

©2001  
スタジオジブリ

新型コロナワクチン接種 最新情報 …… 2面  
 带状疱疹ワクチン任意接種  
 一部費用の助成 …… 3面  
 市からのお知らせ …… 7面から  
 第39回太宰治賞が西村亨さんの  
 『自分以外全員他人』に決まりました …… 8面  
 民生・児童委員へお気軽に  
 ご相談ください …… 8面

## 風水害には事前の備えを!

大雨や台風などは、天気予報を確認して風水害の発生に備えることができます。いざというときに慌てることがないように、浸水時の避難経路や、被害を最小限に抑える対策などを確認しておきましょう。

☎防災課 ☎0422-24-9102



**災害のリスクが高まったらまず避難!  
 早めの避難が大切です!**

避難所の一覧はこちら

### ＼ 自宅でできる備えのポイント /

#### 浸水ハザードマップを確認

浸水が予想される区域や避難所、避難経路などの情報を地図上で確認することができます。

自宅や職場付近の情報を確認しておきましょう。

##### チェック!

- 浸水の危険性は?
- 予想される浸水の深さは?
- 避難する場所は?
- 避難する経路は?

浸水ハザードマップは同課(元気創造プラザ5階)や市民課(市役所1階)、市役所1階受付、市政窓口、コミュニティセンターなどで配布しているほか、市ホームページでもご確認いただけます。



#### 家の周りの点検・掃除

雨水ますの取水口や側溝に落ち葉やごみが詰まっていると、道路冠水や浸水の原因になります。

普段から小まめな点検や掃除をすることで、被害を最小限に食い止められます。

##### チェック!

- 雨水ますの取水口や側溝に落ち葉やごみが詰まっているか
- 家の周りに吹き飛ばされそうな物はないか
- 瓦や雨どいは傷んでいないか



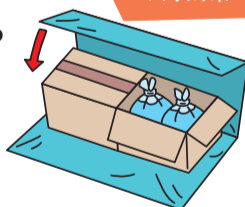
#### 浸水に備えて簡易水のうを用意

家庭にあるごみ袋で作れる「水のう」を玄関や排水口に設置することで、浸水を防止・軽減することができます。作り方はYouTube(右記QRコード)でも紹介しています。

##### 作り方

- ① 45ℓのごみ袋を二重にする
- ② 中に3分の1～半分程度の水を入れる
- ③ 中袋と外袋を縛る

水のうは段ボールに入れてビニールシートで覆うと水防効果が高まります。



地域の防災リーダーに聞く

#### 日ごろの備え、なぜ大事なの?

近年、梅雨前線や秋雨前線の停滞、線状降水帯の発生に伴う大雨により、各地で甚大な被害が出ています。市内には野川や仙川、神田川が流れており、大雨が降り続けると河川の氾濫が懸念されます。日ごろから災害を意識しておくことで、発生時に円滑な対応ができるようになります。



三鷹市消防団員の青野佑一郎さん

NPO法人「Mitakaみんなの防災」では、災害に強いまちづくりに向けて、一緒に活動していただける会員を募集しています。また、防災出前講座も実施中です。詳しくは同法人ホームページをご確認ください。



再選後の初登壇で、市民の皆さんや職員へ抱負を語る様子



YouTubeで配信  
「河村市長に聞いてみた!」

私が市長に就任してまもなく、新型コロナウイルスが猛威を振るい、皆さんも大変な思いをされたと思います。1期目の4年間、コロナ対策として300以上の事業を実施してきましたが、当初の計画は見直しや延期を余儀なくされ、やりたかったことがまだまだたくさん残っています。そうすると、この数値は今後に向けた「期待値」でしょうか。2期目となるこれからの4年間も、市民の皆さんと一丸となってまちづくりを進め、市民満足度のさらなる向上につながる新しい三鷹を創っていききたいと思えます。

ところが、結果は正反対。主要3項目(定住意向、市政の満足度、市役所への信頼度)では、「これからも住み続けたい、当分は住みたい」が93・1%、「三鷹市政に満足、まあ満足」が76・1%、「市役所を信頼できる、まあ信頼できる」が88・4%ということでした。調査はほぼ4年ごとに実施していますが、この数値は歴代最高レベルで、正直驚いてしまいました。

今年3月に、担当者から『第5次三鷹市基本計画』の策定などに向けて実施した市民満足度調査の報告を受けました。その時は、「こんな結果が出ました」とためらいがちに切り出してきたのです。そんな風に報告されたら、誰もがよっぽど悪い数値かなと思いますよね。私もそう思い、どんな報告を聞いても動揺しないぞと覚悟を決めました。



三鷹市長  
河村 孝

市長コラム  
市民満足度調査の結果を受けて

# 新型コロナワクチン接種 最新情報

三鷹市新型コロナワクチン接種コールセンター  
☎0570-026-567

※接種は強制ではありません。

## 令和5年春開始接種(オミクロン株対応ワクチン)のご案内

令和5年春開始接種期間(5月8日～8月31日(木))中の追加接種は、初回接種(1・2回目)を終え、前回の接種から3カ月以上経過している下記①②③の方が対象です(期間中1人1回)。

※初回接種(6カ月～4歳の1～3回目、5歳以上の1・2回目)は、令和6年3月末まで市内医療機関(下記「個別接種」のQRコード参照)で接種できます。

### ① 65歳以上の方

前回の接種を2月28日までに完了している方へ接種券を発送しました。3月1日以降に接種した方には、5月24日(水)以降、順次発送します。なお、4年10月～5年2月に市の集団接種会場で接種した方には、予約負担軽減のため、市が接種日時と会場、使用するワクチンを指定しています(封筒内1枚目の通知右上をご確認ください)。

#### ◆通知に接種日時などの指定がある方

指定の内容で接種ができる方は、直接会場へお越しください(市への連絡不要)。指定内容の変更・キャンセルを希望する方は、ご自身で手続きをお願いします。

#### ◆通知に接種日時などの指定がない方

接種を希望する方は、集団・個別のいずれかの接種予約をお願いします。未使用の接種券をお持ちの方は、引き続き使用できます(新たに接種券は送付しません)。

### ② 12～64歳の基礎疾患などがある方、重症化リスクが高いと医師が認める方、医療機関や高齢者・障がい者施設などの従事者

接種券の送付には申請が必要です。受付順に発送していますので、お手元に届くまで7～10日程度かかる場合があります。

### ③ 5～11歳の基礎疾患などがある方、重症化リスクが高いと医師が認める方、オミクロン株対応ワクチン未接種の方

接種券の送付には申請が必要です。オミクロン株対応ワクチン未接種の方は、お手元の接種券をお使いください。

申 電子申請サービスまたは市コールセンター☎0570-026-567へ  
※基礎疾患の範囲などは市ホームページ(右記QRコード)で確認し、事前にかかりつけ医にご相談ください。診断書などは必要ありません。



①②以外の12歳以上の方 現時点では、9～12月に追加接種を受けられる予定です。詳細は決まり次第、市ホームページや『広報みたか』でお知らせします。

### 集団接種 12歳以上 追加接種

日 5月23日(火)～7月2日(日)の火～日曜日午前8時45分～正午、午後1時45分～6時(土・日曜日は5時まで。6月11日(日)は実施しません)、7月7日(金)・8日(土)午前9時15分～正午、午後1時45分～4時30分

所 元気創造プラザ1階 軽体操室

◆使用するワクチン オミクロン株対応型(ファイザー社[BA.1]、モデルナ社[BA.5])

◆予約・変更・キャンセル ●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)

※6月1日(木)正午～2日(金)午前9時は、予約・日時の変更ができません。

※接種日当日のキャンセルは市の代表番号☎0422-45-1151へご連絡ください。



### 個別接種 6カ月以上 初回接種 追加接種

所 市内の医療機関(市ホームページ(右記QRコード)参照)

◆使用するワクチン

初回接種(6カ月～4歳の1～3回目、5歳以上の1・2回目)は従来型。追加接種はオミクロン株[BA.5]対応型。いずれもファイザー社。

◆予約方法

各医療機関で直接予約



物 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)、12歳未満の方は母子手帳

## 三鷹市創業等 支援補助金

☎生活経済課  
☎0422-29-9615

対象となる事業者に対して、経費の一部を補助して事業の継続を支援します。

◆対象者 令和3年4月から申請日までに市の創業支援を受け、市内で創業後3年以内の事業者のうち、審査で選定された4者程度

◆補助額 補助対象経費の3分の2(上限20万円)

申 6月1日(木)～30日(金)(必着)に必要な書類を直接または簡易書留で「〒181-8555生活経済課(第二庁舎2階)へ(申請は1事業者につき1回限り)

※対象経費や必要書類などの詳細は、必ず事前に市ホームページでご確認ください。



## パフォーマンスキッズ・トーキョー X 生涯学習センター

### 「パズレル！」参加者募集

所 同センター☎0422-49-2521

プロのアーティストと、オリジナルの舞台作品を作ります。9月2日(土)・3日(日)には発表公演を行います。

日 8月17日(木)・18日(金)・21日(月)～23日(水)・26日(土)・27日(日)、9月1日(金)～3日(全10回)

人 小学3年生～高校生12人

講 ダンサーで演出家の長与江里奈さん、ドラマーで太鼓奏者の荒井康太さん

申 6月14日(水)までに「芸術家と子どもたち」ホームページ(右記QRコード)へ(申込多数の場合は初参加者を優先して抽選)



長与江里奈さん



荒井康太さん©Bozzo

## タッタカくん! アプリイベント

### みたかバーチャルウォーキング駅伝大会

☎スポーツ推進課☎0422-29-9863

三鷹市オリジナルスポーツアプリ「タッタカくん! ウォーク&ラン」を活用し、期間内にメンバー全員で合計距離200kmを目指すチャレンジイベントです。詳細は、市ホームページ(右記QRコード)でご確認ください。

●参加者にはオリジナルタオル(写真)をプレゼント

●200kmを達成したメンバー全員に「タッタカくんポイント」(1,000ポイント)などを付与



#### 大会概要

◆開催期間 7月14日(金)まで

◆参加資格 在学・在勤を含む小学生以上の市民4人で構成するチーム

◆部門 一般の部(高校生以上)、シニアの部(50歳以上)、中学生の部、つながる仲間の部(小学生以上)

◆申込方法 開催期間中に「タッタカくん! ウォーク&ラン」アプリから申し込み

※アプリでのアカウント登録のため、1人につき一つのメールアドレスが必要です。

市役所各課のファクス番号は市ホームページ「各課ご案内」から確認いただけます。

6月1日(木)から

# 带状疱疹ワクチン任意接種 一部費用の助成

健康推進課 ☎0422-24-8050

带状疱疹は、水ぶくれを伴う発疹が体の左右どちらかに帯状に広がる皮膚の疾患です。発症は50歳以上に多く、80歳までに約3人に1人が発症するといわれています。希望する方は医師と相談のうえ、接種してください。

接種日時時点で満50歳以上の市民

市内協力医療機関(下表参照)

### 助成額

- 生ワクチン(1回接種):4,000円
- 不活化ワクチン(2回接種):1回につき10,000円

※医療機関が定める接種費用から助成額を差し引いた金額を医療機関窓口でお支払いください。

※助成を受けられるのは生涯で1度限りです。

事前医療機関で予約のうえ、保険証など年齢や住所が確認できるものを持参し、接種を受けてください

※下表以外の医療機関で接種する方や生活保護受給世帯・中国残留邦人等支援給付受給世帯の方などは助成額や支給方法が異なります。詳しくは市ホームページ(上記QRコード)をご覧ください。



※市外局番「0422」は省略

## 下連雀・牟礼

医療機関名	所在地	電話番号
吉祥寺通り花岡クリニック	下連雀1-9-24	47-8799
井の頭公園前ヒフ科	下連雀1-12-5	79-4067
鎌田医院	下連雀1-30-12	43-4621
下田医院	下連雀2-18-1	44-3710
村越レディースクリニック	下連雀3-7-28 ラ・プルミエール村越1階	29-8225
三鷹南口内科	下連雀3-7-29 レジデンス三鷹1階	43-2122
平嶺内科医院	下連雀3-24-7 平嶺ビル1階	43-2838
片平内科クリニック	下連雀3-27-12 コアパレス常葉11 4階	79-0271
三鷹痛みのクリニック	下連雀3-27-12 コアパレス常葉11 5階	79-2103
三鷹レディースクリニック	下連雀3-31-4 ライオンズマンション三鷹第8 1階	70-1150
みたか中村脳神経外科 クリニック	下連雀3-34-15 アトラス三鷹レジデンス202	40-5070
おごう皮膚科クリニック	下連雀3-34-22 ライオンズプラザ三鷹駅前202	41-1169
三鷹駅前たなか糖尿病・ 内科クリニック	下連雀3-36-1 トリコナ3階	26-7776
三木クリニック	下連雀3-37-8 KMビル101	71-7001
みたかヘルスケアクリニック	下連雀3-38-4 三鷹産業プラザ5階-B	40-0102
むさし野さいとうクリニック	下連雀3-43-19 グローリオ三鷹1階	70-1071
サウスポイント MYクリニック	下連雀3-43-23 サウスポイント三鷹2・3階	46-7851
かんの内科	下連雀3-44-17 エルヴェ三鷹203	40-5022
角田外科消化器科医院	下連雀4-9-1	45-3251
つちや小児科	下連雀4-16-11 ロージュマン白百合1階	40-1488
高松メディカルクリニック	下連雀4-16-12 三鷹第一ビル2階	70-1035
たきがわクリニック	下連雀4-20-15 新生ハイツ1階	41-7777
三鷹病院	下連雀5-1-12	47-0800
今給黎整形外科クリニック	下連雀6-2-16 アトラス吉祥寺 メディカルコート1階	26-5320
くぼかわ内科医院	下連雀6-2-16 メディカルコート吉祥寺	24-7353
三鷹の森皮フ・ 形成クリニック	下連雀6-2-16 メディカルコート吉祥寺	70-1205
173総合内科クリニック	下連雀6-8-50 パークスクエア1階	26-5173
みなみうら生協診療所	下連雀7-1-27 オタリ南浦ビル1階	48-4121
野村病院	下連雀8-3-6	47-4848
三鷹第一クリニック	下連雀8-9-21	46-4141
渡辺こどもクリニック	下連雀9-5-1 泰成マンション1階	41-1550
本田医院	牟礼1-12-10	43-8310
三鷹さくらクリニック	牟礼2-11-5	43-6410
牟礼高山診療所	牟礼4-2-14	70-4976
牟礼耳鼻咽喉科	牟礼5-8-11 2階	29-8631
むれクリニック	牟礼6-4-8	44-1739
横内医院	牟礼6-6-14	43-0910
天神前クリニック	牟礼7-1-24 NDCスクエアビル1階	71-8191
しんかわ医院	牟礼7-5-14 牟礼クリニックモール2階	70-5711

## 井の頭・中原

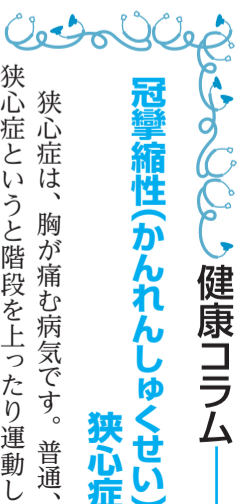
医療機関名	所在地	電話番号
下川整形外科	井の頭1-24-14	43-5933
浜田耳鼻咽喉科	井の頭1-30-13	76-8733
笹本医院	井の頭1-31-22	44-5802
慶真整形外科	井の頭2-1-17 三鷹台メディカルセンター2階	79-7600
松川内科クリニック	井の頭2-1-17 三鷹台メディカルセンター2階	70-5525
牟礼の里駅前クリニック	井の頭2-7-9 栗原ビル1階	40-6054
高水クリニック	井の頭2-14-2	76-1232
石井医院	井の頭2-32-37	44-3090
藤林医院	井の頭3-12-15	43-4322
岡庭医院	井の頭3-21-16	43-8367
若林医院	井の頭4-16-10	43-0526
仙川腎リウマチ・ 内科クリニック	中原1-28-22	03-5969-9668
所澤クリニック	中原3-1-19	76-6055

## 北野・新川・上連雀

医療機関名	所在地	電話番号
いりえ内科クリニック	北野4-5-30 キューブコート烏山101	03-5314-3577
三鷹東クリニック	北野4-8-40 1階	03-6909-0565
ゆうあいクリニック	新川4-25-18	41-6611
新川クリニック	新川5-6-21	43-0123
三鷹あかつきクリニック	新川6-9-11 松ビル1階	29-9505
みたか循環器内科	上連雀2-4-8	45-1210
篠原医院	上連雀2-9-5	45-1859
浅野クリニック	上連雀3-5-19	46-5512
高山医院	上連雀4-2-29	43-0700
松崎整形外科医院	上連雀4-3-5 三鷹シティハイツ101	48-3151
三鷹中央病院	上連雀5-23-10	44-6161
うちはら内科クリニック	上連雀7-11-7 1階	40-6180
品川皮膚科クリニック	上連雀8-1-21	49-7551

## 井口・深大寺・野崎・大沢

医療機関名	所在地	電話番号
ヨシコクリニック	井口1-22-24	32-5517
斉藤皮膚科	井口2-13-26	33-1030
あかいしクリニック	深大寺2-35-29	39-5941
のぞきはちまん前内科	野崎1-22-8 レヴァンティア1階	48-3735
むさしの丘ファミリークリニック	野崎3-3-15	30-9988
おかだ耳鼻咽喉科	野崎3-3-15 102	32-2021
野崎医院	野崎3-18-18	31-8373
天文台クリニック	大沢1-17-2	30-7929
奥田医院	大沢4-13-12	32-8151
八幡診療所	大沢5-3-11	31-8092



### 健康コラム

#### 冠攣縮性(かかんしゆくせい)狭心症

狭心症は、胸が痛む病気で、普通、狭心症という段階を上ったり運動したときに胸が痛くなる労作性狭心症を思い起こします。

労作性狭心症という病気は、心臓に血液を送っている冠動脈という血管が動脈硬化で細くなり、体を使ったときに心臓の筋肉に血液が十分に流れなくなつて痛みを感じる病気です。

これとは別に安静時に胸の痛みなどの症状が表れる冠攣縮性狭心症という病気があります。この病気の典型的な症状は、早朝などの安静時の胸の痛みです。早朝以外にも日中の安静時に起こることもあります。また、運動で起こることもあります。特徴は安静時に起こることです。

冠攣縮性狭心症では、症状の軽いものは胸のドキドキ感程度から胸部不快感、胸痛、強い胸部圧迫感、強い胸痛までさまざま、失神発作の原因になることもあります。

この病気は、心臓に血液を送っている冠動脈が攣縮(けいれん)を起こすことによつて発症します。発作時には冠動脈が攣縮を起こしてキュッと締まるので、そこから先に血液が流れなくなります。この結果、心臓の筋肉に血液が流れなくなり、心臓が痛むなどの症状が表れます。心臓に血液を送っている冠動脈が攣縮(攣縮)を起こしてキュッと締まることとして胸が痛むことから、冠攣縮性狭心症と呼ばれます。

治療は、冠動脈が攣縮を起こさないようにする薬を飲んで発作を予防します。また、発作時には労作性狭心症と同様にニトログリセリンが有効です。

狭心症は、体を動かしているときにだけ発症するものではありません。安静時に胸に症状を感じたら冠攣縮性狭心症の可能性も考えられます。一度ご相談ください。

三鷹市医師会

☎0422-4712155

無料法律相談会

お金のトラブルや相続、成年後見など、幅広いご相談に対応しています。

日 6月24日(土)午前10時～午後4時(1人30分)

人 多摩パブリック法律事務所を初めて利用する方28人

所 同事務所(立川市曙町2-34-7ファーストビル2階)

申 6月5日(月)以降の平日午前9時30分～午後5時に同事務所 ☎042-548-2450へ(先着制)



第77回ふじみ衛生組合

地元協議会の傍聴

日 6月1日(木)午後6時30分から

人 所 クリーンプラザふじみ、オンライン会議アプリ「Zoom」計10人

申 5月25日(木)までに必要事項(7面参照)・希望する傍聴方法を同組合 ☐ fujimi-soumuka@fujimieiseikumiai.jpへ(先着制)

問 同組合 ☎042-490-5374

リサイクルセンター更新に関する第3回事業方式・事業者選定審議会の傍聴

日 6月2日(金)午後7時から

所 クリーンプラザふじみ

申 当日会場へ

問 同組合 ☎042-482-5497

三鷹市基本構想改正に係る市民ワークショップの傍聴

日 6月3日(土)午後1時～5時

人 12人

所 三鷹市公会堂さんさん館

申 5月30日(火)までに必要事項(7面参照)を企画経営課 ☎29-9034・FAX 29-9279・✉kikaku@city.mitaka.lg.jpへ(先着制)

※「市からのお知らせ」は7面からご覧ください。

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・FAX0422-40-0314・

✉info@mitaka-univ.jp・HP https://www.mitaka-univ.org/

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5月23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。



国立天文台企画サロニアストロノミー・パブ 第193回

「もっと星空を楽しく!デジタル天体収集帖」【オンライン同時開催】

ゲストは東京大学エグゼクティブ・マネジメント・プログラム特任准教授の高梨直敏さん、ホストは天文学普及プロジェクト「天プラ」の柚木苑聡さん。

日 6月17日(土)午後6時30分～8時30分 人 所 ①三鷹ネットワーク大学=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

申 ②三鷹ネットワーク大学ホームページへ(いずれも先着制)

杏林大学公開講演会「多様化する家族のカタチー離婚・再婚を経験する家族と子どものケア」【オンライン講座】

日 6月20日(火)午後3時～4時10分 人 90人 講 杏林大学講師の大西真美さん

申 三鷹ネットワーク大学ホームページへ(先着制)

人生100年時代の賢い資産形成術ーiDeCo、NISA等の税制優遇制度の活用法【オンライン講座】

日 6月21日(水)午後3時～4時30分 人 30人 講 ファイナンシャル・プランナー

(CFP)の荒武誠さん 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「意欲的な子どもを育てるには一親子で探そう 自然のふしぎ」【オンライン講座】

日 6月22日(木)午後7時～8時30分 人 20人

講 NPO法人ガリレオ工房理事長の滝川洋二さん ¥500円

申 同大学ホームページへ(先着制)

がん哲学外来ピア・カフェ at 三鷹ネットワーク大学

日 6月23日(金)午前10時～正午 人 18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

おとな絵本ラウンジ 絵本を深く知るレクチャーシリーズ 「安野光雅の『旅の絵本』で旅する!スペイン編リターンズ」

日 6月25日(日)午後2時～4時 人 25人

講 元小平市立図書館司書の渡辺房江さん ¥1,000円

物 『旅の絵本V スペイン編』安野光雅著(福音館書店)

大人のための音読講座

「三鷹ゆかりの作家・作品たちー森 鷗外『最後の一句』(その1)」

日 6月28日(水)午前10時30分～午後0時30分 人 12人

講 朗読家の原きよさん ¥市民1,600円、一般2,000円ほか

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(不定期掲載)

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。

☎HP https://www.city.mitaka.lg.jp/または ☎76-2490へ 問 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。

6月18日発行号

原稿締切日 5月25日(木)

7月2日発行号

原稿締切日 6月8日(木)

いずれも午後5時まで

催し

笑顔でジョイスilent

三 東京三鷹の森笑顔でジョイスilent 日 5月21・28日の日曜日午前10時40分～正午

所 三鷹駅前コミュニティセンター ¥1回500円 問 同 ☎090-3902-9691・モリ ☎47-5033(初回のみ申込)

元気ひろば おれんじの催し

日 ①羊毛フェルト=5月22日(月)午前10時～11時30分、②ラフターヨガ=24日(水)午後2時～3時30分、③大人のための健康ダンス=26日(金)午後1時30分～2時30分 所 同会(中原3-1-65) ¥①1,800円、②600円、③1,000円 問 同会 ☎76-5940・✉genkiorange@azuma-group.co.jp

ICU Angels & 鷹ロコ キッズ・シニアチアダンス 無料体験

三 鷹ロコ・ネットワーク大楽 日 5月24・31日の水曜日午後4時～5時 所 井の頭コミュニティセンター 問 二瓶 ☎080-2094-5092・✉info@takaloco.jp(当日参加可)

サロンきっかけ(おしゃべり会)

三 活躍きっかけ隊 日 5月25日(木)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

ガレッジセール

三 (社)楽立ち会 楽立ち工房 日 5月25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 同法人 ☎・FAX 24-7739

ふるしき市

三 三鷹市ボランティア連絡協議会 日 5月27日(土)午前10時～午後0時30分(雨天中止) 所 市民センター議場棟下 ¥500円(1区画分) 問 同協議会 ☎76-1271(先着制)

ざらりー由芽の催し

日 ①ノブコ・ウエダ展-Daily life=5月27日(土)～6月11日(日)、②オクヤナオミとゆめの日々=5月30日(火)～6月7日(水)、いずれも正午～午後7時(最終日は5時まで) 所 ①同画廊、②ざらりー由芽のつづき 期間中会場へ 問 同画廊 ☎47-5241(木曜日休み)

三鷹市借地人連絡会①第50回総会、②学習会「借地権について」・無料法律相談

日 5月27日(土)①午後2時から、②3時から 所 三鷹台地区公会堂 申 当日会場へ 問 津 ☎47-9687

タブレット・スマホなんでも相談会

三 NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹 日 6月2日(金)午後3時から(1人75分) 人 3人 所 申込時に通知 ¥1,500円 申 同法人(今安) ☎090-4868-1134(先着制。留守電可)

大切な人を失った方に贈る自作絵本の読み聞かせ

三 自分らしく幸せに生きるためのマインドフルネス 日 6月3日(土)午後5時30分～7時 所 連雀コミュニティセンター ¥500円 申 問 渡辺 ☎090-2525-1089・✉takutuka5@gmail.com

事例で学ぶ住宅の購入・買い替え・売却

三 くらしのお金を学ぶ会 日 6月4日(日)午前10時～11時30分 所 生涯学習センター ¥200円 申 問 6月2日(金)までに伊達 ☎050-3570-1357・✉kurashi.okane.mtk@gmail.com

職人の感謝デー①包丁とぎ、②巣箱づくり

三 北多摩建設産業労働組合 日 6月4日(日)午前10時30分～午後2時 人 ②8人 所 井の頭コミュニティセンター ¥①1本500円、②500円 申 当日会場へ(②は先着制) 問 同組合 ☎70-0771

第27回ピアノジョイントコンサート

三 蹴蹴門会(まけるもんかい) 日 6月4日(日)午後2時から 所 芸術文化センター風のホール 申 当日会場へ 問 高井 ☎55-3553

AA連雀グループ第17回オープンスピーカーズミーティングー変えてゆく勇氣

三 アルコホールクス・アノニマス東多摩地区連雀グループ 日 6月10日(土)午前10時～午後4時 所 市民協働センター 申 当日会場へ 問 AA関東甲信越セントラルオフィス ☎03-5957-3506

大正琴を奏でるー昭和歌謡を聴きにきませんか?

三 三鷹市大正琴愛好会 日 6月14日(水)午後1時～3時 所 下連雀南浦地区公会堂 申 問 石田 ☎90-1229

成蹊大学管弦楽団 サマーコンサート2023

日 6月16日(金)午後7時から 所 芸術文化センター風のホール 申 申し込みフォーム HP https://teket.jp/1757/21436(当日券有り) 問 杉山 ☎070-4430-3930

リーグ戦

三 三鷹市家庭婦人バレーボール連盟 日 6月18日(日)、7月29日(土)、8月26日(土)午前9時～午後5時 人 全参加できる市内の家庭婦人で構成されたチーム 所 SUBARU総合スポーツセンター ¥3,000円 申 問 5月29日(月)までに志藤 ☎042-338-3750

「ザック paran に話そう会」お一人暮らしの方大歓迎

三 21世紀はあなたが主役 日 6月21日(水)午後1時30分～3時30分 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・FAX 47-5033

伝言板

ICUオルガン演奏会(奏者:山口綾規)

三 ICU宗教音楽センター 日 6月10日(土)午後3時から 所 同大学礼拝堂 ¥2,000円 申 当日会場へ(未就学児は入場不可) 問 同センター ☎33-3330

杏林大学管弦楽団第38回 定期演奏会

三 杏林大学医学部管弦楽団 日 6月17日(土)午後6時30分から 所 三鷹市公会堂光のホール 申 当日会場へ 問 寺迫 ☎090-9460-7443

# 募集

## 三鷹市シルバー人材センター

### 入会説明会

日6月7日(水)・20日(火)午前10時～正午  
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  
申同センター☎48-6721・HP https://www.mitaka-sc.or.jp/へ

## 令和6年度市民大学総合コースの学習テーマ・分野検討委員

日6月15日(木)午前10時～正午、17日(土)午後2時～3時(全2回)  
在学・在勤を含む16歳以上の市民30人、保育(1歳～未就学児)5人  
所生涯学習センター  
日6月1日(木)午後5時までに必要事項(7面参照)・学習テーマ(3案まで)・提案理由を直接またはファクスで同センター(元気創造プラザ4階) FAX 43-0334、または同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)  
※学習テーマのみの応募も可。  
同センター☎49-2521

# 仕事・求人

## 就職活動支援セミナー

日5月26日(金)午後2時～4時  
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  
講キャリアコンサルタントの鈴木茂さん  
物雇用保険受給者は受給資格者証  
申必要事項(7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)  
集客に使える効果的な動画・Instagram活用セミナー

テーマは「トライアンドエラーで気づくマーケティングのコツ(実践編)」。  
日6～7月の第1・3火曜日午後2時～5時(全4回)

全回参加できる事業者で、「Instagram」「facebook」のアカウントがあるまたは新規作成できる方12人  
所三鷹産業プラザ  
講M's Createの土井松志さん  
日5,500円(4回分)  
物スマートフォン、タブレットなど  
申申し込みフォーム(右記QRコード)へ(先着制)  
同(株)まちづくり三鷹☎40-9669



## 女性向け長期セミナー「夢をかたちに! 女性のための創業スタートアップスクール」

日6月15日～7月20日の木曜日午前9時30分～正午(7月13日を除く全5回)  
都内で創業予定または創業5年未満で全回参加できる女性20人  
所オンライン会議アプリ「Zoom」  
講(一社)ビジネスシード代表の浅川絢子さん、税理士の小澄健士郎さんほか  
申申し込みフォーム(右記QRコード)へ(先着制)  
同(株)まちづくり三鷹☎40-9669



## 東京都 女性向けデジタル・ビジネススキル習得訓練事業

所東京都産業労働局  
日7月17日(月・祝)～8月4日(金)(全15回)  
※訓練後2カ月間のフォローアップ期間があります。

出産・育児などにより退職してハローワークで求職登録をした方、または東京しごとセンターの利用登録をした方で全回受講できる方10人  
所Three Eight Nine MITAKA(下連雀3-37-31)  
日6月27日(火)までに同事業ホームページ HP https://tokyo-woman-d.metro.tokyo.lg.jp/へ(選考あり)  
同事務局☎03-3230-2445

## ファミリー・サポート・センターアドバイザー(1人)

職務内容 会員相互の援助活動のコーディネート、講習会の開催など  
資格 保育士、社会福祉士または同等の知識・経験があり、パソコン(ワード、エクセル)の基本操作ができる方  
任用期間 7月上旬(予定)～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6時15分のうち1日6時間の交代制  
勤務場所 子ども家庭支援センターのびのびひろば  
報酬(月額) 191,500円～219,000円、交通費支給(上限55,000円)  
※社会保険などの適用あり。  
※申込方法など、詳しくは市ホームページでご確認ください。  
同ひろば☎76-6817



## 三鷹市立図書館 夏季カウンター業務補助

勤務期間 7月20日～9月3日  
勤務時間 ①週3日午前9時30分～午後5時(実働6.5時間)、②週2日午前9時30分～午後5時(実働6.5時間)、③週2日午前10時～午後5時(実働6時間)、土・日曜日、祝日の勤務あり  
勤務場所 ①三鷹図書館(本館)、②東部図書館、③三鷹駅前図書館  
報酬(時給) 平日=1,080円、土・日曜日、祝日=1,190円、交通費支給(日額上限2,600円)  
※申込方法など、詳しくは市ホームページでご確認ください。  
同三鷹図書館(本館)☎43-9151



## (公財)三鷹市スポーツと文化財団 特別雇用職員(一般事務)

勤務期間 9月1日～令和6年3月31日(更新の場合あり)  
勤務時間 ①週5日午前8時30分～午後10時(実働7時間45分の交代制)、②週3日午前8時30分～午後5時15分(交代制)  
勤務場所 ①三鷹市芸術文化センター、②同財団の管理する芸術文化施設  
報酬(月額) ①216,085円、②129,651円、交通費支給  
※社会保険などの適用あり。  
※申込方法など、詳しくは同財団ホームページでご確認ください。  
同センター☎47-9100



(社)三鷹市社会福祉事業団 職員  
職種 ①介護職、②理学療法士(①②正職員)、③調理員(パートタイマー)、①若干名、②③1人

資格 ①昭和53年4月2日以降生まれの介護福祉士または介護職員初任者・実務者研修修了者、②実務経験3年以上の理学療法士、③不問  
勤務時間 ①4週8休を基本に週平均5日の交代制、②月～金曜日午前8時30分～午後5時15分、③土曜日午前9時30分～午後0時30分、1時30分～4時30分  
採用予定日 随時  
※勤務場所や報酬、申込方法など、詳しくは同事業団ホームページでご確認ください。  
同事業団☎44-5211



# 相談

## 行政書士による相続・遺言・成年後見・空き家の無料相談

所東京都行政書士会武鷹支部  
日5月31日(水)午前9時30分～11時50分  
在学・在勤を含む市民  
所市役所1階市民ホール  
日5月30日(火)までに同支部☎30-5899へ

## 「人権擁護委員の日」特設相談所

日5月31日(水)午後1時30分～4時30分(3時30分まで受付)  
在学・在勤を含む市民  
所市役所1階市民ホール  
日当日会場へ  
同相談・情報課☎44-6600

## 社会保険労務士による労務・働き方改革・年金の無料相談

所東京都社会保険労務士会武蔵野統括支部  
日6月1日(木)午後1時30分～4時30分  
在学・在勤を含む市民  
所市役所1階市民ホール  
日当日会場へ  
同支部三鷹担当☎080-7014-3336

## 総合オンブズマン相談(6月)

日1・22・29日=片桐朝美さん(杏林大学教授)、8・15日=中村一郎さん(弁護士)、いずれも木曜日午後1時30分～4時30分  
所相談・情報課(市役所2階)  
日同課☎44-6600へ

# 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/

## 第22回「太宰を聴く」太宰治朗読会

芸術文化センター 星のホール 6月16日(金) 午後7時開演  
チケット発売日(全席指定) 会員=5月20日(土) 一般=5月26日(金)  
会員=2,700円 一般=3,000円 高校生以下=1,000円  
[出演]安田顕(写真)  
[朗読作品]『朝』『魚服記』『美男子と煙草』『黄金風景』



## 風のホールでピアノを弾こう!

[スタインウェイ編] コンサート・グランドピアノと625席の風のホールを貸し切り  
芸術文化センター 風のホール 7月6日(木)・7日(金)・28日(金)  
利用時間(各日) ①午前10時～、②11時10分～、③午後0時20分～、④1時30分～、⑤2時40分～、⑥3時50分～、⑦5時～、⑧6時10分～(各回1時間。練習での利用に限ります)  
日1時間2,000円  
※利用条件や貸し出し備品などに制限があります。申込方法など、詳しくは同財団ホームページをご覧ください。



## CINEMA SPECIAL 名画世界紀行 モロッコへの旅

『カサブランカ』(1942年/アメリカ/102分/モノクロ/Blu-ray)  
芸術文化センター 星のホール 7月29日(土) 午前の部11時/午後の部2時上映開始  
チケット発売日(全席指定) 会員=5月25日(木) 一般=5月26日(金)  
各回 会員=450円 一般=500円 学生=400円  
[出演]ハンフリー・ボガート、イングリッド・バーグマン ほか  
第16回アカデミー賞で3部門を受賞した、アメリカ映画の永遠の傑作。



©1943 Turner Entertainment Co. A Time Warner Company. All rights reserved.

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/ ●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。 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。 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。

6月12日(月)・15日(木)午前9時30分～11時30分(全2回)

おむね55歳以上の市民でiPad初心者または未経験者10人

市民協働センター

5月22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)

### シニアのためのスマホ講座

三鷹市社会福祉協議会

①Android版=6月15～29日の木曜日、②iPhone版=6月30日、7月14・28日の金曜日、いずれも午前10時～11時30分(事前相談会=①6月13日(火)、②23日(金))

在勤を含む60歳以上の市民で、高齢者福祉センター利用券(同協議会窓口で発券可)をお持ちの方各回10人

同センター

¥500円(社協会員は無料)

物スマートフォン

5月21日(日)～6月5日(月)(②は12日(月)まで)に申込書(同センターで入手)を直接またはファクスで同協議会(元気創造プラザ3階) FAX 49-8437へ(申込多数の場合は抽選)

同協議会 ☎46-1108

### 健康長寿のための

#### 「食べるちからチェック会」

6月20日=口腔機能測定&元気に食べるお口の話、6月27日=体重・握力測定&元気を保つ食事の話、8月29日=口腔機能・体重・握力測定&お口と食事の話、いずれも火曜日午後1時30分～3時(全3回)

65歳以上で、体重減少やむせ、飲み込みなどが気になる方

井の頭コミュニティセンター

歯科衛生士の前田小由利さん、管理栄養士の阿部菜々子さん

5月22日(月)～31日(水)に直接または電話で健康推進課(元気創造プラザ2階) ☎24-8207へ(申込多数の場合は抽選)

### 一般介護予防事業「はつらつ教室(口腔・運動)」

6月28日、7月5・12・26日、いずれも水曜日午後1時30分～3時

65歳以上の市民で全回参加できる方40人

福祉センター

歯科医師の堀清貴さん、歯科衛生士の田中妙子さん、健康運動指導士の鈴木明子さん

5月22日(月)午前9時から直接または電話、ファクスで健康推進課(元気創造プラザ2階) ☎24-8266・FAX 46-4827へ(先着制)



### 8～11月生まれの方の

#### 特定健診・後期高齢者健診

受診票を5月下旬に送付します。

特定健診=4月1日から継続して三鷹市国民健康保険に加入している40～75歳の方、後期高齢者健診=後期高齢者医療制度に加入している方

健康推進課 ☎24-8571

※4月2日以降に三鷹市国民健康保険、後期高齢者医療制度に加入した方や、12～3月生まれで早めの受診を希望する方は、同課へお問い合わせください。

### 三鷹市こころの健康相談

精神科専門医による個別相談。

6月1日(木)午前10時～正午(1人40分)

福祉センター

障がい者支援課 ☎29-9233へ

### 結核検診(胸部X線検査)

6月7日(水)午前9時30分～11時

16歳以上の市民

※市の特定健診・後期高齢者健診の対象者、勤務先などで胸部X線検査を受ける機会がある方、妊娠中または妊娠の可能性のある方、3カ月以内に同検査を受けた方は受診できません。

総合保健センター

物保険証、着脱しやすい服装

当日会場へ

健康推進課 ☎24-8571



### 認知症家族介護者同士の交流

#### 「介護者ひろば」

5月24日(水)午前10時～正午=ピアいのかしら(井の頭2-13-6)、6月1日(木)午後1時～3時=おむすびハウス(下連雀1-10-20)、8日(木)午後1時30分～3時30分=元気ひろばおれんじ(中原3-1-65)、15日(木)午後1時30分～3時30分=高齢者センターけやき苑(深大寺2-29-13)

介護者、介護経験者(②は男性のみ)

当日会場へ

三鷹市社会福祉協議会 ☎79-3505

### クリーンプラザふじみ

#### 「100m煙突登りにチャレンジ」

6月10日(土)午前10時から、11時から(いずれも1時間程度)

小学4年生以上の方各回10人

同施設

5月29日(月)までに参加者全員の必要事項(7面参照)を同施設 ☎fujimi-soumuka@fujimieiseikumiai.jpへ(申込多数の場合は抽選)

同施設 ☎042-490-5374

### 文化見学会

#### 「メロン狩りと那珂湊お魚市場」

三鷹駅周辺住民協議会

6月22日(木)午前7時30分三鷹駅南口集合～メロンの森～潮騒の湯～大洗磯前神社～那珂湊～午後6時15分三鷹解散予定(雨天決行)

30人

¥8,000円

5月31日(水)(必着)までに往復はがきで参加者全員の必要事項(7面参照)を〒181-0013下連雀3-13-10三鷹駅周辺住民協議会へ(1通につき2人まで。申込多数の場合は抽選)

三鷹駅前コミュニティセンター ☎71-0025



### 7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

6月4日(日)～10日(土)に各コミュニティセンターへ

スポーツ推進課 ☎29-9863

### 少林寺拳法初心者教室

三鷹市少林寺拳法連盟

6月3～24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①体験会、②経験者講習会、③技術講習会

三鷹市サンボ連盟

6月3～24日の土曜日午後4時～5時(小学生以下)、6時～7時(小学校高学年以上)、25日(日)午後1時～2時30分、6月3～24日の土曜日午後7時～9時(小学校高学年以上)、25日(日)午後3時～6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

¥3,500円

当日会場へ

同連盟 ☎090-8857-5911・☎mitaka.sambo@gmail.com

### ソサイチ(7人制サッカー)

三鷹市サッカー協会

6月17日(土)午後3時～6時

在学・在勤を含む市民で構成されたチームまたは個人(中学生不可)、4チーム(1チーム7人以上)

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)

同協会ホームページ HP https://mitakafa.jp/へ(先着制)

### 弓道初心者講習会

(公財)三鷹市スポーツと文化財団、三鷹市弓道連盟

6月24日～10月28日の土曜日午後3時15分～5時15分(全15回。7月15・29日、9月16日、10月7日を除く)

在学・在勤を含む16歳以上の市民で全回参加できる方10人

SUBARU総合スポーツセンター

¥5,000円(保険料を含む)

物足袋(靴下可)、筆記用具、初回は本人確認ができるもの

5月31日(水)までに同連盟ホームページ HP https://mitaka-kyudo.jimdo.free.comへ(申込多数の場合は未経験者を優先して抽選)

### 第16回ベッセルフェスト

フラダンス、ヨガ、ソフトバレーボール、ボッチャ、パドルテニスなどの体験。

三鷹市ベッセルスポーツクラブ

6月25日(日)午前10時～午後4時

200人

SUBARU総合スポーツセンター

物室内履き、タオル

当日会場へ(先着制)

同クラブ ☎77-0196・☎Besserung 1985@gmail.com

### 小学生向けバドミントン講習会

三鷹市バドミントン協会

6月25日(日)午後3時～6時

市内の小中学生24人

SUBARU総合スポーツセンター

¥500円

物ラケット、室内履き

5月21日(日)～6月20日(火)に必要な事項(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)



### パソコン教室

三鷹市シルバー人材センター

①初めてのパソコン・ワード・エクセル・パワーポイント・自由課題=月・水・金曜日午前10時～正午、午後1時～3時、金曜日午後3時30分～5時30分、②基礎からじっくり=月・水・金曜日午前10時～正午、月・金曜日午後1時～3時、③就活コース=学習日相談(①②希望の曜日・時間帯を選択。①月4回、②3カ月12回、③月8回)

¥18,000円、②15,000円(教科書代別途)、③16,000円

5月26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)

同センター ☎48-6721

### 三鷹大沢わさびの植付とガイドツアー

5月27日(土)午前10時～正午

40人

大沢の里古民家集

¥200円(入館料)

物汚れてもよい服、長靴、手袋

5月22日(月)午前9時30分から必要事項(7面参照)を生涯学習課 ☎29-9862・☎shogai@city.mitaka.lg.jpへ(先着制)

### 井の頭コミュニティセンターの催し

井の頭地区住民協議会

①防災備蓄品の活用講座=6月3日(土)午後1時30分～3時、②三鷹市健康栄養料理教室=8日(木)午前10時15分～午後0時30分

市民①30人、②12人

管理栄養士の①鈴木明子さん、奈良理香子さん、②森幸代さん

¥2,500円

物②エプロン、三角巾、布巾、室内履き

同センター ☎44-7321・HP https://inokashiracc.jpへ、②参加費を同センターへ(いずれも先着制)

### 初心者向けZoom講習会(スマホ・タブレット初級編)

6月16日(金)午前10時～正午

Zoom初心者6人

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

6月9日(金)までに申し込みフォーム(右記QRコード)へ(先着制)

参加と協働推進室 ☎70-4033

70-4033

### 男性料理教室

#### 「初夏もさっぱりおいしく」

三鷹駅周辺住民協議会

6月17日(土)午前10時30分～午後1時30分

市民12人

三鷹駅前コミュニティセンター

三鷹地域活動栄養士会の鈴木明子さん

¥500円

物エプロン、三角巾、タオル

6月8日(木)までに直接または電話で同センター ☎71-0025へ(先着制)



# 市からの お知らせ



- 主 主催者
  - 日 日時・期間
  - 人 対象・定員
  - 所 場所・会場 講師
  - ¥ 費用(記載のないものは無料)
  - 物 持ち物
  - 申 申込方法 問い合わせ
  - 保 保育あり
  - 手 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

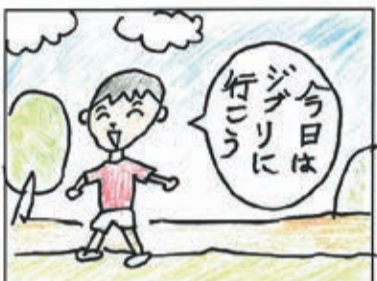
- ☎ **あて先は**  
各記事の申込先へ
- 〒 **住所の記載がないものは**  
〒181-8555  
三鷹市役所〇〇課へ
- ✉ **往復はがきの場合は**  
返信用にも住所・氏名を  
記入してください

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)  
山田楷さん「道案内」



※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。



民税・都民税課税(非課税)証明書、市民税・都民税納税証明書、戸籍の全部事項証明書(戸籍謄本)・個人事項証明書(戸籍抄本)・附票の写し、本籍地サービス登録申請

### ◆コンビニ交付がお得です

6月から令和7年3月末まで、現在の手数料よりさらに100円引きとなります。利用にはマイナンバーカードが必要です。

### ◆年内で自動交付機の証明書交付サービスを終了します

市内3カ所に計5台設置している自動交付機は、メーカーの機器保守サポート終了などに伴い、12月28日(木)に全機サービスの終了します。市民カードなどをお持ちの方には5月中に通知を送付します。令和6年1月以降の各種証明書の取得は、市役所窓口、各市政窓口、郵送請求、コンビニ交付サービスをご利用ください。

☎市民課 ☎29-8058

### 町会・自治会活動を応援します 町会等自治組織助成金

市では町会・自治会などの活動に助成を行っています。世帯割額は1世帯当たり200円、均等割額は世帯数により8,000~17,000円を交付します。

人 町会・自治会、管理組合、商店会などの地域自治組織

申 6月30日(金)までに所定の申請書類(市ホームページで入手)を直接または郵送で「〒181-8555コミュニティ創生課」(第二庁舎2階)へ

☎同課 ☎29-9611

### 飼い犬・猫の 無料健康チェックを行います

人 飼い犬・猫がいる市民(1世帯1頭まで)

申 6月1日(木)~30日(金)に指定動物病院へ(助成頭数に達し次第、終了)  
※申込時に「市の飼い犬・猫の無料健康チェック事業の申し込み」であることを伝えてください。市役所への手続きは不要です。詳しくは市ホームページでご確認ください。

☎環境政策課 ☎29-9612

### 市内の空間放射線量の 測定回数を変更します

市では、東日本大震災をきっかけに空間放射線量を測定していますが、一般的な目安よりも低い値で安定しているため、今後は3カ月に1度(3カ所)の測定とします。

☎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eTAXホームページHP <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)

☎ eTAXヘルプデスク ☎0570-081459(平日午前9時~午後5時)

### 土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

☎ 5月31日(水)までの午前8時30分~午後5時

人 市内に所在する土地・家屋の固定資産税の納税者

申 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

### 消費税のインボイス制度

#### ①免税事業者向け説明会

#### ②登録要否個別相談会

☎ ①6月7日(水)午後2時~3時、②6月8日(木)午後1時~4時

人 ①30人、②若干名

所 武蔵野税務署(武蔵野市吉祥寺本町3-27-1)

申 ☎事前に同署 ☎53-1311へ(先着制)

## 子育て・教育

### 東多世代交流センターの催し

#### ◆みんなのみたかさんと楽しむ親子工作教室

☎ 5月27日、7月29日、11月25日の土曜日午前10時~正午(全3回)

※1日のみの参加も可。

人 年長児~小学生と保護者10組

#### ◆水道キャラバンがやってくる!

☎ 6月4日(日)午前10時30分~11時

人 年少~年長児と保護者15組

#### ◆多世代交流事業手作りの会「カエルのお手玉」

☎ 6月11日(日)午前10時~正午

人 小学4年生以上の方15人

※申込方法や持ち物など、詳しくは市ホームページ

☎同センター ☎44-2150

☎同センター ☎44-2150

### 教科書展示会

①令和6年度から小学校で使用する教科書、②現在、小・中学校で使用している教科書を展示します。

☎ ①5月31日(水)~6月13日(火)、②6月14日(水)~7月3日(月)、いずれも平日午前9時~午後5時

所 教育センター

申 期間中会場へ

☎総務課 ☎29-9812

### かがくあそび

人 井の頭地区住民協議会

☎ ①6月3・10日、②6月17・24日、いづ

れも土曜日午前10時15分~正午(全2回)

人 ①年長児~小学2年生(年長児は保護者同伴)、②小学生以上、各回20人

所 井の頭コミュニティセンター

講 科学読物研究会の坂口美佳子さん

¥ 200円(材料代)

申 ☎5月26日(金)までに同センター ☎44-7321へ(申込多数の場合は抽選)

### すくすくひろばの催し

#### ◆井の頭コミセンDEすくすくひろば

☎ 6月8日(木)午前10時30分~正午

人 年少までのお子さんと保護者

所 井の頭コミュニティセンター

#### ◆年齢別あそびまじよ(6月)

☎ ①うさぎぐみ=9日(金)、②ひよこぐみ=13日(火)、③ぞうぐみ=16日(金)、いずれも午前10時15分~11時15分

人 市内在住の①令和3年4月2日~9月生まれのお子さんと保護者8組、②初めて受講する4年4月2日~7月生まれのお子さん

と保護者8組、③2年4月2日~3年4月1日生まれのお子さんと保護者8組

※申込方法や持ち物など、

詳しくは市ホームページ

☎同ひろば ☎45-7710



### あそびとおしゃべりの会(6月)

☎ 所 牟礼コミュニティセンター=14・21日、井の頭・井口コミュニティセンター=14・28日、新川中原・大沢コミュニティセンター=21・28日、いずれも水曜日

午前10時30分~正午

人 市内在住の年少までのお子さんと保護者

申 当日会場へ

☎すくすくひろば ☎45-7710

### 誕生記念樹のプレゼント

パキラ、サルスベリ、カンツバキ、キンモクセイ、ゲッケイジュから選べます。

☎ 6月23日(金)午前9時30分~午後3時30分

人 市内在住の乳児

※申込方法など、詳しく

は市ホームページでご確

認ください。

☎花と緑のまち三鷹創造

協会 ☎46-2081



## お知らせ

### 自動交付機・コンビニ交付に関する お知らせ

#### ◆自動交付機・コンビニ交付を一時停止します

システムメンテナンスなどのため、各種証明書の交付を一時停止します。

☎ 5月31日(水)午後5時30分~9時(コンビニ交付は11時まで)、6月4日(日)終日

◇交付を停止する証明書など

住民票の写し、印鑑登録証明書、市

※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618号(5月7日～6月3日)  
 自転車を安全に乗りヘルメット着用が努力義務に／三鷹エコミュージアム研究誌『みいむ』第5号が刊行 ほか  
 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5月1日現在 ( )内は前月との増減  
 住民登録者数: 190,424人(251人増) うち外国人: 4,155人(121人増)  
 男: 92,800人(101人増) / 女: 97,624人(150人増) 世帯数: 96,989世帯(307世帯増)

## 第39回太宰治賞が 西村亨さんの 『自分以外全員他人』に決まりました



三鷹市と(株)筑摩書房との共同主催で復活後25回目となる「太宰治賞」の最終選考委員会が5月11日に開催され、選考委員の荒川洋治さん、奥泉光さん、中島京子さん、津村記久子さんにより、1246編の応募作品の中から、第39回太宰治賞が西村亨(にしむら・りょう)さんの『自分以外全員他人』に決まりました。

### 受賞作『自分以外全員他人』のあらすじ

あと1年半、あと1年半半待てば俺は自殺できる——。マッサージ業界でフリーランスとして働く柳田譲。不安定な日々を過ごし、生きる支えも希望もなく、45歳が限界だと思っていた男は自らに死亡保険をかけ、自殺でも保険金が下りるようになる日を待っていた。人とうまく関係を築くことができず、母とも母の再婚相手とも分かり合えないことはいままま家を出て、職場の同僚や客ともおおよそ心地の良い会話はできない。鬱で退職した元同僚の真似をして始めたサイクリングだけが唯一の心のよりどころだったが、逆走する自転車や幅寄せしてくる車を見かけるたびに腹を立て、気が狂いそうになるのを必死で抑える日々。極めつけは入居しているマンションの駐輪場の置き場所トラブル。自分の魂そのものになった自転車を屋根付きの駐輪場に止めたい、それだけだったのに、自分はなにも悪いことをしていないはずなのに。日常が怒りに染まっていく中年の破滅の物語。

### 選考委員の評

**荒川洋治さん**▼みんなが神経を尖らせているこの時代の中で生きるしかない個人の切実さがよく表現されており、かなり共感を呼ぶと思う。  
**奥泉光さん**▼ここ数年の選考の中では、最終候補4作いずれも力量を感じた。今回受賞しなかった作者も今後に期待できると思う。  
**中島京子さん**▼マスク、ワクチンといったコロナ禍の感覚の描写が巧みだった。主人公の感覚は過激とも取れるが、私たちの感覚の延長線上にある怒りや苛立ちが膨らんでいく感じがよく描けていた。  
**津村記久子さん**▼身につまされる内容。生活の苛立ちの細部を描けており、多くの人が共感し、救われるのではないかと感じた。

### 受賞者の西村亨さん

受賞した西村亨さんは、鹿児島県出身の46歳。受賞の知らせを受け、「人間失格に救われた18歳のあの日から、むしろ出会わなければもっと楽に生きられたのかなと悔やんだこともありましたが、最後の最後にまた救われました」と喜びを語りました。

### ◆第39回太宰治賞 最終候補作品

- 北野解 『コスメティック・エディション』
- 西井貴恒『魚の名前は0120』
- 村雲菜月『肖像のすみか』
- 西村亨『自分以外全員他人』

受賞作および最終候補作のすべてと選考委員の選評などを収録した『太宰治賞2023』は、筑摩書房から6月下旬発売予定です。

### ◆太宰治賞とは

昭和39年に筑摩書房が創設した小説の公募新人賞で、吉村昭をはじめ、加賀乙彦、金井美恵子、宮尾登美子、宮本輝など多くの著名作家を世に出してきました。昭和53年の第14回を最後に中断していましたが、三鷹ゆかりの文人たちの文化の薫りを継承したいと考えていた三鷹市が、三鷹になじみの深い太宰治の没後50年(平成10年)を機に、筑摩書房に呼び掛け、共同主催の形で復活しました。その後、芥川賞を受賞した津村記久子さん、今村夏子さん、大江健三郎賞を受賞した若城けいさんなど、有望な若手作家を輩出しています。

### 問芸術文化課

☎0422-29-9861

## 民生・児童委員へお気軽にご相談ください



問 地域福祉課 ☎0422-29-9231

身近な地域の相談相手として、市内では110人の委員が活動しています。お住まいの地区の委員を知りたい場合は、同課へお問い合わせください。

### 民生・児童委員とは?

厚生労働大臣から委嘱を受けて活動する福祉ボランティアです。地域の皆さんの相談に応じ、見守りや関係機関への橋渡しを行います。地域住民から選ばれ、任期は3年(再任も可能)です。

### どんな相談ができるの?

1人暮らしの高齢者や子育てに悩みを抱える家庭など、手助けが必要な方の相談に応じます。また、「近所に心配な人がいる」など、気になることがあればお知らせください。様子を確認し、状況に応じて関係機関につなぎます。委員には守秘義務があり、相談内容や個人情報は固く守られます。  
 ※一部、対応できない相談もあります。

### どんな活動をしているの?

- 乳児家庭全戸訪問(こんにちは赤ちゃん)事業  
おむね生後4カ月までの乳児がいる家庭を訪問し、育児の不安や悩みを伺って、役立つ情報を提供するほか、絵本などをお届けします。
- 地域ケアネットワーク  
サロン事業や困り事の相談、見守りの仕組みづくりなどに協力しています。
- ほのぼのネット  
地域ボランティアのネットワークである「ほのぼのネット」の会員としても活動し、地域や学校などの行事に参加することもあります。

### 活動紹介パネル展

- ☐5月30日(火)までの午前8時30分～午後5時(30日は3時まで)
- ☐市役所1階市民ホール ☐期間中会場へ



## 花のまち交流会

問 NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会 ☎0422-46-2081

今秋開催予定のガーデニングフェスタのイベントです。今回は、「快適な生活環境の創出」をテーマに、東京農業大学客員教授の濱野周泰さん(写真)による講演会を開催します。

- ☐市、三鷹市市民緑化推進委員会
- ☐6月10日(土)午後1時30分～4時
- ☐場所 三鷹市公会堂さんさん館=100人、録画視聴=定員なし
- ☐5月31日(水)(必着)までに往復はがきで必要事項(7面参照)・参加方法を「〒181-0012上連雀8-3-10NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会」、または同協会ホームページHP <https://hanakyokai.or.jp/>へ(申込多数の場合は抽選)

