



ホームページはこちら

創立
40周年記念

第38回 連雀コミュニティまつり

創立40周年記念第38回連雀コミュニティまつりを令和6年10月26日(土)、
27日(日)に開催します。

今年も模擬店出店のほか、さまざまな催し物があります。皆さまのご来場をお待ちして
おります。詳細は決定次第、ホームページ等でお知らせいたします。

なお、前日準備、後片付けのため10月25日(金)、28日(月)は休館とさせていただきます。
まつり期間中は、センター利用予約受付等を中止させていただきます。予めご了承ください。

予定品目

- ★ 焼きそば [協力 下連雀若葉会]
- ★ ペットボトル飲料
- ★ フランクフルト・ホットドック
- ★ かき氷 其他

その他の展示等

- ★ 住協PRコーナー
- ★ 園児・小学生・中学生作品展 [協力 地域内幼稚園、保育園、小・中学校]
- ★ ふれあい広場 (歌・ダンス・合奏・子どもカラオケ大会等)
[協力 地域内小・中学校による音楽隊、ソーラン節、吹奏楽部 他] 其他



※手作りの作品を連雀コミュニティまつりに展示してみませんか
詳細はこちら



ご報告

広報紙「けやき」40周年記念特集号に掲載いたしました“連雀コミュニティ・センター1階ロビー”設置の「みなさまの声」及び「利用者インタビュー」へ寄せられました多数のご意見・ご要望について協議を行いました。

対応が可能と思われる事項につきまして、予算化を含め企画、実施に向けた検討を進めます。

- 1 授乳・オムツ替えができる場所があると助かる
- 2 ロビーのアップライトピアノをストリートピアノで活用できると嬉しい [実施日時を限定したイベント等の企画]
- 3 近頃、災害に対する意識が高まっている住民が多いと思うので、コミセンの備蓄品の紹介や？ 非常食に対する備え方や災害についての講座を受講できる機会が増えるとよいかなと思う。 [連雀コミュニティ・センターの備蓄品見学会や災害対策講座を企画等]
- 4 体育館、バスケの3ポイントラインがほしい
- 5 もっとイベントを増やしてほしい [新たなイベント(事業)実施]

アルバイト募集

連雀コミュニティ・センター (連雀地区住民協議会) では、
アルバイトを募集しています。 詳細はこちら →



公衆電話の撤去について



センター受付横に設置している公衆電話をNTTの要請により11月上旬に撤去することになりました。

ご利用の皆さまにはご迷惑をおかけしますが、災害時には市民の方が無料で使える特設公衆電話を複数台設置します。

ご理解のほど、よろしくお願いいたします。

令和6年度 三鷹市総合防災訓練

『連雀地区訓練』

今回も地域の中学生及び関係機関の方々のご協力により、実施いたします。
皆さまのご参加をお待ちしております。

訓練へのご参加を
お待ちしております！



三鷹市防災キャラクター
じじよまる

日時 10月6日(日) 午前10時～正午

会場 三鷹中央学園三鷹市立第七小学校 [上連雀7丁目7番7号]

- 予定訓練概要**
- 体験訓練 [初期消火・応急救護・煙ハウス等]
 - 見学訓練 [防災倉庫・避難所・想定訓練・災害対策用品等]

今回のあらたな予定訓練項目です。

マンション防災《協力 東京都マンション管理士会むさしの支部》
親子で楽しく学ぶ防災《協力 東京学芸大学防災教育ラボ》
災害時における乳幼児対応《協力 三鷹市助産師会》

創立40周年記念事業

大型モニターを設置しました

これまでは大会議室のみでしたが、以下の施設にも大型モニターを設置しました。

小会議室、多目的室、大集会室、大広間



HDMIケーブルはセンターでご用意しますので、パソコンをご持参いただき、ぜひご利用ください。



私たちの学校紹介

当住民協議会の広報部会の委員として活動してくださっている、南浦小学校のPTAの方に、南浦小学校取材していただきました。



連雀学園三鷹市立南浦小学校 花火の夕べ

1学期終了後に行う「花火の夕べ」は南浦青少対主催の行事です。夕方に親子が校庭に集まり、これから夏休みが始まるワクワクを感じながら皆で花火を楽しみます。今年度は、あいにくの雨天で集合時間を早めたり途中での中断になりましたが、参加した子ども達は、しだいに夜に向かい空が暗くなっていく中、手持ちの花火の明るさを味わいました。(雨の心配で帰る子は花火セットを持ち帰りました)

南浦小学校 PTA 林朋子



手持ち花火は1人5種類くらいを子ども達は静かにまたは友だちとワイワイと楽しみました。



南浦小PTAとしては、子ども達に飲み物を提供しました。南浦交通対からは光るうちわをお土産に配布しました。また、子ども達の見守りや誘導でおやじの会が活躍しました。



400人以上の事前申し込みがありました。一中ボランティアの子ども達もお手伝いで来てくれました。

図書室運営プロジェクト委員会

連雀コミュニティセンターの図書室をご存知ですか？ とても小さなかわいい図書室です。小さいけれど面白くて親しみやすい図書室を目指して、特集コーナーを設けました。夏は、毎年恒例、近隣小中学校の図書の先生方のお薦め本、春・秋・冬は、テーマを決めて委員のお薦め本を紹介しています。この秋の特集のテーマは「時代小説・歴史小説」。人気作家のシリーズもの、これぞ定番！ というもの、テレビや映画の原作ものなどなど、とりどり揃えました。秋の夜長、ワクワクドキドキ、続きが気になってついつい夜更かし……睡眠不足で困った！ という声が続出すると嬉しいな……と、思いを込めたそれぞれのキャプションもお楽しみください。



七小「ミニ防災訓練」

～地域とつながる防災教育～

9月7日(土)に「ミニ防災訓練」を実施しました。準備から本番まで、多くの地域の皆さまにご協力いただき、子どもたちにとって大変に良い学びと体験の場をつくることができました。ご協力いただいた皆さま、誠にありがとうございました。

当日は、煙ハウス体験、初期消火訓練、非常時に役立つロープワークなど、子どもの成長に合わせて体験し、学校の防災倉庫や非常用トイレ、災害時に寝泊まりする避難所(ファミリールーム)、家庭に備えておきたい防災用品(備蓄品)などの見学も行いました。さらに、各教室では防災に関する授業を行い、保護者の皆さまにも参観していただきました。

災害はいつ、どこで起こるかわかりません。いざという時に、自分や大切な人の命を守れるよう、日頃から各家庭と地域、そして避難所となる学校とのつながりを深めておくことは、大変に意義深いことであると考えます。今後も地域の皆さまとのつながりを大切にしながら、本校の防災教育を進めてまいります。

(三鷹中央学園三鷹市立第七小学校 校長 上原 義人)



創業 58 年の信頼と実績



AZUMA club 会員募集中
入会金 1000 円 年会費無料
無料事前相談承ります

☎ 0120-66-5940
https://www.azuma-group.co.jp

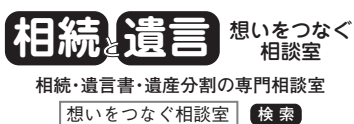
安全・安心を運んで 38 年



全国どこへでも
患者様のいろいろなご要望に
お応えいたします

☎ 0120-81-9931
https://www.minkyu.co.jp

家族を争族としないために



行政書士 星川総合法務事務所
ご相談は無料です。(☎ 0422-24-9762)
三鷹市下連雀3丁目33-17 グラシアス三鷹 205号室
(三鷹駅南口徒歩3分・銭湯「春の湯」斜め向かい)

リフォーム・修繕
デザイン・エクステリア



フリーダイヤル 0120-68-3131

あなたの近くにいる
私たちだからできる
身近なサービス



家電・補聴器・電気工事・水道工事
ガス給湯器・リフォーム
☎ (0422) 30-9993
FAX 0422-30-9994
三鷹市野崎 2-1-16 (三鷹上連雀郵便局前)

行事予定表

連絡先：連雀コミュニティ・センター ☎ 45-5100
※参加費等、金額の記載のない行事は無料です。

行事名	内容	日時	対象	申込方法	備考
ちいさなお話会 (文化部会)	絵本の読み聞かせ、パ ネルシアター又はエプ ロンシアター、手遊び、 歌、折り紙等	11/27(水) 11/30(土) 午前10時30分～ 11時30分	0～6歳(就学 前)までの乳幼 児とその保護者	当日直接会場へ	会 場：センター1階 幼児・子ども室 定 員：先着10組
デュオ・しもれんが贈る 二胡とクラリネットで 奏でる秋の調べⅡ (文化部会)	二胡とクラリネットに よる生演奏	11/30(土) 午後2時～3時 ※午後1時30分開場	一般市民	当日直接会場へ	会 場：センター1階 ロビー 定 員：先着50名 出 演：濱島祐貴さん(二胡)、 加藤亜希子さん(クラリネット)
栄養料理教室 「健康な骨を保ち 続けるレシピ」 (健康づくり推進委員会)	①オイルサーディンの 簡単ドリア ②焼キノコと干エビの マリネ ③チキンボールと小松 菜のスープ	12/8(日) 午前10時30分～正午	一般市民	9月30日(月)午前10時より 受付開始 参加費500円を添えてセンター窓口へ (電話申込不可)	会 場：センター2階料理実習室 定 員：先着12名 持ち物：エプロン、三角巾、タオル、 マスク 講 師：管理栄養士 森幸代氏

牛乳パック回収についてのお願い

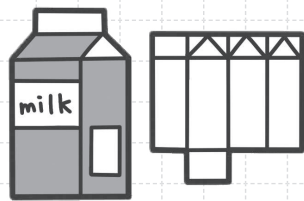
連雀コミュニティ・センター(連雀地区住民協議会)では牛乳パックの回収をしています。牛乳パックはボランティアの手で分別されていますが、回収時のマナーが守られずにリサイクルできないものも出ています。

ゴミを減量化し資源として有効活用するため・清潔に分別作業を行うためにも、皆様のご協力をお願いいたします。

回収 → 古紙回収業者 → 製紙原料問屋 → 製紙メーカー
→ トイレットペーパー ティッシュペーパー
溶かす → コーティングされたポリエチレンを除く → 洗浄・殺菌 → 再生紙へ

回収マナー 「洗って、開いて、乾かして」

- ①飲み終わったパックの中をすすぐ。
- ②切り開いてよく乾かす。
- ③キャップのついているものはキャップ部分を切り取る。



- ×汚れが残っている紙パック
 - ×500ml未満の紙パック
 - ×回収箱に紙パック以外のものを捨てる
- ※これらは、分別の際にリサイクルできずにゴミとして処分しています。

- 1ℓの牛乳パック30枚でトイレットペーパーが5個できます。
- みんなでリサイクルしましょう。

広報部会 石原

ママと赤ちゃんの性のおはなし

日時 11月15日(金)
午前10時30分～正午

会場 センター2階 大広間

対象 乳幼児をもつ子どもさんのママ

募集 先着10名

9月30日(月)午前10時より受付開始
(QRコードよりお申し込みください)

講師 三鷹市助産師会より

費用 無料

主催 連雀地区住民協議会

共催 三鷹市助産師会



いきいきヨーガクラブ 会員募集

日時 毎週金曜日 午後1時30分～3時

場所 センター2階 大広間

費用 入会金1,000円 月謝2,000円

問合せ 電話 090-6301-7942(鈴木)

初回、無料で体験いただけます

連雀だれでも相談サロン

日時 毎月第3金曜日 午後1時～3時 令和6年10月18日・11月15日

※奇数月は午後1時～2時まで講話とおしゃべりがあります。

(個別相談は午後2時より)

講話内容：11/15：「睡眠」と「健康」の知恵袋講座

会場 連雀コミュニティ・センター1階図書室

費用 無料

申込 参加申し込み不要

問合せ 三鷹ボランティアセンター 電話 0422-76-1271

三鷹市連雀地域包括支援センター 電話 0422-40-2635



福祉車両で外出のお手伝い



運転ボランティア募集中

ご連絡お待ちしております

0422-41-0185

信頼が心をつなぐ

JA東京むさし

東京むさし農業協同組合

三鷹支店

☎46-2149

地産産新鮮野菜・植木・花・園芸資材

三鷹緑化センター ☎48-7482

三鷹駅南口一分

ミタカバレエアカデミー

生徒募集

☎ 0422-42-1901

<https://mitakaballet-academy.com/>

ホームページが新しくなりました!

事務機・文房具・ノベルティ
困った! 時にはお気軽に
ご相談ください!

城西リコピー株式会社

東京都三鷹市上連雀8-4-15

Tel: 0422-49-8850
Fax: 0422-47-2444
E-mail: mitaka@j-ricopy.co.jp
<http://www.j-ricopy.co.jp>

学生服・ユニフォーム

イシカワ衣料株式会社

井口2-10-42 ☎0422-32-6447

市内中学校の制服は当社へ
お任せください!
各種企業のユニフォームも
承ります

メガネライフ

メガネ・コンタクトレンズ
補聴器の事なら
お近くのメガネライフへ

三鷹 ☎0422 (43) 8811
武蔵境 ☎0422 (33) 1021
武蔵小金井 ☎042 (387) 1521
国分寺 ☎042 (325) 0039

全てのお店が駅から徒歩1分!! メンテナンスもラクラク!!

井の頭公園の100余年の歴史を貴重な写真で紹介

井の頭公園100年写真集

井の頭公園
100年写真集

初代プール
井の頭池にあった

2代目プールは井戸水で冷たかった

地元
の書店か
ネット
通販で
お求め
願いま
す。

ぶんしん出版 Tel.0422-60-2211 Fax.0422-60-2200

A5判変形196頁
1,650円(税込)

株式会社

大竹工務店

〒181-0013 東京都三鷹市下連雀3丁目28番3号
電話 0422 (46) 1641

お金のこと・暮らしのこと
何でもご相談ください!

西武信用金庫

人に地域に未来に「やさしい」

三鷹支店
TEL: 0422-47-3281
E-mail: mitaka@seibushinkin.com

創業以来の信用と実績

消防設備・設計施工・点検・販売
(消火器詰替1本・標示板1枚でも伺います)
建築設備検査・特殊建築物調査報告


●各種消防書類など作成。
提出代行も致します。

株式会社 日の丸防災

☎ (0422) 31-2781(代)
本社 FAX (0422) 33-5840
三鷹市野崎2-4-12(野崎交差点スグ)

行事予定表

連絡先：連雀コミュニティ・センター ☎ 45-5100
 ※参加費等、金額の記載のない行事は無料です。

行事名	内容	日時	対象	申込方法	備考
連雀健康教室	「うごこっと」体操等専門職の先生方と運動し、いつまでも動ける体を作りましょう	10/ 1 (火) 11/ 5 (火) 午後1時～2時	一般市民	当日直接会場へ	会場：センター内 持ち物：タオル、水分補給の飲み物 問合せ：0422-40-2635 (連雀地域包括支援センター) 講師：訪問看護ステーション等の理学療法士の先生他
花壇管理 (環境部会)	連雀コミセンの花壇管理を行います。植物や花壇が好きな方大募集中!	10/ 9 (水) 11/ 13 (水) 午後1時～	一般市民	当日直接会場へ	会場：センター前花壇 他 募集：多数 その他 協力：八原ダリ氏(園芸家)
太極拳 無料体験教室 (スポーツ部会)	太極拳で足腰の筋力を鍛えて転倒防止に! 太極拳を無料で体験してみませんか。	10/ 9 (水) 午前10時15分～正午	一般市民	当日直接会場へ	会場：センター2階 大小会議室 募集：多数 講師：大野和則氏 (多聞内神道武道連盟) その他：タオルを持参し、動きやすい服装(スカート不可)、運動靴でご参加ください。
ベビーマッサージ& 交流会 (コミュニティ創生事業)	助産師のベビーマッサージ 参加者同士の情報交換	10/ 11 (金) ※6か月～1歳未満 11/ 8 (金) ※6か月未満 午前10時30分～正午	1歳未満の乳児と保護者 ※奇数月は6か月未満の乳児、偶数月は6か月～1歳未満の乳児が募集対象となります。	開催日3週間前の午前10時より ホームページ、QRコードより 	会場：センター1階 幼児・子ども室 定員：先着12組 講師：三鷹市助産師会会員 持ち物：バスタオル、おむつ等
連弾で奏でる名曲 コンサート (コミュニティ創生事業)	ピアノ連弾による生演奏	10/ 13 (日) 午後2時～3時 ※午後1時30分開場	一般市民	当日直接会場へ	会場：センター1階 ロビー 定員：先着50名 出演：斎藤尚子さん(ピアノ)、 山田莉紗さん(ピアノ)
包丁砥ぎ	職人さんに包丁研ぎをお願いします。 (基本毎月第2日曜日開催)	10/ 13 (日) 11/ 10 (日) 午前10時～正午	一般市民	費用を添えて直接会場へ	会場：センター中庭(雨天時、駐車場) 募集：先着100丁(はさみ類は不可) 費用：400円[1丁] ※お一人様3丁まで 実施団体：三鷹市シルバー人材センター
連雀サロン	10月は「琴菊会の皆さんによる大正琴」、11月は「J・ハーモニーの皆さんによるヘルマンハープ演奏会」の企画を予定しています。お気軽にご参加ください。	10/ 15 (火) 11/ 19 (火) 午後1時30分～3時	一般市民	申込み不要、当日直接会場へ ※企画内容は、変更になる可能性があります。あらかじめご了承ください。	会場：センター2階 大会議室 定員：先着40名 実施団体：連雀・地域ケアネットワーク 事務局：三鷹市健康福祉部地域福祉課 地域ケア推進係 電話：0422-29-9235 (平日午前9時～午後5時)
市民健康講座 「ちよい足しフィットネス～いつもの動きでリフレッシュ～」 (健康づくり推進委員会)	運動のコツを、健康運動指導士がお伝えします。	10/ 16 (水) 午前10時30分～正午	一般市民	ホームページ、QRコードより(窓口、電話も可) ※申込受付中 	会場：センター2階 大小会議室 定員：先着30名 講師：健康運動指導士 鈴木直美先生 持ち物：フェイスタオル(運動で使用)、汗拭きタオル、動きやすい服装・靴、水分補給の飲み物
朗読のための 発声講座 (図書室運営プロジェクト)	発声のためのストレッチ&トレーニングと谷川俊太郎の詩などを使った朗読練習。最終日に絵本朗読会を開催。	11/ 2、11/ 9、 11/ 16、12/ 7 (土) 全4回 午後2時～4時	一般市民	ホームページ、QRコードより(窓口、電話も可) 10月7日(月)午前10時より10月21日(月)午後8時30分まで 	会場：センター2階 大集会室 定員：10名 講師：山口真司氏【演劇集団 円】 ※申し込み多数の場合抽選、当選者のみに連絡
みたか健康づくり セミナー (健康づくり推進委員会)	①医師による血管を守るための生活についての講話 ②理学療法士による講話と運動	① 11/ 6 (水) 午後1時30分～3時 ② 12/ 2 (月) 午前10時30分～正午 ※2回の講座です	一般市民	三鷹市健康推進課へ電話 0422-24-8207 10月7日(月)午前9時より受付	会場：センター2階 大小会議室 定員：先着30名 講師：①吉野秀朗医師(野村病院)、 ②理学療法士 植田拓也氏 持ち物：筆記用具、水分補給の飲み物、動きやすい服装(第2回目)
ここイック講座 In 連雀 第5弾 「乳幼児の防災の話」	「乳幼児の防災の話」について学びながら、地域の皆さんと交流を深めてみませんか♪ご参加お待ちしております。	11/ 9 (土) 午前10時30分～ 11時30分	プレママ、 プレパパ～3歳 程度の乳幼児と ご家族	受付期間：10月7日(月)～ 11月7日(木) 事前申込み制(電話・FAX・メール) 電話：0422-29-9235 (平日午前9時～午後5時) FAX：0422-29-9620 メール：chiiki@city.mitaka.lg.jp	会場：センター2階 大広間(和室) 定員：先着15組 持ち物：①お飲み物、②約100cm程度の大きいサイズの風呂敷(持っている方のみ) 実施団体：連雀・地域ケアネットワーク 事務局：三鷹市健康福祉部地域福祉課 地域ケア推進係 電話：0422-29-9235 (平日午前9時～午後5時)