

みんなで踊ろう、輪になって!

第26回コミュニティ

盆踊り大会

8/8(金)PM6:30~9:30
8/9(土)PM6:00~9:30
会場 新川あおやぎ公園

8/9(土)PM6:00~
阿波おどり
三鷹商工連

・車でのご来場はご遠慮下さい
・園内にペットを入れないで下さい



発行
新川中原住民協議会
企画・編集
住民協議会広報紙
コミュニティセンター
三鷹市新川1-11-1
TEL 0422 (49) 6568~9
http://www1.parkcity.ne.jp/sncc/
印刷 仲田印刷

盆踊り模擬店メニュー

おもちゃ各種……	50円~	フランクフルト…	100円
飲み物……………	100円	焼きそば…………	300円
生ビール…………	300円	ダーツゲーム……	100円
カキ氷……………	100円	ポップコーン……	50円
		その他いろいろ	

盆踊りの曲目

新中音頭	丸池音頭
炭坑節	東京スカイツリー音頭
東京音頭	大東京音頭
花笠音頭	チャンチキおけさ
ドラえもん音頭	きよしのズンドコ節
アンパンマンの	火の国太鼓
サンサンたいそう	河内おどこ節
	佐渡おけさ

休館日のお知らせ

8月	4日(月)
	11日(月)
	18日(月)
	25日(月)
9月	1日(月)
	8日(月)
	15日(月)
	16日(火)
	22日(月)
	23日(火)
	29日(月)



町会・自治会代表者と住協・災対連役員との懇談会

去る7月6日(日)、町会・自治会代表者と新川・中原住民協議会(以下「住協」)・新川中原地区災害対策連合会(以下「災対連」)役員との懇談会が開催された。

挨拶に立った住協の田山会長より、冒頭、6月24日に降った大量の雹による被害を受けた方々に対し見舞いの言葉があった。また各方面から見舞いの電話を受けたこともあわせて報告された。中でも、三鷹市の姉妹町である福島県矢吹町からは産業振興課長が直接来訪、見舞金まで頂いたとのこと。東日本大震災直後に行ったチャリティーフェスタを始め、さまざまな形で交流を続け育まれた絆のひとつではないかと紹介された。

また、農作物の被害が甚大な中、7月5日に丸池の里わくわく村(以下「丸池」)で予定されていた「地場野菜を食べる会」は、近隣地域からの協力により無事執り行うことができた。これもまた日頃からの交流の結果と、感謝の意を表した。

今後、災害面においては災対連と、福祉問題については地域ケアネットワーク・新川中原(以下「地域ケアネット」と、子供たちに関してはコミュニティスクールとの連携が重要だと考えている。

こうした活動の全てを支えている町会・自治会の皆さんに感謝すると共に、それぞれの考え、抱えている課題等を議論していきたいと結んだ。災対連の麻生会長からの挨拶に引き続き、来賓として丸池の土方助役

地域ケアネットの畑谷代表より挨拶があった。

地域ケアネットからは、現在、ガイドブック(改訂版)を作成中と報告があった。これは、地域で活動している団体を地域の人に知ってもらうため、「何かあったらあそこにご相談しよう、あそこへ声を掛けてみよう」と繋げていくひとつの取り組み。

【地域防災の取り組み報告】

平成26年度の総合防災訓練は10月5日(日)に、体験型の訓練を予定している。簡易トイレの設置、止血方法の実習等で、昨年末体験の方を優先しながら行いたい。

また、新しく作成された避難所マニュアルをもとに打合せを行っていく。災害時に避難所となる第五中学校、東台小学校、中原小学校の関係者とは7月中旬に、自治会関係者とはその後順次開催予定。(災対連)

【町会・自治会の活動報告】

★先日の雹被害に見舞われた京王つじヶ丘自治会では、被害を把握するためアンケート調査を準備中。「単体で出来ることには限りがあるので協力をお願いします」との要請があった。

★前回、高齢者が置き場にゴミを出しに行くのが大変なため、収集方法を変えたエピソードを紹介してくれたつじヶ丘自治会。今回はその後日談が披露された。

ゴミ出しが楽になったためか回収量が2倍に増え、自治会の収入も増

加した。住民業者、自治会それぞれが喜ぶ結果になったそう。

★車止めのサビ対策を実施する発表をしたところ、古くから残っている貯水槽も対象にして欲しいという声があった。これを安全・安心パトロールのメンバーに話したところ、子供達が貯水槽に登って遊んでいるという話が出てきた。事実を確認し適正な対応ができたのは、日頃の活動を通じて、バラバラだった情報が集まったおかげだと思う。

また、消防署・警察署の協力を得て実施した安全・安心パトロールでは、施錠されていない空き家も発見されたそう。

★雹被害に関する話題の中で消防団の活躍も紹介された。

TV放送等では触れられなかったが、地元第1消防団はもとより、隣の第6・8・9消防団も応援に駆け付け、夜を徹して作業を続けてくれた。

「自分の身は自分で守る」が基本。その上で、こうした影の力に感謝すること、更に可能な範囲で参加していけば更に住みやすい町になっていくだろう。

出席の町会・自治会は左記の通り(順不同・敬称略)

ひばりが丘町会・丸池町会・新川京王自治会・新川島屋敷通り自治会・新川本町町会・京王つじヶ丘自治会・中仙川町会・中原三丁目自治会・中原四丁目自治会・つじヶ丘団地自治会・新川五丁目2号棟自治会



出席の町会・自治会は左記の通り(順不同・敬称略)

ひばりが丘町会・丸池町会・新川京王自治会・新川島屋敷通り自治会・新川本町町会・京王つじヶ丘自治会・中仙川町会・中原三丁目自治会・中原四丁目自治会・つじヶ丘団地自治会・新川五丁目2号棟自治会

鷹南学園 だより

いじめのない学園作り

第五中学校 小川敦子

今年度は、いじめについて学園の子供たちみんな考えていこうと四月から様々な取り組みを行っています。まず、四月に学園三校でアンケートを実施しました。

- ① 言われて嫌な言葉
- ② やられて嫌なこと
- ③ ①、②をなくすにはどうすればよいか

という内容で小学校二年生から中学三年生までに答えてもらいました。その後、小学校は児童会の代表委員会、中学校は生徒会でそれぞれアンケートをまとめ、これからどのようにしていけばよいか各学校で話し合いました。

五月には、児童会・生徒会交流会で各校のアンケート結果を受けて、「いじめをなくすにはどうすればよいか」について話し合いました。グループごとの話し合いでは、良い意見がたくさん出され、学園のリーダーたちの意識の高さを感じました。

そして、六月には各学校の朝礼で、各校のアンケート結果と児童会・生徒会交流会の話し合いのまとめが発表されました。小学校の朝礼に中学の生徒会役員が参加し、いじめをなくすためにはどうすればよいかを呼びかけました。二学期も児童会、生徒会を中心に、いじめのない、誰もが安心して過ごせる学園作りのために、様々な取り組みをしていきます。



新中みなぎぎの集い

6月10日(火)午前11時30分より地域の高齢者・障がい者との交流会が開かれました。

第18回の今回は、江戸小瀬笑い広げ鯛の皆さんと手品、そして全員でめだかの学校、手をたたきましようを歌いました。作曲家は中田喜直氏で、三鷹市に住籍されていたそうです。

お互いの交流を深め楽しいひとときをすごせたと感じます。(厚生部)



環境問題見学会

二時間のバス旅行をへて到着した白州工場は、南アルプス甲斐駒ヶ岳の中腹、折しも時期は五月の末、まばゆいばかりの新緑に包まれていた。高級別荘地そのもの、私もこれまでいろいろ工場を見学してきたが、これほど素晴らしい所を見たことがない。つくづくこういふ所で働きたかったと痛感した。心なしか、

説明の職員も、活気と満足に満ちていた。アルプスにる過ぎられた水、これほど素晴らしい水があるのか、ここに着目された会社の叡智と努力には、心から敬意を表したい。当工場の見学には、会社も積極的と聞く、読者も是非一見を。



(取材・広報部)

新中子ども会 「ミニ運動会」

天候不順の毎日の中、待ちに待った晴!!

新川中原住民協議会のミニ運動会は、地域に浸透してきました。

今年、66名の参加を得て学校、年齢を越えて、みんな一緒に玉入れ、大玉ころがしをしたり、応援に競走などいそがしい時間でした。

日さしの強い中、消火器の使い方も練習しました。大人でも使い方がわからない人が多い中、たのしい子供たちです。いろいろ知って、いろいろ遊んで見学に来る親の方々ものんびりと楽しそうに



(防災防犯部)

水中ウォーキング アクアビックス教室

日常の基本動作「歩く」ことを水中で行い、筋肉トレーニング効果のあるアクアビックスを楽しみながら、健康な体を作りましょう!

9/2(火)3(水)4(木)5(金)
午前10時30分~12時

定員になり次第
締め切りま〜す

受付 午前10時~
場所 新川中原コミュニティセンター・プール
定員 先着30名
申込 8月5日(火)よりセンター窓口へ
参加費 無料
対象 高校生以上で健康な方 4日間
持物 参加できなくても申込み可
水着・水泳帽・ゴーグル

認知症と物忘れ

4人に1人が65歳以上の高齢社会を迎えるなか厚生労働省研究班の調査で、65歳以上の高齢者の15%にあたる人が認知症という実態が明らかになった。

認知症とは脳の老化で、記憶力や判断力が衰えていく状態をいい、原因になる病気が60〜80種類あるといわれ最も多いアルツハイマー病が6割を占めている。

アルツハイマー病は、加齢とともに脳にタンパク質がたまっていき、脳の働きにダメージを与える。歳をとれば誰でも多少の物忘れはある。

それは年齢相応の現象であり、神経質にならないこと。

認知症は、物忘れの自覚そのものがない。認知症と物忘れの違いは、物忘れがひどくなった結果、日常生活に支障をきたしているかどうか?

■物忘れは食事のメニューを思い出せない。
■認知症は食事したことを忘れてしまう。

認知症の予防には、糖尿病の予防、運動(指の運動、毎日歩く)

知的活動(沢山のひとと話す、趣味を持つ)
バランスの良い食事(良く噛んで食べる)

お米はオクラや長芋、納豆などのねばねばした食材を同時に食べる。
青味魚、豆腐などの大豆製品、野菜を多くとるなど。

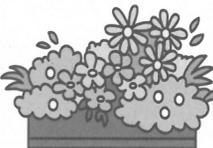
花いっぱい運動

一年に4回ある運動の1回目、今回から花の選定を予算の範囲内で選べるようになり、今回はペチュニア、ダリア、ブルーサルビア、アクチノタスを購入、コミュニティガーデンに植えました。

当日は部員の手で草むしり、堆肥をして配布されたベコニヤを植えました。空模様があやしく降り出してきたので水やりは中止。早々に

退散して部会を行い、夏の暑い日草花の水やり当番を定めて散会。
追伸、6月24日の電で入口前のプランターの花は丸坊主になり殲滅。ガーデンの草花も穴だらけになってしまいました。

(環境部)



★ジュースと呼べるのは果汁100%だけ!

- ◇果実ジュース
1種類の果実で果汁100%
- ◇果実ミックスジュース
2種類以上を混合した果汁100%
- ◇顆粒入り果実ジュース
果実の果肉が入った果汁100%
- ◇果実・野菜ミックスジュース
果汁と野菜汁混合した100%、ただし果汁は50%以上



★ジュースのタイプ

- ◇濃縮還元タイプ
果汁を加熱などで水分を減らしペースト状にしてから冷凍保存し容器に詰める前に水分を加えて、もとの果汁に戻したジュース
- ◇ストレートタイプ
果汁をそのまま保存して容器に詰めたジュース

★果汁が10%以上100%未満は、「果汁入り飲料」でジュースとはいわない

第38回 朝陽学園 チャリティバザー

日時: 10月26日(日)
10時~15時
場所: 三鷹市役所 中庭

「収益金」はすべて、学園児童の健全育成と学園改築返済金に使用します。



食事の配達サービスはいかがですか?

対象 三鷹市内在住の高齢者・障害者
料金: 1食760円(税込)
会費: 1世帯月額500円
提供日: 毎日(朝・夕)
連絡先: 社会福祉事業団
在宅サービス
43-8804
利用は週1回でも短期間でも可能
使用後の容器や食器は回収します

お願い
コミュニティセンター前の駐輪場での自転車の止め方があまりにもマナーがありません。整理整頓をして停めましょう。沢山停まっている時には、プール側の駐輪場に停めてください。



ご存じですか?

新川中原コミュニティセンターのロビーは、近隣のみなさんの憩いの場所です。散歩や買物の途中でのんびり、地下の「軽食・喫茶金ちゃん」で、お友達とお茶しませんか!
お気軽にお立ち寄りください。お待ちしております。

ゆで卵の上手なむき方

産みだした卵の白身には鶏の体内でできた二酸化炭素(CO2)が沢山含まれていて、ゆでるとCO2が温められ膨らんで白身を殻に押しつけるからくつついて、むけにくくなるので、冷蔵庫で保管した卵は5日間、室温なら3日間経ってからゆでるとむきやすくなる。
新しい卵をゆでた場合は、氷水などの冷たい水で冷やす。

七夕まつりとおはなし会

6月28日(土)朝から雨模様の中、沢山の子ども達が参加してくれました。



七夕かざりづくりは色が見えたりいろいろな材料を使って飾ります。短冊に未来の夢・現在の願い事を書いて笹に飾りました。場所を視聴覚室に移動して、お話し会が始まりました。



寄席は楽しい

5月23日、待望の寄席が武蔵野落語同好会からお三方にお越し頂いて開催されました。呼び込みの太鼓が鳴らされ、50名弱のお客様の、温かい拍手の内に始まりました。素人と言いつても、大所帯の中で研鑽を積み、幾度も大舞台で公演してきた方々です。開口一番は、しゃれた小話で客筋に合わせた、何とも良いセンス。温かい拍手に送られやった、やった。次の出番は女性噺家。お馴染みの「転



失気でご機嫌を伺いました。女性なのに、おならの話なんてと思われたその貴方、がんばつての声援に愛嬌で応える様子、本当に見て頂きたかった。取りをとるのは、むさしの亭の代表。演し物は「幾世餅」解りやすくほろっとさせるいい噺。ここの話ですが、下ろし立て。下げをちよつとの間忘れるなんて、シャレが効いてますよね。兎に角笑えば免疫力アップ。どうぞお元気で、またのお越しをお待ち申し上げます。(文化部)

ケアネット・しんなか

「地域ケアネットワーク」は子どもから高齢者まで誰もが安心して暮らしていける様に地域の住民同士で見守り、支え合って行きますようという「地域での新しい支え合いの仕組みづくり」です。

地域としての課題解決に向け、講演会・学習会等を開催して地域での支え合いを皆で考えていきます。

また、地域の方々がフラツと立ち寄れる居場所として、毎月第4木曜日午後12時～「サロン」を開いていきます。

「サロン」では参加者同士の楽しいおしゃべりと有用な情報提供等、お互いの顔の見える繋がりづくりの場になっております。

是非一度お立ち寄りください。お待ちしております。

地域の皆が笑顔で住み続けられる新川中原にしていきたいです。(代表 畑谷貴美子)

図書室だより

新しく入った本の紹介

- 「クラスメイツ 前期」 森絵都
- 「いきいき96歳」 吉沢久子
- 「縁結び仕り候」 辻井南青紀
- 「戌亥の追風」 山本一力
- 「乱」 矢野隆
- 「災厄」 周木律
- 「ポケットに物語を入れて」 角田光代
- 「ボラード病」 吉村萬吉
- 「戦国時代の組織戦略」 堺屋太一

- 「毒 主義」 内館牧子
- 「為替がわかれば経済がわかる。」 神原英資
- 「ブレない人は、うまくいく。」 中谷彰宏
- 「腸を鍛えればストレスは消える！」 藤田絢一郎
- 「お風呂と脳のいい話」 茂木健一郎
- 「幻想神空海」 山崎まゆみ
- 「片づけなきや親の家片づけた自分の家」 杉之原富士子
- 「途上なやつら」 まさきとしか

- 「米国人一家、おいしい」 京を食べ尽くす
- 「詩を書くということ(100年イ」 関根光弘
- 「マシユ・アムスターバートン著」 谷川俊太郎

南部図書館みんなみ -オープン-

アジア・アフリカ語学院の1・2階にオープンしました。ピッカピカの新書が勢揃いして、皆さんのお越しをお待ちしています。三鷹市内の図書館が蔵書する70万冊近い図書予約して、借りることができます。初めて市立図書館を利用される方は、住所がわかる身分証明書をお持ちください。

開館時間：午前9時30分～午後5時
休館日：月曜日、第3水曜日、年末年始(12月29日～1月3日)及び特別整理期間
住所：新川5-14-16
電話：0422-76-5571



ケアネット・しんなか しんなかサロン

日にち 8月28日(木)
9月25日(木)
時間 午後1時30分～3時30分
場所 コミュニティセンター
2階会議室
みなさんのお越しを
お待ちしております



南部図書館みんなみ

矢吹町からお見舞いをいただきました

6月24日(火)に発生した、新川中原地区の震災に対して、新川中原地区の被災者に対して、姉妹町の矢吹町より、心暖かいお見舞いをいただきました。震災があった報道を受けて、矢吹町の産業振興課佐久間課長他二人がわざわざ新中コミュニティセンターを訪問され、メッセージと共にお見舞いをいただきました。先の東日本大震災では、三鷹市の住協の中でまず先に支援活動が始めたことが、今回に繋がっていると思います。矢吹町の皆さん、ありがとうございました。

本を出版しました
●倉田周平著 近代文芸社発売
『きりぎりす』(1000円)
(女性記者奮戦記)
『まぼろしのゲスト』
(1200円)
*「ふれあい」新年号で紹介されました。
●御注文の方には郵送・配達も致します。
☎FAX 0422(45)7441
(渡辺)

●靴・スポーツ用品の店
カインド
☎ 0422-46-2844
小中学校上履体育着販売店
(司レストラン前)

藏乃家蕎麦店
☎ 0422-46-2193

海老沢米店
☎ 0422-46-2193

大竹造園
植木手入・庭園工事
☎ 0422-46-2193

つるや酒店
和洋酒・食料品
☎ 0422-46-2193

各種ガス器具
プロパンガス } 用・風呂釜・湯沸器 他
都市ガス }
各種家電製品
ビデオ・カラーTV・冷蔵庫・エアコン 他
プロパンガス・都市ガス併用配管工事
アサヒ物産株式会社
☎ 0422-48-2611



8～9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!



行事名	内 容	日 時	対 象	募集人員	申込方法	費用・持参する物等	
文化部会 第2回音楽サロン	銀幕のクラシック ヴァイオリン 前田 知加子 氏 ピアノ 前田 浩剛 氏	9月27日(土) 午後7時～ センターロビー	一 般	100人	当日おいで下さい	無料	
厚仁部会 新中いきいき大学	美術講座 「印象派の殿堂・オルセー美術館への招待」 講師 斎藤 陽一 氏(美術ジャーナリスト)	1回目 9月21日(日) 2回目 9月28日(日) 午後1時30分～3時30分 地階 視聴覚室	一 般	各50人	8月21日(木)～ センター窓口へ	無料	
	新中子ども 絵本読み聞かせ	おはなしミュージック 絵本と音楽のハーモニー 出演 こんぺいとう	未就園児 小学校低学年 までの親子	80人	当日おいで下さい	無料	
環境部会 地域美化運動	あおやぎ公園清掃	8月 2日(土) 16日(土) 9月 6日(土) 20日(土) 午前7時～ ※雨天中止	どなたでも		現地においで下さい		
	丸池公園清掃	8月 9日(土) 23日(土) 9月13日(土) 27日(土) 午前7時～ ※雨天中止					
	環境問題学習会	ペットボトルでビーズ作り	8月30日(土) 午後1時30分～3時	どなたでも	10人	8月5日(火)～ センター窓口へ	無料
	花と緑の学習会	みなさん いっしょに花植えてみませんか	9月20日(土) 午前10時～ センター玄関前	小学生以上 未就学児は 保護者同伴	10人	8月30日(土)～ センター窓口へ	雨天順延の場合は 9月21日(日)実施
防災防犯部会 新中子供会	大迷路	9月20日(土) 午後1時30分～3時30分 9月21日(日) 午前10時30分～12時30分 2階会議室	小学生まで	自由	当日おいで下さい	無料	
健康づくり推進委員会 健康づくり料理教室	秋のお月見料理	9月11日(木) 午前10時～午後1時	一 般	20人	材料費を添えて センター窓口へ	材料費500円 エプロン・三角布・筆記用具	
	保健栄養相談	一般保健相談、血圧測定、栄養相談 【市健康推進課協力】	9月4日(木) 午後1時30分～3時	一 般	自由	当日おいで下さい	無料

ホームページ <http://www1.parkcity.ne.jp/sncc/>

問合先 45-11151
場所 三鷹市企画経営課
日時 但し9月10日は休み
9時～16時30分
8月8日(金)～15日(金)
国際人道支援活動
平和展
平和祈念式典
平和アニメ上映会
内容 戦没者追悼式並びに
平和祈念式典
場所 三鷹市公会堂
日時 10月8日(金)～15日(金)
10時～12時

新川中原地区 総合防災訓練は 10月5日(日) 午前10時～12時

会場
●新川中原コミュニティセンター
●東台小学校

詳しくは「新中災対連」の広報紙をごらんください
主催 新中災対連/地域内町会・自治会

地域防災は自主防災

健康づくり一日ウォーキング教室

初秋の高原を約3時間、歩きませんか?

行き先 霧ヶ峰・車山(長野県)
日時 9月17日(水) 雨天決行
雨天の場合は、八島ヶ原湿原(一周約2時間)
集合 新川あおやぎ公園
午前6時15分 時間厳守
参加費 2500円 交通費昼食付(飲物は各自持参)
募集人数 先着35人(高尾山程度の山歩きが出来る方)※山道を歩くのでウォーキングシューズまたはトレッキングシューズなどでご参加ください。
申込 8月20日より参加費を添えてセンター窓口へ
定員になり次第、締め切り



詳細は申込時にセンター窓口でお尋ねください。

銀河舎

(夏休み限定)中2国理社クラス実施
銀河舎なら必要な科目を1科目から受けられます。

二学期開始(8/18～)
三鷹市新川6-12-17

49-4802

東和書道教室 【生徒募集】

土曜教室・・・新川団地中央集会場
午後3時～午後9時
水曜教室・・・新川団地19号棟集会場
午後3時～午後9時
6時～9時は成人の部
入会金・・・ふれあい持参の方は免除
東和書道教室ホームページをご覧ください
お問合せ:0422-46-7259(午後1時以降)
三鷹市新川5-6-5-705 菊部 稜庵

◆葉牡丹俳句会
人生をより楽しくするため
の俳句を勉強しませんか。
葉牡丹俳句会は、貴方をお
待ちしています。
連絡先 鈴木
0422-4212798

仲間づくり

一生徒募集

たんぽぽ児童画教室
お問合せ:0422-47-5748

4才～高校生
水彩、油絵、工作、陶芸、デッサン他
展示会(東京都美術館、調布市たづくり)
写生大会他
新川公園教室(1号棟 第2集会場)
水曜 2:30～7:00
中原教室 中原4-22-29
月火金土 3:00～7:00

生花・鉢花・種子・用土
お花の配達・地方発送
致します。

SHINSEIEN
新晴園

営業時間...9:00～18:00
無定休 P有り
三鷹市新川1-13-26
☎0422-46-0976 FAX 0422-47-7074
<http://shinseien.mall.mitaka.ne.jp/>

明日のプランを大きく育てます

- JA 東京むさしのスーパー定期
- 給料の振込、年金の受けとりも皆様の
JA 東京むさしが便利です。

東京むさし農業協同組合 中仙川支店
☎ 44-7391

地域で営む外壁塗装・塗り替えの専門店

新川・中原地区での
外壁塗装・塗り替え・
外装リフォームなら

リフォーム店
ヨウショウ



お見積り無料! お問い合わせ・ご相談はお気軽に!
(有)洋昌商会 www.yosho.biz TEL.03-3305-2400