

文学講座「君たちはどう生きるか」作者吉野源三郎と山本有三の交流



■ 井の頭地区住民協議会
■ 11月27日(水)午後1時30分～3時
■ 市民30人
■ 井の頭コミュニティセンター
■ 講師山本有三記念館学芸員の三浦穂高さん
■ 申込 11月5日(火)から同センター☎ 44-7321・HPへ(先着制)

骨粗しょう症予防教室
強い骨を作つて
アンチエイジング
一食事の講話&エクササイズ



■ 11月29日(金)午後1時15分～3時30分
■ 在勤を含む40～70歳の女性市民30人
■ 総合保健センター
■ 管理栄養士の若林知津江さん、健康運動指導士の鶴殿加恵さん
■ 運動できる服装、靴下
■ 申込 11月5日(火)～27日(水)に健康推進課☎ 24-8571または申し込みフォーム(上記QRコード)へ(先着制)

大沢の里古民家体験学習
「竹細工講座」



■ 11月30日、令和7年1月25日、2月22日、いずれも土曜日午前10時～午後3時30分(全3回)
■ 全回参加できる方5人
■ 講師竹職人の関田徹也さん
■ ￥200円(入館料。中学生以下無料)
■ 汚れてもよい服装、作業用手袋、昼食、あればのこぎり、はさみ、なた(いずれも竹用)
■ 申込 11月5日(火)午前9時から必要事項(7面参照)を生涯学習課☎ 29-9862・✉ shogai@city.mitaka.lg.jpへ(先着制)

パソコン・スマホ・
プログラミング教室(12月)



■ 三鷹市シルバーハウス
■ パソコン教室=月・水・金曜日、月4回または3ヶ月12回、スマホ・タブレット教室=木曜日、プログラミング教室=月・火曜日、その他オンライン
■ 申込 同センター☎ 48-6721へ

ホームヘルパーのための
精神障がい者支援基礎講座



■ 12月2・16日の月曜日午後6時～8時(全2回。1日のみの参加も可)
■ 市内事業所または三鷹市民にサービスを提供している近隣自治体事業所のホームヘルパー30人
■ 福祉センター
■ 長谷川病院在宅診療部アットリーチ科主任の富樫剛清さん、相談支援事業所ひまわり管理者の田中久理子さん
■ 申込 11月29日(金)までに三鷹市社会福祉協議会☎ 79-3509・HPへ(先着制)

ファミリー・サポート
援助会員養成講座



■ 12月6日(金)・7日(土)午前10時～午後5時30分(全2回)
■ 会員登録を希望し、お子さんの預かりや徒歩で送迎ができる健康な方15人
■ 教育センター
■ 申込 11月5日(火)午前9時～12月5日(木)午後4時にみたかファミリー・サポート・センター事務局☎ 76-6817へ(先着制)

冬の寄せ植え講習会

■ 12月7日(土)午後1時30分から
■ 20人
■ JA東京むさし三鷹緑化センター
■ ￥1,000円(材料代)
■ 作業に適した服装
■ 申込 11月19日(火)(必着)までに往復はがきで必要事項(7面参照)を「〒181-004新川6-30-22JA東京むさし三鷹緑化センター」へ(申込多数の場合は抽選)
■ 申込 同センター☎ 48-7482
※自家用車での来場はご遠慮ください。

もっと知りたいベートーヴェン『第九』
一初演200年記念

■ 12月27日(金)午前10時～正午
■ 中学生以上の方40人
■ 生涯学習センター
■ 玉川大学芸術学部教授の野本由紀夫さん
■ ￥1,000円(中高生500円)
■ 申込 12月6日(金)(必着)までに往復はがきで必要事項(7面参照)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)

■ 同センター☎ 49-2521



募 集

環境活動の表彰対象



先導的な環境活動を表彰し、優れた活動に賞状と記念品を贈呈します。
◆対象となる活動 環境啓発活動、地域の美化・緑化の推進、エネルギー使用量削減に向けた活動など(自薦、他薦を問いません)

■ 市民、市内の学校・学級、市民が主体の非営利サークル・団体、市内事業者

■ 11月13日(水)～令和7年1月6日(月)に必要書類(市HPで入手)を環境政策課(第二庁舎2階)へ
■ 申込 計☎ 29-9612

NPO法人
みたかハンディキャップの
ボランティア



■ ①運転ボランティア=26～73歳の普通自動車(第1種)運転免許所有者で、運転歴2年以上の方、②活動協力ボランティア
※①は11月16日(土)・17日(日)開催の福祉有償運送運転者講習会(8面参照)の受講が必要です。

■ 申込 必要事項(7面参照)を同法人☎ 41-0185・Fax 41-0274・✉ mcab3@jcom.zaq.ne.jp・HPへ



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

■ ハローワーク三鷹、わくわくサポート三鷹、三鷹市、武蔵野市
■ 11月21日(木)①面接対策セミナー=午前10時30分～11時30分、②就職面接会=午後1時～3時40分
■ おおむね55歳以上の方①60人
■ 三鷹産業プラザ
■ ②面接希望分の履歴書
■ 申込 ①ハローワーク三鷹☎ 47-8617へ(先着制)、②当日会場へ(わくわくサポート三鷹の求人は☎ 45-8645へ)

みたかミドル世代正社員
チャレンジ事業

■ 企業との交流会=11月25日(月)、集合研修・個別相談会=12月7日(土)
■ 正社員就職を目指すおおむね30～54歳の方
■ 三鷹産業プラザ(個別就職相談はオンラインやメール、電話でも行います)
■ 同事務局☎ 050-5369-5445(平日午前10時～午後6時)・HPへ

学校体育施設開放支援員

◆ 任用日 令和7年1月1日
◆ 申込期限 11月22日(金)(消印有効)
■ スポーツ推進課☎ 29-9863

総合保健センター相談員
(管理栄養士)

◆ 任用日 令和7年1月1日
◆ 申込期限 11月25日(月)(消印有効)
■ 健康推進課☎ 24-8571

学童保育所
臨時職員・土曜嘱託職員

◆ 採用日 隨時
■ (社福)三鷹市社会福祉協議会☎ 46-1192

(社福)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、④社会福祉士(①～④正職員)、⑤介護職、⑥介護支援専門員、⑦調理員(⑤～⑦契約職員)、⑧保育職、⑨調理員、⑩用務員、⑪夜勤専従介護職(⑧～⑪パートタイマー)、⑫訪問介護員(登録職員)

◆ 採用日 ①令和7年4月、②～⑫随時

■ 同事業団☎ 44-5211

相 談

しごとの相談窓口

就職や再就職、年金や社会保険などの個別相談会。
■ 11月13日(水)午前10時～正午(11時30分まで受付)
■ 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
■ 生活経済課☎ 29-9615へ

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。



所いざれもSUBARU総合スポーツセンター

バドミントン 小学生向け講習会

■ 12月1日(日)、1～3年生=正午～午後3時、4～6年生=3時～6時
■ 同三鷹市バドミントン協会✉ mtkbadjr@gmail.com

バレーボール 市民スポーツ祭

■ 12月8日(日)午前9時～午後6時
■ 同三鷹市バレーボール連盟✉ mitaka.volleyball.renmei@gmail.com

サッカー 市民スポーツ祭 フットサル競技ステージ1

■ 12月14日(土)、壮年・女子=午後0時30分～2時30分、一般=3時30分～5時30分
■ 同(社)三鷹市サッカー協会HP

所いざれも大沢総合グラウンド

野 球 四年生大会(小学4年生)

■ 11月24日(日)午前9時～午後5時(雨天中止)
■ 同三鷹市少年軟式野球連盟HP

ソフトボール 市民親睦大会

■ 12月8日(日)午前9時～午後5時(雨天中止)
■ 同三鷹市ソフトボール連盟☎ 080-3367-6306

※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。