

③12人
☎同ひろば☎49-5500

星と森と絵本の家の催し



◆街頭紙芝居

☎4月11日(土)午前10時30分から、午前11時30分から

◆森のおはなし「森のピング大会」

☎4月11日午後1時30分から

◆絵本リレー

☎4月15日(水)午後3時30分から

◆みこえぶおはなし会「にじいろコスモス」

☎4月18日(土)午後2時から

◆幼児クラブ 春の森のたんけん隊

☎4月23日～6月18日の隔週木曜日 午前10時30分～11時30分(全5回)

②歳6カ月以上(令和5年10月以前生まれ)のお子さんと保護者15組(下の子同伴可)

☎同施設☎39-3401

一日プレイパーク



☎4月12日(日)午前10時～午後3時(雨天中止)

所 農業公園

申 当日会場へ

☎同緑と公園課☎29-9789

子どもふらっとプレイス 「ちりめん布でこいのぼりをつくろう」



☎4月15日(水)午後3時～5時

①市内の小・中学生20人

所 生涯学習センター

申 当日会場へ(先着制)

☎同センター☎49-2521

すくすくひろばの催し



◆4カ月までの赤ちゃんあつまれ

☎4月23日(木)午前10時15分～11時30分、午後1時45分～3時

①初めて受講する市内在住の令和7年11月以降に生まれたお子さんと母親各8組

◆ウェルカムパパ講座

☎5月9日(土)午前10時30分～正午

①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)

☎同ひろば☎45-7710

おやこでよってチョコッとあっぷるーむ(5月)



4月10日(金)午前9時から予約を受け付けます。

所 NPO法人みちか市民協働ネットワーク

☎①はじめての、ふっくら立体手形=2日(土)、②楽しく子育て「ベビーサイン」=4日(月・祝)、③ふれあい「ベビーマッサージ」=11日(月)、④産前産後の体整う骨盤ケア講座=14日(木)、⑤親子で楽しむ色のある暮らし=16日(土)、⑥子育て×働き方講座：未来編=18日(月)、⑦私を整えるハーブティー 代謝編=21日(木)、⑧フラワーアレンジメント花遊び=

23日(土)、⑨世界に一つのフォトフレーム=25日(月)、⑩足形つきのバッグを作ろう!=28日(木)、いずれも午前10時30分～正午

①1カ月～就学前のお子さんと保護者、②4～18カ月のお子さんと保護者、③2～11カ月のお子さんと保護者、④⑥0歳～就学前のお子さんの母親、妊婦、⑤⑧⑨0歳～就学前のお子さんと保護者、妊婦、⑦⑩0歳～就学前のお子さんと保護者

所 市民協働センター

☎同センター☎46-0048

じどうかんデイキャンプ



☎5月17・31日の日曜日午前10時～午後3時(雨天中止)

①市内在住の小学2～4年生各日60人

所 野川公園少年キャンプ場(調布市)

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

障がいのある方

令和8年度の特別障害者手当などの手当額が変わりました



法改正により、8年4月から特別障害者手当、障害児福祉手当、経過的福祉手当の手当額が変わりました。5月の定例支給期から振込金額が変わりますので、ご注意ください。

☎障がい者支援課☎29-9234

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『健康ガイドみちか』(7面参照)をご覧ください。

催し

だれでもランチカフェ



所 NPO法人みちか市民協働ネットワーク

☎4月12日(日)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

☎同センター☎46-0048

①三鷹産の夏野菜苗物市、②市内農家による夏野菜作り相談会

☎①4月16日(木)～5月31日(日)午前9時～午後5時、②4月16～30日(木)午前9時～正午

所 JA東京むさし三鷹緑化センター

申 期間中会場へ

☎同センター☎48-7482

地域ケアネットワーク主催のサロン(4月)

☎①連雀サロン=21日(火)午後1時30

分～3時、②しんなかサロン=23日(木)午後1時30分～3時30分、③よってらっしやい・にしみたか=27日(月)午後1時30分～3時

所 各コミュニティセンター(①連雀、②新川中原、③井口)

申 当日会場へ

☎地域福祉課☎29-9235

スポーツ

親子でサッカーを楽しもう!ーミニグラスルーツフェスティバル



所 東京都サッカー協会

☎5月16日(土)(雨天中止)①U-6コース=午前10時～11時、②U-8コース=11時30分～午後0時30分

①1年長・年中児とその保護者、②小学1・2年生とその保護者各60組120人

所 大沢総合グラウンド

物 運動しやすい服装、運動靴

申 4月6日(月)午前11時30分～4月27日(月)午後1時に同協会HPへ

☎同協会☎03-6804-1301

講座

生涯学習教室(朗読・絵手紙)



☎①朗読教室=毎月第1・3金曜日午後1時～3時、②想いを贈る絵手紙教室=毎月第2・4水曜日午前9時30分～11時30分

①各5人

所 シルバー人材センター

調①元フジテレビ「とくダネ!」リポーターの緒方昭一さん、②同センター絵手紙講師の池田滋さん

¥月額2,600円

申 同センター☎48-6721へ(先着制)

夏野菜の苗物植付講習会

☎4月18日(土)午後1時30分から(雨天時は4月19日(日)に延期)

所 農業公園

物 汚れてもよい服装

申 当日会場へ

☎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。

端切れで作るがま口講習会

☎4月23日(木)午後1時30分～3時30分

①5人

所 リサイクル市民工房

物 生地2枚(表地、裏地用それぞれ30cm×15cm)、はさみ、チャコペン、裁縫道具、目打ちまたは小さめのマイナスドライバー、あればペンチ

申 同4月8日(水)午前10時から同施設

☎☎34-3196へ(先着制。☎月・火・金曜日)

起業・創業セミナー「はじめての集客と運営」



☎4月23日(木)午後6時30分～8時

①教室や販売、ワークショップなどで起業を考えている方20人

所 三鷹産業プラザ

調(一社)ビジネスシード代表理事の浅川絢子さん

申 (株)まちづくり三鷹HPへ(先着制)

☎同社☎40-9669

スポーツボランティア支援事業「普通救命講習会」



☎5月9日(土)午前9時30分～午後0時30分

①在学・在勤を含む16歳以上の市民30人

所 生涯学習センター

調 三鷹消防署の皆さん

物 動きやすい服装(スカートは不可)

申 4月15日(水)まで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)

☎同SUBARU総合スポーツセンター☎45-1113

傾聴ボランティア養成講座



「傾聴」に必要な知識や技能をロールプレイングなどを交えて学びます。

☎5月14日(木)午後1時～4時、21日(木)午後1時30分～4時、6月18日(木)午後1時30分～4時30分(全3回。そのほか訪問傾聴あり)

①全回参加できる在学・在勤を含む市民で、講座修了後に継続した活動ができる方9人

所 教育センター

調 NPO法人P.L.A.の皆さん

申 4月6日(月)～17日(金)に市HP、または申込書(市HP)または地域福祉課窓口(市役所5階)で入手)を同課窓口へ(申込多数の場合は抽選)

☎同課☎29-9235

手話通訳者・筆談ボードを配置しています



☎障がい者支援課☎0422-29-9232

■手話通訳者

市役所や教育センター、元気創造プラザでの手続きや相談などにご利用いただけます。

☎毎週金曜日午前8時30分～午後5時15分

申 同課(市役所1階16番窓口)へ

※そのほか、市が主催する講座やイベントなどでもご利用いただけます。参加する事業の担当課へお申し出ください。

■筆談ボード

市役所の各窓口には設置しています。

