



# みんなできずこう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—

こころ、ほどける。  
薄紅の息吹に満ちる、井の頭公園



写真：井の頭若葉フォトクラブ太倉



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

発行・企画・編集  
井の頭地区住民協議会  
広報部  
発行部数：9,000部  
(井の頭地区全戸配布)  
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  
☎0422-44-7321



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

休館日

3月30日  
4月6・13・20  
・27・29日  
5月3・4・5・6・11  
・18・25日

## シルバーと子どもまつりを終えて

今年のシルバーと子どもまつりは、模擬店の数も多く、成蹊大学の学生によるゲームコーナーなどもあって会場は大層賑わいました。

天気には恵まれましたが、春の強風のいたずらで、広場の釣り釣りゲームが中止となったのは残念でした。

模擬店は、すべて順調に売り上げを伸ばし、完売。伊豆諸島物産販売も好評。健康コーナーも年代を問わず賑わいを見せ、バルーンアートは、以前にもまして複雑さを極め、昔遊びやぶんぶんゴマの工作は、子どもたちが遊ぶだけでなく、高齢者にとっても懐かしいものでした。

舞台でのキッズダンスは、集客率が高く、トイドローン操作体験は、午前中に整理券配布終了の好評ぶりを見せました。

一方で、大事には至りませんでした。小学生と車の接触事故が起きました。今後の課題にしたいと思いません。

従事いただいた方々、ボランティアの皆さんに厚くお礼申し上げます。  
実行委員長 清水靖子

## コミセン広場のお知らせ 「ボール遊び 禁止」



野球・サッカー・バスケットボールなど、広場でのボール遊びは禁止です(グラウンドゴルフを除く)

利用時間：午前10時～午後5時

(6/1～9/30は午後6時まで)

※井の頭コミュニティ・センター休館日(月曜日・祝日等)は利用できません

※シルバーと子どもまつり開催の様子の写真はホームページで公開予定です。

### おはなし会



大型絵本や紙芝居の「おはなし会」人形劇も盛り上がりしました

### 工作遊び



東多世代交流センターの協力で「ぶんぶんゴマ」を工作

### 模擬店



「やきそば」と「おしるこ」は体育部が販売

### 折り紙



おとなも子どもと一緒に楽しんだ「折り紙」

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 三鷹台駅より徒歩8分  
三鷹台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

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  
☎ 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。

安心・  
ていねい

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)

[daie-cl.jp](http://daie-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

お電話一本迅速に伺います。

秀和建设(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・消火器

設置の御相談は  
是非当社に

有限会社 日の丸防災

☎(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  
(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/>

お電話予約  
お気軽に

## ヒカリ電気

〒181-0001  
三鷹市井の頭5-15-15  
TEL(0422)4310439

比べてみれば  
地元のでんきやさん  
安心 親切 丁寧

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!!

☎ 44-3320  
ウェブサイト決着対応しております。

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

# ご存じですか？ 井の頭の高齢者相談窓口

井の頭には、高齢者の皆さまやそのご家族を支える2つの相談窓口があります。「どこに相談すればいいかわからない」という時も、まずはどちらかに電話ください。

本人はもちろん、ご家族も相談できます。



地域支援連絡会の様子

井の頭地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために三鷹市が設置している総合相談窓口です。介護の専門家(保健師・社会福祉士・主任ケアマネジャー)が在

籍し、介護のこと、認知症のこと、生活の心配など、どんな小さなことでも相談できます。ご本人だけでなく、ご家族や近所の方からの相談も受け付けています。

センターは、高齢者が安心して在宅生活を送れるように、ご本人やご家族などから相談を受け、地域と連携して見守るための高齢者見守り相談窓口です。井の頭地域福祉支援センターが見守りや相談で気づき、井の頭地域包括支援センターが専門的に支えるという関係です。

## 井の頭地域 包括支援センター

保健師・社会福祉士・主任ケアマネなどの介護の専門家が在籍。介護、認知症、生活の悩みなどを相談できます。

「専門的に支える」

場所：老人保健施設 はなかいどう内 (三鷹市牟礼6-12-30)  
窓口：月曜～土曜 午前9時～午後5時  
連絡先：0422-44-7400

## 井の頭地域 福祉支援センター

身近な地域の相談窓口です。地域と連携した見守りを行い、必要に応じて専門機関へつなぎます。

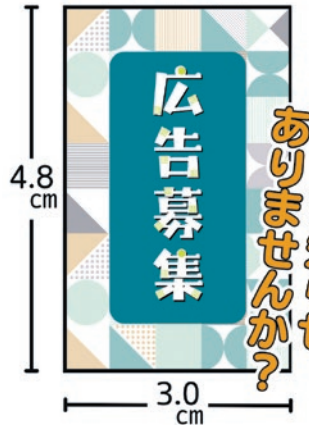
「見守り」「相談」で気づき

場所：井の頭コミセン 新館1階内 (三鷹市井の頭2-32-30)  
窓口：火曜～金曜 午前10時～午後4時30分  
連絡先：0422-24-7335



以前、地域福祉支援センターが定期的に見守り支援を行っていた方が急に入院してしまい、退院後の生活に困っているご家族から連絡をいただいたケースがありました。退院後は専門的な支援が必要になりますので、地域包括支援センターに

どのような相談ができますか？



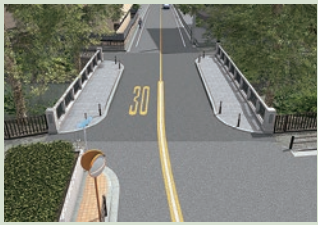
地域にお知らせ、ありませんか？

【お問い合わせ】事務局 ☎ 0422-44-7321

## 宮下橋の架替工事のお知らせ

安全で歩きやすい橋へ生まれ変わります。工事期間中は、片側交互通行や通行止め等の交通規制などのご協力をお願いします。

宮下橋は、しゅん工後70年以上が経過し、「三鷹市橋梁長寿命化計画」に基づき、安心安全な道路ネットワーク(災害時の緊急輸送道路の確保を目的とし



完成イメージ図

・8メートルの橋となります。令和8年2月12日の説明会の資料等は三鷹市ホームページに掲載

してあります。工事期間中は、片側交互通行や通行止め等の交通規制など近隣利用者の皆様には大変ご不便をお掛けしますが、何卒工事の趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いいたします。

【お問い合わせ】三鷹市道路交通課 設計係 濱・東口 連絡先 0422-21-9972 29-92706

## 井の頭地区の特徴

三鷹市の中でも高齢者の割合が高い地区ですが、介護予防に向けて積極的に地域活動に参加している方も多くいます。また、地域包括支援センターが主催する終活や防災などの勉強会にも多くの方が参加しています。

最近では詐欺などについての相談も増えていきます。状況に応じて消費者活動センターなど必要な機関と連携して支援しています。生活にまつわる様々な相談が寄せられますが、ちょっとした不安や気になることがありましたら、気軽にご相談ください。

### 募集!!! 4コマ漫画

4コマ漫画で地域を笑顔に!!!

広報紙「吾木香」に連載される...カモ

◆応募対象となる作品  
・地域や日常の出来事や風景、歴史などを題材にした4コマ漫画  
・過去1年以内に制作された、コンテスト・雑誌等に応募していないオリジナル作品  
◆応募資格  
井の頭地区在住・在勤・在学のかた  
◆応募期間/2026年4月1日(水曜)～2026年4月30日(木曜)

◆応募規定/形式：縦4コマ・JPEG、PNG、PDF形式  
描き方：デジタル制作、手書きどちらも可  
色：カラー、モノクロどちらも可  
◆応募方法/窓口へ持参又は「専用応募フォーム」より、必要事項を入力し作品をアップロード  
◆選定と公開/選定：当住民協議会広報部にて選定  
公開：2026年5月以降、広報紙「吾木香」やHPに公開  
※広報紙「吾木香」に掲載された作品は、1回につき「みたか地域ポイント」を500P付与します。(中学生以下は500P相当のギフトカード等を差し上げます。)

### 井の頭のまちのひとコマ 写真募集

ホームページと 広報紙「吾木香」に掲載

◆応募対象となる写真  
・井の頭地区で撮影したまちの風景、行事、季節の移ろい、日常のひとコマなどの写真  
・過去1年以内に撮影された、コンテスト、雑誌等に応募していないオリジナル写真  
◆応募資格  
井の頭地区在住・在勤・在学のかた  
◆応募期間/2026年4月1日(水曜)～2026年4月30日(木曜)

## 井の頭 コゼンの 講座・イベント

### 韓国料理教室

春野菜のビビンバとスープ

日 4月23日(木曜)  
午前10時15分～12時30分

人 先着16人  
場 新館料理講習室  
講 林恩希さん(料理研究家)  
費 500円  
物 エプロン、スリッパ、ふきん、三角巾、マスク(調理時)

申 4月2日から窓口受付  
(電話受付は4月3日から)

### 米粉料理教室

カラダにやさしいグルテンフリー 素材、米粉の料理教室です

日 5月14日(木曜)  
午前10時15分～12時30分

人 先着16人  
場 新館料理講習室  
講 門司美子さん(料理研究家)  
費 500円  
物 エプロン、スリッパ、ふきん、三角巾、マスク(調理時)

申 4月23日から窓口受付  
(電話受付は4月24日から)

### グラウンドゴルフ大会

目指せホールインワン! 体を動かし、笑顔で健康づくり

日 4月5日(日曜)  
午前10時～11時30分  
(雨天予備日：4月12日)

人 先着40人  
場 三鷹五小校庭  
費 無料  
物 タオル、飲み物

申 3月18日から窓口・電話受付  
※運動しやすい服装でお越しください