

市内の小・中学生20人
生涯学習センター
当日会場へ(先着制)
同センター☎49-2521

子ども向けプログラミング
教室「るびつく」
ワンコイン体験会



3月15日(日)①ロボットプログラミング
コース=午前11時~正午、②マイク
ラプログラミングコース=午後1時~2
時、③コーディングコース=午後2時
30分~3時50分
4月1日現在で①②小学4~6年生
(保護者同伴)、③中学1年生~高校3
年生、各コース10人程度
三鷹産業プラザ
同(株)まちづくり三鷹☎40-9669

小・中・高校生
医療・福祉キャリア講座
「補助犬ってなあに？」



3月27日(金)午後1時30分~3時
小学4年生~高校生30人(保護者
同伴可)
福祉Laboどんぐり山(市役所からの
送迎バスあり(要予約))
同施設☎24-7350

春休み子ども工作教室
「もうひとつの地球を
つくってみよう！」



三鷹駅周辺住民協議会
3月27日(金)午後1時30分~3時30
分
15人
三鷹駅前コミュニティセンター
同センター☎71-0025

おやこでよってチョコッと
あっぷるーむ(4月)



3月10日(火)午前9時から予約を受け
付けます。
NPO法人みたか市民協働ネットワー
ク
①テコドローで産後の体型戻し=2
日(木)、②はじめてのベビーヨガ=6日(月)、
③産前・産後の骨盤ケア=9日(木)、④
「ベビーサイン」で楽しい子育て=13日
(月)、⑤ハーブでこころとからだケア(睡
眠編)=16日(木)、⑥子育てコンビニメ
ンバーとおしゃべり会=18日(土)、⑦子
育てと働き方のバランス講座(診断シー
ト編)=20日(月)、⑧足形つきのバッグ
を作ろう!=23日(木)、⑨フラワーアレン
ジを楽しむ(母の日に贈るアレンジメ
ント編)=25日(土)、⑩簡単スクラップブ
ッキング(A4フレーム編)=27日(月)、⑪
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=30日(木)、いずれも午
前10時30分~正午
①首据わり~就学前のお子さんと母
親、②2カ月~ハイハイ前のお子さんと
母親、③⑦0歳~就学前のお子さんの
母親、妊婦、④4~18カ月のお子さん
と保護者、⑤⑧0歳~就学前のお子
さんと保護者、⑥⑨⑩0歳~就学前の
お子さんと保護者、妊婦、⑪2~11カ
月のお子さんと保護者

市民協働センター
同センター☎46-0048

小・中学生1学期補習教室
(4~7月)



三鷹市シルバー人材センター
月・水~土曜日=小学3・4年生(国
語・算数)、小学5・6年生・中学生(国
語・数学・英語)、いずれも1回55分(全
15回)
同センター☎48-6721

障がいのある方

令和8年度福祉タクシー券の
郵送受け付けを開始

3月2日(月)から(発送は3月末~4月)
身体障害者手帳(下肢・体幹機能障
がい1~3級、視覚・内部障がい1級)、
愛の手帳1度、精神障害者保健福祉手
帳1級をお持ちで、交付対象者として
登録済みの方(所得制限あり)
同障がい者支援課☎29-9234へ
※窓口での交付は、4月1日(水)以降の
平日午前8時30分~午後5時に同課(市
役所1階14番窓口)で行います。
※5月以降の交付請求は交付金額が減
額しますのでご注意ください。

催し

図書館企画展示
「あなたの心を支える1冊、
見つけよう」

心が軽くなる本の展示と貸し出し。
3月3日(火)~22日(日)
市立図書館各館(三鷹図書館(本館)
を除く)、井の頭コミュニティセンター図
書室
期間中会場へ
同健康推進課☎24-7145

ゆるっとカンパイ!
ふらっとおしゃべり
「ほろよいトークサロン」



NPO法人みたか市民協働ネットワー
ク
3月6日(金)午後6時30分~8時30分
(出入り自由)
みたかスペースあい(下連雀3-28-
20)
¥500円
当日会場へ
市民協働センター☎46-0048

みたか星風マート

市内の障がい者施設が焼き菓子や雑
貨などを販売します。
3月11日(水)午前11時~午後2時(雨
天中止)
三鷹駅南口緑の小ひろば(ジブリ美
術館行きバス停東側)
当日会場へ
同星と風のカフェ☎44-2255(火~土
曜日午前11時30分~午後6時)

介護者ひろば 福祉Laboどんぐり山
「知っていてよかった! 訪問入浴編」

3月13日(金)午後1時30分~3時30分

市内の介護者、介護経験者
同施設
当日会場へ
同(社)三鷹市社会福祉協議会☎79-35
05

認知症という個性を生きる
2026「私の好きな歌
—芝居もあります!」



市、三鷹市地域包括支援センター、
認定NPO地域認知症サポートブリッジ
3月14日(土)午後2時30分~4時
80人
三鷹駅前コミュニティセンター
3月2日(月)午前8時30分から三鷹駅
周辺地域包括支援センター☎76-4500、
または申し込みフォーム(QRコード)へ
(先着制)
同高齢者支援課☎29-8388

地域ケアネットワーク主催の
サロン

①連雀サロン=3月17日(火)、②駅前
風のサロン=19日(木)、③よってらっし
ゃい・にしみたか=23日(月)、④しん
なかサロン=26日(木)、⑤ひだまりサロ
ン・東部=4月1日(水)、いずれも午後1
時30分~3時(④は3時30分まで)
①連雀コミュニティセンター、②三
鷹駅前コミュニティセンター、③西多
世代交流センター、④新川中原コミュ
ニティセンター、⑤牟礼コミュニティセ
ンター
当日会場へ
同地域福祉課☎29-9235

春の植物観察会「東京の『北側』に
生き残るカタクリの秘密!
川・桜並木・雑木林を巡ろう」

3月30日(月)午前10時JR武蔵野
線東所沢駅集合~清瀬(清瀬花の公園
など)~午後3時西武池袋線清瀬駅解
散予定(雨天時は4月2日(木)に延期)
20人
講師 樹木医で造園家の佐々木知幸さん
¥交通費実費
物 昼食、ルーペ、敷物、雨具、単3電
池2本、歩きやすい服装
同 3月2日(月)午前9時からNPO法
人花と緑のまち三鷹創造協会☎46-
2081へ(先着制)

井心亭でお茶を楽しむ会
(夜のお茶会)



4月15日(水)午後6時30分~8時
中学生以上の方12人
みたか井心亭
講師 三鷹市茶道連盟の皆さん
¥1,500円
物 白足袋または白い靴下
3月28日(土)(消印有効)までに往復
はがきで参加者全員の必要事項(8面
参照)を「〒181-0013下連雀2-10-48
みたか井心亭」、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)
同施設☎46-3922
※お茶をたてる体験はありません。

講座

杏林大学(井の頭キャンパス)
の市民聴講生



18歳以上の市民。各科目5名まで
¥1科目11,000円(市民は9,500円)
3月3日(火)~19日(木)に受講料、市
の助成を希望する方は本人確認書類
を三鷹ネットワーク大学へ(月曜日、
祝日。先着制)
同杏林大学☎47-8000、市生涯学習
課☎29-9862(助成について)

ホームスタート・みたか
10周年記念&ビジター
フォローアップ研修 講演会



「普通の人(レイマン)であることの強
み」をテーマとする講演会。
NPO法人子育てコンビニ
3月7日(土)午後1時30分~3時30分
みたかボランティアセンター
子ども家庭福祉研究・調査機構長の
西郷泰之さん
同法人☎・FAX 41-7021・h-start
@kosodate.or.jpへ
同法人☎41-7021

多摩府中保健所医療安全
支援センター講演会



「ACP(人生会議)って何?」をテーマ
とする講演会。
3月10日(火)午後1時~23日(月)午後
1時
三鷹市、武蔵野市、府中市、調布市、
小金井市、狛江市在住の方
オンデマンド配信
杏林大学医学部付属病院教授の河
野隆志さん、同大学保健学部准教授の
角田ますみさん
期間中に同保健所HPへ
同保健所042-362-2334

初心者向け図書館システム利用講座

3月17日(火)午前10時30分~11時
30分
2人
同南部図書館みんなみ
物 図書館利用カード
同 3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)

園芸講習会「春を感じる寄
せ植え、小さな景色を作る」



3月26日(木)午後2時~4時
20人
同上連雀分庁舎
講師 草盆栽家の砂森聡さん
¥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、薄手の手袋、持ち帰り用袋、
あれば園芸用はさみ、園芸用ピンセット
3月17日(火)(必着)までに往復はが
きで必要事項(8面参照)を「〒181-
0012上連雀8-3-10 NPO法人花と緑
のまち三鷹創造協会」、または同協会
HPへ(申込多数の場合は抽選)
同協会☎46-2081