



毎月第1・第3日曜日発行  
広報みたかはシルバー人材センターの会員がお届けしています。

発行:三鷹市/編集:広報メディア課  
〒181-8555 三鷹市野崎1-1-1  
法人番号:8000020132047

市役所電話(代表)

☎0422-45-1151

ホームページ

<https://www.city.mitaka.lg.jp/>

公式Twitter

[https://twitter.com/mitaka\\_tokyo](https://twitter.com/mitaka_tokyo)



今号の紙面から

新型コロナワクチン接種 最新情報 .... 2面  
4月から電子納税がさらに便利に ..... 3面  
引越手続きは便利なオンラインで! ..... 3面  
市からのお知らせ ..... 7面から  
三鷹図書館(本館) 春のオープンガーデン ..... 8面  
市内の桜スポットをご紹介 ..... 8面

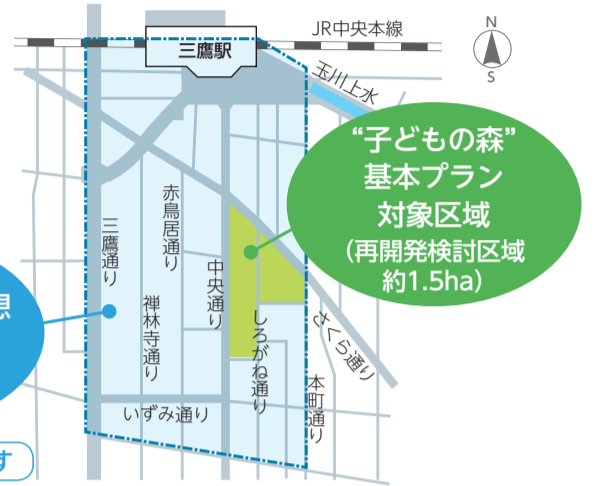
## 三鷹駅前のまちづくりについて 2つの方針をまとめました

市の玄関口である三鷹駅前地区のまちづくりに関する方向性を示す2つの方針『三鷹駅前地区まちづくり基本構想』『“子どもの森”基本プラン』を2月に策定しました。今後はこれらを基に、皆様のご意見を聴きながら、三鷹の魅力と個性を生かしたまちづくりを進めていきます。

☎再開発課 ☎0422-29-9039

三鷹駅前地区  
まちづくり基本構想  
対象区域  
(三鷹駅前地区  
約17ha)

→2面で紹介しています



検討している屋根付き広場のイメージ(『“子どもの森”基本プラン』より)

### 『“子どもの森”基本プラン』

同プランは、三鷹駅前地区(約17ha)を対象とした同構想の中で重点事業に位置付けている「三鷹駅南口中央通り東地区再開発事業(約1.5ha)」について、市の方針(対象区域、施設機能・配置など)をまとめたものです。三鷹らしい緑とにぎわいがあふれる“子どもの森”を整備します。

Q “子どもの森”という名称の森をつくるのですか?

A “子どもの森”とは、単なる森や特定の施設ではなく、「子どもから始まり、世代を超えてすべての市民が憩える、緑豊かでにぎわいのある空間」を表しています。

市では、今後のまちづくりのコンセプトとして、市内の緑をつなげて市全体を大きな「緑のまち」にし、にぎわいのある豊かなまちをつくるという“百年の森”構想を掲げており、その第一歩として、三鷹駅前に市内外からたくさんの人が集まる空間をつくりたいと考えています。

Q どんな駅前になるのですか?

A 「緑と水の公園都市」を目指す市の玄関口として、たくさんの緑を感じられ、人々が集い、憩える空間を目指しています。また、商店会や既存の店舗と連携し、市民の皆さんが快適に買い物ができる空間についても検討します。

具体的な施設計画などは今後検討していきますが、例えば、災害時にも活用できる大きな屋根のある広場(上記画像)や森の中のイベントホール、文化の発信施設、子どもの関連施設など、さまざまな人が利用できる施設の設置によりにぎわいを創出します。また、コミュニティバスの発着場や駐輪・駐車場の整備により交通課題の改善にも取り組めます。



現在の三鷹駅前

Q 再開発と聞くと超高層ビルなどをイメージしてしまうのですが……。

A 都心の再開発のような著しく高い建物はふさわしくないと考えており、現在の三鷹駅周辺の景観に配慮した建物の高さとすることを検討しています。

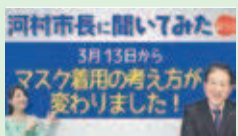
また、地区の中で自然と触れ合いながら憩いの時間を過ごすことができるよう、玉川上水などの周辺の緑と調和し、四季を感じることができる空間を計画しています。

Q 再開発に向けた整備はどのように進めるのですか?

A 地区全体を一斉に整備すると、工事のために周りがすべて塙で囲まれ、周辺の地域を分断してしまいます。また、地区内の店舗や駐輪・駐車場などが利用できず、市民の皆さんにご不便をお掛けすることにもなります。

こうした影響を抑えるため、地区を複数の街区に分け、段階的に整備を進めることを検討しています。一度に進める工事の規模を小さくすることで、工事車両による交通への影響も抑制されます。

YouTubeで  
配信中  
「河村市長に  
聞いてみた!」



「天災は忘れた頃にやってくる」という言葉がありますが、いざ災害が起きたときに少しでも被害を抑えられるよう、三鷹市は「防災・減災のまちづくり」を中心課題に据えて取り組みを進めます。皆さんもぜひ、共助の輪にご参加ください。

三鷹市に在住し、徹底した史実調査に基づく歴史小説を数多く世に送り出した故・吉村昭さんの『三陸海岸大津波』という作品には、明治から昭和にかけて、三陸海岸を襲った大津波の姿が克明に記録されています。描かれているのは、2011(平成23)年の東日本大震災にそっくりの悲惨な状況です。なぜこの作品がもつと多くの人に読まれていかなかったのか、思わず悔やんでしまう内容でした。

三鷹市に在住し、徹底した史実調査に基づく歴史小説を数多く世に送り出した故・吉村昭さんの『三陸海岸大津波』という作品には、明治から昭和にかけて、三陸海岸を襲った大津波の姿が克明に記録されています。描かれているのは、2011(平成23)年の東日本大震災にそっくりの悲惨な状況です。なぜこの作品がもつと多くの人に読まれていかなかったのか、思わず悔やんでしまう内容でした。

「天災は忘れた頃にやってくる」という言葉がありますが、いざ災害が起きたときに少しでも被害を抑えられるよう、三鷹市は「防災・減災のまちづくり」を中心課題に据えて取り組みを進めます。皆さんもぜひ、共助の輪にご参加ください。



三鷹市長  
河村 孝

「Mitakaみんなの防災」  
がNPO法人になりました

市長コラム

「緑と水の公園都市」の  
玄関口として

## 『三鷹駅前地区まちづくり基本構想』

問 再開発課 ☎0422-29-9039



同構想は、三鷹駅前地区のまちづくりに関する今後の基本的な方向を示すものです。これまでの「三鷹駅前地区再開発基本計画」の考え方を継承しつつ、にぎわいや緑化空間の創出、大規模な自然災害や新型コロナウイルス感染症などの対策を含めた防災・減災への取り組みなど、新たな視点を加えて策定しました。



### パブリックコメントへの ご協力ありがとうございました

募集期間 令和4年10月3～24日

件数 91件(19人)

主なご意見(●)と市の考え方(→)

- 中央通りの東側と西側が分断されないよう、既存商店会の事業や背景を理解したうえで、バランスを考えて再開発を進めてほしい。  
→再開発における中央通り側の整備に当たっては、「中央通り西側との一体感や人の流れなどを配慮しながら検討していく」旨を追記しました。
  - “百年の森”構想の実現は良いと思うが、落ち葉の清掃対応など、ランニングコストへの対応をしっかりと考えてほしい。  
→緑化に対する仕組みや支援策を検討していく中で、「維持管理面に配慮しながら検討していく」旨を追記しました。
  - 各事業の横断的な取り組みとして、障がいの有無にかかわらず、誰もが快適に移動でき、安心して滞在できるという観点を加えてほしい。  
→まちづくりの全体的な方向性として、「誰もが快適に移動でき、安心して滞在できる」旨を追記しました。
- ※すべてのご意見と市の考え方は、市ホームページでご覧いただけます。



『三鷹駅前地区まちづくり基本構想』『子どもの森基本プラン』の全文は、同課(市役所3階)、相談・情報課(市役所2階)、市政窓口、市民協働センター、コミュニティセンター、図書館、市ホームページ(右記QRコード)で閲覧できます。

三鷹駅前地区  
まちづくり基本構想



“子どもの森”  
基本プラン



## 新型コロナワクチン接種 最新情報

問 三鷹市新型コロナワクチン接種コールセンター ☎0570-026-567

### 12歳以上

国の方針により、重症化リスクが高い方などを除く65歳未満の方の3～5回目接種は、5月7日(日)まで一旦終了となります(9月に再開予定)。

#### 集団接種 3～5回目接種

日 3月24日(金)・25日(土)午前9時～午後4時30分  
※4月以降の日程は、決まり次第お知らせします。

所 元気創造プラザ1階 軽体操室

◆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)



#### 個別接種 1～5回目接種

所 申 市内の医療機関(市ホームページ(右記QRコード)参照)へ



### 乳幼児(6カ月～4歳)・小児(5～11歳)

小児の3回目接種用のワクチンがオミクロン株対応型に切り替わりました。

#### 個別接種

所 申 市内の医療機関(市ホームページ(右記QRコード)参照)へ



### 三鷹市に転入した方へ

転入前に新型コロナワクチンの接種を受け、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をご確認ください。

(国内)



(海外)



### 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、医療費などの給付を受けることができます。詳しくは、市ホームページをご確認ください。



### 4月以降の接種について

国の方針が取りまとめられました。内容は市ホームページをご確認ください。接種券の発送時期や接種会場などは決定次第、『広報みたか』や市ホームページでお知らせします。



## マチコエ

## Machikoe(マチコエ)連載 Vol.5

問 参加と協働推進室 ☎0422-70-4033

今回は、7月の政策提案に向けて開催した第3回全体会(中間報告会)について紹介します。

### 3月4日に第3回全体会(中間報告会)を開催しました

当日は会場、オンライン合わせて116人が参加し、オンラインにはマチコエメンバー以外の市民の皆さんにもご参加いただきました。

会場では7部会、23グループのメンバーから市への提案内容を報告し、河村市長へ政策提案(1次提案)を提出しました(写真)。

政策提案を受け取った河村市長は「かなり鋭く、とがった提案もあり、ワクワクして聞いていました。最終報告も楽しみにしています」と話しました。



### グループのアイデアの一部を紹介します

#### 商工業グループ

##### 「東八道路のポテンシャルを最大限に活用」

→市の中心に位置し、市内外のハブにもなる東八道路のポテンシャルを生かしたまちづくり。例えば、電気自動車の充電施設を設置し、充電中はレンタサイクルやレンタルスクーターを利用して市内を周遊できるようにする。

#### 児童・子育て支援グループ

##### 「各小学校区に1カ所の子育て地域ステーションの設置」

→乳児～小学生ぐらいの子どもとその親が、徒歩などで気軽に立ち寄れる居場所となる地域ステーションを設置する。地区公会堂や古民家などを活用しつつ、地域や生活の情報が入手でき、相談もできる場所にしていこう。

第3回全体会の報告資料や1次提案の内容など、詳しくはマチコエ公式ホームページでご覧いただけます。また、各部会・グループの報告の様子をYouTubeで配信しています。



ホームページ



YouTube

# 4月から電子納税がさらに便利に

☎納税課☎0422-29-9211

4月1日以降に発行される納付書に印刷されたQRコードをスマートフォンなどで読み取ると、クレジットカードなどで対象税目の納付ができるようになります。手続きは「地方税お支払サイト」で行うことができます。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。  
※市の納付窓口やコンビニエンスストアなどでの納付、ペイジー、口座振替による納付はこれまで通り可能です。

### 対象税目

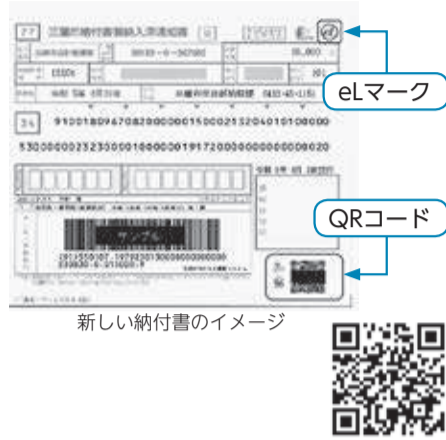
市・都民税(普通徴収)、固定資産税・都市計画税(償却資産分を含む)、軽自動車税(種別割)、国民健康保険税

### 利用できる納付書

4月1日以降に発行された、QRコードとeLマークが印刷された納付書

### 利用できる納付方法

クレジットカード、インターネットバンキング、ダイレクト納付、スマートフォン決済アプリ、金融機関窓口  
※クレジットカードは別途手数料が掛かります。



新しい納付書のイメージ

### 注意事項

サービスの開始に伴い、3月末までに発行された納付書に印刷されたバーコードの読み取りによる上記対象税目のスマートフォン決済は、3月31日(金)で終了します。なお、コンビニエンスストアなどでは、引き続き利用できます。

# 引っ越し手続きは便利なオンラインで!



☎市民課☎0422-29-9191

マイナポータルを通じてオンラインで転出届を提出すると、市役所や市政窓口での手続きが原則不要になります。窓口が混み合う今、ぜひご利用ください。

人電子証明書が有効なマイナンバーカードをお持ちで、国内で引っ越しをする方

手続きはこちらから

マイナポータル



### ◆注意事項

- マイナンバーカードの電子証明書が無効になっている場合や、ご自身で設定した暗証番号が不明な場合は、窓口での再設定の手続きが必要です。
- 転入届などの手続きは、転入先市区町村の窓口で行ってください。

# 山本有三記念館の催し

## 春の朗読コンサート

☎同記念館☎0422-42-6233

風薫る爽やかな5月。鮮やかな木々の緑に囲まれた洋館で、有三作品の朗読とバイオリンのハーモニーをお楽しみください。

☎5月12日(金)・13日(土)午後6時~7時30分

人各日35人

¥300円(入館料)

申4月21日(金)(消印有効)までに往復はがきで必要事項(7面参照)・希望日・参加者氏名(2人まで)・何を見て応募したかを「〒181-0013下連雀2-12-27山本有三記念館」へ(1人1通。申込多数の場合は抽選)



野田香苗 (朗読)

中村千鶴 (バイオリン)

## おはなし会

語り手は、おはなしグループ「おはなしあずきの会」の皆さんです。

☎5月13日午後2時~2時30分

人小学1年生以下のお子さん5人程度(未就学児は保護者同伴)

¥保護者は300円(入館料)

申当日会場へ(先着制)



おはなし会の様子

# 「三鷹市おくやみ窓口」は事前予約制です

☎市民課☎0422-24-6487

同窓口では、死亡に関する市役所での必要な手続きを職員が事前に調べて書類の準備などを行うことで、当日はお待たせせず、一つの窓口で手続きが完了します。予約がないと、当日中の手続きはできませんのでご注意ください。

※事前準備には2週間程度必要です。

人死亡時点で三鷹市に住民登録があった方のご遺族  
所市役所1階

### 利用時間(予約制)

平日①午前9時~10時30分、②10時30分~正午、③午後1時~2時30分、④2時30分~4時

### 予約方法

- 直接または電話で同課へ
- 申し込みフォーム(右記QRコード)へ



## GRAND CYCLE TOKYO プロジェクト

# 自転車ロードレース

12月3日(日)開催決定

☎同プロジェクト実行委員会事務局(都庁内)☎03-5320-7567

三鷹をはじめ、多摩地域を走るレースが開催されます。

### 種目

①エリート男子72.6km・女子49.8km

②パラサイクリング男子24.4km・女子18.3km

☎12月3日

所①富士森公園(八王子市)~武蔵野の森公園前スタジアム通り(調布市)

②武蔵野の森公園前スタジアム通り(周回型コース)

※詳しくは同プロジェクトホームページ(右記QRコード)をご覧ください。当日の交通規制などは詳細が決まり次第、市ホームページや「広報みたか」でお知らせします。

※12月2日(土)・3日に都民参加型レースやサイクルイベントなども開催予定です。



ロードレースイメージ



## 第156回太宰治作品朗読会

# 『走れメロス』

☎太宰治文学サロン☎0422-26-9150

朗読はフリーアナウンサーの森田都さん(写真)。

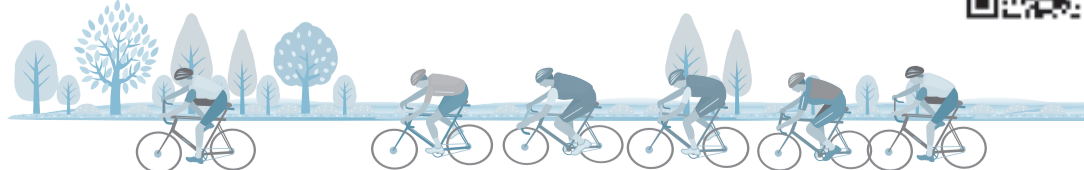
☎4月21日(金)午後6時~6時50分

人20人

申4月10日(月)(必着)までに往復はがきで必要事項(7面参照)・参加者氏名(2人まで)を「〒181-0013下連雀3-16-14グランジャルダン三鷹1階太宰治文学サロン」へ(1人1通。申込多数の場合は抽選)



撮影:鈴木謙一





剣道の講習会・教室

主三鷹市剣道連盟、①③④東京都、(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会、⑤西東京剣道連盟

日①シニア指導講習会=4月5・19日の水曜日午前9時20分~11時30分、14・28日の金曜日午前10時~11時30分、②一般講習会=4月16日(日)午前9時30分~11時30分、23日(日)午後0時30分~2時30分、③ジュニア教室=4月16日午後1時~2時30分、④指導者講習会=4月16日、5月21日の日曜日午後6時~8時30分、⑤女子審判講習会=4月23日午前9時~正午

人①在勤を含む60歳以上の市民で有段者各日50人、②在学・在勤を含む高校生以上の市民各日50人、③市内の小・中学生50人、④在学・在勤を含む有段者の市民各日20人、⑤在学・在勤を含む四段以上の女性市民20人

所SUBARU総合スポーツセンター
¥⑤1,600円
物剣道用具、フェースシールド
申問必要事項(7面参照)を三鷹市剣道連盟☎090-3803-3638・✉rsj02547@nifty.comへ(先着制。⑤は4月10日(月)まで)

フットサル ONE DAY マッチ

主三鷹市サッカー協会
日4月15日(土)正午~午後3時

人在学・在勤を含む15歳以上の市民で構成されたチームまたは個人、4チーム(1チーム5人以上、中学生は不可)

所SUBARU総合スポーツセンター
¥チーム2,000円、個人500円
物室内履き(靴底がアメ色、白色、無色)、レガース
申問同協会ホームページHP https://mitakafa.jp/へ(先着制)

小学生向けバドミントン講習会

主三鷹市バドミントン協会
日4月16日(日)午後3時~6時

人市内の小学生24人
所SUBARU総合スポーツセンター
¥500円
物ラケット、室内履き

申問3月19日(日)~4月10日(月)に必要事項(7面参照)・バドミントン経験・保護者氏名を同協会✉mitakabad@mtkbad.sakura.ne.jpへ(先着制)

少年軟式野球連盟夏季大会

日4月30日~6月11日の日曜日午前9時~午後5時(雨天中止)

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
¥7,000円(大会参加費)
物野球道具一式
申問4月23日(日)までに同連盟☎090-3047-0378へ
※4月23日午後7時から生涯学習センターで監督会議を開催します。

夏季ソフトテニス団体戦大会

主三鷹市ソフトテニス連盟
日5月14日(日)午前8時30分~午後5時(小雨決行)

人在学・在勤を含む市民および同連盟登録者20チーム120人程度(学連登録者を除く)

所大沢総合グラウンドテニスコート
¥1チーム3,600円
物ラケット、テニスシューズ、帽子
申4月13日(木)午後3時まで1チーム3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



杏林大学(井の頭キャンパス)の市民聴講生

授業の一部を聴講科目として受講できます。

¥1科目11,000円(学生を除く18歳以上の市民は1科目に限り1,500円を助成)
申3月24日(金)までに申込書と受講料、住所が確認できる書類を三鷹ネットワーク大学へ(日曜日は午後5時まで。月曜日、祝日を除く)

問杏林大学☎47-8000・HP https://www.kyorin-u.ac.jp/、市生涯学習課☎29-9862(助成について)

東京都子育て支援員研修(第1期)

保育や子育てに必要な知識や技能を学びます。申し込み方法など、詳しくは募集要項(3月30日(木)から市子ども育成課(市役所4階45番窓口)で配布)または(公財)東京都福祉保健財団ホームページHP https://www.fukushizaidan.jp/をご覧ください。

問同財団☎03-3344-8533

パソコン教室

主所三鷹市シルバー人材センター

日①初めてのパソコン=4月の月・金曜日午後1時~3時または水曜日午前10時~正午、②ワード・エクセル・パワーポイントのいずれか=4月の月・金曜日午後1時~3時または金曜日午後3時30分~5時30分、③基礎教室=4~6月の月・水・金曜日午前10時~正午または月・金曜日午後1時~3時(希望の曜日・時間帯を選択。①②全4回、③月4回。4月3日(月)から開講)

¥①②8,000円、③15,000円
申3月24日(金)までに往復はがきで必要事項(7面参照)・希望講座を「〒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

三鷹市手話講習会

日5月23日~令和6年2月20日の火曜日、昼の部=午後1時30分~3時30分、夜の部=午後7時~9時(いずれも全32回)

人在学・在勤を含む高校生以上の市民(健聴者)で、①初級(初めて手話を学びたい方)、②中級(専門語の手話を覚えたい方)、③上級(中級以上の手話技術がある方)、④通訳(4月15日(土)に実施する選考試験の合格者)、①~③12人程度、④10人程度
※③④は市登録手話通訳者をを目指す方。
※選考試験の概要は市ホームページをご覧ください。

所福祉センター
¥3,000円(別途教材費3,000円程度)
申4月5日(水)(消印有効)までに必要事項(7面参照)・希望コースと時間帯・手話学習経験、過去の同講習会受講者は修了コース名・修了年度、在学(在勤)の方は学校(勤務先)名・所在地・電話番号を「〒181-8555障がい者支援課」へ(申込多数の場合は抽選)
問同課☎29-9232



三鷹市シルバー人材センター入会説明会

日4月5日(水)・18日(火)午前10時~正午
人健康で働く意欲のあるおおむね60歳以上の市民
所同センター
申問同センター☎48-6721・HP https://www.mitaka-sc.or.jp/へ



就職活動支援セミナー

日3月24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山口禎さん
物雇用保険受給者は受給資格者証
申問必要事項(7面参照)をわくわくサポート三鷹☎45-8645・FAX45-8646・✉wakuwaku@mitaka.ne.jpへ(先着制)

総合保健センター相談員(月額職員)

◆職種 保健師(若干名)
申4月7日(金)(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

市立保育園 月額職員

◆職種 ①保育補助員、②給食調理員
◆任用期間 5月1日~令和6年3月31日
※勤務時間、報酬(月額)など、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。

◆試験 4月11日(火)
申3月31日(金)午後5時までに勤務希望園へ電話連絡のうえ、履歴書(写真貼付)・①は資格証または資格取得見込証明書を各園へ
※勤務希望園が複数の場合は履歴書に記載し、第1希望の園に申し込む。

問同課☎29-9674

(社)三鷹市社会福祉協議会 職員

◆職種 学童保育員(①正職員、②嘱託職員)、③地域福祉権利擁護事業専門員(嘱託職員)、いずれも若干名

◆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教育職員免許、保育士または放課後支援員認定資格を有する方、③社会福祉士、介護支援専門員、精神保健福祉士のいずれかの資格を有する方

◆報酬(月額) ①177,790円~、②217,033円、③263,750円、交通費支給(上限55,000円)

※賞与あり。社会保険の適用あり。
◆採用予定日 7月1日

チケットインフォメーション



問同財団☎0422-47-5122
HP https://mitaka-sportsandculture.or.jp/

春風亭一之輔 独演会

保育
三鷹市公会堂 光のホール
5月21日(日) 午後2時開演
チケット発売日(全席指定)
会員=3月26日(日)
一般=3月30日(木)
会員=3,150円 一般=3,500円
高校生以下=1,000円
ますますさえ渡る一之輔師匠の高座を、たっぷりご堪能ください。



春風亭一之輔 (撮影:キッチンミノル)

CINEMA SPECIAL 名画世界紀行

サウジアラビアへの旅
『アラビアのロレンス(完全版)』(1962年/イギリス/227分/カラー/DVD) 保育
芸術文化センター 星のホール
完全入替制
5月27日(土) 午前の部11時/午後の部4時上映開始
※途中10分間の休憩あり。
チケット発売日(全席指定) 会員=3月23日(木) 一般=3月24日(金)
各回 会員=450円 一般=500円 学生=400円
アカデミー賞7部門受賞。スクリーンに広がる光景に息をのむ圧巻の一大叙事詩。



©1962,1989 COLUMBIA PICTURES INDUSTRIES, INC. ALL RIGHTS RESERVED.

柳家さん喬 独演会 保育

芸術文化センター 星のホール
6月24日(土) 午後2時/6時開演
チケット発売日(全席指定)
会員=3月26日(日)
一般=3月30日(木)
各回 会員=2,700円 一般=3,000円
高校生以下=1,000円
柳家さん喬師匠の円熟の至芸を、じっくりとお楽しみください。



柳家さん喬 (撮影:横井洋司)

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)。

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・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。
発売初日は電話とインターネットで受け付けし、窓口販売は翌日からです。

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。

すくすくひろばの催し

◆お父さんのためのワクワク子育て
3月26日(日)午前10時30分～11時30分
市内在住の初めて受講する1歳6カ月前後のお子さんと父親7組
直接または電話で同ひろば ☎45-7710へ(先着制)

◆年齢別あそびまじょ(4月)
①ひよこぐみ=11日(火)、②うさぎぐみ「親子であそぼう(ふれあいあそび)」=14日(金)、いずれも午前10時15分～11時15分
市内在住の①初めて受講する令和4年4月2日～7月生まれのお子さんと保護者8組、②3年4月2日～9月生まれのお子さんと保護者8組
①3月28日(火)、②31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)
同ひろば ☎45-7710

子ども向けRubyプログラミング教室「るびつく」
4月1日以降の①ビジュアルマスターコース=隔週金曜日午後5時～6時40分、②マイクラプログラミングコース=隔週日曜日午前9時30分～10時50分、③コーディングコース=隔週日曜日午前11時20分～午後1時、④Rubyくらぶ=隔週日曜日午後2時～4時30分
①②小学4～6年生の初心者、③中高生の初心者、④中高生の経験者、各10人
所 三鷹産業プラザ
¥①～③7,700円、④3,300円(教材費を含む)
(株)まちづくり三鷹ホームページ(右記QRコード)へ(先着制)
同社 ☎40-9669

2-29-13)
¥500円
物 スマートフォン
所 三鷹西部地域包括支援センター ☎34-6536へ

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。
4月10日(月)・13日(木)午前9時30分～11時30分(全2回)
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
3月20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)



障がい児水泳教室
6月～令和6年3月の日曜日午前9時～11時(年10回程度)
市内在住の障がいのある小学生～19歳の方と、水着を着用しプールに入ることができる保護者60組
所 SUBARU総合スポーツセンター
3月19日(日)～4月5日(水)(必着)に必要事項(7面参照)・生年月日・保護者氏名を「〒181-8555障がい者支援課」へ(申込多数の場合は抽選。定員に満たない場合は20歳以上の方も申込可)
※5月7日(日)に保護者説明会を開催。
※詳しくは市ホームページ(右記QRコード)をご覧ください。
同課 ☎29-9232



リフト付きタクシーのご案内
一般の交通手段の利用が困難な高齢者や障がいのある方が、車いすや寝台(ストレッチャー)のまま乗降できるタクシーです(迎車、初乗り料金を免除)。通院・入退院、外出などにご利用ください。乗降時の介助も行います。
◆利用時間 午前8時～午後8時
◆利用回数 1人3回(同一日の利用は1回と数えます)
利用日の1カ月前～前日につくば観光交通(株) ☎042-360-8989へ
※4月1日(土)から2カ月前に申請可能。
高年齢者支援課 ☎29-9271

シニア向けスマホ個別相談会
4月1日(土)午後2時～3時(1人30分)
所 高齢者センター けやき苑(深大寺



みたか星風マート(障がい者自主製品展示即売会)
障がいのある方が作った焼き菓子や雑貨を販売します。
市、星と風のカフェ
3月23日(木)午前10時30分～午後2時(雨天中止)
所 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
同施設 ☎44-2255(月～土曜日午前11時30分～午後6時)
男性介護者交流会「俺たちの本音トークー自分の介護についてみんなと話そう」
4月6日(木)午後1時～3時
市内の男性介護者、男性介護経験者

所 おむすびハウス(下連雀1-10-20)
当日会場へ
三鷹市社会福祉協議会 ☎79-3505
新緑謡曲・仕舞大会(解説付き)
三鷹市能楽会
4月8日(土)正午～午後4時
生涯学習センター
当日会場へ
同会 ☎090-4839-4106

介護者ひろば
4月13日(木)午後1時30分～3時30分
介護者、介護経験者
元気ひろばおれんじ(中原3-1-65)
当日会場へ
三鷹市社会福祉協議会 ☎79-3505

介護者日帰りリフレッシュ旅行「三崎漁港でお買物&三崎のまぐろ料理を満喫!」
5月23日(火)午前9時30分市役所発～午後4時30分市役所着
在宅などで高齢の家族を介護している市民25人(令和2年3月20日以降に要介護者が亡くなった、または施設に入所した方を含む)
¥3,000円(同世帯2人目からは6,000円)
3月20日(月)～31日(金)午前9時～午後5時に三鷹市社会福祉協議会 ☎79-3505へ(申込多数の場合は初めての方を優先して抽選)



5月の小学校校庭開放(団体貸し切り)予約受け付け
市ホームページでご確認ください
住民協議会に登録されている団体
4月2日(日)～8日(土)に各コミュニティセンターへ
スポーツ推進課 ☎29-9863

東京都パラスポーツトレーニングセンターがオープンします
スポーツ教室や体験会などのイベントも実施します。詳しくは同センターホームページ HP https://tokyo-ptc.jp/ をご覧ください。
3月21日(火・祝)
味の素スタジアム内
同センター ☎042-443-2850

卓球の講習会・大会
三鷹市卓球連盟
①講習会=4月1～29日の土曜日午後3時～6時、②中学生オープン大会=5月3日(水・祝)午前9時～午後6時、③男子オープン大会=5月21日(日)午前9時～午後9時
①在学・在勤を含む小学生以上の市民各日30人、②市内の中学生、③在学・

在勤を含む男性市民150人
SUBARU総合スポーツセンター
¥①1回200円(中学生以下100円)、②500円、③1,000円

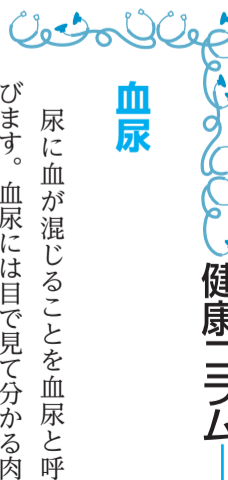
物 室内履き、①ラケット、ボール
①当日会場へ、②3月25日(土)～4月13日(木)、③4月3日(月)～17日(月)に申込書(同連盟ホームページ HP http://mitakatt.jp/ で入手)を「〒181-8799三鷹郵便局留三鷹市卓球連盟」・✉ info@mitakatt.jpへ(いずれも先着制)
同連盟①☎43-3350、②☎080-6580-9765、③☎090-5827-3847(日中のみ)

合気道体験教室
三鷹市合気道連盟
4月1～29日の土曜日午後3時15分～5時45分
在学・在勤を含む市民
SUBARU総合スポーツセンター
当日会場へ
同連盟 ☎43-8542(夜間)・☎090-8045-5748(日中のみ)

少林寺拳法初心者教室
三鷹市少林寺拳法連盟
4月1～22日の土曜日①午後4時～5時、②6時～7時
在園・在学・在勤を含む市民(①小学生以下、②中学生以上)
SUBARU総合スポーツセンター
当日会場へ
同連盟 ✉ mitakachuodoin2@gmail.com・HP https://mitakarenmei.jimdo.free.com/

サンボ体験会・講習会
三鷹市サンボ連盟
4月1～29日の土曜日①初心者体験会(小学生以下)=午後4時～5時、②初心者体験会(小学校高学年以上)=6時～7時、③経験者講習会(小学校高学年以上)=7時～9時
在園・在学・在勤を含む市民(幼児は保護者同伴)
SUBARU総合スポーツセンター
当日会場へ
同連盟 ☎090-8857-5911・✉ mitaka.sambo@gmail.com

三鷹市バレーボール連盟 上期9人制大会
4月2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)
物 ユニホーム(背番号あり)、室内履き
同連盟 3月24日(金)までに同連盟 ☎080-5436-0626へ



血尿

尿に血が混じることを血尿と呼びます。血尿には目で見て分かる肉眼的血尿と、肉眼では分からないけれども顕微鏡で見ると分かる顕微鏡的血尿があります。血尿の原因はともたくさんありますが、泌尿器科で多いのが腎臓や尿管の結石です。また、腎臓の中で尿をためる腎盂(じんう)のがん、尿管のがん、膀胱(ぼうこう)のがんもあります。これらの臓器の表面は同じ尿路上皮でできていますので、できるがんも多くが同じ尿路上皮がんになります。一番多いのが膀胱がんです。痛くもかゆくもない、熱もない、しかし真っ赤な血尿が出るのを無症候性肉眼的血尿と呼びますが、これが膀胱がんの典型的な症状です。病院では尿検査やレントゲン、CT検査をしますが、膀胱がんの場合は細い内視鏡を尿道から膀胱に入れて、直接、膀胱の中を見なければなりません。膀胱がんの場合は、入院して麻酔をかけて、内視鏡でがんをよく見ながら電気メスで切除します。この手術で治ってしまう人も多いですが、膀胱がんは再発しやすいので手術後も外来でしっかり見ていきます。中には内視鏡の手術では治らず、膀胱全摘手術で膀胱を取らなければならない人もいます。膀胱を取ると尿の通り道を作らなければならないので8時間もかかる大きな手術となります。早期発見・治療が最も大切です。尿の色がおかしいと思ったら一度早めに病院へ行きましょう。

三鷹市医師会
04222472155

# 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)

## Poki 4コマまんが コンテスト



◆ジュニア部門(入選)  
ポテサラさん「ポキ発見☆」



※同コンテストホームページ(右記QRコード)で入賞作品を公開中。



## お知らせ

### 三鷹上連雀郵便局多機能端末機サービス終了のお知らせ

同局(上連雀9-42-24)に設置されている多機能端末機は、3月31日(金)でサービスを終了します。マイナンバーカードや住民基本台帳カードによる証明書の発行は、お近くのコンビニエンスストアの多機能端末機をご利用ください。  
☎市民課 ☎29-9191

### 令和5年度版「食育カレンダー」を差し上げます

市内小学生による「農のある風景画」や「食育標語」を掲載しています。  
☎4月3日(月)以降の平日午前9時～午後4時にJA東京むさし三鷹支店東棟(新川6-35-26)へ(配布部数100部。なくなり次第終了)  
☎同支店 ☎46-2152

### 「避難行動要支援者名簿情報」を更新しました

災害時の避難に支援が必要な方の「避難行動要支援者名簿情報」を更新し、「三鷹市避難行動要支援者名簿情報の提供と支援に関する協定」を締結している関係機関へ4～5月に名簿情報の差し替えをご案内します。名簿情報の提供に関する説明会を希望する町会、自治会、マンション管理組合などにご連絡ください。  
☎地域福祉課 ☎29-9235

### 道路に越境した樹木・私有物の設置は禁止です

樹木、看板、段差解消ブロックなどが道路にはみ出していると、事故や道路排水の支障などの原因となり、所有者の責任が問われる場合があります。私有地からの越境樹木は、土地所有者に所有権があるため、原則、市では剪定(せんでい)・伐採を行いません。道路には越境しないよう適切な管理をお願いします。  
☎道路管理課 ☎29-9705

### 道路で遊ぶのはやめましょう

道路上でのボール遊びやスケートボードなどは、急な飛び出しや転倒の原因となり、車両や歩行者との接触事故の発生リスクが高く危険です。さらに、車両通行の妨げや、遊び声による騒音などの迷惑行為、住民の所有物を損傷させてしまうリスクもあり、近隣トラブルにも発展しかねません。許可されているグラウンド、公園などでマナーを守って楽しみましょう。  
☎道路管理課 ☎29-9705

### J:COMチャンネルで放送中! 「キラリ☆みたか 再発見!」

三鷹市シルバー人材センターのビデオグループ「ススメ!実年探見隊」の皆さんが制作したテレビ番組「キラリ☆みたか 再発見!」が、J:COMチャンネル武蔵野・三鷹(地デジ11チャンネル)で放送されています。三鷹の魅力を再発見できる地域密着型の番組をぜひご覧ください。  
◆放送時間 3月31日(金)までの午後2時～2時15分  
☎広報メディア課 ☎29-9037

### 市内の空間放射線量測定結果

市では、定点観測地点(6カ所)で、地上5cm・1m地点での空間放射線量を測定しています。3月1日に実施した測定では、一般的な目安(毎時0.24マイクロシーベルト)を超える場所はありませんでした。詳しい測定結果は、市ホームページまた

は市公式ツイッターからご覧ください。  
☎環境政策課 ☎29-9612

## 税金

### 地方税共通納税システムをご利用ください

自宅や職場のパソコンで都道府県、市区町村へ電子納税ができる仕組みです。詳しくはeLTAXホームページ <https://www.eltax.lta.go.jp/> をご覧ください。

◆納付できる市税 法人市民税、事業所税、個人住民税(特別徴収分、退職所得分)  
☎eLTAXヘルプデスク ☎0570-081459 (平日午前9時～午後5時)

消費税のインボイス制度説明会  
☎3月23日(木)午前10時～11時、29日(水)午後2時～3時

☎各日30人  
☎武蔵野法人会館(武蔵野市中町2-11-13)

☎事前(武蔵野税務署 ☎53-1311へ(先着制))

土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧  
☎4月3日(月)～5月31日(水)午前8時30分～午後5時

☎市内に所在する土地・家屋の固定資産税の納税者

☎本人確認書類(代理人の場合は納税者の委任状と代理人の本人確認書類)を資産税課(市役所2階28番窓口)へ  
☎同課 ☎29-9197

## 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

☎通帳またはキャッシュカードと届出印、保険証を納税課(市役所2階24番窓口)へ  
※6月の年金引き落とし分から変更したい方は、3月29日(木)までに申請してください。  
☎同課 ☎29-9218

### 国民健康保険税 仮徴収額決定通知書を発送します

世帯主を含むすべての加入者が65～74歳の世帯の国民健康保険税は、原則として年金からの特別徴収となっています。4月以降も引き続き年金からの特別徴収となる世帯へ、3月20日(月)に仮徴収額決定通知書を送ります。  
☎保険課 ☎29-9216

職場の健康保険に加入したときは 国民健康保険の加入者が新たに職場の健康保険に加入した場合は、国民健康保険脱退の手続きをしてください。

職場の保険証(扶養家族がいる場合は全員分)と国民健康保険の保険証、世帯主と脱退する方のマイナンバーを確認できる書類、届出人の本人確認書類  
※郵送で手続きをする場合は、国民健康保険異動届、脱退する方全員分の国民健康保険の保険証と職場の保険証のコピー。  
☎直接または郵送で「〒181-8555保険課(市役所1階9番窓口)、市政窓口へ  
※職場の保険証が未交付の場合は、加入証明書でも手続きできます。  
☎同課 ☎29-9216

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歳以上60歳未満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。  
☎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  
☎同課 ☎29-9190、武蔵野年金事務所 ☎56-1411

☎同課 ☎29-9216

### 子育て・教育

### 4月1日からのマル子・マル青医療証を送付します

◆マル子医療証(義務教育就学児向け)  
☎現在マル乳医療証をお持ちで4月から新小学1年生となる方

◆マル青医療証(高校生年齢相当向け)  
☎4月1日時点で高校生年齢相当の方  
※3月末までに医療証が届かない場合は、子育て支援課へお問い合わせください。  
※交付される医療証の有効期間は9月30日までです。  
☎同課 ☎29-9675

### 公務員の児童手当について

公務員は勤務先から児童手当が支給されます。市内在住の公務員になる方、または退職する方は手続きが必要です。手続きが遅れると、支給された手当の返還や、手当が支給されない場合がありますので、ご注意ください。  
☎子育て支援課 ☎29-9675

### 移動児童館 一小学生の居場所づくり

地域で小学生向けの遊びの広場を開催します。  
☎3月24日(金)午後2時～4時30分  
☎小学生  
☎所 牟礼コミュニティセンター  
☎当日会場へ  
☎東多世代交流センター ☎44-2150

※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616号(3月5日～4月1日)  
 河村市長に聞く「令和5年度施政方針・予算案」  
 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3月1日現在 ( )内は前月との増減  
 住民登録者数:189,761人(107人減△) うち外国人数:3,977人(16人減△)  
 男:92,575人(48人減△)/女:97,186人(59人減△) 世帯数:96,135世帯(114世帯減△)

三鷹図書館(本館)

## 春のオープンガーデン

所 同館 ☎0422-43-9151

桜の開花時期に合わせ、桜が舞い散る中庭にテーブルやイスを設置し、音楽演奏などを行います。

日 3月25日(土)午前10時～午後3時(雨天中止)  
 ※図書館は通常通り、午前9時30分～午後5時に開館します。

申 当日会場へ



## ガーデニングフェスタ2023

緑の風景 写真を大募集

問 NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会 ☎0422-46-2081

今年も市民の皆さんの自宅の庭やお気に入りの緑の風景写真を募集します。写真は作品集に掲載するほか、同フェスタ会場や展示会などでパネル展示します。

- ①わたしの庭部門  
 自宅の庭や通勤・通学されている市内の学校、事業所の花壇などをご紹介します。
  - ②四季を楽しむ庭部門  
 芽吹きや緑林、紅葉など四季が感じられる写真2～4枚をご紹介します。
  - ③私の緑のお気に入りスポット部門  
 身近にある大切にしたい樹木や樹林、憩いの空間など、市民の皆さんの目に触れる後世に残したい緑の風景をご紹介します。
- 主 市、三鷹市市民緑化推進委員会  
 人 在学・在勤を含む市民(③は在活動を含む)  
 申 5月1日(月)～6月30日(金)に同協会へ(各部門1人1点、全部門への応募可)
- ◆注意事項  
 募集要項(同協会、緑と公園課(市役所5階56番窓口)、コミュニティセンター、市ホームページで入手)を必ずご確認ください。



昨年の「四季を楽しむ庭部門」応募写真



昨年の「私の緑のお気に入りスポット部門」応募写真

## 『市民便利帳—三鷹くらしのガイド』 広告主を募集します!

問 広報メディア課 ☎0422-29-9037

市では8月に、制作会社(株)サイネックスと協働で、『市民便利帳—三鷹くらしのガイド』の最新版を発行します。暮らしに役立つ行政情報はもちろん、歴史・文化・自然・観光などの特集やまちづくりの最新トピックを盛り込んだ内容を掲載予定です。

この市民便利帳に、有料広告を掲載して下さる事業者を募集します。市民便利帳は発行後、約1カ月で市内の全世帯(約9万7,000世帯)へ配布するほか、新たに転入する方にも配布し、2年間にわたって利用されるため、多くの方の目に触れ続ける効果的な広告媒体です。ぜひ、この機会にお申し込みください。

申 5月下旬までに(株)サイネックス ☎042-538-1040へ



表紙イメージ

## 三鷹中央防災公園 花壇サポーター養成講座

問 生涯学習センター ☎0422-49-2521

植栽プランニングなどの基礎を学びながら、同公園東広場の市民花壇の企画や管理をします。

日 4月21日～令和6年3月22日の金曜日(月1～2回、全12回)  
 人 在学・在勤を含む16歳以上の市民6人程度  
 講 2級造園施工管理技士の安藤美奈子さん  
 申 4月5日(水)までに往復はがきまたはインターネットで必要事項(7面参照)・この講座を何で知ったかを「〒181-0004新川6-37-1生涯学習センター」・HP <https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/>(元気創造プラザ講座申込システム)へ(申込多数の場合は抽選)  
 ※花壇サポーターの任期は2年間(7年3月まで)です。



## 市内の桜スポットをご紹介します

問 広報メディア課 ☎0422-29-9037

市内では都立井の頭恩賜公園をはじめ、各所で桜を楽しむことができます。春の陽気に誘われて、桜スポットを散策してみませんか。

また、市職員おすすめの桜スポットをYouTube「三鷹市公式動画チャンネル」(右記QRコード)で配信中です。

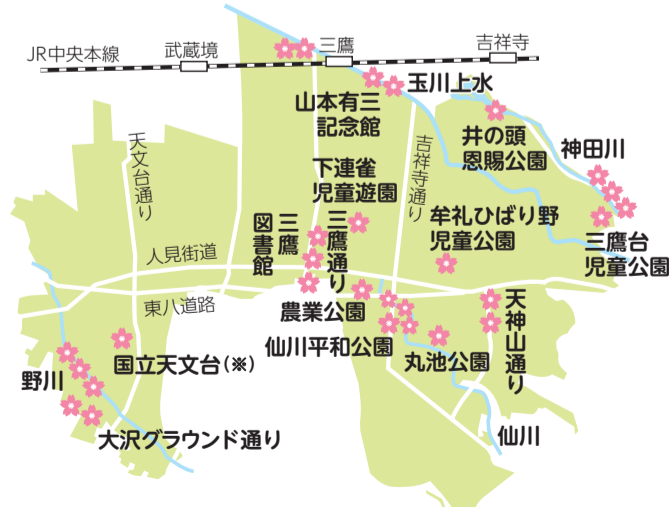


市内の桜開花情報を市ホームページでお知らせしています

問 緑と公園課 ☎0422-29-9789

仙川平和公園、三鷹台児童公園の開花情報を写真とともに紹介していますので、ぜひご覧ください。

桜開花情報



※国立天文台の公開時間は午前10時～午後5時(入場は4時30分まで)。受付で見学の手続きをしてください。



井の頭恩賜公園



仙川平和公園