



第507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 BUN-SHIN

7月1日からの牟礼コミュニティ・センターの使用条件

(令和2年6月24日現在)

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の感染拡大を防ぐため、以下1つでも条件が満たされない場合については、使用をお断りさせていただきます。

飲食により感染の恐れがある茶道・料理教室(※市委託による給食サービス事業を除く)などについては、使用をお断りさせていただきます。

また、使用用途ごとの注意事項を守った上での使用をお願いいたします。(別紙のとおり) ※今後の動向によっては、使用できなくなる場合があります。

□息苦しさ、強いだるさ、高熱(37.5度以上)等の症状がない
体調が優れない方のご使用はご遠慮ください。

□使用者全員のマスクの着用

スポーツ等における場合、熱中症対策のため一時的に着用しないことは可能としますが、それ以外においては、着用をお願いします。

□手洗いの徹底

来館時や退館時等の手洗い(30秒程度かけて丁寧に)の徹底をお願いします。

□こまめな換気(1時間に1回程度)

使用終了前にも必ず換気を行い、戸締りをして退室してください。

□飲食の禁止

水分補給は可能です。

□使用者全員の名簿の作成及び保管

感染経路の確認が必要な場合に備え、主催者において保管(3カ月程度)してください。万が一感染者が確認された場合は、名簿を住民協議会、三鷹市及び保健所へ情報提供していただく場合があります。

□可能な限り人と人との間隔を確保すること

施設ごとの定員数を守って使用してください。スポーツ等における一時的な近距離による接近以外においては、最低1m以上の間隔をお願いします。

その他

●換気等に当たっては、周辺住宅等への配慮に努めてください。

●使用後は、除菌スプレー等により机、イス等の消毒をお願いします。

●体調が優れない様子等が見受けられる方につきましては、非接触型の体温計にて検温させていただく場合がありますので、ご理解とご協力をお願いします。

-お願い-

日ごろから牟礼コミュニティ・センターをご利用いただきまして誠にありがとうございます。みなさまの安全や健康を第一とさせていただきますことから、当面の間は、可能な限りご使用を自粛いただきますようご協力をお願いいたします。

大変ご不便をおかけいたしますが、よろしくご協力をお願いします。

三鷹市東部地区住民協議会

※7月20日現在の使用条件です。感染状況等により変更となる場合がございますので、使用前にご確認をお願いいたします。

四季の花々と

— ネムノキ —



花は、夏、薄紅色の房状の花を枝先につけ、夕方から咲き出します。長い糸状に伸びた多数の雄しべはとても美しく、まるで化粧用の牡丹刷毛のようにも見えて優雅です。わずか8mm程度しかない花弁は、その雄しべに隠れてしまつてわかりにくい状態です。

果実(豆果)は、成熟すると茶褐色になり、莢のまま風に吹かれて分散します。

葉は互生し、大形で30cm位

にもなります。日中には羽状の葉を広げて夏の暑い日差しにもめげず青々とし、時折吹く風にそよぐ姿は涼感をも誘います。しかし夕方になると、小さい葉と葉が閉じて合さり、夜間には、力が抜けたようにだらりと垂れ下がって、まるでぐっすり眠っているかのような姿に様変わりします。この夜間の葉の状態から「ネムノキ」と名づけられました。また、単に「ネム」とも呼ばれています。別名「コウカ」「コウカノキ」などと呼ぶ地域もあります。

「万葉集」の「ねぶ」というのは、ネムノキのことです。昼は咲き、夜は恋ひ寝る合歓木の花。君のみ見ぬや、戯奴さへに見よ。紀女郎

「昼間は咲き、夜は恋いつつ寝る」という、ネムの花です。あんなにだけ見るべきでしょうか、それも見なさい」と。

樹皮は「合歓皮」といい、古くから利尿、健胃、強壮などに、花や種子そして樹皮も共に打撲傷などの痛みどめに用いられます。

〔万葉の花〕片岡寧豊著より引用

8月は平和強調月間

〜世代をこえて平和を考える〜

三鷹市では、毎年8月を平和強調月間として位置づけ、「平和展」をはじめとした平和事業を行っております。

戦後75年を迎える今年の平和事業を通して、戦争の悲惨さと平和の尊さについて改めて考え、平和を願う気持ちを新たにしてみませんか。

「防災」について

考えよう!?

最近、この地球、なにか変と
思っているのは私だけでしょうか? 近年、気象がおかしいな
と思いませんか? 暖かい冬、
4月の強風、5月夏と同様な気
温、6月の私たちがよく知る梅
雨前線での「しとしと雨」ではな
く雨量の多さと強風、7月は、
梅雨前線と、線状降水帯の出現
で「令和2年7月豪雨」と命名さ

最近、この地球、なにか変と
思っているのは私だけでしょうか? 近年、気象がおかしいな
と思いませんか? 暖かい冬、
4月の強風、5月夏と同様な気
温、6月の私たちがよく知る梅
雨前線での「しとしと雨」ではな
く雨量の多さと強風、7月は、
梅雨前線と、線状降水帯の出現
で「令和2年7月豪雨」と命名さ

なお、例年8月15日に実施し
ている「みたか平和のつどい」
(戦没者追悼式並びに平和祈念式
典、平和アニメ上映会)は新型コ
ロナウイルス感染拡大防止のた
め、中止とさせていただきます。

○平和展(参加費・無料)

事前申し込み不要

「沖縄戦写真パネル展」、「三鷹
市戦争関連写真パネル展」
日時 令和2年8月3日(月) 8
月31日(月) ※平日のみ
午前8時30分〜午後5時
場所 市役所本庁舎1階
市民ホール

○オンラインプラネタリウムを
開催します。

詳しくは、三鷹市HPで「ベ
ガ」と検索、または広報みたか
8月一週号をご覧ください。

お問合せ先

三鷹市企画経営課
☎45-11151
(内線2115)

まちかど掲示板

♪夏が来れば

思い出す はるかな尾瀬 遠い空……♪
夏の歌というと、真っ先に、このメロディーを口ずさ
みたくくなります。この歌のタイトルは、「夏の思い出」
といえます。作曲したのは、三鷹に所縁のある作曲家
中田喜直です。

中田喜直は、現在の東京都渋谷区の生まれですが、昭
和二〇年代の数年間、三鷹市上連雀に住んでいました。
親しみやすい歌曲や合唱曲などを多く手掛けています。
童謡「ちいさい秋みつけた」は、井の頭公園を散策し
ている時に生まれました。井の頭池の畔には、中田喜直
生誕九十周年を記念して、アップライトピアノを模した
歌碑に、「ちいさい秋みつけた」の歌詞が刻まれています。
また、「めだかの学校」は、三鷹駅開業八十周年を
記念して、三鷹駅の発車メロディーに使われています。

中田喜直は、尾瀬には行ったことがありませんでし
た。尾瀬を訪れたのは、「夏の思い出」を作曲してから
約四十年後のことでした。作曲家の想像力の豊かさには
感心せざるを得ません。今年、遠出がままならない状
況が続いています。身近にある中田喜直の足跡などを
改めて訪ねながら、想像力も働かせて、いつもと違った
夏の思い出をつくりたいと思っています。

因みに、「夏の思い出」には、♪水芭蕉の花が 咲いて
いる♪と出てきますが、実際に尾瀬沼で水芭蕉が咲くのは
五月末で、尾瀬の季節では春先にあたります。作詞者の
江間章子によれば、歳時記に水芭蕉が夏の季語として掲
載されていることから夏と表現したとのこと。(S)

れ多くの被害をもたらしました。
また地震も多いと感じられま
せんか? そして、浅間山・
白根山・阿蘇山等々の火山も活
発とのニュースもありました。
これらの自然現象は人々に
「災害」として影響を与えるこ
ととなるのです。

※6月中旬に、今春新しく改定
された「三鷹市浸水ハザード
マップ」が各戸配布されました
が、ご覧になったでしょうか?
三鷹市には、野川、仙川、神
田川の周辺や、下水管の排水能
力を超えた降水があったときに、
浸水のおそれがある場所が多数
あります。牟礼コミュニティセ
ンターのホームページにも掲載
してありますので、確認して、
「防災散歩」して下さい。



8・9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



申込みについて

- ・電話による申込みも可
- ・実費のかかるものは窓口で受付けます。

今年度予定しておりました

「シルバーのつどい」「東部スポーツレクリエーション」は中止が決定しました

その他の行事につきましては順次紙面にてお知らせいたします

※牟礼コミュニティ・センターのプールにつきましては、

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の感染拡大を防ぐため中止いたします

「ご存じですか」

自転車の「ルール」



コロナの影響もあり、自転車に乗る人が増えています。「ルール」を守り安全に、楽しく自転車を乗り回すため、三鷹交通安全協会の方に、自転車の乗り方についてのポイントをお聞きしてみました。

「自転車にのってでかけるとき」

・ヘルメットをしっかりかぶる

「道を走っているとき」

・自転車は車道が原則。左側通行で。

・歩道を走る場合は、歩いて

いる人に気を付けて、車道

寄りをゆっくり走る。

・歩道では歩行者優先

「交差点にきたとき」

・信号が青になったら、車の

東部・ひまわり学苑と

ひよこちゃんランド

今年度四月号でお知らせしました東部・ひまわり学苑は、新型コロナウイルスの影響で今年は見合わせる事になりました。

一度は九月に延期することを検討しましたが、秋に第二波の心配もあり、年度内の中止を決めました。

ひよこちゃんランドは、東多世代交流センターと連携する事業で、センターが再開しようとする場合は、なんらかの支援を行うことを考えています。

来年度の事業展開にご期待頂きたいと考えています。

(総務部会)

動きを確かめて渡る。
・交差点では、止まって左右と後ろの安全を確かめる。

東京都では、令和2年4月1日、自転車利用中の事故により、他人に怪我をさせてしまった場合などの損害を賠償できる「自転車の利用によって生じた損害を賠償するための保険・共済」への加入が義務となりました。

自転車事故による9千万円を超える高額賠償事例も出ています。まずは「ルール」を守って事故を起こさないことが大切ですが、まさかの時の為に保険加入をお忘れなく。



東部包括たより

三鷹市高齢者見守り

キーホルダー
もしもの時のために「あんしんキーホルダー」の登録をしませんか？

暑い季節となりました。コロナ禍と共に、熱中症が心配な時期でもあります。外出先で具合が悪くなったり、倒れて救急搬送されたり、といった事態も想定されます。

このキーホルダーは、登録番号と地域包括支援センターの電話番号が記載されています。



鍵

8月号 新刊紹介

悪の五輪 川村 了衛
「オリンピックを奪い、撮れ！」

現役東大生の世界一おもしろい教養講座 西岡 吉誠

「東大入試が求めているもの、それは学力ではなく「地理を通して身につく教養力」だった！ 18万部突破のベストセラー『東大読書』の著者が明かす、まったく新しい教養メソッド「地理的思考」の入門書、爆誕!!。」

氷獄 海堂 尊
『チーム・バチスタの栄光』のその後を描いた表題作を

含む、全4篇。待望のシリーズ最新作。田口・白鳥も登場！」

カゲロボ 木皿 泉
今日も誰かがささやく。

「あいつがカゲロボらしいよ——」いつも誰かに見られている……。いま注目目の作家が描いた、救いをめぐる傑作。

絵で見てわかる量子コンピューターの仕組み 宇津木 健
「量子コンピューターの仕組みがイラストでわかる」

赤い部屋異聞 法月 綸太郎
「奇才・法月綸太郎のミステリ脳内に引きずり込まれる」

や靴などに付けて携帯していただくことで、外出先での緊急時など、医療機関や警察署、消防署等から、地域包括支援センターへ連絡が入り、身元の確認やご家族への連絡に活用するものです。ご希望の方はぜひ登録してください。

対象 65歳以上の市民の方
費用 無料です。

申し込み 三鷹市東部地域包括支援センターまでご連絡ください。登録の際に、住所・氏名・電話番号・緊急連絡先・医療情報などを伺います。基本、ご来所での登録をお願いします。

東部地域包括支援センター
三鷹市下連雀5-2-15
東京弘済園内

☎ 48-8855

休館日

8月

- 4日(火) 定例休館日
- 10日(月) 山の日
- 11日(火) 定例休館日
- 18日(火) 定例休館日
- 25日(火) 定例休館日

※新型コロナウイルス感染症の流行に伴い開館状況が変わる場合がございます。直近の予定をご確認下さいませようお願い申し上げます。
※広場・体育館の開放も現在未定です。

9月

- 1日(火) 定例休館日
- 8日(火) 定例休館日
- 15日(火) 定例休館日
- 21日(月) 敬老の日
- 22日(火) 秋分の日
- 23日(水) 振替休館日
- 29日(火) 定例休館日

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

お住いの困りごと
何でもお気軽にご相談ください。

住まいのことなら
LIXILリフォームショップ
田村工務店

三鷹市牟礼 2-9-11
(牟礼二丁目交差点すぐ)
0422-26-8088
営業時間 9:00~18:00
日曜祝日定休

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丁寧に制作し、環境にやさしい工場印刷製本する。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 / ぶんしん出版
三鷹市上連雀1-12-17 TEL 0422-60-2211
www.bun-shin.co.jp office@bun-shin.co.jp

やっと見つけた! 私のくすり 保存版 誰でもいい!

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)

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。

お気軽にご相談ください。

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
大型定期預金」や、「金利
上乗せ型の定期預金・
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、備
蓄共済など

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