

コミュニティ

おおさわ

vol.616
2026
October

10

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

「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 —

日 時：10月4日（日）午前10時～正午

会 場：おおさわ学園 三鷹市立羽沢小学校

今年度の総合防災訓練も防災行動力を身に付けられるさまざまなコーナーを用意しています。実際に〈来て！ 見て！ 体験！〉してみましょう。ご家族やご近所の皆様でお誘いあわせて、ぜひご参加ください。

クイズラリーと
スタンプラリーを実施予定

最後の物資配給訓練
では防災グッズ等を配布します



煙体験



消火訓練・放水体験



避難所

避難所に備蓄している
物資・資機材を用いて、
避難所を展示します。



三角巾包・AED心肺蘇生



非常食

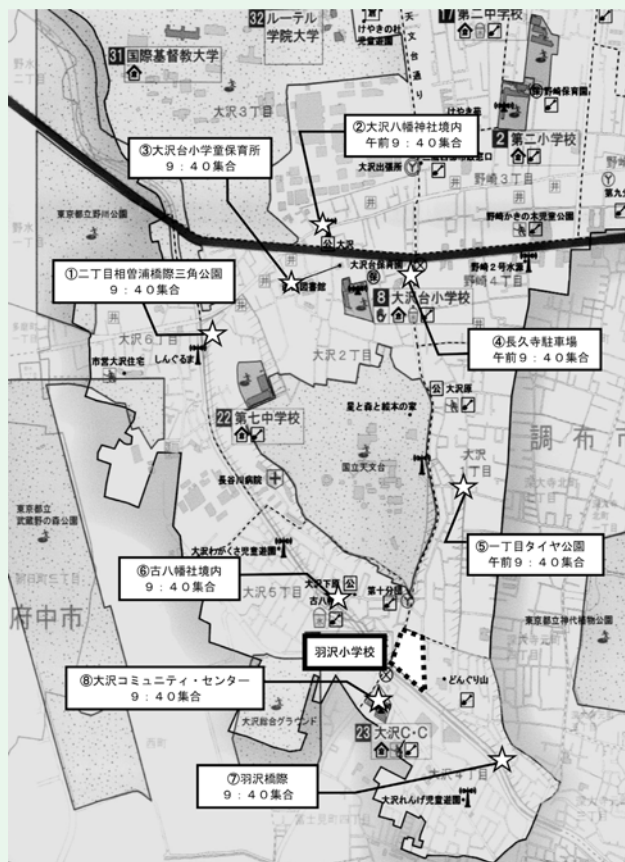
アルファ米の炊き出し、
試食を実施します。

一時集合場所からの避難誘導訓練

避難する前に出火防止訓練として、自宅で火元の確認等を各自で行います。

下記の一時的集合場所に集合時間までに集まり、徒歩で訓練会場へ避難する訓練です。

- | | |
|----------------------|-----------|
| ① 二丁目相曽浦橋際三角公園 | 午前9時40分集合 |
| ② 大沢八幡神社境内 | 午前9時40分集合 |
| ③ 大沢台小学童保育所 | 午前9時40分集合 |
| ④ 長久寺駐車場 | 午前9時40分集合 |
| ⑤ 大沢高台児童遊園（一丁目タイヤ公園） | 午前9時40分集合 |
| ⑥ 古八幡社境内 | 午前9時40分集合 |
| ⑦ 羽沢橋際 | 午前9時40分集合 |
| ⑧ 大沢コミュニティ・センター | 午前9時40分集合 |



来て！見て！体験！

協賛：AJINOMOTO STADIUM

主催：大沢地域防災対策本部
協力：三鷹警察署・三鷹消防署・三鷹市消防団・三鷹市赤十字奉仕団・おおさわ学園（第七中学校、大沢台小学校、羽沢小学校）・三鷹市交通安全対策部・大沢地区交通安全協会第一・第二支部・大沢宿町会・大沢下原町会・八幡町会・三鷹市交通安全協会・長谷川病院・福祉・NPO・みんなの防災・国際基督教大学・三鷹市社会福祉協議会・（公財）東京都公園協会・大沢住民協議会・三鷹市他

おおさわ スポレクフェスティバル

健康相談

同時開催！健康チェックコーナー
協賛：クリエイティブSD三鷹大沢店

抽選会・スタンプラリーで
お楽しみ賞品ゲット！



11月1日（日）

12:00-15:00

大沢コミュニティ・センター
（雨天時：館内種目のみ）

開催予定種目

- | | | |
|---------------|-------------|--------------------|
| ・ピクセルボール | ・風船バレー | 【主催】 |
| ・ストラックアウト | ・バレーボール | 大沢住民協議会スポレク実行委員会 |
| ・フライングディスク | ・ベアリング・キャッチ | 【協力】 |
| ・ターゲット・バードゴルフ | ・モルック | 羽沢小学校PTA・七中PTA・七中生 |
| ・ガガ | ・ポッチャ | ボランティア |
| ・グラウンドゴルフ | ・カローリング | |

今話題沸騰の「ピクセルボール」、大人気の「モルック」、誰でも楽しめる「風船バレー」など、多彩な13のスポーツをご用意！高齢者向けの「健康診断」や「栄養指導」などの健康コーナーもあります。

そして、イベントのフィナーレを飾る閉会式では、豪華賞品が当たる大抽選会を実施します！

「体を動かしたい」「地域の方と交流したい」と思っている方、ご家族やご近所お誘い合わせの上はもちろん、お一人での参加も大歓迎です。

11月号原稿締切日

10月5日（月）

広報部会

10月の休館日

- | | |
|----------|--------|
| 3日（土） | 防災訓練準備 |
| 4日（日） | 防災訓練 |
| 6日（火） | |
| 12日（月・祝） | |
| 13日（火） | |
| 20日（火） | |
| 27日（火） | |



センター掲示板

○10月3日（土）・4日（日）は休館。
「大沢地域総合防災訓練」準備等のため
○10月31日（土）は午後5時閉館。（風呂と図書室はお休み）
「スポレク・フェスティバル」準備等のため
11月1日（日）は全館利用できません。

認知症サポーター
養成講座



11月7日(土)
午後1時30分～3時

参加無料
定員40名



大沢コミュニティ・センター 3階 多目的室

認知症サポーターになりませんか

認知症サポーターは、なにか特別なことをする人ではありません。認知症について正しく知り、認知症の方をゆるやかに支え、認知症とともに生きるまち三鷹を考える、そんなきっかけになる講座です。ぜひご参加ください。

内容

◎そもそも認知症って何だろう
◎認知症になると起こること
◎当事者や家族の気持ちを考える
◎私たち（地域住民）にできること

申込み

10月19日（月）より、下記、事務局までご連絡ください。
また、右の2次元コードからお申込みいただけます。

講師

三鷹市大沢高齢者なんでも相談センター 高尾 数祥 氏
(地域包括支援センター)

主催

大沢住民協議会厚生部会（健康づくり推進委員会）
地域ケアネットワーク・大沢



申込・問合せ

ケアネット・おおさわ事務局
(三鷹市健康福祉部地域福祉課地域ケア推進係)
電話 0422-29-9235 (直通) 受付時間 平日 午前9時～午後5時
※活動報告等に使用するため、写真撮影することがあります。

募集

ボッチャ体験会
「ボールをガンガン投げて、点取りのコツを覚えましょう」



日時

10月17日(土) 13時～15時

参加費

無料

会場

大沢CC 3階 多目的室

申込み

大沢CC事務局へ(32-6986)

内容

ルールの説明とボッチャ競技の体験

主催

大沢住民協議会厚生部会、健康づくり推進委員会

ご案内

「スマートフォン相談会」



こんなことはありませんか？

「スマートフォンって、やっぱり分からないことがあるなあ～」
「お店で聞くと新しいサービスを紹介されることもあるし、相談だけできるところはないかな？」
令和7年度に引き続き、NPO 法人シニア SOHO 普及サロン・三鷹の方をお招きし、スマートフォン相談会を開催いたします。
生成 AI（Gemini）やアプリの使い方などを和気あいあいと小グループに分かれてきめ細かく教えていただきます。
皆様…奮ってご参加ください♪

日時

10月23日(金) 午後2時～4時

会場

大沢コミュニティ・センター 3階多目的室

参加費

無料

定員

15名(定員を超えた場合は、抽選)

申込

申込締切は令和8年10月9日(金)午後5時
三鷹市大沢高齢者なんでも相談センター（地域包括支援センター）
電話：0422-33-2287（日・祝・年末年始を除く、9:00～17:00）
※お申込みの際、スマートフォンの機種についてお尋ねいたします。
※なお、当日、東京都アプリのポイント申請及び交換をご希望の方は、マイナンバーカードとカード交付時に設定された暗証番号（4桁の番号が2種類）がわかるものをご持参ください。

主催

三鷹市大沢高齢者なんでも相談センター（地域包括支援センター）



三鷹市福祉 Labo どんぐり山

ご案内

R8 年度健康習慣スタート講座
『“海馬”～記憶の司令塔を、活性化！』（全8回）

三鷹市福祉 Labo どんぐり山では、R8 年度 健康習慣スタート講座『“海馬”～記憶の司令塔を、活性化！』（1 コース 全 8 回）を開催します。スマートウォッチを手首に装着し、心拍数を確認しながら楽しく運動します。体組成測定や栄養相談などもあります。ぜひ、皆さんと一緒に、運動を習慣化してみませんか！

対象

65 歳以上・三鷹市在住の方

参加人数

1 コース 10 名（※先着順となります）

場所

三鷹市福祉 Labo どんぐり山（三鷹市大沢 4-8-8）

申込方法

電話 0422-24-7099 0422-24-7350

申込期間

9 月 24 日（木）～平日 9：00～17：00
※定員になり次第申し込みを終了させていただきます。

【各コース日程】

	1 回目	2 回目	3 回目	4 回目	5 回目	6 回目	7 回目	8 回目
水曜日コース AM10:00-11:00	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	1/20
	「三鷹駅前郵便局」信号西側のさくら通り [9:15 発] ➡ 三鷹産業プラザ付近のいずみ通り [9：25 発]							
木曜日・午前コース AM10:00-11:00	10/29	11/5	11/19	11/26	12/3	12/10	12/17	1/21
	連雀コミュニティ・センター※西側道路 [9:20 発] ➡ 三鷹市役所議場棟下 [9：30 発]							
木曜日・午後コース PM1:30-2:30	10/29	11/5	11/19	11/26	12/3	12/10	12/17	1/21
	大沢二丁目第 2 アパート 1 号棟前 [1:05 発] ➡ 天文台裏バス停付近 [1：15 発]							
金曜日コース AM10:00-11:00	10/30	11/6	11/13	11/20	12/4	12/11	12/18	1/22
	井口コミュニティ・センター駐車場 [9:30 発] ➡ 高齢者センターけやき苑付近 [9：40 発]							

・お申込み時に参加希望コースをお知らせください。

・送迎バスご利用の場合は、乗降場所についてお知らせください。発着場所につきましては、コースにより異なります。

・送迎バスの時間につきましては、交通事情等により多少遅れる場合があります。あらかじめご了承ください。

問合せ

三鷹市福祉 Labo どんぐり山 0422-24-7099 [担当：麻生・橋本]

10 月行事のご案内

■ 問合せは大沢コミュニティ・センターへ TEL 0422－32－6986

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（希望の種目のみ参加可）	毎朝（雨天中止） 午前6時～6時40分 （4月～10月は上記時間）	直接会場へ	場所：大沢CC広場 主催：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	神代植物公園	10月29日（木） 午前10時（雨天中止）	直接会場へ 無料	大沢CC入口 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
図書室友の会	おり紙教室	10月11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	10月16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・羽沢小学校 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	10月8日（木）① 午後2時～3時 ② 午後3時～4時 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： https://reserva.be/mitakadigisupport ※利用料無料 右記2次元コードより 11月の開催は11月12日（木）で 申請は10月9日（金）からできます		場 所：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

 この広報紙は再生紙を使用しています。

三鷹消防署からのお知らせ

病気やけがの症状が心配ですか？ 最短 1 分で緊急度を確認できます

東京版救急受診ガイド (Web 版) は、急な病気や怪我について入力された内容から緊急度を確認でき、受診が必要な場合には近くの医療機関を検索できます。

提供するサービスの概要 本ガイドでは、次の機能をご提供します。

病気やけがの緊急度を判断

症状から緊急度をガイドラインに沿って判断し、救急車を呼ぶか、医療機関を受診するかの目安を確認できます。

お近くの医療機関を案内

現在地、受診日時や診療科目などの条件に合わせて受診可能な医療機関をご案内します。

東京版救急受診ガイド

病院？ 救急車？

- 注意事項
- ・本ガイドのアドバイスは診察・検査の結果ではありません。最終判断はご自身で行ってください。
 - ・症状の自由入力では氏名・住所・電話番号などの個人情報は入力しないでください。
 - ・音声入力をご利用のブラウザ／OS のプライバシーポリシーに従って処理されます。
 - ・地図・ルート案内には Google Map を利用します。

○火災と救急出動 (令和 8 年 8 月)

火災件数	0 件
救急出場件数	214 件



三鷹消防署 大沢出張所

まごころ・さろん ～読書会～

今月の本『学校は子どもと地域のたからもの』他

日 時 10 月 17 日 (土) 13 時 30 分～15 時 30 分

場 所 大沢コミュニティ・センター

人 数 15 名

参加費 資料代 100 円 当日受付へ

連絡先 菊地: midorei@icloud.com

対 象 どなたでも

主 催 大沢地区の未来を考える会

おおさわ学園 10 月の主な行事

31 日	24 日	17 日	10 日	3 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

28 日 (水) ふれあい音楽交流

26 日 (月) 進路面談 (3 年) (11 月 4 日)

23 日 (金) 漢字検定

22 日 (木) 第 43 回音楽祭

16 日 (金) 第 2 回進路説明会

2 日 (金) 開校記念日・英語検定

1 日 (木) 職業人の話を聞く会 (1 年)

○第七中学校

26 日 (月) 振替休業日

24 日 (土) 運動会 (予備日 25 日 (日))

○羽沢小学校

19 日 (月) 振替休業日

17 日 (土) 運動会 (予備日 18 日 (日))

2 日 (金) 読書旬間 (16 日)

1 日 (木) わかば宿泊学習 (2 日)

○大沢台小学校

28 日 (水) ふれあい音楽交流

14 日 (水) 学園研究会

三鷹警察署だより

三鷹市内交通人身事故発生件数 (令和 8 年 8 月中)

地区	人身事故発生件数 (件)	自転車関与事故件数 (件)	高齢者関与事故件数 (件)	死亡者数 (人)	重傷者数 (人)	軽傷者数 (人)
市内	30	13	7	0	0	30
大沢	3	0	1	0	0	3

※高齢者と自転車の関与は重複する場合があります。

○「トワイライト・オン運動」

10 月になると、日没の時間が早くなり、歩行者や自転車が見えにくくなります。日没よりも早めに車両のライトを点灯する「トワイライト・オン運動」を実施して交通事故防止に努めましょう。10 月の点灯推奨時間は「16：30」です。

○生活道路における自動車の法定速度の引き下げ

生活道路とは、主に地域住民の日常生活に使用される、中央線や中央分離帯などがない比較的狭い道路のことです。生活道路の法定の最高速度は、道路標識等による指定がない場合、これまでの 60km/h から、9 月 1 日より 30km/h に引き下げられています。

三鷹警察署

10 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 4 年 4 月 2 日以降に生まれたお子さんと保護者	10 月 21 日 (水)・28 日 (水) ※ 28 日は助産師がいます 10 時 30 分～12 時 【お願い】 開催日に体調のすぐれない方は、参加をお控えください	場 所：大沢 CC 1 階 自由室 主 催：三鷹市子ども家庭支援センター すくすくひろば 問合せ：0422-45-7710
しいのみクラブ	園庭開放・室内遊び・誕生月のお友だちのカード作成 日時：毎週火、木、金 (祝祭日はお休み) 10 時～12 時 13 時～16 時 2 日 (金) 0 歳児保育見学 & 体験会 10 時～ 要予約、電話または事務所まで直接お声がけください 16 日 (金) ミニ運動会 (要予約) 10 時～11 時 予約期間 9 月 15 日 (火)～10 月 6 日 (火) ※当日は集合時間の 5 分前に開催場所へお越しください 23 日 (金) 親子リトミック (要予約) ① 10 時 10 分～10 時 40 分 ② 10 時 50 分～11 時 20 分 予約期間：9 月 24 日 (木)～10 月 16 日 (金) 各回定員 10 組程度になります。予約組数が埋まり次第受付終了です 27 日 (火) 誕生会 ※当日は 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：永田 *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 「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」 2 日、9 日、23 日 (金) 11 時 15 分～12 時ごろ ※申込不要・参加費 500 円 (大人向け英会話レッスン) 「あっぷっぷ」(麺料理) ランチ営業 毎週火曜日 (11 時 45 分～14 時) 「100 万人のクラシックライブ」 10 月 16 日 (金) 16 時～16 時 30 分 ピアノとバイオリンによる本格的なクラシック演奏をぜひ、どうぞ♪ ※無料、申込不要 当日会場へ			場 所：椎の実子供の家 三鷹市大沢 4-8-8 対 象：しいのみハウス 小・中学生 椎の実カフェ 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	① 10 月 22 日 (木) 10 時 00 分～11 時 30 分 市営大沢 6 丁目アパート集会所 (大沢 6-6-1) ② 10 月 28 日 (水) 10 時 00 分～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 40 分 相談の時間 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：みだかボランティアセンター 0422-76-1271
に じ の 会 こ ども 食 堂	お弁当の配付 日 時：10 月 21 日 (水) 16 時 30 分～17 時 30 分 申込開始：10 月 7 日 (水)～ 2 次元コードから (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…来場者分のみ販売 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：10 月 17 日 (土) 11 時 45 分～13 時 15 分 (12 時 15 分までにお越しください) 申 込：電話のみ受付 (9 時～17 時) 料金は高校生まで無料 大人 300 円 (税込) ※申込期間：10 月 1 日～7 日 (数量に達し次第、受付終了)			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

第31回 大沢の里 秋まつり

秋の一日を楽しむ地域の方々が一堂に集う大沢最大の催しです。毎年、ミニ新幹線の運行やお囃子、音楽演奏、模擬店、大抽選会が行われます。多くの企業や団体の協賛協力のもと、恒例の大抽選会は今年も行います。

日時 11月3日（火・祝）小雨決行
11時～14時

場所 おおさわ学園 第七中学校校庭（大沢2-11-12）

催し物 ミニ新幹線、ミニ防災フェア、七中吹奏楽部演奏、
おおさわジュニアバンド、三鷹囃子、
各種模擬店、大抽選会、ゲームコーナーなど

主催 大沢の里秋まつり実行委員会



お誘い

「大沢の里水車古民家まつり」
三鷹と江戸

大沢の里水車経営農家と
古民家で
おまつりを開催します。
テーマは江戸。

日時
10月3日（土）、4日（日）
午前10時～午後4時



水車：江戸時代から続いた精米製粉作業の特別公開
（要事前予約・先着順。15時～16時は予約不要で見学可）。
古民家：江戸時代行われていた鷹狩りにちなんだ鷹飛ばしの実演
入館料 200円（古民家のみ100円）中学生以下無料

ぜひ遊びに来てください。
主催・問合せ 三鷹市生涯学習課 0422-29-9862

ご案内 第21回 にじの会まつり

地域のみなさまとの交流を目的に開催します。
各種交流イベント、模擬店、レストラン等計画しています。

日時：10月24日（土）午前11時～午後2時

場所：社会福祉法人 にじの会 大沢にじの里 三鷹市大沢1-6-3

問合せ：社会福祉法人 にじの会
にじの会まつり実行委員会 実行委員長 新津健朗
三鷹市大沢1-6-3 TEL：0422-39-2411
ホームページ：http://nijinokai.org

※車での来場はご遠慮ください。



図書室友の会

絵本であそぼう

11月14日土
14:00～

大沢コミュニティ・センター
3階 鑑賞室

《問合せ》
大沢コミュニティ・センター事務局
0422-32-6986

絵本の読み聞かせ
紙芝居
パネルシアター
手遊びをします♪



主催：大沢住民協議会 文化部会

入場
無料

コミュニティ音楽会 令和9年2月14日開催♪

毎年多くのみなさまにご好評いただいております「コミュニティ音楽会」
出演者募集の詳細については、11月号にてお知らせします。どうぞお楽しみに♪
コミュニティ音楽会実行委員会

三鷹市ターゲット・バードゴルフ協会

見学・体験
大歓迎！
参加無料！

ターゲット・バードゴルフ

市民スポーツ祭開催

10月19日（月） 予備日22日（木）
会場：大沢総合グラウンド野球場 集合：午前8時30分

初めてでも大丈夫！
年齢・性別を
問いません！

青空の下で、楽しくプレー！健康づくり・仲間づくり！

ターゲット・バードゴルフは、羽根付きボールを
専用クラブ（PW）で打ち、ホールポストに入れる日本生まれのニュースポーツです。
ゴルフより簡単で安全！どなたでも気軽に楽しめます。

がんばれー！

健康づくりに最適！
無理なく体を動かして、健康増進に！

仲間づくり・交流の場！
和気あいあいとした楽しい雰囲気！

ゴルフ経験がなくてもOK！
ルールは簡単！すぐに始められます。

道具は貸し出します！
手ぶらで気軽に参加ください。

主 催 三鷹市・三鷹市教育委員会・三鷹市スポーツ協会
（公財）三鷹市スポーツと文化財団

主 管 三鷹市ターゲット・バードゴルフ協会

お問い合わせ
三鷹市ターゲット・バードゴルフ協会
☎0422-31-4737
（事務局 伊東）

一緒にプレーして、笑顔と健康を手に入れよう！
生涯スポーツとして、いつまでも元気に！
正式に入会されると、年会費（四千元）を徴収させていただきます。入会金はありません。
このポスターはChatGPTを使用して作成しました。

貴社の事業を
地域が応援します！
広告募集

美術・骨董品買取
絵画・掛軸・茶道具・古書
きもの・陶器
見積・査定・出張無料
一点鐘
三鷹市野崎3-8-16
0120-888-460

カッパ・パーマ
予約090-2159-1694
訪問・送迎もいたします
エステー美容室

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

募集 体育部会へのサポート

体育部会では、スポーツを通じた健康増進と地域交流を目的に、年間を通してさまざまなイベントを開催しています。7月の水上フェスティバル、11月のスポレク・フェスティバル、12月のニュースポーツ体験会、3月のグランドゴルフ大会など、子どもから高齢者まで楽しめる内容が盛りだくさんです。これらのイベントと一緒に支えてくださる方を募集中です。企画から関わりたい方、当日だけの参加も大歓迎。一緒に地域を盛り上げましょう！
問合せ 大沢コミュニティ・センター事務局
大沢住民協議会 体育部会

「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 / おんしん出版 / ことこと舎
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
お問 合 せ TEL 0422-57-8457 大沢ガーデン |
FAX 0422-57-4896 http://osawagarden.jp/

車検・板金・修理・各車販売
大沢自動車工業所
大沢1-3-7
(31) 6394
矢野

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
ゆうゆう塾

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
パークス鍼灸院
URL: http://pax-shinkyuin.com
お気軽に ☎0422-30-5137

1丁目のべり屋
たすかるくん お掃除全般
枝切り・草むしり・不要品片付け
大沢1丁目 家事代行・荷物移動
0422-3151490
YHC(株) 代表 堀江

消防設備点検・工事・建築設備
(有) 日の丸防災
三鷹市野崎二丁目41-11
TEL 0422-312781