

＼これまでも これからも／ 三鷹の森ジブリ美術館

今年、三鷹の森ジブリ美術館(三鷹市立アニメーション美術館)は2001年の開館から25年を迎えました。スタジオジブリ作品の世界を愛する多くの人々が国内外から三鷹に集まり、今も連日にぎわいを見せています。これからも三鷹市は、アニメーション文化を市の魅力の一つとして発信していきます。

図芸術文化課 ☎0422-29-9861

© Museo d'Arte Ghibli

・市長コラム・

大人も迷子になれる 美術館



三鷹市長 河村 孝

ジブリ美術館の歩みは、これまでの常識を大きく変えるものでした。開館当時に注目された日時指定の「予約制」も、今では「展示をじっくり見られる」と、各地で取り入れられています。美術館は、建物も、展示物も、子どもの目線や感覚を大切につくられています。トトロのいる二セの受付、子どもだけの秘密が生まれそうな通路、短編アニメを上映する小さな映画館「土星座」、ネコバスと遊べる空間、屋上のロボッ

ト兵と、ジブリの世界が満載です。過去の企画展示では、制作で使った何万枚もの原画・動画を積み上げた「作品」もありました。一つのアニメ作品にかかる熱量が伝わってくるようで、圧巻でした。

それほど大きな建物ではないですが、誰もが一度は迷ってしまいます。時間を忘れ、迷うことを楽しむ美術館です。皆さんも子どもに戻って、二度三度と迷いに来てください。

YouTubeで配信中



まち・人とながり 進化し続

総合デザインと初代館長を務めた
宮崎吾朗さんに聞きました！

まちの“余白”をこれからも大切に



ジブリ美術館を創る際に私が担ったのは、当時の館主・宮崎駿が考えた理想の美術館を、現実の建築や空間、意匠に落とし込み、実現させる仕事です。そこには法律や施工上のさまざまな制約がありますが、創造性でより良い形にして制約を乗り越える過程は面白くもありました。例えば、入り口から階段で地下へ向かうアプローチは、建物の高さ制限があったから生まれたアイデアです。試行錯誤を重ねた美術館がオープンし、お客さまが喜ぶ笑顔を見るのは、うれしいことでした。ただ、創る人間というのは次の創作に気が向きがちで、美術館を維持・運営する館長の仕事は、私には向いていないな…とも思っていました(笑)。

今は東京がどんどん都市化・過密化して、三鷹もまた例外ではありません。それでも、三鷹駅からジブリ美術館へ向かう「風の散歩道」などの景観は、開館時の25年前とそう大きく変わっていない。まちの中に緑や自然が残る、いい意味での“余白”があることは三鷹の良さであり、大切なことだと思います。これからもジブリ美術館が、緑や水辺など環境的な余裕を保ったまちの中にある、小さな美術館であり続けられたら幸せだと思っています。

迷い込んで楽しむ 不思議の世界

美術館のキャッチコピーは「迷子になろうよ、いっしょに。」。迷路のような建物に順路はなく、来館者は目線の高さや時間の経過などにより異なった表情を見せるしつらえや、館内の至る所にちりばめられた面白い仕掛けを見つけながら、自由に巡り歩きます。

どんなものを見つけて、何を感じるかは、その時、その人次第。観る人に委ねられた展示や空間は、いくつになっても、何度訪れても、

また新たな発見をもたらしてくれます。



公園の緑に包まれた美術館

開館当初は井の頭恩賜公園の緑の中にある色鮮やかな外観が特徴的でしたが、時を経て、植栽の変化や周りの植物との調和で趣ある雰囲気。緑と建物が融け合う、ここにしかない景観を形作っています。



エンブレムに描かれた三鷹

美術館のエンブレムに描かれているのは、三羽の鷹(三鷹)、イノシシの頭に「イ」の字(井の頭恩賜公園)、大きな木の下へのトトロ(ジブリ)。三鷹感満載の言葉遊びをモチーフにしたこのデザインは、海外の紋章や旗が好きな宮崎駿監督が、設立の際に自らスケッチを描き、考案しました。



地域とともにまちを盛り上げる！

今年も10月18日(日)に井の頭恩賜公園で開催される「三鷹の森フェスティバル」(美術館共催)は25年前の開館を記念して始まった音楽フェスティバルです(16面参照)。美術館スタッフおすすめの映画を上映する「三鷹の森アニメフェスタ」(2027年3月上旬開催予定)の「アニメーション古今東西」などのイベントも、市と美術館が協力して開催しています。そのほか、三鷹阿波おどりや三鷹市民駅伝大会などのイベントに美術館スタッフも参加しています。



三鷹の森フェスティバル 撮影：まちなかカメラマン 柴平達弥

ける三鷹の森ジブリ美術館



© 2001 Hayao Miyazaki © Museo d'Arte Ghibli

大人気の市民デー・近隣市民デー

市民・近隣市民限定で、美術館が開館した10月1日前後に、無料でご招待しています。応募者多数のため毎年抽選となり、当日は多くの市民の方でにぎわいます。また、コロナ禍で一時休館を余儀なくされた際には、三鷹市民の方から入館を再開。少しずつ入館人数を増やしていきま



開館20年にあたる2021年の市民デーに1日限定であがった大きなトトロのバルーン

暮らしのすぐそばにある美術館

三鷹駅から美術館のある井の頭恩賜公園までを結ぶ「風の散歩道」も、開館に合わせて整備しました。案内人は、オリジナル案内板の上にいる「山猫」です(トトロではありません)。また、地域の方に親しまれる美術館を目指し、市民・近隣市民の方の優先入館枠を設けて、三鷹駅前のみたか観光案内所でチケットを販売しています(QRコード参照)。

2024年にリニューアルした広報みたかのロゴマーク(1面参照)、市HPのデザインにも美術館の外観が描かれています。



美術館とともに誕生したPoki



開館を記念して宮崎駿監督がデザインし、三鷹のキャラクターとして誕生した「Poki(ポキ)」。名付け親は、公募で選ばれた萌絵ちゃん(当時4歳)で、生息地は三鷹の森です。2017~2025年には、みたかシティバスのラッピングにも登場。市内10カ所にはPokiのデザインマンホールがあります。市内事業者による関連グッズが販売されているほか、市立小学校1年生のランドセルカバーや、毎年開催される「Poki4コマまんがコンテスト」(10面参照)など、三鷹市民にはおなじみの存在です。



© 2001 スタジオジブリ

2017~2020年のラッピング

創設メンバーで現館長の 安西香月さんに聞きました!

地域とともにある美術館としての歩み

2017年に館長に就任するまで、主に展示の仕事を担当してきました。例えば、常設展示室「映画の生まれる場所」の立ち上げでは、絵を額に収めずそのまま壁に貼るという宮崎駿監督のアイデアを形にするため、プリンターメーカーの方に手描きイラストに使うような質感の紙を開発してもらい、複製画を作りました。また、展示が常に新鮮に見えるように維持するには、小まめに手を入れて人の気配が感じられることが大切です。そこで、ときどきスタジオからアニメーターや美術スタッフを招いて、常設展示の机で実際に絵を描いてもらっています。小さな子に「おじさん、うまいね」と褒められるなど、スタジオのスタッフも楽しいようで、上機嫌で協力してくれています。



開館から25年が経ち、近ごろは小学3年生のときに来館した子どもたち(下記参照)が大人になって再び訪れ、「今見ると昔と違って見える」といった感想をスタッフに伝えてくださることも。当館はいろいろな見方ができるものを提供しているので、そこにちゃんと気付いてくれる人が育っていることがうれしく、長く続けてきたかいがあると思っています。

三鷹の子どもたちに豊かな体験を

市立小学校15校の3年生は社会科見学の一環として、また、市内約50の幼稚園・保育園の子どもたちは遠足などで訪れます。さらに、地域の皆さんの働きかけで、四小では2003年から野外上映会を不定期で開催しており、今年は東台小での上映も予定しています。過去には、美術館の近隣の小学生を対象にしたお泊まり会など、子どもたちの思い出に残るイベントを行っています。



2019年お泊まり会の様子

『三鷹市子どもの権利に関する条例』を制定しました



☘ 園子ども・若者政策課 ☎0422-29-9671

市では、子どもの権利を守り、子どもが幸せに暮らし、将来に夢や希望を持つことができるまちを実現するため、同条例を制定しました(10月1日施行)。制定に当たっては、学識者による検討委員会を設置し、子どもを対象としたワークショップやアンケート、パブリックコメントなどでご意見を伺いながら検討を進めました。

主な内容

●子どもの権利(第3～8条)

子どもの権利として「安心して生きる」「自分らしく生きる」「豊かに育つ」「意見や思いを伝える」「支援を受ける」「社会に参加する」の6つの権利を明示します。

●各役割と子どもの権利を守るためのまちづくり(第9～21条)

市、保護者、市民、子どもに関わる施設の設置者、事業者等のそれぞれの役割を定めます。また、安心できる居場所づくりの推進や、子どもの意見や思いの表明の機会の確保、子どもの話を聴く仕組みづくりなどに取り組みます。

●子どもの権利擁護(第22～25条)

市長の附属機関として「三鷹市子どもの権利擁護委員」を設置します。同委員は、子どもの権利侵害についての相談に応じて、必要な助言・支援や調査、関係者間の調整・要請などを行います。



10月19日(月)まで

認可保育所などの入所申し込み 令和9年4月入所(1次入所選考)



☘ 園子ども育成課 ☎0422-29-9673

例年、書類の提出が間に合わず、選考対象外になる方がいます。締め切りに余裕を持って提出してください。

☒保護者が就労などで9年4月から入所・転所を希望する方(8年度の入所を待機中の方を含む)

※これから生まれるお子さんは、9年2月3日(水)までに生まれた方が対象です。

☒入所案内(市HPなどで入手)を確認のうえ、10月19日(必着)までに申し込みフォーム(QRコード)、または必要書類を同課(市役所4階45番窓口)・郵「〒181-8555 子ども育成課」へ(電子申請は10月19日午後5時まで)

※きょうだいで同時に申し込む場合は、申し込み方法をそろえてください。

※市外の保育所に申し込む場合は申請方法が異なります。詳しくは市HPでご確認ください。

◆障がい・医療的ケアなどの特別な配慮を必要とする お子さんの保育(ケアプラス保育)の入所申し込み

☒事前に保育支援課 ☎0422-24-9258へ相談のうえ、10月19～23日(金)に必要な書類を子ども育成課(市役所4階45番窓口)へ

三鷹市就学前 子ども給付金



☘ 園子育て支援課 ☎0422-29-9675

物価高騰の影響を受けている子育て世帯を支援するため、市独自に給付金を支給します。なお、受給には申請が必要です。詳しくは、対象世帯に送付する申請案内をご覧ください。

支給対象者 以下の対象児童を養育している方

①10月1日時点で三鷹市の住民基本台帳に記録されている小学校就学前の児童

②10月2日～令和9年4月1日出生または三鷹市に転入する小学校就学前の児童



給付額 対象児童1人につき5,000円

申請案内の送付時期 ①11月中旬、②随時

申請期間 11月中旬～令和9年5月20日(木)(申請受付後、12月から順次支給開始)

申請方法 申請案内に記載のQRコードから、電子申請フォームにアクセスし、給付金の受取方法(セブン銀行ATMによる受け取りまたは金融機関口座への振り込みのいずれか)を選択してください。

※セブン銀行ATMを選択した場合は、口座振込より2～3週間早く給付金を受け取ることができます。詳しくは市HPでご確認ください。

※電子申請が難しい場合は、同課へお問い合わせください。

10月16日(金)まで

学童保育所の入所申し込み 令和9年4月1日一斉入所



☘ 園地域学校協働課 ☎0422-29-8349

現在、市内学童保育所に在籍中で、4月以降も引き続き入所を希望する方も申し込みが必要です。

☒9年4月に新小学1～3年生になる児童(教育支援学級に通う児童などの場合は新6年生まで(新4～6年生は今年度入所している児童に限る))のうち学童保育所で集団生活が可能な方

☒入所案内(市HPで入手)を確認のうえ、10月16日までに市HPへ

※申し込みには就労証明書などの添付書類が必要です。



事業のこれからを考えてみませんか

三鷹市事業承継支援事業



☘ 園生活経済課 ☎0422-29-9615

経営者の高齢化や後継者不足などを背景に、地域経済の維持・活性化に向けた事業承継の推進が課題となっています。市では、事業承継に関するさまざまな支援を無料で行い、市内事業者をサポートします。

●三鷹市事業承継ポータルサイト

事業を譲りたい方と事業を引き継ぎたい方をつなぐサイトです。事業承継案件の掲載・閲覧のほか、専門コーディネーターへの相談やマッチング支援を受けることができます。

●専門家による事業承継相談

事業承継に関するお悩みや今後の進め方について、専門家に相談できます。専門コーディネーターによる事業所への訪問相談のほか、東京都多摩地域事業承継・引継ぎ支援センター専門相談員による市役所での個別相談も実施しています(要予約)。

◆事業承継セミナーを開催します

事業承継の基礎知識や進め方、各支援機関の支援内容について紹介します。「まだ先のことだけれど気になる」「少し話を聞いてみたい」という方も、お気軽にご参加ください。

☒10月22日(木)セミナー＝午後1時30分～3時、個別相談会(会場参加者のみ)＝3時～4時 ☒三鷹産業プラザ、オンライン ☒事業を営んでいる方、事業の引き継ぎ・承継に関心がある方、会場＝50人 ☒10月20日(火)までに市HP、または同課 ☎0422-29-9615へ(先着制)



10月23日(金)～11月8日(日)

秋のみたか子ども読書フェア



閩市立図書館(三鷹図書館<本館> ☎0422-43-9151、
東部 ☎0422-49-3851、西部 ☎0422-33-1311、
駅前 ☎0422-71-0035、南部 ☎0422-76-5571)

市立図書館では、秋の「読書週間」にちなみ、小さいお子さんから小学生まで、幅広く楽しめる企画をたくさん用意してお待ちしています。

本の「おたのしみパック」の貸し出し

3～6歳、小学校低・中・高学年向けにおすすめの本を詰め合わせた、4種類の「おたのしみパック」を貸し出します。どんな本が入っているかは開けてからのお楽しみ。自分のお気に入りの本を選んで、オリジナルの「おたのしみパック」を作ることができます。



おはなし会

各館で小さいお子さんから楽しめるおはなし会を開催します。
※開催日時など、詳しくは図書館HPでご確認ください。

子ども向け講演会「おしえて松原編集長! 恐竜図鑑のひみつ」

閩三鷹駅前図書館 ☎0422-71-0035

(株)Gakkenの松原由幸さんをお招きし、『学研の図鑑LIVE恐竜 新版』を中心に図鑑の作り方や楽しみ方を学びます。

日 10月24日(土)午後1時～2時30分 人 小学生40人 所 三鷹駅前コミュニティセンター 申 10月6日(火)午前10時から図書館HPへ(先着制)

ワークショップ「おさんぽぱんぱんでんしゃをつくろう!」

閩三鷹駅前図書館 ☎0422-71-0035

絵本作家の五味ヒロミさんをお招きし、絵本の読み聞かせや工作のほか、イベントの最後にはサイン会を行います。五味さんの作品であれば、持参した本にもサインしてもらえます。

日 11月7日(土)午前10時～正午 人 幼児～小学生と保護者20組 所 三鷹図書館(本館) 申 10月2日午前10時～26日(月)に図書館HPへ(申込多数の場合は抽選)



Hello!

ラ・カニャーダ・フイントリッジ市



Vol. 2

なぜ三鷹市が交流先に選ばれたの?

閩平和人権課 ☎0422-29-9032

ラ・カニャーダ・フイントリッジ市(以下、LCF市)は、新しい姉妹都市の候補を約1年にわたって検討し、その中で三鷹市に注目したそうです。

その理由は、両市の共通点が多かったこと。教育を大切にしていること、豊かな自然環境があること、地域活動が盛んなことに加え、大都市の近郊にありながら、落ち着いた住宅都市として発展してきたことも共通しています。さらに、三鷹市には国立天文台、LCF市にはNASAジェット推進研究所(JPL)があるように、宇宙や科学を身近に感じられる環境も共通点の一つです。

今回の交流は、三鷹市の魅力が海外の自治体から評価された出来事といえるかもしれません。



JPL公式HPより

ちょこっと豆知識

スペインの姉妹都市と交流中

LCF市は、スペインのビジャヌエバ・デ・ラ・カニャーダ市と姉妹都市交流を続けています。学生交流やホームステイなど、市民の交流が続いています。

第22回

みたかわんぱくスポーツDAY2026



閩三鷹青年会議所 ☎mitakawanpaku@gmail.com

FC東京によるサッカークリニックや、東芝ブレイブルーパス武蔵、東京サントリーサンゴリアスによるラグビー体験のほか、自衛隊によるシューティング体験、各種スポーツ体験、スタンプラリーなどスポーツを楽しむイベントです。当日は、俳優で「ふるさと三鷹応援団」の二瓶有加さん(写真)が来場されます。



日 市、市教育委員会、同会議所 日 11月1日

(日)午前10時30分～午後3時30分(10時開場。

雨天中止) 所 味の素スタジアム(調布市)

物動きやすい服装 申 当日会場へ



第2回

荻村伊智朗杯卓球大会を開催します!



閩三鷹市卓球連盟 ☎080-6580-9765

世界選手権で12個の金メダルを獲得し、引退後も国際卓球連盟の会長として卓球の普及に務めた三鷹市出身の荻村伊智朗さんの功績をたたえ、その精神を未来へ受け継ぐ大会です。今年は市内外を問わず参加できるオープン大会として開催します。また、ゲストコーチによる卓球講習会も実施予定です。



撮影: まちなかカメラマン 佐久間俊輔

日 12月13日(日)午前9時から 人 小・中学生220人 所 SUBARU総合スポーツセンター 申 11月13日(金)までに申込書(三鷹市卓球連盟HPで入手)を同連盟 ☎mitaka.tabletennis@gmail.comへ(申込多数の場合は三鷹市内の小・中学生を優先)

姉妹町などと協力して
森林の整備や保全への
取り組みを進めています

閩環境政策課 ☎0422-29-9612

市では、2050年までに二酸化炭素排出量を実質ゼロにすることを目指すゼロカーボンシティを宣言しています。この取り組みの一つとして、森林環境譲与税を活用して、福島県矢吹町・山形県白鷹町とそれぞれ協定を締結し、両町が所有する森林の整備や保全などを行っています。

市内の小学生が矢吹町で植樹を行いました

9月12～13日に矢吹町で開催されたキャンプ体験では、参加した市内の小学4～6年生約60人が植樹を行いました。参加した小学生からは、「社会に貢献する活動に参加したことが心に残った」「大きくなったら見に来たい」などの感想がありました。



エコアクションキャンペーン

家庭用廃食用油を回収します



閩ごみ対策課 ☎0422-29-9613

環境負荷の低減とごみ減量を目的とする同キャンペーンの今年のテーマは「持続可能な航空燃料(SAF)」。

家庭用廃食用油を回収し、航空燃料(SAF)として有効利用することで、二酸化炭素の排出量を削減できます。ご協力いただいた方には、食材を無駄なくすくえる「シリコン調理スプーン」をプレゼントします。

※油は不純物を取り除き、冷ましてから、ふた付きのプラスチック容器に入れてお持ちください(未使用の油も可)。

日 10月22日(木)午後4時～5時30分(小雨決行)

所 三鷹駅南口緑の小ひろば



大学との連携を推進しています

企画経営課 ☎0422-29-9034



市では、市内および近隣の大学と、各大学の専門性を生かしたさまざまな分野で連携・協力するための包括連携協定を締結しています。地域が抱える課題に対し、各大学と協力しながら、解決に向けた取り組みを進めています。

大学名(締結日)	令和7年度の主な取り組み(実績)
杏林大学 (平成25年9月6日)	市内保育園での「いのちのおはなし会」、三鷹市民駅伝大会の救急救命ボランティア、『三鷹市町会・自治会ハンドブック(じもぼん)』への紙面提案・特集ページ取材
亜細亜大学 (29年11月28日)	ふじみまつりにおける学生ボランティア、三鷹国際交流フェスティバルへの参加
日本女子体育大学 (30年10月29日)	子どもの運動習慣定着事業(公助三鷹市スポーツと文化財団事業)
東京女子大学 (31年1月28日)	東京女子大学企画講座「続・数学はこんなに面白い!」、 「理系英語入門―円と楕円を英語で学ぶ」(三鷹ネットワーク大学)
東京外国語大学 (令和2年2月13日)	三鷹国際交流フェスティバルへの参加
国際基督教大学 (3年3月26日)	国際基督教大学・公助三鷹市スポーツと文化財団共催事業「親子野外キャンプ教室」、三鷹市大学応援交付金制度を活用した「学内施設設備および環境保全(緑化推進を含む)事業」
電気通信大学 (3年11月5日)	三鷹ネットワーク大学開設20周年記念事業 子ども向け特別講座「AIの仕組み、知っていますか?」、電気通信大学寄付講座「今そこにあるサイバーインシデント―家庭から国家まで」(三鷹ネットワーク大学)
日本獣医生命科学大学 (6年11月7日)	「富士アニマルファーム酪農体験講座」(三鷹ネットワーク大学)

学園祭情報

詳しくは各イベントHP・公式Instagram
でご確認ください。



杏林大学：杏林祭
☎10月10日(土)・11日(日)
国際基督教大学：第67回ICU祭／ICU Festival 2026
☎10月11日(日)・12日(月・祝)
日本女子体育大学：第59回健美祭
☎10月24日(土)・25日(日)
日本獣医生命科学大学・日本医科大学：第9回医獣祭
☎10月30日(金)～11月1日(日)
亜細亜大学：第68回アジア祭
☎10月31日(土)～11月3日(火・祝)
東京女子大学：VERA祭 ☎11月14日(土)・15日(日)
東京外国語大学：第104回外国語祭
☎11月19日(木)～23日(月・祝)
電気通信大学：調布祭 ☎11月20日(金)～22日(日)

第24回
みとか
まち活
フォーラム

地域とつながる、私の一步が見つかる2日間

所 岡市民協働センター
☎0422-46-0048



☎NPO法人みとか市民協働ネットワーク
☎10月31日(土)午前10時～午後7時、11月1
日(日)午前10時～午後5時

三鷹で活動する人や団体が集まり、「まちを元気にする活動＝まち活」を紹介・体験できるイベントです。「ちょっとのぞいてみたい」「おもしろいことないかな」そんな気持ちでふらっと立ち寄れる企画がそろっています。初めての方も大歓迎！展示や飲食・物販ブース、キッチンカーも用意してお待ちしています。

☎期間中会場へ

※一部事前申し込みが必要なプログラムがあります(空きがあれば当日参加も可)。詳しい内容や最新情報は同センターHPをご覧ください。

11月1日午後1時～3時 シンポジウム「タネニハの森のものがたり」

街の貴重な緑や農地をどう守り、どう生かしていくのか。東久留米市の先進事例「タネニハの森 Farm Village」の歩みから、都市農業と住まいの可能性を一緒に探ってみませんか。

☎50人 ☎HITOTOWA INC.代表取締役の荒昌史さん(写真) ☎同センターHPへ(先着制)



11月1日午後3時～5時(出入り自由) 大交流会「大人のおやつパーティー」

おやつや軽食、飲み物を楽しみながら、ゆるやかに語り合う交流イベントです。お一人様も大歓迎。どなたでも気軽にお越しください。

☎当日会場へ

■プログラム(★は要申し込み)

1日目：10月31日

午前10時～正午

☎メイン企画 つながるみとか鍋★

チームに分かれて自慢の鍋を作り、おいしく味わいながら地域とつながる交流企画。

11時～午後2時
1時～3時

だれでもランチカフェ

おばけのかぼちゃカードを探そう／まちとつながる、私たちの半歩★／ちょっと寄り道、里親のはなし。／ワークショップブース(一部★)

4時～6時

飛び出せヘルパー！世界とつながるケアのリアル／学ぼう！気候危機&ベランダ発電のススメ★／シニア市民はこうして生成AIを活用している

4時30分～6時45分

思い立ったら三鷹へ 映画から始まるまちとのつながり★

2日目：11月1日

午前10時～11時30分

三鷹都市伝説―マチに隠されたナゾを解き明かそう！(終了後に周辺を巡る街歩きツアー開催)★

10時～正午

石田先生から子育ての？を学ぶ 育パパ座談会★／三鷹の推しスポットの物語すごろくづくり★／災害発生！「食べる」「出す」どうする★／アートでゲーム アートでおしゃべり★／筋力測定―フレイル・ロコモチェック(1時まで)

正午～午後0時30分

家庭訪問型子育て支援(ホームスタート)のご紹介

1時～3時／3時～5時

シンポジウム★(左記参照)／大交流会(左記参照)

・市史編さん室通信 Vol.3

三鷹の水車「しんぐるま」

☎市史編さん室 ☎0422-24-6360

市内の「大沢の里水車経営農家」に、新車(しんぐるま)と呼ばれる日本でも有数の水車があります。水車経営農家ではその水車の動力を利用し、万力(まんりき)という歯車を使い、力の向きと回転の速さを変えながら、精米・製粉を行ってきました。新車は江戸時代の文化5(1808)年ごろに創設され、以降昭和43(1968)年ごろまで160年間もの間、回り続けていました。現在も、複雑な機構を持つ水車装置全体が良好な状態で保存されています。

10月3・4日(日)開催の「大沢の里水車・古民家まつり」では、水車が実際に精米・製粉する貴重な光景を見学できます(午後3時～4時のみ事前予約不要で見学可)。ぜひお立ち寄りください。



野川上流にあった「大車(おおぐるま)」より後につくられた新しい水車なので「新車」と呼ばれているよ。



中近東文化センター附属博物館 市民特別公開



☎芸術文化課 ☎0422-29-9861

同館では、中近東地域の歴史的に貴重な収蔵品約250点を展示しています。下記期間は、市民の皆さんを対象に無料公開し、開館時間も通常より延長します。

☎10月14日(水)～18日(日)午前10時～午後5時(入館は4時まで) ☎在住・在学・在勤のいずれかを確認できるもの(高校生以上の方のみ) ☎期間中会場へ



聖樹双獣文杯 材質:金
出土地:イラン(マールリーク)
年代:紀元前(BC)1千年紀



石のすり臼で小麦を粉にする体験



高齢者の方へ

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症の 予防接種費用を一部助成します

健康推進課 ☎0422-24-8050

ワクチンの種類や予約の受け付け方法などは各医療機関へお問い合わせください。なお、今年度の新型コロナウイルス感染症予防接種の自己負担額は、7,500円です。

予診票を個別に送付しています

9月末頃に、65歳以上の方と右記予防接種費用助成期間中に65歳になる方へ、市から予診票などを送付しています。接種の際は、送付した予診票を必ずお持ちください。
※65歳の誕生日前日から費用助成の対象です。
※接種は本人の希望により受けていただくものです。

令和9年1月31日(日)まで、3月31日(水)まで
接種日時点で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の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のある方
※②は、事前に市へ申請のうえ、予診票を入手してください。
自己負担額 2,500円、7,500円(いずれも助成は期間中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。

予診票、本人確認書類、生活保護受給世帯などの方は受給証明書、②は障害者手帳または診断書など
◆三鷹市(下表)・武蔵野市・調布市・小金井市・西東京市、杉並区、世田谷区の協力医療機関で接種する場合
接種を希望する医療機関が各自治体の協力医療機関であるかを確認のうえ、直接予約してください。
◆上記の協力医療機関以外で接種する場合
事前に手続きが必要です。同課へお問い合わせください。

インフルエンザ予防接種実施機関、新型コロナウイルス予防接種実施機関

※市外局番「0422」は省略。

地区	医療機関名	所在地	電話番号
下連雀	吉祥寺通り花岡クリニック	1-9-24	47-8799
	井の頭公園前ヒフ科	1-12-5	79-4067
	鎌田医院	1-30-12	43-4621
	下田医院	2-18-1	44-3710
	ムラタ胃腸内視鏡クリニック	3-2-1 1階	26-8865
	村越レディースクリニック	3-7-28 1階	29-8225
	三鷹南口内科	3-7-29 1階	43-2122
	佐竹医院	3-14-28	43-3273
	サンクリニック三鷹	3-15-18 4階	44-5660
	平嶺内科医院	3-24-7 1階	43-2838
	杏レディースクリニック	3-24-7 2階	26-7525
	ゆみのハートクリニック三鷹	3-26-9 4階	70-8808
	片平内科クリニック	3-27-12 4階	79-0271
	三鷹痛みのクリニック	3-27-12 5階	79-2103
	三鷹レディースクリニック	3-31-4 1階	70-1150
	みたか中村脳神経外科クリニック	3-34-15 202	40-5070
	おごう皮ふ科クリニック	3-34-22 202	41-1169
	みたか南口泌尿器科クリニック	3-36-1 3階	26-8075
	三鷹駅前たなか糖尿病・内科クリニック	3-36-1 3階	26-7776
	三木クリニック	3-37-8 101	71-7001
	みたかヘルスケアクリニック	3-38-4 5階B	40-0102
	むさし野さいとうクリニック	3-43-19 1階	70-1071
	サウスポイント整形外科クリニック	3-43-23 2・3階	46-7851
	かんの内科	3-44-17 203	40-5022
	のぞみメモリークリニック	4-2-8	70-3880
	東京国際大堀病院	4-8-40	47-1000
	角田外科消化器科医院	4-9-1	45-3251
	つちや小児科・内科皮ふ科	4-16-11	40-1488
	高松メディカルクリニック	4-16-12 3階	70-1035
	三鷹通り胃腸内科クリニック	4-20-15 1階	24-9915
	今給黎整形外科クリニック	6-2-16 1階	26-5320
	くぼかわ内科医院	6-2-16 1階	24-7353
	三鷹の森皮フ・形成クリニック	6-2-16 1階	70-1205
	173総合内科クリニック	6-8-50	26-5173
	篠原クリニック	6-13-10	46-2251
	みたかホームケアクリニック	7-1-5	72-5550
	みなみうら生協診療所	7-1-27 1階	48-4121
	野村病院	8-3-6	47-4848
	三鷹第一クリニック	8-9-21	46-4141
	渡辺こどもクリニック	9-5-1 1階	41-1550
牟礼	三鷹さくらクリニック	2-11-5	43-6410
	牟礼高山診療所	4-2-14	70-4976
	牟礼耳鼻咽喉科	5-8-11 2階	29-8631
	むれクリニック	6-4-8	44-1739
	横内医院	6-6-14	43-0910

地区	医療機関名	所在地	電話番号
牟礼	天神前クリニック	7-1-24 1階	71-8191
	しんかわ医院	7-5-14 2階	70-5711
	くりはら耳鼻咽喉科	7-6-9	79-7738
井の頭	下川整形外科	1-24-14	43-5933
	浜田耳鼻咽喉科	1-30-13 1階	76-8733
	笹本医院	1-31-22	44-5802
	慶真整形外科	2-1-17 2階	79-7600
	松川内科クリニック	2-1-17 2階	70-5525
	牟礼の里駅前クリニック	2-7-9 1階	40-6054
	高水クリニック	2-14-2	76-1232
	石井医院	2-32-37	44-3090
	藤林医院	3-12-15	43-4322
	岡庭医院	3-21-16	43-8367
中原	若林医院	4-16-10	43-0526
	仙川腎リウマチ・内科クリニック	1-28-22	03-5969-9668
北野	所澤クリニック	3-1-19	76-6055
	いりえ内科クリニック	4-5-30 101	03-5314-3577
	三鷹東クリニック	4-8-40 1階	03-6909-0565
新川	まさ整形外科	4-12-17 2階	70-6670
	ゆうあいクリニック	4-25-18	41-6611
	新川クリニック	5-6-21	43-0123
上連雀	三鷹あかつきクリニック	6-9-11 1階	29-9505
	川越内科クリニック	6-25-4 101	24-2231
	みたか内科循環器内科	2-4-8	45-1210
	三鷹あまの内科・腎クリニック	2-7-11	43-4818
	篠原医院	2-9-5	45-1859
	浅野クリニック	3-5-19	46-5512
	高山医院	4-2-29	43-0700
	松崎整形外科医院	4-3-5 101	48-3151
	三鷹中央病院	5-23-10	44-6161
	うちらは内科クリニック	7-11-7 1階	40-6180
井口	齋藤小児科医院	9-41-25	43-2237
	ヨシコクリニック	1-22-24	32-5517
深大寺	境南クリニック	3-6-8	33-8411
	あかいしクリニック	2-35-29	39-5941
野崎	のざきはちまん前内科	1-22-8 1階	48-3735
	萩原医院	2-11-16	31-1500
	むさしの丘ファミリークリニック	3-3-15	30-9988
	おかだ耳鼻咽喉科	3-3-15 102	32-2021
大沢	野崎医院	3-18-18	31-8373
	天文台クリニック	1-17-2	30-7929
	長谷川病院	2-20-36	31-8600
大沢	八幡診療所	5-3-11	31-8092

三鷹の森 科学文化祭



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



テーマ天体「冥王星+太陽系外縁天体」を
学ぶイベントもあります！



10月16日(金)～11月22日(日)

「みたか太陽系ウォーク」は、三鷹市内と近隣地域を太陽系に見立てたスタンプラリーです。JR三鷹駅を太陽とし、太陽系を13億分の1に縮小したスケールで、市内と近隣地域を11のエリアに分け、店舗や施設、観光スポットなどに設置された惑星スタンプを集めながら巡ります。「まち歩き」を楽しみながら、太陽系の大きさや惑星間の距離を体感してみませんか。



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119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(9面参照)。



画像イメージ(昨年版)

みんなのスタンプラリー

紙製のマップに全30個のゴム印を押して集めます。また、各エリアに散らばったキーワードを集め、天文に関する単語の完成を目指す「もじあつめ」企画にも挑戦できます。



スタンプ設置場所

マップ兼スタンプ台紙は、各スタンプ設置場所で入手できます(下記時間内に限る)。

No	施設名	時間
1	JR三鷹駅・みどりの窓口前	午前8時～午後8時
2	3COINS+plus (アトレヴィ三鷹店)	午前10時～午後9時
3	三鷹コラル2階・コンコース	午前10時～午後9時
4	みたか観光案内所	午前9時～午後6時(※11月11日(水)～15日(日)、火曜日)
5	みたか観光BASE	午前9時～午後6時(※11月11日(水)～15日(日)、火曜日)
6	三鷹ネットワーク大学	午前9時30分～午後9時(日曜日は5時まで。※月曜日、祝日)
7	天文・科学情報スペース	午前11時～午後6時30分(※月・火曜日、祝日)
8	三鷹産業プラザ (1階エレベーター前)	午前8時～午後10時
9	山本有三記念館	午前9時30分～午後5時(※月曜日)
10	三鷹ヴィレッジ・森のアトリエ	午前10時～午後5時(※月・火曜日、祝日)
11	井口コミュニティセンター	午前10時～午後9時(日曜日は5時まで。※10月18日(日)、11月1日(日)、木曜日、祝日)
12	連雀コミュニティセンター	午前10時～午後9時(日曜日は5時まで。※10月25日(日)・30日(金)、11月1日(日)、木曜日、祝日)
13	芸術文化センター	午前9時～午後10時(※月曜日)
14	吉村昭書斎	午前10時～午後5時30分(※月曜日)
15	東部図書館	午前9時30分～午後5時(※10月21日(水)、11月18日(水)、月曜日)
16	元気創造プラザ	午前8時30分～午後10時

No	施設名	時間
17	西多世代交流センター	午前9時～午後5時(※第4日曜日、祝日)
18	三鷹図書館(本館)	午前9時30分～午後8時(土・日曜日、祝日は5時まで。※10月21日(水)、11月17日(火)～19日(木)、月曜日)
19	北野情報コーナー	午前10時～午後6時(11月からは5時まで。※月・木曜日)
20	南部図書館みんなみ	午前9時30分～午後5時(※10月21日(水)、11月18日(水)、月曜日)
21	国立天文台	午前10時～午後5時(10月24日(土)は車・バイクでの来場不可)
22	東多世代交流センター	午前9時～午後5時(※第4日曜日、祝日)
23	大沢の里 水車経営農家	午前10時～午後5時(11月からは4時まで。※11月4日(水)、11月3日を除く火曜日)
24	大沢の里古民家	午前10時～午後5時(11月からは4時まで。※11月4日(水)、11月3日を除く火曜日)
25	西部市政窓口	午前8時30分～午後5時(※土・日曜日、祝日)
26	西部図書館	午前9時30分～午後5時(※10月21日(水)、11月18日(水)、月曜日)
27	新川・中原 コミュニティセンター	午前10時～午後9時(日曜日は5時まで。※月曜日、祝日)
28	大沢コミュニティセンター	午前10時～午後9時(日曜日は5時まで。※11月4日(水)、火曜日、祝日)
29	大沢総合グラウンド 管理棟	午前7時～午後9時
30	東部市政窓口	午前8時30分～午後5時(※土・日曜日、祝日)

※最終日(11月22日)に休館の施設があるため、ご注意ください。

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	みんなのスタンプラリー	スタンプ数	景品
★ 特別賞	デジタルスタンプラリー・みんなのスタンプラリーの両方をコンプリート				お楽しみセット
👑 古在由秀賞	119個(すべて)	バンダナ(※)	👑 ガリレオ賞	30個(すべて)	メモ帳・定規
👑 林忠四郎賞	90個以上	アクリルアンブレラ マーカー	👑 ニュートン賞	15個以上	シール
👑 ケプラー賞	50個以上	クリアファイル	👑 コペルニクス賞	7個以上	缶バッジ

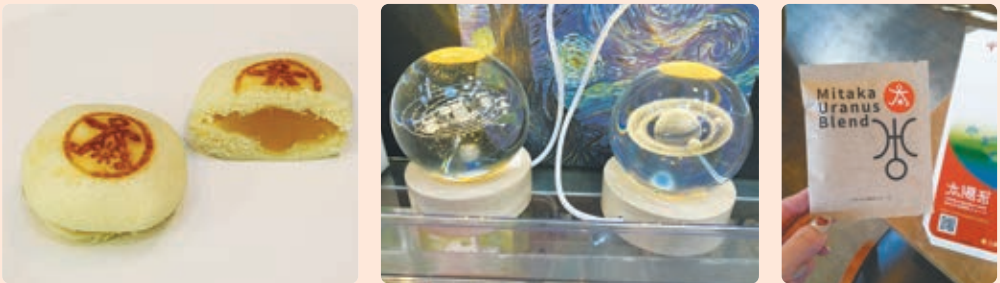
景品交換期間・場所

📅 10月20日(火)～11月29日(日)午前9時30分～午後9時(日曜日は5時まで)。
📅 月曜日、祝日)
📍 三鷹ネットワーク大学(下連雀3-24-3 3階)
※バンダナは、10月23日(金)午前9時30分から交換を開始します。



コラボ商品

デジタルスタンプラリー参加店舗の一部では「みたか太陽系ウォーク」のコラボ商品を販売します。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。



※景品や商品の画像はイメージです。

楽しく学べる！天文関連イベント



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
冥王星とその先に広がる太陽系の果て

テーマ天体の解説パネルやクイズ、本の紹介の展示、折り紙などの参加型のコーナーのほか、デジタルスタンプや「みんなのスタンプラリー」のスタンプ位置を示した巨大地図パネルもあります。



📅 10月16日(金)～11月22日(日)午前11時～午後6時30分(※月・火曜日、祝日) 📍 天文・科学情報スペース 📅 期間中会場へ



昨年の様子

特別イベント

秋の天文台で 夜のとばりがひらくとき
—宇宙のおはなしと、夢の映画と、星空案内

国立天文台の吉田道利副台長による講演会、映画『夜のとばりの物語—醒めない夢』(監督：ミッシェル・オスロ)を上映後、敷地内で星空観望会を行います。

📅 10月31日(土)午後3時30分～6時30分 📍 小学生以上の方150人(小学生は保護者同伴) 📍 同天文台三鷹キャンパス 📅 物あればレジャーシート 📅 10月2日午前9時30分～29日(木)午後5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

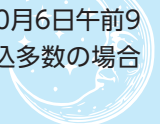
ワークショップ 星空への第一歩！
ミニ望遠鏡をつくって天体観察

国立天文台の望遠鏡キットを組み立てた後、広場で星空を観察します。
📅 11月1日(日)午後4時30分～7時(曇雨天の場合は室内のみ) 📍 福祉センター 📍 親子20組 📍 同天文台准教授の縣秀彦さん 📍 ¥5,000円(望遠鏡キット代) 📍 物あれば三脚(ビデオカメラ用) 📅 10月6日(火)午前9時30分～30日(金)午後9時にみたか太陽系ウォークHPへ(先着制)



子ども向け講座 アニメーション美術の技法で
「宵の空に浮かぶ月と星」を描こう

📅 11月15日(日)①午前10時～正午、②午後2時30分～4時30分 📍 ①中学生20人、②小学生20人 📍 ヴェイサエンターテインメント(株)代表で元スタジオジブリアニメーション美術監督の渡邊洋一さん 📅 10月6日午前9時30分～25日(日)午後5時にみたか太陽系ウォークHPへ(申込多数の場合は抽選)



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)日本天文学会、三鷹市教育委員会、(一)宙ソ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)三鷹国際交流協会、(公)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)、NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会、(同)科学成果普及機構、東京三鷹ライオンズクラブ、トヨタモビリティ東京(株)、(学)白百合学園、JCOMマーケティング(株)、(株)佐藤総合計画、三鷹商工会、(株)まちづくり三鷹

INFORMATION

情報ひろば

※市外局番「0422」は省略。



ポキ 4コマ まんが

「イメチェン」
91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

可燃・不燃ごみの収集時間が
変わることがあります

定期点検や緊急時の訓練に伴うごみの処理施設の停止期間中(下記)、ごみ処理相互支援により可燃ごみと不燃ごみの一部を武蔵野市へ搬出するため、収集ルートや時間が変わることがあります。
日 可燃ごみ=10月12日(月・祝)～23日(金)(14・21日の水曜日を除く)、不燃ごみ=10月21日、11月4・18日の水曜日
問 ごみ対策課 ☎ 29-9613

男女平等参画を考える
啓発誌『Shall we?』83号
を発行しました



今号のテーマは「大人世代もアップデート 子どもとジェンダー」。市内公共施設、郵便局などで配布しているほか、みとかe-bookポータル(QRコード)で

も閲覧できます。

問 平和人権課 ☎ 29-9032

三鷹都市計画生産緑地
地区の都市計画変更案の
縦覧と意見書の受け付け



◆縦覧

日 10月5日(月)～19日(月)

申 市HP、または都市計画課(市役所5階54番窓口)へ

◆意見書の提出

申 19日(必着)までに意見と必要事項(上記参照)を同課 ☐ toshikeikaku@city.mitaka.lg.jp・郵便「〒181-8555 都市計画課」へ

問 同課 ☎ 29-9701

町会等地域自治組織
広報活動費等補助金



◆対象となる活動

令和8年4月1日以降に市内の町会や自治会が企画・実施したチラシやポスター、会報誌、掲示板、回覧板用資料の制作、配布など

◆補助額 1団体につき上限5万円

※申請方法など、詳しくは市HPでご確認ください。

問 コミュニティ創生課 ☎ 29-9611

10月15日(木)～21日(水)は
違反建築防止週間



新築・増築・改築時に必要な確認申請をせずに工事を行うと、違反建築物として建築主には是正義務が生じ、是正措置に多くの時間と費用がかかります。工事の際は、事前に建築指導課へご相談ください。市では、市内で行われている建築工事を対象にパトロールを行い、違反建築の防止に努めています。

問 同課 ☎ 29-9745

油・断・快適！
下水道キャンペーン



下水道に油を流すと下水道管の中で固まり、詰まりや悪臭の原因となります。鍋や食器の油汚れは、洗う前に拭き取りましょう。

問 水再生課 ☎ 29-9747

東京たま広域資源循環
組合入札参加の受け付け



令和9・10年度の工事・物品買い入れなどの入札参加申請を受け付けます。

申 10月5日(月)～11月2日(月)(必着)に
郵便「〒190-0181 西多摩郡日の出町大字大久野7642 東京たま広域資源循環組合総務課」へ

問 同組合 ☎ 042-597-6151

フードドライブを実施します

常温保存ができ、賞味期限が1カ月

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)

以上残っている未開封の食品(生ものを除く)、調味料などを受け付けます。

日 10月30日(金)午前10時～午後3時

所 市役所1階市民ホール

申 当日会場へ

問 NPO 法人フードバンクみとか ☎ 080-5545-1169(月・木曜日午前10時～午後3時)

赤い羽根共同募金運動



地域に根差した社会福祉推進のため、お住まいの地域の町会・自治会、または(社) 三鷹市社会福祉協議会窓口(元気創造プラザ3階)で募金にご協力ください。

問 同協議会 ☎ 46-1108

税金

11月2日(月)は市民税・
都民税・森林環境税
(第3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)。

問 納税課 ☎ 29-9218(口座振替)・☎ 29-9210(納税相談)

住宅の改修・新築に伴う
固定資産税の減額制度



バリアフリー・省エネ改修や認定長期優良住宅を新築した場合に、固定資産税が減額される場合があります。

問 資産税課 ☎ 29-9199

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。

国民年金保険料の育児
免除制度が始まりました



子を養育する国民年金第1号被保険者の方は、下記の期間の国民年金保険料について、所得要件なしで納付が免除されるようになりました。将来の年金額は納付した場合と同じように反映されます。申請方法など、詳しくは日本年金機構HPでご確認ください。

◆対象期間

子(実子・養子)が1歳になる誕生日の前月まで

問 市民課 ☎ 29-9190、武蔵野年金事務所 ☎ 56-1411

就学時健康診断通知書を
発送しました



内容を確認し、必ず受診してください。

人 令和9年4月に小学校に入学するお子さん

問 学務課 ☎ 29-9815

一小・北野小の指定校
変更の一部制限について



同校は年々在籍児童数が増加し、受け入れが困難になる可能性があるため、通学距離および道路交通事情を理由とした指定校の変更を一部制限します。

問 学務課 ☎ 29-9814

みとかおもちゃの病院

三鷹市消費者活動センター運営協議会

日 10月7・21日の水曜日午後1時～3時

所 消費者活動センター

申 当日会場へ

問 同センター ☎ 43-7874

星と森と絵本の家の催し
(10月)



◆街頭紙芝居

日 10日(土)午前10時30分から、11時30分から

◆森のおはなし「生きものカルタ」

日 10日(土)午後1時30分から

◆みこえぶおはなし会「おはなしぼけっと」

日 17日(土)午後2時から

申 いずれも当日会場へ

問 同施設 ☎ 39-3401

山本有三記念館
おはなし会



日 10月10日、11月14日、12月12日の土曜日午後2時～2時30分

人 小学1年生以下のお子さん(未就学児は保護者同伴)

申 当日会場へ

問 同館 ☎ 42-6233

一日プレイパーク



日 10月11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

問 緑と公園課 ☎ 29-9789

むらさき子どもひろば
乳幼児対象のイベント
(10月)



日 ①リトミック=14日(水)午前10時30分～11時、②ベビーマッサージ=16日(金)午前10時30分～11時15分、③えんにち=24日(土)午前10時30分～11時30分

人①1～2歳のお子さんと保護者10組、
②0歳のお子さんと保護者8組、③0
歳～就学前のお子さんと保護者
問同ひろば**☎**49-5500

子どもふらっとプレイス「UNOゲーム
でインクルーシブを学ぼう！」

日10月14日(水)午後3時～5時
人市内の小・中学生20人
所生涯学習センター
申当日会場へ(先着制)
問同センター**☎**49-2521

くじら号科学部公開
イベント「びせいぶつ
発電実験(泥発電)」

日10月18日(日)午後2時～4時
人小学生と保護者20人
所東多世代交流センター
問同センター**☎**46-0408

みたかスクール・
コミュニティ講座

日①子どもに関わるボランティアの「楽
習」=10月30日(金)午前10時～正午、
②「楽習」ボランティアの現場を見てみ
よう!=11月13日(金)午後1時30分～3
時30分
所①三鷹ネットワーク大学、②六小
問地域学校協働課**☎**29-8349

すすくひろばの催し

◆はじめてのすすくひろば見学会
日10月30日(金)午前10時30分から(30
分程度)
人初めて同ひろばを利用する令和4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子以降の方も参加可)
◆子育てEnjoyパパライフ「パパカの
ヒントを分かち合いませんか」**【保育】**
日10月31日(土)午前10時15分～11時
45分
人市内在住の4年4月2日以降生まれ
のお子さんの父親、保育(首が据わっ
ている3カ月～年少児)各15人
◆ウェルカムパパ講座
日11月7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子以降の方も受講可)
問同ひろば**☎**45-7710

講演会「不登校&医療一ひ
とりで抱えこまない子どもの
不登校・行きしぶり」**【保育】**

日10月30日(金)午後1時30分～3時30分
人50人、保育10人
所総合保健センター
問子ども家庭支援センターりぼん**☎**
40-5925

長期欠席・不登校状況に
ある児童・生徒の保護者
の集い

講演と講師・フリースクールの方々に
よるトークセッション。
日11月1日(日)午前10時～午後1時
人不登校経験のあるお子さんと保護者、

支援者80人
所SUBARU総合スポーツセンター
問学務課29-9865

おやこでよってチョコっと
あっぶるーむ(11月)

10月10日(土)午前9時から予約を受
け付けます。
注NPO法人みたか市民協働ネットワー
ク
日①ヨガママで骨盤調整&産後ケア=
2日(月)、②テコンドーで産後の体型戻し
=5日(木)、③ふれあい「ベビーマッサー
ジ」=9日(月)、④ポーセラーツでおや子
時間=12日(木)、⑤子育て×働き方講座:
未来編=16日(月)、⑥私を整えるアロマ
睡眠編=19日(木)、⑦羊毛フェルト(クリ
スマス編)=21日(土)、⑧世界に一つの
フォトフレーム=23日(月・祝)、⑨足形つ
きのバッグを作ろう!=26日(木)、⑩親子
で花遊びーフラワーアレンジ(クリスマ
スリース編)=28日(土)、いずれも午前
10時30分～正午
人①ハイハイ前のお子さんと母親、②
首据わり～就学前のお子さんと母親、
③2～11カ月のお子さんと保護者、④
⑦⑧⑩0才～就学前のお子さんと保護
者、妊婦、⑤0才～就学前のお子さん
の母親、妊婦、⑥⑨0才～就学前のお
子さんと保護者
所市民協働センター
問同センター**☎**46-0048

ママと赤ちゃんの会

日11月4日(水)、10・17日の火曜日午
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

講座「子どもの力を信じて
見守る子育て」**【保育】**

親子のコミュニケーションを学びます。
日11月5日(木)午前9時30分～11時
30分
人1歳～中学生のお子さんの保護者
20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

ホームスタート利用者・
支援者向け地域説明会

注NPO法人子育てコンビニ、(社福)三鷹
市社会福祉協議会
日11月9日(月)午後1時30分～3時
人20人
所みたかボランティアセンター
問ホームスタート・みたか**☎**41-7021

障がいのある方

発達障がい啓発イベント
「発達に気になる子ども・
大人の生きやすさとは」

日10月30日(金)午前10時30分～正午
人50人
所三鷹市公会堂さんさん館
申当日会場へ(先着制)

問(一社)発達障がいファミリーサポート
Marble**☎**070-6573-9230

高次脳機能障がい相談会

日11月10日(火)、令和9年1月9日(土)、
3月9日(火)午前9時30分～10時20分、
10時30分～11時20分(1人50分)
所福祉センター
申問障がい者支援課**☎**29-8267へ

障がいの者の就労を考える
つどい2026**【手話】**

注三鷹市、武蔵野市、ハローワーク三鷹
日11月11日(水)午後2時～4時
人100人
所三鷹産業プラザ
申10月31日(土)までに市**HP**、または必
要事項(10面参照)を武蔵野市障害者
就労支援センターあいる**Fax**26-1863へ
問障がい者就労支援センターかけはし
☎27-8864

発達障がい相談会

日11月17日、令和9年1月19日、3月
16日の火曜日午前9時30分～10時20
分、10時30分～11時20分(1人50分)
人18歳以上の方(家族のみも可)
所福祉センター
申問障がい者支援課**☎**29-8267へ

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。

特定健康診査・後期高齢者健康診査
はお済みですか

8～11月生まれの方の受診推奨期
間は10月31日(土)まで(令和9年2月
28日(日)まで受診可能)です。受診票が
手元にない方は、お問い合わせください。
人特定健診=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
問健康推進課**☎**24-8571

催 し

地域安全市民のつどい**【手話】**

10月11日(日)～20日(火)の全国地域
安全運動に合わせ、式典と五中吹奏楽
部演奏、寄席、お笑いタレントによる安
全宣言などを行います。
注三鷹防犯協会、三鷹警察署、市
日10月10日(土)午後2時～4時
所三鷹市公会堂光のホール
申当日会場へ
問同署**☎**49-0110

草花チャリティバザー

ご家庭で育てた草花や苗木を販売し、
売り上げを東日本大震災の被災地への
桜の植樹活動に寄付します。

◆持ち込む苗の条件

健全な苗で直径18cm以内のポットや
鉢に植えてあるもの。同じ植物は20株
まで。苗には名札を付けてください。
日苗の持ち込み=10月14日(水)～20日
(火)午前10時～午後4時、苗の販売=
10月21日(水)～28日(水)午前10時～午
後4時
所花と緑の広場(牟礼1-11-26)
申期間中会場へ
問NPO法人花と緑のまち三鷹創造協
会**☎**46-2081

ピンクリボン月間
啓発パネル展

乳がんの早期発見・治療の大切さ
を伝えるピンクリボン月間(10月)に合
わせた、女性の健康に関する展示。
日所10月14日(水)～16日(金)=市役所1
階市民ホール、16日～20日(火)=元気
創造プラザ1階情報コーナー
申期間中会場へ
問健康推進課**☎**24-8571

地域ケアネットワーク主催のサロン

日①駅前風のサロン=10月15日(木)、
②連雀サロン=20日(火)、③しんなかサ
ロン=22日(木)、④よってらっしゃい・に
しみたか=26日(月)、⑤ひだまりサロン・
東部=11月11日(水)、いずれも午後1
時30分～3時(③は3時30分まで)
所①三鷹駅前コミュニティセンター、②
連雀コミュニティセンター、③新川中原
コミュニティセンター、④井口コミュニ
ティセンター、⑤牟礼コミュニティセン
ター
申当日会場へ
問地域福祉課**☎**29-9235

牟礼の里公園秋まつり

牟礼はやしや和太鼓、模擬店など。
注同公園秋まつり実行委員会
日10月18日(日)正午～午後3時(小雨
決行)
所同公園
申当日会場へ
問NPO法人花と緑のまち三鷹創造協
会**☎**46-2081

秋のフリーマーケット

日10月25日(日)午前10時～午後1時(雨
天中止)
◆リサイクル自転車の抽選販売
販売価格=8,360円(防犯登録代込み)
展示・申し込み=午前10時～11時50
分(正午から抽選)
◆粗大ごみ掘り出し物の抽選販売
展示・申し込み=午前10時～午後0時
30分(0時40分から抽選)
所リサイクル市民工房
申当日会場へ
問ごみ対策課**☎**29-9613

まちづくり研究員
研究成果発表会



日 10月31日(土)午前10時～11時55分
人 30人
所 三鷹ネットワーク大学
申 当日会場へ(先着制)
問 同大学 ☎ 40-0313

井の頭感謝祭2026



手づくりワークショップやパフォーマンス、スタンプリリーなど。
主 東京都
日 11月3日(火・祝) 午前11時～午後4時(雨天中止)
所 井の頭公園野外ステージ広場周辺
申 当日会場へ
問 同園アートマーケット運営委員会事務局(東京都西部公園緑地事務所内) ☎ 47-1210

おとなが楽しむおはなし会



主 わたげの会、おはなしあずきの会、三鷹市文庫連絡会、三鷹市立図書館
日 11月6日(金)午後7時～8時30分

人 高校生以上の方50人
所 三鷹駅前コミュニティセンター
申 10月6日(火)～11月4日(水)に申し込みフォーム(QRコード)へ(先着制)
問 東部図書館 ☎ 49-3851

おとな絵本ラウンジ
「くま」



日 11月8日(日)午後2時～4時
人 15人
所 三鷹ネットワーク大学
料 200円(茶菓付き)
申 10月4日(日)～11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

紅葉の谷戸沢処分場
自然観察会



日 11月26日(木)午前8時45分 JR 八王子駅南口付近集合～午後5時同駅解散
人 多摩地域在住・在学・在勤の方40人
所 八王子市戸吹クリーンセンター、ニッ塚処分場、谷戸沢処分場
料 1,500円(昼食代)
申 10月30日(金)午後5時(必着)までに東京たま広域資源循環組合 HP、または参加者全員の必要事項(10面参照)、在

学・在勤の方は学校・勤務先の市町村名を郵「〒190-0181 西多摩郡日の出町大字大久野7642 東京たま広域資源循環組合」へ(申込多数の場合は抽選)
問 同組合 ☎ 042-597-6152



スポーツ

第12回東部スポーツ・レクリエーション



FC東京キックターゲット、模擬店など。
主 三鷹市東部地区住民協議会
日 10月10日(土)午前10時～午後3時
所 牟礼コミュニティセンター
問 同センター ☎ 49-3441

手ぶらdeはじめての
スポーツ自転車体験会



主 都内8市 GOOD CYCLE JAPAN 推進モデルルートに関する連携協議会
日 11月7日(土)午前9時～11時、11時30分～午後1時30分、2時～4時(荒天時は8日(日)に延期)
人 身長150cm以上のスポーツ自転車未経験者または初心者、各回15人
所 稲城市役所第三駐車場
講 CC TOKYO 主宰の萩原武さん、プロサイクリストの半田子竜さん
申 10月16日(金)までに市 HP へ(申込多数の場合は抽選)
問 同協議会 ✉ tt2020lr@gmail.com

2026ポッチャみたかカップ



優勝・準優勝チームは、令和9年1月23日(土)に開催予定の東京都市町村ポッチャ大会への出場権を獲得します。
日 12月5日(土)午前10時～午後3時
人 代表者および過半数が在学・在勤を含む市民3～6人で構成された24チーム
所 SUBARU 総合スポーツセンター
物 室内履き、下足入れ
申 10月25日(日)午後5時までに申込書(市 HP で入手)を同センター窓口(地下1階)・ ✉ sports@mitaka-sportsandculture.or.jp へ(申込多数の場合は抽選)
問 同センター ☎ 45-1113



講座

生涯学習教室(俳句)



日 毎月第2・4火曜日午後1時30分～3時30分
人 5人
所 三鷹市シルバー人材センター
講 同センター俳句講師の飯田富男さん
料 月額2,600円
申 問 同センター ☎ 48-6721 へ(先着制)

みんなみ塾 講義&交流
「地域の居場所を知ろう」



日 10月20日(火)午前10時30分～11時30分
人 10人
所 南部図書館
料 200円(資料、茶菓代)
申 10月6日(火)午前10時から新川中原

高齢者なんでも相談センター ☎ 40-7204 へ(先着制)

ガーデニング講座
「実ものを使ったスワッグ
(壁飾り)づくり」



日 10月27日(火)午後2時～4時
人 25人
所 上連雀分庁舎
講 ウーヴリール主宰の平野美恵さん
料 2,700円(NPO 法人花と緑のまち三鷹創造協会会員は2,200円)
物 エプロン、持ち帰り用袋、あればガーデニング用手袋、園芸用はさみ
申 10月12日(月・祝)までに同協会 HP へ(申込多数の場合は抽選)
問 同協会 ☎ 46-2081

講座「お口からはじめる
未来の私らしい笑顔を
守ろう!」



日 11月2・9・16・30日の月曜日午後1時30分～3時
人 在学・在勤を含む40～69歳の市民30人(原則、全回参加できる方)
所 総合保健センター
講 ほり歯科クリニック院長の堀清貴さん、歯科衛生士の田中妙子さん、健康運動指導士の鈴木明子さん
申 市 HP、または同センター窓口(元気創造プラザ2階)・ ☎ 24-8266 へ(先着制)
問 健康推進課 ☎ 24-8266

緑のボランティア講座



日 11月7日～2月6日の土曜日、原則午前10時～午後3時(全7回)
人 全回参加できる方10人
所 上連雀分庁舎、市内の公園など
講 NPO 法人花と緑のまち三鷹創造協会理事長の濱野周泰さん
料 6,000円(活動用ヘルメット代を含む。同協会会員は3,500円)
申 10月15日(木)までに同協会 HP へ(申込多数の場合は抽選)
問 同協会 ☎ 46-2081

認知症サポーター
養成講座



主 地域ケアネットワーク・大沢
日 11月7日(土)午後1時30分～3時
人 40人
所 大沢コミュニティセンター
申 10月19日から申し込みフォーム(QRコード)、または地域福祉課 ☎ 29-9235 へ(先着制)
問 同課 ☎ 29-9235 へ

みたか起業塾特定創業
セミナー



日 11月9・16・30日、12月14・21日の月曜日午後3時～4時30分
人 都内で起業を考えている方、起業後間もない方20人
所 三鷹産業プラザ
講 三鷹経営コンサルタント協会の山本竜哉さん、小林大輔さん、種市智香子さん、多摩信用金庫価値創造事業部ほか

(公財)三鷹国際交流協会 公開講座 オープンMISHOP



日本語支援ボランティアはじめませんか

所 問 同協会 ☎ 0422-43-7812

同ボランティアとして活動するヒントや魅力などを紹介します。現在、活動中のボランティアの方との交流もあります。



日 10月31日(土)午後1時30分～4時 人 60人 講 東京外国語大学大学院教授の岡田昭人さん 申 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)

◆日本語支援ボランティアを募集中!

活動に参加するには、同協会の会員登録が必要です。興味のある方は、上記講座に参加いただくか、同協会へお問い合わせください。

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

弓道 みとかシニア大会(60歳以上の有段者) ◎

日 10月31日(土)午後0時30分～4時30分
問 三鷹市弓道連盟 HP
相撲 未就学児向け体験会 ◎
日 10月31日(土)午後3時～4時
問 三鷹市相撲連盟 ✉ mitaka-sumo@outlook.com

◆市民スポーツ大会 一部の種目は申し込みを開始しています。

所 大沢総合グラウンド野球場

ターゲット・バードゴルフ (16歳以上)

日 10月19日(月)午前8時30分～午後1時(予備日10月22日(木))
問 三鷹市ターゲット・バードゴルフ協会 ☎ 090-3471-4154

所 SUBARU総合スポーツセンター

バスケットボール (一般、男子シニア、男女混合スーパーシニア)

日 11月23日(月・祝)、29日(日)、12月6日(日)午前10時～午後8時
問 三鷹市バスケットボール連盟 ✉ mina2005@yahoo.ne.jp

東京都、(公財)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＝◎
※市民スポーツ大会は、市、市教育委員会、(公財)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

☎(株)まちづくり三鷹HPへ(先着制)
☎(株)まちづくり三鷹☎40-9669

市民健康講座「口腔の健康で、未来をつくる！」

📅11月11日(水)午前10時30分～正午
👤在勤を含む市民30人
📍連雀コミュニティセンター
🗨️歯科衛生士の前田小由利さん
☎11月9日(月)午後8時30分までに申し込みフォーム(QRコード)、または同センター窓口・☎45-5100へ(先着制)
☎同センター☎45-5100

連続講座「変化の多い時代を自分らしく生きる」 **保育**

📅11月12日～12月17日の毎週木曜日午前9時30分～11時30分(全6回。12日は保育オリエンテーション＝9時30分～10時、講座オリエンテーション＝10時～11時。講座は19日から)
👤18歳以上の市民20人、保育(1歳～未就学児)12人
📍東多世代交流センター
📦室内履き
☎10月13日(火)～25日(日)に市HP、または同センター窓口・☎46-0408へ
☎同センター☎46-0408

栄養料理教室「身近な食品で食物繊維アップ(脂質異常症・便秘予防)」

チリコンカン、オートミールライスなどを作ります。
📅11月12日(木)午前10時15分～正午
👤在学・在勤を含む市民15人
📍新川中原コミュニティセンター
🗨️管理栄養士の森幸代さん
¥500円
📦エプロン、三角巾、ハンドタオル、布巾、マスク
☎☎10月6日(火)～11月10日(火)に同センター窓口・☎49-6568へ(先着制)

募集

環境活動の表彰対象

先導的な環境活動を表彰し、優れた

活動に記念品を贈呈します。

◆**対象となる活動**
環境啓発活動、エネルギーの効率的利用、ごみの減量、地域の美化・緑化の推進など(自薦・他薦不問)。

👤市民、市内の学校・学級、市民が主体の非営利サークル・団体、市内事業者
☎10月5日(月)～11月30日(月)に必要書類(市HPで入手)を環境政策課窓口(第二庁舎2階)・✉kankyo@city.mitaka.lg.jp・📮「〒181-8555 環境政策課」へ
☎同課☎29-9612

市営大沢住宅の入居者

◆**募集戸数** 単身～2人世帯向け(1DK)＝1戸、2人以上世帯向け(2LDK)＝2戸
◆**資格** 申込者が市内に継続して1年以上居住、世帯の所得金額が基準額の範囲内、住宅に困っている、暴力団でない(単身者向けは同居親族がいない、60歳以上・障がいがある・生活保護受給中などに該当する方、2人以上世帯向けは同居親族がいる方)
◆**申込書・募集案内の配布**
10月19日(月)～29日(木)に住宅政策課(市役所5階52番窓口)、総合案内(市役所1階)、市政窓口で配布(三鷹駅前市政窓口は24日(土)・25日(日)も配布)
☎11月4日(水)(必着)までに申込書を📮「〒181-8555 住宅政策課」へ(郵送のみ。申込多数の場合は抽選)
☎同課☎29-9704

求人

詳細は、右記QRコードからHPをご覧ください。

子ども発達支援センター 会計年度任用職員(月額)

◆**職種** 支援員(くるみ幼稚園・外来)
◆**採用日** 11月1日(日)
◆**申込期限** 10月9日(金)
☎同センター☎45-1122

市民税課 会計年度任用職員(時間額)

◆**職種** 事務補助(パソコン操作あり)
◆**採用日** 令和9年1月上旬
◆**申込期限** 10月23日(金)
☎同課☎29-9194

(社福)三鷹市社会福祉事業団 職員

◆**職種** ①事務職、②保育士、③介護職、④看護師、⑤育成員(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(②は令和9年4月1日採用可)
☎同事業団☎44-5211

相談

9・10月は行政相談月間 市特設「行政相談所」

行政相談委員が相談に応じます。
📅10月13日(火)午後1時30分～4時30分(受付は3時30分まで)
📍市役所1階市民ホール
☎当日会場へ
☎相談・情報課☎44-6600

しごとの相談窓口

就職や再就職などの個別相談会。
📅10月14日(水)午前10時～正午(受付は11時30分まで)

📍三鷹産業プラザ
📦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
☎☎生活経済課☎29-9615へ(予約優先、当日参加可)

行政書士による相続・遺言・事業の許認可・ビザ手続きほか暮らしの無料相談

📍東京都行政書士会武鷹支部
📅10月21日(水)午前9時30分～11時50分
👤在学・在勤を含む市民
📍市役所1階市民ホール
☎当日会場へ(先着制)
☎同支部☎66-2902

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1回三鷹市下水道事業審議会の傍聴

📅10月13日(火)午後6時30分から
📍市議会協議会室(市役所3階)
☎水再生課☎29-9747

第2回三鷹市子ども・子育て会議の傍聴

📅10月16日(金)午後6時30分～8時
📍三鷹市公会堂さんさん館
☎子ども・若者政策課☎29-9671

政治教養講座 平田崇浩氏講演会 「ネット時代の世論と選挙」 **手話**

☎選挙管理委員会事務局☎0422-29-9794

ネットで世論が形成される時代の民主主義について考えます。
📍三鷹市選挙管理委員会、三鷹市明るい選挙推進協議会、東京都選挙管理委員会
📅11月8日(日)午後1時～3時
👤在学・在勤を含む市民70人
📍三鷹産業プラザ
🗨️毎日新聞社の客員編集委員で(株)社会調査研究センター取締役執行役員の平田崇浩さん
☎10月5日(月)～11月6日(金)に必要事項(10面参照)を同事務局✉senkyo@city.mitaka.lg.jp・☎0422-29-9794・☎0422-48-2940へ(先着制)

三鷹ネットワーク大学
Mitaka NETWORK University

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

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

三鷹ネットワーク大学企画サロン
みたか星空散歩—11月の星空解説と天文トーク
📅10月20日(火)午後7時～8時30分

続・数学はこんなに面白い！第17回「多変数関数の微分と積分」
📅11月5日(木)午前10時～11時30分 🗨️東京女子大学名誉教授の宮地晶彦さん

三鷹の夜・月いち読書会「科学と文学の間に」^{あわい}**第62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、星新一「午後の恐竜」(『午後の恐竜』〈新潮文庫〉所収)
📅11月6日(金)午後7時～8時30分

講座案内

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5回「AI・ロボット時代、製造業はどう変わるのか—中国・ASEANの製造現場から考える、日本企業の新たな事業機会」
📅11月13日(金)午後6時30分～8時
🗨️Wing Robotics(株)代表取締役CEOの馮麗萍(フォン・リーピン)さん

地域ではじめる小さな起業のマーケティング活動を「選ばれる場」「応援される事業」に変える
📅11月22日(日)午後2時～4時
🗨️明治大学ビジネススクール教授の鳥山正博さん

生涯学習センターの講座

所 同センター ☎0422-49-2521

◆市民講師デビュー講座①「自分を大切にすることがポジティブ心理学に学ぶ幸せの習慣」、②「共感を生む文章術（食べもの編）」

日 ①11月14日(土)午後2時～3時30分、②11月15日(日)午後1時30分～3時30分 人 16歳以上の市民の方、各回12人 講 ①ポジティブ心理学実践インストラクター®の片山幸子さん、②編集者で元小説専門学校常任講師の石河穂紀さん 物 ②スマートフォン 申 いずれも10月7日(水)午前9時から元気創造プラザ講座申込システムへ(先着制)

◆生涯学習センターフェスティバル特別講演「小説を読む技術」 保育

国際基督教大学出身で芥川賞作家の奥泉光さんを講師にお招きし、小説をより楽しく読む「技術」についてお話しいただきます。

日 12月5日(土)午後2時～3時30分 人 100人、保育(1歳～未就学児)8人 申 11月9日(月)(必着)までに元気創造プラザ講座申込システム、または必要事項(10面参照)、この講座を何で知ったかを同センター窓口・往復はがきで 郵「〒181-0004新川6-37-1生涯学習センター」へ(申込多数の場合は在学・在勤を含む市民を優先して抽選)
※保育、手話通訳が必要な方は申し込み時にお知らせください。

もしもの時のために避難行動要支援者名簿への登録に同意をお願いします

問 地域福祉課 ☎0422-29-9235

市では、災害時に配慮が必要な方の「避難行動要支援者名簿」を作成し、同意された方の情報を警察や消防、民生・児童委員、町会・自治会、高齢者なんでも相談センター、社会福祉協議会などに共有して、日頃の見守りや災害時の安否確認、避難支援に活用しています。

名簿登録の対象者で、情報提供に同意いただいていない方へ、10月中旬ごろから順次通知をお送りします。内容を確認し、同意される場合は同封の同意書をご返送ください。

第56回生活展「いくつになっても安心して暮らしたい」

所 同消費者活動センター ☎0422-43-7874

日 市、三鷹市消費生活展実行委員会 日 10月10日(土)～18日(日) 申 期間中会場へ ◆消費者月間記念講演会

①「認知症」を正しく知ろう！、②「終活」ってなに！？

日 ①10月17日(土)、②18日(日)、いずれも午後1時30分～3時30分 人 各24人 所 ①おれんじドア三鷹の成清一夫さん(写真左)、②(一社)終活のコレカラの岡本典恵さん(写真右)

申 10月5日(月)午前9時から同センター窓口・ ☎0422-43-7874へ(先着制)

シニアNews

※地域包括支援センターは、4月から高齢者なんでも相談センターという愛称になりました。

■東京都シルバーパス新規購入のご案内

都内民営バスや都営交通などで利用できる「東京都シルバーパス」を、満70歳になる2カ月前の月の初日から申し込みます(有効期限は使用開始月の初日から1年間)。

人 ¥ ①令和8年度住民税が非課税、または7年中の合計所得金額が135万円以下の方＝1,000円、②①以外の方＝12,000円(交通系ICカード(PASMO)をお持ちでない方は新規発行に別途1,000円がかかります) 物 本人確認書類(マイナンバーカードなど)、①は所得金額などを確認できる書類(8年度介護保険料納入通知書兼介護保険料決定通知書、8年度住民税課税(非課税)証明書、生活保護受給証明書(生活扶助の記載があるもの)のいずれか) 申 必要書類と代金を最寄りの小田急バスの営業所または案内所へ 問 (一社)東京バス協会 ☎03-5308-6950(平日午前9時～午後5時)

■初めてスマートフォンを購入する高齢者に最大3万円を助成します

下記の指定店舗で購入した場合、購入費用を助成します。金額や要件など、詳しくは市HPでご確認ください。

◆指定店舗 ソフトバンク三鷹店 ☎0422-40-2200、ドコモショップ東八三鷹店 ☎0120-116-608、ドコモショップ三鷹店 ☎0120-522-608、auショップ三鷹東八道路 ☎0800-700-0830、auショップ三鷹 ☎0800-700-0829、楽天モバイル三鷹コラル店 ☎0422-26-6425

人 次のすべての要件を満たす方。申請日時点で三鷹市に住民登録がある、令和9年3月31日時点で満65歳以上、自身が使用する目的で初めて購入する

※NFC認証機能のない古いスマートフォンからの機種変更も対象となります。

物 本人確認書類(マイナンバーカードなど)、本人名義の通帳またはキャッシュカード 申 令和9年2月28日(日)までに指定店舗へ(要電話予約) 問 高齢者支援課 ☎0422-29-9271

※期限内に購入・スマホ教室(操作説明)の受講・助成金の申請までの全ての手続きを実施した方に限ります。

■シニアのまるごと相談サロン
—目指せマイナス10歳！(健康体操と相談など)—

日 10月8日(木)午後2時～3時30分 人 50人 所 三鷹駅前コミュニティセンター 講 さくら整骨院の野口侑弥さん 申 当日会場へ(先着制) 問 三鷹駅周辺高齢者なんでも相談センター ☎0422-76-4500

■けやき苑「介護まるごとフェア」

講演会「元気で食べ続けるために」、ワークショップ「自助具や姿勢について知ろう」など。

日 10月11日(日)午後1時～4時 所 高齢者センターけやき苑(深大寺2-29-13) 申 当日会場へ 問 同施設 ☎0422-34-5440

■連雀おひとりさまのおしゃべり会&個別相談会

日 10月16日(金)①おしゃべり会＝午後1時～2時30分、②個別相談会＝午後2時30分～3時 人 10人程度 所 連雀コミュニティセンター 申 問 ①当日会場、②連雀高齢者なんでも相談センター ☎0422-40-2635へ(先着制)

■シルバー人材センター入会説明会

日 10月20日(火)午前10時～正午 申 問 同センター ☎0422-48-6721へ

■やまなか健康教室
—体操と講話「聴いてみよう！気になる訪問診療の話」—

日 10月22日(木)午前10時～11時 人 15人 所 山中地区公会堂 物 室内履き 申 当日会場へ(先着制) 問 連雀高齢者なんでも相談センター ☎0422-40-2635

■三鷹いきいきプラスパソコン中級講座

日 Wordでチラシなどの文書作成＝10月26日(月)、Excelで家計簿などの表計算＝28日(水)、いずれも午前10時～正午 人 おおむね55歳以上の市民でパソコン経験者各10人 所 三鷹産業プラザ ¥ 各回550円(資料代) 物 パソコン 申 問 10月5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)

■高齢者駅前なんでもカフェ
(元気に暮らすヒントや相談など)

日 10月27日(火)午後2時～3時30分 所 みたかスペースあい(下連雀3-28-20) 申 当日会場へ 問 三鷹駅周辺高齢者なんでも相談センター ☎0422-76-4500

チケットインフォメーション

アマンディーヌ・ベイエ
(ヴァイオリン独奏、音楽監督) &
リ・インコーニティ

芸術文化センター 風のホール

10月25日(日) 午後2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

O-70(70歳以上/A席限定)＝

3,600円

U-23(23歳以下/A席限定)＝

3,000円

ヨーロッパ古楽シーンの最先端

で絶大な人気を誇る“バロック・バイオリンの女王”、アマンディーヌ・ベイエと、彼女が率いる古楽アンサンブル「リ・インコーニティ」が、三鷹に待望の初登場です。



アマンディーヌ・ベイエ &
リ・インコーニティ
©Herman Sorgeloos

春風亭昇太 独演会

三鷹市公会堂 光のホール 11月21日(土) 午後2時開演

チケット発売日(全席指定)

会員＝10月4日(日) 一般＝10月9日(金)

会員＝3,150円 一般＝3,500円 高校生以下＝1,000円

テレビに落語にと、活躍の場が広い昇太師匠ですが、その魅力の本丸は、やはり落語会でこそ。抱腹絶倒の昇太落語に、どうぞご期待ください！



春風亭昇太／撮影：橘蓮二

中川優芽花 ピアノ・リサイタル

芸術文化センター 風のホール 令和9年1月24日(日) 午後2時開演

チケット発売中(全席指定)

会員＝S席3,600円・A席2,700円 一般＝S席4,000円・A席3,000円

O-70(70歳以上/A席限定)＝2,700円

U-23(23歳以下/A席限定)＝2,500円

※購入は一人2枚まで。

クララ・ハスキル国際ピアノ・コンクール優勝。欧州で見出された強靱なテクニックと、深く息づく表現力。その一音から、物語が生まれます。



中川優芽花
©Susanne Diesner



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

※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。

(※)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)

※O-70、U-23、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(口座会員のみのみ)など。

市民活動

みんなの掲示板

11月1日号

原稿締切日 10月6日(火)

11月15日号

原稿締切日 10月20日(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。問 同課 ☎29-9037 ※市外局番0422は省略。



ウェブ版

催し

松岡曉子展 Here and Now

日 10月3～18日(日) 正午～午後7時(18日は5時まで) 所 ぎやらりー由芽 申 期間中会場へ 問 同画廊 ☎47-5241 (※木曜日)

からだもあたまも気持ちもスッキリ日曜日！ 駅前ラジオ体操 & 軽いウォーキングとごみ拾い&朝カフェ！

日 つながりのはじめまして 日 毎週日曜日 午前6時25分から(雨天中止) 所 三鷹駅南口緑の小ひろば(ジブリ美術館行きバス停東側) 日 当日会場へ 問 同会 ☎080-3356-5617

中高年の体操教室★

日 みゆきクラブ 日 10月7日(火) 午後3時～4時30分 人 10人 所 SUBARU総合スポーツセンター 問 体操インストラクターの舘野伶奈さん 申 問 瀬戸 ☎090-7912-2890(先着制。空きがあれば当日参加可)

第33回ひまわり地域交流祭 ひまわりフェスタ2026

日 三鷹ひまわり後援会 日 10月10日(土) 午前10時30分～午後2時 所 三鷹ひまわり第一共同作業所(下連雀4-8-20) 申 当日会場へ 問 三鷹ひまわり第二共同作業所 ☎48-5240

借地人の権利についての学習会

日 三鷹市借地人連絡会 日 10月18日(日)

午後2時～4時 人 20人 所 消費者活動センター 日 当日会場へ(先着制) 問 中島 ☎mitakashakuchi@hotmail.com・☎44-6798

講演会「英一蝶―絵師にして帮間、島流し」★

日 「日本の文化」を学ぶ会 日 10月19日(月) 午後1時～3時 人 10人 所 生涯学習センター 問 美術ジャーナリストで美術史学会員の斎藤陽一さん 日 300円 申 当日会場へ(先着制) 問 小林 ☎532v3e@bma.biglobe.ne.jp・☎76-2280

会場とオンラインで朗読を楽しみませんか！★

日 ぐるーぶ「ききどく」 日 10月20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」 問 めんこい朗読の会会長の宮川恵子さん 申 問 近藤 ☎kikidoku0319@gmail.com・☎090-7173-6425(①先着制)

奥田春雄 スケッチ画展

日 相愛教会地域交流委員会 日 10月23日(金)～11月22日(日) 午前10時30分～午後4時(※月曜日、水・日曜日午前) 所 日本基督教団相愛教会(牟礼4-3-46) 日 期間中会場へ 問 同教会 ☎43-1642

第21回にじの会まつり

日 (社) にじの会 日 10月24日(土) 午前11時～午後2時 所 大沢にじの里(大沢1-6-3) 申 当日会場へ 問 同会 ☎39-2411

朗読を楽しむ会―好きな本を紹介しながら声に出して読んでみませんか

日 朗読で遊ぼう 日 10月24日(土) 午後1時30分～4時30分 人 8人 所 三鷹駅前コミュニティセンター 申 問 同会 ☎interlude39zax@icloud.com(先着制)

ハーモニカ初心者講習会

日 ハーモニカサークルTOGETHER 日 ①説明会＝10月25日(日) 午後1時30分～2時30分、②講習会(全4回)＝11月8・22日、12月6・20日の日曜日 午後1時30分～3時 人 15人 所 ①三鷹駅前コミュニティセンター、②芸術文化センターほか 日 600円(4回分) 申 問 山口 ☎70-0262(先着制)

ジェンダー視点から考える人生100年時代―自分らしい「生き方・しまい方」をめざして★

日 自分らしい生き方を考える会 日 10月25日(日) 午後2時～4時 人 100人 所 生涯学習センター 問 (公) 世界人権問題研究センター研究員の源淳子さん 日 500円 申 当日会場へ(先着制) 問 竹内 ☎kz ktnk1948@gmail.com・☎080-5465-8138

おむすびハウス三鷹「おむすびハロウィンミニフェスタ」―コカリナ演奏、ゲーム、喫茶ほか

日 10月31日(土) 午後1時30分～4時(雨天時は室内) 所 同施設(下連雀1-10-20) 申 当日会場へ 問 藤原 ☎46-4117

アクアビクス(水中運動)体験会

日 スイセイ 日 11月5日(木) 午後7時30分～8時15分 人 10人 所 SUBARU総合スポーツセンター 申 問 同会 ☎72baba mama@gmail.com(先着制)

伝言板

コグニサイズ―頭と体を動かして認知機能の低下を防ごう

日 杏林大学医学部付属病院もの忘れセンター 日 10月23日(金) 午後2時～3時 人 7人 所 同センター 申 問 10月5日(月) から同センター ☎47-5511(先着制)

ICUオルガン演奏会

日 ICU宗教音楽センター 日 11月14日(土) 午後3時～4時30分(2時30分開場) 人 300人(未就学児の入場不可) 所 同大学礼拝堂 日 2,500円 申 当日会場へ(先着制) 問 同センター ☎33-3330

井の頭自然文化園 動物園ボランティア(サービスガイドグループ)の募集説明会

日 (公) 東京動物園協会 日 11月17日(火) 午前10時30分～正午、午後1時30分～3時、21日(土) 午後1時30分～3時 所 同園 申 11月9日(月) までに東京ズーネット ☎ 問 同園 ☎46-1100

11月14日(土)・15日(日)

三鷹の農業の豊かさを感じる2日間

第64回 三鷹市農業祭



☎ JA東京むさし三鷹支店指導経済課 ☎ 0422-46-2152、
市都市農業課 ☎ 0422-29-9616

📅 市農業祭運営委員会、市、東京むさし農業協同組合 📅 11月14日午前10時～午後4時、15日午前9時～午後3時

📍 第1会場＝三鷹中央防災公園・SUBARU総合スポーツセンター、第2会場＝農業公園・三鷹緑化センター

※雨天の場合は一部変更の可能性があります。

※自家用車でのご来場はご遠慮ください。自転車は市民センター駐輪場をご利用ください。

※11月13日(金)～15日は三鷹中央防災公園内バス停の場所が変わります。



イベント名		14日	15日
展示・品評会	宝船の展示(※1)	午前10時～午後4時	午前9時～11時
	農のある風景画・農業委員会パネル・「農の四季コンテスト」表彰写真の展示		午前9時～午後3時
	花き庭園樹品評会と展示品予約販売(※2)	午後1時～4時	午前9時～午後2時
	農畜産物品評会の展示(※3)	午後2時～4時	午前9時～正午
	学校農園のパネル展示		
	JA東京むさし三鷹地区女性部 趣味の展示会 市民農園・家庭菜園品評会の展示		
販売(※4)	JA東京むさし三鷹地区青壮年部「ムーちゃんコロケ」、女性部「焼きドーナツ」など 三鷹商工会の模擬店・三鷹産特産物販売	午前10時～	午前9時30分～

※1 宝分け＝15日午後(要事前申し込み。詳しくは市HPへ)

※2 予約品の引き渡し＝15日午後2時～2時30分

※3 展示品の即売り＝15日午後(要事前申し込み。詳しくは市HPへ)

※4 いずれもなくなり次第終了。

◆ステージイベント

14日：第6回農の四季コンテスト表彰式＝午後2時～
女性部演芸大会・三鷹ばやし＝2時30分～

15日：農のある風景画表彰式＝午前9時10分～
六中吹奏楽部、二中ダンス部、colors＝午前中

事前募集 ①野菜の珍品・奇品、②市民農園・家庭菜園品評会

出品希望者は10月30日(金)までに①JA東京むさし三鷹支店指導経済課 ☎ 0422-46-2152、②市都市農業課 ☎ 0422-29-9616へ

「みたかデジタル商品券」の
利用期限は10月31日(土)まで!



☎ 同商品券コールセンター ☎ 0120-58-2525 (午前10時～午後6時)

購入した商品券は、返金・払い戻しができません。期限までに、計画的にご利用ください。詳しくは同商品券専用Webサイトでご確認ください。

三鷹の森フェスティバル2026



☎ 同NPO法人みたか都市観光協会 ☎ 0422-40-5525

三鷹の森ジブリ美術館の開館を記念して始まった音楽フェスティバルです(2面参照)。実力派アーティストのライブほか、三鷹市の姉妹・友好市町村などの物産販売や雑貨・飲食の模擬店をお楽しみください。

📅 10月18日(日)午前10時30分～午後5時(小雨決行)

📍 井の頭恩賜公園西園 📄 当日会場へ



高井息吹



松山晃太



片平里菜



おお雨(おおはた雄一+坂本美雨)

キウイフルーツを市内農園で販売します



☎ JA東京むさし三鷹支店指導経済課 ☎ 0422-46-2152

果肉の色が緑系の「ハイワード」を中心に、黄色系の「東京ゴールド」、紅系の「紅妃(こうひ)」など多様な品種が楽しめます。販売時期は10月上旬から翌年6月ごろまで。詳細は市HPで確認のうえ、各農園にお問い合わせください。

◆販売場所

坂本果樹園(下連雀7-3-3)、小林果樹園(牟礼1-2-14<久我山ゴルフ練習場内>)、コウケンファーム60(牟礼1-7-13)、フジミ園(新川1-13-1)、ファームすどう(新川2-7-38)、吉野農園(上連雀9-18-10)、大野農園(井口1-12-5)、吉野佐千夫(野崎1-4-24)、野崎果樹園(野崎1-12-23)、吉野農園(野崎2-20-17)、よしの園(野崎3-6-25)、キウイフルーツ宗武園(野崎3-9-26)、島田果樹園(大沢6-3-23)

※三鷹緑化センター(新川6-30-22)でも販売します。

太宰治展示室
三鷹の此の小さい家

企画展示

太宰治の疎開時代(後期)



☎ 太宰治文学サロン ☎ 0422-26-9150

本展示では、『雀』を中心とした太宰治の疎開時代の作品に焦点を当て、帰京後「斜陽」によって流行作家となるまでの過程を紹介しています。後期では、太宰が三鷹に戻った直後に親戚に送った直筆はがき(個人蔵)や、『雀』直筆原稿の後半ページを公開します。

📅 10月18日(日)～令和9年1月17日(日)午前10時～午後6時 📍 太宰治展示室(三鷹市美術ギャラリー内) 📄 期間中会場へ

※休館日は同施設HPでご確認ください。



津島季四郎宛 太宰治はがき
昭和21年11月17日付 個人蔵



太宰治「斜陽」映画化委任状無効の記
昭和23年3月12日 三鷹市蔵(石井立文庫)

◆第199回 太宰治作品朗読会『犯人』『朝』

終戦後、疎開先から三鷹に戻った太宰が三鷹駅前の仕事部屋を舞台に描いた2作品を、林田一高さん(写真)がお届けします。

📅 11月20日(金)午後6時～6時50分 📄 25人 同サロン 📄 11月3日(火・祝)(必着)までに必要事項(10面参照)、参加者氏名(2人まで)を往復はがきで☎「〒181-0013下連雀3-16-14太宰治文学サロン」へ(1人1通。申込多数の場合は抽選)



提供：文学座