

学ぶ楽しむ参加する

市民掲示板

会員募集

凡例 日時 場所 会場 対象 内容 講師 定員 費用 申込み方法 持ち物 問い合わせ先 ホームページ 検索 ページ番号 検索 検索方法

学ぶ楽しむ

参加する

相続と遺言の無料相談会

日11月4日(木)午後6時～8時 場 リオンホール(cocobunji WEST5階) ※当日直接会場へ 内 遺産相続・公正証書遺言など / → 都行政書士会国分寺支部 ☎(042)324-5811

シニアスポーツ振興事業 シニアミニテニス講習会・初心者講習会

日11月11日(木)午後1時～4時 場 市民スポーツセンター 内 おおむね60歳以上の方 講 天野孝一さん(ミニテニス考案者) 定15人 料 無料 申11月2日(火)～8日(月)に、住所・氏名・電話番号を電話またはファクスで ※ 先着順 物 室内用運動靴・飲み物・マスク 備 市体育協会・(公財)都体育協会・都 / → 市ミニテニス連盟・大木 ☎ & ☎(042)322-5467

シルバー人材センター入会説明会

日11月12日(金)・24日(水)午後1時30分～ ※ 同内容 場 福祉センター 内 市内在住の60歳以上で就業希望の方 定各10人 料 無料 申11月2日(火)から電話で ※ 先着順 物 住所・氏名・年齢が確認できるもの、年会費2,000円(入会希望者のみ) / → ☎(042)325-4011

こくめし「たまごやき」

国分寺で食べたくなる飯をコンセプトに開催します。

開催期間 11月15日(月)～12月5日(日)

参加店舗 日本料理天松、チャニーズレストランオトメ、サロン・ド・カフェ・ベルビュー、イタリア料理ボンジョルノ、伊太利亜酒場CHULU亭、参百圓食堂日吉小町 特典 ①期間中に参加店舗でたまごやきを注文した方にオリジナルマスクケース ②スタンプを2つ集めた先着20人の方にこくめし参加店舗で使用できる1,000円分食事券を進呈 ※ 詳しくは東京経済大学鈴木特別ゼミ Twitter・Instagram(@kokumeshi\_tku) または HP https://www.facebook.com/こくめし-848157552230695/で / → 東京経済大学地域連携センター ☎(042)328-7950

肝臓病教室

①糖尿病と肝臓の関係 ②肝臓と食事 日11月16日(火)午後2時30分～4時 場

①武蔵野赤十字病院(武蔵野市境南町1-26-1) ②オンライン(ZOOMアプリ使用) 講 ①蝶名林美波さん(医師) ②森裕司さん・遠藤薫さん(栄養士) 定 ①20人 料 無料 ※ ②の通信料は自己負担 申 11月2日(火)から電話(土・日曜日、祝日を除く) 午前9時30分～午後4時 または HP https://kan-kyoten-musashino.jp/で ※ ①は先着順 / → 同病院肝疾患相談センター ☎(0422)32-3135

ウエルカムサロン「地域の外国人とおしゃべりを楽しみませんか」

外国人による自国紹介のあと、フリートークで交流します。

日11月20日(土)午前10時～正午 場 本多公民館 定20人 料 無料 申11月9日(火)までに、氏名(ふりがな)・電話番号・メールアドレス・お住まいの市区町村名・参加動機、あれば得意な言語、外国籍の方は国籍・在日年数を明記し、 HP https://www.1991kia.jp/で 市国際協会へ ※ 多数の場合抽選 / → ☎(042)505-6132

紅葉の谷戸沢処分場自然観察会

埋立てが終了した谷戸沢処分場で、再生した里山的自然環境を体感しませんか。

日12月2日(木)午前8時30分～ 場 八王子駅付近(集合・解散)、八王子市戸吹クリーンセンター、二ツ塚処分場、谷戸沢処分場 内 多摩地域在住・在勤・在学の方 定20人 料 1人500円(昼食代含む。当日支払い) 申11月15日(月)までに、 HP https://www.tama-junkankumiai.com/ または、自然観察会参加希望、参加する方 全員住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号・携帯電話番号(お持ちの方)、通勤・通学先(多摩地域にお住まいでない方のみ)を明記し、はがき(必着)で 〒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「処分場自然観察会」係へ ※ 多数の場合抽選 / → ☎(042)597-6152

千代田区立神田一橋中学校通信教育課程生徒募集

選考日 12月4日(土) 内 次のAまたはBのいずれかの条件のすべてに該当する方 A ○尋常小学校卒業生・国民学校初等科を修了している ○高等学校に入学する資格がない B ○義務教育未修了者で、義務教育修了資格を必要とする ○令和4年4月1日

国登録有形文化財

沖本家で楽しい茶道体験教室

12月8日(水)

①午後1時～②2時30分～③4時～ ※各70分 カフェおきもと(内藤2-43-9)

内 茶道未経験者・初心者

講 松本宗薫さん(小学校茶道教室講師)

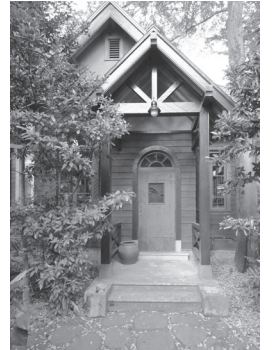
定 各15人 ※ いす席4人分含む

料 500円

申 11月2日(火)～23日(祝)に住所・氏名・年齢・希望時間(第3希望まで)を電話で 能村 ☎(090)3909-6815へ ※ 先着順

備 茶道教室楽易庵

注 市芸術文化振興事業補助金の交付を受けて実施



沖本家

→文化振興課 ☎(042)313-8182

現在、満65歳以上○ほかの中学校・高等学校に入学する資格がない○都内在住・在勤○出願者Aに準ずる

申 11月1日(月)～19日(金)に願書(同学校で配布)を郵送(消印有効)または直接 〒101-0003 千代田区一ツ橋2-6-14 千代田区立神田一橋中学校へ / → ☎(03)3265-5961

やっぱり、家族っていいね 家族の日・家族の週間

内閣府は、11月21日(日)を家族の日、11月14日(日)～27日(土)を家族の週間としています。家族・地域のつながりや、子どもを育てていくことの大切さを考えてみましょう。

→内閣府子ども・子育て本部 ☎(03)5253-2111

労働保険の加入手続きはお済みですか

労働者(パート・アルバイトを含む)を1人でも雇用している場合は、必ず労働保険(労災・雇用)にご加入ください。加入手続きがまだの事業主は、管轄の公共職業安定所・労働基準監督署に届け出を行ってください。

→立川公共職業安定所 ☎(042)525-8602・立川労働基準監督署 ☎(042)523-4474

住宅用火災警報器を点検しましょう

住宅用火災警報器がいざというときに

きちんと作動するように、日頃から手入れや点検をしましょう。点検は、警報器本体のボタンを押すか付属のひもを引いて行います。また、設置から10年を目安に機器本体を交換しましょう。 →国分寺消防署 ☎(042)323-0119

市民掲示板

健康づくりの自立生活体操公開講座

日11月5日(金)午後2時～3時15分 場 市民室内プール体育室 内 有酸素運動やいすを使った筋力トレーニングなど 定 3人程度 料 無料 申 11月2日(火)から電話で ※ 先着順 物 室内用運動靴 注 動きやすい服装で参加 / → 自立生活体操クラブ 恋ヶ窪・大竹 ☎(042)321-7458

ジャノタンゴ in いずみホール

日11月29日(月)午後5時～(開場=4時30分) 場 いずみホール 内 アルゼンチンタンゴの生演奏 定 100人程度 料 2,000円 申 11月2日(火)から電話または HP https://farmei2016.jimdofree.com/で ※ 先着順 / → ファーメイ・笹尾 ☎(042)308-0903

会員募集

○「市民掲示板」「会員募集」の各サークルの活動・掲載内容の確認、トラブルの解決は当事者間でお願います ○見学・無料体験ができます(日時・会場は施設の予約が取れない場合があるため、目安になります)

Table with 7 columns: サークル名, 日時, 会場, 入会金, 会費, 問い合わせ, 備考. Rows include activities like 自立生活体操クラブ, シェイプの友, 太極拳の会, トリム体操・光, 自立生活体操クラブ・ひかりA, 藤の会(社交ダンス).

○「市民掲示板」「会員募集」の掲載申し込み用紙は市政戦略室広報担当(内409)で配布。市HPからダウンロード可。掲載申し込み締め切りは掲載希望号の1か月前です ○「会員募集」の掲載は、原則、公民館を除く市内の公的・公共会場のものに限ります