



発行
新川中原住民協議会
企画・編集
住民協議会広報部
コミュニティ・センター
三鷹市新川1-11-1
TEL 0422(49)6568~9
https://www.mitaka-cc.jp/shinkawa-nakahara/
印刷 仲田印刷

2026年 丙午(ひのえうま)



東京大学運動会馬術部

2026年の干支である馬を撮影するにあたり、東京大学運動会馬術部様にご協力いただきました。

東京大学運動会馬術部は三鷹市大沢の野川沿い、国立天文台の隣にある馬場にて活動しています。

活動は主に朝方に行っており、ラッシングや散歩をしている方は実際に活動を行っている様子をご覧になったこともあるかもしれません。

現在、部員は22人で毎年秋に開催されます全日本学生馬術大会への出場を目指し、部員一同練習に励んでおります。

五月祭や駒場祭などの学祭にて体験乗馬を行っておりますので、機会がございましたら、ぜひお越しください。

地域の皆様方のご協力なくしては、私共の活動は成り立ちません。活動へのご理解、ご協力に感謝いたします。

東京大学運動会馬術部 川島和也



休館日のお知らせ

新年は4日(日)より開館

| | | | | | | |
|----|-------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 1月 | 5日(月) | 12日(月) | 13日(火) | 19日(月) | 26日(月) | |
| 2月 | 2日(月) | 9日(月) | 11日(水) | 16日(月) | 23日(月) | 24日(火) |
| 3月 | 2日(月) | 9日(月) | 16日(月) | 20日(金) | 23日(月) | 30日(月) |



干支について

「丙(ひのえ)」と「午(うま)」はどちらも火の性質を持つため、強いエネルギーで道を切り開く縁起の良い年とされています。

馬は昔から人の暮らしを支え、家族を守り、幸せを運ぶ縁起の良い動物とされており、健康や豊かさの象徴としても親しまれています。

一般的に馬は温和で穏やか、社会性が高いと言われております。反面、臆病で警戒心が強いという側面も持ち合わせており、大きな体とは裏腹に繊細な性格です。馬との信頼関係を築くためには、優しく接し、驚かせないようにすることが大切。人間関係とよく似ていますね。

馬の特徴

- ① 前に進む象徴
本来、常に前進する動物で、後ろを振り向かず前へ前へと進む姿は夢に向かって突き進む人の象徴でもあります。
- ② 神の使い
馬はもともと神様の使いとされていたことから、今でも多くの人々が絵馬を奉納します。「願いを届ける存在」「福を運ぶ動物」として特別な意味を持っています。
- ③ 勝利・出世・商売繁盛のシンボル
馬は戦国時代の武士にとって勝利をもたらす存在でした。そこから「出世運」「勝負運」「商売繁盛」の象徴とされます。「物事がすべてうまくいくように」という願いを込めた語呂合わせの「馬九行久(うまきゅうく)」は特に縁起が良い言葉として使われています。

新年のごあいさつ



新川中原住民協議会
会長 畝尾 明利

新年あけましておめでとうございます。
昨年中は新川中原住民協議会の活動にご理解ご協力をいただき、心よりお礼申し上げます。
昨年は皆さまにとってどんな一年だったでしょうか？
コミュニティまつり、盆踊り大会は大勢の皆さんのご参加いただき例年以上の賑わいとなりました。そんな中で唯一、秋の運動会が三年連続での中止となってしまいました。

皆さんや、準備携われた委員の方には、大変申し訳なく感じています。
来年こそは何とかして運動会を開くことができるような方策を検討したいと考えています。
その他、様々な行事の中でも、総合防災訓練では、体育館に一部ではありますが避難所を開設できたことは、住民協議会にとっても貴重な体験となりました。

に、パーテーションの組立・撤収もスムーズに行えるようになり、改めて日頃からの備えの大切さを痛感しました。
コミュニティ・センターの運営面では、施設予約がインターネットで行えるようになりました。
より多くの方々により手軽に施設を利用していただくため、更なる改善に取り組んでいきたいと考えています。
その一つとして、現在七つの住民協議会で独立して在る

事務局を一体化して、広く協議会の活動の支援法人とする準備を進めています。
事務局職員の職場環境の改善や業務の効率化等を目的として、令和十年四月の設立を目指しています。
詳しくは、今後総会等で説明をさせていただきます。
さて住民協議会として活動を継続するなかで、日々様々な課題に直面しています。
同様に地域には地域特有の様々な課題があります。
今年はその課題を地域の皆さんや諸団体の方々と協議しながら、解決していくことができる、そんな仕組み作り

を行いたいと考えています。
最後になりましたが今年の干支は「丙午」。いろいろな謂れがあるようですが、ぜひ皆様にとって、勢いと活力に溢れる、飛躍の一年となりますよう祈念して、新年のご挨拶とさせていただきます。
本年もどうぞよろしくお願いたします。



馬に関連する縁起物の中でも、特に強力な開運モチーフとされるのが「左馬」です。これは通常右向きに描かれる馬の姿を左向き(逆さ)にしたもの。
「うま」を逆から読むと「ま(舞う)」になり、舞は祝い事や吉祥の象徴であること。また、馬が人を乗せてやってくることから、「人が集まり、商売が繁盛する」とされること。左利きが「特別な力」とされたように、「左吉」という意味合いを持つことがその縁起と言われています。

馬を鹿
間違っていることを、権力などで無理やり正しく見せかけようとする事。
驚馬に鞭打つ(どばにむちうつ)
才能のない人が、さらに努力すること。



令和8年・丙午（ひのえうま） ことしの【抱負】

今年がんばりたいこと

東台小学校
橋 若菜

私は、二〇二六年にがんばりたいことが二つあります。一つ目は整理整頓です。私はつくえの中や自分の部屋の中を整理整頓することが苦手です。

二つ目は提出物等の期限を守ることです。それを守ってしっかりと勉強し、良い一年にしていきたいと思っています。

六年生になるので、最高学年としてがんばりたいです。

馴染む力

中原小学校
馬淵 橙貴

私の新年の抱負は、馴染む力を養うことだ。あと少しで中学生へと進んでいく私たちの頭には、様々な不安が駆け巡る。そんな私たちに必要なのは、馴染む力なのではないだろうか。この力があれば、いずれ来る中学校生活に適応することができる。だがこの力は、簡単に身に付けられるものでもない。だからこそ中学校生活はもちろん、残りの短い小学校生活でも、仲間と共に、私は馴染む力を養いたい。



最高学年の走り

東台小学校
井上 真衣

私の新年の抱負は、最後の運動会で活躍することです。

今年の目標

東台小学校
松田 欣之助

ぼくの今年の目標は「バスケの夏季大会、冬季大会の優勝」です。六年生は最高学年で学校の中心となる存在です。ぼくはその中の一員として、チームを支えていきたいです。

今の六年生は卒業してしまいますが、それでも、努力し続け、スポーツマンシップにのっとっていきます。ぼくはバスケは得意ではありません。足も速くありません。ですが、バスケは大好きです。努力して大きい目標や、公式の試合でがんばりたいです。

二〇二六年のチャレンジ

中原小学校
土屋 櫻介

新年の抱負は、「知らないことにも向き合うこと」です。四月になったら、僕達六年生は中学校へと進学します。

誰しもやったことのないことを始める時には、不安を感じるはずですが、しかし、何もやらずにいると何も始まりません。先へ進める人は、苦手なことや不安なことにも立ち向かうことができると人だと思えます。だから僕は、やったことのないことにも真っ直ぐに向き合っていきたいです。

今年の抱負

古川 由美子

一九六六年生まれの私にとって、今年は一〇〇歳の「ひのえうま」です。特別感があるので大事な一年にしようと思っています。

先日、地元へ（福島県会津若松市）で還暦に向けてのプレ同窓会がありました。今の時代はスマホのラインで声かけが出来るので便利です。小学生ぶりに会う友人もいました。自分が一瞬に成長した気がしました。60代はまだまだ盛り返り、自分の時間もとれるようになり、考えたらとても素晴らしい年代です。

自分に向き合い、少しでも煩惱を無くし、シンプルに生きたいというのが今年の目標です。

今年の抱負

巴入 豊

おめでとうございます。この執筆依頼が来たという事は、なんと今年が年男ですわ。

早くも5周目です（笑）前回も早くも膜下出血をネタにしたかと思いましたが、今回は心筋梗塞になりました。

これであと癌にでもなれば、三大疾病コンプリートです。さて、端から話題が逸れましたが今年の抱負は無事に生き抜いて死なないってことにもしておきましょうか。

住協では大先輩方がとてもお元気で頼もしい限りです。私はこれからは微力ながらイベント等のお手伝いが出来ればと思っております。どうかお手柔らかにお願いいたします。

人間万事塞翁が丙午

谷口 知子

この小説は青島幸男の母親が主人公で戦後の混乱の時代を強く生き、もし存命であれば二〇歳だったであろう意味は人生は何が幸せか？不幸かはわからない、一喜一憂すべきではないとの教訓だそうです。

主人公は丙午生まれの女性で迷信と違い、愛情深くて家族思いの、勇ましい肝玉があさんだったそうです。

実に興味深い人生ですよ。そんな私の人生はどうでしょう？うか？ようやく還暦を迎える歳になり折り返し地点を走り出した所かも知れません。駅伝大会の襷の様に新川中原地区の暖かな想いや地域の繋がりを次の世代に伝える、そんな新たな一年にしたいです。

丙午—ひのえうま—

野島 理恵子

新年明けましておめでとうございます。

今年還暦を迎えました。「千七十一支」では「丙午」にあたります。当時のいいつたえでは「気性が激しい」といわれ、前年の出生数より46万人も減りました。しかし令和8年は影響が少ないといわれている様です。

迷信に左右されていた時代を思えば、現在は個性を尊重し、多様化する社会になりました。その様な時代だからこそ、人と人とのつながりやあたたかい言葉のやりとりを大切に、還暦後の第二の人生を歩んでいきたいと思えます。

鷹南学園だより



東台小学校長
大木 美香

新しい年を迎え、地域の皆様には日頃より鷹南学園の活動に温かいご理解とご協力を賜り、心より御礼申し上げます。

昨夏は記録的な猛暑に加え本校の工事も重なり、例年のように校内で東台小学校おやじの会サマーキャンプを実施することが難しい状況となりました。その折、新川中原コミュニティ・センターの皆様にご協力いただき、皆様にご提供いただいたおかげで、無事九月に開催することができました。細やかなご支援により、子どもたちが安全にのびのびと過ごせたことを改めて感謝申し上げます。

十一月の三鷹市総合防災訓練では、新川中原地区災害対策連合会の皆様が関係機関と協働して取り組まれる中、第五中の生徒十数名が参加しました。炊き出しコーナー、車いす体験や高齢者体験のサポート、消火訓練、リヤカー訓練等、地域の一人として防災に関わり、災害時に「守られる側」だけでなく「支え合う側」として行動し、「自分たちの暮らす地域を守る」という意識を育てる大切な機会となりました。

今後も、地域と学園が互いに力を合わせ、安心して暮らせるまちづくりと子どもたちの健やかな成長のための取り組みを進めてまいります。本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。



三鷹市新川中原地域包括支援センター

高齢者やその家族の総合相談窓口です！

地域包括支援センター

ご高齢の方とご家族が、さまざまな資源を活用し地域で安心して生活できるよう、総合相談窓口として三鷹市の委託を受けて市内7か所に設置されています。

地域包括支援センターには主任ケアマネージャー、保健師（または経験のある看護師）、社会福祉士の3つの専門職が在籍しています。

介護・福祉・医療、また高齢者の権利に関するごことの相談や対応、三鷹市の事業に関するご案内、地域の活動・通いの場のご紹介などを行います。

どんなことが相談できるの？

「最近、体力が落ちてきて買い物に行くのも大変で今後が不安。どうしたら良い？」

「親をデイサービスに通わせたい。まず何をすれば良い？」

「夫に退院の話が出ているんだけど、筋力が落ちているから自宅での生活が心配です。」

住所：三鷹市新川5-6-31 みたか紫水園内

電話：0422-40-7204

相談は無料です。職員が不在の場合がありますので、ご来所の際は事前にご連絡ください。

担当地区：中原全域、新川1・4～6丁目

営業時間：9：00～17：00（月曜日～土曜日）

休業日：日・祝・年末年始

最寄りのバス停：アジアアフリカ語学院前団地西口



新川中原地域包括支援センターはこんな活動もしています

地域支援連絡会

地域での課題に対し、センターが地域住民や関係機関と話し合っって連携強化を図る事を目的とした会議です。

季刊紙「新中だより」

包括支援センターの活動や、地域の通いの場・イベントなどの情報提供を行っています。

生活支援コーディネーター

地域の方と一緒に高齢者の居場所作りに協力しています。自主グループ（お茶会・体操など）の立ち上げ支援や多世代の方が参加できる「むらさき・カフェ」の運営支援などを行います。

おひとりさまの会

一人暮らしの方同士での情報交換や、一人暮らしならではの悩みや不安、楽しみなどについて語り合う会です。



マックで快和（かいわ）

マクドナルドで開催しています。「楽しい」「嬉しい」「笑顔になれる」ことを書いたり、おしゃべりしたりして楽しむ会です。



むらさきカフェ

みたか紫水園で月一回開催しています（1～3月は中止）どなたでも参加できます。毎月イベントを企画しています。



『正月は冥土の旅の一里塚 めでたくもあり めでたくもなし』昭和のTVアニメ「一休さん」に出てきた狂歌です。昔は正月が来るたびに一年を重ねる数え年を使っていました。

健康寿命を考えよう！

～生き生きとした毎日のために～



正月（＝誕生日）はめでたいものだけれど、一方で死に近づくことでもある、と世の無常を説いた歌です。

これを令和風に解釈するなら、誰しも避けることが出来ない老いをいたづらに怖れるより、今出来る事に取り組み心身ともに健康でいることが大事！という事でしょうか。

『健康寿命を延ばすには「栄養」「運動」「社会参加」が重要と言われています。一人ではなかなか継続できないことでも、仲間と一緒に楽しく続けられるもの。待っていても友達は増えません。今年は一歩踏み出してみませんか？



- 【成績とメンバー紹介】
- 〈4区間12.4キロ〉
- 一般男子の部
- 記録 1時間09分52秒
- 1区 森山隆（体育部）
- 2区 南条勉（総務部）
- 3区 大野勉（一般）
- 4区 永田和昭（文化部）
- 一般女子の部
- 記録 1時間11分21秒
- 1区 谷口知子（体育部）
- 2区 大野結美（一般）
- 3区 大野唯花（一般）
- 4区 生島ゆずる（図書委員会）

駅伝終了後は、コミュニケーション・センター会議室で反省会を行い、和気あいあいと男子チーム、女子チームで互いの健闘を称えあいました。

今回は、男子チームに女子チームが肉薄し、もう少しで逆転される所でした。来年、男子チームに女子チームの奮起を期待するとともに、女子チームのさらなる躍進を期待します。

新中住協からは、監督殿尾会長、男子チーム、女子チームが参加しました。今回も新川、中原にお住まいの一般の方にもメンバーに加わっていただきました。

第34回

三鷹市民駅伝大会

11月23日（日・祝）