



みんなできずこ井の頭のコミュニティ

わたしたちは、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ことを育み、みんなで学びながら、手ととり合って、生きがいのある心のふるさどをつくることをめざします
— 一会則前文より —



吾木香(われもこう)は、ばら科の多年草で玉川上水へりによく見られます

発行・企画・編集
井の頭地区住民協議会
広報部
井の頭コミュニティ・センター事務局
三鷹市井の頭 2-32-30
☎0422-44-7821



公式ホームページ
<https://www.mitake-cc.jp/inokashira/index.html>

休館日

5月26日
6月2・9・16
・23・30日
7月7・14・21
・22・28日



写真：井の頭フォトクラブ 大倉

3月9日に開催された「シルバーと子どもまつり」は井の頭の住民にとっては歴に載る年中行事、若いも若き

39年前の創刊号の報告記事に「お話キヤラバンに200人を超える親子が参加し、参加した子どもたちの喜びにみちた顔、会場は興奮のつぼとかしました。親達も子ども以上に楽しんでいました」とあり、翌年には第一回の「中高齢者と子ども交流会」を厚生部の「中高年のための健康を守る会」の方々が中心になって実現しました。

「コミュニティはお年寄の集まるところ」と言われるほどシニアの方々の活動ぶりだけが目立つ時期もあつた井の頭住協。しかし、子どもたちにもっとコミュニティに来て欲しい。そんな思いの中から具体化してきたのが「シルバーと子どもまつり」ですが、創立当初から子どもたちを大切にこの活動もさちんとしてきました。

世代を超えて楽しむ集い



おしるこは体育部



天候にも恵まれて休みどころは大賑わい

も、皆さん楽しんでいました。楽しむだけでなく学びの場にもなっています。
(広報部 M)



スポーツゲームのモルック体験



グラウンドゴルフ体験



健康コーナーで豆つまみ体験



絵手紙教室



人気のコーナーは折り紙とお手玉作り



皿回してきたよ!!

ゲーム感覚で上手にできたよ

トイドローン操作体験

昨年の市の総合防災訓練で、災害時にドローンがどんな役割を果たすかをデモンストレーションを行なつて、ドローンの活用とその有用性に注目が集まりました。井の頭住協でも、この体験をもとに防災部を中心に発災時に上空から広範な被災状況を把握するための「トイドローン偵察隊(愛称アイ・ディスプレイ)」を設立し活動を始めています。

シルバーと子どもまつりでの「トイドローン操作体験コーナー」では小学生たちが鮮やかにドローンをあやつっていました。



図書室のおはなしマトリョーシカ



おはなし会



成蹊大学のボランティアグループの方たちはまつりの裏方、射的遊びコーナーをはじめ模擬店など様々な場所で活躍してくれました。

災害に強い井の頭に

今年もやります！ 「ミニ防災訓練」 防災部



～楽しく学べる役に立つ～ みんなの防災フェスタ

石川県能登地方の地震をはじめ、全国各地で地震が頻発しています。また地震だけでなく、大雨の被害など、様々な災害が身近になっています。もはや「対岸の火事」ではなく、どこでも起こりうることを考えて行動すべきです。万が一に備え、自らの防災行動力をぜひ高めていきましょう。今年も三鷹消防署傘下出張所の協力で、ミニ防災訓練を開催します。自分や身近な人を守り、地域で助け合うことができるよう、ふるってご参加ください。

ミニ防災訓練

初期消火・可搬式ポンプ・スタンドパイプ消火訓練・災害時トイレ体験・ミニ防災クッキング

7月27日(日曜) 午前10時～12時
先着30人程度
井の頭コミセン 無料
7月6日から窓口・電話・HP受付
※雨天実施、参加賞あり、当日飛び入り参加もOK



3月22日 三鷹中央防災公園 井の頭住協トイレタスクウォークが 参加しました。

☆災害時関連死を防ぐためには、必ず「水は飲んで出す」事を知ってほしい。在宅避難時の既存トイレの使い方として、ポリ袋と凝固剤を用いたの使用法と手順を演習しました。



使用方法の説明を

また一人から出る糞尿の、一日の量と一週間の量を目で見る展示と、汚物ゴミの保管と回収についての説明を行いました。他にも市販の携帯トイレや簡易トイレ、ダンボールト

下水の流れを家屋の断面図を用いて説明。特に集合住宅は階下への汚水が漏れる恐れがあると説明をしたところ、「早急に用意をしない」と、とらえてくれました。1人でも多くの方に、大きな災害時は始めが肝心。情報が来なくても流さない！詰まらせない！これが復興にも役に立つと知ってもらえる機会になりました。

4月24日朝8時半、 自主防災メンバーが集 手順実施訓練

備品を取りに行き、市の災害対策本部への無線連絡、ライフラインの確認などの10項目の手順に従って訓練を行いました。

中澤清さん安らかに

私の地域活動の発端は、住協防災部へ参加したことでした。主な仕事に可搬式消火ポンプの毎月の稼働点検と放水訓練がありました。中澤さんからは、一からご指導いただきました。私にとってはまさに「ポンプ点検の師匠。点検に参加者が集まらず、たった二人で三鷹台市政窓口の作業を行った」とは思い出です。地域防災に尽力される一方、コミセンまつり等で子どもたちに「わたあめ」を作る中澤さんの笑顔は忘れられません。

防災部 大和田有美

三鷹防犯情報 三鷹警察署 生活安全課

◎ 三鷹市内 特殊詐欺の被害・認知状況 (令和7年1月1日～3月13日 手集計)

被害額 約 1億8千万円

認知件数 23 件

三鷹市内 特殊詐欺の被害急増中!

オレオレ詐欺

防犯だより 三鷹警察署

詐欺に遭わない心得

特殊詐欺の電話が連日かかってきています。特に井の頭をはじめ三鷹市内では多い日で60件を超える情報提供が警察に寄せられています。最大の被害防止である「知らない番号からの電話には出ない」を実践して頂き、被害に遭わずに済んだ一方で、残念ながら被害にあったケースも少なくありません。犯人からの電話に出してしまうと「待ってました」とばかりに一気に

特にかかってきています。中には警察署の代表電話番号(0110)を偽装したことを示す場合があります。留守番電話機能があるなら確実に設定して、かかってきた電話には直ぐに出ないでください。犯人はメッセージを残すことなく電話を切ります。繰り返し言いますが知らない電話番号からの電話には絶対に

に替くして立てて来る。それから、ついつい術中に引き込まれてしまうのです。中には警察署の代表電話番号(0110)を偽装したことを示す場合があります。留守番電話機能があるなら確実に設定して、かかってきた電話には直ぐに出ないでください。犯人はメッセージを残すことなく電話を切ります。繰り返し言いますが知らない電話番号からの電話には絶対に

芝居を行います。他にも、「このことを誰かに話したらその人も共犯として逮捕される」とか「警察にも犯人の仲間がいる」と言ったり、家族や知人、警察に相談することができないようにするなど極めて悪質で巧妙な手口もあります。被害に遭わないためには「電話に出ない」ことにします。留守番電話機能があるなら確実に設定して、かかってきた電話には直ぐに出ないでください。犯人はメッセージを残すことなく電話を切ります。繰り返し言いますが知らない電話番号からの電話には絶対に

デマンドの井のバス 相乗りタクシー

一回100円 本当に助かります

2月から京王井の頭線の三鷹台駅・井の頭公園駅、バス停の明星学園前、コミセイセンター、黒門など、井の頭地区30カ所の乗降ポイントと結んで本格運行を始めたAデマンド交通の井のバス、乗客定員7人の相乗りタクシーで、乗降ポイントを結んで一人一回100円、平日の9時から17時(11時30分)12時は昼休み運行休止、スマホ・パソコン、電話では予約し、当日5分前にはお近くのポイントでお待ちください。空きがあればすぐ予約を取ることもできます。足の便が不便で出ない



の頭地区30カ所の乗降ポイントと結んで本格運行を始めたAデマンド交通の井のバス、乗客定員7人の相乗りタクシーで、乗降ポイントを結んで一人一回100円、平日の9時から17時(11時30分)12時は昼休み運行休止、スマホ・パソコン、電話では予約し、当日5分前にはお近くのポイントでお待ちください。空きがあればすぐ予約を取ることもできます。足の便が不便で出ない

す。用事を終わった後、精だつた高齢者の「病院や買物に行くのに本当便利になった」だけですが、待ち時間が多少伸びることがあります。事前予約は1カ月前から可能です。予約が取れても利用時間に合わない場合は、電話ではキャンセルと同時に変更ができます。スマホの場合、必要があります。スマホの場合24時間受け付けています。



ゼロカーボンシティ 目指して本館屋上に太陽光発電設備設置 玄関を入って右手の壁のモニターが刻々と発電量(パネル容量14KW)を示しています。面白いのは、発電量を示すだけでなく、蛍光灯250本・液晶テレビ18台など分かりやすい表示がされています。宿題の自由研究のテーマなどに最適ですね。



あなたの「ちょっと」が高齢者の笑顔に！ 在宅福祉サービス協力会員募集！

「誰かの役に立ちたい」気持ちを活かしませんか？
ちょっとした困りごとを抱えた市内の高齢者や障がい者の方の話し相手やちょっとした家事、外出のサポートをお願いします。18歳以上の健康な市民の方であれば特別なスキルは不要！未経験者も歓迎です。

三鷹市社会福祉事業団の「在宅福祉サービス」事業は、地域での助け合い活動です。協力会員の活動には、活動費をお支払いします(1,000円/時、短時間の場合は300円/15分)。ご自分の得意なことを通じて、地域福祉の輪を広げ、「高齢・障がいであっても安心して暮らせるまちづくり」につなげていきませんか？
(※安心して活動いただくため、年会費として1,000円をいただいています。)



問い合わせ
三鷹市社会福祉事業団
在宅福祉サービス
☎0422-43-8804
※平日：午前8時30分～午後5時15分
※ご利用に関しても上記までご連絡ください

井の頭地区 地域福祉コーディネーター 相談サロン

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井の頭地域包括支援センターの職員と一緒にご相談をお伺いします。お気軽にご相談ください。

- ◆日時：毎月第3木曜日 午前10時～11時30分
 - ◆場所：井の頭コミュニティ・センター新館2階会議室
 - ◆費用：無料
 - ◆申込：不要
- 問い合わせ
みたかボランティアセンター
☎0422-76-1271
- 直接会場へお越しください
◆主催：三鷹市社会福祉協議会
◆協力：井の頭地域包括支援センター

お体大切に
お知らせと募集

コミセン活動グループ紹介

ダンディ体操倶楽部

日時 第2・第4火曜日
14:30～15:30
内容 体操、男性限定
費用 600円/1回



井の頭ポッチャ愛好会

日時 第2・第4火曜日
13:30～15:00
内容 ポッチャ
費用 1,000円/月



健やか体操“れい輪”

日時 第2・第4木曜日
10:30～11:30
内容 ストレッチ体操
費用 1,000円/月



つくしっ子

日時 毎週金曜日
10:30～11:30
内容 うごこっと体操
ラジオ体操・脳トレ
費用 無料



わくわくさくら井の頭

日時 第1・第3木曜日
14:00～15:00
内容 ストレッチ体操
費用 1,000円/月



福祉車両で外出のお手伝い



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

三鷹市見守りネットワーク事業 あなたの気づき、あなたの電話が 地域の見守りにつながります



ご近所の高齢者の方などで、「あれ…ちょっと様子がおかしいかな？」と気になったときは、「三鷹市安心見守り電話」にご連絡ください。

三鷹市安心見守り電話 (24時間電話受付)
第2の「救急」になれ
0422-29-9270

生命にかかわるような連絡の場合は、各担当職員が現場に行き、警察署、消防署(救急)、地域包括支援センター、民生・児童委員などと連携しながら安否確認等の対応をします。

- ※ 開庁時(平日8:30～17:15以外の時間帯)は時間がかかる場合があります。
- ※ 生命に危ない兆候があり安否が心配なときの連絡先です。個人的な生活状況等を確認するものではありません。
- ※ 対応結果については、個人情報保護のため、原則ご連絡いただいた方に報告を行いますので、ご了承ください。

※ 緊急を要する異変(応答があるが動けない、入室しているのに応答がない、異臭がする…等)については、**110番(警察)又は119番(救急)にご連絡ください。**

問合せ：三鷹市健康福祉部地域福祉課 電話 ☎0422-29-9235 住居 926番

家族葬から大きなご葬儀まで
くあさの>が管理運営する
バリアフリー斎場

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ざいます
安置室も完備しております

創業昭和24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

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

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

はじめての場合
アップライト1万円です。

お問い合わせ
TEL 0422-49-7019

書道教室

○子ども達には基礎をしっかりと。
○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ご指導します。

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/

ダイエークリーニング
特急仕上げ承ります！
背広、Yシャツ、制服、コート

洗えます(バック、ぬいぐるみ、カーテン、布団)

dale-cl.jp

46-9364
水曜定休 Daie cleaning

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

色んな一本道に思えます?

秀和建設(株)
井の頭4-7-7(井の頭郵便局前)
☎0120-78-1828

働くを楽しくする
オフィスづくり!

**(株)成江堂
オフィス
ワークス**

TEL 0422(43)9741
FAX 0422(45)7412

オフィスデザイン・オフィスづくり
文具・オフィス機器・リフォーム

火災警報器・防犯カメラ

設置の御相談は
是非当社に

有限会社日丸防犯

☎(0422)31-2781(代)
FAX(0422)33-5840

三鷹市野崎2-4-12
(野崎交差点スグ)

井の頭法律事務所
井の頭3-12-11 KS-5ビル306
(国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/

お見積り無料!!

ヒカリ電気

TEL 0422-43-10430

比へてみればお見積り無料!!
地元のでんきやさん
安心・親切・丁寧

不動産のご相談は

株式会社 三広商事

三鷹市井の頭2-7-9-101
TEL 0422-43-0463

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!!
プレジデント決断対応しております。

☎ 44-3320