



発行
三鷹市西部地区住民協議会
企画・編集
住民協議会広報部会
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。

1月の休館日
1日(日)～3日(火)・5日(木)
9日(月) 成人の日
12日(木)・19日(木)・26日(木)
★1月4日(水)は17時閉館です。
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(但し二丁目を除く)の各地域に無料で全戸配布しています。

下級生のお手本になりたい。
一年生に学校の楽しさを教えたい。
責任を持って行動する。
下級生のみほんになりたい。
学校を任せられるようにしたい。
中学のサッカーチームに受かるぞ。
二小百三十周年のほこりをもつ。
最高学年としての責任を果たす。
下級生にやさしくせつしたい。
高学年としてがんばりたい。
下級生にもやさしくしたい。
徹しい時は徹しく優しい時は優しく。
とにかく楽しむ、一年を！
下級生に優しく接する。
小学校最後の一年間がんばるぞ。
下級生にやさしくする6年生。
友達となかよく楽しく過ごしたい。
だれにでもやさしくしたい。
下級生に優しく接する。
一年生を支える6年生になる。
高学年として、低学年を支える。
良い6年生を目指し文武両道。
学校のお手本になる6年生。
学問と運動を両立できるように。

謹んで新年のご挨拶を申し上げます
旧年中は住民協議会の活動にご協力をいただき有りがとうございました。今年も地域の皆さまが楽しく集い笑顔あふれる明るい年になりますよう心から願っております。本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。
令和五年 元旦
三鷹市西部地区住民協議会
会長 荻野文彦

**にしみたか学園
新六年生
今年の抱負**



競技かるたの札流しを二分以内に。
高学年としての、責任を果たす。
高学年として低学年の見本となる。
ことわざを五十個覚えたいです。
最高学年としての自覚を持つよう。
高学年として下級生に接する。
六年生として低学年に優しくする。
今年、学校を毎日いきたい。
友達に優しく接したい。
整理整頓をがんばります。

浅野 李佳
東 睦晃
安齊 舞花
池田美衣奈
江頭 遼
大石 愛理
翁長 鷺
小野 諒介
川端 陸斗
グリーンア文
昌谷 伊織

苦手な教科を克服する。
誰にでも親切に接する人になる。
勉強や運動、ダンスを頑張ります。
高学年として、全学年を率いる。
大げがをしないように元気に！
今までの倍、ボーカーを頑張る。
あと一年、全力でがんばりたい。
漢字を素早くいねいに書く。
新一年生に学校について教える。
六年として全学年を引っ張りたい。
高学年として他の学年を率いる。

塩川 奏
塩谷 彩葉
武居 美桜
田代 真斗
俵 綾子
時田 陽奈
土橋 澄鈴
富澤 蓮
仲村 優吾
新居 瑞生
新美 侑大

学校行事を全力で頑張ります。
中学校への最後の階段を登りきる。
しっかりと整理整頓をする。
学園を支えるような行動をする。
高学年として恥じぬよう頑張る。
六年生としての役目を果たす。
自分の良い部分をさらに良くする。
漢字をより美しくきれいに書く。
高学年として挑戦し、頑張る。
学年を引っ張りながら生活する。
社会科の偏差値を上げる。
足をもつと速くする。
野球で強豪校に絶対勝つ！
学校を背負い、勉強と運動に励む。
陸上の百メートル走で一位をとる。
今年こそ整理整頓を成功させる。
よく遊んでよく勉強する。
サッカーの大会で優勝する！
文武両道！全力を出しお手本に！！
六年生になって学校をより良く。

野口 新太
長谷川 湊
原 耀斗
藤野仁来良
水戸 雄基
美名川英汰
本 淳平
山内 翔太
山崎 新汰
山本 洸介
吉野 陽斗
渡邊 百萌
阿部 恵也
伊東 奏祐
上野 陽葉
植松 亮太
江波 雅幾
奥山 翼
笠原 凜花
河村 真

サッカーの大会で優勝する。
みんなで遊んで良い思い出を作る。
火が灯りそうな言葉を伝えたい。
低学年が困らないよう世話をする。
六年生として安全確認を怠らない。
高学年として学校を支える。
高学年として、二小を支える。
集中し、進んで学習したい。
ピアノの発表会で合格したいです。
感謝の気持ちを忘れずに学ぶ。
六年として学校のお手本となる。
一年生のお手本になる。
委員長になって学校を支える！
学校の活動に積極的に取り組む！
基本の事+新しい事もチャレンジ。
小学校最後の一年を全力で楽しむ。
東京ドームのマウンドに立つ。
最高学年として、学校のお手本に。
連続バク転を成功させて優勝！
今年の体そうの大会で入賞する。

菊岡 彪人
北村 怜愛
工藤 結生
蔵町 美緒
小林 瑞季
齊藤 乃果
清水 栄栄
志村 翠
鈴木 綾菜
鈴木 皇喜
田中 遥士
智田 周作
戸張 宏亮
中里 綸
蓮井風太郎
東 和佳奈
武津 拓実
藤森紳太郎
坊本 琉真
升川 陽輝

低学年の世話をがんばる。
給食委員会に入りSDGSに貢献。
六年として学校を支える人になる。
今年の秋季大会で優勝する。
体力テストでいい成績を残す。
高学年として低学年の世話をする。
色々なことを目一杯楽しむ。
平和なクラスでたくさん学ぶ。
ダンスの全国大会で優勝する！！
下級生のお手本になるようにする。
宿題を出すようにがんばる。
6年生から本気だす。
下級生に一年間優しくしよう。
学校のみんなを引っばって行く。
一年生の見本になりたい。
新年も、クラスみんなで楽しむ。
自分に与えられた仕事を全うする。
高学年としての自覚を持つ。
下級生のお手本となる最高学年へ。
漢字検定三級に合格したい。

諸藤 百愛
山田 大馳
山根 悠輝
結城 斗真
楊 あまね
吉用 健生
石田 董
岡 奏太
興村 環
落合 桃子
桂田 輝希
菅野 舜太
木村 僚牙
栗田 亮
金 和樹
今野 颯士
齊藤 万理
白鳥 唯
城田 風香
杉原 和輝

下級生にやさしくせつしたい。
高学年としてがんばりたい。
下級生にもやさしくしたい。
徹しい時は徹しく優しい時は優しく。
とにかく楽しむ、一年を！
下級生に優しく接する。
小学校最後の一年間がんばるぞ。
下級生にやさしくする6年生。
友達となかよく楽しく過ごしたい。
だれにでもやさしくしたい。
下級生に優しく接する。
一年生を支える6年生になる。
高学年として、低学年を支える。
良い6年生を目指し文武両道。
学校のお手本になる6年生。
学問と運動を両立できるように。

鈴木 琢斗
鈴木 隼琉
園田 泰悟
高崎 希美
長崎 希歩
中村 航大
西川 遥暁
野村 花帆
橋爪 悠希
花崎あさひ
花本 雄琉
福田 怜那
福西 涼乃
松本 瑠璃
的場 心
山下 天馬
和田 樹
渡部 陽真
和智 康平
赤根 侑馬
市川 大登
伊藤 紅羽
井橋 佑月



一年生のことを助ける六年生。 文武両道を実行できる六年生。

学校や下級生を支える六年生。 下級生、みんなに誇れる六年生。

学校の高学年として責任をもつ。 学校をまとめる意識を持つ。

敬語の一言で未来を変えたい。 学校の最高学年らしく生活する。

一年生のお手本になる六年生。 体力テストの結果でAを目指す。

苦手な科目を全てなくす。 一年生に優しく仲良くする。

学校を支える六年生になる。 お手本になるような六年生になる。

学校全体を支える六年生になる。 時間を有効に使える六年生になる。

六年生として二小を支えていく。 苦手科目を克服する。

委員長などの役割を引き受ける。 様々な事に挑戦していきたい。

学校の手本になる六年生。 手をたくさん挙げて発表する！

最上級生として、積極的に動く。 算数と国語を完璧にする。

勉強と委員会を頑張ります。 勉強面できちんと発表する。

学校を支え、学年の代表になる。 委員会などで下級生に優しくする。

この学校を、先生たちと支える。 文武両道、何事にも全力！

低学年のお手本として動きます。 文字をきれいに書きたい。

下級生のお手本になる六年生。 委員会などで学校を引っ張る。

学習とスポーツの両立を目指す。 計算を早く解く。

最高学年としての仕事を果たす。 小学生最後を完璧にやり切る！

みんなの支えになる六年生。 みんなの支えになる六年生。

学校の代表として学校を支える。 決まりを守り、家庭学習に励む。

一年生のお手本になる六年生。 自ら動ける人になりたい。

六年生として下級生のお手本に。 毎日予習をして成績を伸ばす。

学校全体を支えられる六年生。 井口の太陽として井口小を支える。

井原 莉杏 文武両道を実行できる六年生。

大森 麻央 下級生、みんなに誇れる六年生。

岡田 陽 学校をまとめる意識を持つ。

岡田 桃子 学校の最高学年らしく生活する。

岡沼 優依 体力テストの結果でAを目指す。

越智 大惶 一年生に優しく仲良くする。

沖守 陽菜 お手本になるような六年生になる。

川口 恭功 時間を有効に使える六年生になる。

川崎寧々花 苦手科目を克服する。

川西 優介 様々な事に挑戦していきたい。

木村 莉子 手をたくさん挙げて発表する！

國方 大獅 算数と国語を完璧にする。

小林 樹季 勉強面できちんと発表する。

三小田 樹 委員会などで下級生に優しくする。

住野 昂大 文武両道、何事にも全力！

関 力翔 文字をきれいに書きたい。

曾根 康平 委員会などで学校を引っ張る。

武井 修眞 計算を早く解く。

畠山 悠莉 小学生最後を完璧にやり切る！

比嘉 心泉 みんなの支えになる六年生。

藤井ちとせ 決まりを守り、家庭学習に励む。

堀江 七慈 自ら動ける人になりたい。

皆川日菜子 毎日予習をして成績を伸ばす。

村嶋 寿春 井口の太陽として井口小を支える。

山崎 将宗 六年生として低学年の見本になる。

山本 廉輔 絶対遅刻をしない。

横田 祥 野球の大会で優勝する。

吉田 遥真 笑顔あふれる優しい六年生になる。

渡邊 翔太 みんなのお手本になりたい。

阿武駿大朗 井口の太陽として井口小を支える。

飯田 董 学校のリーダーになる。

飯野 紗蘭 漢字テスト連続百点をめざす。

石井 愛理 字が綺麗な六年生になる。

石島 彩衣 健康で性格の良い六年生になる。

市丸 愛理 井口小を頑張つて支えたい。

茨木 南七 誰からも信頼される人になる。

岩野 結衣 家でも自主的に勉強をする。

岩原 悠 うたれ強い人になりたい！

植松 颯志 わすれ物を少なくする。

鶴浦莉雄人 しつかりと人の話を聞く。

大西 優衣 かつこよくて優しい六年生になる。

岡 由菜 全校児童を支える存在になる。

角田 橙美 スポーツや勉強をもつとがんばる。

加藤 朱莉 テストで百点をとり続けたい。

桐山 結希 毛筆で五段を目指す。

齋藤 恒佑 下級生にも優しく仲良くする。

酒井 裕大 一年生にやさしく接する。

塩田 真優 自分の役割をはたせるようにする。

庄司 詩 イルカについてくわしく学びたい。

高島 壮紫 五十メートル走で六秒台をとる。

田口 翔友 最後の一年間をすてきな年にする。

内藤 璃空 課題は計画的かつ早めにすませる。

中嶋 笑寧 優しい言葉をかけられる人になる。

中島 泰誠 六年生らしく振る舞う。

中村 翔太 テストを高得点にする。

橋本ゆうま しみみを思いっきり楽しみたい。

長谷川潤星 漢字の小テストで全部百点を取る。

長谷川 遥 体力の増やしてサッカーをしたい。

溝口 陸 ダンスのコンペでチームで優勝！

安永 光希 学校とじゅくの勉強をがんばる。

好井 旬 何事も全力で楽しく取り組み。

吉田 暁来 計算のケアレスミスをへらす。

和田 結乃 井口の太陽として六年生を楽しむ。

服部 龍太 五十メートル走で七秒前半になる。

青戸 謙人 四教科の苦手科目の克服。

服部 龍太 ピアノの発表会で良い音を奏でる。

青野 行将 ハチエットストーン

上石 恋 様々な事で積極的に参加する。

内野 琴葉 体力テストで成績を良くする。

大平 将生 時間を有効的に使う。

大塚 愛里 歴史の人物の名前を完璧に覚える。

大羽 悠慎 野球をがんばって全国大会出場。

大目 圭悟 四教科の成績を全て上げる。

川村さつき 下級生にも優しく仲良くすこす。

小寺 美希 六年生になってもスキーをやる。

小林 理桜 井口小のみんなと仲良くしたい。

小寺 美希 井口小を支えられる六年生になる。

細野 朔 みんなのために全力でがんばる。

清水 紅里 井口の太陽として井口小を支える。

隅田 弘翔 井口の全学年を引っ張ります。

高橋 慶 梅澤いのり

高橋 凛 つぎの一年生のお世話をします。

手塚 蒼晴 井口小を照らす太陽の存在になる。

富田 創士 井口小を六年生として引っ張る。

成山 真希 低学年の手本や優しい六年生になる。

西田 隼 井口の太陽にふさわしい六年生。

橋本 光 何事も全力をつくす六年生になる。

橋本 光 何事にも挑戦する六年生になる。

日暮 華子 低学年を指導できるようにする。

久幸 落果 井口の太陽として井口小を支える。

藤内 恩 井口の太陽として全力でやりきる。

古瀬 智捷 下級生のあこがれ・手本になる。

水口 紗良 井口小全てを引っ張ります。

山崎 優奈 低学年をささえて太陽になる。

山城 健吾 下級生の面倒を見て優しくなる。

山本 蒼大 低学年と井口小を支える六年生。

米倉 虹夏 低学年のお手本になる。

渡辺 結翔 全校児童を引っ張つていく六年生。

山本菜々夏 やさしくて明るい六年生になる。

青木 優香 六年生として下級生の手本になる。

五十嵐葵子 井口小学校の太陽になる。

稲田 明 あこがれの六年生になりたい。

馬越 峻 全校の手本となって、教えます。

梅澤いのり 井口小を引っ張つていく。

岡部 美汐 下の学年を助ける六年生になる。

風戸 孝太 全校児童のことを引っ張る六年生。

春日 絆良 いろいろなことにチャレンジする。

勝本 氣陸 井口小を支える六年生になる。

定光 千花 低学年を支える六年生になる。

佐藤 世明 低学年を支えられる六年生になる。

清水 葵衣 六年生としてお手本になる。

鈴木 薫 頼れるピカッとまぶしい六年生。

鈴木結衣可 頼れるピカッとまぶしい六年生。

高橋 空来 頼れるピカッとまぶしい六年生。

高見 凜子 頼れるピカッとまぶしい六年生。

田村 勇毅 低学年をささえて太陽になる。

千原梨香子 下級生の面倒を見て優しくなる。

東原 康恵 低学年と井口小を支える六年生。

徳永 寿里 低学年のお手本になる。

永田 心愛 全校児童を引っ張つていく六年生。

中村 匠汰 やさしくて明るい六年生になる。

夏目 悠貴 六年生として下級生の手本になる。

成田 煌鳳 井口小学校の太陽になる。

羽瀬 美咲 あこがれの六年生になりたい。

長谷川 陸 全校の手本となって、教えます。

牧田 桃奈 井口小を引っ張つていく。

溝口 陽太 下の学年を助ける六年生になる。

村中 元映 全校児童のことを引っ張る六年生。

森崎 美空 いろいろなことにチャレンジする。

山崎 陽翔 井口小を支える六年生になる。

吉澤 慶太 低学年を支える六年生になる。

吉本 咲季 低学年を支えられる六年生になる。

渡邊 友翔 六年生としてお手本になる。

モールココ 頼れるピカッとまぶしい六年生。

佐久間奏甫 頼れるピカッとまぶしい六年生。

本年もよろしくお願ひします
新年号「にしみたか」は、
1月4日から各ご家庭に配布
いたします。
編集長・事務局一同



住協ニュース

○12月23日午後2時から三鷹市役所第二庁舎243号会議室において事務局長連絡会が開催され、庁内各課からの依頼

コミセンだより

12月14日、役員会・運営委員会が開かれましてので報告します。11月CC利用者数 5,812人

報告事項

役員会の計報について。

部会報告

総務部会——12月5日部会。コミュニティまつりは3月4・5日の予定。

厚生部会——12月7日部会。当面の行事の確認。

体育部会——12月5日部会。当面の行事の確認。

広報部会——新年号の編集。文化部会——玄関前にクリスマスツリー飾りを設置した。コミュニティまつりは実施の方

向で検討。

防災部会——12月6日部会。行事日程の確認。

町会報告

各町会共行事は見合わせている。歳末警戒は順次行う予定。

住協派遣委員からの報告

ふじみ衛生組合地元協議会

ふじみまつりは盛会だった。

令和5年は卯年です

卯は十二支で、兎は動物の場合が一般的です。他に「ウサギ」「うさぎ」と表現する場合があります。日本では「因幡の白兎」「兎と亀」「かちかち山」など、どこか狡猾に描かれています。一方月うさぎ「餅つき」をしているのは、仏教説話によると猊身（ねみ）の姿と言われています。西洋では多産で繁殖しやすく、足が速くて躍動感があるため、生

事項及び行政報告・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及び人事考課会議の日程その他について協議を行いました。

協議事項

○新年委員懇親会を中止とする事を了承した。

○コミュニティまつりは開催する方向。文化系自主グループ懇談会の意見を踏まえて実行委員会

で検討。

○来年度のデジタル相談支援サロン事業は、スマホの使い方全般の相談などを中心に施設貸して実施。

○令和5年度施設活動費・部会事業費予算について、各部会の要望を反映した予算案で承認。

○監査役員の欠員補充について、3月定期総会に提案する。

運営委員会承認事項

○コミュニティまつりに関して、センターの閉館及び体育館の閉館について承認した。

○体育館の使用時間区分の変更について（土曜日の使用時間）承認した。

令和5年1月の役員会

1月11日(水) 18時30分

役員・運営委員会

2月8日(水) 18時

コミュニティまつり実行委員会

2月8日(水) 19時

命の復活と繁栄を祝うイースターのシンボルとして、イースターバニーと呼ばれています。兎にまつわることわざは「二兎を追うものは一兎をも得ず」「兎の昼寝」「兎の登り坂」「兎の耳」「脱兎の如く」「兎の糞」などがあります。江戸時代からペットとして飼育されており、卯の刻は朝の6時卯月は4月、卯の花はウツギの花のことで、オカラも卯の花といえます。食肉としてもおいしいです。

図書室だより

11月の図書室利用状況は大人670名、子ども308名、計978名でした。

図書室は1月4日(水)より開室（5時閉館のため4時45分まで）です。

引き続き感染対策にご協力ください。

言葉の履歴書

「すばる」は牡牛座にある星団で、西洋ではプレアデスと呼ばれます。昂は「スバル」とカタカナ書きされることが多いため、外来語と勘違いされますが、実は「枕草子」に「星

はすばる」とあるように古くから使われてきた日本語です。肉眼では六つの星が一つにまとまっているように見えるので「六連星」とも呼ばれます。南の空に最も高く見えるのは一月下旬「冬昂」や「寒昂」は俳句では季語として使われます。

Merry Xmas



昨年の12月文化部会が作ったツリーが玄関を飾りました。

お菓子・お酒の楽しみ方

お菓子やお酒は生活に楽しみを与えてくれますが、食べ方・飲み方によっては、大切な食事が食べられず、低栄養になってしまうこともあります。

そこで、楽しむためのポイントをお伝えします。

例えば大福1個で212キロカロリー、おにぎりの約1.3個分のキロカロリーがあります。ラクトアイスでは1個(190ml)で426キロカロリー、おにぎり2.5個分もあり

ます。お菓子はカロリーが高いため、少量でもお腹がいっぱいになってしまいます。すると大切な食事が食べられなくなってしまう

食はいのちです

す。お菓子を食べるなら食事の2〜3時間前までに楽しむことがポイントです。

次はお酒です。お酒だけを飲んでいませんか？ この飲み方は危険です。主食、主菜、副菜のそろった食事とお酒の両方を楽しめるというですね。アルコールは適量であれば、「食欲増進作用」が働くので上手に利用しましょう。

さて、適量ですが、ビール中瓶1本、日本酒1合、酎ハイ(7%) 350ml、ワイン200mlです。女性は男性よりも少ない量が適量で、65歳以上の高齢者では、より少量の飲酒が適当です。週2日の休肝日も忘れずに！

(みたか栄養だよりから引用)

◆図書室開室(貸出)時間◆

平日・10時〜午後8時45分

(午後1時〜6時)

日曜・10時〜午後4時45分

(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。

はすばる」とあるように古くから使われてきた日本語です。肉眼では六つの星が一つにまとまっているように見えるので「六連星」とも呼ばれます。南の空に最も高く見えるのは一月下旬「冬昂」や「寒昂」は俳句では季語として使われます。

野崎シャークスB優勝!

12月3日、三鷹市少年軟式野球秋季大会二部(五年生以下)の決勝が行われ、野崎シャークスBが見事優勝しました。

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)

西の森俳句

果てしなく宇宙広がる冬銀河目つむり悲喜こもごもの冬に入る 佐藤 治子

三矢 恵啓

戦なき国に住む幸今朝の春大吉をそつと袂に春着の子 小嶋 清子

森田 義一

日だまりにひっそり咲きし寒椿冬の陽は木々の葉を抜け風の音 初音 いくさの庭をも染めにけり お爛番七草はやす音聞きつ

森田 義一

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 家族葬はお任せください ☎0422-57-7876 (24時間365日受付) 三鷹本社：三鷹市下連雀7-6-29-103 武蔵境支店：武蔵野市境南町2-23-6-103 のもと祭典 検索

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

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

交通だより

〈自転車安全利用五則が新しくなりました〉

1 車道が原則、左側を通行

歩道は例外、歩行者を優先
自転車は軽車両、自動車の仲間、車道の左側を走るのが原則です。歩道は歩行者が優先です。車道寄りから徐行して、歩行者が多い時は降りて押して歩きましょう。

自転車では歩道を通行することができず、13歳未満の子どもや70歳以上の高齢者、身体が不自由な人が自転車に乗るときは「普通自転車通行可の標識がある場合」「車道を通行する事が危険でやむを得ない場合」などです。

2 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

自動車やバイクと同様に信号や道路標識には従わなければなりません。信号を守らないと車両や歩行者と衝突し、交通事故の被害者にもなる恐れがあります。一時停止標識では必ず止まって、左右の安全をしっかり確認してから進行しましょう。

3 夜間はライトを点灯

無灯火運転は危険です。ライト点灯は前方の照射だけでなく、他の車両や歩行者に自転車の存在をアピールすることができます。

4 飲酒運転は禁止

酒気を帯びて運転することはできません。
飲んだら乗らない！
車もバイクも、自転車も！

5 ヘルメットを着用

自転車利用者による死亡事故のうち、多くの方が頭部を損傷しています。道路交通法が改正され、春頃から自転車に乗る場合、全ての人が乗車用ヘルメットを被るよう努めなければなりません。

ファイヤーニュース

救急車の適正利用にご協力ください

1 冬は救急出件数が増加します

冬季は例年、救急出件数が増加する傾向があります。この時期に増加する特有の事故として、積雪や路面凍結による転倒や餅を喉につまらせることによる窒息事故などがあります。

2 救急車の要請理由

救急車で搬送された人のうち、入院を必要としない「軽症」と診断された人の割合は半数以上を占めています。また、東京消防庁で実施した世論調査では、救急車を要請した理由として、「交通手段がなかった」、「救急車で病院に行った方が優先的に診てくれると思った」など、緊急性のない理由も見受けられます。

救急車の数には限りがあるため、救急要請が集中・増加すると、その地域周辺の救急車は全て出払ってしまいます。そうすると、更にその地域周辺で救急要請があったとき、遠くから救急車が駆け付けることになり、現場に到着するまでに時間がかかってしまいます。命の危険が迫っている人が助かる可能性は、一刻と低下していきます。一秒でも早く救急車が到着し、病院に搬送できるよう、救急車の適正利用をお願いします。



3 救急車の適正な利用のお願い

相談医療チーム（医師、看護師、救急隊経験者等の職員）が、「症状に基づく緊急性の有無のアドバイス」や「受診の必要性に関するアドバイス」のほか「医療機関案内」に24時間・年中無休で対応しています。

今月の行事ご案内 井口コミュニティ・センターへどうぞ TEL 32-7141 1月11日(水) 役員会18:30~

行事名	日時	内容・対象・募集人員・費用・申込方法など
井口こどものつどい	15日(日) 10:30~11:30	1月は「手話」(先生は深大寺の鈴木さん)とボードゲームです。多世代交流事業ですので、大人も子どもも★みんなで遊ぼう！/無料/直接おいでください/2階会議室/地域ケアネットワーク・にしみたかと西多世代交流センターの共催
健康づくり 栄養料理教室	18日(水) 10:30~13:00	「捨てずに食べる！野菜使い切りアイデア」大根を使い切るレシピのご紹介。無駄にしがちな野菜を使うためのアイデアもご紹介。いわし缶のみぞれ煮、大根のガリパスタステーキ、大根のゆず醤油漬、大根葉のナムル 市民/12名/150円/15日までに費用を添えて事務局へ/持ち物：エプロン・三角巾・布巾2枚/食事中は黙食で/料理講習室/健康づくり推進委員会/早川宏子先生
よってらっしゃい にしみたか	23日(月) 13:30~14:30	1月は「江戸小唄」と「手話」です。愉快なお話で初笑い。みんなで笑って、新しい年を元気にスタートさせませんか？/市民/事前申込先着16名/無料/マスク着用/飲み物持参/お申し込みは4日(水)~地域ケア推進係(0422-29-9235)へお電話で/会議室/地域ケアネットワーク・にしみたか
おはなし会	23日(月) 11:00~11:30 15:00~15:30	絵本や紙芝居の読み聞かせ、てぶくろ人形、てあそび、わらべうたなどで一緒に遊びましょう。 幼児~小学校低学年(未就学児は保護者同伴必須)/無料/直接おいでください 視聴覚室/文化部会
にしみたか雑学大学	30日(月) 18:30~20:00	「~市民が学芸員として活躍する屋根のない博物館~ 三鷹まるごと博物館とは？」(三鷹市スポーツと文化部生涯学習課 学芸員 下原裕司さん) 市民/先着30名/無料/大ホール/事務局へ：電話申込可/総務部会
ラジオ体操会 8・15・22・29日(日)	9:00~9:15	
あそびとおしゃべりの会 11・25日(水)	10:30~12:00	
包丁研ぎ 18日(水)	10:00~11:30	
野菜即売 火曜日・金曜日	10:00~17日からは17時から	

*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) 井口 C.C ホームページ
 *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☆ ※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。

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
https://mitakaballet-academy.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
三鷹市深大寺2-21-2

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

稲垣獣医科
(診療時間AM9:00~PM7:00)

井口新田 天文台通り 鶏鳴幼稚園
西野交差点

(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

#口2-10-42 ☎0422-32-6447

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)

ご愛顧に感謝申し上げます
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