



発行 三鷹市西部地区住民協議会 企画・編集 住民協議会広報部 印刷：(有)栄企画 井口コミュニティセンター 三鷹市井口1-13-32 TEL 32-7141 FAX 32-7142

https://iguticc.jp E-mail: iguti-cc@jcom.zaq.ne.jp

再生紙を利用しています。

9月の休館日 2日(木)・9日(木)・16日(木) 20日(月) 敬老の日 23日(木) 秋分の日 24日(金) 振替休館日・30日(木) 通常開館時間 平日 10時〜21時 日曜 10時〜17時

節電にご協力ください。『コミュニティセンターは文化の風の通り道。知恵や友情の湧くところ。』

地域の文化を 持ち寄りつくる「コミュニティ西部地区住民協議会の広報紙『コミュニティにしみたか』は、井口、深大寺、野崎(但し一丁目を除く)の各地域に無料で全戸配布しています。

緊急事態宣言延長

緊急事態宣言が9月12日まで延長されました。これに伴い井口CCの運営は引き続き時短営業といたします。ご不便をおかけいたしますが、諸般の事情をお汲み取りの上、ご協力をお願いいたします。

あなたにも出来る減災

災害の被害を軽減するために、「自助・共助・公助」が不可欠です。「自助」は、一人ひとりが自ら取り組むこと。「共助」は、地域や身近にいる人どうしが一緒に取り組むこと。「公助」は、国や地方公共団体などが取り組むこと。3つの連携が円滑なほど、災害の被害は軽減できます。災害が発生したとき、私たちが一人ひとりが無事でなければ、地域や身近にいる人どうしが成り立ちません。まずは、自然災害によって住宅に被害が発生する、家の中で身の安全を確保できるか考えましょう。主なポイントは、ハザードマップの確認、住宅の耐震性の確保、瓦や雨どいなどの固定、家具の固定です。また、少々のケガであれば自分で手当てできるように、最低限の救急用品の準備もしておきましょう。

◎非常持ち出し品のポイント 避難が必要になった場合持ち出すものは、すぐに必要になるもの、なければ困るものは何かを考えて、用意しましょう。また、だれが何を持ち出すのか担当を決めておく、すばやく避難できます。 ◎災害は家族が一緒にいる時に起こる限りません 災害が発生した場合には、自分の状況を、自分から家族や知人に知らせるとともに、家族の安否を確認することが重要です。家族がバラバラにいるときに災害が発生した時に備えて、安否確認の方法、集合場所などを決めておきましょう。その際、被災地域に電話が殺到すると、

食料、生活用品を備蓄しておきましょう。自宅が被災したり、自宅周辺一帯が危険と判断された場合は、安全な場所に避難しなければなりません。急いで自宅を出なければならぬこともありますので、非常持ち出し品は前もってリュックに詰めるなどの準備をしておきましょう。 ◎備蓄のポイント 防災のための特別なものを用意するのではなく、できるだけ、普段の生活の中に組み込んで、平時に無意識に更新されるものでまかないましょう。

非常時の持ち出し品・備蓄品 チェックリスト

- 貴重品: 現金(小銭を含む)※公衆電話用に10円玉、100円玉、車や家の予備鍵、予備の眼鏡、コンタクトレンズなど、銀行の口座番号・生命保険契約番号など、健康保険証、身分証明書(運転免許証、パスポートなど)、印鑑、母子健康手帳
- 情報収集用品: 携帯電話(充電器を含む)、携帯ラジオ(予備電池を含む)、家族の写真(はぐれた時の確認用)、緊急時の家族、親戚、知人の連絡先、広域避難地図(ポケット地図でも可)、筆記用具
- 食料など: 非常食、飲料水
- 便利品など: 防災ずきんかヘルメット、懐中電灯(予備電池を含む)、笛やブザー(音を出して居場所を知らせるもの)、万能ナイフ、使い捨てカイロ



- 非常持ち出し品は、両手使えるリュックタイプの袋などにまとめておきましょう。
- 避難の妨げにならないように、軽くコンパクトにまとめましょう。
- 自分や家族の状況に応じて必要なものを選びましょう。
- 自分に必要なものの優先順位を決めて準備しましょう。
- 定期的に中身をチェックしましょう。

- 清潔・健康のためのもの: マスク、ビニール袋、アルミ製保温シート、毛布、スリッパ、軍手か皮手袋、マッチライター、給水袋、雨具(レインコート、長靴など)、レジャーシート、簡易トイレ
- 救急セット: 常備薬・持病薬、タオル、トイレトペーパー、着替え(下着を含む)、ウェットティッシュ
- その他: 紙おむつ(幼児用・高齢者用など)、生理用品、粉ミルク・哺乳瓶(赤ちゃんに必要なもの)、その他自分の生活に欠かせないもの

ご自身の環境に合わせて必要なものを準備してください。

①安否確認には「171災害伝言ダイヤル」などのサービスを利用しましょう。 ②同時に被災しにくい、離れたところに住む親戚や知人を経由して連絡が取れるような方法を決めておきましょう。 ③自宅や家族の学校・職場の近く、通勤通学途中にある避難所の場所を確認しておきましょう。 ④保育園、幼稚園、学校における災害時の子どもの引き取りに関する取り決めを確認しておきましょう。 前回の寄稿からの続きです。締め言葉は「だいじょうぶだあ」。

瞳

三鷹市西部地区住民協議会 体育部会長 石川 英浩 「東京オリンピックとスポーツの力」 コロナ禍でのオリンピック開催については賛否両論あると思いますが、私は開催してくれた事に感謝したいと思います。スポーツの力でコロナで沈みがちだった人々の心に感動、勇気、喜びを与えてくれました。13歳の金メダリスト誕生も同世代の若者に元氣、希望を与えてくれた事でしよう。選手達の競技に向かう真摯な姿勢は素晴らしいかと思えます。国旗を背負った勝負に感動を覚え、前向きになった方も多かったのではないのでしょうか！

今から57年前の東京オリンピック、当時4歳だった私は父に手を引かれ水泳競技を観に行きました。戦争を経験した父が、会場を一望して「日本も復興したな！平和になったな！」と言った言葉が今も私の心に残っています。 30年前に他界した父のその言葉が発した時の笑顔が今も私の脳裏に焼き付いています。今回は無観客での開催でしたが、進化を遂げたTV(メディア)の報道を通して57年前の会場で観た光景にも優るとも劣らぬ臨場感を与えてくれました。皆さん今回のオリンピックに参加した世界の選手(アスリート)から贈られたスポーツの力を糧として、忘れることなく前向きに過ごして参りましょう。そしていつか「日本もコロナから復興したな！平和になったな！」と言える日が来ると信じて笑顔で頑張ってください。 前回の寄稿からの続きです。締め言葉は「だいじょうぶだあ」。

住協ニュース

○8月20日午後1時から連雀コミュニティ・センター2階大集會室において事務局長連絡会が開催され、庁内各課依頼事項・行

コミセンだより

8月11日、役員会と運営委員会が開かれましたので報告します。7月のCC利用者数3,785人

報告事項

○緊急事態宣言の延長が8月末までとなったが、感染の拡大状況を踏まえ、当面の間時短営業とする。

○コロナ感染の拡大が続いているので、玄関入口に検温器と手指自動消毒器を、会議室等には二酸化炭素測定器を設置した。

部会報告

総務部会——部会なし。
厚生部会——部会なし。
体育部会——2日部会。コミュニティ運動会とウォークラリーについて話し合った。

広報部会——本日より9月号の編集に入る。

文化部会——7日に部会。終了後プラバン作りを実施した。8月24日にクラフトバンド作りを行う。

防災部会——令和4年度購入資機材は発電機の予定。今年度購入予定の担架と車椅子は防災訓練までに使えるよう準備したい。

町会報告

井口協和会——特になし。
深大寺町会——敬老会は中止。記念品配布の予定。

東野会——7月17日役員会。下期の会費徴収を9月に実施。敬老会は中止し、記念品を配布。9月5日防災訓練実施予定。
野崎町会——役員会で住協事業

政報告・事務連絡のあと、コミュニティ・センターのインターネットでの予約受付等について協議するとともに情報交換を行った。

予定を報告。

住協派遣委員から報告

住協の在り方検討会——7月27日に市長を交えて意見交換。

CS委員会——8月26日に二中で副校長と合同熟議の予定。

協議事項

○コミュニティ運動会については「コミュニティ・ミニスポーツDAY」とし、綱引き、レンジャー部隊、食欲の秋の3種目として、二中校庭で午前中のみ実施するという体育部会案を承認し、9月の役員会で具体案を検討する。

○総合防災訓練は委員のみ参加で行うという防災部会案を承認。運動会と防災訓練の当日は閉館とする。

次回の役員会は9月8日(水)です。

言葉の履歴書 月とスッポン

形が似ていても実質がひどく異なる時に「月とスッポン」という例えがよく使われます。鳴き声がスッポンと聞こえるところから名付けられたとされるスッポンは、川・池・沼に住むカメの一種で、別名「泥亀」。肉は美味で、血は強精剤として珍重されます。中国で「団魚」と書かれたのは甲羅が亀よりも円いからで、日本でも関西地方では「まる」と俗称されました。お月見が行われる月と比べると同じ円形でも、正に「雲泥の差」があるわけですが、もともとは「月と朱盆」から転化した言葉とする異説もあります。『提灯に釣り鐘』は「月とすっぽん」と同様に、形が近くても釣りの取れないものの例え。しかし、提灯や釣り鐘が身近なものでなくなった現在では、やはり「月とすっぽん」の方が実感を伴った表現のようです。

図書室だより

7月の図書室利用状況は大人433名、子ども137名、計570名でした。

◆新着本(予定)

◇一般書

スモールワールズ 一穂 ミチ

薔薇のなかの蛇 恩田 陸

琥珀の夏 辻村 深月

黒牢城 米澤 穂信

雷神 道尾 秀介

テスカトリポカ 佐藤 究

チースはどこへ消えた? スペンサー・ジョンソン

ハニオ日記ⅠⅡⅢ 石田ゆり子

照降町四季2 己丑の大火

照降町四季3 梅花下駄

出紋と花かんざし 佐伯 泰英

こころの散歩 五木 寛之

鬼哭の銃弾 深町 秋生

死ぬまでに行きたい海 岸本佐知子

浅草迄 北野 武

誘拐ファミリィ 新堂 冬樹

パンダの丸かじり 東海林さだお

京都四条 月岡サヨの小鍋茶屋 柏井 壽

世界の台所探検 料理から暮ら

しと社会がみえる 岡根谷実里

どうしてわたしはあの子じゃないの 寺地はるな

「気にしない」女はすべてうまいの 有川真由美

いのちの停車場 南 杏子

トリップ 角田 光代

リボルバー 原田 マハ

本心 平野啓一郎

三体Ⅲ 死神永生(上)(下) 劉 慈欣

◇児童向

どっちが強い?リカオンvsモリイノシシ スライウム

感染症を正しく学べる!はたらき細胞 ウイルス&細菌図鑑

子どもを守る言葉「同意」って何?YES、NOは自分が決める!レイチェル・ブライアン

しずくちゃん36 ひみつのまほう学校 ぎぼりつこ

探偵チームKZ事件ノート カレンジャー吸血鬼は知っている

都会のトム&ソーヤ17 逆立ちするライオン はやみねかおる

ルルとララのガトーシヨコラ あんびるやすこ

◇絵本

モルモットのちゃもとけだまー なかやみわ

▽体育部会だより

コロナ禍のため部会の活動は中止せざるを得ませんでした。9月23日(木・祝日)に子どもウォーラリーを開催することになりました。新型コロナウイルス感染防止のため小学生10グループに限定しました。ウォークラリーで地域の魅力を発見してみませんか?

★子どもウォークラリー

日時 9月23日(祝) 10時出発
荒天中止
コース 井口CC→井口小学校→御嶽神社→東野公園→なんじやもんじやの森→井口CC

約45km(2時間程度)

参加対象 小学生10グループ。

1グループ4名まで、必ず付き添いの大人1名を含める。

申込方法 井口CC事務局まで、メール・電話・窓口にて、参加児童名・学年・保護者名・保護者携帯電話番号・メールアドレスを明記の上、9月15日(水)までに申し込んでください。

先着順です。参加賞などお楽しみもあります。

※なお、新型コロナウイルスの感染拡大の状況によっては中止になる場合があります。

おばけのやだもん まほうの力

レライス ひらのゆきこ

ひー チューリップえほんシリ

ーズ りとうようい

10ぴきのおばけとおおきなふね

にしかわおさむ

第165回直木賞、第34回山

本周五郎賞W受賞のクライムノベ

ル・佐藤究『テスカトリポカ』、ゴ

ッホの死というアト史上最大の

謎に迫るミステリー・原田マハ

『リボルバー』など、話題の本が

続々と配本予定です。おうち時間

の長い日々が続いていますが、素

敵な読書の秋を迎えにぜひ図書室

へお立ち寄りください。

新型コロナウイルス感染防止対

策として貸出のみの開室となりま

す。閲覧・学習・読み聞かせは出

来ません。感染状況等により変更

が生じる場合もございますので、

HPやお電話でのご確認をよろし

くお願いいたします。

◆図書室開室(貸出)時間◆

平日・午後1時~6時

日曜・午後1時~4時45分

※毎月第一月曜日は図書整理のため休室となります(返却は可能)

センター休館日(木・祝)は本の返却は出来ません。ご注意ください。

西の森俳句

佐藤 治子

天高し心弾みて闊歩せり

照り返す光まぶしき残暑かな

小嶋 清子

目を閉じて野風もえたつ彼岸花

ひとひとと露草光る月明かり

三矢 恵啓

ひと日ごとときめく余生翹雲

コスモスを縫うて介護の車椅子

森田 義一

肩沈め湯煙りのとき星月夜

赤灯台霧笛の中に消えてゆく

美術・骨董品買取

絵画・掛軸・茶道具・古書
きもの・陶器

見積・査定・出張無料

一点鐘

三鷹市野崎3-8-16
0120-888-460

生徒募集

そろばんを習うと
暗算の力がつき計算に強くなり
算数が好きになります

新入生は毎月始め
小学校1年生より

☎0422-31-5036

指定教場 東光珠算塾
三鷹市深大寺2-5-5 (東野住宅内)

サッシ・ガラス・アミ戸

リフォームの御相談、お気軽に

一級技能士の店 販売・修理

多摩ガラス工芸

都知事許可(般-49)第22027号

☎0422-31-1287

FAX. 31-1230

三鷹市深大寺2-30-34



三鷹国際交流協会と一緒に活動しませんか。

三鷹国際交流協会では、外国籍の市民の方との交流や日本語の支援活動などに市民ボランティアさんとともに取り組んでいます。国際交流・支援にご関心のある方はぜひ一緒に活動しましょう。詳細は下記の協会HPをご覧ください。

<https://www.mishop.jp/>

交通だより

市内の7月中の人身事故総数24件のうち、自転車が関与する事故が約60%となります。

その半数が出会い頭の事故であり、交差点において相手の存在に気が付いた時には衝突、または接触しているという事故が多く発生しています。

特に見通しの悪い交差点では、確実に安全確認をして危険を予測した運転を心掛けるとともに、ゆずり合いの気持を持ち、交通安全に努めましょう。

『秋の全国交通安全運動』
期間 9月21日(火)～30日(木)
メインスローガン

「世界一の交通安全都市
TOKYOを目指して」

【運動の重点】

1. 子どもと高齢者を始めとする歩行者の安全確保
2. 夕暮れ時と夜間の事故防止と歩行者等の保護など安全運転意識

ファイヤーニュース

「新しい日常」に照らした 「防災訓練」

現在、新型コロナウイルス感染症の影響で接触機会を低減する、いわゆる三密を避けるなど「新しい日常」という考え方があらゆる場面で求められています。そこで今回は、自宅で防災知識を学ぶことができる「リモート防災学習」についてご紹介します。

リモート防災学習

東京消防庁ホームページでは、防災訓練動画の視聴やクイズに挑戦できる「おうちで防災を学ぼう」リモート防災学習を、開設しています。

災害による被害をできるだけ少なくするためには、一人ひとりが自ら取り組む「自助」、地域で助け

識の向上
3. 自転車の安全確保と交通ルール遵守の徹底

4. 飲酒運転などの悪質・危険な運転の根絶

5. 二輪車の交通事故防止
(令和3年7月1日～31日手集計)

	総件数	死亡者	重傷者	軽傷者
市内	24件 (14) ※7	0人	0人	27人
井口	0件 (0) ※0	0人	0人	0人
深大寺	0件 (0) ※0	0人	0人	0人
野崎	1件 (2) ※0	0人	0人	1人

()は自転車に関与する事故
※印は高齢者(65歳以上)が関与する事故件数

合って取り組む「共助」、行政が取り組む「公助」の力を高めることが重要です。

この「リモート

防災学習」で防災について学び、いざという時に、慌てず冷静に行動できるように、正しい知識と防災行動力をも身につけましょう。

防災訓練動画では「消火器の使い方」、「避難のしかた」、「119番のしかた」に加え、新たに「スタ

ンドパイプの使い方」をYouTube東京消防庁公式ホームページに公開しました。ぜひ視聴してみてください。

大沢出張所管内の

令和3年7月16日～8月15日

火災件数 1件

救急出場件数 259件

包括支援センター広場

★緊急通報サービス

高齢で一人暮らしをしている方は、急な体調の変化や転倒事故等で、屋内で倒れてしまった時、SOSを出せない、気づいてもらえないかも知れないという心配をお持ちではないでしょうか。

そんな時に役に立つ緊急通報サービスです。

◇セコム

ペンダント型の発信機を握ることでセコムの隊員が駆けつけてくれます。その他、火災監視サービス、防犯サービス、スマホからの見守り、センサーによる異常感知サービス、電話健康相談サービスも行っています。

費用は月々4,840円からで、その他工事費等もかかります。

◇アルソック(ALSOK)

緊急通報・相談ができるコントローラーを自宅に設置し、もしもの時に駆けつけてくれます。安否確認のメール、熱中症見守り、認知症の方が外出した時のお知らせメール、災害時の避難支援をコントローラーから行うサービスも付随しています。費用はそれぞれ違います。

◇三鷹市社会福祉事業団

セコムと提携して、ペンダント型発信機でセコムと救急車の隊員が駆けつけるサービスと一部の付帯サービスを実施しています。費用は月額4,505円と事業団の会費が300円かかります。

それぞれのサービスを詳しくお知りになりたい方は、西部包括支援センターにお越しいただくか、ご連絡ください。

西部包括支援センター

TEL 0422・34・6536

▽防犯だより

新型コロナウイルスの感染拡大は依然として続いており、今年も残念ながら10月16日(土)に開催予定の「地域安全市民のつどい」を中止させていただきます。

三鷹市内の犯罪発生状況は、昨年と比べて減少傾向にあるものの特殊詐欺被害は7月末現在、40件被害総額は約6千2百万円に及ぶなど被害は止まりません。その手口は、警察官を騙り「あなたのカードが悪用されています」等と電話をかけ、銀行協会を騙る者がカードを受け取りに高齢者宅を訪ね、言葉巧みに本物のカードと偽のカードをすり替えます。

◇対策としては、

- キャッシュカードは他人に渡さない。
- 暗証番号を教えない。
- 留守番電話に設定し、犯人と話さない。
- 電話に出た場合、相手からお金の話が出たらいったん電話を切り、家族や友人に相談する。
- 市民の皆さんが特殊詐欺の被害に遭わないよう、ご家族やご近所同士で注意するようにしましょう。



小さじ1杯の油を…

暑い夏もそろそろ終わります。が、こんなこと、思い当たることありませんか？
食べているのに体重が減った。
食べる量が減ってしま



あっさりした物を選んでしまっ。夏バテでエネルギー不足になっているかも知れません。低栄養の状態は、エネルギー不足からも起こります。食欲不振を感じたら、小さじ1杯の油を食事に足すことをお勧めします。

食はいのちです

油を食事に足すメリットは、
1 効率のよいエネルギー源で、少量で多くのエネルギーが得られます。
2 体の調子を整えます。体の組織を作る材料になり、体温を保ち脂溶性ビタミンの吸収を助けます。

ここではおすすめレシピは、まろやか野菜スープ。
材料(2人分) 野菜ジュース1本(200ml)、プレーンヨーグルト1個(約90g)、オリーブ油小さじ1杯。
全ての材料を混ぜれば出来上がりです。小ネギやパセリを散らすと彩りもきれいになります。ぜひお試しを……。

(みたか栄養だよりから引用)

高齢者のよろず相談
**三鷹市西部地区
包括支援センター**
担当地区:井口・野崎(1丁目除く)・深大寺
介護・介護予防・地域参加・生活相談等、何でもご相談ください。
場所:三鷹市深大寺2-29-13
☎ 0422-34-6536

あなたの近くにいる
私たちだからできる
身近なサービス
(株)高坂デンキ商会
家電・補聴器・電気工事・水道工事
ガス給湯器・リフォーム
☎(0422) 30-9993
FAX 0422-30-9994
三鷹市野崎2-1-16(三鷹上連雀郵便前)

家族葬専門葬儀社
のもと祭典
三鷹市での家族葬は
おまかせください!
☎ 0422-57-7876
(24時間365日受付)
三鷹市下連雀7-6-29-103
のもと祭典 検索

食 DE 絆
新型コロナウイルスのため9月はお休みです。
ルーテル学院大学
TEL. 0422-31-7920

コミュニティ・スクールだより

にしみたか学園では、年間を通じて小中学校やCS委員会は交流をしています。今回はそのうちの2つについて二中学生に紹介してもらいます。

「二中学生会・CS委員懇談会」

二中学生会・CS委員懇談会 生徒会 総務 呉 優華
二中学生会、CS委員懇談会では、にしみたか学園の目指す児童・生徒像の実現に向け、どのような取り組みができるか話し合いを行いました。例えば、「自ら考え行動し、自ら未来を切り拓いていく児童生徒」については計画を立て、自分に合った勉強方法で様々なことに挑戦することが必要ではないかという意見が出ました。「共に学び続ける児童生徒」については、声を出して挨拶すること、周りの関係が生まれると同時に、周りを見て行動すること

「プレ講座」

生徒会 書記 田下 華
7月12日(月)に、二小と井口小の6年生が二中に来て、中学校の授業を体験しました。授業体験の前には、事前に生徒会役員が作成した二中紹介動画を見てもらいまし

た。動画では、各教科の授業風景や部活動、行事など紹介しました。特に部活動紹介のシーンでは実際に活動している様子を動画に撮影し、より伝わりやすいよう工夫しました。10分ほどの動画でしたが、6年生に二中の魅力を伝えることができたと思います。中学校生活に不安を抱えている人もいると思います。このプレ講座を通して、二中の魅力を知り、入学を楽しみにしている人が増えてくれると生徒会役員もうれしいです。



来年度、皆さんと一緒に中学校生活を送れることを心待ちにしています。

目標を立てる際には、背伸びをしただけの程度の高さにすると良いのではないかとCS委員さんから意見をいただきました。今後は、懇談会で話し合った内容を踏まえ、小学校とも意見を共有しながら学校ごとに取り組める具体的な内容を検討していきます。



今月の行事ご案内					
行事名	日時	内容・対象・募集人員・費用・申込方法など			
ラジオ体操会	5・12・19・26日(日) 9:00~9:15	CDラジカセに合わせラジオ体操第1と第2を続けて行います。どなたでも無料で参加できます。※雨天中止 午前9時までに井口コミュニティセンター裏の広場(テニスコートと体育館の間)においでください。 親子でのご参加もお待ちしております。※コロナ対策のためマスクを着用ください。 当日は検温の上、体調が優れない場合は参加をお控えください。/ケア・ネットワークにしみたか			
初心者向け手話講座	15・22・29日(水) 10:30~12:30	初めての方大歓迎の手話講座です。手話通訳の先生が身近な言葉からお教えます。/事前申込先着20名/市民/無料/会議室/三鷹市手話通訳者 佐藤万里子先生/9月5日(日)10:00より事務局窓口またはお電話で/三鷹市・文化部会共催			
スマートフォン講座	15(水)・17日(金) 10:30~12:00	超初心者向けの講座です。2日間とも参加できる方。スマートフォン(ipad・タブレット含)を持参できる方。メールの送受信・LINEでトークを楽しむ・QRコードで情報を読み取る等が目標です。 先着15名/市民/無料/電話・窓口にて受付/大ホール/厚生部会			
夏休み児童・生徒作品展	19日(日)~ 10月1日(金)	にしみたか学園の児童・生徒たちが夏休みにがんばって制作した作品を展示いたします。工夫を凝らした魅力的な作品たちを見に皆さま、ぜひ足をお運びください。/2階展示ホール/平日10時~19時30分、日曜10時~16時45分/休館(木)・(例)と(木)が祝日の場合は翌日も休館/入館時に来館者カードをご記入ください。/文化部会			
こどもウォークラリー	23日(木) 10:00スタート	事前申込先着10グループ(主な対象は小学生。1グループ4人まで。必ず大人1人を含める事。)/電話・窓口・メールにて「参加児童名」「学年」「保護者名」「保護者携帯電話番号」「メールアドレス」をお伝えください/9月15日締切/先着順/コース約4.5km(2時間程度) 井口C.C~井口小~御嶽神社~東野公園~なんじゃもんじゃの森~井口C.C/市民/無料/体育部会			
よってらっしやいにしみたか	27日(月) 13:30~14:30	★事前申込制です★9月は「警察からのお話し(三鷹警察署の警察官が最新情報などをお話ししてくれます♪)」、手話他市民/事前申込先着16名/無料/マスク着用飲み物持参/※新型コロナウイルス感染症の影響により変更や中止となる場合があります/9月1日(水)から地域ケア推進係(0422-45-1151 内線2663)へ/会議室/ケア・ネットワークにしみたか			
あそびとおしゃべりの会	8日・22日(水) 10:30~12:00	包丁研ぎ	15日(水) 10:00~11:30	野菜即売	毎週(火)・(金) 10:00~

*マスクを着用されていない方のご入館はできません。(未就学児は窒息等予防により保護者の判断に委ねます)
*ご予約をされていないご入館者様は【来館者カード】のご記入をお願いいたします。 *可能な限り人と人との間隔を確保してご利用ください。
☆ご入館条件等は変更の可能性がございます。詳しくはHPをご覧ください☆



どなた様もご利用できます
年金自動受取
公共料金自動支払

JA東京むさし
西野支店 TEL (31) 8511

ミタカバレエアカデミー
生徒募集

3歳から成人まで
美容バレエ
(今、大ブレイク中)
いつでも体験OKです。
三鷹駅南口徒歩1分

TEL 0422-42-1901
mitakaballet.server-shared.com

江戸前 三鷹深大寺 鮎芳

ご宴会承ります
(定休・毎週水曜
日) 祭日の場合は翌
日

出前専用電話 31-9595
http://susiyosi.dweb.jp

稲垣獣医科
(営業時間AM9:00~PM7:00)

(鶏鳴幼稚園前入る)
三鷹市深大寺3-1-12
☎ 0422-31-6513

学生服・ユニフォーム
イシカワ衣料株式会社

市内中学校の制服は当社
へお任せ下さい!
各種企業のユニフォーム
も承ります

水漏れ・排水つまり修理
ウォシュレット・シャワートイレ取付

東京都指定給水装置工事事業者4751号
三鷹市指定排水設備工事事業者40号

土屋設備工業株式会社
(山中通り双葉幼稚園入口一通入る)
三鷹市深大寺1-6-25
TEL 31-0300

有限会社 日の丸防災

消防設備点検・工事・建築設備
特殊建築物調査報告
(消火器詰替1本・
標示板1枚でも伺います)

☎ (0422) 31-2781(代)
FAX (0422) 33-5840
三鷹市野崎2-4-12
(野崎交差点スグ)

印刷・出版などご相談に応じます

印刷 (有)栄企画
T.39-4844 F.34-0167