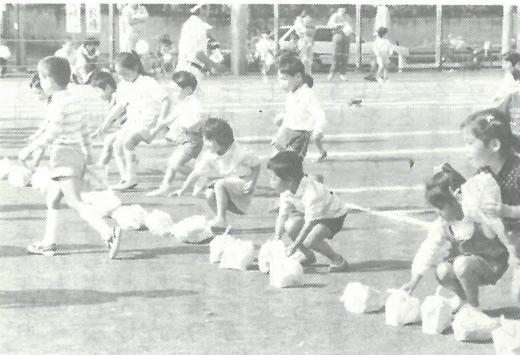




発行
新川中原
住民協議会
企画・編集
住民協議会広報部
発行責任者
会長 井上利明
コミュニティセンター
三鷹市新川1-11-1
TEL0422(49)6568~9



昨日も雨、今日も雨と心配された天気も運動会前日の十月十五日から回復し、当日の十六日は絶好の晴天に恵まれ会場の青柳広場には新川中原の住民、一九〇〇人が集まって楽しく、くりひろげられました。翌日の雨を考えると本当に恵まれた運動会となりました。

午前九時小学校低学年の徒競走から始まり女性の偉大な尻のけつ圧競走、アベック風船はこびなど中でも注目を集めたのが可愛い春清幼稚園の鼓笛隊、五中ブラスバンドの演奏、老いも若きも男も女も楽しさをわかち合いました。

ゴザを敷いてお父さんを囲んでお母さんの手料理による昼食、家族だんらんのひとつとき楽しそうなお子さん達の顔、コミュニティの運動会もようやく地元にとけ込んで来たようです。

11・12月の休館日
11月21日(月) 定例
11月24日(木) 振替
11月28日(日) 定例
12月の休館日
12月5日(月) 定例

12月12日(月) 定例
12月19日(月) 定例
12月26日(日) 定例
12月28日(水)から1月4日(水)まで
年末年始の休館となります。

健康コーナー 上手に熱を下げるには

今年もかぜの季節がやって来ましたが、そこで今回は風邪につきものの「熱」についてお話ししましょう。そこで、熱の出る病気はいろいろですから、熱が出たときは、その原因をはっきりさせることが第一ですが、とりあえず夜間など急に高熱が出たとか、解熱剤を服用しても、なかなか熱が下らないとき、どうすれば良いかを考えてみましょう。ところで、人体の体温を常に調節している中枢は脳にある視床下部というところなのです。かぜの多くはウイルスによるものですが、このウイルスの感染によって、いわゆる発熱物質が産生され、体温調節中枢のセトポイントが正常より高い位置にセトされ、そのレベルで体

温調節が行われる状態になってしまいます。すなわち一度体温調節中枢が高いレベルにセトされると、それよりも低い体温を上げるために筋肉の震えを起させたりして熱産生を高め、皮膚血管の収縮、とりはだにによって熱の放散を防いだりします。このとき感じる一種どくどくの不快感が悪寒です。いわゆる解熱剤は体温調節中枢に作用してこの高いレベルにセトされた状態を正常体温の位置にもどす作用を持っていますが、しかし解熱剤が万能というわけではありませぬ。例えば、高熱で体内の水分が不足すると汗が出ず、いくら解熱剤を使用しても熱は下がりにくいです。また、熱が高く重病だからと部屋の暖房を強くして布団をどっさり掛けたりすると、熱がいつまでも体内にこもってしまいます。したがって熱が出たら、まづ水分を十分とって周囲を涼しくしなければなりません。氷嚢などで冷やすのも結構ですが、そのさいには顔の額だけでなく太い動脈が表面に近い、例えば首の両脇などを冷やすとより効果的に熱を下げる事ができます。熱を下げるためには以上述べた条件が必要ですが、熱が下らないからと無闇に解熱剤を使うのは副作用のうえからも考えものです。

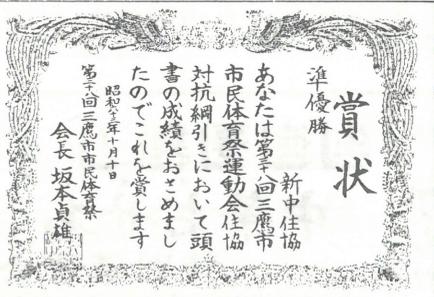
三鷹市保健所
予防課長 赤穂 保

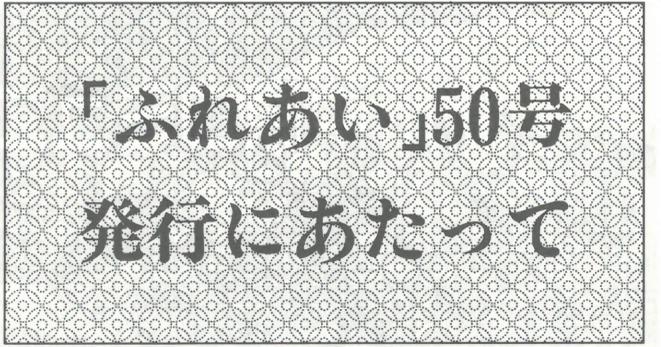
運動会にご協力
御礼
運動会に際し、次の方々から多大な祝金、品物、備品などのご協力をいただき誠にありがとうございました。紙面を借りお礼申し上げます。
(順不同敬称略)
三鷹市農業協同組合中仙川支店
体育指導員協議会会長河井恵美
大田市工務店 大竹市三
三鷹市議会議長
中原小学校
東台小学校
第五中学校
中仙川町会
三鷹市教育委員会教育長
愛泉幼稚園
春清学苑
加藤電気商会
仲田印刷
新川一郵便局
東京電力
東京ガス
N T T三鷹電報電話局
アサヒ物産
毎日新聞新川販売所
鶴屋酒店
市川宗智
カインド

三鷹市民運動会綱引き 新川中原住協準優勝

第三十八回三鷹市民体育祭運動会が十月十日大沢グラウンドで行われました。運動会は小学校地区対抗リレー、あめとり競争、むかでリレーなど個人競技、団体戦が市民いっしょ家族いっしょで熱戦をくりひろげられました。新川中原住民協議会は住協対抗の綱引きで準優勝となりました。

た。この住協対抗の綱引きは各住協の代表男女三十人が一組となって争われました。新川中原住協は優勝戦で西部住協(井口)と顔を合わせ熱戦の末二対一、(三回勝負)で惜しくも敗れましたが準優勝となりました。





「ふれあい」50号 発行にあたって

会長 井上利明

昭和五十七年四月コミュニティセンターのオープンと同時に住民協議会も本格的な活動を始めました。これに伴い機関紙「ふれあい」の創刊号が六月一日発行されましたが以来六年余り、今回その第五〇号が発行された次第です。申し上げるまでもなく「ふれあい」は当協会の顔であり、又文字によるコミュニケーションの場でもあります。年八回広報部の努力により発行される「ふれあい」もそれが五〇号であれ一〇〇号であれ確実に各家庭に配布され読まれることによってはじめてその価値が生まれるものと思います。「ふれあい」は創刊号から全戸配布を原則としておりまして当初は住区内の町会及び自治会に依頼、会員でない世帯への配布までお願いしましたが所詮これは無理なこと第三号から地域の某グループに替り更に一年後現在の方々に至っております。お蔭をもちまして配布率も一〇〇に近い高率となっております。皆様これを読んで頂くことにより住協の姿勢、活動内容等をご理解いただけるようになると思っております。毎号掲載の行事計画をご覧のうえ興味のあるもの

のご参加下さるようになれば大変ありがたいこととあります。なお「ふれあい」がコミュニティセンターの場と云えるようになるにはもっと地域の方々のご投稿を頂き紙面を飾りたいものです。五〇号は一つの区切りに過ぎません。これが一〇〇号、二〇〇号と育っていきますよう今後とも地域の皆様には是非可愛いがって頂きますようお願い申し上げます。

「ミニ」祭りの裏ばなし

井上 尋之

新川中原コミュニティセンターも、来年は7周年の記念すべき年を迎えようとしています。振り返れば、地域の人たちが「ミニ」祭りという思いながら創刊号から何号かに目を通していただいたのが住民協議会発行のこの「ふれあい」紙だったと思えます。地域に根ざした住民の心のふれあいを目指して、当時そんな発想で命名されたこの機関紙も内容の充実と拡がりを見せながら本号で記念すべき50号となり、愛読されている皆さんと共に担当された広報部の方々にねぎらいと今後のご健闘を表したいと思います。

さて「ふれあい」紙のしんと共に今では地域のほとんどの人達がミニセンの存在をご存知でしょうし、運動会やミニ祭り祭りに来場される方々も年々増えてまいりました。その様子は本紙の写真などでも数多くご紹介されています。さて、50号発行に当たっての寄稿を依頼され、何を書いたら……と迷った末、それでは、あまり本紙に紹介されない「ミニ」祭り祭りの舞台裏などを皆さんにご披露するのも一興かとつたないペンをとってみました。住協委員の情熱ぶりの一コマをお読み取りいただける内容になるかどうかは、余り自信がありませんが……。

「ミニ」祭りの裏ばなし

井上 尋之

「ミニ」祭りの裏ばなし

「ミニ」祭りの裏ばなし

「ふれあい」にのぞむ

江上 渉

「ふれあい」にのぞむ

「ふれあい」にのぞむ

「ふれあい」50号に寄せて

中村 礼子

「ふれあい」50号に寄せて

「ふれあい」50号に寄せて

もう六年も前のことだった。私

中村 礼子

もう六年も前のことだった。私

もう六年も前のことだった。私

生徒募集!!
中華おせち 特別講習会
ご自宅で本場仕込みの中国の味してみませんか!
12月1日(木) ●いずれも午前10時30分より
12月2日(金) ●1回8人限り
●お問い合わせ ☎03-300-1356
中村クッキングサロン

内職者募集
■ミニン仕事です。(部分縫い可)
初心者にも丁寧にお教えします。
袋物縫製 坂田
☎48-6220

ギター教室
指導 伊藤シゲル
*初歩より完全指導
0422(49)5640
(午前11時以降)
三鷹市中原2-19-43

基礎学力の充実
英数学習教室
新川四七二二一 ☎44-1252

早見
障子貼替調整
表具物新調及修理
中原4-25-8
☎43-1012

修理致します。
工場・住宅・アパート
大工工事・鉄板屋根・瓦・雨樋・屋上防水・内外塗装・浴室・台所流し台・トイレ・ペランダ……
●鉄板屋根にセキスイカラウレを1~2割引きします。
指定工事店
江戸屋住修
三鷹市深大寺4056 ☎(31)1076



ヤッタツ 金メダル

編集「ふれあい」談話

故北村氏を偲んで

本年七月、急逝された広報部の北村氏から「あなたも新聞社に勤めていたんだって、何をし

てんの」と詰問されたのは、

十月二十一日 駒沢オリンピック総合運動場で行われた。
第六回東京都
高齢者スポーツ大会で
種目 砲丸投げで優勝
花岡 三郎さん六十六歳
中原卓球クラブ員
住協 環 部員

自主グループ案内

Table with columns: グループ名, 種別, 責任者, 住所, TEL. Lists various community groups like 'ともしび1', '千種会', '霞の会', etc., with their respective leaders and contact information.

新川中原コミュニティ センターの利用について

一般の方々がコミュニティセンターを利用しやすい様に自主グループの協力を得て去る四月から九月まで半年間センター利用について試行を重ねて来ました。そのデータをもとに検討した結果、利用について次のとおり決め、十月十五日から実施しました。皆様のご利用をおすすめします。

利用の申し込みをされることをおすすめします。一般の方々には当日でも空室があれば利用出来るようになっていきます。

○幼児室は夜間に限り団体利用を受けつけます。尚、詳しいことについてはコミュニティセンター事務局にお問い合わせ下さい。 ☎(49-16568)

「たのきん大学」への誘い

新川中原住民協議会では、本年十一月から明年三月にかけて「たのきん大学」という企画を実施しています。「たのきん大学」は「たのしく、のんきに、近所で、大いに、学ぼう」というコンセプトから名づけられました。これからの私達の生活について気軽に勉強してみようという場です。受講料は無料、どなたでも参加できます。どうぞ奮ってご参加ください。

- 「たのきん大学」の日程
○十一月十七日(土) 「退職後の生活設計」 講師・森岡清志先生
○十二月十八日(土) 「国際化と国際交流」 講師・渡戸一郎先生
○二月十九日(日) 「楽しいこと大好き」 講師・(未定)
○三月十一日(土) 「仲間づくり・地域づくり」 講師・越智昇先生
(横浜市立大学教授)
※各回とも、午後二時から四時まで。会場は新川中原コミュニティセンターです。詳しいことはセンターまでお問い合わせください。

Table with columns: グループ名, 種別, 責任者, 住所, TEL. Lists groups like 'さわやかリズム体操', '中原太極拳会', 'お母さんのジャズダンス', etc.

クソリ化粧品・健康食品・DPE・タバコ
まごころで奉仕する店
イナギ薬品
(有)いなぎスポーツ
三鷹市新川4-9-7 (新川公園南口)
☎0422-44-0707

安達バレエスタジオ
パリオペラ座のメソッドによる
正統派クラシックバレエ
水士、幼・大人まで、いつでも
三鷹駅南口3分、TEL(31)5566

絵画教室
又ド・バレリーナの
デッサン・油絵
幼児・小中学生・一般
第2・3(木)PM2時〜6時
万どん苑 ☎(48)5665

室内装飾一式
藤村表具店
三鷹市中原二一十二二六
☎(四三)一六五五

照明の美鷹
株式会社
三田共立鍍金工業所
電話〇四二二(四四)四一四七〇番
神田昌洸

燈火器・掛軸の古美術
燈火器の昔のものを展示しました。
掛軸の御参考になれば幸いです。
掛軸の古美術品も展示してあります。
照明の美鷹 ☎(45)3001

中原第一都営前(高速下)
スーパーマコト
☎0422-49-1688
三鷹市中原4-17-21
■定休日：第一、第三月曜日
■営業時間：午前10:00〜午後8:00



11~12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	費用及び持参するもの等	
文化 部 会	教養講座	年末の家事整理と家計簿記帳について	11月29日(火)	午後1時30分~4時	一般	30名	11月15日よりセンター窓口へ	家計簿を差し上げます
	趣味美技教室	正月用寄せ植	12月17日(土)	午後1時30分~4時	一般	20名	12月1日(日)センター窓口へ	材料代は実費
	音楽鑑賞会	チェンバロ 鈴木雅明 バロックチェロ 鈴木秀美 演奏	1月15日	午後1時30分	一般	120名	64年1月5日(日)センター窓口へ	
厚 生 部 会	消費者関係	包丁研ぎ	12月13日(火)	午後1時~3時	一般	25名	12月1日(日)よりセンター窓口へ	無料1人1丁 包丁をお持ちください
	子供映画	ヘンゼルとグレーテル おむすびころりん 海ひこ・山ひこ	11月26日(土)	午後2時~	幼児 小学生	自由	当日おいでください	無料 12月は休みます
	健康づくり 栄養料理教室	おせち料理 講師 岡島淑子氏 (市健康管理課と共催)	12月21日(火)	午前10時~	一般	21名	毎月1日よりセンター窓口へ	費用600円 エプロンをお持ちください
	健康相談	問診・血圧測定 (市健康管理課と共催)	11月25日(金) 12月23日(金)	午後1時30分~3時	一般	自由	当日おいでください	無料
	子供関係	子供のつどい (クリスマスツリーを作ろう)	12月18日(日)					詳細はポスターでお知らせいたします
全体行事	生活用品活用市						来年1月以降開催の予定で準備中。ご期待ください。	

1世帯1日100gのごみ減量を!

100gとは……例えば食べ残しの茶わん1ぱいのごはん、じゃがいも1個等々です。

ガスの科学館を見学する

環境部では、九月二十二日(木)に、「アレー」「ワァー」「フォーム」「ナルホド」など、口々に連発するほど面白く、楽しい、ガスの科学館を見学して参りました。小雨の中、七時三十分という早い時間ではありましたが、参加者四十四名の全員が一人も遅れることなく、江東区豊州にあります科学館に向けて出発しました。

雨のため途中首都高道路の渋滞が危惧されましたが、その心配もなく、予定よりかなり早く到着してしまい、しばらく館内で時間を調節するほどでした。やがて、コンパニオンの説明で約一時間半にわたる館内見学が始まりました。私達はいま「ガス」を供給され、その利便ささえも気付かぬ程何気なく使用しています。その「ガス」と現代社会生活との係わりを、未来像などを含めた映像メディアで

見ることができ、或はまた主婦の方々が、「ガス」を安全に、上手に利用するための情報ステーションや、実験なども出来る。まさに見る側にとっては、面白く、楽しみながらの勉強が出来たと思います。そのほか、地上四十五米、視界三百六十度の展望塔もあり、子供さんから大人まで、どの年齢層にも興味深いサイエンスワールドですので、是非一度足をのびしてみても如何でしょうか。(団体で)

科学館を見学したあと、お台場海浜公園に立ち寄り、ひとときを過ごす予定でしたが、あいにくの雨で急遽予定を変更し、品川区東八潮にあります船の科学館を見学し、元南極観測船「宗谷」にも乗り込み、思いを昔にはせ、和やかなうちに見学会をおわりました。次回の研修会にも是非皆様のご参加をお待ちしています。(環境部)

油壺マリンパークで楽しんだ身障者との一日

身障者の皆様が楽しみにされている交流会は、今回は城ヶ島油壺方面を目指し、参加予定者二十九名全員が八時四十五分、司レストラン前を出発した。

東名高速経由、横浜―横須賀道路を順調に進み、三浦海岸に到着、「雨は降る降る城ヶ島の磯に……」で有名な北原白秋の歌碑を下に見て城ヶ島大橋を渡った。

三崎漁港を一時に収める雄大な風景を楽しみ、暫時休憩の後、油壺マリンパークに向かい十二時に入場した。

先づ眺望の良い展望レストランで昼食、歓談をしたが参加者の内には、大勢の人と会食をするのが珍しいのか、嬉しそうにハシヤイでいる姿も見受けられました。

次は園内の見学ですが、魚の習性を利用したショー、又周囲を遊び廻る巨大な水槽には圧倒される感じで、大小様々の魚の

泳ぐ姿を上下左右から観賞し、さらに餌付けの様子も見る事が出来ました。

特に素晴らしいのは、いるか、あしかの海洋劇場で躍動感溢れる空中跳躍、又オリピック競技のシンクロロナイズドスイミングもかくやと思われ集団演技には見惚れるばかりでした。

催し物の番組も良く出来ていて、見落すこともなく、退屈することもなく、戻って時間が足りない位のうちに帰りの出発時間(三時)が迫りました。

これまでの間に皆様といろいろふれあいの場を通じ交流の実が上ったものと存じます。

ここ数年間部屋に閉じこもっていた方が今回参加されて、ほんとうに良かったと感想を洩らされたのが印象的でした。一日楽しく無事終わることが出来たのも、参加者の皆様のご協力のおかげと存じます。(厚生部)

仲間づくり

中原卓球クラブ
会員募集
練習は第二土曜と第四土曜
午前十時から十二時まで
その他の土曜日は
午後五時から午後七時まで
白球を追って軽く汗を流す楽しい室内スポーツにふるってご参加下さい。
コーチが親切にお教えします。
会費 一ヶ月五百円
連絡先 46-180-11
(宮島)

図書室だより

左記の方から図書を寄贈していただきました。貴重なご本をありがとうございます。

飛沢祐子、田宮真、藤井隆子、志賀正次郎、大竹市三、谷口和子、川上順子、永田みさを、三宅保子、佐藤盛二、清水昌子、間下ミツ、林笑子、遠藤比呂美、加藤道子、芦田瑞枝、辻脇幸雄、藤森正路、吉沢福久、涌井慧子、伊賀山榮雄、大野静三

(順不同、敬称略)

図書室では本年度十月までに一五二〇冊の新刊が入りました。ご希望の本が書棚にない場合はカウンターで係の者にご予約下さい。本が返って参りました時に電話で連絡いたします。又、本の購入希望がございましたら同じく係の者にリクエストカードをお出し下さい。予算の許すかぎりご希望に添いたいと思えます。木枯しの吹く季節には暖かい図書室で読書をお楽しみ下さい。

事務局だより

永い間、センター体育館の管理指導をしておりました倉田順さんは病気のため、しばらく休んでおられますので、新川三丁目井上重信さんがその後を引き継ぐこととなりました。よろしくお願いたします。

●靴・スポーツ用品の店

カインド

電話 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

電話 043-246-2926

和洋酒・食料品 つるや酒店

電話 043-244-2115

中はら

三鷹市中原二丁目一の二十一
電話 042-221-3504

海老沢米店

電話 043-244-1502

各種ガス器具

- プロパンガス ●風呂 ●湯沸器
- 冷暖房クーラー

各種家電製品

- ビデオ ●カラーTV ●冷蔵庫
- ★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

電話 0422-48-2611

小山損害保険事務所

代理店
地元の大東京火災海上保険(株)
自動車火災・傷害保険のご用命は、
連絡先 03-3221-7441
夜間 三鷹市中原三丁目10番11号(1F) 042-221-7441