

家庭教育学級 元ICU教員 高橋伸先生の 「組織キャンプ」から学ぶ

主 市教育委員会、東台小、同校PTA
日 10月28日(土)午前10時～正午
所 同校
講 元国際基督教大学教員の高橋伸さん
物 動きやすい服装、室内履き、下足入れ
申 10月20日(金)までに申し込みフォーム(右記QRコード)へ
問 教育政策推進室 ☎29-8349



ちいさなお話会

日 10月28日(土)、11月1日(火)午前10時30分～11時30分

人 未就学児と保護者各日10組
所 連雀コミュニティセンター
申 当日会場へ(先着制)
問 連雀地区住民協議会 ☎45-5100

小学生向けスクラッチ プログラミング教室(11月)

主 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=6～27日の毎週月曜日午後4時15分～5時45分、7～28日の毎週火曜日午後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
料 ¥5,000円(教材費を含む)

物 ①パソコン、②USBメモリー
申 10月24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 チョコッとあつぷるーむ(11月)

主 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(A4フレーム編)=4日(土)、③ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前)=6日(月)、④子育てと働き方のバランス講座(未来マップ編)=13日(月)、⑤ベビーマッサージでママと赤ちゃんの素肌スキンケア=16日(木)、⑥親子ヨガレッツ=18日(土)、⑦

楽しく羊毛フェルト「クリスマス飾り」=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、②⑦3歳までのお子さんと保護者、妊婦、③ハイハイ前のお子さんと母親、④3歳までのお子さんと母親、妊婦、⑤2～11カ月のお子さんと保護者、⑥6カ月～2歳6カ月のお子さんと保護者
所 市民協働センター
※申込方法や費用、持ち物など、詳しくは同センターホームページでご確認ください。



小さく生まれたお子さんと その親の交流会

心理相談員による発達のお話や親子遊びの紹介。
日 11月13日(月)午前10時～11時45分
人 市内在住で出生時の体重が2,000g以下の就学前のお子さんと保護者10組
所 総合保健センター
申 問 直接または電話で健康推進課(元気創造プラザ2階) ☎46-3254へ(先着制)

女子中高生必見! デジタル分野の 魅力発見「オフィスツアー」

女性社員の働く姿や仕事・生活スタイル、学生時代の学びなどを紹介。
日 11月23日(木)祝 午後1時～3時
人 都内在住・在学の女子中高生40人
所 日本マイクロソフト(株)(港区)
※詳しくは東京都生活文化スポーツ局ホームページ [HP](https://seikatubunka.metro.tokyo.lg.jp/) <https://seikatubunka.metro.tokyo.lg.jp/> でご確認ください。
問 同局 ☎03-5388-3189

障がいのある方

令和5年度前期分 心身障がい者自動車等燃料費 助成金の請求を受け付けます

人 助成対象者として認定済みの方
※対象者には必要書類を郵送します。
◆助成対象期間 令和5年4月1日～9月30日給油分
◆助成金額 1ℓにつき50円単位で、各月の使用量に応じて助成。1カ月の上限は50ℓ(福祉タクシー券併給の方は30ℓ)

申 10月2日(月)～17日(火)(消印有効)に必要書類を直接または郵送で「〒181-8555障がい者支援課」(市役所1階14番窓口)へ
問 同課 ☎29-9234

健康

8～11月生まれの方へ 特定健康診査・後期高齢者健康診査はお済みですか

新型コロナウイルス感染症の影響を考慮し、今年度は令和6年2月29日(木)まで受診できます。受診期間の終了間際は混雑しますので、早めの受診をお願いします。受診票が手元にない方は、お問い合わせください。
人 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、後期高齢者医療制度加入者
※高齢者施設などに入所(入居)の方は、対象外となる場合があります。
問 健康推進課 ☎24-8571

催し

介護者ひろば

◆認知症介護にかかわる栄養のお話
日 ①男性介護者交流会=10月5日(休)午後1時～3時、②認知症介護者談話室=24日(火)午後1時～3時、③介護者ひろば=25日(水)午前10時～正午
所 ①おむすびハウス(下連雀1-10-20)、②みたかボランティアセンター、③ピアいのかしら(井の頭2-13-6)
講 福祉Laboどんぐり山介護人財育成センター管理栄養士の小形美乃さん
◆認知症家族介護者同士の交流
日 ①10月12日(木)、②19日(木)、いずれも午後1時30分～3時30分
所 ①元気ひろばおれんじ(中原3-1-65)、②高齢者センターけやき苑(深大寺2-29-13)
人 介護者、介護経験者
申 当日会場へ
問 三鷹市社会福祉協議会 ☎79-3505

生活用品活用市

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

みたか親の会

日 10月11日(水)午前10時～正午
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

草花チャリティーバザー

家庭で育てた草花や樹木の苗木などをお持ちください。1株100円で販売し、売り上げを東日本大震災の被災地への桜の植樹や市内公園のベンチなどに寄付します。
◆持ち込みの条件 健全な苗で直径18cm以内のポットや鉢に植えてあるもの。同じ種類の植物は20株まで。苗には名札を付けてください。
日 苗の持ち込み=10月12日(木)～17日

(火)、苗の販売=10月18日(水)～25日(水)午前9時30分～午後4時
所 花と緑の広場
申 期間中会場へ
問 NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会 ☎46-2081

第30回駅前コミュニティまつり

主 三鷹駅周辺住民協議会
日 10月14日(土)・15日(日)午前10時～午後3時
所 三鷹駅前コミュニティセンター
申 当日会場へ
問 同センター ☎71-0025

地域安全市民のつどい

主 三鷹警察署、三鷹防犯協会、市
日 10月14日(土)午後2時～4時
所 三鷹市公会堂光のホール
申 当日会場へ
問 安全安心課 ☎45-1116

若者も和太鼓であそぼう!

日 10月15日、令和6年1月21日、3月10日の日曜日午後1時30分から(全3回)
人 中学生以上の若者で全回参加できる方8人
所 西多世代交流センター
講 チーム綾、チームえんの皆さん
物 タオル、動きやすい服装
申 10月1日(日)から申し込みフォーム(右記QRコード)へ(先着制)
問 同センター ☎31-6039

第37回連雀コミュニティまつり

主 連雀地区住民協議会
日 10月21日(土)・22日(日)午前10時～午後3時30分(22日は3時まで)
所 連雀コミュニティセンター
申 当日会場へ
問 同センター ☎45-5100

秋の植物観察会

日 11月9日(木)午前10時京急三崎口駅改札前集合～午後3時解散
人 20人
所 小網代の森(神奈川県三浦市)
講 樹木医で造園家の佐々木知幸さん
物 昼食、ルーペ、敷物、筆記用具、雨具、単3電池2本(ガイドシステム用)、歩きやすい服装
申 問 10月2日(月)～11月6日(月)にNPO法人花と緑のまち三鷹創造協会 ☎46-2081へ(先着制)

京王駅伝フェスティバル2023

ステージパフォーマンスや出店ブース、FC東京とのコラボイベントなど。
主 京王電鉄(株)
日 11月11日(土)午前10時～午後4時(荒天中止)
所 味の素スタジアム
申 当日会場へ
※駅伝、ファンランの参加は10月15日(日)までに申し込みフォーム(右記QRコード)へ
問 同イベント事務局 ☎03-6809-5955(平日午前10時～午後1時、午後2時～5時)

スポーツ

①土俵を使ってロコモ予防体操!
②土俵でフィットネス!
主 三鷹市相撲連盟
日 ①10月4日～12月27日の水曜日午前9時45分～11時30分(11月29日を



開館に向けて 吉村昭書斎移築整備にご支援を

問 施設について=芸術文化課 ☎0422-29-9861
寄付について=企画経営課 ☎0422-29-9031

長年三鷹市に在住し、徹底した史実調査に基づく記録小説で知られる作家・吉村昭氏。市では、ご遺族から寄贈を受けた書斎建物や遺愛品、貴重な書籍1,000点以上などを活用した展示施設の整備を進めています。



©新潮社

このたび、令和6年2月の開館に向けて、「ふるさと納税」を活用した第3回クラウドファンディングを実施します。ぜひ、ご支援をお願いします。

日 10月3日(火)～12月31日(日)
◆寄付をいただいた方へ
・3,000円以上で、お礼のカードを送ります。
・5万円以上で、完成後の施設に設置する銘板にお名前を掲示します(希望者のみ)。
申 ふるさとチョイス(ガバメントクラウドファンディング)
HP <https://www.furusato-tax.jp/gcf/2659>