



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X(旧Twitter)

https://twitter.com/mitaka_tokyo



今号の紙面から

「みたか地域ポイント」の愛称が「みたポ」に決まりました!.....2面

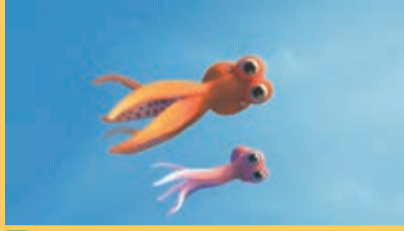
第114回 三鷹市親子音楽会.....3面

市からのお知らせ.....11面から

3月9日(土)午後1時
吉村昭書斎がオープン!.....12面

三鷹キウワイン2024
第1弾「無ろ過新酒」が発売.....12面

三鷹の森 アニメフェスタ 2024 芸術文化センター 星のホール



アニメーション 古今東西 その20

問 三鷹の森ジブリ美術館 ☎0570-055777(ごあんないダイヤル)、市芸術文化課 ☎0422-29-9861 **手話**

同館が厳選した、古今東西の傑作アニメーションの上映会にご招待します。

人 第1部・第2部ともに250人程度(1組4人まで、市外在住者は1組2人まで)

申 2月15日(木)(必着)までに代表者の必要事項(11面参照)・参加人数・希望する部(第1部・第2部のいずれか)を「〒181-8555芸術文化課」または申し込みフォーム(右記QRコード)へ(希望する部ごとに1組1通。申込多数の場合は抽選)

※当選者のみ2月21日(水)以降に招待状を発送します(当落の電話確認は不可)。



第1部 短編映画上映会 「アニメーションで世界旅行」

3月2日(土) 午前10時30分～午後1時ごろ

- 1 『HIDARI』(川村真司・小川育/2023年/6分/日本)
- 2 『Sound of Light』(Julia De Araujo, Coline Fagot, Marine Hubo, Laura Lucinus, Remer Alice, Renaud Lisa, Mangeot Chloé/2022年/5分/フランス)
- 3 『TOKRI』(Suresh Eriyat/2017年/15分/インド)
- 4 『Oktapodi』(Julien Bocabeille, François-Xavier Chanioux, Olivier Delabarre, Thierry Marchand, Quentin Marmier, Emud Mokhberi/2008年/5分/フランス)
- 『ファラオ』(Michel Ocelot/2022年/20分/フランス・ベルギー)
- 『おたまじゃくしがお母さんを探す』(1960年/15分/中国)
- 『飲みすぎた一杯』(Břetislav Pojar/1953年/18分/チェコスロバキア)

第2部 アヌシー国際アニメーション映画祭最高賞受賞作 長編映画『カラミティ』上映&特別ゲストトークショー

3月2日(土) 午後2時30分～5時ごろ

5 『カラミティ』(Rémi Chayé/2020年/82分/フランス・デンマーク合作)

アメリカの西部開拓時代、家族とともに幌馬車隊で旅するマーサは、負傷した父親に代わり家族を守るため、ズボンをはき馬に乗る決意をする。しかし、女性は女性らしくという古い慣習を大事にする旅団の面々とあつれきを生んでしまい、大きなトラブルに巻き込まれていく。

上映後はヒップホップ・グループ「ライムスター」のラッパーで、TBSラジオ『アフター6ジャンクション2』のパーソナリティとしても活躍中の宇多丸さん(写真)が、愛のある本音の映画批評で本作の魅力を語ります。



第22回 インディーズ アニメフェスタ

3月3日(日)
午後1時30分
(1時開場)
4時ごろ

問 市生活経済課 ☎0422-29-9615、(有)そーほっと ☎0422-70-3705 **手話**

アニメーションに関する才能の発掘を目的とした映像イベントです。ノミネート作品を上映し、プロの審査員と来場者の審査により受賞作を決定します。作者による作品紹介や審査員の講評も会場ならではのお楽しみです。

人 200人 申 当日会場へ(先着制)



市長コラム 吉村作品に学ぶ防災



三鷹市長
河村 孝

「いよいよ新しい年...」と思っていた元日の夕方、能登半島地震発生。ニュースが流れました。それから約1カ月がたった現在も、被災地ではいまだに多くの方が、厳しい寒さの中で不安な日々を過ごされています。年始に行われたある会合で、主催者のお一人が「被災地に思いをはせると、ついで下を向いてしまいがちですが、こんな時だからこそ、上を向いて元気を出しましょう。そして、その元気を被災地に届けましょう」といさつされたのが心に残りました。市では、被災地への募金活動を始めていますが、今後、関係機関と調整しながら本格的な支援活動も進めていく考えです。東日本大震災のときの経験であれば、この支援は息の長い活動になるはず。

振り返れば、昨年は関東大震災から100年という節目の年でした。今号の12面では、「吉村昭書斎」のオープンをお知らせしていますが、吉村昭さんといえば「関東大震災」や「三陸海岸大津波」など、自然災害を題材にした記録文学と呼ばれる小説でも知られています。災害が頻発する昨今、学ぶべきことが本場に多い作品です。これを機にぜひご一読いただき、先人が伝える災害の教訓に学び、防災への意識を高めていただければと思います。

YouTubeで
配信中
「河村市長に
聞いてみた!」



「みたか地域ポイント」の愛称が「みたポ」に決まりました！

企画経営課 ☎0422-29-9031

419件の応募の中から、最優秀賞を受賞した「みたポ」が愛称に採用されました。4月からの本格運用に向けて、愛称の使用を開始します。たくさんのご応募をいただき、ありがとうございました。

審査結果

- 最優秀賞 「みたポ」(かななんさん ほか20人)
- 優秀賞 「みたポン」(きみきみさん ほか17人)
- 市長特別賞 「ポキポ」(こんてるみさん ほか15人)

※上記三つの愛称と表記が完全に一致した方へ「みたか地域ポイント」を贈呈します。

価格高騰重点支援給付金

同給付金コールセンター ☎0422-29-9617(平日午前9時～午後5時)

市では、下記対象世帯向けの給付金を予定しています。詳細は決まり次第、『広報みたか』や市ホームページなどでお知らせします。

◆対象世帯

- ①住民税均等割のみ課税世帯
- ②住民税非課税世帯または住民税均等割のみ課税世帯で、平成17年4月2日以降に生まれた児童がいる世帯

◆給付額

- ①1世帯当たり10万円
 - ②児童1人当たり5万円(追加給付)
- ※受給は1回限り。

申請は2月29日(木)(必着)まで 低所得の子育て世帯 生活支援特別給付金



子育て支援課 ☎0422-29-8107

食費などの物価高騰に直面し、家計が悪化している低所得の子育て世帯に対し、対象児童1人につき5万円を給付しています。ひとり親世帯は給付要件が異なりますので、市ホームページでご確認ください。

※2月15～29日生まれのお子さんがある対象世帯の方は、3月15日(金)午後5時まで申請が可能です。

保育園などの4月1日入園 2次募集の受け付け・ 希望園の変更



子ども育成課 ☎0422-29-9673

各保育園の募集状況は、市ホームページまたは同課の掲示で確認できます。

①新たに新年度入園を申し込む方、②1次募集受付期間中に申し込み済みで希望園を変更したい方

2月8日(木)午後5時15分(必着)までに申請書類を直接または郵送で「〒181-8555子ども育成課」(市役所4階45番窓口)へ

※1次募集で内定しなかった方は、希望園で追加募集があった場合、自動的に2次募集の選考対象になります(申し込み不要)。

※2次募集の内定通知は3月4日(月)ごろに発送します(内定者のみ)。



皆さんの納税が、安心して暮らせるまちづくりを支えています

納税課 ☎0422-29-9210(納税相談)・☎0422-29-9218(口座振替)

税金は、教育や福祉、防災などの市民サービスを提供するための貴重な財源です。納期限内に納付された方との公平性を確保するため、さまざまな方法で収納率の向上に取り組んでいます。

2月は固定資産税・都市計画税(第4期)の納期です 納期限内の納付にご協力をお願いします。

●簡単・確実・便利な納付方法をご利用ください

●口座振替

納付忘れを防ぐためには、口座振替が便利です。納期限内に自動で引き落とされます。

※口座登録された方には、同課(市役所2階25番窓口)で粗品を差し上げています。

●クレジットカードやスマートフォン決済アプリでの納付

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ことで、クレジットカードやスマートフォン決済アプリで納付ができます。

●こんなときには必ず相談を！

災害や事業の廃止、失業、病気などのやむを得ない事情により、一時的に市税などの納付が困難な方の相談をお受けします。事前に状況をお聞きしたうえで、資料をご提出いただけます。

※「住宅ローン」「自動車ローン」「収入に見合わない生活の維持・浪費」などは、やむを得ない事情とは認められません。

●休日納税相談窓口を開設します

平日に相談が難しい方は、ぜひご利用ください。窓口での納付や電話相談も受け付けます。

※所得税の確定申告に関する相談は行っていません。

2月17・24日の土曜日、18・25日の日曜日 午前9時～午後4時30分

同課(市役所2階25番窓口)

※本庁舎南側スロープ下の地下1階警備室前通用口からお入りください。



納期限内に納付しないと延滞金が発生
(年8.7%。納期限の翌日から1カ月は年2.4%)

文書や電話で督促・催告

※三鷹市納税推進センターが電話やショートメッセージサービスで納付忘れの案内をしています。

※同センターは振り込みを指示する案内は行いません。不審な場合は同課へご連絡ください。

財産調査

預貯金や生命保険、不動産の調査、勤務先へ給与の調査、自宅の搜索など。

財産の差し押さえ・換価

財産が判明した場合には、事前通告なく差し押さえを行い、税金に充当します。

令和4年度 差し押さえ件数 約1,000件

固定資産税・都市計画税の減免

次の固定資産の場合、減免が認められる場合があります(申請後に納期限が来るものが対象)。

- ①国や市などが無償で借り受けまたは譲渡を受けた
- ②震災、風水害、火災などにより被害を受けた
- ③相続税のため物納した
- ④公共事業などで、国、地方公共団体または土地開発公社が売買で取得(所有権移転登記および引き渡し完了)

2月29日(木)までに申請書と必要書類を資産税課(市役所2階28番窓口)へ

同課 ☎0422-29-9197

第114回 三鷹市親子音楽会



☎芸術文化課☎0422-29-9861

未就学のお子さんから保護者まで楽しめる音楽会です。

プログラム

- 第1部「オーケストラ競技大会」
- 第2部「ララちゃんとタイラー博士
一怪盗リズム伯爵のなぞなぞ」

出演

中城良さん(指揮)、岡崎裕美さん、たいらいさおさん(歌と司会)、大輪知司さん、宮城太一さん(ゲスト)、三鷹市管弦楽団(演奏)

☎ 3月10日(日)午後1時30分～3時

人 600人

所 三鷹市公会堂光のホール

申 2月21日(水)(必着)までに往復はがきで必要事項(11面参照)・参加者全員(5人まで)の氏名・年齢を「〒181-8555芸術文化課」、または申し込みフォーム(右記QRコード)へ(1組1通。申込多数の場合は市民を優先して抽選。結果は2月28日(水)以降に通知。当日席はありません)



AIデマンド交通を臨時運行します

利用方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。



わん!だふる読書体験



所 ☎三鷹図書館(本館)☎0422-43-9151

読書サポート犬と触れ合いながら

本の読み聞かせ体験ができるイベントです

犬のためにいろいろな本を見て選んだり、読む練習をしたりと、犬との触れ合いを通じてお子さんに読書の楽しさを感じてもらえる内容です。普段は学校や病院などで活動している(公社)日本動物病院協会(JAHA)のボランティアチームの協力の下で開催しています。

☎ 2月17日、3月2日の土曜日午後1時20分～3時15分

人 犬アレルギーのない市内の小学生各日8人

物 犬に読み聞かせたい本数冊(袋に入れる)

申 2月8日(水)までに申し込みフォーム(右記QRコード)へ(申込多数の場合は抽選)

※結果は2月14日(水)に図書館ホームページで公開し、当選者には15日(木)に電話連絡します。



縄文人はグルメだったか？ 考古学者が本気で縄文食を考える

☎生涯学習課☎0422-29-9867

第一線で活躍する植物・動物考古学者たちが、科学的根拠に大胆な推測と若干の願望を加えて、縄文人の食事について本気で、楽しく語り合う座談会を公開します。当日試作する料理を通じて縄文時代の実像に迫る、挑戦的な内容です。

☎ 3月10日(日)午後1時～3時

人 70人

所 教育センター

講 中央大学文学部教授の小林謙一さん、金沢大学古代文明・文化資源学研究所特任教授の佐々木由香さん、飛ノ台史跡公園博物館主任学芸員の畑山智史さん



◆縄文人はグルメだったか？ 調理実習編

上記座談会の前に、縄文時代に食べられていた食材や調理方法を考え、食事の一部を復元・試食します。調理終了後は座談会(上記)を聴講できます。

☎ 3月10日午前9時～正午

人 中学生以上で普段から料理を作っている方10人

所 生涯学習センター

講 中央大学文学部教授の小林謙一さん



申 2月5日(月)午前9時30分から必要事項(11面参照)を同課☎0422-29-9867・☎shogai@city.mitaka.lg.jpへ(先着制)

紫草復活に向けた作業に 参加しませんか

☎生涯学習課☎0422-29-9862

かつて武蔵野に多く自生していた「紫草(ムラサキ)」の栽培と、染め物の復元を目指す活動です。種まきから染め物まで一連の流れを学びませんか。

☎ 2月24日、5月25日、11月9日、12月7日の土曜日午後1時30分～3時30分(全4回。小雨決行)

人 全回参加できる方20人

所 大沢の里古民家周辺

講 みたか紫草復活プロジェクト会長の西村学さん

物 作業用手袋、汚れてもよい服装

申 必要事項(11面参照)を同課☎0422-29-9862・☎shogai@city.mitaka.lg.jpへ(先着制)

※講座の無い月は、月1回程度の自主的活動があります。

※12月7日以外は屋外での作業になります。



生涯学習センターの講座

所 ☎同センター☎0422-49-2521

①ボードゲームの世界

ボードゲームの魅力的な歴史や概要を説明した後、グループに分かれて5種類ほどのゲームを体験します。ボードゲームの多様性や自由さ、楽しさを存分に味わってください。

☎ 3月9日(土)午後1時30分～4時30分

人 小学4年生以上の方30人

講 駿河台大学メディア情報学部准教授の竹内俊彦さん

¥ 1,000円(60歳以上の方は500円、学生は無料)

②円満な相続のための 相続と贈与の基礎知識

令和6年、贈与税・相続税の改正や相続登記の義務化など、相続に関する法律が改正されます。相続に関わる税金の基本を学び、トラブルを回避するための備えについて考える講座です。

☎ 3月11日(月)午前10時～正午

人 16歳以上の方30人

③ことばで遊んで表現力をみがこう

感動したときや思いを伝えたいとき、助けてくれるのが豊かな言葉の表現です。言葉遊びを通して語彙(ごい)力を高め、表現力を磨きましょう。

☎ 3月16日(土)午後1時30分～3時30分

人 小学5年生～中学生20人

講 言葉遊び作家で児童文学者のながたみかこさん(写真)



申 ①②2月19日(月)(必着)、③18日(日)までに元気創造プラザ講座申込システム [HP](https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/) <https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/>へ(申込多数の場合は、市民を優先して抽選)

※②は往復はがきでの申し込みも可。必要事項(11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」へ。

2月は省エネルギー月間です

問 環境政策課 ☎0422-29-9612

冬は暖房や給湯器の使用などにより、エネルギー消費が多くなる傾向があります。「寒い」「暖かい」などの体感、周囲の物の表面温度にも左右されるので、窓や床など家の中に冷たいところを作らないことがポイントです。また、熱を逃がさない、冷気を入れないための工夫をして住宅の省エネ性能を高めましょう。

◆東京ゼロエミポイント

問 同ポイントコールセンター ☎0570-005-083

家電製品は年々進歩しており、買い替えるだけでも大きな省エネが図れます。東京都では3月31日(日)まで、基準を満たす対象機器への買い替えに対して、商品券などに交換可能な「東京ゼロエミポイント」を付与する事業を実施しています。



環境講座

「我が家にも置ける?太陽光パネルの疑問、解消します」 &太陽光設置・窓断熱リフォーム相談会

こんな疑問や悩みがある方にお勧めです。

- 太陽光発電は気になるけど、うちに取り付けられるか分からない
- 光熱費を安く抑えたい
- 家が寒いから断熱リフォームをしたい

※参加者には「みたか地域ポイント」100ポイントを贈呈します。

日 3月3日(日)午後2時～4時 人 市民40人

所 三鷹市公会堂さんさん館

講 みたか環境活動推進会議会長で(株)Lazo代表取締役の中島翔さん

申 2月22日(木)(必着)までに必要事項(11面参照)を「〒181-8555環境政策課」・FAX 0422-45-5291・✉kankyo@city.mitaka.lg.jpへ(申込多数の場合は抽選)



骨粗しょう症予防教室

食事の講話&エクササイズ

問 健康推進課 ☎0422-24-8207

女性ホルモンは40代以降、急激に減少し、骨粗しょう症のリスクが高くなります。骨密度の低下を緩やかにし、数年後も理想のカラダでいるカギは、運動習慣とバランスの良い食事にあります。

骨密度と筋肉に着目し、「骨美人」を実現させるセルフケア方法をお伝えします。

日 3月1日(金)午後1時30分～3時30分

人 在勤を含む40～69歳の女性市民20人

所 総合保健センター

講 管理栄養士の若林知津江さん、健康運動指導士の鈴木直美さん

物 タオル、靴下、動きやすい服装

申 2月5日(月)午前9時から申し込みフォーム(右記QRコード)へ(先着制)



市民健康講座 自律神経とは?

— ところと身体のリセット術

問 健康推進課 ☎0422-24-8207

私たちの健康の維持に大切な働きをする自律神経の仕組みや働きを知り、ところと身体を上手に整えるセルフケアについて学びます。

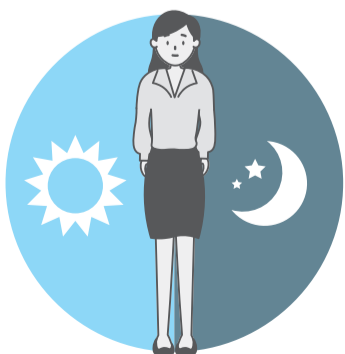
日 3月8日(金)午前10時30分～正午

人 在勤を含む市民30人

所 牟礼コミュニティセンター

講 人間総合科学大学教授の鍵谷方子さん

申 2月5日(月)から直接または電話で同センター ☎0422-49-3441へ(先着制)



第87回MISHOP国際理解講座

イグ・ノーベル賞 教育学賞受賞講演 「教師や生徒の退屈に関する共同研究」

主 問 (公財)三鷹国際交流協会(MISHOP) ☎0422-43-7812

「生徒が授業中に退屈だと感じる」。誰もが経験がありそうで、しかし当然のこととして通り過ぎてしまっていたテーマかもしれません。

同研究で第33回イグ・ノーベル賞を受賞した国際基督教大学教養学部准教授のクリスチャン・チャンさん(写真)の魅力的なトークをぜひお聞きください。
※英語での講演です(通訳付き)。



日 2月24日(土)午後2時～4時

人 100人

所 三鷹産業プラザ

申 直接または電話、申し込みフォーム(右記QRコード)で同協会 ☎0422-43-7812へ(先着制)



◆イグ・ノーベル賞

ノーベル賞をもじって名付けられた賞で、人々を思わず笑わせ、考えさせてくれるユーモアにあふれた10部門の個人やグループに贈られます。17年連続で日本の研究者が選ばれています。

3月3日(日)まで



図書館アンケートにご協力ください

問 三鷹図書館(本館) ☎0422-43-9151

◆利用者アンケート

図書館の具体的な数値目標と活動について点検・評価を行い、サービスと環境の向上を目指すために毎年実施しています。

市立図書館全館で配布しているアンケート用紙を回収箱へ提出してください。入力フォーム(右記QRコード)から回答することもできます。



◆未利用者アンケート

より多くの市民の皆さんに利用される図書館を目指し、「図書館を利用したことがない」「昔は利用していたが最近利用しなくなった」という方からの意見を募集します。入力フォーム(右記QRコード)から回答をお願いします。



天文・科学情報スペース企画展

ふくしま星・月の風景写真展 in 三鷹

所 問 同施設(下連雀3-28-20三鷹中央ビル1階) ☎0422-26-9951

「ふくしま星・月の風景フォトコンテスト」の入賞作品を展示します。福島県内各地の美しい風景や、その上空を彩る星・月の輝きを捉えた作品の数々をお楽しみください。

日 前期=2月16日(金)～3月10日(日)、後期=3月14日(木)～4月14日(日)午前11時～午後6時30分(月・火曜日、祝日休館)

申 期間中会場へ



福島民友新聞社賞
「三日月マリブリッジに映える」
(撮影: 山本敏和)

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。 ※タイトル後に★のあるものは生涯学習課の講師派遣事業。
☎HP <https://www.city.mitaka.lg.jp/>または ☎76-2490へ ☎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。

3月3日発行号
原稿締切日 2月6日(火)
3月17日発行号
原稿締切日 2月20日(火)
いずれも午後5時まで

催し

高田芳樹展
☎ぎやらりー由芽 ☎2月3～18日(日)正午～午後7時(木曜日休み) ☎同画廊 ☎期間中会場へ ☎同画廊 ☎47-5241

からだもあたまも気持ちもスッキリ日曜日！
駅前ラジオ体操&軽いウォーキングとごみ拾い&朝カフェ！

☎つながりのはじめまして ☎毎週日曜日午前6時25分から(雨天中止) ☎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 ☎同会 ☎080-3356-5617・HP <https://www.enchante-mitaka.tokyo/>

東京三鷹の森 笑顔ラフター
☎インターナショナル笑いヨガ・ラフターヨガ ☎2月4・25日の日曜日午前10時～午後0時50分 ☎三鷹駅前コミュニティセンター ☎1回500円 ☎☎ハラ ☎090-3902-9691・モリ ☎47-5033(初回のみ申込)

コンビニひろば
☎NPO法人子育てコンビニ ☎2月5日(月)・28日(水)午前10時～正午 ☎元気ひろばおれんじ(中原3-1-65) ☎同法人 ☎info2@kosodate.or.jp ☎同法人 ☎41-7021

気楽に手作りの会(粘土アート・つる&藤・押し花)
☎2月8日(水)午後1時～3時30分 ☎三鷹駅前コミュニティセンター ☎初回1,200円 ☎☎土生(はぶ) ☎090-4821-9511

プリザーブドフラワーや生花を使って、フラワーアレンジメント！
☎フラワー・プランティエ ☎①生花=2月9日、②プリザーブドフラワー=16日、いずれも金曜日午後1時～3時 ☎三鷹駅前コミュニティセンター ☎1回3,000円 ☎☎各開催日の2日前までに大西 ☎080-6871-1014

天文台周辺まちづくりと学校統廃合を考える学習会
☎新婦人三鷹支部 ☎2月10日(土)午後1時40分～3時30分 ☎大沢コミュニティセンター ☎当日会場へ ☎同山 ☎090-9963-8917

「今日も明日も負け犬。」上映会
☎ICU起立性調節障害(OD)サポートコミュニティ ☎2月10日(土)午後2時30分～5時 ☎同

大学 ☎申し込みフォーム HP <https://forms.gle/cdGutizZ8z1f49DJA> ☎内田 ☎080-9880-1527

知って、見つけて、語り合おう、ジェンダー・性の多様性ワークショップ
☎一人十色でかたりば ☎2月12日(月・休)午前10時30分～午後0時30分、2時～4時 ☎各回30人 ☎三鷹産業プラザ ☎☎森下 ☎090-2430-8810・☎hitoritoiro2525@gmail.com(先着制。空きがあれば当日参加も可)

足から健康 外反母趾(ぼし)・巻き爪改善セルフケアを覚えよう！
☎倉橋 ☎2月12日(月・休)午後2時から ☎三鷹市公会堂さんさん館 ☎1,800円(マッサージオイル代を含む) ☎☎倉橋 ☎090-4941-3533

老化予防、体調不良から身を守る！漢方健康常識講座
☎漢文クラブ ☎2月13日(火)午前10時20分～11時50分 ☎連雀コミュニティセンター ☎☎王 ☎080-7822-9201・☎dazhongjp@outlook.jp

おむすびハウス三鷹の催し
☎①おむすびオープンカフェ=2月13日(火)午後1時～4時、②杏林大学教授岡村裕さんによる講演「マインドフルエイジングのすすめ」=15日(木)午後1時30分～3時 ☎同施設(下連雀1-10-20) ☎①100円、②200円 ☎☎当日会場へ、②山野 ☎42-6558 ☎☎藤原 ☎46-4117、②山野 ☎42-6558

発達デコボコカフェ
☎ゆる〜く ☎2月15日(木)午後3時～4時30分、6時～7時30分 ☎みたかボランティアセンター ☎1回100円 ☎☎当日会場へ ☎同センター ☎76-1271

講演会「高齢者の住まいの選び方—自分らしく生きるために」★
☎三鷹・高齢社会をよくする会 ☎2月16日(金)午後1時～3時 ☎生涯学習センター ☎社会福祉士の宮下こず枝さん ☎200円(教材費) ☎☎当日会場へ ☎同新井 ☎31-8889

第210回井の頭かんざつ会「樹皮と樹形に見る木の履歴」
☎2月18日(日)午前10時～正午 ☎井の頭公

園 ☎300円 ☎☎同会 HP <http://kansatsukai.net/> ☎村上 ☎kentax.high@gmail.com

若返りのプチヨガ+お顔の体操&身近な材料で作る健康茶
☎三鷹市の福祉をすすめる女性の会 ☎2月19日(月)午前10時～正午 ☎5人 ☎福祉センター ☎200円 ☎☎2月15日(休)までに鎌田 ☎47-6254(先着制)

なのはな園シュタイナー子育て講座「子どもが正しく判断できる人に育つために親ができること」
☎(一社)ヴァルドルフの森キンダーガルテンなのはな園 ☎2月20日(火)午前10時30分～正午 ☎30人 ☎井の頭コミュニティセンター ☎2,000円 ☎☎申し込みフォーム HP <https://nanohana-en.stores.jp/> ☎同園(萩原) ☎79-4598

ザック balan に話そう会(お一人暮らしの方大歓迎)
☎21世紀はあなたが主役 ☎2月21日(水)午後1時～4時 ☎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) ☎☎モリ ☎090-8625-2063・☎47-5033

100歳までの笑ってげんきな体づくり★
☎笑ってげんき会 ☎2月24日(土)午前10時～11時30分 ☎☎生涯学習センター、②オンライン会議アプリ「Zoom」 ☎介護予防運動指導者の並木富士子さん ☎①300円 ☎☎当日会場へ、②2月20日(火)までに近藤 ☎keikondo2266@gmail.com ☎近藤 ☎090-7173-6425

ウォーキングフットボール体験会(女性、シニア、初心者、ファミリーでの参加歓迎)
☎M.フットボールクラブ ☎2月24日(土)午後1時～2時30分 ☎小学生以下は保護者同伴 ☎大沢総合グラウンド ☎500円 ☎☎石川 ☎m.footballclub.2023@gmail.com

講演「現代人が江戸時代の教育に学ぶこと」★
☎みんなのみたか ☎2月24日(土)午後2時～4時 ☎24人 ☎生涯学習センター ☎東京学芸大学名誉教授の大石学さん ☎☎倉林 ☎min taka0512@gmail.com(先着制) ☎☎倉林 ☎090-2741-1208

第101回三鷹雑学大学講義 プラスチック資源循環による「循環経済」への道筋—どうするプラスチック汚染
☎三鷹雑学大学 ☎2月25日(日)午前10時～正午 ☎消費者活動センター ☎☎当日会場へ ☎☎近藤 ☎090-8492-3066

Rare Disease Day(世界希少・難治性疾患の日)in MITAKA イベント
☎難病・障害とまちをつなぐ[RDD三鷹] ☎2月25日(日)正午～午後4時30分 ☎市民協働センター ☎☎当日会場へ ☎☎同会 ☎rdd.mitaka@gmail.com

相愛講演会「子どもを育てる見えない力—折れない心はどう育つ？」
☎相愛地域交流委員会 ☎2月25日(日)午後1時30分～3時 ☎相愛教会(牟礼4-3-46) ☎☎当日会場へ ☎☎下島 ☎43-1642

公開講座「続・ハイデガー『存在と時間』冒頭部を読む」★
☎自主グループ「哲学の小径」 ☎3月23日(土)午前10時～11時 ☎20人 ☎生涯学習センター ☎明治大学文学部教授の池田喬さん ☎200円(教材費) ☎☎同会 ☎nobu-w@soleil.ocn.ne.jp(先着制) ☎☎渡邊 ☎070-4190-8198

会員募集

ハーモニカサークル「風」
☎毎月第2・4土曜日午後1時～4時 ☎みたかボランティアセンター ☎☎同会 ☎☎我妻 ☎090-4709-5569

NPO法人こもれび「ひだまり健康麻雀」
☎2月2日(木)午後1時30分～4時15分 ☎おむね65歳以上の女性で麻雀初心者の方10人 ☎同会(上連雀9-1-21) ☎1回500円 ☎☎☎2月29日(休)までに同法人(高島) ☎42-4471(申込多数の場合は抽選)

絵画クラブ「月曜会」
☎毎週月曜日午後0時30分～3時30分 ☎生涯学習センター ☎月額4,000円 ☎☎☎松本 ☎71-6757

伝言板

三鷹小鳩幼稚園で汽車に乗ろう
☎2月21日(水)午前11時15分から ☎同園 ☎☎同園 ☎48-8903(平日午前9時～午後5時)

チケットインフォメーション



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

中田喜直生誕100年 三鷹でうまれた歌とともに 保育 めだかの学校ファミリーコンサート

三鷹市公会堂 光のホール 2月18日(日) 午後2時開演

チケット発売中(全席指定)
会員=450円 一般(高校生以上)=500円 小・中学生無料
※小学生は高校生以上の方の同伴が必要です。
※未就学児は入場できません。

主催：市、(公財)三鷹市スポーツと文化財団
制作協力：ナカダ音楽事務所、音楽出版ハッピーエコー、ブルックス・コミュニケーションズ
後援：(一社)日本童謡協会

[出演]眞理ヨシコ(うた・お話)、たいらいさお(うた)、稲村なおこ(うた)、篠崎仁美(ピアノ)、中田順子(うた)、壹岐ののか(ピアノ)、みたかジュニア・オーケストラ(アンサンブル)

[曲目]中田喜直：めだかの学校、夏の思い出、ちいさい秋みつけた、雪の降るまちを、童謡組曲「ほしとたんば」(金子みすゞ詞)より「たいりょう」「ほしとたんば」、中田章：早春賦、中田一次：とんぼの思い出、山田耕筰：赤とんぼ ほか

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。
※発売中のチケットについて、販売状況により完売となった場合はご了承ください。

発売初日は電話とインターネット受付のみで、窓口販売はありません。

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。

チケット お求め方法



高齢者向けのお知らせをまとめ、「シニアニュース」として掲載します。

三鷹いきいきプラス iPad無料体験会

問 同会事務局 ☎0422-70-5753

基本操作を体験。機器は貸し出します。

- 日 2月12日(月・休)・15日(木)午前9時30分～11時30分(全2回)
- 人 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
- 申 2月5日(月)以降の月・水・金曜日午前10時～午後4時に同会事務局 ☎0422-70-5753へ(先着制)

相談サロン 暮らしの情報交換会@北野

問 東部地域包括支援センター ☎0422-48-8855

- 日 2月28日(水)午前10時～11時30分
- 所 北野地区公会堂
- 申 当日会場へ

シニア健康体操講習会

所 問 連雀コミュニティセンター ☎0422-45-5100

- 主 連雀地区住民協議会
- 日 3月4～18日の毎週月曜日午前10時30分～11時30分
- 人 おおむね60歳以上の市民各日15人
- 講 整体師のほどさわみえさん
- 物 運動できる服装
- 申 直接または電話で同センター ☎0422-45-5100へ(先着制)

地域ケアネットワーク主催のサロンに参加しませんか

問 地域福祉課 ☎0422-29-9235

申①～④当日会場へ、⑤2月14日(水)から同課 ☎0422-29-9235へ

事業名	日時	会場	内容
①駅前 風のサロン	2月15日(木) 午後1時30分～3時	三鷹駅前 コミュニティ センター	リバーブ 演奏会ほか
②連雀サロン	2月20日(火) 午後1時30分～3時	連雀 コミュニティ センター	健康についてのお話や体操ほか
③しんなかサロン	2月22日(木) 午後1時30分～3時	新川中原 コミュニティ センター	お楽しみに！
④よってらっしゃい・にしみたか	2月26日(月) 午後1時30分～2時30分	井口 コミュニティ センター	コーラスほか
⑤ひだまりサロン・東部	3月6日(水) 午後1時30分～3時	牟礼 コミュニティ センター	ひだまり体操ほか

令和6年度「まちづくり研究員」の募集

問 三鷹ネットワーク大学 ☎0422-40-0313

市と同大学が共同で設置する「三鷹まちづくり研究所」の研究員として、大学教員からのアドバイスなどのサポートを受けながら、まちづくりに関わるさまざまな研究や論文執筆を行います(グループでの応募も可)。

- 申 3月1日(金)午前9時30分～31日(日)午後5時に同大学へ
- ※詳しくは同大学ホームページをご覧ください。



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時閉館) 休館日：月曜日、祝日

申 特に記載のないものは2月6日(水)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。「みたか星空散歩」は当日の正午)

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、詳しくは同大学ホームページをご覧ください。



みたか星空散歩—3月の星空解説と天文トーク

日 2月20日(火)午後7時～8時30分 人 40人

三鷹の夜・月いち読書会「科学と文学の間(あわい)に」第30回

選書・進行役は編集者でライターの空犬太郎さん。課題図書は、小川洋子「ブラフマンの埋葬」(『ブラフマンの埋葬』(講談社文庫)所収)。

日 3月1日(金)午後7時～8時30分 人 12人 料 500円

サイエンスフロントMITAKA—最先端科学を楽しむ

「最先端の顕微鏡で生きている細胞の中の活動を見る」

【オンライン同時開催】

日 3月3日(日)午後2時～3時30分

人 所 ①同大学=40人、②オンライン=90人

講 理化学研究所主任研究員の中野明彦さん

申 ②同大学ホームページへ(先着制) 料 500円

数学はこんなに面白い

「ゼータ関数の非自明な零点について」

日 3月7日(木)午前10時～11時30分 人 30人

講 東京女子大学名誉教授の小林一章さん 料 500円

連続講座「玉川をめぐる歴史と景観—『中世武蔵国絵図』を読み解く」

日 ①座学=3月9・23日の土曜日午後2時～3時30分、②現地視察=16日(土)午後1時～4時(全3回。通し受講のみ) 人 20人

所 ①三鷹ネットワーク大学、②京王線府中駅～大國魂神社～家康御殿史跡～高安寺～分倍河原駅

講 法政大学江戸東京研究センター客員研究員の神谷博さん 料 2,000円

数学カフェみたか「ゼータ関数の関数等式に関する問題」

日 3月12日(火)午前10時～11時30分 人 25人

講 東京女子大学名誉教授の小林一章さん 料 500円

近代日韓関係史と歴史認識

日 3月13日(水)午前10時30分～正午 人 40人

講 東京女子大学准教授の森万佑子さん 料 500円

キャリア・カウンセリング

—幸せに生きるためにカウンセリングを受けてみませんか

日 3月24日(日)午後1時～3時10分 人 10人 料 1,000円

申 3月13日(水)午後9時までに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)

◆「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。



おおむね55歳以上対象

就職面接会

☎わくわくサポート三鷹

📅2月16日(金)午後1時~3時30分

📍三鷹産業プラザ

📄面接希望分の履歴書、雇用保険受給者は受給資格者証

📄必要事項(11面参照)をわくわくサポート三鷹☎45-8645・FAX 45-8646・✉wakuwaku@mitaka.ne.jpへ(当日参加可)

※参加企業(10社程度)は主催者の窓口またはホームページに掲載します。

市民協働センター 職員

◆職務内容 窓口・電話対応、各種広報、ホームページの管理など

◆資格 パソコンの操作ができる方

◆任用期間 4月1日~令和7年3月31日

◆勤務時間 月・水~日曜日のうち4日 午前8時30分~午後5時(実働7.5時間)、月1回程度平日夜間(9時ごろまで)の勤務あり。

◆報酬(月額) 177,900円、交通費支給(上限あり)

※社会保険などの適用あり。

📄2月15日(木)までに履歴書(写真貼付)を同センターへ

📞同センター☎46-0048

市立保育園 ①保育職、②保育補助員、③給食調理補助員

◆資格 ①保育士(取得見込み可)

◆任用期間 4月1日~令和7年3月31日

※詳しくは市ホームページでご確認ください。

📞子ども育成課☎29-9673

市費負担講師

◆職務内容 教科指導、校務補助

◆資格 教育職員免許(修了確認期限内のもの)小学校全科6人、中学校保健体育4人、国語1人、数学1人、社会1人、美術1人

◆任用期間 4月1日~令和7年3月31日(再度の任用の場合あり)

◆勤務時間 月~金曜日(実働週1~11時間。六小のみ週16時間)

◆報酬(月額) 31,179円~85,743円、交通費(上限55,000円)・期末手当支給

※詳しくは市ホームページでご確認ください。

📞指導課☎29-9817

三鷹市立図書館 カウンター業務

◆任用期間 4月1日~9月30日

◆勤務時間 週1~3日午前9時~午後8

時(実働6.5時間以内。土・日曜日、祝日の勤務あり)

◆勤務場所 三鷹図書館(本館)

◆報酬(時給) 平日1,120円、土・日曜日、祝日・夜間1,190円、交通費支給(日額上限2,600円)

※詳しくは市ホームページでご確認ください。

📞同館☎43-9151

NPO法人三鷹ネットワーク大学 推進機構 契約職員

◆職務内容 講座・イベントの企画・運営、顧客管理、接客対応、経理事務など

◆資格 普通自動車運転免許を有し、パソコン操作ができる方。経理事務の経験者または簿記資格を有する方はなお可

◆勤務期間 4月1日~令和7年3月31日(更新の場合あり)

◆勤務時間 火~日曜日午前8時30分~午後5時15分、午前9時~午後5時45分、または午後1時~9時45分(いずれも実働週38時間45分以内)

◆報酬 月額229,700円(令和5年度実績)

※詳しくは同大学ホームページHP https://www.mitaka-univ.org/でご確認ください。

📞同大学☎40-0313

(社)三鷹市社会福祉協議会 福祉資金貸付相談員

◆資格 パソコンの基本操作ができる方

◆勤務期間 令和7年3月31日まで

◆勤務時間 週4日午前8時30分~午後5時(実働週30時間)

◆報酬(月額) 177,900円、交通費支給(上限5,500円)

※賞与あり。社会保険の適用あり。

◆採用予定日 4月1日

📄2月25日(日)までに履歴書(写真貼付)を同協議会へ(書類選考合格者は2月29日(木)に面接)

📞同協議会☎46-1108

(社)三鷹市社会福祉事業団 職員

◆職種 ①介護職、②保健師(①②正職員)、③ソーシャルワーカー、④調理員(③④契約職員)、⑤相談員、⑥用務員(⑤⑥パートタイマー)、①若干名、②~⑥1人

◆資格 ①昭和54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昭和38年4月2

日以降生まれの保健師または看護師(看護師の場合、別途要件あり)、③⑤主任介護支援専門員(介護支援専門員も可)、社会福祉士、介護福祉士(相談業務経験必須、応相談)、④栄養士または調理師免許、⑥不問

◆勤務場所 ①牟礼老人保健施設はなかいどう、②井の頭地域包括支援センター、③在宅福祉サービス、④三鷹西野保育園、⑤井の頭地域福祉支援センター、⑥三鷹南浦西保育園

◆勤務時間 ①4週8休を基本に週平均5日の交代制、②③月~金曜日のうち5日(実働38.75時間)、④は月1回程度土曜日の勤務あり、⑤原則、火~土曜日午前8時30分~午後5時(月曜日の勤務あり)、⑥火~金曜日のうち3・4日午前10時~午後4時30分、⑦月~金曜日午後2時~7時30分

◆報酬 ①月額175,280円~195,664円(資格・経験による)、②月額262,752円~284,480円(経験による)、③月額230,000円、④月額209,000円、⑤時給1,290円、⑥時給1,120円~1,400円(時間帯による)

※①夜勤手当あり(1回8,000円)。

※①~④賞与あり(①②今年度実績4.65カ月、③④年間190,000円程度。採用1年目は異なる)。

◆採用予定日 ①②③⑤⑥随時、④4月

※詳しくは同事業団ホームページHP https://www.mitaka.or.jp/でご確認ください。

📞同事業団☎44-5211

東部地区住民協議会事務局 非常勤職員(1人)

◆職務内容 一般事務、経理事務、施設管理、窓口対応など

◆資格 普通自動車運転免許を有し、パソコンの基本操作ができる方

◆任用期間 4月1日~令和7年3月31日(再度の任用の場合あり)

◆勤務時間 午前9時50分~午後4時50分、午後2時~9時(実働週30時間以内、交代制、日曜日の勤務あり)

◆勤務場所 牟礼コミュニティセンター

◆報酬 月額177,900円、交通費(上限55,000円)・期末手当支給

◆試験 申込時に作文を提出(合格者は3月10日(日)に面接)

※詳しくは同協議会ホームページHP https://www.mitakacc.jp/mure-cc/でご確認ください。

📞同協議会☎49-3441

税理士による無料税務相談会

📅2月22日(木)午前10時~午後4時(1人40分)

👤30人

📍武蔵野税理士会館(武蔵野市中町1-23-17)

📄2月5日(月)~21日(水)に東京税理士会武蔵野支部☎55-2313へ(先着制)



令和5年度第4回

三鷹市男女平等参画審議会の傍聴

「三鷹市パートナーシップ宣誓制度」「人権を尊重するまち三鷹条例(仮称)」についてほか。

📅2月7日(水)午後6時30分~8時

👤5人

📍教育センター

📄必要事項(11面参照)を企画経営課☎0422-29-9032・FAX 0422-29-9279

・✉kikaku@city.mitaka.lg.jpへ(先着制)

令和5年度第3回

三鷹市環境保全審議会の傍聴

市の温室効果ガス排出量について、『第4期三鷹市地球温暖化対策実行計画(第1次改定)案』についてほか。

📅2月8日(木)午後3時30分~5時

👤5人

📍クリーンプラザふじみ

📄当日会場へ(先着制)

📞環境政策課☎29-9612

令和5年度第4回

三鷹市健康福祉審議会の傍聴

📅2月14日(水)午後7時~8時30分

👤4人

📍教育センター

📄当日会場へ(先着制)

📞地域福祉課☎29-9231

令和5年度第2回

三鷹市交通安全推進協議会の傍聴

「令和6年三鷹市春の交通安全運動実施要領(案)」ほか。

📅2月15日(木)午後2時~3時30分

👤10人

📍市議会協議会室(市役所3階)

📄当日会場へ(先着制)

📞都市交通課☎29-9709

令和5年度第1回

三鷹市総合教育会議の傍聴

📅2月16日(金)午後4時15分~5時15分

👤10人

📍三鷹市公会堂さんさん館

📄当日会場へ(先着制)

📞企画経営課☎29-9031

ふじみ衛生組合

①令和6年第1回議会定例会の傍聴、

②第80回地元協議会の傍聴

📅2月22日(木)①午前10時から、②午後6時30分から

👤①クリーンプラザふじみ=10人、②同施設=20人、オンライン会議アプリ[Zoom]=10人

📄当日会場へ、②のオンライン会議希望者は2月15日(木)までに必要事項(11面参照)を同組合✉fujimi-soumuka@fujimieiseikumiai.jpへ(先着制)

📞同組合☎042-482-5497



住宅リフォーム無料相談会

経験豊富な建築士・工務店などが、バリアフリー化や耐震化、外壁・屋根の改修などの相談に応じます。

📅2月14日(水)午前10時~午後3時(正午~午後1時を除く。耐震に関する相談は午後のみ)

📍市役所1階市民ホール

📄あれば自宅の図面や写真など

📄当日会場へ

📞都市計画課☎29-9704

※「市からのお知らせ」は11面からご覧ください。

全国瞬時警報システム(Jアラート) 情報伝達訓練

📞防災課☎0422-24-9102

地震や武力攻撃などの発生に備え、Jアラートを用いた情報伝達訓練を全国一斉に行います。市内の防災無線のすべてのスピーカーから、訓練用チャイムの後に一斉に試験放送を流します。

📅2月9日(金)午前11時ごろ

放送内容

「これは、Jアラートのテストです(3回繰り返し)。こちらは、防災三鷹です」

※当日の災害発生状況や気象状況により中止する場合があります。 ※当日は、市ホームページ、市公式X(旧Twitter)、安全安心メールでも試験放送と同内容の情報を配信します。

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HPhttps://mitakafa.jp/へ(先着制)

卓球の講習会・教室・大会

三鷹市卓球連盟、三鷹市体育協会
①講習会=3月2~30日の毎週土曜日午後3時~6時、②教室=3月9日(土)午前9時~正午、③3人ダブルス団体戦(オープン)=3月24日(日)午前9時~午後9時
①②在学・在勤を含む小学生以上の市民各日40人、③男子1人、女子2人で構成されたチーム、56チーム
所SUBARU総合スポーツセンター
①200円(中学生以下100円)、②400円(中学生以下200円)、③3,000円
物室内履き、①ラケット、ボール
①②当日会場へ、③2月5日(月)~19日(月)(必着)に申込書(同連盟ホームページHPhttp://mitakattl.jp/で入手)を同連盟info@mitakattl.jpへ(いずれも先着制)
同連盟①☎43-3350、②☎71-7449、③✉info@mitakattl.jp

剣道の審査会・大会

三鷹市剣道連盟
①1~3級審査会=3月3日(日)午前9時~正午、②春季少年剣道練成会=3月10日(日)午前10時~午後4時
①小学生以上の市民、②市内の小・中学生
所SUBARU総合スポーツセンター
②個人戦500円、団体戦300円
物剣道用具、フェースシールド
①2月26日(月)まで、②3月1日(金)までに必要事項(11面参照)を同連盟☎090-3803-3638・✉rsj02547@nifty.comへ

ミニバスケットボール体験会

連雀地区住民協議会
3月9日(土)午前10時30分~午後0時30分
市内の小学3~5年生10人
所連雀コミュニティセンター
物室内履き、タオル、あればボール
2月5日(月)午前10時から同センター☎45-5100または申し込みフォーム(右記QRコード)へ(先着制)

ジュニア長期水泳講習会

水慣れから個人メドレーまで。
三鷹市水泳連盟
4月9日~令和7年3月18日の毎週火曜日午後5時~7時(全45回)
市内の新小学2~6年生(保護者による送迎が可能な方)若干名
所SUBARU総合スポーツセンター
月額3,800円、保険料など年額2,000円
物水着、タオル、ロッカー代200円(返却式)、ゴーグル(必要な方)
2月14日(水)(必着)までに必要事項(11面参照)・性別・学校名・保護者氏名を同連盟✉mitaka.jr.00@gmail.comへ(1人1通。申込多数の場合は抽選)
同連盟☎090-6012-7568・HPhttps://junior-bu.jimdosite.com/



スマホ・タブレット教室

三鷹市シルバー人材センター
①1月1回午後1時~2時30分、②月4

回2時30分~4時(いずれも木曜日)
①4人、②3人
①2,000円(1回分)、②8,000円(4回分)
2月22日(水)(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)
同センター☎48-6721

ファブスペースみたか ワークショップ「レーザー加工機でオリジナルスタンプをつくろう！」

2月17日(土)午後1時~3時30分
小学生以上の方4人(小学3年生以下は保護者同伴)
所三鷹産業プラザ
講師ウッドボックスエンジニアリングの浅古綾香さん
2,200円(材料代)
物作ってみたいスタンプのデータまたはイラスト(最大3×3cm、手書き可)
申し込みフォーム(右記QRコード)へ(先着制)
同施設☎48-3520

防災講演会「防災と防犯の関係性! 災害時の防犯対策」

駅前地区自主防災連合会、三鷹駅周辺住民協議会
2月20日(火)午後7時から
所三鷹駅前コミュニティセンター
講師三鷹警察署地域課ふれあいポリスの神津和仁さん
当日会場へ
同センター☎71-0025

健康づくり栄養料理教室 バランス献立と血糖値を上げにくい食べ方

西部地区住民協議会
2月21日(水)午前10時30分~午後1時
12人
所井口コミュニティセンター
講師三鷹地域活動栄養士の早川宏子さん
500円
物エプロン、三角巾、布巾2枚、マスク
2月18日(日)までに参加費を同センターへ(先着制)
同センター☎32-7141

学習支援ボランティア養成講座 子どもと関わる力を身につけよう

①講座「子どもの学習支援や居場所づくりの必要性について」=2月22日(水)午後2時~4時、②交流会=27日(火)・29日(木)午後5時~6時30分(どちらかのみ参加可)
学習支援ボランティアに関心のある市民15人
①みたかボランティアセンター、②27日=上連雀地区公会堂、29日=西多世代交流センター
講師①NPO法人文化学習協同ネットワーク事務局長の廣瀬貴久さん
2月5日(月)~16日(金)にみたかボランティアセンター☎76-1271または申し込みフォーム(右記QRコード)へ(先着制)

知って役立つ、薬局のあれこれ

介護人材育成センター
2月26日(月)午後1時30分~3時30分
30人
所福祉Laboどんぐり山(大沢4-8-8)
講師竹の葉薬局三鷹新川店管理薬剤師の山本貴博さん
2月22日(水)までに必要事項(11面参照)を同センター☎24-7350・FAX 24-7363へ(先着制)

腰痛・肩こり 解消のためのストレッチ講習会

連雀地区住民協議会
3月1~15日の毎週金曜日午後7時~8時
在学・在勤を含む市民①会場各日15人、②オンライン各日10人
①連雀コミュニティセンター、②オンライン会議アプリ「Zoom」
講師整体師のほどさわみえさん
物運動できる服装
同センター☎45-5100・HPhttps://www.mitakacc.jp/renjk-cc/へ(先着制)

上級救命技能再講習会

駅前地区自主防災連合会
3月2日(土)午後1時30分~4時30分
在学・在勤を含む市民で同講習を受講後3年が経過する方20人
所三鷹駅前コミュニティセンター
2月18日(日)午後5時までに直接または電話で同センター☎71-0025へ(先着制)

生涯学習講座

日本古典文学「紫式部の世界」
連雀地区住民協議会
3月5・12日の火曜日午後2時~4時(全2回)
市民40人
所連雀コミュニティセンター
講師学習院大学・青山学院大学講師の田中洋子さん
200円
2月5日(月)午前10時から参加費を同センターへ(先着制)
同センター☎45-5100

南海トラフ地震講座

連雀地区住民協議会
3月6日(水)午後2時~4時
在学・在勤を含む市民①会場、②オンライン各30人
①連雀コミュニティセンター
講師東京管区気象台地震火山課調査官の中村真也さん
3月3日(日)午後4時30分までに直接または電話、申し込みフォーム(右記QRコード)で同センター☎45-5100へ(先着制)

健康セミナー

「腰痛や膝痛について」
三鷹駅周辺住民協議会
3月7日(木)午後1時30分~3時
40人
所三鷹駅前コミュニティセンター

松崎整形外科医院院長の松崎健一郎さん

同センター☎71-0025へ(先着制)

高齢社会における地域活性化人材養成講座

4月1日(月)~令和7年3月31日(月)
在勤を含む市民で高卒または同等以上の学力を有する方20人程度
所杏林大学
67,340円
2月29日(水)(消印有効)までに応募書類を「〒181-8612下連雀5-4-1杏林大学地域交流課」へ(書類選考あり)
※詳しくは同大学ホームページHPhttps://www.kyorin-u.ac.jp/へ。
同大学☎47-8000



コミュニティまつり出展者

西部地区住民協議会
3月9日(土)・10日(日)
所井口コミュニティセンター
3月2日(土)までに同センター☎32-7141へ

春のフリーマーケット出店者

業者の出店、ペット・家電製品・環境に悪影響を及ぼす品物などの販売はできません。
3月17日(日)午前10時~午後1時(雨天中止)
在学・在勤を含む18歳以上の市民、18店舗(1区画2×2m)
所リサイクル市民工房
2月27日(火)(必着)までに必要事項(11面参照)・主な出品物を「〒181-0016深大寺2-16-13リサイクル市民工房」へ(申込多数の場合は抽選。結果は郵送で通知)
同施設☎34-3196



しごとの相談窓口

就職や再就職などの個別相談会。
2月14日(水)午前10時~正午
10人(内職相談は市民)
所三鷹産業プラザ
物雇用保険受給者は受給資格者証、内職相談者は本人確認書類
同生活経済課☎29-9615へ(先着制)



スナックひきだし紫乃ママが教える「自分で選ぶ働き方・生き方」

市民協働センター☎0422-46-0048

昼スナックママが教える45歳からの「やりたくないこと」をやめる勇気。中高年世代のキャリア支援事業会社CEOで「スナックひきだし」のママである木下紫乃さん(写真)を講師に、自分のキャリアを見つめ直し、新たな一歩を踏み出す極意を学びます。



3月2日(土)午前10時~正午
30人
2月29日(水)までに申し込みフォーム(右記QRコード)へ(先着制)



小学生向けスクラッチ プログラミング教室(3月)

住所 三鷹市シルバー人材センター
日 ①入門コース=4~25日の毎週月曜日午後4時15分~5時45分、5~26日の毎週火曜日午後4時30分~6時(いずれも全4回)、②オンライン教室=6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)
人 小学3~6年生①各5人、②経験者4人
¥5,000円(教材費を含む)
物 ①USBメモリー、②パソコン
申 2月27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、①はパソコン経験の有無を「〒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)
※②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

小・中学校を卒業していない方のための夜間学校

日本語を習得していない方のために、日本語学級も開設しています。
人 16歳以上の小・中学校を卒業していない方(年齢・国籍不問)
所 世田谷区立三宿中学校夜間学級(世田谷区太子堂1-3-43)
申 問 同校 ☎03-3424-5255へ(午後2時以降)

障がいのある方

特別障害者手当などを振り込みます

令和5年11月~6年1月分の特別障害者手当・障害児福祉手当を、2月9日(金)に受給資格認定済みの方の指定預金口座に振り込みます。
問 障がい者支援課 ☎29-9234

声の広報・点字広報を発行しています

視覚障がいのある方を対象に、音声版と点字版の広報を発行し、郵送でお届けしています。
◆声の広報(月2回発行) 『広報みたか』各号の記事を選定し、朗読した内容です。カセットテープ版とデジター CD版があります(利用はどちらか一方のみ)。※デジター CD版の再生には、再生専用機またはパソコンとソフトウェアが必要です。
※デジター CD版の最新号は市ホーム

ページからダウンロードできます。
◆点字広報(月1回発行) 『広報みたか』2号分の記事を抜粋した内容です。
申 問 広報メディア課 ☎29-9037へ



市内中学生による 薬物乱用防止ポスター・標語展

住 市、東京都薬物乱用防止三鷹地区協議会
日 2月5日(月)~9日(金)午前8時30分~午後5時(9日は4時まで)
所 市役所1階市民ホール
申 期間中会場へ
問 児童青少年課 ☎29-9671

介護者向けの催し(2月)

日 ①チーム日向ぼっこによるエプロンシアター・情報交換=8日(休)午後1時30分~3時30分、②椅子に座ってできるヨガ・情報交換=15日(木)午後1時30分~3時30分、27日(火)午後1時~3時、28日(水)午前10時~正午、③介護なんでも相談室=28日午後2時~2時50分、3時~3時50分(1人50分)
人 ①②家族介護者、介護経験者、③市内の介護者
所 ①元気ひろばおれんじ(中原3-1-65)、②15日=高齢者センターけやき苑(深大寺2-29-13)、27日=みたかボランティアセンター、28日=ピアいのかしら(井の頭2-13-6)、③福祉センター
講 ②ヨガ講師の白井綾子さん
物 ②動きやすい服装、フェースタオル
申 問 ①②当日会場へ、③2月26日(月)までに三鷹市社会福祉協議会 ☎79-3505へ

三鷹囲碁フェスタ

囲碁の体験コーナーなど。
主 株GOMARU
日 2月10日(土)正午から
所 三鷹産業プラザ
申 当日会場へ
問 同社(吉祥寺囲碁クラブ秀哉内) ☎21-4838

生活用品活用市

住 三鷹市消費者活動センター運営協議会
日 2月13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 2月14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

スリーホークス「記憶のしづらさが 気になる人のための会」

日 2月17日(土)午後2時~3時30分
所 三鷹駅前コミュニティセンター
申 問 新川中原地域包括支援センター ☎40-7204へ

「野川」冬の野鳥観察会

日 所 2月20日(火)午前9時30分都立野川公園正門前集合~午後0時30分(小雨決行)
人 15人
物 筆記用具、歩きやすい服装、あれば双眼鏡
申 問 2月5日(月)からNPO法人花と緑のまち三鷹創造協会 ☎46-2081へ(先着制)



パドルテニス体験会

住 連雀地区住民協議会
日 2月10日(土)午後1時~4時
人 小学生以上の市民30人
所 連雀コミュニティセンター
物 室内履き
申 当日会場へ(先着制)
問 同センター ☎45-5100

野球の講習会・大会

住 三鷹市野球連盟
所 大沢総合グラウンド
◆少年軟式野球連盟審判講習会
日 2月18日(日)午前9時~午後4時30分
人 20歳以上の市民
申 問 三鷹市少年軟式野球連盟 HP https://mitakasyounanren.wixsite.com/msnbb/へ

◆春季大会と定時総会

日 3月31日以降の毎週日曜日
人 在学・在勤を含む16歳以上の都民(学校の野球部在籍者を除く。チーム所在地・責任者の所在は市内)
¥ 大会参加料12,000円(1チーム)、三鷹市野球連盟年間登録料10,000円(1チーム)、三鷹市体育協会分担金1人100円
※一般の部は上記に加え、全日本軟式野球連盟年間登録料1,200円(1チーム)、個人登録料(東京都軟式野球連盟1

人600円、全日本軟式野球連盟1人200円)が必要です。
申 2月23日(金・祝)午後6時~7時30分または24日(土)午後4時~5時30分に一般・壮年の部とも申込書4部(選手登録名簿12~25人)、一般の部は東京都登録用紙1部、参加料・登録料を生涯学習センターへ
※申込書は三鷹市野球連盟ホームページHP http://mitaka-nbf.jp/で入手。
※定時総会・主将会議を2月28日(火)午後7時から同センターで開催します。
問 三鷹市野球連盟 ☎090-3335-6366

◆軟式野球審判員

経験者から未経験者まで、インストラクターが指導します。
日 3月31日以降の毎週日曜日
人 16歳以上の方
申 問 三鷹市野球連盟 ☎090-3335-6366へ
※審判講習会を3月24日(日)午前9時~午後3時に同グラウンドで開催します。

小学生向けバドミントン講習会

住 三鷹市バドミントン協会
日 2月23日(金・祝)午後3時15分~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 2月4日(日)~18日(日)に必要事項(11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)

合気道 春の初心者向け講習会

住 合気道新川塾、三鷹市合気道連盟
日 3月2~23日の毎週土曜日午前10時~11時
人 在園・在学・在勤を含む4歳以上の市民20人
所 同施設(新川6-26-4)
物 肘や膝の隠れる動きやすい服装、タオル
申 必要事項(11面参照)を同施設 ☎ aikidoshinkawaw@gmail.comへ(先着制)
問 同施設 ☎090-9329-2257

フットサル ONE DAY マッチ 壮年&女子大会

住 三鷹市サッカー協会
日 3月2日(土)正午~午後2時30分
人 壮年(令和5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
¥ チーム2,000円、個人500円

歯の痛みをコントロール

健康「リム

歯が本来の痛みの原因ではないにもかかわらず、「歯が痛い」と言って歯科医院に来院される患者さんは少なからず存在します。今回は、歯が原因ではない痛みについて説明します。

歯以外に痛みがあるにもかかわらず、患者さんが「歯が痛い」と感じている場合、原因を特定するのが難しいことがあります。このような歯以外に原因のある痛みのことを、専門的には非歯源性疼痛(とうつう)といいます。歯や歯ぐきに問題がないにもかかわらず痛みがある場合には、さまざまな方法によって原因を特定して、適切な治療を行う必要があります。代表的なものには筋・筋膜痛、上顎洞由来、神経障害性疼痛(ニューロパシクペイン)などがあります。歯の治療を適切に行っても痛みが取れない場合なども含まれ、通常の歯科治療のほかに専門家による対応(口腔顔面痛専門医、ペインクリニックなど)が必要となることもあります。

歯の治療を行うときには、必要に応じて局所麻酔を使用することで、痛みがない状態で治療を行います。最近では麻酔のときの注射も、針を刺す前に表面麻酔薬を塗布したり、針先の細い注射針を使うことで痛みを軽減することができます。痛みや炎症の強い歯には麻酔が効きにくくなるので、治療の前に痛みや炎症をコントロールしておくことも大事です。痛みは不安がある状態だと強く感じるものが知られているので、落ち着いた状態で治療を行った方がよいでしょう。また、歯の治療後に一過性の痛みが出ることもありますが、ほとんどの場合は消炎鎮痛薬を歯科医師の指示に従い適切に服用することで治まります。

「歯医者」というと歯が痛いときに行く所、行く所と痛い所というイメージがあるかもしれませんが、痛くなる「前」に行く所、行っても「痛くない」というイメージを皆さんにも持ってもらいたいと思います。まずは歯が痛くなる前に、かかりつけの歯科医院で定期検診を受けるようにしてください。

問 三鷹市歯科医師会

☎0422-45-2715

も発達支援センター(元気創造プラザ1階) ☎45-1122へ

☎子ども発達支援課 ☎45-3031

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、ウメ、ハナカイドウから選べます。

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

むらさき子どもひろばの催し(2月)

◆乳幼児のあそびひろば

☎げんきっ子ランド=月曜日午前9時～午後0時30分(19日を除く)、みんなであそぼ!=火～金曜日、10日(土)午前11時～11時30分(8日(木)・9日(金)・14日(水)・21日(水)・27日(火)を除く)

◆乳幼児対象のイベント

☎①手形スタンプ=8・9日午前11時～11時30分、②みんなであそぼ!=14・27日午前11時～11時30分、③粘土を使ってケーキを作ろう=17日(土)午前10時30分～11時30分、④Mamaカフェ=19日午前10時30分～11時30分、⑤変身スペシャルバースデー=28日(水)・29日(木)午前11時～11時30分

人①⑤就学前のお子さん、②14日は2歳のお子さん、27日は1歳のお子さん、③3歳～就学前のお子さんと保護者10組、④0歳のお子さんと母親10組

◆小学生対象のイベント

☎①卓球の日=月・金曜日午後3時30分～4時30分(5日(月)を除く)、②スポーツの日=木曜日午後4時～4時30分、③一輪車教室=5日午後3時40分～4時30分(雨天中止)、④糸でタペストリーを作ろう=17日午後2時30分～3時30分、⑤卓球大会=26日(月)午後3時30分～4時30分

人③12人、④10人

※申込方法や持ち物など、詳しくは市ホームページでご確認ください。



☎同ひろば ☎49-5500

みたかおもちゃの病院(2月)

☎三鷹市消費者活動センター運営協議会

☎7・21日の水曜日午後1時～3時

所消費者活動センター

¥特殊部品などの交換は実費

☎当日会場へ(1人1個まで修理可)

☎同センター ☎43-7874

家庭教育学級 講演会

「あと伸びする子の家庭の習慣」

☎市教育委員会、三小、同校PTA

☎2月9日(金)午前10時45分～午後0時15分

人80人

所同校

講花まる学習会事業部長の相澤樹さん

☎2月7日(水)までに申し込みフォーム(右記QRコード)へ(先着制)



☎教育政策推進室 ☎29-8349

星と森と絵本の家の催し(2月)

◆街頭紙芝居

☎10日(土)午前10時30分から、11時30分から

◆森のおはなし「冬芽のおはなし」

☎10日午後1時30分から

◆おやじの絵本よみかぜ

☎11日(日)午前10時30分から

◆絵本のおはなし「すむところ」

☎14日(水)午後2時から

◆みこえびおはなし会

☎17日(土)午後2時から

◆絵本リレー

☎21日(水)午後3時30分から

☎いずれも当日会場へ

☎同施設 ☎39-3401

ファイアースターターを作って、火起こし体験!(親子DIY講座)

火起こしの器具を作って、まきを割り、実際に火を起こします。

☎2月17日(土)午前10時～正午(荒天時は2月24日(土)に延期)

人 在学・在勤を含む市内の小学生と保護者15組

所DIY STORE 三鷹(新川2-9-3)

講同店店長の岸下顕師さんほか

¥500円(材料代)

☎申し込みフォーム(右記QRコード)へ(先着制)



☎同センター ☎45-5100

一日プレイパーク

☎2月18日(日)午前10時～午後2時(雨天中止)

所丸池公園(みはらし台付近)

☎当日会場へ

※詳しくは、みたかプレイパーク運営委員会Facebookをご覧ください。



☎緑と公園課 ☎29-9789

西多世代交流センターの催し

◆父親講座「元気モリモリ!台湾風焼き肉まん作り」

☎2月24日(土)午前10時から

人 年少～小学3年生のお子さんと父親12組

講 薬膳コンシェルジュの加藤和歌子さん

◆父親講座「親子の時間が楽しくなる子育てに向けて」(保育)

☎①講座編「子育てをおもしろくするお父さんのチカラ」=3月2日(土)午前9時30分～11時30分、②あそび編「お父さんと楽しむふれあいあそび」=16日(土)午前10時～11時(全2回)

人 1歳6カ月～3歳のお子さんの父親15人、保育(1歳6カ月～3歳)12人

講 ①東京学芸大学名誉教授の菅野敦さん、②NPO法人日本幼児健康体育協会指導員の高橋隆子さん

◆ママと赤ちゃんの会

☎3月5・19・26日の火曜日午前10時～11時30分(全3回。26日は11時まで)

人 全回参加できるおおむね3～6カ月のお子さんと母親8組

講 三鷹市助産師会の皆さん、ベビーマッサージ&チャイルドケアアドバイザーの鈴木美奈さん

※申込方法や持ち物など、詳しくは市ホームページでご確認ください。



☎同センター ☎31-6039

東多世代交流センター出前講座「ベビーマッサージ」

☎2月27日(火)午前10時30分～正午

人 2～6カ月のお子さんと母親15組

所 北野地区公会堂

講 ベビーマッサージ&チャイルドケアアドバイザーの鈴木美奈さん

¥200円(マッサージオイル代)

物 バスタオル

☎2月7日(水)～19日(月)に同センター ☎46-0408または申し込みフォーム(下記QRコード)へ(申込多数の場合は抽選。結果は2月20日(火)午後5時までに通知)



☎同センター ☎44-2150

すくすくひろばの催し

◆ベビーヨガ

☎2月29日(木)午前10時30分～11時30分

人 市内在住の初めて受講する令和5年5～10月生まれのお子さんと母親15組

所 井の頭コミュニティセンター

講 ベビーヨガインストラクターのかおりさん

◆ウェルカムパパ講座

☎3月2日(土)午前10時30分～正午

人 初めて受講する市内在住のおおむね8カ月ぐらまでのお子さんと父親10組(これから父親になる方、第2子以降の方も可)

所 連雀コミュニティセンター

講 三鷹市助産師会の皆さん

※申込方法や持ち物など、詳しくは市ホームページでご確認ください。



☎同ひろば ☎45-7710

おやこでよって

チョコッとあつぷるーむ(3月)

☎NPO法人みたか市民協働ネットワーク

☎①簡単スクラップブック(A4フレーム編)=2日(土)、②ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前)=4日(月)、③テコンドーで産後の体型戻し=7日(木)、④子育てと働き方のバランス講座(診断シート編)=11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=21日(木)、⑥いつでもどこでもベビーマッサージ=28日(木)、いずれも午前10時30分～正午(①は午後1時30分～3時)

人 ①3歳までのお子さんと保護者、妊婦、②ハイハイ前のお子さんと母親、③首据わり～2歳までのお子さんと母親、④3歳までのお子さんと母親、妊婦、⑤⑥2～11カ月のお子さんと保護者

所 市民協働センター

※申込方法や持ち物など、詳しくは市ホームページでご確認ください。



☎同センター ☎46-0048

子ども向けプログラミング教室「るびつく」ワンコイン体験会

☎3月3日(日)①マイクロビットコース=午前10時30分～11時50分、②マイクラプログラミングコース=午後1時～2時20分、③Rubyプログラミングコース=午後3時～4時20分

人 ①②小学3～5年生(高校生以上の保護者同伴)、③小学6年～高校2年生、各10人

所 三鷹産業プラザ

¥500円

☎申し込みフォーム(右記QRコード)へ(先着制)



☎同センター ☎40-9669

いつでも どこでも 気軽に

モバイル版『広報みたか』

☎広報メディア課 ☎0422-29-9037

スマートフォンで、ちょっとした空き時間に気になる記事を簡単にチェックできるモバイル版を配信しています。文字の拡大や10言語の翻訳・音声読み上げに対応しており、通常の紙面をご覧になることが難しい方にもおすすめです。紙面では見られないカラー画像なども載せています。

使い方

- ①無料アプリ「カタログポケット」をダウンロード(右記QRコード)
- ②アプリを起動し、虫眼鏡マークの検索で「三鷹市」または「広報みたか」と入力し、決定
- ③最新号からバックナンバーまでご覧いただけます

Android端末用 iOS端末用 アプリのアイコン

井口グラウンド(仮称)整備プランに関するオープンハウス

☎まちづくり推進課 ☎0422-29-9702

これまでの説明会や地域・利用団体との意見交換などを踏まえて取りまとめた同プランに関するオープンハウスを開催します。※オープンハウスとは、会場にパネルなどで資料を展示し、来場者からの質問などにお答えするものです。展示した資料などは、開催日以降市ホームページでご覧いただけます。

☎2月25日(日)午前11時～午後4時(出入り自由)

所 井口コミュニティセンター

☎当日会場へ

※自家用車での来場はご遠慮ください。

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)

お知らせ

移動図書館ひまわり号のサービスの一部変更

車両メンテナンスのため、小型の代替車で巡回します。各巡回場所では予約本の受け取りと本の返却、新着本の提供のみ可能です。

日 3月15日(金)まで(予定)

問 三鷹図書館(本館) ☎43-9151

2月7日は北方領土の日

北方四島(歯舞(はばまい)群島、色丹(しこたん)島、国後(くなしり)島、択捉(えとろふ)島)は、日本固有の領土です。領土問題の解決を願い、関心と理解を深めましょう。(独)北方領土問題対策協会では、3月15日(金)まで特設サイト [HP](https://www.hoppou.go.jp/lp/2024_hoppou/) https://www.hoppou.go.jp/lp/2024_hoppou/ を開設しています。

問 企画経営課 ☎29-9032

自転車事故・交通災害に備えて ちょこっと共済に加入しましょう

ちょこっと共済(東京都町村民交通災害共済)は、住民が会費を出し合い、交通事故に遭ったときに見舞金を受けられる制度です。会員が交通災害で死亡した場合は見舞金に加え、中学生以下のお子さん1人につき年額12万円の交通遺児年金が支給されます。

◆二つの選べるコース

・Aコース
年額1,000円、最高300万円の見舞金

・Bコース
年額500円、最高150万円の見舞金

◆共済期間

4月1日～令和7年3月31日

※4月1日以降に申し込みの場合は、申込日の翌日から。

申 市政窓口、指定金融機関、共同共済ホームページ [HP](https://chokottokyosai.jp/) <https://chokottokyosai.jp/>へ

問 都市交通課 ☎29-9709

市の手話通訳者登録試験

日 3月9日(土)午前10時～午後4時

人 在学・在勤を含む市民で、三鷹市手話講習会の通訳コース修了者など

所 三鷹市公会堂さんさん館

申 2月5日(月)～21日(水)に申請書(市ホームページで入手)を直接または郵送、ファクスで「〒181-8555障がい者支援課」(市役所1階16番窓口)・FAX 47-9577へ
※合格者は登録前に研修が必要です。

問 同課 ☎29-9232

国保・年金

介護給付費通知書を 送付します

令和5年4～9月に介護保険サービスを利用した方を対象に、サービスの内

容と費用をお知らせする通知書を2月13日(火)に発送します。

問 介護保険課 ☎29-9274

産前産後期間の国民健康保険税が 軽減されます

減額の対象となる期間は、1月以降です。出産予定日の6カ月前から届け出ができます(出産後の届け出も可)。

人 出産日が令和5年11月1日以降の方
※妊娠85日(4カ月)以上の出産(死産、流産、早産、人工妊娠中絶を含む)が対象です。

申 保険証、母子健康手帳等、本人確認書類、世帯主と出産被保険者のマイナンバーを確認できる書類を保険課(市役所1階9番窓口)へ

※郵送でも受け付けます。詳しくは市ホームページをご覧ください。

問 同課 ☎29-9216

国民年金保険料の 免除・納付猶予申請を受け付け中

令和5年度分(7月～6月)の申請を受け付けています。申請時点から2年1カ月前の月分までの未納期間についても申請できます。

申 基礎年金番号が分かるもの、本人確認書類、失業が理由の場合は離職票などを市民課(市役所1階3番窓口)へ

問 同課 ☎29-9190、武蔵野年金事務所 ☎56-1411

子育て・教育

児童手当を振り込みます

令和5年10月～6年1月分の同手当を2月9日(金)に指定預金口座に振り込みます。

問 子育て支援課 ☎29-9675

児童育成手当を振り込みます

ひとり親家庭や障がいのあるお子さんの保護者などを対象に支給する手当です(所得制限あり)。令和5年10月～6年1月分の同手当を2月9日(金)に指定預金口座に振り込みます。

問 子育て支援課 ☎29-9675

2月13日(火)までに

「進路予定調査票」の返送を

令和6年度小・中学校入学予定者の保護者へ昨年12月に「就学通知書」を郵送しました。同封の「進路予定調査票」の回答期限は1月10日(小学校)、2月13日(中学校)です。未回答の方は必ず回答をお願いします。私立・都立・国立の小・中学校へ入学する方は、2月29日(水)までに「入学承諾書」の原本を直接または郵送で「〒181-8505学務課」(教育センター1階)へ提出してください。

問 同課 ☎29-9814

令和7年度就学に向けた 教育支援学級などの説明会

教育支援学級・特別支援学校などの教育課程や就学相談の流れなどに関する説明会です。

日 2月16日(金)午前10時～11時30分

人 7年度に就学するお子さんの保護者 50人

所 教育センター

申 2月5日(月)から直接または電話で子ども

市議会定例会の予定

問 議会事務局 ☎0422-29-9140

2月	26日(月)	本会議(一般質問) ※第1回請願・陳情締め切り(午後5時まで)
	27日(火)	本会議(一般質問)
	28日(水)	本会議(一般質問、議案上程、施政方針・当初予算上程)
3月	4日(月)	本会議(議案・請願等審議、予算代表質疑)
	5日(火)～8日(金)	常任委員会
	11日(月)～15日(金)・18日(月)	予算審査特別委員会
	19日(火)	東京外郭環状道路調査対策特別委員会 調布飛行場安全利用及び国立天文台周辺地域まちづくり特別委員会
	21日(木)	三鷹駅前再開発及び市庁舎等調査検討特別委員会 ※第2回請願・陳情締め切り(正午まで)
	27日(水)	本会議(予算審査特別委員会審査報告、議案等審議)

※日程は変更する場合があります。
※本会議の開議時間は午前9時30分を予定しています。詳しくは同局へお問い合わせください。
※請願・陳情は、同局で受け付けています。提出を希望する場合は、あらかじめ会派または議員にご相談ください。

◆傍聴・手話通訳の申し込み

申 傍聴当日に、本会議は議場(市役所3階)東側の傍聴受付、各委員会は同局へ。手話通訳を希望する場合は、各開催日の1週間前までに希望する日程(午前・午後)・氏名・連絡先を同局FAX0422-45-1031へ

※議場内傍聴席のモニターで字幕表示をしています。

◆本会議および予算・決算審査特別委員会のインターネット配信

生中継は会議開始10分前から終了まで、録画中継は原則、開催日の翌々日の午前10時(土・日曜日、祝日を除く)に、三鷹市議会ホームページ [HP](https://www.gikai.city.mitaka.tokyo.jp/) <https://www.gikai.city.mitaka.tokyo.jp/>の からご覧いただけます。



イエローチョーク 作戦！ 犬のふん放置対策を 実施します

問 環境政策課 ☎0422-29-9612

ふん害で困っている住民がいることを飼い主に伝え、自発的に回収することを促す取り組みです。自宅前の道路に放置された犬のふんの周囲を黄色いチョークで丸く囲み、発見日時を記します。お困りの方に、チョークを配布しています。

◆チョーク配布場所◆

同課(第二庁舎2階)

●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627号(2月4日～3月2日)
 三鷹市美術ギャラリー企画展示「HAIBARA Art & Design 和紙がおりなす日本の美」/神沢さんおめでとう100歳展 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6年1月1日現在 ()内は前月との増減
 住民登録者数:189,959人(112人減△)うち外国人数:4,332人(12人減△)
 男:92,506人(61人減△)/女:97,453人(51人減△) 世帯数:96,752世帯(62世帯減△)

3/9 午後1時 吉村昭書斎がオープン!

☎ 芸術文化課 ☎0422-29-9861

太宰治賞の最初の受賞者であり、『戦艦武蔵』をはじめとする歴史小説や『関東大震災』などの記録文学で知られる作家・吉村昭(1927-2006年)は、井の頭に居を構え、数多くの作品を執筆しました。中でも、自宅の離れにある書斎は「この世で一番安らぐ場所」と表現するほど、愛着を持った場所でした。市では、妻で芥川賞作家の津村節子氏から寄贈されたこの書斎を移築し、吉村作品の魅力や人となりなどを発信する文化施設として公開します。



◆吉村昭書斎
 ◇所在地 井の頭3-3-17(京王井の頭線 井の頭公園駅から徒歩3分)
 ◇開館時間 午前10時～午後5時30分
 ◇休館日 月曜日(休日の場合は開館し、翌日と翌々日は休館)、年末年始
 ◇入館料 交流棟無料、書斎棟100円
 ※中学生以下、障害者手帳持参の方と介助者、校外学習の高校生以下と引率教諭は無料。年間パスポート(300円)あり。



開館記念 講演会 父・吉村昭と書斎 三鷹での暮らし
 ☎ 山本有三記念館 ☎0422-42-6233
 吉村昭・津村節子夫妻のご子息である吉村司さん(写真)をお招きし、長い時間をともに過ごした家族だからこそ知る、父として、作家としての姿をご紹介します。
 日 3月23日(土)午後2時～3時30分 人 50人
 所 井の頭コミュニティセンター
 申 3月11日(月)(必着)までに往復はがきで参加者全員の氏名(2人まで)・代表者の住所と電話番号・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」、または申し込みフォーム(右記QRコード)へ(申込多数の場合は抽選。結果は3月13日(水)以降に通知)



◆開館記念企画展示「三鷹で暮らした吉村昭 三鷹市収蔵資料展」
 ☎ 山本有三記念館 ☎0422-42-6233
 日 3月9日(土)午後1時～令和7年1月13日(月・祝)(期間中展示替えあり)
 申 期間中会場へ

三鷹キウイワイン2024

第1弾 無ろ過新酒

2月9日(金)発売

☎ 生活経済課 ☎0422-29-9615

市内農家が生産したキウイフルーツを原料に、醸造後にろ過をしない「うすにごり」で仕上げました。みずみずしいフレッシュ感のある、ほのかな甘口で、バレンタインデーのプレゼントにもおすすめです。



◆販売店 市内酒販店8店舗、JA東京むさし三鷹緑化センター
 ◆価格 2,200円(720ml)
 ◆販売本数 1,398本(限定生産)

第28回 三鷹まちづくりフォトコンテスト

—素敵な三鷹、みい〜つけた!

審査結果発表 全市、三鷹まちづくりフォトコンテスト実行委員会
 ☎(株)まちづくり三鷹 ☎0422-40-9669

昨年1年間に市内で撮影された三鷹の魅力を発信する写真を募集したところ、264人の皆さんから603点の作品が寄せられ、19点の入賞作品が決定しました。全入賞作品は同コンテストホームページ [HP https://www.mitakane.jp/photocon/](https://www.mitakane.jp/photocon/) でご覧いただけます。



市長賞(グランプリ) 「くりまんじゅう」山崎達也さん



金賞 「斜陽とともに照らす」金子武司さん