

助産師と学ぶ両親学級



日 8月31日(月)午後1時～3時
所 福祉センター
問 みたかボランティアセンター ☎ 76-1271

ママと赤ちゃんの会



日 9月1～15日の毎週火曜日午前10時～11時30分(全3回)
人 全回参加できるおおむね3～6カ月のお子さんと母親8組
所 西多世代交流センター
問 同センター ☎ 31-6039

おやこでよってチョコッとあっぷるーむ(9月)



8月10日(月)午前9時から予約を受け付けます。
主 主催 NPO法人みたか市民協働ネットワーク
日 ①テコドーで産後の体型戻し＝3日(休)、②ヨガママで骨盤調整&産後ケア＝7日(月)、③ポーセラーツでおや子時間＝12日(土)、④ふれあい「ベビーマッサージ」＝14日(月)、⑤羊毛フェルトーハロウィン編＝19日(土)、⑥フラワーアレンジを楽しむーハロウィンのオブジェ編＝26日(土)、⑦世界に一つのフォトフレーム＝28日(月)、いずれも午前10時30分～正午(③は午後1時30分～3時)
人 ①首据わり～就学前のお子さんと母親、②ハイハイ前のお子さんと母親、③⑤⑥⑦0歳～就学前のお子さんと保護者、妊婦、④2～11カ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

すすくひろばウェルカムパパ講座



日 9月5日(土)午前10時30分～正午
人 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)
問 同ひろば ☎ 45-7710

幼児期・学齢期保護者向け講座

保育



テーマは「スマホも、ゲームも、SNSも、AIもある時代に子どもとどう向き合う? 今日からできる家庭でのルール作り」。
日 9月10日(休)午前9時30分～11時30分
人 1歳～小学生のお子さんの保護者、本講座に興味のある方18人、保育(1歳～未就学児)10人
所 東多世代交流センター
問 同センター ☎ 46-0408

親子ぶどう食べ放題と山梨県立科学館



主 主催 三鷹駅周辺住民協議会
日 所 9月12日(土)午前7時30分三鷹駅南口発～山梨ぶどう食べ放題～山梨県愛宕山こどもの国、山梨県立科学館～午後6時三鷹駅南口着(雨天決行)

人 市内の4歳～中学生のお子さんと保護者36人(1家族4人まで)
問 三鷹駅前コミュニティセンター ☎ 71-0025



健康

健康栄養歯科相談



日 午後1時～4時(月1・2回。日程は市HPでご確認ください)
人 在学・在勤を含む市民
所 総合保健センター
申 問 健康推進課窓口(元気創造プラザ2階)・☎ 24-8207 へ



催し

石倉ヒロユキさん絵本原画展



『ポットくんとにわのいけ』

日 8月4日(火)～23日(日)
所 三鷹図書館(本館)
申 期間中会場へ
問 同館 ☎ 43-9151

大人も和太鼓であそぼう



日 8月16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
講 チーム綾、チームえんの皆さん
申 8月12日(水)までに市HPへ(先着制)
問 同センター ☎ 31-6039

鉄道模型運転会



主 主催 井の頭地区住民協議会
日 8月18日(火)午前10時30分～午後4時(出入り自由)
所 井の頭コミュニティセンター
申 当日会場へ
問 同センター ☎ 44-7321

地域ケアネットワーク主催のサロン

日 ①連雀サロン＝8月18日(火)、②駅前風のサロン＝20日(木)、③よってらっしい・にしみたか＝24日(月)、④しんなかサロン＝27日(木)、⑤ひだまりサロン・東部＝9月2日(水)、いずれも午後1時30分～3時(④は3時30分まで)
所 各コミュニティセンター(①連雀、②三鷹駅前、③井口、④新川中原、⑤牟礼)
申 当日会場へ
問 地域福祉課 ☎ 29-9235

映画鑑賞会『パルパティ・パウルー黄金の河を渡って』



日 9月5日(土)午後1時30分～3時30分
人 50人
所 アジア・アフリカ図書館
¥ 800円(飲み物付き)
申 必要事項(8面参照)を同館 ☐ aa-lib@aacf.or.jp へ(先着制)
問 同館 ☎ 43-0536

おとな絵本ラウンジ「朝」



日 9月6日(日)午後2時～4時

人 15人
所 三鷹ネットワーク大学
¥ 200円(茶菓付き)
申 8月8日(土)～9月5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

井心亭でお茶を楽しむ会(昼のお茶会)



日 9月27日(日)午後1時30分～3時
人 中学生以上の方12人
所 みたか井心亭
講 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
申 8月29日(土)(消印有効)までに申し込みフォーム(QRコード)、または参加者全員の必要事項(8面参照)を往復はがきで ☐ 「〒181-0013 下連雀2-10-48 みたか井心亭」へ(1通につき2人まで。申込多数の場合は抽選)
問 同施設 ☎ 46-3922
※お茶をたてる体験はありません。



講座

生涯学習教室(木彫)



日 月4回火曜日午前10時～正午
人 各5人
所 三鷹市シルバー人材センター
講 同センター木彫講師の中野秀人さん
¥ 月額3,500円
申 問 同センター ☎ 48-6721 へ(先着制)

多様な働き方セミナー

日 8月7日(金)午後2時～4時
人 おおむね55歳以上の求職中の方60人

所 市民協働センター
講 わくわくサポート三鷹相談員でキャリアコンサルタントの中里紀子さん
物 雇用保険受給者は受給資格者証
申 必要事項(8面参照)をわくわくサポート三鷹 ☐ wakuwaku@mitakashigoto.or.jp ・ ☎ 45-8645 ・ ☎ 45-8646 へ(先着制)
問 わくわくサポート三鷹 ☎ 45-8645

狂言・謡曲仕舞体験教室



所 生涯学習センター
◆ 狂言体験教室
日 ①夏休み親子狂言教室＝8月17日(月)午前11時～正午、②一般狂言教室＝8月28日、9月18日、10月16日、11月13日の金曜日午後4時～5時30分(全4回)
人 在学・在勤を含む5～79歳の市民
¥ ①1,000円(高校生以下500円)、②5,000円(4回分)
申 問 ①8月10日(月)、②21日(金)までに三鷹市能楽会 ☐ warotenakyogen@gmail.com へ
◆ 謡曲仕舞体験教室(観世流)
日 A組＝9月4日、10月2・30日の金曜日午後4時～5時30分、B組＝9月12日、10月10日の午後1時～2時30分、10月31日の午後4時～5時30分、いずれも土曜日(各組全3回)
人 在学・在勤を含む中学生以上の市民
¥ 6,000円(3回分)
申 問 8月31日(月)までに三鷹市能楽会 ☎ 090-9399-1654 へ

市民健康講座

「いつまでも元気! 楽しく続ける筋力アップ講座」



日 9月1日(火)午前10時30分～正午
人 在学・在勤を含む市民20人
所 井口コミュニティセンター
講 健康運動指導士の鈴木直美さん
申 問 8月10日(月)から同センター窓口・☎ 32-7141 へ(先着制)

10月16日(金)～11月22日(日)開催

みたか太陽系ウォークスタンプラリー参加店舗、サポーター大募集



問 NPO法人三鷹ネットワーク大学推進機構
☎ 0422-40-0313 ・ ☐ info@mitaka-univ.jp

みたか太陽系ウォークスタンプラリー参加店舗

アプリ「ミィね! mitaka」を活用したデジタルスタンプラリーのポスターを屋外に設置いただける店舗を募集します。

◆コラボ商品も募集中!

スタンプラリーとのコラボ商品やサービスは、同イベントHPやSNSなどで紹介します。今回のテーマ天体「冥王星」の表面に見られるハート形の地形にちなんだグッズなども大歓迎です。

申 8月18日(火)午前9時30分までに申し込みフォーム(QRコード)へ

太陽系サポーター

同イベントの企画・運営をサポートする市民ボランティア「太陽系サポーター」を募集します。

申 申請書(同大学窓口・HPで入手)を同大学窓口・☐ info@mitaka-univ.jp へ
※昨年度のイベントの概要は同イベントHPで確認できます。

