564号.qxp_レイアウト 1 2026/07/27 11:51 ページ 1

コミュニティ にしみたか

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：㈲ 栄 企 画

井口コミュニティ・センター
三鷹市井口1-13-32
TEL 0422-32-7141

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

お出かけや散歩途中の暑さしのぎにコミュニティ・センターにお立ち寄りください。

8月号のトピックス

【2面】ご近所で夏を涼しくのんびりと
～ひとり時間を楽しもう！～
【3面】夏休みの子どもを交通事故から守りましょう！
河川やプール等での水の事故を防止しよう！
など。中面をご覧ください。

語り草を生やそう

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。きっと、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♡

第六回：森田義一さん（三鷹市西部地区住民協議会）

供養として始まったスキューバダイビング

（亀）：森田さんは、今92歳。住民協議会の大先輩です。協議会でもお話をさせて頂いているんですが、世界中を巡ってらっしゃったんですよね。

（森田）：東南アジア、南太平洋、ミクロネシア、それから僕は60歳からスキューバダイビングを始めていて、そのホームグラウンドがサイパン。最初の頃は、お線香をあげて…。

（熊）：ん…。

：東南アジアで日本が戦争して、日本人も死んでるし、現地の人も死んでる。サイパンでは「バンザイクリフ」っていって、みんなバンザイして海に飛び込んで死んでいった岬があるから、供養。

：…。

：1956年に初めてインドネシアに行った時に、ガイドとして付き合ってくれた大学生は、両親が日本兵に殺された人。もう、言葉ないよね。

：はい、言葉ないです。

：75歳まで潜ってたかな。

戦争はあってはいけない

：タヒチに行ったときに、フランスの核実験とぶつかったんだよね。

：ん…。

：着いた途端にフランス兵がいっぱいいるんで、なんだろうと思ったら、タヒチのはるか向こうで核実験。

：…。

：やっぱり戦争はよくないですよ。絶対にあってはいけません。

：はい…、もう本当に。

：僕は6年生で終戦を迎えているけど、戦争中は本当に貧しかった。食うものがほとんどない。手足がやせ細って、お腹だけが膨らむ。そういう子どもたちが今でもいるでしょ。戦争で一番犠牲になるのは子どもたち。学校でも日本のために死ぬことが良いことだって教わってたんだから、そういうもんだって思うよね。今でも、少年兵っているでしょ。

：色々とご自身の経験と重ねるものはありますか。

：僕は子どものときには戦争で死ぬもんだと思っていたから。

：思わされていたということですか。

：だから怖いよね。

ことの始まりを知っている人から聞く話

：もう30年ほど住民協議会の広報委員をされていますが、もともとのきっかけはどのようなものだったんでしょうか？

：テレビや政府広報の仕事をしていたから、阪神淡路大震災にも行ってたんですよ。そのときにお袋が民生委員をやっていて、「あんた、行ったんだから書きな」って。で、この「コミュニティにしみたか」の一面に（震災の記事を）載せて、そこからずっと広報。

：インターネットの普及前ですから、情報の流通が難しかったということを聞いたことがあります。そういった、足で得られた生の情報を掲載しようとした判断もスゴいですね。30年ずっと広報というのもスゴいです。

：でも、ジャーナリストだったから、新聞はこうじゃなきゃいけないっていう固定観念からなかなか抜け出せなかった。

：そもそも、テレビの仕事はどのような経緯で？

：昭和28年に日本テレビができて。で、要するにテレビなんて誰も知らないわけよ。その当時は「テレビ屋」がいない。だから、映画、演劇、あらゆる芸能関係から人が寄せ集められてできたわけ。

：森田さんが書かれた本でも読んだんですが、最初は演劇のお仕事をされていたんですもんね。そこからテレビ文化の黎明期を担われていったということですね。

：そう、労働組合もやって…、たくさん麻雀もして…。

：わはははははは。

聞き手：亀井寛之
執筆・写真：熊井晃史
ロケーション：手打ちうどん鷹

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

8月の休館日

6日㈭
11日㈫（山の日）
13日㈭・20日㈭
27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
会計 松本宏志

「ふた夏の経験」

夏休み。コミセン屋上のプールは最盛期です。スポーツ部会ではプール開きの前に、皆さんが快適に利用できるように、清掃と安全祈願のお祓いをします。

このプールと近隣の飲み屋には三十年ほど前の懐かしい思い出があります。

小学五年生の娘が夏休みに入ったある日、テーブルにプールカード。開いてみると「一〇メートル泳げる」に丸印が… 翌日から仕事を定時に上がり、六時にコミセンで待ち合せての特訓開始です。

練習後のお楽しみは、贔屓にしていた「やきとり・シマ」と「もんじゃ焼き・ちどり」。どちらも同年代のお嬢さんがいる「託児所」つきの店でした。ちどりのお姉さんは水泳が得意で、週末には昭和記念公園のプールで、遊びながら上手に教えてくれました。八月最後の日曜日には、三人で米軍基地内のトライアスロン大会に出場して、見事に完泳・完走できたのです。

翌年の小学校最後の夏休みには日本一の富士山に挑みました。

登山二日目の午前零時に八合目の白雲荘を出発し、山頂を目指すのは小学生には過酷でした。登頂のご褒美は朝陽の絶景と、六合目からの乗馬での下山です。途中で馬方さんが高齢夫人を拾い、「山の白タク営業」も経験しました。

その後、成長した娘はグループ仲間の富士登山で意気投合した夫と息子で一家を構え、地域でも様々な活動をするようになりました。夏休みの経験は、スポンジのように何でも吸収する子供の人生の大きな糧になるのかもしれません。

564号.qxp_レイアウト 1 2026/07/27 11:51 ページ 2

【ご近所で夏を涼しくのんびりと。井口・深大寺・野崎】

ひとり時間を楽しもう！

年々、夏の暑さが厳しくなっています。今年は無理に遠出せずご近所で涼みながら楽しめる場所を探してみませんか。お出かけの際は帽子や日傘、水筒を忘れずに！

◆気持ち整う時間「図書館」

ほどよい冷房と落ち着いた雰囲気で、慌ただしい気持ちがなんとなく整うのが図書館です。深大寺や野崎周辺の方なら三鷹市立西部図書館が意外とお近くです（大沢2丁目6―47）。市立図書館は最大15冊まで借りられるので、暑い日の家時間が充実しそうです。井口コミセン2階には小ぶりですが、蔵書約2万5千冊の図書室があります。自習室もあり、読書や考え事に使える場所です（10時～20時45分／日曜は16時45分※貸出時間は確認を。新着情報は下段「図書室だより」を）。

◆珈琲の香りを探す「喫茶店」

井口、深大寺、野崎周辺には大小さまざまなお店があります。装飾、店の香り、マスターとの会話。波長の合う店を散歩の途中で探してみては。気軽に立ち寄れる場所が近くにあると、日常が少し豊かになりますね。井口コミセンには珈琲遊（11時～20時、日曜は16時まで、木・祝日休）があります。

▲コミセン裏手に専用階段があります（珈琲遊）

▲コミセンロビーで新聞を読んで過ごす人も

◆手足を伸ばして過ごす「銭湯」

三鷹には銭湯は3軒あり、のぼり湯、千代乃湯の2軒は井口で営業しています（もう1軒は下連雀3丁目の春の湯）。夏にあえて熱いお風呂で思い切り汗をかくのも、ぼーっとするのも一興です。もちろん体調に合わせて、無理しない範囲で入浴を楽しみましょう。

◆歩いて大水遊び「プール」

井口コミセンには、25ｍの屋上プールがあります。ひとりでゆったり歩くも、プカプカ浮くもＯＫ。泳ぎたい方向けのコースもあり、自分のペースで楽しめます。ただし屋外のため、日焼けにはご注意を。大人2時間２００円。※今年のプール納めは8月22日です。

◆私の時間「夜のコミセン」

職場や家とは違う空間は、気分転換におすすめです。井口コミセンは平日20時45分まで図書室やロビーが使えます。また用事がなくても、夕涼みの散歩ついでにふらっと寄って、人の気配を感じながらぼんやり過ごすのもいいかもしれません（三鷹市無料Ｗｉ－ｆｉサービスも利用可）。

夏は近所でも油断は禁物。ひとりでも誰かと一緒でも、自分のペースで無理せずお過ごしください。

コミセンだより

○令和8年6月の利用状況

コミセン利用者　5，773人

施設利用率平均　32・6％

利用可能な部屋・時間はまだあります。ご利用お待ちしています。

西部住協だより

7月8日㈬の役員会では、10月18日開催のコミュニティ運動会実行委員体制について協議しました。

＊8月役員会・運営委員会
8月19日㈬　18時30分～
井口コミセン大ホールにて
＊第1回運動会実行委員会
8月29日㈯　19時～
井口コミセン大ホールにて
※役員・各部会長・副部会長・総務部会員・スポーツ部会員の方はご参集ください。

高齢者なんでも相談センター広場

「いきいき体操」体験会のお知らせ

西多世代交流センターにて、介護予防の体操教室を始めます。

講師は㈱サカイ・ヘルスケアー三鷹店の職員で、健康運動指導士の中尾光利さんです。

椅子に座って行う体操が中心なので、高齢でも続けやすい体操です。参加者から希望があれば、11月から第1・3火曜日で、会を継続していく予定です。気になる方はぜひ参加してみてください。

【日程】9月1日・9月15日・10月6日・10月20日の火曜日
いずれも13時30分～15時
【会場】西多世代交流センター
（三鷹市深大寺2―3―5）
【問合せ・申込】
西部高齢者なんでも相談センター
☎ 0422―34―6536

図書室だより

＊6月の利用状況　計885人

図書室は、三鷹市在住・在勤・在学・在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のでぜひご活用ください。

◇**新着本**◇（予定・一部抜粋）

○一般書

ここにいるよ　真山　仁
デモクラシーのいろは　森　絵都
グレタ・ニンプ　綿矢　りさ
続　遠慮深いうたた寝　小川　洋子
宙色のハレルヤ　窪　美澄
女王さまの休日　古内　一絵
すべてが円くなるように　原田　マハ
春の星を一緒に　藤岡　陽子
三毒狩り（上）（下）　東山　彰良
あやかしたち　畠中　恵
睡蓮　白石　一文
おまえレベルの話はしてない　芹沢　央
ねえ、ろうそく多すぎて誕生日ケーキ燃えるんだけど　ジェーン・スー
犯人と二人きり　高野　和明
暗闇法廷　下村　敦史
「悩まない人」の考え方　木下　勝寿
とどけチャイコフスキー　中山　七里
シリアの家族　小松　由佳
ＨＡＣＫ　橘　玲

◆図書室開室（貸出）時間◆
平日：10時～20時45分
（13時～18時）
日曜：10時～16時45分
（13時～16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）。

西の森俳句 西の森川柳

三鷹市在住・在勤・在学・在活の方ならどなたでも。QRコードから投句お待ちしています。

【俳句】

鰻重を待つ間の無聊スマホ繰る　三矢　恵啓
緑陰にさきたま古墳並びをり　奈良　弘治
お点前の摺り足軽ろし夏の足袋　宮野　立士
少年の鶴折っている八月六日　新井　一枝
長旅を恙なく終えへ冷奴　深沢　矩子
大向日葵統べてをるなり休耕地　山田みちを
麗しき女座す気配青簾　高村　慶子
夕立やあくび診断結果待つ　大久保まり
ひっそりと相寄り添うや夏の鴛鴦　森田　義一

【川柳】

斗いはＳＮＳで存分に　佐田　一美
靖国の母への手紙に涙する　石原　慶一
夏痩せをしたいがアイス止まらない　脂肪肝

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　鮨芳
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

KUMON
深大寺教室
算数・数学・英語・国語
丁寧な指導を心がけております。
指導：加藤佳織 090-9337-4633
深大寺1-7-2（第二中学校北入口を入る）
やってよかった
公文式

564号.qxp_レイアウト 1 2026/07/27 11:51 ページ 3

交通だより

夏休みの子どもを交通事故から守りましょう！

夏休み期間中は子ども達の活動範囲が広がり、交通事故に遭う危険性が高まります。子どもの交通事故は、自宅近くの通い慣れた道や、よく遊ぶ場所周辺の道路で多く発生しています。

【保護者のみなさんへ】

子どもを交通事故から守るためには、ご家庭での安全教育が欠かせません。ぜひ、交通ルールやマナーについて話し合い、繰り返し教えてあげてください。

- 信号が青の時でも、左右の安全を確かめてから横断する。
- 車道への飛び出しや駐車車両の前後からの横断は絶対にしない。
- 遠回りでも横断歩道や歩道橋を渡る。
- 自転車に乗るときは、必ずヘルメットをかぶる。
- 交差点の手前では自転車も歩行者も必ず止まって左右の安全を確かめる。
- キックスケーター、スケートボードなどの遊具を道路で使わない。

○「三鷹交通安全フェスタ」開催

子どもも大人も参加できる交通安全に関する楽しいイベントです。ぜひご参加ください。

日時：9月6日（日）13時～15時
場所：元気創造プラザ　地下2階メインアリーナ
（三鷹市新川6－37－1）
内容：スタントマンが交通事故を再現する交通安全教育「スケアード・ストレイト」、自転車のルールが学べる交通安全講話等（変更する場合があります）

問合せ先：三鷹警察署交通課交通総務係0422－49－0110

三鷹市内交通人身事故発生件数（令和8年6月中）

地区	人身	自転車	高齢者	死亡	重傷	軽傷
市内	38件	21件	15件	0人	1人	38人
井口	1件	1件	0件	0人	0人	1人
深大寺	1件	1件	0件	0人	0人	1人
野崎	3件	2件	2件	0人	0人	3人

三鷹警察署資料より抜粋　※高齢者と自転車は重複あり

ファイヤーニュース

河川やプール等での水の事故を防止しよう！

夏は河川でバーベキューをしたり、プール等に出かける機会が増えて楽しい季節ですが、おぼれて救急搬送される事故も、この時期に多くなります。河川やプール等でおぼれる事故は、生命を脅かす事故となる可能性が高く、十分な注意が必要です。

水の事故を防ぐために

- 小さい子どもと水遊びをする際は、子どもから目を離さず、保護者や大人が必ず付き添いましょう。
- 飲酒後や体調不良時には遊泳は行わず、周りにいる人は遊泳をやめさせましょう。
- 海や河川では、気象状況に注意を払い、荒天時や天候不良が予測される場合は遊泳や川岸等でのレジャーは中止しましょう。
- 海や河川では、ライフジャケットを着用するなど、事故の未然防止に努めましょう。

実際に起きた事故の事例

◆目を離した隙におぼれた事故

自宅用ビニールプールで遊んでいる子どもから目を離したところ、戻ってみると子どもがプール内で倒れていた。

（1歳・中等症）

◆河川でおぼれた事故

川遊び中に家族がおぼれているのを発見し、助けに行って自身もおぼれた。（30代・重篤）

◆飲酒後に河川でおぼれた事故

川のそばでバーベキュー（飲酒あり）中に、対岸へ渡ろうとしたところ流されておぼれた。

（20代・中等症）

◆飛び込みによる事故

公園内の浅い池で、石の上から飛び込んだ際に前のめりに転倒し、顔が水に浸かりおぼれた。

（1歳・軽症）

大沢出張所管内
令和8年6月1日～6月30日
火災件数　1件
救急出場件数　245件

防犯だより

特殊詐欺の被害に遭わないために

特殊詐欺の手口は年々巧妙化しています。被害に遭わないためには、『犯人からの電話に出ない対策』が有効です。国際電話が使われることが多いため「国際電話不取扱受付センター」やアプリを活用したり、以下を心がけましょう。

- 自宅の電話は留守番設定にする。
- 知らない電話番号はすぐに出ない。
- ATMで還付金は受け取れないことを覚えておく。
- 住所、氏名や口座の暗証番号等の個人情報を教えない。
- 「急いで」「秘密にして」等のほか、お金の話が出たら一度電話を切る。
- 日頃から家族で「不審な電話があったらどうするか」を話し合っておく。

少しでも不審に感じたら、家族や警察へ相談しましょう。

言葉の履歴書

入道雲

「雲の峰　雷（らい）を封じて聳（そび）えけり」は、夏目漱石の俳句。夏の季語「雲の峰」は高い山のようにそびえ立つ炎天下の雲を指しますが、気象用語でいえば「積雲」「積乱雲」に当たります。積雲の段階では本格的な雨になりませんが、積乱雲になると「雷雲」とも呼ばれ、雷を伴った濃い雨を降らせることが多いものです。

強い日差しで地面近くの空気が熱せられると上昇気流が生じ、むくむくと空高く、塔の形の積雲が発達します。それを「入道雲」と呼ぶのは、上部の雲が坊主頭に見えるからです。

「入道」は仏の道に入って修行する人のこと。坊さんでなくても坊主頭の大男を「大入道」ということがあります。

「入道雲」は擬人化した表現ですが、入道雲を擬人名で呼ぶ地方もありました。「坂東太郎」といえば関東随一の川、利根川の別名ですが、この地域に生じる入道雲の名前でもあります。九州の英彦山の方向から出る「比古太郎」、京都・大阪地方の「丹波太郎」など、親しみやすいあだ名といった感じです。

ともあれ、夏空にむくむくと大きくなる白い入道雲は、夏の風物詩といえるでしょう。

訓練

災害時の安否確認

三鷹市防災キャラクター じじょまる

無事を知らせよう

令和８年 9月1日［火］

玄関ドア・門扉・ベランダに

黄色いタスキ を掲げてください！

当日午前７時に震度６強の地震が発生したと想定して、市内一斉「黄色いタスキ」掲示訓練を行います。

訓練の詳細はこちら↑

黄色いタスキとは？

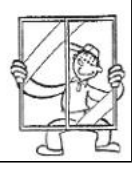
黄色いタスキを掲げることで、ご近所同士の安否確認になります。安否確認が早く取れると、本当に救助が必要な方をより早く発見することができます。市内在住の市民を対象に「じじょまる」のイラスト入り「黄色いタスキ」を配布中です。

【配布場所】NPO法人Mitakaみんなの防災　元気創造プラザ５階

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



消防団員募集
消防団の入団資格は、18歳以上55歳未満の健康な方で三鷹市内在住、在勤又は在学する方であれば入団することができます。地域での活動を通じて、多くの人とつながることが出来ます。ぜひ一緒に活動してみませんか？
お問合せは…三鷹市防災安全部防災課
TEL　0422-24-9102

564号.qxp_レイアウト 1 2026/07/27 11:51 ページ 4

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
向井 研一

「地域とともに考える子どもの居場所」

今年度より、コミュニティ・スクール委員（以下、CS委員）に就任しました、西部地区住民協議会事務局の向井です。

私は現在、井口コミュニティ・センター（以下、コミセン）の事務局長を務めており、日々の活動を通じて、コミセンは地域の子どもたちの貴重な居場所となっていると感じています。

今年3月に策定された「三鷹市子どもの居場所に関する基本方針」では、子どもの居場所を「子ども自身が安心して自分らしく過ごすことにより、そこが自分の居場所であると感じることができる場所」と定義しています。

子どもが自分の居場所と感じられる状況は様々だと思います。親しい友達と話したり、遊んだり、自分のペースで本を読んだり、時には何もしないでぼーっと過ごしたり…。

コミセンには多世代の方々が来館されていますが、子どもたちが自らの意思で、いつでも立ち寄れる居場所となるよう、安全安心な環境を整えることはとても重要な視点と考えます。

CS委員として今後どんな活動ができるか、まだまだ模索中ですが、コミセンが子どもの多様な居場所の一つとなるよう、子どもの声に耳を傾けつつ、学校・家庭・地域住民の皆様と一緒に考えていきたいと思います。

8月の行事ご案内

※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。
※申込期日の記載がない場合、申込開始は発行月最初の開館日からです。

井口コミュニティ・センター
TEL,0422-32-7141

行事名	日時・場所	概　　要	対象・募集人員・費用・申込など	主　催
第２弾！健康麻雀教室	**19日㈬** 13:00～16:00 1階大ホール	**好評だった健康麻雀教室の第２弾を開催します。** 初心者、中上級者を問いません。 ※前回参加されていない方が対象です	市民12名／無料／事前申込（開催日前日まで、コミセンへ電話または窓口へ）	文化部会
絵てがみ体験講座	**23日㈰** 10:30～12:30 1階クラブ室	**夏の野菜をテーマに絵てがみを書いてみませんか。** どなたでもご参加いただけます。持ち物：（あれば）書きたい野菜、白い小皿か硯（すずり）、習字用下敷き（新聞紙でも可）※野菜はこちらでも用意します	市民10名（小学校4年生以下の方は保護者同伴）／参加費500円／事前申込（8月21日(金)までに費用を添えてコミセン窓口へ）	文化部会
井口子どものつどい 大人も子どもも★みんなで遊ぼう！	**23日㈰** 10:30～11:30 2F会議室	**今月の企画　「あそびの広場」** ※パン、お菓子の配布があります ※漫画やゲームの持ち込みも可みんな、来てね！ （公財）こどもオポチュニティーズクラブから助成	どなたでも／無料／直接会場へ	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
地域福祉コーディネーター相談サロン	**24日㈪** 13:30～15:00 1Fクラブ室	**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／無料／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
よってらっしゃいにしみたか	**24日㈪** 13:30～15:00 2F会議室	**ふれあいポリスによる防犯のお話、手話教室など**	市民先着20名程度／無料／直接会場へ／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（0422-29-9235）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	**25日㈫** ①14:00～14:50 ②15:00～15:50 2F展示ホール	**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等機器持参。 次回は9月29日㈫（予約は8月26日から）	各時間帯ごと先着2名／無料／事前申込（まちづくり三鷹・電話0422-72-7151またはQRコードから申込へ）	三鷹市コミュニティ創生課・まちづくり三鷹
ラジオ体操	**2・9・16 23・30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。**どなたでも／無料 ※雨天中止　総務部会・地域ケアネットワーク・にしみたか		
おはなし会	**24日㈪** 11:00～11:30 13:30～14:00 15:00～15:30 ２階視聴覚室	**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あそびましょう。**幼児～小学校低学年（未就学児は保護者同伴）／無料／直接おいでください／おはなしクレヨン（三鷹市）／文化部会		
包丁研ぎ	**8月はお休みです**	**次回は9月16日㈬の予定です。**		
にしみたか地域掲示板		お祭りなどの地域イベントやサークル活動の情報検索ができます。グループの募集にも。QRコードからどうぞ。		
市民健康講座	**9月1日㈫** 10:30～12:00 2F会議室	**いつまでも元気！楽しく続ける筋力アップ講座** 体力に自信がなくても大丈夫！ 運動のコツを健康運動指導士がお伝えします。	市民（在勤・在学含む）20名／無料／事前申込（コミセンへ電話または窓口へ。8月10日㈪から）	健康づくり推進委員会

学生服・ユニフォーム
イシカワ衣料株式会社
井口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㈹
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
SAKAE KIKAKU
印刷 (有)栄企画
T.39-4844 F.34-0167