

講座

ルーテル学院大学の 市民聴講生



¥1科目10,000円(学生を除く18歳以上の市民は1科目に限り1,500円を助成)

8月1日(木)～30日(金)の平日午前9時～午後4時30分に申込書・受講料を同大学(午前11時45分～午後0時45分を除く)、または三鷹ネットワーク大学へ(日曜日は5時まで。月曜日、祝日を除く)

同ルーテル学院大学 ☎31-4682・HP、市生涯学習課 ☎29-9862(助成金について)

市民講座 「わかりやすい、住まいの耐震性」

7月27日(土)午後4時～5時
所 三鷹市公会堂さんさん館
講 一級建築士の川崎泰嗣さん
申 当日会場へ
同 三鷹市住宅リフォームセンター ☎43-7945

東多世代交流センター 手作りの会 「夏野菜スタンプのエコバッグ」

8月1日(木)午後3時～4時30分
人 小学生以上の市民15人
¥300円(材料費)
物 汚れてもよい服装、室内履き、ハンドタオル

8月22日(月)午前10時から直接または電話で同センター ☎46-0408へ(先着制)

起業・創業セミナー 「成功率をグッと上げる！ 事業計画書の作り方」



8月6日(火)午前10時～11時30分
人 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)
同 同社 ☎40-9669

面接対策セミナーと 就職面接会 in 三鷹



(公財) 東京しごとセンター多摩
①面接対策セミナー=8月16日(金)午後2時～4時、②就職面接会=23日(金)午前10時～正午、午後2時～4時
人 ①50人
所 ①小金井 宮地楽器ホール(小金井市)、②三鷹産業プラザ
物 ②面接希望企業数分の履歴書
申 同センター ☎042-521-6761へ(先着制)

認知症サポーター フォローアップ講座 「認知症になってもこのま ちで暮らし続けたい」



8月27日(火)午後2時～4時
人 認知症サポーター養成講座を修了した方60人

教育センター
講 若年性認知症当事者の藤島岳彦さん
物 同サポーターであることが分かるもの(オレンジリングなど)
申 8月21日(日)～8月13日(火)に高齢者支援課 ☎29-9272または申し込みフォーム(左記QRコード)へ(先着制)

地域活性化人材養成講座 「杏林大学まなび直し講 座—健康・安心・デジタ ル技術」



9月18日(水)～令和7年3月31日(月)
人 高卒または同等以上の学力を有する方
所 杏林大学井の頭キャンパス(下連雀5-4-1)
¥67,470円(保険料含む)
申 8月5日(月)(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」、または同大学HPへ

同大学地域交流課 ☎47-8000
地域福祉ファシリテーター
養成講座



ルーテル学院大学、三鷹市・武蔵野市・小金井市・調布市と各市の社会福祉協議会

①オリエンテーション=9月19日(木)午後1時20分～2時20分、②講座=9月26日(木)～令和7年1月16日(木)午後1時20分～4時20分(全11回、フィールドワーク1回程度を含む)

在学・在勤を含む市民でボランティアや市民活動などを行っている方、またはこれから始めたい方12人

①みたかボランティアセンター、②同大学(大沢3-10-20)

8月31日(土)までに三鷹市社会福祉協議会HPへ(申込多数の場合は抽選)

三鷹市社会福祉協議会 ☎76-1271

第172回 太宰治作品朗読会

『女生徒』

所 同太宰治文学サロン ☎0422-26-9150
朗読は俳優の北澤小枝子さん(写真)。

8月16日(金)午後6時～6時50分 人 25人
申 8月1日(木)(必着)までに往復はがきで必要事項(7面参照)・参加者氏名(2人まで)を「〒181-0013下連雀3-16-14 グランジャルダン三鷹1階太宰治文学サロン」へ(1人1通。申込多数の場合は抽選)



三鷹市スポーツ協会関連の催し

費用や持ち物、申込方法など、詳しくは同協会HPをご覧ください。



所いずれもSUBARU総合スポーツセンター

卓球 講習会(小学生以上)

8月3～31日の毎週土曜日午後3時～6時(31日は初級=正午～午後3時、中級=3時～6時) 同三鷹市卓球連盟 ☎0422-43-3350

合気道 体験教室(10歳以上)

8月3～31日の毎週土曜日午後3時15分～5時40分
同三鷹市合気道連盟 ☎090-8045-5748(午前10時～午後8時)

少林寺拳法 初心者教室

8月3～31日の毎週土曜日(24日を除く)、5歳～小学生=午後4時～5時、中学生以上=6時～7時 同三鷹市少林寺拳法連盟 ☐mitakachuodoin2@gmail.com

サンボ 体験会・講習会

8月3～31日の毎週土曜日、初心者体験会=午後4時～5時(小学生以下)、6時～7時(小学4年生以上)、経験者講習会=7時～9時(小学4年生以上)
※24・31日は午後4時～5時の初心者体験会のみ開催。
同三鷹市サンボ連盟 ☐mitaka.sambo@gmail.com

バドミントン 講習会(小学生)

8月12日(月・休)午後3時～4時30分(小学1～3年生)、4時30分～6時(小学4～6年生)
同三鷹市バドミントン協会 ☐mtkbadjr@gmail.com

バスケットボール U12バスケットボール夏季大会

8月17日(土)・18日(日)午前9時～午後6時
同三鷹市バスケットボール連盟 ☐mina2005@yahoo.ne.jp

アーチェリー ジュニア講習会(小学生～高校生)

8月17日～25日の毎週土・日曜日午前9時～正午
同三鷹市アーチェリー協会 ☎090-2666-0390(午後3時～8時)

なぎなた 初心者講習会(小学生以上)

8月17日～9月14日の土曜日午前10時～11時30分(8月24日を除く)
同三鷹市なぎなた連盟 ☎0422-42-3524

剣道 少年剣道錬成大会

8月18日(日)午後1時～5時30分 同三鷹市剣道連盟 ☐rsj02547@nifty.com

所北浅川恩方ます釣り場(八王子市)

釣魚 市民スポーツ祭 マス釣り大会※

8月18日(日)午前7時30分市役所集合～午後5時市役所解散(小雨決行、川の増水時は中止) 同三鷹市釣魚連盟 ☐kazuyama2018sabref@gmail.com

所井の頭公園テニスコート(予備日、秋季団体戦大会は大沢総合グラウンド)

ソフトテニス

◆市民スポーツ祭 市民スポーツ大会※

9月1日(日)午前8時30分～午後5時(小雨決行、予備日9月15日(日))

◆市民スポーツ祭 種目別ジュニアスポーツ大会(中学生)※

9月8日(日)午前8時30分～午後5時(小雨決行、予備日10月13日(日))

◆秋季団体戦大会

9月29日(日)午前8時30分～午後5時(小雨決行)

同三鷹市ソフトテニス連盟 ☎090-2191-4530

所大沢総合グラウンド

軟式野球 市民スポーツ祭 秋季・市民スポーツ大会※

9月8日～11月下旬の毎週日曜日

同三鷹市野球連盟 ☎090-3335-6366(日中のみ)

所味の素スタジアム西競技場

陸上 市民スポーツ祭 競技大会(小学生以上)※

9月15日(日)午前9時30分～午後3時30分(雨天決行)

同三鷹市陸上競技会 ☎090-1669-3385(午前9時～午後5時)

三鷹市スポーツ協会と各連盟等の共催事業=◎

東京都、(公財)東京都スポーツ協会、三鷹市スポーツ協会と各連盟等の共催事業=○

※市民スポーツ祭は、市、市教育委員会、(公財)三鷹市スポーツと文化財団、三鷹市スポーツ協会と各連盟等の共催事業。