



こみゅにいてい

第488号

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

1.使用できる人

原則として三鷹市民と三鷹に在勤在学している方です。

2.開館している時間

- 平日 午前10時～午後9時
- 日曜 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.49-3441
 http://www.mitsugicommoffice.jp/~mure-c/
 印刷：株式会社 文伸

三鷹市総合防災訓練を終えて



10月28日(日)に「三鷹市総合防災訓練」が東三鷹学園市立第六中学校を全面的に活用し、好天に恵まれ午前10時より開催されました。非常に大掛かりな防災訓練で、自衛隊・消防署・警察署をはじめとして、各町会・自治会・各種団体、学生や子供連等参加者数が1109名と千人を越え充実した内容の訓練でした。特に多くの人が集まったのは、ローンによる上空からの撮影と映像の紹介。自衛隊の皆さんによるカレライスの炊き出し(六中の生徒さんも補助員として参加していました、杏林大学生によるAEDの実演と皆さんの指導。各種団体の展示ブースで面白いクイズや体験ができる等、盛り沢山の内容でした。トラパルや気分が悪くなった人も多く、大盛況のうちに12時前に無事終了しました。



この様な訓練にもっと多くの人が参加し、体験する事で、家族を守り、人助けに役に立てるのではと感じました。タイトルも「訓練」とするよりも「フェスティバル」とした方がイメージアップになるのではないかと、意見もありました。天気にも恵まれ素晴らしいイベントだったと思います。

第三中学校避難所。

防災訓練行われる



11月10日(土) 10時より三鷹の森学園三鷹市立第三中学校の校庭、校舎を使って三つの「災害に備える」班に分かれて行われました。避難者

受入訓練、AED取り扱い訓練、応急救護の説明、炊き出し訓練など、中学生も積極的に参加していきという時に備えようという意気込みを感じました。

「古老の話を聞く会」(三鷹東部地区歴史交流会)

- 日時…12月15日(土) 午後2時～4時
- 場所…牟礼CC会議室
- 定員…20名
- 参加費…100円(資料代)
- 申込…090-1509-8242(浅野)

牟礼コミュニティ・センター 図書室 新刊紹介

- ・地球星人 村田沙耶香
 - ・下町ロケット ゴースト 池井戸潤
 - ・下町ロケット ヤタガラス 池井戸潤
 - ・いい緊張は能力を倍にする 権沢紫苑
 - ・世界を変えた本 マイケル・ロス
 - ・東京大停電 金田武司
 - ・青くて痛くて脆い 住野よる
 - ・また、同じ夢を見ていた 住野よる
 - ・よるの宇宙 住野よる
 - ・泥濘 KAGAYA 黒川博行
 - ・さんねんないきもの事典 今泉忠明
 - ・続さんねんないきもの事典 今泉忠明
 - ・続さんねんないきもの事典 今泉忠明
 - ・重力アルケミック 佐川湯葉
 - ・未来職安 柳川裕子
 - ・大人は泣かないと思っていた 寺地はるな
 - ・奏のフォルテ 黒川裕子
- ※図書室にて、随時リクエスト受付中!

「こども児童遊園」がオープンしました!

平成30年11月1日(木)午前10時より三鷹市児童公園の開園式が挙行され、「下連雀こども児童遊園」と命名された。遊園土地を寄贈された日本無線(株)には、三鷹市長から感謝状が贈呈され、待望のボール遊びが可能な公園が整備できたとの感謝の語があった。

利用時間は、午前7時30分から午後5時で、夏期(4月～9月)は6時までだが夜間は利用できないように施設されているので利用にあたっては要注意。公園は、杏林キャンパス行きバス通りから100mの至近距離にあり、道路の反対側には、牟礼団地の中央にUICから寄贈された造園された「牟礼さくら児童遊園」と「牟礼けやき児童遊園」の相対位置関係と、児童遊園が集まることになったが地域の憩いと交流の場として有効活用して欲しい。

江戸からくり人形展

10月14日(日)の牟礼コミュニティの体育館、ずらりと並んだ大小さまざまな人形をもの珍しさに眺める親子連れ。ふだん見聞することはあっても、これだけからくり人形を一度に見ることはなかなかない。そしてそのうちの4体は、実際に動くところを見るのができた。「文字書き人形」弓曳き人形、「新品玉人形」魚釣り人形である。



どの人形もまるで生きているかのように動き、文字を書き、弓で矢を射り、手品をし、魚釣りをする。電気のない江戸時代、このような正確な動きをする人形を作った人々に敬服の念を抱かすにはいられない。



最新刊 監修は「プラタマリ」吉祥寺編 案内人 高橋珠州氏

『吉祥寺今昔写真集』

吉祥寺の変遷を伝える 貴重な写真の数々

各書店ほか 絶賛発売中! 2,500円+税

株式会社 文伸・ぶんしん出版 TEL 0422-60-2211

つばめ薬局

処方せん調剤・くすり

薬剤師募集中

東京都三鷹市牟礼2-14-25 TEL 0422-44-3933 FAX 0422-46-3600 (営業時間) 9:00-19:00 (休日) 日・祝日・(土・日・夜)

オフィスのことなら何でもご相談ください

城西リコピー株式会社

〒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祭典

家族葬ならお気軽にご相談ください

資料請求・事前相談はお気軽に!

☎ 0422-57-7876 (24時間受付)

【三鷹本社】三鷹市下連雀7-6-29-103
【武蔵野支店】武蔵野市中町1-25-7-104

のもと祭典 検索

広告募集

●料金 一区画 (縦書14字×9行以内) 三〇〇〇円

●締切り：毎月1日 翌月号に掲載します。

どんなに小さな工事もおまかせください

丸栄建設株式会社 一般建築士事務所

新築・建替・リフォーム・土地

〒181-0022 東京都三鷹市牟礼5-1-3 TEL (0422) 48-1289 FAX (0422) 49-1287 http://www.maruei-itco.jp/

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

東京都豊島区巣鴨1-18-10 三喜ビル5階 03-3945-0997 (代表)

水廻りのアドバイザー

水漏れの修理 蛇口の交換からリフォームのご相談。水道管の洗浄(お掃除)などの専門工事まで。

お気軽にご連絡ください。

株式会社 浅水商会 ☎ 47-7728

JA東京むさし

信賴が心をつなぐ JA東京むさし

貯金も ローンも 共済(保険)も

JA東京むさし 三鷹市牟礼2-11-14 牟礼支店 ☎(0422)44-7341



12・1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
第41回 剣道大会 (スポーツ部会)	小学生を対象とした大会	12月2日(日) 午前10時 ～午後3時(予定)	40名 程度	観戦希望の方は 当日どうぞ	費用: 無料 会場: 牟礼CC体育館
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、及び昼 間ひとりの方の会食会です。	12月6日(木) 1月10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
健康講座 (健康づくり推進特別委員会)	～アロマテラピーで心の健康講座～ 座学とアロマオイルを使ったハンド マッサージ。 あなただけのオリジナルアロマブレ ン作り 講師: アロマセラピスト 見附真紀さん	12月8日(土) 午後1時30分～3時	30名	受付中 ↓ 12月1日(土) 定員になり次第 締め切り	費用: 100円(申込時納金) 持ち物: 筆記用具 会場: 牟礼CC消費者活動室
健康づくり みんなで歌いましょう (健康づくり推進特別委員会) (共催: 文化部会)	大きな声で健康に体を使って歌いま しょう。 講師: ジャズシンガー 澄淳子さん	12月9日(日) 午後1時30分 ～3時30分	50名	受付中 ↓ 定員になり次第 締め切り	費用: 無料 会場: 牟礼CC視聴覚室
健康づくり栄養教室 (健康づくり推進特別委員会) (共催: 厚生部会)	冬の薬膳料理 ～体を芯から温める～ ・海老とニラの香り蒸し ・鶏ときのこの生姜スープ ・山芋ごはん ・焼きりんご 講師: 穀谷麻利子さん	12月14日(金) 午前10時20分 ～午後1時 ※10時15分までに 入室してください	24名	受付中 ↓ 12月10日(月) 定員になり次第 締め切り	費用: 500円(申込時納金) 持ち物: エプロン、ふきん、筆記用具 会場: 牟礼CC講習室
第30回 ミニバスケットボール大会 (スポーツ部会)	東部地区の小学生チームを対象とした 大会	12月16日(日) 午前10時～午後5時	—	観戦希望の方は 当日どうぞ	費用: 無料 会場: 牟礼CC体育館
健康づくり みんなで歌いましょう (健康づくり推進特別委員会) (共催: 文化部会)	大きな声で健康に体を使って歌いま しょう。 講師: ジャズシンガー 澄淳子さん	1月13日(日) 午後1時30分 ～3時30分	50名	12月9日(日) ↓ 定員になり次第 締め切り	費用: 無料 会場: 牟礼CC視聴覚室
地域交流 ファミリーコンサート (多世代交流会) (総務部会) (共催: 東多世代交流センター)	みんなでクラシックを楽しんだ後は、 三鷹産野菜の豚汁であったまろう！ 第1部: ファミリーコンサート (午前11時～正午) 第2部: 三鷹産野菜の豚汁会 (正午～午後1時)	1月20日(日) 午前11時 ～午後1時	多数	当日どうぞ	費用: 無料 持ち物: 体育館履き 会場: 牟礼CC体育館

☎ 電話による申込みも可・費用のかかるものは窓口で受け付けます。

柿田川湧水群の見学と 散策に参加して

去る10月26日ちよっぴり曇り空のなか、
一路三島に向けて出発しました。
川崎から東名高速に乗り、渋滞もなく順
調に柿田川公園に11時前に到着しました。
園内の観光案内所で天然記念物の湧水群
の説明を受けました。柿田川は沼津市と三
島市の中間にある清原町を流れる狩野川水
系約1・2キロの、日本で最も短い一級河
川で、富士山からの雪とけ水や雨水が長い
年月をかけてここに流れつぎ湧き出ていま
す。何か神秘的に感じました。また、四万千
川、長良川とともに日本三大清流と言われ、
1日100万トンの水量を誇るだけに川底
から水がドンドン湧き上がり砂がもうろう
と吹き出され、その迫力に圧倒されました。
湧水群を見ながら、ケヤキ等に囲まれマ
イナスイオンたっぷりの中を歩きました。
3km弱の距離を、自然に癒され無理なく
ウオーキングを楽しみました。
豊富な湧水を使った豆腐
料理を、園内の「かわせみ
館」で頂き、富士山は見ら
れませんでした。が、心身共
に満足して帰路に着きました。
(環境部会)

ひだまりサロン・東部 K'sヘルマモンの皆さんの 『ハンドベル』演奏会

日時 12月5日(水)
午後1時30分～3時30分

内容 どなたでも気軽に立ち寄りいた
ける地域の皆さんの交流の場です。
今回はK'sヘルマモンの皆さんの
ハンドベルの演奏です。
どなたでも
参加費 無料
場所 牟礼CC2階会議室
問合せ先 ケアネット東部事務局三鷹市
地域福祉課地域ケア推進係
☎45-1115-1
内線2663

まちかど掲示板

師走の声を聞いて

今年も師走がやってきた。毎年、師走の声を聞くと気が
あせる。いやでも、時が巡る速さを感じる。
12月をなぜ師走と言うのか。「師」とはお坊さんのこ
とであり、お坊さんが忙しく走り回る月ということから師
走というとの説があるが、あまり説得力がない(お坊さん
はお盆の時も忙しいはずである。それはそうとして、師
走の声を聞くに気が忙しくなるのは事実である。
外を見ると、落葉樹の葉が色づき、落ち葉となる。きれ
いな花が減る。ツバキ、サザンカ、皇帝ダリアなどが寒風
に耐えて咲いているが、やはり春、夏、秋に比べると淋しい。
他方、12月はクリスマス、忘年会、年賀状書き、正月の
準備などで忙しい月でもある。
そして、年初にひそかに誓った目標がほとんど達成でき
ていないことに愕然とし、今年もまた漫然と過ごしてし
まったか、との後悔の念を感じる時でもある。
しかし、自らの時の過ごし方を省みて、新たな目標を掲
げることには大事なことだ。来年こそは！と思いを新たに
したい。

「冬来りなば春遠からじ」。梅の花も、桜のつぼみも春に
咲くのに備えている。
12月31日の夜、除夜の鐘の音を
聞きながら、今年も過ぎていくな
あ、と思うとともに、新年こそは
こういう年にする、と自らに誓う
ことにしよう。

(T)

12月の広場(遊び場) 開放日程

12月 1日(土)	8日(土)
9日(日)	15日(土)
22日(土)	
23日(日)	

12月の体育館開放日程

●一般開放
毎週日曜日の午後1時～4時30分
●小学生開放
毎週土曜日の午後1時～4時
●第2学年以上男女生午後1時～4時

12月 8日(土)	9日(日)
22日(土)	
23日(日)	

※12月26日(水)
～
午後5時閉館

休館日

12月4日(火)	定例休館日
11日(火)	〃
18日(火)	〃
24日(月)	振替休館日
25日(火)	定例休館日
29日(土)	1月3日(木) 年末年始休館