

防災の日(9・1) 大いにハッスル

訓練に200名!



「防災の日」九月一日午後十二時三十分より地域の方々、センター利用者約200人が参加して、警察署、消防署、消防団の方達と共に関東地区に大地震が発生と言う想定の下に市役所の地震放送を聞き、防災訓練をおこないました。

青柳広場、迄の避難誘導後、付近の民家から火災が発生したという想定で参加者によるバケツリレーで初期消火訓練を行いました。お母さん方よりも小学生の皆さんが熱心に積極的に参加し火はすぐに消えました。

間もなく消防車2台も到着し大いに威力を発揮して消火訓練は終わりました。

また防災無線を使った配食通

報訓練では防災部員と希望者8名が自転車で「新川公団防災備蓄庫」に乾パンを受け取りに行きましたが、実際にはいろいろ障害もあるでしょうが短い時間で無事帰着し、ほっと致しました。

消防官、警察官の災害時の心がまえのお話の中で避難の際、急ぎたい気持ちでしようが慌てずできればロープを用意して皆んながつかまりながら行動すると安全だという事でした。

また、下町の方々の様に常日頃防災を心掛けている地域よりも防災に無関心な地域の方がより大きな災害になりやすいという助言は身につまされました。

次に最も関心の深い給水訓練は「近藤豆腐店」のご協力で停電しても大丈夫という井戸を見学し、大やかんで避難集合場所へ運び、乾パンと一緒に参加者全員に試飲してもらいました。いざという時、生活にかかせない水だけに感謝の気持ちで一杯です。



むし暑い中、二時間にわたった訓練に参加して下さった方達の熱意に部員一同厚く御礼申し上げます。

なお、防災防犯部会では十月末頃に秋の防犯運動関連行事を、十一月末頃には秋の火災予防運動関連行事を予定しております。



発行 新川中原住民協議会
企画・編集 住民協議会広報部
発行責任者 井上利明
会場 コミュニティセンター
三鷹市新川1-11-1
TEL 0422(49)6568~9



中原から金メダル

八月七日発行の三鷹市報で紹介された「金メダル」に輝いた宇田川清貴君(16)と佐々木浩君(15)がともに私たち中原地区の居住者であることから、両君が学び育った三鷹一中の「ふじみ学級」に担任の小川善徳先生を訪ねてお話を伺いました。

この精進者のスポーツの祭典「スペシャルオリンピック」はケネディー財団が発起して四年に一度開催され、今回は第六回大会になります。身障者の競技大会が「パラリンピック」と呼ばれるように、この大会にも世界四十七ヶ国が参加し、米国のルイジアナ州立大学を会場として七月十二日から十六日まで各種の競技が行われました。日本からは六十八名が参加し、水泳の部では七名が奮闘され、三鷹市から兩名が推薦されました。

二人が出場した100メートルで日本チームが優勝したのをはじめ、25メートルでは宇田川君が優勝、二人で金メダル3個、銀メダル1個の大活躍をされました。小川先生は、社会に解けこむ第一条件は健康であり、次に人との交流が必要なることを思い、二年生のとき一中の水泳部に両君



会場までの途中立寄った湖畔にて左から佐々木・宇田川両君と引卒の小川先生

センター		休館日のお知らせ	
9月	16日(金)	振替休館日	
9月	19日(日)	休館日	
9月	24日(金)	振替休館日	
10月	26日(日)	休館日	
10月	31日(月)	休館日	
9月	17日(日)	休館日	
10月	24日(日)	休館日	

の正式入部をご両親と話しあわれ、一般部員と一緒に早朝トレーニングなど訓練にたえて頑張ったそうです。校内水泳大会では、クラス対抗リレーで、9チーム中「ふじみ学級」チームが6着になるなど奮闘し、一つのことに集中して努力すれば、決して人間は劣るものではないことを両君たちは大きな自信として会得したそうです。

「スペシャルオリンピック」は高く、早くという記録やタイムを競うものではなく、如何に毎日のトレーニングを積み、如何に全力を出し切り、如何に個々が満足感を表情に示すかなど特殊な要素を加味して、金銀銅メダルが決まるので一般の概念の金メダルでないことを教わりました。両君はいま一中を卒業し元氣一杯社会人として挑戦しています。

高橋 明美

トリム体操をはじめ

去年の十月から、トリム体操を毎週金曜日新川中原コミュニティセンターを利用して、仲間と始めました。発足時は十名位でしたが現在は、視聴覚室も狭く感じるほどの大勢の仲間で、冷房も止め、思い切り汗を流し、この夏もみんな元気に乗り切りました。

私は、六年前に「胆のう」の手術をしましたが、何故か身体がすっきりしないので、何か自分にあった運動をと思い、少人数でもいいからやってみよう、このトリム体操クラブが始まりました。

いまでは週一回の体操が楽しくて待ち遠しく感じられ、仲間顔を見るのも楽しみの一つです。

第2回新川中原コミュニティ 大運動会

スポーツでふれあいのよろこびを

とき ■10月9日(日)
午前9時～午後3時30分
雨天 10月16日(日)

ところ ■新川青少年広場
(青柳ひろば)



す。最初は準備運動から始まり、ラジオ体操、レコードに合わせてジョギング十分間、柔軟体操、最後は一つの輪になってフォークダンスと、みんなと触れあうことができるのです。また先生の楽しい話しを聞きながら、いつの間にか二時間は過ぎてしまいます。

永い間悪かった胃腸、肩こり、腰痛、そしてストレスなど今は、

全て忘れて、健康な毎日を通して、誰にでもすぐに親しめるのがこの体操の特徴です。いづれ迎える更年期も恐れず、仲間と共に一生続けていくつもりです。春の健康診断で自分の健康にも自信を持ち、また秋には奥多摩の方へバス旅行があります。

トリム体操は私の健康法です。

10月・11月の行事のご案内……新川中原コミュニティセンターへどうぞ!

Table with 9 columns: 行事名, 内容, 期間, 日時, 対象, 対象人員, 申込方法, 備考. Rows include various activities like lectures, classes, and sports events.

市民運動会にみんなで行こう
10月10日に大沢グラウンドで市民運動会が開催されます。当日は臨時バスも運行されますのでお気軽にご参加ください。

第五回 健康づくり市民のつどい

健康は自分で守るという認識のもとに市民が健康で幸せな生活が送れるよう、栄養・運動・休養の面で参考になる講演会と健康栄養展を開催します。

仲間づくり

みんなであそぶ(歓喜の歌)をうたいましょ!!
〈合唱団員募集〉

公演 昭和59年2月11日
於 三鷹市公会堂
演奏 三鷹市管弦楽団
指揮 小堀浩之

合唱練習

昭和58年10月7日より毎週金曜日と第2・第4月曜日
PM 6:30~9:00まで
ひばり保育園で(三鷹市南中央通りとみん銀行前)

お申込
氏名・年令・住所・電話・パート別・経験の有無を9月25日迄にハガキ又は電話で三鷹市大沢2-4-1

仲間づくり

さつき会
民謡の自主グループです。火曜日午後7時より9時迄日本の各地の民謡をセンターで練習して居ります。

図書室だより

左記の方より図書の寄贈がありました。(敬称略)

- List of names: 佐藤盛二, 荒木輝, 小倉正浩, 青木昌子, 成沢, 吉田晴松, 飛沢祐子, 鹿島美智子, 女淵正俊, 内山恭子, 児玉正浩, 鈴木行蔵, 八田秀之, 近藤裕美子, 真田親義, 西尾, 天沼, 匿名希望者

事務局だより

三鷹市の人事異動により、事務局次長の青野進氏は武蔵野三鷹保険衛生組合へ転任し、かわって井口コミュニティセンター事務局次長の高橋喜一さんが当センターの次長として赴任されました。どうぞよろしく……

Advertisement for various shops: 近藤豆腐店, 中原商店, 海老沢米店, 蔵乃家蕎麦店, 山形園, つるや酒店, カインド.