

所 SUBARU総合スポーツセンター
¥1,000円
申 8月25日(金)までに申し込みフォーム(右記QRコード)へ
同連盟 ☎090-8857-5911・✉mitaka.sambo@gmail.com



市民体育祭 バレーボール大会

◆種目 一般女子9人制
市、市教育委員会、三鷹市体育協会、(公財)三鷹市スポーツと文化財団、三鷹市バレーボール連盟
9月9日(土)午前9時～午後6時
在学・在勤を含む高校生以上の市民で構成されたチーム(学連登録者を除く)
所 SUBARU総合スポーツセンター
申 8月30日(水)(必着)までに登録・参加申込書(市または同協会ホームページで入手)を同連盟✉mitaka.volleyball.renmei@gmail.comへ

秋季ジュニアソフトボール教室

東京都、(公財)東京都体育協会、三鷹市体育協会、三鷹市ソフトボール連盟
9月16日～10月21日の土曜日①初心

者=午前9時～正午、②経験者=午後1時～4時30分(9月30日を除く全5回。予備日11月11～25日の土曜日)
市内の小学生女子
所 大沢総合グラウンド
物 グローブ(貸しグローブあり)、防暑グッズ
申 同連盟 ☎090-2252-1576・HP https://mitaka-softball.jp/へ

合気道初心者体験講習会

三鷹市合気道連盟
9月16日(土)午後1時30分～2時45分
在学・在勤を含む市民15人程度(小学生以下は保護者同伴)
所 SUBARU総合スポーツセンター
申 当日会場へ(先着制)
同連盟 ☎090-8045-5748(日中)、☎43-8542(夜間)

市民体育祭 弓道大会

◆種目 近代的競技(個人戦)
市、市教育委員会、三鷹市体育協会、(公財)三鷹市スポーツと文化財団、三鷹市弓道連盟
9月17日(日)午前9時30分～午後5時

在学・在勤を含む18歳以上の市民で有段者50人(大学の弓道部員を除く)
所 SUBARU総合スポーツセンター
物 用具、弓道衣
申 9月11日(月)までに同連盟ホームページ HP https://mitaka-kyudo.jimdo.free.comへ(先着制)

市民体育祭 バドミントン競技

◆種目 シングルス(男子・女子)、ダブルス(男子・女子)
市、市教育委員会、三鷹市体育協会、(公財)三鷹市スポーツと文化財団、三鷹市バドミントン協会
9月18日(月・祝)、②高校生以上=9月23日(土・祝)、いずれも午前9時～午後6時
①令和6年3月末時点で14歳以下の市民300人程度、②在学・在勤を含む高校生以上の市民
所 SUBARU総合スポーツセンター
物 ラケット、室内履き
申 必要事項(11面参照)を三鷹市バドミントン協会①✉mtkbadjr@gmail.com、②✉mitakabad.mba@gmail.comへ(①は9月2日(土)まで、先着制。②は9日(土)まで)

ソフトテニスの大会・講習会

三鷹市体育協会、三鷹市ソフトテニス連盟、②③東京都、(公財)東京都体育協会
①秋季団体戦大会=9月24日(日)午前8時30分～午後5時(小雨決行)、②シニア講習会=10月1日(日)正午～午後4時(小雨決行。予備日10月15日(日))、③シニア大会=10月22日(日)午前8時30分～午後5時(小雨決行。予備日10月29日(日))
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)、②在勤を含む50歳以上の市

民および同連盟登録者40人程度、③在勤を含む55歳以上(ペアの年齢の合計は120歳以上)の市民および同連盟会員25組50人

①③大沢総合グラウンドテニスコート、②新川テニスコート
①1チーム3,600円
物 ラケット、テニスシューズ、帽子
申 9月8日(金)午後3時までに①1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、②同連盟 ☎090-9317-0044へ。同連盟登録者は9月16日(土)までに各連盟理事へ、③ダブルスのペアをそろえて同連盟 ☎090-9317-0044へ。同連盟登録者は各連盟理事へ(いずれも先着制)
同連盟① ☎090-2191-4530、②③ ☎090-9317-0044

市民体育祭 剣道競技

市、市教育委員会、三鷹市体育協会、(公財)三鷹市スポーツと文化財団、三鷹市剣道連盟
9月24日(日)午前9時～午後6時
在学・在勤を含む市民および同連盟加盟団体所属者(個人戦シニアの部は50歳以上の方)
所 SUBARU総合スポーツセンター
¥個人戦1人1,000円、団体戦1チーム5,000円、女子団体戦1チーム3,000円、団体戦(高校生・大学生)1チーム2,500円、女子団体戦(高校生・大学生)1チーム1,500円
物 用具、フェースシールド
申 9月15日(金)(必着)までに必要事項(11面参照)を同連盟☎03-5969-8349・✉rsj02547@nifty.comへ
同連盟 ☎090-3803-3638・✉rsj02547@nifty.com

おうちで学ぼう! リモート防災学習
三鷹消防署 ☎0422-47-0119
8月30日(水)～9月5日(火)は防災週間
東京消防庁ホームページ HP https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/lfe/bou_topic/learning/で防災の知識を身に付け、実際の防災訓練で実践してみましよう。
リモート防災学習はこちら▶

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時閉館) 休館日: 月曜日、祝日
申 特に記載のないものは8月22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でご確認ください。
国立天文台企画サロン アストロノミー・パブ 第195回「次世代超大型電波望遠鏡で探る宇宙誕生から10億年後の姿」【オンライン同時開催】
ゲストは国立天文台首席教授の小林秀行さん。ホストはアストロノミーパブ店主の梅本真由美さん。
9月16日(土)午後6時30分～8時30分 人 所①同大学=15人、②オンライン=30人(前半のトークタイム(講義)のみ) ¥①2,000円(後半パブタイムに軽い飲食付き)、②500円 申②同大学ホームページへ(先着制)
大人のための音読講座
「三鷹ゆかりの作家・作品たち—太宰治『眉山』(その1)」
9月20日(水)午前10時30分～午後0時30分 人12人
朗読家の原きよさん ¥市民1,600円、一般2,000円ほか
人生100年時代を考える「シニア世代が保有する財産の活用方法と次世代への承継方法を考える」
9月20日(水)午後3時～4時30分 人20人 講1級ファイナンシャル・プランニング技能士の大庭和夫さん
杏林大学公開講演会「心が豊かになる買い物—ブランド論の視点から価格と価値を考える」【オンライン講座】
9月26日(火)午前11時～午後0時10分 人90人 講杏林大学講師の大熊美音子さん 申三鷹ネットワーク大学ホームページへ(先着制)
サイエンスカフェみたか9月「地球の生命はどのように生まれたか」【オンライン講座】
9月28日(木)午後7時～8時30分 人20人 講東京都立大学名誉教授の八杉貞雄さん ¥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9月—共感力を高めるカウンセリング技法
9月29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
語学体験講座(入門)
9月30日(土)①韓国語・②ベンガル語・③ロシア語=午前10時30分～午後0時40分、④アラビア語・⑤インドネシア語・⑥ウルドゥー語・⑦タイ語=午後2時～4時10分(午前・午後それぞれ一つの言語のみ申込可)
人①②④⑤⑦各15人、③⑥各6人
講専門学校アジア・アフリカ語学院講師の①李光洙(イ・グァンス)さん、②ホサイン・タンジーナさん、③坂内知子さん、④石垣聡子さん、⑤荻原道子さん、⑥露口哲也さん、⑦シーヌアン・ディパンヨーさん ¥各500円
みたか身の丈起業チャレンジ2023—複業・独立・オンリーワン【教室・オンライン併用】
10月11日～12月20日の毎週水曜日午後7時～8時30分(全11回、通し受講のみ)
人15人 講SOHO CITYみたかフォーラム理事長の河瀬謙一さん、三鷹SOHO倶楽部共同代表の斉藤憲仁さんほか ¥15,000円

◆「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。