

OCTOBER NEWS LETTER, 2025

Let's Eat Around the World! Iran

せかいをたべよう! イラン

～ Persian Cuisine ペルシャ りょうり ～

Nov **15** (Sat.)

10:45am - 2:30pm

@Renjaku Community Center

だいにんきの『せかいをたべよう!』
こんかいはイランのペルシャりょうりです!
イランのおはなしなどもあります。
いっしょにイランのりょうりをつくりましょう!

Our popular program "Let's Eat Around the World!"
This time, it's Persian cuisine from Iran!
There is also an introduction to the culture as well.
Let's cook Persian cuisine together!

- ひにち: 11がつ15にち(どようび) 10:45am - 2:30pm
- ばしょ: れんじやく コミュニティー センター 2F
りょうり じっしゅう しつ
- ていいん: 16にん (せんちゃく じゅん・もうしこみ してください)
- さんかひ: ¥800
*10がつ31にちまでに MISHOPで はらってください
*はらった あとに へんきん は できません
- もちもの: エプロン・バンダナ・マスク・ふきん
- もうしこみ: もうしこみフォーム・MISHOP・メール・でんわ
- こうし: シェイダさんと かぞく

- Date & Time: November 15th (Sat.) 10:45am - 2:30pm
- Place: Renjaku Community Center 2F
Cooking room
- Capacity: 16 people (First comes, first served)
- Fee: ¥800
*Please pay the fee at MISHOP by Oct 31st.
*Refunds are not available.
- What to bring: apron, bandana, mask, and dish cloth
- Application: Application form/MISHOP/e-mail/phone
- Lecturer: Sheida-san and her family

*しょくもつ アレルギー の たいおう は して いません
*さんか できる のは りょうり が できる ひと だけ です

*Food allergies are not accommodated.
*Only those who cook can participate.

MENU

- ・コットレット(ペルシャハンバーグ) / Persian Hamburger Steak
- ・サラダシラズィ / Salad Shirazi
- ・ターディグ(サフランライス) / Saffron Rice
- ・ペルシャこうちゃ / Persian Tea

もうしこみ
Application form



Wanted!

12がつ の フェアウェル パーティで
パフォーマンス を してくれる ひと を
さがしています。

We are looking for someone to perform at the
farewell party in December .

あなたのくにのダンス・うた・がっきの えんそう・
ゲーム など を してくれる ひとは いませんか?
15ふん くらい です。

Is there anyone who can dance, sing,
play a musical instrument, play games or
anything popular in your country?
The performance would last about 15 minutes.

くわしいことは
MISHOPに くる / メール / でんわ を ください。

Please come to MISHOP, email or call us for
more information if you are interested.

おしらせ
Notice

11/8 (どようび) MISHOP の ラウンジ は つかえません

MISHOP's lounge room is unavailable on Nov 8th.

ぼうさいくんれん

Disaster Prevention Drill



もうしこみ (10/13までに)
Application (Apply by Oct 13th)



Nov 16 (Sun.)
10:00am - 12:00pm
@Shinkawa Aoyagi Park/
Shinkawa Nakahara-
Community Center

みたかしのおおきなぼうさいくんれんがあります。

- ・じしん、かじ、ひとがたおれたときにどうしたらよいかを
れんしゅうします。
- ・たくさんのだいけんコーナーやぼうさいのじょうほうもあります。
- ・MISHOPもさんかします。
- ・えいごのつうやくのボランティアもいます。

■ひにち: 11がつ16にち(にちようび) 10:00am - 12:00pm

■ばしよ: しんかわあおやぎこうえん/

しんかわなかはらコミュニティーセンター

■さんかひ: ¥0 むりよう

Disaster Prevention Drill will be held by Mitaka City.

- You can learn what to do during earthquakes, fires, and when
someone collapses or gets injured.
- There are also many stalls offering hand-on activities and
information on disaster prevention.
- MISHOP members will also participate.
- English interpretation volunteers will be available.

■ Date & Time: November 16th (Sun.) 10:00am - 12:00pm

■ Place: Shinkawa Aoyagi Park/

Shinkawa Nakahara Community Center

■ Fee: ¥0 Free

Nov 2 (Sun.)

10:00am - 12:00pm

@Daigo Elementary School

いのかしらちくのぼうさいくんれんがあります。

- ・あなたのひなんばしよのことがわかります。
- ・いろいろなだいけんもできます
- ちかくにすんでいるひとはぜひきてください。

■ひにち: 11がつ2ふつか(にちようび) 10:00am - 12:00pm

■ばしよ: みたかだいごしょうがっこう(ごしょう)

■さんかひ: ¥0 むりよう

There will be a disaster prevention drill in the Inokashira area.

- You can know about the evacuation site nearby from where you live.
- There are also many stalls offering hand-on activities.
- If you live nearby, please join us.

■ Date & Time: November 2nd (Sun.) 10:00am - 12:00pm

■ Place: Mitaka Daigo Elementary School (Gosho)

■ Fee: ¥0 Free



みたかしからのねがい A Request from Mitaka City

みたかしがぼうさいガイドブックをつくっています。
さんこうのためにあなたのさいがいのときの
たいけんをおしえてください。
ごきようりよくありがとうございます。

10/13までにここからこたえてください Answer from the form by Oct 13th

Mitaka City is preparing a disaster prevention guidebook.
Please share your experiences during disasters for
reference.
Thank you for your cooperation.



よろしく
お願ひします

問い合わせ
Inquiries to
报名・咨询
신청・문의

みたかこくさいこうりゅうきょうかい みしよぶ
(公財)三鷹国際交流協会 (MISHOP)
Mitaka International Society for HOspitality
(公財)三鷹国际交流协会 (MISHOP)
(公財)미타카국제교류협회 (MISHOP)

〒181-0013
三鷹市下連雀3-30-12
三鷹市中央通りタウンプラザ4階
Tel 0422-43-7812



2025 October