

市民活動

みんなの掲示板

11月2日号
原稿締切日 10月7日(火)

11月16日号
原稿締切日 10月21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。
図同課☎29-9037
※市外局番0422は省略。



ウェブ版

催し

市川曜子展

図10月4～19日(日)正午～午後7時(19日は5時まで) 図ぎゃらりー由芽 申期間中会場へ 図同画廊☎47-5241(※木曜日)

裸足かけっこ・体操教室(縄跳び)

図ボールあそび三鷹 図10月5日(日)、10月6日～11月24日の月曜日午後3時15分～5時45分(10月20・27日を除く) 人各日15人 図SUBARU総合スポーツセンター ¥1回2,500円 申図白石☎090-3503-5027・✉shiraishieiji0601@gmail.com(先着制)

マイクラ工作「こどもアート絵画工作教室」

図子どもあそび三鷹 図10月8日、11月19日の水曜日午後4時～5時15分 人各日15人 図生涯学習センター ¥1回2,500円 申図各開催日の前日までに岸下✉shiraishieiji0601@gmail.com(先着制)

切り絵100歳チャレンジ展

図四つ葉ときわクラブ切り絵同好会 図10月10日(金)～12日(日)午前10時～午後5時(12日は4時まで) 図三鷹駅前コミュニティセンター 申期間中会場へ 図宇野澤☎43-8797

学習会「借地問題」について

図三鷹市借地人連絡会 図10月12日(日)午後2時～4時 人30人 図三鷹台地区公会堂 申当日会場へ(先着制) 図津☎47-9687

中高年の体操教室★

図みゆきクラブ 図10月15日(水)午後3時～4時30分 人10人 図SUBARU総合スポーツセンター 図体操インストラクターの館野伶奈さん 申図岩下☎46-6775(先着制。空きがあれば当日参加可)

断捨離講座「やったらできた」(全3回)

図三鷹断捨離会 図10月16日、11月13日、12月11日の木曜日午前9時30分～11時30分(11月13日は午後2時～4時) 人8人 図市民協働センター ¥3,000円(3回分。参考書籍をお持ちの方は1,790円) 申図同会(たけやま)☎070-7781-0501・✉takeyamahisae@gmail.com(先着制)

健康な身体をゆっくりを目標に初心者・高齢者のフラダンス

図楽しいフラダンス 図10月16日、11月6日の木曜日午後1時～2時45分 人

65～90歳の方各日10人 図三鷹駅前コミュニティセンター ¥1回600円 申図鈴木☎080-4953-3361(午後3時30分～6時。先着制。空きがあれば当日参加可)

第32回ひまわりフェスタ

図(社)三鷹ひまわり会 図10月18日(土)午前10時～午後2時 図三鷹ひまわり第一共同作業所(下連雀4-8-20) 申当日会場へ 図同作業所(松岡)☎76-0388

ギターサークル・ハーモニックス第37回定期演奏会

図10月18日(土)午後2時～4時15分 人600人 図芸術文化センター風のホール 申当日会場へ(先着制) 図澤田☎090-2425-0113

ガレージセール

図(社)巣立ち会 巣立ち工房 図10月21日、11月25日の火曜日午後1時30分～3時(雨天中止) 図同工房(野崎1-20-3 MUGEN) 申当日会場へ 図同工房☎24-7739

3回連続講座「介護と自立への道①特養と老健の違い、②在宅介護のおはなし、③若返りの料理教室」

図三鷹市の福祉をすすめる女性の会 図①10月22日、②11月19日、③12月24日、いずれも水曜日午前10時～午後1時 人各日6人 図福祉センター ¥1回200円 申図鎌田☎47-6254・✉k-teruko18@nifty.com(先着制)

体験会一のべ40万人を健康に導いたシニア世代専門のプロが教える「いつもでも元気に動けるカラダづくり」★

図どんぐり 図10月24日(金)午前10時～11時30分 人5人 図SUBARU総合スポーツセンター 図健康運動指導士でシニア専門体操インストラクターの禰津久子さん 申図高橋☎090-7307-4280(先着制)

講演会「どこが凄いの?円山応挙—日本絵画の写生革命」★

図「日本の文化」を学ぶ会 図10月24日(金)午後4時～6時 人60人 図生涯学習センター 図美術ジャーナリストで美術史学会員の斎藤陽一さん ¥300円(資料代) 申当日会場へ(先着制) 図小林☎76-2280・✉532v3e@bma.biglobe.ne.jp

オーガニックフェスタin井の頭公園2025

図みたか子どもの食と未来を守る会 図10月25日(土)午前10時～午後4時(雨天

時は26日(日)に延期(小雨決行)) 図井の頭公園西園文化交流広場 申当日会場へ 図ボランティア希望者は10月20日(月)までに松原☎070-6632-4795

第20回にじの会まつり

図(社)にじの会 図10月25日(土)午前11時～午後2時 図大沢にじの里(大沢1-6-3) 申当日会場へ 図同法人(阪上)☎39-2411

太宰治の足跡案内

図みたか観光ガイド協会 図10月26日(日)、11月23日(日・祝)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 申当日集会所へ 図こやの☎090-8302-2858

ハーモニカ初心者講習会

図ハーモニカサークルTOGETHER 図説明会=10月26日(日)午後1時30分～2時30分、講習会(全4回)=11月9・23日、12月7・21日の日曜日午後1時30分～3時 図三鷹駅前コミュニティセンターほか ¥600円(4回分。資料代) 申図山口☎70-0262

講演会「戦後80年—天皇制の現在地を考える」★

図読み解きレッスン 図10月26日(日)午後1時30分～5時 人80人 図生涯学習センター 図明治学院大学名誉教授の原武史さん ¥300円(資料代) 申当日会場へ(先着制) 図角田☎080-4888-8771

学習会「脳活! 笑える小噺、誰でもカントン洒落言葉の作り方」★

図(一社)江戸小噺つながりコーチング 図11月1日(土)午後1時30分～4時30分 人30人 図生涯学習センター 図言葉遊び作家のながたみかこさん ¥200円(資料代) 申図高野☎080-5502-4621・✉edo.kobanashi888@gmail.com(先着制)

中国ビジネス入門講座—中国最新法令・政策、中国社会・企業などの基本知識を学ぶ

図中国ビジネス学習会 図11月2日(日)午後3時～4時30分 人6人 図三鷹駅前地区公会堂 申図王☎070-8335-1963・✉dazhongweb@outlook.com(先着制)

初めての健康マージャン(全3回)

図健康マージャン「めだかの学校」 図11月14・28日、12月12日の金曜日午後1時10分～2時50分、3時10分～4時50分 人各回12人 図生涯学習センター ¥

4,000円(3回分) 図図原☎080-5532-4290(先着制。SMSでの申し込み可)

第18回三鷹市長杯パドルテニス大会

図三鷹市パドルテニス協会 図11月15日(土)午前9時～午後6時 人50人 図SUBARU総合スポーツセンター ¥1,000円 申11月1日(土)までに鈴木✉mitakapt@gmail.com(先着制) 図鈴木☎090-3819-2020

会員募集

やさしい英会話サークル トマト

図毎月3回土曜日午後1時～3時15分 図生涯学習センター ¥月額5,000円(見学は無料) 図図シオツ☎090-3102-7282

伝言板

コグニサイズ—頭と体を動かして認知機能の低下を防ごう

図杏林大学医学部付属病院もの忘れセンター 図10月23日(休)午後2時～3時 人7人 図同センター 申図同センター☎47-5511(先着制)

ICUオルガン演奏会

図ICU宗教音楽センター 図11月8日(土)午後3時から 人300人(未就学児の入場不可) 図同大学礼拝堂 ¥2,000円 申当日会場へ(先着制) 図同センター☎33-3330

井の頭自然文化園 動物園ボランティア(サービスガイドグループ)の募集説明会

図(公助)東京動物園協会 図11月20日(休)午前10時30分～正午、午後1時30分～3時、22日(土)午後1時30分～3時 図同園 申11月9日(日)までに東京ズーネットHP 図同園☎46-1100

市民公開講演会「アイフレイルを予防する」

図杏林医学会 図11月29日(土)午後2時から 人200人 図杏林大学三鷹キャンパス大学院講堂 申図団体HP(先着制) 図同団体☎47-5511(内線23314)

禅林寺龍華会基金の助成団体募集

市民のための教育または社会福祉に貢献する団体に対して、物品購入費など(1件50万円以内を2件以内)を助成します。 申10月31日(金)までにA4用紙縦・横書き(記入形式は自由)で申請者の経歴・活動内容・要望・計画・見積もり、直近の財務諸表などを提出 図同基金☎44-8365

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 Fax0422-48-2810

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

