

草花チャリティバザー

ご家庭で育てた草花や樹木の苗木などをお持ちください。1株100円で販売し、売り上げは東日本大震災の被災地に桜を植樹する活動に寄付します。

◆持ち込む苗の条件

健全な苗で直径18cm以内のポットや鉢に植えてあるもの。同じ植物は20株まで。苗には名札を付けてください。

日 苗の持ち込み＝10月17日(木)～22日(火)、苗の販売＝10月23日(水)午後1時～30日(水)午後4時

所 花と緑の広場(牟礼1-11-26)

申 期間中会場へ

問 NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会 ☎46-2081

「知る」で変わる！発達障がいのことー発達障がいの親が伝えたいこと



日 10月18日(金)午前10時30分～正午
人 60人

所 生涯学習センター

申 当日会場へ(先着制)

問 (一社) 発達障がいファミリーサポート Marble ☎070-6573-9230

秋のフリーマーケット

日 10月20日(日)午前10時～午後1時(雨天中止)

◆リサイクル自転車の抽選販売

販売台数＝6台(予定)
販売価格＝8,360円(防犯登録代込み)
展示・申し込み＝午前10時～11時50分(正午から抽選)

◆粗大ごみから掘り出し物市

展示・申し込み＝午前10時～午後0時30分(0時40分から抽選)

所 リサイクル市民工房

申 当日会場へ

問 ごみ対策課 ☎29-9613

みたか星風マート

障がいのある方が作った焼き菓子や雑貨を販売します。

日 市、星と風のカフェ

日 10月23日(水)午前11時～午後2時
所 三鷹駅南口緑の小ひろば(ジブリ美術館行きバス停東側)

申 当日会場へ

問 同施設 ☎44-2255(火～土曜日午前11時30分～午後6時)

大沢の里古民家
「秋の草花ガイドツアー」

日 10月26日(土)午前10時～正午

人 12人

所 同施設

¥ 200円(入館料。中学生以下無料)

申 問 10月11日(金)までに必要事項(10面参照)を生涯学習課 ☎29-9862・✉shogai@city.mitaka.lg.jpへ(電子メールは10月14日(月・祝)まで。申込多数の場合は抽選)

ドキュメンタリー映画
『カミングアウトジャーニー』
上映会&講演会



日 11月1日(金)午後6時30分～8時30分
人 70人

所 (社) 巢立ち会サザン(上連雀1-1-3)

申 問 同法人 ☎56-8261、または申し込みフォーム(上記QRコード)へ(先着制)

心のバリアフリー映画上映会
①『こちらあみ子』
②『みんなのデフリンピック』

手話

日 11月9日(土)午前10時30分～午後0時15分(①のみ)、2時～4時10分

人 各回90人

所 生涯学習センター

申 必要事項(10面参照)、参加者全員の氏名・年齢を星と風のカフェ ☎44-2255・✉hoshi-cafe@hanano-kai.jpへ(先着制)

問 同施設 ☎44-2255

紅葉の谷戸沢処分場自然観察会

日 11月28日(木)午前8時30分 JR 青梅線昭島駅南口集合～午後5時15分同駅南口解散

人 多摩地域在住・在学・在勤の方40人

所 西多摩衛生組合環境センター、ニツ

塚処分場、谷戸沢処分場

¥ 500円(昼食代)

申 11月1日(金)(必着)までに参加者全員の必要事項(10面参照)、在学・在勤の方は学校・勤務先の市町村名を「〒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」・HPへ(申込多数の場合は抽選)

問 同組合 ☎042-597-6152

茶道体験教室
「第4回 表千家」



日 12月15日(日)午後2時～4時

人 小学3年生以上の茶道未経験者15人

所 みたか井心亭

講 三鷹市茶道連盟の皆さん

¥ 700円

物 白足袋または白い靴下

申 11月8日(金)(消印有効)までに往復はがきで参加者全員の必要事項(10面参照)を「〒181-0013 下連雀2-10-48 みたか井心亭」または申し込みフォーム(上記QRコード)へ(1通につき2人まで。申込多数の場合は抽選)

問 同施設 ☎46-3922

スポーツ

大人のスポーツサークル



日 (一社) スカイリミットスポーツ三鷹

日 バスケットボール＝10月5・19日、バレーボール＝11月2・16日、いずれも土曜日午後6時～8時(12月以降の日程は同法人HPへ)

人 18歳以上の市民

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

申 問 同法人 HPへ

ベッセルスポーツクラブ
40周年記念
ソフトバレーボールフェスト



日 三鷹市ベッセルスポーツクラブ

日 10月20日(日)午前10時～午後3時

人 小学生以上の方100人(経験不問)

所 SUBARU総合スポーツセンター

物 タオル、室内履き

申 問 同クラブ ☎47-9770、または申し込みフォーム(左記QRコード)へ(先着制)

第17回三鷹市長杯パドルテニス大会

日 三鷹市パドルテニス協会

日 11月2日(土)午前9時～午後6時(正午～午後1時に無料体験会あり)

人 在学・在勤を含む小学生以上の市民および同協会会員

所 SUBARU総合スポーツセンター

¥ 1組2,000円(中学生以下1,000円)

物 室内履き

申 10月19日(土)までに申込書(同協会

HPで入手)を同協会 ☎42-1203・✉mitakapt@gmail.comへ

問 同協会 ☎42-1203

2024ボッチャみたかカップ

日 12月7日(土)午前10時～午後3時

人 代表者と選手の過半数が在学・在勤を含む市民で構成された24チーム(1チーム3～6人)

所 SUBARU総合スポーツセンター

物 室内履き、外靴を入れる袋

申 10月27日(日)午後5時までに申込書(公財)三鷹市スポーツと文化財団HPで入手)を直接または電子メールで同財団(同センター地下1階)・✉sports@mitaka-sportsandculture.or.jpへ(申込多数の場合は抽選)

問 同センター ☎45-1113

講座

多様な働き方セミナー

日 10月11日(金)午後2時～4時

人 おおむね55歳以上の求職活動中の方50人

所 市民協働センター

講 わくわくサポート三鷹相談員の鈴木敏雄さん

物 雇用保険受給者は受給資格者証

申 問 必要事項(10面参照)をわくわくサポート三鷹 ☎45-8645・☎45-8646・✉wakuwaku@mitaka.ne.jpへ(先着制)

市民健康講座

「運動が苦手な方に向けた体操教室」



日 10月22日(火)午前10時30分～正午
人 在勤を含む市民20人

所 井口コミュニティセンター

講 健康運動指導士の鈴木孝一さん

申 問 10月7日(月)から直接または電話で同センター ☎32-7141へ(先着制)

就職支援セミナー「変化する私らしい働き方ー子育てママがラクになるタイムマネジメント」

保育

日 10月24日(木)①セミナー＝午前9時45分～10時45分、②個別相談＝午前10時50分～11時30分(1人40分)

人 現在子育て中で、就職、再就職を希望する女性①30人、②2人、保育(1～6歳の未就学児)6人

所 市民協働センター

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

相撲

◆土表でフィットネス!(20歳以上)○

日 10月4日～12月13日の毎週金曜日午後1時～2時30分(全11回)

◆土表を使ってロコモ予防体操!(60歳以上)○

日 10月16日～12月11日の毎週水曜日午前10時～11時30分(全9回)

問 三鷹市相撲連盟 ✉mitakashisumorenmei@gmail.com

弓道 初心者講習会(高校生以上)

日 10月26日～令和7年3月8日の土曜日午後3時15分～5時15分(全15回。11月16日、12月14日、1月4・24日、2月1日を除く)

問 三鷹市弓道連盟 HP

バスケットボール 市民スポーツ祭(高校生以上)

日 12月1～15日の毎週日曜日午前10時～午後8時

問 三鷹市バスケットボール連盟 ✉mina2005@yahoo.ne.jp

所 下連雀市民ゲートボール場(下連雀9-10)

ゲートボール 市民スポーツ祭(18歳以上)

日 10月12日(土)午前9時～午後1時

問 三鷹市ゲートボール協会 ☎42-5408

所 井口コミュニティセンター

太極拳 シニア講習会(60歳以上)◎

日 10月22日(火)午後1時15分～2時45分

問 三鷹市武術太極拳連盟 ☎090-1901-5440

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＝◎

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。