

三鷹駅前筋肉体操まつり

同体操のデモンストレーションや体操組織・血管年齢測定コーナー、お菓子・雑貨販売など。

日 11月11日(土)午前11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 三鷹駅周辺地域包括支援センター ☎76-4500

おとな絵本ラウンジ 第84回 トークテーマ「2023年版、あなたのベスト絵本を教えてください！」

日 11月12日(日)午後2時～3時30分
人 20人
所 オンライン会議アプリ「Zoom」
申 11月11日(土)午後5時までに同ラウンジホームページ HP https://otonaehon.jimdofree.com/ (先着制)
問 星と森と絵本の家 ☎39-3401

介護フェスタ2023 「知ってください介護のこと・介護サービスを上手に活用しよう」

日 パネル展示 = 11月13日(月)～17日(金) 午前8時30分～午後5時15分 (17日は4時まで)、介護相談会・福祉用具の展示 = 17日午後1時～4時
所 市役所1階市民ホール
申 期間中会場へ
問 介護保険課 ☎29-9274

生活用品活用市

日 11月13日(月)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

ゆる〜く「発達デコボコカフェ」

日 毎月第3木曜日午後3時～4時30分、6時～7時30分
所 みたかボランティアセンター
料 ¥100円
申 当日会場へ
問 同センター ☎76-1271

連雀通りまちづくり情報コーナー

連雀通りまちづくり協議会の活動紹介と、連雀通り整備に関する展示。
日 11月17日(金)～24日(金)
所 「魚鶴」前(下連雀6-6-71)
申 期間中会場へ
問 (株)まちづくり三鷹 ☎40-9669

平和の絵展

日 11月18日(土)～23日(木・祝) = 一・四小、11月24日(金)～29日(水) = 二・三小・五小・六小・七小・大沢台小・高山小・南浦小・中原小・北野小・井口小・東台小・羽沢小・私立小、いずれも午前10時～午後8時(月曜休館、24日は正午から)

※入賞作品は全期間展示します。

所 三鷹市公会堂さんさん館
申 期間中会場へ
問 企画経営課 ☎29-9032

福祉バザー

バザー、模擬店、ふるしき市、体験コーナーなど。
日 11月19日(日)午前10時～午後2時(小雨決行)
所 三鷹中央防災公園・元気創造プラザ
申 当日会場へ
問 三鷹市社会福祉協議会 ☎46-1108



連コミスports塾 インディアカ体験会

日 11月11日(土)午後1時～4時
人 市民
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

市民体育祭 スポーツ大会

日 11月19日(日)午後0時20分～4時45分
人 在学・在勤を含む16歳以上の市民
所 連雀コミュニティセンター
物 室内履き
申 同連盟 ☎41-2302

◆インディアカ競技

日 11月19日(日)午後0時20分～4時45分
人 在学・在勤を含む16歳以上の市民
所 連雀コミュニティセンター
物 室内履き
申 同連盟 ☎41-2302

◆太極拳競技

日 11月19日(日)午後1時～4時
人 市内で活動している太極拳グループ
所 SUBARU総合スポーツセンター
申 同連盟 ☎090-2401-9483 (日中のみ)

◆フットサル競技(壮年・女子の部)

日 12月2日(土)正午～午後2時30分
人 壮年(令和6年4月1日時点で40歳以上)または15歳以上の女性で構成されたチームまたは個人、いずれも4チーム(1チーム5人以上、中学生不可)
所 SUBARU総合スポーツセンター
物 シューズ(スパイク不可)
申 同協会ホームページ HP https://mitakafa.jp/ (先着制)

◆バレーボール競技(一般の部・男子9人制)

日 12月9日(土)午前9時～午後6時

人 在学・在勤を含む高校生以上の市民で構成されたチーム
所 SUBARU総合スポーツセンター
申 同11月30日(木)(必着)までに同連盟
問 mitaka.volleyball.renmei@gmail.com

◆フットサル競技(一般の部)

日 12月16日(土)正午～午後2時30分
人 在学・在勤を含む15歳以上の市民で構成された4チーム(5人以上)または個人(中学生不可)
所 SUBARU総合スポーツセンター
物 室内履き(靴底がアメ色、白色、無色)
申 同協会ホームページ HP https://mitakafa.jp/ (先着制)

①秋のダンスの集い

日 11月23日(木・祝) ①午後0時30分～2時30分、②3時～5時
人 ②59歳以下の方20人、60歳以上の方80人
所 SUBARU総合スポーツセンター
料 ¥1600円
物 ダンスシューズ(新品革製のヒールカバー付き)
申 当日会場へ
問 同連盟 ☎080-8289-1173

②ダンススポーツ・シニア講習会

日 11月23日(木・祝) ①午後0時30分～2時30分、②3時～5時
人 ②59歳以下の方20人、60歳以上の方80人
所 SUBARU総合スポーツセンター
料 ¥1600円
物 ダンスシューズ(新品革製のヒールカバー付き)
申 当日会場へ
問 同連盟 ☎080-8289-1173

剣道の大会・講習会・教室

日 ①少年剣道錬成大会 = 12月3日(日)午前10時～午後4時、②シニア指導講習会 = 12月6・20・27日の水曜日午前9時20分～11時30分、15日(金)午前10時～11時30分、③一般講習会 = 12月17・24日の日曜日午前9時30分～11時30分、④ジュニア教室 = 12月17・24日正午～午後2時30分
人 ①市内および同連盟所属の小・中学生、②在勤を含む60歳以上の市民で有段者各日30人、③在学・在勤を含む市民各日40人、④市内の小・中学生各日40人
所 SUBARU総合スポーツセンター
物 剣道用具、フェースシールド
申 同11月20日(月)までに同連盟 ☎090-3803-3638 (日中のみ)、②～④必要事項(11面参照)を同連盟 ☎090-3803-3638・✉rsj02547@nifty.com (先着制)

卓球の教室・講習会・大会

日 ①教室 = 12月9日(土)午前9時～正午、②講習会 = 12月9～23日の毎週土曜日正午～午後3時(初級)、3時～6時(中級)、③三鷹市混合ダブルス卓球大会(オープン) = 12月24日(日)午前9時～午後9時
人 在学・在勤を含む小学生以上の市民 ①40人、②各日20人、③在学・在勤を含む市民150組
所 SUBARU総合スポーツセンター
料 ¥1400円(中学生以下200円)、②200円(中学生以下100円)、③1組2,000円
物 室内履き、②ラケット、ボール
申 ①②当日会場へ、③11月6日(月)～20日(月)(必着)に申込書(同連盟ホームページで入手)を「〒181-0013下連雀1-24-2三鷹市混合ダブルス卓球大会担当者」・同連盟 ✉info@mitkattl.jp (いずれも先着制)
問 同連盟 ① ☎71-7449、② ☎43-3350、③ ☎48-9067 (午後6時～9時)

親子バドミントン体験会

日 12月9日(土)午後1時～3時
人 市民10組
所 連雀コミュニティセンター
物 タオル、室内履き
申 同11月6日(月)午前10時～12月4日(月)午後8時30分に同センター ☎45-5100
問 https://www.mitakacc.jp/renjk-cc/ (先着制)

ベッセルフラフェスト

日 令和6年3月9日(土)午後1時～4時
人 市内のフラダンス自主グループ10組
所 芸術文化センター星のホール
料 ¥1人2,000円
申 代表者の必要事項(11面参照)・グループ名・活動拠点・参加人数・曲名(2曲、1曲5分以内)を同クラブ ✉besseru.hulafest@gmail.com (先着制)
問 同クラブ(石井) ☎080-5055-4296



スマホ・タブレット教室

日 ①1月1回午後1時～2時30分、②4回2時30分～4時(いずれも木曜日)
人 ①4人、②3人
料 ¥1,200円(1回分)、②8,000円(4回分)
申 11月24日(金)(必着)までに必要事項(11面参照)・お使いの機種を「〒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

井口栄養料理教室

日 11月15日(水)午前10時30分～午後1時
人 12人
所 井口コミュニティセンター
講 三鷹地域活動栄養士の奈良理香子さん
料 ¥500円
物 エプロン、三角巾、布巾2枚
申 11月12日(日)までに参加費を同センターへ(先着制)
問 同センター ☎32-7141

ファブスペースみたかワークショップ 3Dプリンターでクッキー型をつくろう!

日 11月18日(土)午後1時～4時
人 小学4年生以上の方4人
所 三鷹産業プラザ
講 (株)ウッドボックスエンジニアリングの浅古綾香さん
料 ¥2,200円(材料代を含む)
申 申し込みフォーム(右記QRコード)へ(先着制)
問 同施設 ☎48-3520

西多世代交流センターの講座

日 ①おうち時間を楽しくするコーヒー = 11月19日(日)午前10時～正午、②大人の塗り絵 = 12月2日(土)午前10時～正午
人 ①24人、②20人
講 ①TINY PONTA COFFEEの諏訪安政さん
料 ¥1500円
物 室内履き
申 同11月6日(月)～13日(月)に同センター ☎32-8765 または申し込みフォーム(上記QRコード)

NPO法人みたか市民協働ネットワーク設立15周年・市民協働センター開設20周年記念事業

申 同センター ☎0422-46-0048
HP https://kyodo-mitaka.org/contact/form/ (先着制)

テーマは、「協働」の次にくるもの—これからの中間支援のあり方を考える。

日 12月2日(土)午後0時45分～5時、3日(日)1時～5時 人 各日80人 所 同センター

- ◆オープニング ICU Bell Peppersによるハンドベル演奏(0時45分から)
◆第1部 式典(1時～1時35分。招待者のみ)
◆第2部 NPO法人協力アカデミー代表の松原明さんによる基調講演(1時50分～3時)、パネルディスカッション(3時～4時)、交流会(4時～5時)
料 ¥1,000円(第2部)

- ◆市民活動団体発表(1時～3時30分) ◆大交流会(3時30分～5時)
料 ¥500円

