CinéTé Filmproduktie bv



あたしだけを見て

(見里朝希/2016年/7分/日本)

ガールフレンドと付き合い始めた頃の気持ちを忘れ、「モルモット」ばかりをかわいがる日々を送る主人公。そんな中、モルモットの良さを理解してくれるお花の美女に出会う。

©2016 Tomoki MISATO



りすのパナシ

(岡本忠成/1978年/21分/日本)

やんちゃで好奇心旺盛な子リスのパナシは、ある日森の番人に捕まってしまう。おりに入れられてしまったパナシは、再び家族に会うことができるのか…。

©株式会社エコー

第2部 『神々の山嶺』(日本語吹替版)

特別上映&スタジオジブリスタッフのトークショー
午後2時30分～5時ごろ

(パトリック・インバート/2021年/94分/フランス・ルクセンブルク)

「登山家マロリーがエベレスト初登頂を成し遂げたかもしれない」といういまだ未解決の謎。それが解明されれば歴史が変わることになる。その鍵を握る孤高のクライマー・羽生丈二と、真実を追うカメラマンの深町誠。やがて二人の運命は交差し、不可能とされる冬季エベレスト南西壁無酸素単独登頂に挑むこととなる。

上映後は、スタジオジブリの高橋望さん・西岡純一さんをお招きし、作品解説&スペシャルトークショーを開催します。



©Le Sommet des Dieux - 2021/Julianne Films/Folivari/Mélusine Productions/France 3 Cinéma/Aura Ciném

三鷹の宝物



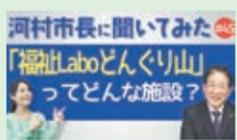
三鷹市長
河村 孝

三鷹の森アニメフェスタは、三鷹の森ジブリ美術館(正式名称・三鷹市立アニメーション美術館)が2001年に開館したことを記念して、2002年に第1回が開催されました。以来、毎年この時期の人気イベントとなっています。初日に開催される「アニメーション古今東西」では、美術館の皆さんが古今東西から選りすぐった国内外の良質な短編アニメ作品が上映されます。

昨年、立川にある民間シンクタンクが、多摩地域の観光地についての意識調査の結果を発表しました。その結果、行ってみたい場所の1位は高尾山で、2位は昭和記念公園、3位が僅差で三鷹の森ジブリ美術館となりました。ちなみに、続く4位は、なんと井の頭公園だったそうです。私としては、「それならば『井の頭公園』の中にある『三鷹の森ジブリ美術館』は断トツの1位になるんじゃないか」とひそかに思っていました。

三鷹の森ジブリ美術館がこの地で開館してから20年以上がたちますが、今でも世界中で絶大な人気を誇っていることはご承知のとおりです。「三鷹といえばジブリ美術館」といわれるほど、そのイメージはすっかり定着しています。観光資源としてはもちろん、まちづくりを行っているうえでも、三鷹の森ジブリ美術館は「三鷹の宝物」と呼ぶにふさわしい施設です。

YouTubeで
配信中
「河村市長に
聞いてみた!」



● 皆さんの納税が、安心して暮らせるまちづくりを支えています ●

税金は、教育や福祉、防災などの市民サービスを提供するための貴重な財源です。☎納税課☎0422-29-9210(納税相談)・☎0422-29-9218(口座振替) 納期限内に納付された方との公平性を確保するため、さまざまな方法で滞納の解消に取り組んでいます。

納期限内に納付しないと延滞金が発生
(年8.7%。納期限の翌日から1カ月は年2.4%)

文書や電話で督促・催告

※三鷹市納税推進センターが電話やショートメッセージサービスで市税などの納付忘れの案内をしています。
※振り込みを指示する案内は行いません。
不審な場合は納税課へご連絡ください。

財産調査

預貯金や生命保険、不動産の調査、勤務先へ給与の調査、自宅の搜索など。

財産の差押え・換価

財産が判明した場合には、事前通告なく差押えを行い、税金に充当します。

令和3年度 差押件数 約1,000件
(差押金額 約3.6億円)



差し押さえた自動車のタイヤロック

市税*の収納率(3年度課税分)

未納率 0.5%
(約2億円)

納付率
99.5%

*市民税・都民税、
固定資産税・都市
計画税、軽自動車税。

●納税にお困りの方は早めにご相談ください

市では「よりそい・さいけん運動」として、生活状況に応じて、分割での納付や納税猶予、福祉部門等の窓口への紹介など、柔軟な対応をしています。

●休日納税相談窓口を開設します

平日に相談が難しい方は、ぜひご利用ください。窓口での納付や電話相談も受け付けます。

※所得税の確定申告に関する相談は行っていません。

☑ 2月18・25日の土曜日、19・26日の日曜日
午前9時～午後4時30分

☑ 同課(市役所2階25番窓口)

※本庁舎南側スロープ下の地下1階警備室前通用口からお入りください。



●口座振替をご利用ください

納付忘れを防ぐためには、口座振替が便利です。登録した口座から納期限日に自動で引き落とされます。

※口座登録された方には、同課(市役所2階25番窓口)で粗品を差し上げています。

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

オミクロン株対応ワクチンは、従来型を上回る効果が期待されます。希望する方は早めの接種をご検討ください(オミクロン株(BA.1またはBA.5)対応ワクチンの接種は1人1回まで。接種を受けるには、従来型ワクチンによる1・2回目接種が必要です)。
※接種は強制ではありません。

12歳以上

集団接種 3～5回目接種 接種体制を順次縮小しています。

☑ 2月25日(土)までの木～土曜日午前9時～正午、午後1時30分～4時30分(16日～18日を除く)
※3月3日(金)以降の予約枠は、2月9日(木)午前9時に追加予定です。

☑ 元気創造プラザ1階軽体操室

◆使用するワクチン モデルナ社：木曜日、ファイザー社：金・土曜日(いずれも「BA.5」対応型)

◆予約方法

- 三鷹市ワクチン接種web予約サイト(右記QRコード)
- 市コールセンター☎0570-026-567(平日午前9時～午後5時)

※2月8日(水)正午～9日午前9時、14日(火)午後9時～15日(水)午前1時30分は予約できません。

※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 1～5回目接種

☑ 市内約70カ所の医療機関(市ホームページ(右記QRコード)参照)へ

◆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)



☑ 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)・小児(5～11歳) 個別接種

市内の医療機関で個別接種を行っています。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。

乳幼児



小児



乳幼児用・小児用の接種券をお持ちの保護者の方へ

まだ1回も接種を受けていないお子さんが、5歳または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「小児用」または「12歳以上用」接種券を申請してください。



三鷹市に転入した方へ

転入前に接種し、次回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QRコード)をご確認ください。

※オミクロン株対応ワクチンの接種を受けた方は対象外です。

国内で接種をした方



海外で接種をした方



副反応について

接種後に体の異常が見られる方は、かかりつけ医または東京都副反応相談センター☎03-6258-5802へご相談ください。接種後に表れやすい症状は、市ホームページ(右記QRコード)に掲載しています。



予防接種健康被害救済制度

接種による健康被害であると厚生労働大臣が認定した場合、国の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。



予防接種証明書(ワクチンパスポート)がコンビニで取得できます

☑ 毎日午前6時30分～午後11時

☑ 全国のセブン-イレブン、ファミリーマート、ローソンなどの多機能端末(マルチコピー機)

¥120円(手数料)

☑ マイナンバーカード

※海外用の証明書の取得は、令和4年7月21日以降に郵送やアプリなどで海外用の証明書を取得している場合に限りです。

※郵送やアプリでの取得方法は市ホームページ(上記QRコード)をご確認ください。



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 <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(株式会社文化工房)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 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 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 同ハラス ☎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 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@kosodate.or.jp 問 同法人 ☎41-7021

三鷹おれんじドリア連絡協議会(認知症当事者の会)の催し
日 ①おれんじドリア三鷹=2月6日～27日の月曜日、②にじいろひろば=25日(土)、③ケアラズカフェ Ohana = 25日(土)、④りぶらうるカフェ=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デイサービスりぶらうる(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) ☎1,500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(はぶ) ☎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 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 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 2月14日(火)午前10時～正午 所 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)

「ザックパンに話そう会」お一人暮らしの方大歓迎
日 21世紀はあなたが主役 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 Kindergartenのはな園 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 2月16日(木)午後1時30分～3時 所 おむすびハウス(下連雀1-10-20) ☎200円 申 問 2月15日(水)までに山野 ☎42-6558

ガレーゼール
日 (社)福栄立ち会 巣立ち工房 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 ☎47-7739

遺言書を書いてみようー自分でできる遺言書の書き方と要点
日 暮らしのお金を学ぶ会 2月19日(日)午前10時～11時30分 所 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」紙バンドでトランプバスケットを作ろう★
日 かがの会 2月21日(火)午後1時～3時 所 20人 所 生涯学習センター 講師 夢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)

サッカーマール秘特訓 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 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 ☎ <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 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 2月25日(土)午前10時～11時 所 20人 所 生涯学習センター 講師 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 2月25日(土)午前10時～11時30分 所 生涯学習センター 講師 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 ☎ <https://rddmitaka.jimdo.free.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 2月25日(土)①午前10時30分～正午、②午後1時～3時 所 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 申 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 2月25日(土)午後0時30分から 所 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ーいかにビジネスに生かすか
日 三鷹雑学大学 2月26日(日)午前10時～正午 所 消費者活動センター 申 当日会場へ 問 近藤 ☎090-8492-3066

第198回井の頭かんさつ会「冬芽の世界一フ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 ☎ <http://kansatsukai.net/> 問 村上 ☎kentak.high@gmail.com

中国古典思想講座「詩経」続編★
日 漢詩のひろば 2月28日(火)午後1時30分～3時30分 所 20人 所 生涯学習センター 講師 浄土真宗本願寺派福泉寺住職の小笠原博恵さん ☎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 3月4日(土)C(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 ☎ <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 3月4日～25日の土曜日午後2時～4時 所 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 申 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 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 所 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 ☎30-0568・☎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 所 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 ☎080-5532-4290

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 2月28日(火)まで 所 オンライン 申 申込書(武蔵野赤十字病院ホームページ) ☎ <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 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 申 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 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 ☎ 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)井の頭病院 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 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)

東京都消費生活調査員(300人)

◆職務内容 消費生活(食品表示、表示・広告、計量、テーマ調査など)に関する調査
◆資格 都内在住の18歳以上(4月1日現在)で、オンラインでの調査・回答が可能な方
◆任用期間 委嘱日～令和6年3月31日
◆報酬 調査実績による
※申込方法など、詳しくは都ホームページ HP https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/chousa/t_chosain/ をご確認ください。
☎都生活文化スポーツ局企画調整課 ☎03-5388-3076

物あれば自宅の図面や写真など

☎当日会場へ
☎都市計画課 ☎29-9704

休日無料法律相談

☎東京三弁護士会多摩支部、法テラス多摩

☎2月18日(土)午前9時～午後0時10分(1組30分以内)

☎在学・在勤を含む市民5組

☎相談・情報課(市役所2階)

☎2月6日(月)午前8時30分から同課 ☎44-6600へ(先着制)

☎法テラス多摩 ☎0570-078305、同課 ☎44-6600

「税理士記念日」

税理士による無料税務相談会

☎2月21日(火)午前10時～午後4時(1人40分)

☎24人

☎武蔵野税理士会館(武蔵野市中町1-23-17)

☎☎2月6日(月)から東京税理士会武蔵野支部 ☎55-2313へ(先着制)

☎市議会協議会室(市役所3階)

☎当日会場へ(先着制)

☎保険課 ☎29-9215

令和4年度第2回

三鷹市環境保全審議会の傍聴

市の温室効果ガス排出量、第4期三鷹市地球温暖化対策実行計画(第1次改定)について。

☎2月14日(火)午前10時30分～正午

☎5人

☎教育センター

☎当日会場へ(先着制)

☎環境政策課 ☎29-9612

令和4年度第4回

三鷹市健康福祉審議会の傍聴

☎2月14日(火)午後7時～8時30分

☎4人

☎教育センター

☎当日会場へ(先着制)

☎地域福祉課 ☎29-9231

令和5年第1回

ふじみ衛生組合議会定例会の傍聴

☎2月20日(月)午前10時から

☎10人

☎クリーンプラザふじみ

☎当日会場へ(先着制)

☎同組合 ☎042-482-5497

令和4年度第3回

三鷹市都市計画審議会の傍聴

都市計画公園の変更についての諮問ほか。

☎2月20日(月)午後3時から

☎15人

☎クリーンプラザふじみ

☎2月10日(金)必着までに必要事項(11面参照)を「〒181-8555都市計画課」・✉toshikeikaku@city.mitaka.lg.jpへ(申込多数の場合は抽選)

☎同課 ☎29-9701



三鷹商工会経営相談窓口

◆専用ダイヤル ☎29-8630

市内事業者からの相談に、中小企業診断士・社会保険労務士などが面談・電話で応じます(面談は予約制)。

☎3月31日(金)までの月・水・金曜日午前10時～午後4時(正午～午後1時を除く)

☎三鷹商工会館(下連雀3-37-15)

☎同商工会 ☎49-3111

住宅リフォーム無料相談会

☎2月16日(木)午前10時～午後3時(正午～午後1時を除く)

☎市役所1階市民ホール



令和4年度第1回

三鷹市国民健康保険運営協議会の傍聴

☎2月9日(木)午後6時30分～8時30分

☎10人

※「市からのお知らせ」は11面からご覧ください。

令和5年度「まちづくり研究員」の募集
☎三鷹ネットワーク大学 ☎0422-40-0313
市と同大学が共同で設置する「三鷹まちづくり総合研究所」の研究員として、大学教員からのアドバイスなどのサポートを受けながら、まちづくりに関わるさまざまな研究や論文執筆を行います(グループでの応募も可)。
☎市、NPO法人三鷹ネットワーク大学推進機構
☎3月1日(水)午前9時30分～31日(金)午後9時に同大学へ
※詳しくは同大学ホームページをご覧ください。



〒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・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

☎特に記載のないものは2月7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)

☎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。



みたか星空散歩—3月の星空解説と天文トーク

☎2月21日(火)午後7時～8時30分 ☎40人

☎2月21日正午までに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)

数学はこんなに面白い13・3月「さまざまな不等式」

☎3月2日(木)午前10時～11時30分 ☎25人

☎東京女子大学名誉教授の小林一章さん

¥500円

激変するアジアビジネス環境を睨んだ日本企業の活路(全10回)

【オンライン講座】

☎①第7回「タイのビジネス環境と化学品製造会社の持続的成長に向けた経営課題」=3月2日、②第8回「魅力を増す消費市場としてのベトナム」=9日、③第9回「資生堂の事例で学ぶ経営戦略の変化—ドメスティックからグローバルへ」=16日、④第10回「未開拓インド市場と日本企業の挑戦」=23日、いずれも木曜日午後6時30分～8時

☎各50人

☎①綜研化学アジア(株)代表取締役社長の川島伸夫さん、②長崎県立大学専任講師の大久保文博さん、③亜細亜大学大学院講師で元(株)資生堂上海現地法人総経理の武一彦さん、④SBIレミット(株)営業部アシスタントマネージャーのカルキ・ティルータさん

☎各回前営業日午後9時までに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18回

選書・進行役は編集者でライターの空犬太郎さん。課題図書は、松田青子「みがきをかける」「休戦日」(『おばちゃんたちのいるところ—Where the Wild Ladies Are』(中公文庫)所収)。

☎3月3日(金)午後7時～8時30分 ☎12人 ¥500円

海上・港湾・航空技術研究所企画講座「風力発電は海へ向かう

—海と風が創るエネルギー—

☎3月4日(土)午前10時30分～正午 ☎40人

☎海上技術安全研究所海洋先端技術系特別研究員の石田茂資さん

¥500円

数学カフェみたか「色々な問題—平方問題を中心に—」

☎3月14日(火)午前10時～11時30分 ☎25人

☎東京女子大学名誉教授の小林一章さん ¥500円

舞鶴引揚記念館とユネスコ世界記憶遺産

—歴史を知り、学び、継承する場としての歴史博物館

☎3月18日(土)午前10時30分～正午 ☎40人

☎東京女子大学名誉教授の黒沢文貴さん ¥500円

☎『歴史に向きあう』黒沢文貴著(東京大学出版会、2020年)

アストロノミー・パブ 第190回

「元素紀行—星の元素合成から銀河考古学まで」【オンライン同時開催】

ゲストは理化学研究所研究員の西村信哉さん、ホストは大学生イラストレーターの揚げ鶏々さん。

☎3月18日(土)午後6時30分～8時30分

☎☎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

☎②3月17日(金)午後9時までに同大学ホームページへ(先着制)

キャリア・カウンセリング

—幸せに生きるためにカウンセリングを受けてみませんか

☎3月26日(日)午後1時～3時10分 ☎10人 ¥1,000円

☎3月15日(水)午後9時までに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)

◆「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/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。



子ども発達支援センター支援員 (2人)

◆職務内容 利用児の指導・介助、相談・支援業務
 ◆資格 保育士、教育職員免許取得者、障がい児通所支援事業の従事経験が3年以上ある方
 ◆任用期間 4月1日～令和6年3月31日(再度の任用の場合あり)
 ◆勤務時間 月～金曜日午前9時～午後4時(実働6時間、土曜日の勤務あり)
 ◆報酬(月額) 191,500円
 ①電話連絡のうえ、2月8日(水)午後5時までに履歴書(写真貼付)・資格証・作文「子どもと関わる仕事で大切なこと」または「療育で大切なこと」(A4レポート用紙1枚程度)を同センター(元気創造プラザ1階) ☎45-1122へ

市立保育園 会計年度任用職員

◆職種 ①保育職、②保育補助員、③給食調理補助員
 ◆資格 ①保育士(取得見込みも可)
 ◆任用期間 4月1日～令和6年3月31日
 ①勤務希望園へ電話連絡のうえ、2月17日(金)午後5時までに履歴書(写真貼付)・①は資格証または資格取得見込証明書各園へ(複数希望の場合は履歴書に明記し、第1希望の園に申し込む)
 ※詳しくは募集要項(市ホームページ、子ども育成課(市役所4階45番窓口)で入手)をご覧ください。
 ②同課 ☎29-9673

市費負担講師

◆職務内容 教科指導、校務補助
 ◆資格・募集人数 教育職員免許(修了確認期限内のもの)小学校全科7人、中学校保健体育5人、数学2人、社会1人、中学校(教育支援学級)1人
 ◆任用期間 4月1日～令和6年3月31日
 ◆勤務時間 月～金曜日(実働週1～11時間)
 ③2月9日(木)(必着)までに必要書類を直接または郵送で「〒181-8505下連雀9-11-7指導課」(教育センター1階)へ
 ※詳しくは市ホームページをご覧ください。
 ④同課 ☎29-9817

三鷹市立図書館 カウンター業務

◆任用期間 4月1日～9月30日
 ◆勤務時間 週1～3日午前9時～午後8

時(実働6.5時間以内。土・日曜日、祝日の勤務あり)
 ◆報酬(時給) 平日1,080円、土・日曜日、祝日・夜間1,160円
 ⑤2月10日(金)(必着)までに所定の履歴書(写真貼付)・返信用定形封筒(84円切手を貼付)を「〒181-0012上連雀8-3-3三鷹図書館(本館)」へ
 ※詳しくは募集要項(市ホームページ、市立図書館で入手)をご覧ください。
 ⑥同館 ☎43-9151

市民協働センター 臨時職員(1人)

◆職務内容 経理・庶務、窓口・電話対応
 ◆資格 パソコンの基本操作ができる方
 ◆任用期間 4月1日～令和6年3月31日
 ◆勤務時間 金～日曜日、祝日午前9時～午後4時30分(実働6.5時間)
 ◆報酬(時給) 1,030円、祝日1,458円
 ⑦2月17日(金)までに履歴書(写真貼付)を同センターへ
 ⑧同センター ☎46-0048

NPO法人みたか都市観光協会 臨時職員(2人)

◆任用期間 3月上旬～9月30日(更新あり)
 ◆勤務時間 土曜日を含む週2～4日午前9時～午後4時30分、午前10時30分～午後6時、午前9時～午後6時
 ◆勤務場所 みたか観光案内所
 ◆報酬(時給) 1,080円
 ⑨2月13日(月)までに履歴書(写真貼付、手書き)を「〒181-0013下連雀3-24-3-101NPO法人みたか都市観光協会」へ
 ⑩同協会 ☎40-5525

(社福)三鷹市社会福祉協議会 学童保育所職員

◆職種 ①正職員、②嘱託職員、③土曜日嘱託職員、④臨時職員
 ◆資格 ①昭和52年4月2日以降生まれの教育職員免許または保育士の資格を有する方、②昭和33年4月2日以降生まれの教育職員免許、保育士または放課後児童支援員認定資格を有する方、③教育職員免許、保育士、または放課後児童支援員認定資格を有する方
 ◆勤務時間 ①週35時間程度、②週34時間程度、③午前8時～午後7時、④午後1時～7時(実働3～5時間。応相談)

◆勤務場所 市内学童保育所
 ◆報酬 ①月額177,790円～、②月額217,033円、③時給1,500円、④時給1,130円または1,200円(資格の有無による)
 ⑪①2月22日(水)、②24日(金)までに履歴書(写真貼付)・資格証(写し可)を同協議会(元気創造プラザ3階)へ、③④2月6日(月)から、電話連絡のうえ履歴書・資格証(写し可)を同協議会 ☎46-1192へ
 ⑫同協議会①② ☎46-1108、③④ ☎46-1192

(社福)三鷹市社会福祉事業団 職員

◆職種 ①看護師、②母子支援員(①②正職員)、③介護支援専門員、④保健師(③④契約職員)、⑤介護支援専門員(パートタイマー)、各1人
 ◆資格 ①看護師または准看護師(経験3年以上)、②昭和53年4月2日以降生まれの社会福祉士または保育士(普通自動車運転免許があればなお可)、③⑤介護支援専門員、④保健師
 ◆報酬 ①月額241,808円～284,480円(資格・経験などによる)、②月額192,680円～232,440円(経験による)、③月額248,000円、④月額320,000円、⑤時給1,300円
 ※①夜勤手当あり(1回10,000円)。
 ◆採用予定日 ①③④⑤随時(④は令和6年3月末まで)、②4月1日
 ※申込方法など、詳しくは同事業団ホームページ [HP](https://www.mitaka.or.jp/) <https://www.mitaka.or.jp/>へ。
 ⑬同事業団 ☎44-5211

NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会 臨時職員(2人)

◆職務内容・勤務場所 花と緑の広場の芝生管理、広場内作業
 ◆任用期間 3月中旬または4月1日～令和6年3月31日(試用期間あり、再度の任用の場合あり)
 ◆勤務時間 土・日曜日を含む週4日午前9時～午後5時の交代制
 ◆報酬(時給) 1,080円
 ⑭2月17日(金)(必着)までに履歴書(写真貼付)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「臨時職員希望」と朱書き。書類選考後に面接)
 ⑮同協会 ☎46-2081

北野ハピネスセンター (社福)睦月会 生活支援員

◆職種 ①嘱託職員、②非常勤職員
 ◆職務内容 知的・身体障がい者の生活支援
 ◆任用期間 任用日～令和6年3月31日(再度の任用の場合あり)
 ◆勤務時間 ①月～金曜日午前8時30分～午後5時30分、②応相談
 ◆勤務場所 同センター(北野1-9-29)
 ◆報酬 ①月額208,340円、②時給1,150円、交通費支給
 ⑯同センター ☎48-6331へ

(社福)こひつじ会 保育職

◆資格 保育士(取得見込みも可)。
 ◆勤務時間 ①午前8時30分～午後5時(月1回程度、土曜日の勤務あり。早番・遅番あり)、②午前7時～10時30分または午後3時30分～7時(応相談)
 ◆報酬 ①月額249,862円、②時給1,150円または1,200円(資格の有無による)
 ◆採用予定日 随時または4月1日
 ⑰電話連絡のうえ、履歴書・資格証の写しを直接または郵送で「〒181-0003北野3-10-14第二子羊チャイルドセンター」・ ☎43-9754へ

連雀地区住民協議会事務局 非常勤職員(1人)

◆職務内容 一般・経理事務、窓口対応など
 ◆資格 パソコンの基本操作ができ、普通自動車運転免許を有する方
 ◆任用期間 4月1日～令和6年3月31日(再度の任用の場合あり)
 ◆勤務時間 午前9時45分～午後4時45分、午後2時～9時(実働週30時間程度、交代制。日曜日(午前10時～午後5時)の勤務あり)
 ◆勤務場所 連雀コミュニティセンター
 ◆報酬(月額) 175,900円
 ※必要書類など、詳しくは募集要項(同センターホームページで入手)をご覧ください。
 ⑱2月28日(火)(必着)までに必要書類を直接または特定記録郵便で「〒181-0013下連雀7-15-4連雀地区住民協議会事務局」へ
 ⑲同協議会 ☎45-5100

チケットインフォメーション



公益財団法人 三鷹市スポーツと文化財団

☎同財団 ☎0422-47-5122

[HP](https://mitaka-sportsandculture.or.jp/) <https://mitaka-sportsandculture.or.jp/>

瀧川鯉昇 独演会 保育

芸術文化センター 星のホール 全席指定
3月26日(日) 午後2時開演

チケット発売日
 会員=2月4日(土)
 一般=2月8日(水)
 会員=2,700円 一般=3,000円
 高校生以下=1,000円



瀧川鯉昇

一度聴いたら癖になる、鯉昇師匠の落語で大笑いして、笑顔満開とまいりましょう。

柳亭市馬 独演会 保育

芸術文化センター 星のホール 全席指定
4月9日(日) 午後2時開演

チケット発売日
 会員=2月4日(土)
 一般=2月8日(水)
 会員=2,700円 一般=3,000円
 高校生以下=1,000円



柳亭市馬 (撮影: 武藤奈緒美)

通をうならせつつも、落語は初めてという方にもお薦めしたい、柔らかな語り口。

桃月庵白酒 三遊亭兼好 二人会 保育

芸術文化センター 星のホール 全席指定
5月13日(土) 午後2時/午後6時開演

チケット発売日
 会員=2月11日(土・祝)
 一般=2月15日(水)
 各回 会員=2,700円
 一般=3,000円
 高校生以下=1,000円



桃月庵白酒 (撮影: 橋蓮二)



三遊亭兼好

ますますさえ渡る実力派二人の高座を、たっぷりご堪能ください!

PARTNER 財団主催の公演チケットまたはチケット半券で、三鷹駅周辺などの「チケットパートナーショップ」協力店でさまざまなサービスが受けられます(サービス有効期間は公演日から7日間)。

チケットお求め方法

- 電話予約 10:00～19:00
芸術文化センター ☎0422-47-5122
- インターネット予約 (要事前登録)
[HP](https://mitaka-art.jp/ticket/) <https://mitaka-art.jp/ticket/>

- 窓口販売 10:00～19:00
月曜日休館(月曜日が休日の場合は開館し、休日を除く翌日・翌々日が休館)
芸術文化センター/三鷹市公会堂さんさん館/三鷹市美術ギャラリー
※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。
発売初日は電話とインターネット受付のみで、窓口販売はありません。

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。

講演会

「家事動線見直してみませんか」

主 三鷹市消費者活動センター運営協議会
日 2月16日(休)午後1時30分～3時30分
人 市民20人
所 消費者活動センター
講 studioHAGA整理収納アドバイザーの飯塚優子さん

申 2月7日(火)午前10時～午後1時は同協議会 ☎41-0510へ、7日午後1時から同センター ☎43-7874へ(先着制)

メンタルヘルスボランティア養成講座「大人の発達障がいの理解と関わり方」

日 2月16日、3月2日の木曜日午後2時～4時(全2回)

人 発達障がい分野のボランティア活動に関心のある方15人
所 みたかボランティアセンター
講 NPO法人東京都自閉症協会副理事長の尾崎ミオさん

申 2月6日(月)～14日(火)に必要事項(11面参照)・受講理由を直接または電話、ファクス、電子メールで同センター ☎76-1271・FAX 76-1273・✉chiiki@mitakashakyo.or.jpへ(先着制)

ジャガイモ植え付け講習会

日 2月18日(土)午後1時30分から(雨天時は翌日に順延)

人 20人
所 農業公園
物 作業に適した服装(長靴など)
申 2月10日(金)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)を「〒181-0004新川6-30-22JA東京むさし三鷹緑化センター」へ(申込多数の場合は抽選)
問 同センター ☎48-7482
※自家用車での来場はご遠慮ください。

健康講座「いつまでも自律した生活を送るために」

主 大沢住民協議会
日 2月22日、3月8日の水曜日午後1時30分～3時

人 20人
所 大沢コミュニティセンター
物 動きやすい服装、タオル
申 直接または電話で同センター ☎32-6986へ(全回参加できる方を優先して先着制)

初心者向けZoom講習会(パソコン向け)

日 2月24日(金)午前10時～正午
人 Zoom初心者6人
所 マチコエ(下連雀3-33-3)
物 パソコン、マイク付きイヤホン
申 2月15日(火)までに申し込みフォーム(右記QRコード)へ(先着制)
問 参加と協働推進室 ☎70-4033



上級救命講習会

主 連雀地区住民協議会
日 2月26日(日)午前9時～午後5時
人 市民15人
所 連雀コミュニティセンター
講 (公財)東京防災救急協会の皆さん
物 昼食
申 2月6日(月)午前10時から同センター ☎45-5100・HP https://www.mitakacc.jp/renjk-cc/へ(先着制)

庭木の剪定(せんてい)講習会

主 三鷹駅周辺住民協議会
日 2月26日(日)午前10時15分～午後0時15分
人 在学・在勤を含む市民15人

所 三鷹駅前コミュニティセンター

講 グリーンアドバイザーの加藤治平さん
申 2月22日(火)までに直接または電話で同センター ☎71-0025へ(先着制)

都市型農業講座—多摩地域を中心として東京農業の現状と特色、また土づくりの基本について学ぶ

日 3月1日(休)午後2時～4時
人 所 連雀コミュニティセンター=30人、オンライン=30人
講 東京都農業振興事務所振興課長の小堺恵さん

申 2月24日(金)午後8時までに直接または電話、インターネットで同センター ☎45-5100・HP https://www.mitakacc.jp/renjk-cc/へ(先着制)

絵手紙教室「果物や野菜を描く」

主 市、三鷹駅周辺住民協議会
日 3月2日(休)午後1時～3時
人 20人
所 三鷹駅前コミュニティセンター
講 絵手紙作家の山路智恵さん
¥300円
物 ティッシュ、ごみ袋、モチーフ(題材)

申 2月7日(火)から直接または電話で同センター ☎71-0025へ(先着制)

園芸講習会 寄せ植え

「八重桜と春を待つ野草たち」
日 3月2日(休)午後1時30分～3時30分
人 20人
所 上連雀分庁舎
講 草盆栽家の砂森聡さん
¥一般3,700円(花と緑のまち三鷹創造協会会員は3,000円)
物 エプロン、薄手の手袋、筆記用具、持ち帰り用袋、あれば園芸用はさみ・ピンセット

申 2月17日(金)(必着)までに必要事項(11面参照)を往復はがきまたはインターネットで「〒181-0012上連雀8-3-10NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会」・HP https://hanakyokai.or.jp/へ(申込多数の場合は抽選)
問 同協会 ☎46-2081

①上級救命技能講習会、②上級救命技能再講習会

主 駅前地区自主防災連合会
日 ①3月4日(土)午前9時～午後5時、②18日(土)午後1時30分～4時30分
人 在学・在勤を含む市民各20人(②は同講習を受講後3年が経過する方)
所 三鷹駅前コミュニティセンター
講 (公財)東京防災救急協会の皆さん
申 ①2月24日(金)午後5時まで、②3月10日(金)午後5時までに直接または電話で同センター ☎71-0025へ(先着制)

骨粗しょう症予防教室

骨の話とエクササイズ。
日 3月6日(月)午後1時30分～3時30分
人 在勤を含む40～60代の女性市民20人
所 総合保健センター
講 管理栄養士の若林知津江さん、健康運動指導士の鈴木直美さん
物 タオル、運動できる服装
申 2月6日(月)から必要事項(11面参照)を直接または電話、ファクスで健康推進課(元気創造プラザ2階) ☎24-8207・FAX 46-4827へ(先着制)

市民健康講座

①「グキッ」痛みがはしるその前に—首・腰・膝をメンテナンス=3月9日(休)午後1時30分～3時、②こころ元気で、生き生きライフ—今こそ見直そう、こ

ころのセルフケア=10日(金)午後2時～3時30分

人 在勤を含む市民各20人
所 ①三鷹駅前コミュニティセンター、②総合保健センター

講 ①健康運動指導士の鈴木直美さん、②都立多摩総合精神保健福祉センター広報援助課医長の川上礼子さん

物 ①タオル、運動できる服装
申 2月6日(月)から必要事項(11面参照)を直接または電話、ファクスで健康推進課(元気創造プラザ2階) ☎24-8207・FAX 46-4827へ(先着制)

2023年度「高齢社会における地域活性化コーディネーター養成プログラム」

日 4月1日(土)～令和6年3月31日(日)
人 在勤を含む市民で高卒または同等以上の学力を有する方20人
所 杏林大学井の頭キャンパス(下連雀5-4-1)
¥67,340円
申 2月28日(火)(消印有効)までに応募書類を「〒181-8612下連雀5-4-1杏林大学地域交流課」へ(書類選考あり)
※詳しくは同大学ホームページHP https://www.kyorin-u.ac.jp/へ。
問 同大学 ☎47-8000



みたか環境活動推進会議の委員

市民の環境保全意欲増進に向けた啓発などについて、年5回程度の会議を開催予定。

◆任期 4月1日～令和7年3月31日
人 在学・在勤を含む18歳以上の市民5人、市内の非営利活動団体の構成員2人、市内に事業所を有する事業者2人(ほかの市民会議などの委員は応募不可)

申 2月24日(金)(必着)までに必要事項(11面参照)・市民の方はレポート「今まで行った活動とこれから行いたい環境活動」(400字以内)を直接または郵送、ファクス、電子メールで「〒181-8555環境政策課(第二庁舎2階)・FAX 45-5291・✉kankyo@city.mitaka.lg.jpへ(提出書類の形式は自由。申込多数の場合は幅広い意見を反映できるように考慮のうえ抽選)
※団体・事業者の方は、名称と代表者名、活動や事業内容が分かるものを添付。

問 同課 ☎29-9612

春のフリーマーケット出店者

日 3月19日(日)午前10時～午後1時(雨天中止)

人 在学・在勤を含む18歳以上の市民、12店舗(1区画2×2m)

所 リサイクル市民工房
申 2月19日(日)(必着)までに必要事項(11面参照)・主な出品物を「〒181-0016深大寺2-16-13リサイクル市民工房」へ(申込多数の場合は抽選。結果は郵送で通知)

問 同施設 ☎34-3196
※業者の出店、ペット・家電製品・環境に悪影響を及ぼす品物などの販売は不可。



しごとの相談窓口

就職や再就職などの個別相談会。
日 2月8日(火)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)

就職活動支援セミナー

日 2月17日(金)午後2時～4時
人 おおむね55歳以上の求職活動中の方20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

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)

起業・創業セミナー「飲食店開業に必要な基礎知識を学ぼう」

日 2月22日(火)午後2時～3時30分
人 飲食店で起業する方、起業して間もない方、起業・副業を検討している方20人

所 オンライン会議アプリ「Zoom」
講 東京信用保証協会の秋元稔弘さん
申 申し込みフォーム(下記QRコード)へ(先着制)

問 (株)まちづくり三鷹 ☎40-9669

総合保健センター相談員(会計年度任用職員)

◆職種 管理栄養士1人、保健師若干名
申 2月14日(火)(消印有効)までに必要書類を「〒181-0004新川6-37-1総合保健センター」へ
※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。
問 健康推進課 ☎24-8266



太宰治文学サロン ガイドボランティア養成講座

問 同サロン ☎0422-26-9150

同サロン内での展示解説や、三鷹駅周辺など太宰治ゆかりの場所を案内するための基礎知識を学ぶ講座です。講座修了後は、太宰治と三鷹の魅力を伝えるガイドボランティアとして登録できます。

日 3月11・18日の土曜日午後1時30分～4時50分(全2回)
人 30人 所 消費者活動センター
申 同サロン ☎・FAX 0422-26-9150へ(先着制)

生活用品活用市

三鷹市消費者活動センター運営協議会
2月13日(月)午前10時～正午
消費者活動センター
当日会場へ
同センター ☎43-7874

三鷹市シルバー人材センター展・作品展

2月14日(火)～17日(金)午前10時～午後5時(14日は1時から、17日は3時まで)
三鷹駅前コミュニティセンター
期間中会場へ
三鷹市シルバー人材センター ☎48-6721

駅前 風のサロン「チアダンスを見て、ポッチャを体験しよう！」

三鷹駅周辺・地域ケアネットワーク
2月16日(木)午後1時30分～3時
30人
三鷹駅前コミュニティセンター
2月13日(月)までに地域福祉課 ☎29-9235へ(先着制)

健康体操教室

「からだも脳も動かして元気に！」

三鷹駅周辺住民協議会
2月18日(土)午前10時30分～正午
30人
三鷹駅前コミュニティセンター
健康運動指導士の鈴木木子さん
動きやすい服装、手ぬぐいまたは薄いフェースタオル
必要事項(11面参照)を同センター ☎71-0025・✉ekimaecc@mitakacc.jpへ(先着制)

西多世代交流センターの催し

①大人も和太鼓で遊ぼう=2月19日(日)午後1時30分～2時30分、②オイルパステルでアートを楽しむ=25日(土)午後2時から、3時から
①18歳以上の市民8人、②4歳以上の市民各回10人(未就学児は保護者同伴)
講①和太鼓チーム綾の皆さん
物①タオル、動きやすい服装、②室内履き、汚れてもよい服装
2月7日(火)から、②2月6日(月)から直接または電話で同センター ☎31-6039へ(いずれも先着制、②は申し込みフォーム(右記QRコード)からも申し込み可)

みんなでつながる「老い支度」

2月21日(火)午前10時～11時30分
みたかボランティアセンター
動きやすい服装、タオル
同連雀地域包括支援センター ☎40-2635へ

三鷹市社会福祉協議会の催し

①介護者ひろば=2月22日(水)午前10時～正午、②介護者のための「介護なんでも相談室」=24日(金)午後2時～2時50分、3時～3時50分(1人50分)、③認知症介護者談話室=28日(火)午後1時～3時
①③介護者、介護経験者、②市内の介護者(③は認知症ではない方の介護者も参加できます)
①ピアいのかしら(井の頭2-13-6)、②福祉センター、③みたかボランティアセンター
同協議会 ☎79-3505へ(②は2月21日(火)まで)

ケアラズカフェ OHANA

「認知症で利用できる、障がい者分野のサービスについて」

2月25日(土)午後2時～4時

オンライン会議アプリ[Zoom]

同西部地域包括支援センター ☎34-6536へ

がんばる地域応援プロジェクト発表会・交流会

2月26日(日)午後1時～4時
市民協働センター=50人、オンライン会議アプリ[Zoom]=50人
2月24日(金)正午までに同センター ☎46-0048または申し込みフォーム HP https://mitakaganbaru2022.peatix.com/へ(先着制)

「野川」冬の野鳥観察会

2月27日(月)午前9時30分都立野川公園正門前集合～午後0時30分(小雨決行)

15人
物筆記用具、歩きやすい服装、あれば双眼鏡
2月6日(月)からNPO法人花と緑のまち三鷹創造協会 ☎46-2081へ(先着制)

ハイキング 深大寺周辺散策

連雀地区住民協議会
3月5日(日)午前10時連雀コミュニティセンター集合～正午(雨天中止)
在学・在勤を含む市民30人
2月6日(月)午前10時～27日(月)午後8時に直接同センターまたは申し込みフォーム(右記QRコード)へ(先着制)



同センター ☎45-5100

想い出の昭和歌謡曲30曲

連雀地区住民協議会
3月15・22日の水曜日午後2時～4時(全2回)
30人
同連雀コミュニティセンター
プロ歌手の小谷じゅんさん
¥200円
参加費を同センターへ(先着制)
同センター ☎45-5100



シニア太極拳講習会

東京都、(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会、三鷹市武術太極拳連盟
2月25日(土)午後1時15分～3時15分
在学・在勤を含むおおむね60歳以上の市民

三鷹駅前コミュニティセンター
室内履き、タオル
当日会場へ
同連盟 ☎080-3250-0926(日中のみ)

ソフトテニス市民講習会

三鷹市ソフトテニス連盟
2月26日(日)午前11時30分～午後3時(基本)、3時30分～7時(応用)
在学・在勤を含む市民および同連盟会員
SUBARU総合スポーツセンター
物軟式ラケット(貸与あり)、室内履き
当日会場へ
同連盟 ☎79-0809

合気道 春の初心者講習会

三鷹市合気道連盟
3月4日～25日の土曜日午前10時30分～11時30分(全4回)
在園・在学・在勤を含む4歳以上の市民10人
同合気道新川塾(新川6-26-4)
物肘や膝の隠れる動きやすい服装、タオル

必要事項(11面参照)を同連盟✉aiki.doshinkawaw@gmail.comへ(先着制)
同連盟 ☎090-9329-2257

卓球の講習会・教室

三鷹市卓球連盟、②三鷹市体育協会
①講習会=3月4日～25日の土曜日午後3時～6時(25日は午前9時～正午)、②教室=11日(土)午前9時～正午
在学・在勤を含む小学生以上の市民①各日50人、②30人

SUBARU総合スポーツセンター
①1回200円(中学生以下100円)、②400円(中学生以下200円)

室内履き、①ラケット、ボール
当日会場へ(いずれも先着制)
同連盟①☎43-3350、②☎71-7449

三鷹市バドミントン総合選手権ジュニアの部

三鷹市バドミントン協会
3月5日(日)午前9時～午後6時
市内の中学生
SUBARU総合スポーツセンター
¥1人400円
物ラケット、室内履き
2月20日(月)までに必要事項(11面参照)を同協会✉mitakabad@mtkbad.sakura.ne.jpへ

三鷹市春季少年剣道大会

三鷹市剣道連盟
3月5日(日)午前9時～午後6時
市内の小・中学生
SUBARU総合スポーツセンター
¥個人500円、団体1チーム300円
物剣道用具、フェースシールド
2月24日(金)までに必要事項(11面参照)を同連盟☎090-3803-3638・✉rsj02547@nifty.comへ

障がい者対応スキル講習会

一視覚障がいとスポーツ
(公財)三鷹市スポーツと文化財団
3月11日(土)・20日(月)午前10時～11時30分

各回16人
生涯学習センター
講東京都障害者スポーツ協会の皆さん
3月2日(木)までに元気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)
SUBARU総合スポーツセンター ☎45-1113

三鷹市バレーボール連盟

9人制大会
3月12日(日)午前9時～午後6時
在学・在勤を含む高校生以上の市民および同連盟登録チーム
SUBARU総合スポーツセンター
¥1チーム5,000円(同連盟登録チームは3,000円)
3月3日(金)までに同連盟☎080-5436-0626へ

三鷹市野球連盟70周年記念大会

3月26日以降の毎週日曜日
在学・在勤を含む16歳以上の都民(学校の野球部在籍者を除く。チーム所在地・責任者の所在は市内)
同大沢総合グラウンド
¥大会参加料10,000円(1チーム)、三鷹市野球連盟年間登録料10,000円(1チーム)、三鷹市体育協会負担金100円(1人)
※一般の部は上記に加え、全日本軟式野球連盟登録料1,200円(1チーム)、個人登録料(東京都軟式野球連盟1人600円、

全日本軟式野球連盟1人200円)が必要で

2月17日(金)午後6時～7時30分または18日(土)午後4時～5時30分に一般・壮年の部とも申込書4部(三鷹市野球連盟ホームページ HP http://mitaka-nbf.jp/で入手)、一般の部は東京都登録用紙2部(東京都軟式野球連盟ホームページ HP https://www.tnbb.or.jp/で入手)、参加料・登録料を生涯学習センターへ
※定時総会・主将会議を3月1日(水)午後7時から生涯学習センターで開催します。

◆軟式野球審判員募集

経験者から未経験者まで、インストラクターが指導します。
3月26日以降の毎週日曜日
16歳以上の方
同グラウンド
同三鷹市野球連盟 ☎33-5080へ(日中のみ)

ジュニア長期水泳講習会

三鷹市水泳連盟
4月4日～令和6年3月19日の火曜日午後5時～7時(全48回)
市内の新小学2～6年生(保護者による送迎が可能な方)若干名
SUBARU総合スポーツセンター
¥月額3,800円、保険料など年額2,000円
物水着、タオル、ロッカー代200円(返却式)、ゴーグル(必要な方)
2月16日(木)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)・性別・学校名・保護者氏名を「〒181-8799三鷹郵便局留 三鷹市水泳連盟」へ(1人1通。申込多数の場合は抽選)
同連盟 ☎090-5438-9240・HP https://junior-bu.jimdosite.com/



スマホ・タブレット教室

同三鷹市シルバー人材センター
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)
①4人、②3人
¥①2,000円(1回分)、②8,000円(4回分)
2月22日(木)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

栄養料理教室ーバランス献立で、血糖値を上げにくい食べ方

①2月15日(水)、②16日(木)、いずれも午前10時30分から
在学・在勤を含む市民①12人、②15人
①井口コミュニティセンター、②大沢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

「ワッフル模様の鋼敷き」作り

2月16日(木)午後1時30分～3時30分
5人
同リサイクル市民工房
物毛糸(並太または極太)1玉、糸の太さに合うかぎ針(6～10号)
2月8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)

小学生向け

スクラッチプログラミング教室(3月)

住所 三鷹市シルバー人材センター
日①オンライン教室=1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アドバンスコース=6日～27日の月曜日午後4時15分～5時45分、7日～28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、②各5人
¥5,000円(教材費を含む)

物 ①パソコン、②USBメモリー

申 2月21日(火)(必着)までに必要事項(11面参照)・保護者の氏名・受講曜日・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

おやこでよって

チョコッとあっぷる一む(3月)

住 NPO法人みたか市民協働ネットワーク

日 ①テコンドーで産後の体型戻し=2日(木)、②簡単スクラップブック(アルバム編)=4日(土)、③今後の子育てと働き方のバランス講座=6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シップ=9日(木)、⑤産前・産後の骨盤ケア=13日(月)、⑥色育(いろいろ)で子育てを楽しく!=16日(木)、⑦ベビーサインで楽しい子育て=20日(月)、⑧いつでもどこでもベビーマッサージ=23日(木)、⑨ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前)=27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、②③3歳までのお子さんと保護者、妊婦、③⑤3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、⑦4カ月～1歳6カ月のお子さんと保護者、⑨ハイハイ前のお子さんと母親

所 市民協働センター
¥ ①⑦⑧⑨1,500円、②1,300円、③1,000円、④1,800円、⑤⑥2,000円
※②材料代を含む、③キャリア診断シート付き、⑤さらし付き、⑥色育絵本付き。

物 ①抱っこひも、②写真5～10枚、④⑧バスタオル、授乳ケープ
申 2月10日(金)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

親子で学ぶエネルギーの創・蓄・省

ソーラーランタンを作ろう

エネルギーや太陽光発電、LEDなどの講義とソーラーランタンの工作。

住 みたか環境活動推進会議

日 3月4日(土)午後2時～4時
人 市内の小学3～6年生と保護者15組30人
所 三鷹市公会堂さんさん館
調 パナソニック(株)エレクトリックワークス社の皆さん

申 2月24日(金)(必着)までに全員の必要事項(11面参照)を「〒181-8555環境政策課」・✉kankyo@city.mitaka.lg.jpへ(申込多数の場合は抽選)

問 同課 ☎29-9612

小学生向け

生涯学習センターの講座

住 公財三鷹市スポーツと文化財団

◆お金ってなあに? クイズと工作で楽しく学ぼう

日 3月18日(土)午前10時～11時30分
人 市内の小学1～3年生30人
調 金融広報アドバイザーの吉田淳子さん
物 色鉛筆、持ち帰り用袋

◆こどものためのアンガーマネジメント

トイライラと上手につきあおう

日 3月18日(土)午後1時～2時(低学年向け)、2時30分～3時30分(高学年向け)
人 市内の小学生各回15人
調 アンガーマネジメントキッズインストラクターの安藤生奈さん
申 2月21日(火)までに元気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)

問 同センター ☎49-2521

小・中学校を卒業していない方のための夜間学校

日本語を習得していない方のために、日本語学級も開設しています。

人 令和5年4月1日時点で16歳以上の小・中学校を卒業していない方(年齢・国籍不問)

所 世田谷区立三宿中学校夜間学級(世田谷区太子堂1-3-43)

申 問 同校 ☎03-3424-5255へ(午後2時以降)



介護給付費通知書を送付します

令和4年4～9月に介護保険サービスを利用した方を対象に、サービスの内容と費用をお知らせする通知書を2月13日(月)に発送します。

問 介護保険課 ☎29-9274

要介護認定の特例延長の

終了について

市では、新型コロナウイルスの感染拡

大防止のため、認定調査が困難な場合に限り、申請者の申し出により認定有効期間を12カ月(一部6カ月)延長してきました。令和4年10月14日付の厚生労働省通知により、この取り扱いの終了期限が示されたことを受け、特例延長の対象者を下記の通り変更しました。

人 特例延長の更新申請をする方で、認定調査を受けることが困難な方のうち、次の①、②いずれかに該当する方。①認定有効期間終了日が5年3月31日、②認定有効期間終了日が5年4月1日～6年3月31日で、前回の申請で特例延長を適用していない(連続での特例延長申請はできません)

※上記①②に該当しない方でも、認定有効期間終了日が6年3月31日までで特別な事情がある場合に限り、特例延長の申請が可能となることがあります。詳しくは、お問い合わせください。

問 介護保険課 ☎29-9275

新川あおやぎ公園での筋肉体操

住 新川中原地区生活支援コーディネーター

日 2月6日～27日の月曜日午前9時～9時30分

人 おおむね65歳以上の市民

所 同公園(新川1-11-16)

調 鍼灸師で経絡ヨガインストラクターの野口侑弥さん

物 タオル、運動できる服装

申 当日会場へ

問 みたかボランティアセンター ☎76-1271

三鷹駅周辺・シニアまると相談

サロン

日 2月9日(木)午後2時～3時30分

所 三鷹駅前コミュニティセンター

申 当日会場へ

問 三鷹駅周辺地域包括支援センター ☎76-4500

三鷹いきいきプラスiPad無料体験会

基本操作を体験。機器は貸し出します。

日 2月13日(月)・16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iPad初心者または未経験者10人

所 市民協働センター

申 問 2月6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)

高齢者の生活相談室(事前予約)

日 2月17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



特別障害者手当などを振り込みます

令和4年11月～5年1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、2月10日(金)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・失語症ちょこっと相談室(事前予約)

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。

日 2月17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 問 同センター ☎40-7204へ



中学生による

薬物乱用防止ポスター・標語展

住 市、東京都薬物乱用防止推進三鷹地区協議会

日 2月6日(月)～10日(金)午前8時30分～午後5時

所 市役所1階市民ホール

申 期間中会場へ

問 児童青少年課 ☎29-9671

ひな飾りの展示

住 三鷹駅周辺住民協議会

日 2月7日(火)～3月4日(土)

所 三鷹駅前コミュニティセンター

申 期間中会場へ

問 同センター ☎71-0025

みたか親の会

日 2月8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

企画展「ふくしま星・月の風景

写真展 in 三鷹」

日 2月10日(金)～3月5日(日)、3月9日(木)～4月2日(日)、いずれも午前11時～午後6時30分(月・火曜日、祝日休館)

所 天文・科学情報スペース(下連雀3-28-20三鷹中央ビル1階)

申 期間中会場へ

問 同施設 ☎26-9951

歯の痛みについて

健康「コラム」

「歯医者」と聞くと「痛み」を連想される方も多いかと思えます。今回は、歯の痛みの原因となる可能性のある状態のうち、次の2点について説明します。

●歯ぐきの炎症(歯周膿瘍へのよう)

歯周病を治療せずに放置しておくことで進行して、歯周ポケットといわれる歯と歯ぐきの隙間が深くなっていきます。進行した歯周ポケットには通常の歯磨きでは除去できない歯垢や歯石が付着することで、口の中の細菌のすみかになります。深い歯周ポケットに感染した細菌が原因で歯ぐきが腫れて痛みが出る場合があります(歯周膿瘍)。ひどい場合には歯ぐきがぐらぐら揺れたり、歯が浮いた感じがして食べ物がかめなくなることもあります。治療としては、ポケットの洗浄、歯ぐきのスケーリング、症状がひどい場合には、切開・排膿と呼ばれる膿を外に出す処置を行ったり、抗生物質を服用することもあります。

●親知らずの痛み(智歯周囲炎)

親知らずは上下の一番奥(通常前から8番目)に10代後半から生えてくる歯です(生えてこないこともあります)。また、半分くらいしか生えてこなかったり傾いて生えてくることもあります。いずれにしても一番奥の歯なので歯磨きをきちんとするのが難しく、むし歯や歯周炎になるリスクが高いといえます。きちんと磨けない親知らずの周りには食べかすや歯垢がたまりやすく、それらが付着したまま放置されることで歯ぐきに炎症を起こすことがあります。ひどい場合には顎が大きく腫れたり口が開けづらい、物が飲み込みにくいなどの症状が出る場合があります。症状が強い場合には、消炎鎮痛薬や抗生薬を処方します。根本的な治療には親知らずの抜歯を行います。親知らずの生え方によっては専門家(口腔外科)による対応が必要になることもあります。

これらの痛みの原因は、病状が進行することで起きやすくなるので、定期的に歯科を受診しましょう。歯科医師のアドバイスに従って早めに治療を受けることで、その後に悪化してひどい痛みが出るのを予防することもできます。

問 三鷹市歯科医師会 ☎0422-452715

年金 国保・年金

国民年金保険料の免除・納付猶予申請を受け付け中

令和4年度分(7月～5年6月)の申請を受け付けています。申請時点から2年1カ月前の月分までの未納期間についても申請できます。

①基礎年金番号が分かるもの(基礎年金番号通知書など)、本人確認書類、退職が理由の場合は雇用保険被保険者離職票などを市民課(市役所1階3番窓口)へ
②同課 ☎29-9190、武蔵野年金事務所 ☎56-1411

子育て・教育

児童手当を振り込みます

令和4年10月～5年1月分の同手当を2月10日(金)に指定預金口座に振り込みます。

③子育て支援課 ☎29-9675

児童育成手当を振り込みます

令和4年10月～5年1月分の同手当を2月10日(金)に指定預金口座に振り込みます。

③子育て支援課 ☎29-9675

「ゆりかご面接」の

予約が電子申請になります

④妊娠中の方

⑤予約フォーム [HP](https://logoform.jp/f/Z60A4/) <https://logoform.jp/f/Z60A4/>

⑥健康推進課 ☎46-3254



2月10日(金)までに

「進路予定調査票」の返送を

1月20日に令和5年度小・中学校入学予定者の保護者へ「就学通知書」を郵送しました。「進路予定調査票」を同封しましたので、2月10日(消印有効)までに必ず郵送またはQRコードからWeb回答してください。私立・都立・国立の小・中学校へ入学する方は、2月末までに「入学承諾書(教育委員会提出用)」の原本を直接または郵送で「〒181-8505学務課(教育センター1階)」へ提出してください。

⑦同課 ☎29-9814

むらさき子どもひろばの催し(2月)

◆乳幼児のおそびひろば

⑧げんきっ子ランド=月曜日午前9時～正午(20・27日を除く)、みんなであそび!=火～金曜日、4日午前11時～11時30分(8日(水)・9日(木)・15日(水)を除く)

⑨当日会場へ

◆乳幼児対象のイベント

⑩①手形アートスタンプ=8・9日午前11時～11時30分、②かまくらランプを作ろう=18日(土)午前10時30分～11時30分、③Mamaカフェ=20日午前10

時30分～11時30分、④スペシャルバーズデー=27日・28日(火)午前11時～11時30分

⑪①④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

⑫①タオル、汚れてもよい服装

⑬①④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

⑭①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毛糸でガーランドを作ろう=25日(土)午前10時30分～11時30分、午後2時30分～3時30分、④卓球大会=27日午後3時30分～4時30分

⑮③各回10人

⑯①②④タオル(②帽子、運動靴)

⑰①②④当日会場へ、③直接または電話で同ひろば ☎49-5500へ(先着制)

⑱同ひろば ☎49-5500

星と森と絵本の家の催し(2月)

⑲絵本のおはなし「オニがいっぱい」=8日(水)午後2時から、絵本リレー=15日(水)午後3時30分から

⑳当日会場へ

㉑同施設 ☎39-3401

パパとママの育児相談・交流会

㉒連雀地区住民協議会

㉓2月10日(金)午前10時30分～11時30分

㉔市内の1歳未満のお子さんと保護者、これから親になる方①会場10組、②オンライン5組

㉕①連雀コミュニティセンター、②オンライン会議アプリ「Zoom」

㉖三鷹市助産師会の皆さん

㉗同センターホームページ [HP](https://www.mitakacc.jp/renjk-cc/) <https://www.mitakacc.jp/renjk-cc/>(先着制)

㉘同センター ☎45-5100

東多世代交流センターの催し

◆ベビーヨガ講座

㉙2月14日(火)午前10時30分～11時30分

㉚①おおむね7～12カ月のお子さんと母親8組

㉛ヨガイストラクターのHirokoさん

㉜2月6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)

◆ペットボトルキャップでつくってあそぼう

㉝2月19日(日)午前10時30分～正午

㉞①年中～小学生の親子15組

㉟②連雀コミュニティセンター

㊱③洗って乾かしたペットボトルキャップ、筆記用具

㊲④2月6日午前9時から直接または電話で同センター ☎46-0408へ(先着制)

◆子育て中のママのための動いて楽しむ健康講座(保育)

㊳①3月1日(水)午前9時30分～11時30分

㊴②子育て中の母親10人、保育(1歳～未就学児)10人

㊵③(一社)スカイリミットスポーツ三鷹の當麻正惟さん

㊶④2月6日午前9時～17日(金)午後5時に直接または電話、インターネットで同センター ☎46-0408・[HP](https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/) <https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/>(元気創造プラザ講座申込システム)へ(申込多数の場合は市民を優先して抽選)

㊷⑤同センター ☎46-0408

すくすくひろばの催し

◆年齢別あそびまじよ(2月)

㊸①ひよこぐみ=14日(火)・24日(金)、②いちごぐみ=27日(月)、③バナナぐみ=28日(火)、いずれも午前10時15分～11時15分

㊹④市内在住の①初めて受講する令和3年4月2日～11月生まれのお子さんと保護者(24日は3年12月～4年4月1日生まれのお子さんと保護者)各日8組、②初めて同ひろばを利用する4年9～10月生まれのお子さんと保護者4組、③初めて受講する4年4～5月生まれのお子さんと保護者6組

㊺⑤①1月31日(火)(24日の回は2月9日(木))、②2月10日(金)、③2月14日午前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)

◆お父さんのためのワクワク子育て

㊻⑥2月19日(日)午前10時30分～11時30分

㊼⑦市内在住の初めて参加する1歳6カ月前後のお子さんと父親7組

㊽⑧直接または電話で同ひろば ☎45-7710へ(先着制)

◆ベビーヨガ

㊾⑨3月2日(水)午後1時～2時

㊿⑩市内在住の初めて受講する令和4年6～11月生まれのお子さんと母親15組

㊽㉑ベビーヨガインストラクターのかおりさん

㊽㉒バスタオル、おむつ、着替え

㊽㉓2月16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

㊽㉔3月4日(土)午前10時30分～正午

㊽㉕市内在住の初めて受講するおおむね8カ月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)

㊽㉖①連雀コミュニティセンター

㊽㉗②三鷹市助産師会の皆さん

㊽㉘③バスタオル、おむつ、着替え

㊽㉙④2月15日(火)午前10時から直接または電話で同ひろば ☎45-7710へ(先着制)

㊽㉚⑤同ひろば ☎45-7710

誕生記念樹のプレゼント

㊽㉛市内在住の乳児

㊽㉜①2月17日(金)(必着)までに往復はがきまたはインターネットで世帯主の必要事項(11面参照)・お子さんの名前・月齢・希望する樹種(パキラ、サルスベリ、カンツバキ、キンモクセイ、ゲッケイジュ、ウメ、ハナカイドウ)一つを「〒181-0012上連雀8-3-10NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会」・[HP](https://hanakyokai.or.jp/) <https://hanakyokai.or.jp/>へ

※苗木は3月3日(金)午前9時30分～午後3時30分に上連雀分庁舎で、返信はがきまたは返信メールの印刷と引き換え。

㊽㉝②同協会 ☎46-2081

西多世代交流センターの催し(2月)

◆ファミリーストレッチ

㊽㉞①18日(土)午前10時30分～11時30分

㊽㉟②小学生までのお子さんと保護者40人

㊽㊱③フリーエクササイズインストラクターの工藤純子さん

㊽㊲④タオル、運動できる服装

㊽㊳⑤6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)

◆ベビーヨガ講座

㊽㊴⑥28日(火)午前10時～11時30分

㊽㊵⑦おおむね3～6カ月のお子さんと母親10組

㊽㊶⑧ヨガイストラクターのHirokoさん

㊽㊷⑨バスタオル

㊽㊸⑩7日(火)午前9時30分～14日(火)午後5時に直接または電話で同センター ☎31-6039へ(初めて同センターを利用する方を優先して先着制)

㊽㊹⑪同センター ☎31-6039

丸池の里で親子収穫体験

非結球芽キャベツを収穫します。

㊽㊺①2月25日(土)午前10時30分～正午(雨天時は翌日に順延)

㊽㊻②市内在住の小学生以下のお子さんと保護者20組

㊽㊼③所 新川丸池公園内の農園(新川3-17)

㊽㊽④¥1組200円

㊽㊾⑤⑥作業用手袋、長靴、タオル、汚れてもよい服装(長袖、長ズボン)

㊽㊿⑦⑧2月13日(月)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)・参加人数・全員の年齢を「〒181-0012上連雀8-3-10NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会」へ(申込多数の場合は初参加者を優先して抽選)

㊽㊽㉑⑨同協会 ☎46-2081

※自家用車での来場はご遠慮ください。

図書館オリジナルバッグが再入荷しました

①三鷹図書館(本館) ☎0422-43-9151

絵本作家でエッセイストの石倉ヒロユキさんが描いたオリジナルイラストがデザインされたバッグ(写真)です。内側にポケットが付き、より使い勝手が良くなりました。

②●価格 1,000円

③●販売場所 市立図書館全館(連携館井の頭コミュニティセンター図書室は除く。移動図書館ひまわり号での販売は要問い合わせ)



ベージュ ブラック

東・西多世代交流センターが「Twitter」と「Instagram」を始めました

④東多世代交流センター ☎0422-44-2150

⑤西多世代交流センター ☎0422-31-6039

最新のイベント情報や施設案内などをお届けします。

ユーザー名

東多世代交流センター

●ツイッター：
@Mitaka_higaji



●インスタグラム：
@mitaka_higaji



西多世代交流センター

●ツイッター：
@Mitaka_nishiji



●インスタグラム：
@mitaka_nishiji



市からの お知らせ

- 主催者
 - 日時・期間
 - 対象・定員
 - 場所・会場 
 - 費用(記載のないものは無料)
 - 持ち物
 - 申込方法 
 - 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

井口特設グラウンド 土地利用構想』を策定しました

同グラウンドについては、売却の方針から防災・減災のまちづくりを目的とした土地の利活用へと方針を転換しており、このたび土地利用の基本的な考え方を示す構想を策定しました。構想の全文は市ホームページ、またはまちづくり推進課(市役所3階)で閲覧できます。



同課 ☎29-9702

本庁舎内みずほ銀行ATM 営業終了のお知らせ

市役所1階に設置されている同行のATMは、2月17日(金)午後5時に営業を終了します。市役所敷地内東側に設置されている同行のATMは、引き続き利用できます。

同課 ☎29-9792

重複・多剤服薬に注意して 適正な受診・服薬を心掛けましょう

重複・多剤服薬とは、同じ時期に複数の医療機関を受診し、医師がほかの医療機関での処方内容を把握できなかった場合に、同じ効能の薬や、必要以上に多くの種類の薬が処方され、服薬することです。その中でも、害をなすものが特にポリファーマシーと呼ばれています。これは、単に服用する薬剤数が多いことではなく、それに関連して薬物有害事象のリスク増加などの問題につながる状態のことをいいます。薬を適切に管理するために、かかりつけ医・薬局(薬剤師)を持ち、お薬手帳は1冊にまとめて、受診時や薬の受取時に持参しましょう。

同課 ☎29-9215

2月は省エネルギー月間

冬は暖房や給湯器の使用などにより、エネルギー消費が多くなります。家庭やオフィスの電化製品の使い方を見直しましょう。また、家電製品は年々進歩しており、買い替えるだけでも大きな省エネが図れます。購入時は、年間の電気料金の目安や、省エネルギー性能が分かる「統一省エネラベル」も参考にしましょう。

◆家庭のゼロエミッション行動推進事業

東京都では、3月31日まで、基準を満たす対象機器への買い替えに対して、商品券などに交換可能な「東京ゼロエミポイント」を付与する事業を実施しています。



同ポイントコールセンター ☎0570-005-083、
市環境政策課 ☎29-9612

自転車事故・交通災害に備えて ちよこっと共済に加入しましょう

ちよこっと共済(東京都市町村民交通災害共済)は、住民が会費を出し合い、交通事故に遭ったときに見舞金を受けられる制度です。会員が交通災害で死亡した場合は見舞金に加え、中学生以下のお子さん1人につき年額12万円の交通遺児年金が支給されます。パンフレットは、2月9日(休)から順次、各家庭に配布予定です(パンフレットに申込書は付いていません)。

◆二つの選べるコース

- ・Aコース
年額1,000円、最高300万円の見舞金
- ・Bコース
年額500円、最高150万円の見舞金

◆共済期間 4月1日～令和6年3月31日

※4月1日以降に申し込みの場合は、申込日の翌日から。

 市政窓口、指定金融機関、東京都市町村民交通災害共済ホームページ 

<https://chokottokyosai.jp/>

同課 ☎29-9709

衆議院小選挙区の区割り改定

令和4年11月28日に公職選挙法の一部を改正する法律が公布され、衆議院小選挙区選出議員の選挙区が改定されました。今回の改定による三鷹市における衆議院小選挙区の区割り変更はありません。三鷹市全域が含まれる東京第22区は三鷹市・狛江市・調布市の3市となります(稲城市の一部が東京第22区から除外されました)。次回の衆議院議員総選挙から、新たな選挙区での選挙が行われます。

同課 ☎29-9794

都市計画変更素案に関する オープンハウス

三鷹都市計画道路3・4・20号西調布境橋線の都市計画変更素案に関するオープンハウスを開催します。

日 2月16日(休)午後3時～7時

所 大沢コミュニティセンター

印 当日会場へ

同課 ☎03-5388-3379

市の手話通訳者登録試験

日 3月11日(土)午前10時～午後4時

人 在学・在勤を含む市民で、三鷹市手話講習会の通訳コース修了者など

所 三鷹市公会堂さんさん館

印 2月6日(月)～22日(休)に申請書(市ホームページで入手)を直接または郵送、ファクスで「〒181-8555障がい者支援課」(市役所1階16番窓口)・FAX 47-9577へ
同課 ☎29-9232

※合格者は登録前に研修が必要です。

東京外かく環状道路シールドトンネル 工事に関する現場視察会

日 3月12日(日)午前9時から、10時から、11時から、午後1時から、2時から、3時から

所 中央JCT北側Hランプシールドトンネル内部

印 3月1日(水)正午までに国土交通省関東地方整備局東京外かく環状国道事務所 FAX 03-3707-3648・ ktr-gaikan@mlit.go.jpへ(事前申込抽選制)

同課 ☎0120-34-1491(平日午前9時15分～午後6時)

※自家用車での来場はご遠慮ください。※段差があるので、一人での歩行が困難な方や未就学児はご遠慮ください。

税金

2月28日(火)は固定資産税・都市計画税(第4期)の納期限です

市税を未納のままにすると、法令に基づき延滞金が加算されます。納期内納付が困難な場合は納税課(市役所2階25番窓口)へご相談ください。納付は口座振替のほか、コンビニエンスストアやペイジー対応のATMでも可能です。※キャッシュカードによる口座振替受付サービスを実施しています。

同課 ☎29-9218(口座振替)・☎29-9210(納税相談)

固定資産税・都市計画税の減免

①国や市などが無償で借り受けまたは譲渡を受けた、②震災、風水害、火災などにより被害を受けた、③相続税のため物納した、④公共事業などで、国、地方公共団体または土地開発公社が売買で取得した固定資産(所有権移転登記および引き渡しが完了)は、同税の減免が認められる場合があります(申請後に納期限が来るものが対象)。

印 2月28日(火)までに申請書と必要書類を資産税課(市役所2階28番窓口)へ

同課 ☎29-9197

市議会定例会の予定

同課 ☎0422-29-9140

2月	27日(月)	本会議(一般質問) ※第1回請願・陳情締め切り(午後5時まで)。
	28日(火)	本会議(一般質問)
3月	1日(水)	本会議(一般質問、議案上程、施政方針・当初予算上程)
	6日(月)	本会議(議案・請願等審議、予算代表質疑)
	7日(火)～10日(金)	常任委員会
	13日(月)～17日(金)・20日(月)	予算審査特別委員会
	22日(水)	東京外郭環状道路調査対策特別委員会 三鷹駅前再開発及び市庁舎等調査検討特別委員会
	23日(木)	調布飛行場周辺利用及び安全対策特別委員会 国立天文台周辺地域まちづくり検討特別委員会 ※第2回請願・陳情締め切り(正午まで)。
	29日(水)	本会議(予算審査特別委員会審査報告、議案等審議)

※新型コロナウイルス感染症の影響などにより、日程を変更する場合があります。

※本会議の開議時間は午前9時30分を予定しています。詳しくは同局へお問い合わせください。

※請願・陳情は、同局で受け付けています。提出を希望する場合は、あらかじめ会派または議員にご相談ください。

◆傍聴・手話通訳の申し込み

印 傍聴当日に、本会議は議場(市役所3階)東側の傍聴受付、各委員会は同局へ。手話通訳を希望する場合は、各開催日の1週間前までに希望する日程(午前・午後)・氏名・連絡先を同局 FAX 0422-45-1031へ

◆本会議および予算・決算審査特別委員会のインターネット配信

生中継は会議開始10分前から終了まで、録画中継は原則として開催日の翌々日の午前10時(土・日曜日、祝日を除く)に、三鷹市議会ホームページ  <https://www.gikai.city.mitaka.tokyo.jp/>の

 市議会中継 からご覧いただけます。

※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)。

●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615号(2月5日～3月4日)
 在宅医療・介護の新たな拠点「福祉Laboどんぐり山」/
 三鷹市美術ギャラリー企画展示「合田佐和子展―帰る途もつりもない」
 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5年1月1日現在 ()内は前月との増減
 住民登録者数: 189,916人(232人減) うち外国人: 3,977人(3人減)
 男: 92,633人(103人減) / 女: 97,283人(129人減) 世帯数: 96,249世帯(140世帯減)

作品解説付き 映画上映会『火の馬』

ウクライナ 特別企画

☎企画経営課 ☎0422-29-9032



セルゲイ・パラジャーノフ監督/1964年製作/92分/ソ連

本作はウクライナを代表する映画作品で、民族文化を色濃く描いた点や鮮やかな色彩表現が国際的にも高く評価されています。上映前には、DVD版で解説を執筆した沼野恭子さん(写真)から、本作の魅力やウクライナで愛される理由など、作品の理解がより深まるお話を伺います。

※日本語字幕で上映。会場にウクライナ避難者支援のための募金箱を設置します。



主 市、(公財)三鷹国際交流協会(MISHOP)、(公財)三鷹市スポーツと文化財団、世界連邦運動協会三鷹支部、三鷹青年会議所

日 2月21日(火)午後7時～9時(6時30分開場)

人 180人 所 芸術文化センター星のホール

申 2月10日(金)までに必要事項(11面参照)を同課 ☎0422-29-9032・FAX 0422-29-9279・✉kikaku@city.mitaka.lg.jpまたは申し込みフォーム(右記QRコード)へ(1組5人まで。先着制)

※メールと申し込みフォームは2月20日(月)まで受け付け。



第113回 親子音楽会

☎芸術文化課 ☎0422-29-9861

未就学のお子さんから保護者まで一緒に楽しめる音楽会です。

◆プログラム

- 第1部「おもしろ音楽大集合!!」
- 第2部「ララちゃん和タイラー博士「怪盗リズム伯爵のいたずら」」

出演 野村洸太郎さん(指揮)、岡崎裕美さん、たいらいさおさん(歌と司会)、大輪知司さん(ゲスト)、三鷹市管弦楽団(演奏)

日 3月12日(日)午後1時30分～3時 人 600人 所 三鷹市公会堂光のホール

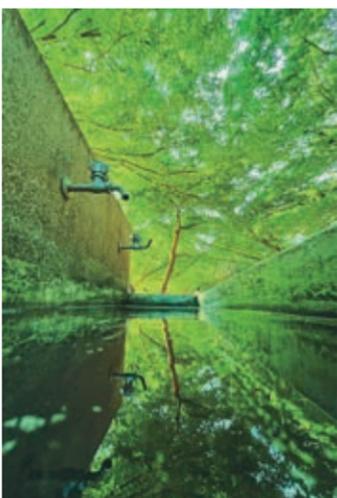
申 2月22日(水)(必着)までに電子申請サービス HP <https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo2/>または往復はがきで必要事項(11面参照)・参加者全員(5人まで)の氏名・年齢を「〒181-8555芸術文化課」へ(1組1通。申込多数の場合は市民を優先して抽選。結果は3月1日(水)以降に通知。当日席はありません)



第27回三鷹まちづくりフォトコンテスト

—伝えたい、三鷹の良いところ 審査結果発表

主 市、同コンテスト実行委員会 ☎(株)まちづくり三鷹 ☎0422-40-9669



市長賞(グランプリ) 「緑」 永井碧人さん

140人の皆さんから407点の応募があり、19点の入賞作品が決定しました。全入賞作品は同コンテストホームページ HP <https://www.mitaka.ne.jp/photocon/>でご覧いただけます。



金賞 「ホワイト・ハート」 大谷正志さん

Poki 4コマまんがコンテスト 作品展

☎同コンテスト事務局(株)まちづくり三鷹 ☎0422-40-9669

応募作品491点を展示します。さまざまなPokiの物語をお楽しみください。

日 2月7日(火)～12日(日)午前9時30分～午後8時30分(7日は1時から、12日は6時まで)

所 三鷹市公会堂さんさん館 申 期間中会場へ



三鷹キウイワイン2023

第1弾 「無ろ過新酒」販売開始!

☎生活経済課 ☎0422-29-9615

三鷹産キウイフルーツ100%でほのかな甘口に仕上げた新酒を、2月10日(金)から市内酒販11店舗とJA東京むさし三鷹緑化センターで販売します。原料には「ヘイワード」と「東京ゴールド」を使っています。

価格 1,980円(720ml) 販売本数 1,400本(限定生産) 今後の発売予定

4月に「白ワイン」「ロゼ」、6月に「白ワイン」「スパークリング」を発売します。風味の違いをぜひお楽しみください。



考古学体験講座 「To make マイ土偶」

☎生涯学習課 ☎0422-29-9867

◆作ってみよう!リアル土偶

3Dスキャンと3Dプリンターでリアルに復元された土偶レプリカを徹底的に観察し、そっくりな彩色と質感を復元した「マイ土偶」を完成させます。作品は展示後にお渡します。

日 2月25日(土)午後1時～4時30分

人 わかもの部門(小学5年生以上)8人、おとな部門8人

所 教育センター 講 土器復元技術者の田村典雄さんほか

申 2月6日(月)午前9時30分から必要事項(11面参照)を同課 ☎0422-29-9867へ(先着制)



大沢の里古民家講座

「どぶろく—日本の酒文化」

☎生涯学習課 ☎0422-29-9862

米、米麴、水を原料とし、発酵させる「どぶろく」はかつて家庭でも造られていた日本の伝統的な酒の一つで、万葉集にも「濁酒(にぎりさけ)」として登場します。近年、栄養価にも注目が集まるどぶろくの歴史を知り、日本の酒文化を学びます。

日 2月18日(土)午後1時30分～3時30分

人 20歳以上の方16人 所 同施設

講 元静岡県立大学客員准教授の二村悟さん、民俗写真家の松田高明さん

¥ 100円(入館料)

申 2月6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)



注意事項 本講座では試飲があります。酒(アルコール)アレルギーの方は参加をご遠慮ください。公共交通機関または徒歩で会場にお越しください。