

三鷹駅周辺のイベント情報！

9月のお知らせ

今秋オープン予定！ 「おむすびハウスプレオープンイベント」

空き家を利用して、地域の居場所、出会いの場、交流の場として気軽に立ち寄りほっとしてくつろぎ笑顔になれる場所を目指しています。

- 12日(火)午後1時30分～3時30分 手づくりサロン
 - 16日(土)午後1時30分～3時30分 歌声サロン&カフェ
 - 20日(水)午後1時30分～3時30分 ハンドマッサージ&カフェ
 - 22日(金)午後1時30分～3時30分 ふまねっと体験教室
 - 26日(火)午後1時30分～3時30分 手づくりサロン
 - 29日(金)午後1時30分～3時 ゆめ体操教室&カフェ
 - 30日(土)午前11時～午後1時 おいしいおむすびの作り方
- 30日のイベントのみ・参加費300円※事前申込

場所:下連雀1-10-20藤原宅内(0422-46-4117)

毎週火・木 ふれあい給食サービス 「そよ風」

食事の支度が不自由な方においしい手作りのお弁当を配達します。木曜日は正午から駅前コミュニティセンターのランチルームでの食事会も開催しています。ぜひいらして下さい！

《ボランティア募集！》

調理や配達を一緒にしてくださる方を募集しています。週1回だけでも結構です。

問合せ：三鷹市健康福祉部高齢者支援課
45-1151 (内線 2627)

「みたか・みんなの広場の催し」

- 23日(土)午後1時半～3時 茶話会「病気とともに生きる」
- 25日(月)午後1時半～3時 リレートーク「伝えたい、脳卒中とその後遺症～当事者になった脳卒中 リハビリ専門家の物語」
関 啓子さん(三鷹高次脳機能障害研究所所長)
- 26日(火)午後7時～9時 みたかオレンジカフェ2 (タどき)
- 毎週火曜日 マッサージ教室(外反母趾対策)
- 毎週土曜日 午前10時～12時 ノルディックウォーキング

場所：下連雀4-5-19

問合せ：080-1362-5359 成清

地域図書館

「まちライブラリー@三鷹中央通り」

毎週月・水・金は管理人が在室し、「本がある居場所」として無料開放中。ゆっくり本を読んだり、お友達とおしゃべりをしたり、買い物の途中の休憩所などとしてご利用ください。もちろん本の貸出もしています！

- 13(水)午後1時30分～2時30分 ラフターヨガ
- 25(月)午後1時～4時 おりがみクラブ
- 27(水)午後2時～4時 オレンジカフェ3

場所：下連雀3-28-20 三鷹中央ビル1階
時間：月・水・金 午後1時～7時

毎週月・金開催「暮らしの保健室みたか」 (電話での相談可 050-3708-2749)

病気になっても自宅療養したい、在宅医療について知りたい方のご相談に対応しています。在宅医療の現場に従事した専門知識を持ったスタッフや闘病、介護経験のあるスタッフが丁寧に対応いたします。その他小さな困りごと何でもどうぞ。第1月曜日と毎週金曜日13時～16時まで、誰でも参加できるおしゃべり会も開催してます！

場所：下連雀3-28-20 三鷹中央ビル1階
(まちライブラリー@三鷹中央通り内)
時間：午後1時～4時(祝日は休み)