



# みんなできずこう井の頭のコミュニティ

わたくしたちは、緑豊かな井の頭地区の環境を守り、美しいものを大切にする心を育み、みんなで学びながら、手を取り合って、生きがいのある心のふるさとをつくることをめざします  
—会則前文より—



発行  
井の頭地区住民協議会  
三鷹市井の頭2-32-30  
企画・編集  
井の頭住民協議会広報部

吾木香(われもこう)はばら科の多年草で玉川上水べりによく見られます。

井の頭コミュニティセンター  
・本館(事務局)  
☎0422-44-7321  
ホームページアドレス  
http://www.inokashira.cc.jp

休館日  
月曜日・祝日・国民の休日・祝日が月曜日の場合は翌日・火曜日・連続する時は最後の休館日の翌日  
7月5・12・19・22・23・26日 8月2・8・9・16・23・30日

## 65歳以上の方へのワクチン接種は7月末までに完了!

三鷹市では75歳以上の方へのワクチン接種が、5月20日から集団接種会場が始まり、6月からは集団接種会場に加え市内の病院・診療所などによる個別接種も始まりました。  
7月1日以降、集団接種会場は新川中原、大沢、連雀コミュニティセンター、元気創造プラザの4カ所に加え、6月16日からは杏林大学松田進勇記念アリーナでの大規模集団接種も行われています。このことにより、市内の希望する65歳以上の方への2回の接種を7月末までに十分に完了できる見通しとなりました。

### 個別接種を希望する方

医療機関に電話や窓口で直接予約をしてください。電話番号や受付時間などの詳細は、広報「みたか」6月6日号をご覧ください。

### 集団接種を希望する方

予約は、三鷹市のインターネット予約か三鷹市のコールセンター『☎0570-0261567(平日9時~17時)』での予約となります。  
接種会場は、新川中原、大沢、連雀コミュニティセンターと元気創造プラザで、接種は7月1日以降です。杏林大学松田進勇記念アリーナでの接種は、6月16日~7月27日までです。杏林大学接種会場での接種対象者は、

1回目の接種から3週間後の同じ時間帯に2回目の接種が可能な方となります。

杏林大学接種会場では接種を受ける方は、近隣の渋滞などを避けるため、ワクチン接種や送迎を目的とした自家用車や自転車での来場はご遠慮ください。接種期間中は、三鷹市役所の駐車場を無料で利用できます。また、接種期間中は元気創造プラザと杏林大学接種会場の間をシャトルバスが運行します。

## 大規模接種センターでワクチンを接種

5月31日月曜日。大手町の自衛隊大規模接種センターでモデルナ製のワクチンを接種しました。  
東西線竹橋駅の大手町方向出口からすぐ、または、東京駅丸の内南口から無料バスが10分です。  
当日は1万名接種の初日でしたがスムーズでした。接種券・身分証確認・問診票(三鷹市用でも可)確認・予約接種→2回目予約と経過観察の流れで約50分でした。当日は痛

住所・生年月日・電話番号・接種券番号(わかる場合)をお伝えください。  
民生委員も相談にのります  
65歳以上の方で、コロナウイルスワクチンの予約でお困りの方は、民生児童委員までご連絡ください。  
ワクチンを受けた後は  
ワクチン接種後も「密」を避ける、マスクの着用、手洗い、アルコールによる消毒など接種前と同様に感染対策を継続してください。

みも違和感も無かったのですが、翌日から2日間接種箇所がやや強い筋肉痛で心配しましたが、3日後には全く気にならなくなりました。2回目は6月28日です。  
予約はパソコンで防疫省を検索(大規模接種センターで検索すると分かりにくい)、左の拡大し、予約を受け付けています。電話予約もできます。  
広報部 福井 善康

## 牟礼コミセンでワクチンを接種

井の頭在住の88歳女性からお話しをうかがいました。申込みは5月10日、息子がパソコンから予約しました。1回目は5月20日。息子の送迎で牟礼コミュニティセンターに行きました。受付を済まし呼ばれてから体育館に入ります。予約受付で体調を聞かれ、待合室に進みます。その後、医師の問診を受け、ワクチンを接種しました。2回目の接種を予約した後、経過観察のため、15分待ちます。会場の電光掲示板で、自分の番号の残り時間がゼロになったら帰ります。会場には付添いも一緒に入れました。  
2回目は6月10日でした。1回目は副反応がほとんど無かったのですが、2回目は翌日の朝から全身がだるく、食欲がわきません。朝の体温は36.6度でしたが、昼頃37.7度になり頭や首が痛くなりました。夜にはやや食欲は回復して、食事が取れるようになりました。翌朝体温は36度になり下がり頭痛も治まりました。が、だるさは残りました。  
(お話しをうかがって)  
自分だけでパソコンで予約をする、暑い日中に牟礼コミユニティセンターまで歩いて行くというのは、難しかったのではとおっしゃっていました。暑さが本格的になりますので、これから接種される方は、暑さ対策もお忘れなく。  
広報部 今里 美幸



家族葬から大きなご葬儀までくあさの>が管理運営する 寿量会館 じゅりょう

京王井の頭線 三鷹駅より徒歩8分  
三鷹駅より送迎車がごさいます  
安置室も完備しております

創業昭和2年 安心の葬儀・信頼の実績 フリーダイヤル 24時間対応

株式会社 あさの ☎0120-47-5000

井の頭法律事務所  
井の頭3-12-11 KS-5ビル306  
(井の頭公園駅改札口前)  
ご予約・お問い合わせ  
☎0422-29-8175  
弁護士 松原 拓郎 (東京弁護士会)  
https://www.inokashira-law.com/

岡田ピアノ調律  
0422-49-7019  
ピアノの調律・修理  
ピアノ用品・中古ピアノ販売

安心・ていねい

書道教室  
子ども達には基礎をしっかり。大人の方には日本のかな文字の美しさをやさしく楽しく指導します。  
指導 大東文化大学講師 原 奈緒美  
教室(自宅)井の頭5-20-13 ☎46-6565  
公式ホームページ http://naomi-hara.com/

お届け寿司 らおとし  
自慢のまぐろと新鮮ネタを  
お求めやすい価格で!  
TEL 午前11時から  
0120-49-5745  
0422-43-6663  
定休日/水曜日

PUKASHELL 本店 0422-43-3450  
PUKASHELL-N 0422-26-8184  
定休日 火曜、第三水曜日  
ふたつのパカシェル

有限会社 日の丸防犯  
☎(0422)31-2781(代)  
FAX (0422)33-5840  
三鷹市野崎2-4-12 (野崎交差点スグ)

建築リフォーム・増改築工事  
トイレ便器 洗面台・蛇口 交換工事  
雨漏り 修理工事  
手すり取付 バリアフリー工事  
秀和建設(株) 井の頭4-7-7 (井の頭郵便局前) ☎0120-78-1828

不動産のことなら 井の頭公園駅前 (株) 雄心不動産 に お任せ下さい!!  
〒181-0001 三鷹市井の頭3丁目31番3号  
TEL 0422-45-3000  
http://www.yushin-f.co.jp

不動産の貯金も ローンも 共済も 年金相談も  
三広商事 0422 43-0463

# コロナ禍における避難所運営について

井の頭地域の避難所は、第五小学校、コミュニティ・センター、明星学園小中学校の体育館の3カ所です。それぞれの避難所には、避難所運営マニュアルがあり、三鷹市の感染症対策ガイドラインに基づき避難所運営マニュアルを見直すことになっています。

井の頭コミュニティ・センターでは、施設の利用方法やゾーニング(避難所で一般の避難者と感染懸念のある避難者の居住エリアを区分し、生活の場やトイレなどの動線が交わらないようにする)などを検討し、既存の避難所運営マニュアルに補足することとしました。

## コミュニティ・センターの施設利用方法

- 総合受付 新館横広場
- 自宅療養者 本館1階
- 一般避難者 新館1階
- 和室(奥) / 和室外に
- 2階 / 新館1・2階
- ラップポンを置く
- ※ラップポンとは、水を使わない、臭いも漏れない、排泄物を自動密封する、屋内外を問わず設置できる簡易トイレ
- 子ども用紙おむつ (S・M)・粉ミルク・離乳食 (アレルギー用あり)・生理用ナプキン・石鹸・ごみ袋・ウェットシート・アルコール消毒液 (ジェル・液体)・ゴム手袋・フェイスシールド・立入禁止テープ・マスク・パータオール・防護衣等

## 「在宅避難」をお願いします

コロナ禍では多くの人が集まる避難所で、感染リスクが高まっています。「密」を防ぐために、これまでのような人数を収容することが難しくなっています。自宅での安全確保が可能な場合は必ずしも避難所に行く必要はありません。自身と自宅の安全が確保できたならば、自宅で生活を続けることが望ましいです。

建物に被害をうけている場合や洪水の危険が迫っている場合は、安全な親戚・知人宅に避難することも検討してください。

「在宅避難」のためにも日頃から食料品や水の備蓄、家の中の安全対策に心がけましょう。

## コミュニティの催し物

藤田 優美さん

「子育て家庭のためのファミリー防災講座」  
多世代交流委員会

三鷹市の避難所はどこ?日ごろからの備えは? お子さんと一緒に気軽に参加できるオンライン講座です。

日時 7月1日(木) 午前10時半~11時半  
講師



◆申込み 6月22日、10時からホームページで受け付けます。

◆日時 6月26日(日) 多世代交流委員会 神田川の生きものを調べよう

にも限りがあります。水や食料に加えて、自身の健康を確認するための体温計など可能な限り避難所生活に必要なものを準備してください。

マスク・体温計・スリッパ(み袋)・アルコール消毒液・水・食料・日用品・常備薬などを持参してください。

避難所では、マスクの着用を徹底し、手洗いや食料に当たらないなどの基本的な感染対策を行ってください。また、十分な換気を行うとともに避難者同士が十分な区画を確保出来るよう努めましょう。

## 「災害時在宅生活支援施設」を知っていますか?

この施設は、被災後も自宅で生活する在宅避難者に対して、生活に必要な資機材を配備し、地域共助の拠点となることです。

市では、災害後安全が確保できる場合は、原則として「在宅避難」を促しています。

在宅避難を送る方にも、トイレや生活物資などの支援は必要です。避難所に行かなくても必要な支援が受けられるよう整備しているものです。

## 「誰が運営するの?」

平時の管理・点検等は市で行います。災害時には、エリア内の町会や自治会等の地域住民が行います。

必要なものは飼い主が用意します。避難所には、ペットのための備蓄品はありません。飼い主が責任をもって飼います。

## 井の頭グラウンドゴルフ愛好会

### 10周年記念大会に夫婦揃って優勝

井の頭地区でグラウンドゴルフ(GG)を楽しまる「井の頭GG愛好会」が10周年を迎え、4月9日に記念総会を感染防止に努めながら行い、今後の活動について話し合いました。あらためて茶道の礼儀と作法同様に、ゴルフのルール

とエチケットを守って全員がゴルフを楽しむ、健康を維持することを誓いました。

これに先立ち大会が開催され、私が優勝しました。私事ですが当日の朝、1歳10ヶ月の孫を保育園に抱っこして送った後で84歳の身では腰が痛くて

が、コロナに負けないぞの心意気で頑張りました。ちなみに今年1月の新春大会に次ぐ連覇でした。

この日、女子の部で優勝したのは、私の妻で夫婦揃って遊ばせていただいている上に優勝とは本当にありがたいございました。日ごろ何かとお世話くださる方々に感謝いたします。

3丁目 大熊 隆吉

運営する「三鷹台児童公園」と井の頭町会が運営する「井の頭地区公会堂」です。

ペットの防災対策

日頃からペットのための防災用品の準備や、きちんとしつけをするなど災害時に慌てないよう準備をしておきましょう。

「同行避難」について

災害により自宅での生活ができなくなり避難所で生活することになった場合には、原則として飼い主はペットと一緒に避難所に避難します。これを「同行避難」といいます。

ペットでの生活は：ペットは生活スペースには入れません。避難所では、動物が苦手な人やアレルギーのある方もいます。そのためペットは、所定の場所やケージに入れて飼育することになります。

自分もペットもケガをしないよう、また、災害後に自宅にペットと一緒に生活できるように自宅の耐震化や家具の転倒防止対策、ガスの飛散防止対策など安全な住環境の確保をしましょう。

いざという時に備えて、普段からほかの動物や人を怖がらないようにする。ケージに入ることや慣らしておく。定期的に予防接種や寄生虫の駆除を行うなども大切です。

また、ペットとはぐれてしまった時にも、飼い主の元に戻れるようマイクログリップの装着を行うなどの対策も有効です。

**トイレットペーパーを販売しています**

ダブル (緑茶の香り)	シングル (芯あり・芯なし)
12ロール ¥500	6ロール ¥450

本館事務局窓口で

**広告募集**

★料金 1コマ 1回2500円

★サイズ 1コマ 縦4・8cm 横3cm

★問合せ 詳細は井の頭CCC事務局に TEL 44-17321

**福祉車両で外出のお手伝い**

みたかボランティアセンター

あおぞら

**運転ボランティア募集中!**

ご連絡お待ちしております TEL 0422-41-0185

創業140年・五代目継承

**西田 豊店** リフォームニシダ Re-Form NISHIDA

2級建築士在籍中、和室だけでなく、内装、トータルリフォームまで、なんでもお気軽にご相談ください!!

**ダイエークリーニング**

0422(46)9364 水曜定休

**特急即日仕上げ承ります!!**

背広、Yシャツ、制服、コート

44-3320