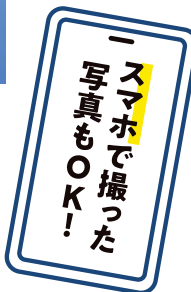




「夏近し」鈴木忠良さん(2018年)



「桜に向かって」鈴木浩之さん(2015年)



「ふたつのアイ」島冬衣さん(2023年)



「うしろの正面だあれ」辻井由記子さん(2022年)



大人も
子どもも
Welcome!



応募ください!

第30回
Anniversary

I
♥
L
O
V
E

三鷹まちづくり

フォトコンテスト

M
I
T
A
K
A

みんなでシェアする三鷹の魅力

国市、三鷹まちづくりフォトコンテスト実行委員会

市内の景観や情景、自然、人々のふれあい、まちかどの一コマなどの写真を募る同コンテストが、今年で第30回を迎えます。今号では、審査員で写真家の林義勝さんが過去の入賞作品から選んだとおきの写真を紹介します。

☎(株)まちづくり三鷹 ☎0422-40-9669



「異空間へGO!」遠藤佑紀さん(2006年)



今年の三鷹
阿波おどりは
8月16日(土)
17日(日)
(12面参照)



「ボクが主役」佐久間俊輔さん(2024年)

瞬間を切り取る芸術、 写真の素晴らしさ



三鷹市長 河村 孝

今号の特集では、過去の「まちづくりフォトコンテスト」入賞作品からいくつかご紹介しています。いずれも「えっ、これホントに三鷹の景色なの?」と思わずはっとさせられるような美しい景色です。でも、もちろん正真正銘「三鷹の景色」なのでご安心を。スマホのおかげで、誰もが気軽に写真を撮り、残せる便利な時代になり、写真文化の裾野も格段と広がりました。

また、これらの作品には見る人を感動させる

「新しい三鷹」の発見も随所にあります。見慣れたはずの風景も、写真を通すと全く違う表情を見せてくれます。それは、今まで隠れていたまちの魅力の表れでしょうか。まさに「瞬間の芸術」です。いつか、同コンテストの第10回を記念した写真集に続く形で、魅力ある風景を皆さんにシェアできたら、と考えています。まずは今号の『広報みたか』をご覧ください、市内の小旅行を楽しんでください。

YouTubeで配信中



三鷹まちづくり フォトコンテスト 入賞作品展

応募者数 延べ4,702人 総応募作品数 14,110点

1995年から始まった三鷹まちづくりフォトコンテスト。第1回から第29回までの入賞作品、全756点の中から選ばれた26作品の一部を『広報みたか』でご紹介します。全26作品は(株)まちづくり三鷹HPでご覧いただけるほか、第30回記念特別企画講座(下記)でも取り上げます。

力作ぞろいの
作品です



審査員で写真家の
林義勝さん

\\ 記念すべき第1回金賞作品! //



「メルヘン」相沢麻里さん(1995年)



「燃える夏・阿波踊り」千葉俊廣さん(2004年)

三鷹の夏の風物詩



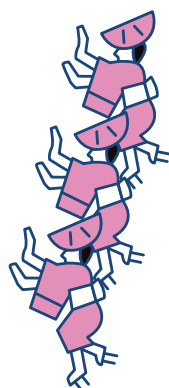
「春雪の朝」内田一成さん(2020年)



桜と雪の
幻想的な景色



「クライマックス」松永正行さん(2003年)



「燃える富士山と鳥の巣」三瓶巧さん(2008年)

第30回 三鷹まちづくり フォトコンテスト 作品募集中!



応募対象

令和7年1月1日～12月31日に市内で撮影した、ほかのコンテストなどに応募予定がない作品

応募締切

令和8年1月7日(水)

応募方法

応募フォーム(QRコード)にアップロード
(1人何点でも応募可)

●第30回記念企画「みんなが選ぶ特別賞」の 選考にご参加ください

全応募作品の中から、集まった「いいね!」の数で受賞作品を決める特別賞です。

申同コンテストHPへ

8月31日(日)開催!

三鷹まちづくり フォトコンテスト 第30回記念 特別企画講座 参加者募集!



同コンテスト審査員で(公助)日本写真家協会会員、林忠彦作品研究室代表の林義勝さん、同じく審査員で朗読家の原きよさんを招き、写真が語る昭和の世相や文化、三鷹のまちの魅力についてお話しいただきます。

◆第1部 写真家 林忠彦が見た昭和

太宰治の肖像写真なども撮影した昭和を代表する写真家、林忠彦さんの作品について、息子の林義勝さんが解説します。

◆第2部 みんなでシェアする三鷹の魅力

上記掲載作品を含む、林義勝さんが選出した入賞作品について、原きよさんとともに解説します。

日8月31日午後2時～4時30分 人50人 所三鷹産業プラザ

申8月20日(水)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)



「太宰治 酒場ルパンで、銀座」
昭和21(1946)年
©林忠彦作品研究室



「とどけっ！」川上航太郎さん(2023年)

やりこ祭隊ー



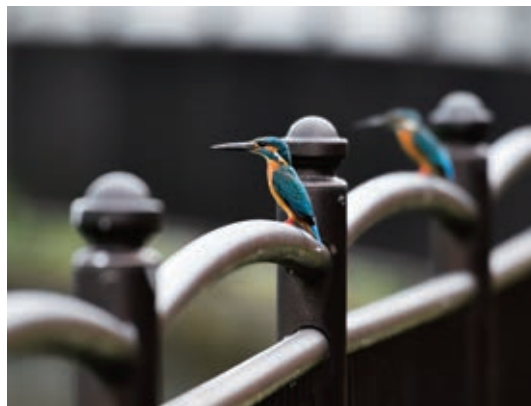
「クライマックス」井上佳計さん(2008年)



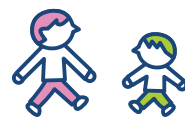
カワセミもデートするまち
み・た・か♡



「中央線高架化完了最後の夜」土門喜昭さん(2009年)



「仙川のデート」高橋宏一さん(2018年)



「祭りの子供達」早川英夫さん(2009年)



「物思う秋」ですね



「それぞれの秋空」三瓶恭子さん(2024年)

〳〵 絵画のような色彩のコントラスト〳〵



「陽春」大谷正志さん(2021年)



まちなかカメラマンも活躍中！

問広報メディア課 ☎0422-29-9037

●「まちなかカメラマン」(通称:まちカメ)とは？

『広報みたか』やホームページ、X、Instagramなどに掲載する写真の撮影を行うボランティア市民カメラマンです。令和5年10月から活動を開始し、現在、公募で集まった10人の“まちカメさん”たちが、市内のイベントや風景の撮影などで各所に出向き、市民目線で写したまちの魅力を発信しています。



この腕章を着けて
市内各所で
撮影をしています！



提供：みたか都市観光協会

「まちカメ写真展」を開催します

“まちカメさん”一人ひとりが選んだお気に入りの写真をパネルにして展示します。三鷹の魅力が満載の写真展を、どうぞご覧ください。

回9月2日(火)～12日(金)の平日午前8時30分～午後5時
(12日は正午まで) 所市役所1階市民ホール 申期間
中会場へ

“まちカメさん”が
撮った写真は
市の公式Instagramに
多数掲載しています！



秋の味覚を一足お先に ブドウの直販が始まります



岡JA東京むさし三鷹支店指導経済課 ☎0422-46-2152

市内の農園で庭先販売やもぎ取り販売を行っています。シャインマスカット、藤稔(ふじみのり)、ピオーネのほか、パイオレットキング、雄宝(ゆうほう)など、市場になかなか出回らない品種も栽培しています。市内の農家が丹精を込めて育てた、もぎたての味をぜひご賞味ください。

販売農園	連絡先	販売方法(時期(予定))
フジミ園(新川1-13-1)	☎0422-46-1452	庭先販売(8月上旬から)
ファームすどう(新川2-7-38)	☎0422-44-8019	庭先販売(8月下旬から)
板橋果樹園(井の頭3-16)	☎070-2826-9219	もぎ取り販売(8月中下旬～9月中旬)
大野農園(井口1-12-5)	☎0422-34-0368	庭先販売(8月下旬～9月中旬)
ファームたかはし(井口3-17-34)	☎0422-32-8387	庭先販売、全国発送(8月上旬から)
島田果樹園(大沢6-3-23)	☎0422-32-5433	庭先・もぎ取り販売、全国発送(9月中旬から)
穴戸果樹園(野崎4-7-19)	☎0422-31-3714	庭先販売、JA東京むさし三鷹緑化センター(8月中旬～9月上旬)

※販売日時や品種、価格などは農園により異なります。事前に農園へお問い合わせください(日中のみ)。



三鷹の森ジブリ美術館 — GHIBLI MUSEUM, MITAKA —



市民・近隣市民を抽選でご招待

岡芸術文化課 ☎0422-29-9861

三鷹市民デー

日9月28日(日)午前10時～午後6時 人市内在住の方各回300人程度

三鷹市および近隣市民デー

日10月1日(水)午前10時～午後6時 人三鷹市と近隣市(武蔵野・小金井・西東京・調布・府中市)在住の方各回300人程度

共通

申8月22日(金)午後5時(必着)までに市HPへ(1組6人まで。申込多数の場合は抽選)

※はがきでの申し込みも可。代表者の必要事項(7面参照)、入場者全員(代表者と乳幼児を含む)の人数・氏名・年齢、希望日、希望入場回(午前10時、11時、正午、午後1時、2時、3時、4時のいずれか)を「〒181-8555芸術文化課」へ(1組1通)。

※当選者には9月11日(休)以降に招待状を郵送(電話での当落確認は不可)。



© Museo d'Arte Ghibli

休日・夜間・緊急時の診療はこちらへ

岡健康推進課 ☎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 「こども救急みとか」		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	☎0422-46-3234 ※要電話	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、長時間お待たせする場合や、電話が繋がら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

第34回三鷹市民駅伝大会 一汗と感動のタスキ、あなたに応援!

詳しくは
こちらから



参加チーム募集!



岡スポーツ推進課
☎0422-29-9863

市内一周12.4kmを4区間に分けて、
思いを込めたタスキをつなぎます。

開催日	11月23日(日・祝)(小雨決行)
コース	ふじみ衛生組合～東多世代交流センター～山本有三記念館～井口コミュニティセンター～三鷹中央防災公園・元気創造プラザ
部門・募集 チーム数	●一般の部(高校生以上。男女混合チームを含む)118チーム ●一般女子の部(高校生以上)30チーム ●シニアの部(大会当日に満50歳以上)15チーム ●中学生の部(男女混合チームを含む)、中学生女子の部、 合計30チーム
チーム 編成	在学・在勤を含む市民で構成する9人以内(監督1人、選手4人、 補欠1～4人)のチーム

申8月22日(金)(必着)までに市HPへ(申込多数の場合は抽選)

※往復はがきでの申し込みも可。代表者の必要事項(7面参照)・チーム名(10文字以内)・チーム編成(監督、選手、補欠の氏名)・部門を「〒181-8555スポーツ推進課」へ。



同大会への協賛企業・団体も募集中

企業名などをチラシや開・閉会式で掲載します。各募集枠のPR内容については、市HPでご確認ください。

募集枠	協賛金額	募集数
特別協賛	100,000円	1社(抽選)
	30,000円	定数なし
協賛	20,000円または 10,000円	定数なし

申8月22日までに申し込みフォーム(QRコード)へ



お子さんの予防接種に関するお知らせ

☎健康推進課 ☎0422-24-8050



定期予防接種

接種開始の時期に合わせて予診票を発送します(右表参照)。お子さんを病気から守るため、計画的に接種を受けましょう。

◆転入した方

接種記録に応じて予診票を発送するため、予防接種・健診連絡票をご提出ください(転入手続き時に窓口でお渡ししています)。入力フォーム(QRコード)からも申請できます。

◆予診票が見当たらない方

電話で同課 ☎0422-24-8050、または申請フォーム(QRコード)から申請してください。

☒市内および武蔵野市・調布市・小金井市・杉並区(BCG除く)・世田谷区の協力医療機関 ☒予診票、母子健康手帳

種類	対象年齢	接種回数	予診票発送時期
ロタウイルス	6週～24または32週	2回または3回	生後2カ月ごろ
B型肝炎	1歳未満	3回	生後2カ月ごろ
5種混合(※1)	2カ月～7歳6カ月未満	初回3回 追加1回	生後2カ月ごろ 1歳の誕生月ごろ
小児用肺炎球菌(※2)	2カ月～5歳未満	初回3回 追加1回	生後2カ月ごろ 1歳の誕生月ごろ
B C G (結核)	おおむね3カ月～1歳未満	1回	生後3カ月ごろ
麻しん風しん混合(MR)(※3)	1～2歳未満 小学校就学前年の1年間	1期1回 2期1回	1歳の誕生月ごろ 該当する年の4月
水痘(水ぼうそう)	1～3歳未満	2回	1歳の誕生月ごろ
日本脳炎(※3)	3～7歳6カ月未満 (生後6カ月から可能) 9～13歳未満	1期初回2回 1期追加1回 2期1回	3歳の誕生月ごろ 4歳の誕生月ごろ 9歳の誕生月ごろ
2種混合	11～13歳未満	1回	11歳の誕生月ごろ
HPV感染症(子宮頸がんなど)(※3)	小学6年生～高校1年生相当の女子 キャッチアップ接種経過措置対象者	3回 (2回も可)	中学1年生 (標準接種年齢)の春ごろ

※1 従来の4種混合にヒブワクチンを加えたものです。4種混合とヒブが接種途中で残りの接種回数が同じ場合、5種混合に切り替えて接種できます。
※2 接種開始月齢によって、接種回数が異なります。 ※3 特例接種・経過措置が設けられています。対象者や期限など、詳しくは市HPでご確認ください。

任意予防接種

市で費用助成を行っているものを掲載しています(インフルエンザ予防接種の費用助成は10月から開始予定です)。



種類	対象年齢	助成回数	自己負担額(※1)
おたふくかぜ	1～2歳未満	1回	3,000円(※2)
麻しん風しん混合(MR)(※3)	2～19歳未満で、定期予防接種を受けそびれた方	定期予防接種の対象年齢で接種を受けそびれた回数(最大2回)	無料
HPV感染症(※3)	小学6年生～高校1年生相当の男子	3回	接種費用から1回当たり上限17,000円の助成額を差し引いた金額
季節性インフルエンザ	6カ月～13歳未満	2回	接種費用から1回当たり上限2,000円の助成額を差し引いた金額

※1 市内協力医療機関以外で接種する場合は、全額自己負担になります。協力医療機関など、詳しくは市HPをご覧ください。
※2 生活保護・中国残留邦人等支援給付受給世帯の方は、受給証明書を医療機関に提出することで、無料で接種できます。
※3 接種を希望する方は、電話で同課 ☎0422-24-8050、または申請フォーム(QRコード)から予診票の申請をしてください(麻しん風しん混合(MR)は定期予防接種の予診票でも接種できます)。

①里帰り中などに接種を希望する方へ

指定医療機関以外での定期接種を希望する方は、事前に同課へ申請することで、自己負担費用の一部または全額の助成を受けられます。

③医療行為により免疫を喪失した方へ

骨髄移植手術などの医療行為により免疫が喪失(減少)し、接種済みの定期予防接種の効果が期待できないと医師に診断された方が再接種した場合は、費用の助成を受けられる場合があります。自己負担で再接種した後に、同課へ申請してください(償還払い)。

※②③対象ワクチンや年齢などに条件があります。また、医師の診断書が必要です。

②長期療養のため対象年齢のうちに定期予防接種を受けられなかった方へ

公費で接種を受けられる場合があります。事前に同課への申請が必要です。

予防接種のスケジュール管理は
子育て支援アプリ

「みたかまっずナビby母子モ」で

お子さんに合わせたスケジュールが自動で作成され、接種日が近づくとプッシュ通知でお知らせします。そのほか、市のさまざまな子育て関連情報をお届けします。



妊婦さんを応援！ 「ゆりかご面接」のご案内



☎子ども家庭課 ☎0422-46-3254

地域で安心して出産・子育てができるよう、助産師・保健師などの専門職が妊婦さんを対象とした面接を行っています。初回の面接を受けた方に、こども商品券1万円分をお渡しし、「ゆりかごギフト」(妊婦のための支援給付金5万円)の申請方法をご案内します。

◆2回目以降の「ゆりかご面接」のご案内

対象者へ「妊娠届を提出された方へのアンケート」を郵送します。妊娠中は心配ごとや知りたい情報も変化していきます。出産前に気になっていることなどをご相談ください。2回目のゆりかご面接を受けた方に「すこやかギフト」(妊婦のための支援給付金胎児一人当たり5万円)の申請方法をご案内します。

☒三鷹市に住民票があるすべての妊婦 ☒総合保健センター(元気創造プラザ2階) ☒母子健康手帳、子育てガイド、資料を持ち帰る袋 ☒面接希望日の前日までに市HPへ



三鷹から中学生囲碁プロ棋士誕生！ 吉田透真さん

全国で年間6人しか
なれない狭き門

☎広報メディア課 ☎0422-29-9037

囲碁のプロ棋士になることが決まった四中3年生の吉田透真さんが、7月14日に河村市長を表敬訪問しました。吉田さんは小学1年生の時、学校の放課後クラブで囲碁を始め、5年生で全国大会優勝。6年生でプロの棋士を目指す日本棋院の院生となると、今年4～6月に行われた院生研修の厳しいリーグ戦を勝ち抜き、総合成績1位で念願のプロ入りを果たしました。8月には16歳以下の世界大会に日本代表として挑みます。吉田さんは「プロ入りを決めた瞬間を「正直ほっとしました」と振り返り、「世界で戦える棋士になりたい」と目標を語りました。



情報公開制度・個人情報保護制度の仕組みと運用状況を紹介します

☎相談・情報課 ☎0422-44-6600

情報公開制度

市では、より開かれた市政運営の実現に向け、情報公開制度の的確な運用を図っています。市の情報公開制度は、すべての人(法人を含む)が利用でき、市のすべての組織で作成・受領した情報が公開の対象となります。

部門別の情報公開決定件数と処理状況

令和6年度は146件の情報公開請求がありました。

実施機関	決定件数	処理状況					審査請求
		公開	一部公開	非公開	不存在	取り下げ	
市長	210	113	60	1	36	2	0
教育委員会	17	8	5	0	4	0	0
選挙管理委員会	2	2	0	0	0	0	0
監査委員	0	0	0	0	0	0	0
農業委員会	0	0	0	0	0	0	0
議会	0	0	0	0	0	0	0
合計	229	123	65	1	40	2	0

※1件の請求に対して複数の決定が行われる場合があるため、請求件数とは一致しません。
取り下げ件数は決定件数には含まれません。

個人情報保護制度

市では、皆さんのプライバシーに関する情報を非常に多く保有していますが、個人情報や特定個人情報(※)を保護するため、収集する情報の内容やその利用・管理の方法などについてのルールを定めています。また、情報セキュリティマネジメントシステムの認証の取得や特定個人情報保護評価の実施により、適正な運用を図っています。
※マイナンバーを内容に含む個人情報のこと。

自分の個人情報はどのように管理されているの？

自身の個人情報がどのように管理されているのかを知りたい場合は、個人情報の開示請求を行うことができます。
6年度は55件の開示請求がありました。
なお、市議会における個人情報保護制度の運用状況は、三鷹市議会HPに掲載しています。



市民会議などの公開状況 ☎相談・情報課 ☎0422-44-6600

市では、開かれた市政運営のために市民会議などの様子を広く公開しています。令和6年度の公開状況は下表の通りです。

傍聴などの状況 傍聴があった会議数＝19会議、傍聴人延べ人数＝88人

区分	会議数・回数	構成比
対象となる 市民会議・審議	54会議 ※1	
公開	43会議	75.5%
一部公開	8会議	14.0%
非公開	6会議	10.5%

区分	会議数・回数	構成比
会議の延べ 開催回数 ※2	148回	
公開	128回	86.5%
一部公開	14回	9.5%
非公開	6回	4.0%

※1 一つの会議で、議題により公開・非公開が分かれる場合があるため、公開・一部公開・非公開件数の合計とは一致しません。
※2 回数は、延べ402回のうち、非公開で行われる介護認定審査会(延べ230回)と障がい支援区分判定等審査会(延べ24回)を除いています。

生涯学習センターの講座

所 問 同センター ☎0422-49-2521



三鷹市民大学一般教養コース

子どもの発達心理学―思春期(小学校高学年から中学生まで)を中心に 保育

思春期の子どもの健やかな発達について発達心理学の視点から学びます。

☎9月30日、10月14・21・28日、11月11日の火曜日午前10時～正午(全5回)

👤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

※保育希望者は9月16日(火)午前10時～正午の説明会にお子さん同伴での参加が必須です。

👤白百合女子大学准教授の眞栄城和美さん(写真)

☎8月24日(日)午後5時までに直接または電話で同センター ☎0422-49-2521(元気創造プラザ4階)、または同プラザ講座申込システムへ(申込多数の場合は抽選)



美術館を3倍楽しむ秘密Vol.2

美術を日常でも楽しみたい方に向けて、都内のアートのスポットを全3回に分けて紹介します。作品の見どころだけでなく、作家の裏話や背景、美術館のグッズ情報、美術業界の旬な情報など、アートを身近に楽しく取り入れる方法を教えます。

☎9月25日＝上野駅周辺編、10月2日＝東京駅周辺編、16日＝六本木駅周辺編、いずれも木曜日午後2時30分～4時(全3回)

※座学のみで、美術館見学や現地散策はありません。

👤16歳以上の方40人 📷アートナビゲーターの日下真美さん(写真)

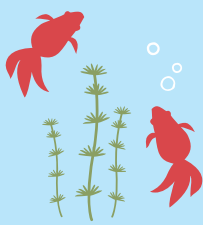
¥3,000円 ☎8月25日(月)(必着)までに往復はがきで必要事項(7面参照)・この講座を何で知ったかを「〒181-0004新川6-37-1生涯学習センター」、または同プラザ講座申込システムへ(申込多数の場合は市民を優先して抽選)



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」(郵便料金の改定にご注意ください)
- 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)



お知らせ

大沢総合グラウンド
改修工事に関する説明会

日 8月8日(金)午後7時から
所 大沢コミュニティセンター
申 当日会場へ
問 スポーツ推進課 ☎ 29-9863

第2回中原小学校建替え
地域説明会

日 8月22日(金)午後6時～7時30分、
24日(日)午前10時～11時30分
所 同小体育館
物 室内履き
申 当日会場へ
問 総務課 ☎ 29-9812

8月は夏季省エネルギー
月間です

夏の電力使用のピークは午後2時ごろです。熱中症に十分注意しつつ、エアコンの風を上向きにする、冷蔵庫に物を詰め込まない、打ち水をするなど、ピーク時間帯のエネルギー消費量を減らす取り組みにご協力ください。

◆夏の省エネ・エコチャレンジ2025

夏の省エネ活動や環境学習に取り組んだ結果を報告するイベントを開催中。抽選で記念品をプレゼントします。
問 環境政策課 ☎ 29-9612

安全・安心な道路の通行のために
ご協力を

8月は道路ふれあい月間です。道路に商品や看板を置いたり、自転車を設置すると、歩行者や通行車両の迷惑になります。また、敷地から枝がはみ出していると、歩行者がけがをしたり、信号機や道路標識などが見づらくなる場合があるため、せん定をお願いします。
問 道路管理課 ☎ 29-9705

『東京における都市計画
道路の整備方針(仮称)
中間のまとめ』にご意見を
お寄せください

都・特別区・26市2町が取りまとめた『東京における都市計画道路の整備方針(仮称) 中間のまとめ』に対する皆さんのご意見・ご提案を募集します。

全文は、都HPや都民情報ルーム(都庁第一本庁舎3階)、市まちづくり推進課(市役所3階)でご覧いただけます。
申 8月29日(金)(消印有効)までに「〒163-8001東京都都市整備局街路計画課」・ ☎ 03-5388-1354・ ✉ S0000179@section.metro.tokyo.jp・都HPへ
問 都同課 ☎ 03-5388-3379、市同課 ☎ 29-9702

赤い羽根共同募金
地域配分(B配分)の
申請を受付中

申請額は社会福祉関連の1施設・団体につき10～30万円。対象は備品整備、小破修理、利用者主体の事業など(施設・団体維持のための運営費は対象外)。

申 8月29日(金)(必着)までに申請書を(社福)東京都共同募金会へ
問 同法人 ☎ 03-5292-3183



税金

9月1日(月)は市民税・都民税・
森林環境税(第2期)の納期です

納付は口座振替のほか、コンビニエンスストアやペイジー対応のATM、スマートフォンアプリからでも可能です。納付が困難な場合は市税総合窓口(市役所2階)にご相談ください。

◆納税には安心・便利な口座振替をご
利用ください

お申し込みは取扱金融機関、または市税総合窓口(市役所2階)へ(ゆうちょ銀行は同行窓口)。

問 納税課 ☎ 29-9218(口座振替)・ ☎ 29-9210(納税相談)



国保・年金

海外転出入の際は国民年金
の手続きもお忘れなく

転出の場合は国民年金をやめるか、在外任意加入(外国人は対象外)の手続きを、転入の場合は加入または在外任意加入からの切り替えをお願いします(厚生年金加入者やその被扶養配偶者を除く)。

問 市民課 ☎ 29-9190、武蔵野年金事務所 ☎ 56-1411



子育て・教育

催しなどの費用や申込方法は、各記事のQRコードからHPをご覧ください。

児童育成手当の
所得制限が改定されます

10月支給分(6～9月分)以降が対象となります。所得控除額など詳しくは市HPでご確認ください。

問 子育て支援課 ☎ 29-9675

特別児童扶養手当制度を
ご存じですか

市内在住で心身に重度・中度の障がい(おおむね身体障害者手帳1～3級程度、愛の手帳1～3度程度)のある

20歳未満の児童を養育している方に支給される手当です(所得制限あり)。支給するには、申請をして認定を受ける必要があります。

◆同手当の現況届を提出してください

申 8月12日(火)～9月4日(木)に必要書類(8月上旬に送付)を直接または郵送で「〒181-8555子育て支援課」(市役所4階43番窓口)へ
問 同課 ☎ 29-9675

ティーンズ対象まなびの場事業
(自習スペースの開放)

日 8月2日(土)・3日(日)・5日(火)・7日(木)・8日(金)・9日(土)・11日(月・祝)・15日(金)・16日(土)・17日(日)・21日(木)・22日(金)・23日(土)・24日(日)午前9時30分～午後8時(小学生の利用、土・日曜日、祝日は5時まで)

人 同時入室は20人まで

所 三鷹図書館(本館)

申 当日会場へ

問 同館 ☎ 43-9151

むらさき子どもひろばの
催し(8月)

◆乳幼児のあそびひろば

日 げんきっ子ランド=月曜日午前9時～午後0時30分、みんなであそぼ!=火～金曜日午前11時～11時30分(5日(火)・6日(水)・27日(水)・29日(金)を除く)

◆乳幼児対象のイベント

日 ①手形スタンプ=5・6日午前11時～11時30分、②わくわく水遊び=19日(火)午前10時30分～11時30分(予備日26日(火))、③変身スペシャルバスデー=21日(木)・22日(金)午前11時～11時30分、④リトミックをたのしもう=23日(土)午前10時30分～11時30分、⑤Mamaカフェ=27日午前10時30分～11時30分

人 ①③0歳～就学前のお子さん、②1～4歳のお子さんと保護者、④1～2歳のお子さんと保護者10組、⑤0歳のお子さんと母親10組

◆小学生対象のイベント

日 ①卓球の日=毎週木曜日午後3時30分～4時30分、②スポーツの日=22日午後4時～4時30分、③水遊びをしよう!=30日(土)午後3時～4時

人 ③10人

問 同ひろば ☎ 49-5500

みたかおもちゃの病院

主 三鷹市消費者活動センター運営協議会

日 8月6・20日の水曜日午後1時～3時

所 消費者活動センター

¥ 特殊部品などの交換は実費

申 当日会場へ

問 同センター ☎ 43-7874

星と森と絵本の家の催し
(8月)

◆街頭紙芝居

日 9日(土)午前10時30分から、11時30分から

◆おやじの絵本よみかせ

日 10日(日)午前10時30分から

申 いずれも当日会場へ

問 同施設 ☎ 39-3401

夏休み親子工作
ペットボトルで作る空気砲

日 8月23日(土)午後1時30分～3時30分

人 親子5組

所 リサイクル市民工房

問 同施設 ☎ 34-3196(※月・火・金曜日)

不登校からの高校進学に
ついて知ろう！
—講演会&交流会—

日 8月30日(土)午後1時30分～5時

人 学校に行っていない小・中学生やその家族、学校関係者、不登校に関する支援者など100人

所 福祉センター(講演会はオンライン会議アプリ「Zoom」でも参加可)

問 みたかボランティアセンター ☎ 76-1271

コミュニティバス

「三鷹・境循環共同運行ルート」の
一時ダイヤ変更

問 都市交通課 ☎ 0422-29-9709

お盆期間中の同ルート(ムーバス7号路線)は休日ダイヤで運行します。詳しくは、武蔵野市HPをご覧ください。

※他ルートおよびAIデマンド交通は通常通り運行します。

日 8月12日(火)～15日(金)



小学生向けScratch プログラミング教室(9月)



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

おやこでよってチョコッと あっぷるーむ(9月)



8月10日(日)午前9時から予約を受け
付けます。

主 NPO 法人みとか市民協働ネットワーク

日 ①ベビーマッサージでママと赤ちゃんの素肌スキンシップ=1日(月)、②テコ
ンドーで産後の体型戻し=4日(木)、③
簡単スクラップブックング(A4フレーム
編)=6日(土)、④子育てと働き方のバラ
ンス講座(育休復帰編)=8日(月)、⑤産
前・産後の骨盤ケア=11日(木)、⑥色育
(いろいろ)で子育てを楽しく!=18日(木)、
⑦いつでもどこでもベビーマッサージ
=25日(木)、⑧フラワーアレンジを楽しむ
(ドライフラワーミニスワッグ編)=27
日(土)、いずれも午前10時30分～正午
(③は午後1時30分～3時)

人 ①⑦2～11カ月のお子さんと保護者、
②首据わり～就学前のお子さんと母親、
③⑥⑧就学前のお子さんと保護者、妊
婦、④⑤就学前のお子さんと母親、妊婦
所 市民協働センター

問 同センター ☎ 46-0048

すくすくひろば ウェルカムパパ講座



日 9月6日(土)午前10時30分～正午
人 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)
問 同ひろば ☎ 45-7710

ママと赤ちゃんの会



日 9月10日(水)・16日(火)・24日(水)午前
10時～11時30分
人 全回参加できるおおむね3～6カ月
のお子さんと母親8組
所 西多世代交流センター
問 同センター ☎ 31-6039

私らしく子育てを楽しむ 子・孫育て講座

保育

日 9月18日～11月20日の毎週木曜日
午前10時～正午(全10回)
人 35人、保育(1歳～未就学児)15人

所 西多世代交流センター
問 同センター ☎ 32-8765

催し

地域ケアネットワーク主催のサロン

日 ①連雀サロン=8月19日(火)午後1時
30分～3時、②駅前風のサロン=21
日(木)午後1時30分～3時30分、③
よってらっしゃい・にしみたか=25日(月)
午後1時30分～3時、④しんなかサロ
ン=28日(木)午後1時30分～3時30分、
⑤ひだまりサロン・東部=9月3日(水)午
後1時30分～3時

所 各コミュニティセンター(①連雀、②
三鷹駅前、③井口、④新川中原、⑤牟礼)
申 当日会場へ
問 地域福祉課 ☎ 29-9235

ダブルケアラー・ビジネスケアラー 交流会 ミニ講座 「無理しない、負担を減らす介護技術」

日 8月24日(日)午前10時～正午
人 子育てや仕事をしながら家族の介
護をしている方や介護が始まる可能性
のある方、福祉・保育の専門職の方
所 地域密着型通所介護あゆみん家(下
連雀3-7-161階)
調 定期巡回・随時対応型訪問介護看
護「カイゴいるてと」管理者の前川武
嗣さん
申 当日会場へ
問 三鷹市社会福祉協議会 ☎ 79-3505

おとな絵本ラウンジ 「つののある動物」



日 9月21日(日)午後2時～4時
人 15人
所 三鷹ネットワーク大学
料 200円(菓子代)
申 8月3日(日)～9月20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

環境施設見学会 「沼津御用邸と柿田川湧水」



主 三鷹駅周辺住民協議会
日 所 10月8日(水)午前7時30分三鷹駅
南口発～午後5時45分三鷹駅南口着
(雨天決行)
人 市民40人
料 6,500円(昼食代を含む)
申 9月11日(木)(必着)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3-13-10 三鷹

駅周辺住民協議会」へ(1通につき2人
まで。申込多数の場合は抽選)
問 三鷹駅前コミュニティセンター ☎ 71-
0025

スポーツ

五小プール一般開放



日 8月10～24日の毎週日曜日午前9
時～正午、午後1時～4時(10日は電
気設備の点検のため午前のみ)

※『広報みとか』7月20日号の9面に
掲載した内容から変更しています。

人 小学生以上の市民(小学3年生以下
で25m泳げない方は、原則保護者同伴。
ライフジャケット着用の場合は同伴不要)

物 水着、水泳帽、バスタオル

申 期間中会場へ

問 スポーツ推進課 ☎ 29-9863

すもう体験教室



日 9月13日(土)午後2時～3時
人 4歳～小学6年生のお子さん20人
(小学3年生以下は保護者同伴)

所 SUBARU 総合スポーツセンター

料 1人500円(保護者は無料)

物 動きやすい服装、タオル

申 8月6日(水)～31日(日)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 同センター ☎ 45-1113

投げるってどうやるの？ こども運動遊び



「投げる」に特化した運動遊びです。
主 (公財) 三鷹市スポーツと文化財団
日 9月23日(火・祝) 午前10時～11時30分
人 在園を含む市内の未就学児と保護者
30組

所 SUBARU 総合スポーツセンター、生
涯学習センター

物 動きやすい服装、室内履き、外靴を
入れる袋

申 8月19日(火)まで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

わんぱくサッカー大会 (交流会)



主 新川中原住民協議会

日 ①11月22日、②29日、いずれも土
曜日午前9時～午後5時のうち2時間
人 市内の小学3～6年生で構成される
①4・6年生以下のチーム、②3・5年
生以下のチーム、各4チーム
所 大沢野川グラウンド

申 8月22日(金)までに新川中原コミュ
ニティセンターへ(申込多数の場合は抽選)
問 同センター ☎ 49-6568

講座

初心者向け本の探し方講座

図書館のパソコンを使って、本や雑
誌の検索・予約方法を学びます。

日 8月19日(火)午前10時30分～11時
30分

人 2人

所 三鷹図書館(本館)

物 図書館利用カード

申 問 8月5日(火)～17日(日)に直接また
は電話で同館 ☎ 43-9151 へ(先着制)

骨粗しょう症予防教室 ー骨からハッピーを コツコツ続けて骨美人! 「食事のお話&エクササイズ」



日 8月29日(金)1時50分～3時30分(1
時10分受付開始、受付後に体組成を
測定)

人 在勤を含む40～70歳の女性市民30
人

所 総合保健センター(元気創造プラザ2
階)

物 運動できる服装と靴、靴下、タオル

申 問 8月27日(水)までに健康推進課 ☎
24-8207・市 HP へ(先着制)

被災地で経験した避難所 の食事の現状ーじぶんの 「いつも」をキープするには



主 福祉 Labo どんぐり山

日 9月5日(金)午後1時30分～2時30分

人 所在勤を含む市民または市内に親族
(親・子など)が住んでいる方①同施設
30人、②オンライン50人

※①市役所からの送迎バスあり。

調 日本栄養士会災害支援チーム(JDA-
DAT) リーダーの深澤幸子さん

申 問 同施設 ☎ 24-7350、または申し込み
フォーム(QRコード)へ(先着制)

栄養料理教室特別講座 「適塩生活のための知識と 調理のコツ」



高血圧予防の講話と試食。

日 9月7日(日)午前10時30分～正午

人 在学・在勤を含む市民20人

所 連雀コミュニティセンター

調 管理栄養士の奈良理香子さん、森幸
代さん

申 問 8月31日(日)までに直接または電話、
申し込みフォーム(QRコード)で同セン
ター ☎ 45-5100 へ(先着制)

大人になっても学びたい! 知識・教養講座

保育

日 9月19日～11月21日の毎週金曜日
午前10時～正午(全10回)

人 35人、保育(1歳～未就学児)15人

所 西多世代交流センター

申 問 8月3日(日)～24日(日)に直接また
は電話、市 HP で同センター ☎ 32-8765
へ(申込多数の場合は在勤を含む市民
を優先して抽選)

華道体験教室



日 10月5日(日)、午前の部=午前10時
30分～正午、午後の部=午後2時～3
時30分

人 中学生以上の華道未経験者各12人

所 みとか井心亭

調 三鷹市華道連盟の皆さん

第185回 太宰治作品朗読会



『富嶽百景』

所 問 太宰治文学サロン ☎ 0422-26-9150

朗読は、朗読家の中村雅子さん(写真)。

日 9月19日(金)午後6時～6時50分 **人** 25人

申 9月1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)



¥1,500円

物台布巾

申9月5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)・希望の部(午前または午後)を「〒181-0013 下連雀2-10-48 みたか井心亭」または同イベントHPへ(1通につき2人まで。申込多数の場合は抽選)

問同施設 ☎46-3922



募 集

シティコート下連雀
貸店舗入居者



◆所在地 下連雀5-8-1

◆募集区画 C区画(1室)78㎡

◆賃料(消費税別) 月額230,000円(そのほか管理料、保証金あり)

申8月14日(木)午後5時(必着)までに必要書類を直接または郵送で募集要項記載の申し込み先へ(選考のうえ決定)

問(株)まちづくり三鷹 ☎40-9669



求 人

詳細は、右記QRコード
からHPをご覧ください。



学校栄養士(会計年度任用職員)

◆採用日 9月1日

問総務課 ☎29-9811

(社)三鷹市社会福祉事業団 職員

◆職種 ①保育士、②総合職(①②正職員)、③介護支援専門員(契約社員)、④夜勤専従介護職、⑤調理員、⑥保育職、⑦用務員、⑧相談員(④～⑧パートタイマー)

◆採用日 ①令和8年4月、②～⑦随時、⑧10月

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8月13日(水)午前10時～正午(受付は11時30分まで)

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

申問生活経済課 ☎29-9615へ(予約優先、当日参加可)



審議会・市民会議など

詳細は、右記QRコード
からHPをご覧ください。



ふじみ衛生組合 ①第3回議会定例会
②第86回地元協議会の傍聴

日①8月21日(木)午前10時から、②25日(月)午後6時30分から

所①クリーンプラザふじみ、②同施設またはオンライン会議アプリ「Zoom」

問同組合 ①042-482-5497、②042-490-5374

第1回三鷹市交通安全推進協議会の傍聴

日8月21日(木)午後3時～4時30分

所市議会協議会室(市役所3階)

問安全安心課 ☎45-1116

第4回(仮称)三鷹市子どもの権利に関する条例(素案)検討委員会の傍聴

日8月22日(金)午後6時～7時30分

所教育センター

問子ども家庭課 ☎45-3031

Mitaka
みんなの防災
フェスタ

企画運営委員会の
委員を募集します



問 NPO 法人 Mitaka みんなの防災 ☎0422-26-7020
(平日午前9時～午後5時)

防災の知識やイベント運営の経験は問いません。高校生以上の委員には、みたか地域ポイントを差し上げます(5時間未満500ポイント、5時間以上1,000ポイント)。

◆主な活動内容

イベントの企画/同フェスタ当日の運営

日会議=8月下旬以降月1、2回(平日午後6時以降)、同フェスタ=令和8年3月20日(金・祝)午前9時～午後4時

人 在学・在勤・在活動を含む中学生以上の市民
所 元気創造プラザ

申8月4日(月)～10月ごろに必要な事項(7面参照)を直接または電話、電子メールで同法人(元気創造プラザ5階) ☎0422-26-7020・✉info@mitaka-minnanno-bousai.jp、または市HPへ



モバイル版『広報みたか』

問広報メディア課
☎0422-29-9037



使い方

①無料アプリ「カタログポケット」をダウンロード(QRコード)



②アプリを起動し、虫眼鏡マークの検索で「三鷹市」または「広報みたか」と入力し、決定



③最新号からバックナンバーまでご覧いただけます

スマートフォンで、ちょっとした空き時間に気になる記事を簡単にチェックできるよう、モバイル版も配信しています。文字の拡大や10言語の翻訳・音声読み上げに対応しており、通常の紙面をご覧になることが難しい方にもおすすめです。



アプリのアイコン

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

空 手

◆組手区群市審判員資格取得・更新講習会
(22歳以上)

日8月30日(土)午前9時～午後3時

◆子ども練習試合(小学生以上)

日8月30日午前11時～正午

◆市民スポーツ祭 競技大会(幼年以上)

日9月28日(日)午前9時～午後5時

問三鷹市空手道連盟 ✉colors7865@yahoo.co.jp

なぎなた 初心者講習会(小学生以上)○

日8月30日、9月6・27日の土曜日午前10時～11時30分

問三鷹市なぎなた連盟 ☎0422-42-3524

サッカー ソサイチ(7人制サッカー)大会
(壮年・女子)

日8月30日(土)午後3時30分～5時30分

問(一社)三鷹市サッカー協会 HP

水 泳 50歳以上の初心者講習会○

日9月3～24日の毎週水曜日午前9時～11時(全4回)

問三鷹市水泳連盟 ✉wabisabi-chakai@triton.ocn.ne.jp

バレーボール

市民スポーツ祭 大会(一般の部・女子9人制)

日9月13日(土)午前9時～午後6時

問三鷹市バレーボール連盟 ✉mitaka.volleyball.renmei@gmail.com

卓 球 市民スポーツ祭 大会(小学生以上)

日9月21日(日)午前9時～午後6時

問三鷹市卓球連盟 ✉info@mitakattl.jp

ダンス

市民スポーツ祭 大会(12歳以上)

日9月28日(日)正午～午後6時

問三鷹市ダンススポーツ連盟 ☎080-8289-1173

所 北浅川恩方マス釣り場(八王子市)

釣 魚

市民スポーツ祭 マス釣り大会

日8月24日(日)午前7時30分～午後5時(小雨決行)

問三鷹市釣魚連盟 ✉kazuyama2018sabref@gmail.com

所 大沢野川グラウンドテニスコート

テニス

硬式シングルス大会

日10月5日、11月9日～12月7日の日曜日午前7時～午後5時(予備日12月14・21日の日曜日)

問三鷹市テニス協会 ✉singles2025@mitaka.tennis.com

三鷹市スポーツ協会と各連盟等の共催事業=○

※市民スポーツ祭は、市、市教育委員会、(公)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

太陽系



サポーター大募集

☎三鷹ネットワーク大学 ☎0422-40-0313・
✉info@mitaka-univ.jp

令和8年2～3月に開催予定の三鷹の森科学文化祭「みとか太陽系ウォーク」の企画・運営をサポートする市民ボランティア「太陽系サポーター」を募集します。三鷹のまちが好きな方、天文科学に興味がある方、地域で活動したい方、友達や仲間をつくりたい方など、どなたでも参加できます。

主な 活動内容

- ・「みとか太陽系ウォーク」の企画(毎月1回定例会の開催)
- ・天文・科学情報スペース企画展示の準備作業(8年2月)
- ・景品交換窓口(8年2～3月)
- ・イベントスタッフ(8年2～3月)

※昨年度のイベントの概要は、みとか太陽系ウォークHPをご覧ください。

チケットインフォメーション

桃月庵白酒 独演会 保育

芸術文化センター 星のホール
9月13日(土) 午後2時開演

チケット発売日(全席指定)

会員＝8月2日
一般＝8月8日(金)
会員＝2,700円
一般＝3,000円
高校生以下＝1,000円
※購入は1人4枚まで。

一度聴いたら癖になる、白酒師匠ならではの粋な高座を、心ゆくまで堪能ください。



桃月庵白酒／
撮影：橋連二

ティボー・ガルシア ギター・リサイタル 保育

芸術文化センター 風のホール
10月5日(日) 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

世界が認め、賞賛する若手クラシック・ギタリストが紡ぐ流麗な調べ。今季、都内で行われる彼のリサイタルは、三鷹公演のみです。



ティボー・ガルシア
© Warner Classics
photo by Simon
Fowler

古今亭菊之丞 独演会 保育

芸術文化センター 星のホール
11月8日(土) 午後2時開演

チケット発売日(全席指定)

会員＝8月2日 一般＝8月8日(金)
会員＝2,700円 一般＝3,000円
高校生以下＝1,000円
【出演】古今亭菊之丞、
SACHI(マジック)、笑福
亭茶光、隅田川わたし

口跡鮮やかな語り口で観客を魅了する、菊之丞師匠の落語を、じっくりとお楽しみください。



古今亭菊之丞



公益財団法人 三鷹市スポーツと文化財団

☎同財団 ☎0422-47-5122・HP

チケットお求め方法

- 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、U-23、O-70の方は、公演当日に身分証明書をお持ちください。
※販売状況により完売となった場合はご了承ください。
※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。



保育 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

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(口座会員のみのみ)など。

シニアNews

■三鷹駅周辺・シニアのまるごと相談サロン 「タンパク足りてますか？」 「普段の食事を見直してみよう！」

大塚製薬(株)の協力で実施します。

☎8月14日(木)午後2時～3時30分 所 三鷹駅前コミュニティセンター 申 当日会場へ 問 三鷹駅周辺地域包括支援センター ☎0422-76-4500



■連雀おひとりさまのおしゃべり会& 個別相談会(8月)

☎8月15日(金)午後1時～3時 人 10人程度 所 連雀コミュニティセンター 申 当日会場へ 問 連雀地域包括支援センター ☎0422-40-2635

■SOMPO暮らしの保健室

高山医院の宮内医師による「爪のケア」講座と生活・医療・介護に関する相談。

☎8月15日(金)午後2時～3時 所 そんぽの家三鷹新川(新川5-6-30) 申 当日会場へ 問 新川中原地域包括支援センター ☎0422-40-7204

■山中老い支度 講話「認知症になったらどうなるの？」 「グループホーム見学」と軽体操

☎8月19日(火)午前10時～11時30分 所 山中地区公会堂 申 当日会場へ 問 連雀地域包括支援センター ☎0422-40-2635

■シルバー人材センター 入会説明会

☎8月19日(火)午前10時～正午 申 問 同センター ☎0422-48-6721へ

■介護予防講座「ソーラーボール体操体験会」

☎三鷹市社会福祉協議会 ☎9月3・17日、10月1・15日、11月5・19日の水曜日午後1時30分～2時30分(全6回) 人 15人 所 福祉センター(元気創造プラザ3階) 料 1,500円(社協会員は500円) 申 8月4日(月)～22日(金)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 同協議会 ☎0422-46-1108



■食べるちからチェック会

体重・握力・滑舌の確認と歯科衛生士・管理栄養士の講話。

☎9月5・12日、11月14日の金曜日午後1時30分～3時(全3回) 人 介護保険サービスを利用していない65歳以上の市民で全回参加できる方20人 所 総合保健センター(元気創造プラザ2階) 申 問 8月4日(月)午前9時から直接または電話で同センター ☎0422-24-8207へ(先着制)

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。



◆川上郷自然の村・体験イベント「きのこ狩り」

採取したきのこは、ガイドが鑑
定するので安心です。



㊟①9月28日、②10月12日の日曜
日午前8時30分～11時30分

人各回20人(最少催行人数10人)

所同施設周辺の山林

¥大人3,700円、小学生2,700円、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)、かご(きのこ入れ)

㊟①9月14日(日)まで、②9月28日までに同施設☎0267-
97-3206へ(先着制)

※宿泊する場合は、宿泊料金が別途かかります。



三鷹ネットワーク大学
Mitaka NETWORK University

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

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

㊟8月5日(火)午前9時30分から 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—9月の星空解説と天文トーク

㊟8月20日(水)午後7時～8時30分

続・数学はこんなに面白い！第5回「一筆書きと迷路」

㊟9月4日(木)午前10時～11時30分

講東京女子大学名誉教授の宮地晶彦さん

三鷹の夜・月いち読書会「科学と文学の間に」第48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、松崎有理「あがり」
(['あがり【新装版】』〈創元SF文庫〉所収)。

㊟9月5日(金)午後7時～8時30分

サイエンスフロントMITAKA—最先端科学を楽しむ

「素粒子利用の新たな可能性を拓く—素粒子ミュオンを使って触ることなく
貴重資料の表面から内部まで分析する」▲

㊟9月13日(土)午後1時30分～3時

講国際基督教大学特任教授の久保謙哉さん

市民活動

みんなの掲示板

9月7日号

原稿締切日 8月13日(水)

9月21日号

原稿締切日 8月26日(火)

「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。※★は生涯学習課の講師派遣事業。

◆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

平和の祈りのつどい

㊟三鷹市の福祉をすすめる女性の会 ㊟
8月15日(金)午前9時～9時30分 所仙川
平和公園「平和の像」前 ㊟当日会場へ ㊟
鎌田☎47-6254

講演会 私たちはどんな世界を生きて いるのか「トランプの再登場で世界は どう変わったのか」★

㊟市民社会をめざす会 ㊟8月17日(日)午
後1時30分～4時 人80人 所生涯学習セ
ンター 講東京外国語大学名誉教授の西
谷修さん ¥300円(資料代) ㊟当日会場
へ(先着制) ㊟石黒☎080-6250-1496

親子で参加もOK！三鷹をたぶる キャラクターのすごろくボードゲーム づくり

㊟キャラワークス・ジャパン ㊟8月17
日(日)午後1時30分～4時30分 人幼児～
中学生15人(幼児は保護者同伴、小学生
の保護者も可) 所芸術文化センター ¥

500円 ㊟㊟同会(西岡)☎77-9330・㊟
charaworks.japan@gmail.com(先着制)

東京防災学習セミナー「首都圏直下地 震への備え」

㊟駅前地区自主防災連合会 ㊟8月19日
(火)午後7時～8時 所三鷹駅前コミュ
ニティセンター ㊟当日会場へ ㊟同会(石
塚)☎71-0025

親子で学ぶアンガーマネジメント 2025

㊟日本アンガーマネジメント協会関東
支部 ㊟8月23日(土)午前10時20分～午
後3時40分 人5歳以上の方各回15人 所
市民協働センター ¥1回500円 ㊟㊟8
月17日(日)までに同支部㊟jama-oyako
de-mitaka2025@farora.jp(先着制)

ラテン講習&ダンスの集い

㊟ラテン研究会 ㊟8月24日(日)午後1時
15分～3時30分 所三鷹駅前コミュ
ニティセンター ¥500円 ㊟当日会場へ
㊟堀江☎090-9687-7361

初心者・初級者向け 中国語学習会— 中国語の発音、基本単語と日常会話を 学ぶ

㊟ビジネス中国語クラブ ㊟8月26日(火)
午後7時30分～9時30分 人6人 所三鷹
駅前地区公会堂 ㊟㊟高橋☎090-6487-
5278・㊟zwatong21@outlook.jp(先着
制)

プロムナードコンサート2025

㊟三鷹市管弦楽団 ㊟8月30日(土)午後6
時～8時30分(5時開場) 人550人 所芸
術文化センター風のホール ㊟当日会場
へ(先着制) ㊟矢崎☎090-4222-0662

会員募集

フラ・キエレ(ハワイアンフラ、三鷹 市ベッセルスポーツクラブ)

㊟毎月第1～3火曜日午後1時～3時 所
SUBARU総合スポーツセンター ¥入会
金1,000円、月額1,000円 ㊟㊟石井☎
080-5055-4296

水墨画交流会

㊟毎週木曜日午後1時30分～3時30分
所三鷹駅前コミュニティセンター ¥1
回1,200円 ㊟㊟陳☎090-8489-5906

伝言板

住民向け講演会「もの忘れの予防と対 策」—最新科学が織りなす認知予備力 の向上

㊟(公助)井之頭病院 ㊟8月30日(土)午前10
時～正午 人①80人 所①同病院、②オ
ンライン ㊟①当日会場へ(先着制)、②
同病院HP ㊟同病院(森)☎44-5331

4つの公園をめぐる歴史ガイドツアー 戦後80年歴史ガイド

㊟武蔵野の森公園 ㊟10月4日(土)・5日
(日)・11日(土)・12日(日)午前11時～正午、
午後1時～2時 人各回20人 所同公園 ㊟
㊟直接または電話で同公園サービ
スセンター☎042-365-8435(午前9時～午
後4時。先着制)

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



三鷹市考古学講演会 三鷹と戦争

関生涯学習課 ☎0422-29-9867

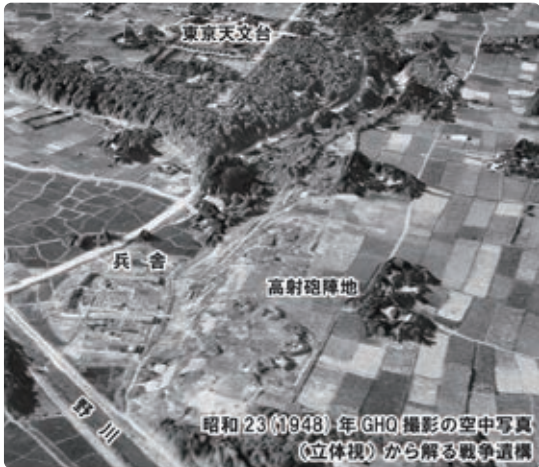
三鷹市内の戦争遺跡の発掘調査成果や市内に残る戦争に関する資料を紹介し、戦後80年を経て、戦争の記憶と記録を継承する意義について考えます。

📅 8月11日(月・祝) 午後1時～5時(0時30分開場)

👤 100人

📍 三鷹市公会堂さんさん館

📄 当日会場へ(先着制)

**多治見麻子さん、狩野美雪さん、狩野舞子さん、高橋侑子さんがふるさと三鷹応援団に就任**

関広報メディア課 ☎0422-29-9037

三鷹市出身の4人のトップアスリートの方々が新たにふるさと三鷹応援団に就任しました。今後、市内外での宣伝活動や市のイベントなどにご助力いただきます。

●多治見麻子さん(写真①)

元バレーボール女子日本代表

●狩野美雪さん(写真②)

元バレーボール女子日本代表、現デフバレーボール女子日本代表監督

●狩野舞子さん(写真③)

元バレーボール女子日本代表

●高橋侑子さん(写真④)

2020東京オリンピック、2024パリオリンピックトライアスロン女子日本代表

**8月15日(金)****戦後80年 みとか平和のつどい**

📍 三鷹市公会堂光のホール 📄 当日会場へ(先着700人、入場無料)

戦没者追悼式並びに平和祈念式典 手話

関地域福祉課 ☎0422-29-9231

1部 午前10時15分～10時35分(9時50分開場)

●市長や来賓などによる代表献花

※1部終了後、どなたでもロビーで献花ができます(10時35分～午後4時)。

2部 午前10時50分～午後0時30分

●追悼と平和祈念のこたば

●いま語り伝えたいこと

(落語家・林家木久扇さん(写真)による戦争体験談)

※落語は行いません。

●中学生長崎市平和交流派遣事業の報告

●黙とう

●コーラス

(三小合唱団、ICC三鷹ジュニア合唱団)

**平和アニメ上映会『風が吹くとき』(日本語吹替版)**

関企画経営課 ☎0422-29-9032

核戦争の脅威を描き、世界的なセンセーションを巻き起こしたイギリスのアニメーションです。

📅 午後2時～3時40分(1時45分開場)

あらすじ

イギリスの片田舎で暮らすジムとヒルダの平凡な夫婦。ある日ラジオで、新しい世界戦争が起こり、核爆弾が落ちてくることを知る。過去に経験した二度の世界大戦を思い出し、二人は戦争に備えるが、その時は突然やってくる。爆弾がさく裂し、すさまじい熱と風が吹く。そんな中生き延びた二人は再びシェルターでの生活を始めるのだが…。



© MCMLXXXVI

第58回**三鷹阿波おどり****8/16****8/17**

関三鷹阿波踊り振興会(三鷹商工会内) ☎0422-49-3111、市生活経済課 ☎0422-29-9615

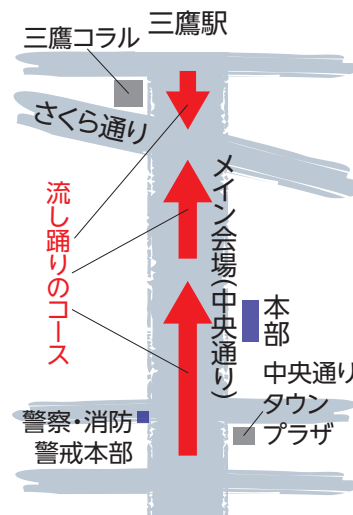
市内外から20を超える連が参加し、華麗な踊りを披露する三鷹の夏の風物詩をぜひご覧ください。16日には、今年5月にふるさと三鷹応援団に就任した、三鷹市出身で女優・タレントの二瓶有加さん(写真)が来場します。

**午後
5時～8時**

(17日は7時30分
から表彰式)

場所:

三鷹駅南口商店街
三鷹駅南口中央通り

流し踊りのコース便利な
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