



子ども

令和7年4月に入学する小学校 新1年生の保護者説明会

▶所要時間：1時間～1時間30分程度▶申込：不要▶問：各校、教育支援課☎60-1900

学校名	☎	日時(開始時間・午後)
第一小	22-1421	2月4日(火)2時
第二小	51-4478	1月27日(月)2時30分
第三小	43-2322	1月23日(木)2時30分
第四小	22-1423	2月3日(月)2時30分
第五小	51-2196	1月31日(金)2時
大野田小	51-0511	2月4日(火)1時30分
境南小	32-3401	2月4日(火)2時
本宿小	22-4723	1月31日(金)2時30分
千川小	51-3695	2月4日(火)2時30分
井之頭小	51-7188	2月7日(金)2時15分
関前南小	53-7655	1月22日(水)2時
桜野小	53-5125	2月4日(火)2時

保育コンシェルジュの土曜相談

平日の来庁が難しい世帯を対象に子どもの預け先や保育サービスなどについての個別相談を実施します。

▶日時：令和7年1月11日(土)午前9時・10時・11時(各45分・6枠)▶場所：市役所▶対象：これから市内保育施設・幼稚園への申し込みを検討している方▶申込・問：12月17日午前10時から電子申請または電話で子ども育成課☎60-1843へ。



外国人の子ども学習支援

外国人の子ども勉強や宿題を助けます。

▶日時：①令和7年1月15日～3月19日の毎週水曜日の午後3時～5時②1月17日～3月21日の毎週金曜日の午後3時30分～5時▶場所：MIAでします▶対象：公立の小学校と中学校で勉強している外国人の子ども①15人②10人が参加できます(帰国子女は応相談)▶講師：国際交流協会日本語交流員、大学生ボランティア▶費用：お金はかかりません▶申込・問：参加する2日前までにMIA(国際交流協会)☎36-4511に来るか、電話をください。※やさしい日本語を使っています

もぐもぐ教室(離乳中期)

離乳食・口の手入れの話。離乳食の試食や相談もできます。

▶日時：令和7年1月21日(火)グループA…午前9時30分～10時15分、グループB…午前11時～11時45分▶場所：保健センター▶対象：6年5～7月生まれと親(第1子優先)、32組(申込順)▶費用：無料▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具▶申込・問：



1月11日までに電子申請で健康課☎51-0700へ。

かみかみ教室(離乳後期)

離乳食・口の手入れの話。離乳食の試食や相談もできます。

▶日時：令和7年1月24日(金)グループA…午前9時30分～10時30分、グループB…午前10時45分～11時45分▶場所：保健センター▶対象：6年3～5月生まれと親(第1子優先)、32組(申込順)▶費用：無料▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具▶申込・問：1月14日までに電子申請で健康課☎51-0700へ。



むし歯予防教室

むし歯予防・歯磨きのポイント・栄養の話、歯科健診を行います。

▶日時：令和7年2月3日(月)午前9時30分～11時30分▶場所：保健センター▶対象：同センターで1歳6カ月児健康診査(保育相談・歯科健診)を受診した後～2歳6カ月と親、8組(申込順)▶費用：無料▶持ち物：母子健康手帳、歯ブラシなど▶そのほか：既に同教室を受けた児



姉のいる子は定期的な歯科健診を予約可▶申込・問：1月27日までに電子申請で健康課☎51-0700へ。

むさしの自然観察園

【共通】▶場所：同園(吉祥寺北町3-12)▶主催：武蔵野市▶申込：二次元コードから▶問：むさしの自然観察園☎55-7109

●スターウォッチング 星座と惑星を見よう

季節の星座を解説し、天体望遠鏡で木星や土星などを観察します。

▶日時：12月21日(土)午後5時15分～6時45分▶対象：小学3～6年生と保護者、8組(申込順)



●ミニ門松を作ろう

身近な自然素材を利用してミニ門松を作ります。

▶日時：12月22日(日)午前10時～正午▶対象：小学3～6年生、8名(申込順)



楽しく子育て

子育て中の方が気軽に利用できる催しを行っています▶定員：記載のあるものは申込順▶費用：無料▶問：詳細は主催者(各施設)にお問い合わせください。「すくすくナビ」参照。

保育園

保育園であそぼう

▶対象：記載のないものは未就学児と保護者▶費用：無料▶申込：電話で各園へ(平日午前10時～午後4時)

- 北町保育園 ☎21-6681 離乳食講座▶日時：12月17日(火)午後1時30分～2時30分▶対象：0歳児と保護者
- 吉祥寺東町すみれ保育園☎20-6640 クリスマス会▶日時：12月25日(水)午前10時～10時30分
- 吉祥寺保育園 ☎51-5206 お庭で遊びましょう▶日時：平日午前10時～午後3時30分
- ふじの実保育園 ☎55-2525 クリスマス会▶日時：12月24日(火)午前10時～11時
- 精華第二保育園 ☎38-7352 冬の感染症について▶日時：12月24日(火)午前10時30分～11時▶対象：子育て世帯
- ニチキッズ武蔵野やはた保育園 ☎60-2015 英語であそぼう▶日時：12月25日(水)午前10時から

幼稚園

▶内容：未就園児親子向け事業。各園月のうち1事業のみを掲載。詳細は各園☎参照▶持ち物：室内の事業は上履き・靴袋(親子とも)▶申込・問：各園へ

- 榎の実幼稚園 ☎22-0788 ピョピョランド▶日時：令和7年1月18日(土)午前10時～11時▶申込：1月4日から園☎
- 武蔵野相愛幼稚園 ☎43-5260 たまごの会▶日時：1月29日(水)午後1時30分～3時▶対象：2歳以上▶申込：☎園☎
- 武蔵野中央第二幼稚園 ☎52-1136 園庭解放▶日時：1月15日(水)午後1時30分～2時30分
- けやき幼稚園 ☎52-2186 冬に遊ぼう お正月会(お汁粉の振る舞いなど)▶日時：1月7日(火)午前10時～11時▶申込：不要▶問：12月中旬
- みやま幼稚園 ☎51-6029 みやまの音楽会にきてね▶日時：1月26日(日)午後1時～3時▶場所：市民文化会館大ホール
- 聖徳幼稚園 ☎31-3839 親子で楽しむ集い▶日時：1月22日(水)午後1時～2時30分▶対象：令和8年度年少予定児▶申込：園☎

子育て支援施設

▶対象：市内在住の方。2歳児対象事業は令和6年4月2日以降に3歳になった子ども対象▶内容：詳細は各施設☎参照▶託児：なし▶申込：記載のないものは②12月16日③17日午前9時から電話または直接各施設へ

①おもちゃのぐるりん

緑町2-6-8緑町二丁目 第3アパート8号棟1階 ☎37-2016 午前10時～午後4時 休館：日・月曜、祝日



●おもちゃ病院受付期間 おもちゃを預かって修理します

▶日時：12月19日(木)～27日(金)午前10時～正午、午後2時～4時▶対象：市内在住の方(1家族1点、上限に達し次第終了)▶そのほか：12月28日(土)以降、2週間以内(年末年始除く)に引き取り▶申込：直接持参

②境こども園いこっと

境4-11-6 ☎090-3256-3126 午前9時～午後4時 休館：日曜、祝日



●coco(0歳)コース 親子遊びとお話タイム▶日時：令和7年1月29日(水)午前10時～10時45分▶対象：0歳と親、10組。妊婦・パートナー、3組

●ico(1歳)コース みんなでのびのび遊んじゃおう▶日時：1月10日(金)午前10時～10時45分▶対象：1歳と親、10組

●nico(2・3歳)コース 身体を使って遊ぼう▶日時：1月24日(金)午前10時～10時45分▶対象：2・3歳と親、10組

③みんなのとことこ (とことこおやこひろば)

関前 4-17-10 ☎27-7195 休館：日・月曜、祝日



●ペアレンツday!あかちゃんのやわらか抱き方講座

▶日時：1月18日(土)午前10時30分～11時30分▶対象：妊婦・1歳ごろまでと親、5組▶講師：中保子▶申込：とことこ☎☎

●プレパパ講座2回目(オンライン)▶日時：1月18日(土)午後1時30分～3時▶対象：プレパパ～生後3カ月ごろまでのパパ、20組▶内容：産後クライシスってなあに?▶講師：大田静香▶申込：とことこ☎

●赤ちゃんのふれあいケアとカップルでのタッチケア▶日時：1月26日(日)午前10時30分～正午▶対象：1カ月～1歳ごろと夫婦、5組▶講師：大坪三保子▶申込：とことこ☎

④ひまわりこそだてひろば

RAKURU 境南町 2-17-3 ☎90-3084 午前10時～午後4時30分 休館：金・土曜、祝日



●RAKURUのクリスマス▶日時：12月22日(日)午前10時30分～11時30分▶内容：サンタのミニコンサートやフォトスポット▶申込：不要

●お正月あそび▶日時：1月5日(日)午前10時30分～11時30分▶内容：RAKURU版福笑い・羽子板など▶申込：不要

申込要領

記入事項①行事名(コース)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤そのほかの必要事項(記事に明示)●特に記載のない場合、1行事(コース)につき本人1回(家族対象のものは1家族1回)の申し込みです ●往復ハガキの場合は返信用にも住所・氏名を記入(消せるボールペン不可)

**土曜学校「ピタゴラスクラブ」
受講生募集（小学2年生対象）**
パターンブロックを使って、算数の面白さや楽しさを体験します。
▶日時：令和7年2月1日・8日・15日・22日午前10時～正午(同内容)▶場所：市役所412会議室▶対象：市内在住・在学の小学2年生、

各25名(超えた場合抽選)▶費用：無料▶持ち物：1人用レジャーシート▶申込・問：1月10日までに申込フォームまたは返信用ハガキを持って直接生涯学習スポーツ課☎60-1902へ。



子ども考古学講座「考古学へのはじめの一步」

原始・古代の暮らしや文化の解説と考古学の学び方。
▶時間：午後1時30分～3時▶場所：ふるさと歴史館▶対象：小学5年～中学3年生、15名(超えた場合抽選)▶申込・問：令和7年1月13日までに申込フォームからふるさと歴史館☎53-1811へ。



内容	日程	講師
①縄文時代の貝輪を作ってみよう	1月26日(日)	工藤雄一郎(学習院女子大学教授)
②縄文時代の打製石斧を作る	2月9日(日)	中山真治(三鷹市生涯学習課職員)
③野川遺跡と考古学調査の歩み	2月22日(土)	林徹(国際基督教大学非常勤講師)
④縄文土器をしらべる -考古学者の眼、自然科学者の眼-	3月9日(日)	小林謙一(中央大学教授)

健康

●保健センター
(〒180-0001 吉祥寺北町 4-8-10)
・健康課 (1階)
・健康づくり支援センター (1階)
・健康づくり事業団 (2階)

寒い冬こそ「ノルディックウォーキング教室」で脂肪燃焼

運動のきっかけづくり①ステップアップコース(初・中級)②ビギナーコース(初級)。
▶日時：令和7年1月22日(水)①午前9時40分～10時40分②11時～正午▶場所：陸上競技場▶対象：市内在住で20歳以上の1時間屋外で歩くことが可能な方①普段からウォーキングをしている方、ノルディックウォーキング初心者以上の方②ウォーキングや運動を始めたい・始めたばかりの方、ノルディックウォーキング未経験者向け、各25名(申込順)。運動制限のある方、要支援・要介護の方は不可)▶費用：無料▶そのほか：ポールの無料貸出あり▶申込・問：12月16日～1月17日に二次元コードまたは電話で健康づくり支援センター☎51-0793へ。



学んで実践！ウォーキング教室

靴の選び方や靴ひもの結び方、正しい姿勢で歩くための講話付き教室(初心者向け)。
▶日時：令和7年1月31日(金)午前10時～11時30分、小雨決行▶場所：武蔵野中央公園スポーツ広場▶対象：市内在住で20～64歳の1時間程度屋外で歩くことが可能な方、30名(申込順)▶費用：無料▶申込・問：1月17日までに二次元コードから健康づくり支援センター☎51-0793へ。



知って得する!カラダのセミナー

筋肉・脂肪量などを知る体成分測定と結果説明、栄養・運動講座。
▶日時：令和7年1月18日(土)午前9時30分～正午▶場所：保健センター▶対象：市内在住で20～64歳の方(ペースメーカー使用者・妊娠中・インボディ測定後1年未満の方不可)、16名(申込順)▶費用：無料▶託児：6カ月～未就学児、4名(1月14日までに要申込)▶申込・問：12月16日～1月17日に二次元コード、電話または直接健康づくり支援センター☎51-0793へ。



健康体操教室「ウェルネス・エクササイズ」 令和7年1月

運動のきっかけづくり応援。出張開催、親子で参加可あり。
▶対象：市内在住で20～64歳の運動制限がなく集団で運動が可能な方(先着順)。③のみ親子参加も可(満2・3歳1名と保護者1名)▶費用：無料▶託児：なし▶持ち物：飲み物、タオルほか▶そのほか：動きやすい服装。遅刻参加不可。詳細は二次元コード参照▶申込：不要▶問：健康づくり支援センター☎51-0793



内容	日時(開場20分前)	場所	定員	持ち物
①体幹トレーニング	14日・21日・28日(火)午前10時～11時	武蔵野プレイスパフォーマンススタジオ	14名	-
②ボディシェイプ(簡単エアロ)・ピラティス	6日・20日・★27日(月)午後1時30分～2時30分	保健センター健康増進室・★地下多目的ホール	40名	室内用運動靴、★外履用運動靴(室内用不要)
③マット・エクササイズ(親子参加プログラム)	10日・17日・24日(金)午前10時～11時	市民会館集会室	18名(子ども含む)	バスタオルまたはヨガマット

歯つらつ健康教室

噛む・飲み込む力の測定、歯磨き指導、栄養の話と口の体操など。
▶日時：令和7年1月22日・29日、2月5日・12日・19日、3月5日(水)(全6回)午前10時～11時30分(初回は9時30分から)▶場所：保健センター多目的ホール▶対象：市内在住で65歳以上の方、15名(申込順)▶費用：無料▶持ち物：筆記用具▶申込・問：1月7日(必着)までに電子申請または申込書(健康課で配布、市HPから印刷可、郵送希望の方は電話で同課へ)を郵送または直接健康課☎51-7006へ。



人間ドックを受けませんか

希望者には医師から結果説明、保健師・管理栄養士に健康相談可。
▶実施日：火・木曜▶場所：健康づくり事業団▶費用：市内住民登録のある方…2万1000円、そのほかの方…4万2600円▶そのほか：オプション検査(別途料金)…胸部CT、甲状腺ホルモン検査、腫瘍マーカーなど▶申込・問：2週間前までに申込フォームまたは健康づくり事業団☎51-2828へ(6カ月先まで予約可、予約状況は同事業団HP参照)。



休日の医療機関 12月15日(日)～31日(火)

初期救急(入院を要しない急病)○印=午前9時～午後5時 ◎印=午後5時～10時
必ず事前に連絡してから受診してください。
・症状などによってほかの病院での受診をお勧めする場合があります。
・内科に小児、小児科に成人が受診する場合は事前に電話連絡が必要です。
・午前9時～午後5時の間に1時間の休憩時間があります。
・詳細については各医療機関に電話でお問い合わせください。

日	医療機関名	診療科目	住所	☎
15日(日)	○長谷川小児科医院	小児科(成人不可)	吉祥寺北町 2-8-5	22-6804
	○いちむら内科クリニック	内科	境南町 1-30-16	39-4123
	○境・藤田クリニック	内科	境 1-7-5	37-9588
	◎武蔵野陽和会病院	内科	緑町 2-1-33	52-3212
22日(日)	○前澤クリニック	内科・小児科	境南町 3-15-21	30-2861
	○宮崎クリニック	内科	吉祥寺東町 3-8-9	23-6555
	◎武蔵野陽和会病院	内科	緑町 2-1-33	52-3212
29日(日)	○いるかこどもクリニック	小児科	桜堤 2-7-27	52-1650
	○かたおか医院	内科	西久保 3-2-22	50-5311
	○吉祥寺あさひ病院	内科	吉祥寺本町 1-30-12	22-1120
30日(月)	◎武蔵野陽和会病院	内科	緑町 2-1-33	52-3212
	○晴朗クリニック	内科・小児科	吉祥寺本町 2-10-12	23-7234
	○武蔵境あべメディカルクリニック	内科	境 1-9-9	60-3188
31日(火)	◎武蔵野陽和会病院	内科	緑町 2-1-33	52-3212
	○良寛こどもファミリークリニック	小児科・内科	中町 2-4-5-1階	27-8621
	○湯川リウマチ内科クリニック	内科・小児科	境南町 3-14-6	31-1155
◎武蔵野陽和会病院	内科	緑町 2-1-33	52-3212	

二次救急(入院を要する救急) 平日夜間、休日 24時間
*小児科は武蔵野赤十字病院で対応
武蔵野陽和会病院 内科・外科 緑町 2-1-33 ☎52-3212
※吉祥寺南病院は10月以降、診療休止しています
救急車では、市内だけでなく救急搬送可能な市外の病院にも運ばれます。隣接する区市には、24時間 365日救急車を受け入れる病院が約20カ所あります。

二次救急・三次救急(二次救急では対応できない救命・救急)
武蔵野赤十字病院 境南町 1-26-1 ☎32-3111
※同病院では、初診時に紹介状と予約が必要。まずはかかりつけ医へ。休日・夜間に緊急性の低い方が外来受診した場合、時間外選定療養費(8800円)の負担あり(15歳未満は5500円)▶問：同病院

歯科診療	午前9時～午後5時 電話連絡の上、受診		
15日(日)	田辺歯科医院	境5-20-5	☎51-2400
22日(日)	いづみ歯科クリニック	境南町3-8-7 アーク境南町1階	☎39-1230
29日(日)	花井デンタルクリニック	西久保3-2-1 アルベルコ武蔵野103	☎55-7279
30日(月)	谷口歯科クリニック	境南町2-12-12 ヴィラキャスト1階	☎34-4451
31日(火)	池園歯科クリニック	御殿山1-4-19	☎43-1414

調剤薬局 休日に開いている薬局については市薬剤師会HP参照
https://www.musayaku.jp/holiday



- 市外の医療機関でも休日診療を実施している場合があります。近隣区市の休日医療機関は、市HP「市内・都内の医療機関」参照
- 以下の電話案内、インターネットサービスにおいても市外の休日医療機関を検索できます



医療機関の検索について
東京都医療機関案内「ひまわり」
☎03-5272-0303(自動応答)
FAX03-5285-8080(聴覚障害者向け)
☎03-5285-8181(foreign language 外国語)毎日9-20
厚生労働省「医療情報ネット(ナビ)」▶

病院に行く? 救急車を呼ぶ? 迷ったときの相談先
救急車の台数には限りがあります。本当に救急車を必要としている方のためにご協力をお願いします。
東京消防庁救急相談センター
電話相談 #7119または☎042-521-2323
子供の健康相談室(東京都小児救急相談) 月～金18-翌8/土日祝年末年始24時間 #8000 または☎03-5285-8898



スポーツ

野外活動センター

【共通】▶申込・問:12月26日(必着)までに同センターHPまたはハガキ(申込要領参照し、生年月日、市内在勤・在学者は勤務先・学校名、★は部屋の希望[中央棟和室・洋室]も明記)で野外活動センター☎54-4540、gymyakatsu@musashino.or.jpへ。★はEメールでも申込可。*旅行条件説明書は同センターHPをご覧ください。(公財)武蔵野文化生涯学習事業団野外活動センター(東京都知事登録旅行業第2-6513号 一般社団法人全国旅行業協会正会員)吉祥寺北町5-11-20

●はじめよう!山登りのすすめ③ ④机上講習と⑥山行実習で専門家から地図読みについて学ぶ。

▶日時:④令和7年2月2日(日)午後1時~3時⑥24日(月・振休)午前9時10分飯能駅集合・午後2時現地解散▶場所:④武蔵野プレイス⑥柏木山(埼玉県飯能市)▶対象:中学生以上の方、16名(超えた場合抽選)。最少催行8名▶講師:小野寺齊(日本山岳・スポーツクライミング協会)▶費用:4600円▶持ち物:⑥昼食

●親子野あそびクラブ ~雪遊びをしよう~ 豪雪地帯でいろんな雪遊びしよう。▶日時:2月9日(日)午前7時三鷹駅北口出発・午後6時解散▶場所:

群馬県みなかみ町▶対象:小学生と保護者、40名(超えた場合抽選)。最少催行20名▶費用:子ども5800円、大人9600円

●自然の村直行バス運行★ 往復送迎のバス運行を利用して、清里でスキーを楽しむ。

▶日時:2月8日(土)午前7時三鷹駅北口出発~9日(日)午後5時解散▶場所:自然の村(長野県川上村)▶対象:市内在住・在勤・在学者ほか、23名(超えた場合抽選)。最少催行8名▶費用:中央棟泊大人5000円、小・中学生2400円、未就学児無料(食事・立ち寄り地での施設使用料別途)

一時保育(1月分)

体育施設利用者、スポーツ教室参加者のお子さんの一時保育。

▶日時:月~土曜(2日~4日・6日・9日・13日・27日・28日・30日・31日を除く)午前9時~午後1時▶対象:3カ月~未就学児、10名(申込順)▶費用:1時間720円、以降30分単位で360円加算、土曜は1時間770円、1時間30分1160円。詳細は総合体育館HP参照▶申込・問:希望日の2週間~2日前(利用日が月曜、14日の場合は前週の金曜)午後4時までに直接総合体育館☎56-2200(休館日は☎56-1612)へ。



命を守る「家具転倒防止金具等購入費補助事業」

CIM=Civil Information Minimum(これだけは知っておきたい市民の情報)

1月1日に発生した「能登半島地震」。その後9月の奥能登豪雨など、いまだに続く被害に心が痛みます。一方で、首都直下地震が今後30年以内に約70%の確率で起こるといわれていることを考えると、私たち一人ひとりの「備え」は不可欠です。

「14万市民の命を守る」というコンセプトのもと、市は4月1日から「家具転倒防止金具等購入費補助事業」を開始しました。市報(4月1日号、7月1日号)や、9月1日の防災の日に合わせて全戸配布されたちらし、季刊むさしの(夏号)などで目にした方も多いと思います。

この事業は、「市内に住所を有し、現に居住する方がいる世帯」に「4月1日以降に購入した家具転倒防止金具等(例えば、冷蔵庫を固定するベルト式器具や粘着マット、たんす・本棚に取り付けるL型金具や扉の開閉防止ベルト、窓ガラスの飛散防止フィルムなど)の購入費用」を「上限1万円」まで補助するというものです。所定の申請書と購入した器具のレシートなどを窓口または郵送で提出して申し込みますが、電子申請も可能です。防災課の方によると、電子申請による申し込

みが一番多いとのことでした。申請方法は市HPで確認できます。

また、器具を購入したいけれど、「どれがよいか具体的なものが分からない」、「どこで買えばよいか分からない」方は、市役所の市民防災協会、実際の器具の購入ができる上に、取り付け方法なども気軽に相談できます。

市では、これまでも高齢者のみの世帯などを対象とした家具転倒防止金具等取付事業を実施してきましたが、全世帯を対象とした事業は画期的です。せっかくの事業ですので、1人でも利用者が増え、「命を守るための対策」が進むことが大切だと思いました。

この事業以外にも、防災課では災害時の備えについて「防災啓発動画」を市HPにアップしています。職員自らが出演して分かりやすく解説していますので、ぜひ一度ご覧になってみてください。

(取材協力:防災課/執筆:伊藤恵子)▶問:記事で紹介した内容については防災課☎60-1821、CIMコラム全般については情報公開担当☎60-1809



総合体育館・温水プールの券売機・市民カードが新しくなりました

旧市民カードが使用できるのは令和7年3月31日までです(プリペイド機能を含む)。チャージ残額の現金精算はできません。詳細は総合体育館HP参照▶問:総合体育館☎56-2200



ガイド&GUIDE

ガイド&GUIDEに掲載のイベントなどの詳細は、各主催者にお問い合わせください

講座・講習・イベント

■糖尿病教室 糖尿病と眼疾患、糖尿病と神経疾患▶日時:令和7年2月1日(土)午後1時~3時(受付0時30分)▶場所:武蔵野赤十字病院山崎記念講堂▶講師:長岡奈都子・鎌田智幸(同病院医師)▶費用:無料▶持ち物:筆記用具▶申込:不要▶問:同病院医療社会事業課☎32-3111

■老いじたく講座 老いじたくの基礎知識▶日時:12月20日(金)午後1時30分~3時▶場所:市民会館第2学習室▶対象:市内在住の方、10名(申込順)▶費用:無料▶持ち物:筆記用具▶申込・問:福祉公社権利擁護センター☎66-2987

■高齢者総合センター新春囲碁・将棋大会 4局対戦し優勝者を決定。級位クラスの方の参加も可▶日時:①将棋大会...令和7年1月17日(金)②囲碁大会...24日(金)午前9時45分~午後3時30分▶場所:総合体育館①視聴覚室②大会議室▶対象:市内在住で6年4月1日時点60歳以上の方、①40名②90名(申込順)▶費用:無料▶そのほか:遅刻は不戦敗。成績優秀者には賞品あり(初参加者は受賞対象外)。対局時計使用。昼食は出ません。詳細はhttps://senta-kouza.com参照▶申込・問:①1月10日②17日までに電話または直接同センター一仮施設☎51-1975へ(午前9時~午後5時、日曜・祝日除く)。

■連続講座「わたしのフェミニズムをことばにする」 日ごろ感じているジェンダーによるモヤモヤを語り合う▶日時:①令和7年1月25日②2月8日③2月22日④3月15日(土)午後2時~3時30分▶場所:男女平等推進センター会議室▶対象:市内在住・在勤・在学の女性、①④30名②③15名▶講師:松尾亜紀子(エトセトラブックス代表)、清水晶子(東京大学大学院教授)▶費用:①④無料②③300円▶申込・問:むさしの男女平等推進市民協議会・大島☎090-4009-7456、seikatugroup.sou3004@gmail.com

■ジェシーさんの薬膳料理体験教室 野菜や果実の薬効紹介、香港式の薬膳スープとお粥の調理など▶日時:①令和7年1月25日②2月8日(土)午後1時45分~4時45分(いずれか1回)▶場所:市民会館料理室▶対象:18歳以上の方、18名(申込順)。最少催行10名▶講師:坂村慈英詩(香港出身)▶費用:2000円(国際交流協会会員1000円)。前日・当日キャンセルは参加費全額▶持ち物:エプロン、保存容器ほか▶そのほか:妊娠中・妊娠の可能性のある方不可▶申込・問:①1月16日②29日正午までに同協会☎から同協会☎36-4511へ。

■就職面接会in西東京 ①面接対策セミナー②就職面接会▶日時:①令和7年1月16日(木)午後2時~4時(開場1時30分)②23日(木)午後1時~4時(受付0時

30分~3時)▶場所:西東京市南町スポーツ・文化交流センターきらっと▶定員:①30名②100名程度▶そのほか:東京しごとセンター多摩の利用登録が必要(当日登録可)▶申込・問:東京しごとセンター多摩☎042-521-6761

■講演会「お薬の効果はどう調べるの?医療における統計学」 医薬品の効果を調べるための統計学的視点について▶日時:令和7年1月11日(土)午後2時~3時30分(開場1時30分)▶場所:成蹊学園本館大講堂▶定員:300名(先着順)▶講師:松井茂之(名古屋大学大学院教授)▶費用:無料▶申込:不要▶問:同大学Society5.0研究所☎37-3781。詳細は同大学HP参照。

スポーツ

■ジュニア剣道水曜教室後期 ①初心者②経験者▶日時:令和7年1月22日~3月26日(1月29日除く、全9回)①午後3時45分~4時45分②5時~6時▶場所:総合体育館剣道場▶対象:市内在住・在学の小学生、各15名(超えた場合抽選)▶費用:4500円(保険料含む)▶持ち物:動きやすい服装、水筒▶そのほか:未経験者歓迎、竹刀・剣道具貸し出しあり▶申込・問:1月8日までにハガキまたはEメール(申込要領参照し、生年月日、学年、①②の希望も明記)で剣道連盟・齋藤☎090-9808-7198、musashinokf@gmail.com(〒202-0023西東京市新町1-4-7-505)へ。

■ソーシャルダンス教室 ①初級②中級▶日時:①令和7年1月14日~3月25日の火曜(1月28日除く、全10回)午後3時30分~4時55分②1月10日~3月28日の金曜(1月31日・3月7日除く、全10回)6時50分~8時30分▶場所:総合体育館ダンス室▶費用:①4000円②5000円▶持ち物:ダンスシューズ▶申込・問:12月25日までにハガキまたは所定の申込用紙(同館で配布)を直接同館または電話、Eメール(申込要領参照)でソーシャルダンス連合会・島森☎080-6555-2144、t-shima2000@nifty.comへ。

■市混合ダブルス バドミントン大会 ①1部(男子が市民大会1部の組)②2部▶日時:令和7年1月19日(日)午前9時▶場所:総合体育館サブアリーナ▶対象:市内在住・在勤・在学の高校生以上の方、市バドミントン連盟登録者▶費用:1組2500円(当日集金)▶申込・問:1月8日(必着)までにハガキ・ファクス(①②の希望、所属[学校、登録クラブ]も明記)で同連盟・沼尻☎・FAX55-2675(〒180-0001吉祥寺北町3-5-15)へ。詳細は募集要項(スポーツ協会で配布、同協会HP)参照。

■太極拳初心者教室 ▶日時:令和7年1月10日~3月28日の金曜(全11回)午後7時~8時30分▶場所:総合体育館剣道場▶対象:18歳以上の方(高校生不可)、30名(超えた場合抽選)▶費用:8000円▶申込:12月25日までに武術太極拳連盟HPまた

はスポーツ協会へ▶問:同連盟事務局☎070-5594-8203、info@mwtf.jp

■やさしいウォーキング教室 ウォーキングの基本を指導し、井の頭恩賜公園から高井戸公園まで歩く▶日時:令和7年1月18日(土)午前9時30分、雨天中止▶場所:井の頭恩賜公園野外ステージ前集合▶対象:市内在住・在勤・在学の方▶費用:400円(保険料、資料代)、市ウォーキング協会会員200円、中学生以下無料▶持ち物:飲み物、敷物▶申込:不要▶問:同協会・榎本☎080-9523-0557

お知らせ

■市民社協からのお知らせ 【共通】▶問:同社協☎23-0701 ◎第5次市民地域福祉活動計画 中間まとめへの意見募集 ささえあいのまちづくりを進めるための福祉計画(令和7~12年度)に関する意見募集▶閲覧:同社協HPまたは同社協(仮事務所)▶提出方法:1月6日(月)までに同社協HPから ◎出張相談 「ちょこっと出先で生活相談」 生活に関する相談など。詳細は同社協HP参照▶日時:①1月22日(水)午前10時30分~午後0時30分②2月21日(金)午後2時~4時▶場所:①トヨタモビリティ東京武蔵野関前店(関前4-9-2)②有料老人ホームグランド武蔵野(西久保3-5-8)▶費用:無料▶申込:同社協へ。

申込要領

記入事項①行事名(コース)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤そのほかの必要事項(記事に明示)●特に記載のない場合、1行事(コース)につき本人1回(家族対象の場合は1家族1回)の申し込みです●往復ハガキの場合は返信用にも住所・氏名を記入(消せるボールペン不可)

イベント

市内の銭湯に入ろう

【共通】▶場所：境南浴場(境南町3-11-8)

●みんなでゆず湯に行こう

▶日時：12月21日(土)午後4時～11時▶入浴料：550円(小学生以下無料)▶問：産業振興課☎60-1832

●新春朝風呂に入りましょう

▶日時：令和7年1月2日(木)午前9時～午後2時▶費用：12歳以上550円、小学生200円、未就学児100円、市内在住で60歳以上の方は無料▶そのほか：干支せっけんをプレゼント(先着100名)▶問：高齢者支援課☎60-1846

ふるさと歴史館に紙芝居一座がやってくる(第3回)

開催中の展示に合わせて武蔵野にまつわる昔話を6本口演。

▶日時：12月22日(日)午後1時30分～2時30分▶場所：同館市民スペース▶講師：むさしの紙芝居一座▶費用：無料▶問：ふるさと歴史館☎53-1811

令和7年 武蔵野吉祥七福神めぐり開催のお知らせ

杵築大社、延命寺、大法禅寺、武蔵野八幡宮、安養寺を巡る。



©吉祥ベジ福神

▶日時：1月3日(金)～7日(火)午前10時～午後4時▶費用：色紙セット2000円を各寺社・吉祥寺駅前本部で販売▶そのほか：期間中特別バスの運行あり。吉祥寺駅北口前発、午前10時～午後1時の間で8便。商工会議所ほか市内各

所で七福神めぐりパンフレットを配布▶申込：不要▶問：商工会議所☎22-3631(平日のみ、12月28日～1月3日を除く)

武蔵野プレイス鉄道探検隊～駅と鉄道のひみつをみつけよう～

①JR武蔵境駅バックヤードツアー ②鉄道関連のギャラリー展示。

▶日時：令和7年1月26日(日)①午前コース…10時～午後1時、午後コース…1時30分～4時30分のうち各1時間(各コースの希望可、時間指定不可)②午前10時～午後4時30分▶対象：①小学生、各コース15名(市内在住・在学者優先し超えた場合抽選)▶費用：無料▶申込：①12月28日までに同館HP(市内在学者は学校名を備考欄に明記)または直接同館生涯学習支援係へ②不要▶問：武蔵野プレイス☎30-1901。同館HPで当落確認可(1月14日から)。



青少年の想いをカタチに展示「視点が変わる物語」作品募集

●写真を観て感じ、考えた文章作品を募集

▶対象：小学4年生以上の青少年(20歳になった年の年度末までの方)▶費用：無料▶申込：令和7年1月24日までに直接武蔵野プレイス青少年フロアへ。

●応募作品は作品集にして展示▶日程：①1月5日(日)～2月4日(火)②2月6日(木)～11日(火・祝)▶場所：①同館青少年フロア②ギャラリー▶そのほか：展示中は来館者による投票を実施。投票数が多かった作品に賞あり▶問：武蔵野プレイス青少年活動支援担当☎30-1902



地域の伝承行事「どんど焼き」

正月飾りや書き初めを燃やし、無病息災を祈る伝統行事です。

▶共催：青少協地区委員会やコミュニティ協議会など▶申込：直接各受入場所へ▶問：児童青少年課☎60-1853

Table with 6 columns: 地区名(開催場所), 日時(令和7年【 】は予備日), 点火予定時刻, 受入日時, 受入場所, 受入品. Lists various locations and their respective bonfire dates and times.

※不燃物は必ず取り除いてください。分別していないもの、お守り・破魔矢・お札などおほらいが必要なもの、ビニール・金属・プラスチックなどの燃やせないものは不可。中止(天候などによる中止も含む)の地区は、正月飾りなどの受け入れも中止

エコreゾートワークショップ(令和7年1月) 環境について楽しく学びましょう

▶場所：むさしのエコreゾート▶対象：市内在住・在勤・在学の方優先し申込順▶費用：無料(★は500円)▶そのほか：むさしのエコポイント対象付与イベント▶申込・問：二次元コードからむさしのエコreゾート☎60-1945へ。



Table with 3 columns: 日時, 内容, 講師・団体名. Details for Eco-re Zoot workshops on Jan 13, 25, and 26.



文化・芸術

(武蔵野文化生涯学習事業団)

●ケイト・リウ&エリック・ルーピオ・デュオ・リサイタル

▶日時：令和7年3月6日(木)午後7時▶場所：市民文化会館小ホール▶費用：一般2200円、☎2000円



©Anna Szklener

公演チケット申込



- チケット予約専用電話☎54-2011
●文化生涯学習事業団HP参照
●上記公演は発売中

*特に表記のない公演は全席指定、電子チケットにも対応、小学生以上に限る
*予約チケットの取り消し・変更はできません
*発売日当日：午前10時から電話・インターネット予約のみの取り扱い
*発売日翌日(休館日を除く)以降：市民文化会館、公会堂、スイングホール、吉祥寺シアター各窓口でも購入可(芸能劇場は休館中)
*アルテ友の会には、電話予約時またはチケット取り扱いの各窓口で同時入会可。年会費1000円

●吉祥寺美術館 令和7年度市民ギャラリー抽選申込受付中

1月4日までに郵送または直接吉祥寺美術館へ。詳細は令和7年度版利用案内または同館HP参照。

施設の使用申込

*インターネット申込には、事前に施設窓口での登録手続きが必要
*ホール・劇場には、非営利の市内アマチュア芸術文化団体の優先制度(要事前登録、審査あり)があります
*施設の利用条件、抽選の申込要件、上記優先制度などの詳細は、文化生涯学習事業団HP(各施設ページ)をご覧ください

Table with 6 columns: 施設名, 室名, 使用期間, 郵送締切(必着), 送付先, インターネット受付締切. Lists facility availability for various venues like the Civic Cultural Center and Gijyosha Theater.

*抽選結果確定後、15日から通常の使用申込が可能となります
*芸能劇場は工事中につき3月末まで閉館中です。市民文化会館3階に仮事務所を設置しています

市民文化会館：〒180-0006 中町3-9-11 ☎54-8822
吉祥寺美術館：〒180-0004 吉祥寺本町1-8-16F&Fビル7階 ☎22-0385
吉祥寺シアター：〒180-0004 吉祥寺本町1-33-22 ☎22-0911
公会堂：〒180-0003 吉祥寺南町1-6-22 ☎46-5121
芸能劇場：〒180-0006 中町1-15-10 ☎55-3500
スイングホール：〒180-0022 境2-14-1 ☎54-1313
かたらいの道 市民スペース：〒180-0006 中町1-11-16 武蔵野タワーズ1階 ☎50-0082
松露庵：〒180-0021 桜堤1-4-22 ☎36-8350



年末年始の業務

市役所は12月28日(土)～令和7年1月5日(日)休みます

施設	12月		1月			備考
	27	28	4	5	6	
	金	土	土	日	月	
市役所	○					各種戸籍届出は休み中も市役所当直で受け付け
中央市政センター(夜間窓口)						12/25(水)まで。12/27(金)は臨時休止
中央市政センター(休日開庁)						年始は1/12(日)から。
市民文化会館、芸能劇場	○	○	○	○	○	芸能劇場は3/31(月)まで改修工事で閉館中。仮事務室は午後5時まで
公会堂、スイングホール	○	○	○	○		
吉祥寺美術館	○	○	○	○	○	事務室のみ開館。1/10(金)まで展示室休室
松露庵、吉祥寺シアター、かたらいの道市民スペース、市民会館、男女平等推進センター	○	○	○	○	○	
ふるさと歴史館		○	○	○	○	
むさしのエコreゾート	○	○				
中央図書館		○				芸能劇場・吉祥寺東急REIホテルのブックポスト…12/28(土)午後5時まで、1/4(土)午前10時から
吉祥寺/武蔵野プレイス	○	○	○	○	○	
桜堤児童館	○	○	○	○	○	
0123 吉祥寺	○	○	○	○	○	
0123 はらっぱ				○	○	
すくすく泉	○					ひろば: 1/7(火)午前10時から。一時預かり: 12/27(金)は午後4時まで、1/6(月)は午前10時から
おもちゃのぐりりん	○	○	○			
子育てひろばみずきっこ	○	○	○			
ファミリーサポートセンター	○	○	○			
国際交流協会(MIA)	○	○	○			12/28(土)は午後5時まで、1/4(土)は午前9時から
スポーツ協会	○					
総合体育館/温水プール/テニスコート/軟式野球場/ストリートスポーツ広場/陸上競技場/緑町スポーツ広場/中央公園スポーツ広場/野外活動センター	○	○	○	○	○	
保健センター、みどりのこども館(ハビット・ウィズ)、市民社協、福祉公社、ホームヘルプセンター武蔵野	○	○				
障害者福祉センター	○	○	○			
障害者総合センター	○	○	○			パルプクーラー: 年末は12/26(木)まで、年始は1/7(火)から
ボランティアセンター武蔵野	○	○				
高齢者総合センター	○	○	○			
各在宅介護・地域包括支援センター	○	○	○			緊急時の電話相談は休み中も受け付け(※)

●ムーブス全線: 12/30(月)～1/3(金)年末年始ダイヤに変更。時刻表は、市HPに掲載および各停留所に掲示。
 ●ファミリーサポートセンター: 各施設に要問い合わせ。
 (※)12/29(日)～1/3(金)ゆとりえ・桜堤ケアハウスは日直を配置(開館)/吉祥寺本町・高齢者総合センター・吉祥寺ナーシングホーム・武蔵野赤十字は携帯に転送

コミュニティセンター事業案内 12月

事業の詳細は各コミセンにお問い合わせください▶申込: 事前に電話または窓口へ(申込順、市報発行日1日・15日から受け付け[休館日を除く])。特に表記のないものは、会場は各コミセン、無料、当日直接会場へ▶問: 各コミセン

吉東	26日(木)	つどい「今年を振り返って～地域の諸問題について話し合おう」▶時間: 午後6時▶申込
吉北	21日(土)	健康イベント「親子で学ぶ走り方教室」▶時間: 午前10時～午後2時▶定員: 50組▶費用: 500円▶申込
中央	22日(日)	中コミXmasライブ～地域の方とライブで楽しもう▶定員: 40名▶内容: 午前10時 ダンディーズ「子どもたちとクリスマスソングを歌おう」、11時 一・四中おやじバンド、午後1時 レイキーズ「なつかしの昭和歌謡ほか」
西久保	20日(金)	スマホ相談会▶時間: 午後2時～3時▶定員: 各3名▶費用: 100円
八幡町	1月25日(土)～26日(日)	多摩湖往復ナイトハイク▶対象: 第五中学生、西久保・関前在住の中学生▶費用: 100円▶共催: 西久保・関前コミセン、青少協第五地区・関前南地区、第五中PTA▶申込: 20日まで
	26日(木)	フェルトボールリースづくり▶時間: 午前10時▶定員: 20名(未就学児は保護者同伴)▶内容: カラフルなフェルトボールを使いリースを作る▶申込

■コミセン年末年始など休館日

吉東	12月28日(土)～令和7年1月4日(土)
御殿山	12月28日(土)～1月6日(月)
西久保	12月28日(土)～1月5日(日)
本宿・吉南・本町・吉西・吉西分館・けやき・中央・中町集会所・八幡町・関前・関前分館・境南・桜堤	12月29日(日)～1月5日(日)
吉北・北ホール	12月29日(日)～1月6日(月)

連絡先

電話をかける際はお間違いのないようご注意ください

吉祥寺東(吉祥寺東町1-12-6) ☎21-4141	中町集会所(中町1-28-5) ☎53-2251
本宿(吉祥寺東町3-25-2) ☎22-0763	西久保(西久保1-23-7) ☎54-8990
吉祥寺南町(吉祥寺南町3-13-1) ☎43-6372	緑町 令和7年3月(予定)まで休館
御殿山(御殿山1-5-11) ☎48-9309	八幡町(八幡町3-3-16) ☎54-0169
本町(吉祥寺本町1-22-2) ☎22-7002	中央公園北ホール(八幡町2-5-3) ☎56-0055
吉祥寺西(吉祥寺本町3-20-17) ☎55-3297	関前(関前2-26-10) ☎51-0206
吉祥寺西分館(吉祥寺本町4-10-7) ☎55-3297	関前分館(関前3-16-6) ☎51-0206
吉祥寺北(吉祥寺北町1-22-10) ☎22-7006	西部 7年3月(予定)まで休館
けやき(吉祥寺北町5-6-19) ☎54-8719	境南(境南町3-22-9) ☎32-8565
中央(中町3-5-17) ☎53-3934	桜堤(桜堤3-3-11) ☎53-5311

申込要領

記入事項①行事名(コース) ②住所③氏名(ふりがな) ④電話番号⑤そのほかの必要事項(記事に明示) ●特に記載のない場合、1行事(コース)につき本人1回(家族対象のものは1家族1回)の申し込みです ●往復ハガキの場合は返信用にも住所・氏名を記入(消せるボールペン不可)



図書館

- 中央図書館: 吉祥寺北町 4-8-3 ☎51-5145
- 吉祥寺図書館: 吉祥寺本町 1-21-13 ☎20-1011
- 武蔵野プレイス: 境南町 2-3-18 ☎30-1900



▲図書館HP

電子書籍サービス体験会 「おためし電子書籍」

タブレット端末を使って実際に電子書籍を読めます。

▶日時: 12月26日(木) 午後2時～3時(出入り自由) ▶場所: 中央

図書館正面玄関▶対象: 市内在住・在勤・在学の方▶費用: 無料▶持ち物: スマートフォンなど持参可▶申込: 不要▶問: 中央図書館

土曜の午後の映画会

「あの頃～昭和の風景～1945-1989」、NHKアーカイブニュース映像、2019年、101分、モノクロ(一部カラー映像あり)

▶日時: 12月28日(土) 午後2時30分(開場2時15分) ▶場所: 中央図書館視聴覚ホール▶対象: 図書館の利用登録をしている中学生以上の方、70名(先着順)▶費用: 無料▶持ち物: 図書館カード▶申込: 不要▶問: 中央図書館



ごみとリサイクル

- ごみ総合対策課: 〒180-0012 緑町3-1-5 ☎60-1802
- クリーンセンター係: ☎54-1221
- 粗大ごみ受付センター: ☎60-1844

ごみの最終処分について

ごみの焼却灰は、日の出町の皆様のご理解とご協力を得て設置されている二ツ塚最終処分場へ運ばれます。処分場の埋め立てが終了した場合、次の処分場を確保できる見込みはありません。処分場の負担を減らすためにも、ごみの減量、資源化にご協力をお願いします

▶問: ごみ総合対策課

年末年始のごみ収集

通常収集は12月27日(金)まで、年始は令和7年1月6日(月)から▶問: ごみ総合対策課

●年末特別収集(燃やすごみのみ)

収集日	対象地域
12月30日(月)	吉祥寺東町、吉祥寺南町、御殿山、吉祥寺本町、吉祥寺北町、中町
12月31日(火)	西久保、緑町、八幡町、関前、境、境南町、桜堤

●年末年始の粗大ごみ収集・持込

	年末最終	年始開始
収集	12月27日(金)	1月6日(月)
予約電話受付※	12月28日(土)	1月4日(土)
持込	12月28日(土) 午前9時～11時30分	1月4日(土) 午前9時～11時30分

※インターネット受付は24時間申込可(メンテナンス期間を除く)

危険・有害ごみをほかのごみと混ぜて出さないでください
火災の原因となり非常に危険です

リチウムイオン電池の分別を動画で紹介



市民伝言板

市民の市内での活動の情報交換や仲間づくりをお手伝いするためのコーナーです。講師の方などの敬称略。掲載内容の責任は主催者にあります。詳細は、各催しの圓の方にお問い合わせください。

掲載希望の方へ

▶対象: 市民または市民サークルによる市内での活動・催し。同一人・サークルの掲載は6カ月に1回▶掲載基準: 申込書別紙および市HPに掲載。必ずご確認ください▶申込: 申込フォームまたは所定の申込用紙(秘書広報課、各市政センターで配布、市HPから印刷可)を郵送・ファクスまたは直接秘書広報課☎60-1804、FAX55-9009へ。



掲載申込締切: 2/1号…12月23日、2/15号…1月10日

おいでください 市民が市内で主催する催しなど。特に表記のないものは無料

催しもの(団体名)	日時・場所	会費/申込・問
原爆80年を記念して被爆証言集を発行。証言者の話を聞きます(武蔵野けやき会)	12月17日(火) 午後2時～4時/スイングレインボーサロン	松田 ☎090-9382-5002

仲間あつまれ

市民が市内で活動しているサークルなど 円は入会金。特に表記のないものは無料

活動内容(団体名)	活動時間・場所	会費/申込・問
剣道/小・中学生、初心者歓迎。見学・体験随時(アジア剣士会)	木曜午後5時30分～7時30分、土曜午後4時～7時、日曜午後1時～3時/亜細亜大学体育館地下剣道場	月3000円 中島 ☎090-1434-3612
健康で楽しく、勝利を目指すソフトボールチーム(武蔵野SBC[武蔵野ソフトボール倶楽部])	日曜午前11時～午後2時/第二中	月1000円 涌田 ☎090-1764-7640