



第500号

こみゅにてい

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.mitakacc.jcomoffice.jp/~mure-cc/
印刷：株式会社 文伸

第28回 ●11月9日(土)、11月10日(日)開催● コミュニティまつり

来場者数
計2,100人

晴天に恵まれ、多数の方のご協力のもと開催することができました。厚く御礼を申し上げます。ありがとうございました。



なつかしの駄菓子屋さん



焼きたてサイコー!



すべて手作りの昔あそび!



初古本市 大にぎわい!



仕掛けに感動!



かわいいね!



一小ジュニアバンド 元気なオープニング演奏♪



笑顔がステキ♪



【創刊号】

500号記念

昭和53(1978)年6月の「こみゅにてい」創刊号に、広報部会副部長として「コミュニティとは」と寄稿して以来、現在まで広報活動を中心に関わってまいりました。当時若かった私は、ドイツの社会学者テニエスの言葉を引用し、「コミュニティとは「感情の対立や、憎悪のような分離的要素を含みながらも、本質的には人々が常に結合している社会である。」ということから、「構成

「500号に寄せて」

会長 苗村 深

古本市への「ご協力ありがとうございました」
「ごいりました」
多くの皆さんからたくさんのお礼をいただきました。古本市の開催に、約300冊の本が新たな読者を獲得することができました。今後、古本市を年に2、3回開催していきたいと考えています。これから古本市へのご協力をよろしく願います。



健康講座
アロマセラピーで心の健康
植物が持つ自然の力は生活に潤いを与え、心身を癒してくれます。アロマセラピーの効能・効果について、ハーブティーをいただき、香りをテストしながら基本から講義を受けます。簡単なサシェ(におい袋)作りにも挑戦します。リラクゼーション効果やストレス軽減についても役立つと思います。
日時 12月14日(土)
午前10時30分～正午
お申込みは「行事ご案内」をご覧ください。
(健康づくり推進特別委員会)

まちかど掲示板

500号、600号、700号……
今回で「こみゅにてい」は500号を数えるに至った。そこで、500という数字の持つ意味を考えてみた。500(五百)というと、まず「五百羅漢」が思い起こされる。羅漢とは仏教において、最高の悟りを得た尊敬や施しを受けるに相応しい聖者のこと。第1回、第4回の仏典編集会議に集まった人々がそれぞれ500人であったことからできた言葉らしい(あまり本号とは関係ないが……)。また、500という数字には「数の多い」ことのたとえ、という意味もあるらしい。当「こみゅにてい」も回数を重ねたものだ。
ところで、回を重ねることには、どういう意味があるのか? 単に長い間、発行し続けた、ということの評価することもできるが、他方、「馬齢を重ねる」という言葉もある。大したこともせず、ただ無駄に年をとることのたとえである。当「こみゅにてい」も、馬齢を重ねただけと言われないようにしたいものだ。
500号はキリのよい数字であり、ここで過去を振り返り、未来を展望するにはちょうど相応しい号数である。過去はともかく、今後、600号、700号……と続いていくことを願うが、1000号はどういう内容になるのか、想像してみるのも面白い。1000号というと、月1回発行するとして、41年後の2061年8月号である。2061年には世の中はどのようなものか? 東部住協はどうなっているのか?
秋(冬?)の夜長に、考えていると、いつの間にか眠ってしまった。
(T)

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
高齢者給食会 (たんぼぼの会)	71歳以上でひとり暮らしの方、および 昼間ひとりの方の会食会です。	12月5日(木) 1月9日(木) 午後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
卓球体験教室 (スポーツ部会)	未経験者、初心者大歓迎です。 ラケットがなくても大丈夫です。 対象：小学校4年生～	12月8日(日) 午前10時30分 ～午後12時30分	30名	受付中 ↓ 定員になり次第 締め切り	持ち物：タオル、飲み物、上ばき 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	12月8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
子どもお楽しみ会 ～みんなでXmas～ (多世代交流会) (厚生部会)	・ワイヤーとビーズのクリスマスツ リー作り(各自お持ち帰り) 講師：西島玲子さん ・絵本の読み聞かせ、歌、手遊び 主演：「高山ふれあい広場 地域子ども クラブおはなしかい」の皆さん	12月14日(土) 午前10時～11時	30名	受付中 ↓ 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 (保護者分の材料配布はございません)
子どもお楽しみ会 ～馬のマリヤとふれ愛タイム～ (厚生部会) (共催：みんなのみたか)	みんなが大好きな「馬のマリヤちゃん」 みんなに会いに来るよ！ ・マリヤの相談室 ・アニマルコミュニケーション ・えさやり体験 雨天時は、山崎立映さんのアニマルコ ミュニケーション講座になります。 (雨天でもえさやり体験有)	12月14日(土) 午後11時 ～午後12時30分	多数	当日	費用：無料 会場：牟礼CC広場 どなたでも参加頂けます！ ※未就学児は保護者同伴
健康講座 アロマセラピーで心の健康 (健康づくり推進特別委員会)	アロマセラピーの効能・効果について、 ハーブティーを頂きながら体感します。 サシェ作り(お部屋・タンスに入れて香 りを楽しみましょう) 講師：アロマセラピスト 木坂智美さん	12月14日(土) 午前10時30分 ～正午	30名	受付中 ↓ 定員になり次第 締め切り	費用：200円 持ち物：筆記用具 会場：牟礼CC消費者活動室
ダンス体操 (スポーツ部会)	ストレッチ、脳トレ、体操をまじえな がら、音楽にのせて楽しく体を動かし ましょう！	12月15日(日) 午前10時30分 ～正午	30名	12月1日(日) ↓ 定員になり次第 締め切り	費用：無料 持ち物：タオル、飲み物 会場：牟礼CC消費者活動室 ※運動できる服装
座タップダンス (健康づくり推進特別委員会) (スポーツ部会)	椅子に座りながらストレッチをして、 タップダンスの基礎の動きを音楽に合 わせてゆっくり行います。 講師：菊地未来さん 対象：小学校高学年～	1月19日(日) 午前10時30分 ～正午	25名	12月15日(日) ↓ 定員になり次第 締め切り	持ち物：タオル、飲み物 会場：牟礼CC消費者活動室 ※動きやすく履きやすい靴で

☎ 電話による申込みも可・実費のかかるものは窓口で受け付けします。

ひだまりサロン・東部
「手品とぞろ掛け」
のお楽しみ会

日 時 12月4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だける
地域の皆さんの交流の場です。

場 所 牟礼CC

参加者 どなたでも

参加費 無料

申込み先・問合せ先
三鷹市地域福祉課
ケア推進係
ケアネット東部事務局

☎ 45-1151 内線2663

12月の広場(遊び場)開放日程
1日(日)、7日(土)、8日(日)、14日(土)
15日(日)、21日(土)、22日(日)、28日(土)

12月の体育館開放日程

- 一般開放
・毎週日曜日午後1時～4時30分
- 小学生開放
・第2・第4土曜日午後1時～5時

1日(日)、8日(日)、14日(土)
15日(日)、22日(日)、28日(土)

休館日

- 12月
 - 3日(火) 定例休館日
 - 10日(火) //
 - 17日(火) //
 - 24日(火) //
 - 25日(水)～28日(土)
午後5時閉館
 - 29日(日) 年末年始休暇
↓
- 1月
 - 3日(金) 年末年始休暇
 - 4日(土)～6日(月)
午後5時閉館
 - 7日(火) 定例休館日
 - 13日(月) 成人の日
 - 14日(火) 定例休館日
 - 21日(火) //
 - 28日(火) //

“歌って笑って人生パラ色”
合唱団「ゴールドメイツ」

男声合唱
団員募集

一緒にハモリましょう。

月謝：3,000円
日時：毎月第2、第4木曜日
場所：牟礼CC
問合せ先：
090-7945-2853(福田)

周年誌・記念誌・社史の
BUN-SHIN

心に残る周年誌、印象深い記念誌を
お客様によりそって丁寧に制作し、
環境にやさしい工場で印刷製本する。
それがBUN-SHINの企業姿勢です。

制作のすべてがたった
ちょっとためになる
文伸オリジナル冊子

BUN-SHIN 株式会社 文伸 / ふんしん出版
三鷹市上連雀 1-12-17 TEL 0422-60-2211
www.bun-shin.co.jp office@bun-shin.co.jp

やっとなつた私にくすり
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・(土午後)

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

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

どんなに小さな
工事でも
おまかせください

丸栄建設株式会社
一級建築士事務所

新築・建替・リフォーム・土地

〒181-0002
東京都三鷹市牟礼5-1-3
TEL (0422) 48-1289(代)
FAX (0422) 49-1207
http://www.maruei-it.co.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

信頼が心をつなぐ
JA東京むさし
東京むさし 検索

貯金も ローンも 共済(保険)も

「日帰り招待旅行付き
大型定期積金」や、「金
利上乗せ型の定期貯金・
定期積金」など

「金利軽減住宅ローン」
や「マイカーローン」、
エコ商品購入資金専用の
「エコローン」など

ひとの共済、建物の共
済、くるまの共済、借
借共済など

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