

能登半島地震／令和6(2024)年



その時のために 今できることを



関東大震災／大正12(1923)年



東日本大震災／平成23(2011)年

日本は古くから幾多の大地震に見舞われ、そのたびに甚大な被害を受けてきました。元日に北陸を襲った能登半島地震は、今なお生活再建や復興の途上にあります。いつ起きるとも知れない震災に備え、家庭でも今すぐできる取り組みを2～3面で紹介します。

☎防災課 ☎0422-24-9102

能登半島地震の写真は、罹災証明の発行のため派遣された三鷹市職員が撮影した2月の現地の様子です。

災害への備え



三鷹市長 河村 孝

「関東大震災から100年」の節目であった昨年、幸いなことに大規模な災害は発生しませんでした。「何とか1年を無事に乗り越えた」と、大みそかに除夜の鐘を聞きながらほっとしたことを覚えています。ところがその翌日、元日の能登半島を大地震が襲いました。最近では、台湾、四国と続けざまに大きな地震があり、不安は増すばかりです。

災害に立ち向かうには、「自助・共助・公助」

の組み合わせと、それぞれの役割に沿った日ごろの備えが大切です。「自助」でいえば食料の備蓄や家族との連絡手段などの確認。ご近所や町会でのお付き合いは、いざという時の「共助」にもつながります。「公助」の視点では避難所の設置・運営は切迫した課題で、設置場所や体制を拡充する必要があると考えています。いつ起きてもおかしくない災害に備えるため、対策をもう一歩前に進めるべき時が、今です。

YouTubeで配信中

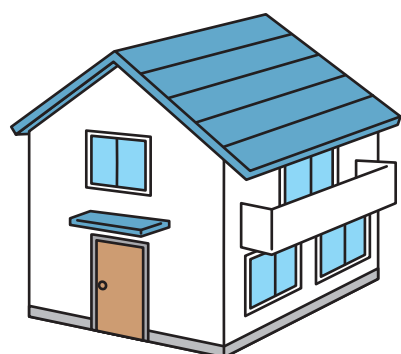




三鷹市防災キャラクター「じじよまる」

被災したら避難する？家にとどまる？

避難の判断基準は「自宅で生活できるかどうか」です

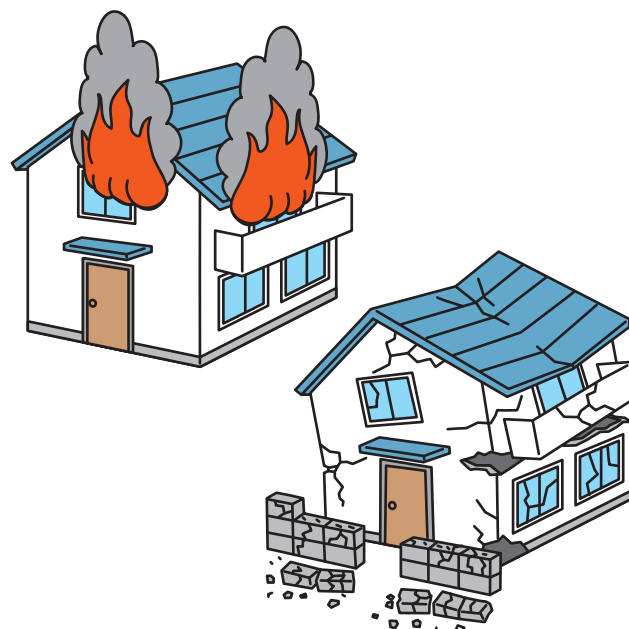


自宅で身の安全を保てる状態なら…

在宅避難

避難所の避難スペースには限りがあります。また、避難所での生活は自宅よりも環境の変化が大きく、プライバシーの確保も難しくなります。住まいの防災対策や日常的な備蓄を行い、可能な限り在宅避難ができる準備を整えましょう。

自宅や近隣家屋に倒壊・火災の恐れがあるなど、危険な場合は…

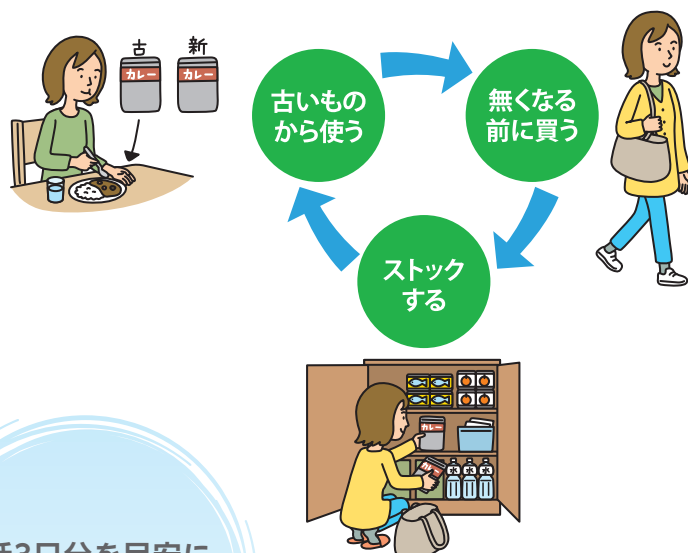


避難場所・避難所へ

今すぐ始めよう！在宅避難の備え&ポイント

普段使っているものを多めに買っておく ローリングストック

食べ慣れたもの、好きなものを少し多めに買って賞味期限の近い順に食べていき、減った分を補充するローリングストックを実践しましょう。ごみ袋やティッシュペーパーなどの日用品や衛生用品も多めに備えておくことが安心です。



最低3日分を目安に
水や食料、日用品を
ストックしてね！



4人家族で3日分の食料や日用品の備蓄例

水洗トイレが使えないことを想定して 携帯トイレを用意

停電や断水が起きるとトイレの水が流せなくなります。また、排水管や下水道が損傷した状態で水を流すと、汚水の逆流や漏水の恐れがあります。在宅避難に備え、各家庭で水を使わない携帯トイレなどを用意しておくことが重要です。



1人当たり1日5回×3日＝15回として
最低3日分用意しておきましょう

家族に必要な携帯トイレの数は？

15回×人＝個

排水管や下水道が
壊れていないことを
確認できるまでは
トイレに水を
流さないでね！



4人家族で3日分の携帯トイレ備蓄例(60個)



一時避難場所・広域避難場所と避難所って、どう違うの？



危険を回避するために
ひとまず逃げる
最寄りの場所が

一時避難場所



公園や学校の校庭など、
市内36カ所が指定されています。

あなたの最寄りの場所は？

大規模火災などの危険が
ある場合に避難する
大規模な広場が

広域避難場所



井の頭公園や国立天文台、
大学など、市内や周辺に
8カ所が指定されています。

あなたの最寄りの場所は？

自宅で過ごすことが
できない場合に
生活するための施設が

避難所



市立小・中学校、コミュニ
ティセンターなど、市内33
カ所が指定さ
れています。



あなたの最寄りの場所は？

避難場所で過ごした後、自宅とその周辺の安全が確認できた
場合には、帰宅して在宅避難をしましょう。

詳しくは
こちらから



最寄りの避難場所・避難所は

三鷹市防災マップ・市ホームページで確認！

同マップは、防災課
(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
などで配布しているほ
か、市HPでもご確認い
ただけます。



※防災マップ裏面は浸水ハザードマップです。



大雨への備えも忘れずに

見てみよう!!やってみよう!!

野川の水防施設見学・ 水防工法体験ツアー

図防災課 ☎0422-24-9102

野川沿いを散策しながら野川の水防対策を学び、家庭にある物で
できる水防工法を体験します。また、当日に大沢野川グラウンドで開催
している三鷹市総合水防訓練を見学します。

📅6月2日(日)午前9時15分～11時15分 📍在学・在勤を含む市民30
人 所同グラウンドテニスコート 物動きやすく汚れてもよい服装
📅5月7日(火)～17日(金)の平日午前8時30分～午後5時15分に直接また
は電話で同課(元気創造プラザ5階) ☎0422-24-9102へ(先着制)
※自家用車での来場はご遠慮ください。

詳しくは
こちらから



YouTubeでお役立ち防災情報を配信中!

「三鷹市公式動画チャンネル」で、家庭でできる水のうの作り方や
ペットのための防災対策、最新防災グッズなどを紹介しています。



人によって違いがある

“私にとって必要なもの”も忘れずに

年代や性別、持病の有無などの違いによって、生活に欠かせないものは人それ
ぞれに異なります。自分にとっての必需品は必ず在宅避難の備蓄品に加えるよう
にしましょう。

自分や家族の必需品に☑を入れてみましょう

乳幼児がいる人は…

- ☐ 紙おむつ・おしりふき
- ☐ ミルク(液体ミルクがあると便利)
- ☐ 哺乳瓶(紙コップで代用可)
- ☐ 離乳食・ベビーフード など

高齢者は…

- ☐ 薬
- ☐ おかゆなどの柔らかい食品
- ☐ 入れ歯用洗浄剤
- ☐ 尿漏れパッド・大人用紙おむつ など

女性は…

- ☐ 生理用品・おりものシート
- ☐ スキンケア用品
- ☐ ドライシャンプー など

ペットの飼い主は…

- ☐ ペットフード・おやつ・水
- ☐ ケージ
- ☐ ペットシート・排せつ物の処理袋
- ☐ 予備の首輪・リード など



在宅避難者を支援するための拠点を 市内15カ所に設置しています

災害時在宅生活支援施設

仮設トイレの設置や炊き出し、救援物
資の配給など、在宅で避難生活を継続し
ていくための支援をする施設です。

あなたの家の最寄りの施設は？

詳しくは
こちらから



各施設入り口には目印の看板があります

守り×育み×集う 天文台の森 PROJECT

国立天文台周辺のまちづくり — 連載第①回 —

岡同地区まちづくり推進本部事務局 ☎0422-24-9266

市では、令和2年12月に締結した「国立天文台と三鷹市の相互協力に関する協定」に基づき、国立天文台敷地北側ゾーンを中心とする大沢地域のまちづくりに向けて、土地利用基本構想の策定に取り組んでいます。

まちづくりのポイント

大沢地域は、「浸水予想区域内に立地する羽沢小に風水害時の避難所を開設できない」という防災上の課題を抱えています。同小を天文台敷地の安全な高台に移転することで、安全・安心な学校施設を確保するとともに、地域の防災拠点にします。
また、大沢台小も同敷地内に移転し、隣接する七中を含めた「おおさわ学園」と

して、義務教育学校の制度を活用した新しい小・中一貫教育校にします。そして、新学校を含む施設全体を地域の共有地「おおさわコモンズ」と位置付け、多世代が集う居心地の良い交流の場を創り、コミュニティ創生を図ります。
そのほか、天文台の森の保全・再生や、地域の身近な交通手段の充実、跡地利用を含めた大沢地域全体の総合的なまちづくりに取り組みます。

これまでに寄せられた質問と回答をピックアップしてご紹介します

Q 学校などの整備で、天文台の貴重な緑が失われないの？

A 天文台の森は、市民にとっても貴重な財産であり、次世代に引き継ぐことが大切だと考えています。一方、旧官舎があった天文台敷地北側ゾーンは老木や枯れ木などが増えており、緑の維持管理の一部に課題がある状況です。

天文台と連携したまちづくりに取り組むことで、緑の保全などに配慮した敷地の有効活用を推進します。施設整備により貴重な緑が大幅に失われないよう、土地利用範囲についてしっかり検討していきます。

下の写真は、大正13(1924)年に天文台が三鷹に移転してから、約30年後に撮影された航空写真です。この時点では、天文台敷地北側ゾーン全体に官舎が建設され、約40棟程度が確認できます。これらの官舎は、平成15年までに取り壊されました。



※赤枠内が天文台敷地北側ゾーン、青枠内が天文台敷地。



天文台敷地北側ゾーンは、官舎の取り壊し後、荒れた雑木林などになっており、緑の維持管理に課題のある状況です。

そのほかの質問と回答やこれまでの経緯などは、市HPトップページのバナーまたは右記QRコードからご覧ください。



令和5年 市内地区別 刑法犯認知件数

岡安全安心課 ☎0422-45-1116

昨年の市内の刑法犯認知件数は、一昨年から224件増の845件でした。

安全で安心して暮らすことができるまちを目指して、「自分たちのまちは自分たちで守る」という防犯意識を持ち、できる範囲で自主的な防犯活動や防犯対策にご協力をお願いします。



地区	総件数	凶悪犯 (※1)	侵入窃盗	ひったくり	特殊詐欺	子ども に対する犯罪 (※2)	自動車盗	自転車盗	その他 (※3)
下連雀	258	0	1	0	18	2	0	102	135
牟礼	67	1	1	0	5	1	0	27	32
井の頭	66	1	1	0	3	0	0	33	28
中原	37	0	0	0	3	0	0	22	12
北野	24	0	1	0	2	0	0	4	17
新川	73	1	1	0	2	0	0	29	40
上連雀	135	0	4	1	9	0	0	66	55
井口	52	1	2	0	3	0	0	25	21
深大寺	26	0	0	0	5	0	0	13	8
野崎	65	0	4	0	2	0	0	19	40
大沢	33	0	1	0	3	0	0	11	18
不明等(※4)	9	1	0	0	0	0	0	0	8
総計	845	5	16	1	55	3	0	351	414

※1 殺人、強盗、放火など ※2 小学生以下の子どもを対象としたもの
※3 記載の犯罪以外で、粗暴犯、器物損壊、オートバイ盗み、置き引き、万引き、車上狙いなど
※4 発生地が三鷹市以外のも、三鷹市で発生したが地区が不明なもの

出典：警視庁

締切間近！

購入申し込みは5月7日(火)まで

プレミアム率
20%

みたかデジタル商品券

詳しくはこちらから

問同商品券コールセンター ☎0120-606-617
(毎日午前10時～午後6時)

市内のスーパーやコンビニ、飲食店など400以上の店舗で利用でき、最大30,000円分を購入すると36,000円分の買い物が可能な大変おトクな商品券です。

申し込みは「みたか地域ポイント(みたポ)」アプリでできます(申込多数の場合は抽選)。

三鷹市職員(経験者採用)を募集します

詳しくはこちらから

問職員課 ☎0422-29-9166

職種	募集人数	勤務時間	給与※ (月額初任給)	試験日程
一般事務 上級	10人程度	月～金曜日 午前8時30分～ 午後5時15分 (時間、休日は配属 先により異なる)	284,050円※ (同一職種で民間 企業などの経験8 年の場合。地域手 当を含む) ※保育士(中級)は 263,695円。	一次試験(テスト センター方式)＝ 5月29日(水)～6月 12日(水)のうち希望 する日
一般事務 上級(福祉職)	若干名			
学芸員	若干名			
土木技術	若干名			
建築技術	若干名			
保育士 (上級・中級)	10人程度			
保健師	若干名			

※扶養手当、住居手当、通勤手当、期末勤勉手当など各種手当あり。経験年数加算あり。

申5月14日(火)午前10時～26日(日)に申し込み専用サイトへ

価格高騰重点支援給付金

詳しくはこちらから

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

令和5年度住民税均等割のみ課税世帯への給付

物価高騰に伴う負担を軽減するため、給付金を給付しています。対象と思われる世帯主へ3月下旬に「確認書」を送付しました。給付要件を確認の上、申請がお済みでない方は、確認書または申請書を早めにご提出ください。

給付額 1世帯当たり10万円(1世帯1回限り)
対象者 5年12月1日現在、三鷹市に住民登録があり、住民税均等割のみ課税者(※)と住民税非課税者で構成される世帯の世帯主
※所得割が非課税で、均等割5,000円のみを納めている方。

子育て世帯への加算

同給付金(非課税世帯7万円または均等割のみ課税世帯10万円)を受給した子育て世帯へ加算金を給付しています。均等割のみ課税の子育て世帯には「確認書」を送付しています。

給付額 対象児童1人当たり5万円(1人1回限り)
対象者 18歳以下の児童(平成17年4月2日～令和5年12月1日生まれ)がいる世帯の世帯主

※上記以外の世帯でも受給対象となる場合があります。
※5年12月2日～6年5月31日生まれの新生児については申請不要です。5月中旬以降に順次給付します。

注意事項

- 同給付金を装った「振り込め詐欺」や「個人情報の詐取」にご注意ください。
- 世帯の全員が、住民税を課税されている親族などの扶養を受けている場合は給付の対象外です。

自転車用ヘルメットの購入助成

詳しくはこちらから

問都市交通課 ☎0422-29-9709

今年度分の購入助成は、7月から申し込みを開始する予定です。詳しくは『広報みたか』6月16日号でお知らせします。

注意事項

- 10月まで定期的に開催している自転車安全講習会の受講者は優先的に申請できます。
- 昨年度に申請された方は対象外です。

※申請日時時点で三鷹市に住民登録がある方3,000人 上限2,000円(1人1回限り)

妊娠を予定・希望する方と同居者が対象

風しん抗体検査と予防接種を受けましょう

詳しくはこちらから

問健康推進課 ☎0422-24-8050

風しんは、免疫を持たない女性が妊娠中(特に妊娠初期)に感染すると、赤ちゃんが心疾患や白内障、難聴などの疾患(先天性風しん症候群)にかかる恐れがあるため、妊娠前に十分な抗体を持つことが重要です。また、妊婦への感染を防ぐため、同居の家族も注意が必要です。

市では、無料の風しん抗体検査を行い、予防接種の費用を一部助成しています(利用は1回限り)。

※「国による風しんの追加的対策事業」(下段参照)に該当する男性は対象外です。

風しん抗体検査(無料)

採血による血液検査です(原則HI法)。約1週間後に結果が出ますので、検査を行った市内協力医療機関で確認してください。抗体価が不十分と診断された方は、予防接種(右記)をお勧めします。

問令和7年3月20日(木・祝)まで 人19歳以上の市民(妊婦を除く)で、①妊娠を予定または希望する女性、②妊婦または①の同居者
※風しん予防接種を2回以上受けた方や過去に市の抗体検査を受けた方、抗体価が不十分と確認済みの方は対象外です。

風しん予防接種

①麻しん風しん混合ワクチン(MRワクチン)または②風しん単抗原ワクチン。

問7年3月31日(月)まで 人風しん抗体検査または妊婦健診などで抗体価が不十分と診断された方
※過去に本事業で麻しん・風しん予防接種を受けた方は対象外です。

※自己負担金①5,000円、②1,745円
※ワクチンの取り扱いは、医療機関にお問い合わせください。

本人確認のため保険証などを持参し、市内協力医療機関(上記QRコード)へ

昭和37年4月2日～54年4月1日生まれの男性が対象

国による風しんの追加的対策事業

詳しくはこちらから

問健康推進課 ☎0422-24-8050

幼少期に公的な予防接種を受ける機会がなかった方を対象に、風しんの抗体検査と予防接種が無料で受けられる制度です(利用は1回限り)。対象者のうち利用が確認できない方へ、4月8日に勧奨はがきを発送しました。接種に必要なクーポン券(令和4年4月に送付済み)の再発行を希望する方は、同課へお問い合わせください。

問抗体検査＝7年3月20日(木・祝)まで、予防接種＝7年3月31日(月)まで 問市内および全国の協力医療機関(右記QRコード参照)

花のまち交流会

☎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プレイベントです。今回は、各分野で活躍されている方々のお話を、パネルディスカッション形式で伺います。

📍市、三鷹市市民緑化推進委員会 📅6月8日(土)午後2時～4時30分

👤所三鷹市公会堂さんさん館＝100人、録画視聴＝定員なし



撮影:まちなかカメラマン 白間摩理

パネリスト

- 恵泉女学園大学名誉教授の澤登早苗さん
- 西武造園(株)の永江晴子さん
- 京成バラ園園長の村上敏さん

アドバイザー

- 東京農業大学客員教授の濱野周泰さん

📅5月24日(金)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8-3-10 NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会」、または同協会📠へ(申込多数の場合は抽選)

詳しくは
こちらから



花と緑の広場の思い出を振り返ろう

☎緑と公園課 ☎0422-29-9789

同広場は、5月31日(金)をもって規模を一部縮小する予定です。園内に利用者の皆さんから寄せられたメッセージボードや、開園から現在に至るまでの写真を掲示します。

📅5月11日(土)～5月31日 📍期間中会場へ

アプリイベント

初夏の陽気を浴びながら、
ウォーキングを楽しもう

詳しくは
こちらから



みとか GO!GO! ウォーキング

☎スポーツ推進課 ☎0422-29-9863

オリジナルスポーツアプリ「タッタカくん！ウォーク＆ラン」を使って、期間内に合計55kmを目指すウォーキングイベントです。

📅6月16日(日)まで 📍在学・在勤を含む小学生以上の市民

参加方法 開催期間中に、同アプリから参加

参加賞 タッタカポイント 100ポイント

目標達成者特典(合計55km達成)

- オリジナルグッズ(先着制)
- タッタカポイント 500ポイント
(みとか地域ポイント 100ポイントに交換可)



タッタカくん

環境講座

ヘチマの苗プレゼント付き
「なぜ？三鷹産野菜のおいしさの謎」

詳しくは
こちらから



☎環境政策課 ☎0422-29-9612

地球温暖化防止とCO₂削減に向けて、緑のカーテンや三鷹産野菜のおいしさと地産地消について学びます。参加者全員にヘチマの苗と「みとか地域ポイント」100ポイントをプレゼントします。



📍みとか環境活動推進会議、市 📅6月8日(土)午後1時～3時 📍40人 📍生涯学習センター 📍森屋農園の森屋賢さん、同会議委員でJA東京むさしの井上昇太さん
📅5月31日(金)までに必要事項(7面参照)を「〒181-8555 環境政策課」・📠0422-45-5291・✉kankyo@city.mitaka.lg.jpへ(申込多数の場合は抽選)

第52回

三鷹市市民コンサート^{保育}

詳しくは
こちらから



☎芸術文化課 ☎0422-29-9861

今年は、指揮に中島章博さん、バイオリン独奏に平山慎一郎さんをお迎えし、チャイコフスキーの名曲をお届けします。ゲストと三鷹市管弦楽団のハーモニーをお楽しみください。

📅6月9日(日)午後2時開演 📍550人(1組5人まで。未就学児は入場不可)、保育(1歳～未就学児)5人程度 📍芸術文化センター
📅5月22日(水)までに往復はがきで代表者の必要事項(7面参照)・参加者全員(5人まで)の氏名と年齢を「〒181-8555 芸術文化課」、または市📠へ(1組1通。申込多数の場合は抽選。結果は5月29日(水)以降に通知)



毎月第2水曜日開催 しごとの相談窓口

☎☎生活経済課 ☎0422-29-9615へ

ハローワーク三鷹やわくわくサポート三鷹の職員による就職・キャリアなどの相談会を開催しています(求人紹介、職業あっせんは行っていません)。奇数月は、社会保険労務士が健康保険・年金・労務などの相談にも応じます。求職中の方だけでなく、仕事をしている方や事業者の皆さんも、ぜひご利用ください。

社会保険労務士への相談例

- いくら以上稼ぐと夫の扶養から外れるのか
- 労働問題に悩んでいる

今月の開催日程

📅5月8日(水)午前10時～正午(受付は11時30分まで) 📍三鷹産業プラザ
📍雇用保険受給者は受給資格者証、内職相談希望者(市民のみ)は本人確認書類



ゴーヤの苗を配布
「緑のカーテン」に挑戦してみませんか

☎☎緑と公園課(市役所5階56番窓口) ☎0422-29-9789

📅6月10日(月)～14日(金)午前9時～午後5時 📍120人(1世帯2株) 📅5月23日(木)までに往復はがきで必要事項(7面参照)を「〒181-8555 緑と公園課」へ(申込多数の場合は抽選)



INFORMATION

情報ひろば

※市内局番「0422」は省略。

お知らせ

みたか観光案内所
臨時休業のお知らせ

☎ 5月13日(月)～17日(金)

※上記期間中、三鷹の森ジブリ美術館の三鷹市・近隣市民枠チケットの販売を休止します。再開日時は、5月18日(土)午前9時です。

☎ NPO 法人みたか都市観光協会 ☎ 40-5525

気温が上がる季節
光化学スモッグにご注意を

光化学スモッグは大気汚染の一種で、春から秋の日差しが強く風が弱い日に発生しやすく、目やのどの刺激感など健康に影響を及ぼすことがあります。光化学スモッグ注意報・警報は、防災無線や市HP、市公式X、安全安心メールなどでお知らせするほか、東京都環境局HPでも確認できます。

発生を抑えるため、日ごろから自動車の使用は控え、自転車や公共交通を利用しましょう。

◆注意報・警報が発令されたら

外出や屋外での運動を控える／目や喉が痛くなったら、すぐに洗眼やうがいをする／症状が回復しない、息苦しいなど症状が重い場合は医師の診察を受ける

☎ 環境政策課 ☎ 29-9612

ものづくり企業地域共生推進助成金

製造業・機械修理業などの中小企業が行う、周辺環境に配慮した工場の改修や耐震診断などを助成します。

◆助成対象事業

①操業環境改善事業：工場の改修や移転、設備の更新など、②住民受入環境整備事業：緑道やオープンスペースの整備など、③耐震補強事業：耐震診断・設計

◆助成金の交付額

①②対象経費の4分の3以内の額で上限375万円、③対象経費の3分の2以内の額で、上限は耐震診断が200万

円、耐震設計が400万円

☎ 生活経済課 ☎ 29-9615

町会等自治組織助成金



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。

☎ 町会・自治会、管理組合、商店会などの地域自治組織

☎ 6月28日(金)までに所定の申請書類(市HP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

フードドライブを実施します

米や缶詰、インスタント食品、調味料など、未開封で常温保存ができ、賞味期限が1カ月以上残っている食品(生ものを除く)を受け付けます。

☎ 6月7日(金)午前10時～午後3時

☎ 市役所1階市民ホール

☎ 当日会場へ

☎ NPO 法人フードバンクみたか ☎ 080-5545-1169 (月・木曜日午前10時～午後3時)

5月は赤十字会員
増強運動月間です

寄付金は、災害救護・支援活動をはじめ、医療・献血事業、福祉施設の運営など、日本赤十字社が行う人道的活動に活用されます。

※寄付金は三鷹市社会福祉協議会(元気創造プラザ3階)でも受け付けます。

☎ 同協議会 ☎ 46-1108

地域のサロン活動資金を
助成します

☎ 次のすべてに該当する自主サークル80団体。①市内で月1回以上、サロン(参加者3人以上)での地域の仲間づくりや助け合い活動を行っている、②ほかの団体・機関から活動の助成を受けていない、③前年度からの繰越金が1万円を超えない、④政治・宗教・営利目的でない

※これから立ち上げる活動も対象。

◆助成額 1団体につき上限10,000円

第43回 憲法を記念する市民のつどい 手話

今年は日本大学危機管理学部教授の先崎彰容(せんざき ちかひさ)さんの講演会を開催します。

☎ 市、市教育委員会、憲法を記念する三鷹市民の会

☎ 5月11日(土)午後1時から(0時30分開場) ☎ 700人

☎ 三鷹市公会堂光のホール ☎ 当日会場へ(先着制)

☎ 企画経営課 ☎ 0422-29-9032



申し込みの記入例

- あて先 各記事の申込先、住所の記載がないものは「〒181-8555三鷹市役所〇〇課」
- 必要事項 ①行事・事業名(希望日・コース・回)、②申込者の郵便番号・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)

(交付後、活動報告書などを提出)

☎ 5月8日(水)から必要書類(三鷹市社会福祉協議会HPで入手)をみたかボランティアセンターへ(先着制)

☎ 同センター ☎ 76-1271

税金

軽自動車税(種別割)の
納税通知書を4月30日に
発送しました

税率など詳しくは、同封のお知らせをご覧ください。納期限は5月31日(金)です。

☎ 市民税課 ☎ 29-9193

5月31日(金)は固定資産税・
都市計画税(第1期)の納期限です

市税を未納のままにすると、法令に基づき延滞金が加算されます。納期内納付が困難な場合は納税課(市役所2階25番窓口)へご相談ください。※キャッシュカードによる口座振替受付サービスを実施しています。

☎ 同課 ☎ 29-9218(口座振替)・☎ 29-9210(納税相談)

子育て・教育

催しなどで☎の表記がないものは、各記事のQRコードからHPをご覧ください。

児童手当の所得上限度
額超過により資格消滅と
なった方へ

令和5年度(4年中)以前の所得が上限限度額を超えたため、同手当の受給資格が消滅した方で、6年度(5年中)の所得が上限限度額未満となった方は、認定請求が必要です。手当は原則として申請した月の翌月分から支給され

ます。

☎ 中学校修了前(15歳到達後最初の3月31日まで)の児童を養育している方

※児童を養育する父母などの保護者のうち、生計を維持する程度の高い方(所得の高い方の保護者)が、受給者(請求者)となります。

☎ 子育て支援課 ☎ 29-9675

むらさき子どもひろばの
催し(5月)

◆乳幼児のあそびひろば

☎ ①げんきっ子ランド=月曜日午前9時～午後0時30分(27日(月)を除く)、②みんなであそぼ!=火～金曜日、11日(土)午前11時～11時30分(9日(木)・10日(金)・14日(火)・15日(水)・24日(金)を除く)

◆乳幼児対象のイベント

☎ ①手形アートスタンプ=5日(日・祝)・9日・10日午前11時～11時30分、②みんなであそぼ!=14・24日午前11時～11時30分、③Mamaカフェ=21日(火)午前10時30分～11時30分、④キラキラモビール作り=25日(土)午前10時30分～11時30分、⑤変身スペシャルバースデー=27日・28日(火)午前11時～11時30分

☎ ①⑤就学前のお子さん、②14日は2歳、24日は1歳のお子さん、③0歳のお子さんと母親10組、④3歳～就学前のお子さんと保護者10組

◆小学生対象のイベント

☎ ①卓球の日=月・木曜日午後3時30分～4時30分(20日(月)を除く)、②スポーツの日=金曜日午後4時～4時30分(不定期開催)、③フェルトで花束を作ろう=18日(土)午後2時30分～3時30分、④一輪車教室=20日(月)午後3時40分～4時30分

☎ ③④12人

☎ 同ひろば ☎ 49-5500

飼い主のいない



猫の避妊・去勢手術費用を減額します

市内に生息する飼い主のいない猫(生後6カ月以上)の繁殖を抑えるため、指定の動物病院で避妊・去勢手術を行う費用(病院により異なる)を雄は10,000円、雌は15,000円減額します(先着制。手術後の減額申請はできません)。

☎ 市内在住で、手術した猫の耳先にV字カットを施すことに承諾いただける方

☎ 5月7日(火)～令和7年3月24日(月)に申込書(環境政策課(第二庁舎2階)、市民課(市役所1階)、市政窓口または市HPで入手)に手術をする猫の写真を貼付し、環境政策課へ

☎ 同課 ☎ 0422-29-9612

市内の指定動物病院(4月現在) アルファ動物診療所(上連雀4-16-4) ☎ 0422-46-5585、かえで動物病院(深大寺2-1-1) ☎ 0422-31-3232、穴戸動物病院(下連雀4-6-27) ☎ 0422-48-5362、ふじもと動物病院(井の頭4-24-5) ☎ 0422-24-0661



すくすくひろばの催し



◆①あそびとおしゃべりの会・②井の頭コミセンDEすくすくひろば

日所①牟礼コミュニティセンター＝8・15日、井の頭コミュニティセンター・井口コミュニティセンター＝8・22日、大沢コミュニティセンター・新川中原コミュニティセンター＝15・22日、いずれも水曜日、②井の頭コミュニティセンター＝16日(木)、いずれも午前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

◆はじめてのすくすくひろば見学会

日5月21日(火)午前10時30分から(30分程度)

人市内在住の同ひろばを利用したことのない年少までのお子さんと保護者

◆ウェルカムパパ講座

日6月2日(日)午前10時30分～正午
人市内在住のおおむね8カ月ぐらいまでのお子さんと父親8組(これから父親になる方、第2子以上の方も受講可)

◆4カ月までの赤ちゃんあつまれ

日6月6日(木)午前10時15分～11時30分、午後1時45分～3時

人市内在住の初めて受講する令和6年1月以降生まれのお子さんと母親各回8組

◆ママと親子リズム体操

日6月7日(金)午前10時30分～11時30分

人市内在住の令和5年5～12月生まれのお子さんと母親12組

所連雀コミュニティセンター

間同ひろば ☎45-7710

星と森と絵本の家の催し(5月)

◆絵本のおはなし「色いろいろ」

日8日(水)午後2時から

◆街頭紙芝居

日11日(土)午前10時30分から、11時30分から

◆森のおはなし「庭の身近な生き物」

日11日午後1時30分から

◆ICU留学生のおはなし会

日12日(日)午前11時から

◆絵本リレー

日15日(水)午後3時30分から

◆おやじの絵本よみきかせ

日18日(土)午前10時30分から

◆みこえぶおはなし会

日18日午後2時から

申いずれも当日会場へ

間同施設 ☎39-3401

「みとかとしゃかん図書部!」
部員を募集します



市立図書館でビブリオバトルや新聞作り、幼児向けおはなし会などの活動を行います。

◆キックオフミーティング

日5月12日(日)午後2時～4時(見学可)

人中学生～20歳くらいまでの方

所三鷹図書館(本館)

申当日会場へ

間同館 ☎43-9151

親子で楽しむ
プレバレエ教室



日6月2日(日)午前10時30分～11時30分

人2～4歳のお子さんと保護者20組

所連雀コミュニティセンター

間連雀地区住民協議会 ☎45-5100

子育てワークショップ(保育)



日6月3日～7月8日の毎週月曜日午前10時～正午(保育は9時45分から)

人就学前のお子さんを持つ母親で全回参加できる方12人

所総合保健センター

間子ども家庭課 ☎46-3254

おやこでよってチョコっと
あっぷるーむ(6月)



日①カラーセラピーで子育てを楽しく

＝3日(月)、②テコンドーで産後の体型戻し＝6日(木)、③親子で楽しむ英語絵本&手遊び歌＝8日(土)、④子育てと働き方のバランス講座(未来マップ編)＝10日(月)、⑤「ベビーサイン」で楽しい子育て＝13日(木)、⑥ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前)＝15日(土)、⑦ベビーマッサージでママと赤ちゃんの素肌スキンシップ＝17日(月)、⑧ハーブでこころとからだケア(夏の過ごし方編)＝20日(木)、⑨簡単スクラップブック(A4フレーム編)＝24日(月)、⑩足形つきのバッグを作ろう＝27日(木)、いずれも午前10時30分～正午

人①⑨3歳までのお子さんと保護者、妊婦、②首据わり～3歳のお子さんと母親、③⑩3歳までのお子さんと保護者、④3歳までのお子さんと母親・妊婦、⑤1歳6カ月までのお子さんと保護者、⑥ハイハイ前のお子さんと母親、⑦2～11カ月のお子さんと保護者、⑧3歳までのお子さんと母親

所市民協働センター

間同センター ☎46-0048

ママと赤ちゃんの会

日6月4・18・25日の火曜日午前10時～11時30分(全3回)

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

所西多世代交流センター

申間5月13日(月)から直接または電話で同センター ☎31-6039へ(初めて同センターを利用する方を優先して先着制)

子どもふらっとプレイス
囲碁で遊ぼう入門教室

日6月19日(水)午後3時～5時

人市内の小・中学生30人

所生涯学習センター

申5月5日(日・祝)～6月12日(水)に元気創造プラザ講座申込システムへ

間同センター ☎49-2521

障がいのある方

高次脳機能障がい相談会

日5月11日、7月13日、9月14日、11月9日、令和7年1月11日、3月8日の土曜日午前9時30分～10時20分、10時30分～11時20分(1人50分)

所福祉センター

申間障がい者支援課 ☎29-8267へ

健康

4～7月生まれの方の
特定健診・後期高齢者健診

受診票を4月下旬に送付しました。

人特定健診＝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

間健康推進課 ☎24-8571

催し

地域ケアネットワーク主催のサロン

日①ふれあいサロン・井の頭(ひだまり体操ほか)＝5月7日(火)午後1時30分～3時、②駅前風のサロン＝16日(木)午後1時30分～3時(チェアタップほか)、

③連雀サロン＝21日(火)午後1時30分～3時(歌いながら体操しましょう)、④しんなかサロン＝23日(木)午後1時30分～3時(紙芝居、体操ほか)、⑤よってらっしゃい・にしみとか＝27日(月)午後1時30分～3時(終活のお話ほか)、⑥

出前版ひだまりサロン・東部＝29日(水)午前10時30分～正午(ひだまり体操ほか)、⑦ひだまりサロン・東部＝6月5日(水)午後1時30分～3時(ウクレレ演奏、ひだまり体操ほか)

所各コミュニティセンター(①井の頭、②三鷹駅前、③連雀、④新川中原、⑤井口、⑦牟礼)、⑥北野地区公会堂

申いずれも当日会場へ

間地域福祉課 ☎29-9235

市内で働く方の

介護に関する資格取得・更新の
費用を補助します

◆介護の資格取得支援

◇補助内容 ①介護職員初任者研修課程(上限70,000円)
②介護福祉士実務者研修(上限100,000円)
③介護福祉士資格(上限100,000円)

人①または②を修了もしくは③を取得後1年以内に就職し3カ月以上勤務した介護職員、働きながら①または②を修了もしくは③を取得後3カ月以上勤務した介護職員(いずれも勤務先が三鷹市介護保険事業者連絡協議会に加入している事業所に限る)

◆ケアマネジャー資格に関する研修費用の補助

◇補助内容 介護支援専門員、主任介護支援専門員の資格取得・更新にかかる費用

人三鷹市介護保険事業者連絡協議会に加入している居宅介護支援事業所や地域包括支援センターで、居宅介護支援または介護予防支援に従事する介護支援専門員

間介護保険課 ☎0422-29-9274



介護ロボットなどの
導入費用を補助します

対象事業者	三鷹市介護保険事業者連絡協議会に加入している市内の介護事業者
対象機器	介護ロボット、介護ロボット通信機器、ICT機器など
対象費用	購入費用、リースまたはレンタル費用・使用料(導入初年度のみ)、初期設定費用、配送料など(対象機器により異なる)
補助額	1事業所につき上限50,000円(50,000円に満たない場合は、対象費用の全額)

※交付決定前に購入、リースまたはレンタル契約を締結したものは、補助の対象外です。

間介護保険課 ☎0422-29-9274



星と森と絵本の家
回廊ギャラリーの展示作品が
入れ替わります

第10回 回廊ギャラリー展示絵本作品
公募受賞作品『ぶ
うとお月さま』(作：
小谷野晃) 原画展を
開催します。



日 5月8日(水)～6月
30日(日)
申 期間中会場へ
問 同施設 ☎ 39-3401

新川宿ふれあい通り朝市

地元商店の模擬店や六中生による吹
奏楽演奏など。

主 新川宿まちづくり協議会
日 5月12日(日)午前8時～11時
所 新川宿ふれあい通り(新川6-4周辺)
申 当日会場へ
問 (株)まちづくり三鷹 ☎ 40-9669

深緑吟詠剣詩舞大会
特別番組 構成吟“詩仙 李白”

主 三鷹市吟詠連盟
日 5月12日(日)午後1時から
所 三鷹市公会堂光のホール
申 当日会場へ
問 同連盟 ☎ 43-5489

音楽サロン「ふれ愛コンサート」

主 市、新川中原住民協議会
日 5月18日(土)午後6時30分～8時30分
人 100人
所 新川中原コミュニティセンター
申 当日会場へ(先着制)
問 同センター ☎ 49-6568

初夏の植物観察会―鎌倉の崖に
生きるケイトウタバコの秘密を探ろう

日 5月28日(火)午前9時JR鎌倉駅西口時
計台前集合～午後3時解散(小雨決行)
人 20人
講 樹木医で造園家の佐々木知幸さん
料 交通費、拝観料は実費
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 日 5月7日(火)～22日(水)にNPO法人
花と緑のまち三鷹創造協会 ☎ 46-2081
へ(先着制)

環境問題見学会「初夏のあしかが
フラワーパークと足利学校」

主 市、新川中原住民協議会
日 所 5月29日(水)午前8時～午後5時
30分新川あおやぎ公園北側集合・解散
人 30人
料 6,000円
申 5月9日(木)午前10時から新川中原コ
ミュニティセンターへ(先着制)
問 同センター ☎ 49-6568

国蝶オオムラサキ見学会



日 6月29日(土)午前8時15分～11時
30分、午前9時50分～午後1時5分、
1時5分～4時20分
人 多摩地域に在住・在学・在勤の方各
回60人
所 JR青梅線河辺駅集合～谷戸沢処分
場(日の出町)～河辺駅解散
申 6月10日(月)(必着)までに参加者全
員の必要事項(7面参照)、多摩地域に
住でない場合は通勤・通学先の市町村
名を「〒190-0181 西多摩郡日の出町
大字大久野7642 東京たま広域資源循
環組合」・同組合 HP へ(申込多数の場
合は抽選)
問 同組合 ☎ 042-597-6152

スポーツ

三鷹市ターゲット・バードゴルフ
初心者講習会

主 三鷹市スポーツ協会、三鷹市ターゲッ
ト・バードゴルフ協会
日 5月9～30日の毎週月・木曜日午前
9時～11時(全7回、雨天順延)
人 在勤を含む市民各回20人
所 大沢総合グラウンド
申 当日会場へ(先着制)
問 同協会 ☎ 080-1035-4687

少年・少女相撲教室



主 三鷹市スポーツ協会、(公財) 東京都ス
ポーツ協会、東京都、三鷹市相撲連盟

日 5月11日(土)午後3時20分～4時30
分、14日(火)午後6時20分～7時30分
人 市内の小学生20人
所 SUBARU 総合スポーツセンター
物 タオル
申 各開催日の前日までに必要事項(7
面参照)・学校名・性別・保護者氏名を
同連盟 ☎ 070-4206-5257・✉ mita
ka-sumo@outlook.com へ(先着制)

弓道初心者講習会



主 (公財) 三鷹市スポーツと文化財団、三
鷹市弓道連盟
日 6月1日～10月5日の毎週土曜日午
後3時15分～5時15分(全15回。7月
13・27日、8月17日、9月14日を除く)
人 在学・在勤を含む高校生以上の市民
で全回参加できる方10人
所 SUBARU 総合スポーツセンター
料 5,000円(保険料を含む)
物 足袋(靴下可)、タオル、手ぬぐい、筆
記用具、初回は本人確認書類
申 日 5月12日(日)午前11時59分まで
に同連盟 HP へ(申込多数の場合は抽選)

50歳以上の初心者水泳講習会

主 三鷹市水泳連盟
日 6月5～26日の毎週水曜日午前9時
～11時
人 在勤を含む50歳以上の市民10人
所 SUBARU 総合スポーツセンター
料 4,000円(保険料を含む)
物 水着、水泳帽子、ゴーグル、ロッカー
代・靴箱代(いずれも100円。返還式)
申 5月15日(水)(必着)までに往復はが
きで必要事項(7面参照)を「〒181-87
99 三鷹市水泳連盟GS部」へ(申込多数
の場合は抽選)
問 同連盟 ☎ 090-8514-7849

三鷹市スポーツ協会
加盟団体の催し



下記の催しや紙面掲載以外の催しの
詳細は、上記QRコードから同協会 HP
をご覧ください。
◆三鷹市野球連盟夏季大会申込と主
将会議
日 申込受け付け=5月18日(土)、主将会
議=5月29日(水)午後7時から、大会=

6月30日以降の毎週日曜日
所 主将会議=生涯学習センター
問 同連盟 ✉ kurahashi-shi@jcom.
zaq.ne.jp



講座

パソコン教室



主 所 三鷹市シルバー人材センター
日 パソコン教室=月・水・金曜日、スマ
ホ、タブレット教室=木曜日、小学生向
けScratchプログラミング教室=月・火
曜日(オンラインは水・木・金・土曜日)
申 問 同センター ☎ 48-6721 へ

市民公開講座
―腎臓について考えるフォーラム

日 5月11日(土)午後1時～4時30分
人 150人
所 三鷹産業プラザ
講 杏林大学医学部付属病院医師ほか
申 当日会場へ(先着制)
問 アステラス製薬(株) ☎ 090-7738-90
32(平日午前8時45分～午後5時30
分)

起業・創業セミナー「私に
もできる。小さく始めて
大きく育てる起業の基礎」



日 5月14日(火)午前10時～11時30分
人 起業を考えている方、起業して間も
ない方20人
所 三鷹産業プラザ
講 (一社) ビジネスシード代表理事の浅川
絢子さん
申 (株)まちづくり三鷹 HP へ(先着制)
問 同社 ☎ 40-9669

読み聞かせ入門講座
読み聞かせの“きほん”
「本選びを中心に」



日 5月25日(土)午前10時～正午(9時40
分から東京子ども図書館の紹介DVD
上映、講座終了後に書籍販売あり)
人 読み聞かせ初心者で、同講座を初め
て受講する方40人
所 三鷹図書館(本館)
講 (公財) 東京子ども図書館の笹岡智子さ
ん
申 5月7日(火)午前10時から市 HP へ(先
着制)
問 南部図書館みんなみ ☎ 76-5571

女性のための「みたか
起業塾特定創業セミナー」



日 5月28日、6月11・18・25日、7月
9日、いずれも火曜日午前10時～11
時30分
人 市内で起業5年未満の方、起業を考
えている方20人
所 三鷹産業プラザ
講 (一社) ビジネスシード代表理事の浅川
絢子さん、多摩信用金庫価値創造事業
部の小倉航さん、社労士西川事務所の
西川彰さん
申 (株)まちづくり三鷹 HP へ(先着制)
問 同社 ☎ 40-9669

花や緑の風景写真を大募集
「ガーデニングフェスタ2024」

自宅の庭やお気に入りの花や緑の風景写真を募集しています。写真は作品
集に掲載するほか、同フェスタ会場や展示会などでパネル展示します。

①わたしの庭部門 ②四季を楽しむ庭部門
③私の緑のお気に入りスポット部門

主 市、市民緑化推進委員会
人 在学・在勤を含む市民(③は在活動を含む)
申 6月30日(日)(必着)までに同協会へ(各部門1人1点、全部門への応募可)

注意事項

募集要項(同協会、緑と公園課〈市役所5階56番窓口〉、コミュ
ニティセンター、同協会 HP で入手)を必ずご確認ください。

問 NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会 ☎ 0422-46-2081



スポーツボランティア
支援事業
「熱中症対応講習会」



日①6月6日(木)、②16日(日)、いずれも午前10時～11時
人 在学・在勤を含む16歳以上の市民各日16人
所 生涯学習センター
調 ㈱大塚製薬工場OS-1事業部の横山大輔さん
申 ①5月23日(木)まで、②6月4日(火)までに元気創造プラザ講座申込システムへ(申込多数の場合は抽選)
問 SUBARU総合スポーツセンター ☎45-1113

自分の心・身体と向き合う
ピラティス講座

保育



日 6月7～28日の毎週金曜日午前10時～正午(全4回)
人 20人、保育(1歳～未就学児)15人
所 西多世代交流センター
申 日 5月7日(火)～22日(水)午前9時30分～午後5時に直接または電話で同センター ☎31-6039、または元気創造プラザ講座申込システムへ(申込多数の場合は在勤を含む市民を優先して抽選)
※保育希望者は、5月31日(金)のオリエンテーションに必ず参加してください。

健康づくりお囃子・和太鼓体験講座
—三鷹のお囃子と和太鼓、
観て聞いて体験

日 三鷹地区住民協議会
日 ①お囃子=6月9日、②和太鼓=16

日の日曜日午前10時30分～正午
人 各回50人
所 牟礼コミュニティセンター
調 ①新川囃子保存会、②井の頭鼓響の皆さん
物 ②室内履き
申 5月9日(木)から同センターへ(先着制)
問 同センター ☎49-3441

男性料理教室
「さっぱりメニューで梅雨を
元気に乗り切る」

日 三鷹駅周辺住民協議会
日 6月15日(土)午前10時30分～午後1時30分
人 市民12人
所 三鷹駅前コミュニティセンター
調 栄養士の森幸代さん
¥ 500円
物 エプロン、三角巾、お手拭き
申 日 6月7日(金)までに直接または電話で同センター ☎71-0025へ(先着制)

募 集

都営住宅の入居者(東京都全体)

◆募集住戸 ①世帯向け(一般募集住宅)=4,200戸、②若年夫婦・子育て世帯向け(定期使用住宅)=200戸、③居室内で病死などがあつた住宅=521戸(①③単身者向け住宅あり)
◆申込書・募集案内 5月7日(火)～15日(水)に住宅政策課(市役所5階52番窓口)、総合案内(市役所1階)、市政窓口、都庁、東京都住宅供給公社募集センター・窓口センターなどで配布(三鷹駅前市政窓口は11日(土)・12日(日)午前9

時～午後5時も配布。同公社HPでも入手可)
申 5月21日(火)(必着)までに申込書を郵送、または同公社HPへ
問 同公社募集センター ☎0570-010-810(募集期間外は☎03-3498-8894)

令和7年度市民大学
総合コースの学習テーマ・
分野検討委員

保育



参加者には「みとか地域ポイント」を差し上げます。
日 6月15日(土)午後2時～4時30分、22日(土)午後2時～4時(全2回)
人 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
申 6月1日(土)午後5時までに必要事項(7面参照)・希望する学習分野・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へ(申込多数の場合は抽選)
※学習テーマのみの応募も可。
問 同センター ☎49-2521

求 人

詳細は、右記QRコード
からHPをご覧ください。



市立保育園 ①保育職、
②保育補助員、③給食調理補助員

◆任用期間 7月1日～令和7年3月31日
問 子ども育成課 ☎29-9673

三鷹市立図書館
夏季カウンター業務補助

◆申込期間 5月17日(金)～31日(金)(必着)
問 三鷹図書館(本館) ☎43-9151

(社)三鷹市社会福祉事業団 職員

◆職種 介護職、総合職(いずれも正職員)、介護支援専門員(契約職員)、ホームヘルパー(登録制)
◆採用日 随時
問 同事業団 ☎44-5211

相 談

住宅リフォーム無料相談会

日 5月22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)
所 市役所1階市民ホール
物 あれば自宅の図面や写真など
申 問 住宅政策課 ☎29-9704へ

審議会・市民会議など

①第2回ふじみ衛生組合議会定例会、
②第81回ふじみ衛生組合地元協議会の傍聴

日 5月24日(金)①午前10時から、②午後7時から
人 所 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
申 当日会場へ、②のオンライン希望者は5月17日(金)までに必要事項(7面参照)を同組合 ☐ fujimi-soumuka@fujimi-eiseikumiai.jpへ(先着制)
問 同組合 ☎042-482-5497

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



セバスチャン・ジャコー(フルート)&
吉野直子(ハープ) デュオ・リサイタル 保育
芸術文化センター 風のホール
6月23日(日) 午後2時開演

チケット発売中(全席指定)
会員=S席5,400円・A席4,500円
一般=S席6,000円・A席5,000円
O-70(70歳以上/A席限定)=4,500円
U-23(23歳以下/A席限定)=4,000円
高校生以下(座種不問3,500円)
※未就学児は入場できません。
ベルリン・フィル首席フルート奏者と、国際基督教大学出身で日本を代表する国際的ハーピストの夢の共演。



セバスチャン・ジャコー



吉野直子©Akira Muto

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

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
(休)月曜日(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)
※O-70、U-23、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。
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。

友の会「マール」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(口座会員のみのみ)など。

三鷹ネットワーク大学
Mitaka NETWORK University

講座案内

〒181-0013
下連雀3-24-3三鷹駅前協同ビル3階
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)月曜日、祝日

申 5月7日(火)午前9時30分から
※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HPをご覧ください。



◆みとか星空散歩—6月の星空解説と天文トーク
日 5月21日(火)午後7時～8時30分

◆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! イギリス編リターンズ」
日 6月2日(日)午後2時～4時
調 元小平市立図書館司書の渡辺房江さん

◆数学はこんなに面白い「ベルトランの仮説」
日 6月6日(木)午前10時～11時30分 調 東京女子大学名誉教授の小林一章さん

◆三鷹の夜・月いち読書会「科学と文学の間に」第33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、宮沢賢治「シグナルとシグナレス」(『新編 銀河鉄道の夜』新潮文庫他所収)・「月夜のでんしんばしら」(『注文の多い料理店』新潮文庫他所収)。
日 6月7日(金)午後7時～8時30分

◆数学カフェみとか「アイゼンシュタイン級数に関する問題」
日 6月11日(火)午前10時～11時30分
調 東京女子大学名誉教授の小林一章さん



■国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の年金からの引き落としを口座振替に変更できます

■通帳またはキャッシュカードと届出印、保険証を納税課(市役所2階24番窓口)へ
※8月の年金引き落とし分から変更したい方は、5月29日(火)までに申請してください。 問納税課☎0422-29-9218



■シニアのまると相談サロン

個別相談、血管年齢・握力測定(協力:ソフィアメディ(株))。
日5月9日(木)午後2時～3時30分 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 ☎0422-76-4500

■くらしの情報交換会@北野「今知っておきたい! 避難所のこと・在宅避難のこと」

日5月22日(水)午前10時～11時30分 所北野地区公会堂 申当日会場へ 問東部地域包括支援センター☎0422-48-8855

■食べるちからチェック会

体重・握力・滑舌の確認と歯科衛生士・管理栄養士の講話。
日①5月28日、6月4日、7月30日の火曜日、②7月5・12日、9月6日の金曜日、いずれも午後1時30分～3時(いずれも全3回) 人介護保険サービスを利用していない65歳以上の市民で全回参加できる方 所①三鷹駅前コミュニティセンター、②北野地区公会堂 申①5月7日(火)～24日(金)、②5月7日～6月28日(金)に直接または電話で健康推進課(元気創造プラザ2階) ☎0422-24-8207 問同課☎0422-24-8207

■シニアのためのスマホ講座

LINEやGoogle レンズなどのアプリを自分のスマホにインストールして、より便利な使い方を学びます。
日6月28日、7月12・26日、9月13・27日の金曜日午前10時～11時30分(全5回。事前相談会=6月14日(金)) 人在勤を含む60歳以上の市民で、高齢者福祉センター利用券をお持ちの方10人 ※利用券は、三鷹市社会福祉協議会窓口で発券できます。 所高齢者福祉センター ¥500円(社協会員は無料) 物スマートフォン 申5月7日(火)～31日(金)に同協議会(元気創造プラザ3階)へ(申込多数の場合は抽選) 問同協議会☎0422-46-1108

シルバー人材センター入会説明会

日5月14日(火)午前10時～正午 申問同センター☎0422-48-6721へ

市民活動

みんなの掲示板

「みんなの掲示板」は、市民や団体の皆さんの自主的な文化・サークル活動などを掲載するコーナーです。気軽に参加できる催し物を紹介する「催し」と、同好の仲間を募る「会員募集」(不定期掲載)、市内の医療・教育・公共機関などのお知らせを掲載する「伝言板」の3つの掲載欄を設けています。
※「催し」は市HP(右記QRコード)にも掲載しています。

◆掲載を希望する方へ 掲載基準(市HPで閲覧可)を必ず確認のうえ、各号の締切日午後5時(厳守)までに広報メディア課へお申し込みください。
※政治・宗教・営利目的(教室の生徒募集などを含む)の活動などは掲載不可。
問同課☎29-9037
※市外局番0422は省略。



ウェブ版
「みんなの掲示板」催し

催し

生花を使ってフラワーアレンジメント
日フラワー・プランティエ 日5月10・24日の金曜日午後1時～3時 所三鷹駅前コミュニティセンター ¥初回3,000円(2回目以降2,000円) 申問大西☎080-6871-1014

頭の健康診断を! 5つの領域で行う認知機能検査「ファイブ・コグ」
日NPO法人鷹口コ・ネットワーク大衆 日5月11日(土)午前10時～11時30分 人20人 所三鷹産業プラザ ¥500円 申問同法人(林田) ☎24-7500・✉info@takaloco.jp(先着制)

金澤英亮展
日5月11日(土)～26日(日)正午～午後7時(26日は5時まで) 所ぎやうりー由芽 日期間中会場へ 問同画廊☎47-5241((休)木曜日)

おむすびハウス「サタデーカフェとミニミニバザー」
日おむすびハウス三鷹 日5月11日(土)午後1時30分～4時 所同施設(下連雀1-10-20) 申当日会場へ 問藤原☎46-4117

身近な樹木にヒントがあった! 「温暖化で熱い路面を20℃下げる方法」を街路樹の研究者に聞く
日ミライアクションみんか 日5月11日(土)午後2時～4時15分 人70人 所市民協働センター 申当日会場へ(先着制) 問同会 ✉miraiaction_mitaka@googlegroups.com

学習会「借地権について」・無料法律相談
日三鷹市借地人連絡会 日5月12日(日)午後3時から 所三鷹台地区公会堂 申当日会場へ 問津☎47-9687

ふるしき市
日三鷹市ボランティア連絡協議会 日①5月25日、②7月27日、いずれも土曜日午前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) 申問①5月7日(火)から、②7月8日(月)から同協議会☎76-1271(先着制)

健康ストレッチ教室
日体笑会 日5月25日(土)午後1時15分～3時30分 人60歳以上の方30人 所杏林大学井の頭キャンパス(下連雀5-4-1) ¥500円 申問5月13日(月)までに同会✉taishohkai@yahoo.co.jp(先着制)

皆さんで楽しく歌いましょう
日三鷹一日うたごえ 日5月25日、6月29日、7月27日の土曜日午後1時30分～4時30分 所三鷹市公会堂さんさん館 ¥1,000円(1回) 申当日会場へ 問藤井☎48-4688

太宰治の足跡案内
日みんか観光ガイド協会 日所5月26日、6月23日の日曜日午前9時50分集合(雨天決行)。三鷹駅南口デッキ上、市民ガイドが持つのぼりが目印。コースは約2時間30分 申当日集合場所へ 問こやの☎090-8302-2858

ウォーキングフットボール体験会(女性、シニア、ファミリー歓迎)
日三鷹ウォーキングフットボールクラブ 日5月26日(日)午後1時～2時30分 所大沢総合グラウンド ¥500円 申必要事項(7面参照)を石川✉m.football.club2023@gmail.com 問石川☎080-8156-5780

Mitakanowa梅の会一梅仕事を体験してみませんか(梅シロップ・梅酒づくり)
日Mitakanowa 日5月26日(日)午後1時30分～3時 人30人 所DIY STORE三鷹(新川2-9-3) ¥3,000円 申問升井☎080-3472-6485・✉mitakanowa@gmail.com(先着制)

2024パドルテニスみんか交流大会
日三鷹市パドルテニス協会 日6月1日(土)正午～午後6時 人50人 所SUBARU総合スポーツセンター ¥1,000円(ジュニア500円) 物室内履き 申問申込書(同協会HPで入手)を同協会(鈴木)✉42-1203・✉mitakapt@gmail.com(先着制)

会員募集

アザレア(脳トレ)
日毎月第2・4金曜日午後1時30分～3時 所サロン・ド・アザレア(中原1-9-7) ¥1回100円 申問川又☎090-9230-1838・✉03-6356-5590

フラ・キエレ(三鷹市ベッセルスポーツクラブ)
日毎月第1～3火曜日午後1時～3時 所SUBARU総合スポーツセンター ¥入会金

1,000円、月額1,000円 申問佐野☎48-8216

ポロネーズ(フォークダンス)
日毎週水曜日午前9時30分～正午 所生涯学習センターほか ¥月額1,000円 申問飯田☎080-9486-2046

HULA LAUA'E(フラ・ラウアエ)
日月3回日曜日①子ども=午後2時30分～3時30分、②大人=3時30分～4時45分 所新川中原コミュニティセンター ¥月額①4,000円、②4,500円 申問日誌☎71-4802・✉hulalauae17@gmail.com

朗読研究会
日毎月第1・3水曜日午後0時20分～2時25分 所連雀コミュニティセンター ¥月額2,000円 申問原☎090-7833-1260

カナリーズ(バドミントン)
日毎週月曜日午後0時40分～3時 所牟礼コミュニティセンターほか ¥入会金1,000円、月額1,000円 申問北之口☎080-5427-2252

伝言板

がんと共にすこやかに生きる ミニ講座・患者交流会「自分らしく過ごすためのアピランス(外見)ケア」
日杏林大学医学部付属病院 日5月11日(土)午後2時～3時30分 所同病院 申申し込みフォーム HPhttps://forms.office.com/r/aEaHSe3vXx 問同病院がん相談支援センター☎47-5511

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 FAX0422-48-2810
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)
放送時間/月～日曜日 9:00 12:15 20:00 22:15
※同番組はYouTube「三鷹市公式動画チャンネル」でも配信しています。
●「おはよう! 三鷹市です」 むさしのFM 78.2MHz 放送時間/月～金曜日 10:20～10:25
●「三鷹くちこみテレフォン」 むさしのFM 78.2MHz 放送時間/木曜日 9:45～9:55

広報みたかをリニューアルしました！

Point 1

フルカラー・左開きに

カラー写真やイラストなどで、より視覚的に伝わる紙面を目指します。左右両面開きだったページは、左開きに統一しました。

Point 2

タイトルロゴが新しくなりました

「緑と水の公園都市」を象徴する緑と青色を基調に、三鷹らしさを盛り込みました。ロゴの中には三鷹のキャラクター「Poki」を含め3羽の鷹がいます。

5月27日(月)「井のバス」が変わります

詳しくは
こちらから



井の頭エリア AI デマンド(予約型乗合) 交通実証運行

問運行・予約について＝同事業コールセンター☎0422-34-3055(月～土曜日午前8時30分～午後5時)、事業内容について＝都市交通課☎0422-29-9709

井の頭エリアでは、交通不便の解消や地域の皆さんの外出促進、地域の活性化に向けて、小型EVバスを活用した実証運行を行っています。5月27日からは運行内容を一新し、利用者からの予約に応じてより広いエリアを柔軟に運行することができる「AIデマンド交通」による実証運行を開始します。これにより、現在運行中の小型EVバスを活用した実証運行は、5月25日(土)をもって終了します。

AIデマンド交通とは

利用したい日時と乗降ポイントを予約して利用する、乗合の交通サービスです。自宅周辺や目的地周辺のポイントでの乗降が可能となります。

使用車両 愛称「井のバス」

小型ワンボックス車両 1台(定員6人)

※車いすの方もそのまま乗車できます。

利用料金 1人1回100円

※現金、交通系ICカード、みたか地域ポイント(アプリ版のみ)で支払えます。

運行曜日・時間

月～土曜日午前9時～午後5時(※日曜日、祝日、年末年始)

※午後5時までに目的地に到着する予約まで受付可能です。

利用方法 (乗車希望日の1カ月前から予約可)

電話またはアプリで利用日時、乗車・降車ポイントを指定して予約します。同じ時間帯に利用を希望する方がいれば乗合での運行となります。

電話予約

予約専用電話☎0422-34-3055(月～土曜日午前8時30分～午後5時)

アプリでの予約

上記QRコードからアプリをダウンロードしてご利用ください

利用者説明会を開催します

AIデマンド交通の利用方法や、アプリを使った便利な予約方法などを説明します。

☎当日会場(下表)へ

日時		場所
5月14日(火)	午後6時から	三鷹台地区公会堂
5月15日(水)		井の頭東部地区公会堂
5月16日(木)		井の頭地区公会堂
5月18日(土)	午前11時から	井の頭コミュニティセンター