

【調】マザーズハローワーク立川就職支援ナビゲーターの方
【申】必要事項(10面参照)を生活経済課 ☎29-9615・✉keizai@city.mitaka.lg.jpへ(先着制。保育は10月15日(火)まで)

栄養料理教室「健康な骨を保ち続けるコツレシピ、アイデア献立の紹介」



【日】10月31日(木)午前10時15分から
【人】在学・在勤を含む市民16人
【所】井の頭コミュニティセンター
【料】500円
【物】エプロン、三角巾、ハンドタオル、布巾
【申】10月8日(火)から参加費を同センターへ(先着制)
【問】健康推進課 ☎24-7145

保育士就職支援研修・就職相談会



【主】東京都
【日】11月2日(土)午後2時～4時
【人】都内で就職を希望する保育士資格を有する方、または資格取得見込みの方
【所】中野セントラルパークカンファレンス(中野区)
【申】東京都保育人材・保育所支援センターHPへ
【問】同センター ☎03-5211-2912

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

【日】①11月6日(水)午後1時30分～3時、12月2日(月)午前10時30分～正午、②11月13日、12月11日の水曜日午後1時30分～3時
【所】①連雀コミュニティセンター、②大沢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野村病院の吉野秀朗さん、②八幡診療所の齊藤一典さん
【申】10月7日(月)から必要事項(10面参照)を直接または電話、ファクスで健康推進課(元気創造プラザ2階) ☎24-8207・✉46-4827へ(先着制)

市民健康講座「低栄養予防—元気に暮らし続けるための備え」



【日】11月7日(木)午後2時～3時30分
【人】在勤を含む市民30人
【所】新川中原コミュニティセンター
【調】日本歯科大学付属病院口腔リハビリテーション多摩クリニック管理栄養士の尾関麻衣子さん
【申】10月8日(火)から直接または電話で同センター ☎49-6568へ(先着制)

起業・創業セミナー「兼業・副業から始める起業—税理士から学ぶ税の基礎」



【日】11月7日(木)午後6時30分～8時
【人】兼業・副業、起業を考えている方20人
【所】三鷹産業プラザ
【調】相澤豪税理士事務所代表の相澤豪さん
【申】(株)まちづくり三鷹HPへ(先着制)
【問】同社 ☎40-9669

健康づくりアロマセラピー体験講座—アロマの香りに包まれて心と身体のセルフケア

【主】東部地区住民協議会
【日】11月10日(日)午前10時15分～正午
【人】20人
【所】牟礼コミュニティセンター
【調】アロマセラピストのyumiさん
【料】300円
【物】フェースタオル
【申】10月9日(水)から参加費を同センターへ(先着制)
【問】同センター ☎49-3441

歯っぴーになるための顔面を鍛えるテクニック講座



【日】11月11日～12月2日の毎週月曜日午後1時30分～3時(全4回)
【人】在学・在勤を含む40～69歳の市民で2回以上参加できる方30人
【所】総合保健センター

【調】ほり歯科クリニック院長の堀清貴さん、歯科衛生士の田中妙子さん、運動指導士の鈴木明子さん
【申】10月7日(月)午前9時から市HPへ(先着制)
【問】同センター ☎24-8266

求人

詳細は、右記QRコードからHPをご覧ください。



子ども発達支援センター 言語聴覚士・作業療法士(非常勤)

◆採用日 随時
【問】同センター ☎45-1122

市立学校 学校栄養士

◆採用日 12月6日(応相談)
【問】総務課 ☎29-9811

三鷹市総合教育相談室 スクールカウンセラー

◆採用日 令和7年1月1日
【問】学務課 ☎29-9865

(社福)三鷹市社会福祉協議会 学童嘱託保育員

◆採用日 12月1日
【問】同協議会 ☎46-1108

(社福)三鷹市社会福祉事業団 職員

◆職種 ①総合職、②介護職、③介護支援専門員、④保育士、⑤社会福祉士(①～⑤正職員)、⑥介護職、⑦介護支援専門員、⑧調理員(⑥～⑧契約職員)、⑨保育職、⑩調理員、⑪用務員、⑫夜勤専従介護職(⑨～⑫パートタイマー)、⑬訪問介護員(登録職員)
◆採用日 随時
【問】同事業団 ☎44-5211

相談

しごとの相談窓口
就職や再就職などの個別相談会。

【日】10月9日(水)午前10時～正午(11時30分まで受付)
【所】三鷹産業プラザ
【物】雇用保険受給者は受給資格者証、内職相談希望者(市民のみ)は本人確認書類
【申】生活経済課 ☎29-9615へ(当日参加も可)

①司法書士による成年後見制度の相談、②弁護士による権利擁護・財産管理・苦情調整等の相談



【日】①毎月第2金曜日、②毎月第3金曜日、いずれも午後1時～4時(相談時間は50分)
【所】福祉センター
【問】権利擁護センターみとか ☎46-1203へ

行政書士による相続・遺言・事業の許可・出入国手続の無料相談

【主】東京都行政書士会武鷹支部
【日】10月23日(水)午前9時30分～11時50分
【人】在学・在勤を含む市民
【所】市役所1階市民ホール
【申】当日会場へ
【問】同支部 ☎66-2902

社会保険労務士による労務・働き方改革・年金の無料相談会

【主】東京都社会保険労務士会武蔵野統括支部
【日】10月24日(木)午後1時30分～4時30分
【人】在学・在勤を含む市民
【所】市役所1階市民ホール
【申】当日会場へ
【問】同支部三鷹担当 ☎66-2925

住んでいないご自宅・ご実家のお悩み無料相談会

【日】10月28日(月)午前9時30分～午後3時
【所】市役所1階市民ホール
【申】当日会場へ
【問】住宅政策課 ☎29-9704



〒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】10月8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。



みとか星空散歩—11月の星空解説と天文トーク

【日】10月22日(火)午後7時～8時30分

三鷹の夜・月いち読書会「科学と文学の間に」第38回

選書・進行役は編集者でライターの空犬太郎さん。課題作品は、パトリシア・ハイスミス「クレイヴァリング教授の新発見」「かたつむり観察者」(『11の物語』(ハヤカワ・ミステリ文庫)所収)。

【日】11月1日(金)午後7時～8時30分

杏林大学公開講演会「狭心症・心筋梗塞はどんな病気?—最新の診断・治療から予防まで」■

【日】11月2日(土)午前11時～午後0時10分
【調】同大学医学部循環器内科学教室講師の小山幸平さん

数学はこんなに面白い「クンマーの判定法」

【日】11月7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

国立天文台企画サロン アストロノミー・パブ 第206回

みとか太陽系ウォーク連携企画「宇宙天気予報と太陽活動」▲

ゲストは情報通信研究機構電磁波研究所宇宙環境研究室副室長の久保勇樹さん、ホストは国立天文台太陽観測科学プロジェクト特任専門員の米谷夏樹さん。

【日】11月9日(土)午後6時30分～8時30分

数学カフェみとか「整数、数列」

【日】11月12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