



井口コミュニティ・センターは 3月14日(土)から再開館します！

- ・3月13日(金)までは全館休館です。もうしばらくご不便をおかけします。
- ・コミセン事務局は、休館中も営業しています(木・祝を除く)。事務局にご用の場合は、玄関の呼び鈴でお知らせください。
- ・資料を入手したい等の場合も、遠慮なくお呼びください。

※今年のコミュニティまつりは開催中止となります。

照明と空調が新しくなりました。
ロビーをリニューアルしました。
これまでよりも快適になった
井口コミュニティ・センターへのご来館をお待ちしています。

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

3月の休館日
3/1日～3/13日(木)
(窓口休館日:5・12日(木))
19日(木)・26日(木)
20日(金) 春分の日

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



思い出話に花が咲いたり、語り草が生えている。そんな地域って、素敵だと思いませんか？ 誰かの思い出話が、未来の苗床に。そんな確信を胸に、亀さんと熊さんが地域の方の胸をお借りして、体当たりのインタビュー。きつと、読んだ後にはいつもの「にしみたか」が奥行きを持って見えてくるはず。次はあなたのところにお邪魔するかもしれません！



第三回…吉野弘司さん
(野崎町会・会長)

守り立て合って、盛り立て合おう
(亀)…弘司さんは、農協の青壮年部からの野崎地区の地区長、消防団第九分団の部長、二小のPTA会長、果樹組合の会長、農業委員会の委員、そして野崎町会の会長など、歴々の立場を務められていて、僕らとは、にしみたか学園コミュニティ・スクール委員会でもかつてご一緒させて頂いていて…。

…農業は土に足が着いた仕事だからね。
…ですすよねえ。そして極論的に言うと、その足の下の延長線上に、自分の先祖や大切な人が埋まっているとなると、おいそれと変なことできないというか、少なくともゴミのポイ捨てとかする気が起きない気がしてきます。「骨を埋める」という言い方もありますけども。
…それは言えると思います。私、野崎共同墓地の世話人をしていまして…。

…火事から地域を守り、地域のお墓も守り…。
…地域を「もりたてる」っていうのが昔からの筋でさ。地域で学校をつくるぞってなったら、地域のために土地を提供したりもして、みんなで開墾もしてきたんですよ。そういえば地域の昔のことが知りたかったら、三鷹市史編さん担当がいるから、生涯学習課に行ってみると良いよ。
…わー、行ってみます。ありがたうございます。でもこうやって声を聞けるというのは、本を読むのとはまた全然違う情報の身への入り方があります。そういえば、自分が子どもの時って、乳歯が抜けたら祖母父母が屋根に投げていたんですよ。
…ああ、やってるよ。屋根とか縁の下って、家の守り神が居る場所って言われていたからねえ。健康を願ってやるんですよ。
…下の歯が屋根で、上の歯を縁の下に…。

…そうそうそう。
…当時はスゴい不思議な気持ちになったのを覚えています。でも、その家が自分の存在を受け止めてくれている感覚にはなった気がするんですよ。だから、土や家って、人を迎えられるものでもあるし、はたまた場合によっては縛るとも言えるのかもしれないし、いろいろだと思っんですけど、じゃあどんな関係が良いんだろう？って考えちゃうんですよ。
…熊井さんはそうやってたまに哲学スウィッチ入るんですよ。
…インタビュート言いつつ、色々逆聞いてもらっちゃって

…江戸時代からの名残じゃないかな。自分たちの街は自分たちで守るっていう意識がスゴいあったわけですよ。
…まさに語り草な。

…いろいろんな役職だつてさ、それを与えてもらったということに感謝しなきゃなんだよね。それにプライドも持ったって良いの。選んで頂けたって。
…農業だつてさ、自分で土を耕して種を蒔いて一生懸命手入れして出来上がったものが、お客さんに買ってもらうって食べてもらえるんだよ。これほどね、感動的なことはないですよ。私は、本当に恵まれていると思っています。

…それは当然ある。やっぱりね、人間って盛り立ててくれる人がいなくなっちゃさ、成り立たないじゃない。だからずっと感謝しながら生きてるんだけど、奥さんや子どもにも感謝しています。
…(泣)
…いろいろんな役職だつてさ、それを与えてもらったということに感謝しなきゃなんだよね。それにプライドも持ったって良いの。選んで頂けたって。

…え、だからいろいろんな要職に着くのも含めて腹をくくれたということですか？
…腹をくくる…。そうだな、その言葉が一番近いかもしれない。
…迎え入れてもらったから報いたい。

…それは当然ある。やっぱりね、人間って盛り立ててくれる人がいなくなっちゃさ、成り立たないじゃない。だからずっと感謝しながら生きてるんだけど、奥さんや子どもにも感謝しています。
…(泣)
…いろいろんな役職だつてさ、それを与えてもらったということに感謝しなきゃなんだよね。それにプライドも持ったって良いの。選んで頂けたって。

…え、だからいろいろんな要職に着くのも含めて腹をくくれたということですか？
…腹をくくる…。そうだな、その言葉が一番近いかもしれない。
…迎え入れてもらったから報いたい。

…え、だからいろいろんな要職に着くのも含めて腹をくくれたということですか？
…腹をくくる…。そうだな、その言葉が一番近いかもしれない。
…迎え入れてもらったから報いたい。

…え、だからいろいろんな要職に着くのも含めて腹をくくれたということですか？
…腹をくくる…。そうだな、その言葉が一番近いかもしれない。
…迎え入れてもらったから報いたい。

…え、だからいろいろんな要職に着くのも含めて腹をくくれたということですか？
…腹をくくる…。そうだな、その言葉が一番近いかもしれない。
…迎え入れてもらったから報いたい。

瞳
三鷹市西部地区住民協議会
副会長 石川 英浩

「笑点」
今から五十年以上前、小学生だった私は三世代同居していた祖父の部屋で「笑点」を観ていました。私の隣で祖父、祖母が涙を流しながら大きな声で笑っていた光景が印象に残っています。ただ、何が面白いのか？ 意味が分からず祖父の隣で無表情の私がいきました。おそらく私の狙いはこたつの上にと山と積まれていたミカン狙いであったであろうと今思います(笑)。

時は流れ私も六十代、日曜日の夕方五時三十分、テレビの前に座り「笑点」を楽しみにしている自分がいまいます。今年の五月で放送開始から六十周年になる長寿番組です。

落語は江戸時代から続く日本の古典芸能です。お固いイメージの落語を「大喜利」が老若男女になじみやすい笑いにしてくれたいように思います。

現在「大喜利」メンバーの桂宮治さんの師匠、桂伸治さんは私の高校の先輩で、現在も同窓会役員と一緒に務めています。先日同窓会周年行事でも司会を務めていただき、流暢な言葉と進行で流石にプロは違うなと感心いたしました。と言うわけで、私の推しメンは桂宮治さんです(笑)。「大喜利」メンバーになると芸能事務所に加入するようです。知名度全国区は違いますね。

皆さんもたまには落語でなくてもコント、漫才等を観て思いっきり笑ってみては如何でしょうか！笑う門には福来るですよ！

あつ、今日も始まるよ月ちゃん
チャラ・チャラリラ・チャン
ヤン

聞き手・亀井寛之
執筆・写真・熊井晃史

7住協ニュース

2月14日牟礼コミュニティ・センターにて住協連絡会が行われ、会長・副会長が出席しました。令和9年度中に設立予定の「住協活動等支援法人(仮称)」について、法人と住民協議会の関係や住協活動費の取扱い等について、現段階の方向性の説明があり、質疑及び意見交換の後、承認されました。

コミセンだより

空調設備等改修工事は予定どおり進んでおり、3月14日(土)からの再開館に向け、ロビーのレイアウト見直し等も行っていきます。

西部住協だより

- 2月役員・運営委員会報告
- 役員会協議・承認事項
- 3月期総会に諮る令和8年度事業計画案・予算概要案について、内容を協議し、承認された。
- 令和7年度補正予算案について、活動費の充てんとして活動基金からの繰り入れを協議し、案通り承認された。
- 令和8・9年度自主グループ登録更新手順について協議し、異議なく承認された。

【運営委員会協議・承認事項】

●コミセンの年間休館予定について協議し、異議なく承認された。

*3月役員・運営委員会

3月11日(水) 19時

西多世代交流センターにて

◆令和8年3月期定期総会

3月28日(土) 10時30分

コミセン大ホールにて

住協委員の方はご出席ください。※終了後、委員懇親会も行います。久しぶりに顔を合わせて語り合います。

図書室だより

大変長らくお待ちいたしました。工事期間を明けて、図書室も通常どおり14日から再開いたしました。休館中は本の返却など、ご協力ありがとうございます。図書室は、三鷹市在住・在勤・在学・幼稚園の方及びそのご家族、どなたでもご利用いただけます。(何歳でも可) 蔵書検索はホームページからできます。ぜひ活用ください。



◆新着本(予定・一部抜粋)

○一般書

イン・ザ・メガチャーチ

朝井リョウ

職分

分水 隠蔽捜査

今野 敏

百年の時効

今野 敏

失われた貌

伏尾 美紀

僕には鳥の言葉がわかる

櫻田 智也

8番出口

鈴木 俊貴

冬期限定ボンボンシヨコラ事件

川村 元気

トットあした

米澤 穂信

三鷹跨線人道橋

黒柳 徹子

神の蝶、舞う果て

三鷹市

最後の皇帝と謎解き

上橋菜穂子

言語化するための小説思考

犬丸 幸平

叫び

小川 哲

虚弱に生きる

島山まこと

時の家

住田 祐

白鷺立つ

坂本 湾

殺し屋の営業術

夏川 草介

熟柿 野宮 有

探偵小石は恋しない 佐藤 正午

森 バジル

世界100カ国の旅で出会った人たちが教えてくれた人生で大切なこと 旅人KAD

カフエーの帰り道 嶋津 輝

○児童書

つかめ!理科ダマン10「地球のひみつ」を掘り起こせ!編 シン・テフン

マンガでたのしくわかる!バスケットボール 西東社編集部

ココロよみモノベル デカ杉

ツカイクン 探せ!この世のデ

ッカイもの あずまかなき

東京デイズニリーゾートキヤス

トの仕事 講談社

イタチと野ネズミのはなし 山下 雅洋

どう使う?生成A-1 友だち&生活

どう使う?生成A-1 宿題&課題

どう使う?生成A-1 探求&創作

お米ができるまで 岩貞るみこ

小学生記者がナガサキを記事にする みんなに伝えたい戦争や

原爆のこと 前田 真里

トルとラルのふわふわオムレツ

あんびるやすこ

ローマの休日 蜂八 優月

走ってくれ、メロス 海野さやか

デジタルクリエイターの仕事

スポーツにかかわる仕事 パーソルホールディングス

美しくない青春 小手鞠るい

5分後に意外な結末 exセピア

色のスクリーン 桃戸 ハル

TRUE Colors 境界

線の上で 神戸 遙真

もしも君の町がガザだったら

高橋 真樹

あっちにもこっちにもこども食堂

涙の箱 ちなおみ

どうなってるの?A-1 ハン・ガン

毒のある生きもの最強バトル図鑑 アレックス・フリス

○絵本

野球しようぜ!大谷翔平ものがたり とりごえこうじ

ぴかぴかへんしん!おばけちゃん ひらぎみつえ

100ぴかぞくのいちにち 古沢たつお

しゅっぱつ!でんしゃのうんてんし 羽尻 利門

こだいのなぞとふしぎのずかん 五十嵐美和子

カップおんせん、あわあわあわ 片平 直樹

おひげピンピン しまかわらゆみ

言葉の履歴書

桃と李

「李も桃も、もう売れた」は、「も」の音が七つも続いていて、舌がもつれそうな早口言葉のひとつです。花は普通、桃が淡紅色、李が白色で、梅より遅く桜より早く咲き出します。

「もも」の語源に定説はありませんが、柔らかい食用果実の総称で、「すもも」は酸っぱい桃の意とみられます。

桃も李も中国が原産で、わが国への伝来は古く、桃には悪魔を払う力があると信じられました。三月三日の雛祭りに桃の花を供える風習も、その信仰の影響と考えられています。

漢字「桃」の「兆」は割れるの意で、実がふたつに割れている形から来たものです。

「李」は「子」、つまり実の多い木の意で、「桃李」と併称されると「桃李の顔」「桃李の粧い」など、美しいものの形容に使われます。

「桃李もの言わず、下おのずから蹊を成す」は「史記」が典故。

花の美しさにひかれて黙っていても人が寄ってくるため、その下にいる間に小道ができるところから、立派な人物には人々が自然に慕い寄ってくることをいった成句です。



地域の皆様へ

三月十日(火)午前中に、にしみたか学園の中学校三年生が、地域清掃を行います。地域の皆様の御理解と御協力をお願い致します。

青少年対策第二地区委員会 青少年対策第二地区委員会 三鷹市立第二中学校PTA

卒業間近の生徒が、お世話になった地域への感謝としての清掃活動。二中の伝統行事です。見かけたら温かいお声かけをお願いします。(編集部)

家族葬専門葬儀社

のものと祭典

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

のものと祭典 検索

江戸前

三鷹深大寺

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

https://susiyosi.dweb.jp

やっけてよかった

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

三鷹二中入口交差点北入る

☎ 090-6143-8043

0422-32-4030

JA東京むさし

西三鷹支店 TEL (31) 8511

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

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

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

交通だより

4月1日から16歳以上の自転車利用者を対象に、交通反則通告制度（青切符制度）が導入されます。自転車の運転者が違反行為をした場合、一定期間内に反則金を納めることにより、刑事裁判や家庭裁判所の審判を受けず事件終結されるというものです。

- 青切符により検挙される違反例・反則金例として、
 - 歩道徐行等義務違反 3千円
 - 指定場所一時不停止等 5千円
 - 通行区分違反 6千円
 - 信号無視 6千円
 - 携帯電話使用（保持） 1万2千円

詳しくは、警察庁ホームページ「自転車ルールブック」にてご確認ください。

14歳以上の自転車利用者が信号無視等の違反行為を3年以内に2回以上反復して検挙された又は交通事故を起こした時は、「自転車運転者講習」(3時間講習・受講料要)の受講が命じられます。

東京都では条例で、自転車利用者に対し賠償保険等の加入が義務づけられています。また、自転車運転の際はヘルメットの着用が努力義務とされています。自分の命を守るため、ヘルメットをかぶりましょう。

地区	人身	自転車	高齢者	死亡	重傷	軽傷
市内	24件	16件	13件	0人	0人	24人
井口	3件	3件	3件	0人	0人	3人
深大寺	0件	0件	0件	0人	0人	0人
野崎	0件	0件	0件	0人	0人	0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

今年に入りまだ間がないのですが、特殊詐欺の被害が既に発生してしまいました。

これまで多数発生していた手口は、警察官を騙り身に覚えのない犯罪に関与している旨を告げ、「あなたを犯人として逮捕する。あなたの口座を調べる必要がある」と、逮捕状の画像を送りつけるなど手の込んだ手口で金銭を騙し取る犯罪の取調べなども絶対にあり得ません。

慌てて「住所や氏名などの個人情報をお話した」と不安に感じると思いますが「こんな電話があった」とこんなことを話してしまつたという

警察が電話で捜査を行うことや、口座の移動を指示することは絶対にあり得ません。リモートでの取調べなども絶対にあり得ません。

三鷹警察に直ぐに連絡してください。内容を確認し、早急に対応策を検討いたします。

またこのところ、個人向けだけではなく、企業向けの手口が発生しています。これは、会社の社長を騙り、社員に対し「緊急のプロジェクトに必要」「大口の取引」と説明し、「数千円(億単位の金額提示も有) 大至急準備してもらいたい」と社長になりすまし指示を出します。社員の方は社長からの直々の指示であり、何とか準備して口座に入金してしまつたという被害です。

メール内容や使用アドレスの確認、社内での情報共有、上司への確認、関係部署や相手方への確認を徹底し会社組織全体での対応を心掛けてください。この他の情報に関しても警視庁防犯アプリ「デジポリス」で配信中です。ぜひご活用ください。



包括支援センター広場

◆このじん終活セミナー

【3月開催】のお知らせ

西部包括では、1月より「終活」をテーマとした連続セミナーを開催しています。3月は「デジタル遺品」についての講座を行います。皆さんは、パソコンやスマートフォン、インターネット上の各種アカウントやパスワードなどをどのように管理していますか。

近年、ご本人が急に亡くなられたり、認知症などにより判断能力が低下したことで、これらのデジタル情報を取り出すことができず、残されたご家族が必要な手続きを進められずに困るといったトラブルが増えています。



うち1件が住宅火災で亡くなった方がおります。43件の火災原因の内訳（不明、その他以外）は次の通りです。

- 1位 電気関係 (15件)
 - 2位 ガス関係 (7件)
 - 3位 たばこ (5件)
- 火災早期発見のため、住宅用火災警報器を設置、点検をしましょう。
- 火災はいつ発生するかわかりません。消火器をご自宅に備えましょう。

令和8年1月1日～1月31日	火災件数	救急出場件数
	43件(前年比10件増加)	233件
	うち建物	1件
	火災が32件発生しています。	3件

故人が残したスマートフォンやインターネット上の情報は「デジタル遺品」と呼ばれ、残された家族が困らないよう、終活の一環として事前に備えておくことが重要になってきています。

このテーマにご興味のある方は、ぜひご参加ください。

【デジタル遺品について】知ろう
講師：岩本伸一郎さん(スマホ・タブレットマスター)

日時：平成8年3月28日(土) 午後2～4時
場所：三鷹市高齢者センター けやき苑
申込：三鷹市西部地域 包括支援センターへ
参加費：無料

三鷹体操・ラジオ体操地域講習会
「三鷹体操」は、三鷹開村100周年を記念して作られた、軽快なリズムの楽しい体操です。ラジオ体操の専門家講師から、三鷹体操とラジオ体操の動作を教わって、日々の健康づくりに取り組みましょう。

3月15日(日)10時15分～
コミセン体育館にて
先着50名(締切3月4日)

※申込・詳細はQRコード
主催：三鷹市・三鷹市スポーツ推進委員協議会・西部住協スポーツ部会

【俳句】

眼と耳の老化の愁ひ 蜷汁 三矢 恵啓
春めきてノックの音も響きけり 奈良 弘治
お彼岸に婆のぼた餅目張るほど 宮野 立士
すみれつみ束ねる指は愛のうた 小嶋 清子
参道の箒目さやか梅真白 新井 一枝
余生にも縫う楽しみや針記る 深沢 矩子
御神牛の背の峰めくや梅白し 山田みちを
瀬におどる桜うぐいの赤さやか 森田 義一

【川柳】

落とし物 届いて平和を 見無メモ 実感す
卒寿でも 卒業できぬ 石原 慶一
でか過ぎて 迷子が多し 佐田 一美 クルーズ船 お店番

西の森俳句

三鷹市在住・在勤・在学・在活の方なら、どなたでも、お気軽に、お申し込みいただけます。

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

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

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

部長 武津なつ実

「AIにコミュニティ・スクール
について聞いてみた」

最近流行りのAI。仕事でもかなり頼もしい相棒になってきています。「コミュニティ・スクール(CS)」について、何か新たな気づきが得られるかも?」と思い、CSの本質や重要なポイントをAIに尋ねてみました。残念ながら「?」新しい情報はありませんでしたが、「活動の根っこは温かい」「対話」にある」との言葉があり、深く印象に残りました。

にしみたか学園の委員を務めていて私が一番自慢したいポイントは、委員同士、そして、学校と委員の関係性が非常に良いことです。毎月の委員会は決して堅苦しいものではありません。校長先生、副校長先生と子どもたちのことや地域のことをざっくばらんに語り合える「熟議」の場、それこそが「対話」だと感じます。

この対話は、委員会だけにとどまりません。先生方との熟議や交流に加え、リサーチ部では、今年各校の生徒会や代表委員の子どもたちも対話を重ねています。ここでは、大人が驚くほど素敵な意見が飛び出しているそうです。こうした「対話から生まれるイイ話」を、コミュニケーション推進部としてどんどん発信していきたいと思っています。3月に発行される「CS委員会だより」にも詳しく掲載されていますので、ぜひご覧ください。

AIでは答えられない、温かい物語を、多くの方に届けていければ幸いです。

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・場所	概要	対象・募集人員・費用・申込など	主催
地域福祉 コーディネーター 相談サロン	13日(金) 10:00~11:30 西多世代交流 センター2F	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	三鷹市社会福祉協議会
あそびと おしゃべりの会	17日(火) 10:30~12:00 深大寺地区公会堂	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。	対象：0~3歳児の親子/無料/直接おいでください	三鷹市子ども家庭支援センターすくすくひろば
井口子どものつどい 大人も子どもも★ みんなで遊ぼう!	22日(日) 10:30~11:30 コミセン2F 会議室	3月の企画は「みんなで食事・スペシャルランチ」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!	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
よってらっしゃい にしみたか	23日(月) 13:30~15:00 西多世代交流 センター2F	3月の企画は「ハーモニカの演奏会・手話教室」です。	市民/事前申込は不要/先着20名程度/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	地域ケアネットワーク・にしみたか
デジタル 相談サロン	24日(火) ①14:00~14:50 ②15:00~15:50 野崎地区公会堂	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。 ※ご利用のスマートフォン機器等持参。	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	三鷹市コミュニティ創生課・まちづくり三鷹
地域をぐるっと ウォーキング	29日(日) 9:00~11:30 コミセン駐車場 集合	ラジオ体操後出発【コース】井口CC⇒禅林寺⇒太宰治文学サロン⇒玉鹿石⇒三鷹駅⇒井口CC	飲み物持参・歩きやすい服装・靴/市民/無料/先着30人(事前申込)/申込先：三鷹市地域福祉課地域ケア推進係まで ☎0422-29-9235	地域ケアネットワーク・にしみたか
第149回 井口 ウォーキング会	4月2日(木) 9:30~13:00頃 三鷹駅改札前 集合出発	善福寺川緑地と和田堀公園 ※今回は三鷹駅集合です!!	雨天中止/市民/交通費・昼食代等自己負担/自由参加	健康づくり 推進委員会
ラジオ体操	1・8・15・ 22・29日 9:00~9:15 コミセン裏の広場	CDラジカセに合わせてラジオ体操第1と第2を続けて行います。親子でのご参加もお待ちしております。どなたでも参加できます。 *雨天中止	 <p>イベント情報にメンバー募集に にしみたか地域掲示板 をご活用ください ホームページからもアクセスできます。投稿もお待ちしています。</p>	
包丁研ぎ	18日(水) 10:00~11:30 玄関前	ご家庭の切れなくなった包丁を研ぎます。 1本500円 *セラミック包丁は研げません。 厚生部会		

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

印刷 (有) 栄企画
T.39-4844 F.34-0167