



7月 2(木)・9(木)・16(木)・20(月・祝)・23(木)・30(木)
8月 6(木)・11(火・祝)・13(木)・20(木)・22(土・臨時休館)・27(木)
9月 3(木)・10(木)・17(木)・21(月・祝)・22(火・祝)・23(水・祝)・24(木)

今年もプールが始まります!

7月4日(土)～8月30日(日)

◎プール開場時間

日月火水金土	午前10時15分～午後4時30分
--------	------------------

ただし、以下の期日は休場いたしますので、ご注意ください。

- 毎週木曜日 [センター休館日]
- 7月20日(月)、8月11日(火) [祝日のため、センター休館]、8月22日(土) [臨時休館]
7月6日(月)～10日(金)、13日(月)～17日(金)、8月26日(水)～28日(金)
- 上記以外でも休場および開場内容の一部を変更することがありますのでご了承ください。

◎プール利用料金(屋外プール)

入場券に印刷されている時間から2時間です。

大人(高校生以上) … 200円
小学生・中学生 …… 50円
幼児 ……………… 無料

※購入したプール入場券は、払い戻しできませんのでご注意ください。

◎プールを利用できる方

1. 三鷹市民および三鷹市内に在勤・在学している方
2. 原則として水着・水泳帽子を着用している方
3. 次の方は、18歳以上の保護者の付き添いが必要です。
保護者は、監視・介護に責任をもっていただきます。
【対象】保護者1人につき
 - 幼児2人まで(日常生活において、オムツをしている方の入場はできません)
 - 幼児と小学1～3年生 2人まで
 - 小学1～3年生 3人まで
 - 介護を必要とする方 1人まで(日常生活において、オムツをしている方の入場はできません)
4. 幼児は保護者と一緒に幼児用プールを利用してください。
5. 幼児と小学1～3年生の場合は幼児用プールのみ利用ができます。
6. 付き添いを要する場合およびその他詳細については、センター事務局へお問い合わせください。
※詳細につきましては、ホームページでもご案内しております。



連雀キッズ 水泳教室



小学生対象の水泳教室です。
全く泳げない子も大丈夫!
講師が優しく手厚くサポートいたします。
泳ぎをもっと上手になりたい子の参加もOKです。
皆さんの参加をお待ちしております!

日 時：7月27日(月)～8月1日(土)
※30日の木曜日を除く全5日間
(午前10時30分～12時00分)
場 所：連雀コミュニティ・センター
屋外プール
対 象：小学1～6年生
人 数：抽選40名
参加費：無料
持ち物：水着、水泳帽子他
申込方法：下記QRコードより
申込期間：6月21日(日)午前10時～
7月12日(日)午後4時30分

※天候等によっては、開催
を中止する場合がございます。
あらかじめご了承ください。



第40回

連雀コミュニティまつりに 参加してみませんか

ステージの出演者募集

第40回連雀コミュニティまつり(開催：10月31日土曜日)では、ステージの出演者を募集いたします。
応募多数の場合は抽選になる可能性があります。

募集受付期間 6/26(金)～8/31(月)

フォトコンテスト作品募集

コミュニティまつりの新企画として連雀住区内のお気に入りの場所や風景を写真で紹介する「連雀『ここ好き』フォトコンテスト」を実施します。

募集受付期間 6/26(金)～7/31(金)

応募作品はセンター内に掲示します。掲示期間中、来館者による投票を行います。

掲示・投票期間 8/9(日)～9/12(土)

入賞作品はコミュニティまつり当日に会場内で展示・発表します。

出演者募集
についての詳細は
こちらからご覧ください。



フォトコンテストへの
応募方法および詳細は
こちらからご覧ください。



連雀コミュニティまつり

三鷹市総合防災訓練

を開催します!

10月25日(日)午前10時～12時予定
防災訓練(会場：第一中学校)

10月31日(土)午前10時 開会予定
連雀コミュニティまつり(1日のみ開催)

詳しくは広報紙けやき次号にて
お知らせいたします。

令和7年度 連雀地区住民協議会 収支決算報告

詳しくはこちらからどうぞ



令和8年度 連雀地区住民協議会《自主グループ登録一覧表》

☆下記団体は、連雀地区住民協議会の登録自主グループ(A区分)です。

☆入会希望やお問い合わせ等は、各団体へ直接ご連絡をお願いいたします。各団体の連絡先は、連雀コミュニティ・センター事務局(電話 0422-45-5100)までお問い合わせください。

グループ名	活動種目	人数	活動曜日・区分
あすなる自彊術	自彊術体操	15	月3回 月曜日 午後
いきいきヨーガクラブ	ヨガ	20	月4回 金曜日 午後
インディアカ「秋桜」	インディアカ	19	月4回 金曜日 夜間
MCT	卓球	28	月4回 月曜日 午前
キューツクラブ	バドミントン	12	月4回 土曜日 午前
月曜会	卓球	17	月4回 月曜日 夜間
Sanmorittsu	バドミントン	41	月4回 土曜日 夜間
JAKUREN R.G.	子ども新体操	22	月4回 金曜日 午後
すずかけの会	ストレッチ体操	27	月4回 金曜日 午前
すずめバドミントンクラブ	バドミントン	11	月4回 火曜日 夜間
スリーホークス	ミニバスケットボール	10	月4回 水曜日 夜間
太極拳成安同好会	太極拳	7	月4回 水曜日 午前
チーム鈴木	パドルテニス	20	月4回 火曜日 午後
フェアリーズ	キッズチア	14	月4回 水曜日 午後
ベリーズ	キッズチア	14	月4回 水曜日 午後
三鷹ピククルボールクラブ	ピククルボール	10	月4回 土曜日 午後
連雀なぎなた	なぎなた	12	月4回 水曜日 午後
連雀パドルテニス部	パドルテニス	20	月4回 金曜日 午後
連雀吹き矢練習会	スポーツ吹き矢	10	月4回 金曜日 午後

グループ名	活動種目	人数	活動曜日・区分
アリスみたか	子ども学習会	15	月4回 火曜日 夜間
俳句サークル山帰来	俳句	8	月1回 水曜日 午後
はなの会	書道	12	月3回 月曜日 午前
めんこい朗読の会	朗読	18	月2回 火・金曜日 午後
ヴォーチェ・サファイア	ヴォイストレーニング	15	月2回 水曜日 午後
ウクレレ同好会 ホアロハ	ウクレレ講習	10	月4回 水曜日 午前
ウクレレパラダイス三鷹	ウクレレ演奏	18	月2回 土曜日 午前
カラオケ さくら会	カラオケ	14	月2回 日曜日 午後
コア・ボイメ	混声合唱	20	月4回 月曜日 夜間
コール・シーダー	女声合唱	11	月2回 水曜日 午前
女声合唱 ふじ	女声合唱	22	月4回 月曜日 午前
ダンス・サンライズ	ダンス	10	月3回 土曜日 午前
プバル・ピカケ	フラダンス	11	月4回 火曜日 午後
三鷹うたおう会	混声合唱	23	月1回 金曜日 午後
三鷹ギタークラブアミーゴ	ギター演奏	7	月2回 土曜日 午後
あすなる陶芸会	陶芸	13	月4回 月曜日 午前
陶芸同好会	陶芸	11	月4回 水曜日 午前・後
そ 囲碁クラブ土曜会	囲碁	12	月4回 土曜日 午前
の 健康マージャンクラブ	麻雀	49	月4回 水曜日 午後
他 連雀囲碁教室	囲碁	11	月4回 日曜日 午前

令和8年6月2日現在

ほのぼののネットキャラクター 大募集!

ホームページ
はこちら



「ほのぼののネット」は、地域で支え合い、誰もが安心して暮らせるまちづくりを目指す見守りボランティア活動です。

この活動をより多くの皆さまに知っていただき、親しみを感じていただけるよう、地域の皆さまに愛されるオリジナルキャラクターを募集します。最優秀賞、優秀賞の方には、副賞を贈呈します。

募集期間：2026年6月1日(月)～8月31日(月)

応募方法などの詳細は、二次元コードよりご確認ください。たくさんのご応募を心よりお待ちしております。

お問合せ：みたかボランティアセンター (☎ 76-1271)

合唱団員募集中 混声合唱団 コア・ボイメ

練習場所：連雀コミュニティ・センター

練習日時：月4回 月曜日 午後6時30分～8時30分

会費：月5,000円(入会金不要)

問合せ：コア・ボイメ 西 ☎ 080-6682-7571

2027年9月予定



お金のこと・暮らしのこと
何でもご相談ください!

西武信用金庫
人に地域に未来に「やさしい」

三鷹支店
TEL: 0422-47-3281
E-mail: mitaka@seibushinkin.com

信頼が心をつなぐ
JA東京むさし

東京むさし農業協同組合
三鷹支店
☎ 46-2149

地場産新鮮野菜・植木・花・園芸資材
三鷹緑化センター ☎ 48-7482

三鷹駅南口一分
ミタカバレエアカデミー
生徒募集

☎ 0422-42-1901
https://mitakaballet-academy.com/
ホームページが新しくなりました!

学生服・ユニフォーム
イシカワ衣料株式会社

井口2-10-42 ☎ 0422-32-6447


市内中学校の制服は当社へお任せください!
各種企業のユニフォームも承ります

事務機・文房具・ノベルティ
困った! 時にはお気軽に
ご相談ください!

城西リコピー株式会社
東京都三鷹市上連雀 8-4-15
Tel: 0422-49-8850
Fax: 0422-47-2444
E-mail: mitaka@j-ricopy.co.jp
http://www.j-ricopy.co.jp

栄養料理教室特別講座 「適塩生活のための 知識と調理のコツ」 (健康づくり推進委員会)	高血圧予防のための講座です。試食があります。(調理実習ではありません。講義です。)	9/13(日) 午前10時30分～正午	一般市民	下記QRコードへより (窓口・TEL可) 	会場：センター2階 大会議室 定員：先着30名 申込開始：6月29日(月)午前10時より 講師：三鷹地域活動栄養士会 管理栄養士 奈良理香子氏、早川宏子氏 持ち物：筆記用具、水分補給用飲み物
コカリナコンサート (文化部会)	コカリナの生演奏でなじみのある曲を	9/27(日) 午後2時～3時 開場：午後1時30分	一般市民	申込み不要、当日直接会場へ	会場：センター2階 大会議室 定員：先着60名 出演：南多津子氏(コカリナ「クローバー」代表)
タイルのデコパージュ 講習会 (文化部会)	タイルの壁飾り作成	10/3(土) 13時～16時	一般市民	窓口受付(オンライン・電話可) 	会場：センター2階 大会議室 定員：先着15名 申込期間：9月1日(火)10:00～9月15日(火)20:30 講師：大谷一江氏(連雀地区住民協議会文化部会委員) 費用：600円(当日会場にて支払い) 持ち物：はさみ、えんぴつ、木工ボンド

令和8年度「みたかふれあい支援員」(認定ヘルパー)養成研修 Bコース 参加者募集のおしらせ



ヘルパーの資格をお持ちでなくても、この研修を受講して市の認定を受けると、「みたかふれあい支援員」として三鷹市の訪問型サービスに従事することができます。地域で役立つ仕事を始めたい方、介護のお仕事を始めたい方、ぜひお気軽にお申し込みください。この講座には認知症サポーター養成講座が含まれています。

日時 Bコース(全4回)
7月15日(水)、16日(木)、22日(水)、23日(木)
13時～16時(16日15時40分、22日15時30分まで)

会場 三鷹市市民協働センター2階 第2研修室

講師 三鷹市内介護事業所職員、他

対象 全回受講できる18歳以上の方(高校生を除く)

定員 30名(定員を超えた場合は抽選)


費用 無料

お申し込み 二次元コードから

締切 締切7月6日(月)
Googleフォーム、お電話(0422-24-7350)でお申し込みください。

その他 受講者には、「みたか地域ポイント」100ポイントを差し上げます。

お問い合わせ 三鷹市福祉Labo どんぐり山
三鷹市介護人財育成センター 小形(0422-24-7350)

申し込みフォーム 


各種行事の協力員募集!

0422-45-5100

連雀地区住民協議会(連雀コミュニティ・センター)では、連雀コミュニティまつり、連雀地区総合防災訓練をはじめさまざまな行事を行っています。住協の活動に興味がある、子どもたちの笑顔が見たいなど、活動や行事にご協力をいただける方を募集しています。コミュニティまつりは、当日のみ、あるいは準備、片付けのみのお手伝いでもかまいません。連雀コミュニティ・センター窓口にお問い合わせください。

連雀住区であなたの力を発揮してみませんか? 住協委員募集(一般公募)

地域のコミュニティ活動に興味のある方、参加してみたいと思っている方を募集しています。

詳しくはこちらをご覧ください 

おひとりさまのおしゃべり会 & 個別相談会

一人暮らしならではの悩みや不安・楽しみを皆さんで語り合しましょう。後半は個別の相談も受け付けています。

日時 毎月 第3金曜日、おしゃべり会：午後1時～2時30分
個別相談会：午後2時30分～3時(要予約)
7/17(金)、8/21(金)、9/18(金)

会場 連雀コミュニティ・センター 1階 図書室

費用 無料

申込 不要

定員 10名程度

問い合わせ 三鷹市連雀地域包括支援センター
電話 0422-40-2635

あの三鷹の跨線橋(陸橋)の本が発行されました。

三鷹跨線人道橋 94年の記憶と記録

三鷹・吉祥寺の書店で購入できますが、直接当社やネットからもご注文いただけます。

株式会社 文伸
三鷹市上連雀1-12-17
Tel.0422-60-2211 Fax.0422-60-2200

定価:3,300円(税込)



家族を争族としないために 相続と遺言

想いをつなぐ相談室

相続・遺言書・遺産分割の専門相談室

想いをつなぐ相談室 検索

行政書士 星川総合法務事務所

ご相談は無料です。(☎ 0422-24-9762)
三鷹市下連雀3丁目33-17 グラシアス三鷹205号室
(三鷹駅南口徒歩3分・銭湯「春の湯」斜め向かい)

株式会社 大竹工務店

〒181-0013 東京都三鷹市下連雀3丁目28番3号
電話 0422 (46) 1641

岡田ピアノ調律

0422-49-7019

安心 いていねい

ピアノの調律・修理
ピアノ用品・ピアノの運搬

◆はじめての場合、アップライト1万円代

メガネライフ

ビルメンテナンス 清掃・管理

TLS GROUP

有) 東京ライフサービス

フリーダイヤル 0120-68-3131

〇〇メガネ・コンタクトレンズ
補聴器の事なら
お近くのメガネライフへ
三鷹 ☎ 0422(43)8811
武蔵境 ☎ 0422(33)1021

けやき特別メガネ一式 10% 割引券
ご来店時こちらをご持参ください

快適な暮らしのためのお手伝い おまかせ下さい!

当店では、どのメーカーでも修理承ります。

0120-39-6664

株式会社 (株)かとうてんき

●エアコンクリーニング
●エアコンの取付
●移設・取り外し工事
●インターホン取付工事
●照明器具の取付

創業60年の信頼と実績 株式会社 AZUMA 東葬祭

AZUMA club 会員募集中

入会金1000円 年会費無料

無料事前相談承ります

0120-66-5940
https://www.azuma-group.co.jp

安全・安心を運んで44年 アズマ 民間救急サービス

全国どこへでも 患者様のいろいろなご要望にお応えいたします

0120-81-9931
https://www.minkyu.co.jp

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	地域にある介護事業所の専門職の先生方と運動し、いつまでも動ける体を作しましょう	7/7(火) 8/4(火) 9/1(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：地域の介護事業所等からの出張講師
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！	7/14(火) 9/8(火) 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：松田恵氏(園芸家)
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	7/10(金) 8/14(金) 9/11(金) 午前10時30分～正午	1歳未満の乳児と保護者	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
連コミスポーツ塾 (スポーツ部会)	今回は「ポッチャ」と「モルック」 老若男女問わず楽しめるスポーツで遊んでみませんか	7/11(土) 午後1時～3時30分	一般市民	申込み不要、当日直接会場へ	会場：センター1階 体育館 定員：先着30名 持ち物：体育館履き(室内履き)、水分補給用の飲み物等
ヴァイオリンデュオコンサート (文化部会)	島田光博氏・及川悠介氏によるヴァイオリンの生演奏	7/12(日) 午後2時～3時 開場：午後1時30分	一般市民	申込み不要、当日直接会場へ	会場：センター1階 ロビー 定員：先着80名 出演：島田光博氏、及川悠介氏
親子で楽しむ折り紙教室 (文化部会)	親子で一緒に作品を折りながら、折り紙の基本を楽しく学ぶ	7/18(土) 午前10時30分～正午	小学1～3年生とその保護者	下記QRコードへ(窓口・TEL可) 	会場：センター2階 大集会室 定員：先着15組 申込受付：6月29日(月)午前10時より7月15日(水)午後8時30分まで 講師：田島三郎氏(あい折り紙サークル) 持ち物：補給用水分、好きな色のクレヨン
「めぐる・つながる」 コンポスト (コミュニティ創生事業)	連雀コミセン広場プロジェクト第1弾！ お子様向けミニ二段ボールコンポストのワークショップを実施します。夏休みの自由研究にもおすすめです！ 6月に引き続き、コンポストキットの配布とフリードリンクスタンドも実施します！	7/18(土) 午後4時～6時 ※小雨決行 ※荒天中止	一般市民	申込み不要、当日直接会場へ	会場：センター西側ひろば 内容：ミニコンポストキット無料配布(数量限定)、フリードリンク(数量限定)、子ども向けミニ二段ボールコンポストワークショップ(先着10組) 費用：500円(WSのみ)
連雀サロン	7月は「終活のお話(遺書やお金)&熱中症のお話」、8月は「みんなで歌いましょう」、9月は「ふれあいポリスの特殊詐欺のお話」の企画を予定しています。	7/21(火) 8/18(火) 9/15(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 ※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)
夏休み小学生茶道教室 (コミュニティ創生事業)	茶道のお話と体験を行います。白い靴下で参加してください。	8/4(火) 午前10時30分～12時30分	小学4～6年生	参加費を添えてセンター窓口へ(電話不可)	会場：センター1階 茶室・娯楽室 定員：先着15名 申込受付：7月1日(水)午前10時より 講師：三橋優子氏 (三鷹市茶道連盟会長) 参加費：500円
ちいさなお話会 (文化部会)	絵本の読み聞かせ、パネルシアター又はエプロンシアター、手遊び、歌、折り紙等	8/5(水) 8/8(土) 午前10時30分～11時30分	5日(水)：0～3歳までの乳幼児とその保護者 ※兄弟・姉妹は6歳児まで参加可 8日(土)：0～6歳までの乳幼児とその保護者	申込み不要、当日直接会場へ	会場：センター1階 幼児・子ども室 募集：各日先着10組
みたか連雀読書クラブ 『第16回読書会』 「青い壺」有吉 佐和子著 (図書室運営プロジェクト)	指定図書を読了の上、その内容について参加者同士が自由に討論を行います ※公正な発言や討論の軌道修正などの為、ファシリテーターを置きます	8/29(土) 午後1時30分～3時	一般市民	(電話可) 	会場：センター2階 多目的室 定員：先着10名(キャンセル待ち5名) 申込期間：7月1日(水)10:00～令和8年8月24日(月)20:30 進行方法：ルール・マナーの説明→メンバー自己紹介→本の紹介→フリートーキング
うたの広場 (文化部会)	ピアノ伴奏に合わせた参加者全員での合唱	9/1(火) 午後1時30～3時 (開場 午後1時)	一般市民	申込み不要、当日直接会場へ	会場：センター1階 ロビー 定員：先着60名 出演：植田幾代氏(ピアノ)、村松良三氏(うた・司会)
連コミスポーツ塾 (スポーツ部会)	今回は「ピックルボール」！ 老若男女問わず楽しめるスポーツで遊んでみませんか	9/12(土) 午後1時～3時30分	一般市民 (中学生以上)	申込み不要、当日直接会場へ	会場：センター1階 体育館 定員：先着20名 持ち物：体育館履き(室内履き)、水分補給用の飲み物等
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)	9/13(日) 午前10時～正午 ※7月、8月はお休み	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