



令和8(2026)年

2/1

毎月第1・第3日曜発行

NO.1804

2/1

発行:三鷹市 編集:広報メディア課 〒181-8555 三鷹市野崎1-1-1

市役所電話(代表) 0422-45-1151 HP <https://www.city.mitaka.lg.jp/>

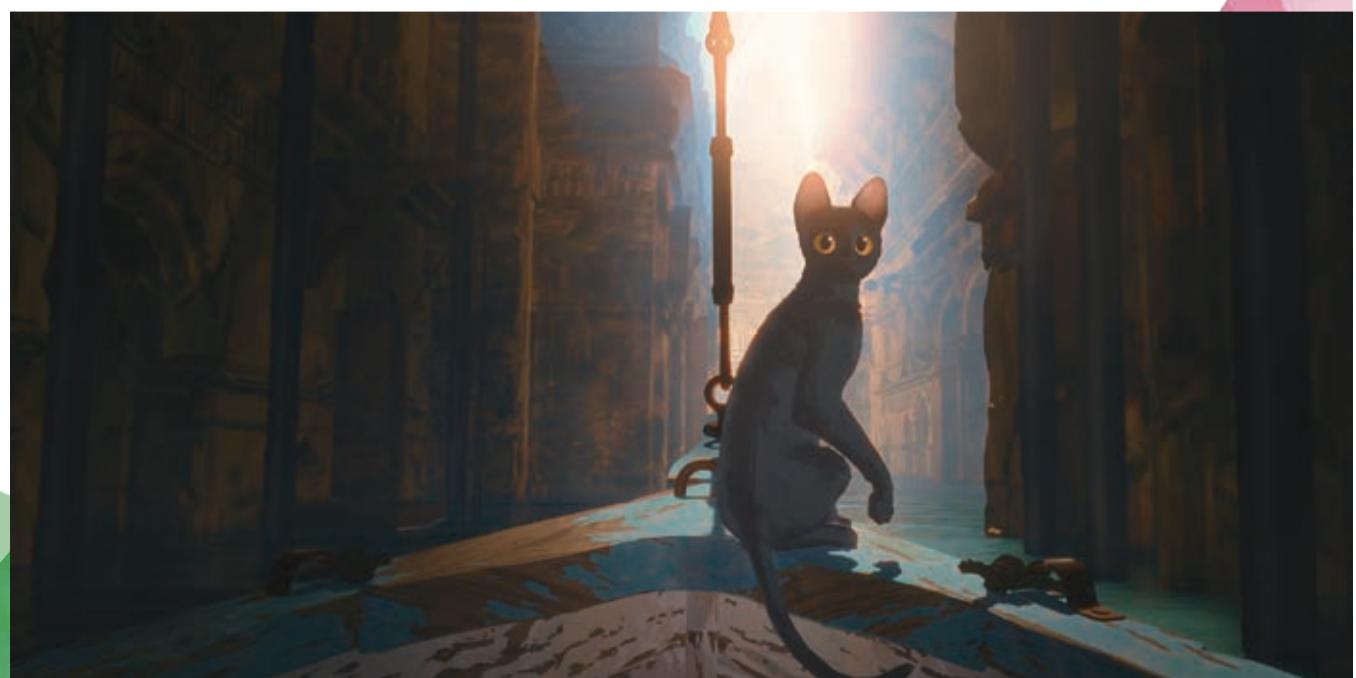
三鷹の森アニメフェスタ2026



第1部上映作品『Ice Merchants』 ©Ice_Merchants

3/7
土

3/8
日



第2部上映作品『Flow』 ©Dream Well Studio, Sacrebleu Productions & Take Five.

毎年好評の
アニメの祭典を、
今年も2日間にわたり
開催します。
さまざまな作品に
出会えるこの機会に、
アニメーションの面白さと
奥深さにぜひ触れて
みてください！

所 芸術文化センター 星のホール

市長コラム

アニメ文化を
育むまち・三鷹



三鷹市長 河村 孝

スタジオジブリのアニメと私の最初の出会いは、ずいぶん昔のことです。ある作品を軽い気持ちで見たのですが、「これは、すごい…！」と席から立たないほどの衝撃を受けたことを今でも思い出します。

それから数年が経ってからでした。私が市の担当として「三鷹の森ジブリ美術館」の誘致に携わったのは、

世界中から熱い視線が送られる日本のアニ

メ。その中でもジブリ作品の存在感は絶大です。「三鷹の森ジブリ美術館」は、海外で「MITAKA」が知られるきっかけにもなっています。学芸員が選定した貴重なアニメーションの上映と、クリエーターの新しい才能の発掘を目的とした「三鷹の森アニメフェスタ」は、美術館の開館を機に始まって以来、毎年、大人気のイベントです。これからも「アニメのまち」にふさわしい取り組みを皆さんと進めます。

YouTubeで配信中



申込方法や見どころなど、詳しくは2・3面をご覧ください。

アニメーション古今東西 その22

手話



第1部(短編9作品)と第2部(長編1作品)のどちらかを選び、ご鑑賞いただけます。



事前申し込み

- ① 第1部・第2部ともに220人程度(1組4人まで、市外在住者は1組2人まで)
 ② 2月12日(木)必着までに代表者の必要事項(9面参照)・参加人数・希望する部(第1部・第2部のいずれか)を「〒181-8555 芸術文化課」、または申し込みフォーム(QRコード)へ(希望する部ごとに1組1通。申込多数の場合は抽選)
 ※当選者のみ2月18日(水)以降に招待状を発送します(当落確認は不可)。

当日券

- ① 第1部・第2部ともに30人程度
 ② 各部開演の1時間前から整理券を配布(1人1枚。先着制)

第1部短編映画「絆を描くアニメーション」

午前10時30分～午後1時

三鷹の森ジブリ美術館が厳選した短編9作品を、同館の学芸員による解説付きで上映します(掲載は年代順)。

作品名 Somewhere in Dreamland (1936年/アメリカ/Dave Fleischer/9分)

幼い兄と妹は、貧しい母のためにまきを集めて家へ帰る。質素な夕食を終えて眠りについた二人は、やがて夢の世界へ。そこには、アイスクリームのコーンが立ち並び、ポップコーンの畑が広がり、チョコレートシロップの川がゆったりと流れていた。



©Fabulous Fleischer Cartoons Restored

作品名 Every Child (1979年/カナダ/Eugene Fedorenko/6分)

生まれながらにして行き場を失った赤ん坊が、大人たちの手から手へと渡されながら、次々と異なる家を巡っていく。「すべての子どもには、名前と国籍を持つ権利がある」という普遍的なメッセージを描いた作品。



©1979 National Film Board of Canada · All rights reserved

作品名 Wat's Pig (1996年/イギリス/Peter Lord/11分)

生まれたその瞬間に引き離された二人の王子。別々の運命を歩んできた彼らは、国を揺るがす危機をきっかけに思いがけず再会することになる。画面分割の手法を用いて二人の人生を同時並行に描き出す、視覚的にも印象的な作品。



©Channel Four Television Corporation MCMXCVI

第2部長編映画『Flow』特別上映とトークショー

午後2時30分～5時

作品名 『Flow』 (2024年/ラトビア、フランス、ベルギー/Gints Zilbalodis/85分)

世界が大洪水に包まれ、今にも街が消えようとする中、ある一匹の猫は居場所を後に旅立つことを決意する。想像を超える出来事や予期せぬ危機に見舞われる中で、ボートに乗り合わせた動物たちとの間で、友情



©Dream Well Studio, Sacrebleu Productions & Take Five.

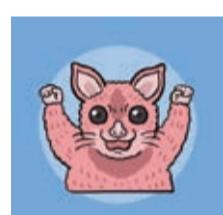
が芽生え、たくましくなっていく。彼らは運命を変えることができるのか？そして、この冒険の果てにあるものとは？アカデミー賞、ゴールデングローブ賞をはじめ、世界の映画祭で60以上の受賞に輝いた2025年を代表するアニメーション映画です。

上映後は、『Flow』に感銘を受けたという作家でイラストレーターの、ぬまがさワタリさんをゲストに迎え、トークショーを開催します。

プロフィル

ぬまがさワタリ

いきものとカルチャーを愛する作家でイラストレーター。著作に『ゆかいないきもの図鑑』(西東社)、『いきものニュース図解』(光文社)など多数。国立科学博物館の特別展「鳥」ではイラスト図解を担当。ブログ『沼の見える街』で、映画やアニメのレビューも投稿している。



©NUMAGASA Watari

第24回 インディーズアニメフェスタ

手話



アニメーション制作における新たな才能の発掘を目的とした市民参加型の上映会です。80点を超える応募作品の中から厳しい選考を通過したノミネート作品を上映し、プロの審査員4人による選考でグランプリなどの各賞を決定します。会場でご覧になった方は、好きな作品に投票することができます。

タイムテーブル(予定)

午後1時30分	開演(1時開場)
1時40分	ノミネート作品上映
3時15分	休憩
3時25分	アニメフェスティマソング紹介
3時30分	市内小学生制作のアニメ作品上映
3時40分	表彰式
4時	閉会

閑市芸術文化課 0422-29-9861、三鷹の森ジブリ美術館 0570-055777(ごあんないダイヤル)

作品名 Erlkönig (2015年/スイス/Georges Schwizgebel/5分)

父と息子が森を駆け抜けていく。病に侵された息子は、魔王の姿を見たと思い込み、その妖しい誘惑と恐怖にとらわれていく。ゲーテの詩「魔王(エルケーニヒ)」と、シューベルト、リストの音楽に基づく作品。



©2015 Schwizgebel

作品名 SHISHIGARI (2019年/日本/押山清高/17分)

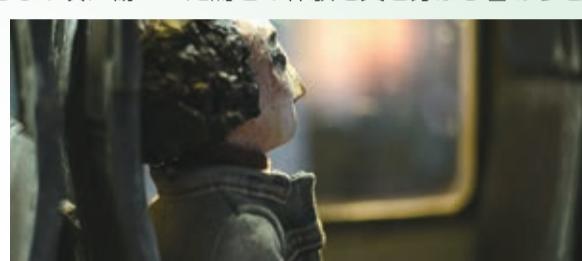
北国の山深くに、山の恵みを授かり、生きてきた人々がいる。年頃になった少年は、初めて狩りをしに山奥へと足を踏み入れた。狙う獲物は「クロシシ」。山は生と死が紙一重にある世界。時として自然は牙をむく…。



©2018 Kiyotaka Oshiyama/DURIAN Inc.

作品名 Daughter (2019年/チェコ/Daria Kashcheeva/15分)

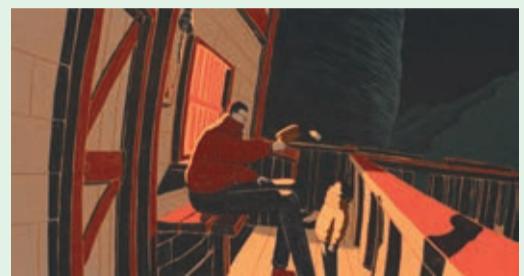
病院の一室で娘は、子どもの頃に傷ついた鳥との体験を父と分かち合おうとした瞬間を思い出す。年月を経ても消えない、誤解と交わされなかった抱擁の記憶。そして、小さな鳥をめぐる出来事が、父と娘の時間を静かに振り動かしていく。



©FAMU & MAUR film

作品名 Ice Merchants (2022年/ポルトガル/João Gonzalez/14分)

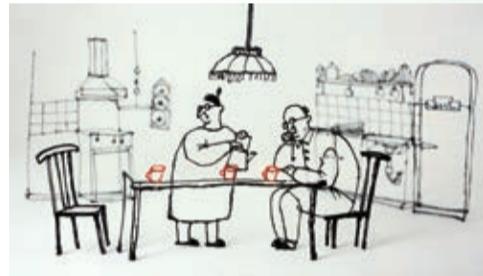
父と息子は毎日、断崖に取り付けられた目もくらむほど高い場所にある極寒の家から、パラシュートで飛び降りる。彼らは地上のはるか彼方にある村へ向かい、日々作り続けている氷を売りに行くのだ。



©Ice_Merchants

作品名 Ties (2019年/ドイツ、ロシア/Dina Velikovskaya/7分)

親と子の間には、切り離すことのできない強い結びつきがある。一人の若い女性が、親元を離れて外の世界へ踏み出そうとしたとき、その一步は自由への旅立ちであると同時に、親の世界そのものを大きく揺るがす出来事でもあった。



©Interfilm Berlin/Dina Velikovskaya

作品名 ブルースのステップ (2024年/日本/櫻井嘉那子/3分)

作者自身の実体験から生まれた物語。祖母との日々を振り返りながら、一つひとつ体験を“記録”として映像に残していく。三鷹の森アニメフェスタ第23回インディーズアニメフェスタ審査員賞受賞作品。



©2024 Kanako Sakurai

インタビュー

『ブルースのステップ』で
昨年のインディーズアニメフェスタ
審査員賞を受賞された
櫻井嘉那子さんにお話を伺いました!



ご本人によるイラスト

作品に込めた思いと、2年連続で上映されることになった今の気持ちは?

この作品では、年を重ねた祖母との思い出を描きましたが、悲しい作品にはしたくないと思い、見た後に心が柔らかくなるような表現を心掛けました。昨年、審査員賞を受賞できたことは、とても光栄です。今年も「古今東西」の上映作品に選んでいただき、作品が私の中の大切な思い出にとどまらず、見てくださる方にアニメーションとして伝わっていくことを、本当にうれしく思っています。

クリエーターから見た、三鷹の森アニメフェスタの魅力とは?

テレビアニメが主流の中、作家が制作したアニメを見る機会はあまり多くないと思います。三鷹の森アニメフェスタは、時代ごとの名作や、今活動しているクリエーターの作品に会える貴重な機会となっているところが、大きな魅力だと思います。

まだ来場したことのない市民の皆さんにメッセージを!

今年のテーマは「絆を描くアニメーション」。家族や友人はもちろんですが、例えば外出先で落とし物を拾ってもらったり、会釈を交わしたりするようなひとときの関係でも、「絆」と呼べるのではないかと思います。映像作品も、観客は作品を見ることで作品・作者との関係を築いているのではないでしょうか。自分に合うすてきな作品とクリエーターに、ぜひ出会いに来てください。

閑市生活経済課 0422-29-9615、(有)そーほっと 0422-70-3705

＼ココがポイント! 三鷹のインディーズアニメフェスタ／

申込不要・無料
定員200人
先着制

来場者は
市民審査員賞の選考に
参加可能

中原小の児童が
制作した
アニメ作品も上映

来場者には
オリジナルマグネットを
プレゼント

今年のノミネート作品は現在選考中!
2月中旬ごろに、同フェスタHPでお知らせします。



ノミネート作品を同フェスタ公式YouTubeチャンネルで期間限定配信します。
3月9日(月)午後6時~4月8日(水)



三鷹の森 科学文化祭

太陽系

みたか太陽系ウォーク

mitaka taiyokei-walk

問NPO法人三鷹ネットワーク大学推進機構 0422-40-0313

スタンプラリー 2026



2月13日(金)~3月22日(日)

「みたか太陽系ウォーク」は、三鷹市全体を太陽系に見立て、惑星スタンプを集めるスタンプラリーです。JR三鷹駅を太陽として太陽系を13億分の1に縮小し、市内を11エリアに分け、スタンプが置かれた店舗や施設、観光スポットを巡ります。太陽系の大きさや距離を実感しながら、市内のまち歩きを楽しめます。

デジタルスタンプラリー

アプリ「ミィね！ Mitaka」を使い、店舗や施設115カ所に掲示してあるQRコードからスタンプを集めます。集めたスタンプはアプリのスタンプ帳で確認できます。

参加方法

「ミィね！ Mitaka」を
ダウンロード



デジタルスタンプラリーの
参加方法を紹介しています



- ▶スタンプラリー期間中に同アプリを起動すると、「みたか太陽系ウォーク」のページが開きます。
- ▶一定数スタンプを集めると、景品と交換できます(5面参照)。

みんなのスタンプラリー

紙製のマップに全20個の
ゴム印を押して集めます。



スタンプ設置箇所

マップ兼スタンプ台紙は下記の各スタンプ設置箇所で入手できます。

施設名	所在地	時間
三鷹の森 ジブリ美術館	下連雀1-1-83	午前10時～午後6時(㊱火曜日)
みたか観光案内所	下連雀3-24-3 三鷹駅前 協同ビル101	午前9時～午後6時(㊱火曜日)
三鷹ネットワーク 大学	下連雀3-24-3 三鷹駅前 協同ビル3階	午前9時30分～午後9時(日曜日は午後5時まで。㊱月曜日、祝日)
天文・科学 情報スペース	下連雀3-28-20 三鷹中央ビル1階	午前11時～午後6時30分(㊱月・火曜日、 祝日)
三鷹国際交流協会 (MISHOP)	下連雀3-30-12 三鷹市中央通り タウンプラザ4階	午前10時～午後5時(㊱日曜日、祝日)
三鷹コラル2階・ コンコース	下連雀3-35-1 2階	午前10時～午後9時
三鷹産業プラザ (1階モニター前)	下連雀3-38-4	午前8時～午後10時
JR三鷹駅 (みどりの窓口前)	下連雀3-46-1	午前8時～午後8時
3COINS+plus (アトレヴィ三鷹店)	下連雀3-46-4 4階	午前10時～午後9時

施設名	所在地	時間
東部図書館	牟礼5-8-16	午前9時30分～午後5時(㊱月曜日(2月23日を除く)、2月18・24日、3月18日)
吉村昭書斎	井の頭3-3-17	午前10時～午後5時30分(㊱月曜日(2月23日を除く)、2月24・25日)
北野情報コーナー	北野3-2-8	午前10時～午後5時(㊱月・木曜日)
新川中原コミュニティセンター	新川1-11-1	午前10時～午後9時(日曜日は午後5時まで。㊱月曜日、祝日)
南部図書館 みんなみ	新川5-14-16	午前9時30分～午後5時(㊱月曜日(2月23日を除く)、2月18・24日、3月18日)
元気創造プラザ	新川6-37-1	午前8時30分～午後10時(㊱2月24日)
芸術文化センター	上連雀6-12-14	午前9時～午後10時(㊱月曜日(2月23日を除く)、2月24・25日)
西多世代交流 センター	深大寺2-3-5	午前9時～午後5時(㊱2月22日、3月22日、祝日)
大沢の里古民家	大沢2-17-3	午前10時～午後4時(㊱火曜日)
国立天文台	大沢2-21-1	午前10時～午後5時
大沢コミュニティ センター	大沢4-25-30	午前10時～午後9時(日曜日は午後5時まで。㊱火曜日、祝日)

景品

なくなり次第終了となります。

デジタルスタンプラリー	スタンプ数	景品	みんなのスタンplaリー	スタンプ数	景品
古在由秀賞	115個(すべて)	メモ帳・付箋	ガリレオ賞	20個(すべて)	ノート・記念シール
林忠四郎賞	90個以上	ネックストラップ	ニュートン賞	各エリア1個以上	缶バッジ
ケプラー賞	50個以上	クリアファイル	コペルニクス賞	5個以上	シールセット
ボイジャー賞	デジタルスタンplaリー・みんなのスタンplaリーの両方をコンプリート				天王星・海王星スペシャルカード

景品交換期間・場所

日 2月17日(火)～3月29日(日)午前9時30分～午後9時 (日曜日は午後5時まで。
休月曜日、祝日)
所 三鷹ネットワーク大学(下連雀3-24-3 3階)



いずれも昨年の景品

**コラボ商品**

一部のスタンプ設置店舗では「太陽系ウォーク」のロゴが入ったコラボ商品を販売します。店舗スタッフにアプリ画面やスタンプ台紙を提示すると、割引サービスを受けられる店舗もあります。



いずれも昨年の例

楽しく学べる! 天文関連イベント

**キックオフセレモニー**

三鷹市長と国立天文台長によるテープカットを行います。

日 2月14日(土)午前11時～11時30分

所 天文・科学情報スペース 申当日会場へ



昨年の様子

天文・科学情報スペース企画展 太陽系ウォークひみつ基地 こんなにおもしろい巨大氷惑星一天王星と海王星

今回の「テーマ天体」である天王星・海王星に関するパネル展示や天体に関する本の紹介のほか、クイズ、オリジナルの惑星の絵を描く参加型コーナーなど、さまざまな企画があります。また、三鷹ネットワーク大学開設20周年を記念し、「みたか星空案内サポーター」が撮影した天体写真を展示します。

日 2月14日～3月22日午前11時～午後6時30分(休月・火曜日、祝日)

所 同施設 申期間中会場へ



昨年の様子

講演会・野外上映会**夜のとぼりが下りる頃、国立天文台で星の話を聞いて、
野外で映画体験をしよう!**

第一部の天文特別講演「スペーストラベル—太陽系を旅してみよう」の終了後、第二部で、『夜のとぼりの物語』(監督:ミッシェル・オスロ)を野外上映します。

日 3月21日(土)①天文特別講演=午後5時～5時50分、②野外上映会=午後6時10分～7時50分 所 いずれも国立天文台三鷹キャンパス 人 小学生以上の方100人(②のみの参加も可(200人)) 講 ①国立天文台特任(上席)教授の渡部潤一さん 申 2月3日(火)午前9時30分～3月19日(木)午後9時に申し込みフォーム(QRコード)へ(先着制)

©2011 NORD-OUEST FILMS - STUDIO O - STUDIOCANAL
配給: チャイルド・フィルム

主催: みたか太陽系ウォーク実行委員会、三鷹市、
自然科学研究機構国立天文台、
NPO法人三鷹ネットワーク大学推進機構
後援: (公社)日本天文学会、三鷹市教育委員会、
(社)宙ツーリズム推進協議会

協力: 東日本旅客鉄道(株)三鷹駅、三鷹市商店会連合会、
三鷹商工会、NPO法人みたか都市観光協会、
三鷹の森ジブリ美術館、(公財)三鷹国際交流協会、
(公財)三鷹市スポーツと文化財団、(株)まちづくり三鷹、
NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会、
アトレヴィ三鷹、エム・ティ・プランニング(株)

協賛: JA東京むさし三鷹支店、JA東京むさし三鷹緑化センター、
酒井薬品(株)、三鷹商工会、(株)佐藤総合計画、(学)白百合学園、
(同)科学成果普及機構、NPO法人グレースケア機構、
(株)まちづくり三鷹、(株)ジェイコム東京武蔵野・三鷹、
トヨタモビリティ東京(株)

2月5日(木)配布開始！ 市内観光スポットが「ロゲットカード」に！



問みたか都市観光協会☎0422-40-5525

全国で展開されている観光スポットカード「ロゲットカード(LoGet! CARD)」に、①国立天文台三鷹キャンパス、②都立井の頭恩賜公園、③大沢の里水車経営農家の市内3カ所のスポットが新たに加わります。市内の配布(有料)は今回が初となります。

◆配布場所・時間・条件など

詳しくは同協会HPでご確認ください。
※カードは、①②1枚100円、③入館料200円をお支
払いいただいた方に配布(③は希望者のみ)。

◆ロゲットカードとは？

コンセプトは「旅した証を集めるコレクションカード」。日本全国の観光スポットを統一フォーマットでシリーズ化したコレクションカードで、「LoGet」は「LOG(記録)」と「Get(得る)」の造語です。



4~7月下旬開講

体験農園

参加者募集!



問都市農業課☎0422-29-9616

市内農家の指導のもと、種まきから育成、収穫まで本格的な農業を体験することができます。トマト、ナス、ピーマン、枝豆、トウモロコシなどの新鮮でおいしい夏野菜を育てます。

日所①牟礼三丁目体験農園=4月4日~7月25日、②農業公園近くの農場(新川6丁目)=4月18日~7月下旬の原則土曜日(①16回、②15回(予定)) **▲**18歳以上で全回参加できる方①30人、②10人

※①は講師との連絡にLINEまたはメールを使います。
※いずれもお子さん同伴での参加は不可。

講①園主の石井秀明さん、②市内農家の皆さん ￥4,000円 申①2月19日(木)、
②2月27日(金)(いずれも必着)までに往復はがきで必要事項(9面参照)を①「〒181-8555都市農業課」、②「〒181-0004新川6-30-22 JA東京むさし三鷹緑化センター」へ(1人1通)。①は市HPからの申し込みも可。いずれも申込多数の場合は抽選)



高齢者の方へ



新型コロナウィルス感染症予防接種の
助成は**3月31日(火)**まで

問健康推進課☎0422-24-8050

使用するワクチンは医療機関によって異なります。各医療機関へ直接お問い合わせください。

日接種当日①満65歳以上の市民、②60~64歳の市民で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に自己の身辺の日常生活が極度に制限される程度の障がいや、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある方

所申市内協力医療機関(市HP参照)、武蔵野・調布・小金井市の協力医療機関

※上記以外で接種する場合は、事前に同課へお問い合わせください。

￥自己負担額6,500円(助成は期間中1回のみ、医療機関で支払い。生活保護・中国残留邦人等支援給付受給世帯の方は無料)

物本人確認書類(マイナンバーカードなど)、生活保護受給世帯などの方は受給証明書、②に該当する方は障害者手帳または診断書など

注意事項

- 接種は本人の希望により受けさせていただくものです。
- 医師が認めた場合、他のワクチンとの同時接種も可能です。
- 予防接種協力医療機関やワクチンの効果、副反応・健康被害救済制度など、詳しくは市HPでご確認いただくか、同課へお問い合わせください。

福祉Laboどんぐり山

連載第4回



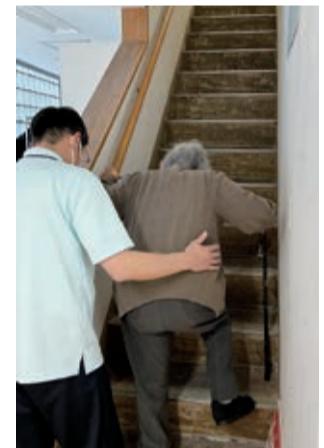
高齢者の
在宅生活の継続を支援する
一生活リハビリセンターの取り組み

問同施設☎0422-24-7099

同施設の「生活リハビリセンター」では、介護が必要になっても、できる限り住み慣れた自宅で自立した生活を続けられるよう、センターでの短期間の宿泊を通じて、日常生活における課題解決に向けたトレーニングを行っています。介護を担うご家族などと一緒に宿泊して、生活の場面に応じた介護の知識や技術を学ぶこともできます。

具体的な取り組み

ベッドや家具の配置など、センターの居室を「できるだけ自宅に近い環境」に整え、利用者一人ひとりの課題に応じたトレーニングを提供しています。移動や入浴、食事などの基本的な動作に加えて、調理や洗濯、掃除などのほか、電話・デジタル機器の利用、金銭や日用品の管理など、生活の継続を見据え、より実践的な支援を行っています。



階段昇降の練習

市内5カ所で同時開催！ 受講者募集

お役立ち講座
自分らしい終の住処のために



「住み慣れた自宅に住み続けたい」そんな思いに役立つ情報を届けします。1部では、講師に『施設に入らず「自宅」を終の住処にする方法』著者をお招きし、自分らしい暮らしをするための自宅環境について講演いただきます(ライブ配信)。2部では、地域で活躍する福祉用具専門相談員が、安全な暮らしを実現するための福祉用具の活用方法や住宅改修などについてお伝えします。

日3月13日(金)午後1時30分~3時 **▲**在勤・在活動を含む市民、各会場30人 所三鷹ネットワーク大学、市民協働センター、みたかボランティアセンター、シルバー人材センター、福祉Laboどんぐり山 講一級建築士で介護福祉士の田中聰さん 申2月2日(月)~3月6日(金)に介護人財育成センター(福祉Laboどんぐり山内)☎0422-24-7350、市HPへ(先着制) 問介護人財育成センター☎0422-24-7350

市民限定200個 三鷹こ線人道橋のペーパーウェイト 追加販売決定!

問芸術文化課 ☎ 0422-29-9861

三鷹こ線人道橋の部材の一部で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。昨年実施した市民向けの限定販売が好評だったことから、追加販売をします。

■市民200人 ￥7,700円(送料込み)

■3月20日(金・祝)までに市HPへ(先着制)

※お支払い方法は口座振込(手数料はお客様負担)、受け取りは配送のみ。

※実物は、太宰治文学サロンまたは同課窓口でご覧いただけます。



＼たくさんのご支援ありがとうございました！／

三鷹跨線人道橋跡ポケットスペース クラウドファンディング

昨年10月3日～12月31日に実施した同クラウドファンディングでは、市内外から251件、総額8,379,036円の寄付がありました。集まった寄付金は、整備費用の一部に充てさせていただきます。



オリジナルスポーツアプリ「タッタカくん! ウォーク&ラン」



みたか40kmウォーク

問スポーツ推進課 ☎ 0422-29-9863

4周年を迎えた同アプリを使って、合計40kmを目指すウォーキングイベントです。いつでもどこでもチャレンジすることができ、目標達成者には、「みたか地域ポイント」と交換できるタッタカポイントのほか、先着でオリジナルグッズをプレゼントします。

■3月27日(金)まで

■在学・在勤を含む小学生以上の市民

■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40km達成)

●タッタカポイント 500ポイント(「みたか地域ポイント」交換対象)

●タッタカくんオリジナルグッズ1つ(先着制。新作手袋入荷)



Poki 4コマまんが

コンテスト2025

入賞作品を展示します

問同コンテスト事務局(株)まちづくり三鷹 ☎ 0422-40-9669

同コンテストの入賞作品30点を展示します。さまざまなPokiの物語をお楽しみください。

■2月9日(月)～24日(火)午前8時30分～午後10時(9日は午後4時から、24日は正午まで)

所元気創造プラザ1階情報コーナー

■期間中会場へ



©2001 Studio Ghibli

全国で輝いた三鷹の子どもたち！



令和7年度の大会結果を 『広報みたか』に掲載しませんか

問広報メディア課 ☎ 0422-29-9037

市内在住の小・中学生の皆さんが今年度がんばった成果を、『広報みたか』で紹介します。



.....掲載対象.....

■7年度に開催されたスポーツ、芸術文化などの全国規模の大会で入賞以上の成績を収めた、市内在住の小・中学生

■2月17日(火)までに申し込みフォーム(QRコード)へ

※申し込みは原則、対象となるお子さんの保護者が行ってください。

※市立小・中学校の部活動などの団体で収めた成績は、学校単位で取りまとめるため、個別の申し込みは不要です。



家庭教育学級

田内学先生と考える「時代を生きる力」

問地域学校協働課 ☎ 0422-29-8349



「ステータスとしての年収」を気にする中学生、「愛よりもお金」を選ぶ高校生、「早く投資を教えたい」と焦る保護者、「老後が不安」とバイトを頑張る大学生など、お金の不安に関する声を手掛かりに、これから時代に必要な「生きる力」を伝えます。

主市教育委員会、七中、同校PTA ■2月22日(日)午前10時～正午 所オンライン会議アプリ「Zoom」 講師:お金の向こう研究所代表で社会的金融教育家の田内学さん(写真) 申当日同アプリ(QRコード)へ

2月6日(金)販売開始!

三鷹キウイワイン2026 キウイ酒・キウイ甘酒

問生活経済課 ☎ 0422-29-9615



三鷹キウイワイン2026 第1弾 無ろ過新酒

新酒ならではのフレッシュ感もある、みずみずしいほのかな甘口に仕上がっています。

◆価格 2,500円(720ml)

◆販売本数 約1,600本(限定販売)



キウイ酒

甘味と酸味のバランスが取れた、果肉や種の食感まで楽しめるリキュールです。今回と、4月3日(金)、6月5日(金)の3回に分けて販売します。

◆価格 2,000円(720ml)

◆販売本数 各日約120本(限定販売)



キウイ甘酒

造り酒屋の秘伝レシピで仕上げた米と米麹だけのノンアルコールの甘酒に、三鷹産のキウイフルーツを加えたオリジナルの甘酒です。

◆価格 1,300円(770g/瓶)、780円(300g/パウチ)

◆販売店 市内酒販店、JA東京むさし三鷹緑化センター(取扱店舗や取扱商品は、市HPでご確認ください)

物価高対応子育て応援手当

問子育て支援課☎0422-29-9675

令和7年11月21日の閣議決定に基づき、0歳～高校3年生相当までの児童1人につき2万円(1回限り)を支給します。

◆支給対象者

①7年9月分(9月に出生した児童については10月分)の児童手当の支給を受けた方

②7年10月1日～8年3月31日に出生した児童の児童手当の支給を受ける方

◆支給額 対象児童1人につき2万円

◆申請・支給方法

●上記①②の方(公務員を除く) 市に届け出た児童手当の指定口座に振り込みます(申請不要)。振込日は2月上旬に送付する通知でご確認ください。

※②は8年2月までに児童手当認定通知または増額通知を受け取った方、3月31日までに出生した児童について、市に児童手当の申請をした方(申請予定)を含みます。

※児童手当を申請中または申請予定の方には、児童手当認定後に順次振込日の通知を送付します。

●公務員の方 申請が必要です。詳しくは、勤務先にご確認ください。

※いずれにも当てはまらない方は市HPでご確認ください。



4月1日入園

認可保育園の2次募集の受け付け・希望園などの変更



問子ども育成課(市役所4階45番窓口)☎0422-29-9673

各保育園の募集状況は、市HPまたは同課で確認できます。1次募集で内定しなかった方は、希望園で2次募集があった場合、自動的に選考対象になります(再申し込み不要)。

■新たに新年度入園を申し込む方、1次募集に申し込み済みで希望園などを変更したい方

■2月9日(月)午後5時(必着)までに直接または郵送で「〒181-8555子ども育成課」、または申し込みフォーム(QRコード)へ

※内定通知は3月2日(月)に発送予定です。



タイムカプセル埋設物をお返します



問企画経営課☎0422-29-9031

平成12年度の市制施行50周年・西暦2000年記念事業で埋設したタイムカプセルを、25年後の昨年11月15日に開封しました。カプセルの中には、当時の小・中学生962人から寄せられた絵画やメッセージ969点や、当時の新聞・雑誌など懐かしいものが数多く入っていました。埋設物の展示が終了したため、カプセルに入っていた思い出の品をお返します。

■埋設者名簿に記載のある当時の市内小・中学生
■8月31日(月)までに申し込みフォーム(QRコード)へ



返却対象

個人で制作した絵画・メッセージなど

※複数人で制作した寄せ書きなどは返却対象外です。

注意事項

- 期限までに返却申し込みがなかった物は、廃棄処分します。
- 埋設者名簿に名前がない方への返却はできません。
- 返却対象の埋設物は9月30日(火)までに郵送します。

縄文食復元プロジェクト

—野生種(アズキ・ダイズ)を栽培化するまで

問生涯学習課☎0422-29-9867



①調理実習編

実際の出土例と最新の分析例に基づき、縄文時代の食材や調理方法を考え、縄文食を復元・試食する企画です。今年はプロジェクトの一環として、「縄文人の庭」(大沢の里古民家敷地内)で、縄文人が食べていたと考えられる植物を育て、大型サイズにする実験を開始しました。当日はそれらも食材として使用します。終了後は座談会(下記)を聴講できます。

②公開座談会編

縄文人の食について、科学的根拠に大胆な推測と若干の願望を加えて、考古学者が本気で楽しく語り合う座談会です。午前中に復元調理した縄文食を分かりやすく解説し、食を通じて縄文時代の実像により深く迫ります。



右: 野生ツルマメ
左: 栽培ツルマメ(ダイズ)

■3月1日(日)①午前9時30分～午後0時30分、②午後2時～4時

■①中学生以上の方12人、②90人

問生涯学習センター

講師中央大学教授の小林謙一さん、金沢大学特任准教授の佐々木由香さん、昭和女子大学専任講師の伊藤美香さん

■①2月2日(月)午前9時30分から同課☎0422-29-9867、②当日会場へ(いずれも先着制)

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・ファックス番号・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

「発掘！！」
キクラゲさん

コンテストHP
全ての応募作品が見られます

土器

石器

ポーカー

Poki4コマまんがコンテスト2025
一般部門(優秀賞)

お知らせ

三鷹図書館(本館)
臨時カウンター休止のお知らせ

空調設備等改修工事に伴う停電のため、利用できません。
■2月17日(火)
※資料の返却はブックポストをご利用ください。
問同館☎43-9151

大沢コミュニティセンター
体育館利用休止のお知らせ

防火シャッター更新工事のため、下記の期間中は利用できません。
■2月25日(木)～3月18日(木)
※作業の状況により、期間を変更する場合があります。
問同センター☎32-6986

市立図書館に関する
アンケートにご協力ください

図書館のサービスおよび環境向上のため、アンケートを実施します。
◆回答期間 2月27日(金)まで
◆回答方法 アンケート用紙による回答=各市立

受け付けは3月6日(金)まで

三鷹市住宅等防犯対策補助金

問安全安心課☎0422-45-1116

市では、侵入盗などの犯罪を未然に防ぐために、住宅などへの防犯対策費用の一部を補助しています。申請期限が迫っていますので、申請予定の方は早めに手続きをお願いします。

◆申請期限 3月6日(当日消印有効)

※予算の上限に達した場合は、その時点で受け付けを終了します。

図書館で配布、インターネットによる回答=回答フォーム(QRコード)へ
問三鷹図書館(本館)☎43-9151

2月は省エネルギー月間
です

冬は暖房や給湯器の使用などで、エネルギー消費が増える傾向にあります。熱を逃さない、冷気を入れない工夫をして、住宅の省エネ性能を高めましょう。

◆東京ゼロエミポイント

都では、基準を満たす省エネ性能の高い機器への買い替えに際して、値引きに使えるポイントを付与する事業を実施しています(本事業の登録販売店に限る)。
問環境政策課☎29-9612

2月7日は北方領土の日

北方四島(歯舞群島、色丹島、国後島、択捉島)は、日本固有の領土です。領土問題の解決を願い、関心と理解を深めましょう。

◆北方領土返還要求全国大会をオンライン配信します

■2月7日(土)午前10時30分から
申内閣府HP(QRコード)へ
問企画経営課☎29-9032

「ちょこっと共済」に
加入しましょう

ちょこっと共済(東京都市町村民交通災害共済)は、交通事故に遭ったときに会費から見舞金を受けられる制度です。会員が交通災害で死亡した場合は、見舞金に加え、中学生以下の子さん1人につき年額12万円の交通遺児年金が支給されます。

◆二つの選べるコース

- Aコース 年額1,000円、最高300万円の見舞金
- Bコース 年額500円、最高150万円の見舞金

◆共済期間

4月1日～令和9年3月31日
※4月1日以降に申し込みの場合は、申込日の翌日から。

申市政窓口、指定金融機関、同共済HPへ
問安全安心課☎45-1116

市内農家を支援します



①農業用ハウスの暖房で使用する燃料費の一部を助成します

◆補助額 7年12月1日～8年4月30日に購入・使用した重油や灯油などの燃料の費用(上限額:A重油40円/ℓ、灯油35円/ℓ)

②農産物栽培用肥料と家畜用飼料購入費の一部を助成します

◆補助額 令和8年1月1日～8年3月31日の肥料等の購入費の25%(認定農業者・認定就農者・準認定農業者は5万円、一般農家は2万円まで)

申①3月19日(木)までに都市農業課へ連絡のうえ、4月6日(月)～30日(木)に、
②3月23日(月)～4月10日(金)に申請書・必要書類を同課(第二庁舎2階)へ
問同課☎29-9616

市議会定例会の予定

問議会事務局☎0422-29-9140

2月	25日(水)	本会議(一般質問) ※第1回請願・陳情締め切り(午後5時まで)
	26日(木)	本会議(一般質問)
	27日(金)	本会議(一般質問、議案上程、施政方針・当初予算上程)
	4日(水)	本会議(議案・請願等審議、予算代表質疑)
	5日(木)・6日(金)・9日(月)・10日(火)	常任委員会
	11日(木)～13日(金)・16日(月)～18日(水)	予算審査特別委員会
3月	19日(木)	東京外郭環状道路調査対策特別委員会 調布飛行場安全利用及び国立天文台周辺地域まちづくり特別委員会
	23日(月)	三鷹駅前再開発及び市庁舎等調査検討特別委員会 ※第2回請願・陳情締め切り(正午まで)
	27日(金)	本会議(予算審査特別委員会審査報告、議案等審議)

詳しくは
こちらから▶

※日程は変更する場合があります。

※本会議の開議時間は午前9時30分を予定しています。

※請願・陳情は、同局で受け付けています(オンラインも可)。提出を希望する場合は、あらかじめ会派または議員にご相談ください。

◆傍聴・手話通訳の申し込み

申傍聴当日に、本会議は議場(市役所3階)東側の傍聴受付、各委員会は同局へ。手話通訳を希望する場合は、各開催日の1週間前までに希望する日程(午前・午後)・氏名・連絡先を同局Fax 0422-45-1031へ

※議場内傍聴席のモニターで字幕表示をしています。

◆本会議などのインターネット配信

本会議と予算・決算審査特別委員会の生中継・録画中継および常任委員会の録画中継(一部)を配信しています。

三鷹商工会中小企業等産業活性化補助金



対象となる事業（下記）に対して補助金を交付します。三鷹商工会員以外も申請可能です。

①市内に事業所を有する中小企業など
◆補助対象事業（①～④を優先的に採択します）

①労働生産性を年3%以上向上させる計画に基づく設備投資事業、②事業継続計画の策定やリスクへの備えなど、供給網の強靭化や社会規定の整備に係る専門家伴走支援に関する事業、③デジタル人材の育成やシステム構築など、DXを促進する事業、④カーボンニュートラルへの対応や取り組みを促進する事業、⑤①～④以外の事業活性化・販路開拓などに関する事業

⑥2月9日(月)～4月30日(木)(必着)に申請書（同会HPで入手）を直接または郵送で「〒181-0013 下連雀3-37-15 三鷹商工会」へ（先着制。予算がなくなり次第終了。申請は1事業者1回限り）
⑦同会☎49-3111（平日午前9時～午後5時30分）

税 金

3月2日(月)は固定資産税・都市計画税(第4期)の納期限です

市税を未納のままにすると、法令に基づき、延滞金が加算されます。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24番窓口）へ（ゆうちょ銀行は同行窓口）。

※キャッシュカードによる口座振替受付サービスを実施しています。

◆休日納税相談窓口を開設します

⑧2月14・21日の土曜日、15・22日の日曜午前9時～午後4時30分

⑨市税総合窓口（市役所2階24番窓口）

※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。

※庁舎南側スロープ下の地下1階警備室前通用口からお入りください。

⑩納税課☎29-9218（口座振替）・☎29-9210（納税相談）

固定資産税・都市計画税の減免

⑪国や市などが無償で借り受けまたは譲渡を受けた、⑫震災、風水害、火災などにより被害を受けた、⑬相続税のため物納した、⑭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が完了）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）。

⑮3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24番窓口）へ

⑯資産税課☎29-9197

国保・年金

国民年金保険料の産前産後期間の免除の届け出



出産予定日（出産日）の前月から4ヶ月間（多胎妊娠は3ヶ月前から6ヶ月間）の保険料が免除されます。

⑰国民年金第1号被保険者で出産日が平成31年2月1日以降の方

⑱基礎年金番号が分かるもの、本人確認書類（マイナンバーカードなど）、母子健康手帳を、出産予定日の6ヶ月前から市民課（市役所1階3番窓口）へ

⑲同課☎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。

誕生記念樹のプレゼント



パキラ、サルスベリ、カンツバキ、キンモクセイ、ゲッケイジュ、ウメ、ハナカイドウから選べます。

⑳市内在住の乳児

㉑NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会☎46-2081

小・中学校を卒業していない方のための夜間学校



日本語を習得していない方のために、日本語学級も開設しています。

㉒16歳以上の小・中学校を卒業していない方（年齢・国籍不問）

㉓同各中学校夜間学級（午後2時以降）

むらさき子どもひろばの催し(2月)



◆乳幼児のあそびひろば

㉔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日木・6日金・13日金・18日水・19日木・24日火を除く）

◆乳幼児対象のイベント

㉕①手形スタンプ=5・6日午前11時～11時30分、②Mamaカフェ=13日午前10時30分～11時30分、③ベビーマッサージ=16日(月)午前10時～10時30分、④みんなであそぼ!=19・24日午前11時～11時30分、⑤変身スペシャルバースデー=25日(木)・26日(木)午前11時～11時30分、⑥粘土でビスケット作り=28日(土)午前10時30分～11時30分

㉗①⑤0歳～就学前のお子さんと保護者、②0歳のお子さんと母親10組、③0歳のお子さんと保護者6組、④19日は1歳、24日は2歳のお子さんと保護者、⑥3歳～就学前のお子さんと保護者10組

◆小学生対象のイベント

㉘①卓球の日=毎週月曜日午後3時30分～4時30分、②一輪車教室=9日(月)・27日(金)午後3時40分～4時30分、③バレンタインチョコを作ろう!=14日(土)午後2時～3時、④スポーツの日=20日(金)午後4時～4時30分

㉙②12人、③10人

㉚同ひろば☎49-5500

すくすくひろばの催し



◆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(2月)

㉛①4・18日=牟礼、4・25日=井の頭、18・25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、17日(火)=深大寺地区公会堂、②19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

㉜令和3年4月2日以降に生まれたお子さんと保護者

◆はじめてのすくすくひろば見学会

㉝2月20日(金)午前10時30分から(30分程度)

㉞初めて同ひろばを利用する3年4月2日以降生まれのお子さんと保護者(出産前の方、第2子以上の方も参加可)

◆育児講座「音を感じながら親子でリラックス」

㉟2月24日(火)午前10時15分～11時

㉟初めて受講する市内在住の5年3月～7年2月生まれのお子さんと保護者12組

◆ウェルカムパパ講座

㉟3月7日(土)午前10時30分～正午

㉟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)

㉛同ひろば☎45-7710

みたかおもちゃの病院

㉜三鷹市消費者活動センター運営協議会

㉝2月4・18日の水曜日午後1時～3時

㉞消費者活動センター

㉟期間中会場へ

㉚同センター☎43-7874

星と森と絵本の家の催し



◆むかしあそびの日「紙人形あそび」

㉛2月7日(土)午後2時から

◆街頭紙芝居

㉝2月14日(土)午前10時30分から、11時30分から

㉞いざれも当日会場へ

㉚同施設☎39-3401

子どもふらっとプレイス やさいと仲よくなろう



㉛2月11日(水・祝)午後3時～5時

㉝市内の小・中学生20人

㉞生涯学習センター

㉟当日会場へ(先着制)

㉚同センター☎49-2521

一日プレイパーク



㉛2月15日(日)午前10時～午後2時(雨天中止)

全国瞬時警報システム(Jアラート)

情報伝達訓練

㉚防災課☎0422-24-9102

地震や武力攻撃などの発生時に備え、Jアラートを用いた情報伝達訓練を全国一斉に行います。市内の防災無線のすべてのスピーカーから、訓練用チャイムの後に一斉に試験放送を流します。

㉛2月6日(金)午前11時ごろ

※当日の災害発生状況や気象状況などにより中止する場合があります。

放送内容

「これは、Jアラートのテストです(3回繰り返し)。こちらは、防災三鷹です」

※当日は市HP、市公式X、市公式LINE、安全安心メールでも試験放送と同内容の情報を配信します。

テニス界 期待の新星！ 岩佐綾香さんが表敬訪問

㉚指導課☎0422-29-9817

昨年12月24日、市内在住のテニスプレーヤー・岩佐綾香さん(三中1年)が、世界最高峰のジュニア大会「ジュニア・オレンジボウル国際テニス選手権」「IMGアカデミー国際テニス選手権」(いずれも14歳以下女子シングルス)両大会の優勝報告のため、市役所を訪れました。

岩佐さんは「世界を転戦しながら大会に挑戦していくことは大変なことですが、将来はプロとして活躍できるようにこれからも頑張りたい」と力強く抱負を語りました。



所 農業公園

申 当日会場へ

問 緑と公園課☎ 29-9789

西多世代交流センターの
講座



◆思春期の子どもの心身の発達とかか
わり方

日 2月20日(金)午前10時～正午

人 36人

問 同センター☎ 32-8765

◆ママと赤ちゃんの会

日 2月24日(火)、3月4・11日の水曜日
午前10時～11時30分

人 全回参加できるおむね3～6ヶ月
のお子さんと母親8組

問 同センター☎ 31-6039

ままばばサロン



情報交換や仲間づくりの交流会。

日 2月26日(木)午前10時～正午

人 子ども発達支援センターで発達の相
談をしている保護者10人

所 同センター

問 同センター☎ 45-1122

子育てで輝くパパへ！

楽しく学ぶ&遊ぶ時間 保育



お父さん同士で気持ちを分かち合い、充
実した子育てのヒントを見つける講座です。

日 ①3月1日(日)、②7日(土)、いずれも
午前9時30分～正午

人 1歳6ヶ月～3歳のお子さんと父親各
8組

所 ①西多世代交流センター、②東多世
代交流センター

問 ①西多世代交流センター☎ 31-6039、
②東多世代交流センター☎ 44-2150

小学生向け
Scratchプログラミング
教室(3月)



主 所 三鷹市シルバーハウス

日 月4回目・火曜日(オンラインは日時
要相談)

人 小学3～6年生各4人

問 同センター☎ 48-6721

おやこでよってチョコっと
あっぷるーむ(3月)



2月10日(火)午前9時から予約を受け
付けます。

主 NPO法人みた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=2日(月)、②テコ
ンドーで産後の体型戻し=5日(木)、③

子育てと働き方のバランス講座(未来
マップ編)=9日(月)、④産前・産後の

骨盤ケア=12日(木)、⑤「ベビーサイン」

で楽しい子育て=14日(土)、⑥子育て
コンビニメンバーとおしゃべり会=19

日(木)、⑦簡単スクラップブッキング(A4
フレーム編)=23日(月)、⑧いつでもどこ

でもベビーマッサージ=26日(木)、⑨フ
ラ

ワーレンジを楽しむ(イースターハイミニ

アレンジメント編)=28日(土)、いずれも
午前10時30分～正午

人 ①2～11ヶ月のお子さんと保護者、
②首振り～就学前のお子さんと母親、
③0歳～就学前のお子さんと母親、妊
婦、④0歳～就学前のお子さんの母親、
妊婦、⑤4～18ヶ月のお子さんと保護
者、⑥⑦⑧0歳～就学前のお子さんと
保護者、妊婦、⑨2～11ヶ月のお子さ
んと保護者

所 市民協働センター

問 同センター☎ 46-0048

健 康

休日・夜間・緊急時
の診療はこちらへ→



三鷹市休日・夜間 診療所・薬
局では、急病患者の初期治療や
応急処置などを行っています。
開設日時や注意事項など、詳
しくは市 HP や『健康ガイドみたか』
(4月に全戸配布)をご覧ください。

催 し

大人も和太鼓であそぼう



日 2月15日(日)午後1時30分～2時30分

人 中学生以上の方8人

所 西多世代交流センター

物 動きやすい服装

なぜわたしたちにはルール(法律)が必要なのかを考えてみよう

所 同生涯学習センター☎ 0422-49-2521



学校や日常生活での身近なできごとを題材に、ルールや法律の役割を学びます。

日 3月22日(日)午前10時～正午 人 小学生以上の方30人

講 中央大学法学部教授で学部長の遠藤研一郎さん ￥1,000円(学生無料)

申 2月23日(月・祝)(必着)までに往復はがきで必要事項(9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)

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

バドミントン ジュニア大会・団体戦

日 2月11日(水・祝)午前9時～午後6時

問 三鷹市バドミントン協会✉ mtkbadminton@gmail.com

太極拳 シニア講習会(60歳以上)○

日 2月12日(木)午後1時20分～2時50分

問 三鷹市武術太極拳連盟☎ 090-2401-9483(日中
のみ)

サッカー

◆フットサルONE DAYマッチ(一般)

日 2月14日(土)午後0時30分～3時

◆フットサルONE DAYマッチ(壮年&女子)

日 3月7日(土)午後0時30分～3時

問 (一社)三鷹市サッカー協会 HP

バレーボール 後期6人制大会(男子・女子)

日 3月1日(日)午前9時～午後6時

問 三鷹市バレーボール連盟✉ mitaka.volleyball.ren
mei@gmail.com

卓 球 3人ダブルス団体戦

日 3月20日(金・祝)午前9時15分～午後6時

問 三鷹市卓球連盟✉ info@mitakattl.jp

水 泳

◆ジュニア長期水泳講習会

(小学2～6年生)

日 4月7日～令和9年3月16日の火曜日午後
5時～7時(全42回)

問 三鷹市水泳連盟✉ mitaka.jr.00@gmail.com

◆グランドシニア長期水泳講習会

(50歳以上)

日 4月8日～令和9年3月31日の水曜日午前
9時～11時(全45回)

問 三鷹市水泳連盟✉ wabisabi-chakai@tri
ton.ocn.ne.jp

所 大沢総合グラウンド

野 球

◆①春季大会申し込み、②定期大会

日 ①2月13日(金)午後6時～7時30分、14日(土)4時
～5時30分(大会は3月22日以降の毎週日曜日)、
②2月25日(水)午後7時から

所 いずれも生涯学習センター

◆審判講習会

日 3月8日(日)午前9時～午後3時

◆ベースボールアンパイア

日 3月22日以降の毎週日曜日

問 三鷹市野球連盟☎ 090-3335-6366(日中のみ)

ソ フ ト テ ニ ス 市 民 講 習 会 ○

日 3月1日(日)午前11時～午後3時

問 三鷹市ソフトテニス連盟☎ 090-2191-4530

だれでもランチカフェ



ランチ持参で集まって、一緒におしゃべりしませんか。

主 NPO法人みたか市民協働ネットワーク

日 2月28日(土)午前11時～午後2時(出

入り自由)

所 市民協働センター

申 当日会場へ

問 同センター☎ 46-0048

おとな絵本ラウンジ
「ダンスの絵本」

日 3月8日(日)午後2時～4時

人 15人

所 三鷹ネットワーク大学

￥ 200円(菓子代)

申 2月8日(日)～3月7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

介護の仕事に役立つ
外国人のための交流会

日 3月10日(火)午後2時～4時

人 三鷹市・近隣市の介護職員として働いている、またはこれから介護の仕事を始める外国人15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))

申 2月5日(木)～3月3日(火)午後5時に

市HPへ(先着制)

問 介護人材育成センター☎ 24-7350

スポーツ

スポーツ施設の団体使用
方法の変更に関する
説明会(登録団体向け)

日 2月9日(月)午後6時30分～7時

1月28日新機能追加!

「タッタカくん！ ウォーク&ラン」
アプリがリニューアル

問 スポーツ推進課☎ 0422-29-9863

ウォーキングやランニングの歩数・距離・消費カロリーなどが測れる同アプリに、ウォーキング記録(距離)の自動計測機能が追加され、より使いやすくなりました。

主なアプリの機能

●ポイント

日常のウォーキングやランニングで貯まつたタッタカポイントは「みたか地域ポイント」に交換でき、お店・公共施設での支払いや記念品との交換などに使えます。

●イベント

同アプリを使ったスタンプラリーなど、楽しく運動できるイベントを年5～6回開催しています。

●ランクアップ

ポイントに応じてメダルの色が変わっていきます(全12色)。



人 登録団体の方80人
所 教育センター
申 2月5日(木)正午までに市HPへ(1団体1人まで。先着制)
問 スポーツ推進課☎ 29-9863

子ども車いすバスケット
体験会

パラリンピック日本代表選手を講師にお招きします。
主 東京三鷹ロータリークラブ
日 3月8日(日)午前10時～正午
人 市内の小学3～6年生40人
所 SUBARU総合スポーツセンター
物 運動できる服装、室内履き(靴底はアメ色・白色・無色のみ)
申 2月20日(金)までに申し込みフォーム(QRコード)へ(先着制)
問 同クラブ✉ jimkyoku@mitaka-rotary.org

講 座

誰でも簡単健康体操

主 井の頭地区住民協議会
日 2月14～28日の毎週土曜日午後1時30分～3時30分
人 在学・在勤を含む市民30人
所 井の頭コミュニティセンター
講 フィットネスインストラクターの清水武さん
申 同センター☎ 44-7321・HPへ(先着制)
問 同センター☎ 44-7321

図書館のパソコンを使った
初心者向け図書館システム利用
講座

日 2月17日(火)午前10時30分～11時30分

人 2人
所 南部図書館みんなみ
物 図書館利用カード

申 2月3日(火)午前10時～15日(日)午後5時に直接または電話で同館☎ 76-5571へ(先着制)

折りたたみ式卓上ダストボックス
作製講習会

日 2月19日(木)午後1時30分～3時30分
人 5人
所 リサイクル市民工房
講 アトリエパラムの吉野伸子さん
物 生地2種類(柄物30cm×23cm1枚、柄または無地23cm×12cm1枚)、裁縫道具、はさみ
申 2月4日(水)午前10時から同施設☎ 34-3196へ(先着制。④月・火・金曜日)

ジャガイモ植え付け講習会

日 2月21日(土)午後1時30分から(雨天時は翌日に順延)
所 農業公園
物 農作業ができる服装(長靴など)
申 当日会場へ
問 JA東京むさし三鷹緑化センター☎ 48-7482
※自家用車での来場はご遠慮ください。

脳卒中市民公開講座
一脳卒中の予防

主 武蔵野赤十字病院、東京都、脳卒中・心臓病等総合支援センター
日 2月21日(土)午後2時～4時
人 多摩地域の市民
所 オンライン(Youtube)
講 東海大学医学部付属八王子病院脳神経内科臨床准教授の徳岡健太郎さん、武蔵野赤十字病院薬剤師の松田衣里子さん、駒沢女子大学人間健康学部教授の西村一弘さんほか
申 当日QRコードへ
問 武蔵野赤十字病院☎ 32-3111(平日午前9時～午後4時)

認知症サポーターフォロー
アップ講座「認知症の
迷い人をなくそう」

日 2月24日(火)午前10時～正午
人 認知症サポーター養成講座を修了した方40人
所 教育センター
物 認知症サポーターであることが分かるもの(オレンジリング、修了証など)

申 2月2日(月)から高齢者支援課☎ 29-8388、または申し込みフォーム(QRコード)へ(先着制)
問 同課☎ 29-8388

西多世代交流センターの
講座

保育

◆手芸講座

①縫い物講座=2月27日(金)、②編み物講座=3月6・13日の金曜日(全2回)、いずれも午前10時～正午
人 ①20人、②15人、保育(1歳～未就学児)各15人
講 ①パッチワーク講師の鈴木まちこさん、②BYOND THE REEF認定講師の長岡元子さん
￥ ①100円、②800円(いずれも材料費)

◆春の時短料理講座

日 2月28日(土)午前11時～午後0時30分
人 20人
講 料理インストラクターの糸原絵里香さん
￥ 500円
物 エプロン、三角巾、マスク
申 2月1日(日)～15日(日)に直接または電話で同センター☎ 32-8765、または市HPへ(申込多数の場合は抽選)
問 同センター☎ 32-8765

介護食調理実習
「乳和食」

日 2月27日(金)午前11時～午後1時
人 在学・在勤を含む市民または介護者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 2月24日(火)までに同施設☎ 24-7350
50、または申し込みフォーム(QRコード)へ(先着制)
問 介護人材育成センター☎ 24-7350

起業・創業セミナー
「デジタルマーケティング
活用術—販路開拓で売上
アップ」

日 2月27日(金)午後6時30分～8時
人 起業を考えている方、起業して間もない方20人
所 三鷹産業プラザ
講 (株)クロワッサンパートナーズ代表取締役の光武晋一さん
申 (株)まちづくり三鷹HPへ(先着制)
問 (株)まちづくり三鷹☎ 40-9669

がんばる地域応援プロジェクト
発表会・交流会

問 コミュニティ創生課☎ 0422-29-9611

町会・自治会などが、地域の課題解決のために行った、住民同士の交流や地域活性化につながる独自の取り組みの成果発表会です。

日 3月1日(日)午後1時～5時
人 所 市民協働センター、オンライン会議アプリ「Zoom」、各30人
申 2月20日(金)正午までに申し込みフォーム(QRコード)へ(先着制)

第2回市民ふくし講座
「遺言書の基本のキ
—わたしの想いの遺し方」



日 2月28日(土)午後1時30分～3時45分
人 在学・在勤を含む市民
所 福祉センター
申 開 2月25日(水)までに必要事項(9面参照)を権利擁護センターみたか☎46-1203へ(先着制)

環境講座「多摩地域における地下水のPFAS(有機フッ素化合物)汚染と健康リスクを考える」



主 連雀地区住民協議会
日 3月4日(水)午後2時～4時
人 所 連雀コミュニティセンター、オンライン会議アプリ「Zoom」、在学・在勤を含む市民各30人
講 出版企画編集コーディネータの根木山幸夫さん
申 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)
問 同センター☎45-5100

絵手紙教室「果物や野菜を描く」

主 市、三鷹駅周辺住民協議会
日 3月6日(金)午後1時～3時
人 20人
所 三鷹駅前コミュニティセンター
講 絵手紙作家の山路智恵さん
料 ￥300円
物 ティッシュ、ごみ袋、モチーフ(題材)
申 開 2月3日(火)から直接または電話で同センター☎71-0025へ(先着制)

今日から始める腸活 保育



日 3月6日(金)午後1時30分～3時
人 在学・在勤を含む市民40人、保育(4才月～未就学児)15人
所 総合保健センター
講 杏林大学医学部付属病院皮膚・排泄ケア認定看護師の平山千登勢さん
申 開 2月2日(月)午前9時から申し込みフォーム(QRコード)へ(先着制)
問 子ども家庭課☎46-3254

環境講座「プラスチックの未来を考えよう！—環境学習＆ものづくり体験」



環境問題を学ぶ講座とプラスチックごみを利用した小物作りのワークショップ。
主 市、みたか環境活動推進会議
日 3月8日(日)午後2時～4時
人 市民40人(小学生以下は保護者同伴)
所 教育センター
申 2月20日(金)(必着)までに往復はがきまたはファクスで必要事項(9面参照)・参加人数を「〒181-8555環境政策課」・Fax 45-5291、または市HPへ(申込多数の場合は抽選。当選者のみ通知)
問 同課☎29-9612

**みたか健康づくりセミナー
「腎臓専門医に聞く！
あなたの体を静かに
支える腎臓のハナシ」**



2月18日(水)に開催する同セミナーをオンデマンド配信します。
日 3月10日(火)～31日(火)
人 在学・在勤を含む市民200人
講 杏林大学医学部付属病院腎臓・リウマチ膠原病内科の川上貴久さん
申 2月2日(月)午前9時～27日(金)午後5時に申し込みフォーム(QRコード)へ(先着制)
問 健康推進課☎24-8207

**ガーデニング講座「春を彩る
ハンギングバスケット作り」**



日 3月12日(木)午後2時～4時
人 25人
所 上連雀分庁舎
講 (ー社)日本ハンギングバスケット協会理事の谷村伴子さん
料 ￥3,500円(NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会会員は2,800円)
物 エプロン、ガーデニング用手袋、持ち帰り用袋、あれば園芸用はさみ
申 2月6日(金)(必着)までに同法人HPへ(申込多数の場合は市民および同法人会員を優先して抽選)
問 同法人☎46-2081

**栄養料理教室「魚やナツツ類
を使っておいしく油で揚げ
ないヤンニョムフィッシュ」**



日 3月14日(土)午前10時30分～午後1時
人 在学・在勤を含む市民12人
所 三鷹駅前コミュニティセンター
講 管理栄養士の鈴木明子さん
料 ￥500円
物 エプロン、三角巾、ハンドタオル、布巾
申 2月13日(金)までに直接または電話、HPで同センター☎71-0025へ(申込多数の場合は抽選)
問 同センター☎71-0025

募 集

**令和8年度
東京都消費生活調査員**



◆ 内容 消費生活(食品表示、広告、計量など)に関する調査
◆ 任期 委嘱日～令和9年3月31日
◆ 謝礼 調査実績による
人 都内在住の18歳以上(4月1日現在)で、オンラインでの調査・回答が可能な方300人(地方公務員を除く)
問 都生活文化局企画調整課☎03-5388-3076

**東京都下水道局の
下水道モニター**



◆ 任期 4月1日から1年間
人 4月1日現在18歳以上の都民で、ホームページの閲覧と電子メールの送受信ができる方1,000人程度(公務員、同モニター経験者、島しょ在住者を除く)

申 2月28日(土)午後5時までに同局HPへ(申込多数の場合は選考)
問 同局☎03-5320-6511

求 人

詳細は、右記QRコードからHPをご覧ください。



**子ども家庭センター
会計年度任用職員(月額)**

◆職種 相談員、支援員
◆採用日 4月1日
◆申込期限 2月13日(金)(消印有効)
問 子ども家庭課☎40-5925

**市史編さん専門員
会計年度任用職員(月額)**

◆採用日 4月1日
◆申込期限 2月24日(火)(必着)
問 生涯学習課☎29-9862

**市費負担講師
会計年度任用職員(月額)**

◆採用日 4月1日以降
◆申込期限 2月10日(火)(必着)
問 指導課☎29-9817

教育支援学級介助員

◆採用日 4月1日以降
◆申込期限 2月13日(金)
問 指導課☎29-9817

校内別室支援員

◆採用日 4月1日以降
◆申込期限 2月13日(金)
問 指導課☎29-9817

大沢ふるさとセンター 契約職員

◆採用日 4月1日
◆申込期限 2月6日(金)(必着)
問 NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会☎46-2081

(社福)三鷹市社会福祉事業団 職員

◆職種 ①総合職、②保育士、③栄養士、④介護職、⑤看護師、⑥社会福祉士、⑦保健師、⑧主任介護支援専門員(①～⑧正職員)、⑨介護職、⑩介護支援専門員、⑪相談員、⑫母子支援員(⑨～⑫契約職員)、⑬看護職、⑭保育職、⑮調理員、⑯用務員、⑰事務職、⑱夜勤専従介護職、⑲相談員(⑯～⑲パートタイマー)、⑳訪問介護員(登録職員)

◆採用日 ①～③⑫4月、④～⑪⑯～⑳随時、⑬4月下旬
問 同事業団☎44-5211

相 談

しごとの相談窓口

就職や再就職、キャリア設計などの個別相談会。
日 2月18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 同生活経済課☎29-9615へ(予約優先、当日参加も可)

税理士記念日無料税務相談会

相続税や贈与税など税金に関する一般相談に応じます。

日 2月19日(木)午前10時～午後4時

所 武蔵野税理士会館(武蔵野市)

申 2月2日(月)から東京税理士会武蔵野支部☎55-2313へ

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。



第2回三鷹市空き家等対策協議会の傍聴

日 2月10日(火)午前10時～11時30分

所 総合防災センター

問 住宅政策課☎29-9704

第2回三鷹市交通安全推進協議会の傍聴

日 2月12日(木)午後2時～4時

所 市議会協議会室(市役所3階)

問 安全安心課☎45-1116

第2回三鷹市史編さん委員会の傍聴

日 2月12日(木)午後6時30分～8時30分

所 教育センター

問 生涯学習課☎29-9862

第1回三鷹市総合教育会議の傍聴

日 2月13日(金)午前10時～正午

所 教育センター

問 企画経営課☎29-9031

第3回三鷹市子ども・子育て会議の傍聴

日 2月16日(月)午後6時30分～8時

所 生涯学習センター

問 子ども家庭課☎45-3031

**①第1回ふじみ衛生組合議会定例会、
②第88回ふじみ衛生組合地元協議会の傍聴**

日 ①2月18日(水)午前10時から、②2月25日(水)午後6時30分から

所 ①クリーンプラザふじみ、②同施設、オンライン会議アプリ「Zoom」

問 同組合①☎042-482-5497、②☎042-490-5374

第3回三鷹市健康福祉審議会の傍聴

日 2月18日(水)午後7時～8時30分

所 教育センター

問 地域福祉課☎29-9231

第2回三鷹市都市計画審議会の傍聴

日 3月6日(金)午後6時～7時30分

所 教育センター

問 都市計画課☎29-9701

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) 月曜日、祝日

〒181-0013 下連雀3-24-3 三鷹駅前協同ビル3階 ☎0422-40-0313

■ 2月3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。



三鷹ネットワーク大学企画サロン
みたか星空散歩—3月の星空解説と天文トーク
日2月20日(金)午後7時～8時30分

理系英語入門一円と楕円を英語で学ぶ
日3月3日(火)午前10時～11時30分
講東京女子大学現代教養学部特任教授の高須昌子さん

“船と海の科学”
「海事分野における環境規制への取り組み」
日3月11日(水)午後7時～8時30分
講(国研)海上・港湾・航空技術研究所海上技術安全研究所
研究特命主管の高橋千織さん

三鷹の夜・月いち読書会「科学と文学の間に」第54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、津原泰水「五色の舟」(『11 eleven』(河出文庫)所収)。

日3月13日(金)午後7時～8時30分

国立天文台企画サロン アストロノミー・パプ3月

第214回 「すごろくで見るプラネタリウム100年史—飾って遊んで楽しんで」▲
ゲストは、宇宙科学系デザイナーの野呂和史さん、ホストは、インター宙(そら)ぱレーショ
ン代表の三浦飛未来(ひびき)さん。

日3月14日(土)午後6時30分～8時30分

キャリア・カウンセリング—幸せに生きるためにカウンセリングを受けてみませんか

日3月22日(日)午後1時～3時10分



■シニアのためのまるごと相談サロン

ガサガサ手荒れとさようなら

肌の水分量チェックとハンドケア講座、個別相談など。

日2月12日(木)午後2時～3時30分 人35人 所三鷹駅前コミュニティセ
ンター 申当日会場へ(先着制) 問三鷹駅周辺地域包括支援センター☎0422-76-4500

■山中老い支度講座

「災害トイレの使い方&消防団員の話」と軽体操

日2月17日(火)午前10時～11時30分 人15人 所山中地区公会堂 講三鷹
市消防団第7分団員、NPO法人 Mitakaみんなの防災の皆さん 申当日会
場へ(先着制) 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

日2月17日(火)午前10時～正午 申問同センター☎0422-48-6721へ

■SOMPO暮らしの保健室

「むくみと生活習慣病」についての講話と生活・医療・介護に関する相談会。

日2月20日(金)午後2時～3時 所そんぽの家三鷹新川(新川5-6-30)
講ゆみのハートクリニック三鷹院長の鈴木豪さん 申当日会場へ 問新川中
原地域包括支援センター☎0422-40-7204

■三鷹いきいきプラス iPad無料体験会

日2月23日(月・祝)・26日(木)午前9時30分～11時30分(全2回) 人おおむね
55歳以上の市民でiPad未経験者または初心者10人 所市民協働センター
申問2月2日(月)以降の月・水・金曜日午前10時～午後4時に同会事務局☎
0422-70-5753へ(先着制)

■ニチイのサンで三鷹っと体操

理学療法士による解説付き転倒予防体操。体操終了後、カラオケも利用
できます。

日2月25日、3月11・25日の水曜日午後2時30分～3時 人10人
所ニチイホーム三鷹(中原2-1-15) 申同施設☎0422-70-1200へ(先着制。
空きがあれば当日参加も可) 問新川中原地域包括支援センター☎0422-
40-7204

■終活セミナー 認知症やおひとりさまの備え

日2月28日(土)午後2時～4時 人40人 所高齢者センターけや
き苑(深大寺2-29-13) 講司法書士の金桶真也さん 申問西
部地域包括支援センター☎0422-34-6536へ(先着制)

■健康見える化測定会—カラダの声を聞こう！

体成分分析装置「Inbody」で筋肉量や体水分量な
どを詳しく測定し、健康づくりをサポートします。

主福祉Labo どんぐり山 日3月5日(木)午前9時30
分～11時30分(8時50分連雀コミュニティセンター付近発の送
迎バスあり)、5日午後1時30分～3時30分(0時45分三鷹駅南
口付近発の送迎バスあり)、3月6日(金)午前9時30分～11時30
分(9時井口コミュニティセンター駐車場発の送迎バスあり)、
6日午後1時30分～3時30分(0時50分長谷川病院駐車場、1時
10分大沢コミュニティセンター駐車
場発の送迎バスあり) 人在勤・在
活動を含む65歳以上の市民各回15
人 所同施設 申問2月2日(月)～20
日(金)に同施設☎0422-24-7099・73
50へ(先着制)



■バス研修「成田山新勝寺参拝といちご狩り」

主三鷹いきいきプラス 日所3月12日(木)午前7時
45分市役所集合～午後5時30分市役所解散予定
人55歳以上の市民40人 ¥5,500円(入場料、昼食
代、高速代など) 申2月19日(木)(必着) までに往復はがきで必
要事項(9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」、または申し込みフォーム(QRコー
ド)へ(1人1通。申込多数の場合は抽選)

問同会事務局☎0422-70-5753(月・水・
金曜日午前10時～午後4時)



■“もしも”的災害クリッキング教室

日3月17日(火)午前11時～午後1時30分 人15人 所福祉
Labo どんぐり山(市役所からの送迎バスあり) 物エプロン、
マスク、三角巾 申問連雀地域包括支援センター☎0422-40-
2635へ(先着制)

チケット情報

東西狂言の会 保育

三鷹市公会堂 光のホール

4月4日(土) 午後2時開演

チケット発売日(全席指定)

会員=2月14日(土) 一般=2月19日(木)

会員=3,600円 一般=4,000円

高校生以下=2,000円

[番組]「舟渡賀」野村万作、「鬼瓦」茂山あきら 茂山千之丞、「釣針」野村萬斎

関東の野村家、関西の茂山家の共演を、ご堪能ください。



柳亭市馬独演会 保育

芸術文化センター 星のホール

4月5日(日) 午後2時開演

チケット発売日(全席指定)

会員=2月7日(土)

一般=2月12日(木)

会員=2,700円

一般=3,000円

高校生以下=1,000円



柳亭市馬／撮影:武藤奈緒美

柔らかな語り口の市馬師匠の落語で、心晴れやかなひとときを。



公益財団法人 三鷹市スポーツと文化財団

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/>

問合せ ☎ 0422-47-5122・HP

●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。



友の会「マーケル」

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(会員のみ)など。

市民活動

みんなの掲示板

3月1日号

原稿締切日 2月2日(月)

3月15日号

原稿締切日 2月17日(火)

「みんなの掲示板」は、市民や団体の皆さんとの自主的な文化・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。

問合せ ☎ 29-9037

※市外局番0422は省略。



ウェブ版

催し

月曜開催・裸足かけっこ教室

■ ボールあそび三鷹 ■ 2月2~23日の月曜日午後3時15分~4時15分 人各日15人 ■ SUBARU総合スポーツセンター ¥1回2,500円 申込白石 ☎ 090-3503-5027・✉ shiraishi@0601@gmail.com (先着制。空きがあれば当日参加も可)

高田芳樹展 痕跡-気配-記録「10より2つ多い数」

■ 2月7日(土)~22日(日)正午~午後7時(22日は5時まで) 所轄ぎらりー由芽 申込期間中会場へ ■ 同画廊 ☎ 47-5241(休木曜日)

学びの本質を解きほぐすpart2 教育現場にアナキズム=相互扶助を!★

■ 放課後の子どもたち ■ 2月8日(日)午後1時30分~4時 人30人 ■ 生涯学習センター ■ 中央大学文学部教授の池田賢市さん ¥300円(資料代) 申込会場へ ■ 同田中 ☎ 080-6520-3091 (先着制)

障がい者スイミング体験会

■ (社)日本障がい者スイミング協会 ■ 2月9日~3月30日の月・水・金曜日午後3時~7時(金曜日は9時まで) 人各日10人 ■ SUBARU総合スポーツセンター ¥1回1,300円 申込開催日の5日前までに同協会✉ info@jpasa.net・公式LINE@848uhtboを「友だち」に追加(先着順) ■ 同協会 ☎ 050-3628-4972

笑いヨガ(ラフターヨガ)インターナショナル

■ 東京三鷹の森 笑顔ラフター ■ 毎月第2水曜日午前10時~午後0時50分(2月のみ15日)午前10時30分~正午) 所轄駅前コミュニティセンター ¥1回500

円 申込モリ ☎ 090-8625-2063・Fax 44-7772(初回のみ申込)

発達デコボコカフェ(木・土曜カフェ)

■ ゆるる~く ■ 每月第2土曜日・第3木曜日午後2時~4時 所轄みたかボランティアセンター ¥1回100円 申込会場へ ■ 同センター ☎ 76-1271

教育カフェー子育てや教育についてお話ししませんか

■ 三鷹で教育を語る会 ■ 2月15日(日)午前10時~正午 人30人 ■ 消費者活動センター ¥200円 申込会場へ(先着制) ■ 前山 ☎ 090-9963-8917

暮らしの保健室「おしゃべり会」

■ 暮らしの保健室みたか ■ 2月16日(月)午後1時15分~3時 所轄女性交流室(下連雀3-30-12中央通りタウンプラザ) ¥100円(茶菓代) 申込会場へ ■ 小笠原 ☎ 42-0935

朗読を聴いて楽しみませんか★

■ ぐるーぶ「ききどく」 ■ 2月17日(火)午後2時~3時 人所①生涯学習センター=20人、②オンライン会議アプリ「Zoom」講朗読の会「ゆず」主宰の伊藤寿恵さん 申込近藤 ☎ 090-7173-6425・✉ kikidoku0319@gmail.com(①は先着制)

第37回三鷹市美術連盟展(油彩画・水彩画・パステル画・鉛筆画・墨彩画など110作品)

■ 2月19日(木)~23日(月・祝)午前10時~午後5時(19日は午後2時から、23日は4時まで) 所轄芸術センター ■ 期間中会場へ ■ 同連盟(岡本) ☎ 45-5568

脳トレ体操とランチの会

■ かれい舎 ■ 2月21日(土)午前11時~午後4時 人10人 所轄ふじみ交流プラザ(調布市 ブランチ調布内) ¥1,000円 申込2月19日(木)までに酒井 ☎ 090-4221-7488・✉ Jainmanakin0122@gmail.com(先着制)

中国語初級学習会(中国語の発音、基本単語、日常会話を学ぶ)

■ 中国語学生会 ■ 2月25日(水)午後8時~9時30分 人6人 所轄三鷹駅前コミュニティセンター 申込中村 ☎ 080-7822-9201・✉ info@allkenkou.com(先着制)

名画と音楽を楽しむ2「抽象表現主義とモダンジャズ」★

■ 西洋美術史を学ぶ会同窓会 ■ 2月27日(金)午後1時~3時 人60人 所轄生涯学習センター ■ 東海大学教養学部准教授の田丸智也さん ¥300円(資料代) 申込会場へ(先着制) ■ 池田 ☎ 42-7392

上級救命技能講習会(新規)

■ 駅前地区自主防災連合会 ■ 2月28日(土)午前9時~午後5時 人20人 所轄駅前コミュニティセンター 申込同センター ☎ 71-0025(先着制)

みんなかサロン「ラジオ体操のすすめ~効果から紐解くラジオ体操の魅力」★

■ みんなみたか ■ 3月1日(日)午前9時45分~11時45分 人40人 所轄生涯学習センター ■ 東京都介護予防・フレイル予防推進センター副センター長の植田拓也さん ¥300円(資料代) 申込2月25日(木)までに平井 ☎ 090-3132-3120・✉ mintakasaron@gmail.com(先着制)

音読講座★

■ たゆたう ■ 3月8日(日)午後1時30分~4時30分 人12人 所轄三鷹市公会堂さんさん館 ■ 俳優の山口真司さん ¥500円 申込申し込みフォーム(<https://forms.gle/JEuieAabNt3omAw9>) (先着制)

会員募集

月曜会(絵画制作)

■ 毎週月曜日午後0時30分~3時30分 所轄生涯学習センター ¥1,000円、月額4,000円 申込松田 ☎ 31-1667

コーラス・すみれ(50歳以上の女声コーラス)

■ 月1回曜日午前10時~午後0時30分、月2回曜日午後1時30分~4時30分(日曜日のみの参加も可) 所轄礼コミュニティセンター ¥1,000円、月額4,000円 申込むねなか ☎ 080-5000-4200

ボイストレーニングクラブ

■ 毎月第1水曜日午後1時30分~3時30分 所轄三鷹駅前コミュニティセンター ¥1,000円、月額1,000円、体験1回1,000円 申込小森 ☎ 090-1120-0188

伝言板

「インドネシア映画の上映とトーク」

夢見る力—貧富の差という現実に挑み、超えていくと闘う子供たちの物語

■ (公財)アジア・アフリカ文化財団 ■ 3月7日(土)午後1時30分~4時30分 人40人 所轄アジア・アフリカ図書館(新川5-14-16) ¥500円 申込同館✉ aac@aac.or.jp・HP (先着制)

2月8日(日) 投票時間 午前7時～午後8時

詳しくは
こちらから

衆議院議員選挙および最高裁判所裁判官国民審査

選挙管理委員会事務局 0422-29-9794

急な選挙のため、投票所入場整理券は2月上旬の配達となります。
なお、期日前投票は整理券がなくても投票できます。

三鷹市で投票できる方

平成20年2月9日までに生まれた方で、令和7年10月26日以前に市に転入届出をし、引き続き3ヶ月以上市内に住所を有する日本国民。

最近、転居・転入・転出した方は、下表でご確認ください。

以前から三鷹市に住所を有し、市内で転居した方	1月19日以前に転居届出	転居後の投票所で投票
	1月20日以降に転居届出	転居前の投票所で投票
三鷹市に転入した方	10月26日以前に転入届出	三鷹市で投票
	10月27日以降に転入届出	三鷹市では投票不可(※1)
転出した方で、投票する日まで三鷹市の選挙人名簿に登録されている方		三鷹市で投票(※2)
三鷹市の選挙人名簿に登録されている方で、投票日までに転出する方		三鷹市で投票

(※1) 前住所地の選挙人名簿に登録されていれば、前住所地で投票できます。前住所地の選挙管理委員会へお問い合わせください。

(※2) 新住所地の選挙人名簿に登録された方は、三鷹市では投票できません。

選挙公報・審査広報をお届けします

2月3日(火)以降に各家庭へお届けする予定です。市政窓口やコミュニティセンターにも設置します。

投票所の場所が変わります

●第17投票区投票所

下連雀複合施設の改修工事に伴い、すくすくひろば(下連雀4-19-6)へ変更します。

◆対象者

下連雀4丁目2・6~8・11~22番にお住まいの方



●第13投票区投票所

むらさき子どもひろばから四小に戻ります。

●第24投票区投票所

井口コミュニティセンターから井口小に戻ります。

●第9投票区投票所(高山小)

体育館から2-5教室に変更します。

◆投・開票速報はインターネットで

投票日当日は、午前9時頃から市ホームページで投票速報をお知らせします。

※開票速報は、東京都選挙管理委員会HPからご覧ください。

この一票 未来へつなぐ
第一步

投票の方法

●小選挙区の投票方法

あさぎ色の投票用紙に候補者名を書いてください。

●比例代表の投票方法

ピンク色の投票用紙に政党名またはその略称を書いてください。

●国民審査の投票方法

比例代表と同時に交付されるうぐいす色の投票用紙に、審査の対象となる裁判官の氏名が印刷されています。辞めさせた方がよいと思う裁判官がいれば、その氏名の上の欄に×印を書いてください。辞めさせなくてもよいと思う裁判官については、何も書かずに投票してください。



代理投票・点字投票/車いすなどの貸し出し

心身の状態などにより、自分で投票用紙に書くことができない方は「代理投票」、目の不自由な方は「点字投票」が利用できます。また、車いすやコミュニケーションボードも用意しています。投票所の係員にお申し出ください。

期日前投票をご利用ください

投票日当日に投票所へ行けない方は期日前投票を利用できます。投票所入場整理券裏面の「期日前投票宣誓書」は、あらかじめ記入してお持ちください(整理券がなくても投票できます)。なお、国民審査は2月1日(日)から投票可能となります。

第一期日前投票所

市役所第三庁舎

投票期間 1月28日(水)～2月7日午前8時30分～午後8時

※1月28日～31日は国民審査の投票はできません。

第二期日前投票所

三鷹駅前コミュニティセンター(下連雀3-13-10)

投票期間 2月1日～7日午前8時30分～午後8時

第三期日前投票所

東多世代交流センター(牟礼2-13-19)

投票期間 2月6・7日午前9時～午後5時

※2月6日(金)・7日(土)は大変混雑します。

※三鷹駅前コミュニティセンターと東多世代交流センターは駐車場がありません。

滞在先での不在者投票

市外の滞在先での不在者投票を希望する方は、あらかじめ三鷹市選挙管理委員会に投票用紙などを請求し、送付された投票用紙などを滞在先の選挙管理委員会へお持ちください。投票用紙などの請求書は市HPから入手できます。

また、マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルの「ぴったりサービス」を利用して、不在者投票の投票用紙などの請求をオンラインで行うことができます。

病院等での不在者投票

不在者投票指定施設の病院などに入院・入所している方で、投票日に投票所へ行くことが困難な方は、施設内で不在者投票をすることができます。投票を希望する方は各施設にお申し出ください。

郵便等での不在者投票

身体障害者手帳または戦傷病者手帳をお持ちで一定の要件を満たす方や、介護保険の要介護5の方で、あらかじめ郵便等投票証明書が交付されている方は、居住の場所で郵便等による不在者投票をすることができます。詳しくは市HPでご確認ください。

東多世代交流センターを臨時休館します

2月7・8日は投票所として使用するため臨時休館します。また、期日前投票所の開設準備のため、2月4日(水)～6日は利用できない場所があります。

問合せセンター 0422-44-2150

2月8日はAIデマンド交通を臨時運行します

利用方法は市HPでご確認ください。

利用方法などは
こちらから



◆開票について

開票は2月8日午後9時から、SUBARU総合スポーツセンターメインアリーナで行います。三鷹市の選挙人であれば参観できます。受け付けは当日会場で行います。

