



みたか

COMMUNITY MITAKA

発行：三鷹駅周辺住民協議会・駅絵地区自主防災連合会
企画・編集：三鷹駅周辺住民協議会 広報部会
三鷹駅前コミュニティ・センター
三鷹市下連雀3-13-10
TEL 0422 (71) 0025
休館日：毎週月曜日（定例休館日）・祝日
開館時間：平日 午前10時～午後10時（受付は午後7時半まで）
日曜 午前10時～午後5時

ホームページ
<https://www.mitaka-cc.jp/ekimae>

（印刷）株式会社 文伸
BUN-SHIN



三鷹市総合防災訓練（駅前地区）

10月4日（日）午前10時 訓練開始！

場所：三鷹中央学園三鷹市立第三小学校（上連雀 4 - 12 - 3）

※災害時を想定して徒歩で会場までお越しください。訓練会場に駐輪場はありません。

（突然、大きな地震や火災に襲われたとき、私たちはどう行動したらよいのでしょうか？こうした災害に備えて今年も防災訓練を行います。自分の身はもちろん、かけがえのない命を守るため色々な訓練に参加し災害に備えましょう！皆さんお誘い合わせのうえ奮ってご参加ください。）

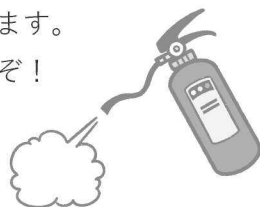


10月4日（日）は三鷹駅前
コミュニティ・センターは
休館日となります。

荒天中止／小雨決行 雨天の場合は、規模を縮小し体育館で行います。

訓練内容（予定）

- ◆出火防止訓練
地震発生に伴う各家庭での
出火防止訓練
- ◆避難誘導訓練
各町会・自治会から第四中学校
への避難誘導訓練
- ◆本部設置訓練
訓練会場での『駅前地区災害対
策本部』の設置訓練
- ◆防災倉庫備蓄品の紹介
- ◆災害用水槽の説明
- ◆ラップポイントイレの説明
- ◆担架搬送訓練
- ◆煙ハウス体験訓練
- ◆応急救護訓練
三角巾を使用した応急救護訓練
- ◆初期消火訓練
訓練用消火器を使用した訓練
- ◆トリアージの説明
医師によるトリアージ（災害時に傷病
者の重症度により、治療の優先度を決定する方法）の説明
- ◆車いす体験
- ◆Mitaka みんなの防災ブース
- ◆三小生防災かるた展示
- ◆AEDの説明・乳幼児応急
消防署救急隊員によるAED（自動体外式除細動器）取り扱いの説明、希望者に乳幼児応急法の説明
- ◆避難所用パーテーション体験
- ◆避難所運営連絡会の活動紹介
- ◆可搬式ポンプ操作訓練
- ◆バケツリレー
- ◆物資配布訓練
※こども消防服を用意します。
訓練の記念撮影にどうぞ！



訓練行程表（予定）

- 9：00～ 設営訓練開始
- 10：00～ 訓練開始宣言
- 10：05～ 訓練開始
- 11：00～ バケツリレー
- 11：20～ 可搬式ポンプ一般参加者体験
- 11：30～ 講評
- 11：40～ 物資配布訓練（訓練終了）



避難所誘導訓練のご案内

<上連雀地区>の町会、自治会、商店会及びマンション管理組合の方は避難誘導訓練として、下記の一時集合場所に集合し、皆さんで防災訓練会場まで移動をお願いします。受付も町会ごとに団体として行います。

◆ 一時集合場所 ◆

- ①堀合児童公園…上連雀一丁目町会・
都営上連雀一丁目アパート親和会
- ②かみさん広場…上連雀四ツ葉自治会
- ③上連雀新道北地区公会堂…上二町会・
ライオンズガーデン三鷹上連雀管理組合
- ④上連雀児童公園…上四親道町会

<下連雀地区>の町会、自治会、商店会及びマンション管理組合の方は、各団体で一時集合場所を決めて避難訓練会場へお越しください。こちらも団体受付となります。

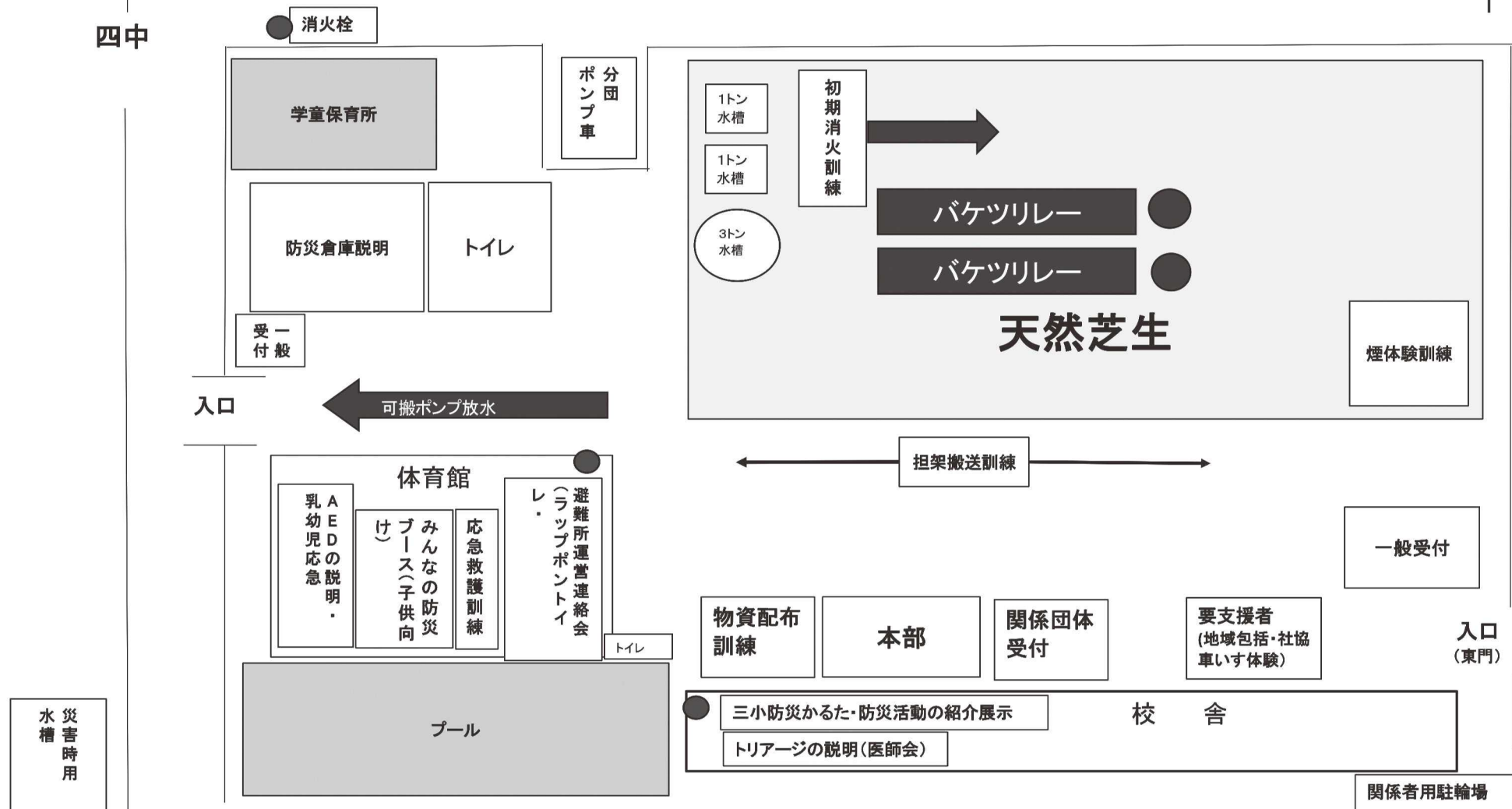
<一般参加>の方は、午前10時までに直接防災訓練会場本部前にお越しください。個人ごとに受付いたします。



訓練に参加していただいた方には、
防災啓発品等を配布いたします。

主催：駅前地区自主防災連合会・三鷹駅周辺住民協議会・三鷹市

協力：三鷹警察署・三鷹消防署・三鷹市消防団・三鷹市医師会・三鷹中央学園三鷹市立第三小学校・三鷹中央学園三鷹市立第四中学校
日本赤十字奉仕団三鷹支部・三鷹市社会福祉協議会・（一社）みたか SC サポートネット・三鷹中央学園コミュニティスクール委員会・
NPO 法人 Mitaka みんなの防災・三鷹駅周辺地域包括支援センター



令和8年度東京防災学習セミナー

「マンション防災の基本」

開催日時：8月18日(火)19時～

開催場所：駅前コミセン 地下1階大会議室

講師：岡橋 かおり様

主催：駅前地区自主防災連合会 三鷹駅周辺住民協議会

参加者数：33名

【セミナーの内容】

今回はマンション防災をメインとしていざという時の心構えの話がありました。勿論 戸建て住宅にも共通する項目もありとても有意義な話を聞く事が出来ました。

セミナーの内容は「東京防災」、「東京くらし防災」の各冊子内容をスクリーンに映し地震発災に備えて事前の対策、事後の対応について、詳細な話を聞きました。加えて、三鷹市における具体的な被害想定の数値の話もあり、身近な問題として改めて、日頃の心構えの大切さを学ぶ事が出来ました。



◇◇◇ 空調設備等改修工事について ◇◇◇

日頃より、三鷹駅前コミュニティ・センターをご利用いただき、誠にありがとうございます。この度、次のとおり工事を行います。

- ・ 工事内容：空調設備等改修工事
- ・ 工事期間：令和8年10月～令和9年3月中旬まで（予定）
- ・ 作業時間：午前8時～午後5時（予定）

☆下記のとおり、特記事項がありますのでご注意ください。

会議室名	利用	特記事項	特記期間
5階料理講習室 (ランチルーム含む)	×	利用禁止	令和8年9月18日 ～令和9年3月中旬まで
4階会議室(1)	×	利用禁止	令和8年10月1日 ～令和9年3月中旬まで

※ご不便をお掛けしますが、ご理解ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

★★ 三鷹警察署防犯だより ★★

還付金詐欺とオレオレ詐欺被害が急増中！

7月中、三鷹市役所をかたる「還付金詐欺」と、親族等をかたる「オレオレ詐欺」被害が急増しています。被害に遭わないためには犯人からの電話に出ないことが大切です。非通知や知らない番号には出ない、留守番電話に設定し相手の声が確認できるまで出ない等の対策をしましょう。

また、犯人からの電話の多くに国際電話が使われていることから、物理的にこの電話を遮断することが最も有効とされています。固定電話の場合は「国際電話不取扱いサービス」を利用して下さい。申込み方法は、警察署や近くの交番で申込み用紙を記入してもらい、インターネットからの申込みも可能です。スマートフォンの場合は、警視庁防犯アプリ「デジポリス」や警察庁が推奨する「詐欺対策byNTTタウンページ」「詐欺バスターLite」といったアプリが有効ですので、是非ご活用下さい。

【還付金詐欺の特徴】

- ・ 三鷹市役所や三鷹郵便局等の職員を名乗り、「医療費や保険料の過払い金がある。」「今日が手続きの期限です。」と急がせる。
- ・ コンビニ等のATMへ誘導し、ATMで還付金の手続きが出来る等と言い、結果的に振込をさせる。

※手続きが上手くいくと、赤色や黄色の紙が出てくるはずだ等と言いますが、ATMからそのような色の紙が出てくることはありません。（出てくるのは振込の明細書です。）

【オレオレ詐欺の特徴】

- ・ 息子や孫を名乗り、「携帯電話の番号が変わった」「会社のお金を無くしてしまった」「示談金が必要」などのトラブルを捏造し、封筒に入れた現金を新聞で包みガムテープを巻いて用意させ、友人や職場の同僚をかたる別の者が自宅や駅前へ直接お金を取りに来る。



少しでも不審に感じたら、
一人で判断せず家族や警察へ相談しましょう。



警視庁防犯アプリ「デジポリス」ダウンロードはこちら！

iOS版

Android版

詐欺対策 by NTTタウンページ

iOS

Android

詐欺バスター Lite

iOS

Android