

日 3月4～25日の毎週土曜日①午後4時～5時、②6時～7時
人 在園・在学・在勤を含む市民(①小学生以下、②中学生以上)
所 SUBARU総合スポーツセンター
申 当日会場へ
問 同連盟 ☒ mitakachuodoin2@gmail.com・HP https://mitakarenmei.jimdo.free.com/

ラジオを作って

ラジオ体操をしよう!

日 (一社)スカイリミットスポーツ三鷹
日 3月11日(土)午前9時30分～午後1時
人 市内の小学4～6年生15人
所 三鷹中央防災公園・元気創造プラザ
講 日本無線㈱の皆さん
申 2月27日(月)までに同法人ホームページ(右記QRコードへ)へ(申込多数の場合は抽選。結果は3月1日(水)に通知)
問 同法人 ☎ 080-9042-0505

パドルテニス体験会

日 連雀地区住民協議会
日 3月11日(土)午後1時～4時
人 小学生以上の市民20人
所 連雀コミュニティセンター
物 室内履き
申 問 2月20日(月)午前10時～3月8日(水)午後8時に直接または電話、申し込みフォーム(右記QRコード)で同センター ☎ 45-5100へ(先着制)

ジュニアスポーツ指導者講習会

日 三鷹市、府中市、調布市、小金井市、小平市、西東京市
日 3月11日(土)午後5時～7時
人 ジュニアスポーツの指導に関心のある方、スポーツに励むお子さんを持つ保護者50人
所 オンライン会議アプリ「webex」
講 FC東京普及部コーチの大島翼さん
申 2月23日(木・祝)までに申し込みフォーム(右記QRコード)へ(申込多数の場合は抽選)
問 府中市スポーツタウン推進課 ☎ 042-335-4499

三鷹市少年軟式野球連盟

春季大会

日 3月12日～4月16日の毎週日曜日、3月21日(火・祝)、いずれも午前9時～午後5時
人 市内の小学生20人以内で構成されたチーム
所 大沢総合グラウンド
料 ¥7,000円(大会参加費)
物 チーム同形・同色のユニホーム、ヘルメット、捕手用具(ファウルカップ着用)
申 問 2月26日(日)までに同連盟 ☎ 090-3047-0378へ
※会議を2月26日午後7時から生涯学習センターで開催します。

三鷹市ソフトボール連盟

①チーム登録、②審判講習会、③春季大会

日 ①②3月19日(日)午前9時～午後1時、③4月9日～6月4日の日曜日午前9時～午後5時(予備日6月25日(日))
人 在勤を含む16歳以上の市民(学連登録者を除く)、20人以内のチーム
所 大沢総合グラウンド
料 ②第3種以上は更新料、③登録料=1チーム10,000円、参加費=男子・壮年10,000円、女子5,000円、三鷹市体育協会加盟分担金1人100円
物 運動靴(ゴムスパイクなど)、ユニホーム
申 問 3月10日(金)までに同連盟 ☎ 080-3407-7105へ

運動嫌い大歓迎

「スカイリミットのコーチ達と遊ぼう!!運動あそび体験会」

日 (一社)スカイリミットスポーツ三鷹
日 3月26日(日)午前10時～11時、午後1時～2時
人 市内の年長～小学3年生のお子さん20人
所 SUBARU総合スポーツセンター
申 同法人ホームページ(右記QRコード)へ(先着制)
問 同法人 ☎ 080-9042-0505

ブランドシニア長期水泳講習会

日 三鷹市水泳連盟
日 4月5日～令和6年3月27日の毎週水曜日①午前9時～11時、②11時～午後1時(全45回)
人 在勤を含む50歳以上の市民、各回40人

所 SUBARU総合スポーツセンター
料 ¥月額4,000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)
申 2月25日(土)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)を「〒181-8799 三鷹郵便局留 三鷹市水泳連盟」へ(申込多数の場合は抽選)
問 同連盟 ☎ 090-8514-7849・☒ wabisabi-chakai@triton.ocn.ne.jp

三鷹市春季ソフトテニス大会

◆種目 一般男子・女子、成年男子・女子(35・45歳以上)、シニア男子・女子(50・55歳以上)、シニア男女(60・70歳以上で混合可)
日 三鷹市ソフトテニス連盟
日 4月9日(日)午前8時30分～午後5時(小雨決行、予備日4月16日(日))
人 在学・在勤を含む市民および同連盟登録者(学連登録者を除く)100人
所 大沢総合グラウンドテニスコート
料 ¥1人600円
物 ラケット、テニスシューズ、帽子
申 3月17日(金)午後5時までにペアをそろえて同連盟 ☒ info@mtksta.comへ。同連盟登録者は各連盟理事へ(先着制)
問 同連盟 ☎ 090-2191-4530



レーザーカッター無料デモ見学会

日 3月4日(土)午前11時～正午
人 4人
所 三鷹産業プラザ
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

防災講演会

「基礎から学ぼう!みたかの防災」

日 駅前地区自主防災連合会、三鷹駅周辺住民協議会
日 3月10日(金)午後7時～8時
人 40人
所 三鷹駅前コミュニティセンター
講 市防災課職員
申 問 3月8日(水)午後9時までに直接または電話で同センター ☎ 71-0025へ(先着制)

上級救命講習

日 井の頭地区住民協議会
日 3月12日(日)午前9時～午後5時
人 在学・在勤を含む市民15人
所 井の頭コミュニティセンター
講 東京救急協会の皆さん
物 昼食
申 問 2月19日(日)から同センター ☎ 44-7321・HP https://inokashiracc.jpへ(先着制)

初心者向けZoom講習会

(スマホ・タブレット向け)

日 3月15日(水)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 スマートフォンまたはタブレット、マイク付きイヤホン
申 3月10日(金)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

栄養料理教室「バランス献立で、

血糖値を上げにくい食べ方」

日 3月16日(木)午前10時30分から
人 在学・在勤を含む市民16人
所 新川中原コミュニティセンター
料 ¥350円
物 エプロン、三角巾、ハンドタオル
申 参加費を同センターへ(先着制)
問 健康推進課 ☎ 24-8266

三鷹ネットワーク大学

「民学産公」協働研究事業 成果報告会

問 同大学 ☎ 0422-40-0313

正会員・賛助会員の大学・企業など9団体による実証実験の報告会です。

日 3月10日(金)午後1時30分～5時 人 20人 申 当日会場へ(先着制)



三鷹ネットワーク大学

講座案内

〒181-0013 下連雀3-24-3三鷹駅前協同ビル3階 ☎ 0422-40-0313・☒ 0422-40-0314・

☒ 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

申 特に記載のないものは2月21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) 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は同大学ホームページ(右記QRコード)でご確認ください。



動物の命と健康を守るには一女性研究者が語る動物福祉の現在 第3回「多くの命を救うためにできること—シェルター・メディシン 動物福祉と公衆衛生を考える」【オンライン同時開催】

日 3月5日(日)午後2時～3時30分
※1月15日から変更しています。
人 所 ①同大学=25人、②オンライン=40人
講 日本獣医生命科学大学准教授の田中亜紀さん 料 ¥500円
申 ②三鷹ネットワーク大学ホームページへ(先着制)

人生100年時代を考える「日米欧金融市場の逆回転を見据えた投資戦略 を考える」【オンライン講座】

日 3月15日(水)午後3時～4時30分 人 30人
講 グローバルマーケット・アドバイザーの小池正一郎さん
申 同大学ホームページへ(先着制)

サイエンスカフェみたか3月「イチから知りたい記憶の仕組み」 【オンライン講座】

日 3月23日(木)午後7時～8時30分 人 20人

講 オーフス大学(デンマーク)准教授の竹内倫徳さん
料 ¥500円 申 三鷹ネットワーク大学ホームページへ(先着制)

インタラクティブ・フォーカシング3月 —共感力を高めるカウンセリング技法

日 3月24日(金)午前10時～正午 人 12人 講 和洋女子大学教授でピアカウンセリング研究会主宰の酒井久実代さん

大人ののための音読講座

「三鷹ゆかりの作家・作品たち—小山清『犬の生活』(その1)」

日 3月26日(日)午前10時～正午 人 12人 講 朗読家の原きよさん
料 ¥市民1,600円、一般2,000円ほか

三鷹「通」養成講座「日本無線㈱史料展示室見学会—100年の歴史がつ まっている展示室をのぞいてみよう」

日 3月30日(木)午後2時30分～4時 人 10人
所 同社三鷹事務所(牟礼6-21-11) 講 同社総務部の皆さん
申 3月9日(水)午後5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(申込多数の場合は市民を優先して抽選)