



こみゅにいてい

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。

第567号

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 0422-49-3441
https://www.mitaka-cc.jp/mure/index.html
印刷：株式会社 文伸 BUN-SHIN

2025・2026年度 三鷹市東部地区住民協議会委員



会長 安藤 興彦
副会長 逆瀬ますみ
小高 格
石井 美枝
渡 登貴子
江頭 勉
黒木 典子
監査 山野希実江

総務部会

- 則 竹 陽 介
- 小木曾 良 治
- 勘 場 一 浩
- 清水 八千代
- 福 田 進 彦
- 安 藤 興 彦
- 小 高 格

広報部会

- 丸 岡 近 賀 子
- 緒 方 茂 子
- 青 木 千 津 子
- 大 塚 か ほ る
- 苗 村 深

厚生部会

- 笠 石 心 さ 子
- 木 戸 真 知 子
- 竹ノ谷 久 美 子
- 浅 川 早 苗 一 枝
- 井 上 井 美 登 貴 子
- 渡

環境部会

- 河 端 敏 子
- 石 井 明
- 海老沢 行 子
- 石 井 澄 枝 代
- 大 内 康 代
- 大 谷 トキ 江 枝 猛
- 佐々木 久 枝 猛
- 島 田 美 菜 子
- 杉 田 浩 賀 子
- 芳 賀 和 賀 子
- 福 嶋 希 実 江
- 山 野 希 実 江
- 吉 田 か を る
- 逆 瀬 ます み

スポーツ部会

- 中 村 勝 美 勤 子 明 子 緒 太 昭 子 勉 子
- 秦 野 尚 子
- 林 辺 尚 子
- 増 淵 尚 美 幹 正 昭 子 勉 子
- 加 楠 鈴 木 田 野 照 子 黒 木 典 子

文化部会

- 片 岡 洋 子
- 上 野 和 男
- 清 水 京 子
- 岩 崎 美 穂
- 岡 田 亜 紀
- 斉 藤 結 香
- 竹 澤 麻 美
- 谷 口 き よ 子
- 中 川 寿 美 子
- 三 富 秀 子
- 村 田 浩 世
- 横 山 太 久
- 吉 田 美 幸

◎=部会長 ○=副部会長

住民協議会の委員さんは、町会、自治会、老人クラブ、学校PTA、交通対、一般公募、自主グループ、住協推薦のメンバーで構成されています。

ごあいさつ

三鷹市東部地区住民協議会
会長 安藤 興彦

この度の令和七年度六月総会で第十一代三鷹市東部地区住民協議会の会長に就任を承認いただきました。住民協議会では、総務部会活動を通して事業に参画してまいりましたが、もとより浅学非才で、その重責を果たすには、諸先輩の皆様はじめ、全ての委員の皆様のお力をいただかなければならないと考えております。三鷹市東部地区住民協議会では、三年後に設立五十年の節目を迎える重厚な伝統を誇る組織であります。しかし、急激な時代の移り変

わりに、置き去りにされないように大きな変革が求められていると考えております。このほど、三鷹市では、コミュニティ推進計画を示し、新たな施策を展開することとしていますが、この中で言われている事務機能の向上策はもとより、協議会構成委員の意識改革が求められているところであります。また、住民協議会の本来の目的である地域と行政との繋ぎ役であるという、地域と密着した役割を果たす

べき、中間支援機能の強化が挙げられています。このように、住民協議会として多くの課題が山積しているところですが、何よりも構成委員の減少が問題解決を難しくしています。このような状況を踏まえ、新たな体制のもとに、住民協議会としてのイベントをはじめ、各部会の事業等がより活発な展開ができるよう、微力ながら少しでも前に進んで参りたく思います。また、自主グループ、一般団体、個々の地域市民の皆様のご理解とご協力を重ねてお願い申し上げます。

まちかど掲示板

「平和祈念像」と「平和の像」

20数年前にこの三鷹の地に越してきた。落ち着いた頃夫と『仙川平和公園』をぶらり歩いた際に初めて『平和の像』の存在を知った。それは、長崎の『平和祈念像』をもとに作成された像であった。ふたり立ち止まりしばらく像を眺めた。

実は夫は長崎出身である。よって『平和祈念像』には当然馴染があるが、引越した地に、それをもとに作成された像が建立されているとはと、夫はふしぎな縁を感じている。私にとってもその後、認知症の義母のため毎月長崎へ足を運ぶことにもなり感慨深いものがある。

原爆投下当日義母は諫早にいた。生前その時の様子をよく話してくれたものだ。諫早市は爆心地から40キロメートル程離れていたため被害は薄かったが、義母の記憶では爆風がもの凄かったことや、空からパラシュートがいっぱい舞い降りてきたことが鮮明に思い出されるらしくその話をよく繰り返していた。確かに米軍の観測機が飛来し、パラシュートで観測機器などを降下させたという記録があり、それが一部地域で落下し被害をもたらした可能性があるらしいが、義母の眼にはそのパラシュートには人がくっついて見えていたらしく、そのパラシュートから大勢の敵の兵隊たちが降りてきて襲ってくるようで怖かったと何度も聞かされた。

長崎では被爆した人、又はその方の胎児に対して発行される被爆者健康手帳が存在する。被爆した方だけでなく、その子孫にまで被害が及んでいることにあらためてやりきれなく深い悲しみを感じる。

『平和の像』に立ち寄りあらためて像を眺めた。垂直に高く掲げた右手は原爆の脅威、水平に伸ばした左手は平和、軽く閉じた目は戦争犠牲者の冥福を祈っている。

戦後80年、この悲劇をけっして忘れてはならない、平和への誓いを新たに。(0)

8月 牟礼コミュニティ・センターの使用について

(住民協議会の行事等がある場合は使用出来ないことがあります。)

団体として、使用できます。(団体登録が必要です)	
個人で使用出来る施設	ロビー・図書室・幼児室
	浴室 シニア(60歳以上) 14時～16時・有料100円
	広間 午後
	遊戯室 小学生、13時～17時※日曜は16時45分
体育館	日曜(13時～16時30分) 3日、10日、17日、24日、31日
	第2・4土曜(13時～17時) 9日、23日
広場(遊び場)	土曜・日曜 2日、3日、9日、10日、16日、17日、23日、24日、30日、31日
	土・日・休館日以外は牟礼CC利用者用の駐車場として使用できます。
休館日(火曜・祝日等)	5日、11日、12日、19日、26日

口コミ高評価多数 / エアコンクリーニングはヒダックスへ!



〒181-0002 東京都三鷹市牟礼6-19-4

TEL 090-8259-6900 https://hidax22.com



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

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

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

三鷹東CL皮膚科外来

毎週木曜午後1～5時診療

皮膚の悩み

健康診断

相談下さい

ご予約は→

三鷹市北野4-8-40 1F

03-6909-0565

皮膚科医 久我 真智子

昭和大学医学部卒業

所属学会: 日本皮膚科学会

日本臨床皮膚科医学会

日本美容皮膚科学会



8・9月の行事について

行事名(担当部会)	内容	日時	定員	申込み	費用・その他
健康づくりセミナー 腎臓けっこう大事だゾウ! ～元気な腎臓でいるために～ (厚生部会) (共催:三鷹市総合保健センター)	①看護職による 腎臓の役割・健診結果の見方のお話(30分) ②管理栄養士による 慢性腎臓病予防の食事のお話(45分)	8月4日(月) 10時30分～ 11時45分	30名	7月7日(月) ↓ 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 申込:三鷹市総合保健センターに 電話(0422-24-8207) (9時～17時)または 右記のQRコードから
小学生居場所づくり 「イングリッシュ ワークショップ」 (厚生部会) (共催:東多世代交流センター)	英語にふれて楽しもう! ・英語にまつわる会話や発音、 クイズやクラフトを楽しみます。 ①1年生から3年生 ②4年生から6年生 講師:渡邊文子さん	8月6日(水) ①10時30分～ 12時 ②13時30分～ 15時	①15名 ②20名	7月7日(月) 9時 ↓ 定員になり次第 締め切り	費用:無料 持ち物:筆記用具 飲み物(水分補給用) 会場:牟礼CC会議室 申込:① ②
夏休み子ども事業 モザイクタイルを 使ったものづくり (文化部会)	小さい木枠の中にふぞろいのタイルを並べて自分 だけの作品を作りましょう。 対象:幼児から小学生 協力:東京土建組合牟礼北野分会	8月24日(日) 13時30分～ 15時30分	40名 程度	当日 材料が無くなり 次第締め切り	費用:無料 持ち物:飲み物(水分補給用) 会場:牟礼CC消費者活動室
市民健康講座 (厚生部会) (共催:三鷹市総合保健センター)	睡眠・食生活や運動とところの関係について学び、 ところの疲れ(メンタル不調)の予防・改善! 講師:帝京大学医学部主任教授 功刀浩さん	9月11日(木) 14時～15時30分	30名	8月6日(水) ↓ 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
シルバーのつどい	60歳以上の方のミニ運動会です。 詳細は9月号をご覧ください。	9月18日(木) 13時30分～ 15時30分	多数	9月1日(月) ↓ 当日	費用:無料 持ち物:体育館シューズ・タオル・ 飲み物(水分補給用) 会場:牟礼CC体育館 ※おみやげ付き
小学生バドミントン 体験教室 (スポーツ部会) (東多世代交流センター連携)	基本技術を身に付け、バドミントンの楽しさを知る。 後半は試合をします。 対象:小学3年生～6年生 講師:三鷹市バドミントン協会 大能基秀さん	9月27日(土) 10時30分～12時	20名	9月1日(月) ↓ 9月12日(金) 定員を超えた 場合は抽選	持ち物:タオル・飲み物・ 体育館シューズ 会場:牟礼CC体育館 ※右記二次元コード (東多世代交流センター)

※申込は、牟礼コミュニティ・センター事務局まで。費用が無料の場合は、電話申込できます。(0422-49-3441) ※実費のかかるものは、窓口のみで承ります。 ※三鷹在住在勤在学の市民が優先となります。

令和6年度 決算報告		
収入	市支出金	98,133,679円
	諸収入	4,442,618円
	合計	102,576,297円
支出	指定管理料	40,690,538円
	施設運営費	52,991,246円
	活動費	6,009,506円
	合計	99,691,290円

放課後の時間を コミセンで遊ばませんか

牟礼コミュニティ・センターでは、小学生に1階遊戯(ゆうぎ)室を開放しています。

平日は13時から17時、土曜日、日曜日、8月中は10時から17時(日曜日は16時45分)まで遊べます。

広場も土曜・日曜日は、遊び場として開放しています。

フリーWi-Fi利用可

**悩み事、困っていること、その他どうすればいいか
分からないこと、何でも相談しませんか?**

三鷹市では、各コミュニティセンターで「地域福祉コーディネーター相談サロン」として出張相談をしております。

牟礼CCでは、毎月第1水曜日13時30分～15時00分、2階講習室で行っております。8月は6日(水)です。

障がい・高齢・生活困窮・子育てなどについて、お金のこと、制度のこと、その他何でも、どこの誰に相談していいのかわからないことがありましたら、ひとりで悩んでいないで相談してみませんか。社会福祉協議会と、地域包括支援センターの専門の職員が課題の解決に向けて相談にのります。

◆ 厚生部会・東多世代交流センター 連携事業 ◆

*** * ひよこちゃんランド * ***

日時:毎週金曜日 10時～12時
※8月15日(金)は、お休みします。

場所:牟礼CC広間 対象:0、1歳児親子 利用人数:10～20組

三鷹警察署 サポート詐欺に注意しましょう

サポート詐欺とは、パソコンやタブレット端末で、突然画面に「ウイルスに感染した。」などと警告文と連絡先が表示され、ウイルス除去名目で電子マネーカードや現金を要求する詐欺のことを言います。

被害に遭わないためのポイントは、急に警告画面が表示されても慌てることなく、決して「表示された連絡先に電話しない」ことです。犯人の誘導に乗らない限り、金銭を騙し取られることはありませんので、まずは落ち着いて警察にご連絡ください。

広告募集

● 料金 一區画
(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。

井の頭公園の100余年の歴史を貴重な写真で紹介
井の頭公園100年写真集

ハンディー版

井の頭公園100年写真集

2代目プールは井戸水で冷たかった

A5判変形196頁
1,650円(税込)

井の頭池にあった初代プール

ぶんしん出版 Tel.0422-60-2211 Fax.0422-60-2200

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

0422-47-7728

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/

やっとなつめた私のくすり(保存箱 捨てないで)

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)