



〒181-0013 下連雀3-24-3三鷹駅前協同ビル3階 ☎0422-40-0313 ・ 🌐https://www.mitaka-univ.org/

講座案内

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

4月8日(火)午前9時30分から
※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—5月の星空解説と天文トーク
4月22日(火)午後7時～8時30分

続・数学はこんなに面白い! 第2回「素数の話」
5月1日(木)午前10時～11時30分
東京女子大学名誉教授の宮地晶彦さん

インタラクティブ・フォーカシング5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
5月9日(金)午前10時～正午
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

三鷹の夜・月いち読書会「科学と文学の間に」第44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、キム・チョヨブ「わたしたちが光の速さで進めないなら」(『わたしたちが光の速さで進めないなら』(ハヤカワ文庫NV)所収)。
5月9日(金)午後7時～8時30分

連続講座「中央線沿線の文学風景VI
文学のなかの荻窪・西荻窪—井伏鱒二や石井桃子の作品舞台を歩く」
①座学=5月18日(日)午後2時～3時30分、②散策=25日(日)午後1時～4時(全2回。①のみの受講も可)
元山本有三記念館館長の矢野勝巳さん

キャリア・カウンセリング—幸せに生きるためにカウンセリングを受けてみませんか
5月25日(日)午後1時～3時10分

市民活動

みんなの掲示板

5月4日号
原稿締切日 4月8日(火)

5月18日号
原稿締切日 4月18日(金)

「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」「伝言板」は市HPにも掲載。

◆掲載を希望する方へ 掲載基準(市HPで閲覧可)を必ず確認のうえ、各号の締切日午後5時(厳守)までに広報メディア課へお申し込みください。
※政治・宗教・営利目的(教室の生徒募集などを含む)の活動などは掲載不可。
☎同課☎29-9037
※市外局番0422は省略。



ウェブ版

催し

第22回・森の地図スタンプラリー
(一社)武蔵野コッツウォルズ 6月8日(日)まで 三鷹市、小金井市、府中市、国分寺市、調布市、武蔵野市ほか(詳しくは同法人HP参照)
入園料などの負担あり
期間中各会場へ 同法人(鈴木) ☎32-0962・HP

春の親子運動遊び体験会
ファンタジー・ポップコーン・さくらんぼ
①4月8～22日の毎週火曜日、幼児=午後3時～4時30分、小学生=4時30分～6時、②4月11～25日の毎週金曜日、1～3歳児=午前10時30分～11時50分(未就学児は保護者同伴)
①各20人、②10人
SUBARU総合スポーツセンター ¥1回500円
物動きやすい服装
当日会場へ(先着制)
中里 ☎090-3688-1517

笑いヨガ ラフターヨガ(インターナショナル)
東京三鷹の森 笑いヨガ
4月9日、5月7日、6月11日の水曜日午前10時～正午
各日10人
三鷹駅前コミュニティセンター ¥1回500円
モリ ☎44-7772(初回のみ申込。先着制)
ハラ ☎090-3902-9691

母の日のフラワーアレンジメント
フラワー・プランティエ
4月11日(金)午後1時～3時
10人
三鷹駅前コミュニティセンター ¥3,000円
4月8日(火)までに大西 ☎080-6871-1014
flower.plantier.343@gmail.com(先着制)

井上げご展 戸外へ
4月12日(土)～27日(日)正午～午後7時(27日は5時まで)
ぎゃらりー由芽
期間中会場へ
同画廊 ☎47-5241 (木曜日)

ティータイム広場(障がいのあるわが子を語ろう)
三鷹市心身障害者(児)親の会
4月15日(火)午前11時～正午
星と風のカフェ(下連雀3-8-13)
当日会場へ
加藤 ☎49-6444

「みとか街かど自立センター」ギャラリーセール
4月16日、6月18日、7月16日の水曜日午後0時30分～2時
同センター(上連雀4-1-8)
当日会場へ(物品提供(衣類と新品の食器、タオルのみ)は各開催日の前日までの平日午前9時～午後5時に受付)
同センター ☎48-0648

ザックパランに話そう会(お一人暮らしの方大歓迎)
21世紀はあなたが主役
4月16日、5月21日、6月18日、7月16日の水曜日午後1時30分～4時30分
女性交流室(下連雀3-30-12中央通りタウンプラザ)
¥1回500円
モリ ☎090-8625-2063(初回のみ申込)

【おさがりランド】おかわり!と音のおはなし会
(社)こひつじ会 こひつじ国際共育センター
4月20日(日)午前10時30分～午後3時
同センター(北野3-1-3)
当日会場へ
藤重 ☎26-9034

ふるしき市
三鷹市ボランティア連絡協議会
①4月26日、②5月24日、いずれも土曜日午前10時～午後0時30分(雨天中止)
市民センター議場棟下
¥500円(1区画分)
4月7日(月)から、②5月7日(火)から同協議会 ☎76-1271(先着制)

太宰治の足跡案内
みとか観光ガイド協会
4月27日、5月25日、6月22日の日曜日午前9時50分集合(雨天決行)。三鷹駅南口デッキ

上、市民ガイドが持つのぼりが目印。コースは約2時間30分
当日集合場所へ
こやの ☎090-8302-2858

独学で中国語を身につける!夜の学習会(初級、中級)
独学クラブ
4月28日(月)午後7時30分～9時30分
8人
三鷹駅前地区公会堂
岡田 ☎070-8335-1963
dazhongweb@outlook.com(先着制)

初めてのヨガ&ウォーキングフットボール体験会
三鷹ウォーキングフットボールクラブ
4月29日(火)祝正午～午後3時
15人
SUBARU総合スポーツセンター ¥2,000円
必要事項(7面参照)を石川
m.football.club2023@gmail.com(先着制)
石川 ☎080-8156-5780

第14回「片づけの心理学」二度と散らからない家を目指す
大人の寺子屋・三鷹
4月30日(火)午後2時～3時45分
会場20人
みとかボランティアセンターまたはオンライン会議アプリ「Zoom」
4月25日(金)までに参加方法を池田
terakoya3new@gmail.com

サロンきっかけ「おしゃべり会」
活躍きっかけ隊
5月22日、6月26日、7月24日の木曜日午前10時～正午
三鷹市公会堂さんさん館 ¥1回100円
当日会場へ
小笠原 ☎42-0935

会員募集

水墨画交流会
毎週木曜日午後1時30分～3時30分
三鷹駅前コミュニティセンター ¥1回1,200円
岡田 ☎090-8489-5906

やさしい英会話トマト
毎月3回土曜日午後1時15分～3時15分

分 生涯学習センター ¥月額5,000円
シオツ ☎090-3102-7282

若葉グラウンドゴルフクラブ
毎月4回土・日曜日、祝日午前9時～11時
一または六小 ¥月額500円
岡田守陽(しゅずい) ☎090-1771-6147

REVEL(大人の女性のダンス・エクササイズ)
エクササイズ(健康体操・筋トレ)=毎週水曜日、ダンス(初心者・初級)=毎週水曜日、いずれも午前10時～10時50分、11時～11時50分
北野地区公会堂ほか
¥入会金1,000円、1回880円
岡田織田 ☎080-2880-3799
LINEアプリで同会公式アカウント@179pedinを友だちに追加

グローバル英語談話室
毎週水曜日午前10時～正午
オンライン会議アプリ「Zoom」
岡田林 ☎h.ta.kuchan@hotmail.co.jp

鷹の子ママの子育て会(子育て心理学研究会)
毎月第2・4水曜日午前10時～正午
市民協働センターほか
¥1回500円
岡田小林 ☎1000haru13@gmail.com

みゆきクラブ(中高年の体操教室)
毎週水曜日午後3時～4時30分
SUBARU総合スポーツセンター ¥入会金1,000円、月額2,500円
岡田岩下 ☎46-6775

三鷹子ども新体操
毎週水曜日午後5時～7時
小学生女子30人
井口コミュニティセンター ¥入会金1,000円、月額4,000円
岡田同会 ☎info.mitakashintaiso@gmail.com(先着制)