



第486号

# こみゅにいてい

新しいコミュニティの輪。及れあいのある生活。  
集い・学び・暮らう。主役はいつでも私たち市民です。

### 1.使用できる人

原則として三鷹市市民と三鷹に在住する方です。

### 2.開廊している時間

●平日 午前10時～午後9時  
●土曜 午前10時～午後5時

発行：三鷹市東部地区住民協議会  
牟礼コミュニティ・センター  
三鷹市牟礼7-6-25 TEL 49-3444  
http://www.mitsugi-cc.jp  
印刷：株式会社文研

**① 医療者重点体験**  
北海道胆振地方の地震による災害がたて続けに起きた直後というところだったが、地域の方々の災害への避難所の関心が高まり、過去の多くの180名もの参加人数となった今回は、テーマをつぎの3つに分け、重点的体験した。これが一層のレベルアップをはかりたい。(一)

**② 校内避難所施設見学**  
③ 避難所の啓蒙  
特に、医師4名、看護士2名を得て行われた医療者重点体験は貴重な体験となった。また、高山小の各施設が避難所として活用されるか、実際に目にして避難所のイメージがはじまり、聴覚障害者4名の方々が手話の2名とともに参加された。重要な一歩を歩いた。



## 平成30年度 三鷹市総合防災訓練

—「その時のために」今から準備!—

平成30年度の三鷹市総合防災訓練はメイン会場を東部地区の東三鷹学園三鷹市立第六中学校として行われます。

近年、全国各地で地震、台風などの風水害が多発しております。「その時に、どうすればよいか、どのように行動するのか」を体験しませんか、ふるってご参加ください。

例年同様、町会・自治会単位での避難・移動訓練での集合はもちろんのこと、町会・自治会に加入していない方も是非おいでください。参加者全員に、非常時に役立つものをプレゼント。

日時：10月28日(日) 午前10時～12時

会場：東三鷹学園 三鷹市立第六中学校

- 訓練内容
- 消火器初期消火
  - 車いす・担架搬送訓練
  - 避難所開設訓練
  - 消火器初期消火
  - 在宅避難について
  - 避難所開設訓練
  - ドローン活用について

子ども向けコーナーもあります。

### 第24回 牟礼の里公園 秋まつりを開催します

平成30年10月21日(日)

午前10時～午後5時  
牟礼の里公園  
スナックほかに、地場野菜の販売や模擬店、アートパネル、インスタグラムなどの楽しい催しがあります。少雨決行がおすすめです。少雨決行がおすすめです。少雨決行がおすすめです。

### 姉妹町「矢吹町」復興応援の旅

復興委員会  
実行委員会  
事務局 三鷹市協賛会  
〒201-0801  
461-02081

今回は、夏休み中の子供さん達にも参加できるように、8月24日に実施した、子供さんを含めた34名の参加でした。台風20号の影響を受け、集客時期帯に強い風と雨に悩まされながらも、日防協の職員先頭に導かれ、被災地の心機をもち、採りたての安福で良質な野菜の買物が気持ちよくできました。

貸仕は、お楽しみのお風呂まで観音開き公園の理髪店まで受け、温泉と別荘の理髪店まで自然の中で堪能することができました。

婦連、立ち寄り、都須高原南々長谷場には、多くの動物に触れたい、濃厚なフクトクリームに舌づつみうがが見られました。多くの参加者から、復興応援に参加したいの声を聞かれました。

### 「柿田川湧水群の見学と 散策のお誘い」

柿田川は静岡県駿東郡清水町を流れる鈴川水系の本流約1.2キロの日本でも最も長い一級河川です。富士山からの雪とけ水や雨水が湧き出し、この地に湧き出しています。また、高知の四万十川、岐阜の長良川と共に日本三大湧き出しと知られています。

柿田川の湧水量は1日100万トンとも言われ、水道にも利用され、清水町のみならず周辺の沼津市、三島市にも送水されています。

自然豊かな湧水群を見学して、1.2キロの川沿いを歩いたりとらうキングし、夏の爽快感を、日常のストレスを解消しませんか。(雨天決行)お申し込みは事務局まで

「この講座は得をします」  
この講座になっても、この講座で暮らしがいやい  
認知症のことをもっと知りま

日時 11月13日(水)  
午後6時～4時  
場所 牟礼地区公民館(三鷹市牟礼地区公民館) 白根地区公民館(三鷹市白根地区公民館) 講師 栗田雅弘氏  
東京聖徳大学医療科学教授のまなまモリトリ  
二ツツ講師  
参加費 無料  
申込先 三鷹市東部地域包括支援センター  
☎0422-883055  
会場のお都合により、先着30名とさせていただきます。

**最新刊** 新編「アヲモリ」吉祥寺町内人高橋伸次氏

**「吉祥寺今昔写真集」**  
吉祥寺の変遷を伝える貴重な写真の載った  
寄贈品  
絶対発売完了! 2,500円+税  
株式会社 文研・ぶんしん出版  
TEL 0422-60-2211

**つばめ薬局**  
処方箋手帳類・くすり  
薬剤師募集中  
東京都東部地区牟礼1-4-25  
TEL 0422-44-3933  
FAX 0422-46-3900  
【営業時間】 9:00～19:00  
【受付時間】 9:00～17:00

**オフィスのことなら何でもご相談ください**  
城西コピー株式会社  
〒181-0012  
三鷹市上連雀8-4-15  
TEL 0422(49)8850  
FAX 0422(47)2444

**家族葬専門葬儀社のもとと祭典**  
安心価格の家族葬はおまかせください  
資料請求・事前相談はお気軽に!  
☎ 0422-57-7876 (24時間受付)  
三鷹市下連雀7-6-29-103  
のもとと祭典 検索

**クレタ歯科医院**  
歯科助手募集中!  
東京都三鷹市牟礼2-11-11  
TEL 0422-46-8808  
FAX 0422-46-8805  
10:00～18:30  
(土曜日は17:00まで)  
休日 水・日・祝日

オフィスビル・マンションの  
快適・安全ネットワーク  
株式会社  
**大建総業**  
東京都東部地区編物1-18-10  
三鷹ビル5層  
03-3945-0997  
(代)

水廻りのアドバイザー  
水漏れの修理  
蛇口交換のほか  
リフォームのご相談  
水道管の洗浄(お掃除)などの  
専門工事で  
お気軽にご相談ください。  
株式会社 浅水商会  
☎ 47-7728

貯金も ローンも 共済(保険)も  
羊札支店 (0422)44-7341

# 10・11月の行事のご案内

牟礼コミュニティ・センターへどうぞ ☎ 49-3441



行事名(担当部会)	内 容	日 時	定 員	申込み	費用・その他
高齢者給食会 (たんぼほの会)	71歳以上でひとり暮らしの方、及び最隣ひとりの方の交流会です。	10月4日(木) 11月1日(木) 12時30分～	追加 5名	随時受付	費 用: 500円 会 場: 牟礼CC会議室 ※詳しくは事務局へ
「江戸のからくり人形展」 ～からくり人形 ～道場から未来へ～ (文化部会)	40cm大の可愛らしいお人形がお茶を運び、舌をひく、そして文字も書く……体験コーナーもありです。 午後4時30分 講師: 日本メカニズムアーツ研究会 マエストロ	10月14日(日) 午前11時30分～ 午後4時30分 (4日実演、解説) ※開場は11時20分～	多数	当日会場へ	費 用: 無料 会 場: 牟礼CC体育館
「楠田川湧水群 見学及び散策」 (環境部会) (健康づくり推進特別委員会)	富士山からの湧水を水源とする日本三大湧水の一つ。 恵まれた自然環境の大切さを肌で感じながら、川沿いをウォーキングしましょう！(3km程度歩きます)	10月26日(金) 午前8時 30名 午後5時(予定)	30名	受付中 10月18日(木) 定員になり次第締め切り	費 用: 3500円(昼食代含む) (申込時納金) 集合場所: 牟礼CC広場 集合時間: 午前8時 持ち物: 飲み物、歩きやすい靴・服装
「櫻川江戸芸かっぱれ講座と体験」 (文化部会)	伝統芸能、梅田流「江戸芸かっぱれ」の起源から文部大臣賞受賞歴を学ぶ 講師: 櫻川江戸芸かっぱれ代表 大嶋哲代さん、他	11月10日(土) 午前10時30分～正午	多数	10月7日(日) 11月5日(月) 定員になり次第締め切り	費 用: 無料 会 場: 牟礼CC体育館
第31回少年少女 サッカー大会 (スポーツ部会)	東部地区の小学生チームの戦勝をはかる大会	11月11日(日) 午前9時～午後5時	—	観戦希望の方は 当日どうぞ	会 場: 第三中校庭
趣味の教室 編み物教室 (文化部会)	こじゃれたベスト&マフラーを作ろう 講師: 浅田宗子さん	11月14日(水) から全3回 午前10時30分～正午	20名	10月3日(水) 定員になり次第締め切り	持ち物: 5号か6号の針か針編み 日 程: 11/14、21、28の全3回 会 場: 牟礼CC会議室
子どもお楽しみ会 ～みんなでXmas～ (多世代交流会) (厚生部会)	お祖父ちゃんとお祖母ちゃんも、みんなと一緒にXmas♪ ・大きなツリーにオーナメント飾り ・巨大かぼちゃくりでツリー作り(各自持ち帰り) 講師: 西原裕子さん ・絵本の読み聞かせ、歌、手遊び 講師: 「絵本といるいろやろ十歳」の皆さん	11月24日(土) 午後1時～3時	30名	10月6日(土) 定員になり次第締め切り	費 用: 無料 会 場: 牟礼CC会議室 ※未就学児は保護者同伴 (保護者の方の材料配布はございません)
市民健康講座 (健康づくり推進特別委員会) (共催: 三連市総合保健センター)	～女性の健康～ ～女性のトラブルについて～ 講師: 吉井林大学医学部泌尿器科 金城真実さん	11月26日(月) 午後2時～3時30分	30名	10月21日(日) 11月22日(木) 定員になり次第締め切り	費 用: 無料 持ち物: 筆記用具 会 場: 牟礼CC会議室 ※詳細お問い合わせ、申込先 三連市総合保健センター(健康推進課) 電話 45-1151 内線4222 (午前9時～午後5時)

☎ 電話による申込みも可・実費のかかるものは窓口で受付いたします。

ひだまりサロン・東部  
「江戸小断」の  
皆さんによる  
「江戸小断」

日 時  
10月30日(水)  
午後1時30分～3時30分

内 容  
などなかもどかにお立ち寄りいただける地域の皆さん、お子様から高齢者まで、が世代を超えて交流できる温かな居場所の想いを込めて、今回は、「江戸小断笑い広げ劇」の皆さんによる「江戸小断のサロン」参加者、などなでも

参加費 無料  
場 所 牟礼CC2階会議室  
開 会 先 ケアネット東部事務局三連市地域福祉推進課ケア推進員  
☎45-1151 内線2663

## 福祉のこと 相談・面接会

日 時 11月3日(土)夜  
午後1時～3時30分  
場 所 三連市公民館3階3号室  
参加費 無料  
3階3号室目的会議室  
入退場自由、服装自由、キッズスペースあり

三連市広域の福祉に関する仕事の相談、面接会です(介助者、ヘルパー、ケアマネジャー、保育士など)  
主 催 三連市社会福祉協議会(在宅サービス)等  
☎79-33505  
☎79-33505  
東京都福祉人材センター  
☎03-5211-1287  
☎03-5211-1286  
事業推進科(ハローワーク三連)  
☎三連市内社会福祉協議会

## まちかど掲示板

**10月の広場(遊び場)**

10月6日(土) 開放日  
10月13日(土) 開放日  
10月20日(土) 開放日  
10月27日(土) 開放日

**10月の体育館開放日程**

毎週月曜日の午後1時～1時45分  
●小学生専用  
●少年専用  
●小中学生専用  
●大人専用

11月1日(日) 文化の日  
11月2日(月) 文化の日  
11月3日(火) 文化の日  
11月4日(水) 文化の日  
11月5日(木) 文化の日  
11月6日(金) 文化の日  
11月7日(土) 文化の日  
11月8日(日) 文化の日  
11月9日(月) 文化の日  
11月10日(火) 文化の日  
11月11日(水) 文化の日  
11月12日(木) 文化の日  
11月13日(金) 文化の日  
11月14日(土) 文化の日  
11月15日(日) 文化の日  
11月16日(月) 文化の日  
11月17日(火) 文化の日  
11月18日(水) 文化の日  
11月19日(木) 文化の日  
11月20日(金) 文化の日  
11月21日(土) 文化の日  
11月22日(日) 文化の日  
11月23日(月) 文化の日  
11月24日(火) 文化の日  
11月25日(水) 文化の日  
11月26日(木) 文化の日  
11月27日(金) 文化の日  
11月28日(土) 文化の日  
11月29日(日) 文化の日  
11月30日(月) 文化の日

### ハンパない暑さ

今年7月8月の夏の暑さは、外気温度が人間の体温をも超える猛暑を超え、命に危険を及ぼす暑さでした。このハンパない異常な暑さは、熱中症の原因となる救急車の搬送は最高の搬送回数になったとか、救急がゴキブリなどの虫が少なく、35度以上になると活動がにくく40度以上になると死に至るとの情報が飛び交うような暑さでした。これは地球規模での温暖化が原因で、日本の近海の水温が高くなり、日本では異常な地方で多発する台風が、温暖な地方でも発生し、日本には異常な数の多発する台風で接近して来ています。

既に21個の台風が発生していますが、これほどの常態では考えられない数です。特に台風21号は、偏西風の影響から考えて左から右へ行くものと思っても、逆に東へ、関西地方を直撃し、50メートルを超える風速から未曾有の被害が、関西沖を通過する中に出ました。

この異常な暑さや、通都知事と市町村という神話から前線の停滞による大雨による農作の被害を受け、梅雨の停滞を体験するに及びました。同様に梅雨前線がこれでは、東部に延びてきたのが常態です。今年は梅雨前線は北に及びて左右変化し、東北地方から中国地方まで広がって停滞し、大雨による河川の氾濫や冠水や自然災害は引き続き発生しました。

日本列島は、地球の果といわれ地球の発祥地は逃れることが出来ません。地球の温暖化による気候変化による常態外れの災害を被る危険性を高める原因となつたように感じますが、日本人にはこれまでにあった文化と知恵があり、危険を察知する能力を磨き、災害から命を守るには、防災知識の習得と、怖い災害から早めの備えが大切です。その上で、東部地区のサードステップを一度見て、ケアマネやケア用材を身を守る対策をお願いします。

(A)