

コミュニティ

# おおさわ

vol.603  
2025  
September

# 9

大沢コミュニティ・センター

〒181-0015三鷹市大沢4-25-30  
TEL: 0422-32-6986  
FAX: 0422-32-6924  
https://www.mitaka-cc.jp/osawa/index.html



発行 大沢住民協議会 企画・編集 広報部会 印刷 株式会社 文伸

## 募集 男性料理教室

メニュー

「温泉卵でスタミナ豚丼」  
温泉卵のせ豚丼・和風サラダ・コク旨みそ汁・季節の果物

日時 9月11日(木) 午前10時15分～午後1時  
場所 大沢コミュニティ・センター 料理講習室  
参加費 500円(当日徴収)  
持ち物 エプロン 三角巾(バンダナ) ハンドタオル 筆記用具  
マスク(調理中の着用をお願いします)  
講師 三鷹地域活動栄養士会  
申込み 8月1日から窓口か電話で(先着20名)  
問合せ 大沢コミュニティ・センター事務局(0422-32-6986)



主催 厚生部会健康づくり推進委員会

### おおさわ スポレクフェスティバル

広場のスポーツ  
・ストラックアウト  
・フライングディスク  
・ターゲット・ハードゴルフ  
・ヘア・リング・キャッチ  
・カゲ

室内のスポーツ  
・ポッチャ  
・バターゴルフ  
・風船バレー  
・カローリング  
・モルック  
輪投げ

抽選会やスタンプラリーでお楽しみ賞品ゲット!

日時 10月26日  
12:00～16:00  
場所: 大沢コミュニティ・センター

- 大沢地域の皆さんが楽しみにしている「スポレク・フェスティバル」を開催します!
- 子どもたちはもちろん、大人もシニアの方も楽しめる企画を考えています。競技種目を楽しみながら行うスタンプラリー、閉会前のお楽しみ抽選会では、たくさんの賞品を用意しています。
- ご家族で、またご友人と一緒に、大勢で遊びに来てください!
- 主催: スポレク実行委員会
- 協力: 羽沢小学校PTA・七中PTA・七中生ボランティア

## ご案内 健康づくり運動実技講座 ボッチャ講習会



開催日 9月18日(木)・10月10日(金) 午後1時～3時  
場所 大沢コミュニティ・センター 3階多目的室  
指導員 田辺多聞先生  
対象 どなたでもご参加ください  
服装 運動できる軽装で

持ち物 タオル・飲み物  
申込み 8月1日から窓口か電話で(先着20名)  
主催 大沢住民協議会 厚生部会・健康づくり推進委員会  
問合せ 大沢コミュニティ・センター事務局 0422-32-6986

## 大澤八幡神社例大祭「大沢まつり」のご案内

宵祭り(宵宮) 9月27日(土)  
・子ども神輿の境内巡行、大太鼓叩き体験 午後4時～5時(予定)  
・演芸(三鷹囃子演舞、バナナのたたき売り、子どもたちによる演目も多数 など) 午後5時～8時(予定)  
・模擬店開催(焼きそば、唐揚げ、キッチンカー、おもちゃ販売 など) 午後3時30分～  
・車にお神輿を載せ、お囃子と共に町内巡行、数か所での披露も計画中 午後2時30分～

本祭り(例大祭) 9月28日(日) 式典10時  
・子どもによる大太鼓叩き・お囃子・お神輿 巡行 午後1時30分～  
・子ども神輿の境内巡行、大太鼓叩き体験 巡行戻り後～(午後5時戻りを予定)  
・じゃんけん大会 午後5時30分～  
・一部の模擬店、キッチンカー 午後5時～

～地域の皆さまのお越しをお待ちしております!～

※変更の可能性があります。詳細は町会掲示板にポスター掲載を予定しています。

大澤八幡神社 氏子会

## 「総合防災訓練に参加しよう!」

—必ず来る災害に、今できる訓練を—

### 大沢地域総合防災訓練

日時: 10月5日(日) 午前10時～正午  
会場: おおさわ学園三鷹市立第七中学校

※詳細は次号でお知らせします。

大沢地域防災対策本部



来て!見て!体験!



AIデマンド交通9月の臨時運行日  
9月14日(日) 敬老のつどい

募集

## ちびっ子農業体験 「稲刈り」のお知らせ



地元小学生とほたるの里村民が田植えした田んぼの稲が収穫期を迎えます。ちびっ子の子の皆さんと「稲刈り」を行いますのでご参加ください。  
\*稲刈りに参加したちびっ子の子の皆さんは、後日、収穫祭(餅つき)にご招待します。

日時(雨天中止)

9月13日(土) 10時～

9月14日(日) 10時～(受付9時30分)

一般のちびっ子

場所 ほたるの里の田んぼ、隣接の広場に集合

(野川 相曾浦橋 脇 大沢2-17先)

注意事項 ・参加無料 ・先着150人で締め切り

汚れてもよい服装で

参加は小学生以上、必ず保護者同伴で。

稲刈りは鎌を使い危険です。負傷などの責任は負いかねます。

主催 ほたるの里・三鷹村 事務局

問合せ 080-1106915000

大沢5-20-29

10月号

原稿締切日

9月5日(金)  
広報部会

9月の休館日

2日(火)  
9日(火)  
15日(月・祝)  
16日(火)  
23日(火・祝)  
24日(水・振替)  
30日(火)

募集

「介護者ひろば福祉Laboどんぐり山  
～排泄ケアと最新のおむつ事情～」

介護で負担・ストレスがかかりやすい排泄ケア。介助の基本から、最近のおむつについても情報を得ることができます！  
講義のあとは、講師を交えて情報交換を行いましょう。

日時 9月19日(金)  
13時30分～15時30分



場所 三鷹市福祉Labo どんぐり山(大沢4-8-8)

講師 丸山美恵子氏(介護福祉士、介護予防運動指導員)  
古山美架氏(竹の葉ヘルパーステーション管理者)

対象 家族の介護をしている方、介護経験者  
※参加者の責任のもと、ご家族をお連れいただいても構いません。

申込 不要 直接会場にお越しください。

参加費 無料

主催・問合せ 三鷹市社会福祉協議会 総務課在宅サービス係  
電話 0422-79-3505

お誘い

令和7年 ターゲット・バードゴルフ  
シニア講習会

—三鷹市ターゲット・バードゴルフ協会主催—

初心者には、会員がご指導いたします。  
経験者は会員と一緒にプレーをお楽しみください。シニア以外も参加できます。

開催日 9月8日(月)、11日(木)、18日(木)  
22日(月)、25日(木)

時間 午前8時30分 現地集合  
午前11時00分 解散  
雨天等でグラウンド利用不可の場合、中止

開催場所 大沢総合グラウンド野球場(AまたはB) 大沢5-7-1

参加者 健康な方

服装 運動できる服装

用具 協会を用意します

参加費 無料

参加申込 不要(当日集合時間にお越しください)

連絡先 吉野秀明 080-1035-4687



【ほのぼのネットだより】ほのぼのネット大沢班

お茶の会 ～ずっと大沢で暮らしたい  
生活を支える介護と居場所～

「すみなれた場所でイキイキと楽しく…」

今回は、「ケアホームこまつ」など近くの介護事業所について、お話をききます。

そのあとは、前回盛り上がった「人生会議カードゲーム」をお茶とお菓子とおしゃべりとともに楽しみます。恒例、ビンゴ大会も！ぜひこの機会にご参加ください。



★プログラム

- \* 社会福祉協議会地域の介護事業所紹介
- \* 「ケアホームこまつ」小松さんのお話
- \* 人生会議カードゲーム 茶話会 ビンゴ大会

【ケアホームこまつ】

三鷹市大沢1丁目で大規模多機能型という24時間365日訪問・通所・泊まりを一カ所で行う施設です

日時 9月25日(木) 13時30分～15時(受付開始 13時15分)

場所 大沢コミュニティ・センター多目的室(3階)

対象 どなたでもご参加ください30名(申込不要)

会費 100円(行事保険料を含む)

問合せ 三鷹市社会福祉協議会みたかボランティアセンター(0422-76-1271)

- ・発熱や体調不良がある方は参加をご遠慮ください。
- ・感染状況により急遽中止になる可能性があります。そのときは会場入り口にてお知らせいたします。

お知らせ

【ほのぼのネットだより】ほのぼのネット大沢わかば班  
後半期予定

9月2日(火) ゲーム大会・赤ちゃん和妈妈の会

10月7日(火) 葛西臨海水族園

11月4日(火) 古本市・赤ちゃん和妈妈の会

12月2日(火) ハンドベル演奏会

〔令和8年〕

2月3日(火) 新春交流会

3月3日(火) わかば茶屋・赤ちゃん和妈妈の会



■ 問合せは大沢コミュニティ・センターへ TEL 0422-32-6986

9月行事のご案内

行事名	内容	日時	申込み・費用	備考
早朝ラジオ体操	ストレッチ体操、太極拳、ラジオ体操、練功十八法、中国ラジオ体操	毎朝(雨天中止) 午前6時～6時40分	直接会場へ	場所：大沢CC広場 主催：厚生部会・健康づくり推進委員会 持物：タオル、飲み物
健康ウォーキング	野川公園散策コース	9月5日(金) 午前10時(雨天中止)	大沢CC広場直接集合 無料	主催：厚生部会・健康づくり推進委員会 ※東京都シルバーパスを持参してください
	国立天文台付近散策	9月16日(火) 午前10時(雨天中止)		
図書室友の会	おり紙教室	9月7日(日) 午後1時30分～4時	直接会場へ	場所：大沢CC 2階 小会議室
	絵本の読み聞かせ	9月19日(金) 午前10時30分～11時30分	直接会場へ	場所：大沢CC 2階 図書室 絵本コーナー
大沢台小・羽沢小 校庭開放	サークル単位の校庭利用	毎週 土・日・祝日	大沢CC事務局 (事前に登録が必要です) 対象は三鷹市民です	A区分：9:00～12:00 B区分：12:00～15:00 C区分：15:00～18:00
デジタル 相談サロン	スマートフォン・タブレットの操作やお困りごとなど、ご相談ください	9月12日(金) ①午後2時～2時50分 ②午後3時～3時50分 対象：一般市民事前申込制(電話・予約サイト) ※開催日の1か月前よりご予約できます 電話：0422-40-9669(平日午前9時～午後5時) 予約サイト： <a href="https://reserva.be/mitakadigisupport">https://reserva.be/mitakadigisupport</a> ※利用料無料 右記二次元コードより		会場：大沢CC 2階小会議室 定員：各時間帯ごと先着2名(事前予約制) 持ち物：ご利用のスマートフォン等機器 主催：三鷹市生活環境部 コミュニティ創生課 協力：大沢住民協議会 運営・問合せ：株式会社まちづくり三鷹

### 三鷹警察署だより

#### 三鷹市内交通人身事故発生件数(令和7年7月中)

地区	人身事故	自転車関与	高齢者関与	死亡者数	重傷者数	軽傷者数
	発生件数(件)	事故件数(件)	事故件数(件)	(人)	(人)	(人)
市内	39	26	9	0	0	41
大沢	7	3	2	0	0	7

※高齢者と自転車の関与は重複する場合があります。

#### 秋の全国交通安全運動

9月21日(日)から9月30日(火)までの間、令和7年秋の全国交通安全運動が実施されます。

一人ひとりが交通ルールを守り、交通事故のない安全安心な三鷹市を目指しましょう。

#### 交通安全フェスタ

9月20日(土)の午後1時ころからSUBARU総合スポーツセンターのメインアリーナ(体育館)で、「三鷹交通安全フェスタ」を開催します。交通安全に関する楽しいイベントを予定していますので、ぜひご参加ください。

三鷹警察署

### おおさわ学園9月の主な行事

27日	20日	13日	6日	25日	14日	2日	17日	13日	6日	24日	21日
○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

学校図書館地域開放日(土曜日) 9時~12時

大沢台小 羽沢小 七中

25日(木)~26日(金) 第2回定期考査

14日(日)~16日(火) 修学旅行(3年生)

2日(火) 生徒会役員選挙

17日(水) 一家庭教育学級

13日(土) ほたるの里稲刈り(予定)(5年生)

6日(土) 学校公開(道徳授業公開)

13日(土) ほたるの里稲刈り(予定)(5年生)

24日(水) 学園研究会

21日(日)~30日(火) 交通安全週間

### 三鷹消防署からのお知らせ 防災週間(8月30日~9月5日)

9月1日は「防災の日」です。この日は、大正12年9月1日に発生した関東大震災、昭和34年9月に襲来した伊勢湾台風などをきっかけとして定められました。また、昭和57年からは、9月1日の防災の日を含む1週間を防災週間と決めました。

災害による被害の軽減には、防災学習や防災訓練など、日ごろの継続的な取組を通じて一人ひとりの防災意識を高め、防災行動力を向上させることが必要不可欠です。防災の日と防災週間をきっかけとして、防災に関する行動を1つでも多く実践してみてください!

三鷹消防署 大沢出張所



### お誘い 大沢絵手紙の会

下手でもいいのです ちょっと描いてみませんか?

日時 毎月第2水曜日 13:00~16:00  
場所 大沢CC3階会議室  
会費 1,000円/月

いつでも入会できます 直接会場へおいでください



### 9月地域行事のご案内

行事名	内容・費用・日時・申込み	備考	
あそびとおしゃべりの会	あそびや育児のおしゃべりの交流会(赤ちゃんの体重が計れます) *無料 *当日会場にお越しください	[対象年齢] 令和3年4月2日以降に生まれたお子さんと保護者 9月17日(水) ※助産師がいます。10時30分~12時 【お願い】開催日に風邪症状のある方は、参加をご遠慮ください	場所:大沢CC 1F 自由室 主催:三鷹市子ども家庭支援センター すすくひろば 問合せ:0422-45-7710
みんなの居場所づくり「のがわの家」	健康麻雀会(第2、4水曜日、10時~17時)(会費および利用料200円)(野川公園入口そば)		問合せ:のがわの家運営委員会 代表:本郷浩之 ☎090-1053-0403
おやこひろばしいのみクラブ	園庭開放・室内遊び 日時:毎週火、木、金(祝祭日はお休み) 10時~12時 13時~16時 2日(火)赤ちゃんを災害から守るお話会 11時30分~12時 ※要予約 30日(火)誕生会 ※11時までにひろばへお越しいただき、誕生月であることを職員にお声掛けください。		場所:椎の実子供の家 三鷹市大沢4-8-8 対象:地域の親子 0歳~就学前 問合せ:0422-32-4103 担当:前川 *徒歩・自転車でお越しください
椎の実子供の家 地域交流スペース	子どもの居場所「しいのみハウス」 日時:毎週月曜日~金曜日 14時~18時 ★駄菓子屋さんオープンしてます♪ 月曜15時~18時 「椎の実カフェ」地域の皆さんの憩いのカフェ(飲食物のお持ち込みも可能です) 日時:月、火、木、金 11時~14時(水、土日曜、祝日休み) 「クラリスの英会話カフェ」11時~12時 申込不要・参加費500円(大人向け英会話レッスン) 1日(月)…テーマ『ついでに』 8日(月)…フリートーク 22日(月)…『まだましな方』 「あっぷっぷ」(麺料理) ランチ営業(11時30分~14時) ※9月の営業日は、5日(金)、12日(金)、19日(金)です。		場所:椎の実子供の家 三鷹市大沢4-8-8 しいのみハウス 対象:小・中学生 椎の実カフェ 対象:どなたでも 問合せ:0422-30-5538 *徒歩・自転車でお越しください
地域福祉コーディネーター相談サロン	①9月17日(水)10時~11時30分 大沢CC 2階 小会議室 10時00分~おしゃべりサロン 10時45分~相談の時間 ②9月26日(金)10時~11時30分 大沢原地区公会堂(大沢1-12-6) ご自身や家族の介護、子育て、生活費、ひきこもりのことなど、年齢や対象を問わず生活の中での困りごとについて相談をお伺いします。高齢者の総合相談窓口である「大沢地域包括支援センター」の職員も一緒に相談をお伺いします! お気軽にご相談ください! 参加費:無料		申込:不要 当日会場にお越しください 対象:大沢地区にお住まいの方 問合せ:みたかボランティアセンター 0422-76-1271
にじの会 子ども食堂	お弁当の配付 日時:9月17日(水)16時30分~17時30分 申込開始:9月3日(水)~ QRコードから(完全予約制) 料金:中学生まで無料。付添大人300円(税込) ※限定数量に達し次第、受付を終了。		場所:ワークショップハーモニー 対象:三鷹市・調布市に在住の中学生までの子どもと付き添いの方 ※付き添いの方…お越しいただいた方ののみ販売。 問合せ:社会福祉法人にじの会 本部 0422-39-2411
げんきカフェ	食事の提供 日時:9月13日(土)11時45分~(12時15分 受付終了) 申込:電話またはQRコードで(完全予約制) 9月5日(金)締切 料金は高校生まで無料。大人300円(税込) ※数量に達し次第、受付を終了。		場所:特別養護老人ホーム 三鷹げんき内1階地域交流スペース 対象:どなたでも 問合せ:0422-26-4798

# 楽しかった夏の行事

## 水上フェスティバル

7月20日(日)にコミセンプールで恒例の水上フェスティバルを開催しました。年々暑さが増す中、今年は少しでも涼しい午前中の開催としたり、水分・塩分補給の提供も行うなど、熱中症対策に注力をして実施。おかげさまで無事故で子どもたちに思い切り楽しんでもらえました。

普段のプールでは使えないイルカやボートに乗っての競技や、紅白に分かれての水中玉入れなど、水上フェスティバルならではの楽しいゲームに子どもたちのはしゃぐ声がプールにあふれました。

開催にあたって、忙しい中で時間を割いて協力いただいた羽沢小や七中のPTA、羽沢小や大沢台小のおやじの会の皆さん、また参加している小学生たちに模範の姿を見せながら手伝ってくれた七中生ボランティアの皆さんに心より感謝申し上げます。本当にありがとうございました。

体育部会



第1部 吹奏楽オリジナルステージ

イギリス民謡組曲

(レイフ・ワグネル・ウィリアムズ 作曲)

マードックからの最後の手紙

(梶尾雅徳 作曲)

ほか

第2部 ミュージカル音楽特集

「サウンド・オブ・ミュージック」ハイライト

(リチャード・ロジャース 作曲 / 梶尾雅徳 編曲)

ミュージカル「レ・ミゼラブル」より

(クロード・ミシェル・シュンベルグ 作曲 / 梶尾雅徳 編曲)

ほか

武蔵野シンフォニック・プラス・オーケストラ  
第28回定期演奏会

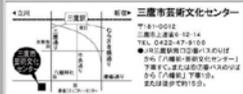
9月21日(日) 14時開演  
(13時半開場)

三鷹市芸術文化センター

風のホール

入場無料・全自由席

創立30周年CD1,000円ほか  
当団オリジナルCD&記念誌  
会場にて販売!



問合せ先: <https://nabo.jindofrec.com>

赤いTシャツが目印♪ 大沢地区を中心に活動している吹奏楽団、武蔵野シンフォニック・プラス・オーケストラです。このたび、9月21日(日)三鷹市芸術文化センターにて第28回定期演奏会を開催します。吹奏楽オリジナル曲や誰もが知っているミュージカル曲など盛りだくさんの内容! 当団の1年の集大成となる演奏会です。ご来場を心よりお待ちしております!

## こども納涼まつり

コロナ禍あけ2回目の開催となりました第13回こども納涼まつりは、暑い中400名を超えるたくさんの方のご来場をいただきました。

また、100名を超える関係者にご協力を賜り、お陰さまで盛況のうちに終わることができました。

この場をもちまして御礼申し上げます。

来年少も開催予定です。

どうぞよろしくお願いたします。

大沢原町会



## 大沢下原町会主催 盆踊り大会 大盛況御礼

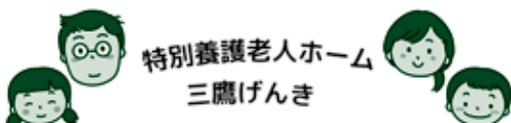
8月2日(土)、3日(日)に、大沢コミセン広場で大沢下原町会主催の盆踊り大会が開催されました。両日とも大勢の皆さんが参加され、今年の新曲、サザンオールスターズの『盆ギリ恋歌』で大盛り上がりでした。模擬店も賑やかに楽しんでいただきました。

お越しいただいた皆さま、設営や警備にご尽力いただいた皆さま、太鼓や踊りをリードしていただいた皆さま、模擬店を出店していただいた皆さま、お手伝いいただいた七中生ボランティアの皆さま、ありがとうございました。

大沢下原町会



### イベントのお知らせ



特別養護老人ホーム  
三鷹げんき

## 防災講座

地震や台風などの自然災害が多発しています。もしもの時に、落ち着いて行動できるよう、一緒に備蓄や簡易トイレの使い方について学びませんか?

10月11日(土)  
11:00~

1階地域交流スペース  
【無料・予約不要】

特別養護老人ホーム 三鷹げんき  
三鷹市大沢4-10-5  
TEL: 0422-26-4798



ご自宅で、安心安全の  
介護・病気療養生活

うきよ 訪問看護  
ステーション

ガン末期 寝たきりの方の全身介護  
精神疾患 リハビリ 不登校支援  
※保険利用のご相談もお任せください

0422-30-8578

心のケアを  
カウンセリング・教育相談は  
フリースペース ゆう  
自信とやる気を  
中学生の学習・受験指導は  
ゆつゆ塾

大沢六の十一の三  
【三三二九七六三】  
矢野

カット・パーマ  
予約 09901215916945  
訪問・送迎もいたします  
エステー美容室

1丁目のべんり屋  
たすかるくん お掃除全般  
核切り・草むしり・不要品片付け  
大沢1丁目 家事代行・荷物移動  
04223151490  
YHC(株) 代表 堀江

### 家族葬専門葬儀社のもと祭典

家族葬ならおまかせください

0422-57-7876 (24時間受付)

三鷹本社 三鷹市下連雀 7-6-29-103  
大沢支店 三鷹市大沢 4-10-11-102

のもと祭典 検索

2級建築士  
1級施工管理技士  
住宅のリフォーム工事承ります  
増築・改築・断熱工事・外構工事他!  
古亭ホーム(有)  
三鷹市大沢5-21-15  
090999187066  
外着け  
もう一つの侵入対策  
「ハリアフテム」  
「遮熱型ラインドーム」  
テラス窓・掃出窓・玄関・勝手口ドアの内側に設置出来る  
当社開発 耐風工法  
西日除け  
遮熱シート採用  
通風と採光のための  
スリットが有る

「人に伝える・人とつながる」をお手伝い  
コミュニケーションサポート企業  
BUN-SHIN  
印刷・出版・Web・映像・周年事業  
株式会社文伸 / ふんしん出版 / ここと舎  
三鷹市上連雀 1-12-17 Tel. 0422-60-2211

株式会社 地域と共にある造園会社  
大沢ガーデン  
お庭のデザイン・造園施工  
植栽管理・お庭のメンテナンス  
TEL 0422-57-8457 大沢ガーデン |  
FAX 0422-57-4896 <http://osawagarden.jp/>

あなたの近くにいる  
私たちだからできる  
身近なサービス  
高坂デンキ商会  
家電・補聴器・電気工事・水道工事  
ガス給湯器・リフォーム  
TEL (0422) 30-9993  
FAX 0422-30-9994  
三鷹市野崎 2-1-16 (三鷹上連雀郵便前)

健康保険を適用した訪問治療  
マッサージ・鍼灸・リハビリ・機能訓練  
Pax パークス鍼灸院  
URL <http://pax-shinkyuin.com>  
お電話 0422-30-5157  
消防設備点検・工事・建築設備  
(有)日の丸防災  
三鷹市野崎 二一四一十二  
TEL 0422-31-2781  
自動車販売 板金塗装  
車検整備  
(有)斉藤自動車  
野崎 三二一十一十二  
TEL (31) 60332