

プレーパーク～公園で遊ぼう～

子どもが自由に遊べて自由に過ごせるプレーパークを開催。
▶対象：高校生以下▶そのほか：駐車場なし。詳細は市HP参照
▶問：プレーパークむさしの ☎26-9317、児童青少年課 ☎60-1853



Table with 3 columns: 場所 (Location), 日時 (Date/Time), 問 (Contact). Locations include 境冒険遊び場公園, 大野田公園, and 松籟公園.

5市共同事業子ども体験塾「アニメキッズフェス！」

アニメーションの世界を「観て、聞いて、作って」、五感で楽しむイベント。
▶日時：12月13日(土)・14日(日) 午前10時～午後5時(14日は4時まで)
▶場所：三鷹市公会堂光のホール・さんさん館(三鷹市野崎1-1-1)
▶対象：武蔵野・三鷹・小金井・国分寺・国立市在住・在学の3～18歳と保護者(応募者多数の場合抽選)
▶費用：無料▶主催：5市共同事業実行委員会▶そのほか：スタジオジブリ作品などの上映会、体験型スタンプラリー、ワークショップなど
▶申込：11月15日までに二次元コードから同イベント事務局へ▶問：三鷹市企画経営課 ☎29-9031、武蔵野市企画調整課 ☎60-1801



い公園(関前5-18)▶対象：市内在住・在園の2歳以上で収穫体験に参加できる未就学児(ベビーカーは畑に入れません)と保護者、各30世帯(超えた場合抽選)▶費用：1000円程度▶持ち物：手袋、レジ袋3袋程度ほか▶申込：10月22日までに二次元コードから武蔵野農業ふれあい村へ▶問：武蔵野農業ふれあい村 ☎25-3197、緑のまち推進課 ☎60-1863



むさしの発見隊「きのみをさがして」



井の頭恩賜公園で木の実を探しながら、縄文時代の人々の食生活を想像してみませんか。
▶日時：11月8日(土)午前9時30分～正午、雨天実施▶場所：井の頭恩賜公園、公会堂▶対象：小学3～6年生と保護者、15組(2名1組。市内在住・在学者優先し、超えた場合抽選)▶講師：小町友則(武蔵野自然塾)ほか▶費用：無料▶持ち物：筆記用具、長袖・長ズボンほか▶申込・問：10月19日までに申込フォームからふるさと歴史館 ☎53-1811へ。



親子で参加！こども国際交流クラブまつりコース

英語を使った遊び。シアターゲーム。
▶日時：11月16日(日)①午前10時40分～11時15分②11時45分～午後0時30分▶場所：スイングホール▶対象：①3～5歳と保護者②6～8歳と保護者、各25組(超えた場合抽選)▶講師：ミシェル・リチャードソン(アメリカ出身)▶費用：無料▶申込・問：11月5日までに国際交流協会HPまたは電話で国際交流協会 ☎36-4511へ。11月6日に参加の可否を連絡。



未就学親子収穫体験



秋野菜3・4種類程度の収穫体験。
▶日時：11月8日・29日、12月6日・13日(土) 午前9時～10時30分、小雨実施▶場所：農業ふれあ



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)

10月は骨髄バンク推進月間

移植を必要とする方を1人でも多く救うために、ドナー登録にご協力をお願いします。
▶そのほか：市では年間を通じて、骨髄等提供者(ドナー)の経済的・心理的負担を軽減し、移植およびドナー登録の推進を図るため、奨励金を交付しています。奨励金交付の条件や必要書類の詳細は市HP参照
▶問：健康課 ☎51-7004



知って得する!カラダのセミナー

目からウロコの簡単自分ケア。部位別筋肉・脂肪量などの体組成測定と結果説明、栄養・運動講座。
▶日時：10月30日(木) 午後1時50分～4時15分(受付1時45分)▶場所：商工会館市民会議室▶対象：市内在住の20～64歳で全時間参加できる方(ペースメーカー使用者・妊娠中の方・前回の体組成測定から1年未満の方不可)、16名(申込順)▶講師：健康づくり人材バンク▶費用：無料▶申込・問：前日までに二次元コード、電話または直接健康づくり支援センター ☎51-0793へ。



休日の医療機関

10月1日(水)～14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

Table with 5 columns: 日 (Day), 医療機関名 (Medical Institution Name), 診療科目 (Medical Specialty), 住所 (Address), 電話 (Phone Number). Lists various hospitals and clinics for 5th, 12th, and 13th of the month.

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

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

Table with 4 columns: 日 (Day), 医療機関名 (Medical Institution Name), 住所 (Address), 電話 (Phone Number). Lists dental clinics for 5th, 12th, and 13th of the month.

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



Medical Institution Search and Emergency Services section. Includes '医療機関の検索について' (About Medical Institution Search) with contact info for Tokyo Medical Center, and '病院に行く?救急車を呼ぶ?迷ったときの相談先' (Where to go? Call ambulance? Contact info for Tokyo Fire Department Emergency Consultation Center).

種類	受診日/対象者・内容など	申込
10月申込の健診・検診	経過観察中・自覚症状のある方は医療機関で受診をしてください。詳細は「がん検診ガイド」、市HP参照/対象(年齢は令和8年3月31日時点)、 ① 定員、 ② 実施機関、 ③ 内容、 ④ 費用▶問:健康課☎51-7006、健康づくり事業団☎51-2828	
40歳からの女性のためのがん検診(乳がん・胃がんエックス線・肺がんセット検診) ※託児あり(6カ月以上、7日のみ)	11月7日(金)・17日(月)/午前8時30分~11時15分 ④40歳以上の女性。昨年度市の乳がん検診・胃がん内視鏡検診を受診した方、妊娠中または可能性のある方、授乳中または断乳後3カ月以内の方、職域などほかで受診機会がある方は対象外③30名(申込順)⑤健康づくり事業団⑥問診、乳房エックス線検査(マンモグラフィ)、胃部エックス線検査(バリウム検査)、胸部エックス線検査、喀痰細胞診(基準に該当する方のみ)⑦無料(3種すべて受診が条件)	ハガキ・封書(記入事項は以下)または直接健康課へ。市HPから申込可 【記入事項】 [11月の40歳からの女性のためのがん検診希望]、住所、氏名、生年月日、電話番号、託児希望は子の氏名・生年月日・性別
胃がんエックス線・肺がんセット検診 ※胃がんエックス線検診のみの受診も可	11月5日(水)・8日(土)・10日(月)・12日(水)・14日(金)・19日(水)/午前8時30分~11時15分 胃:③35歳以上で、昨年度市の胃がん内視鏡検診未受診の方⑥問診、胃部エックス線検査(バリウム検査) 肺:④40歳以上の方⑥問診、胸部エックス線検査、喀痰細胞診(基準に該当する方のみ) 【共通】妊娠中または可能性のある方、職域などほかで受診機会がある方は対象外③90名(申込順)⑤健康づくり事業団⑦無料	ハガキ・封書(記入事項は以下)または直接健康課へ。市HPから申込可 【記入事項】 [胃・肺セット検診希望]・[胃がん検診希望]、第3希望日まで(時間指定不可)、住所、氏名、生年月日、電話番号
肺がん検診	④40歳以上の方。妊娠中または可能性のある方、職域などほかで受診機会がある方は対象外③市内指定医療機関⑥問診、胸部エックス線検査、喀痰細胞診(基準に該当する方のみ)⑦無料 ※検診日時は、市から受診券シールが届いたら直接医療機関に予約 ※医療機関は予告なく変更する場合があります	ハガキ・封書(記入事項は以下)または直接健康課へ。市HPから申込可 【記入事項】 [肺がん検診希望]、住所、氏名、生年月日、電話番号
若年層胸部検診	④16~39歳の方⑤健康づくり事業団⑥問診、胸部エックス線検査⑦無料	
肝炎ウイルス検診	④40歳以上で同検診未受診・ほかに受診機会のない方※市国保・後期高齢者医療制度加入者は健診時に実施⑤健康づくり事業団⑥問診、血液検査⑦無料	電話または直接健康づくり事業団へ
若年層健康診査	④16~39歳の方でほかに健診の機会がない方③市内指定医療機関⑥問診、身体測定(腹囲を含む)、血圧測定、尿検査、血液検査、胸部エックス線検査⑦無料 ※健診日時は、市から受診券シールが届いたら直接医療機関に予約	ハガキ・封書(記入事項は以下)または直接健康課へ。市HPから申込可 【記入事項】 [若年層健康診査希望]、住所、氏名、生年月日、電話番号
眼科健康診査	④40歳以上の方。手元に受診券シールが届いていない方は健康課へ。市の健康診査を受診の方(市国保・後期高齢者医療制度加入者)は内科受診後、内科医より受診に必要なものの交付があるため申込不要③市内指定医療機関⑥問診、屈折検査、視力検査、眼圧検査、細隙灯顕微鏡検査、眼底検査⑦500円 ※健診日時は、市から受診券シールが届いたら直接医療機関に予約	電話または直接健康課へ。市HPから申込可
歯科健康診査	令和8年2月28日(土)まで ④20・25・30・35歳、40歳以上の方。手元に受診券シールが届いていない方は健康課へ③市内指定歯科医療機関⑥歯科健診⑦無料 ※健診日時は、市から受診券シールが届いたら直接医療機関に予約	電話または直接健康課へ。市HPから申込可
妊婦歯科健診	④妊娠中の方③市内指定歯科医療機関⑥歯科健診⑦無料※受診票は母子健康手帳と共に交付(母と子の保健バップに同封)	転入の方は電話または直接健康課☎51-0700へ

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

文庫連 秋の催し

講演会「物語づくりの舞台裏」。

▶日時：10月19日(日)午後2時~4時(開場1時45分)▶場所：中央図書館視聴覚ホール▶対象：小学生高学年以上、50名(申込順)▶講師：濱野京子(作家)▶費用：無料▶申込・問：10月2日午前9時30分から申込フォーム、電話または直接中央図書館2階カウンターへ。



シネマプレイス~日曜の午後の映画会~ 「燈火は消えず」



©A Light Never Goes Out Limited. All Rights Reserved.

2022年、香港、103分、カラー、広東語(日本語字幕)、監督…アナスタシア・ツァン。

▶日時：10月19日(日)午後2時30分(開場2時)▶場所：武蔵野プレイスフォーラム▶対象：市内在住・在勤・在学の中学生以上、100名(申込順)▶費用：無料▶申込・問：10月2日午前9時30分から電話または直接武蔵野プレイスカウンターへ。

どっきんどようび



映画会「うっかりペネロペ おもしろいこと大好き編」、工作「かぼちゃのバケットをつくろう」。

▶日時：10月11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：幼児・小学生(保護者同伴可)、30名(先着順)▶費用：無料▶申込：不要▶問：中央図書館



10月の休館

中央：1日(水・館内整理日)・3日・10日・17日(金)・特別整理休館20日(月)~27日(月)・31日(金)。13日(月・祝)は、午後5時まで。

吉祥寺・武蔵野プレイス：1日・8日・15日・22日・29日(水)。

▶そのほか：特別整理休館中は、原則としてその館の資料の取り寄せはできません。予約資料の取置期間は特別整理の日数分延長されますので、受取館の開館後に借りてください▶問：中央図書館

1月に休館を予定しています

年末年始とシステム更新のため。

▶日程：12月29日(月)~令和8年1月12日(月・祝)▶場所：全館▶問：中央図書館

CO+LAB MUSASHINO 認定店舗を紹介する動画を公開中!!

地元の美味しいグルメをたっぷり紹介

CO+LAB MUSASHINO では、市内の認定店舗に「孤独のグルメ」原作者の久住昌之さんや市職員が訪問し、旬の地産地消グルメを紹介する動画をYouTubeチャンネルにて続々公開中です

▶問：産業振興課☎ 60-1832





消費生活センター 後払い決済サービスに注意!

相談の窓口から ~商品到着後に支払えることに安心しないで~

【後払い決済サービスって何?】
商品が届いた後に支払うことができる決済手段です。利用者は年々増え、それに伴いトラブルも増加しています。

◆メリット
・インターネット通販などで手軽に利用できる
・クレジットカードを持たない消費者でも利用が可能

◆デメリット
・販売会社に直接支払うと考えがちだが、実際は後払いサービス事業者がほとんど介在している
・後払い事業者を規制する法律はなく、トラブル解決が難しくなる傾向がある

【トラブル事例】
インターネット広告を見て洋服を購入し、代金は後払いにした。しかし届いた商品は、注文品と異なる粗悪品だった。販売業者にEメールで解約を伝えるが、返事がない。その後、代金支払い請求の振込用紙が届いたが、放置していたら弁護士事務所から通知が来た。
※代金支払い請求の振込用紙が、商品と同封されている場合もあり

【解決策】
まずは販売事業者と話し合う必要があります。販売事業者との交渉が難しい場合でも、支払いを放置せず後払い事業者に連絡して経緯を伝え、早急に消費生活センターに相談しましょう。

【注意点】
・申し込みや契約をする前に、商品画像、契約・解約や割引などの条件・支払方法などを確認
・申込画面はスクリーンショットを撮る
困った時は消費生活センターに相談しましょう。
消費生活センターでは、消費生活に関するさまざまな相談を受けています▶相談専用電話：☎21-2971▶時間：平日午前9時~午後4時(来所相談は予約制)▶対象：市内在住・在勤・在学の方▶費用：無料▶問：消費生活センター☎21-2972



スポーツ

野外活動センター

【共通】▶申込・問：10月14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・在園者は勤務先・学校名・園名、★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、murabus@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。直接お問い合わせください。(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

アウトドアカレッジ～ステップアップクッキング

野外炊事の応用講習会。学んで食べて、レポートリーを増やそう。

▶日時：11月9日(日)午前10時5分～午後4時▶場所：二俣尾・武蔵野市民の森自然体験館(青梅市二俣尾4-1115)(現地集合・解散)▶対象：15歳以上の方(中学生を除く)またはサポートスタッフ登録者、20名。最少催行7名▶講師：国際自然大学校▶費用：4500円(登録者2600円)

碓氷峠アプトの道ハイキング

国指定重要文化財の鉄道施設を巡り、歴史と文化を学びます。▶日時：11月12日(水)三鷹駅北口午前7時出発・午後6時30分解散▶場所：群馬県安中市▶対象：15歳以上の方(中学生を除く)、24名。最少催行12名▶講師：安

中市観光機構▶費用：1万700円▶持ち物：昼食●親子野あそびクラブ～畑で収穫体験をしよう

収穫体験をして野菜について学ぶ。▶日時：11月16日(日)①午前10時～正午②午後1時30分～4時▶場所：榎本農園(関前コミセン集合・解散)▶対象：①年中・年長児と保護者②小学生と保護者(2名1組)、各15組(超えた場合抽選)。最少催行各8組▶費用：1組①2700円②3500円(交通費実費)

●土曜学校森林体験教室 -入門編②- 散策や木を使った自然体験。▶日時：11月22日(土)午前7時30分市役所前出発・午後5時解散▶場所：二俣尾・武蔵野市民の森(青梅市)▶対象：市内在住・在学の小学生、24名(超えた場合抽選)。最少催行12名▶講師：青梅木こりの仲間たち▶費用：無料▶持ち物：昼食

●天体観望会 大型天体望遠鏡で夜空の宝石探し。▶日時：11月23日(日・祝)午後1時三鷹駅北口出発～24日(月・振休)午後3時解散、1泊2日▶場所：自然の村(長野県川上村)▶対象：小学生以上(小学生は保護者も要申込)、25名(超えた場合抽選)。最少催行13名▶講師：遠藤勇夫、岩下由美▶費用：小学生9900円、中学生以上1万3000円▶そのほか：宿泊は男女別相部屋

●自然の村直行バス運行★ 往復送迎のバス運行を利用して、小諸と自然の村を楽しみます。▶日時：11月14日(金)午後7時三鷹駅北口出発～16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7000円、小・中学生3300円、未就学児無料(食事・立ち寄り地での施設使用料別途)



ワンデースポーツ 障がい者のためのスポーツ広場

ストレッチや体操、卓球、バドミントン、ボッチャなどの競技を体験。

▶日時：10月25日(土)午後2時～5時▶場所：総合体育館サブアリーナ▶対象：障害のある方と介助者、30名(先着順)▶費用：障害者手帳所持者で市内在住の方はプラチナカードで無料、市外在住の方は410円。介助者は参加者1名につき1名まで無料▶持ち物：運動できる服装、室内履き、飲み物(ふた付き)▶申込：不要▶問：総合体育館 ☎56-2200。詳細は同館HP参照。



10月の市民スポーツデー

市立小学校の校庭・体育館を一般開放します。

▶日時：10月19日(日)午後1時30分～4時30分▶場所：第一・第二・第三・本宿・千川小▶費用：無料▶持ち物：体育館履き、飲み物、タオル▶申込：不要▶問：生涯学習スポーツ課 ☎60-1903

武蔵野中央公園スポーツ広場 使用中止日のご案内(11月)

大会使用および整備予定のため受け付けできません。

▶日時：1日(土)・2日(日)・7日(金)～9日(日)・14日(金)・16日(日)～21日(金)・23日(日・祝)・29日(土)・30日(日)午前9時～午後5時、15日・22日(土)午後1時～5時▶問：総合体育館 ☎56-2200

市民スポーツフェスティバル



▶日時：10月13日(月・祝)午前10時～午後3時30分▶場所：総合体育館、陸上競技場▶費用：無料▶持ち物：室内用運動靴▶申込：不要▶問：スポーツ協会 ☎55-4119



実施種目 バドミントン、フリースローバスケット、ソフトバレーボール、柔道受け身体験、モルック体験、スラックライン、エア遊具、ラグビー体験、ボール遠投、ミニサッカー・スピードガンほか

温水プール臨時休場のお知らせ

イベント開催のため一般開放はありません。

▶日時：10月13日(月・祝)午前9時～午後1時▶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

■肝臓病教室「糖尿病と肝疾患」糖尿病と肝疾患の関係、脂肪肝に関する講演▶日時：10月27日(月)午後2時30分～4時▶場所：①武蔵野赤十字病院むさしの講堂②オンライン(Zoom)▶定員：①40名(申込順)▶講師：榎本圭佑(同病院内分泌代謝科医師)▶費用：無料▶申込・問：同病院肝疾患相談センターHPまたは電話で同センター ☎32-3135(平日午前9時30分～午後4時)へ。

■ふらっとカフェ～介護の食事について知ろう～ 普通食を工夫しカロリー食やペースト食の作り方を学ぶ▶日時：10月18日(土)午後1時30分～3時▶場所：吉祥寺ホーム集会所▶定員：10名程度▶講師：安藤優里(同ホーム食事サービス室主任管理栄養士)▶費用：無料▶そのほか：試食あり▶申込・問：吉祥寺ナーシングホームデイサービスセンター ☎20-0886

■十色Cafe 気軽に相談ができる対話と交流の場 介護や高齢者の生活に関する情報交換やミニ講座▶日時：10月10日(金)午後2時～3時30分▶場所：吉祥寺本町在宅介護支援セン

ター▶対象：市内在住・在勤・在学で介護をしている・関心のある・将来に備えたい方、15名▶費用：100円(お茶代)▶申込・問：吉祥寺本町在宅介護・地域包括支援センター ☎23-1213

■北町高齢者センター はなみずき祭り2025 地元飲食店お弁当・お菓子・地産野菜販売、カフェ▶日時：10月12日(日)午前10時30分～午後2時30分▶場所：同センター(吉祥寺北町4-1-16)▶申込：不要▶問：同センター ☎54-5300

■老いじたく講座 エンディングノートの書き方▶日時：10月9日(木)午前10時～11時30分▶場所：かたらいの道市民スペース第1会議室▶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

■シルバー人材センター10月の予定 ①入会説明会②手芸品販売、衣類などのお仕立て・お直し③パソコン教室④庭木の手入れ申込受付▶日時：①14日(火)午後1時30分②2日・16日(木)午前10時～午後3時(雨天強風時は翌週)③随

時相談(1回1時間30分)④令和8年1～3月作業分▶場所：①③同センター②市役所正面玄関▶対象：①市内在住で60歳以上の健康で働く意欲のある方▶費用：③1回2600円▶持ち物：①年度会費2000円、ゆうちょ銀行の通帳など▶申込・問：①前日までに電話②不要③電話または同センターHP④10月31日(必着)までにハガキで同センター ☎55-1231へ。詳細は同センターHP参照。

■たんぼぼチャリティーコンサート2025 講演とチャリティーコンサートほか▶日時：10月25日(土)午後1時～3時20分▶場所：公会堂ホール▶講師：秋山正子(暮らしの保健室室長)▶出演：あさみちゆき(歌手)▶費用：2500円(中学生以下1200円)▶申込・問：ナースケアたんぼぼの家 ☎38-9107

■しごたま就職面接会in調布 ①面接対策セミナー②就職面接会▶日時：①10月16日(木)午後1時～3時(開場0時30分)②17日(金)第1部…午前10時～午後0時15分(受付9時30分～11時15分)、第2部…午後1時45分～4時(受付1時15分～3時)▶場所：調布市文化会館たづくり(調布市小島町2-33-1)▶対象：おおむね

55歳以上の方①50名(申込順)②各部50名程度(予約優先)▶費用：無料▶持ち物：面接を希望する企業数分の履歴書(エントリーシート対応可)▶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：同センター ☎042-521-6761

■商工会議所からのお知らせ 【共通】▶申込・問：同会議所 ☎22-3631(平日午前9時～午後5時15分)。詳細は同会議所HP参照。

●サイバーセキュリティセミナー▶日時：11月6日(木)・7日(金)午後2時～5時▶場所：商工会館市民会議室▶定員：各日15名(申込順)▶講師：富士通(株) ●商工会議所街頭無料相談会・生活密着セミナー 各士業によるワンストップ相談会▶日時：10月25日(土)午前10時～午後4時▶場所：コピス吉祥寺ふれあいデッキこもれびほか▶そのほか：事前予約優先

■むさしのまち歩きツアー 戦争遺跡を訪ねる平和散策コース。約5km(2.5時間)▶日時：11月16日(日)午前9時20分▶場所：JR武蔵境駅中央改札前▶定員：30名(申込順)▶費用：1000円▶申込・問：観光機構

☎23-5900、kanko_office@musashino-kanko.com

■行政書士による相談会 相続、遺言、事業の許認可、ビザ申請手続、起業などに関する相談▶日時：10月21日(火)午前9時30分～11時50分▶場所：市役所ロビー▶講師：東京都行政書士会武蔵支部▶費用：無料▶申込：不要▶問：東京都行政書士会武蔵支部 ☎66-2902

■武蔵野消防署 ムーフェスタ 消防の魅力と防災の大切さを楽しく学ぶ▶日時：10月18日(土)午後1時30分～4時▶場所：吉祥寺駅北口平和通り▶主催：吉祥寺平和通り商店会▶問：武蔵野消防署 ☎51-0119。詳細は同フェスタHP参照。

■司法書士・土地家屋調査士による登記相談会 相続、贈与、不動産登記、土地建物測量、空き家問題などの相談▶日時：10月16日(木)午前10時～午後3時(土地家屋調査士は午後0時30分から)▶場所：市役所ロビー▶費用：無料▶申込：不要▶問：東京司法書士会武蔵野支部 ☎27-6761、東京土地家屋調査士会武蔵野支部・萩原 ☎57-4678

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)

市民スポーツ祭

▶対象：市内在住・在勤・在学の方 ▶申込・問：直接スポーツ協会 ☎55-4119へ。競技ごとの詳細は同協会HP参照。



Table with 4 columns: 競技名・日時, 場所・費用, そのほか, 申込・問. Rows include ラジオ体操, ボウリング, ゴルフ, ドッチビー.

文化・芸術

(割引料金設定)
㊦：アルテ友の会料金
㊧：25歳以下料金(枚数限定)

ウィーン・リング・アンサンブル

ウィンナ・ワルツなどを演奏するニューイヤー・コンサート ▶日時：令和8年1月5日(月)午後7時 ▶場所：市民文化会館大ホール ▶費用：一般5000円、㊦4000円 ▶出演：ライナー・キュッヒル(バイオリン)ほか



©Martin Kubik

神尾真由子(バイオリン) & 萩原麻未(ピアノ) デュオ・リサイタル

▶日時：12月11日(木)午後7時 ▶場所：市民文化会館大ホール ▶費用：一般1500円、㊦1250円



©Akira Muto, Makoto Kamiya

《初笑い》武蔵野寄席

▶日時：8年1月12日(月・祝)午後6時30分 ▶場所：公会堂 ▶費用：一般2300円、㊦2000円、見切れ席・㊧1000円 ▶出演：春風亭昇太、桂宮治ほか



森のクリスマスコンサート

▶日時：12月25日(木)午後7時 ▶場所：市民文化会館小ホール ▶費用：一般2000円、㊦1800円 ▶出演：松居直美(オルガン)、鈴木美紀子(ソプラノ)



親子で楽しむ落語

▶日時：12月13日(土)午後2時 ▶場所：公会堂 ▶費用：保護者300円、小・中学生300円 ▶出演：隅田川馬石(落語)、きょうこ(和妻)



ノーム・ウィーゼンバーグ ジャズ・トリオ

▶日時：12月7日(日)午後3時 ▶場所：公会堂 ▶費用：一般1800円、㊦1600円 ▶出演：ノーム・ウィーゼンバーグ(ベース)、ガブリエル・チャカルヒ(ピアノ)、フィリップ・ディザック(トランペット)



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10月11日(土)発売



*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、吉祥寺シアター、武蔵野プレイス(午前9時30分～午後9時30分)各窓口でも購入可
*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

川嶋哲郎withチャカストリングカルテット PJジャズコンサート

アルバム「A Walk in Life」に収められた意欲作と、スタンダードナンバーで2025年の最後を飾るJazzコンサート。
▶日時：12月28日(日)午後2時 ▶場所：スイングホール ▶費用：3500円 ▶出演：川嶋哲郎(テナーサクソ・フルートほか)、SAYAKA(バイオリン)ほか ▶申込・問：同ホールHPまたはスイングビル10階事務室へ。



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



ガイド & GUIDE

■司法書士による相談会(予約制)
登記、相続、遺言、成年後見、債務整理、空き家問題などの相談 ▶日時：10月11日(土)午後1時～4時 ▶場所：公会堂 ▶費用：無料 ▶申込・問：東京司法書士会武蔵野支部 ☎27-6761

■学生のための国際理解講座

外国につながる子どもの課題を考えよう ▶日時：10月22日(水)午後6時30分～8時30分 ▶場所：国際交流協会(MIA)会議室 ▶対象：大学・大学院・専門学校生、18名(申込順) ▶講師：ピッチフォード理絵(YSCグローバルスクール統括コーディネーター) ▶費用：無料 ▶申込・問：10月20日までに同協会HPから同協会 ☎36-4511へ。

■「令和7年度紅葉の谷戸沢処分場自然観察会」参加者募集

再生した里山的自然環境を体感できる自然観察会を開催 ▶日時：11月27日(木)午前8時20分～午後5時10分 ▶場所：クリーンセンター多摩川、二ツ塚処分場(車窓見学)、谷戸沢処分場(散策) ▶対象：多摩地域に在住・在勤・在学の方、40名(超えた場合抽選) ▶費用：500円(昼食代、当日払い) ▶申込・問：10月31日午後5時(必着)までに東京たま広域資源循環組合HPまたはハガキ(申込要領参照し、参加者全員の郵便番号、住所、氏名[ふりがな]、年齢、電話番号、通勤・通学先の市町村名[多摩地域在住でない場合]も明記)で同組合「谷戸沢処分場自然観察会」係 ☎042-597-6152(〒190-0181 西多摩郡日の出町大字大久野7642番地)へ。

③6000円 ▶申込：10月15日(必着)までに往復ハガキ(申込要領参照し、①～③の希望、生年月日も明記)でスポーツ協会へ ▶問：水泳連盟・佐藤 ☎080-8479-1573

ゼッケン ▶申込：10月29日～11月13日に実施要項(スポーツ協会で配布または卓球連盟HP)参照 ▶問：同連盟・井谷 ☎50-2486(平日は午後7時以降)

■話し合いDE解決！民事調停の利用相談会

土地建物、近隣関係、金銭問題の民事調停手続きなど。秘密厳守 ▶日時：10月23日(木)午後1時30分～4時30分(受付4時まで) ▶場所：市役所ロビー ▶講師：裁判所の民事調停委員(弁護士を含む) ▶費用：無料 ▶申込：不要 ▶問：武蔵野民事調停協会・柳澤(奥・片山・佐藤法律事務所) ☎03-6550-8125(月～金曜、午前10時～午後5時)

■ボラカフェ2025

ボランティア体験・相談コーナーや活動団体の紹介・展示・販売など ▶日時：10月12日(日)午前11時～午後3時 ▶場所：二葉総合学園(吉祥寺南町1-3-2) ▶費用：無料 ▶申込：不要 ▶問：ボランティアセンター武蔵野 ☎23-1170

◆スポーツ◆

■大人からの水泳教室

①初心者②シルバー③どなたでも ▶日時：①令和8年1月5日～3月30日の月曜(全8回)②1月8日～3月26日の木曜(全10回)③1月9日～3月27日の金曜(全10回)、午前9時15分(各75分) ▶場所：温水プール ▶対象：市内在住で18歳以上の方 ▶費用：①4800円②

■シニアバレーボール交流大会

東京都シニアスポーツ振興事業 ▶日時：10月18日(土)午前9時～午後6時15分 ▶場所：総合体育館サブアリーナ ▶対象：市内在住・在勤で60歳以上の女性で編成されたチーム ▶費用：無料 ▶申込・問：10月7日までにEメールでバレーボール連盟・後藤 ☎090-4913-0466、ginzou7@movie.ocn.ne.jpへ。

■横河武蔵野FCホームゲーム

vs沖縄SV ▶日時：10月18日(土)午後1時 ▶場所：陸上競技場 ▶費用：中学生以下無料 ▶問：横河武蔵野スポーツクラブ ☎51-7751。チケット詳細は同クラブHP参照。

■モンキッズ

～交流型クライミング～
障害のある子もいない子もボルダリングを通じて交流や対話など ▶日時：主に月末の土曜(月1回) ▶場所：三鷹ジム(中町1-1-8)、エバーフリークライミングジム(新宿区四谷2-1) ▶対象：小学4年～中学3年生、9～20名(定員は会場による。申込順) ▶講師：モンキーマジック ▶費用：2000円(施設利用料・保険加入費を含む) ▶申込・問：同団体HPまたはEメールから同団体 ☎20-4720、info@monkeymagic.or.jpへ。

■いきいき太極拳初心者教室

▶日時：10月21日、11月4日・18日、12月2日・16日、令和8年1月13日、2月3日・17日(火)(全8回)午前9時45分～11時 ▶場所：総合体育館剣道場 ▶費用：無料 ▶持ち物：運動のできる服装、室内履き、タオル、飲み物 ▶申込：不要 ▶問：武術太極拳連盟・小泉 ☎070-6430-8201

■市オープン卓球大会

男女とも年代別シングルス ▶日時：12月7日(日)午前9時 ▶場所：総合体育館メインアリーナ ▶定員：300名(申込順) ▶費用：1000円(振り込み) ▶持ち物：



イベント

ムーバス運転体験イベントを開催します



バス運転士に興味がある方を対象に、教習所コース(一部)を使用してムーブスの運転体験を実施。

日時: 10月19日(日)午前10時~午後5時 場所: 武蔵境自動車教習所(境2-6-43) 対象: 大型バス、コミュニティバス問わずバス運転士に興味がある普通自動車免許所持者 申込: 不要 問: 交通企画課 ☎60-1859、関東バス武蔵野営業所 ☎51-2191。詳細は市HP参照。



ふるさと歴史館企画展

【共通】場所: ふるさと歴史館 費用: 無料 問: ふるさと歴史館 ☎53-1811

国登録有形文化財 濱家住宅西洋館のあゆみ



濱家住宅西洋館のこれまでのあゆみを紹介。

日時: 10月18日(土)~令和8年1月8日(木)午前9時30分~午後5時

●関連講演会「吉祥寺に生まれた学園町一成蹊学園の移転から始まる100年の物語ー」



成蹊学園の吉祥寺移転に伴う学園町形成の歴史について解説。

日時: 11月9日(日)午前10時~11時30分 定員: 40名(市内在住・在勤・在学者優先し、超えた場合抽選) 講師: 玄田悠大(東京大学大学院学術専門職員) 申込: 10月25日までに申込フォームから。



むさしのあったかまつりパネル展

市内の福祉関係団体の活動を紹介するパネル展を開催します。

日程: 10月6日(月)~10日(金) 場所: 市役所ロビー 問: むさしのあったかまつり実行委員会事務局・本郷 ☎54-5102、障害者福祉課 ☎60-1904。詳細は同イベントフェイスブック参照。



友好都市・広島県大崎上島町の特産品販売



大崎上島中学校の生徒が、修学旅行の一環で瀬戸内レモンやしいたけなどの特産品を販売します。

日時: 10月15日(水)午後2時30分~4時30分(予定) 場所: コピス吉祥寺ふれあいデッキこもれび 問: 多文化共生・交流課 ☎60-1806

障がい者の就労を考えるつどい2025

障害者雇用における雇用の質向上に向けて、関係機関それぞれにできることを学びます。

日時: ①10月27日(月)午後2時~4時②オンデマンド(11月中旬に配信予定) 場所: ①スイングホール 定員: ①100名程度 費用: 無料 主催: 武蔵野・三鷹市、ハローワーク三鷹

申込・問: 障害者就労支援センターあいる ☎26-1855、ill1@lion.ocn.ne.jp



森とつながる体験ひろば 枝で工作、山仕事



緑地の木を使ってノコギリなどで自由に工作。笹刈りや剪定体験。植物・生き物の紹介。お土産あり。

日時: 10月11日(土)午前10時~午後3時、雨天時13日(月・祝)午前10時~午後3時 場所: 境山野緑地(境4-5) 費用: 無料 持ち物: 軍手(工作、山仕事の場合) 申込: 不要 問: 武蔵野の森を育てる会 ☎090-5533-2316、緑のまち推進課 ☎60-1863

これからシルバー応援フェスタ・シルバー人材センター入会説明会



講演、動体視力測定、シルバー人材センターの入会案内・相談。

日時: 10月29日(水)午後1時30分~4時(受付1時) 場所: スイングホール 対象: 都内在住の60歳以上でシルバー人材センター未入会の方、80名(申込順) 講師: 麻木久仁子(タレント) 費用: 無料 共催: 市シルバー人材センター 申込・問: 東京しごと財団 ☎03-5211-2571

市民会館文化祭「昭和百年 人生百年 “夢 躍動”」

市民会館利用団体の日頃の学習成果を発表します。

日時: 10月17日(金)~22日(水)午前9時~午後8時(最終日は5時まで) 場所: 同館(芸能発表はスイングホール) 問: 市民会館 ☎51-9144。詳細は市HP参照。



体験教室参加者募集(要申込)

Table with 3 columns: 教室名/講師, 日時/対象, 申込・問. Includes activities like watercolor painting, calligraphy, and family workshops.

Table with 2 columns: 作品展示 申込: 不要, 活動紹介. Lists art exhibitions and community activities.

Table with 2 columns: 公開学習 申込: 不要, 日時/場所. Lists public learning opportunities like music and dance.

Table with 2 columns: 自主企画講座, 日時/場所. Lists self-organized lectures on topics like local activities.

Table with 2 columns: 芸能発表 申込: 不要, 日時/場所. Lists performance opportunities for various groups.



武蔵野消防署

☎51-0119

自宅に住宅用火災警報器(住警器)は付いていますか?点検はしていますか?住宅用火災警報器の耐用年数は、おおむね10年といわれています。すべての住宅に設置が義務化された平成22年4月から10年以上が経過していることから、電子部品の劣化による故障や電池切れにより、いざという時に機能しない警報器が多く存在することが危惧されています。自宅の住宅用火災警報器の設置年月を確認して、10年を過ぎているものは機器本体の交換をしましょう。



武蔵野警察署

☎55-0110

「メールけいしちょう」では、都内で発生した犯罪などの情報をタイムリーにEメール配信してお知らせしています。犯罪発生・検挙情報(通り魔、ひったくり、子どもに対する犯罪など)、防犯情報など(特殊詐欺犯からの架電情報、交通・防災・各種イベント情報など)希望する情報を複数選択できます。二次元コードから表示されたEメールアドレス宛に空メールを送信して登録をお願いします。



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)



コミュニティセンター事業案内 10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▶問：各コミセン

吉東	11日(土)	■吉祥寺東おもちゃ病院▶時間:午前10時~正午▶費用:無料(部品実費)▶修理品受付:4日から▶その他:壊れた・使わなくなった、電池で動くおもちゃの回収も開始
本宿	お知らせ	令和8年8月(予定)まで改修工事のため休館
御殿山	16日(木)	■みんなでカフェ▶時間:午後2時~3時30分▶費用:100円(飲み物代)
本町	5日(日)	■まちをきれいに▶時間:午前9時コミセン前集合、雨天中止▶内容:吉祥寺駅東側からコミセン周辺の清掃
	募集	■元気市フリーマーケット(26日[日]開催)出店者募集と説明会▶日時:10月6日(月)午後6時▶申込:6日までに窓口へ
吉西	お知らせ	8年9月(予定)まで改修工事のため休館
けやき	18日(土)	■けやき茶社▶時間:午後2時~4時▶費用:100円(サイフォンコーヒー、中国茶無料)
西久保	17日・31日、11月14日(金)	■スマホ学習会(アンドロイド対応)(全3回)▶時間:午後2時~4時▶定員:8名▶費用:1500円▶内容:音声入力、アプリ、相談など
	募集	■フリーマーケット(25日[土]・26日[日]開催)出店者募集中▶出店料:1区画100円、テーブル貸し出し100円▶申込:21日まで
関前	募集	■フリーマーケット(11日[土]開催)出店者募集(15区画)▶場所:レク室▶対象:関前在住者優先▶申込
西部	26日(日)	■気功・太極拳交流会▶時間:午前10時~正午▶定員:50名▶持ち物:運動しやすい服装、体育館履きほか▶申込
境南	16日(木)	■「アンガーマネジメントはじめの一步~より豊かな人生のために~」▶時間:午前10時~11時▶対象:18歳以上、20名

コミセンの文化祭 (10月)

吉南	吉祥寺南町文化祭
▶日時:11日(土)・12日(日)午前10時~午後8時30分(12日は5時30分まで)▶内容:地域団体の活動紹介、保育園・学童クラブの作品展示、合唱、フラ、ジャズなどの舞台発表	
八幡町	つながりファースト八幡町
▶日時:11日(土)午前10時30分~午後4時、12日(日)午前10時~午後3時▶内容:個人展示、団体展示、模擬店、クラフト体験会、みんなで歌おう	
西部	西部コミセン文化祭
▶日時:18日(土)・19日(日)午前10時~午後5時(19日は3時まで)▶内容:展示(地域の個人、サークル、園、学校、施設など)、ワークショップ、発表会、模擬店ほか	

連絡先

電話をかける際はお間違い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 令和8年8月(予定)まで休館	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(緑町3-1-17) ☎53-6954
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 8年9月(予定)まで休館	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(境5-6-20) ☎56-2888
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

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

祝日のごみ収集

10月13日(月)のごみ収集は通常通り行います。年間の祝日(年末年始および土・日曜の祝日を除く)・振替休日にも通常通り行います▶問：ごみ総合対策課

不燃ではない!!
充電式の電子機器は
「危険・有害ごみ」で
出してください
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

官公署だより

東京都都市計画審議会の傍聴者募集

▶日時:10月28日(火)午後1時30分▶場所:都庁会議室▶定員:15名(超えた場合抽選)▶その他:個人のプライバシーに関わる案件などがあるときは会議を一部非公開とする場合あり▶申込・問:10月14日(消印有効)までに往復ハガキ(申込要領参照し、1人1通)で東京都都市整備局都市計画課計画監理担当☎03-5388-3225(〒163-8001新宿区西新宿2-8-1)へ。

中小企業退職金共済制度

事業主が従業員の退職金を計画的に準備できる外部積立型の国の退職金制度です▶問:中小企業退職金共済事業本部☎03-6907-1234、市勤労者互助会☎90-1520。詳細は中退共☎参照。

公証週間無料電話相談

遺言や任意後見契約などの公正証書作成などの相談。特設電話☎03-3502-8239。▶日時:10月1日(水)~7日(火)午前9時30分~正午、午後1時~4時30分▶申込:不要▶問:東京公証人会事務局☎03-3502-8050、武蔵野公証役場☎22-6606

「東京ゼロエミポイント」の高齢者、障害のある方向け事業拡充

都では、省エネ性能の高い家電への買い替えなどに対し、「東京ゼロエミポイント」を付与し、値引きする事業を実施しています。8月30日以降の購入分から、高齢の方や障害のある方を対象に事業を拡充しています。▶対象製品:省エネ性能の高いエアコン、冷蔵庫、高効率給湯器、LED照明器具▶申請者:制度登録店舗で対象製品に買い替えを行い、都内住宅に設置した都民▶問:東京ゼロエミポイントコールセンター☎0120-083-25 (IP電話などからは☎03-6834-2621)。詳細は同事業☎参照。



広域的市民ネットワーク活動等事業の助成団体募集

都内市町村の枠を越えた市民交流やまちづくりの推進につながる事業の一部経費を助成。▶その他:10月16日(木)午後6時から新規団体向けの説明会あり(10月14日[火]までに要申込)▶申込・問:10月15日~11月21日に東京市町村自治調査会企画調査部企画課☎042-382-7781へ。

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、各催しの欄の方にお問い合わせください。

▶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☎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☎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:11/15号…10月10日、12/1号…10月28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
市川さよご歌謡教室カラオケ発表会/歌、歌謡吟詠あり	10月14日(火)午前11時(開場10時30分)/市民文化会館小ホール	市川☎090-4024-8096
ギターサークル・ハーモニックス第37回定期演奏会/秋桜、昴(すばる)、オレ・ガッパ、花祭りほか	10月18日(土)午後2時(受付1時30分)/三鷹市芸術文化センター風のホール	鈴木☎51-8358
オーガニックフェスタin井の頭公園/ボランティアも募集中(みたか子どもの食と未来を守る会)	10月25日(土)午前10時~午後4時/井の頭恩賜公園西園文化交流広場	千葉☎080-7365-0723 organicfesta.inokashira@gmail.com
認知症について語り合う憩いと交流の場・認知症カフェ(コミュニティスペースシャバット)	第2・4木曜午後1時30分~3時30分/境2-13-4平和ビル4階	100円(お茶菓子付き) 下田☎070-9086-6295 (ショートメール可)

仲間あつまれ

市民が市内で活動しているサークルなど ☎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
ポールを使ってストレッチ体操後、武蔵野中央公園内をポールウォーキング(同公園ノルディックウォークの会)	第2・4月曜午前10時~11時30分/同公園スポーツ広場A脇あずまや周辺	1回300円(ポール貸出無料) 渡邊☎56-1355
60歳以上の方対象。初心者の方、歓迎です(ジャズダンスの会「チャチャ」)	第1~4金曜午後2時~3時15分	月2000円☎300円本多☎47-1070

10月・11月は！

子ども・子育て 応援フェスタ

子ども・子育て応援フェスタでは、さまざまなイベント企画を通じて「子どもたちが健やかに育つまち 武蔵野」のメッセージを発信していきます。

▶問:子ども子育て支援課 ☎60-1851



子どもの権利の日イベント

ケロポンズ ファミリーコンサート

11月20日「武蔵野市子どもの権利の日」を記念して、「エビカニクス」で有名な音楽ユニット・ケロポンズによるファミリーコンサートを上演します。一緒に歌って踊って、楽しい時間を過ごしましょう！

日時 11月22日(土)

第1部…午前11時～午後0時15分(開場10時15分)
第2部…午後3時～4時15分(開場2時15分)

場所 市民文化会館大ホール

対象 市内在住・在学・在園の未就学児～高校生世代と保護者

定員 各1200名(超えた場合抽選)

申込 10月15日までに特設サイト
イベントページから



子どもの権利条例
マスコットキャラクター
ミミワン

ミミワンのグッズが
もらえるよ！



子ども・子育て講演会

わが子に魔法をかけよう
～心を育てる親の言葉～



講師 直井 亜紀
(さら助産院院長)

その声掛け、10年後のわが子の笑顔につながっていますか？さら助産院院長として、約5万人以上の育児相談実績を持つ直井亜紀先生から、子どもの心の成長に大切な関わり方を学びましょう。パパ・ママそろっての参加も大歓迎です！

日時 10月29日(水)午前10時～11時30分

場所 市役所 811 会議室、オンライン (Zoom)

対象 未就学児を子育て中の保護者、講演に関心のある方

定員 100名 ※超えた場合は保護者優先
オンラインは定員なし

申込 10月15日までに特設サイトイベントページから



特設サイト 公開中！

期間中のイベントや子育て支援施設の紹介、子どもの権利コラムなど、子育てに役立つ情報が満載です。



特設サイト限定

子どもの権利コラム

身近に潜む子どもの権利～
家庭・教育現場・社会の中で
身近な大人ができること～



野村 武司

東京経済大学教授、川崎市代表人権オンブズパーソン、中野区子どもオンブズマンとして活躍する野村武司教授のインタビューを掲載しています。

子育てひろばシールラリー

市内の子育てひろばを知って、子育てを一緒に楽しみましょう！1カ所来所につき、シールが1枚もらえます。シールを3枚・5枚・8枚集めるごとにプレゼントがもらえます。

日程 10月1日(水)～12月28日(日)

場所 地域子育て支援拠点 (市内8カ所)
※桜堤児童館は休館中のため実施しません。
実施場所は特設サイト子育て支援団体ページをチェック！

対象 市内在住0～5歳児、妊婦とパートナー

各施設に遊びに行き
シールを
もらおう！

