

## 行事予定表

連絡先：連雀コミュニティ・センター ☎ 45-5100  
※参加費等、金額の記載のない行事は無料です。

行事名	内容	日時	対象	申込方法	備考
連雀健康教室	「うごこっと」休養等専門職の先方と運動し、いつでも動ける体を作りましょう	2/3(火) 3/3(火) 午後2時～3時	一般市民	当日直接会場へ	会場：センター内 持ち物：タオル、水分補給の飲み物 問合せ：0422-40-2635 (連雀地域包括支援センター) 講師：訪問看護ステーション等の理学療法士の先生他
包丁砥ぎ	職人さんに包丁研ぎをお願いしませんか。 (基本毎月第2日曜日開催)	3/8(日) 午前10時～正午 ※2月は選挙のため開催なし	一般市民	費用を添えて直接会場へ ※500円[1丁]	会場：センター中庭(雨天時、駐車場) 募集：先着100丁(はさみ類は不可) 費用：500円[1丁] ※お一人様3丁まで 実施団体：三鷹市シルバー人材センター
ベビーマッサージ&交流会 (コミュニティ創生事業)	助産師のベビーマッサージ参加者同士の情報交換	2/13(金) ※6か月～1歳未満 3/13(金) ※6か月未満 午前10時30分～正午	1歳未満の乳児と保護者 ※奇数月は6か月未満の乳児、偶数月は6か月～1歳未満の乳児が募集対象となります。	開催日3週間前の午前10時よりホームページ、QRコードより 	会場：センター1階 幼児・子ども室 定員：先着12組 講師：三鷹市助産師会会員 持ち物：バスタオル、おむつ等
朗読のための発声練習講座 (図書室運営プロジェクト委員会)	発声のためのストレッチ&トレーニングと谷川俊太郎の詩などを使った朗読練習を行います。最終日に朗読発表会を開催予定です	2/14、21、28、 3/7、21 (各土曜日、全5回) 午後2時～4時	一般市民	Googleフォームにて 	会場：センター2階 大集会室(3/7のみ大会議室) 申込：受付中～2月10日(火)午後8時30分まで 定員：先着10名 講師：演劇集団「円」俳優 山口真司氏
連雀サロン	2月は「明治大学公認サークル津軽三味線響の皆さんによる津軽三味線演奏」、3月は「K～ベルマモンの皆さんによるハンドベル演奏」の企画を予定しています	2/17(火) 3/17(火) 午後1時30分～3時	一般市民	申込み不要、当日直接会場へお気軽にご参加ください。 ※企画内容は、変更になる可能性があります。あらかじめご了承ください	会場：センター2階 大会議室 定員：先着40名 実施団体：連雀・地域ケアネットワーク 事務局：三鷹市健康福祉部地域福祉課地域ケア推進係 電話：0422-29-9235 (平日午前9時～午後5時)
赤ちゃん和妈妈のための性のお話 (コミュニティ創生事業)	産後のママの身体のこと、子どもからの質問にどう答える?他について助産師さんがお話します	2/18(水) 午前10時30分～正午	一般市民 (乳幼児の子どもさんのママ)	Googleフォームにて 	会場：センター2階 大広間 募集：先着10組 申込受付：2月1日(日)午前10時より 講師：三鷹市助産師会会員
花壇管理 (環境部会)	連雀コミセンの花壇管理を行います。植物や花壇が好きな方大募集中!	2/25(水) 3/11(水) 午後1時～	一般市民	当日直接会場へ	会場：センター前花壇 他 募集：多数 協力：八原ダリ氏(園芸家)
クラシックコンサート (文化部会)	ピアノトリオコンサート	3/1(日) 午後2時～3時	一般市民	当日直接会場へ ※申し込み不要	会場：センター1階 ロビー 定員：先着50名 出演：渡辺奏子さん、東川幹太さん、赤松里虹さん
環境講座 「多摩地域における地下水のPFAS(有機フッ素化合物)汚染と健康リスクを考える」 (環境部会)	PFAS(有機フッ素化合物)汚染とは?その実態と健康被害を基本から解説します	3/4(水) 午後2時～4時	一般市民	Googleフォームにて 窓口・電話可   会場参加 オンライン参加	会場：センター2階 大小会議室 定員：①会場参加 ②オンライン参加 各先着30名 申込：受付中～3月2日(月)午後8時30分まで 講師：出版企画編集コーディネータ 根木山幸夫氏 (多摩地域のPFAS汚染から命と健康を守る連絡会)
歴史講座 『三鷹歴史散歩～太宰治の足跡を訪ねて～』 (文化部会)	みたか観光ガイド協会の講師による説明をいただきながら、太宰治の足跡を辿ります	3/14(土) 午前10時～正午	一般市民	Googleフォームにて 窓口・電話可 	集合：センター中庭(解散：三鷹駅前予定) 定員：先着15名 申込期間：2月15日(日)午前10時～3月10日(火)午後8時30分 講師：小谷野芳文氏 (みたか観光ガイド協会代表) その他：動きやすい服装でお越しください