

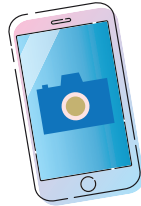


みんなできずこう井の頭のコミュニティ

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—

井の頭のまちのひとコマ

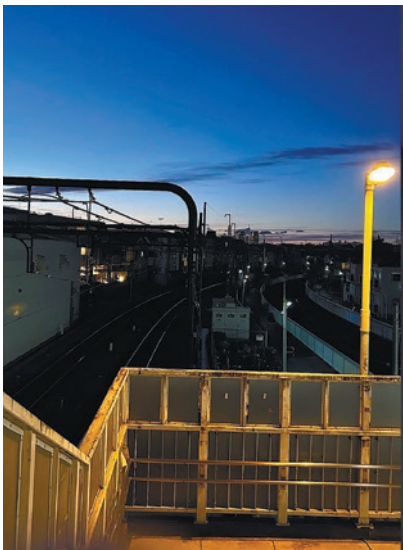
写真のご応募、ありがとうございました



写真募集中！
まちの魅力を
スマホで投稿!!



夕方の日が沈む頃でとても綺麗でした！



日が沈む空
投稿者：さや

初夏の池は一面緑色になります。



緑色の池
投稿者：はた



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

8月3・10・11
17・24・31日
9月7・14・21・22
23・24・28日
※9月から本館は休館

決算総会開催

6月28日、決算総会が開催され、出席と委任状を含めた人数(99人)は委員総数(131人の過半数に達し、総会は成立しました。冒頭、遠藤会長より、審議に向けたあいさつに加え、本年度は本館工事に伴い活動に制約が生じる旨の話がありました。審議の結果、令和7年度決算と活動報告が原案どおり承認されました。(詳細はHPをご参照ください。)

災害対策

避難所開設までの手順を確認

- 1 自身の安全確保(自助)ののち、コミセンにある程度の人数が集まった時点でリーダーとサブリーダーを決め、指示系統を一本化(報連相の徹底)、周辺状況を確認します。
- 2 倉庫から必要な備品を運び出し
- 3 市の災害対策本部から避難所開設の要請後
- 4 避難者の待機・誘導
- 5 避難者の安全確保の掲示物を貼り出し
- 6 施設の安全を確認
- 7 屋外の運営本部移動



井の頭コミセン新館
電話・HP
からお申込
ください

◆会場

9月27日(日曜)
午前10時～正午

◆日時

初期消火訓練・応急手当訓練・非常食試食

ミニ防災訓練を実施します

7月16日にこの手順を実際に訓練しました。

8 施設内のライフラインの確認

9 災害対策本部に連絡

10 運営本部・班の編成

10の手順後、避難者の受入を始めます。

7月16日にこの手順を実際に訓練しました。

ミニ防災訓練を実施します

初期消火訓練・応急手当訓練・非常食試食

9月27日(日曜)午前10時～正午

井の頭コミセン新館

電話・HPからお申込ください

大学の授業で課題としてドキュメンタリーを制作しています。そこで、馴染み深い三鷹市内で自主グループ活動を行っている方々に取材をしたいと思い、たどり着いたのが「ダンディ体操倶楽部」でした。数ある自主グループの中で、「65歳以上の男性限定」という珍しさに興味を持ちました。



早稲田大学3年
西森葵さん

大学生がみた「ダンディ体操倶楽部」

く体操が続けられているの秘訣なのではないかと思っています。また、自主グループで参加者が全員男性で

あることが珍しいとお聞きしたのですが、同性同士という点もあつて気兼ねなく体操に取り組み始めるのだと感じました。

運動好きな方はもちろんですが、つい何も予定がないと出歩かなくなってしまう方にも体操の予定が入ってくれるのはうれしいことではないでしょうか。運動不足な私も、皆さんを見習ってまずは井の頭公園の散歩から始めようと思います。

少し体操も一緒にさせていただきましたが、真面目に取り組みともしっかり運動したような感覚になりました。座って行うので疲れすぎることもなく、一方で体を満遍なく使える体操は運動不足解消にぴったりでした。

少したくさん一緒にさせてもらいました。皆さん、これからも一緒に活動してください。

り組めるのだと感じました。

本館は9月から12月まで

休館します

(図書室は新館に臨時窓口設置)

井の頭コミュニティ・センター本館は、空調設備等の改修工事のため、おおむね4ヶ月間休館します。

【休館期間(本館)】(予定)
2026年9月1日～2026年12月末

- ◆新館：通常どおり開館
- ◆図書室：臨時窓口を新館2階に設置
図書室の臨時窓口では、予約受取・利用登録等はできる予定ですが、蔵書の貸出は一部のみとなる見込みです。詳しくは、決定次第ホームページ等でお知らせします。



AIデマンド交通の「I-10三鷹駅」乗降ポイントが、駅近く(旧2番バス停)に移動しました。

図書室イベント
読書ノート

7/18～8/23

詳細はHPをご覧ください→



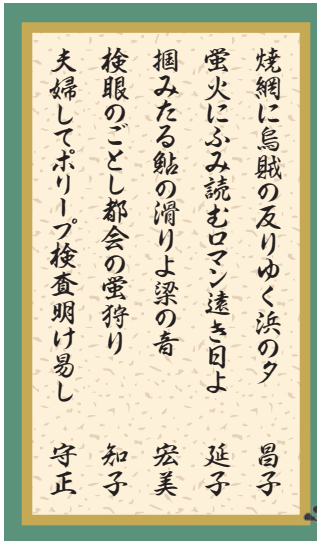


井の頭東部地区公会堂

熱中症対策
クーリングシェルター
をご利用ください

近年の記録的な猛暑を踏まえ、井の頭一丁目にある井の頭東部地区公会堂を、クーリングシェルター（指定暑熱避難施設）として、地域の方に開放しています。（三鷹市のモデル事業）

□7～9月の開放日時
日曜 9時～17時
火曜 10時～13時



夏の季語の俳句五句選

ウオーターサーバーを設置し、絵本やおもちゃを置くなど、子どもから高齢者まで安心して涼しく過ごせる場所になっています。施設管理を担う井の頭一丁目町会では、杏

林大学公認サークル a s o b i 基地の学生と連携して楽しい親子遊びも企画しているほか、実施日にはシルバークリニックの方々が常駐しています。井の頭コミセンでも、暑さを避けて休憩が取れるロビーを開館時間内にご利用できます。



「茶道体験教室」参加者の声

5月31日、正座やふすまの開け閉めなどの作法や、おいしい抹茶の点て方を楽しく体験しました。

現在、家族とインドで生活しているため、日本の文化を知ってインドで発信していきたいと思い、茶道体験教室に参加しました。先生が、茶道の所作や楽しみ方を教えてくださり、あらためて抹茶の美味しさを感じることができました。道具を準備すれば、完璧ではなくてもお茶をインド人にも点ててあげられると思いました。とても良い機会になりました。本当にありがとうございました。

本間華奈子

今日は茶道体験教室は、とても楽しかったです。正座は痛かったけど、お茶を泡立たせるのは楽しくて、おいしかったです。本格的な茶道で興味を持つことができました。

良い時間となり、機会があれば茶道をやってみたいなと思いました。

K・N

私は、茶道は初めてで、正座の仕方やふすまの開け閉めなどを教わったので、ぜひ和室などで活かしたいです。茶道の順番などを丁寧に教えていただいたので楽しかったです。中学や高校の部活で茶道部があれば入りたいです。

M・N

キャラ募集 **ほのぼのネット**
キャラクター大募集!

「ほのぼのネット」は、地域で支え合い、誰もが安心して暮らせるまちづくりを目指す見守りボランティア活動です。

この活動をより多くの皆さまに知ってもらい、親しみを感じてもらえるような、地域の皆さまに愛されるオリジナルキャラクターを募集します。採用された方には、副賞を贈呈します。

募集期間：8月31日(月曜)まで
応募方法など詳細は、QRコードよりご確認ください。たくさんのご応募をお待ちしています。

【お問い合わせ】
みたかボランティアセンター
☎0422-76-1271

参加者募集 **みたかふれあい支援員**
(認定ヘルパー) 養成研修

ヘルパーの資格がなくても、この研修を受講して市の認定を受けると、「みたかふれあい支援員」として三鷹市の訪問型サービスに従事することができます。地域で役立つ仕事を始めたい方、介護の仕事を始めたい方、ぜひお気軽にお申し込みください。この講座には認知症サポーター養成講座が含まれています。

日時：9月8日・15日(火曜)
(Cコース全2回)
午前9時30分～午後4時10分

会場：三鷹市公会堂さんさん館3階
講師：三鷹市内介護事業所職員、他
対象：18歳以上の方(高校生を除く)
定員：30名(定員を超えた場合は抽選)
費用：無料

※受講者には、「みたか地域ポイント」100ポイントを差し上げます。

お申し込み
・ Google フォーム
・ 電話

【お問い合わせ】
三鷹市福祉 Labo
どんぐり山
☎0422-24-7350

井の頭コニセブの **講座・イベント**

日	行事・内容	日時・対象・定員	会場	講師・費用・申込
8/1	夏のおはなし会 ヒヤットするおはなし会	8月1日(土曜) 午前10時30分～	本館和室	無料 会場に直接お越しください ※おみやげあります
8/18	鉄道模型運転会 法政大学OBが鉄道模型を走らせ、運転操作を体験できます	8月18日(火曜) 午前10時30分～午後4時 上記の時間に自由に出入りできます	本館会議室	協力：法政大学小金井鉄道研究会OB会、法政中学校有志 無料 会場に直接お越しください
8/30	アンサンブル・マロニエ サロンコンサート わが街井の頭で、クラシックの名曲を聴いてみませんか	8月30日(日曜) 午後2時～3時 (開場午後1時30分) 先着80人	新館多目的室	出演：横島俊介さん(指揮・独奏)、斎藤絢子さん(コンサートミストレス・独奏) 無料 会場に直接お越しください
9/10	笑いヨガ 笑いと呼呼吸法を組み合わせたエクササイズ たくさん笑ってリフレッシュ	9月10日(木曜) 午前10時30分～12時 先着20人	新館視聴覚室	講師：森朱実さん(ラフターヨガインターナショナル・ティーチャー&アンバサダー) 無料 8月20日～窓口・電話・HP受付
9/12 9/19	歴史講座「豊臣秀長」 (三鷹市との連携講座事業) 全2回	9月12・19日(土曜) 午後1時30分～4時30分 三鷹市民・先着30人	新館視聴覚室	講師：平野明夫さん(國學院大学・駒澤大学講師) 無料 8月22日～窓口・電話・HP受付

※申込 窓口：本館事務局 電話：0422-44-7321 HP：公式ホームページ

家族葬から大きなお葬式まで
地元のバリアフリー斎場
安置室完備

三鷹台駅より徒歩8分 駅からの送迎車もあります
詳しくは下のQRコードからご覧ください

株式会社 あさの
安心の葬儀・信頼の実績 創業昭和2年
24時間迅速対応
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!!
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。

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
美しさを優しく楽しく指導
いたします。

指導 大東文化大学講師
原 奈緒美

教室(自宅)
井の頭5-20-13
☎ 0422-46-6565
ホームページ

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(バッグ、ぬいぐるみ、カーテン、布団)
daie-cl.com

46-9364
水曜・木曜
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
塗装・防水工事

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

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)

貯金も

ローンも

共済も

年金相談も

東三鷹支店
三鷹市牟礼2-11-14
(0422)44-7341

JA東京むさし
カワセミのムーちゃんどさん
【東京むさし】

ヒカリ電気

お電話下さい!!
お気軽に

三鷹市井の頭5-15-15
TEL(0422)43-0439

比へてみれば、
地元のでんきやさん
安心 親切 丁寧

創業100年超・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、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

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