

第45回コミュニティまつり

ご参加お待ちしております！

3月9日(土)10:00~15:00 / 3月10日(日)10:00~14:30

作品展示（保育園・幼稚園・小中学校の皆さんのものもあります）
 応急救護体験（AEDの体験など）・健康づくりコーナー（体脂肪測定など）
 交通安全PR（パトカーがやってくる!）・本のリサイクルコーナー
 模擬店色々（毎年人気のお店がいっぱい）詳しくはホームページをご覧ください



9日(土)

車いす講習 / 起震車 / 落書き広場 10:30~
 バナナの叩き売り 10:30~11:00
 あめ細工体験 10:00~13:00 / 映画会 10:30~
 演芸大会 11:00~ / お茶席 10:30~13:30 (100円)
 バルーンアート 13:00~14:30

10日(日)

フリーマーケット 10:00~雨天中止
 ステージ発表会 10:15~
 お話会 10:30/11:30/13:00
 むかしあそび 10:30~
 手作りコーナー(プラバン) 11:00~13:30

10日(日)はA-デマンド
交通を臨時運行します



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。

3月の休館日

5日(火) 17時閉館
 6日(水) 11日(月) 休館
 コミュニティまつりのため
 14日(木)・20日(水) 春分の日
 21日(木)・28日(木) 休館
 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
 目は除く)の各地域に無料で全
 戸配布しています。

【寄稿】 能登半島地震 ボランティア支援を通して

この度の能登半島地震により被災された皆様に心よりお見舞い申し上げますとともに、犠牲になられた方々に深く哀悼の意を表します。被災地域の皆様の安全と、1日も早い復興をお祈りします。

今年の元旦に起きた、この最大震度7の大きな地震発生時、私は三鷹の自宅で休暇中でした。看護師として有償ボランティア訪問看護キャンパス(以下「キャンパス」)に在籍しており、直後よりメールリクエストに安否確認がひっきりなしに流れていました。

阪神淡路大震災・東日本大震災の時は看護師として働いていたため、現地へ行き支援したいと思いつつできなかったのですが、今回は、退職を決めていたので、退職届が受理されたら現地に支援に入ろうと思っていました。

石川県輪島でキャンパス活動をしている仲間が仕事場所の福祉事務所を福祉避難所に切り替えて、多くの被災した住民を受け入れている、その支援が必要であることをキャンパスで知り、1月20日から27日まで看護師のボランティアとして現地に赴きました。

福祉避難所とは、高齢者や障がいのある方など大規模避難所では滞在が困難な方を受け入れる避難所の事で、私が行った20日には約40名の避難者の方々がおられました。



仲間の看護師が中心となり、医師、看護師、介護や他職種それぞれの団体が協働で支援に入っていました。

この福祉避難所では、「ここは施設でも病棟でもなく生活の場である」という事を大事にしており、ボランティアには最初に徹底事項として告げられていました。

現地入り初日にわたしが感じたのは感染症が広がっているのではないかとという事です。住人の多くが咳込んでいました。仲間のボランティアとミーティングをして、決まり事としての検温ではなく、生活に割り込まない形で身体の状態をチェックしようということになりました。すると、複数の方が発熱しており、医師の了承を得てウイルスチェックをしたところ、インフルエンザや新型コロナウイルス陽性者が数名いる事がわかり、数少ない個室を隔離部屋として運用しました。水が出ないため、衛生管理が充分ではなく普段から

地域を住人に感じさせないことです。私たちは笑顔をやさしく、一緒に生活する雰囲気を作る努力をして支援しました。



※田中こずえさんは、コミセン事務局の田中さんの奥様です。貴重な体験のお話でしたので、今回寄稿いただきました。

瞳

三鷹市西部地区住民協議会
 副会長 石川英浩
 「スポーツ・ハラスメント」

私は、2007年に日本体育協会(現JSPPO)公認スポーツ指導者「クラブマネジャー」の資格を取得し、その更新研修会に先日参加してきました。テーマは「スポーツ・ハラスメント」(スポハラ)です。スポーツ現場において暴力や暴言、ハラスメント、差別など「安全・安心にスポーツを楽しむことを害するような行為」はスポハラと定義されています。

私は小学生からサッカーを始め、高校生の時には東京都でベスト4になった強豪校にいました。練習環境はスポハラのオンパレードでしたが(笑)、高校卒業から50年近くが経ちスポーツ界も大きく変革しています。

スポハラを容認しているスポーツ指導者が多いイメージを持つ人が多いかも知れませんが、公認指導者は研修会等にて勉強しているため、スポハラ根絶の意識が高くあります。近年は教えている子どもたち、またその近くにいる保護者の側からスポハラが増加している傾向にあるそうです。そうしたことから指導者だけが学ぶのではなく、お子さん(プレーヤー)の身近にいる保護者の方も一緒に学び、スポハラを無くす取り組みが重要かつ大切であると思います。

スポーツを行う目的は楽しむことです。保護者の方々が本当に自分の子どもたちに楽しくプレーして欲しいという思いでいれば、スポハラも無くなるのではないのでしょうか? 研修会の最後に講師の先生が「今年はスポハラの保護者向けセミナーを開催しましょう」の言葉に大きくうなずいている自分がありました。

住協ニュース

○2月28日午後1時30分から三鷹市公会堂さんさん館K-2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事

コミセンだより

2月14日、役員会・運営委員会が開かれましたので報告します。令和6年1月のCC利用者

5,486人

冒頭に三鷹市コミュニティ創生課より「コミュニティ創生基本方針の策定について」の報告があり、コミュニティ・センターのサロン機能や相談機能の強化、利便性向上のため各コミセンの利用方法の平準化等の説明がありました。

報告事項

○3月15日にコミュニティ研究会を開催し戸田市笹目コミュニティ・センターを視察する。参加希望委員は3月4日までに事務局に申し込みを。

○2月21日に二中児童生徒健全育成連絡協議会を開催。

○2月25日に「井口グラウンド整備プラン」に関するオープンハウスを会議室にて開催する。

部会報告

総務部会——2月5日部会。コミュニティ研究会の決定、総会議案を承認し役員会に上程。

厚生部会——2月14日部会。2月の栄養料理教室、3月の花壇整備の予定を確認。

体育部会——2月9日部会。市民駅伝の応援担当を決定、次年度の年間行事予定を検討。

広報部会——2月10日部会。3月号の紙面割を検討した。

文化部会——2月3日部会。コミュニティまつりの内容や役割分担等を協議した。

項及び行政報告・事務連絡のあと各住協のデジタル環境の調整/整備等(各住協のHPリニューアル)及びインボイス対応について協議を行った。

防災部会——2月6日部会。3月1日からの火災予防週間について検討。コミュニティまつりの出展の内容を協議した。

町会だより

各町会とも次年度の総会や役員改選、事業計画について検討中。野崎町会は2月17日に町会の防災訓練を実施、深大寺町会の盆踊りは7月26日・27日に決定。

住協派遣委員報告

○市民協働ネットワーク：頑張る地域応援プロジェクト発表会で井口協和会が報告を行った。

○緑化推進委員：次年度6月8日に花のまち交流会、10月5日にガーデニングフェスタ開催を決定した。

協議事項

①3月定期総会について 令和6年度事業計画・予算概要を確認、総会の役割分担を決定。②自主グループ登録更新について 令和6・7年度の自主グループ登録について、事務局にて申請書を配布する。申請は3月末まで。

③三鷹市社会福祉協議会部会員について 荻野会長を推薦する。以上承認された。

役員会終了後、コミュニティまつり実行委員会を開催。予算案を協議し、催しや模擬店等の内容、スケジュール、部会ごとの内容・役割分担を確認した。次回の役員会は3月13日(水)18時30分からです。

10日は3月定期総会

3月10日(日)は午前9時から西部地区住民協議会・3月定期総会が開かれます。この総会は令和6年度の活動方針と予算を審議します。議案と予算案を掲載しますので、ご意見、ご要望のある方は8日までに事務局へご連絡ください。

第1号議案書

令和6年度事業計画(案)

三鷹市西部地区住民協議会が昭和53年11月に発足して46年、コミュニティ・センターが開館して45年を迎えました。「ふれあいと連携」を大切に、地域に根ざした持続可能なコミュニティ活動を進めるとともに、地域の多くの皆さんが参加いただけるよう、防災、地域福祉、環境問題、教育などSDGsの理念も踏まえて幅広く取り組んでいきます。

住協活動を通して地域コミュニティをさらに進めていくため、住協各部会の皆さんとともに、「コミュニティまつり」「コミュニティ運動会」など住民同士の絆を深めるための全体事業の他、様々な部会事業に取り組みしていきます。また、地域ケアネットワークや自主防災組織等と連携して子どもからお年寄りまで安全で安心して暮らせる地域社会の創生と時代に即した共助の取り組みを行っていきます。

これからも、地域の皆さんとコミュニティの在り方や今後の方向性について、意見・情報交換の機会を設け実行していきます。

コミュニティ・センターの管理運営については、「皆さんに親しまれ使いやすいセンター」を目指していきます。

①総務部会

住民協議会運営の基本方針等について、各部会と連絡調整を図りながら検討し、役員会・運営委員会に提案していきます。また、委員や地域の皆さんの知識や教養を高めるため「コミュニティ研究会」や「雑学大学」を開催するとともに関係団体等との連携事業を推進します。さらに、未来の地域活動を担う子どもたちの安全と健康のため、「二中地区児童生徒健全育成

連絡協議会」を開催し、地域ができる子どもの見守りなどについて様々な意見交換を行い、スクールコミュニティの推進に向けて地域と学校のつながりを深めていきます。

②厚生部会

「地域コミュニティ」の最先端に立ち、自然研修会・施設見学会・井口ウォーキング会・お食事会・演芸会等を実施し、地域住民の親睦融和に努めます。地元農家、シルバー人材センターの協力による野菜即売、包丁研ぎを行います。また花いっぱい緑化推進運動、リサイクルによるゴミ減量など環境問題にとり組んでいきます。栄養料理教室、みたか健康づくりセミナーなど、人生百年時代にそなえ、健康増進活動を市と連携して実施します。

③体育部会

健康で生きがいのある豊かな生活が送れるよう、基礎体力を作り友愛を深めるスポーツの実践に努めます。また、夏季のプール開場、各種スポーツ大会を実施して、子どもから高齢者までが明るく元気でスポーツが行える環境を作ります。さらに、にしみたか学園第二小学校・井口小学校の校庭開放により、スポーツ活動を通して地域住民の連携やふれあいを深めていきます。

④広報部会

住民協議会各部会の活動や、コミュニティ・センターのお知らせを案内するとともに、地域のニュースから社会の話題も掲載していきます。子どもは地域で育てるとの視点から、コミュニティ・スクールのニュースを毎月紹介します。その他、西部地域包括支援センターや警察、消防など関係各所

⑤文化部会

地域文化の発展と向上のために様々な事業を計画し実施していきます。幼児、児童に対する事業として親子の「お話し会」等を開催するとともに、地域住民の方たちのために各種講演会や講習会を開催し、地域文化の創造と生涯学習の発展のための自主グループの育成を行います。さらに、各種機関と協働して児童及び青少年の健全な育成を地域で支え、創造と感受性豊かな「顔の見える地域づくり」を目指していきます。施設の充実を図るため図書室の整備を行い、蔵書の拡充と内容の充実に努めていきます。

⑥防災部会

「自分たちの町は自分たちで守る」の旗を掲げて、災害時には速やかに地域に貢献できるように取り組んでいきます。災害が発生したときは、最初に「自分の身は自分で守る」(自助)次に「地域をみんなで守る」(共助)が必要で、そのために、今年度は総合防災訓練のメイン会場としての実施や、実践を学ぶための研修会への参加、幅広く知識の習得と技術の向上を目指す講習会を開催していきます。また、資機材の充実及び啓発活動を進めながら、他団体との連携も深め更なる共助の体制強化を進めていきます。

と協力して、地域の安心・安全のための情報を提供していきます。住区の皆さんからの投稿も募り、「地域のコミュニティ紙」としてのコミュニティにしみたかを製作していきます。

また、ホームページやSNSにイベントやコミュニティ・センターのお知らせなどを告知し、なるべく多くの人に情報が届く工夫を行っていきます。

⑦文化部会


地域文化の発展と向上のために様々な事業を計画し実施していきます。幼児、児童に対する事業として親子の「お話し会」等を開催するとともに、地域住民の方たちのために各種講演会や講習会を開催し、地域文化の創造と生涯学習の発展のための自主グループの育成を行います。さらに、各種機関と協働して児童及び青少年の健全な育成を地域で支え、創造と感受性豊かな「顔の見える地域づくり」を目指していきます。施設の充実を図るため図書室の整備を行い、蔵書の拡充と内容の充実に努めていきます。

⑧防災部会

「自分たちの町は自分たちで守る」の旗を掲げて、災害時には速やかに地域に貢献できるように取り組んでいきます。災害が発生したときは、最初に「自分の身は自分で守る」(自助)次に「地域をみんなで守る」(共助)が必要で、そのために、今年度は総合防災訓練のメイン会場としての実施や、実践を学ぶための研修会への参加、幅広く知識の習得と技術の向上を目指す講習会を開催していきます。また、資機材の充実及び啓発活動を進めながら、他団体との連携も深め更なる共助の体制強化を進めていきます。

第2号議案 令和6年度 三鷹市西部地区住民協議会予算(案)	
収入	
1 市支出金	89,910,000
2 事業収益金	151,000
3 寄付金	1,000
4 繰越金	3,295,000
5 活動基金繰入金	200,000
6 諸収入	1,350,000
合計	94,907,000
支出	
1 指定管理料	44,444,000
2 施設運営費	39,703,000
3 活動費	9,620,000
4 地域情報化推進事業	508,000
5 活動基金積立金	500,000
6 NPO 法人会員年会費	32,000
7 予備費	100,000
合計	94,907,000

学生服・ユニフォーム
イシカワ衣料株式会社
#02-10-42 ☎ 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)

印刷・出版などご相談に応じます
栄企画
印刷 (有) 栄企画
T.39-4844 F.34-0167



交通だより

○自転車利用中の交通死亡事故が多発発生しています。

都内では、令和5年中、自転車利用中に交通事故で亡くなった方が32名いました。年代別でみると、70歳代の方が一番多く全体の約34%、次に50歳代の方が約19%となつています。また、死亡事故の内、自転車利用者側の約78%に法令違反がありました。さらに、自転車の死亡事故の致命傷となつたケガの損傷部位別でみると、「頭部」が約6割となつています。ヘルメットを着用していたら、助かった命があります。ヘルメット着用を大切にすることが、交通事故の後では遅過ぎるのです。

○自転車に乗る時の7つのポイント

交通事故を起こさない、遭わない、大きなケガをしないために特に注意していただきたいものを取り上げました。
①自転車は車道の左側通行が原則です。(歩道を通行できる場合は、歩行者の妨げになつてはいけません。ゆっくり走りましょう)
②一時停止のある所では、自転車も止まらなければなりません。
③交差点以外の信号でも、赤信号では止まらなければなりません。

④雨の日の傘さし運転はダメです。携帯電話を使用しながらの運転はダメです。

⑤ヘルメットを着用しましょう。自転車は手軽な乗り物ですが、車やバイクと同じように交通ルールを守らなければなりません。

⑥夜は必ずライトをつけましょう。

⑦ヘルメットを着用しましょう。

地区	死傷者数 (人)			死傷者数 (件)		
	死亡	重傷	軽傷	総件数	高齢者	自転車
市内	0	0	13	13	5	7
井口	0	0	1	1	1	1
深大寺	0	0	1	0	0	1
野崎	0	0	0	0	0	0

(令和6年1月1日~1月31日三鷹警察署資料より手集計)

※2月号の文中にて「三鷹市内で3名の小学生」と記載しましたが、「東京都内」の間違いでした。お詫びして訂正いたします。

包括支援センター広場

「介護者家族会のご案内」

「知りたい！聞きたい！」

在宅介護や入所施設のこと
三鷹市高齢者センター「けやき苑」で、介護者家族の交流会を行います。内容は、次の①~③です。

①認知症の奥さまを介護されている、木部さん(三鷹市在住)による介護経験談

②お泊り付きデイ・グループホーム(認知症の方の入所施設)の職員さんによる施設紹介

③交流会(グループでの意見交換会)

を予定しております。認知症介護について、日ごろ感じていることや、他の介護者様はどのようなサービスを利用しているのかなど、交流会を通して気軽に意見交換ができる会です。自宅で介護をしている方、認知症に関して話を聞いてみたい方など、どなたでも参加できますので、お気軽にお申し込みください。

日時 3月23日(土) 13時半~15時半
参加費 無料
場所 三鷹市高齢者センター「けやき苑」
三鷹市深大寺2-29-13
西部包括へお電話ください。0422-34-6536

申込 三鷹市深大寺2-29-13
西部包括へお電話ください。0422-34-6536

言葉の履歴書

鴨南蛮

「鴨が葱を背負つてくる」は、鴨肉と同時に葱も手に入ることから、ひどくうまい話のたとえ。相手がこちらに都合のよいものまで一緒に持つてきてくれたときなどに用います。葱が付いたものの鴨鍋は、脂ののつた寒い時期が特に美味。「鴨南蛮」は鴨の肉と葱を入れて煮たうどんやそばで、略して「かもなん」と呼んでいます。

図書室だより

雑誌コーナーの紹介

図書室には、毎月の新着雑誌をそろえた雑誌コーナーがあります。女性誌や男性誌、趣味など、さまざまなジャンルの雑誌を取りそろえていますので、ぜひご利用ください。雑誌は最新号を除き、貸出いたします。隔月発売の雑誌

まちかど掲示板

3月4日から12日まで野崎公会堂は、1階のトイレ等の改修工事のため、休館いたします。ご不便をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いいたします。

ファイアーニュース

鳴りますか？ 住宅用火災警報器

《適正に設置しましょう！》

3月1日から7日までは、春の火災予防運動です。住宅用火災警報器は火災予防条例により、居間やリビング、子ども部屋、寝室など全ての居室と階段、台所の天井または壁への設置が義務付けられています。

※共同住宅等で自動火災報知設備が設置されている建物は住宅用火災警報器の設置義務はありません。

《定期的な点検を》

設置した住宅用火災警報器は定期的に点検をしましょう。点検は、本体のボタンを押すか、付属のひもを引いて行います。正常な場合は、正常であることを知らせる音声や警報音が鳴ります。一般的に、点検の際の警報音等は自動で止まります。



《本体交換は「設置から10年」が目安です》

古くなると電子部品の劣化や電池切れなどにより火災を感知しなくなるおそれがあります。設置から10年を目安に本体の交換をしましょう。



各地で火災による使用者が増えていきます。火事から命を守るには、火事を起こさないことです。火災予防を徹底しましょう。

大沢出張所管内	令和6年1月14日~2月12日
火災件数	1件
救急出場件数	256件

西の森俳句

巢立鳥空を無尽に飛び立ちぬ
鶯の初音軽やか聴こえきて
三矢 恵啓

対岸と手話の語らひ春の川
憂きことはしばし忘れて野に遊ぶ
小嶋 清子

学童の声高らかに春の朝
蒿餅の色さわやかな雛の宴
森田 義一

緑映え木の芽田菜母の味
連知忌や稚児の引く手に雨ボツリ



肉に葱や唐辛子を加えて煮た「南蛮煮」のこと。肉や野菜を油でいためて煮た料理を指す地方もあります。「南蛮」は古く中国で南方諸国を指した呼び名。わが国では室町時代末期から江戸時代にジャワ、ルソンなど南方諸島を経由して渡来した西洋人や舶来品のことです。異風・珍奇なものには「南蛮」の名が付きました。もつとも「鴨南蛮」は、肉や野菜をぶつ切りの葱と煮た薄味の関西料理「難波煮」からとする説もあります。語源に異論はあつても、味さえよければ文句は出ないでしょう。

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

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)

子ども会に入りませんか？

小学1年生から6年生の児童大募集！



新入生歓迎会・クリスマス会・地域の祭など、季節ごとに楽しいイベント開催中！

地域のお友だちと、子ども会ならではの体験・経験をしませんか？

〈対象〉

◎深大寺北子ども会

深大寺1～3丁目、井口3丁目にお住まいの児童（井口小学校通学区域）

◎深大寺南子ども会

第二小学校通学区域にお住まいの児童

※上記の住所にお住まいの方は、他の小学校に通っている方もお気軽にお問い合わせください。

随時入会受付中！
お気軽にご連絡ください。



コミュニティ・スクールだより

縁とつながりを大切に

CS委員会 コミュニケーション推進部 橋本 正洋

こんにちは。CS委員をさせていただいておられます橋本と申します。今年度、コミュニティ推進部の中でバトンリレー形式で原稿を書いてきましたが、いよいよ私の番が回ってきました。つたない文章になってしまいかもかもしれませんが最後までお付き合いいただければありがたいです。どうぞよろしくお願いたします。

先に書かれた原稿を改めて見返してみますと、小さなころからの経験や今の活動につながった経緯などを含めて自分のことを紹介しているの、私もその辺を触れながらいきたいと思えます。私は三鷹市の井の頭にて成人するまで住んでいました。小学校の頃は帰ったら約束していた友人の家に行つて周辺の公園や広場で遊んでいたのを思い出します。今とは違い、軽にボール遊びもできましたし、野球をして遊ぶなんてあたりまえのことでした。吉祥寺も庭のように行くのが当たり前になっていました。今のキラリナ場所にはビルごとゲームセンターがあり、ドラゴンクエスト3の発売日には今はなきキムラヤに友人と徹夜で並んで、夜中にはあのアーケード街

を鬼ごっこして遊んだ記憶が蘇ってきます。当時「うちの子にかぎって」というドラマの撮影が井の頭公園でも行われていて田村正和を見たり…とにかくものすごく遊んだし、時折あつた非日常な体験がワクワクやドキドキの経験として大きく残っています。

時は過ぎて結婚もして少し経つて野崎に越してきて、上の2人は二小から二中を卒業していきました。そして井口小学区に居を移して、3人目が井口小へと進学、そして二中へとという形になりました。学園と関わることになっていきます。最初はおやじの会への参加がきっかけでした。そこからPTA、地域の幼稚園やイベントでのお手伝い、そんな活動を続けていくとどんどん縁が広がっていくのですよ。三鷹市アドベンチャーだっしゅ村という事業にも参加して、他の小学校のおやじの会のOB仲間もできました。そしてCS委員会にも関わって、周りの刺激を受けながら、こんなにも子供たちのために熱くなれる人たちがいる地域に環境に感謝を覚えずにはいられません。この縁を大事にして、先につながっていく、続けていける活動にするために、自分が可能な限りの範囲でつながりを大事に活動を続けていきたいと考えております。これからもどうぞよろしくお願いたします。

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 3月13日(水) 役員会18:30～

※費用の必要なお申込みは、平日18:30、日曜日16:45迄に窓口までお越しください。
※行事で撮影した写真は広報にしみたかや井口コミュニティ・センターHPに掲載する場合があります。

行事名	日時	内容・対象・募集人員・費用・申込方法など
地域福祉コーディネーター相談サロン	12日(火) 10:00～11:30	ご自身や家族の介護、子育て、生活費、ひきこもりのことなど、年齢や対象を問わず、生活の中での困りごとについて相談をお伺いします。／西部地区にお住まいの方／事前申込は不要、直接会場へ／相談が重なった場合は時間をずらして再度お越しいただく場合があります。／1階クラブ室／三鷹市社会福祉協議会
井口こどものつどい 大人も子ども★みんなで遊ぼう！	17日(日) 10:30～11:30	3月の企画は「春の折り紙 作田さんが楽しい折り紙を教えてください。みんなですてきな作品を折ってみよう！」です。対象：小学生以下／参加費無料／お申し込みは西多世代交流センター (☎ 0422-31-6039)／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
歌声広場	22日(金) 13:00～15:00	楽しく歌って明るく健康に！軽いストレッチをしてから皆さんの知っている懐かしい曲を歌います。 歌集貸出し有り／市民／無料／直接おいでください／視聴覚室／文化部会
地球をぐるっとウォーキング	24日(日) 9:00～11:00	令和5年度「地球をぐるっとウォーキング」お子さんからご年配の方まで。当日はラジオ体操を行ってから出発！地域の公園や神社をゆっくり巡ります。市民／3月15日(金)まで／先着30名／参加費無料／飲み物持参・歩きやすい服装と靴／詳しくはケアネット・にしみたか事務局地域ケア推進室 (0422-29-9235) まで／地域ケアネットワーク・にしみたか
よってらっしゃいにしみたか	25日(月) 13:30～14:30	3月の企画は「防災に関するお話」(Mitaka みんなの防災さん)です。 市民／事前申込は不要／先着40名／参加費無料／飲み物持参／詳しくはケアネット・にしみたか事務局地域ケア推進室 (0422-29-9235) まで／2階会議室／地域ケアネットワーク・にしみたか
井口栄養料理教室特別講座	25日(月) 10:30～12:00	女性のための食事のエッセンス・健康とキレイを保つ食事の講話・試食付き・対象40～50代女性 市民／16名／無料／事前に事務局窓口へ直接またはお電話で／会議室および料理講習室／奈良理香子先生／健康づくり推進委員会
第141回井口ウォーキング会	28日(木) 9:30～13:00頃	春の多摩湖お花見周回コース 桜や紅葉の名所として都民に親しまれる多摩湖をぐるっと周ります。 雨天中止／武蔵境駅南口JR入口前9時30分集合出発／市民／交通費・昼食代・入場料等自己負担／自由参加／健康づくり推進委員会
ラジオ体操会 3・17・24・31日(日)	9:00～9:15	
あそびとおしゃべりの会 13日(水)	10:30～12:00	
包丁研ぎ 13日(水)	10:00～11:30	*セラミック包丁は研げません。 1本400円／実費／玄関前／厚生部会
野菜即売 お休み中		

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

家族葬専門葬儀社
のもと祭典
家族葬はおまかせください
☎ 0422-57-7876
(24時間365日受付)
三鷹本社：三鷹市下連雀7-6-29-103
大沢支店：三鷹市大沢4-10-11-102

のもと祭典 検索

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

31-9595
出前専用電話
http://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