



©2001  
スタジオジブリ



# 市民の 安全を守る！！

私たちの生活に欠かせない「道路」。すべての人が安全安心に道路を利用できるようにするには、日ごろの安全対策が非常に重要です。今号では、市が行っている道路環境を維持するための取り組みをご紹介します。

道路管理課 ☎0422-29-9705

市長コラム

### 都市の維持管理の 大切さ



三鷹市長 河村 孝

先日、他県で劣化した下水道管を起因とする道路の陥没が発生し、通行中のトラックが穴に落下する事故が報じられました。このニュースを受け、「三鷹市の下水道管は大丈夫?」と心配する声が寄せられました。三鷹市は、昭和48(1973)年に全国に先駆けて下水道の普及率100%を達成し、その後も路面を含めた調査と改修などを計画的に進めてきました。さらに今回の事故を受けて、三鷹市が管理する「市道」は

もちろん、東京都が管理する「都道」でも道路と下水道管の緊急調査を行っています(2面参照)。

今後は、新しい建物や道路の建設・整備だけでなく、既存の施設や設備の適切な「維持管理」が重要な時代となります。三鷹市では道路や下水道の予防保全に加え『新都市再生ビジョン』を策定し、公共施設の改修・修繕を計画的に進めています。また、民間企業の力を借りて効率的に管理する体制づくりも始めています。

YouTubeで配信中



# 道路の安全を守っています



道路の不具合や損傷にどのように対応しているのでしょうか。  
通報から補修までの流れをご紹介します。

## ①電話で情報をキャッチ

道路の不具合や損傷を見つけた方から通報を受けました。場所や状況などを確認します。

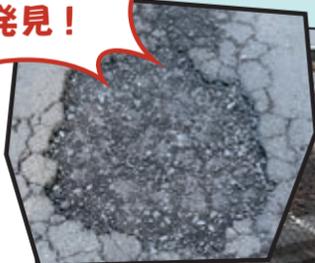


## ②専用車両で出動

緊急を要すると判断。必要な機材を積んだトラックで出動します。



大きな穴を発見!



## ③現場の確認、作業

けが人が出る前に早急に対応します。作業中は通行者などに支障が出ないように配慮します。



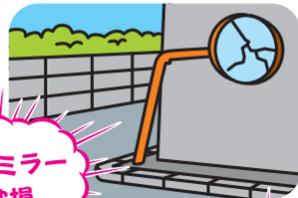
補修作業完了!



こんな不具合・損傷を見つけたら、LINEで情報をお寄せください。



カーブミラーの破損



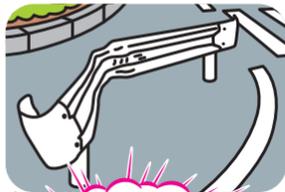
街路灯がつかない



ガードレールの落書き



ガードレールの損傷



緊急性の高いものは、  
道路管理課 ☎0422-29-9705  
へお電話ください!

## 道路に関するお知らせ

### 道路に「段差解消ブロック」を置かないでください

段差解消ブロックを置くと、通行や道路排水に支障を来します。道路に私有物を置かないようお願いします。



### 道路で遊ぶのはやめましょう

ボール遊びやスケートボードなどは、車両・歩行者との接触事故のリスクが高く危険です。また、車両通行の妨げや騒音、住民の所有物を損傷させてしまうなどの、近隣トラブルにも発展しかねません。利用可能なグラウンドや公園などでマナーを守って楽しみましょう。

## 道路の路面下実態調査、 下水道管等の緊急点検 を実施しました



下記調査・緊急点検は、1月に埼玉県八潮市で発生した道路の陥没事故を受けて実施したものです。



### 路面下実態調査

下水道管等が埋没されている路線などを対象に調査を行った結果、直ちに危険な箇所は見つかりませんでした。なお、井の頭4丁目の道路で見つかった軽微な空洞1カ所について、下水道管等の破損に起因するものではありませんでしたが、緊急的に補修などを行いました。そのほか、緊急度の低い補修箇所などについても、順次対応をしていきます。

### 下水道管等の緊急点検

管径2m以上の下水道管等約5kmについて、地上部の舗装状況やマンホール内から目視可能な範囲の管渠(かんきょ)の内面状況、堆積物・汚水の流下状況の目視確認を実施した結果、陥没の恐れのある破損はありませんでした。

## 『第5次三鷹市基本計画』に関連する個別計画が確定しました



企画経営課 ☎0422-29-9031

『三鷹市基本構想』『第5次三鷹市基本計画』の策定を踏まえ、各施策を計画的に推進していくための実施計画である23の個別計画が確定しました。

### ご協力ありがとうございました

昨年12月から今年1月にかけて実施したパブリックコメントでは、たくさんのご意見をいただきました(下表参照)。各個別計画の全文や、いただいた意見、市の考え方、計画への反映の方向性については、市HPや相談・情報課(市役所2階)、市政窓口、市民協働センター、コミュニティセンターなどでご覧いただけます。

計画名	人数・件数
都市経営アクションプラン2027	2人から13件
男女平等参画のための三鷹市行動計画2027 —多様性が尊重される社会の実現に向けて	4人から12件
コミュニティ推進計画2027	2人から13件
環境基本計画2027	6人から43件
ごみ処理総合計画2027	5人から30件
産業振興計画2027	1人から6件
農業振興計画2027	3人から13件
生涯学習プラン2027	4人から12件
スポーツ推進計画2027	7人から8件
健康福祉総合計画2027	2人から7件
子ども総合計画	3人から22件
まちづくり拠点形成計画2027	5人から19件
土地利用総合計画2027	4人から8件
景観づくり計画	2人から3件
バリアフリーのまちづくり基本構想2027	—
公共施設等総合管理計画(改定)	1人から1件
下水道経営計画2027	1人から1件
緑と水の基本計画2027	11人から30件
交通総合計画2027	—
教育ビジョン2027	4人から14件
教育支援プラン2027	2人から3件
三鷹市立図書館の基本的運営方針	—
みたか子ども読書プラン2027	—

※「—」は意見なし。

## 『三鷹幼稚園跡地利活用基本プラン』を策定しました



企画三鷹駅前地区まちづくり推進本部事務局 ☎0422-70-4033

同プランでは、施設の利活用の方向性や概要、機能、配置イメージなど、市の考え方を取りまとめています。今後、同プランを基に、施設整備を進めていきます。

※全文は市HPや同事務局、相談・情報課(市役所2階)、市立図書館などで閲覧できます。

### ご協力ありがとうございました

同プランの策定に向けて、これまでの市の検討結果をまとめた案に対し、36人の方から92件のご意見をいただきました。いただいた主なご意見と市の考え方は、市HPでご覧いただけます。

## 家庭用生ごみ処理装置の購入費の一部を助成します



ごみ対策課 ☎0422-29-9613

処理した生ごみは、堆肥として園芸や家庭菜園に利用でき、臭いも抑えられます。ごみの減量・資源化にお役立てください。

市民・市内事業者で3,000円以上(消費税、付属品、送料を除く)のコンポスト容器または電気式生ごみ処理機などを購入し、市内に設置した方(助成は1基まで)  
※ディスポージャー、業務用生ごみ処理機は対象外です。

### 助成金額

購入金額の2分の1(上限20,000円、1,000円未満は切り捨て)

申請後1年以内に販売店発行の領収書(購入日・商品名・金額・購入者名の記載があるもの。通信販売などで購入の場合も領収書が必要)、メーカー発行の保証書(購入日・商品名の記載があるもの)、印鑑(ゴム印不可)、購入者本人の口座が分かるものを同課(第二庁舎2階)へ

※審査のうえ交付を決定し、予算の範囲内で助成します。

## (一社)ジョイフル・ウィングスからの寄付に感謝状を贈呈



4月3日、(一社)ジョイフル・ウィングス代表理事で、ウクライナの民族楽器・バンドゥーラ奏者のカテリーナさんが来庁し、市に446,691円の寄付をいただきました。この寄付は、2月19日に芸術文化センターで開催されたチャリティーコンサート「ウクライナの平和を願い」での収益によるものです。これを受け、河村市長から感謝状を贈呈しました。

いただいた寄付は、ウクライナから避難している方の支援に活用する予定です。

### カテリーナさんコメント

コンサートの開催に当たり、大変なこともありましたが、三鷹市をはじめ、多くの皆様のご協力のおかげで、無事に開催することができました。今後もバンドゥーラや歌などの音楽を通して、活動を続けていきたいです。



## 休日・夜間・緊急時の診療はこちらへ

健康推進課 ☎0422-24-7145

三鷹市休日・夜間診療所・薬局(新川6-35-28)

切り傷や骨折、やけどなどの外科的処置は行えません。



休日診療所 (内科・小児科)	☎0422-24-6540	日曜日、 祝日・ 年末年始	午前10時～11時45分、 午後1時～4時30分、 6時～9時30分
小児初期救急 平日準夜間診療所 (こども救急みたか)		平日	午後7時30分～10時30分 (受付は10時まで)
休日歯科 応急診療所 ※要電話	☎0422-46-3234	日曜日、 祝日・ 年末年始	午前10時～午後0時15分、 1時30分～4時
休日薬局	☎0422-49-7766		午前10時～午後4時30分、 6時～9時30分

※必ず健康保険証(マイナ保険証、資格確認書)などをお持ちください。

※混雑の際は、長時間お待ちになる場合や、電話がつかないことがあります。

### 急なけがや病気で対応に迷ったら(24時間)

◆東京消防庁救急相談センター

☎#7119(プッシュ回線短縮ダイヤル) ☎042-521-2323(多摩地区)

### そのほかの医療機関案内(24時間)

◆東京都医療機関案内サービス(ひまわり) ☎03-5272-0303

### 市内救急指定病院

◆杏林大学医学部付属病院(新川6-20-2) ☎0422-47-5511

◆野村病院(下連雀8-3-6) ☎0422-47-4848

◆三鷹中央病院(上連雀5-23-10) ☎0422-44-6161

## 『三鷹市市税条例』の一部を改正



固定資産税 = 資産税課 ☎0422-29-9199

軽自動車税 = 市民税課 ☎0422-29-9193

地方税法等の改正に伴い、同条例の一部を改正しました。主な改正内容は以下の通りです。

### 固定資産税

●税額の減額措置における申告の見直し

長寿命化のための大規模工事を行ったマンションに関わる固定資産税額の減額について、マンションの管理組合の管理者等から必要書類などの提出があり、要件に該当すると認められる場合は、区分所有者から申告書の提出がなくても減額措置を適用します。

### 軽自動車税

●種別割の車両区分の見直し

総排気量が125cc以下かつ最高出力が4.0キロワット以下に制御された二輪の原動機付自転車の税率を2,000円とします。

●身体障がい者等に対する種別割の減免申請に関する規定整備

道路交通法の一部改正(マイナンバーカードと運転免許証および運転経歴証明書)の一体化に伴い、軽自動車等の運転者を確認する方法として免許情報記録個人番号カード(マイナ免許証)でも申請ができるように規定します。

※特定免許情報の提示(免許情報記録の写しなど)等が必要となります。

## 妊婦のための支援給付金 (ゆりかごギフト・すこやかギフト)



☎子ども家庭課 ☎0422-46-3254

ゆりかご面接を受けた妊婦の方や新生児訪問を受けた方へ給付します。出産準備や育児にお役立てください。  
※ほかの自治体で同給付金を受給された方は対象外です。



### 対象と給付額

申請(届出)日時点で三鷹市に住民票があることが給付要件です。

### ゆりかごギフト

令和7年4月1日以降にゆりかご面接(妊婦面接)を受けた妊婦=5万円

### すこやかギフト

7年4月1日以降に2回目のゆりかご面接を受けた妊婦、または4月1日以降に出生届を提出し、新生児訪問を受けた方やお子さん1人当たり5万円

### 申請方法

ゆりかご面接(初回・2回目)や新生児訪問時にご案内します。詳しくは市HPでご確認ください。



## 物価高騰に直面している 介護・障がい福祉サービス事業所 などを支援します



☎介護保険課(市役所1階11番窓口) ☎0422-29-8095  
☎障がい者支援課(市役所1階16番窓口) ☎0422-29-9232

市内事業所の経営悪化を防ぎ、サービス利用者が安心して介護・障がい福祉サービスを受けられる環境を維持するため、市内で事業所などを運営している法人に支援給付金を交付します(食事を提供している事業所のみ対象)。給付額や要件など、詳しくは市HPでご確認ください。



### 給付対象

入所系サービス事業所、通所系サービス事業所

## みたかふれあい支援員 (認定ヘルパー)を募集しています



☎高齢者支援課 ☎0422-29-8388

訪問ヘルパーの資格がなくても、養成研修(下記)を受講して認定を受けると、みたかふれあい支援員として働くことができる取り組みを進めています。



### みたかふれあい支援員とは

高齢者の居宅で、自立支援を目的とした掃除や調理などの日常生活上の支援を行います(身体介護を除く)。市が指定する事業所と契約し、報酬は事業所の規定によります。

### みたかふれあい支援員養成研修

介護保険制度、市の高齢者福祉制度、認知症、加齢による心身の変化などの理解や家事支援実習などを学びます。受講者には、「みたか地域ポイント」100ポイントを差し上げます。

☎①Aコース=6月3日(火)・6日(金)・10日(火)・13日(金)午前10時~午後1時(全4回)、②Bコース=7月2・9日の水曜日午前9時30分~午後4時30分(全2回)、③Cコース=9月11・18日の木曜日午前9時30分~午後4時30分(全2回) 全回受講できる18歳以上の方各コース30人(高校生を除く) 所①福祉Laboどんぐり山、②市民協働センター、③三鷹市公会堂さんさん館 日①5月16日(金)、②6月6日(金)、③8月8日(金)までに必要事項(7面参照)を同課 ☎0422-29-8388・Fax 0422-48-2813、または市HPへ(申込多数の場合は抽選)

### 研修費の補助が受けられます

同支援員として一定時間従事した方が、介護職員初任者研修や介護福祉士実務者研修を修了した場合、市が研修費の一部を補助します。

## がん治療に伴うウィッグなどの 費用を一部助成します



☎健康推進課 ☎0422-24-7145

がんの治療に伴う外見(アピランス)の変化に対し、ウィッグ(かつら)などの購入やレンタルにかかる費用の一部を助成します。申請方法など、詳しくは市HPでご確認ください。



### 対象品目

ウィッグ、毛付き帽子、補整下着、人工乳房、弾性着衣

## ご注意ください! カラスの繁殖期です



☎環境政策課 ☎0422-29-9612(第二庁舎2階)

4~6月はカラスが樹木などに巣を作り、ひなや卵を守るために歩行者を威嚇・攻撃することがあります。また、繁殖のために餌になる生ごみなどを食べ散らかすことがあります。

### カラスの被害から身を守るために

- 樹木を適切に剪定(せんてい)し、巣づくりを防止する
- カラスが激しく鳴きながら飛び回る付近を避ける
- どうしても通らなければならないときは、帽子や傘で身を守る

※自宅の敷地内に巣がある場合は「カラス営巣中」など注意喚起の貼り紙をお願いします。

### カラスに散らかされないごみ出しにご協力を

- ごみ出しは収集日当日に行う
- 生ごみの水をしっかり切って臭いを抑える

### 巣を撤去したいときは

次の要件を満たす場合は市の撤去事業を利用できます。

- 巣が一戸建て住宅の敷地内にある
- 親鳥から攻撃や威嚇を受けている
- 土地の所有者から撤去について同意が得られている
- 被害者が同課へ所定の申込書(同課で入手)を提出する

## 介護事業者事業継続支援事業 補助金



☎介護保険課 ☎0422-29-8095

事業継続のため、業務改善や職場環境の向上に取り組む介護事業者(常時雇用する職員が19人以下の法人)に対し、経費の一部を補助します。対象経費や要件など、詳しくは市HPでご確認ください。

**補助額** 上限50万円(年額)

## 狂犬病予防注射のお知らせ



☎環境政策課 ☎0422-29-9612

生後90日を経過した犬は、狂犬病予防法により一生に1度の登録と毎年の狂犬病予防注射が義務付けられています。最寄りの動物病院で接種を受け、病院で発行される証明書を市民課(市役所1階)または市政窓口にて提示して「注射済票」の交付を受けてください。また、市では5月に集合注射を実施しています。

¥550円(手数料)、別途注射料金(動物病院により異なります)



桜井浜江記念市民ギャラリー

# 米谷清和の “ニューヨーク・メモ”展

岡三鷹市公会堂 ☎0422-29-9868

三鷹市在住の画家・米谷清和が、30年前にニューヨークで描いたスケッチ展を開催します。

📅5月6日(火・休)までの午前10時30分～午後5時30分(📅5月5日を除く月曜日) 同ギャラリー 期間中会場へ



《スケートボード-2》1995年 紙・水彩



《ブルックリン橋》1995年 紙・水彩

山本有三記念館

## おはなし会

子ども向け

所岡同記念館 ☎0422-42-6233

語り手は、おはなしグループ「おはなしあずきの会」の皆さん。

📅5月10日(土)午後2時～2時30分 小学1年生以下のお子さん(未就学児は保護者同伴)

📄保護者は300円(入館料)

📍当日会場へ



## 茶道体験教室「裏千家(立礼)」



所岡みたか井心亭 ☎0422-46-3922

椅子に座りテーブルでお茶をいただく立礼です。

📅6月22日(日)午前の部=午前11時～午後0時30分、午後の部=2時30分～4時 小学3年生以上の茶道未経験者各15人 三鷹市茶道連盟の皆さん 700円 白足袋または白い靴下 5月23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(7面参照)を「〒181-0013 下連雀2-10-48みたか井心亭」、または同イベントHP(QRコード)へ(申込は各部2人まで(同時申込は不可)。申込多数の場合は抽選)



第181回 太宰治作品朗読会

### 『たづねびと』ほか

所岡太宰治文学サロン ☎0422-26-9150

朗読は、俳優で朗読家の原きよさん(写真)。

📅5月16日(金)午後6時～6時50分 25人

📅4月28日(月)(必着)までに往復はがきで必要事項(7面参照)・参加者氏名(2人まで)を「〒181-0013下連雀3-16-14グランジャルダン三鷹1階太宰治文学サロン」へ(1人1通。申込多数の場合は抽選)



## NTT ジャパン ラグビー リーグワン2024-25

### 東京サントリーサンゴリアス ラグビー観戦チケット優待



岡スポーツ推進課 ☎0422-29-9863

三鷹市をホストエリアとする東京サントリーサンゴリアスが、リコーパルクラムズ東京と対戦します。この試合の特別優待券を、三鷹市民限定で販売します。

📅5月3日(土)祝午後1時キックオフ 在学・在勤を含む市民(中学生以下は保護者同伴) 味の素スタジアム(調布市) バックス指定席(南北)=2,000円(小学生～高校生は1,000円)、ゴール裏B自由席=1,000円 5月2日(金)までに同イベントHP(QRコード)へ(先着制)



東京サンゴリアスHG 三鷹市民優待

JAPAN RUGBY LEAGUE ONE 2024-25 NTT

第17節 5月3日 13:00 KO vs ブラックラムズ東京 @味の素スタジアム

## 作品募集

### アール・ブリュットみたか 2025



岡同事業事務局 ☎0422-47-9100

障がいや専門的な美術教育の有無にかかわらず、多様で自由な表現から創られた作品の展覧会を開催します(10月予定)。入選作品は三鷹市美術ギャラリーなどで展示します。

📍市・(公)三鷹市スポーツと文化財団 募集要項(市HPで入手)を確認のうえ、6月3日(火)～7月17日(木)に同事業HPへ



## 子どもふらっとプレイス

### こいのぼりをつくらう



所岡生涯学習センター ☎0422-49-2521

体験プログラムやカードゲームなどを用意して、市内の小・中学生を待っています。

📅4月30日(水)午後3時～5時 市内の小・中学生25人 自主グループ「もくもくぼっぼ」の皆さん 当日会場へ(先着制)



# 5月17日(土) 「花と緑の広場」春のイベント

所 同広場(牟礼1-11-26) 申 いずれも当日会場へ(小雨決行)  
 関 NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会 ☎0422-46-2081

## 草花チャリティーバザー

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円で販売します。収益は東日本大震災「桜ライン311」の活動へ寄付します。

🕒 午前9時30分～11時30分(苗の持ち込みは11時まで) 物 持ち帰り用袋

### 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。同じ種類の植物は20株まで。苗には名札を付けてください。



## 種まき参加者募集

小さいお子さんでも参加できるイベントです。ジニア・マリーゴールドの種をまきます。

🕒 午前10時～11時30分(受付は9時45分から。種がなくなり次第終了)

物 作業用手袋、帽子、長靴、汚れてもよい服装



撮影：まちなかカメラマン 白間摩理



## 農業を学ぼう！

### 三鷹市ふれあい援農ボランティア養成講座



関 JA東京むさし三鷹支店指導経済課 ☎0422-46-2152

コースは野菜、花き、果樹の三つで、各コース5人程度のグループで学びます。修了した方は援農ボランティアとして活動できます。

🕒 市、JA東京むさし、(公財)東京都農林水産振興財団 🕒 開講式=6月7日(土) 午前10時から、講座=6～12月(講義(3回)、市内の指導農家で実習(10回以上)) 🕒 年間を通してボランティアとして活動できる20歳以上の市民15人 申 5月12日(月)(必着)までに往復はがきで必要事項(7面参照)・希望コースを「〒181-0004新川6-35-26JA東京むさし三鷹支店」へ(申込多数の場合は抽選)

※ボランティア保険(保険料は市が負担)に加入していただきます。  
 ※希望者は農業祭(11月に開催予定)の見学ができます。



## 三鷹を花と緑でいっぱい！

### 花壇ボランティア養成講座



関 NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会 ☎0422-46-2081

公共花壇をプランニングし、維持管理するボランティアを養成する講座です。ガーデニングの知識と技術を楽しく学びます。講座修了後は、市内の花壇ボランティア活動に参加できます。

🕒 5月22日、6月19日、7月3日、9月25日、10月23日、11月6日・27日、12月18日、令和8年2月19日、3月5日の木曜日午前10時～午後3時(全10回)

🕒 全回参加できる方15人 所 北野ハピネスセンター、花と緑の広場(牟礼1-11-26) 関 園芸研究家の香山三紀さん 料 ¥2,000円(同協会会員は1,000円) 物 昼食 申 5月2日(金)(必着)までに往復はがきで必要事項(7面参照)、同協会会員は会員番号を「〒181-0012上連雀8-3-10 NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会」、または同協会HPへ(申込多数の場合は抽選)



## 大沢の里でこいのぼりが泳いでいます



関 緑と公園課 ☎0422-29-9789

今年も端午の節句を祝うこいのぼりが約40匹、春風を受けて元気よく泳いでいます。周辺の水田にはレンゲや菜の花が咲き始め、美しい田園風景を眺めることができます。

🕒 5月上旬まで 所 大沢の里(大沢2-17周辺)



## 第18回 神田川こいのぼり祭り

関 (株)まちづくり三鷹 ☎0422-40-9669

2006年から開催している同イベントでは、地域の子もたちがデザインした約700匹のこいのぼりが神田川の上を泳ぎます。

🕒 三鷹台駅周辺のまちづくりを考える会 🕒 4月20日(日)～5月10日(土)

所 同駅周辺の神田川(井の頭2-1周辺)



INFORMATION

情報ひろば

※市外局番「0422」は省略。



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)

Poki  
4コマまんが  
コンテスト  
2024



◆一般部門(優秀賞)  
久野 克彦さん  
「とってまカンタン♪」



※同コンテストHPで全応募作品を公開中。



品の配布や清掃活動を行うキャンペーンを実施します。

日 6月3日(火)午後5時～6時  
所 三鷹駅南口周辺、三鷹台駅前  
※三鷹駅のみ雨天決行。

◆**キャンペーンのボランティアを募集中**  
参加者には「みとか地域ポイント」を差し上げます。

日 5月9日(金)までに必要事項(上記参照)・学生の場合は学校名と学年をごみ対策課 ☎29-9613・Fax 47-5196・E gomi@city.mitaka.lg.jpへ  
問 同課 ☎29-9613

町会等自治組織助成金



世帯割額は1世帯当たり200円、均等割額は世帯数により8,000～17,000円を交付します。

人 町会・自治会、管理組合、商店会などの地域自治組織

日 6月30日(月)(消印有効)までに所定の申請書類(市HPで入手)を直接または郵送で「〒181-8555コミュニティ創生課」(第二庁舎2階)へ  
問 同課 ☎29-9611

ふじみ衛生組合で  
災害ごみを受け入れます

令和6年1月1日に発生した能登半島地震で被災した石川県珠洲市、輪島市を支援するため、6年度に引き続き、東京都からの依頼により災害ごみを受け入れます。

◆**種類** 可燃ごみ(木くずなど)

◆**搬入量** 約100トン(予定)

日 4月24日(木)～8年3月31日(火)

問 同組合 ☎042-482-5497

税金

休日納税相談窓口を開設します

日 4月19日(土)・20日(日)・26日(土)・27日(日)午前9時～午後4時30分

所 市税総合窓口(市役所2階)

※当日は窓口での納付や電話相談も受け付けます。確定申告や課税内容の問い合わせは受け付けていません。

※庁舎南側スロープの地下1階警備室前通用口からお入りください。

問 納税課 ☎29-9210

固定資産税・都市計画税の  
納税通知書を4月23日(水)に発送

課税明細書は、証明書の申請や令和7年分の所得税確定申告書作成の参考資料としても利用できます。なお、市では土地・家屋の共有者に対しても、税額を確認していただくための納税通知書を送付しています。

問 資産税課 ☎29-9197

固定資産税・都市計画税の減免

①国や市などが無償で借り受けまたは譲渡を受けた、②震災、風水害、火災などにより被害を受けた、③相続税のため物納した、④公共事業などで、国、地方公共団体または土地開発公社が売買で取得した固定資産(所有権移転登記および引き渡し完了)は、同税の減免が認められる場合があります(申請後に納期限が来るものが対象)。

日 6月2日(月)までに申請書と必要書類を市税総合窓口(市役所2階)へ

問 資産税課 ☎29-9197

土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

日 6月2日(月)までの午前8時30分～午後5時

人 市内に所在する土地・家屋の固定資産税の納税者

日 運転免許証、マイナンバーカードなどの本人確認書類(代理人の場合は納税者の委任状と代理人の本人確認書類)を市税総合窓口(市役所2階)へ

問 資産税課 ☎29-9197

国保・年金

国民年金の  
学生納付特例申請受付



国民年金保険料(月額17,510円)の学生納付特例申請を受け付けています。申請時点の2年1カ月前分までの未納期間についても申請できます。

日 基礎年金番号が分かるもの、本人確

認書類、在学期間が分かる学生証(コピー可)または在学証明書を、市民課(市役所1階3番窓口)または市政窓口へ

問 同課 ☎29-9190、武蔵野年金事務所 ☎56-1411

国保温泉センター割引利用券を配布

人 市の国民健康保険に加入している方

◆**利用施設** ①檜原温泉センター「数馬の湯」、②奥多摩温泉「もえぎの湯」、③秋川渓谷「瀬音の湯」、④生涯青春の湯「つるつる温泉」

◆**配布場所** 保険課(市役所1階9番窓口)、市政窓口

◆**割引後の利用料金** 大人=①730円、②③800円、④760円、小学生=①290円、②400円、③300円、④380円

※有効期限は令和8年3月31日(火)。

問 同課 ☎29-9215

子育て・教育

催しなどで日印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。

児童扶養手当・特別児童扶養手当の支給額が変わります

消費者物価指数の変動に伴い、児童扶養手当は5月支給分から、特別児童扶養手当は8月支給分から支給額が変わります。

問 子育て支援課 ☎29-9675

消費者相談窓口から 460

要注意！SNSによる消費者トラブルが増えています

問 消費者相談窓口 ☎0422-47-9042

**相談事例 1** SNSの広告を見て初回だけのお試しで美容液を注文した。2回目の商品が届いたので、販売店に問い合わせたところ、定期購入の申し込みになっていた。「3回購入した後でないと解約できない」と言われたが、支払いたくない。(40代・女性)

**相談事例 2** SNSの動画の途中で国内メーカーの小型家電の広告が入った。とても安かったので、その販売サイトにアクセスして購入した。商品を代引きで受け取ったが、開封すると広告とは全く違う品だったので、返金してほしい。(70代・男性)

アドバイス

SNSは便利な一方で、悪質な広告などによるトラブルも増加しています。トラブルに遭わないよう次の点にご注意ください。

- インターネット通販は、注文を完了する前に定期購入で申し込みをしないかなど、契約内容をよく確認しましょう。トラブルに備え、最終確認画面を保存しておくことも心掛けてください。
- 定価よりも大幅に値引きした金額を広告に出すサイトは、悪質サイトの可能性があります。申し込みの前に事業者の名称や住所、連絡先などをよく確認しましょう。
- 不安を感じる契約については、消費者相談窓口または消費者ホットライン ☎188にご相談ください。

お知らせ

戦没者等のご遺族の方へ  
「第十二回特別弔慰金」を支給します



戦没者等の遺族で、4月1日現在、受給権のある最先順位の方1人に同弔慰金を支給します。申請方法など、詳しくは市HPでご確認ください。

問 地域福祉課 ☎29-9231

5月30日は  
「ごみゼロの日」ごみの減量にご協力ください



ごみの減量を呼び掛けながら、啓発

星と森と絵本の家の催し



- ◆星のおはなし「星の死」
- 日 4月26日(土)午後2時から
- ◆むかしあそびの日「おはなしあそび」
- 日 5月3日(土・祝) 午後2時から
- 申いずれも当日会場へ
- 問同施設 ☎ 39-3401

あそびを楽しむ親子の会「ハイタッチ」



- 日 講座 = 5月8日(木)、8月28日(木)午前9時40分～11時40分、あそび = 5月16日(金)、6月13日(金)、7月15日(火)、8月1日(金)午前9時40分～10時45分
- 人 乳幼児期のお子さんと保護者
- 所 中央保育園
- 問 同園 ☎ 40-7540

西多世代交流センターの催し



- ◆ママと赤ちゃんの会
- 日 5月14日(水)・20日(火)・27日(火)午前10時～11時30分
- 人 全回参加できるおむね3～6カ月のお子さんと母親8組

◆父親講座「パパと一緒に自然体験!なんじゃもんじゃの森で遊ぼう」

- 日 5月31日(土)午前10時～正午
- 人 年中児～小学生2年生と父親15組
- 所 子ども林間研修広場「なんじゃもんじゃの森」(野崎2-13-5)
- 問 同センター ☎ 31-6039

ふたご・みつごの親の交流会 保育

- 日 5月30日(金)午前10時～11時30分
- 人 市内在住の双子・三つ子の保護者16人、保育(未就学児)18人
- 所 総合保健センター
- 問 同センター ☎ 46-3254へ(先着制)

長崎「親子記者」の参加者募集

- 親子で8月9日(土)の長崎市の平和祈念式典への参加や被爆者への取材を行い、新聞を発行します。
- 日 日本非核宣言自治体協議会
- 日 8月8日(金)～11日(月・祝)(3泊4日)
- 人 市内在住の小学4～6年生と保護者、全国から9組18人
- 日 5月12日(月)(必着)までに申込書(同協議会HPで入手)を「〒852-8117長崎市平野町7-8長崎市平和推進課内日本非核宣言自治体協議会事務局」へ

info@nucfreejapan.comへ(1組1通。申込多数の場合は抽選)  
 ※三鷹駅から長崎市までの往復交通費、宿泊代(朝食付)、旅行保険代は主催者が負担。  
 ※上記以外の食費、個人的な経費などは自己負担。  
 問 同協議会 ☎ 095-844-9923

東京都多摩地域 平和ネットワーク 多摩地域平和ユース生募集



平和の大切さを学び、発信する「多摩地域平和ユース生」を募集。多摩地域での研修や広島派遣、平和サミットでの政策提言などを行います。

- ◆広島研修期間 8月20日(水)～22日(金)(前後に多摩地域での研修あり)
- 人 市内在住の平成15年4月2日～22年4月1日生まれの方1人
- ¥ 15,000円(食費、施設見学費など。広島市内の交通費など別途負担あり)
- 日 5月16日(金)までに市HPへ
- 問 企画経営課 ☎ 29-9032

障がいのある方

令和7年度の特別障害者 手当などの手当額が変わりました



5月の定例支給期から振込金額が変わりますので、ご注意ください。詳しくは市HPでご確認ください。  
 問 障がい者支援課 ☎ 29-9234

ペアレント・メンター 相談会



お子さんの発達が気になる保護者の皆さんを対象に、発達障がい児(者)の子育てをしてきた親(ペアレント・メンター)が、お話を伺います。  
 日 ①個別相談会 = 5月15日(木)・28日(水)、6月12日(木)、7月10日(木)・30日(水)、8月7日(木)、9月11日(木)・24日(水)午前10時～10時50分、午前11時～11時50分、②グループ相談会(交流会) = 6月25日、8月27日の水曜日午前10時～正午  
 人 ②各回5人  
 所 三鷹市公会堂さんさん館  
 日 必要事項(7面参照)を(-社)発達障がいファミリーサポート Marble ☐ marble.soudan@gmail.comへ(先着制)  
 問 障がい者支援課 ☎ 29-8267

健康

こころの健康相談

精神科専門医による個別相談(家族のみの相談も可)。  
 日 5月1日(木)午前10時～正午(1人40分)  
 所 福祉センター  
 問 障がい者支援課 ☎ 29-9233へ

催し

星と森と絵本の家 回廊ギャラリーの展示作品が入れ替わります

新たな展示作品は『月のこよみレストラン』(作: 柚木万由子)です。  
 日 4月30日(水)～6月30日(月)  
 問 期間中会場へ  
 問 同施設 ☎ 39-3401



三鷹市茶道連盟 春季茶会

席主は表千家・長野宗弘さん(南座敷)、裏千家・小林宗由さん(立礼席)。  
 日 5月3日(土・祝) 午前9時45分～午後3時20分  
 人 15人  
 所 みたか井心亭  
 ¥ 2,000円(2席)  
 日 4月21日(月)～25日(金)午前9時～午後9時に同連盟 ☎ 090-2759-8746へ(先着制)

スポーツ

第42回 わんぱく相撲三鷹場所



小学4～6年生の優勝者は都大会に出場できます。  
 日 三鷹青年会議所  
 日 5月18日(日)午後0時30分から(午前11時30分開場)  
 人 市内および小金井市内の小学生  
 所 三鷹中央防災公園・元気創造プラザ  
 物着替え、タオル、靴袋  
 日 5月12日(月)までに申し込み専用サイト(QRコード)へ  
 問 同会議所事務局 ☐ mitakawanpa ku@gmail.com

キャッチアップ接種の経過措置は 令和8年3月31日(火)まで

HPV感染症予防接種



問 健康推進課 ☎ 0422-24-8050

キャッチアップ接種期間(4年4月1日～7年3月31日)に接種を開始した方が残りの回数分を接種完了できるよう経過措置が設けられています。

対象者

キャッチアップ接種期間中にHPV(ヒトパピローマウイルス)ワクチンを1回以上接種していて、接種が完了していない、平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの女性

◆お手元に予診票が見当たらない方へ

接種には、市が発行する専用の予診票が必要です。お手元にない方は、電話または申請フォーム(QRコード)から申請してください。申請から発送まで、1～2週間ほどお時間をいただく場合があります。詳しくは、市HPをご覧ください。

※上記対象者に該当されない方が接種を希望する場合は、接種費用の全額が自己負担になり、予診票は交付できません。

※三鷹市および近隣5市区(調布、武蔵野、小金井、杉並、世田谷)の協力医療機関以外で接種する場合は、事前に市に申請ください。また、三鷹市の基準額に基づいて接種費用の助成を行いますが、一部自己負担いただく場合もありますのでご了承ください。

健康コラム

大腸憩室について

問 三鷹市医師会 ☎ 0422-47-2155

大腸の壁が袋状になる状態を大腸憩室といいます。数ミリから大きいと数センチになることもあり、内視鏡で腸管内を観察するとくぼんで見え、注腸検査やCTでは膨らんで見えます。日本では左側、S状結腸に起こりやすいといわれていますが、近年右側結腸(上行結腸)にできる割合が増加しています。

内視鏡検査ではよく発見されますが、体に影響を及ぼすことはまれで、やや便通が悪くなることもあります。ただ、時に出血(憩室出血)や炎症(憩室炎)を起こすことがあります。通常出血は数日で治まることが多いのですが、大量出血し、輸血や内視鏡で止血しなければならぬこともあります。内視鏡

での止血が困難な場合、血管造影や手術になってしまうこともあります。また、炎症も抗生剤や点滴で良くなることが多いですが、炎症が強くなって穿孔(せんこう)を起こすこともあり、その場合も手術になることがあります。

先天的、または後天的な原因で腸管内圧が上昇することで形成されます。憩室は年齢とともに増えるといわれています。後天的な主な原因の一つには「食物繊維の摂取不足」がいわれられていますが、根本の原因は解明されておらず、炎症や出血の原因も分かっていないのが現状です。そのため予防も確かなものはなく、食事を注意し、便通を整えることなどが良いといわれていますが、完全に出血や炎症を予防することはできません。

症状のないうちに大腸の状態を調べておき、憩室が見つかり、下血が続く、または腹痛が強い場合には、早めに主治医に相談いただければと思います。

**親子ウォーキング&スポーツ教室**



クイズラリーを楽しみながら井の頭恩賜公園までウォーキング。三鷹のすてきなところを探します。  
 ※雨天時は親子体操を実施。  
 日 6月7日(土)午前9時30分～午後0時30分  
 人 4歳～小学生と保護者15組(最少催行組数6組)  
 所 SUBARU総合スポーツセンター  
 調 セントラルスポーツ(株)インストラクターの皆さん

¥1,000円、子ども500円  
 物 タオル、雨具  
 日 5月31日(土)までに参加費を同センターへ(先着制)  
 問 同センター ☎45-1113

**講座**

**パソコン・スマホ教室(4月)**



所 三鷹市シルバー人材センター  
 日 パソコン教室=月・水・金曜日、月4回または3カ月12回(Mac対応可。複数コースあり)、スマホ教室=木曜日

申 同センター ☎48-6721へ

**市民向け介護食調理実習**  
 一人おひとり、最後まで口からおいしく食事をするために



日 ①4月25日(金)、②5月27日(火)、③6月25日(水)、いずれも午前11時～午後1時  
 人 在学・在勤を含む市民および介護者各9人  
 所 福祉Laboどんぐり山(市役所からの送迎バスあり〈要予約〉)  
 物 エプロン、三角巾  
 申 ①4月23日(水)、②5月23日(金)、③6

月23日(月)までに同施設 ☎24-7350、または申し込みフォーム(QRコード)へ(先着制)  
 問 同施設 ☎24-7350

**夏野菜苗物中間管理講習会**

トマト・キュウリ・ナスなど。  
 日 5月10日(土)午後1時30分から(雨天中止)  
 所 農業公園  
 物 汚れてもよい服装  
 申 当日会場へ  
 問 JA東京むさし三鷹緑化センター ☎48-7482

**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**

**剣道**

**◆シニア講習会(60歳以上の有段者)**

日 5月2～30日の毎週金曜日午前10時～11時30分、7～28日の毎週水曜日午前9時20分～11時30分

**◆春季大会○**

日 5月5日(月・祝)午前9時50分～午後5時30分

**◆一般講習会(高校生以上)**

日 6月15・22日の日曜日午前9時30分～11時30分

**◆ジュニア教室(小・中学生)◎**

日 6月15・22日正午～午後3時

**◆指導者講習会(有段者)◎**

日 6月15日午後6時～8時30分

問 三鷹市剣道連盟 ☎090-3803-3638

**合気道 体験教室(10歳以上)**

日 5月3～31日の毎週土曜日午後3時15分～5時45分

問 三鷹市合気道連盟 ☎090-8045-5748(午前10時～午後8時)

**卓球**

**◆①教室(小学生以上)○**

日 5月10日(土)午前9時30分～11時30分

**◆②講習会**

日 5月10・17・24日の土曜日午後3時～6時、5月31日(土)正午～午後3時(初級)、3時～6時(中級)

問 三鷹市卓球連盟 ① ☎0422-71-7449、② ☎0422-43-3350

**少林寺拳法 初心者教室○**

日 5月10～31日の毎週土曜日午後4時～5時(5歳～小学生)、6時～7時(中学生以上)

問 三鷹市少林寺拳法連盟 ☐mitakachuodoin2@gmail.com

**サンボ ①初心者体験会・②経験者講習会**

日 5月10～31日の毎週土曜日①午後6時～7時(小学生以上)、②7時～9時(小学4年生以上)

問 三鷹市サンボ連盟 ☐mitaka.sambo@gmail.com

**所 大沢総合グラウンド**

**ソフトボール 春季ジュニア教室(小学生)◎**

日 5月17～31日の毎週土曜日午前9時～正午(初心者)、午後1時～4時30分(経験者)

問 三鷹市ソフトボール連盟 ☎070-3998-6321

**所 大沢総合グラウンドテニスコート**

**ソフトテニス 夏季団体戦大会○**

日 5月25日(日)午前8時30分～午後5時

問 三鷹市ソフトテニス連盟 ☎080-2191-4530

**所 コミュニティセンターほか**

**太極拳 初心者講習会(18歳以上)○**

日 ①5月7日(水)午後1時15分から、9日(金)午後1時から、28日(水)午後7時から、30日(金)午後7時から、31日(土)午後1時から、②5月13日(火)午後1時15分から、21日(水)午後1時30分から、③5月14日(水)午後3時15分から、④5月29日(木)午後1時20分から  
 問 三鷹市武術太極拳連盟 ☎090-2401-9483

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=○

**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/>



**劇団普通『秘密』 作・演出 石黒麻衣**

芸術文化センター 星のホール

5月30日(金)～6月8日(日) 全12公演

チケット発売中(全席自由(日時指定・整理番号付き))

会員=前売り3,000円・当日3,300円

一般=前売り3,500円・当日3,800円

U-22=前売り・当日とも2,500円

高校生以下=前売り・当日とも1,000円



『秘密』2022年4月/王子小劇場 撮影:福島健太

地方の何の変哲もない小さな家庭を舞台に、そこに生活する者の埋もれそうな小さな声を聞く。全編茨城弁で紡ぐ家族の物語。

	5/30(金)	31(土)	6/1(日)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)	8(日)
14:00		● 保育	●	休館日		●	●		●	●
18:30		★							●	
19:30	★				★	●		●		

★早期夜公演割引は、すべて300円引き

**リトルキャロル コンサート**

芸術文化センター 風のホール

7月5日(土) 午後2時開演

チケット発売中(全席指定)

会員=S席4,500円・A席3,600円

一般=S席5,000円・A席4,000円

O-70(70歳以上/A席限定)=3,600円

U-23(23歳以下/A席限定)=3,000円



リトルキャロル



麻衣 (歌・ナビゲーター)



中島 剛 (ピアノ)

音楽家の久石譲を父に持つ麻衣が音楽監督を務める女性コーラスグループ。『風のとおり道』(詩:宮崎駿 曲:久石譲)ほか演奏予定。

本公演の託児をご希望の方は2週間前までに申し込みフォーム(QRコード)へ。



**おチケット方法**

- 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)  
 ※O-70、U-22、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。

● 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。

友の会「マール」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。

### 草木染ワークショップ



ビワの葉を煮出して巾着袋を染めます。

日 5月11日(日)午前0時30分～4時(小学4年生以下は保護者同伴)

人 小学生以上の方15人

所 星と森と絵本の家

料 500円

物 厚手のゴム手袋、長靴、エプロン、汚れても良い服、持ち帰り用のビニール袋

申 4月20日(日)午前10時から必要事項(7面参照)・付き添いの人数を同施設  
☑ ehonnoie@city.mitaka.lg.jp、または申し込みフォーム(QRコード)へ(先着制)

同施設 ☎ 39-3401

### 起業・創業セミナー



「事業計画書の書き方を学ぶ—作成手順や留意点を確認しよう」

日 5月14日(水)午後6時30分～8時

人 起業を考えている方、これから事業を始める方20人

所 三鷹産業プラザ

講 行政書士の金子宣子さん

申 (株)まちづくり三鷹HPへ(先着制)

同社 ☎ 40-9669

### 東多世代交流センターの



催し **保育**

◆毎日が楽しくなる生活教養講座

日 5月15日～7月10日の毎週木曜日  
午前9時30分～11時30分

人 18歳以上の市民18人、保育(1歳～未就学児)12人

申 4月20日(日)～5月7日(水)に直接または電話で同センター ☎ 46-0408、市HP(QRコード)へ(申込多数の場合は抽選。結果は5月8日(木)までに通知)

◆手作りの会「フェルトのお花のフラワーボックス」

日 5月17日(土)午前10時～正午

人 小学4年生以上の方15人

講 ぬいぐる工房手芸部の竹本由紀子さん

物 室内履き

申 4月21日(月)午前10時から直接または電話で同センター ☎ 46-0408へ(先着制)

同センター ☎ 46-0408

### 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 ①5月17日(土)、②5月21日(水)、いずれも午前10時30分～午後1時

人 在学・在勤を含む市民①16人、②12人

所 ①三鷹駅前コミュニティセンター、②井口コミュニティセンター

講 管理栄養士の早川宏子さん

料 500円

物 エプロン、三角巾、ハンドタオル、布巾  
申 ①直接または電話で三鷹駅前コミュニティセンター ☎ 71-0025へ、②5月2日(金)から参加費を井口コミュニティセンターへ(いずれも先着制)

同 ①三鷹駅前コミュニティセンター ☎ 71-0025、②井口コミュニティセンター ☎ 32-7141

### 初心者向け初夏の寄せ植え講習会

日 5月17日(土)午後1時30分より

人 20人

所 JA東京むさし三鷹緑化センター

料 1,000円

物 作業に適した服装

申 5月2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6-30-22JA東京むさし三鷹緑化センター」へ(申込多数の場合は抽選)

同センター ☎ 48-7482

### はじめての

ピラティス講座 **保育**



日 6月2～16日の毎週月曜日午前10時30分～正午(全3回)

人 20人、保育(1歳～未就学児)15人  
※保育希望者は、5月26日(月)のオリエンテーションに必ず参加してください。

所 西多世代交流センター

講 PFAピラティスアドバンスインストラクターの山路陽子さん

申 同 4月20日(日)～5月11日(日)に直接または電話で同センター ☎ 32-8765、申し込みフォーム(QRコード)へ(申込多数の場合は抽選)

### 募集

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 ①同大学の正会員および賛助会員(新規入会可)、②三鷹市市民参加でまちづくり協議会の最終報告会の時点で同協議会の会員だった方(Bコースのみ)

◆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実施団体を決定します。

同大学 ☎ 40-0313・HP

### 東京都議会議員選挙、



参議院議員選挙

期日前投票所の

投票立会人

◆資格 ①平成19年6月15日以前生まれ、②平成19年7月5日以前生まれ、いずれも指定する勤務日に満18～39歳で選挙権のある日本国籍の方

◆勤務期間 ①6月14日(土)～21日(土)のうち1～2日、②7月4日(金)～7月19日(土)のうち1～2日

◆勤務時間 午前8時10分～午後8時30分

◆勤務場所 第三庁舎、三鷹駅前コミュニティセンター(①6月15日(日)から、②7月13日(日)から)

◆報酬(日額) 16,000円

申 同 4月28日(月)までに電話または電子メールで必要事項(7面参照)・希望日を選挙管理委員会事務局 ☎ 29-9794・☑ senkyo@city.mitaka.lg.jp、市HPへ

※②の勤務日時は7月3日(木)公示、7月20日(日)投票日の場合です。

### 求人

詳細は、QRコードからHPをご覧ください。



### 市立保育園

会計年度任用職員(時間額)

◆職種 ①保育助手、②給食助手

◆採用日 随時

同子ども育成課 ☎ 29-9672

### (社)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介護職、⑦介護支援専門員、⑧事務職(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 ①6月以降、②～⑬随時

同同事業団 ☎ 44-5211

### 相談

みちかSOGI相談

(性の多様性に関する相談)



性的指向やジェンダーアイデンティティに関するさまざまな相談に、専門の相談員が応じます。5月から新たに電話相談を開始します。

人 在学・在勤を含む市民(家族、支援者からの相談も可)

◆対面相談(要予約)

日 毎月第3金曜日午後5時30分～8時30分(祝日を除く。1回50分まで)

所 女性交流室(下連雀3-30-12中央通りタウンプラザ)

申 希望日の前日午後3時までに企画

### 講座案内



〒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 4月22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。



国立天文台企画サロン アストロノミー・パブ 第209回  
「天体衝突から人類を守る—プラネタリーディフェンスの現状と課題」▲

ゲストはJAXA宇宙科学研究所准教授の吉川真さん、ホストは「萩野正興天文方」代表の萩野正興さん。

日 5月17日(土)午後6時30分～8時30分

### 大人のための音読講座

「三鷹ゆかりの作家・作品たち—森鷗外『金貨』(その4)」

日 5月21日(水)午前10時30分～午後0時30分 講 朗読家の原きよさん

### サイエンスカフェみちか「植物の生き方と情報伝達」■

日 5月22日(木)午後7時～8時30分

講 東京理科大学創域理工学部教授の朽津和幸さん

### サイエンスフロントMITAKA—最先端科学を楽しむ▲

「地上の太陽『核融合』はいよいよ実現するのか?—地球温暖化の救世主となるのか?」

日 5月24日(土)午後2時～3時30分 講 ヘリシティX代表の服部健一さん

### 人生100年時代を考える

「『2025年問題』—加速する超高齢社会での前向きな生き方について考える」■

日 5月28日(水)午後3時～4時30分

講 (株)ライフデザイン・ファクトリーCEOの今辻俊郎さん

### 星空案内のための天文講座(第17期)—星空案内人を目指そう!

日 ①6月29日(日)午後1時30分～4時10分、②7月5日(土)午前10時～11時40分、③7月12日(土)午後0時40分～4時10分、④7月20日(日)午後2時30分～4時10分、⑤7月27日(日)午後0時40分～4時10分、⑥8月2日(土)午前10時～正午、⑦8月10日(日)午後0時40分～4時10分(全7回、通し受講のみ)

講 同天文台天文情報センター准教授の縣秀彦さん、同広報室長の山岡均さん ほか

経営課 ☎ 29-9032、または申し込みフォーム(QRコード)へ  
**◆電話相談** ☎ 29-9864 (相談員直通)  
 日 5月2日以降の毎月第1金曜日午後5時30分～8時30分(初回は45分程度、2回目以降は1回30分程度。(休)祝日)  
 問 同課 ☎ 29-9032

**専門職相談員による介護者のための「介護なんでも相談室」**

日 4月25日、5月23日、6月27日の金

曜日午後2時～2時50分、3時～3時50分(1人50分)  
 人 市内の介護者  
 所 福祉センター  
 問 各開催日の3日前までに三鷹市社会福祉協議会 ☎ 79-3505 へ

**総合オンブズマン相談 (5月)**



日 1・8・22日=片桐朝美さん(杏林大学教授)、8・15・29日=中村一郎さん(弁

護士)、いずれも木曜日午後1時30分～4時30分  
 所 相談・情報課(市役所2階)  
 問 政策法務課 ☎ 29-9165 へ

**相続・空き家問題等 住教育セミナー&無料相談会**

日 市、(-社) 全国空き家アドバイザー協議会東京支部  
 日 5月11日(日)①セミナー「終活としての空き家対策」=午前9時45分～11時

20分、②個別相談会=午前11時30分～正午  
 人 ①30人  
 所 三鷹産業プラザ  
 問 ①同協議会東京支部長の麻生正紀さん  
 問 ①当日会場へ、②必要事項(7面参照)を同協議会 ☎ 0120-540-569・Fax 047-373-7900・✉ tafne2000@gmail.com へ



**ほねつぎ健康倶楽部**

少人数制の転倒予防講座(全12回)を通年開催しています。  
 人 65歳以上の市民 物 運動できる服装、タオル、飲み物  
 問 平日午後3時～7時30分に、しばた整骨院 ☎ 0422-47-8580 へ(初参加者を優先して先着制)

場所	曜日・時間	定員
しばた整骨院(新川6-36-37)	水曜日・午後1時～2時	5人
三鷹養生堂接骨院(井口5-1-4)		
新川鍼灸整骨院(新川5-9-7)	月曜日・午後1時30分～2時30分	4人
武蔵中央接骨院(下連雀3-42-6)	水曜日・午後1時～2時	5人
南浦整骨院(下連雀6-18-7)	木曜日・午後1時～2時	3人
三鷹台整骨院(牟礼2-11-16)	水曜日・午後1時～2時	
たかはし接骨院(牟礼1-8-7)	土曜日・午前9時30分～10時30分	2人
さかい接骨院(井の頭3-28-11)		
和田接骨院(中原1-28-1)	木曜日・午後0時30分～1時30分	3人
井口武蔵境通り接骨院(井口1-10-7 1F)	水曜日・午後1時～2時	

**相談サロン 暮らしの情報交換会@北野 「今の生活に+α一骨を大切にする方法」**

(株)明治の協力による骨の元気度チェックや骨を大切にする方法など。  
 日 4月23日(水)午前10時～11時30分 所 北野地区公会堂  
 問 当日会場へ 問 東部地域包括支援センター ☎ 0422-48-8855

**シニアのための“スポーツ吹き矢教室”**

日 5月21日、6月4・18日、7月2・16・30日の水曜日午前10時～正午(全6回) 人 在勤を含む60歳以上の市民で、高齢者福祉センター利用券をお持ちの方 16人 所 高齢者福祉センター ¥2,000円(社協会員は1,000円) 物 運動できる服装、タオル、飲み物 日 5月2日(金)までに直接または申し込みフォーム(QRコード)で同センターへ(申込多数の場合は抽選) 問 三鷹市社会福祉協議会 ☎ 0422-46-1108  
 ※利用券は、同協議会窓口で発券できます。



**シルバー人材センター入会説明会**

日 5月7日(水)午前10時～正午 問 同センター ☎ 0422-48-6721 へ

**市民活動**

**みんなの掲示板**

6月1日号 原稿締切日 5月7日(水) 6月15日号 原稿締切日 5月21日(水)

「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。  
 問 同課 ☎ 29-9037  
 ※市外局番0422は省略。



ウェブ版

**催し**

**未来を拓く!小中学生のための楽しい中国語学習会**  
 日 中国語学生会 日 5月4日(日)午前10時15分～11時30分 人 8人(保護者同伴可) 所 消費者活動センター 問 問王 ☎ 080-7822-9201・✉ info@kagocle.com(先着制)

**学び合い、語り合うまごころプロジェクト第6回勉強会(戦後80年・平和を願うフィールドワーク)**  
 日 大沢地区の未来を考える会 日 5月6日(火・休)午前10時羽沢小正門前集合(荒天中止) ¥100円 物 歩きやすい靴 日 当日会場へ 問 菊地 ☎ 090-2021-6280

**障害者と家族のための障害年金教室**  
 日 暮らしのお金を学ぶ会 日 5月11日(日)午前10時～11時30分 人 20人 所 生涯学習センター ¥200円 日 5月9日(金)までに伊

達 ✉ kurashi.okane.mtk@gmail.com(先着制) 問 伊達 ☎ 050-3570-1357

**審判講習会**  
 日 三鷹市家庭婦人バレーボール連盟 日 5月17日(土)午前9時～午後5時 所 SUBARU総合スポーツセンター ¥300円 問 4月28日(月)までに相原 ☎ 45-1659

**健康ストレッチ教室**  
 日 体笑会 日 5月24日(土)午後1時15分～3時30分 人 60歳以上の方30人 所 杏林大学井の頭キャンパス(下連雀5-4-1) ¥500円 日 5月8日(木)までに同会 ✉ taisho hkai@yahoo.co.jp(先着制)

**会員募集**

**フラ・キエレ(フラダンス、三鷹市ベッセルスポーツクラブ)**  
 日 毎月第1～3火曜日午後1時～3時 所 SU

BARU総合スポーツセンター ¥入会金1,000円、月額1,000円 問 石井 ☎ 080-5055-4296

**女声合唱「にじ」**  
 日 毎週火曜日午前10時～午後0時30分 所 井の頭コミュニティセンター ¥月額5,000円 問 おのぞ ☎ 090-1423-5862

**井口少年少女空手道育成会**  
 日 毎月3回日曜日午前10時～10時50分(5月は体験月) 所 井口小またはSUBARU総合スポーツセンター ¥月額2,500円 問 松本 ☎ 090-3232-1067

**囲碁洗心会**  
 日 毎週火～日曜日午後1時～5時 所 新川中原コミュニティセンター ¥年額3,000円 問 小田 ☎ 090-6002-7572

**伝言板**

**第45回アジア研究所公開講座 共通テーマ「急変する韓国情勢」(各回別内容)**  
 日 亜細亜大学アジア研究所 日 5月17日～6月7日の毎週土曜日午後2時～3時30分 人 同大学武蔵野キャンパス=各日100人、オンライン会議アプリ「Zoom」=各日400人 日 各開催日の5日前までに同団体HP(いずれも先着制) 問 同研究所事務局 ✉ koza@asia-u.ac.jp

**第11回杏林医学会市民公開フォーラム「元気に長生き!健康寿命アップ講座」**  
 日 5月24日(土)午後2時～4時 人 100人 所 杏林大学三鷹キャンパス大学院講堂 日 同団体HP(先着制) 問 同団体事務局 ☎ 47-5511

相談先のご案内は **市民相談専用電話 ☎ 0422-44-6600**  
 あなたのご意見を **市民の声専用FAX ☎ 0422-48-2810**  
 子どもを見守る **安全安心メールの登録 ✉ maam@req.jp**(空メールを送信)  
 いつでも無料で **防災無線の内容確認 ☎ 0120-119-921**(フリーダイヤル)

●「みる・みる・三鷹」 J:COMチャンネル武蔵野・三鷹(地デジ11チャンネル) 放送時間/月～日曜日 9:00 12:15 20:00 22:15  
 ※同番組はYouTube「三鷹市公式動画チャンネル」でも配信しています。  
 ●「おはよう!三鷹市です」 むさしのFM 78.2MHz 放送時間/月～金曜日 10:20～10:25  
 ●「三鷹くちこみテレフォン」 むさしのFM 78.2MHz 放送時間/木曜日 9:45～9:55



第44回

憲法を記念する市民のつどい **保育 手話**



☎企画経営課 ☎0422-29-9032

市では、1980年から市民の皆さんと協働で憲法施行記念事業を実施しています。今年、東京大学史料編纂所教授の本郷和人(ほんごう・かずと)さん(写真)をお招きし、「日本中世から憲法を考える」と題し、鎌倉時代の社会の事例から「法」と「道徳」の関係についてお話いただきます。

☎市、市教育委員会、憲法を記念する三鷹市民の会 ☎5月10日(土)午後1時から(0時30分開場) ☎700人 ☎三鷹市公会堂光のホール ☎当日会場へ(先着制。保育希望者は4月30日(水)までに同課 ☎0422-29-9032・☎0422-29-9279・✉kikaku@city.mitaka.lg.jpへ)

プログラム

第1部 1時~3時

- 四中の皆さんによる日本国憲法前文・三鷹市自治基本条例前文の朗読
- 講演会「日本中世から憲法を考える」

第2部 3時15分~4時05分

- NHK特集『東京大空襲』の上映(49分・1978年)

◆本郷和人さんプロフィール

歴史学者。NHK大河ドラマ『平清盛』などの時代考証に携わる。著書に『鎌倉殿と13人の合議制』など。



“百年の森”フェスタ



一見つけよう!  
暮らしのなかで育む緑

☎三鷹駅前地区まちづくり推進本部事務局 ☎0422-70-4033

市では、緑と水の公園都市を目指し、三鷹駅前から市全体に緑を広げていく“百年の森”構想を掲げています。同構想の実現に向けて、子どもたちが楽しみながら緑に触れるまちづくりイベントを開催します。

☎市、“百年の森”実行委員会準備会 ☎5月11日(日)午前11時~午後4時(荒天中止) ☎さくら通り駐車場・駐輪場の一部(下連雀3-21) ☎当日会場へ

内容

- 植木市
- “百年の森”情報コーナー
- キッチンカー
- 子ども向けの緑日、ワークショップ

※来場には、公共交通機関をご利用ください。



6月14日(土)は「三鷹の日」

FC東京ホームゲームにご招待



☎FC東京 ✉shoutai@fctokyo.co.jp

2025明治安田J1リーグ第20節FC東京対セレッソ大阪戦に市民の皆さんをご招待します。「三鷹の日」の詳細は決まり次第、FC東京HPなどでお知らせします。

☎6月14日(土)午後7時キックオフ ☎市民500組1,000人 ☎味の素スタジアム(調布市) ☎5月11日(日)までに申し込みフォーム(QRコード)へ(申込多数の場合は抽選)



© FC TOKYO

場外企画 野菜収穫のお手伝い

同クラブコミュニティジェネレーター石川直宏さんたちが栽培した「旬の野菜」を一緒に収穫します。

☎6月14日午前9時~11時 ☎50人 ☎伊藤園(北野3-3-26) ¥500円(小学生以下無料) ☎申し込みフォーム(QRコード)へ(先着制)

春こそ、ウォーキングを楽しもう!

みとか GO! GO! ウォーキング



☎スポーツ推進課 ☎0422-29-9863

オリジナルスポーツアプリ「タッタカくん! ウォーク&ラン」を使って、期間内に合計55kmを目指すイベントです。

☎5月29日(休)まで ☎在学・在勤を含む小学生以上の市民

参加方法 開催期間中に同アプリから参加

参加賞 タッタカポイント 100ポイント

目標達成者特典(合計55km達成)

- オリジナルグッズ(なくなり次第終了)
- タッタカポイント 500ポイント (「みとか地域ポイント」交換対象)



タッタカくん

図書館での子ども向けイベント

☎三鷹図書館(本館) ☎0422-43-9151、☎東部図書館 ☎0422-49-3851、☎西部図書館 ☎0422-33-1311、☎三鷹駅前図書館 ☎0422-71-0035、☎南部図書館みんなみ ☎0422-76-5571

4月23日の「子ども読書の日」にちなんで、4月22日(火)~5月6日(火・休)にイベント開催します。

春のみとか子ども読書フェア

企画 図書館クエスト 幼児~小学生向け

各館で配布しているクエスト用紙に書いてあるテーマの本を探します。ステージをクリアするごとにお宝がもらえます。

☎4月22日~5月6日=市立図書館各館、4月22日~5月2日(金)=井の頭コミュニティセンター図書室 ☎期間中会場へ ※お宝交換は6月1日(日)まで。



展示 こいのぼりをつくろう! 乳児から参加できます

各館で配布するうろこの形の用紙に、絵を描いたりシールを貼ってオリジナルのうろこを作成しましょう。参加したお子さんには、『くまの子うろこ』の塗り絵をプレゼントします。

☎4月22日~5月2日 ☎期間中会場へ



石倉ヒロユキさん 絵本原画&パネル展

絵本作家でエッセイストの石倉ヒロユキさんのポットくんシリーズ第4弾『ポットくんとわたげちゃん』の原画と、昨年発売した『でんしゃくん、まちへ』のパネルを展示します。クイズや「でんしゃくん」パーパークラフトなどのプレゼントもあります(先着制)。

☎4月22日~5月6日(☎4月28日(月)) ☎三鷹図書館(本館) ☎期間中会場へ



文: 真木文絵 作・絵: 石倉ヒロユキ 岩崎書店  
絵: 石倉ヒロユキ 福音館書店

あかちゃんであえとしゃかん にこにこ

3歳くらいまでのお子さんと楽しめる絵本約300冊と、図書館で人気の育児書を用意します。

☎4月23日(水)午前10時~11時20分(偶数月第4水曜日に定期開催) ☎3歳以下のお子さんと保護者 ☎すすくひろば 物あれば図書館利用カード ☎当日会場へ



市公式 LINE 友だち募集中!



人口と世帯

令和7年4月1日現在 ( )内は前月との増減

住民登録者数: 190,508人(298人増) うち外国人数: 4,843人(43人増) 男: 92,604人(122人増) / 女: 97,904人(176人増) 世帯数: 97,992世帯(479世帯増)