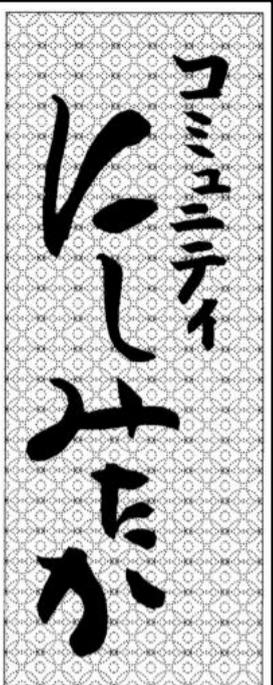




運動会みんなで楽しみました！

10月19日(日)小雨の降る中でしたが、計 671人の参加者・スタッフで楽しいひと時を過ごしました。ご来場いただいた方、ありがとうございました。スタッフのみなさんもお疲れさまでした！



発行
三鷹市西部地区住民協議会
企画・編集
住民協議会総務部会
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

ホームページには
詳細な情報を掲載
しています。
ぜひご覧ください。



<https://www.mitaka-cc.jp/iguchi>
Email: iguchi-cc@mitaka-cc.jp

井口コミュニティ・センター
開館日・開館時間
平日 10時～21時
日曜 10時～17時
※木曜・祝日は休館日
※振替休日は17時まで開館

▼▼ 井口コミュニティ・センター長期休館のご案内 ▼▼

井口コミセン各施設は、空調及び受変電設備等改修工事を行うため、以下の期間休館となります。ご不便をおかけしますが、ご理解をよろしくお願いいたします。

【コミセン本館各施設】 令和7年11月13日(木)～令和8年3月13日(金)

- ※ 貸出施設以外の、図書室・娯楽室・お風呂もすべて対象となります。事務局は営業しています。
- ※ 喫茶「遊」は11月9日(日)から休業します。
- ※ 図書の貸出・返却については、2面「図書室だより」をご覧ください。

【テニスコート】 令和7年12月24日(水)～令和8年3月13日(金) ※体育館へは正面玄関

【体育館】 令和7年12月29日(月)～令和8年3月13日(金) からお入りください。

● 長期休館中の行事開催場所・活動可能施設 ●

- ・野崎地区公会堂 野崎2丁目4番29号
 - ・井口地区公会堂 井口1丁目9番32号
 - ・井口西地区公会堂 井口4丁目7番13号
 - ・深大寺地区公会堂 深大寺1丁目15番27号
 - ・東野地区公会堂 深大寺2丁目9番8号
 - ・西多世代交流センター 深大寺2丁目3番5号 TEL0422-31-6039
- ※各施設の場所がわからない場合は、井口コミセンにお問合せください。
※地区公会堂の申込方法はそれぞれ場所・方法が異なります。三鷹市コミュニティ創生課(0422-29-9611)までお問合せください。

11月の休館日
3日(月) 文化の日
6日(木)・13日(木)
20日(木)・27日(木)
23日(日) 勤労感謝の日

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
地域の連帯と
防災の拠点として

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(2～4丁目)の各地域に、無料で全戸配布しています。
再生紙を利用しています

瞳

三鷹市西部地区住民協議会
防災部会長 大山浩孝

「語り継ぐ」

今年、昭和100年、戦後80年の節目の年となります。今回は、個人の語り継いで来た話をお伝えしたいと思います。

父方の祖母は、群馬県榛名山の麓で生まれ育ちました。ちょうど関東平野が、見渡す事の出来る所です。祖母が8才の時に関東大震災が発生しました。3日間、夜になると東京方面の空が赤く染まり、大変な事が起きていると思っていたそうです。祖父は、三鷹に来た時、家の近所を散歩に行くと、戦時中に富士重工で働いていた事を話してくれました。当時とは変わった風景を眺めて、昔の記憶を思い出していたみたいです。

母方の叔父は、南方の島で戦病死しています。戦地から母達兄妹の事を案ずる細かい字でびっしり書かれていた手紙が、印象に残っています。また、修学旅行で、広島を訪ねた際に原爆ドームの前で、被爆者の方から聞いた話は、今でも脳裏に残っています。

災害に対しても同様です。私も含め多くの方が経験した、東日本大震災発生時の記憶は、一人一人に残っていると思います。大津波の恐怖を目の当たりにし、14年の年月が経ち知らない世代も増えて来ていますが、先日のカムチャッカ半島沖地震の際、津波に対し迅速な避難が行われ、危機意識の高さが伺えました。語り継いで来たからこそその行動だと思えます。地震はいつ起こるかわかりませんが、普段から備える事はできません。少しでも不安を取り除きましょう。「備えあれば憂い無し」昔からの言い伝え。



7住協ニュース

○10月8日事務局長連絡会が開催された。また、10月17日住協の在り方検討会が開催され、会長が参加した。両会議において、事務局機能法人化の準備として、統一の業務アプリ導入の進捗状況が報告された。また、コミュニティ・センターの開館時間や夜間勤務シフトについて、意見交換が行われた。

コミセンだより

○令和7年9月の利用状況
CC利用者 5,944人
部屋利用率平均 30.6%

西部住協だより

*10月役員会報告

●【報告事項】
○9月27日に住協の会計役員、監査役員による会計監査を実施。令和7年度前期の予算が適切に執行・会計処理されていることを確認した。
●避難所立ち上げ研修について、12月15日(月)18時30分～20時30分井口小学校体育館で実施することが決定した。

【役員会協議事項】

●三鷹市A1デマンド交通運営部会に任協から派遣推薦する委員を決定した。

【運営委員会協議事項】

●年末年始休館日前後2日間の閉館時間について、これまで17時閉館で運用してきたが、通常の閉館規定どおり21時(日曜日は17時)閉館とする。これは、全コミュニティ・センターで一斉に適用する。
以上、異議なく承認された。

*11月役員会

11月12日(水) 18時30分

図書室だより

9月の利用状況計1,000人
◆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(返却は可能)。

◆新着本◆(予定・一部抜粋)

理系脳をつくる 食べられる実験図鑑 中村 陽子

春立つ風 あさのあつこ

ああうれしい 畠中 恵

僕には鳥の言葉がわかる 鈴木 俊貴

檻の中のライオン 椋 大樹

任侠学園 今野 敏

ポンコツ一家 にしおかすみこ

体の声を聞くことで生理が楽になる 安部 雅道

オランダ人のシンブルですごい子育て リナ・マエ・アコ

自分で考えて動く力がつく最高の育て方事典 小泉 敏男

老けない人は何を食べているのか 森 由香子

墳墓記 高村 薫

新たな明日 助太刀稼業(三) 佐伯 泰英

新 本所おけら長屋(三) 畠山 健二

三河雑兵心得16関ヶ原仁義(中) 井原 忠政

【長期休館に伴うお知らせ】

11月12日までは、通常どおり図書の出借を行います。
返却については、12月28日まで返却ボックスを玄関前に配置する予定です(木・祝以外)。工事の状況によっては変更もあり得ますので、詳しくはHPにてお知らせいたします。

二中の防災授業—避難所運営を体験してみたよ!

中学生になったら「共助」の一員。いざというとき地域を支えるために



仮設トイレの組み立て



日赤奉仕団の皆さんの指導で三角巾包帯法を学ぶ



車イスの介助体験は西部地域包括センターのスタッフが担当

9月に第二中学校で、避難所の開設や運営について学ぶ防災の授業がありました。指導はNPO法人Mitakaみんなの防災。市民や地域の「共助」のチカラ向上を支援し、ネットワークづくりを進める団体です。授業の様子をのぞいてみました。

ピンポン、ピンポンと鳴り響く音とともに、次々とアナウンスされる避難者の到着。「多摩地区に大地震が発生しライフラインが途絶した冬の夜」という想定で始まったのは「避難所運営ゲーム」。避難所を運営するのは8人ほどのチームに分かれた二中の1年生たちです。
読み上げられる避難者情報、そして起こるさまざまな出来事。各チームは模造紙の二中体育館平面図を囲んで、カードに書かれた「持病がある」「車イス使用」「犬を連れてきた」などの事情を考慮して部屋割りを決め、災害対策本部の連絡や到着する物資、苦情などへの対応を考えていきます。
ゲーム時間の約45分の間に、避難所には22世帯が到着し、12件の

出来事が起こりました。「アセった」「両親を亡くした幼児たちが連れて来られたときはどうしようと思った」と話す生徒たち。この日9月22日の防災授業では、ほかに校内設備の見学、避難者用パーテーションの組み立ても行いました。
また、26日に行われた2年生の防災授業では仮設トイレを組み立て、災害時のトイレ問題や要配慮者への対応などを学びました。想定外の事態にも考え話し合っ



「わー!どうしよう!」次々と起こる出来事に、避難所になる二中体育館の平面図を囲んで各チーム真剣な話し合い



新たに導入された避難所用パーテーションを組み立ててみる



応急給水栓を確認



防災倉庫の中身もチェック

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
西三鷹支店 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

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

やってよかった **公文式**
KUMON 深大寺教室
算数・数学・英語・国語・幼児教室
3歳から大人まで、丁寧な指導を心がけております。指導: 岩下潮美

深大寺1-7-2
三鷹二中心口交差点北入る
☎ **090-6143-8043**
0422-32-4030



交通だより

○反射材と明るい色の目立つ服装で交通事故を防止しましょう

過去5年間で、午後4時から午後6時の時間帯に歩行者の交通事故が多く発生しています。

夕暮れ時や夜間は車両から見やすい服装と反射材を活用して、交通事故防止に努めてください。

○自転車利用者の方へ

市内では自転車の交通違反が原因となる事故や、バランスを崩して転倒し、けがをする事故が多く発生しています。

特に事故の多い交差点や横断歩道の手前では、一旦停止し、車両や歩行者がいないことを自らの目で確認してから進みましょう。

来年4月からは、自転車の違反行為も反則金の対象となります。

改めて交通规则を見直して、安全な運転を心がけましょう。

ファイヤーニュース



大切な思い出と未来を守るために

目で確認 声出し確認 火の用心

東京消防庁 Tokyo Fire Department

地区	人身	自転車	高齢者	死亡	重傷	軽傷
市内	29件	19件	12件	0人	0人	31人
井口	2件	0件	1件	0人	0人	2人
深大寺	0件	0件	0件	0人	0人	0人
野崎	2件	0件	1件	0人	0人	4人

三鷹警察署資料より抜粋 ※高齢者と自転車は重複あり



防犯だより

全国地域安全運動期間中の各種イベントには、大勢の方のご参加をいただき大変ありがとうございます。

防犯のネットワークが一層強化され一人でも多くの皆様に広まることを願っております。

さて、今回は最近増えている特殊詐欺の最新となる郵便局員を名乗る手口をご紹介します。

これまで、電話会社を騙る手口や役所、警察官を名乗る手口をご紹介してきましたが、今度は郵便局も使われるようになりました。

これまで同様、突然知らない番号から電話がかかってくる場合があります。知らない番号には出ない、留守番電話で一度確認するといった対策をとっていただいておりますが、郵便局からとなると身近な分『何だろう?』と思わず電話に出てしまいがちです。

特殊詐欺の犯人はそこが狙いなのですが、まずは音声ガイダンスが流れてきて、

▽株式会社日本郵便です。確認し

たいことがあります

▽お客様にお届けする配達物に破損が生じました

▽係員の説明が必要な方は0番を押してください

と、続きます。ここで誘導のつてしまふとニセの係員につながり、配達手続きに必要なことから名前や住所、生年月日を聞き出してきます。

このウソの話に乗ると、銀行口座や預金残高を聞き出され、最後にはお金を騙し取られてしまうのです。

『知らない電話番号には出ない』ということが最大の対策ですが、うっかり電話に出てしまった場合にも、まず落ちついてください。

犯人は何か電話を切らせないようにあれこれ話してきますが「確認して折り返し電話する」と電話を切ってください。「地元の警察に相談します」と自信を持って犯人に告げてください。そして三鷹警察にご相談ください。内容を確認させていただきます。

このたとえ。「仲人の口は枯れ木に花」のように、言葉を飾って人を欺くケースにも用いられます。

言葉の履歴書

枯れ木に花

晩秋から初冬にかけて吹き荒れる冷たい強風は、木を枯らすという意味から「木枯らし」と呼ばれます。葉を吹き落とされた落葉樹は裸木の状態になりますが、櫛や樫などは枯葉をつけたまま越冬します。いずれも枯れ死したわけではなく、「枯木立」つまり「冬木立」なのです。

そうした枯れ木に花が咲くことは考えられません。「枯れ木に花が咲く、略して「枯れ木に花」といえば、衰えていたものが再び栄えるときに使われることわざですが、本来はあり得ないことが実現する



「枯れ木も山の賑わい」は、枯れ木でも山に趣を添えることから、つまらぬものでもないよりはましという意味のことわざ。

会合に人を誘うとき「枯れ木も山の賑わい」ですから、ぜひ出席してください」と言って、「失礼だ」としかられた人がいました。

「枯れ木に花」という表現も、失礼にならないように気をつけて使いまししょう。

包括支援センター広場

◆介護予防講座

☆近所散歩☆

健康に良いと言われるウォーキング。取り組まれている方も多いのではないでしょうか。

井口3丁目にあるフィットネス&スパアレア三鷹店のインストラクターが、ウォーキングのレッスンを指導してくれます。正しい歩き方や呼吸法を知り、より効果的な歩き方を身につけましょう。

【日時】12月19日(金) 10時から11時30分 (雨天時は室内で実施)

【場所】レアラエア三鷹店 (三鷹市井口3-16-4)

【対象者】60歳以上の方で、1km程度を続けて歩ける方

【持ち物】歩きやすい服装・運動靴 着用・飲み物

【参加費】無料

【申込】11月4日(火)受付開始。みたかボランティアセンターへお電話または左記の二次元コードから。

【お問合わせ】みたかボランティアセンター TEL 0422-176-1127



セサミストリートの愉快な仲間たちと楽しい英語のレッスンを始めましょう!

東進こども英語塾 SESAME STREET ENGLISH

★新年度生徒募集中
★体験レッスン受付中

お気軽にお問合せ下さい!

三鷹井口教室
三鷹市井口3丁目
080-9284-2888

enjoy.sesameenglish.mitaka@gmail.com
Sesame Street English® and associated characters are owned and licensed by Sesame Workshop. © 2025 Sesame Workshop

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

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)

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



コミュニティ・スクールだより

コミュニティ・スクール委員会
コミュニケーション推進部

連 利 史

夏が終わってしまいました。「毎日暑いと早く終わってほしい」と思いますが、いざ終わってしまふと寂しくなります。我が家の今年の夏の思い出をいくつか紹介させていただきます。

①コミセンプール
今年も行ってきました！コミセンプール。

「でかい浮き輪があるといいよね」と、息子らにお小遣いを渡したら、武蔵境のイトーヨーカドーでマグロの浮き輪を買ってきました。大人だったら買わないかな(笑)



▼写真はコミセンの入口前で撮った写真です。2人は家からコミセンまでマグロを担いで、どや顔で歩きました。

②ひまわり

我が家から井口コミセンに至る道程にひまわりがたくさん咲いていました。毎年ひまわりが咲いていたか？自分の記憶が定かではないのですが、今年はこのひまわりがとても印象的でした。



▶カメラのセンスはお許しください。

③レコード会

井口コミセンの珈琲「遊」では、楽しくご飯を食べられるだけでなく、ウクレレの演奏会や映画鑑賞会など、憩いの場として様々な楽しい企画が催されています。

僕も、ひよんなことから「みんなでレコードを聴こう！」という会を開催することになりました。

井口の大人や子どもが集まって、一緒に楽しい時間を過ごす事が出来ました。また開催したいと思います。



▼レコード会のチラシです。レコードの針を落とす瞬間のイラストです。

今年も楽しく夏を過ごせました。

これからも無理なく楽しく地域活動に関わっていききたいと思っております。

にしみたか地域掲示板



- イベント・催し物を探したい、何かに参加をしたい方
- イベント・催し物を案内したい、メンバー・会員を募集したいグループ・団体の方

HP内にある「にしみたか地域掲示板」をぜひご覧ください
投稿もお待ちしています

今月の行事ご案内 井口コミュニティ・センターへようこそ TEL.32-7141

※費用の必要な申込は平日18:30まで、日曜日16:45までに窓口へ
※行事で撮影した写真は、本広報紙及び井口コミセンホームページに掲載する場合があります。

行事名	日時	概要	対象・募集人員・費用・申込など	場所・主催
ラジオ体操会	2・9・16・30(日) 9:00~9:15	CDラジカセに合わせてラジオ体操第1と第2を続けて行きます。親子でのご参加もお待ちしております。	どなたでも無料で参加できます。 ※雨天中止	コミセン裏の広場
井口子どものつどい 大人も子どもも★ みんなで遊ぼう!	2日(日) 10:30~11:30	11月の企画は「楽しくお食事会」です。 (公財) こどもオポチュニティークラブから助成	子ども無料、大人500円/先着20名(子ども優先)/漫画やゲームの持ち込みも可/みんな、来てね!	コミセン2階会議室 地域ケアネットワーク・にしみたかか西多世代交流センターの共催
地域福祉 コーディネーター 相談サロン	14日(金) 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。LINEでのご相談も受付中。	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	※西多世代交流センター(にしじどうかん)2階/三鷹市社会福祉協議会
よってらっしゃい にしみたか	17日(月) 13:30~15:00	11月の企画は「ラフターヨガ(笑いヨガ)」です。鈴木先生による日常で使える楽しい手話教室もあります。※11月は西多世代交流センター(にしじどうかん)2階で開催となります。	市民/事前申込は不要/先着20名程度/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係(29-9235)まで	※西多世代交流センター(にしじどうかん)2階/地域ケアネットワーク・にしみたか
あそびとおしゃべりの会	18日(火)※ 10:30~12:00	あそびや育児のおしゃべり交流会です。三鷹助産師協会や保育園の保育士・栄養士・看護職が交代で参加し、相談を受けます。※R7年11月~3月の期間は井口CCの工事閉館に伴い、月1回第3火曜日・深大寺地区公会堂へ変更となります。	対象:0~3歳児の親子/無料/直接おいでください	※深大寺地区公会堂 三鷹市子ども家庭支援センターすくすくひろば
包丁研ぎ	19日(水) 10:00~11:30	ご家庭の切れなくなった包丁を研ぎます。諸経費の高騰等により、4月から1本500円になりました。*セラミック包丁は砥げませんのでご注意ください。*11月から東野地区公会堂駐輪場に会場変更。	1本500円/実費	※東野地区公会堂 深大寺2-9-8 厚生部会
歌声広場	20日(木) 13:00~15:00	楽しく歌って明るく健康に!懐かしい歌を皆さんで。 ※11月は会場が西多世代交流センターになります	歌集の貸出し有り/市民/無料/直接おいでください	※西多世代交流センター(にしじどうかん)2階 文化部会
デジタル 相談サロン	25日(火) ①14:00~14:50 ②15:00~15:50	スマートフォン・タブレットの操作やお困りごとなど、ご相談ください。 ※11月は井口CC工事閉館のため東野地区公会堂で開催。ご利用のスマートフォン機器持参。	事前申込制:まちづくり三鷹・電話40-9669またはQRコードにて)各時間帯ごと先着2名/無料	※東野地区公会堂 三鷹市コミュニティ創生課・まちづくり三鷹
子どものための クリスマス会	12月7日(日) 10:30~12:00	クリスマスソングを手話で歌おう♪折り紙や宝さがしゲームなど。体育館で文化部会スタッフがお待ちしております/講師:手話鈴木先生、折り紙小林先生	市民(未就学児~小学校低学年程度)/先着30名/参加費:無料/申し込みは窓口またはお電話で	コミセン体育館 文化部会

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)

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

