

天文台のあるまち三鷹

国立天文台 三鷹移転100周年

麻布にあった東京天文台(現：国立天文台)が三鷹市大沢へ移転して、この9月で100年を迎えます。三鷹市はこれまで、「天文台のあるまち三鷹」として、さまざまな事業で連携・協力を重ねてきました。今号では、三鷹が世界に誇る同施設の魅力を紹介します。

企画編集課 ☎0422-29-9034

©NAOJ

市長コラム

天文台と共に歩んだ 100年



三鷹市長 河村 孝

『三鷹市史』には、明治42(1909)年に東京天文台の移転先が大沢に決まったと記録されています。その後15年をかけて工事が行われ、主要な機能のほとんどが大正13(1924)年までに移転しました。当時、天文台は東京帝国大学(現在の東京大学)の所属で、地元では「最高学府の建物ができる」と期待されていました。

そして平成21(2009)年の「世界天文年」には、天文台の森の中に「星と森と絵本の家」が開館しました。台長の官舎だった建物を譲り受け、科学と絵本を結ぶ施設として再生したもので

す。また、同年から開催している「みたか太陽系ウォーク」は、三鷹のまちを太陽系に見立てて楽しむ大人気のスタンプラリーイベントに成長しています。

国立天文台は日本の天文学の中心であり、世界的にも重要な拠点の1つですが、三鷹市にとっては「まちの宝物」です。これからも「天文台のあるまち三鷹」ならではの魅力創出に取り組むとともに、天文台の協力を得ながら、「科学」と「森」の両方の魅力を子どもたちの教育にも生かしていきたいと考えています。

YouTubeで配信中



国立天文台はこんなところ！

注目
ポイント
1

第一赤道儀室

国立天文台三鷹構内で最も古い建物で、大正10(1921)年に完成。口径20cmの屈折望遠鏡の駆動装置は、おもりが落ちる力を利用する「重錘式時計駆動(ガバナー式)」という方式で、電力を全く使わずに星の追尾が可能です。この望遠鏡は太陽黒点のスケッチ観測などに使用されました。



注目
ポイント
2

天文台歴史館(大赤道儀室)

大正15(1926)年に完成した観測ドームで、2階には口径65cmの屈折望遠鏡を設置。平成10(1998)年に研究観測から引退しましたが、屈折望遠鏡としては今でも日本最大口径を誇ります。現在は、建物内に国立天文台や世界の望遠鏡の歴史を紹介するパネルなどを展示しています。



注目
ポイント
3



注目
ポイント
3

レプソルド子午儀

140年以上の歴史を持つ、日本の天文学史上貴重な望遠鏡。天文台が麻布にあった頃は時刻の決定と経度測量の観測に使用され、この望遠鏡の観測から求められた時刻に、旧江戸城天守閣跡で正午の号砲が撃たれていました。平成23(2011)年に国の重要文化財に指定されました。



国立天文台を見学する

原則、申し込みは不要です。正門すぐの守衛所にお立ち寄りください(入場無料)。
 日 毎日午前9時～午後5時(入場は4時30分まで)
 所 大沢2-21-1 問 国立天文台(一般質問電話) ☎0422-34-3688



三鷹市と天文台の100年

みたか太陽系ウォークスタンプラリー



市・国立天文台・三鷹ネットワーク大学推進機構の共催により、毎年秋に開催しているスタンプラリーです。13億分の1に縮小した太陽系と三鷹市を重ね、「惑星スタンプ」が置かれた店舗や施設などを巡ります。イベント期間中は、講演会やワークショップ、星空観望会など、関連イベントも多数開催しています。

天文・科学情報スペース

天文や科学に関する展示・イベントを開催し、最先端の研究に気軽に触れる機会を提供しています。



星と森と絵本の家

国立天文台の官舎を保存・活用した建物で、たくさんの絵本や木のぬくもりを感じながら宇宙や自然を学べます。イベント時には天文台職員による解説付きの「星空観望会」が開催され、大人気です。



100年前の大沢と天文台

天文台の誘致には府中や東村山も乗り出しましたが、「日本内地には珍しい大地平線がある」と評され、宇宙と天体の研究に好条件を備える大沢の敷地が選ばれました。



大正3(1914)年 移転する長久寺

移転用地には、先祖伝来の畑を持つ農家や長久寺、旧八幡神社などがありましたが、地域の人々が協力し合って敷地外への移転を実現させました。長久寺の移転に当たっては、大沢中の臼を持ち寄り、現在の場所まで建物を引いていったというエピソードが残っています。

国際基督教大学(ICU)共催！

考古学展示会&講演会



問生涯学習課 ☎0422-29-9867

考古学展示会

「野川中流域の旧石器時代—ホモサピエンス 氷期の暮らし」

三鷹市の位置する野川中流域は、日本列島最古級の時代から縄文時代への移行期に至るほぼすべての地層で、資料が豊富に出土する地域として知られています。

貴重な資料を集成した展示会では、時期や地点による石器の違いが意味することや、環境変動のはざまに生きた人類の具体的な生活について分かりやすく解説します。

📅9月10日～11月14日の火～木曜日、9月21日(土)、10月13日(日)・14日(月・祝)午後1時～5時 所 同大学博物館湯浅八郎記念館 申 期間中会場へ



天文台構内遺跡から出土した石器

考古学講演会

「野川中流域の旧石器時代 人と文化」

野川中流域に多くの足跡を残した旧石器人たち。彼らの行動範囲や集団の大きさ、ほかの集団との交易、繰り返し野川流域を訪れた理由、世界の旧石器時代遺跡との比較などを楽しく解説します。講演会終了後には、ギャラリートークもあります。

📅9月21日(土)午後1時30分～4時

👤300人 所 同大学トロイヤー記念アーツ・サイエンス館 講 早稲田大学文学学術院教授の長崎潤一さん(写真)、パネリスト＝愛知学院大学名誉教授の白石浩之さん、国際基督教大学非常勤講師の林徹さん 申 当日会場へ(先着制)



大沢の里水車経営農家

日本有数の水車「しんぐるま」で
年に一度の精米・製粉作業を特別公開

問生涯学習課 ☎0422-29-9862

江戸時代から昭和40年代まで使われてきた水車のきねや臼などの貴重な水車機構を稼働させます。見学者には精米したてのお米をプレゼントします。

📅10月5日(土)・6日(日)午前10時～午後3時(正午～午後1時を除く。1回20分。各回15人まで) 入 各日120人 料 入館料200円(中学生以下は無料) 申 8月21日(水)午前9時30分から同課 ☎0422-29-9862へ(先着制)

三鷹市公式Instagram
アカウントを開設

Instagram



問広報メディア課 ☎0422-29-9037

三鷹市の魅力を発信するため、8月16日に市公式のInstagramを開設しました。ぜひフォローやいいねをお願いします。

アカウント名 【公式】東京都三鷹市

ユーザー名 mitaka_tokyo

※Instagramの閲覧には、アカウント登録が必要です。

「まちカメ デジタル写真展」を開催中！

アカウントの開設を記念し、「まちなかカメラマン」の皆さんが撮影した市内の魅力的な写真の数々を、未公開分を含めInstagramで一挙公開しています。



撮影：柴平達弥



撮影：佐久間俊輔



撮影：岡田和美



撮影：白間摩理

姉妹市町締結60周年記念事業

三鷹市・矢吹町 子ども交流会



問児童青少年課 ☎0422-29-9671

福島県矢吹町の子どもたちと、レクリエーションや三鷹の森ジブリ美術館の見学を通じて交流を深めます。

📅9月21日(土)午前11時～午後3時30分 入 市内の小学5・6年生20人 所 同美術館ほか 料 ¥600円程度(昼食代) 申 9月1日(日)までに市HPへ(申込多数の場合は抽選)



過去の交流事業の様子(矢吹町)

まちなかカメラマン 新メンバーを募集中！

月に1回程度、市の依頼で各種イベントや市内の風景などを撮影いただく市民ボランティアです。写真は『広報みたか』や市HP、市の公式SNSなどに掲載し、1回の撮影につき、みたか地域ポイント500～1,500ポイントを差上げます。応募方法など、詳しくは市HPをご覧ください。



みたかデジタル商品券のご利用はお早めに



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

商品券の利用期限は、8月31日(土)午後11時59分です。利用しなかった商品券の返金・払い戻しはできませんので、ご注意ください。

利用方法(手順)

- みたか地域ポイントアプリを起動
- 画面上部の「チャージ」をタップ
- 「使う」をタップ
- 画面右下の「QR読取」をタップ
※カメラへのアクセスを許可する必要があります。
- 店舗で提示されるQRコードを画面赤枠内に収まるようにピントを合わせる
- 支払金額を入力
- 「支払方法」をタップ
 - 商品券で決済する場合は「チャージ」
 - ポイントで決済する場合は「みたポ」
 - 商品券とポイントの両方の場合は「併用」
- 内容を確認して「確認」をタップ
- 画面が反転するので、店員さんと再確認
- 「支払う」をタップ



アプリ画面

期間限定！

みたか地域ポイントで カプセルトイを回せます



問企画経営課 ☎0422-29-9034

国立天文台望遠鏡キットなど、三鷹ならではの景品をそろえました。カプセルトイを回す際は、施設スタッフにお声掛けください。

設置期間

9月1日(日)～10月31日(休)午前11時～午後6時30分

※景品がなくなり次第終了。

設置場所

天文・科学情報スペース(下連雀3-28-20三鷹中央ビル1階。
⑩月・火曜日、祝日、10月16日(水)・17日(木))

利用ポイント数

1回300ポイント



図書館イベント案内



総合保健センター共同企画

企画展示

「あなたの心を支える1冊、見つけよう」

問健康推進課 ☎0422-24-7145

9月は心と体に疲れを感じる時期。心が軽くなる、気分をリフレッシュできる本を展示します。

⑩8月20日(火)～9月16日(月・祝) (⑩祝日を除く月曜日、8月21日(水)) 所市立図書館、井の頭コミュニティセンター図書室 申期間中会場へ



初心者向け本の探し方講座

所問三鷹図書館(本館) ☎0422-43-9151



実際にパソコンを使いながら、本や雑誌の検索・予約方法が学べます。

⑩9月4日(水)午後1時30分～2時30分 物利用カード 申8月20日(火)午前9時30分から直接または電話で同館 ☎0422-43-9151へ

みたか太陽系ウォークスタンプラリー



参加店舗募集中！

問三鷹商工会 ☎0422-49-3111

アプリ「ミィね！ mitaka」を活用したデジタルスタンプラリーを10月18日(金)～11月24日(日)に開催します。参加店舗には、QRコード付きのオリジナル共通ポスターを配布します。このQRコードを読み取ることで、スタンプラリーの参加者はスタンプを取得することができます(今年度はGPSによるスタンプ取得はありません)。

申9月1日(日)までに申し込みフォーム(上記QRコード)へ

コラボ商品も同時募集！

問三鷹ネットワーク大学 ☎0422-40-0313

今年のテーマ天体の太陽をモチーフにした商品やスタンプラリー参加者への割引サービスなど、「コラボ商品」を募集します。応募いただいた商品やサービスは同イベント公式サイトなどで紹介します。

事務局では下記サービスを用意しています

- イベントロゴ入り焼きごての貸し出し
- イベントロゴシールの支給
- イベントロゴの提供

※みたか太陽系ウォークの概要は、2面下部をご覧ください。
※関連イベントを企画・検討中です。決まり次第、『広報みたか』でお知らせします。

全国瞬時警報システム(Jアラート)情報伝達訓練

問防災課 ☎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。

⑩8月28日(水)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などにより中止する場合があります。
※当日は、市HP、市公式X、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。

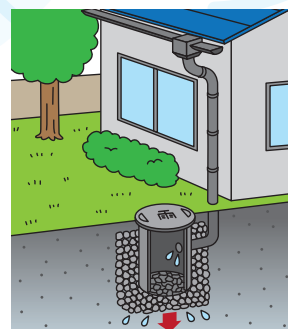
雨水浸透ますを 設置しませんか？



申問水再生課(市役所5階57番窓口) ☎0422-29-9749へ

建物の屋根に降った雨水を、地下に浸透させるための設備です。集中豪雨時には、下水道管に流れ込む雨水が減ることで浸水被害の軽減が期待できます。

工事は通常1日で完了し、設置費用は市が負担します(設置後の維持管理は個人)。設置条件など、詳しくは同課へお問い合わせください。



熱中症対策として公共施設にお立ち寄りください

詳しくはこちらから



問 健康推進課 ☎0422-24-7145



市役所や図書館、市政窓口、コミュニティセンターなどをご利用ください



外出時や、自宅でエアコンの使用をためられる場合など、暑さをしのぐために、公共施設へ気軽にお立ち寄りください。
※ご利用は施設の開館時間に限ります。
なお、都合により休館日・開館時間が異なる場合があります。

そのほかの主な施設(すべての施設の一覧を市HPに掲載しています)

※市外局番「0422」は省略。

施設名	開館時間	休館日	住所	電話番号
元気創造プラザ	午前8時30分～午後10時	第4月曜日(祝日の場合は開館し、翌日を休館)	新川6-37-1	45-1111
東多世代交流センター	午前9時～午後9時30分(日曜日は5時まで)	第4日曜日、祝日	牟礼2-13-19	44-2150
西多世代交流センター	午前9時～午後9時30分(日曜日は5時まで)	第4日曜日、祝日	深大寺2-3-5	31-6039
市民協働センター	午前9時～午後9時30分	火曜日(祝日の場合は開館し、翌日を休館)	下連雀4-17-23	46-0048
芸術文化センター	午前9時～午後10時	月曜日(祝日の場合は開館し、翌日と翌々日を休館)	上連雀6-12-14	47-9100
吉村昭書斎	午前10時～午後5時30分	月曜日(祝日の場合は開館し、翌日と翌々日を休館)	井の頭3-3-17	26-7500

地域で活動してみませんか 傾聴ボランティア養成講座



問 地域福祉課 ☎0422-29-9235

「傾聴」に必要な知識や技能をロールプレイングなどを交えて学びます。地域の高齢者や障がいのある方などのために活動してみませんか。

傾聴ボランティアはこんな活動をしています

「耳」「目」「心」を傾けて真摯な姿勢で話を聴くことで、話し相手が生き生きと暮らしていくことを支援する無償のボランティアです。市内の個人宅や高齢者施設などを月1回訪問します。活動後には「みたか地域ポイント」を付与します。

回 10月7日(月)～11月18日(月)(全7回。20.5時間) 人 全回参加できる在学・在勤を含む市民で、講座修了後に継続した活動ができる方30人 所 教育センター 講 NPO法人P.L.A 専任講師の後庵正治さんほか 申 8月19日(月)～9月13日(金)に申込書(市HPまたは同課で入手)を直接同課(市役所5階)、または申し込みフォーム(上記QRコード)へ(申込多数の場合は抽選)



狂犬病予防注射はお済みですか？



問 環境政策課 ☎0422-29-9612

生後90日を経過した犬は、狂犬病予防法により一生に一度の登録と毎年

の狂犬病予防注射が義務付けられています。最寄りの動物病院で接種を受け、

病院で発行される証明書を市民課(市役所1階)または市政窓口

に提示して「注射済票」の交付を受けてください。
¥550円(手数料)、別途注射料金
※注射料金は動物病院により異なります。
※今年度の接種が済んでいない犬の飼い主へ、8月末以降にお知らせを送付します。



受講生募集 介護職員初任者研修(通信・通学)



国 介護人財育成センター(福祉Laboどんぐり山内) ☎0422-24-7350

介護に関するスキルを磨き、キャリアアップを目指しませんか。

回 10月8日(火)～11月26日(火)(全15回)
人 全回参加できる16歳以上の方(選考あり) 所 同センター(大沢4-8-8) ¥55,500円 申 9月20日(金)までに直接同センターへ
※受講後に市の補助金制度の申請ができます(市内事業所への就労などの要件あり)。



愛犬と参加しよう！ わんわんBOUSAI教室



問 NPO法人Mitakaみんなの防災(元気創造プラザ5階) ☎0422-26-7020

愛犬と一緒に災害への備えを学ぶほか、基本的なしつけやクレートトレーニングなど、普段の生活にも役立つノウハウを紹介します。

回 9月21日(土)午前10時～11時 人 在学・在勤を含む18歳以上の市民(飼い主)と愛犬15組(1組1匹まで。狂犬病予防注射済票を装着) 所 三鷹中央防災公園 講 NPO法人社会動物環境整備協会の皆さんほか 物 伸び縮みしないリード
申 9月2日(月)午後5時(必着)までに必要事項(7面参照)を直接または電話、電子メールで同法人事務局 ☎0422-26-7020・✉info@mitaka-minnano-bousai.jpへ(申込多数の場合は抽選)



友好市町村の山形県戸沢村へ 緊急支援物資を発送しました



問 防災課 ☎0422-24-9102

7月25日からの記録的な大雨により、甚大な被害が出ている戸沢村からの支援要請を受け、特に要望のあった「携帯トイレ」を8月7日に発送しました。物資の搬送は、市と災害時応援協定を締結している(一社)東京都トラック協会多摩支部にご協力いただきました。

支援物資 携帯トイレ 22,000個(段ボール110箱相当)

太宰治展示室 企画展示

石井立が遺したもの

一編集者としての喜びは《できるかぎりよき本》をつくること

岡太宰治文学サロン ☎0422-26-9150

晩年の太宰治を担当した筑摩書房の編集者・石井立。太宰の直筆原稿をはじめ、井伏鱒二など太宰と親しい作家たちとの交流を物語る「石井立文庫」を公開するほか、編集の仕事に心血を注いだ石井の生涯と活動を紹介します。

日 8月27日(火)～12月1日(日) (※月曜日〈祝日の場合は開館し、翌日と翌々日が休館〉、9月11日(水)・12日(木)、10月17日(木)・22日(火)～25日(金) 所 太宰治展示室(三鷹市美術ギャラリー内) 申 期間中会場へ



第173回太宰治作品朗読会

『おしゃれ童子』ほか

所 岡太宰治文学サロン ☎0422-26-9150

朗読は、俳優で朗読家の原きよさん(写真)。

日 9月20日(金)午後6時～6時50分 人 25人 申 9月5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)



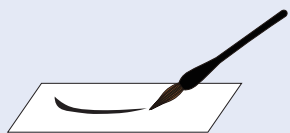
生涯学習センターの講座

岡同センター ☎0422-49-2521

暮らしに活かす筆ペン

近年クオリティーが高くなっている筆ペンを使って、冠婚葬祭やはがき・封筒の表書き、名前などを練習します。

日 10月10・24日、11月14日の木曜日午後2時～4時(全3回) 人 16歳以上の方20人 所 同センター 調書慶会主宰の齋藤佳馨さん(写真) 料 3,000円 申 9月15日(日)(必着)までに往復はがきで必要事項(7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」、または元気創造プラザ講座申込システムへ(申込多数の場合は市民を優先して抽選)



みたか学「みたかのアウトラインを歩く(野崎編)」

近世から現代までの野崎地区の歴史をたどり、市境を歩いてそのアウトラインをつかみます。

日 ①座学「野崎の歴史(近世から現代)を辿る」=10月19日(土)午後1時30分～3時30分、②現地ウォーキング(4km程度)=10月20日(日)午前10時～正午(雨天時は27日(日)に延期。全2回、①のみの受講可) 人 16歳以上の方①16人、②8人 所 ①同センター、②野崎地区 調 郷土史研究家の相原悦夫さん 料 各500円 申 9月24日(火)(必着)までに往復はがきで必要事項(7面参照)・座学のみか通し受講のいずれかを「〒181-0004新川6-37-1生涯学習センター」、または元気創造プラザ講座申込システムへ(申込多数の場合は市民を優先して抽選)



作品募集

第10回

山本有三記念館 スケッチコンテスト



岡同記念館 ☎0422-42-6233

大正末期に建てられ、有三が家族と暮らした洋館を題材にした絵画作品を募集します。応募作品は、三鷹市公会堂さんさん館のコンテスト会場に展示し、受賞作品を決定します。

主 公財三鷹市スポーツと文化財団

作品募集期間

10月1日(火)～12月15日(日)

コンテスト展示期間

令和7年1月18日(土)～26日(日)

※応募方法など、詳しくは同記念館HPでご確認ください。



前回の山本有三記念館賞 大畑希楓「こもれびの館」

SUBARU総合スポーツセンター 講座案内



岡同センター ☎0422-45-1113

①オンラインスポーツ教室(二の腕・背中すっきりシェイプアップ)

正しい運動方法を学びながら楽しくエクササイズ。

日 9月26日(木)午後8時～8時30分 人 16歳以上の方10人 所 オンライン会議アプリ「Zoom」 料 500円(クレジットカードによるオンライン決済)

②いちにの散歩「健康ウォーキング教室」

歩いて市内の魅力を再発見してみましょう！特別スポーツ教室も実施します。

日 9月30日(月)、11月3日(日・祝)午前9時30分～午後0時30分 人 16歳以上の方各日30人 所 同センター集合 料 1回1,000円 物 動きやすい服装、タオル、室内履き

③あおぞらスポーツ教室(かけっこ・なわとび教室)

「足が速くなりたい」「たくさん跳べるようになりたい」そんなお子さんはぜひご参加ください。

日 かけっこ教室=10月6日(日)①午前9時15分～10時45分、②11時15分～午後0時45分、なわとび教室=11月17日(日)③午前9時30分～10時30分、④11時～正午 人 ①4歳～小学1年生、②小学2～6年生、③年長～小学生、④30秒間で70回跳ぶことができる小学生、①③④各24人、②30人 所 大沢総合グラウンド 料 1回1,000円 物 動きやすい服装、タオル、③④短縄

①～③共通

調 セントラルスポーツ(株)の皆さん 申 ①9月2日(月)、②③9月6日(金)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)

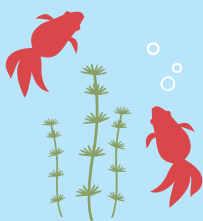
※②③は往復はがきでの申し込みも可。



INFORMATION

情報ひろば

※市外局番「0422」は省略。



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)

8月30日(金)～9月5日(木)は
秋の建築物防災週間です



建築基準法第8条では、建築物の所有者、管理者、占有者は敷地、構造、建築設備を常時適法な状態に維持することとされています。安全で安心して暮らせるまちをつくるため、建築物の安全確認を行いましょう。
問 建築指導課 ☎ 29-9745

東京都 耐震キャンペーン



9月1日(日)～令和7年1月17日(金)の期間中さまざまなイベントを実施してい

ます。申込方法など、詳しくは都耐震ポータルサイトをご覧ください。

目 ①建物の耐震改修工法などの展示会＝10月2日(水)・3日(木)、②都の取り組みなどのパネル展示＝10月2・3日、12月10日(火)、③耐震改修成功事例見学会＝11月ごろ、④耐震フォーラム・耐震化個別相談会＝12月10日

所 ①新宿駅西口広場イベントコーナー、②同コーナー、都政ギャラリー(新宿区)ほか、③未定、④都民ホール、同ギャラリー(新宿区)
問 同キャンペーン事務局 ☎ 042-794-9995

市議会定例会の予定

問 議会事務局 ☎ 0422-29-9140

詳しくは
こちらから▶



8月	30日(金)	本会議(一般質問) ※第1回請願・陳情締め切り(午後5時まで)
	2日(月)	本会議(一般質問)
	3日(火)	本会議(一般質問、議案上程)
	6日(金)	本会議(議案・請願等審議、決算代表質疑)
9月	9日(月)～12日(木)	常任委員会
	13日(金) 17日(火)～19日(木)	決算審査特別委員会
	20日(金)	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
	24日(火)	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)
	30日(月)	本会議(決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。
※請願・陳情は、同局で受け付けています(オンラインも可)。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 ☎ 0422-45-1031へ
※議場内傍聴席のモニターで字幕表示をしています。

◆本会議などのインターネット配信

本会議と予算・決算審査特別委員会の生中継・録画中継を配信しています。

の魅力を発信する同番組に、河村孝市長が出演しています。今回は太宰治ゆかりのスポットを巡り、三鷹での家族との生活や美術の才能など、隠れた一面をご紹介します。

◆放送時間 午前7時30分から、午後4時30分から、9時から(8月31日(土)まで。1日3回放送)
問 広報メディア課 ☎ 29-9037

野崎地区公会堂に関する
お知らせ



◆休館について

大規模修繕工事に伴い、下記の期間で休館します。

目 9月2日(月)～令和7年1月3日(金)

◆インターネット予約受付システムの操作説明会

7年1月に導入する同システムの操作説明会を開催します。詳しくは市HPをご覧ください。

目 8月24日(土)午後2時～3時、3時～4時

申 問 8月22日(木)までに必要事項(上記参照)・団体名・希望回をコミュニティ創生課 ☎ 29-9611・☎ 47-5196・
☎ komyunitei@city.mitaka.lg.jpへ

第2回 東八道路沿道(野崎3・4丁目地区)のまちづくりに関する説明会

目 8月29日(木)午後6時30分～8時、31日(土)午後2時～3時30分

所 教育センター

申 当日会場へ

問 都市計画課 ☎ 29-9701

8月30日(金)～9月5日(木)は
防災週間です



東京消防庁公式アプリは、もしもの時の安心をサポートする緊急ツールなどの多くの機能を備え、応急手当や火災予防などを学ぶこともできます。防災意識と防災行動力の向上にお役立てください。

問 防災課 ☎ 24-9102

Poki
4コマまんが
コンテスト
2023



◆一般部門(優秀賞)

柑橘類くん
「ポキのイメチェン」



※今年も作品を募集しています。詳しくは同コンテストHPへ。



お知らせ

J:COMチャンネル(地デジ11チャンネル)「長々と散歩」を放送中!

各市の市長が市内を巡りながら街

消費者相談窓口から 456

問 消費者相談窓口 ☎ 0422-47-9042

相談事例1

パーソナルトレーニングジムの無料お試し体験で、通常より安い「1年間特別プラン」を担当者から勧められ、クレジットカード決済で申し込んだ。会費が高いため、解約したいとジムに伝えたが、「3カ月間は解約できない。途中解約は3カ月分の会費に相当する違約金を支払う必要がある」と言われた。違約金を支払わずに解約したい。(30代・女性)

相談事例2

近所のスポーツジムの会費が手頃だったのでインターネットで申し込んだ。入会から2カ月後、解約についてホームページから問い合わせをしたが、返答がない。店舗にスタッフがいないため尋ねることもできず、会費の引き落としが続いてしまう。解約の手続き方法を知りたい。(20代・男性)

スポーツジムなどの契約トラブルが増えています!

アドバイス

スポーツジムやパーソナルジムなどに関するトラブルの相談が寄せられています。事例1では、通常より安いプランであることを理由に、期間内の解約が制限されていました。スポーツジムなどの店舗で交わした契約は、原則としてクーリングオフができません。契約者の都合により継続できなくなった場合は、事業者が定めた利用規約などの条件で解約することになり、無条件で解約することは困難です。契約する前に、解約時の連絡先や精算方法、プランの契約期間などについて確認しましょう。プランによっては、一定期間契約を継続することが条件の場合もあります。途中で解約すると、違約金を請求される場合があるため注意が必要です。

事例2は、無人スポーツジムなどで、事業者と連絡が取れないケースです。問い合わせはメールや電話、ホームページのフォームなど、複数の方法で行いましょう。また、事業者のホームページにお知らせが掲載されていることもあるため確認しましょう。

税金

家屋調査にご協力ください

令和7年度固定資産税・都市計画税の課税のため、家屋の現況調査を行っています。6年1月2日以降に新築・増改築した家屋の所有者には、市から手紙を送りますので、内容を確認のうえ、資産税課へご連絡ください。

☎同課 ☎29-9199

国保・年金

9月2日(月)は後期高齢者医療保険料・国民健康保険税(第2期)の納期です

納付はコンビニエンスストアやスマートフォンのアプリからでも可能です。

◆口座振替が便利です

☎納税通知書、通帳またはキャッシュカード、口座届出印を納税課(市役所2階25番窓口)、市政窓口、指定金融機関へ

※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。

全国一斉「こどもの人権相談」強化週間

期間中は相談時間を延長して受け付けています。

◆電話相談

☎0120-007-110

◆LINEじんけん相談

上記QRコードへ

☎東京法務局人権擁護部

☎8月21日(水)～27日(火)午前8時30分～午後7時(24日(土)・25日(日)は午前10時～午後5時)

☎同局 ☎0570-011-000

星と森と絵本の家の催し



◆おやじの絵本よみきかせ

☎8月24日(土)午前10時30分から

◆星のおはなし

☎8月24日午後2時から

◆幼児クラブ 秋の森のたんけん隊

☎9月19日～11月14日の隔週木曜日午前10時30分～11時30分(全5回)

☎2歳6カ月以上のお子さんと保護者15組(弟妹の同伴可)

☎同施設 ☎39-3401

一日プレイパーク



☎8月25日(日)午前10時～午後3時(熱中症警戒アラート発表時・雨天中止)

☎農業公園

☎当日会場へ

☎緑と公園課 ☎29-9789

※詳しくは、みとかプレイパーク運営委員会Facebookをご覧ください。

あかちゃん でまえとしゃかん にここ

3歳くらいまでのお子さんと楽しめる絵本約300冊と、図書館で人気の育児書を用意してお待ちしています。

☎8月28日(水)午前10時～11時20分(偶数月第4水曜日に定期開催)

☎3歳までのお子さんと保護者

☎すくすくひろば

☎当日会場へ

☎三鷹図書館(本館) ☎43-9151

すくすくひろばの催し(9月)



◆ベビーヨガ

☎4日(水)午前10時30分～11時30分

☎市内在住の初めて受講する令和5年12月～6年5月生まれのお子さんと母親15組

☎井の頭コミュニティセンター

◆助産師と一緒にふれあいベビーマッサージ

☎5日(木)①午前10時15分～11時30分、②午後1時45分～3時

☎市内在住の初めて受講する①5年12月～6年3月生まれのお子さんと母親、②6年4月以降生まれのお子さんと母親、いずれも8組

◆出産前のパパ・ママあつまれ「すくすくひろば見学会」

☎6日(金)午前10時30分～11時

☎出産前の保護者(第2子以上の方も可)

◆年齢別あそびましょ

☎①ひよこぐみ＝10日(火)、②うさぎぐみ＝13日(金)、③バナナぐみ＝17日(火)、④ぞうぐみ＝20日(金)、⑤いちごぐみ＝27日(金)、いずれも午前10時15分～11時15分(④は午後3時～4時)

☎市内在住の①初めて受講する5年5～8月生まれのお子さんと保護者8組、②4年10月1日～5年4月1日生まれのお子さんと保護者8組、③初めて受講する5年11～12月生まれのお子さんと保護者6組、④3年4月2日～4年4月1日生まれのお子さんと保護者8組、⑤初めて受講する6年4～5月生まれのお子さんと母親4組

☎同ひろば ☎45-7710

ふたごの親の交流会 保育

☎9月9日(月)午前10時～11時30分

☎市内在住の双子・三つ子の保護者16人、保育(未就学児)18人

☎総合保健センター

☎☎同センター ☎46-3254へ(先着制)

東多世代交流センター 出前講座「ベビーマッサージ」



☎9月19日(休)午前10時30分～正午

☎2～6カ月のお子さんと母親12組

☎新川中原コミュニティセンター

☎東多世代交流センター ☎46-0408

健康

休日・夜間・緊急時の診療はこちらへ➡



骨粗しょう症検診

☎①Dコース＝10月26日(土)、②Eコース＝令和7年1月27日(月)

☎7年3月31日までに40・45・50・55・60・65・70歳になる女性各120人(骨粗しょう症で通院中または過去に診断された方、妊娠中の方を除く)

☎総合保健センター

☎①9月24日(火)、②12月23日(月)(消

印有効)までに電子申請サービスまたは必要事項(7面参照)・生年月日・コース名を直接または郵送で「〒181-0004 新川6-37-1 総合保健センター」(元気創造プラザ2階)へ(申込多数の場合は抽選)

☎健康推進課 ☎24-8571

催し

おとな絵本ラウンジ「わっしょい! わっしょい! お祭りの絵本」



☎9月29日(日)午後2時～4時

☎15人

☎三鷹ネットワーク大学

☎¥200円(菓子代)

☎8月24日(土)から同ラウンジHPへ(先着制)

☎星と森と絵本の家 ☎39-3401

介護者のつどい「草津温泉 紅葉の軽井沢&吾妻渓谷とハッ場ダム見学」



☎☎11月12日(火)午前8時15分市役所集合～13日(水)午後5時市役所到着予定

☎在宅などで高齢の家族を介護している市民、要介護者が亡くなってから3年以内の介護経験者、要介護者が老人ホームや老人保健施設、療養型施設に入所・入院している方30人

☎¥8,000円(1世帯2人目以降16,000円)

☎☎8月19日(月)～9月27日(金)に三鷹市社会福祉協議会 ☎79-3505へ(申込多数の場合は初参加者を優先して抽選)

スポーツ

大人のスポーツサークル



月ごとにさまざまな種目を体験します。10月以降の予定は(-社)スカイリミットスポーツ三鷹HPをご覧ください。

☎同法人

☎ハンドボール＝8月31日、パドルテニス＝9月14・28日、いずれも土曜日午後6時～8時

☎18歳以上の市民

健康コラム

個人ができる防災対策

☎三鷹市医師会 ☎0422-47-2155

災害時に冷静に対応し、被害を最小限に抑えるために、日ごろから防災意識を高め、万全に備えておくことが大切です。

◆物資の事前準備

災害時にすぐ持ち出せるように、必要な物資をそろえた緊急持ち出し袋を準備しておきましょう。水、非常食、懐中電灯、電池、医薬品、衣類、マスク、現金、携帯電話の充電器、重要書類のコピーなどを入れておきます。最低でも数日分の水と食料を備蓄しておくことが推奨されます。特に、水は1人1日3ℓを目安に確保しておきましょう。

◆家具や家電の固定

地震時に倒れたり、物が落ちたりしないように、家具や家電を固定することが大切です。専用の固定具や滑り止めシートを使うと良いです。

◆避難経路と避難場所の確認

家族全員で避難経路を確認し、最寄りの避難場所を把握しておきましょう。避難経路が複数ある場合は、それぞれを確認しておくことが重要です。

◆防災訓練への参加

地域で行われる防災訓練へ積極的に参加し、災害時の対応方法を学びましょう。防災知識が身に付くとともに、地域の人々との連携も強化できます。

◆災害時の行動ルール

家族全員でルールを共有しておきましょう。避難のタイミングや連絡手段、集合場所などを決めておくと、混乱を防ぐことができます。

◆情報ツール

災害時には情報が重要です。ラジオや防災アプリを活用して、最新の情報を得る手段を確保しておきましょう。

◆耐震補強

自宅の耐震性を確認し、必要に応じて耐震補強を行いましょう。特に古い建物の場合は、専門家に相談することが推奨されます。

所 SUBARU 総合スポーツセンター
¥月額 3,000 円 (1 回分)、4,500 円 (2 回分)
※無料体験は 3 回まで。
物室内履き
申問同法人 **HP** へ

ウォーキングイベント
「市民歩こう会 かたらいの路 (滝山コース)」

日所 9 月 15 日 (日) 午前 8 時 JR 三鷹駅南口集合～ JR 東秋留駅～滝山公園 (城址)～道の駅八王子滝山～午後 1 時 30 分 JR 小宮駅解散 (行程約 10km、小雨決行)
人 在学・在勤を含む小学生以上の市民 50 人 (小・中学生は保護者同伴)
¥ 交通費実費
物 歩きやすい服装、履き慣れた靴、軽食、飲み物、タオル、帽子、雨具、ごみ袋
申 問 9 月 3 日 (火) までに参加者全員の必

要事項 (7 面参照)、あれば健康上気になることをスポーツ推進課 ☎ 29-9863・☎ 45-1167・✉ supotsu@city.mitaka.lg.jp へ (1 グループにつき 5 人まで申込可。申込多数の場合は抽選)

親子 de ビジョントレーニング体験会—勉強していても集中力が続かないお子様の集中力 UP



日 (一社) スカイリミットスポーツ三鷹
日 9 月 22 日 (日・祝) ① 年長～小学 3 年生 = 午前 10 時～ 11 時 30 分、② 小学 4 年生～中学生 = 午後 1 時～ 2 時 30 分
人 市内の親子各回 20 組
所 SUBARU 総合スポーツセンター
¥ 3,000 円
物 室内履き
申 問 同法人 **HP** へ (先着制)

わんぱくサッカー大会 (交流会)
日 新川中原住民協議会

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 大沢野川グラウンド

サッカー **市民スポーツ祭 種目別ジュニア大会**

日 9 月 7～28 日のうち 5 日間 午前 10 時～午後 4 時 30 分

問 三鷹市少年サッカー連盟 ✉ info@mfa-jr.com

所 いずれも SUBARU 総合スポーツセンター

合気道 **体験教室 (10 歳以上)**

日 9 月 7～28 日の毎週土曜日 午後 3 時 15 分～5 時 40 分

問 三鷹市合気道連盟 ☎ 090-8045-5748 (午前 10 時～午後 8 時)

サンボ **体験会・講習会**

日 9 月 7～28 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)

問 三鷹市サンボ連盟 ✉ mitaka.sambo@gmail.com

少林寺拳法 **初心者教室** ◎

日 9 月 7～28 日の毎週土曜日、5 歳～小学生 = 午後 4 時～5 時、中学生以上 = 6 時～7 時

問 三鷹市少林寺拳法連盟 ✉ mitakachuodoin2@gmail.com

卓球

◆ **教室** ◎

日 9 月 14 日 (土) 午前 9 時 30 分～11 時 30 分

問 三鷹市卓球連盟 ☎ 0422-71-7449

◆ **講習会**

日 9 月 14～28 日の毎週土曜日 午後 3 時～6 時

問 三鷹市卓球連盟 ☎ 0422-43-3350

◆ **市民スポーツ祭**

日 9 月 22 日 (日・祝) 午前 9 時 30 分～午後 6 時

問 三鷹市卓球連盟 **HP**

サッカー **フットサル ONE DAY マッチ (15 歳以上)**

日 9 月 14 日 (土) 正午～午後 2 時 30 分

問 (一社) 三鷹市サッカー協会 **HP**

弓道 **市民スポーツ祭**

日 9 月 15 日 (日) 午前 9 時～午後 5 時 **問** 三鷹市弓道連盟 **HP**

バドミントン **市民スポーツ祭**

日 9 月 23 日 (月・休) 午前 9 時～午後 9 時

問 三鷹市バドミントン協会 ✉ mitakabad.mba@gmail.com

剣道 **市民スポーツ祭**

日 9 月 29 日 (日) 午前 9 時 50 分～午後 5 時 30 分

問 三鷹市剣道連盟 ✉ rsj02547@nifty.com

ダンス **市民スポーツ祭**

日 10 月 6 日 (日) 正午～午後 6 時

問 三鷹市ダンススポーツ連盟 ☎ 080-8289-1173

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。

日 ① 11 月 23 日、② 30 日、いずれも土曜日 午前 9 時～午後 5 時のうち 2 時間
人 市内の① 小学 3・5 年生のチーム、② 4・6 年生のチーム、各 4 チーム
所 大沢総合グラウンド
申 9 月 13 日 (金) までに新川中原コミュニティセンターへ (申込多数の場合は抽選)
問 同センター ☎ 49-6568



講座

大根の種まき講習会

日 8 月 31 日 (土) 午後 1 時 30 分から (雨天時は 9 月 1 日 (日) に順延)

所 農業公園

物 作業に適した服装、長靴、手袋

申 当日会場へ

問 JA 東京むさし三鷹緑化センター ☎ 48-7482

※自家用車での来場はご遠慮ください。

パソコン・スマホ・プログラミング教室 (9 月)



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)
※受講開始日はご相談ください。
申 問 同センター ☎ 48-6721 へ

市民公開講座「大腸がん」



11 人に 1 人が罹患するとされ、身近な疾患となった大腸がんについて、現状や治療法をお伝えします。

日 9 月 7 日 (土) ① 他人事ではない? 増加傾向にある大腸がんについて知っておきたいこと = 午後 3 時～4 時 30 分、② 病院・診療所の役割の違いと地域医療連携について = 4 時 30 分～4 時 40 分

人 市民 100 人

所 三鷹産業プラザ

講 ① 杏林大学教授の須並英二さん、② ムラタ胃腸内視鏡クリニック院長の村田聡さん

申 当日会場へ (先着制)

問 (公社) 三鷹市医師会事務局 ☎ 47-2155 (平日午前 9 時～午後 5 時)



■ **シニアとみんなのサロン @ M-マルシェ**

個別相談、かるた、折り紙、バルーンアート、おしゃべりコーナーなど。

日 8 月 25 日 (日) 午後 1 時～4 時 **所** みたかスペースあい (下連雀 3-28-20) **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

■ **相談サロン 暮らしの情報交換会 @ 北野**

「健康寿命とは? —訪問診療医からみた長生きについて」

日 8 月 28 日 (火) 午前 10 時～11 時 30 分 **所** 北野地区公会堂
講 三鷹東クリニック院長の田中慶太さん **申** 当日会場へ
問 東部地域包括支援センター ☎ 0422-48-8855

■ **三鷹いきいきプラス iPad 無料体験会**

日 9 月 9 日 (月)・12 日 (休) 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** 問 8 月 19 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)

■ **おいじたく講座—わたしの老後とその先のこと**

人 各 30 人 ※市外局番「0422」は省略。

会場	日時	申込先
井口 コミュニティセンター	9 月 11 日 (火) 午後 2 時～4 時	西部地域包括支援センター ☎ 34-6536
井の頭 コミュニティセンター	10 月 29 日 (火) 午後 2 時～4 時	井の頭地域包括支援センター ☎ 44-7400
新川中原 コミュニティセンター	11 月 20 日 (火) 午前 10 時～午後 0 時 30 分	新川中原地域包括支援センター ☎ 40-7204
連雀 コミュニティセンター	12 月 16 日 (月) 午後 1 時 30 分～3 時 30 分	連雀地域包括支援センター ☎ 40-2635
三鷹駅前 コミュニティセンター	令和 7 年 1 月 23 日 (木) 午後 2 時～4 時	三鷹駅周辺地域包括支援センター ☎ 76-4500
牟礼 コミュニティセンター	7 年 2 月 15 日 (土) 午後 2 時～4 時	東部地域包括支援センター ☎ 48-8855
大沢 コミュニティセンター	7 年 3 月 1 日 (土) 午後 2 時～4 時	大沢地域包括支援センター ☎ 33-2287

申 各地域包括支援センターへ **問** 高齢者支援課 ☎ 0422-29-9272

シルバー人材センター入会説明会

日 9 月 4 日 (火) 午前 10 時～正午 **申** 問 同センター ☎ 0422-48-6721 へ

栄養料理教室
「防災備蓄活用講座」



いざという時のために、日ごろから備えるコツを座学でお伝えします。

日 9月8日(日)午前10時30分～正午

人 在学・在勤を含む市民12人

所 連雀コミュニティセンター

申 間 直接または電話で同センター ☎ 45-5100へ(先着制)

みたか健康づくりセミナー
「しなやかな血管ではつつつ生活・賢い血圧管理の方法」

日 ①9月13・27日の金曜日、②10月9日(水)・17日(木)、いずれも午後1時30分～3時

所 ①三鷹駅前コミュニティセンター、②新川中原コミュニティセンター

調 東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター副センター長の植田拓也

さん、①三鷹駅前たなか糖尿病・内科クリニック医師の田中祐希さん、②仙川腎リウマチ・内科クリニック医師の増古紳太郎さん

申 間 8月19日(月)から直接または電話、ファクスで総合保健センター(元気創造プラザ2階) ☎ 24-8207・Fax 46-4827へ(先着制)

歴史講座「藤原氏一族」



日 井の頭地区住民協議会

日 9月14・21日の土曜日午後1時30分～4時30分(全2回)

人 市民30人

所 井の頭コミュニティセンター

調 国学院大学・駒澤大学講師の平野明夫さん

申 間 8月24日(土)から同センター ☎ 44-7321・HPへ(先着制)

起業・創業セミナー
「自分の得意を仕事に—自分があっていいな。ほしいものを形に」



日 9月18日(水)午後3時～4時30分

人 20人

所 三鷹産業プラザ

調 (株)ハイモジモジ代表取締役の松岡厚志さん

申 (株)まちづくり三鷹HPへ(先着制)

間 同社 ☎ 40-9669

西多世代交流センター
の講座 保育



日 ①パッとおいしく! みんなを笑顔に! おうち料理講座=9月19日～11月21

日の毎週木曜日午前10時～正午、②自分もこどももまるっと愛する子・孫育て講座=9月20日～11月22日の毎週金曜日午前10時～正午(いずれも全10回)

人 在勤を含む市民各25人、保育(1歳～未就学児)各15人(1歳児は6人まで)

費 ①1,500円(調理実習3回分)

※保育希望者は、①9月12日(木)、②9月13日(金)のオリエンテーションに必ず参加してください。

申 間 いずれも8月19日(月)～9月2日(月)午前9時30分～午後5時に直接または電話で同センター ☎ 32-8765、または元気創造プラザ講座申込システムへ(申込多数の場合は抽選)

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

間 同財団 ☎ 0422-47-5122

HP <https://mitaka-sportsandculture.or.jp/>



MITAKA "Next" Selection 25th
かるがも団地 第9回本公演『三ノ輪の三姉妹』
脚本・演出：藤田恭輔(かるがも団地)

芸術文化センター 星のホール

8月31日(土)～9月8日(日) 全10公演

今後が期待される若手劇団が躍動する舞台を、ぜひご覧ください。

チケット発売中

(全席自由(日時指定・整理番号付き))

会員＝前売り2,700円・当日3,200円

一般＝前売り3,000円・当日3,500円

学生＝前売り・当日とも2,000円

高校生以下＝前売り・当日とも1,000円



「秒で飛びたつハミングバード」
2022年12月／OFF・OFFシアター
撮影：古戸森陽乃

	8/31(土)	9/1(日)	9/2(月)	9/3(火)	9/4(水)	9/5(木)	9/6(金)	9/7(土)	9/8(日)
13:00	★	★	休館日					●	●
14:00					●				
18:00	★							●	
19:15				●		●	●		

★早期観劇割引は、すべて300円引き

しゅんぷうてい いち の すけ

春風亭一之輔 独演会 保育

三鷹市公会堂 光のホール

10月20日(日) 午後2時開演

「笑点」でも活躍中の一之輔師匠の落語会。その高座を、心ゆくまでお楽しみください!

チケット発売日(全席指定。購入は1人4枚まで)

会員＝8月24日(土) 一般＝8月28日(水)

会員＝3,150円 一般＝3,500円

高校生以下＝1,000円



春風亭一之輔
撮影：キッチンミノル

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)

※学生券をお求めの方は、公演当日に学生証をお持ちください。

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)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

☎ 0422-40-0313

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 8月20日(火)午前9時30分から

オンライン講座＝ オンライン同時開催＝▲

※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。



大人のための音読講座

「三鷹ゆかりの作家・作品たち—太宰治『おしゃれ童子』(その3)」

日 9月18日(水)午前10時30分～午後0時30分 調 朗読家の原きよさん

人生100年時代を考える「ジョブ・カードの活用—誰にでも作れる本格キャリアプランの勧め」

日 9月18日(水)午後3時～4時30分

調 甲斐ライフデザイン研究所所長の甲斐幸一郎さん

インタラクティブ・フォーカシング9月

—共感力を高めるカウンセリング技法：二重の共感のとき

日 9月20日(金)午前10時～正午

調 和洋女子大学教授でピア・カウンセリング研究会主宰の酒井久実代さん

国立天文台企画サロン アストロノミー・パブ
第205回「祝 国立天文台と三鷹市の100年」▲

ゲストは同天文台准教授の縣秀彦さん、ホストは同天文台天文情報センター長の山岡均さん。

日 9月21日(土)午後6時30分～8時30分

杏林大学公開講演会「思うように声を出せるようになろう—言語聴覚士が教える声のリハビリ」■

日 9月26日(木)午後1時～2時10分 調 杏林大学助教の間藤翔悟さん

数学のタベ「アーベル関数の向こうへ」

日 9月27日(金)午後7時～8時30分

調 国際基督教大学特任教授の清水勇二さん

語学体験講座(入門)

日 9月28日(土)①タイ語・②中国語・③ロシア語＝午前10時30分～午後0時40分、④アラビア語・⑤インドネシア語・⑥ウルドゥー語・⑦韓国語＝午後2時～4時10分(午前・午後それぞれ一つの言語のみ申込可)

調 専門学校アジア・アフリカ語学院講師の①シーヌアン・ディパンヨーさん、②郭婷さん、③坂内知子さん、④石垣聡子さん、⑤荻原道子さん、⑥露口哲也さん、⑦李光洙さん

三鷹市教育委員会・三鷹ネットワーク大学共同企画講座
「みたか学校インターンシップ(秋期)」

日 10月26日(土)～令和7年2月8日(土)

※詳細は募集要項や同大学HPをご覧ください。

募集

市民住宅入居者
(中堅所得者のファミリー層向け住宅)



◆下連雀市民住宅(下連雀3-30-12中央通りタウンプラザ5～7階) 募集=1戸(605号室、3LDK、約68.35㎡)、家賃月額=147,000円、共益費=8,000円※敷金・礼金・更新時手数料はありません(退去時に修繕費などの負担金が発生する場合があります)。

◇申込資格 次の条件を満たす方
①自ら居住する住宅が必要、②使用者と同等またはそれ以上の所得のある連帯保証人(国内に居住)を立てられる、③同居親族がいる、④世帯の所得金額が基準額の範囲内、⑤申込者・同居親族が暴力団員でないなど

◇申込書・募集案内 8月21日(水)～9月4日(水)に(株)まちづくり三鷹、住宅政策課(市役所5階52番窓口)、市政窓口、同社HPで入手

申 9月4日(必着) までにはがき1枚を同封した使用申込書を直接または郵送で「〒181-8525(株)まちづくり三鷹」へ(申込多数の場合は抽選)
問 同社 ☎40-9669、同課 ☎29-9704

都営住宅の入居者(地元募集)

◆募集住戸 シルバーピア(高齢者集合住宅) ①単身者向け4戸、②2人世帯向け1戸

◆申込資格 申込者が65歳以上で市内に3年以上居住、所得金額が基準額の範囲内、住宅や土地の所有者でない、入居者が暴力団員でない、①は配偶者がおらず単身で居住、②は65歳以上の同居親族がいる

◆申込書・募集案内 8月19日(月)～29日(木)に住宅政策課(市役所5階52番窓口)、市役所1階市民ホール、市政窓口で配布

申 9月5日(木)(必着) までに申込書を「〒181-8555住宅政策課」へ(郵送のみ)
問 同課 ☎29-9704

求人

詳細は、右記QRコードからHPをご覧ください。



面接対策セミナーと就職面接会 in 武蔵野

目 東京しごとセンター多摩
日 9月12日(木)①面接対策セミナー=正午～午後0時50分、②就職面接会=午後1時15分～4時(ガイダンスは0

時50分～1時10分)
人 ①50人、②100人
所 武蔵野スイングホール(武蔵野市)
物 ②面接希望企業数分の履歴書
申 問 同センター ☎042-521-6761へ(先着制)

(社)三鷹市社会福祉事業団 職員

◆職種 ①保育士、②介護職、③介護支援専門員(①～③正職員)、④介護職、⑤介護支援専門員、⑥調理員(④～⑥契約職員)、⑦保育職、⑧調理員、⑨用務員、⑩事務職(⑦～⑩パートタイマー)、⑪訪問介護員(登録職員)

◆採用日 ①令和7年4月1日、②～⑪随時
問 同事業団 ☎44-5211

相談

市民活動ふらっとサロン

日 8月23日(金)午後2時～5時
所 市民協働センター
申 当日会場へ
問 同センター ☎46-0048

総合オンブズマン相談(9月)

日 5・26日=中村一郎さん(弁護士)、12・19日=片桐朝美さん(杏林大学教授)、いずれも木曜日午後1時30分～4時30分

所 相談・情報課(市役所2階)
申 問 政策法務課 ☎29-9165へ

成年後見相談会

日 9月23日(月・休) 午前9時30分～午後4時20分(1人50分まで)
人 12人
所 かたらいの道市民スペース(武蔵野市中町1-11-16)
申 問 権利擁護センターみたか ☎46-1203へ(先着制)

審議会・市民会議など

詳細は、右記QRコードからHPをご覧ください。



第1回三鷹市交通安全推進協議会の傍聴

「令和6年三鷹市秋の交通安全運動実施要領(案)」ほか。
日 8月21日(水)午後2時～3時30分
所 市議会協議会室(市役所3階)
問 都市交通課 ☎29-9709

第2回三鷹市男女平等参画審議会の傍聴

日 8月26日(月)午後6時～7時30分
所 教育センター
問 企画経営課 ☎29-9032

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にも掲載。 ※★は生涯学習課の講師派遣事業。

催し

本多真理子展 そんなに長くない、それほど短くもない

日 8月17日～9月1日(日)正午～午後7時(1日は5時まで) 所 ぎやらりー由芽 申 期間中会場へ 問 同画廊 ☎47-5241(休木曜日)

【夏休みサッカー講座】いくつできるか 足技チャレンジ&ミニゲーム

目 まなびばmimit 日 8月20日(火)午後3時30分～5時30分 人 10人 所 北野小体育館 料 1,200円 申 問 8月19日(月)午後8時までに同会 HP(先着制)

空き家相談会

目 (一社)全国空き家アドバイザー協議会東京支部 日 8月25日(日)午前9時～正午 人 20人 所 市民協働センター 申 問 島田 ☎080-4195-4112(先着制)

第46回 月曜会絵画展

日 8月27日(火)～9月1日(日)午前10時～午後5時(1日は4時まで) 所 三鷹市美術ギャラリー 申 期間中会場へ 問 松本 ☎71-6757

楽しんで! 講談

目 一龍斎貞恵 日 8月28日(水)午後3時～4

時30分 人 20人 所 連雀コミュニティセンター 申 問 一龍斎 ☎090-5509-3633(先着制)

講演会「外環道路と住民権」

目 市民による外環道路問題連絡会・三鷹 日 9月1日(日)午後1時30分～4時 人 50人 所 井の頭コミュニティセンター 申 当日会場へ(先着制) 問 小笠原 ☎090-1214-8044

介護予防のための体操★

目 たんぽぽの会 日 9月4日(水)午後1時30分～3時30分 人 20人 所 下連雀地区公会堂 申 看護師で介護予防運動指導員の大島果苗さん 申 問 川尻 ☎090-4702-6507(先着制)

万葉集・古事記を学ぶ★

目 三葉会 日 9月5日(木)午後1時30分～3時30分 人 20人 所 三鷹駅前コミュニティセンター 申 国学院大学兼任講師の藤嶋健太さん 申 問 9月3日(火)までに坂山 ☎090-9206-2717・✉sakamitaka@jcom.zaq.ne.jp(先着制)

ふるしき市

目 三鷹市ボランティア連絡協議会 日 ①9月7日、②10月26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 料 500円(1区画分) 申 問 ①8月19日(月)から、②10月7日(月)から同協議会 ☎76-1271(先着制)

「人権」ってなあに? シリーズ第1回 子どもの権利を考えよう★ 手話

目 三鷹市人権条例を考える市民の会 日 9月7日(土)午後2時～4時30分 人 120人 所 生涯学習センター 申 弁護士太田啓子さん 料 500円(資料代) 申 当日会場へ(先着制) 問 竹内 ☎080-5465-8138・✉kzktknk1948@gmail.com

講演会「原発をとめた裁判長が語る」★

目 さよなら原発! 三鷹アクション 日 9月8日(日)午後2時30分～5時(2時開場) 人 100人 所 生涯学習センター 申 元福井地方裁判所判事の樋口英明さん 料 500円(資料代。学生は無料) 申 当日会場へ(先着制) 問 中谷 ☎090-4921-5953・✉hc62381@KD6.so-net.ne.jp

こども哲学対話(難しい哲学の知識不要)

目 哲学するかい 日 9月15日(日)午後1時～3時30分 人 小学校高学年～高校生20人 所

生涯学習センター 料 200円 申 問 渡邊 ☎070-4190-8198・✉nobu-w@soleil.ocn.ne.jp(先着制)

会員募集

グループ・どっぺる(ハイキング・山行)

目 ①ハイキング=毎月第1・3日曜日、②月例会=毎月第1木曜日午後7時～8時30分 所 ①東京近郊、②三鷹駅前コミュニティセンター 料 月額800円 申 問 阿部 ☎080-2393-4188・✉groupdoppel@gmail.com

いきいきヨーガクラブ

日 毎週金曜日午後1時30分～3時 所 連雀コミュニティセンター 料 入会金1,000円、月額2,000円 申 問 鈴木 ☎090-6301-7942

伝言板

もの忘れが気になったらー認知症ってどんな病気?

目 東京都認知症疾患医療センター 日 9月17日(火)午前10時30分～11時30分 人 10人 所 杏林大学医学部付属病院 申 問 もの忘れセンター ☎47-5511(内線5660。先着制)

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 ☎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) 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



10月13日(日)開催

みとかスポーツフェスティバル

問 スポーツ推進課 ☎0422-29-9863

ひろみちお兄さん監修 親子体操教室

NHK「おかあさんといっしょ」第10代体操のお兄さんの佐藤弘道さんが監修した親子体操を、ひろみちお兄さんの体操クラブのスタッフである亀井教人さん・佐藤文哉さんと一緒に親子で楽しめます。

日 10月13日 午前10時～11時30分 人 市内の3～5歳児(年少～年長)と保護者200組 所 SUBARU総合スポーツセンター 物 動きやすい服装、タオル、室内履き 申 9月8日(日)までに元気創造プラザ講座申込システム(上記QRコード)へ(申込多数の場合は抽選)



ひろみちお兄さん



亀井教人さん



佐藤文哉さん



今号では、事前申し込みが必要なプログラムを紹介します。
※フェスティバルについて、詳しくは『広報みとか』9月15日号でお知らせします。

トライアスロン競技の「スイム」「バイク」「ラン」を体験しよう！

各種目を短い距離で体験し、総合タイムを競い合います。

日 10月13日 午前9時15分～午後1時30分(雨天決行) 人 9歳未満の部＝身長115cm以上で、25m泳ぐことができる方10人、9～13歳未満の部＝身長115cm以上で、50m泳ぐことができる方20人、13歳以上の部＝身長115cm以上で、100m泳ぐことができる方20人 所 三鷹中央防災公園・元気創造プラザ 物 水着、水泳帽、ゴーグル、タオル、室内履き(靴底はアメ色、白色、無地)、動きやすい服装 申 9月8日(日)までに申し込みフォーム(上記QRコード)へ(申込多数の場合は抽選)

三鷹市にゆかりのある競技「トライアスロン」

トライアスロンはパリ2024オリンピックに出場した三鷹市出身のオリンピック・高橋侑子選手(下記参照)が活躍する競技です。



パリ2024パラリンピック

三鷹市職員の石川優衣さんを応援しよう！



問 職員課 ☎0422-29-9166

8月28日(水)に開幕する同大会に、車いすバスケットボール女子日本代表として石川さんが出場します。

試合日程
(予選。いずれも日本時間)

- 8月30日(金)午後5時30分から 対オランダ
- 9月1日(日)午後7時45分から 対ドイツ
- 9月2日(月)午後8時45分から 対アメリカ

石川さんが語る

車いすバスケのココが見どころ！

競技用の車いすを使い、ぶつかりあうとても激しいスポーツです。障がいの種類などによってできるプレーや車いすが異なり、コート上の5人がそれぞれの役割を担っています。シュートだけでなく、味方を生かすプレーや、息の合ったディフェンスにも注目してください。

どこからでも打てるシュートと強いコンタクトを武器に、金メダルを取りに世界の強豪国と戦います！

石川さんへの応援メッセージを募集中！

申 受付フォームへ(上記QRコード)へ



FC東京のホームゲーム(国立競技場開催)にご招待！

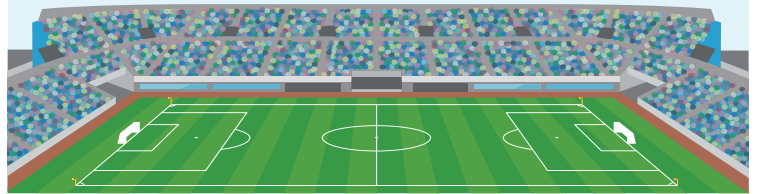


問 FC東京 ☎shoutai@fctokyo.co.jp

2024明治安田J1リーグ第30節FC東京対名古屋グランパス戦に市民の皆さんをご招待します。

日 9月14日(土)午後7時キックオフ 人 市民100組200人 所 国立競技場(新宿区) 申 9月1日(日)までに申し込みフォーム(上記QRコード)へ(申込多数の場合は抽選)

FC TOKYO
©FC TOKYO



運営ボランティアとして、三鷹のスポーツイベントを盛り上げよう

秋のスポーツイベント ボランティア募集



問 スポーツ推進課 ☎0422-29-9863

ボランティアにご協力いただいた方には、みとか地域ポイントを500～1,500ポイント付与します。

①2024みとかスポーツフェスティバル 1,000ポイント

日 10月13日(日)午前9時～午後3時30分(説明会＝10月2日(水)または4日(金))

所 SUBARU総合スポーツセンターほか

②みとかわんぱくスポーツDAY2024 1,500ポイント

日 10月20日(日)午前9時～午後4時(説明会＝10月9日(水))

所 味の素スタジアム

③三鷹市民駅伝大会 500ポイント

日 11月24日(日)午前7時～正午

所 市内コース

④ポッチャみとかカップ 1,500ポイント

日 12月7日(土)午前9時～午後4時(説明会＝11月29日(金))

所 SUBARU総合スポーツセンターほか



人 在学・在勤を含む高校生以上の市民①50人、②20人、③30人、④10人 申 9月1日(日)までに申し込みフォーム(上記QRコード)へ
※①は昼食とTシャツ、②④は昼食を支給します。

高橋侑子選手がパリ2024オリンピックに出場しました

問 スポーツ推進課 ☎0422-29-9863

同大会トライアスロン競技が7月31日に行われ、三鷹市出身の高橋選手が40位でフィニッシュしました。たくさんの応援ありがとうございました。

