ゆる～くつながる哲学カフェ「モヤっとプレイス」

「便利さは人を幸せにするのか」をテーマに、話を聞き合いながら対話の時間を楽しみます。

▶**日時：**11月28日(土)午後6時30分～8時30分▶**場所：**武蔵野プレイスワークラウンジ▶**対象：**中学生以上、28名(先着順。未就学児は保護者の膝上で静かにできる場合のみ同伴可)▶**費用：**無料▶**持ち物：**飲み物▶**申込：**不要▶**問：武蔵野プレイス市民活動支援担当☎30-1903**

ルーマニアの冬じたく&クリスマスオーナメントワークショップ

友好都市があるルーマニアの冬やクリスマスの文化風習の紹介、伝統的なオーナメント作りなど。

▶**日時：**12月12日(土)午後2時～4時▶**場所：**商工会館市民会議室▶**対象：**市内在住・在勤・在学の小学生以上、30名(超えた場合抽選)▶**講師：**ザンフィル・コリナ(ルーマニア・ブラショフ市出身)▶**費用：**1500円(材料費)▶**申込・問：**11月23日までにWEBで**多文化共生・交流課☎60-1806**へ。

武蔵野消防署

☎51-0119

11月9日～15日に、秋の火災予防運動を実施します。「たばこの不始末」や「コンロの火をつけたままその場を離れる」など、日頃からうっかりやってしまいがちな行動が原因の火災や、コンセントやリチウムイオン電池などに起因した電気火災が多く発生しています。日常生活にひそむ火災の危険について改めて確認するとともに、コンセント周りの清掃・整理を行いましょう。

武蔵野警察署

☎55-0110

警視庁の無料防犯アプリ「デジポリス」は、都内の犯罪発生情報や防犯情報を地図でお知らせするほか、国際電話番号や特殊詐欺などの犯行に利用された番号の発着信をブロックする機能など、防犯に役立つさまざまな機能を搭載しています。この機会にぜひスマートフォンにインストールして活用してください。詳細はWEB参照。

ごみとリサイクル

みんなで武蔵野のまちをClean up！市内一斉清掃



▶**日時：**11月29日(日)午前9時(受付8時45分、約1時間)、小雨実施▶**集合場所：**吉祥寺駅北口駅前広場、三鷹駅北口西側玉川上水緑道広場、武蔵境駅南口イトーヨーカドー東館北側公園(境南町2-2。昨年と異なります)▶**持ち物：**清掃ができる服装。清掃用具は市で用意▶**申込・問：**11月18日までにWEBで**ごみ総合対策課☎60-1802**へ。当日参加も可。

小・中学生による街の美化運動

▶**日時：**11月29日(日)午前9時～10時(第五中学校区は25日[水])▶**場所：**第二・第三・第四・大野田・境南・本宿・千川・井之頭・関前南・桜野小学校区、第五中学校区の道路・公園▶**主催：**青少年問題協議会各地区委員会▶**そのほか：**市内一斉清掃とは異なります。詳細は各青少年問題協議会地区委員会からのお知らせを参照▶**問：児童青少年課☎60-1853**

祝日のごみ収集

11月3日(火)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)・振替休日も通常通り行います▶**問：ごみ総合対策課☎60-1802**

11月はリチウムイオン電池による火災防止月間です

コンセントに挿さず使える電気機器には、必ず電池・充電池が入っています。火災防止のために、一人ひとりができることを考えましょう▶**問：ごみ総合対策課☎60-1802**

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

11月の相談ごと(無料)

指定外土・日曜、祝日、休館日休み。予予約制。相談日時・方式(対面・電話)は変更になる場合あり。

	相談名		日時		相談場所	問
一般	一般相談(市政に対する意見など)		月～金曜	9時～17時	市民活動推進課 ☎60-1921(予約専用) ☎60-1829 相談は2週間前から予約受け付け開始。人権・行政相談の予約は前日まで。法律相談は一部オンライン可。詳細はWEB参照。	
	法律相談 予		月・水・金曜	10時～15時50分		
	人権相談 予		12日(木)	13時～15時40分		
	行政相談 予		12日(木)			
	交通事故相談 予		5日・19日(木)	13時～15時20分		
	税務相談 予		水曜	13時30分～16時20分		
	年金・社会保険・労務相談 予		27日(金)	13時30分～16時30分		
	暮らしと事業の行政書士相談(相続・ビザ・補助金など) 予		10日(火)	10時～15時40分		
くらし	消費生活相談(来所相談) 予		月～金曜	9時～16時	消費生活センター☎21-2971	
	福祉総合相談(ひきこもり含む)		月～金曜	8時30分～17時	生活福祉課☎60-1254	
	生活困窮に関する相談					
	住まいのなんでも相談室(空き家・耐震化・不動産・マンション) 予		木曜	9時～12時 13時～16時	住宅対策課	☎60-1976(予約は前週まで)
	おくやみ手続きに関する相談 予		月～金曜	9時～12時 13時～16時	おくやみ窓口	☎60-1965
高齢者	高齢者なんでも電話相談		毎日	24時間	☎36-2123(相談専用電話)	
	認知症相談 予		4日(水)	10時～12時 13時～15時	ゆとりえ	高齢者支援課 ☎60-1846
			12日(木)		市役所	
			18日(水)		吉祥寺ナーシングホーム	
	権利擁護に係る総合相談 予		月～金曜	9時～17時	福祉公社権利擁護センター ☎66-2987(電話相談は随時)	
	法律相談 予		第4水曜	13時～16時		
子ども	教育相談 予		月～金曜	9時～17時	教育支援センター ☎60-1899 ☎60-1922(相談専用)	
	帰国・外国人教育相談 予		月～金曜	10時～17時	帰国・外国人教育相談室 ☎54-8626	
	子育てに関する総合相談	来所・訪問	月～金曜	8時30分～17時	子ども家庭支援センター ☎55-9002 ☎0120-839-002	
		電話	月～土曜	8時30分～22時		
	発達に関する相談 予		月～金曜	9時～17時	ハビット☎55-8510	
	若者サポート相談 予		月・火・水・金・土曜	10時～18時	みらいる☎24-6491	
	ひとり親家庭相談		月～金曜	9時～17時	ひとり親支援担当 ☎60-1850	
	妊娠や出産に関する相談(マタニティ安心コール)		月～金曜	9時～17時	保健センター	健康課 ☎51-0703
	子どもの権利に関する相談		月～水・金曜	13時～17時	子どもの権利擁護センター「まもルーム」☎60-1951 ☎0120-634-331(子ども専用)	

	相談名		日時		相談場所	問
女性	女性総合相談 予		第1土曜	13時～15時50分	男女平等推進センター ☎37-3410 女性総合相談は一部オンライン可。	
			第2金曜	18時～19時50分		
			第3月曜	14時～15時50分		
			第4火曜	9時～11時50分		
	女性法律相談 予		第1土曜	9時30分～12時		
外国人	外国人相談	English・ネパール語(नेपाली)・日本語・中文・韓国語(한국어)	火～土曜	9時～17時	国際交流協会☎56-2922 ♣お問い合わせください	
		♣ドイツ語(Deutsch)・ロシア語(русский язык)・ノルウェー語(Norsk)・スペイン語(Español)				
	外国人・法律・心理相談 予		第4土曜	13時～16時		
障害者	法律相談(電話相談も可) 予		17日(火)	10時～16時	市民活動推進課 ☎60-1921(予約専用) ☎60-1829	
	住宅改修相談 予		月～金曜	9時～17時	障害者福祉センター ☎55-3825	
	歯科相談 予		26日(木)	13時～16時	保健センター	障害者福祉課 ☎60-1847
健康	健康なんでも相談		月～金曜	8時30分～17時	保健センター	健康課 ☎51-7006
	健康相談	来所 予	12日(木)	13時15分～14時30分		
	歯科相談		随時	随時	市歯科医師会☎49-8881	
	くすりの相談		随時	随時	市内薬剤師会会員薬局	
こころの健康	こころの健康相談	来所 予	木曜	13時～16時	市民こころの健康相談室 ☎55-6003	
		電話	火・木曜 第2・4土曜	10時～12時 13時～16時		
	精神保健福祉相談(こころの健康相談)		月～金曜	9時～17時	多摩府中保健所 ☎042-362-2334	
そのほか	ボランティア相談		火～土曜	9時～17時	ボランティアセンター武蔵野☎23-1170	
	創業相談 予		隔週月・水曜ほか	13時～16時ほか	産業振興課☎60-1832	
	出店相談 予		第1・3月曜	13時～16時		
	事業承継相談 予		第1火曜	13時30分～16時30分		
	経営相談(創業含む)		月～金曜	9時～16時30分	商工会議所☎22-3631	
	にじいろ相談(性自認・性的指向)	来所予・電話	第2水曜	17時30分～20時30分	男女平等推進センター ☎38-5187(電話相談専用) ☎37-3410(来所相談予約)	
	ひきこもり相談 予		月～水・金・土曜	10時～18時	それいゆ☎24-6491	

健康

18～64歳の運動初心者向け 11月「ウェルネス・エクササイズ」

運動のきっかけづくりを応援。▶**場所**：保健センター健康増進室ほか▶**対象**：市内在住の18～64歳で、運動制限がなく集団で運動が可能な方、各40名(先着順)▶**費用**：無料▶**そのほか**：動きやすい服装。遅刻・途中退出不可。体調により当日参加不可の場合あり▶**申込**：不要▶**問：健康づくり支援センター☎51-0793**。詳細はWEB参照。

内容	日時(開場20分前)	持ち物
ボディシェイプ・ピラティス	9日・16日★・30日(月)午後1時30分～2時30分	室内用運動靴(★は外履き用運動靴で参加)、飲み物、タオル
脂肪燃焼ウォーキング	10日・17日・24日(火)午前10時～11時	
スリムアップ・ヨガ	6日★・20日・27日(金)午前10時～11時	

11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に受診してください。詳細は「がん検診ガイド」、WEB参照／対対象(年齢は令和9年3月31日時点)、定定員、場実施機関、内内容、費費用▶**問：健康課☎51-7006、健康づくり事業団☎51-2828**

種類	受診日／対象者・内容など	申込
①40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)	12月7日(月)／午前8時30分～11時15分 対40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、妊娠中または可能性がある、授乳中または断乳後3カ月以内、職域などほかで受診機会がある方は対象外 定15名(申込順) 場健康づくり事業団 内問診、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) 費無料(3種すべて受診が条件)	WEB、ハガキ・封書(記入事項は以下)または直接**健康課**へ 【記入事項】 住所、氏名、生年月日、電話番号、 ①「12月の40歳からの女性のためのがん検診希望」、託児希望は子の氏名・生年月日・性別 ②「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) ③「胃がん内視鏡検診希望」 ④「肺がん検診希望」 ⑤「若年層健康診査希望」
②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	12月2日(水)・4日(金)／午前8時30分～11時15分 胃：対35歳以上で、昨年度市の胃がん内視鏡検診未受診の方 内問診、胃部エックス線検査(バリウム検査) 肺：対40歳以上の方 内問診、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がある、職域などほかで受診機会がある方は対象外 定40名(申込順) 場健康づくり事業団 費無料	
③胃がん内視鏡検診	対50歳以上の方。妊娠中または可能性がある、職域などほかで受診機会がある方は対象外 場市内指定医療機関 内問診、胃内視鏡検査 費2000円 ※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	
④肺がん検診	対40歳以上の方。妊娠中または可能性がある、職域などほかで受診機会がある方は対象外 場市内指定医療機関 内問診、胸部エックス線検査、喀痰細胞診(基準に該当する方のみ) 費無料 ※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	
⑤若年層健康診査	対16～39歳でほかに健診の機会がない方 場市内指定医療機関 内問診、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 費無料 ※健診日時は、市から受診票が届いたら直接医療機関に予約	
大腸がん検診	12月1日(火)～11日(金)(5日・6日は除く) 対40歳以上の方。特定健康診査などほかに受診機会がある、現在大腸疾患で治療中、市国保・後期高齢者医療制度加入者で健診時に実施した方は対象外 定300名(申込順) 場健康づくり事業団 内便潜血検査(2日法) 費無料 ※年度中に1回のみ受診可	11月2日～16日にWEB、ハガキ・封書または直接**健康づくり事業団**へ
若年層胸部検診	対16～39歳の方 場健康づくり事業団 内問診、胸部エックス線検査 費無料	電話または直接**健康づくり事業団**へ
肝炎ウイルス検診	対40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) 場健康づくり事業団 内問診、血液検査 費無料	
歯科健康診査	対20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 場市内指定歯科医療機関 費無料 ※健診日時は、市から受診券シールが届いたら、直接歯科医療機関に予約	WEB、電話または直接**健康課**へ
妊婦歯科健診	対妊娠中の方 場市内指定歯科医療機関 費無料 ※受診票は母子健康手帳とともに交付(母と子の保健バッグに同封)	転入の方は電話または直接**健康課☎51-0700**へ

薬物乱用防止キャンペーン

薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」薬物乱用の危険性について展示物などを通じて発信します。▶**日時**：11月9日(月)午後2時～4時、雨天時18日(水)▶**場所**：三鷹駅北口▶**問：都薬物乱用防止推進武蔵野市地区協議会(健康課)☎51-7004**

休日の医療機関 11月1日(日)～15日(日)

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

必ず事前に電話連絡またはWEB予約の上、受診してください。

日程	医療機関名	診療科目	所在地	事前連絡先
1日(日)	○おぎわらこどもクリニック	小児科	中町3-3-2	☎60-5177
	○市医師会立診療所	内科・小児科(10歳以上)	中町2-15-5(医師会館)	☎54-6156
	○◎武蔵野陽和会病院	内科	緑町2-1-33	☎52-3212
3日(火・祝)	○いるかこどもクリニック	小児科	桜堤2-7-27-102	☎52-1650・WEB
	○タワーズ内科クリニック	内科	中町1-12-10 5階	☎50-1331
	○友利医院	内科・小児科	関前2-5-14	☎51-7365
	◎武蔵野陽和会病院	内科	緑町2-1-33	☎52-3212
8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
	○市医師会立診療所	内科・小児科(10歳以上)	中町2-15-5(医師会館)	☎54-6156
	○◎武蔵野陽和会病院	内科	緑町2-1-33	☎52-3212
15日(日)	○キャップスクリニック武蔵境	小児科	境南町2-1-6 1階	☎30-5380・WEB
	○市医師会立診療所	内科・小児科(10歳以上)	中町2-15-5(医師会館)	☎54-6156
	○吉祥寺メディカルクリニック	内科	吉祥寺本町2-13-4-202	☎23-2820・WEB
	◎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

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、受診してください。

1日(日)	さかいばし歯科	関前5-21-5　☎50-0506
3日(火・祝)	長谷川歯科医院	緑町1-4-5　☎52-1251
8日(日)	清水歯科	吉祥寺南町1-18-24　☎43-4764
15日(日)	林歯科医院	中町1-13-1 5階　☎54-3011

休日に開いている薬局	近隣区市の休日医療機関
市薬剤師会▶	市内・都内の医療機関▶

医療機関の検索

以下の電話案内、WEBでも市外の休日医療機関を検索できます。

東京都医療機関案内「ひまわり」	医療情報ネット「ナビイ」
☎03-5272-0303(自動応答)　FAX03-5285-8080(聴覚障害者向け)：24時間 ☎03-5285-8181(foreign language　外国語)：午前9時～午後8時	厚生労働省「ナビイ」▶

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☎042-521-2323：24時間

子供の健康相談室(東京都小児救急相談)

月～金曜：午後6時～翌午前8時／土・日曜、祝日、年末年始：24時間
＃8000 または☎03-5285-8898

子ども

ひとり親家庭など㊊医療費助成の新規申請

18歳に達する年度末まで(中程度以上の障害がある場合は20歳未満)の子がいるひとり親家庭などに医療費の自己負担金の一部を助成。現在㊊医療証を持っていない方は、12月末までに申請すれば令和9年1月1日から助成します。

▶**対象**：本人・同居血族の所得の両方が制限限度額未満で、次の①～③のいずれかに該当する医療保険加入者①母子・父子家庭の母または父と児童②両親のいない児童を養育している方と児童③母または父に重度の障害がある家庭の母または父と児童。所得制限限度額以上であっても税法上の控除を受けているときは対象となる場合あり。養育費は8割を所得とみなす▶**申込・問**：原則WEBで**子ども子育て支援課☎60-1963**へ。

ベビーサロン

助産師・保健師・管理栄養士による育児の相談、体重測定。

▶**日時**：12月①11日②18日(金)午後1時30分～2時に受付▶**場所**：①保健センター②スイングレインボーサロン▶**対象**：市内在住の1カ月児健診を受診後～1歳未満と親▶**費用**：無料▶**持ち物**：母子健康手帳、バスタオル、おむつ▶**申込**：不要▶**問**：**健康課☎51-0700**

かみかみ教室(離乳後期)

離乳食・口の手入れの話。離乳食の試食あり。相談もできます。

▶**日時**：12月4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**：令和8年2月～4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**：11月24日までにWEBで**健康課☎51-0700**へ。

1歳ごはん教室(離乳完了期)

離乳食・口の手入れの話。離乳食の試食あり。相談もできます。

▶**日時**：12月1日(火)グループA…午前9時30分～10時40分、グループB…午前10時45分～11時55分▶**場所**：保健センター▶**対象**：令和7年9月～8年1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**：11月21日までにWEB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**：12月14日(月)午前9時30分～11時▶**場所**：保健センター▶**対象**：同センターで1歳6カ月児健診(保育相談・歯科健診)を受診後～4歳0カ月と親、10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兄姉のいる子は定期的な歯科健診を予約可▶**申込・問**：12月7日までにWEBで**健康課☎51-0700**へ。

ふたご・みつごのつどい

多胎育児をしている家族の集い。オンライン参加可。

▶**日時**：11月①19日②26日(木)午前10時～11時30分▶**場所**：①市役所休養室②スイングレインボーサロン▶**対象**：多胎育児をしている家族、プレママパパ、先輩ママパパ▶**費用**：無料▶**持ち物**：0歳児はバスタオル▶**そのほか**：①保健師②助産師相談あり。詳細はWEB参照▶**申込**：不要▶**問**：**子ども子育て支援課☎60-1239**

子育て支援講座「思春期の子どものためのアンガーマネジメント」

子どもの心の変化を学び、親子の衝突を減らすための「感情のコントロール方法」を紹介。

▶**日時**：12月9日(水)午前9時30分～11時30分(開場9時)▶**場所**：市役所111会議室▶**対象**：市内在住・在学・在勤で思春期の子どもを持つ保護者、50名(超えた場合抽選)▶**講師**：青木佑太郎(公認心理師)▶**費用**：無料▶**申込・問**：11月20日(必着)までにWEBまたは往復ハガキ(3面申込要領参照)で**教育支援センター☎60-1899(〒180-0001吉祥寺北町4-11-37)**へ。

伝えるって楽しい！「デジタル紙芝居」朗読レッスン

アナウンサーの先生から声の出し方や伝え方を学び、映像や音に合わせてみんなで朗読します。

▶**日時**：12月7日(月)午後5時～6時30分▶**場所**：武蔵野プレイスフォーラム▶**対象**：市内在住・在学の小学4～6年生、12名(超えた場合抽選)▶**講師**：奥寺健(フジテレビアナウンサー)▶**費用**：無料▶**申込**：11月14日までにWEB(保護者氏名、市内在学者は学校名を備考欄に明記)または直接**武蔵野プレイス生涯学習支援係**へ▶**問**：**武蔵野プレイス☎30-1901**。当落確認可(11月24日から)。

むさしの発見隊「きのみをさがして」

旧赤星鉄馬邸の庭やその周辺で木の実を探し、「秋のきのみ図鑑」を作ります。

▶**日時**：12月6日(日)午前10時～正午、雨天実施▶**場所**：旧赤星鉄馬邸ほか▶**対象**：小学3～6年生と保護者、10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**：11月23日までにWEBで**ふるさと歴史館☎53-1811**へ。

井の頭自然文化園動物観察教室 文化園れきしたんけんツアー

同園の歴史や生き物を守る取り組みについて学びながら、園内を探検します。

▶**日時**：12月12日(土)午後1時～3時、雨天時13日(日)▶**対象**：市内在住・在学の小学3～6年生(1名につき保護者1名見学可)、15名(超えた場合抽選)▶**講師**：山崎

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

すくすくナビ

保育園

▶**申込**：11月2日から各園へ(平日午前10時～午後4時)。定員のある園もあります。

プ プレママ・プレファミリーのひろば
▶**対象**：妊娠5カ月以上の健康な方と家族
▶**内容**：妊婦同士、保育士や看護師と一緒に交流します

あ あかちゃんのひろば・講座など
▶**対象**：記載のないものは0～1歳3カ月と保護者
▶**内容**：あかちゃんと保護者同士で交流します。保育士に相談もできます

ほ 保育園であそぼう・講座など
▶**対象**：記載のないものは未就学児と保護者

東地域

●**北町保育園☎21-6681**
親子で保育園体験(リズム、運動遊び) ほ
▶**日時**：11月11日(水)午前10時～10時45分

●**マミー吉祥寺保育園☎27-5541**
お庭であそぼう(身体測定・子育て相談) ほ
▶**日時**：11月12日(木)午前10時～10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**
園児と一緒にリトミック ほ
▶**日時**：11月12日(木)午前9時30分～10時

●**東保育園☎21-2495**
離乳食講座(試食あり) あ
▶**日時**：11月12日(木)午後1時15分～2時▶**対象**：0歳児と保護者

●**吉祥寺きらめき保育園☎26-7723** プ あ
▶**日時**：11月16日(月)午前10時～10時45分

●**武蔵野赤十字保育園☎52-3298**
保育所体験 ほ
▶**日時**：11月17日(火)午前9時30分から①10時20分②10時30分まで▶**対象**：①1歳児と保護者②2歳児と保護者

●**キッズいながき保育園吉祥寺☎70-7833**
園庭開放　一緒に遊ぼう会 ほ
▶**日時**：11月19日(木)午前10時～11時

●**精華第一保育園☎54-3854**
子育て講座　あかちゃんの生活のおはなし プ あ
▶**日時**：11月19日(木)午後1時30分～2時▶**対象**：妊婦、生後4カ月までと保護者

中央地域

●**ふじの実保育園☎55-2525**
芋煮会 ほ
▶**日時**：11月6日(金)午前10時30分～11時30分

●**千川保育園☎51-8478**
お庭であそびましょう ほ
▶**日時**：11月12日(木)午前10時～11時

●**武蔵野もみじの森保育園☎38-8611**
お散歩体験 ほ
▶**日時**：11月17日(火)午前10時～11時▶**対象**：0・1歳児と保護者

●**むくむくみらい保育園☎90-6484**
リトミックを楽しもう ほ
▶**日時**：11月18日(水)午前10時20分～10時40分▶**対象**：1歳児と保護者

●**西久保保育園☎51-5307**
離乳食講習会 あ
▶**日時**：11月19日(木)午後3時～4時
▶**対象**：妊婦、生後5～8カ月と保護者

境・境南地域

●**境南すみれ保育園☎30-9581** プ あ
▶**日時**：11月10日(火)午前10時～10時30分

●**境南第2保育園☎32-8167**
園庭でいっしょにあそぼ ほ
▶**日時**：11月13日(金)午前10時～11時

●**境保育園☎53-1783**
救急法 プ あ
▶**日時**：11月18日(水)午前10時～11時

●**まなびの森保育園武蔵境☎38-5066**
にこわくひろば～ネット～ ほ
▶**日時**：11月19日(木)午前10時～10時30分

●**グローバルキッズ武蔵境園☎51-2242**
誕生会に参加しよう ほ
▶**日時**：11月20日(金)午後3時30分～3時45分

彩夏(同園動物解説員)▶**費用**：無料▶**持ち物**：筆記用具、飲み物▶**申込・問**：11月29日までにWEBで**ふるさと歴史館☎53-1811**へ。

小さなおともだち集まれ！「親と子の広場」

リトミックで親子のスキンシップを深めましょう。

▶**日時**：11月26日、12月3日・10日・24日(木)(全4回)午前10時～11時30分▶**場所**：スイングホール▶**対象**：市内在住で11月26日時点1歳6カ月～2歳6カ月と親(2名1組、全回参加)、16組(初参加者優先し、超えた場合抽選)、対象児以外の子連れ不可▶**講師**：安藤朋子(ダルクローズ・リトミック国際免許サーティフィケイト取得講師)▶**費用**：無料▶**申込**：11月10日までにWEBで▶**問：市民会館☎51-9144**

むさしの自然観察園　木の実とタネでクリスマスツリー作り

カラー粘土で形を作り、その上に木の実やタネで飾りを付けてクリスマスツリーを作ります。

▶**日時**：11月23日(月・祝)午前10時～11時30分▶**場所**：同園(吉祥寺北町3-12)▶**対象**：小学1～4年生(1・2年生は保護者同伴)、8名(超えた場合抽選)▶**主催**：武蔵野市▶**申込**：11月5日までにWEBで▶**問：むさしの自然観察園☎55-7109**

あそんで学ぼう！チャレンジクッキング(低学年コース)

親子でおいしく体感する「食」と「運動」の講座。

▶**日時**：12月5日(土)午前10時40分～午後0時55分(受付10時20分)▶**場所**：むさしのエコreゾート▶**対象**：市内在住・在学の小学1～3年生と保護者(2名1組)、16組(超えた場合抽選)▶**講師**：健康づくり人材バンク管理栄養士・健康運動指導士▶**費用**：無料▶**持ち物**：(親子とも)エプロン、三角布ほか▶**そのほか**：動きやすい服装▶**申込・問**：11月17日までにWEB、電話または直接**健康づくり支援センター☎51-0793**へ。

子どもと一緒に体験する教室「遊びのミニ学校」

▶**場所**：芸能劇場▶**対象**：市内在住・在学の小学生と保護者(2名1組。初参加者優先し、超えた場合抽選。参加者以外の入室不可)▶**費用**：無料▶**そのほか**：持ち物など詳細はWEB参照▶**申込**：11月8日までにWEBで▶**問：市民会館☎51-9144**

教室名	〈工作〉いろいろな紙でつくるクリスマスツリー	〈実験〉光の実験いろいろ
内容	ブックバインディンの技法を使って、クリスマスツリーを作ろう	えんぴつが消えるマジックボックスを作ろう
日程	11月21日(土)	11月28日(土)
時間／定員	午前10時～11時30分／各16組	
講師	加賀美 真木(シュピール・イデーン子どもの造形代表)	三木田 尚子(むさしのこどもじっけんクラブ主宰)

広報誌「季刊むさしの」で仕事体験をする中学生を募集します

今回は「喫茶店スタッフ」です。レトロでおしゃれな雰囲気の喫茶店で仕事を体験してみませんか。

▶**日時**：11月21日・28日(土)のうち1日(応相談)で午前9時～11時ごろ▶**対象**：市内在住・在学の中学生、2名(申込順)▶**発行**：春号(3月下旬)▶**申込・問：秘書広報課☎60-1804**

スポーツ

市民スポーツデー

校庭・体育館を一般開放します。

▶**日時**：11月15日(日)午後1時30分～4時30分▶**場所**：境南・本宿小▶**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**

市民スポーツ祭

【共通】▶**対象**：市内在住・在勤・在学の方。詳細はWEB参照。

●ゴルフ

▶**日時**：11月26日(木)午前7時30分(受付6時30分)、雨天実施▶**場所**：青梅ゴルフ倶楽部(青梅市根ヶ布1-490)▶**定員**：40名(申込順)▶**費用**：2000円(別途プレー代ほか約2万円、当日)▶**そのほか**：組み合わせは11月21日からゴルフ連盟WEBに掲載▶**申込・問**：11月20日までにWEBまたはEメールで**ゴルフ連盟・村上☎090-9235-1137**、**golfbito@gmail.com**へ。

●ソフトテニス

▶**日時**：12月13日(日)午前8時30分、予備日20日(日)▶**場所**：庭球場▶**対象**：中学生▶**費用**：1人11円(当日)▶**申込**：11月2日～13日に直接**スポーツ協会☎55-4119**へ▶**問：ソフトテニス連盟・竹内☎090-2550-0430**、**takeu_yasubou@yahoo.co.jp**

科学的知見＋トップアスリートに学ぶ本番で力を発揮する方法

▶**日時**：12月6日(日)午後3時～4時30分▶**場所**：武蔵野プレイスフォーラム▶**対象**：中学生以上・保護者・指導者、60名▶**講師**：小塩靖崇(東京大学大学院スポーツ先端科学連携研究機構特任講師)、川村慎(慶應義塾大学體育會蹴球部FWコーチ)▶**費用**：中学生500円、高校生以上1500円▶**申込・問**：11月14日(必着)までにWEBまたはハガキ(3面申込要領参照し、性別・年齢・生年月日、市内在勤・在学者は勤務先・学校名も明記)で**総合体育館☎56-2200**へ。当落一緒は家族のみ可。詳細はWEB参照。

武蔵野中央公園スポーツ広場使用中止日(12月)

大会使用および年末年始休場のため、受け付けできません。

▶**日時**：1日(火)～5日・12日・19日(土)午前9時～午後5時、6日(日)・26日(土)午後1時～5時、年末年始休場…29日(火)～令和9年1月3日(日)▶**問：総合体育館☎56-2200**

子育て支援施設

▶**対象**：市内在住の方。3歳児対象事業は令和8年4月2日以降に4歳になった子も対象
▶**内容**：詳細は各施設WEB参照
▶**託児**：記載のあるもの以外なし
▶**申込**：記載のないものは11月①4日②1日午前9時から電話または直接各施設へ

①0123吉祥寺
吉祥寺東町2-29-12
☎20-3210
休館：日・月曜、祝日

●0歳ひろばプラス
▶**日時**：11月19日・26日、12月3日(木)午後2時30分～3時15分(全3回)▶**対象**：2～6カ月と親(第1子優先)、8組▶**そのほか**：通常の「年齢別ひろば」もあり▶**申込**：WEB

●0123吉祥寺まつり　いろいろな遊びのコーナーを予定
▶**日時**：12月12日(土)午前9時～午後4時▶**対象**：0歳～未就学児と家族、地域の方▶**申込**：不要

●まつり企画「はちゃめちゃ遊び～カラフル体験！～」
▶**日時**：12月12日(土)午前9時30分・10時45分(各45分)▶**対象**：WEB参照▶**協力**：にこにこパレット▶**申込**：WEB

②0123はらっぱ
八幡町1-3-24
☎56-3210
休館：金・土曜、祝日

●1歳ひろば「身近な素材で遊ぼう」
▶**日時**：11月26日(木)午前10時15分～10時45分▶**対象**：1歳と保護者、8組▶**託児**：きょうだい応相談(同室可)▶**そのほか**：毎週月曜「0歳ひろば」もあり

●2歳・3歳ひろば「動いて遊ぼう」
▶**日時**：11月18日(水)午前10時15分～10時45分▶**対象**：2・3歳児と保護者、8組▶**そのほか**：親子ともに動きやすい服装▶**託児**：きょうだい応相談(同室可)

●乳幼児応急救護講習
▶**日時**：11月19日(木)午前10時～11時▶**対象**：0～3歳児の保護者、20名▶**内容**：AEDの実技講習など▶**講師**：武蔵野消防署▶**託児**：5カ月以上、15名(同室可)

桜堤児童館

未就学児は保護者同伴
▶**対象**：記載のないものは市内在住の未就学児と保護者
▶**申込・問**：WEBで**同館☎53-2206**へ。詳細はWEB、じどうかんだより参照

●ゆう・遊・グーの日～どうぶつむらの移動動物園～
▶**日時**：11月12日(木)午前10時・10時30分・11時・11時30分(各回15分)、小雨実施▶**定員**：各回20組

●出張児童館inスイング
▶**日時**：11月26日(木)午前10時～11時30分▶**場所**：スイングレインボーサロン▶**定員**：25組▶**そのほか**：助産師相談あり

●リフレッシュタイム
▶**日時**：11月17日(火)午前10時30分～11時30分▶**対象**：子育て中の保護者(子連れ可)、15名▶**内容**：ピラティス▶**講師**：三井直美

●CHAWAKAI茶話会サタデー
▶**日時**：12月12日(土)午前10時～11時30分▶**対象**：子どもの育ちに不安のある子育て中の保護者▶**場所**：西部コミセン▶**申込**：不要▶**託児**：応相談

●のびのびプロジェクトCHAWAKAIプラス
▶**日時**：11月18日・25日(水)、12月3日(木)午前10時～11時30分▶**対象**：子どもの育ちに不安のある子育て中の保護者▶**講師**：ペアレントメンター▶**申込**：不要▶**託児**：応相談

コミセン親子ひろば11月

自由来所、開催時間内出入り自由
▶**時間**：午前10時～11時30分(西部は午前10時30分～午後0時30分)。中止は前日(土・日曜、祝日の場合は、その前の平日)までにすくすくナビなどでお知らせ
▶**対象**：0歳～未就学児と保護者
▶**そのほか**：◎は助産師相談、○は保健師相談、★は出張ぐるりん。そのほかの開催日など詳細はWEB参照
▶**問：子ども子育て支援課☎60-1239**

吉祥寺東▶30日(月)
本宿▶2日・16日(月)
吉祥寺南町▶4日(水)・13日(金)○・18日(水)・28日(土)
御殿山▶11日(水)
本町▶18日(水)
吉祥寺西▶24日(火)★
吉祥寺北▶13日(金)・28日(土)◎
けやき▶工事のため休館
中町集会所▶13日(金)・24日(火)
西久保▶2日・9日(月)・17日(火)・30日(月)
緑町▶10日(火)
八幡町▶7日(土)・18日(水)
関前▶4日(水)
武蔵境自動車教習所▶15日(日)
西部▶10日◎・24日(火)
境南▶4日(水)
桜堤▶11日(水)

図書館

どっきんどようび

井の頭自然文化園の飼育員さんに聞くヤマアラシのお話(60分)。
▶**日時**：11月21日(土)午後2時(開場1時45分)▶**場所**：吉祥寺図書館まなびとつどいのへや▶**対象**：小学生、20名(申込順)▶**費用**：無料▶**申込・問**：10月31日午前9時30分から(市外の方は11月7日から)電話または直接**吉祥寺図書館☎20-1011**へ。

11月の休館

中央：4日(水・館内整理日)・6日・13日・20日・27日(金)。3日(火・祝)・23日(月・祝)は午後5時まで。
吉祥寺：4日・11日・18日・25日(水)。
武蔵野プレイス：4日・11日・18日(水)。23日(月・祝)～27日(金)は図書特別整理期間のため休館(図書館部分のみ)。
▶**問：中央図書館☎51-5145**

ワークショップとお話会

「子どもと一緒に楽しもう！絵本とお話の世界」。
▶**日時**：11月15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**：中学生以上、30組(申込順。小学生以下同伴2名まで、大人のみの参加も可)▶**講師**：こがようこ(絵本作家)▶**費用**：無料▶**申込・問**：WEBで**中央図書館☎51-5145**へ。

人形劇(ブックスタートフォローアップ事業)

人形劇「かくれんぼ」と小さな音楽会。
▶**日時**：11月21日(土)午後2時30分～3時10分(開場2時15分)▶**場所**：中央図書館視聴覚ホール▶**対象**：3歳以下と保護者、60名(先着順。兄弟姉妹も可)▶**講師**：人形劇団木ぐつの木▶**費用**：無料▶**申込**：不要▶**問：中央図書館☎51-5145**

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、各催しの問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**：申込書およびWEBに掲載。必ずご確認ください
▶**申込**：WEBまたは所定の申込書(秘書広報課、各市政センターで配布、WEBで印刷可)を郵送・ファクスまたは直接〒180-8777 **秘書広報課☎60-1804、FAX55-9009**へ。
掲載申込締切：12/15号…11月5日、1/1号…11月20日

おいでください

市民が市内で主催する催しなど。特に記載のないものは無料

催しもの(団体名)	日時・場所	費用／申込・問
持続する未来のために。オーガニックフェスタin井の頭公園を開催(みたか子どもの食と未来を守る会)	11月7日(土)午前10時～午後4時、雨天時8日／井の頭恩賜公園西園	千葉 ☎080-7365-0723
オレンジ・ランプ上映会／実話を基に描く若年性認知症(武蔵野生活クラブ運動グループ地域協議会)	11月8日(日)午後2時(開場1時30分)／商工会館市民会議室	要申込／宗形 ☎090-1815-0914
武蔵野市民合唱団定期演奏会／吉岡弘行「春」、横山潤子「時代」、モーツァルト「戴冠ミサ」	12月19日(土)午後2時(開場1時15分)／市民文化会館大ホール	要入場整理券／秋間 ☎090-7632-4055

仲間あつまれ

市民が市内で活動しているサークルなど。入は入会金。特に記載のないものは無料

活動内容(団体名)	活動時間・場所	費用／申込・問
発声に関する身体機能を学び体幹を無理なく鍛え歌唱も学び楽しみます(ボイス・トレーニング響)	第2・4金曜午後1時30分(体験は第4金曜)／望星学塾(西久保1-17-1)	月2000円(体験1000円)／髙橋 ☎090-4931-1768
初心者レベルながら、講師の指導を得て楽しく練習します(武蔵野ハーモニカメイツ)	第2・4火曜午前10時／西久保コミセン	月3000円／田中 ☎080-1302-8551

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

■①高齢者ミニミニ健康ウォーク ②アロマ講座～源氏物語と香り～
①基礎を学び、周辺を2km歩く②香りの座学、香り袋を作成▶**日時**：①11月25日(水)午前9時15分～正午②12月1日(火)午前10時～正午、午後1時30分～3時30分(同内容、重複受講不可)▶**場所**：高齢者総合センター▶**対象**：市内在住で令和8年4月1日時点60歳以上の方。①は要支援・要介護認定を受けていない方、①10名②各8名▶**講師**：①市ウォーキング協会②今村容子(日本アロマ環境協会)▶**費用**：②1000円(材料費)▶**整理券配布**：同センターで11月5日午前9時から(9時15分抽選開始)▶**問：同センター☎51-1975**(午前9時～午後5時[土曜は4時まで。日曜、祝日を除く])。詳細はhttps://senta-kouza.com/参照。

■シルバー人材センター11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・スマホ教室▶**日時**：①10日(火)午後1時30分②5日・19日(木)午前10時～午後3時(雨天・強風日は翌週)③随時相談(1回1時間30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2800円▶**持ち物**：①年度会費2000円、ゆうちょ銀行の通帳など▶**申込**：①③電話またはWEB②不要▶**問：同センター☎55-1231**。詳細はWEB参照。

■家族介護支援プログラム「ほっとカフェ」
コーヒーを飲みながら、日頃の悩みなどをおしゃべり▶**日時**：11月7日(土)午後1時30分～2時30分▶**場所**：デイサービスセンターぐっどういる境南(境南町3-25-4)▶**対象**：在宅介護している方ほか、20名▶**費用**：100円▶**共催**：麦の会、武蔵野赤十字在宅介護・地域包括支援センター▶**申込・問：ぐっどういる境南☎32-6608**

■十色Cafe　気軽に相談ができる対話と交流の場
和やかな雰囲気で介護や高齢者の生活に関する情報交換やミニ講座▶**日時**：11月13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・将来に備えたい方など、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**

■市老人クラブ連合会講演会
市長講演会「武蔵野市市制施行80年にむけて」▶**日時**：11月19日(木)午前10時～11時▶**場所**：スイングホール▶**対象**：市内在住で60歳以上の方、20名(先着順)▶**費用**：無料▶**申込**：不要▶**問：市民社協☎23-0701**

■親の家　26周年記念コンサート
①ブルーバーズの記念コンサート②ミーズベーグルの昼食販売▶**日時**：11月3日(火・祝)①午前10時30分～11時10分②10時～正午▶**場所**：親の家(八幡町3-4-18)▶**対象**：市内在住の方▶**費用**：①無料②有料▶**申込**：不要▶**問：親の家☎55-0507**

■老いじたく講座
成年後見制度について▶**日時**：11月6日(金)午後1時30分～3時▶**場所**：ささえーるむさしの▶**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**

■「税を考える週間」無料税務相談会(予約制)
相続税、贈与税など税の一般相談▶**日時**：11月16日(月)午前10時～午後4時(各40分)▶**場所**：武蔵野税理士会館(中町1-23-17)▶**定員**：24名(申込順)▶**費用**：無料▶**申込・問**：11月2日から**東京税理士会武蔵野支部☎55-2313**へ。

■①司法書士②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**：11月19日(木)午前10時～午後3時(②は午後0時30分から)▶**場所**：市役所ロビー▶**定員**：①10組②5組(先着順)▶**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**

■事業と暮らしの無料相談会(予約制)
土地家屋調査士、行政書士、中小企業診断士などのワンストップ相談▶**日時**：11月21日(土)正午～午後4時▶**場所**：スイングスカイルーム▶**対象**：武蔵野・三鷹市在住・在勤または市内で事業を営む方▶**費用**：無料▶**申込・問**：11月2日から**都行政書士会武鷹支部☎03-6734-9621**(午前10時～午後6時[土・日曜、祝日を除く])へ。

■自然資本ビッグデータの社会実装
自然資本の回復へ。データ活用と社会の目指す姿を解説▶**日時**：11月7日(土)午後2時～3時30分(開場1時30分)▶**場所**：成蹊大学6号館301教室▶**定員**：250名(先着順)▶**講師**：久保田康裕・楠本聞太郎([株]シンク・ネイチャー)▶**費用**：無料▶**申込**：不要▶**問：同大学Society5.0研究所☎37-3781**。詳細はWEB参照。

■武蔵野大学　日本とタイ(東南アジア)の関係
▶**日時**：11月18日、12月2日・16日(水)(全3回)午後3時～4時30分▶**場所**：同大学三鷹サテライト教室(三鷹市下連雀3-26-12)▶**定員**：約40名(申込順)▶**講師**：髙橋正樹(同大学名誉教授)▶**費用**：6000円▶**申込・問：同大学社会響創センター事務課☎042-468-3222**

■①司法書士②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**：11月19日(木)午前10時～午後3時(②は午後0時30分から)▶**場所**：市役所ロビー▶**定員**：①10組②5組(先着順)▶**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**

■事業と暮らしの無料相談会(予約制)
土地家屋調査士、行政書士、中小企業診断士などのワンストップ相談▶**日時**：11月21日(土)正午～午後4時▶**場所**：スイングスカイルーム▶**対象**：武蔵野・三鷹市在住・在勤または市内で事業を営む方▶**費用**：無料▶**申込・問**：11月2日から**都行政書士会武鷹支部☎03-6734-9621**(午前10時～午後6時[土・日曜、祝日を除く])へ。

■自然資本ビッグデータの社会実装
自然資本の回復へ。データ活用と社会の目指す姿を解説▶**日時**：11月7日(土)午後2時～3時30分(開場1時30分)▶**場所**：成蹊大学6号館301教室▶**定員**：250名(先着順)▶**講師**：久保田康裕・楠本聞太郎([株]シンク・ネイチャー)▶**費用**：無料▶**申込**：不要▶**問：同大学Society5.0研究所☎37-3781**。詳細はWEB参照。

■武蔵野大学　日本とタイ(東南アジア)の関係
▶**日時**：11月18日、12月2日・16日(水)(全3回)午後3時～4時30分▶**場所**：同大学三鷹サテライト教室(三鷹市下連雀3-26-12)▶**定員**：約40名(申込順)▶**講師**：髙橋正樹(同大学名誉教授)▶**費用**：6000円▶**申込・問：同大学社会響創センター事務課☎042-468-3222**

■中途失聴・難聴者の会「むさしの」手話講習会
手話体験・交流。見学歓迎▶**日時**：11月21日(土)午前10時～正午▶**場所**：西久保コミセン▶**対象**：市内在住・在勤・在学の中途失聴・難聴者と同伴者▶**費用**：見学無料。入会後は月350円▶**申込・問**：ファクスで**同会FAX57-4625**へ。

■高齢者・障害者のための成年後見相談会
司法書士による成年後見制度、相続、遺言などについての相談会▶**日時**：11月8日(日)午前9時30分～午後4時20分(1名50分)▶**場所**：かたらいの道市民スペース▶**定員**：24名(申込順)▶**講師**：リーガルサポート東京支部・司法書士ほか▶**費用**：無料▶**申込・問：福祉公社権利擁護センター☎66-2987**

■就職支援セミナー　パートタイムで働くときの基礎知識
①パートタイムと労働法②パートタイムと社会保険・税金▶**日時**：11月①12日②19日(木)午後2時～4時(受付1時30分)▶**場所**：三鷹産業プラザ(三鷹市下連雀3-38-4)▶**定員**：各80名(申込順)▶**講師**：大西綾子(特定社会保険労務士)▶**費用**：無料▶**持ち物**：筆記用具▶**申込・問**：WEBで**ハローワーク三鷹☎47-8617**へ。

■ハロートレーニング(公的職業訓練)を活用して就職につなげよう
仕事に必要なスキルや知識などを習得できる訓練▶**対象**：スキルや知識を生かして就職したい方▶**費用**：無料(テキスト代は自己負担)▶**申込・問：ハローワーク三鷹(職業訓練窓口)☎68-8200**

■むさしのまち歩きツアー
吉祥寺村江戸歴史探訪コース。約4km(2時間)▶**日時**：12月20日(日)午前9時50分▶**場所**：京王井の頭線井の頭公園駅▶**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**

スポーツ

■ソシアルダンスの集い
▶**日時**：11月8日(日)午後1時～4時▶**場所**：総合体育館軽体操ダンス室▶**費用**：500円▶**持ち物**：ダンスシューズ▶**申込**：不要▶**問：ソシアルダンス連合会・島森☎080-6555-2144、t-shima2000@nifty.com**

■剣道教室冬期講習会
①ジュニア②一般▶**日時**：11月21日～12月26日の土曜(全6回)①午前9時～10時②10時～11時45分▶**場所**：総合体育館剣道場・柔道場▶**対象**：市内在住・在勤・在学の①小学生②中学生以上▶**費用**：3000円(保険料を含む)▶**そのほか**：未経験者歓迎。竹刀・剣道具貸し出しあり▶**申込・問**：11月16日までにEメール(3面申込要領参照し、①②の希望、年齢、生年月日も明記)で**剣道連盟・齋藤☎090-9818-7198、musashinokf@gmail.com**へ。

■水泳教室(初中級)
▶**日時**：①令和9年1月12日～3月30日の火曜午後1時②1月6日～3月17日の水曜午後3時(全10回、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**：6000円▶**申込**：11月15日(必着)までに往復ハガキ(3面申込要領参照し、①②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**

■横河武蔵野FCホームゲーム
vs①ミネベアミツミFC②HondaFC③いわてグルージャ盛岡▶**日時**：11月①8日②22日(日)午後1時③29日(日)午後2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**。詳細はWEB参照。

文化・芸術

(割引料金設定)　友：アルテ友の会料金　25：25歳以下料金(枚数限定)

●《初笑い》武蔵野寄席
▶**日時：**令和9年1月9日(土)午後6時15分▶**場所：**市民文化会館大ホール▶**費用：**一般2000円、友1800円、25500円▶**出演：**三遊亭好楽・柳亭小痴楽(落語)ほか



●ブリン・ロバーツ＆ラーゲ・ルンド　ジャズ・デュオ・ライブ
▶**日時：**9年1月19日(火)午後7時▶**場所：**スイングホール▶**費用：**4000円▶**出演：**ブリン・ロバーツ(ピアノ)、ラーゲ・ルンド(ギター)



●クンウー・パイク　ピアノ・リサイタル
▶**日時：**12月7日(月)午後7時▶**場所：**市民文化会館小ホール▶**費用：**一般5000円、友4000円



©Brice Toul

●《フレッシュ名曲コンサート》　東京交響楽団
▶**日時：**9年1月16日(土)午後7時▶**場所：**市民文化会館大ホール▶**費用：**一般2300円、友2000円、251000円▶**出演：**モリー・ターナー(指揮)、福田麻子(バイオリン)、サラ・シュトローム(ビオラ)、東京交響楽団(オーケストラ)



©T.Tairadate

●八神純子 キミの街へ 2027　～Share the moment with you～
▶**日時：**9年2月6日(土)午後5時▶**場所：**市民文化会館大ホール▶**費用：**一般7000円、友6300円



●米元響子　ヴァイオリン・リサイタル
▶**日時：**9年1月23日(土)午後2時▶**場所：**市民文化会館小ホール▶**費用：**一般1500円、友1200円



©Hirotada Onaka

上記公演チケット申込

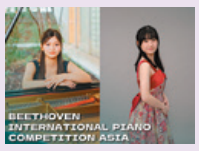
■チケット予約専用電話☎54-2011
■文化生涯学習事業団 WEB 参照
■上記公演は11月7日(土)発売
＊特に表記のない公演は全席指定、電子チケットにも対応、小学生以上に限る
＊予約チケットの取り消し・変更はできません
＊発売日当日：午前10時から電話・WEB 予約のみの取り扱い
＊発売日翌日(休館日を除く)以降：市民文化会館、吉祥寺シアター、武蔵野プレイス(午前9時30分～午後9時30分)各窓口でも購入可
＊アルテ友の会には、電話予約時またはチケット取り扱いの各窓口で同時入会可。年会費1000円

●パイプオルガン体験
▶**日時：**12月①20日(日)②25日(金)の各時間▶**場所：**市民文化会館小ホール▶**対象：**①②小学生以上(①は市内在住・在勤・在学者のみ)▶**申込：**11月7日午前10時から WEB または**チケット予約専用電話**へ▶**問：文化生涯学習事業団☎54-2011**

時間(1組の時間)	定員(1組の上限)	講師	費用
午前10時～正午(15分)	8組(3名)	－	小・中学生を含む組500円 高校生以上の組1000円 友900円
午後1時～2時(15分)	4組(3名、小・中学生を含む組のみ)	－	500円
午後2時30分～4時30分(30分)	4組(2名)	石川 優歌(オルガニスト)	5000円

●リベスト presents 武蔵野市友好と平和の第九2027
▶**日時：**令和9年2月21日(日)午後2時▶**場所：**市民文化会館大ホール▶**費用：**武蔵野第九応援チケット1万円、一般2800円、友2500円、252000円▶**出演：**曽我大介(指揮)、パソナグループ「夢オーケストラ」(管弦楽)、「武蔵野市友好と平和の第九2027」特別合唱団(合唱)▶**申込・問：**11月7日から WEB または電話で**文化生涯学習事業団☎54-2011**へ。11月8日から**市民文化会館、吉祥寺シアター、武蔵野プレイス**でも購入可。

●ベートーヴェン国際ピアノコンクールアジア　優勝者演奏会
▶**日時：**12月①19日(土)②20日(日)午後2時▶**場所：**スイングホール▶**定員：**160名(全席自由、未就学児入場不可)▶**費用：**1日券1000円、両日券1500円▶**出演：**①川合快歩②小松さくら▶**申込：** WEB または直接**スイングホール、芸術劇場**へ。



●BON∞BONだんすぱーちぃー(参加者募集)
ダンスを練習して、最後にフェスティバルで発表します。
▶**日程：**本番12月13日(日)▶**場所：**吉祥寺駅周辺屋外スペース▶**対象：**事前練習に参加できる小学3年生以上▶**講師：**黒須育海(振付家)▶**費用：**中学生以上2500円、小学生1000円▶**そのほか：**ダンス未経験歓迎▶**申込・問：** WEB で**吉祥寺シアター**へ。



©ToLoLo studio

●野外彫刻ツアー5
市内、警視庁警察学校、片倉城跡公園などで北村西望、小畠廣志ほかの野外彫刻作品を鑑賞。
▶**日程：**11月20日・27日(金)▶**対象：**高校生以上の方、10名▶**講師：**土方浦歌ほか▶**費用：**400円▶**申込・問：吉祥寺美術館。**詳細は WEB 参照。

施設DATA
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(休館中)
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

コミュニティセンター 事業案内 11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	14日(土)	■**つどい「クリーンセンターの歩み」**▶**時間：**午後2時▶**講師：**髙野弘之(ふるさと歴史館公文書専門員)▶**協力：**けやき・緑町コミセン
	15日(日)	■**コンサート「晩秋の声楽クラシック」**▶**時間：**午後2時▶**費用：**500円(当日)▶**出演：**安保弘介ほか二期会メンバー▶**申込**
本宿	28日(土)	■**運動講座「からだほぐしストレッチ」**▶**時間：**午後2時30分～3時30分▶**定員：**12名▶**申込：**窓口
	12月4日(金)・7日(月)	■**ラッピング講座**▶**時間：**4日午前10時、7日午後2時(同内容)▶**定員：**各8名▶**内容：**クリスマス・年末年始のラッピング▶**申込**
御殿山	19日(木)	■**みんなでカフェ**▶**時間：**午後2時～3時30分▶**費用：**100円▶**内容：**地域の方々が気軽に立ち寄れる場所になっています
本町	9日(月)・23日(月・祝)	■**わくわく体操**▶**時間：**午前10時30分▶**対象：**吉祥寺本町・東町在住の方優先、15名▶**費用：**300円▶**持ち物：**バスタオル、タオルほか
吉北	29日(日)	■**70～80年代「フォーク＆POPS」バンドコンサート**▶**時間：**午後2時▶**対象：**10歳以上、80名▶**費用：**500円▶**出演：**越後屋ファミリー、フロリバンダ▶**申込：**午前10時から
中町集会所	12月2日(水)	■**バスdeよみうりランドイルミネーションナイトツアー**▶**時間：**午後3時、中町集会所集合▶**定員：**40名▶**費用：**1000円▶**申込：**5日午前10時から費用を持って窓口へ(1申込2名まで)
西久保	21日(土)	■**西久保を語ろう会**▶**時間：**午後1時30分～4時▶**内容：**プレゼンテーションと懇談会(お茶菓子付き)▶**そのほか：**武蔵野地方史研究会(紹介)
西部	7日(土)	■**運動講座「背骨コンディショニング」**▶**時間：**午前10時～11時▶**定員：**15名▶**申込**
	27日(金)	■**スマホでLINEを楽しもう(茶話会あり)**▶**時間：**午前10時～正午▶**定員：**25名▶**持ち物：**スマートフォン▶**申込**
桜堤	22日(日)	■**コンサート**▶**時間：**午後2時～3時▶**定員：**40名▶**内容：**サクソフォンカルテットによる演奏会▶**申込**

コミセンの文化祭(11月)

本宿　本宿コミセン祭り
▶**日時：**①28日(土)午後1時～4時30分②29日(日)午前10時～午後4時▶**内容：**①本宿マルシェ、陽だまりカフェ②ビッグバンド、コーラス、AED体験ほか

関前　地域のつながり　出会いを大切に
▶**日時：**14日(土)午後1時～4時、15日(日)午前10時～午後3時30分▶**内容：**こみせん饅頭販売、作品展示、野菜販売、縁日、関前南小吹奏楽演奏ほか

西部　西部コミセン文化祭
▶**日時：**7日(土)・8日(日)午前10時～午後5時(8日は3時まで)▶**内容：**地域の作品展示、ワークショップ、ステージ発表、アトラクション、模擬店ほか

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
本宿(吉祥寺東町3-25-2) ☎22-0763
吉祥寺南町(吉祥寺南町2-13-11) ☎43-6372
御殿山(御殿山1-5-11) ☎48-9309
本町(吉祥寺本町1-22-2) ☎22-7002
吉祥寺西(吉祥寺本町3-20-17) ☎55-3297
吉祥寺西分館(吉祥寺本町4-10-7) ☎55-3297
吉祥寺北(吉祥寺北町1-22-10) ☎22-7006
けやき 休館中／市民活動推進課☎60-1830
中央　令和9年3月(予定)まで休館
中町集会所(中町1-28-5) ☎53-2251
西久保(西久保1-23-7) ☎54-8990
緑町(緑町3-1-17) ☎53-6954
八幡町(八幡町3-3-16) ☎54-0169
中央公園北ホール(八幡町2-5-3) ☎56-0055
関前(関前2-26-10) ☎51-0206
関前分館(関前3-16-6) ☎51-0206
西部(境5-6-20) ☎56-2888
境南(境南町3-22-9) ☎32-8565
桜堤(桜堤3-3-11) ☎53-5311

市関連施設

文化施設の所在地などは左下参照。

吉祥寺市政センター
〒180-0004 吉祥寺本町1-10-7 商工会館2階
中央市政センター
〒180-0006 中町1-2-8
武蔵境市政センター
〒180-0022 境1-1-7QuOLa2階
中央図書館
〒180-0001 吉祥寺北町4-8-3
吉祥寺図書館
〒180-0004 吉祥寺本町1-21-13
武蔵野プレイス
〒180-0023 境南町2-3-18
商工会館
〒180-0004 吉祥寺本町1-10-7 観光機構(1階)／吉祥寺まちづくり事務所(2階)／消費生活センター(3階)
総合体育館
〒180-0001 吉祥寺北町5-11-20 野外活動センター・スポーツ協会(3階)
保健センター
〒180-0001 吉祥寺北町4-8-10 健康づくり支援センター(1階)／健康づくり事業団(2階)
市民社協・ボランティアセンター武蔵野福祉公社
〒180-0001 吉祥寺北町1-9-1 ささえーるむさしの
障害者総合センター
〒180-0001 吉祥寺北町4-11-16
障害者福祉センター
〒180-0006 中町2-15-14(仮設)
シルバー人材センター
〒180-0013 西久保1-6-27 多摩信用金庫武蔵野支店4階
高齢者総合センター
〒180-0012 緑町2-4-1
みどりのこども館
〒180-0012 緑町2-6-8
クリーンセンター
〒180-0012 緑町3-1-5
むさしのエコreゾート
〒180-0012 緑町3-1-5
国際交流協会(MIA)
〒180-0022 境2-14-1スイング9階
市民会館
〒180-0006 中町1-2-8 2階(仮事務所)
男女平等推進センター
〒180-8777 緑町2-2-28(仮事務所)
ふるさと歴史館
〒180-0022 境5-15-5

青春☆CONNECT!

武蔵野市
中高生世代合同文化祭







中高生世代が全力で届ける 一日限りのステージ



申込不要
入場無料

2026.11.21 SAT

開場 12:30
開演 13:00

市民文化会館大ホール

市内の中高生世代がダンス、歌、演奏など多彩なジャンルのパフォーマンスを披露。
あなたの声援と拍手が、ステージの力になります。この日限りのステージを
楽しみ尽くしましょう▶問：子ども子育て支援課☎60-1851

「青春☆CONNECT!」は
中高生世代の出演者が
想いを込めて名付けたタイトルです。

タイムテーブルなど
詳細はこちら

中高生世代出演グループ

これまでの努力と青春が詰まったステージをご覧ください。



藤村女子中学ダンス部
Qwisteria(ダンス)



NOVA
(ダンス)



岩田美智花
(津軽三味線)



E Hula Mai ʻōpio
(ダンス)



武蔵野ジュニア
ジャズアンサンブル
(ジャズ)



蒼音トラブル
(バンド)



Welina
(バンド)



ダンスダンスダンス
(ダンス)



C.Ongrats
(ダンス)

スペシャルゲスト

よしもと芸人によるお笑いライブも開催。



ガリットチュウ



ですよ。



ダンビラムーチョ



世間知らズ

写真展開催

#今しかない景色

中高生世代が切り取った“今”をのぞいてみませんか？
お気に入りの写真に投票してください。
投票いただいた方にプレゼントをお渡しします。

大ホールホワイエ　投票時間 12:30-16:00

市報は月2回発行
「市報むさしの」は全戸配布のほか、市の施設、JR3駅などに置いてあります。視覚障害の方のために、音声版と点字版も作成しています。

むさしのシティニュース
ケーブルテレビ(11ch)
●毎日／9:15、12:00、20:15(11月5日・6日は14:15)、22:00

マイシティむさしの
むさしのFM(78.2MHz)
●月～金曜／9:30、12:15、13:30、16:45、18:30、21:30
●土曜／9:30、11:45、12:45、15:30、16:45、18:30
●日曜／9:30、11:45

現場からは以上です
市職員出演・企画。むさしのFM(78.2MHz) ●金曜／14:00

●市政情報を発信しています

LINE　X(旧ツイッター)　フェイスブック　Instagram

●むさしの防災・安全メール

台風・地震などの災害・防災情報、事件・不審者・環境などの安全情報ほか／
配信不定期／利用方法：パソコンや携帯電話などから登録ページにアクセス。
https://mobile.city.musashino.lg.jp/index.cgi?page=4