

催し

Poki4コマまんがコンテスト
2024入賞作品展



日8月18日(月)～29日(金)
所アトレヴィ三鷹4階(改札内)
間(株)まちづくり三鷹 ☎40-9669
※入場券が必要です。

企画展示「あなたの心を
支える1冊、見つけよう」



図書館と総合保健センターの合同企画です。心が軽くなるような、気分をリフレッシュできる本を展示します。
日8月19日(火)～9月15日(月・祝)
所市立図書館各館、井の頭コミュニティセンター図書館
申期間中会場へ
間健康推進課 ☎24-7145

市民活動紹介のための
トークサロン「みとかスペース
あいから生まれたもの」



商店街の空き店舗活用にもみる、コミュニティスペースの可能性を考えます。
注 NPO 法人みとか市民協働ネットワーク
日9月1日(月)午後7時～9時
人30人
所市民協働センター
調協同組合三鷹中央通り商店会代表理事の広瀬充弘さん、(一社)ミタカエリアデザイン代表の笠置秀紀さん
申申し込みフォーム(QRコード)へ(先着制。空きがあれば当日参加も可)
間同センター ☎46-0048

ほろよいトークサロン
「ゆるっとカンパイ！
ふらっとおしゃべり」



注 NPO 法人みとか市民協働ネットワーク
日9月5日(金)午後6時30分～8時30分

(出入り自由)
所みとかスペースあい(下連雀3-28-20)
¥500円
申当日会場へ
間市民協働センター ☎46-0048

大根の種まき講習会



敷地内の畑を使って大根を育てます。
日9月13日(土)午後1時30分から(雨天時は14日(日)に延期)

所農業公園
物汚れてもよい服装、長靴、手袋
申当日会場へ
間JA東京むさし三鷹緑化センター ☎48-7482

バス研修「吹割の滝・
ぶどう狩り・菅国光見学」



主三鷹いきいきプラス
日所10月9日(木)午前7時45分市役所集合～吹割渓谷(※)～原田農園～土田酒造～午後5時30分市役所解散予定
人55歳以上の市民40人
¥4,000円(ぶどう狩り料金、昼食代、高速代など)
申9月5日(金)(必着)までに往復はがきで参加者全員の必要事項(6面参照)を「〒181-0013下連雀3-38-4三鷹産業プラザ310号三鷹いきいきプラス」へ(1通につき2人まで。申込多数の場合は抽選)
間同会事務局 ☎70-5753(月・水・金曜日午前10時～午後4時)
※階段のある道を1時間程度歩きます。

介護者のつどい
「夕陽日本一！西伊豆堂ヶ
島温泉と天然記念物洞窟
めぐり遊覧船」



日所11月11日(火)午前8時15分市役所集合～12日(水)午後4時市役所解散予定
人在宅などで高齢の家族を介護して

いる市民、要介護者が亡くなってから3年以内の介護経験者、要介護者が老人ホームや老人保健施設、療養型施設に入所・入院している方30人
¥8,000円(家族2人目以降16,000円)
申間8月18日(月)～9月26日(金)に(社)三鷹市社会福祉協議会 ☎79-3505へ(申込多数の場合は初参加者を優先して抽選)



スポーツ

大沢総合グラウンド
サッカー・ラグビー場の
代替施設の使用料を
補助します



9月1日(月)から、同施設が改修工事のため休場します。
◆対象団体 スポーツ施設使用団体登録の承認を受けたスポーツ団体
◆対象種目 サッカー、ラグビー、ラクロスなど
◆対象施設 民間施設を含む市内・市外の屋外有料スポーツ施設(大沢野川グラウンド、井口グラウンドおよび市立学校施設を除く)
◆交付額 施設利用料金1回分(上限3,000円。月1回まで補助)
◆交付対象期間 9月1日(月)～令和8年3月ごろ
※工事の状況により、期間を変更する場合があります。
申間スポーツ推進課 ☎29-9863へ

第9回東京ボッチャ
選手権大会
(関東選手権大会東京都
予選会)の観戦



注東京ボッチャ協会
日9月6日(土)午前9時40分～午後7時30分、7日(日)午前9時40分～午後4時30分
所SUBARU総合スポーツセンター
物室内履き、下足入れ

申期間中会場へ
間スポーツ推進課 ☎29-9863

関東学生アメリカンフット
ボールの試合に
ご招待します



日9月13日(土)・21日(日)、10月19日(日)
所アミノバイタルフィールド(調布市)
物市内在住を証明できるもの
申当日会場へ
間(一社)関東学生アメリカンフットボール連盟 ☎042-440-0881

健康ウォーキング教室



日所11月27日(木)午前9時30分 SUBARU 総合スポーツセンター集合～午後0時30分深大寺解散(行程約5km)
人高校生以上の方
¥1,000円
物タオル、雨具、防寒具
申8月23日(土)～9月5日(金)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)
間同センター ☎45-1113



講座

パソコン・スマホ教室
(9月)



主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
申間同センター ☎48-6721へ

起業・創業セミナー
「スマホでできる！起業者の
ための写真と動画の
撮りかたと編集」



日9月5日(金)午後4時～5時30分
人これから事業を始める方、または始めて間もない方14人
所三鷹産業プラザ



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

申8月19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。



杏林大学公開講演会「第二次トランプ政権と今後の日米関係」■

日9月13日(土)午前10時30分～11時40分
調杏林大学総合政策学部准教授の松井孝太さん

人生100年時代を考える

「シニアライフをいかに楽しく過ごすかを考えるーライフシフト視点で
一歩踏み出すコツ」

日9月17日(水)午後3時～4時30分
調キャリアコンサルタントでライフシフトキャリアコーチの北原譲さん

国立天文台企画サロン アストロノミー・パブ 第211回
「系外惑星発見30周年×アストロバイオロジーセンター10周年」▲

ゲストは自然科学研究機構アストロバイオロジーセンター副センター長の滝澤謙二さん、ホストは同センター特任専門員の日下部展彦さん。
日9月20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・作品たちー織田作之助『旅への誘い』(その1)」

日9月21日(日)午前10時30分～午後0時30分 調朗読家の原きよさん

サイエンスカフェみとか「世界に繋がる岩絵の具」■

日9月25日(木)午後7時～8時30分
調女子美術大学名誉教授で日本画家の橋本弘安さん

インタラクティブ・フォーカシング9月

ー共感力を高めるカウンセリング技法：二重の共感のとき

日9月26日(金)午前10時～正午
調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

語学体験講座(入門)

日9月27日(土)①タイ語・②ヒンディー語・③中国語＝午前10時30分～午後0時40分、④アラビア語・⑤インドネシア語・⑥ウルドゥー語・⑦ベトナム語＝午後2時～4時10分(午前・午後それぞれ1つの言語のみ申し込み可)
調専門学校アジア・アフリカ語学院講師の①シーヌアン・ディパンヨーさん、②豊田雅人さん、③王鳳英さん、④石垣聡子さん、⑤荻原道子さん、⑥露口哲也さん、⑦ファン・ガーさん