



©2001 スタジオジブリ

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/>



いつもの暮らしに、**商店街**という楽しみを



三鷹市内には26の商店会があり、それぞれ個性豊かな商店街を盛り上げています。個人経営のお店も多く、温かな雰囲気の中で買い物をするのが魅力です。さらに、お祭りなどのイベントを通じて、人と人とのつながりを育む場にもなっています。身近にある心地よいにぎわいを感じ、地元の商店街へ出掛けてみませんか。

☎生活経済課 ☎0422-29-9615

※一部画像撮影:まちなかカメラマン 岡田和美、白間摩理

市長コラム

ご近所のお店、みんな頑張ってますヨォ!



三鷹市長 河村 孝

皆さんは普段買い物に行かれる商店街はありますか? 顔なじみの店主さんがいたり、よく行くお店があったりすると、お出掛けの楽しみが増えますよね。三鷹商工会では、お店の店主さんが講師となり、ご近所向けの講座も開催しています。ご商売を通じて培った知識や経験を教えてもらえると、より一層買い物も楽しくなるはず。さて、市内には26の商店会があります。歳

末セールやお祭りなどのイベントは皆さんご存じだと思いますが、最近では、地域団体などとも連携してマルシェやスタンプラリーも行われています。大学生ボランティアなど若者の姿も見られるのがうれしいです。

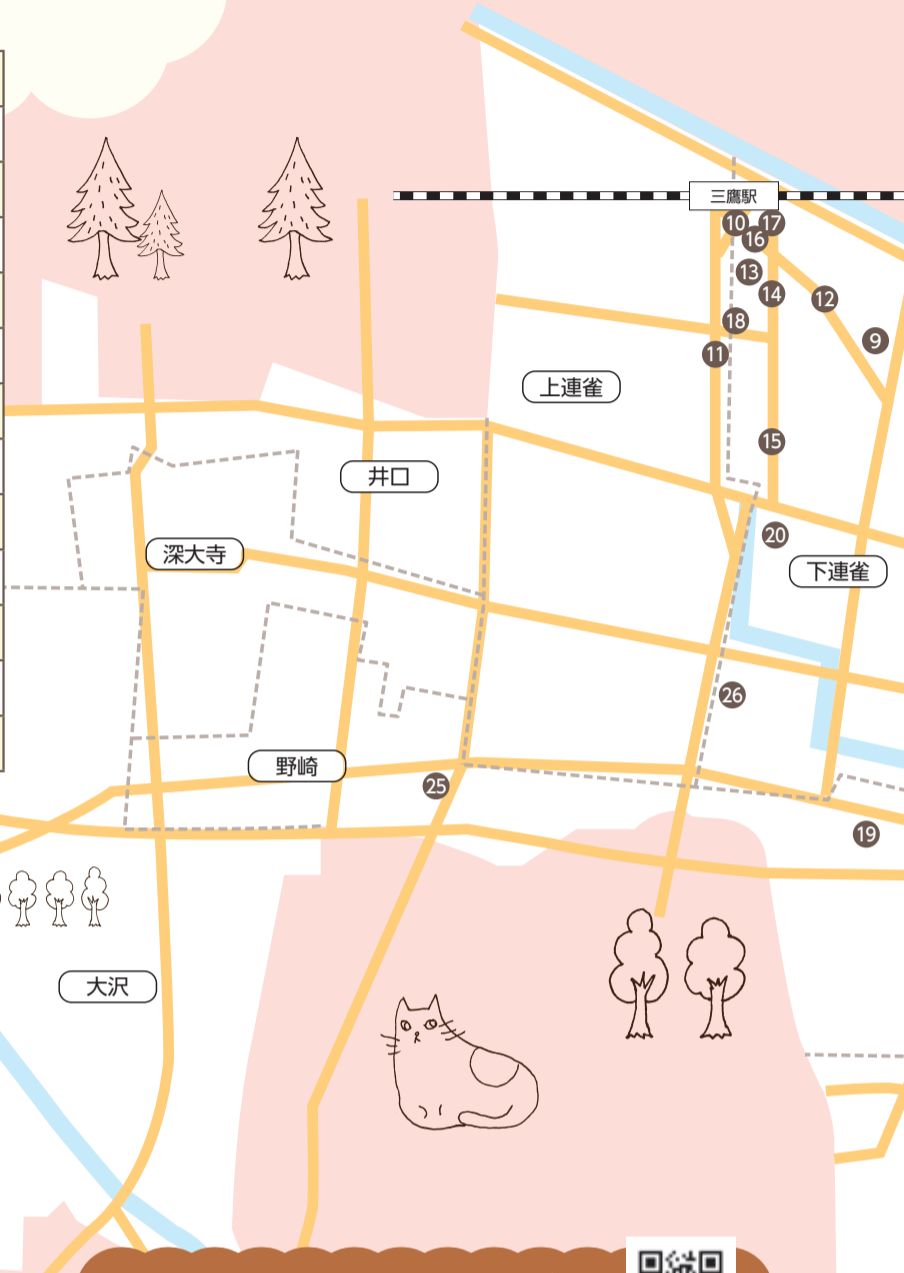
「みたか地域ポイント」を使ったお買い物も、商店会の皆さんのご協力で広がっています。身近な商店街が、私たちの生活を豊かなものにしてきています。ぜひ足を運んでみてください。

YouTubeで配信中



私たちのまちの

① 井の頭公園駅前商店会	⑭ (協)三鷹中央通り商店会
② 井の頭公園通り商店会	⑮ 三鷹南銀座会
③ 五小通り商栄会	⑯ 三鷹コラル商店会
④ 三鷹台商店会	⑰ アトレヴィ三鷹
⑤ 青柳商店会	⑱ きらきら通り商店会
⑥ 消研大通り商店会	⑲ 新鷹商店会
⑦ 新川公団南口商店会	⑳ 中央商店会
⑧ 新川商工栄会	㉑ 三鷹の森通り東栄会
⑨ 桜通り中央会	㉒ 連雀協栄会
⑩ 三鷹駅前西商店会	㉓ 連雀通り商店会
⑪ 富士見商店会	㉔ 連雀仲町商店会
⑫ 下連雀本町会	㉕ ことぶき商栄会
⑬ 三鷹駅前銀座商店会	㉖ 泰成商店会



11 富士見商店会



会長 関口博行さん

地域のつながりを感じられるような商店会を

三鷹駅南口から八幡神社へ続く三鷹通り沿いに広がる商店会です。卓球クラブの名門ITS三鷹、アロマセラピー専門店、害虫駆除の業者などが加盟するほか、昔ながらの喫茶店や米屋、飲食店など多彩な店舗・事業者が集まり、地域の人たちの暮らしを支えています。

るーむ・めるへん

アロマセラピーの専門店。アロマオイルを使った施術やアロマ販売などのほか、身近な方に実践できるマッサージ講座が好評です。



アロマオイルを使った施術は全身のほか、肩・首などポイントでも受けられる

関口十一畳店

昭和16年創業。畳の新調、張り替えなど、畳のことなら何でも相談できる専門店です。熊本産のイ草を使うなど、素材にもこだわっています。



畳の縁もさまざまな色・模様がある

お買い物の際に使えるアプリ



みたか地域ポイントアプリ

一部店舗で、三鷹独自の地域通貨「みたかポ」が利用できます。6月15日からは、同アプリを活用した、みたかデジタル商品券も利用を開始しています。



みたか散策マップ音声ガイドアプリ

三鷹商工会が運営する地域情報アプリです。位置情報を利用すると、周辺の商店会や店舗、観光スポットなどの情報を確認でき、地域の魅力を発見できます。

14 協同組合 三鷹中央通り商店会



代表理事 広瀬充弘さん

商店街は地域の大切なインフラ・暮らしのマーケット

フルーツ、生活用品、履物、額縁などの物販や、中華、イタリアンなどの飲食を含め、個人店が多い商店会です。商店会のビジョンである「はぐくむ」のもと、商業の充実と共に、地域団体との連携や街なかの緑を増やす活動を通じて、人のつながり・顔が見える街にしていきたいです。毎月第4日曜日に開催しているM-マルシェは、多くの方に楽しんでいただいています。

靴の専門店ヒロセ

目利きのご主人が、さまざまな展示会を回って仕入れる靴のセレクトショップです。



三小の子どもたちが授業で就業体験をした時の感想文



みたかスペースあい プラス

商店街の空きスペースを利用した、手作り作家さんの作品を展示する「小箱ギャラリー」です。情報交換や交流の場にもなっています。



「ここに来れば誰かに会える、話ができる。そんな空間でありたいですね」と、運営サポーターの竹本さん

今すぐ check!

商店街のイベント情報

各商店会では、6～8月上旬にかけて、販促セールやマルシェ、お祭りなど、さまざまなイベントを期間限定で開催します。実施期間や内容など、詳しくは市HPでご確認ください。



魅力

あふれる商店会



買い物をするだけではない
地域の商店会の魅力

三鷹市商店会連合会
関口博行 会長



三鷹の商店会の特徴は、長年地域に根差して商いを続けている個人商店が多いことです。店主の豊富な知識や経験を生かした丁寧な接客により、お客さんは安心して買い物を楽しむことができます。

インターネットで手軽に買い物ができる時代だからこそ、相談しながら商品を選べたり、店の人と顔なじみになってあいさつを交わしたりすることは、地域の商店ならではの魅力ではないでしょうか。特に子どもたちには、個人商店で買い物をする楽しさを知ってほしいと思います。買い物を通じた人と人とのつながりは、見守りや防犯など、地域の安全・安心にもつながっています。

13 三鷹駅前銀座商店会



会長 星野隆史さん
三鷹市で一番古い商店会ではないでしょうか。三鷹駅前という利便性のある立地を生かし、新しい店舗も増えてきています。近隣の商店会と協働で11月からは中央通りでイルミネーションをともし、お客さんや道行く人々に好評をいただいています。

三鷹駅前の100年近い歴史を誇る商店会

三鷹薬局

太宰治も顧客だったという薬局。現在は調剤薬局としてお客さんの健康に貢献しています。



NIHON-DO

文房具専門店。文房具だけでなくおもちゃコーナーなどもあり、「いつ来ても楽しめるお店」を目指しています。



とんかつ福家

人気メニューはとんかつ、かつ丼、かつカレー。林SPF豚などのブランド肉を使ったコースかつも好評です。



15 三鷹南銀座会



会長 土屋裕さん
三鷹駅前中央通りの南端500メートルにあり、にぎやかな駅前から離れ、落ち着いた雰囲気の中で買い物を楽しむことができます。個性あふれる専門店が多いことも特徴です。

歴史ある店舗と、新しい店舗が融合する商店会

グラナダ

豊富なメニューが喜ばれている喫茶店。特にランチが人気です。



やまもと酒店

今年「三鷹上陸八十周年」を掲げるイタリアワインの専門店。市場に出回っていないワインも多く、圧巻の品ぞろえです。



隣にはバーも併設。ワインのほか軽食も楽しめる

地下のセラーには約2万本のワインが眠っている

クレアタナカ

時計・宝飾・メガネを取り扱う専門店。豊富な品ぞろえと丁寧な接客で、修理や選び方などの相談にも対応しています。



18 きらきら通り商店会



会長 千葉宏昭さん

きらきらと輝く
魅力的な商店会に

三鷹駅前の中央通り西側にある、飲食店を中心としたアットホームな商店会です。市内では一番若い、平成17年の設立で、商店会名の「きらきら」は、約200件の公募の中から選定しました。「お客さんも事業者もきらきらと魅力的に輝く商店会に」といった願いを込めています。

とんかつ若葉

二代目のマスターが揚げるとんかつは、サクッと柔らかく絶妙な味わい。昔から変わらない丁寧な仕事ぶりが愛されています。



25歳から厨房に立ち、店主歴50年になるマスター



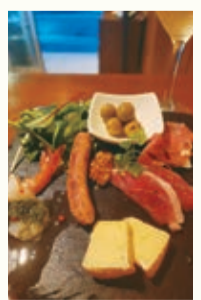
看板メニューの厚切りロース

イタリアンバルカーリーノ

今年2年目を迎える、パスタやピザを楽しめるお店。一人来店するお客さんも多く、 HALF サイズのメニューも豊富に用意しています。



テラス席はペットも可



みたかデジタル商品券の利用が始まりました



☎同商品券コールセンター☎0120-58-2525(午前10時～午後6時)

10月31日(土)までの間、市内を中心に約550店舗で、お使いいただけます。
 ※同商品券の購入期間は、9月30日(木)までです。当選口数を上限として購入できます。

利用方法

下記①～⑦の順にアプリ画面をタップしてください。同商品券の使い方は、YouTube「みたかデジタル商品券 使い方ガイド」からもご確認いただけます。



井の頭東部地区公会堂を クーリングシェルターとして 開放! (補正予算)



☎コミュニティ創生課☎0422-29-9611

近年の記録的な猛暑を踏まえ、暑さが本格化する7～9月に、地区公会堂の一つを、クーリングシェルター(指定暑熱避難施設)として開放するモデル事業を予定しています。



期間中は、ウォーターサーバーの設置や絵本・おもちゃの配置に加え、井の頭一丁目町会や杏林大学公認サークルと連携し、幅広い世代の方が安全に過ごせる環境を提供します。
 ※本事業は補正予算の議決後に実施予定です。

開放期間

7～9月の毎週①火曜日午前10時～午後1時、②日曜日午前9時～午後5時
 ※①第2・4週に、同町会が親子遊び事業を行います。
 ※②毎週、同町会がイベントを行うほか、杏林大学の学生がキッズサポーターとして子どもたちの遊びや学びをサポートします。

コミュニティセンターの プールに行こう!



☎コミュニティ創生課☎0422-29-9611

今年もコミュニティセンターのプールがオープンします。

- 在学・在勤を含む市民(3歳未満およびおむつを着用しているお子さんを除く)
- 小・中学生50円、高校生以上200円

※市外局番「0422」は省略。

センター名	開場期間	開場時間	休場日	電話番号
連雀	7月4日(土)～8月30日(日)	午前10時15分～午後4時30分	木曜日、7月6日(月)～10日(金)、13日(月)～17日(金)、20日(月祝)、8月11日(火祝)・22日(土)、26日(水)～28日(金)	45-5100
牟礼	7月18日(土)★～8月30日	午前10時30分～午後4時30分	火曜日、7月20日、8月12日(水)	49-3441
井口	7月18日～8月22日	午前11時30分～午後4時(7月18日は午後1時から)	木曜日、7月20日、8月11日・14日(金)・15日(土)	32-7141
大沢	7月22日(水)～8月23日(日)	正午～午後6時(日曜日は4時30分まで)	火曜日、8月12日	32-6986

※開場期間中でも、特別清掃などで利用できない場合があります。
 ※新川中原コミュニティセンターは設備不良により休止中です。
 ★7月18日は、3歳～小学生対象の水上フェスティバルを開催します。

「和」のお稽古体験してみませんか

第73回市民文化祭 舞台公演一般参加募集

申し込みは6月23日(火)から



☎三鷹市芸術文化協会☎0422-45-1283
 (平日午前9時～午後4時(正午～1時を除く)、㊿6月22日(月))

市民文化祭は、舞台公演の鑑賞と参加、両方を楽しめる催しです。右記④～⑥・⑧の公演は、初心者の方も体験会に参加することで、本番の舞台公演に出演できます。

※申込先・方法など、詳しくは同協会HP(QRコード)でご確認ください(①②④⑦⑧の経験者の申し込みは7月10日(金)まで)。

■在学・在勤・在活動を含む市民・団体



	公演名	公演日	備考
①	午後のクラシック	10月31日(土)	3人以上の室内楽・アンサンブル。1団体4,000円。申込多数の場合は抽選
②	'26洋舞フェスティバル	11月1日(日)	2～5分の作品を複数人での参加。2分20,000円から
③	民謡大会	11月1日	無料
④	日本舞踊の会	11月8日(日)	経験者は演目により20,000円前後。小学生以上の初心者・経験者対象の体験講習会あり
⑤	謡曲・仕舞・狂言大会	11月15日(日)	5歳から大人までの各種体験講座あり
⑥	邦楽演奏会	11月22日(日)	経験者の曲目は応相談。小学3年生以上の初心者・経験者対象の体験講習会あり
⑦	三鷹歌謡音楽祭	11月23日(月祝)	1曲5,000円
⑧	現代日本舞踊の会	11月23日	経験者1曲6,000円。5分以内の曲に限る。市内の小・中学生と保護者対象の体験講座あり(先着制)

※いずれも公演当日の参加費です。初心者向け体験教室・講習会・講座には、別途参加費がかかる場合があります。

7月は

「社会を明るくする運動」 強調月間



☎地域福祉課 ☎0422-29-9231

同運動は、犯罪や非行の防止、罪を犯した人たちの更生と社会復帰を支え、安全・安心な地域社会の構築を目指す活動です。



マスコットキャラクター
「ホゴちゃん」と「サラちゃん」

駅頭広報活動

三鷹駅周辺で啓発品を配布します。

☎7月1日(水)午後4時～4時30分(なくなり次第終了) ☎当日会場へ

映画のつどい(親子映画会)&グリーンプラザふじみ見学会

『SING / シング：ネクストステージ』の上映会と同施設の見学会を行います。

☎7月31日(金)午前10時～午後1時ごろ ☎80人 ☎同施設

☎7月24日(金)までに市HP、または同課 ☎0422-29-9231へ(先着制)

小・中学生作文コンテストの作品募集

市内の小・中学生を対象に、同運動東京都推進委員会が主催するコンテストの三鷹市推薦作品を募集します。

●題材

日常の家庭生活や学校生活の中で体験したことを基に、犯罪・非行のない地域社会づくりや犯罪・非行をした人の立ち直りについて考えたことなど。

☎9月2日(水)(必着)までにタイトル・学校名・学年・氏名を記載した400字の原稿用紙4～5枚を同課窓口(市役所5階)・☎chiiki1@city.mitaka.lg.jp・☎〒181-8555地域福祉課へ

連載第7回

福祉Laboどんぐり山



最先端の技術と研究成果を地域へ —スマートウォッチアプリで始める健康習慣

☎同施設 ☎0422-24-7099

同施設の「在宅医療・介護研究センター」では、企業や大学が行う高齢者福祉に役立つ研究を支援し、その成果を地域に広げる取り組みを進めています。このたび、(株)CogSmartが開発を進める、脳の健康につながる運動習慣づくりを目的としたスマートウォッチアプリ「BrainUp (ブレインアップ)」について、約1年半にわたる実証が完了しました。その結果、7割以上の方に週60分以上の運動習慣が定着し、認知機能スコアの向上や筋肉量の増加などの効果が見られました。



これらの成果を踏まえ、今年度からは市の事業として、同アプリを活用した「みとかスマートウェルネス推進事業」を始めました。同施設でも今後、健康習慣をテーマにした講座を開催していきます。

健康習慣スタート講座



「海馬—記憶の司令塔を、活性化！」

スマートウォッチを装着し、心拍数を確認しながら身体にも脳にも良い運動習慣を始めてみませんか。体組成測定や栄養相談もできます。

☎水曜日コース=7月15日～10月7日、木曜日コース=7月16日～10月8日、金曜日コース=7月17日～10月9日、いずれも午前10時～11時(各コース全8回) ☎65歳以上の市民、各コース10人 ☎同施設 ☎6月22日(月)から同施設 ☎0422-24-7099へ(先着制)

みとかふれあい支援員(認定ヘルパー)養成研修

☎介護人財育成センター ☎0422-24-7350



介護保険制度や認知症、家事支援などについて学びます。受講後は、掃除・買い物などの生活支援を行う訪問型サービスに従事できるようになります。

※同研修には認知症サポーター養成研修が含まれています。

☎7月15日(水)・16日(木)・22日(水)・23日(木)午後1時～4時(全4回。16日は3時40分、22日は3時30分まで) ☎高校生を除く18歳以上で全回受講できる方30人 ☎市民協働センター ☎7月6日(月)までに市HP、または介護人財育成センター ☎0422-24-7350へ(申込多数の場合は抽選)



シニアNews



東京都シルバーパス更新手続きのお知らせ

9月30日(水)まで有効のシルバーパスをお持ちの方へ、(一社)東京バス協会から更新手続きのご案内が6月中旬以降に郵送されます。

今年度より、更新に合わせて、シルバーパスは磁気カードから交通系ICカード(PASMO)に移行します。

◆PASMOをお持ちの方の更新費用

区分	対象者	更新費用
1	8年度住民税が非課税の方	1,000円 (※2)
2	8年度住民税は課税であるが、7年中の合計所得金額(※1)が135万円以下の方	
3	8年度住民税が課税であり、7年中の合計所得金額(※1)が135万円を超える方	12,000円 (※2)

※1 不動産譲渡所得に係る特別控除の適用がある場合は、税法上の合計所得金額から特別控除額を控除して得た額。

※2 PASMOがない方は、新規発行に別途1,000円が必要です。

◆更新費用の負担額によって、手続きの方法が異なります

同協会からの案内と所得確認書類(介護保険料納入通知書兼介護保険料決定通知書(7月中～下旬に送付予定)など)で、自身の負担額をご確認ください。区分1・2の方は、所得確認書類(写し)の提出、または電子申請が必要です(電子申請の方法は案内を参照)。今年度は、更新申請書と所得確認書類の提出が確認できた方より、払込票が発送されます。また、区分3の方は、更新方法をご確認のうえ、手続きをしてください。

☎同協会(同パス専用電話) ☎03-5308-6950(平日午前9時～午後5時)

「自動通話録音機」を無料で貸し出します

電話機に取り付けることで、着信時に警告メッセージが流れ、応答時から自動で録音されます。振り込め詐欺などの特殊詐欺や消費者詐欺の被害防止に役立ちます。



☎おおよね65歳以上および配慮を要する方が居住する市内の世帯(三鷹警察署または市からすでに同録音機を貸与されている場合や、迷惑電話対策機能付き電話機を使用中の世帯を除く)

☎7月10日(金)午前9時から電話連絡のうえ、本人確認書類(代理の場合は代理人の分も)を安全安心課窓口(元気創造プラザ5階)へ(1世帯1台。なくなり次第終了) ☎同課 ☎0422-45-1116

「高齢者等紙おむつ代助成金」の交付申請を受け付けています

☎同助成金の対象者認定を受け、市から申請書が届いた方のうち、3～6月入院分の紙おむつ代の支払いをした方(認定を受けられるのは、要介護4以上かつ住民税非課税世帯の方です) ☎7月1日(水)～31日(金)(消印有効)に交付申請書・医療機関が発行した紙おむつ代の領収書(コピー可)を高年齢支援課(市役所1階12番窓口)・☎〒181-8555高齢者支援課へ ☎同課 ☎0422-29-9271

シルバー人材センター入会説明会

☎7月1日(水)午前10時～正午 ☎同センター ☎0422-48-6721へ

令和7年度下半期

財政運営の状況をお知らせします

☎財政課 ☎0422-29-9035

皆さんからお預かりした税金がどのように使われたのかをお知らせするため、年2回「財政事情の公表」を行っています。

今回は、7年度下半期(7年10月1日～8年3月31日)に実施した主な事業と3月31日時点における歳入歳出予算の執行状況などを紹介します。なお、確定した7年度の歳入・歳出は、12月の「財政事情の公表」でお知らせします。

概要 予算の特色と

市税収入は、全体で前年度を上回る見込みとなりましたが、社会保障関連経費は引き続き増加傾向にあり、厳しい財政運営が続いています。

こうした状況の中、原油価格・物価高騰への支援を継続するとともに、『三鷹市基本構想』と『第5次三鷹市基本計画』の2年目の年として、「コミュニティ創生と未来への投資」を中心に、「あすへのまち三鷹」の実現に向けた持続可能なまちづくりの取り組みを進めました。

令和7年度 一般会計歳出の状況と下半期の主な実施事業

総務費


市役所の運営や文化・コミュニティ振興など

- ①戦後80年平和事業の実施
- ②「みたか地域ポイント」の推進
- ③寄贈物件を活用した「三鷹ヴィレッジ・森のアトリエ」の開設
- ④住協活動等支援法人(仮称)の設立およびデジタル化に向けた取り組みの支援
- ⑤住宅等防犯対策費用の助成の拡充

民生費

福祉や子育て支援など

- ①調布基地跡地福祉施設の整備および開設支援
- ②「認知症とともに生きるまち三鷹」の推進
- ③多様な他者との関わりの機会の創出事業の実施
- ④公設民営保育園の公私連携型保育所への移行
- ⑤保育所などを利用する世帯の第1子保育料の無償化



重度知的障害者施設「ハートポートこもれび」

教育費

小・中学校やスポーツ振興など

- ①学校3部制の推進
- ②地域子どもクラブ事業の拡充
- ③中原小学校の建替えに向けた取り組み
- ④三鷹跨線人道橋跡ポケットスペースの整備
- ⑤大沢総合グラウンドのリニューアル整備



大沢総合グラウンド

衛生費

各種検診や環境対策など

- ①産後ケア事業の拡充
- ②妊婦のための支援給付・妊婦等包括相談支援の実施
- ③2050年ゼロカーボンシティに向けた再生可能エネルギーなどの活用研究

土木費

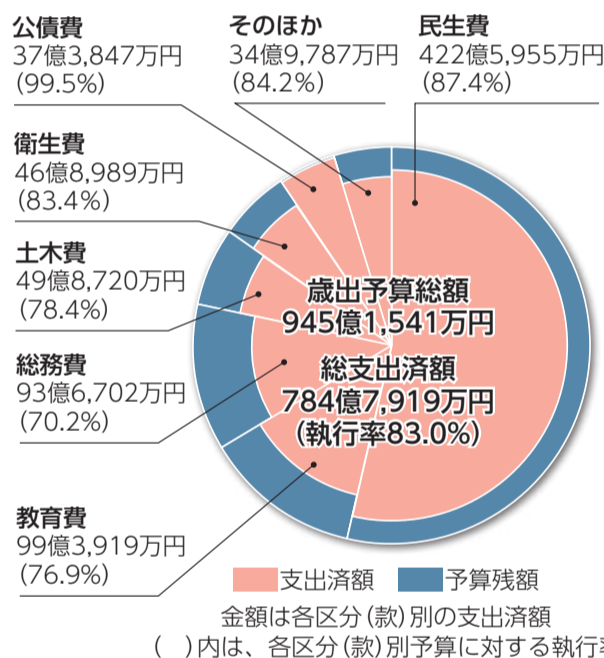
緑化対策や道路・公園整備など

- ①国立天文台と連携したまちづくりの推進
- ②三鷹駅前地区再開発の推進
- ③公共交通ネットワークの抜本的な見直し

その他

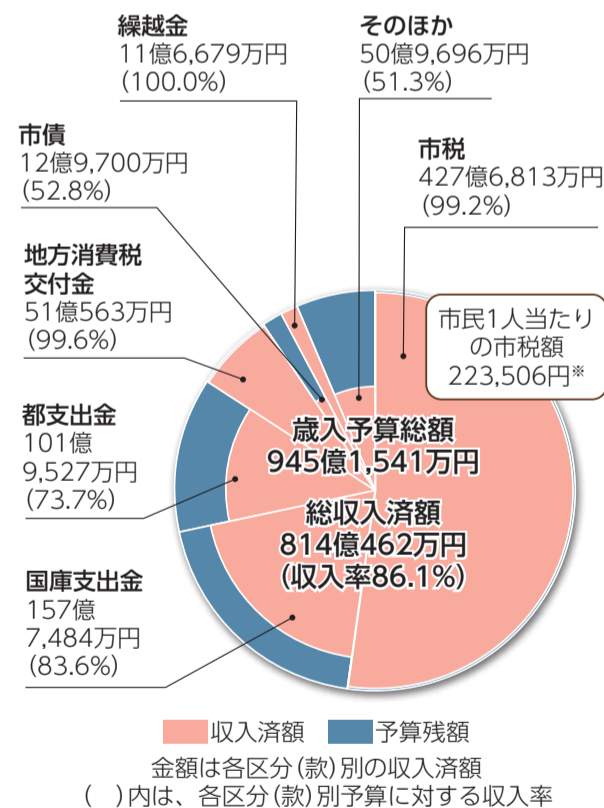
産業・商業の振興や防災対策など

- 牟礼の里の緑と農の空間整備【農林費】
- 防災行政無線などの適切な運用【消防費】



- ### ◆原油価格・物価高騰対応
- ①介護・障がい福祉サービス事業所への物価高騰支援の延長【民生費】
 - ②高齢者への商品券の配布【民生費】
 - ③保育施設などへの物価高騰支援の追加・延長【民生費】
 - ④物価高対応子育て応援手当の支給【民生費】
 - ⑤農家への肥料などの購入費用の支援【農林費】
 - ⑥公衆浴場事業者への燃料費の支援【商工費】
 - ⑦学校給食の食材費高騰に伴う支援【教育費】

令和7年度 一般会計歳入の状況



令和7年度 歳入歳出予算の各会計別執行状況 (3月31日現在)

会計別	項目	予算現額 A	収入済額 B	収入率 B/A×100	支出済額 C	執行率 C/A×100
一般会計		945億1,541万円	814億462万円	86.1%	784億7,919万円	83.0%
国民健康保険事業特別会計		180億4,412万円	165億9,844万円	92.0%	164億4,455万円	91.1%
介護サービス事業特別会計		8億1,790万円	7億376万円	86.0%	7億8,130万円	95.5%
介護保険事業特別会計		156億2,007万円	145億6,066万円	93.2%	137億9,002万円	88.3%
後期高齢者医療特別会計		55億6,717万円	54億4,715万円	97.8%	50億1,502万円	90.1%
合計		1,345億6,467万円	1,187億1,463万円	88.2%	1,145億1,008万円	85.1%

事業会計	項目	予算現額 A	執行額 B	収入率 B/A×100	執行額 C	執行率 C/A×100
下水道事業会計	収益的収入	36億728万円	34億201万円	94.3%	—	—
	収入	—	—	—	—	—
	および支出	34億5,507万円	—	—	31億5,623万円	91.4%
	支出	—	—	—	—	—
資本的収入および支出	収入	16億9,899万円	11億9,491万円	70.3%	—	—
	収入	—	—	—	—	—
	および支出	23億4,315万円	—	—	19億1,542万円	81.7%
	支出	—	—	—	—	—

市の財産・基金(貯金)、市債(借入金)の状況 (3月31日現在)



土地 806,513.77㎡
(借用物件を含む)



建物 343,013.39㎡
(借用物件を含む)



車両 102台
(借用車を含む)



基金 240億6,165万円
(市民1人当たり*125,746円)



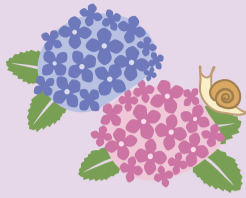
市債 351億7,593万円
(市民1人当たり*183,829円)

※市民1人当たりの金額は、8年3月31日現在の人口(191,351人)で割り返した金額です。

INFORMATION

情報ひろば

※市外局番「0422」は省略。



ポキ 4コマまんが

「pokiの言語」
トマトは果物さん



コンテストHPで、全ての応募作品を公開中。



Poki4コマまんがコンテスト2025
ジュニア部門(入選)

お知らせ

「三鷹市ごみ分別アプリ」
「AIチャットボットごみ分
別案内」のサービス終了



いずれも6月30日(火)でサービスを
終了します。今後は、LINEを活用し
た「三鷹ごみなび」をご利用ください。
☎ごみ対策課☎29-9613

住民基本台帳閲覧状況
(令和7年10月～8年3月)



住民基本台帳法では、閲覧の透明
性を高めるために閲覧者の氏名や内
容を公表することを定めています。
☎市民課☎29-9191

防災情報の入手手段を
確保しましょう



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。

◆対象者(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、ほかの媒体
(市HPなど)から防災情報を取得す
ることが困難

☎申込書(防災課窓口<元気創造プラ
ザ5階>または市HPで入手)を同課へ
☎同課☎24-9102

ブルーベリーの摘み取り・
販売が始まります



市内の農園では非常に多くの品種
が栽培されており、珍しい品種も味
わうことができます。販売日時や品
種は各販売農園(市HP参照)へお問
い合わせください。

☎8月下旬頃まで
☎JA東京むさし三鷹支店☎46-2152

住居表示に関する
届け出をお忘れなく



新築や建て替えをするときや、出
入り口を変更するときは「住居表示新
築届出」が、共同住宅などの建物の
名称を変更または新たに付けるとき
は「物件名称変更届出」が必要です。

☎市民課☎29-8058

東京都革靴製造業
最低工賃が改正されました



5月14日から、東京都内において
革靴製造業に従事する家内労働者に
適用される最低工賃が改正されまし
た。詳しくは東京労働局HPでご確認
ください。

☎同局賃金課☎03-3512-1614

史跡玉川上水整備活用の
ための作業説明会
(三鷹市・杉並区域)



☎7月7日(火)午後6時～7時30分
☎所井の頭コミュニティセンター
☎当日会場へ
☎東京都水道局管理課☎03-5320-
6388

中小企業退職金共済制度
をご利用ください



中小企業の事業主が、従業員の退
職金を計画的に準備できる制度です。
国からの有利な掛け金助成や、税法
上の優遇も受けられます。家族従業
員やパートタイマーも加入できます。
☎同事業本部HP・☎03-6907-1234へ
☎同事業本部☎03-6907-1234

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(メールアドレス・電話番号・ファクス番号)、⑥そのほか必要事項(保育・手話希望の有無など)

三鷹市新規出店者支援金



商店街のにぎわい創出と活性化を
図るため、市内の賃貸物件に「小売
業」または「飲食業」の店舗を出店し、
一定の要件を満たす事業者に対して、
最大60万円を支給します。また、要
件を満たす創業者・事業承継者に対
しては、支給金額を加算し、最大100
万円を支給します。

☎生活経済課☎29-9615

都内商店街での
店舗開業助成金



申請要件など、詳しくは(公助)東京都
中小企業振興公社HPでご確認ください
(審査のうえ交付を決定)。

☎同公社☎wakatejosei_shotengai@
tokyo-kosha.or.jp・☎03-3251-7926(午前
9時～午後5時。正午～午後1時を除く)へ
☎同公社☎03-3251-7926

ハンセン病元患者の
ご家族への補償金



対象となる方々に補償金を支給し
ます。秘密は守られますので、まず
はお電話でご相談ください。

◆補償金額 180万円または130万
円(一部同居などの要件あり)

◆請求期間 令和11年11月21日まで
☎厚生労働省補償金相談窓口☎03-
3595-2262(平日午前10時～午後4時。
土・日曜日、祝日、年末年始を除く)

税金

6月30日(火)は市民税・都民税・
森林環境税(第1期)の納期です

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)。
☎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



①国や市などが無償で借り受けま
たは譲渡を受けた、②震災・風水害・
火災などにより被害を受けた、③相
続税のため物納した、④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完了)は、固定資産税・都市計画税の減
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)。

☎7月31日(金)までに申請書(市税総合
窓口<市役所2階24番窓口>で入手)と
必要書類を同窓口へ

☎資産税課☎29-9197

国保・年金

介護保険負担限度額認定
の更新手続き



有効期限が7月31日(金)までの認定
証をお持ちの方には、6月上旬に案内
を発送しました。8月1日以降も引き
続き認定が必要な方は、更新手続き
をしてください。

☎住民税非課税世帯で、預貯金など
の合計が一定額以下の方

☎7月3日(金)までに必要書類を介護保
険課(市役所1階11番窓口)・☎「〒
181-8555介護保険課」へ

☎同課☎29-9274

8月は国民健康保険限度
額適用認定証(限度額適
用・標準負担額減額認定
証)の更新月です



認定証の有効期限は7月31日(金)です。
8月以降も必要な方は更新手続きを
してください。長期入院該当の認定証
をお持ちの方には7月中旬に更新案内
を送付します。

※マイナ保険証の利用または本人の
同意により、医療機関で限度額情報
を確認できる場合は、申請不要です。

☎7月1日(水)から必要書類を保険課(市
役所1階9番窓口)・市政窓口・☎「〒
181-8555保険課」へ

☎同課☎29-9215

国民年金保険料の免除・
納付猶予制度を
ご存じですか



所得が少ないときや失業時など、
同保険料の納付が困難な場合に、申
請により保険料が免除または納付猶
予される制度があります。学生は学
生納付特例の申請が優先されます。

◆免除(全額・一部)

本人・配偶者・世帯主の前年所得
が一定額以下の場合

◆納付猶予

50歳未満の方で、本人・配偶者の
前年所得が一定額以下の場合

◆法定免除・産前産後免除

生活保護法による生活扶助を受給
されている方、障害年金1・2級の受
給権がある方、平成31年2月1日以降
に出産された方は、所得を問わず保
険料の納付が免除されます。

☎市民課☎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。

児童手当の受給者変更を希望する方へ



現在児童手当を受給している世帯で、受給者の令和8年度(7年中)所得を配偶者の所得が上回り、8年8月分からの手当の受給者変更を希望する方

7月1日(水)～31日(金)(必着)に必要な書類を子育て支援課(市役所4階43番窓口)・☎「〒181-8555子育て支援課」へ※マイナポータル内のぴったりサービスからも申請できます。

☎同課 ☎29-9675

産婦健康診査・1カ月児健康診査



10月1日受診分から、各健診で一部費用助成が始まります。下記対象者には、6月上旬に受診票と案内一式を発送しました。

出産予定日が9月1日以降の方 ※妊娠の届け出後に、出産予定日が9月1日以降に変更となった方、三鷹市以外で妊娠の届け出をされた方はご連絡ください。

☎子ども家庭課 ☎46-3254

あかちゃんであとしゃかんにここに

6月24日(水)午前10時～11時20分

3歳以下のお子さんと保護者

すくすくひろば

申当日会場へ

☎三鷹図書館(本館) ☎43-9151

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

7月1・15日の水曜日午後1時～3時

消費者活動センター

申期間中会場へ

☎同センター ☎43-7874

ままばばサロン



7月9日(木)午前10時～正午

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

同センター

☎同センター ☎45-1122

すくすくひろばの催し(7月)



◆助産師と一緒にふれあいベビーマッサージ

9日(木)①午前10時15分～11時30分、②午後1時45分～3時

初めて受講する市内在住の①令和7年10月～8年1月生まれのお子さんと母親、②8年2月以降生まれのお子さん

◆年齢別あそびましょ

①うさぎぐみ=10日(金)、②ひよこぐみ=14日(火)、③ぞうぐみ=17日(金)、④バナナぐみ=21日(火)、⑤いちごぐみ=24日(金)、いずれも午前10時15分～11時15分

①6年4月2日～9月30日生まれのお子さん

◆Enjoyママの子育て法

11日(土)午前10時15分～11時45分

市内在住の4年4月2日以降生まれのお子さんの母親15人

☎連雀コミュニティセンター

◆はじめてのすくすくひろば見学会

16日(木)午前10時30分から(30分程度)

初めて同ひろばを利用する4年4月2日以降生まれのお子さん

親子で楽しむ

夏の寄せ植え講習会



7月18日(土)午前10時から

中学生以下のお子さんと保護者

☎JA東京むさし三鷹緑化センター

¥1鉢500円

☎同センター ☎48-7482

※自家用車での来場はご遠慮ください。※先着制。20鉢まで。

夏休みに自宅で取り組む食を育む通信教育



「自分に必要な栄養を知ろう」をテーマに、食の大切さについて、テキストやワークを通じて楽しく学べます。

7月中旬～9月6日(日)

市内の小学4～6年生100人

◆通信教育申込者(有志)限定

特別授業「みんなで通信教育」

7月30日(木)・31日(金)午前10時～11時30分、午後2時～3時30分

各回20人

☎総合保健センター

☎子ども家庭課 ☎24-8266

シルバー人材センター 夏期補習教室



7月27日(月)～31日(金)(5日間。中学3年生対象)、8月3日(月)～7日(金)(5日間)、8月17日(月)～21日(金)(5日間)

小学3・4年生(国語・算数)、小学5・6年生(国語・算数・英語)、中学生(国語・数学・英語)

☎同センター ☎48-6721

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』(4月に全戸配布)をご覧ください。

12～3月生まれの方の特定健診・後期高齢者健診

対象者には受診票を6月下旬に送付します。

特定健診=4月1日から継続して三鷹市国民健康保険に加入している40～75歳の方、後期高齢者健診=後期高齢者医療制度に加入している方

☎健康推進課 ☎24-8571

こころの健康相談

7月2日(木)午前10時～正午(1人40分)

☎福祉センター

☎☎障がい者支援課 ☎29-9233へ

「からだ気くばりメニュー店」に行ってみませんか



健康づくりに役立つ、「野菜たっぷり」「栄養バランス」「減塩」に配慮したメニューや工夫があるお店です。店舗情報は東京都多摩府中保健所HPをご覧ください。

☎同保健所 ☎042-362-2334

催し

男女共同参画週間パネル展 「みんながハッピー！ パパの育休取得を応援します！」

啓発パネルや三鷹市男女平等参画啓発誌『Shall we?』の展示のほか、男女共同参画に関連する図書などを紹介

します。 6月22日(月)～26日(金)午前8時30分～午後5時 市役所1階市民ホール 期間中会場へ ☎平和人権課 ☎29-9032

PMSジャズオーケストラ 「夏のコンサート」

7月4日(土)午後6時～8時(5時30分開場)

☎三鷹駅前コミュニティセンター

申当日会場へ

☎同会 ☎masa-y@mvc.biglobe.ne.jp

北野ハピネスセンター館まつり

ステージショーや模擬店、キッチンカーなど。

7月10日(金)午後3時30分～7時30分

申当日会場へ

◆当日のボランティアも募集中

5人

7月8日(水)までに同センター ☎48-6331へ

☎同センター ☎48-6331

夏季「野川・生きもの観察会」

野川流域連絡会

8月2日(日)午前9時～11時(小雨決行)

30人(小学3年生以下は保護者同伴)

☎野川公園自然観察センター前集合

7月3日(金)(必着)までに参加者全員の必要事項(7面参照)を同会 ☎S0200212@section.metro.tokyo.jp・はがきで〒183-0006府中市緑町1-27-1東京都北多摩南部建設事務所工事第二課へ(申込多数の場合は抽選)

☎同会事務局 ☎042-330-1845

講座

東京都子育て支援員研修(第2期)



子育て支援分野で従事するうえで必要な知識や技能を学びます。

7月1日(水)～15日(水)に募集要項(子ども育成課(市役所4階45番窓口)または東京都福祉局HPで入手)を確認のうえ、同局HPへ

☎同局 ☎03-5320-4121

就職活動支援セミナー

6月26日(金)午後2時～4時

おおむね55歳以上の求職活動中の方50人

☎市民協働センター

調わくわくサポート三鷹相談員の中里紀子さん

☎☎雇用保険受給者は受給資格者証

必要事項(7面参照)をわくわくサポート三鷹 ☎wakuwaku@mitakashigo.to.or.jp・☎45-8645・☎45-8646へ(先着制)

☎同所 ☎45-8645

大沢の里古民家体験学習 「年中行事フィギュア制作ワークショップ」



お盆に飾る精霊馬・精霊牛を粘土で制作します。

(公財)三鷹国際交流協会 国際理解講座



スウェーデン出身の落語家 三遊亭好青年 日本の伝統芸能と多様性

☎同協会 ☎0422-43-7812

落語に魅せられて、ヨーロッパ出身スウェーデン人で初の落語家になった、五代目圓楽一門会所属の三遊亭好青年さん(写真)を講師にお招きし、生まれも異なる国で、さまざまな経験を積みながら文化の違いに触れ、感じてきたこととお話しいたします。 ※落語会ではありません。




7月26日(日)午後2時～3時20分

市民または同協会会員60人 ☎三鷹産業プラザ


☎申し込みフォーム(QRコード)、または同協会窓口・☎0422-43-7812へ(先着制)

7月4・11・25日の土曜日午前10時～午後3時30分(全3回)
 全回参加できる方8人(小学生以下は保護者同伴)
 教育センター
 フィギュア制作者の田村典雄さん
 作業用手袋、汚れてもよい服装と靴、昼食、あればカッター
 6月25日(休)までに市HP、または生涯学習課☎29-9862へ(申込多数の場合は抽選。結果は6月29日(月)までに通知)
 同課☎29-9862


情報セキュリティ講座「情報セキュリティって何だろう？」


三鷹駅周辺住民協議会
 7月4日(土)午後2時～3時30分
 30人


三鷹駅前コミュニティセンター
 同センター窓口・☎71-0025へ(先着制)

小規模事業者のためのAI活用セミナー
 一業務効率化から集客・売上につなげる実践講座


7月6日、8月3日の月曜日午後6時30分～8時30分(全2回)
 市内で創業されている方15人
 三鷹産業プラザ
 (株)Cotocoto Works 代表取締役の高木宏徳さん
 ノートパソコン
 (株)まちづくり三鷹HPへ(先着制)
 同社☎40-9669

福祉Laboどんぐり山
 公開講座「キャリアを築こう！介護という選択肢」


地域の介護施設で活躍している外国人スタッフの様子やお話など、介護の仕事や働き方について学びます。
 7月9日(休)午後3時～4時30分
 介護に関心がある市内の外国人30人
 アジア・アフリカ語学院(新川5-14-16)
 介護施設で活躍している外国人スタッフなど
 7月3日(金)までに市HP、または介護人財育成センター☎24-7350へ(先着制)
 同センター☎24-7350

手作りの会「ヨーヨーキルトのかべかざり」


夏らしい涼しげな色の布で、約12cm四方の壁飾りを作ります。
 7月11日(土)午前10時～正午
 小学3年生以上の市民15人
 東多世代交流センター
 めいぷる工房手芸部の竹本由紀子さん
 室内履き
 6月22日(月)午前10時～7月7日(火)午後5時に申し込みフォーム(QRコード)、または同センター窓口・☎46-0408へ(申込多数の場合は抽選。結果は7月8日(水)までに通知)
 同センター☎46-0408

市民スポーツ大会も開催します！



大会ごとの参加資格など、詳しくは三鷹市スポーツ協会HPに掲載しています。

★は申し込みを開始しています



大同協会☎0422-43-2500

◆種目別ジュニアスポーツ大会など	◆ジュニア以外の大会	◆種目別大会
種目	種目	種目
剣道 ★	フットサル	軟式野球
軟式野球	サッカー	バレーボール
サッカー ★	サンボ	空手道
ソフトテニス	ソフトテニス	市民マス釣り
バスケットボール	ゴルフ	なぎなた
水泳	水泳	ターゲット・バードゴルフ
バレーボール	卓球	アーチェリー
バドミントン	バドミントン	合気道
ミニバスケットボール	剣道	市民ハイキング
	弓道	陸上
	相撲	少林寺拳法
	ダンススポーツ	太極拳
		インディアカ
		バスケットボール

※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

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。

所いづれもSUBARU総合スポーツセンター

剣道

◆シニア指導講習会(60歳以上の有段者)◎
 7月1～29日の毎週水曜日午前9時15分～11時30分、3～31日の毎週金曜日午前10時～11時30分

◆指導者講習会(有段者)◎
 7月12日、8月16日の日曜日午後6時～8時30分

◆一般指導講習会(高校生以上)
 7月19日(日)午前9時30分～11時30分

◆ジュニア教室(小・中学生)◎
 7月19日正午～午後2時30分
 三鷹市剣道連盟☎090-3803-3638

卓球

◆①講習会(小学生以上)
 7月4・18・25日の土曜日午後3時～6時

◆②教室(小学生以上)◎
 7月11日(土)午前9時30分～11時30分

◆③ジュニア卓球教室(小学3年生～中学生)◎
 7月25日、8月1・8・15・22日の土曜日午前9時30分～11時30分
 三鷹市卓球連盟①☎0422-43-3350・②☎0422-71-7449・③✉info@mitakattl.jp

合気道 体験教室(10歳以上)
 7月4～25日の毎週土曜日午後3時15分～5時40分
 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◎
 7月4～25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)
 三鷹市少林寺拳法連盟HP

サンボ

◆①初心者体験会、②経験者講習会
 7月4～25日の毎週土曜日①午後6時～7時(幼児以上)、②7時～9時(小学4年生以上)
 三鷹市サンボ連盟✉mitaka.sambo@gmail.com

サッカー

◆ジュニアフットサル大会(U-10)◎
 7月11日(土)午前9時～午後3時

◆シニアウォーキングフットボール大会(60歳以上)◎
 7月11日午後3時～6時

◆フットサルONE DAYマッチ(壮年&女子)
 7月25日(土)午後0時30分～2時30分
 (一)三鷹市サッカー協会HP

弓道 講習会(四段以上)
 7月18日(土)午前9時30分～午後4時30分
 三鷹市弓道連盟HP

なぎなた 初心者講習会(6歳以上)◎
 7月18・25日、8月1日、9月5・12・26日の土曜日午前10時～11時30分
 三鷹市なぎなた連盟☎0422-42-3524

バドミントン

◆①ミックスダブルス大会
 7月19日(日)午前9時～午後6時

◆②バドミントン技術講習会(前期)(高校生以上)
 7月20日(月・祝)午後0時45分～4時
 三鷹市バドミントン協会①✉mtkibd.taikai@gmail.com・②✉mitakabad.mba@gmail.com

バレーボール 前期9人制大会(男子・女子)(高校生以上)
 7月26日(日)午前9時～午後6時
 三鷹市バレーボール連盟✉mitaka.volleyball.renmei@gmail.com

水泳 夏休み子供講習会(小学2～6年生)◎
 7月28日(火)～31日(金)午前9時～11時
 三鷹市水泳連盟☎080-6734-6273

所三鷹駅前コミュニティセンター

武術太極拳 初心者講習会(18歳以上)◎
 7月3日(金)午後1時～2時15分
 三鷹市武術太極拳連盟☎090-5990-7562(日中のみ)

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=○

栄養料理教室「たんぱく質しっかり!!元気の食卓(フレイル予防)」



日7月17日(金)午前10時30分から
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
講管理栄養士の早川宏子さん
¥500円
物エプロン、三角巾、ハンドタオル、布巾、マスク
申6月26日(金)までに同センターHP・窓口・☎71-0025へ(申込多数の場合は抽選)
問同センター☎71-0025

募集

夏! 体験ボランティア



日①自宅でできるボランティア=7月1日(水)~8月31日(月)、②体験ボランティア=7月24日(金)~8月31日
申①期間中、②6月22日(月)~7月3日(金)にみたかボランティアセンターHPへ
問同センター☎76-1271

求人

詳細は、QRコードからHPをご覧ください。



しごと面接対策セミナーと就職面接会 in 武蔵野

日東京しごとセンター多摩
日7月17日(金)①面接対策セミナー=正午~午後0時50分、②就職面接会=午後0時50分~4時
人①50人、②100人
所武蔵野スイングホール(武蔵野市)
物面接希望分の履歴書またはエントリーシート
申同センターHP・☎042-521-6761へ(先着制)
問同センター☎042-521-6761

総合保健センター 時間額職員

◆職種 管理栄養士
◆申込期限 6月26日(金)(必着)
問健康推進課☎24-8207

(社)三鷹市社会福祉事業団 職員

◆職種 ①事務職、②母子支援員、③保育士、④介護職、⑤看護師(①~⑤正職員)、⑥事務職、⑦介護職、⑧介護支援専門員、⑨相談員、⑩サービス提供責任者(⑥~⑩契約職員)、⑪保育職、⑫調理員(⑪⑫パートタイマー)、⑬訪問介護員(登録職員)
◆採用日 随時
問同事業団☎44-5211

(社)三鷹市社会福祉協議会 職員

◆職種 事務局(正職員)
◆採用日 9月1日
問同協議会☎46-1108

相談

みたか住まい探しサポート(愛称:みたすま)



日6月30日、7月7・21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(日時要相談)
人市内に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
物情報整理シート(市HPで入手)
申問住宅政策課☎29-9704へ

総合オンブズマン相談(7月)



日2・9・23日=中村一郎さん(弁護士)、9・16・30日=片桐朝美さん(杏林大学教授)、いずれも木曜日午後1時30分~4時30分
所相談・情報課(市役所2階)
申問政策法務課☎29-9165へ

しごとの相談窓口

就職やキャリア設計、労働・社会保障などについての個別相談会。
日7月8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
申問生活経済課☎29-9615へ(予約優先、当日参加可)

審議会・市民会議など

詳細は、QRコードからHPをご覧ください。



第1回三鷹市地域公共交通活性化協議会の傍聴

日6月29日(月)午後2時~3時30分

所市議会協議会室(市役所3階)
問都市交通課☎29-9709

第1回三鷹市環境保全審議会の傍聴

日6月29日(月)午後2時~4時
所教育センター
問環境政策課☎29-9612

第1回三鷹市史編さん委員会の傍聴

日6月29日(月)午後6時30分~8時30分
所市長公室(市役所3階)
問市史編さん室☎24-6360

第28回ふじみ衛生組合安全衛生専門委員会の傍聴

日7月2日(休)午後7時から
所クリーンプラザふじみ、オンライン会議アプリ「Zoom」
問同組合☎042-490-5374

三鷹俳句会 太宰治ゆかりの場所を吟行

無頼派も死語となりけり桜桃忌
夏の夜の「事件」の謎や跨線橋
青嵐駅前書店今はなく
手漕ぎ井戸押ししてギツコン風五月
電車庫へレールの軋み青嵐
春愁や太宰墓前のカップ酒
朗読の佳境の熱や桜桃忌
木の晩に「人喰い川」と呼ばれしを
文豪の魂さ迷ひし夏木立
色褪せし太宰の原稿紙魚の跡

加藤早杜子
横森茂樹
田代秀子
根岸操
新井一枝
加藤佑子
山口明子
佐藤マリ
中村玲子
三矢恵啓

逆縁に遭ひて自分を責める師に老いの苦悩と寂寥をみる
広々の芝生で過ごす午後一時防災アラート突として鳴る
AIが人の知能を越えるときサルより偉いヒトは消えるか
物影にふと気配して目をやりぬ逝きし老犬戻り来しかと
落日の輝き暫し地平を照らす紛争出口いまだに見えず
富士山が桜に囲まれ美しいカレンダールにて部屋を飾りぬ
胸底にたまりし苦きおもいをばポリ袋に入れごみに出したり
小雨降る上野の山は桜色インバウンドがカラフルにゆく
カチカチと杖をつく音ひびかせて雀よりくる早天の散歩
後ろからランドセルの子に追ひ越され足早めども追ひつかぬまま

藤井典子
堀真由美
町田厚成
宮本恵美子
今井輝己
大貫久和
小船井美那子
木村香代子
久野静代
桑野晋

チケットインフォメーション

ファミリーコンサートin光のホール 赤ちゃんからのクラシック

三鷹市公会堂 光のホール
8月23日(日) 午前11時開演

チケット発売中(全席指定)
会員=1,800円 一般=2,000円
小学生以下=500円

※0歳から入場可。座席がいらない2歳以下は無料。

出演: 鷯木絵里(ソプラノ・司会)、神谷未穂(バイオリン)、野尻小矢佳(パーカッション)、中川賢一(ピアノ)

0歳から楽しめるコンサート。「あっちっちい~!」な情熱の音楽を楽しもう!



沼尻 竜典&ミタカ・フィルが贈る親子で楽しむオーケストラ トウキョウ・ミタカ・フィルハーモニア 第93回定期演奏会

芸術文化センター 風のホール
8月30日(日) 午後3時開演

チケット発売中(全席指定)
会員=S席4,500円・A席3,600円
一般=S席5,000円・A席4,000円
U-23(23歳以下)=2,500円

市内の小学生~高校生=1,000円(電話予約のみ)

出演: 沼尻竜典(音楽監督・指揮)、宮地江奈(ソプラノ)、晴雅彦(バリトン/ナレーター)、トウキョウ・ミタカ・フィルハーモニア(管弦楽)



トウキョウ・ミタカ・フィルハーモニア ©YUSUKE TAKAMURA

公益財団法人 三鷹市スポーツと文化財団 問同財団☎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
⑧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。

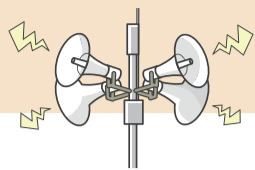


保育をご希望の方は2週間前までに申し込みフォーム(QRコード)へ

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。

全国瞬時警報システム(Jアラート) 情報伝達訓練



☎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。

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」

☎7月1日(水)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。
※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。

川上郷 自然の村

〒384-1406 長野県南佐久郡川上村大字原591番地362
☎0267-97-3206 ☎0267-97-3207



JRをご利用の方は、最寄り駅(信濃川上駅)まで車で送迎します。宿泊申し込みの際にご予約ください。

◆農産物直売所(マルシェかわかみ)の出張販売

☎8月16日(日)・17日(月)午前7時30分～10時(予定)

◆宿泊のお申し込み

宿泊希望日の3日前までに、自然の村へ電話(午前8時30分～午後7時30分)、ファクスまたはインターネットでお申し込みください。10月分の団体(15人以上)の優先申し込みは、7月15日(水)から受け付けます。

¥大人3,700円から、小学生2,500円から(1泊2食付き)

※7月21日(火)～9月10日(水)は繁忙料料金です(大人200円・小学生100円の加算)。



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

講座案内

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

☎6月23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。



杏林大学公開講演会

「会計学者が魅せられた、フランス料理とワインの世界」

☎7月16日(木)午後3時30分～4時50分 ☎同大学総合政策学部教授の内藤高雄さん

国立天文台企画サロン アストロノミー・パプ7月 第216回

「超新星は宇宙からの手紙—光害地マンションでの超新星発見」▲

ゲストはアマチュア天文家の大越英比古さん、ホストは同天文台天文情報センター広報普及員の遠藤勇夫さん。

☎7月18日(土)午後6時30分～8時30分

サイエンスフロントMITAKA—最先端科学を楽しむ▲

「超流動と超伝導、質量の起源、宇宙の進化」

☎7月19日(日)午後2時30分～4時 ☎東京科学大学理学院教授の西田祐介さん

数学の夕べ「コホモロジー—トポロジーの基本道具」

☎7月24日(金)午後7時～8時30分

☎国際基督教大学特任教授の清水勇二さん

大人のための音読講座

「三鷹ゆかりの作家・作品たち—太宰治『雀』(その2)」

☎7月29日(水)午前10時30分～午後0時30分 ☎朗読家の原きよさん

激変するアジアのビジネス環境下での日本企業の進路(全6回)

第2回「時代の変化への対応—待っていた時代がやって来た」

☎7月30日(木)午後6時30分～8時

☎西武信用金庫理事長の高橋一朗さん

市民活動

みんなの掲示板

7月19日号
原稿締切日 6月24(水)

8月2日号
原稿締切日 7月7(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。



ウェブ版

催し

田島征三個展「Dynamic!!」(トークイベントあり)

☎6月20日～7月5日(日)正午～午後7時(5日は5時まで) ☎ぎやらりー由芽、ぎやらりー由芽のつづき ☎期間中会場へ ☎ぎやらりー由芽☎47-5241 (※木曜日)

行政書士による相続・遺言「セミナー」&「無料相談会」

☎行政書士暮らしの相談センター ☎6月28日(日)セミナー=午前10時30分～11時45分、無料相談会=11時45分～午後4時30分 ☎連雀コミュニティセンター ☎6月26日(金)までに竹内☎takeuchi@bc4.so-net.ne.jp ☎57-7033(当日参加可)

学習会(万葉集)★

☎三葉会 ☎7月2日(水)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 ☎国学院大学兼任講師の藤嶋健太さん ¥500円 ☎6月30日(火)までに坂山☎ sakamitaka@jcom.zaq.ne.jp ☎090-9206-2717(先着制)

元気はつらつ健康体操講座★

☎リフレッシュ体操 ☎7月3日(金)午後1時30分～2時45分 ☎15人 ☎おむすびハウス三鷹(下連雀1-10-20) ☎健康運動指導士で介護予防運動指導員の鈴木明美さん ☎☎小山☎40-6383(先着制)

混迷する21世紀「地政学リスクから読み解く日本経済」★

☎身近な経済を学ぶ会 ☎7月11日(土)午後1時30分～3時30分 ☎50人 ☎生涯学習センター ☎杏林大学総合政策学部特任教授の大川昌利さん ☎当日会場へ(先着制) ☎林☎090-6120-8344

スポーツウォーキング教室★

☎新中スポーツウォーキング会 ☎7月15日(水)・24日(金)午後1時30分～3時 ☎各日20人 ☎新川中原コミュニティセンター ☎マスター中高齢者運動指導士の上原強さん ☎6月30日(火)までに森田☎03-3307-0871(先着制)

会員募集

太極拳成安同好会

☎毎週水曜日午前10時10分～正午 ☎連雀コミュニティセンター ¥月額4,000円 ☎☎田島☎41-2308

ハワイアンフラ・ラウアエ(三鷹市ベッセルスポーツクラブ)

☎毎月第1～3木曜日午前9時30分～正午 ☎SUBARU総合スポーツセンター ¥入会金1,000円、月額1,000円 ☎☎蛸澤☎042-481-1175

楽しいフラダンス

☎毎月2回木曜日午後1時～2時30分 ☎60～90歳の方 ☎三鷹駅前コミュニティセンター ¥1回600円 ☎☎鈴木☎080-4953-3361(午後3時30分～6時)

伝言板

がんと共にすこやかに生きるミニ講座&患者交流会

☎杏林大学医学部付属病院がんセンター ☎7月4日(土)午後2時～3時30分 ☎20人 ☎同病院 ☎7月1日(水)までに同病院☎(先着制) ☎同病院がん相談支援センター☎47-5511

6月28日(日)オープン!

みたか観光BASE



☎NPO法人みたか都市観光協会 ☎0422-24-9177

三鷹の都市観光をさらに盛り上げるため、JR三鷹駅前にある「みたか観光案内所」と連携し、まちの魅力を発信するとともに、歴史や文化、自然、暮らしなど、三鷹ならではの魅力を軸にした交流の輪を広げていきます。新しい観光の拠点へ、お気軽にお立ち寄りください。

☎午前9時～午後6時(※火曜日・年末年始、臨時休業あり) 所下連雀3-24-3三鷹駅前協同ビル105

※「三鷹の森ジブリ美術館 三鷹市・近隣市民枠チケット」やお土産などは、今まで通り「みたか観光案内所」で販売します。

第31回

三鷹まちづくりフォトコンテスト 作品募集



☎(株)まちづくり三鷹 ☎0422-40-9669

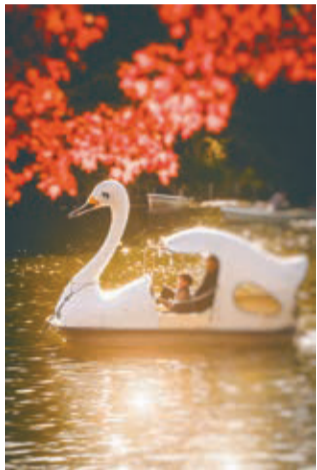
市内の景観や情景、自然、人々の触れ合い、街角の一コマなど、三鷹の魅力を広く伝える写真を募集します。入賞作品は、市内数カ所に展示予定です。

応募作品

令和8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

☎市、同コンテスト実行委員会

☎9年1月6日(水)までに同コンテスト HPへ



前回市長賞(グランプリ) 永井 碧人さん「優陽」

没後20年吉村昭顕彰事業

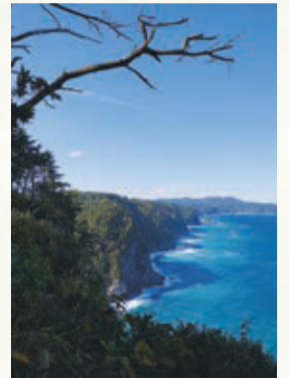
岩手県田野畑村訪問事業を開催します



☎吉村昭書齋 ☎0422-26-7500

吉村が強いインスピレーションを受けて『星への旅』の執筆のきっかけになった「鶴の巣断崖」など、吉村ゆかりの足跡をたどることで、人となりや作品の背景を掘り下げるとともに、田野畑村が吉村作品にどのような影響を与えたかについて理解を深めます。

☎9月26日(土)～27日(日) 人9月19日(土)の「吉村昭没後20年 記念講演会」に必ず参加でき、事業実施後に行うアンケートに回答可能な在学・在勤を含む市民20人(原則2人1組) 市市民=23,050円、市民以外=45,300円(昼食代、集合場所までの往復交通費などは別途実費) 募集要項(市HP)を必ず確認のうえ、7月21日(火)(消印有効)までに市HP、または参加者全員の必要事項(7面参照)、在学・在勤の方はその旨を往復はがきで〒181-0001井の頭3-3-17吉村昭書齋へ(申込多数の場合は三鷹市民で2人1組の方を優先して抽選)



鶴の巣断崖

桜井浜江記念市民ギャラリー

はためく光

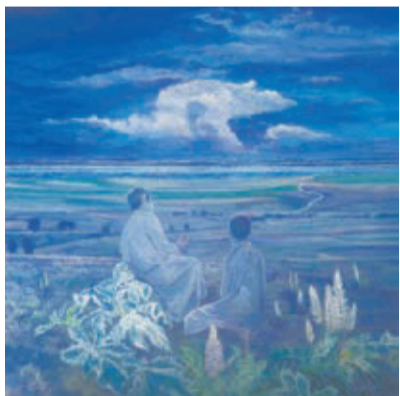


Fluttering Light / 高松明日香展

☎三鷹市公会堂 ☎0422-29-9868

瀬戸内地域の美術館を中心に作品を発表してきた画家・高松明日香の個展です(協力: GALLERYエクリュの森)。青を基調とした色彩と柔らかな陰影で描かれた、象徴的な近景と遠景にぜひ触れてみてください。

☎7月20日(月祝)までの午前10時30分～午後5時30分(※7月20日を除く月曜日) 所同ギャラリー 期期間中会場へ



『はためく光 Fluttering Light』(27点組のうちの1点)

「タッタカくん! ウオーク&ラン」アプリイベント



21.1km ハーフマラソンチャレンジ!

☎スポーツ推進課 ☎0422-29-9863

アプリを使って、期間内に合計21.1kmを目指すランニングイベントです。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(写真)もプレゼントします。

☎7月31日(金)午後8時まで

人 在学・在勤を含む小学生以上の市民

参加方法 開催期間中に、同アプリから参加

参加賞 タッタカポイント100ポイント



オリジナルグッズの一例「タッタカくんRPETボトル」



三鷹市 星と森と絵本の家

7月7日(火)

開館記念日

☎同施設 ☎0422-39-3401

国立天文台長による開館記念おはなし会、フレンズショップ、ミニワークショップなど、開館17周年を記念した楽しいイベントが盛りだくさんです。七夕の日にちなみ、先着で小さな笹をプレゼントします。

☎7月7日午前10時～午後4時30分(開館は5時まで) 当日会場へ



新テーマ展示「かず」

私たちの生活のあちこちに「かず」は現れます。図や形をかずを使って考えたり、計算をして新しい発見をしたり、かずによって私たちの世界はどこまでも広がっていきます。かずの世界への始めの一步を一緒に踏み出してみませんか。

公募絵本原画展 第13回絵本作品公募受賞作

同施設で公募した絵本原画の優秀作品『ほしみがきのラック』(作 松屋真由子・種蒔友)を展示します。



展示替えと施設メンテナンスに伴い、6月23日(火)～7月6日(月)は臨時休館します。



市公式 LINE 友だち募集中!



人口と世帯

令和8年6月1日現在 ()内は前月との増減

住民登録者数: 191,747人(31人増)うち外国人数: 5,514人(1人減) 男: 93,118人(36人減) / 女: 98,629人(67人増) 世帯数: 99,371世帯(34世帯増)