

三鷹2025 この1年

今年も残すところあと少しとなりました。
三鷹の新しい取り組み、楽しい話題など、
写真とともに2025年を振り返ってみましょう。

表紙は「まちなかカメラマン(通称:まちカメ)」の皆さんが撮影した“三鷹の春夏秋冬”です。上から時計回りに、「弘済園通りの桜」(小池佑)、「タカの子育て」(田中利明)、「井の頭公園の紅葉」(岡田和美)、「三鷹駅南口のイルミネーション」(今野行)です。

2面へ

市長コラム

未来への挑戦が あちこちで！



三鷹市長 河村 孝

今年は夏が長過ぎました。近い未来は四季がなくなり、ずっとこんな日々が続くのでしょうか。長い猛暑に物価高騰も加わり、さらに世界を見回すと紛争の出口も一向に見えません。そんな2025年は、一言で言うと「先が見えない不透明な年」です。でも考えてみると、未来が鮮明に見えていた時代などあったでしょうか。

「先が見えない」不安は、いつの時代も挑戦や工夫で切り開いてきました。市内では、JA東

京むさしさんが、暑さを利用してバナナの試験栽培に取り組むと言っていました。また、ある福祉団体では、利用者が制作した芸術作品の販売を始めたそうです。市も交通不便地域の解消のため、予約制の乗り合いタクシー「AIデマンド交通」を西部・井の頭地区で開始しました。あらゆるところに未来に通じる扉があります。2025年はそんな扉を開く数々の挑戦が行われた年でもありました。

YouTubeで配信中



三鷹2025 この1年

大正時代の日本家屋を
活用した展示施設



2月22日、平成21(2009)年にオープンした星と森と絵本の家の来館者が50万人を突破しました。

市内973の交通危険箇所を表示！



市立小学校15校の5年生のヒヤリハット体験をまとめ、危険度を分類したデジタルマップを8月に公開しました。



東京2025
デフリンピック
11月に日本初開催！



100周年となる同大会では、ふるさと三鷹応援団の狩野美雪さん(下記参照)が監督を務めるデフバレーボール女子日本代表が、見事金メダルを獲得しました(12月11日に市役所で優勝を報告)。

三鷹の歴史を
視覚的に体感！



12万年前から現代までに至る地形の変遷を示したプロジェクションマッピングを4月から三鷹歴史文化財展示室「みたかえる」(教育センター2階)で公開しました。

平和の尊さを次世代へと
引き継いでいくために



7月29～31日に市内の中学生16人が長崎市を訪問。現地の中学生との交流や平和関連施設の視察を通じて、恒久平和について学びました。11月30日には、報告会を行い、学びの成果と平和への思いを力強く発表しました。

サッカーや野球
などが楽しめます



新たなスポーツ施設として、井口グラウンドが7月にオープン。人工芝の多目的グラウンドにはクラブハウスを併設し、災害時の一時避難場所としても活用します。

ユニークなふるさと納税への挑戦！



令和8年3月完成予定
クラウドファンディング実施中！



三鷹こ線人道橋跡地に整備中の「ポケットスペース(仮称)」。返礼品のひとつとして、部材の一部に使われていた古いレールからペーパーウェイトを作成しました。

JR東日本ハ王子支社と
連携した、鉄道に関する体験



市内にある車両センターでの運転台検査や構内運転シミュレーター、構内業務などの体験をご用意しました。



芸術家で建築家の荒川修作と詩人のマドリン・ギンズが企画・設計した「三鷹天命反転住宅 In Memory of Helen Keller」(大沢2-2-8)がテーマの企画展が、3月から三鷹市美術ギャラリーで開催されました。

このカラフルな
建物を
ご存じですか？

太宰の生きた証しに
思いをはせる



昨年市が購入した、太宰治の直筆原稿『雀』全ページを初公開。企画展示は2期に分けて開催し、太宰の筆跡や推敲跡などを身近に見られる貴重な機会となりました。

ふるさと三鷹応援団が大活躍！

市ゆかりの著名人が団員となり、市のPRやイメージアップに協力していただく「ふるさと三鷹応援団」。

林家木久扇さん、林家木久蔵さん、岡元あつこさん、蝶野正洋さんに加え、5月には女優・タレントの二瓶有加さん、8月には元トライアスロン女子日本代表の高橋侑子さん、元バレーボール女子日本代表の多治見麻子さん、狩野美雪さん、狩野舞子さんが新たに就任され、団員は9人となりました。

今年新たに
任命された
団員の皆さん



二瓶有加さん



高橋侑子さん



多治見麻子さん



狩野美雪さん



狩野舞子さん

1/13 二十歳のつどい

蝶野正洋さんと狩野舞子さんが二十歳を迎えた皆さんへメッセージを届け、直筆サインなどをプレゼントしました。



8/16 第58回三鷹阿波おどり

華麗な踊りを披露する三鷹の夏の風物詩に二瓶有加さんが参加し、会場を盛り上げました。



撮影：まちなかカメラマン
小池佑

8/15 みたか平和のつどい
(戦没者追悼式並びに平和祈念式典)

戦後80年という歴史の節目を迎え、落語家の林家木久扇さんに戦争体験談「いま語り伝えたいこと」をお話しいただきました。



11/15 タイムカプセル開封イベント

25年前に埋められたタイムカプセルには、当時の小・中学生の絵画などが残されており、狩野舞子さんと二瓶有加さんによるトークショーが行われました。



三鷹市職員を募集中



問職員課☎0422-29-9166

職種	建築技術(経験者採用)	電気技術(経験者採用)	保育士(経験者採用)
募集人数	5人程度	5人程度	15人程度
勤務時間	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 (時間、休日は配属先により異なる)		
給与※ (月額初任給)	315,548円 (同一職種で民間企業などの経験10年の場合。地域手当を含む)		
試験日程	1次試験(テストセンター方式)＝令和8年1月7日(水)～18日(日)のいずれか		

申8年1月5日(月)までに市HPへ

※扶養手当、住居手当、通勤手当、期末勤勉手当など各種手当あり。経験年数加算あり。

※募集要項など、詳しくは市HPでご確認ください。

「コミュニティバス」に関するお知らせ



問小田急バス☎03-5313-8330、市都市交通課☎0422-29-9709

三鷹・境循環共同運行ルート(ムーバス7号路線)

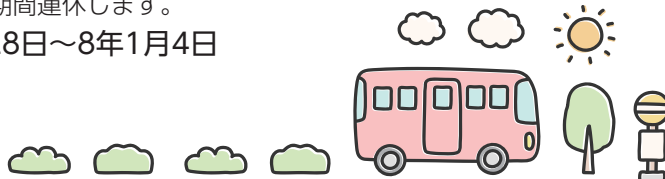
年末年始は休日ダイヤで運行します。

日12月28日(日)～令和8年1月4日(日)

A I デマンド交通

下記の期間運休します。

日12月28日～8年1月4日



ご意見をお寄せください



市のパブリックコメント

各条例・計画の全文は市HPや担当課、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閲覧できます。



① 認知症とともに生きるまち三鷹条例(仮称)(案)の骨子

問高齢者支援課☎0422-29-8388

『人権を尊重するまち三鷹条例』に基づき、認知症の人が尊厳と希望を持って暮らせることを目的とした条例です。

② 三鷹市における平和施策の推進に関する条例の一部を改正する条例(案)(骨子)

問企画経営課☎0422-29-9032

中長期的な平和施策の方向性を定め、「戦争の記憶」と「戦禍を二度と繰り返してはいけないという思い」を次世代へ引き継ぐことを目的として、条例の一部改正を行います。

③ 三鷹市耐震改修促進計画(改定)(案)

問建築指導課☎0422-29-9745

地震災害に強い三鷹市を実現するため、取り組みを進めている現計画の計画期間と目標の見直しなどを行います。

意見の提出方法

申①令和8年1月9日(金)まで、②14日(水)まで、③1月5日(月)～25日(日)(必着)に必要な事項(7面参照)と意見を直接または郵送、ファクス、電子メールで担当課(下表参照)へ

※郵送は「〒181-8555〇〇課」へ。

※入力フォームによる提出も可。

担当課	FAX	メール
①高齢者支援課(市役所1階)	0422-48-2813	koreisha@city.mitaka.lg.jp
②企画経営課(市役所3階)	0422-29-9279	kikaku@city.mitaka.lg.jp
③建築指導課(第二庁舎1階)	0422-71-2258	kenchiku@city.mitaka.lg.jp



東京都のパブリックコメント



東京における都市計画道路の整備方針(案)

問都都市整備局街路計画課☎03-5388-3379

市まちづくり推進課☎0422-29-9702

東京都では、都全体の事業計画として『東京における都市計画道路の整備方針』の策定を進めています。皆さんからのご意見を基にした同方針(案)を取りまとめました。

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。

意見の提出方法

申①令和8年1月30日(金)(消印有効)までに意見を直接または郵送、ファクス、電子メールで「〒163-8001東京都都市整備局街路計画課」・Fax 03-5388-1354・✉S0000179@section.metro.tokyo.jp、入力フォーム(QRコード)へ

オープンハウスとパネル展示を開催します

オープンハウス

日所新宿駅西口広場(新宿区)＝8年1月16日(金)・17日(土)午前10時～午後6時(17日は4時まで)、GREEN SPRINGS(立川市)＝18日(日)・19日(月)午前11時～午後7時

パネル展示

日8年1月22日(木)～24日(土)午前9時～午後4時 所市役所1階市民ホール

その他の意見募集

学校3部制推進プラン(案)

問地域学校協働課☎0422-29-8349

学校施設を学校教育に支障のない範囲で、子どもたちの安全・安心な学び場・遊び場や地域の多様な活動の場として活用する、「学校3部制」の取り組みについて、今後の方向性などをまとめました。

全文は市HPや同課、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閲覧できます。

意見の提出方法

申12月22日(月)～令和8年1月16日(金)(消印有効)までに必要事項(7面参照)と意見を直接または郵送、ファクス、電子メールで「〒181-8505地域学校協働課(教育センター1階)」・Fax 0422-43-0320・✉chiikigakkou@city.mitaka.lg.jpへ





三鷹市 星と森と絵本の家

Mitaka Picture Book House in the Astronomical Observatory Forest



所 同施設 ☎0422-39-3401

絵本縁日の出店・出演者募集

絵本縁日は、令和8年3月15日(日)に開催する、絵本を通じたコミュニケーションを楽しむお祭りです。楽しいおはなし会やワークショップなど、絵本にちなんだ自由な企画を募集します。

申8年1月9日(金)までに必要事項(7面参照)・グループ名・参加理由・やりたい企画を同施設 ☒ ehonnoie@city.mitaka.lg.jp、または市 HP へ

※出店・出演希望者は8年1月18日(日)・20日(火)午前11時～正午、午後2時～3時に開催する、説明会のいずれかへの出席が必要です。

第13回 回廊ギャラリー展示絵本作品公募

同施設の回廊ギャラリーを飾る絵本の原画を募集します。星や月などの「天体」や、広く「宇宙」をテーマにした自由で個性あふれる作品をお待ちしています。

作品規格

15見開き、または11見開きの絵本。作品サイズは、展示スペース(長さ8メートル、5メートルのL字の回廊)内に収まり、絵本になることを想定したもの。テキストは原画には書き込まず、カラーコピーの該当箇所に直接または別紙に書いて貼るなどしてください(印刷も可)。ジャンルは不問(未発表作品に限る)。

賞

最優秀賞1作、優秀作2作、副賞として原画個展

応募方法

8年3月20日(金)祝(予定)から市 HP で応募後、4月1日(水)～15日(水)(消印有効)に作品を「〒181-0015大沢2-21-3国立天文台内三鷹市星と森と絵本の家」へ

冬季限定 の催し

◆星のおはなし

日 12月27日(土)午後2時から



◆幼児クラブ 冬の森のたんけん隊

同施設の庭で、自然をたっぷり満喫してみませんか。

日 8年1月15・29日、2月12・26日、3月12日の木曜日午前10時30分～11時30分(全5回)

人 2歳6カ月以上のお子さんと保護者15組(下の子の同伴可)

申 12月30日(火)～8年1月6日(火)に市 HP へ(申込多数の場合は初参加の方を優先して抽選)



本の福袋を貸し出します



所 同三鷹図書館(本館) ☎0422-43-9151

どんな本が入っているかは開けてからのお楽しみ。8種類の袋(いずれも3冊1セット)からお選びいただけます。

日 令和8年1月12日(月・祝)まで

※工事のため、臨時カウンターで希望の福袋をご指定ください。



大沢の里古民家体験学習 まゆだま飾り作り



同生涯学習課 ☎0422-29-9862

かつて大沢地域で行われた「まゆだま」を飾る小正月の風習を体験します。完成した飾りは同施設で展示します。

日 令和8年1月10日(土)午後1時～2時30分 人 12人 所 同施設 三鷹まると博物館ボランティアの皆さん 料 200円(入館料。中学生以下無料) 物 汚れてもよい服装 申 12月22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)

第72回 市民文化祭入賞者



同三鷹市芸術文化協会 ☎0422-45-1283



※敬称略

囲碁大会

有段者Aの部

- ◆文化祭賞 鈴田哲也
- ◆準優勝 永代斗真
- ◆3位 仲田雅一

有段者Bの部

- ◆優勝 野村裕昭
- ◆準優勝 登山翹
- ◆3位 永代隼人

級の部

- ◆優勝 大川正広
- ◆準優勝 永代咲良
- ◆3位 酒井岳史

菊花展

- ◆文化祭賞 吉田光治



撮影：まちカメ 白間摩理

短歌会

◆佳作

羊雲わた飴たこやき山車神輿だしみこしこども心がふと甦る 木村香代子
一本の枯つる草は恵なり陽に輝けるそのひとときの
手にのせる八年余りの歌の束推敲の朱消ゆることなく
せせらぎに立ちつくす鷺寂しさに震えるように右足を出す

久野静代
宮本恵美子

◆特別賞

手をつなぎ白杖(はくじょう)の母と田んぼ道歩きし小春日なつかしむ今日

箕輪恵子

◆文化祭賞

この春に一瞬触れし店主の手その温もりは逝きても忘れず
選者…高島静子、青木春枝

櫻庭寛

ジュニア俳句大会

◆優秀賞

透き通る 風の涼しさ 心太(こころた)こころてん
手と手と手 つないで祈る 終戦日
きゆうしよく中 ひつしにしゅわで 会話する
あつすぎて ぐらぐらするな かえりみち
波じゃなく 電車に揺られ 夏期講習
持ち上げて 氷がかなでる 麦茶の香
朝顔は 光ほしくて つるのぼす

松尾彩弓(三小)
野中友善(五小)
國井瑛美(高山小)
前島一花(一小)
小澤一樹(六小)
中島茉莉花(五小)
野中あい(五小)

◆大会賞

びっくりだ せみのぬけがら うごいてる
じいじのて にぎってつけた はなびかな
ひまわりは 地面ではじける 火花だよ

青木美晴(井口小)
荻田葉(羽沢小)
菅原彩華(二小)

俳句会

◆佳作

ガザの子や繙帯(ほうたい)の手で揚げる風
かいぼりや楽しげな子等(ら)こ泥だらけ
写経して心解かれる涼しさよ
鶏頭の数のゆかしき子規の庭
海風を包んで閉じる白日傘
先を行く母は逃げ水抜けてをり

齋藤えり子
山口明子

◆特選

天高し君骨片(こつぺん)となり地に帰すか
ぶどう買ふ房の重さを掌(てのひら)にはかり
片づかぬ机上のメモや秋あつし

佐藤マリ
谷口一郎
西條訓

◆文化祭賞

選者…大井恒行、津久井紀代
山寺や檀家総出の吊し柿

井上昭子

日本の色 染司よしおか 吉岡更紗の仕事



所 岡三鷹市美術ギャラリー ☎0422-79-0033

京都の染色工房「染司よしおか」の仕事をたどり、六代目・吉岡更紗の取り組みを紹介しています。

回 令和8年2月1日(日)までの午前10時～午後8時(入館は7時30分まで。㊦月曜日(休日の場合は開館し、翌日を休館))

料 一般800円、65歳以上・学生500円(中学生以下、障がい者手帳などをお持ちの方は無料) 申 期間中会場へ

『源氏物語』「夕顔」
夕顔の襷再現



関連ワークショップ

こどもアートクラブ「カラー スtring マーケット」
—いろいろな色を作って組み合わせを楽しもう—



回 8年1月18日(日)午前10時30分～午後3時30分 人 小学生20人

所 同ギャラリー、芸術文化センター 料 2,000円(材料代を含む)

申 8年1月8日(木)(必着)までに往復はがきまたはファクスで必要事項(7面参照)・性別・学校名・学年を「〒181-0013下連雀3-35-1三鷹市美術ギャラリー」・ ☎0422-79-0030、または同ギャラリーHPへ(申込多数の場合は抽選)

福祉Laboどんぐり山

連載第③回

地域を支える 介護人財を育てる —介護人財育成センターの取り組み



回 同施設 ☎0422-24-7099

同施設内には「介護人財育成センター」を設置しています。介護人財不足の解消や超高齢社会に求められる人財の育成に向けた研修に加え、介護事業者への支援や幅広い世代を対象とした高齢者福祉に関する情報の提供など、介護人財の裾野を広げる取り組みを進めています。

現在の取り組み

市内の事業者や団体の方々と連携しながら、多様な学びの機会を提供しています。

◆医療・介護従事者向け

認知症の方に対するケア方法や在宅介護における感染症対策など、従事者や事業所のニーズに応えながら、サービスの質の向上やスキルアップにつながる研修を展開しています。

◆市民向け

介護食調理実習や排せつケアなど家族介護者に向けた講座のほか、次世代育成のための中高生向けキャリア講座等を開催しています。



介護食調理実習「電子レンジ de 介護食」



電子レンジだけで介護食を作ります。



回 令和8年1月20日(火)午前11時～午後1時 人 在学・在勤を含む市民および介護者9人 所 同施設(市役所からの送迎バスあり(要予約))

物 エプロン、三角巾 申 8年1月16日(金)までに同施設 ☎0422-24-7350、または申し込みフォーム(QRコード)へ(先着制)

消費者セミナー 「似合う」がわかる！ 子育てママのおしゃれ塾

好評につき
追加開催決定！



所 岡消費者活動センター ☎0422-43-7874

講師から一人ひとりに合ったメイクやヘアスタイルのアドバイス、パーソナルカラー診断を受けられます。

回 令和8年2月6日(金)午前10時～正午 人 在学・在勤を含む市民20人 講 ブランディングスタイリストの富永彩心さん(写真) 申 12月22日(月)午前9時から直接または電話で同センター ☎0422-43-7874へ(先着制)



三鷹「通」養成講座

三鷹の農業はすごい！ 5



—戦後80年：戦時中から現在に至る農家の体験談を聞いて
平和と農業について考えよう—

回 NPO法人三鷹ネットワーク大学推進機構 ☎0422-40-0313

回 令和8年2月14日(土)午前10時～午後0時30分

人 20人 所 天神山須藤園、田辺農園 講 両園の皆さん 申 12月23日(火)午前9時30分～8年1月23日(金)午後9時に申し込みフォーム(QRコード)へ(申込多数の場合は抽選)



生涯学習センターの講座



回 生涯学習センター ☎0422-49-2521

市民講師デビュー講座

子どもの食—好き嫌いとうちにむき合う



子どもの発達段階や味覚を知り、食べることを好きになってもらうための関わり方や声掛けの仕方を学びます。

回 令和8年2月7日(土)午後1時30分～3時 人 市内在住の未就学児の保護者、保育従事者10人 所 同センター 講 (社)風の森Picoナースリ管理栄養士の蟹江奈々さん 申 12月23日(火)午前9時から直接または電話で同センター ☎0422-49-2521へ(先着制)

みたか学

戦争と三鷹—地域の記憶を辿るフィールドワーク

市内の史跡を巡り、三鷹市の歴史について学びます。

回 8年2月8日(日)午後0時30分～4時(雨天時は3月1日(日)に延期) 人 中学生以上の方20人 所 大沢コミュニティセンター～調布飛行場～掩体壕～国際基督教大学(約6km) 講 同大学高等学校教諭の高柳昌久さん 料 500円(中学生は無料) 申 8年1月14日(火)(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」、または元気創造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)



掩体壕(えんたいごう)

おとなのハンドメイド UVレジンアクセサリー講座

本物の花やパールを入れて、ピアスやイヤリングを作ります。

回 8年2月23日(月・祝)午後1時～3時、4時～6時 人 16歳以上の方各回15人 所 同センター 講 (株)Mプランニング麻布Amy 料 1500円(材料費)

申 8年1月31日(土)(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・制作するもの(ピアスまたはイヤリング)・金属アレルギーの有無を「〒181-0004新川6-37-1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(申込多数の場合は市民を優先して抽選)



作品イメージ



4コマまんがコンテスト2025 審査結果発表！

岡同コンテスト事務局(株)まちづくり三鷹 ☎0422-40-9669 ・ ✉pokicon@mitaka.ne.jp

三鷹のキャラクター「Poki」をより多くの人に親しんでもらうために実施した同コンテスト。4回目となる今回は、541点の応募があり、厳正な審査の結果、一般・ジュニア部門(中学生以下)それぞれの入賞作品が決定しました。

最優秀賞

一般部門

西田貴也さん「明日は早起き」

ジュニア部門

れい子さん「やっぱこれだね！」

その他の受賞者

一般部門

優秀賞(4人)

キクラゲさん、しんたこさん、
さかいこうたさん、水中花さん

入賞(10人)

ひとみんさん、高橋美梅さん、
臼井真佐代さん、みねかおりさん、
可愛いおじさんさん、せんばさん、
並木ヒノさん、秋田恵微さん、
のぞきしょーいちさん、大竹さん

ジュニア部門

優秀賞(4人)

たくわんさん、フォーTさん、TAMAさん、
KANOさん

入賞(10人)

白文鳥さん、ツキさん、トマトは果物さん、
足藤ゆうとさん、山上榮さん、のんこさん、
zoraさん、ねこあれるぎーさん、
そーめんさん、91さん

※全入賞作品は同コンテストHPでご覧いただけます。

※『広報みとか』令和8年1月18日号以降、毎月3週号で優秀賞受賞作品を掲載します。

審査員 講評

林家木久蔵さん

(落語家・ふるさと三鷹応援団)

同コンテストは私にとって季節を知らせる風物詩のような存在ですが、毎年レベルが確実に上がっていると感じます。甲乙つけ難く、審査が大変です。「骨が折れるんです、Poki (ポキ) だけに」。というのは冗談ですが、それほど難しい審査でした。今年は新しいアイテムとしてドローンの登場や審査時期の「秋」にスポットを当てた作品があるなど、皆さんとても考えて作られていると思いました。

小坂タイチさん

(イラストレーター)

ジュニア部門の皆さんの画力がハイレベルになっていることに驚かされました。また、市外からの応募も一段と増えた印象で、地域を越えてこのコンテストの魅力が広がっていることもうれしく感じます。現在、山梨で制作活動をしている私にとって、ふるさと三鷹とのつながりは大切であり、年末の恒例行事としてかけがえのない時間となっています。今年も審査員として参加できたことを心よりうれしく思います。

現代洋子さん

(漫画家)

一般部門の最優秀賞は、主人公の表情の変化が楽しく、構図や書き文字などがとてもうまいと思いました。ジュニア部門の最優秀賞は、形態の変化が「シン・Poki」という感じで可愛く斬新でした。今年は猛暑や大谷翔平選手などの新しいネタが取り入れられていて、Pokiの物語の可能性はまだ無限だなと感じました。また新たなPokiの世界が紡がれることを楽しみにしています。

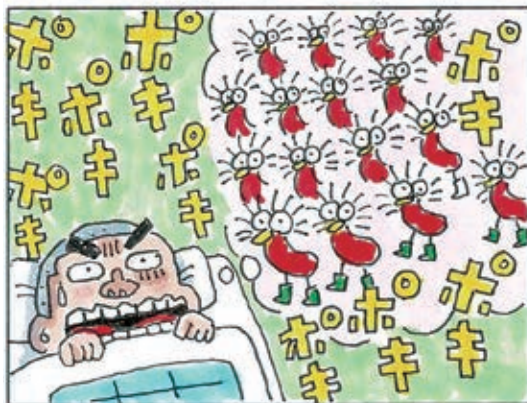
西岡純一さん

(株)スタジオジブリ執行委員 広報・学芸・海外事業担当)

毎年審査会の季節になると、年の瀬が近づいていると感じます。応募作品を見ても、猛暑や選挙など一年を思い返すような話題がたくさんありました。今年入選された方には、過去の受賞者が何人もいらっしゃいます。この中から将来、著名な漫画家が誕生するかもしれません。Pokiは市を代表するキャラクターとして定着したのではないのでしょうか。

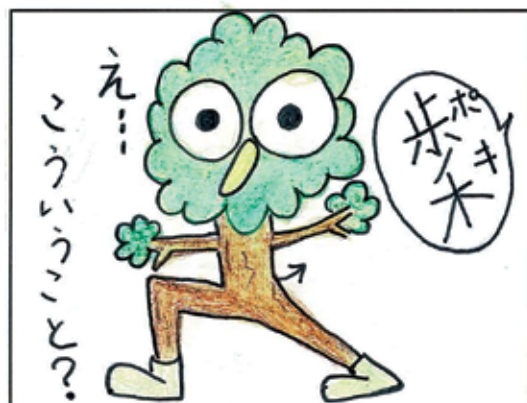
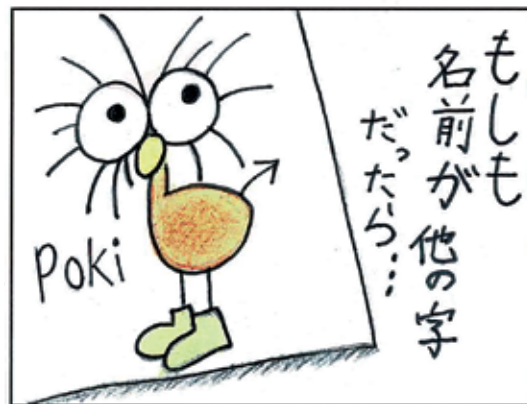
一般部門

最優秀賞 西田貴也さん「明日は早起き」



ジュニア部門

最優秀賞 れい子さん「やっぱこれだね！」



INFORMATION

情報ひろば

※市外局番「0422」は省略。



お知らせ

生涯学習施設等予約システムの団体利用カードの有効期限を延長します



同カードの有効期限は、令和8年3月31日(火)まででしたが、同システムの更新を8年度に予定していることから、8年9月30日(木)まで期限を延長します。延長手続きは不要です。

☎スポーツ推進課 ☎29-9863

防災行政無線の放送を停止します



防災行政無線の親局(元気創造プラザ)の更新工事に伴い、下記の期間、市内全域で防災行政無線の放送が流れません。災害発生などの緊急時には、市HPや市公式X、市公式LINE、安全安心メールで情報発信を行います。
☎12月22日(月)～26日(金)
※作業の状況により、工事期間を変更する場合があります。
☎防災課 ☎24-9102

道路の安全・安心にご協力を

◆道路で遊ぶのはやめましょう

道路上での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。

◆道路に越境した樹木・私有物の設置は禁止です

樹木や看板、段差解消ブロックなどが道路にはみ出していると、事故や道路排水の支障などの原因となり、所有者の責任が問われる場合があります。私有地からの越境樹木は、市では剪定・伐採できません。適切な管理をお願いします。

☎道路管理課 ☎29-9705

中小企業公害防止設備資金の利子補給制度



融資金額2千万円以内に対する利子の3分の2(年利2%以内)を補給します。対象事業など、詳しくは市HPでご確認ください。

☎令和8年1月5日(月)～2月27日(金)に環境政策課(第二庁舎2階)へ
☎同課 ☎29-9612

24時間受付 安心見守り電話 ☎29-9270

市では、協力団体と協働で、「安心

見守りネットワーク事業」に取り組んでいます。高齢者の一人暮らしで心配、最近見かけないなど、身近に安否が気になる方がいましたら、ご連絡ください。
☎地域福祉課 ☎29-9235

禅林寺龍華会基金 車いす(手動式普通型)をプレゼント

人車いす購入が経済的に困難な高齢の市民

☎令和8年1月6日(火)(消印有効)までに必要事項(上記参照)・性別・要介護度・車いすの型(介助式・自走式等)・具体的な理由を「〒181-0004新川6-37-1三鷹市社会福祉協議会総務係」へ(申込多数の場合は抽選)
☎同協議会 ☎46-1108

ふじみ衛生組合(仮称)新リサイクルセンター整備工事説明会

☎令和8年1月16日(金)午後6時30分～7時30分、17日(土)午前10時～11時
所①クリーンプラザふじみ、②オンライン会議アプリ「Zoom」
☎①当日会場へ、②8年1月15日(木)午後5時までに必要事項(上記参照)・参加希望日を同組合 ☎fujimi-shisetuka@fujimieiseikumiai.jpへ
☎同組合 ☎042-482-5497

市の手話通訳者登録試験



☎令和8年3月7日(土)午前10時～午後3時30分(詳細は申し込み後に通知)
人在学・在勤を含む市民で、三鷹市手話講習会の通訳コース修了者など
所三鷹市公会堂さんさん館
☎8年2月2日(月)までに申請書(市HPで入手)を直接または郵送、ファクスで「〒181-8555障がい者支援課」(市役所1階16番窓口)・Fax 47-9577へ
☎同課 ☎29-9232

税金

令和8年1月5日(月)は国民健康保険税・後期高齢者医療保険料(第6期)の納期です



納付は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。

◆口座振替が便利です

☎納税通知書、通帳またはキャッシュカード、口座届出印を市税総合窓口(市役所2階24番窓口)、市政窓口、指定金融機関へ

☎納税課 ☎29-9218(口座振替)・☎29-9210(納税相談)

高圧線下にある土地の申告

次の条件をすべて満たす土地は、申告によって固定資産税・都市計画税が軽減されます。

◆対象 ①高圧線下または高圧ケーブルが地中に埋設されている宅地、市街化区域農地など、②東京電力(株)または東日本旅客鉄道(株)などと土地所有者の間で契約書、証明書またはそれに準ずるものがある土地

☎令和8年2月2日(月)までに市税総合窓口(市役所2階24番窓口)へ
☎資産税課 ☎29-9198

私道非課税扱いの申告

令和8年1月1日時点で次の条件をすべて満たす私道は、申告によって8年度以降の固定資産税・都市計画税が非課税扱いとなります。

◆対象 ①幅員が1.8m以上、②起点、終点が公道に接続またはそれに準じるもの(行き止まりの私道であっても当該道路のみによって接道している建築物が2戸以上存在する場合は対象)、③使用上の制約を設けず、広く不特定多数の方が利用している、④道路の形態が整い、道路敷地が明確である、⑤求積図(土地の面積を測量した図面)などによって私道部分が特定できる

☎8年2月2日(月)までに市税総合窓口(市役所2階24番窓口)へ
☎資産税課 ☎29-9198

家屋調査にご協力ください

令和8年度固定資産税・都市計画税の課税のため、家屋の現況調査を行っています。7年1月2日以降に新築・増改築した家屋の所有者には、市から手紙を送りますので、内容を確認のうえ、資産税課へご連絡ください。
☎同課 ☎29-9199

おめでとうございます!

表彰された市民・団体の皆さん

☎市長室 ☎0422-45-1151(内線2011)

◆東京都スポーツ功労賞 中野石太郎さん、三鷹市釣魚連盟

消費者相談窓口から 464

悪質な通販サイトにご注意ください!

☎消費者相談窓口 ☎0422-47-9042

相談事例 1

SNSの広告で欲しい商品を見つけ購入したが、写真とは異なる粗悪なものが届いた。「返金してほしい」と事業者に依頼したが、全額返金にに応じてもらえない。(60代・男性)

相談事例 2

通販サイトで欲しい商品を注文し、銀行振り込みで代金を支払った。「入金を確認しました」とメールが来たが、商品が届かず、問い合わせにも返信がない。(50代・女性)

アドバイス

通販サイトは店舗購入と違い、代金を支払ったのに商品が届かない、届いた商品が異なるものだったなどのトラブルが起こる場合があります。商品の写真や説明内容をうのみにせず、慎重に通販サイトの記載を確認し、少しでも怪しいと感じたら、購入を控えましょう。

◆悪質な通販サイトを見分けるポイント

以下のようなサイトは悪質な可能性があります。

- 市場で希少なものが入手可能になっている。
- 正規の値段より極端に安価である。
- サイト上に販売事業者の名称・住所・電話番号が明確に書かれていない。
- 日本語の表現が不自然である。
- 支払い方法が前払いなどの銀行振り込みに限定され、振込先の口座名義が個人名や外国人名である。

※困ったときは、すぐに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。



国保・年金

介護保険料口座振替済のお知らせを廃止します

市では、9月29日から国が定めたシステムに移行したことに伴い、「口座振替済のお知らせ」の送付を終了します。口座振替の結果は、預貯金通帳の記帳などでご確認ください。納付済額の確認が難しい場合は、介護保険課までご連絡ください。

☎同課 ☎29-9277

「令和7年分公的年金等の源泉徴収票」が発送されます

支払われた年金の金額や、源泉徴収された所得税額などをお知らせするもので、8年1月中に日本年金機構から発送される予定です。源泉徴収票は確定申告の際に必要となりますので、大切に保管してください。なお、非課税の年金(障害年金や遺族年金)を受給している方には送付されません。

☎ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165、武蔵野年金事務所 ☎56-1411

国民健康保険被保険者の
出産育児一時金

被保険者が出産(妊娠85日以上)の死産、流産、人工妊娠中絶を含む)したときは、出産育児一時金(50万円)が支給され、医療機関などに市が直

接支払う「直接支払制度」や「受取代理制度」が利用できます。

※上記制度に対応していない医療機関で出産する方は保険課へお問い合わせください。

☎同課 ☎29-9215



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。

子ども発達支援センター
くるみ幼稚園(児童発達支援事業所)の園児を募集

☎発達に課題、または障がいがあり、小集団での療育が可能な市内在住の2歳～就学前のお子さん若干名

☎同センター ☎45-1122

保育所等訪問支援事業を利用するお子さんを募集



☎保育所や幼稚園などに在園し、専門支援を必要とする障がいや、発達に課題のあるお子さん10人

☎子ども発達支援センター ☎45-1122

ティーンズスペース東部
(自習スペース)の期間限定開放

☎令和8年1月12日(月・祝)まで

☎同時入室は16人まで

☎東部図書館

☎期間中会場へ

☎同館 ☎49-3851

みたかおもちゃの病院

☎三鷹市消費者活動センター運営協議会

☎令和8年1月7・21日の水曜日午後1時～3時

☎消費者活動センター

☎期間中会場へ

☎同センター ☎43-7874

すくすくひろばの催し
(令和8年1月) 保育

◆年齢別あそびましょ

☎①ひよこぐみ=13日(火)、②うさぎぐみ=16日(金)、③ばななぐみ=20日(火)、④いちごぐみ=30日(金)、いずれも午前10時15分～11時15分、⑤ぞうぐみ=23日(金)午後3時～4時

☎①6年9～12月生まれのお子さんと保護者8組、②5年10月1日～6年4月1日生まれのお子さんと保護者8組、③7年3～4月生まれのお子さんと保

護者6組、④7年8～9月生まれのお子さん

さんと母親4組、⑤4年4月2日～5年4月1日生まれのお子さん

と保護者8組
◆①あそびとおしゃべりの会、②コミセンDEすくすくひろば

☎①14・21日=牟礼、14・28日=井の頭、21・28日=新川中原、大沢の各コミュニティセンター、いずれも水曜日、20日(火)=深大寺地区公会堂、②22日(木)=井の頭コミュニティセンター、いずれも午前10時30分～正午

☎3年4月2日以降に生まれたお子さんと保護者

◆子育てEnjoyパパライフ
ーパパカのヒントを分かち合いませ

んか

☎17日(土)午前10時15分～11時45分

☎市内在住の0歳から年少のお子さんを持つ父親15人、保育(首の据わった3カ月～年少)15人

☎連雀コミュニティセンター

☎同ひろば ☎45-7710



健康コラム

RSウイルス感染症

☎三鷹市医師会 ☎0422-47-2155

毎年秋から冬にかけて、インフルエンザをはじめとする呼吸器感染症が流行しています。この原因の一つにRSウイルスがあります。

乳幼児では重症の細気管支炎を起こすことがありますが、健康な成人では通常は風邪症状のみで完治することが多いため、RSウイルス感染症を意識することは少ないと思います。ただし、高齢者や基礎疾患のある方では重症化することがあり、インフルエンザと同様に注意が必要です。高齢者が感染した場合は、細気管支炎、肺炎に進行して非常に強いせきや喘鳴、速い呼吸、高熱、低酸素血症により、入院に至ることが少なくありません。65歳以上の高齢者では、46～64歳の成人と比較して入院リスクは10倍に達すると報告されています。また、入院した高齢者患者では死亡率が5～18%とされています。これは、毎年流行しているインフルエンザ感染症に匹敵するリスクと言えます。現状ではRSウイルスに対する抗ウイルス薬はなく、治療は対症療法のみになりますので、感染に対する予防が重要です。一般的なウイルス感染対策と同様にうがい、手洗い、マスク着用はある程度有効ですが、完全ではありません。

最近になり、RSウイルスワクチンが使用できるようになりました。このワクチンは入院や重症化のリスクを大幅に軽減し、高齢者死亡を82%抑制するとされています。高齢者、基礎疾患をお持ちの方は医療機関に相談してみてください。

野川周辺にお住まいの方が対象

防災行政無線の戸別受信機を貸与します



☎防災課(元気創造プラザ5階) ☎0422-24-9102

防災行政無線から聞こえる音声を室内でも聞くことができる「戸別受信機」を、希望する方に無償で貸与します。



◆次のすべてに該当する方

- ・野川の浸水想定区域または土砂災害警戒区域・土砂災害特別警戒区域周辺に居住
- ・地震や風水害時などの避難に支援が必要
- ・本人や同居の家族が市HPなどほかの媒体から防災情報を取得することが困難

☎1月30日(金)までに申込書(同課または市HPで入手)を同課へ

チケットインフォメーション

たてかわし

立川志らく 独演会 保育

芸術文化センター 星のホール
令和8年2月14日(土) 午後2時開演

チケット発売日(全席指定)

会員=12月20日(土)

一般=12月24日(水)

会員=2,700円

一般=3,000円 高校生以下=1,000円

※購入は1人2枚まで。



立川志らく
撮影:Maple

やまざかろう

柳家花緑 独演会 保育

芸術文化センター 星のホール
8年3月14日(土)

昼の部午後2時／

夜の部午後6時開演

チケット発売日(全席指定)

会員=12月20日(土) 一般=12月24日(水)

会員=2,700円 一般=3,000円

高校生以下=1,000円

※昼の部と夜の部が、同じ内容になるかは未定です。



柳家花緑
©馬場道浩

川口成彦 フォルテピアノ・リサイタル 保育

芸術文化センター 風のホール
8年5月10日(日) 午後2時開演

チケット発売中(全席指定)

会員=S席4,050円・A席3,150円

一般=S席4,500円・A席3,500円

O-70(70歳以上／A席限定)=3,150円

U-23(23歳以下／A席限定)=2,500円



川口成彦
©Taira Tairadate



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。

⑤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。

※販売状況により売完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)など。

和太鼓であそぼう



日 令和8年1月18日(日)午後1時30分から、2時10分から
人 小学1・2年生各回12人
所 西多世代交流センター
問 同センター ☎31-6039

子育てに関する様々なことについてみんなで話してみませんか？ **保育**



日 令和8年1月19・26日、2月9・16日、3月2・9日の月曜日午前10時～正午
人 就学前のお子さんの保護者で全回参加できる方12人、保育(4カ月～未就学児)18人程度
所 総合保健センター
問 同センター ☎46-3254

東多世代交流センター出前講座「ベビーマッサージ」



日 令和8年1月21日(水)午前10時30分～正午
人 2～6カ月のお子さんと母親12組
所 井の頭コミュニティセンター
問 東多世代交流センター ☎44-2150

就園前のお子さん向けイベント



◆音を感じながら親子でリラックス
日 令和8年1月30日(金)、2月10日(火)午前9時30分～11時30分
人 おおむね10カ月～2歳のお子さん

と保護者

所 あけぼの保育園
問 同園 ☎40-7555(午前9時～午後4時)
◆ミスターダイ氏のシャボン玉&バルーンアートショー
日 8年2月10日午前10時～11時
所 中原保育園
問 同園 ☎40-7170

催し

認知症にやさしいまち三鷹 パネル展

日 令和8年1月5日(月)～9日(金)午前8時30分～午後5時(9日は4時まで)
所 市役所1階市民ホール
申 期間中会場へ
問 高齢者支援課 ☎29-8388

MITAKA D-Café(みたかDカフェ)

認知症の方やその家族、支援者、地域住民などによる交流・情報交換会。
日 令和8年1月10日(土)午後3時～4時30分
人 6人
所 スターバックスコーヒー 杏林大学病院店(新川6-20-2)
¥ 飲み物代(要注文)
申 問 新川中原地域包括支援センター ☎40-7204へ(先着制)

早春ハイキング



日 連雀地区住民協議会

日 所 令和8年1月18日(日)午前10時連雀コミュニティセンター集合～正午
牟礼の里公園解散(約5km)
人 市民20人
申 8年1月13日(火)午後8時30分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(先着制)
問 同センター ☎45-5100

バリアフリー映画上映会 『ゆめパのじかん』 **手話**



車いすスペースやごろごろできる場所がある字幕付きの上映会です。
日 令和8年2月14日(土)午前10時30分～午後0時15分、2時～3時30分
人 各90人
所 生涯学習センター
申 必要事項(7面参照)・参加者全員の氏名と年齢を星と風のカフェ **Fax** 44-2255・ **✉** hoshi-cafe@hanano-kai.jpへ(先着制)
問 障がい者支援課 ☎29-9232

スポーツ

京王Jr.(ジュニア) ウインターカップ2025-26



中学生世代の全国バスケットボール大会です。
日 所 令和8年1月4日(日)～8日(木) 京王アリーナ TOKYO(調布市)
申 期間中会場へ
問 京王電鉄(株) ☎042-337-3046

誰もが参加できる



①新体操&ダンスレッスン体験会②インクルーシブ大会(観覧)

日 同大会実行委員会、Luminfini RG
日 ①令和8年1月16日(金)午後5時15分～6時15分、②17日(土)午前10時～午後7時
人 ①10人
所 SUBARU 総合スポーツセンター
¥ ①500円
申 ①同大会 **HP**へ(先着制)、②当日会場へ
問 同大会事務局 ☎070-1181-1598

スポーツ指導員 一般教養研修会



日 講習会＝令和8年1月①29日(木)・②30日(金)午後7時～8時30分、講習会・実習＝③31日(土)午後1時30分～3時
人 三鷹市スポーツ指導員の資格をお持ちの方、新たに資格認定を希望する方各40人
所 生涯学習センター
講 ①日本ウエルネス大学教授の堀松英紀さん、②東京福祉大学非常勤講師の清水信好さん、③早稲田大学エクステンションセンター非常勤講師の古田裕子さん
申 8年1月8日(木)～23日(金)に申込書(三鷹市スポーツ協会 **HP**で入手)を同協会 **Fax** 43-2500・ **✉** qqrt38y9@fancy.ocn.ne.jpへ
問 同協会 ☎43-2500

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

◆一般指導講習会(高校生以上)

日 令和8年1月4日(日)・12日(月・初)午前9時30分～11時30分

◆ジュニア教室(小・中学生)◎

日 8年1月4～25日の毎週日曜日正午～午後2時30分

◆シニア指導講習会(高校生以上)

日 8年1月7～28日の毎週水曜日、9～30日の毎週金曜日午前9時30分～11時30分

◆指導者講習会(有段者)◎

日 8年1月18日、2月15日の日曜日午後6時～8時30分

問 三鷹市剣道連盟 ☎090-3803-3638

相撲

◆土俵を使ってロコモ予防体操！(60歳以上)

日 令和8年1月7日～3月25日の毎週水曜日午前10時～11時30分(全12回)

◆土俵でフィットネス！(20歳以上)

日 8年1月9日～3月27日の毎週金曜日午後1時～2時30分(全12回)

問 三鷹市相撲連盟 **✉**mitakashisumorenmei@gmail.com

卓球

◆①教室(小学生以上)○

日 令和8年1月10日(土)午前9時30分～11時30分

◆②講習会(小学生以上)

日 8年1月10・24・31日の土曜日午後3時～6時

◆③シニアのための教室(60歳以上)◎

日 8年1月11日(日)午後1時30分～4時

◆④選手権大会

日 8年2月15日(日)午前9時～午後6時

問 三鷹市卓球連盟① ☎0422-71-7449、② ☎0422-43-3350、③ ☎0422-71-0368、④ **✉**info@mitakattl.jp

合気道 体験教室(10歳以上)

日 令和8年1月10～31日の毎週土曜日午後3時15分～5時40分

問 三鷹市合気道連盟 ☎090-8045-5748(午前10時～午後8時)

少林寺拳法 初心者教室

日 令和8年1月10～31日の毎週土曜日午後4時～5時(小学生以下)、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 令和8年1月10・24・31日の土曜日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

バドミントン

◆①総合選手権 男女ダブルス(高校生以上)

日 令和8年1月18日(日)午前9時～午後9時

◆②講習会(小学4年生～中学生)

日 8年1月25日(日)午前10時～午後1時(小学生)、3時～6時(中学生)

問 三鷹市バドミントン協会① **✉**icuodog@gmail.com、② **✉**mtkbadjr@gmail.com

バレーボール 後期9人制大会(男子・女子)

日 令和8年1月18日(日)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

ダンススポーツ 新春の集い

日 令和8年1月18日(日)午後1時30分～4時30分

問 三鷹市ダンススポーツ連盟 ☎080-8289-1173

フットサル

◆フットサルONE DAYマッチ(一般)

日 令和8年1月24日(土)午後0時30分～2時30分

◆市民スポーツ大会 フットサル競技(①一般、②壮年&女子)

日 8年1月31日(土)①午後0時30分～2時30分、②2時30分～5時30分

◆フットサルONE DAYマッチ(壮年&女子)

日 8年2月7日(土)午後0時30分～2時30分

問 (一社)三鷹市サッカー協会 **HP**

弓道 講習会(四段以上)

日 令和8年2月14日(土)午前9時30分～午後4時30分

問 三鷹市弓道連盟 **HP**

所大沢総合グラウンド

ソフトテニス 中学生強化大会(冬季)◎

日 令和8年2月1日(日)午前8時30分～午後5時

問 三鷹市ソフトテニス連盟 ☎090-2191-4530

東京都、(公)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＝○
※市民スポーツ大会は、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

講座

パソコン・スマホ・
プログラミング教室
(令和8年1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、複数コースあり(日時要相談。Mac 対応可)、スマホ教室=木曜日、小学生向けプログラミング教室=月・火曜日、オンライン(日時要相談)
申 同センター ☎48-6721 へ

手作りの会「冬野菜スタ
ンのエコバッグ」



日 令和8年1月10日(土)午前10時～正午
人 小学生以上の市民15人
所 東多世代交流センター
講 工作おばさんズの山田晶子さん
¥300円(材料費)
物 汚れてもよい服装、ハンドタオル、室内履き
申 同12月23日(火)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)

家庭教育学級
グループワーク「地域の
材発掘」



市 市教育委員会、三鷹の森学園、三中PTA、五小PTA、高山小PTA

日 令和8年1月17日(土)午後2時～4時
所 三中
申 8年1月5日(月)までに申し込みフォーム(QRコード)へ
同 地域学校協働課 ☎29-8349

セミナー&無料個別相談会
「大切な我が家を
空き家としないために」



市、東京司法書士会武蔵野支部
日 令和8年1月18日(日)①セミナー=午前9時50分～11時、②無料個別相談会=11時10分～正午(1組50分)
人 ②10組程度
所 三鷹産業プラザ
申 同①当日会場へ、②8年1月15日(木)午後5時までに同支部 ☎27-6761 へ(先着制。平日午前10時～午後5時)

認知症サポーター養成講座

日 令和8年1月18日(日)午後1時30分～3時
人 10人程度
所 のぞみメモリークリニック(下連雀4-2-8)
申 同認定 NPO 地域認知症サポートブリッジ ☎70-3880 へ(先着制)

みたかスクール・コミュ
ニティ講座「学校支援ボ
ランティアの魅力」



日 令和8年1月20日(火)午後1時30分～3時30分

所 高山小
申 三鷹ネットワーク大学 HP へ
同 地域学校協働課 ☎29-8349

庭木の剪定講習会

三鷹駅周辺住民協議会
日 令和8年1月25日(日)午前10時30分～午後0時30分
人 在学・在勤を含む市民15人
所 三鷹駅前コミュニティセンター
講 グリーンアドバイザーの加藤治平さん
申 同8年1月18日(日)までに直接または電話で同センター ☎71-0025 へ(先着制)

起業・創業セミナー
「会社員のままでも始め
られる! 兼業起業のススメ」



日 令和8年1月27日(火)午後6時30分～8時
人 起業を考えている方、兼業に興味のある方20人
所 三鷹産業プラザ
講 co-ing 経営支援事務所の倉島悠輔さん
申 (株)まちづくり三鷹 HP へ(先着制)
同 同社 ☎40-9669

新中いきいき大学健康講座
「健康滑舌トレーニング
—表情・脳を活性化!」



市、新川中原住民協議会

日 令和8年2月1日(日)午後1時30分～3時30分
人 30人
所 新川中原コミュニティセンター
講 健康管理士の花形一実さん
申 同8年1月7日(水)から直接または電話で同センター ☎49-6568 へ(先着制)

募集

防災標語



受賞者は令和8年3月20日(金・祝)開催の第3回 Mitaka みんなの防災フェスタで表彰します。
◆募集部門(複数部門への応募も可)
地震部門、火災部門、大雨・台風部門
日 8年1月18日(日)(消印有効)までに直接または郵送、申し込みフォーム(QRコード)で「〒181-0004 新川6-37-1 NPO 法人 Mitaka みんなの防災」(元気創造プラザ5階)へ
※作品は自作、未発表のもの。
同 同法人 ☎26-7020

三鷹市小額契約
受注希望者登録制度の
登録希望者



要件を満たす方や対象となる契約は、市 HP でご確認ください。
日 12月22日(月)～令和8年1月23日(金)

吉村昭書斎 句会体験イベント



所 同施設 ☎0422-26-7500

交流棟での「吉村・津村と俳句」の講話後、実際に吉村・津村が編集者らと句会を開いた茶室で俳句を作ります。

日 令和8年1月26日(月)午後2時～4時 人 8人

講 作家で俳人の谷口桂子さん(写真)

¥100円(入館料) 申 8年1月8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「〒181-0001 井の頭3-3-17 吉村昭書斎」、または申し込みフォーム(QRコード)へ(1通につき2人まで。申込多数の場合は抽選)



第189回 太宰治作品朗読会



『男女同権』

所 同太宰治文学サロン ☎0422-26-9150

朗読は、俳優の北澤小枝子さん(写真)。

日 令和8年1月16日(金)午後6時～6時45分 人 25人

申 8年1月5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)



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 12月23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。



サイエンスカフェみたか「海藻の不思議」

日 令和8年1月22日(木)午後7時～8時30分

講 東京海洋大学名誉教授の田中次郎さん

今そこにあるサイバーインシデント—家庭から国家まで

日 8年1月24日(土)午後2時～3時30分

講 電気通信大学情報基盤センター教授の土屋英亮さん

サイエンスフロントMITAKA—最先端科学を楽しむ▲

「超伝導を使って、量子を見て触る—量子デバイスと量子コンピュータ」

日 8年1月25日(日)午後2時～3時30分

講 東京大学准教授で理化学研究所チームディレクターの野口篤史さん

大人のための音読講座

「三鷹ゆかりの作家・作品たち—林芙美子『谷間からの手紙』(その2)」

日 8年1月28日(水)午前10時30分～午後0時30分 講 朗読家の原きよさん

インタラクティブ・フォーカシング1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

日 8年1月30日(金)午前10時～正午 講 和洋女子大学教授の酒井久実代さん

電気学会寄付講座「電気社会を支える—過去・現在・未来」
第2回「現在から見る未来、未来から見る現在」▲

日 8年1月30日午後7時～8時30分

講 電気学会・社会連携委員会副委員長の大来雄二さん

生活費危機—何故われわれはかつての豊かさを失ったのか?

日 8年1月31日(土)午前10時～11時30分 講 東京大学名誉教授の荒巻健二さん

三鷹の夜・月いち読書会「科学と文学の間(あわい)に」第53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、アドルフ・ビョーイ=カサーレス「水の底で」(野谷文昭編訳『20世紀ラテンアメリカ短篇選』〈岩波文庫〉所収)。

日 8年2月6日(金)午後7時～8時30分

ニホンライチョウを救え—顕微鏡で見つめる希少種の保全▲

日 8年2月7日(土)午後3時～4時30分

講 日本獣医生命科学大学教授(ポストアップ)の山本昌美さん

おとな絵本ラウンジ 絵本を深く知るレクチャーシリーズ
「写真家の石川直樹さんと絵本」

日 8年2月8日(日)午後2時～4時 講 写真家の石川直樹さん

に申請書類(市HPで入手)を直接または郵送で「〒181-8555契約管理課」(第二庁舎3階)へ
☎同課☎29-9172

**住宅確保要配慮者の方への
民間賃貸住宅の
物件紹介にご協力ください**

市および近隣区市に所在する不動産店が対象です。
☑協力不動産店登録申込書(市HPで入手)、宅地建物取引業者免許証の写しを郵送またはファクス・電子メールで「〒181-8555住宅政策課」・Fax 48-0975・✉jutaku@city.mitaka.lg.jpへ
☎同課☎29-9704

求人

詳細は、QRコードからHPをご覧ください。

多世代交流センター 支援員

◆採用日 令和8年4月1日
◆申込期限 8年1月14日(水)(必着)

☎東多世代交流センター☎44-2150

(社)三鷹市社会福祉事業団 職員

◆職種 ①総合職、②保育士、③介護職、④看護師、⑤社会福祉士、⑥主任介護支援専門員(①～⑥正職員)、⑦介護職、⑧介護支援専門員、⑨相談員、⑩母子支援員(⑦～⑩契約職員)、⑪保育職、⑫調理員、⑬用務員、⑭夜勤専従介護職、⑮相談員(⑪～⑮パートタイマー)、⑯訪問介護員(登録職員)
◆採用予定日 ①②⑩令和8年4月、③～⑨⑪～⑯随時

☎同事業団☎44-5211

相談

**みたか住まい探し
サポート**

☎令和8年1月6・20日の火曜日午後1時30分～2時10分、2時15分～2時55分、3時～3時40分、3時45分～4時25分

☑市内に1年以上在住の高齢者(65歳以上)・障がい者・子育て・低所得者世帯など

☑情報整理シート(市HPで入手)

☎住宅政策課☎29-9704へ(先着制)

**総合オンブズマン相談
(令和8年1月)**

☎8日=片桐朝美さん(杏林大学教授)、15・22・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

☎相談・情報課(市役所2階)

☎政策法務課☎29-9165へ

審議会・市民会議など

**第2回三鷹市地域公共交通
活性化協議会の傍聴**

☎12月24日(水)午後3時30分～5時

☑10人

☎市議会協議会室(市役所3階)

☑当日会場へ(先着制)

☎都市交通課☎29-9709

シニアNews

■**シルバー人材センター入会説明会**
☎令和8年1月7日(水)午前10時～正午
☎同センター☎0422-48-6721へ

■**シニアのためのまると相談サロン
「始めてみよう 老い支度」**
☎令和8年1月8日(木)午後2時～3時30分 ☑35人
☎三鷹駅前コミュニティセンター ☑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

Mitaka みんなの防災フェスタ

ボランティア大募集!

☎NPO法人Mitaka みんなの防災☎0422-26-7020

防災の知識やボランティア経験の有無は問いません。高校生以上の参加者には、みたか地域ポイントを差し上げます。

☎令和8年3月20日(金)午前9時～午後4時(午前・午後だけでも可) ☑在学・在勤・在活動を含む中学生以上の市民 ☎三鷹中央防災公園 ☑8年1月30日(金)までに必要事項(7面参照)を同法人☎0422-26-7020・✉info@mitaka-minnano-bousai.jp、または申し込みフォーム(QRコード)へ

主な活動内容 会場案内/出展ブースへのサポート/イベント運営の補助

**三鷹まちづくり
フォトコンテスト**

作品募集中!

☎(株)まちづくり三鷹☎0422-40-9669

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 8年1月7日(水)まで

応募方法 申し込みフォーム(QRコード)へ(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。8年1月20日(火)までに投票してください。

市民活動

みんなの掲示板

令和8年2月1日号 2月15日号
原稿締切日 1月6日(火) 原稿締切日 1月20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。

催し

正月の百人一首鑑賞
☎三葉会 ☎令和8年1月8日(木)午後1時30分～3時30分 ☑10人 ☎三鷹駅前コミュニティセンター ¥500円 ☑岡坂山☎090-9206-2717・✉sakamitaka@jcom.zaq.ne.jp(先着制)

「持続可能な社会づくりに向けた日本と世界の動き」—COP30報告会★
☎グリーンスマイルみたか ☎令和8年1月10日(土)午後3時～4時30分 ☑30人 ☎生涯学習センター ☎東京大学未来ビジョン研究センター教授の高村ゆかりさん ☑☎8年1月6日(火)までに笹川☎greensmile2024@gmail.com(申込多数の場合は抽選)

講演会「私たちはどんな世界を生きているのか—世界はなぜ懲りず戦争に向かうのか」★
☎市民社会をめざす会 ☎令和8年1月11日(日)午後1時30分～4時 ☑80人 ☎生涯学習センター ☎東京外国語大学名誉教授で哲学者の西谷修さん ¥300円(資料代) ☑当日会場へ(先着制) ☎石黒☎080-6250-1496

おしゃべり会「断捨離でシンプルに生きる」
☎三鷹断捨離会 ☎令和8年1月15日(木)午前10時～11時30分、25日(日)午後2時～3時30分、2月15日(日)午前10時～11時30分 ☑各日8人 ☎市民協働センター ☑☎同会(たけやま)☎070-7781-0501・✉takeyamahisae2025@gmail.com(先着制。空きがあれば当日参加可)

豪華対談「食べることは生きること—心と体が元気になる食卓のヒント」★
☎みたか子どもの食と未来を守る会 ☎令和8年1月18日(日)午後1時30分～3時30分 ☑120人 ☎生涯学習センター ☎ミネラルハートプロジェクトの国光美佳さん、クーヨン編集長の戸来祐子さん ¥500円(資料代) ☑☎松原☎organicfesta.ino.kashira@gmail.com(先着制。空きがあれば当日参加可)

公開講座「教えて!江戸時代の庶民に学ぶ、今の生き方」★
☎NPO法人チームくじら号 ☎令和8年1月18日(日)午後1時30分～4時30分 ☑37人 ☎生涯学習センター ☎東京学芸大学名誉教授で時代考証学会会長の大石学さん ¥200円(資料代。希望者のみ) ☑☎8年1月16日(金)までに加藤☎katochi@kujirago.org(先着制)

SHGs—持続可能な幸福を目指して—オープンダイアログ・ワークショップで見つける新しい対話★
☎地域ボランティア団体“うず” ☎令和8年1月24日(土)午後1時30分～4時30分 ☑37人 ☎生涯学習センター ☎NPO法人ウィッシュ・プロジェクト元代表の村上朋子さん ¥500円(教材代) ☑アベ☎satosatorara2001@yahoo.co.jp・申し込みフォーム(https://forms.gle/T43nNm7NJC88iAG8)(先着制) ☑アベ☎satosatorara2001@yahoo.co.jp

会員募集

三鷹市民混声合唱団フォーゲル
☎毎週水曜日午後6時30分～8時30分 ☎三鷹駅前コミュニティセンター ¥月額3,500円 ☑☎中西☎090-3474-3963

年末年始のごみ収集日程

問ごみ対策課 ☎0422-29-9613

上段は年末最終日
下段は年始開始日



市公式LINEでも
確認できます！



年末年始はごみの量が増えるため、**収集時間が大幅に変わる場合があります。**

1月は「ペットボトル」「空きびん・空き缶」の収集日程がほかの月と異なりますのでご注意ください。詳しくは市HPまたは「リサイクルカレンダー」でご確認ください。

出し忘れに
ご注意ください



ごみ分別・リサイクル
応援キャラクター サリー

地区	ごみの種類		プラスチック類・ 有害ごみ	ペットボトル	空きびん・ 空き缶	古紙（新聞・段ボール・ 雑紙）・古着類
	燃やせるごみ	燃やせないごみ				
下連雀1～4丁目	12月29日(月)★	年内終了	12月23日(火)	12月26日(金)	年内終了	12月26日(金)
	1月5日(月)	1月7日(水)	1月6日(火)	1月16日(金)	1月9日(金)	1月9日(金)
下連雀5～9丁目 新川6丁目	12月29日(月)★	年内終了	12月26日(金)	年内終了	12月23日(火)	12月23日(火)
	1月5日(月)	1月7日(水)	1月9日(金)	1月6日(火)	1月13日(火)	1月6日(火)
牟礼全域	12月29日(月)★	年内終了	12月24日(水)	年内終了	12月26日(金)	12月23日(火)
	1月5日(月)	1月7日(水)	1月7日(水)	1月9日(金)	1月16日(金)	1月6日(火)
井の頭全域	12月30日(火)★	12月24日(水)	12月24日(水)	12月22日(月)	年内終了	12月25日(木)
	1月6日(火)	1月14日(水)	1月7日(水)	1月12日(月・祝)	1月5日(月)	1月8日(木)
中原全域 新川1・4・5丁目	12月30日(火)★	12月24日(水)	12月25日(木)	年内終了	12月22日(月)	12月22日(月)
	1月6日(火)	1月14日(水)	1月8日(木)	1月5日(月)	1月12日(月・祝)	1月5日(月)
北野全域 新川2・3丁目	12月30日(火)★	12月24日(水)	12月25日(木)	年内終了	12月24日(水)	12月22日(月)
	1月6日(火)	1月14日(水)	1月8日(木)	1月7日(水)	1月14日(水)	1月5日(月)
上連雀1～5丁目	12月29日(月)★	年内終了	12月23日(火)	12月24日(水)	年内終了	12月26日(金)
	1月5日(月)	1月7日(水)	1月6日(火)	1月14日(水)	1月7日(水)	1月9日(金)
上連雀6～9丁目 野崎1丁目	12月29日(月)★	年内終了	12月26日(金)	12月23日(火)	年内終了	12月24日(水)
	1月5日(月)	1月7日(水)	1月9日(金)	1月13日(火)	1月6日(火)	1月7日(水)
井口全域、深大寺全域 野崎2・3丁目 大沢3丁目	12月30日(火)★	12月24日(水)	12月22日(月)	年内終了	12月25日(木)	12月25日(木)
	1月6日(火)	1月14日(水)	1月5日(月)	1月8日(木)	1月15日(木)	1月8日(木)
野崎4丁目 大沢1・2・4・5・6丁目	12月30日(火)★	12月24日(水)	12月22日(月)	12月25日(木)	年内終了	12月24日(水)
	1月6日(火)	1月14日(水)	1月5日(月)	1月15日(木)	1月8日(木)	1月7日(水)

★ 臨時収集日（夜間収集地区も午前8時までに出してください）

公共サービスを休止します



市の施設は、原則として12月27日(土)～令和8年1月4日(日)にサービスを休止します。

ただし、戸籍の届け出(出生・死亡・婚姻など)は、市役所休日・夜間窓口で受け付けます。また、コンビニエンスストアでの証明書交付サービスはシステムメンテナンス作業期間の12月26日(金)午後9時～27日(土)午前6時30分(予定)を除き、毎日ご利用いただけます。

休館日が上記と異なる施設

休みの期間	施設名
12月23日(火)～1月4日(日)	SUBARU総合スポーツセンター(プール)
12月27日(土)～1月3日(土)	みたか観光案内所
12月28日(日)～1月3日(土)	東・西多世代交流センター、花と緑の広場
12月28日(日)～1月4日(日)	三鷹国際交流協会、女性交流室、星と森と絵本の家、大沢の里(古民家・水車経営農家)、出山横穴墓群8号墓保存・公開施設、大沢ふるさとセンター、各地域包括支援センター、むらさき子どもひろば、子ども家庭支援センター(すくすくひろば・のびのびひろば)
12月28日(日)～1月5日(月)	三鷹市マイナンバーカードセンター、移動図書館ひまわり号
12月29日(月)～1月3日(土)	三鷹ネットワーク大学、市民協働センター、各コミュニティセンター、三鷹駅前コミュニティセンター駐車場、リサイクル市民工房、新川暫定広場、消費者活動センター、下連雀ゲートボール場、中原スポーツ児童遊園、学校体育施設、上連雀交通公園、三鷹市自転車等保管場所、各市立図書館、大沢総合グラウンド、新川テニスコート、大沢野川グラウンド、井口グラウンド、生涯学習センター、SUBARU総合スポーツセンター、SUBARU総合スポーツセンター(弓道場・アーチェリー場)
12月29日(月)～1月4日(日)	三鷹駅前市政窓口、三鷹産業プラザ駐車場
12月29日(月)～1月5日(月)	三鷹市美術ギャラリー、芸術文化センター、太宰治文学サロン、三鷹市公会堂、みたか井心亭、山本有三記念館、吉村昭書斎、桜井浜江記念市民ギャラリー

※SUBARU総合スポーツセンター(プール)は機器メンテナンスのため、休場を延長する場合があります(三鷹市スポーツと文化財団HPをご覧ください)。

※図書館のブックポストは12月29日～1月3日の間、閉鎖します。

※三鷹図書館(本館)は8年3月31日(火)まで館内立ち入り不可・臨時カウンターを開設中です。

※山本有三記念館は8年4月下旬まで休館しています。

年末年始(12月29日(月)～1月3日(土))・ 休日・夜間・緊急時の診療はこちらへ



問健康推進課 ☎0422-24-7145

三鷹市休日・夜間 診療所・薬局(新川6-35-28)

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」 ☎0422-24-6540

平日(月～金曜日)のみ 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

日曜日、祝日・**年末年始** 午前10時～午後4時30分、
6時～9時30分

※切り傷、骨折、やけどなどの外科診療は行っていません。
※マイナ保険証、資格確認書などを必ずお持ちください。
※インフルエンザの流行などで混雑が予想され、長時間お待たせする場合がございます。

急なけが・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



市公式 LINE 友だち募集中！



人口と世帯

令和7年12月1日現在
()内は前月との増減

住民登録者数：191,091人(99人減△)うち外国人数：5,232人(18人減△)
男：92,877人(55人減△)／女：98,214人(44人減△) 世帯数：98,576世帯(90世帯減△)