

食育講座

昔の食生活とバランスのいい食事

☎市内在住・在勤・在学・在活の方

📅11月28日(火) 10:00~11:30

📍いずみプラザ

☑️天平メニュー・国分寺ごはん(*)に関する歴史・栄養講座、試食あり。(*)武蔵国分寺が栄えた時代の食材を参考に、市の栄養士が考案したメニュー

🗣️市職員(学芸員・管理栄養士)

👤定32人(先着)

📎持筆記用具

📅11月2日(木) 9:00から電話で健康推進課 ☎042-321-1801へ

📎リーフレット・レシピは、こくべジ直売所(一部)、各公民館・図書館、市HPで

📞Q1012513

ペットも家族

こんな時どうする?

☎市内在住・在勤・在学・在活の方

📅11月30日(木) 14:00~16:00

📍リオンホール(当日直接会場へ)

☑️災害時にペットや自分自身を守るための、ペット防災を考えてみませんか

🗣️佐久間久美さん(東京都動物愛護推進員)

📎持筆記用具

👤共催 防災まちづくり27会・市民防災推進委員会・市



📞Q1012513

野川源流スクールを開講

☎高校生以上の方

📅12月2日(土) 10:00~

📍本多公民館

☑️野川源流に対する知識と理解を深めるための、講座・検定・野川源流の散策。市内唯一の河川である野川のボランティアガイドの資格を一日で取得

👤定40人(先着)

📅11月6日(月)から電話で緑と公園課(内353)へ



自然な状態に整備された小金井市エリアの野川

第6回

国分寺みらい音楽コンクール本選

☎小学生以上

📅12月17日(日) 14:00~

📍いずみホール

☑️予選を通過した小学5・6年生、中学生によるピアノコンクール本選

🗣️審査員 クレール・デゼールさん(パリ国立高等音楽院ピアノ科教授)

👤定180人(先着)

💰¥500円

📅一般販売=11月3日(祝) 10:00~窓口、同ホールオンラインチケットサービスで※利用登録(無料)が必要

📞電話予約は13:00から同ホール ☎042-323-1491へ



📞Q1025014

**歌声カルテットの
昭和歌謡コンサート**

📅令和6年1月19日(金) 14:00~

📍いずみホール

☑️長く愛される唱歌や歌謡曲など、誰もが一度は口ずさんだことのある楽曲をプロのボーカリストとともに楽しみます。歌とともに、あの頃にタイムトリップしませんか

👤定350人(先着)

💰¥全席指定 前売一般2,500円、障がい者2,300円、当日一律3,000円 ※未就学児の膝上鑑賞は入場無料、座席ありは有料

📅オンライン先行販売=11月8日(水) 10:00~9日(木) 23:59、同ホールオンラインチケットサービスで※利用登録(無料)が必要

📅一般販売=11月18日(土) 10:00~窓口、同ホールオンラインチケットサービスで。電話予約は13:00から同ホール ☎042-323-1491へ



📞Q1031024



公開・参画

介護保険運営協議会

📅11月7日(火) 19:00~

📍いずみプラザ

☑️次期介護保険事業計画の策定に関してほか

📞高齢福祉課 ☎042-321-1301

地域包括支援センター運営協議会

📅11月9日(木) 14:00~15:30

📍ひかりプラザ

☑️地域包括支援センターの運営に関してほか

📞高齢福祉課 ☎042-321-1301

エックス山を守ろう(作業)

📅11月10日・17日・24日(金) 9:30~11:30

📍市民室内プール西側むかしの井戸

☑️市とエックス山等市民協議会との協働事業。林の若返り・維持管理

📞緑と公園課(内352)

芸術文化振興事業 審査会

📅11月12日(日) 10:15~

📍cocobunjiプラザ

☑️市民団体が市内で実施する芸術文化の振興事業に補助金を交付する制度に応募する団体のプレゼンテーションを公開

📞Q1028189

📞文化振興課 ☎042-313-8182



**高齢者保健福祉計画・介護保険
事業計画策定検討委員会**

📅11月15日(水) 18:30~

📍いずみプラザ

☑️次期計画策定に関して

📞高齢福祉課 ☎042-321-1301

国民健康保険事業運営協議会

📅11月16日(木) 14:00~15:00

📍いずみホール

📞Q1028671

📞保険年金課(内547)

環境推進管理委員会

📅11月22日(水) 14:00~16:00

📍市役所書庫棟会議室

☑️環境基本計画実施計画の進捗管理に関して

📞まちづくり計画課 ☎042-314-9005

子ども・子育て会議

📅11月27日(月) 18:30~

📍市役所書庫棟会議室

☑️子ども若者・子育ていきいき計画に係る施策評価に関して(令和4年度実績)ほか

📎他 託児あり。11月16日(木)までに ☎kowakakei@city.kokubunji.tokyo.jp または電話で子ども若者計画課(内439)へ

📞Q1010192

学ぶ楽しむ参加する

東京マガジンバンク企画展示

📅12月28日(木)までの10:00~21:00 ※土日祝日は17:30まで。第1木曜日・第3金曜日は休館

📍都立多摩図書館 1階展示エリア(当日直接会場へ)

☑️展示「Music Magazine Fes.~音楽雑誌を楽しもう♪~」

📞都立多摩図書館 ☎042-359-4020

相続と遺言の無料相談会

📅11月8日(水) 13:30~16:30

📍リオンホール(当日直接会場へ)

☑️遺産相続・公正証書遺言など

📞都庁行政書士会国分寺支部 ☎042-324-5811

シルバー人材センター入会説明会

☎市内在住の60歳以上で就業希望の方

📅11月10日(金)・21日(火) 13:30~

📍福祉センター

☑️センター会員の活動内容・就業状況など。入会の相談・手続き

👤定20人(先着)

💰年会費2,000円(入会希望者のみ)

📎住所・氏名・年齢確認できるもの

📅11月2日(木)から電話でシルバー人材センター ☎042-325-4011へ

飲食イベント・こくめし「漬け焼き」

📅11月13日(月)~12月3日(日)

☑️参加店舗で対象メニューを注文した方にオリジナル3色ボールペン(各店舗20本)、スタンプを3つ集めた方にこくめし参加店舗で使用できる食事券1,000円分(先着20人)をプレゼント

📎参加店舗など詳しくは東京経済大学鈴木特別ゼミのX(@kokumeshi_tku)・Instagram(@kokumeshi_tku)・Facebook(https://www.facebook.com/profile.php?id=100037634561797)で

📞東京経済大学地域連携センター

☎042-328-7950



多摩よこやまの道ウォーキング

📅11月25日(土) 8:00

~14:00 ※雨天中止、当日7:00にブ

ログでお知らせ

☑️多摩丘陵の四季折々の自然に親しみ、地域に残る史跡や伝説の歴史文化にふれあひましよう

📍コース 立川南駅(集合)→唐木田駅→よこやまの道(約8km)→若葉台駅→立川南駅(解散)

👤定20人程度(先着)

💰¥300円(交通費は自己負担)

📎持飲み物・携行食(軽食)

📅11月2日(木)~15日(水)に氏名・年齢・性別・電話番号を ☎club-59bunji@softbank.ne.jp または電話でこくぶんじ地域クラブ事務局 ☎090-9824-0401へ

