



©2001 スタジオジブリ

発行:三鷹市 編集:広報メディア課 〒181-8555 三鷹市野崎1-1-1

市役所電話(代表) ☎0422-45-1151 HP <https://www.city.mitaka.lg.jp/>

ますます
充実!

M 三鷹まるごと博物館



三鷹まるごと博物館とは、まち全体を博物館に見立てて、その土地に根差した事物の「エピソード」を伝えていく取り組みです。それは、文化財に指定されるようなものに加えて、皆さんの身近にある、ささやかだけれど豊かな歴史と文化の集合体です。この春からはデジタルマップが公開されるなど、展示内容もますます充実！ 進化する三鷹まるごと博物館を、どうぞお楽しみください。 関生涯学習課 ☎0422-29-9862



市長コラム

まち歩きを楽しむ



三鷹市長 河村 孝

どの季節でも、まち歩きは楽しいものです。特に、春はさまざまな花が一緒に咲き、木々も芽吹いて最高ですね(もっとも、私の場合は「花粉症」の心配を除けばですが)。

「三鷹まるごと博物館」は、そうしたまち歩きを一層楽しくする構想でもあります。例えば、大沢で江戸時代からワサビを栽培していた古民家や、200年以上前につくられた水車などの現地保存を思い浮かべると分かりやすいと思います。楽しく歩きながら、まちの歴史を学べると

同時に、心身の健康づくりにも役に立つというわけですね。同じ景色であっても、その由来を知っているだけで、見え方が違ってくることがあります。地域への理解が深まれば、まちへの愛着も湧き、歩くことがさらに楽しくなるはずですね。

この春、教育センター2階の「みたかえる」には、三鷹の歴史が視覚的に分かる小型のプロジェクションマッピングまで登場します(2面参照)。これからはいろいろな形でまち歩きを楽しめそうですね。

YouTubeで配信中



詳しくは2・3面をご覧ください

「三鷹まるごと博物館」のデジタルマップができました

令和3(2021)年の発行以来、同博物館の見どころをユニークでかわいい文化財のアイコンでお伝えしてきた「三鷹まるごと博物館マップ」。紙のマップに加えてこのたび、スマートフォンなどから手軽に見ていただける、デジタル版が完成しました。

デジタルマップでは、見どころの特徴や魅力などの解説を写真とともに見ることができます。イラストマップ上に現在位置が表示されるので、散策のお供にもぴったり！掲載情報は順次更新予定です。

デジタルマップの使い方

デジタルマップのサイトはこちら！



マップ画面から
知りたい場所や
ものを選んで
タップすると…



詳しい解説を
見ることが
できるよ！



紙のマップも販売中

文化遺産が満載の地図の裏には、12万年前からの年表や三鷹と関わり深い人々の紹介、三鷹の歳時記なども掲載しています。

販売価格 100円

販売場所 生涯学習課(第二庁舎2階)、相談・情報課(市役所2階)、みとか観光案内所、大沢の里水車経営農家、大沢の里古民家、刈谷珈琲店(新川3-16-27)、ニワコヤ(調布市)



三鷹まるごと博物館

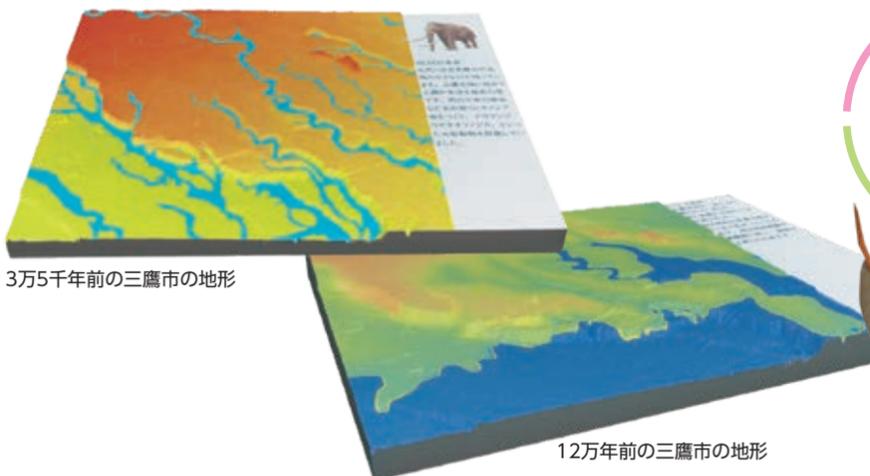
MITAKA MARUGOTO MUSEUM

12万年前～現在の三鷹が見えるプロジェクションマッピングを公開中



三鷹市周辺の地形模型に、12万年前～現代の三鷹の街並みの変遷が分かる映像を投影する「プロジェクションマッピング」を公開しています。旧石器時代の人類が市内のどの辺りにいたのか、どのように集落ができていったのかなど、解説を聞きながら見ることができます。今後は市内小・中学校への巡回展示も行う予定です。

日平日午前9時～午後5時、第1・3・5土曜日午前9時～午後4時30分(正午～午後1時を除く) **休**第2・4土曜日、日曜日、祝日 **所**三鷹歴史文化財展示室「みとかえる」(教育センター2階) **期**期間中会場へ



3万5千年前の三鷹市の地形

12万年前の三鷹市の地形

3Dで
解説するよ！

「三鷹まるごと博物館かるた」も好評販売中です

三鷹にちなんだ文化遺産やトピックを取り上げており、選定にはワークショップに参加した市民の皆さんにご協力いただきました。「三鷹弁」が使われていることもポイントです。三鷹の魅力が一目で分かり、三鷹に詳しくなれること間違いなし！



販売価格 1,000円

販売場所 相談・情報課、みたか観光案内所、大沢の里水車経営農家、大沢の里古民家、芸術文化センター、山本有三記念館

市民の皆さんと一緒に作っています！

「三鷹まるごと博物館マップ」は、この博物館活動に参加する市民の皆さんの交流会で出た意見を基に作成しました。また、デジタルマップの写真は、まちなかカメラマン(通称：まちカメ)の皆さんが撮影に協力しています。

大沢の里古民家と農具・古文書が都の有形民俗文化財に指定されました

大沢の里古民家は、明治35(1902)年に建てられた典型的な農家で、都民の基本的な生活文化の特色を示していることが貴重であると評価されました。

今回の都の有形民俗文化財の指定では、「大沢の山葵栽培農家」として、古民家一棟のほか、ワサビの栽培に使われた農具や栽培・出荷が記録された古文書なども含まれています。



『三鷹まるごと博物館条例(仮称)』の制定に向けて取り組みます

まち全体を「博物館」と見立てる「エコミュージアム*」の考え方のもと進めてきたこれまでの「三鷹まるごと博物館」の取り組みをさらに進めるため、同博物館を条例に位置付ける取り組みを行います。条例の制定により、市民の皆さんに地域への関心をより一層深めていただくとともに、三鷹固有の文化遺産を保存・活用し、未来へ継承していけるような事業展開を目指します。

※エコミュージアム：生態学(Ecology)と博物館(Museum)を組み合わせた言葉で、ある一定の地域の人々の生活や自然、文化・社会環境を史的に研究し、それらの遺産を保存・育成・展示する野外博物館のこと。

の見どころもご紹介します！



三鷹エコミュージアム研究『みいむ』Vol.7を刊行

『みいむ』は、これまでに三鷹で行われているエコミュージアムの活動や研究、市内の文化財に関する新しい情報など、地域のディープな話題が満載の情報誌です。年1回程度発行し、右記の施設で配布しています。

特集テーマはこちら！

●野川中流域の旧石器時代

野川中流域に多くある旧石器時代の遺跡から分かる、当時の人々の暮らしや行動範囲などを解説します。

●東の峯岸水車 西の高原水車

東日本を代表する動力水車である大沢の里水車経営農家「しんぐるま」と西日本を代表する高原水車を比較し、魅力をひもときます。

●右大將が来る！みたかの古文書を読む

次期将軍(右大將)が多摩を訪れた際の道のりを牟礼高橋家文書からたどり、江戸と多摩の関わりを明らかにします。



みいむ7号も三鷹をふかぼりだよ！

配布場所 生涯学習課、相談・情報課、生涯学習センター(元気創造プラザ4階)、市立図書館、コミュニティセンター、みたか観光案内所、みたかえる、市政窓口
※みたかe-bookポータルでもご覧いただけます。



令和7年度予算が成立しました



問財政課 ☎0422-29-9035

新年度の市の予算が、市議会で可決され成立しました。一般会計は894億5,373万9千円で、前年度予算と比較すると62億6,576万7千円(7.5%)の増です。

特別会計の予算額の合計は393億3,090万8千円で、前年度予算と比較すると、3億8,916万4千円(1.0%)の減です。

下水道事業会計(公営企業会計)の単年度収支は、収益的収支で1億5,221万円の純利益が見込まれ、資本的収支で6億4,408万9千円の不足が見込まれています。

①「令和7年度施政方針・予算概要」、②「令和7年度三鷹市一般会計・特別会計予算及び同説明書」は、市HPで公開しているほか、相談・情報課(市役所2階) ☎0422-44-6600で販売しています(①200円、②800円。相談・情報課、市立図書館などで閲覧可)。

組織改正のお知らせ



問企画経営課 ☎0422-29-9031

機能的で効率的な行政運営の推進を図るため、4月1日付で組織改正を行いました。

部	課	概要
【新設】 防災安全部 (元気創造プラザ5階)	防災課	・総務部の「防災課」を防災安全部に移管
	安全安心課	・総務部の「安全安心課」を防災安全部に移管 ・「安全安心係」を新設 ・都市再生部都市交通課の「交通安全係」を安全安心課に移管
スポーツと文化部	生涯学習課	・「生涯学習係」と「市史編さん担当」を新設
健康福祉部	障がい者支援課	・「障がい者医療・給付係」の名称を「障がい者給付係」に変更
	高齢者支援課	・「介護予防係」を新設
	生活福祉課	・「自立支援・相談係」の名称を「自立支援係」に変更
教育部	地域学校協働課	・臨時組織だった「教育政策推進室」を常設の組織とし、名称を「地域学校協働課」に変更 ・子ども政策部児童青少年課で所管していた「学童保育所と地域子どもクラブに係る事務」を地域学校協働課に移管

◆執務室を移転しました 都市交通課の執務室を市役所5階から3階に移転しました。

旧井口特設グラウンドへの病院誘致

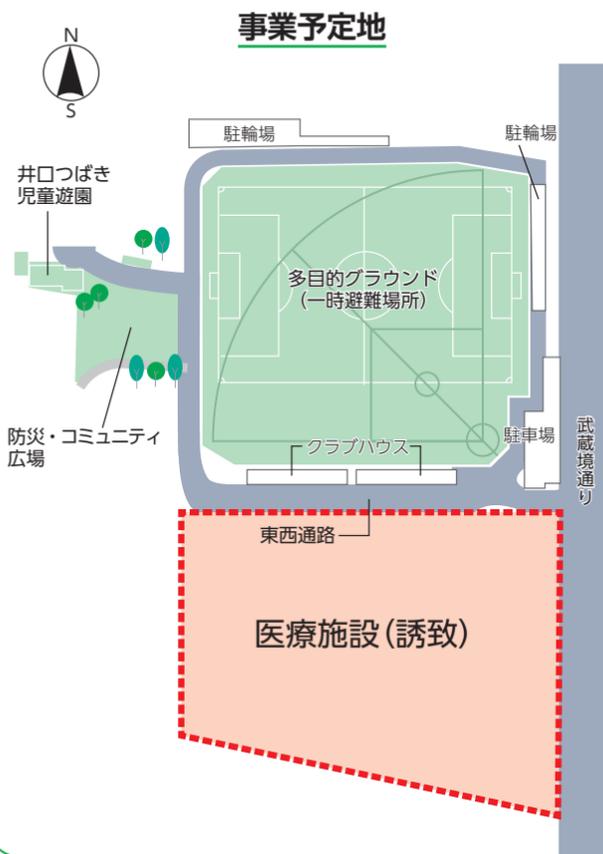


問まちづくり推進課 ☎0422-29-9702

市は、医療体制の充実強化を図るため、公募で選定した(医)永寿会(三鷹中央病院を運営)と病院誘致に関する協議を進め、新病院の開設や医療機能、用地の貸付などについて、基本協定を締結しました。

◆新病院の開設に向けた地域説明会を開催します

日4月19日(土)午前11時～正午 所井口コミュニティセンター 物室内履き 目当日会場へ



価格高騰重点支援給付金

問同給付金コールセンター ☎0422-29-9617(平日午前9時～午後5時)

給付金・還付金を装った詐欺にご注意ください



手続きが必要となる方は、申請期限までに手続きをしてください(下記参照)。

①令和6年度住民税非課税世帯への給付金

対象者 基準日(6年12月13日)に三鷹市に住民登録があり、世帯全員の6年度住民税均等割が非課税の世帯の世帯主



②6年度住民税均等割のみ課税世帯への給付金

対象者 基準日(6年12月13日)に三鷹市に住民登録があり、世帯全員が6年度住民税均等割のみ課税者(※)または均等割のみ課税者と非課税者で構成される世帯の世帯主

※定額減税前の6年度住民税所得割が非課税で均等割4,000円のみを納めている方。



※6年度住民税は、5年1月1日～12月31日の所得に基づき課税されます。

③①②の子育て世帯への加算分

①②の対象者のうち、平成18年4月2日～令和7年7月31日生まれの児童がいる世帯の世帯主

※6年12月14日～7年7月31日生まれの児童の加算分は、原則手続き不要です。

給付額(1回限り) ①②3万円 ③対象児童1人当たり2万円を加算

申請方法

◆5年度または6年度の同給付金(7万円・10万円)を三鷹市から受給した世帯

→手続き不要。支給のお知らせを送付しています。

◆給付要件の確認が必要な世帯

→確認書を送付しています(②の対象者には4月7日(月)に発送)。必要事項を記入し、同封の返信用封筒で期限までに返送してください。インターネット申請も可能です。申請方法は同封の「ご案内」でご確認ください。

	発送物	発送時期	給付時期	申請期限
① 6年度住民税非課税世帯への給付金	支給のお知らせ	2月7日	給付済み(2月27日)	手続き不要
	確認書	2月26日	3月13日以降順次	6月30日(月)(消印有効)
② 6年度住民税均等割のみ課税世帯への給付金	支給のお知らせ	3月28日	4月17日(木)(予定)	手続き不要
	確認書	4月7日	4月30日(木)以降順次(予定)	7月31日(木)(消印有効)
③ ①②の子育て世帯への加算分	①②と同封	①②と同時期	①②と同時期	

※確認書の場合は、不備のない確認書などを受理してからおおむね20～30日後に指定の口座に振り込みます。

※上記発送物が届かない世帯(転入者を含む世帯など)でも、受給対象となる場合があります。詳しくは市HPでご確認ください。



市の健康診査・各種検診の申し込みが始まります



健康推進課 ☎0422-24-8571

深刻な病気を未然に防ぐためには、健(検)診で自分の健康状態をチェックすることが大切です。対象年齢に達したら定期的を受診しましょう。詳細は、『健康ガイドみちか』または市HPでご確認ください。



◆令和7年度「健康ガイドみちか」を配布しています

市内の全世帯に配布しています。4月中旬までに届かない場合は、同課 ☎0422-24-7145へご連絡ください。

1	胃がん内視鏡検診	問診、胃内視鏡検査
2	胃がんX線検診	問診、バリウムを飲んでの胃部レントゲン撮影
3	子宮がん検診	視診、内診、検体採取細胞診
4	乳がん検診	問診、マンモグラフィ(X線検査)
5	乳房エコー検査	問診、エコー(超音波検査)
6	若年健康診査	16~39歳の方向けの基本的な健康診断
7	骨粗しょう症検診	骨密度測定(腕のX線検査)
8	眼科検診	血圧、視力、外眼部、眼圧、眼底、透光体の検査
9	結核検診	胸部X線検査
10	肺がん検診	問診、胸部X線検査、喀痰(かたん)細胞診
11	大腸がん検診	問診、便潜血反応検査(2日法)
12	前立腺がん検診	採血(PSA検査)
13	肝炎ウイルス検査(B・C型)	問診・採血

※1~9は健(検)診ごとに申込期限が異なりますので、ご注意ください。

特定健康診査・後期高齢者健康診査

対象者には、誕生月に応じて受診票を送付しています。左表10~13との同時受診も可能です。

☑5月1日(木)~8年2月28日(土)

Ⓐ特定健診=三鷹市国民健康保険加入者で8年3月31日(火)までに40~75歳に達する方、後期高齢者健診=後期高齢者医療制度加入者(いずれも4月1日から受診日までの継続加入者)

※有料老人ホームなどに入所(入居)の方は対象外となる場合があります。

Ⓔ市内協力医療機関(受診票に同封の一覧参照)へ

※4月2日以降に転入または三鷹市国民健康保険へ加入した方は同課 ☎0422-24-8571へご連絡ください。

※会社勤務の方やその扶養家族は、各自加入の健康保険組合などにお問い合わせください。

成人歯科健診

☑4月15日(火)~8年3月15日(日) **対象年齢を拡充しました**

Ⓐ8年3月31日までに20歳以上になる市民

※20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳になる方には受診票を送付します。

Ⓔ市内協力医療機関(市HP参照)

Ⓔ受診票=直接または電話で同課(元気創造プラザ2階) ☎0422-24-8571、または市HPへ、受診=受診票到着後に各医療機関へ

後期高齢者口腔機能検査

オーラルフレイルの検査が始まります



健康推進課 ☎0422-24-8571

かむ、飲み込む、話す、表情をつくるなどの口の機能の低下をオーラルフレイルといい、全身機能の低下に直結します。検査で自分の口の状態を知ること、早めに対策を取ることができます。

☑4月15日(火)~令和8年3月15日(日) Ⓐ75歳以上の市民 Ⓔ市内の協力歯科医院 Ⓔ直接または電話で同課 ☎0422-24-8571(元気創造プラザ2階)、または市HPへ

※令和8年3月31日までに満75・80歳になる方は、7月末ごろに受診票を送付するため、申し込みは不要です。



帯状疱疹定期予防接種

健康推進課 ☎0422-24-8050

今年度から定期接種(法定接種)になりました。帯状疱疹は、50歳以上に多く発症し、水ぶくれを伴う赤い発疹が帯状に広がる皮膚の疾患です。

☑令和8年3月31日(火)まで Ⓐ①8年3月31日までに65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方、

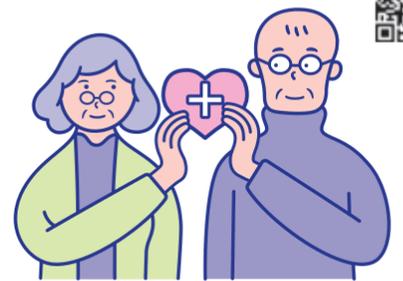
②100歳以上の方、③接種当日に60~64歳でヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいのある方

※①②の方へ4月下旬ごろにお知らせを送付します。お知らせが届く前でも接種は可能です。

Ⓔ市内協力医療機関(市HP参照)、武蔵野市協力医療機関(6月以降) Ⓔ生ワクチン(1回接種)4,500円、組み換えワクチン(2回接種)11,000円 Ⓔ本人確認書類 Ⓔ各医療機関へ

※生活保護・中国残留邦人等支援給付受給世帯の方は、事前に生活福祉課で保護証明書・支援受給証明書の交付を受け、医療機関に持参することにより、無料で接種できます。

※市内協力医療機関以外で接種する方は事前に同課 ☎0422-24-8050へご連絡ください。



高齢者肺炎球菌予防接種 一部費用を助成します



健康推進課 ☎0422-24-8050

肺炎球菌による肺炎は、成人の肺炎の25~40%を占め、高齢者は特に重篤化する恐れがあります。

☑令和8年3月31日(火)まで Ⓐ過去に同ワクチンを接種したことがない市民で、接種日当日に満65歳の方、または接種日当日60~64歳で、心臓、腎臓、呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障がいや、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある方 Ⓔ市内協力医療機関(市HP参照) Ⓔ5,000円(自己負担額。医療機関で支払い。生活保護、中国残留邦人等支援給付受給世帯の方は無料) Ⓔ本人確認書類(マイナンバーカードなど) Ⓔ各医療機関へ

※生活保護受給世帯の方は受給証明書、60~64歳の方は障害者手帳または診断書などをお持ちください。



お子さんの任意接種の費用を助成します



健康推進課 ☎0422-24-8050

下表の任意接種について、接種費用を助成しています。なお、小児のインフルエンザ予防接種費用の助成は秋ごろの実施を予定しています。

Ⓔ市内協力医療機関(市HP参照) Ⓔ①各医療機関へ、②③同課 ☎0422-24-8050または申し込みフォーム(QRコード)へ



種類	対象者	自己負担額	接種回数
①おたふくかぜ	1歳のお子さん(り患した方を除く)	3,000円	1回
②法定外MR(麻しん・風しん)	2~18歳で2回の定期接種を完了していない方(第2期の定期接種対象者は除く)	無料	接種していない回数(最大2回)
③HPV感染症(男性)	小学6年~高校1年生相当の男性	医療機関が定める接種費用と助成額(1回当たり上限17,000円)の差額	3回

未就園の2歳児を定期的に預かります

(多様な他者との関わりの機会の創出事業)



保護者の就労等の有無にかかわらず、幼稚園や保育所などを利用していない未就園の2歳児を定期的に預かる事業を開始します。利用料金や利用時間、申し込み方法などは園により異なります。各園にお問い合わせのうえ、直接お申し込みください。

■園 春清学苑幼稚園 ☎0422-44-0031、三鷹杉の子幼稚園 ☎0422-44-6463、三鷹双葉幼稚園 ☎0422-31-0260、三鷹みずほ幼稚園 ☎0422-31-3508、三鷹若葉幼稚園 ☎0422-45-2511、明星台幼稚園 ☎0422-43-7642、明泉幼稚園 ☎0422-43-4814へ

ベビーシッター利用支援事業 (一時預かり利用支援)



園子ども家庭支援センターのびのびひろば ☎0422-76-6817

都の補助事業を活用し、ベビーシッター利用料の一部を助成します。

- 対象者 親子共に市民で、一時的に保育を必要とする方
- 対象児童 0～9歳に達する年度の末日までのお子さん
- 対象期間 4月1日～令和8年3月31日(火)
- 上限時間 児童1人当たり144時間(未就学の多胎児の場合は288時間)
- 上限額 午前7時～午後10時＝1時間当たり2,500円、午後10時～翌午前7時＝1時間当たり3,500円



■申請期限と交付時期(予定)

利用期間	申請期限(必着)	交付時期(予定)
4～6月分	7月31日(木)	8月下旬
7～9月分	10月31日(金)	11月下旬
10～12月分	8年1月30日(金)	8年2月下旬
令和8年1～3月分	8年4月20日(月)	8年5月下旬

1～3月利用分の申請期限は4月18日(金)です！

■4月18日(金)(必着)までに申請書類(市印)で入手)を直接または郵送で「〒181-0013下連雀3-30-12中央通りタウンプラザ3階のびのびひろば」へ

三鷹市ゼロエネルギータウン奨励事業



園環境政策課 ☎0422-29-9612

三鷹市環境基金を活用し、エネルギーの収支をゼロにすることを旨とした住宅や建物を新たに設置する市民・事業者に対し、奨励金を交付します。

- 対象者
 - ①三鷹市まちづくり条例に定める開発事業者
 - ②①に満たない小規模建売分譲住宅建設事業者
 - ③市内で戸建て新築住宅を建設する個人
 - 必須条件(いずれかを満たすこと)
 - ZEH(ネット・ゼロ・エネルギー・ハウス)などの住宅性能評価を受けていること
 - 東京ゼロエミ住宅(東京都事業)で一定の水準を満たしていること
 - 選択条件設備
 - 太陽光発電設備、蓄電池、高効率給湯設備、駐車場の緑化、公園・緑地等面積の増加など
- ※選択条件設備を導入することで奨励金が加算・積算されます。

産後ケア「ゆりかごプラス」



園子ども家庭課 ☎0422-46-3254

産後の心身のことや授乳、育児の相談やサポートが受けられます。施設での実施のほか、アウトリーチ(訪問)型のサービスもあります。

施設や種類によって赤ちゃんの対象月齢、料金などが異なります。また、世帯の課税状況に応じて、利用料の減免があります。

内容

お母さんと赤ちゃんの健康状態の確認や育児相談、授乳・沐浴指導、休息 ※外出のための預かりはできません。

利用方法

保健師・助産師などによる事前面接が必要です。

■市内の1歳の誕生日を迎えるまでのお子さんと母親(医療行為が必要な方や市外に転居された方は利用できません)

■妊娠8カ月以降に申し込みフォーム(QRコード)へ



◆里帰り先での産後ケア

詳しくは同課 ☎0422-46-3254へお問い合わせください。利用前に三鷹市での事前面接が必要です。

■申請期間 出産日から1年3カ月以内

■電話連絡のうえ、総合保健センター ☎0422-46-3254(元気創造プラザ2階)へ

新エネルギー設備・省エネルギー設備設置助成金



園環境政策課 ☎0422-29-9612

三鷹市環境基金を活用し、地域温暖化対策を推進するため、市民の皆さんが既築の建物へ設置する下記の設備に対して、設置費の一部を助成します。

	対象設備	助成金額
新エネルギー設備	①太陽光発電設備、②風力発電設備、③蓄電池(①が設置されている場合に限る)	①②設備の最大出力量に対し、1kW当たり1万円(上限10万円)、③5万円
太陽熱利用システム	①強制循環式ソーラーシステム、②自然循環式太陽熱温水器	①5万円、②2万円
高効率給湯器	自然冷媒ヒートポンプ給湯器	2万円
省エネルギー設備	①高断熱窓、②高断熱玄関ドア(②のみは不可)	①②材料費・設備費・工事費の合計費用(税込み)の1/10(上限25万円)

※設置後12カ月を経過したもの、中古品、転売目的は助成対象外。

※審査のうえ交付を決定し、予算の範囲内で助成します。

市民の皆さんが環境のために取り組む活動へ助成します



園環境政策課 ☎0422-29-9612

対象事業

構成人員の過半数が市民で、市内に活動拠点のある非営利団体が、令和8年3月31日までに実施する次の事業

公害・地球温暖化防止、緑化推進/自然環境の保護/環境に関するセミナーや講座、資料作成、調査・研究

助成金額

事業経費の2分の1(1団体1事業、上限10万円)

■8年1月15日(木)までに申請書と必要書類を同課(第二庁舎2階)へ(事業実施後でも申請可)

※審査のうえ交付を決定し、予算の範囲内で助成します。

※同事業は、皆さんからの寄付金を積み立てた「三鷹市環境基金」を活用しています。

INFORMATION

情報ひろば

※市外局番「0422」は省略。



お知らせ

山本有三記念館
長期休館のお知らせ



施設の改修工事実施に伴い、長期休館します。有三記念公園は一部利用できない期間があります(詳細は決まり次第お知らせします)。

☎5月12日(月)～令和8年4月下旬(予定)
☎芸術文化センター ☎47-9100 (休館中の連絡先)

施設予約システムによる
コミュニティセンター
予約受け付け開始



井の頭・連雀コミュニティセンターで施設予約システムによる予約受け付けを開始しました。他のコミュニティセンターも6月から開始予定です。利用には、各センターごとの団体登録が必要です。

☎コミュニティ創生課 ☎29-9611

4月は
「若年層の性暴力被害予防月間」

同意のない性的な行為は性暴力です。一人で悩まず、ご相談ください。

◆市の相談窓口

●女性相談支援員

☎45-1151 (内線2754)

●子ども家庭支援センターりぼん

☎40-5925

●こころの相談室 ☎44-6600

●総合保健センター ☎46-3254

☎企画経営課 ☎29-9032

「さくらねこ
無料不妊手術事業」を
実施しています



市では、(公財)どうぶつ基金が実施する同事業の活動に参加し、飼い主のいない猫の不妊手術費用を全額負担する無料チケットを、年数回に分けて配布しています。チケットは、市が指定した協力病院で利用できます。

◆第1回受付期間 4月23日(水)まで

☎環境政策課 ☎29-9612

男女平等参画を考える
啓発誌『Shall we?』80号を
発行しました



今号のテーマは「10代から考えたい自分のカラダ、自分の未来」。市内公共

施設、郵便局などで配布しているほか、みとかe-bookポータル(QRコード)でも閲覧できます。

☎企画経営課 ☎29-9032

『包括施設管理委託の
導入に向けた実施方針』を
策定しました



公共施設の日常的な維持管理を一元化する「包括施設管理委託」(令和8年度開始予定)について、導入目的や業務範囲など、事業の枠組みを示すための方針を3月に策定しました。

☎公共施設課 ☎29-9813

都議会議員選挙の
立候補予定者説明会

立候補届出関係書類の交付と作成などの説明会を開催します。

☎5月9日(金)午後2時から

☎三鷹市選挙区の立候補予定者

☎三鷹市公会堂さんさん館4階

☎当日会場へ

☎選挙管理委員会事務局 ☎29-9794

税金

令和7年度の
軽自動車税(種別割)の
税率について



4月1日現在登録の原動機付自転車や二輪車、小型特殊自動車、三輪車、四輪以上の軽自動車の税率は、市HPをご覧ください。5月上旬に送付予定の納税通知書でご確認ください。

☎市民税課 ☎29-9193

子育て・教育

催しなどでQR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。

就学援助費の申請を
受け付け中



市内在住で国公立の小・中学校(特別支援学校を除く)に在学、入学するお子さんがいて、経済的に困りの家庭に、学用品費などを援助します。

☎申し込みフォーム(QRコード)へ

※令和6年度就学援助費(新入学準備金)の認定を受けている場合でも、改めて7年度分の申請が必要です。

☎学務課 ☎29-9814

◆第50回衆議院議員総選挙に係る
総務大臣表彰

吉野崇成さん(三鷹市選挙管理委員会委員長)

「大臣表彰」受賞
おめでとうございます

☎市長室 ☎0422-45-1151
(内線2011)

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)

星と森と絵本の家
ジュニアボランティア
スタッフ募集



☎小学5年～中学3年生

☎4月13日(日)までに必要事項(上記参照)・学校名・学年・参加動機を同施設 ☎ehonnoie@city.mitaka.lg.jp、または申し込みフォーム(QRコード)へ ☎同施設 ☎39-3401

※4月20日(日)午前10時～正午に説明会を行います。

むらさき子どもひろばの
催し(4月)



◆乳幼児のあそびひろば

☎①げんきっ子ランド=月曜日午前9時～午後0時30分(14日(月)を除く)、②みんなであそぼ!=火～金曜日午前11時～11時30分(15・22日の火曜日、23日(水)を除く)

◆乳幼児対象のイベント

☎①手形アートスタンプ=14・15日午前11時～11時30分、②Mamaカフェ=22日午前10時30分～11時30分、③ベビーマッサージ=23日午前10時～10時30分、④スペシャルバスデー=24日(木)・25日(金)午前11時～11時30分、⑤ホバークラフトを作ろう!=26日(土)午前10時30分～11時30分

☎①④0歳～就学前のお子さん、②0歳のお子さんと母親6組、③0歳のお子さんと保護者6組、⑤3歳～就学前のお子さんと保護者10組

◆小学生対象のイベント

☎①卓球の日=月・木曜日午後3時30分～4時30分(21日(月)を除く)、②スポーツの日=18日(金)午後4時～4時30分、③一輪車教室=21・25日午後3時40分～4時30分、④モール工作にチャレンジ!=26日午後2時30分～3時30分

☎③各12人、④10人

☎同ひろば ☎49-5500

星と森と絵本の家催し



◆街頭紙芝居

☎4月12日(土)午前10時30分から、11時30分から

◆森のおはなし「春の森のピンゴ」

☎4月12日午後1時30分から

◆ICU留学生のおはなし会

☎4月13日(日)午前10時30分から

◆絵本リレー

☎4月16日(水)午後3時30分から

◆おやじの絵本よみかかせ

☎4月19日(土)午前10時30分から

◆幼児クラブ 春の森のたんけん隊

☎4月24日～6月19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(令和4年10月以前生まれ)のお子さんと保護者15組(下の子同伴可)

☎同施設 ☎39-3401

リサイクルde防災工作・
段ボールトイレを作ってみよう!

☎4月19日(土)午前10時～正午

☎親子5組

☎リサイクル市民工房

☎☎4月9日(水)午前10時から同施設 ☎34-3196へ(先着制。☎月・火・金曜日)

わん!だふる読書体験



自分で選んだ本を読書犬に読み聞かせてみませんか。

☎4月19日(土)午後1時30分～3時15分

☎犬アレルギーのない市内の小学生8人

☎三鷹図書館(本館)

☎同館 ☎43-9151

一日プレイパーク



☎4月20日(日)午前10時～午後3時(雨天中止)

☎農業公園

☎当日会場へ

☎緑と公園課 ☎29-9789

すくすくひろばの催し



◆はじめてのすくすくひろば見学会

☎4月21日(月)午前10時30分から(30分程度)

☎初めて同ひろばを利用する令和3年4月2日以降生まれのお子さんと保護者(出産前の方、第2子以上の方も受講可)

◆4カ月までの赤ちゃんあつまれ

☎4月24日(木)午前10時15分～11時30分、午後1時45分～3時

☎市内在住の初めて受講する6年11月以降に生まれたお子さんと母親各回8組

◆ウェルカムパパ講座

☎5月10日(土)午前10時30分～正午

☎市内在住のおおむね8カ月ぐらいまでのお子さんと父親8組(これから父親になる方、第2子以上の方も受講可)

☎同ひろば ☎45-7710

ベビーマッサージ講座



☎4月23日(水)午前10時～11時30分

☎2～6カ月ごろのお子さんと母親12組

☎東多世代交流センター

☎同センター ☎46-0408

子ども向け人形劇 「いっすんぼうし」



日 4月27日(日)午前10時～11時
人 3歳～小学生のお子さん20人(保護者1人まで同伴可)
所 三鷹図書館(本館)
問 東部図書館 ☎49-3851

おやこでよってチョコっと あっぷるーむ(5月)



目 NPO法人みとか市民協働ネットワーク
日 ①テコンドーで産後の体型戻し=1日(木)、②産前・産後の骨盤ケア=8日(木)、③子育てと働き方のバランス講座(未来マップ編)=12日(月)、④乳幼児食を楽しく大切にしてお話会=15日(木)、⑤ハーブでこころとからだケア(睡眠編)=19日(月)、⑥いつでもどこでもベビーマッサージ=22日(木)、⑦簡単スクラップブック(A4フレーム編)=26日(月)、⑧はじめてのベビーヨガ=29日(木)、いずれも午前10時30分～正午
人 ①首据わり～3歳までのお子さんと母親、②③3歳までのお子さんと母親、妊婦、④妊婦～3歳までのお子さんの保護者、⑤3歳までのお子さんと保護者、⑥2～11カ月のお子さんと保護者、⑦3歳までのお子さんと保護者、妊婦、⑧2カ月～ハイハイ前のお子さんと母親
問 市民協働センター ☎46-0048

小学生向けScratch プログラミング教室(5月)



目 所 三鷹市シルバー人材センター
日 月4回・火曜日(オンラインは日時要相談)
問 同センター ☎48-6721

小学生デイキャンプ



日 5月18日(日)、6月1日(日)午前10時～午後3時(雨天中止)
人 市内の小学2～4年生各日60人
所 野川公園少年キャンプ場
問 東多世代交流センター ☎44-2150、西多世代交流センター ☎31-6039

自分のための 子育て講座

保育



乳幼児～小学校低学年のお子さんの心理やその対応について、事例を交えながら学びます。
日 6月10日～7月8日の毎週火曜日午前10時～正午(全5回)
人 在学・在勤を含む16歳以上の市民25人、保育(1歳～未就学児)20人
所 生涯学習センター
申 問 5月6日(火・休)午後5時までに電話で同センター ☎49-2521、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)
※保育希望者は、6月3日(火)午前10時～正午の説明会に必ずお子さん同伴で参加してください。

健康

休日・夜間・緊急時の診療はこちらへ→



三鷹市休日・夜間 診療所・薬局では、急病者の初期治療や応急処置などを行っています。開設日時や電話番号など、詳しくは市HPをご覧ください。

新緑謡曲・仕舞大会(解説付き)

目 三鷹市能楽会
日 4月12日(土)午後0時30分～4時30分
所 生涯学習センター
申 当日会場へ
問 同会 ☎090-9399-1654

地域ケアネットワーク主催のサロン(4月)

日 ①連雀サロン=15日(火)、②しんなかサロン=24日(木)、③よってらっしやい・にしみたか=28日(月)、いずれも午後1時30分～3時(②は3時30分まで)

所 各コミュニティセンター(①連雀、②新川中原、③井口)

申 当日会場へ
問 地域福祉課 ☎29-9235

①三鷹産の夏野菜苗物市、 ②市内農家による夏野菜作り相談会

日 4月16日(水)～5月31日(土)①午前9時～午後5時、②午前9時～午後3時
所 JA東京むさし三鷹緑化センター(農業公園内)
申 期間中会場へ
問 同センター ☎48-7482

おとな絵本ラウンジ 「ふわふわの絵本」



日 5月11日(日)午後2時～4時
人 15人
所 三鷹ネットワーク大学
¥200円(菓子代)
申 4月13日(日)～5月10日(土)午後5時に同ラウンジHPへ(先着制)
問 星と森と絵本の家 ☎39-3401

三鷹連雀読書クラブ 読書会『雪の花』



目 連雀地区住民協議会
日 5月14・28日の水曜日午後7時～8時30分(全2回)
人 在学・在勤を含む市民10人
所 連雀コミュニティセンター
物 吉村昭『雪の花』
申 問 4月7日(月)～5月7日(水)に同センター ☎45-5100、または申し込みフォーム(QRコード)へ(先着制)

講座

初心者向け本の探し方講座

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。
日 4月15日(火)午前10時30分～11時30分
所 三鷹図書館(本館)
物 図書館利用カード
申 問 4月8日(火)～13日(日)に直接または電話で同館 ☎43-9151へ

夏野菜の苗物植付講習会

日 4月19日(土)午後1時30分から(雨天時は4月20日(日)に延期)
所 農業公園
申 当日会場へ
問 JA東京むさし三鷹緑化センター ☎48-7482
※自家用車で来場はご遠慮ください。

みとか起業塾 特定創業セミナー



日 4月21日、5月12日～6月2日の月曜日午後3時～4時30分
人 起業後5年未満の方、起業を考えている方20人
所 三鷹産業プラザ
調 三鷹経営コンサルタント協会の山本竜哉さん、小林大輔さん、種市智香子さん、多摩信用金庫価値創造事業部の皆さん
申 株まちづくり三鷹HPへ(先着制)
問 同社 ☎40-9669

自転車安全講習会



受講者には「自転車安全運転証」を交付し、定期利用駐輪場の優先権が与えられます。
日 ①4月26日(土)午前10時から、②5月25日(日)午前10時から、③7月18日(金)午後7時から、④10月25日(土)午前10時から、⑤12月17日(水)午後7時から、⑥令和8年3月7日(土)午前10時から(いずれも1時間30分程度)
人 中学生以上の方、各回50人(お子さんの同伴可)
所 三鷹産業プラザ
物 受付票、写真付きの自転車安全運転証を希望する方は写真、再受講者は自転車安全運転証
申 ①4月18日(金)まで、②5月2日(金)～16日(金)、③6月27日(金)～7月11日(金)、④10月3日(金)～17日(金)、⑤11月26日(水)～12月10日(水)、⑥8年2月13日(金)～27日(金)(いずれも必着)に申込書(市HPで入手)を直接または郵送、ファクス、電子メールで「〒181-0004新川6-37-1安全安心課」(元気創造プラザ5階)・Fax 45-1117・✉ anzen@city.mitaka.lg.jpへ(先着制)
問 同課 ☎45-1116

栄養料理教室 「たんぱく質豊富な食事」



口当たりのよいミートローフほか。
日 5月10日(土)午前10時30分～午後1時
人 在学・在勤を含む市民16人
所 牟礼コミュニティセンター
¥500円
物 エプロン、三角巾、ハンドタオル、布巾
申 4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

楽しく学ぶ!実践型 整理収納講座

保育



日 5月16日～6月20日の毎週金曜日午前10時～正午(全6回)

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

◆土俵を使ってロコモ予防体操!(60歳以上)
日 6月25日までの毎週水曜日午前10時～11時30分(4月30日を除く)
問 三鷹市相撲連盟 ☎080-3727-4015・✉ mitakashi-sumorenmei@gmail.com

◆土俵でフィットネス!(20歳以上)

日 6月27日までの毎週金曜日午後1時～2時30分(5月2日を除く)
問 同連盟 ☎070-4206-5257・✉ mitakashisumorenmei@gmail.com

水泳 50歳以上の初心者講習会○

日 5月7～28日の毎週水曜日午前9時～11時(全4回)
問 三鷹市水泳連盟 ☎090-8514-7849(夜間のみ)・✉ wabisabi-chakai@triton.ocn.ne.jp

弓道 初心者講習会(高校生以上)

日 5月10日～7月5日の毎週土曜日午後3時15分～5時15分(5月17日を除く全8回)
問 三鷹市弓道連盟HP

バドミントン 団体リーグ戦(高校生以上)

日 5月11・18日の日曜日午前9時～午後6時
問 三鷹市バドミントン協会 ✉ badmitaka@gmail.com

卓球 男子オープン大会

日 6月7日(土)午前9時～午後9時
問 三鷹市卓球連盟 ✉ info@mitakattl.jp

所 大沢総合グラウンド

テニス 団体戦(中学生以上)

日 4月6日、5月11日、6月1日～7月6日の日曜日午前7時～午後5時(全8回) 問 三鷹市テニス協会HP

三鷹市スポーツ協会と各連盟等の共催事業=○

25人、保育(1歳~未就学児)15人
 所西多世代交流センター
 申 4月6日(日)~20日(日)に直接または電話で同センター☎32-8765、または市HPへ(申込多数の場合は抽選。結果は4月25日(金)までに通知)
 ※保育希望者は、5月9日(金)のオリエンテーションに必ず参加してください。

スポーツボランティア支援事業「普通救命講習会」

①5月18日(日)、②6月26日(木)、いずれも午前9時30分~午後0時30分
 在学・在勤を含む16歳以上の市民で、スポーツボランティアに興味のある方各回25人
 所生涯学習センター
 講三鷹消防署の皆さん
 物動きやすい服装(スカートは不可)
 申 ①4月23日(水)まで、②5月1日(木)~28日(水)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)
 問 SUBARU 総合スポーツセンター☎45-1113

三鷹「まち活」塾 第8期 一好きなコトできるコト やりたいコト× まちのデザイン

NPO 法人みとか市民協働ネットワーク、三鷹ネットワーク大学
 日 5月31日、6月7・21日、7月5・19日、8月2・16・30日、9月6・20日の土曜日午後1時~5時(全10回、通し受講のみ)
 地域で活動を始めたい方など25人、保育(1歳~未就学児)5人
 所同大学ほか
 料 一般5,000円、学生2,500円
 申 4月8日(火)午前9時30分~5月24日(土)午後9時に申込書を直接または郵送、ファクス、HPで「〒181-0013 下連雀3-24-3 三鷹駅前協同ビル3階 三鷹ネットワーク大学」・☎40-0313へ。保育希望者は5月8日(木)までに同大学へ(いずれも事前アンケートによる

選考あり)
 所 NPO 法人みとか市民協働ネットワーク☎46-0048(講座内容について)、同大学☎40-0313(申し込みについて)

子どもと絵本ボランティア講座

読み聞かせの実技、わらべうた・パネルシアターなどの活用を学び、おはなし会を企画・実習します。
 日 6~11月の金曜日午前10時15分~午後0時15分(全9回。別途自主練習や実習などを実施予定)
 20人、保育(1歳以上)8人
 所連雀コミュニティセンター
 申 4月9日(水)午前10時から必要事項(7面参照)、保育希望者はお子さんの氏名・生年月日を星と森と絵本の家☐ehonnoie@city.mitaka.lg.jp、または申し込みフォーム(QRコード)へ(先着制)
 問同施設☎39-3401
 ※保育希望者は、5月30日(金)午前10時15分からオリエンテーションを実施。

募集

「家庭系ごみ指定収集袋」の広告

市内全域で日常的に使用され、多くの方の目に触れる有効な広告媒体です。ごみ袋に広告を申し込むと、市HPにも5カ月間無料でバナー広告を掲載できます。
 ◆**広告料** 本体=15万円~30万円、外袋=1万5千円~3万6千円(ごみ袋のサイズによって異なる)
 ◆**募集枠** 各袋1枠(複数枠の申し込み可)
 ◆**掲載開始時期** 10月以降
 申 4月7日(月)~5月2日(金)(必着)に申込書(市HPまたは同課<第二庁舎2階>で入手)を直接または郵送で「〒181-8555 ごみ対策課」へ
 問同課☎29-9613

男女平等参画啓発誌『Shall we?』作成業務事業者

プロポーザル方式により選定します。
 ◆**募集要項配布・参加表明受付** 4月16日(水)まで
 問企画経営課☎29-9032

『三鷹市障がい者(児)計画』策定支援業務事業者

プロポーザル方式により選定します。
 ◆**公募期間** 4月11日(金)~24日(木)
 問障がい者支援課☎29-9232

『三鷹市高齢者計画・第十期介護保険事業計画』策定支援業務事業者

プロポーザル方式により選定します。
 ◆**公募期間** 4月11日(金)~28日(月)
 問介護保険課☎29-9274

介護サービス事業者

認知症高齢者グループホーム1カ所(認知症対応型共同生活介護)を整備する事業者を公募により選定します。
 ◆**公募期間** 4月30日(水)まで
 問介護保険課☎29-8095

三鷹ネットワーク大学「民学産公」協働研究事業参加団体

地域産業の活性化や新規事業創出に向けた実証実験、先行的モデル事業

などを支援します。
 ◆**応募資格** 同大学の正会員および賛助会員(新規入会可)
 ◆**募集期間** 5月8日(木)まで
 ◆**支援経費**
 Aコース=上限額50万円(協働研究事業経費総額の2分の1以内)、Bコース=上限額15万円(支援対象経費の全額)
 申 申請書(同大学HPで入手)と必要書類を同大学へ
 ※書類選考、プレゼンテーション審査により決定します。
 問同大学☎40-0313・HP

都内商店街での店舗開業助成金

申請要件など、詳しくは(公財)東京都中小企業振興公社HPでご確認ください(審査のうえ交付を決定)。
 申 問同公社☎03-3251-7926(午前9時~午後5時。正午~午後1時を除く)・☐wakatejosei_shotengai@tokyokosha.or.jpへ

求人

詳細は、右記QRコードからHPをご覧ください。

国勢調査員
 ◆**任用期間** 9月上旬~10月下旬
 問企画経営課☎29-9033

天文・科学情報スペース企画展
それぞれの宙を見上げて

問同施設☎0422-26-9951

第5回「星空フォトコンテスト2024—それぞれの宙を見上げて」(株)ビクセン主催の入賞作品を展示します。
 日 4月18日(金)~6月15日(日)午前11時~午後6時30分(※月・火曜日、祝日)
 申 期間中会場へ

グランプリ「いつかまたここで」
 撮影：大谷泰智

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 問同財団☎0422-47-5122・HP https://mitaka-sportsandculture.or.jp/

桃月庵白酒 三遊亭兼好 二人会 保育

芸術文化センター 星のホール 6月14日(土) 昼の部午後2時/夜の部6時開演
 チケット発売日(全席指定)

会員=4月20日(日) 一般=4月23日(水)
 各回会員=2,700円 一般=3,000円
 高校生以下=1,000円
 ※保育は昼の部のみ。昼の部と夜の部が、同じ演目になるか違う演目になるかは未定です。
 ますますさえ渡る実力派の2人が今年も三鷹で競演です。脂の乗り切った両師匠の高座を、どうぞお楽しみください。

桃月庵白酒/撮影：橘蓮二
 三遊亭兼好

柳家さん喬 独演会 保育

芸術文化センター 星のホール 6月28日(土) 午後2時開演
 チケット発売中(全席指定)

会員=4月20日(日) 一般=4月23日(水)
 会員=2,700円 一般=3,000円
 高校生以下=1,000円

柔らかく、そして力強い、まさに柳のごとくしなやかな語り口。円熟の話芸を、たっぷりりと味わってください。

柳家さん喬/撮影：山田雅子

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
 ※発売初日は電話とインターネット受付のみで、窓口販売はありません。
 (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、公演当日に身分証明書をお持ちください。

友の会「マークル」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

※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。

学校図書館司書
(会計年度任用職員)

◆採用日 応相談
◆申込期限 4月11日(金)(必着)
☎総務課☎29-9811

NPO法人
三鷹ネットワーク大学推進機構
臨時職員

◆採用日 6月1日
◆申込期限 5月13日(火)
☎同大学☎40-0313

(株)まちづくり三鷹 社員

◆職種 ①産業支援業務(契約社員)、
まちづくり支援業務(②正社員・③契
約社員)、④西部市政窓口業務(臨時社
員)
◆採用日 ①③5月1日、②6月1日、
④随時
◆申込期限 ①②③4月15日(水)
☎同社☎40-9669

(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看
護師、④社会福祉士、⑤理学療法士ま
たは作業療法士(①～⑤正職員)、⑥
保育職、⑦調理員、⑧用務員、⑨夜勤
専従介護職、⑩理学療法士または作
業療法士(⑥～⑩パートタイマー)、⑪
訪問介護員(登録職員)
◆採用日 ①6月以降、②～⑪随時
☎同事業団☎44-5211

国立研究開発法人
海上・港湾・航空技術研究所
海上技術安全研究所
非常勤職員

◆職種 研究秘書(技術系)
◆採用日 随時
☎同研究所☎41-3066

相談

人権・身の上相談

いじめや児童虐待、家庭内の問題、
差別、嫌がらせなどの人権問題、心配
ごとについて人権擁護委員が相談に応
じます。

☎毎月第3水曜日午後1時30分～4
時30分(受付は3時30分まで)

☎在学・在勤を含む市民
☎相談・情報課(市役所2階)
☎当日会場へ
☎企画経営課☎29-9032

しごとの相談窓口

就職や再就職などの個別相談会。

☎4月9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

ジャクサ
JAXA調布航空宇宙センターの一般公開

☎同センター☎aero-pr@jaxa.jp



施設公開・研究紹介や同センター開所70周年記念企画、体験イベントをお
楽しみください。

☎宇宙航空研究開発機構(JAXA)

☎4月20日(日)午前10時～午後4時(入場は3時30分まで)

☎所第1会場(調布市深大寺東町7-44-1)、第2会場(大沢6-13-1)

☎当日会場へ

※自家用車での来場はご遠慮ください。当日は第1・2会場間で連絡バス(無
料)を運行します。

川上郷 自然の村

〒384-1406 長野県南佐久郡川上村大字原591番地362
☎0267-97-3206 ☎0267-97-3207



JRをご利用の方は、最寄り駅(信濃川上駅)まで車で送迎します。
宿泊申し込みの際にご予約ください。

◆山菜採り体験

当日宿泊する方には、夕食時に山菜料理を提供します。

☎5月10日(土)午後2時～4時 ☎20人(最少催行人数10人) ☎同施設周辺の森林

☎¥大人3,500円、小学生2,500円、幼児(3歳以上)1,000円

☎物山歩きのできる靴・服装(長袖シャツ・ズボン)、雨具・防寒着、手袋(軍手)

☎4月26日(土)までに同施設☎0267-97-3206へ(先着制)

※宿泊料金は別途かかります。

※三鷹市役所発着のバスは運行しませんので、ご注意ください。

◆宿泊のお申し込みは簡単です!

宿泊希望日の3日前までに、自然の村へ電話(午前8時30分～午後7時30分)
またはファクス、インターネットでお申し込みください。7月分の団体(15人
以上)の優先申し込みは、4月15日(火)から受け付けます。

◇宿泊料金 大人3,700円から、小学生2,500円から(1泊2食付き)

※4月1日(火)～28日(月)は割引料金、7月21日(月・祝)～9月10日(水)は繁忙期料金
の適用あり(大人200円・小学生100円の割引・加算)。



シニアNews



■東京都シルバーパス新規購入のご案内

都内民営バスや都営交通などで利用できる「東京都シルバーパス」を、
満70歳の誕生月の初日(1日が誕生日の方は前月の初日)から購入できます
(有効期限は令和7年9月30日)。

☎人¥①7年度住民税が非課税、または6年中の合計所得金額が135万円以
下の方=1,000円、②①以外の方=10,255円 ☎物本人確認書類(マイナン
バーカードなど)、①は所得金額などを確認できる書類(7年度介護保険料
納入通知書兼介護保険料決定通知書、7年度住民税課税(非課税)証明書、
生活保護受給証明書(生活扶助の記載があるもの)のいずれか。7年度の介
護保険料などが決定するまでは6年度の書類で代用可) ☎申必要書類と代
金を最寄りの小田急バスの営業所または案内所へ ☎☎(-社)東京バス協会☎
03-5308-6950(平日午前9時～午後5時)

■三鷹駅周辺・シニアのまるごと相談サロン「誰かとでかけたくな
る体をつくろう! 体験・駅前筋肉体操・春バージョン」

☎4月10日(水)午後2時～3時30分(受付は1時45分から) ☎人35人 ☎所三鷹駅
前コミュニティセンター ☎申当日会場へ(先着制) ☎☎三鷹駅周辺地域包括支
援センター☎0422-76-4500

■山中老い支度

講話「転んで動けないー第1回緊急通報システム」と軽体操

☎4月15日(火)午前10時～11時30分 ☎所山中地区公会堂 ☎講三鷹市社会福
祉事業団の皆さん ☎物室内履き ☎申当日会場へ ☎☎連雀地域包括支援セン
ター☎0422-40-2635

■おひとりさまのおしゃべり会&個別相談会

☎毎月第3金曜日午後1時～3時(祝日を除
く) ☎所連雀コミュニティセンター ☎申
当日会場へ ☎☎連雀地域包括支援セン
ター☎0422-40-2635



■SOMPO暮らしの保健室

貧血に関する講話と生活・医療・介護に関する相談。

☎4月18日(金)午後2時～3時 ☎所そんぼの家三鷹新川(新川5-6-
30) ☎講つばさクリニックの山田一成さん ☎申当日会場へ ☎☎
新川中原地域包括支援センター☎0422-40-7204

■①西むらさき学苑、②東むらさき学苑、
③むらさき学苑



☎①②5月13日～令和8年3月3日、③5月13日～
8年3月10日、いずれも毎週火曜日午前10時～正午(①全25回、
②隔週開催、全17回、③全30回。夏期・冬期休みあり) ☎人
在学・在勤を含む60歳以上の市民①50人、②44人、③126人
☎所①西多世代交流センター、②東多世代交流センター、③生涯
学習センター ☎☎4月14日(月)午後5時までに直接または電話
で①西多世代交流センター☎0422-32-8765、②東多世代交
流センター☎0422-46-0408、③生涯学習センター(元気創造
プラザ4階)☎0422-49-2521、または①②申し込みフォーム
(QRコード)、③同プラザ講座申込システムへ(いずれも申込多
数の場合は抽選。①～③の重複受講は不可)

シルバー人材センター入会説明会 ☎4月15日(火)午前10時～正午 ☎☎同センター☎0422-48-6721へ



〒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
4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、4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)
各20人、10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(日)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 paran 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 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
4月26日、5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、5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)

4月から

家庭で不用となった 園芸用土を回収します



☎ごみ対策課 ☎0422-29-9613

家庭菜園やガーデニングなどで使用された園芸用土は、一般ごみとして処分することができず、公園などに不法投棄されると生態系へ悪影響を与えます。行き場のない使用済み園芸用土を回収・再生し、イベントでの無料配布や植栽客土として活用することで、土のリサイクルと緑化の推進を図ります。

📅毎月第2土曜日午前10時～正午 🧑市民(1日に1世帯10ℓ程度) 📍リサイクル市民工房(深大寺2-16-13)、新川暫定広場(新川1-6-1) 🧤ふるい用の軍手 📍当日会場へ



◆持ち込み時の注意事項

- 土は袋に入れてください(袋はお持ち帰りください)。
- 持ち込まれた土は、ご自身でふるいにかけていただきます。土以外の異物(鉢・プランター、鉢底石・ネット、砂、泥、肥料、植物の葉・枝・根っこなどは回収できません)。
- 事業者が持ち込んだ土は回収できません。
- 駐車場に限りがありますので、自転車や公共交通機関をご利用ください。

◆回収した土はリサイクルして無料配布します

加熱滅菌などを行い、再生処理をした後、配布する予定です。配布場所などは決まり次第「広報みたか」などでお知らせします。

三鷹市地域にぎわい事業

地域の活性化に



「みたポ」を活用する団体を募集中!

☎企画経営課 ☎0422-29-9034

みたか地域ポイント(愛称:みたポ)は、ボランティア活動や地域活動の促進、地域のにぎわい創出を目的として、三鷹市が独自に発行する地域ポイント(地域通貨)です。町会・自治会やPTA、地域のボランティア団体などが、地域貢献や地域の活性化のために行う活動に対して、「みたポ」を付与します。

📌対象となる活動 事業実施に伴う打ち合わせや準備作業、当日運営など ※打ち合わせのみの申請は不可。

📌付与ポイント 1団体につき最大50,000ポイント

📌地域の課題解決や地域住民の交流づくりに取り組む団体など 📅5月9日(金)までに申請書類(市HPで入手)を直接または郵送、電子メールで「〒181-8555企画経営課(市役所3階)・✉mitapo@city.mitaka.lg.jpへ



※ポイントの付与に当たっては、書類審査などを行います。

大沢の里古民家体験学習



年中行事フィギュア制作 ワークショップ

☎生涯学習課 ☎0422-29-9862

同施設での、年中行事の展示に使うフィギュアや食玩を制作する人材を養成する講座です。1日目に成形し、2日目は本物さながらに着色していきます。

📅4月26日、5月17日の土曜日午前10時～午後3時30分(全2回) 🧑両日参加できる方8人 📍教育センター 📍フィギュア制作者の田村典雄さん 🧢汚れてもよい服装、昼食 📅4月7日(月)午前9時から必要事項(7面参照)を同課 ☎0422-29-9862・✉shogai@city.mitaka.lg.jpへ(先着制)



三鷹キウイワイン2025



第2弾 白ワイン&ロゼを販売中



☎生活経済課 ☎0422-29-9615

第2弾は、1番人気の「白ワイン」と季節限定の「ロゼ」。「三鷹のキウイ甘酒」や「三鷹のキウイ酒」も好評販売中です。

📍販売店 三鷹市内酒販店8店舗
JA東京むさし三鷹緑化センター

📍価格(容量) 2,200円(720ml)

📍アルコール度数 9%

📍販売本数 白ワイン 1,000本 ロゼ 800本



生涯学習センターの講座

☎同センター ☎0422-49-2521



①市民大学総合コース(市民が企画・運営するゼミナール形式) 保育

●コミュニティコース「未来につながるまちづくり-みたかの環境・教育などをコミュニティから考える」

📍武蔵野大学教授の白井信雄さんほか

●哲学コース「『こんにちは!哲学』一緒に扉を開きましょう」

📍東京大学大学院教授の納富信留さんほか

●未来経済コース「希望の持てる社会保障と未来の経済」

📍慶応義塾大学教授の権文善一さんほか

📅5月16日～令和8年3月6日の金曜日午前10時～正午(全30回) 🧑在学・在勤を含む16歳以上の市民各コース28人、保育(1歳～未就学児)20人

●アートコース「アートを愉しむ!! -魅(み)力、多(た)様性、可(か)能性」

📍武蔵野美術大学教授の新見隆さんほか

●戦後80年コース「『戦後80年』を考える -民主主義と憲法は根付いたか」

📍法政大学教授の山口二郎さんほか

📅5月17日～8年3月7日の土曜日午前10時～正午(全30回) 🧑在学・在勤を含む16歳以上の市民各コース28人、保育(1歳～未就学児)10人

📍①4月14日(月)午後5時までに直接または電話で同センター(元気創造プラザ4階)へ、②4月28日(水) (いずれも必着)までに往復はがきで必要事項(7面参照)。③は市民講師として活動したいことも記載を「〒181-0004新川16-37-1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(申込多数の場合は抽選(②は初級受講者優先))

※①の保育希望者は、5月9日(金)午前10時～正午の説明会に必ずお子さん同伴で参加してください。

便利な
デジタルツール



公式サイト

三鷹市ホームページ



LINE

三鷹市LINE公式アカウント



X

@mitaka_tokyo



YouTube

三鷹市公式動画チャンネル



Instagram

@mitaka_tokyo