



発行：連雀地区住民協議会 企画・編集：住民協議会広報部会  
ホームページ ▶ <https://www.mitakacc.jp/renjk-cc/>



第252号

令和6年 1.26 発行

連雀地区住民協議会  
連雀コミュニティ・センター  
〒181-0013  
東京都三鷹市下連雀7-15-4  
☎ 0422-45-5100  
FAX 0422-76-0055

当センターの休館日

2月 1(木)・8(木)・11(日・祝)・15(木)  
22(木)・23(金・祝)・29(木)  
※12日は午後5時閉館  
3月 7(木)・14(木)・20(水・祝)  
21(木)・28(木)

## センターご利用のみなさまの声を聞かせてください!

連雀コミュニティ・センターの管理と運営をしております連雀地区住民協議会は、昭和59年1月に発足しこの度40周年を迎えました。

記念事業として、広報紙「けやき」特集号を発行し、みなさまの声を掲載させていただくとともに、今後の活動の参考にしていきたいと考えています。ロビーに設置しています用紙「けやきの葉」に、みなさまの自由なご意見を記入してください。

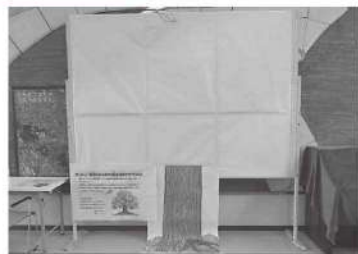
みなさまの声で、けやきの木を大きく育てましょう!

### ルール

- 1 氏名の記入は自由です
- 2 記入内容に指定はありません【絵も可能です】
- 3 他の人を傷つけるような記入はしないでください
- 4 記入後は事務局窓口へ提出してください



連雀地区住民協議会  
連雀コミュニティ・センター



### 図書室の休室

蔵書点検実施に伴う図書室休室日  
令和6年3月1日(金)～3月8日(金)

## 上級救命講習会受講者募集

- 主催** 連雀地区住民協議会防災対策特別委員会
- 日時** 令和6年2月18日(日)午前9時～午後5時  
※集合時間 午前8時45分厳守
- 会場** 連雀コミュニティ・センター2階大集会室  
【三鷹市下連雀7-15-4】
- 内容** 上級救命講習【AED操作法・心肺蘇生法・止血法等】
- 講師** 公益財団法人 東京防災救急協会
- 募集** 先着10人【市民】
- 費用** 無料【ただし、受講料/2,600円は三鷹市が負担いたします】
- 申込み** 令和6年2月5日(月)午前10時～  
連雀コミュニティ・センター  
【ホームページ内受付フォーム】へ  
【電話可 TEL 45-5100】



- その他**
- ・昼食及び筆記用具【えんぴつ】をご持参ください。
  - ・実技体験を伴うため、動きやすい服装でご参加ください。
  - ・遅刻・早退は、受講修了となりません。
  - ・技能取得者には、後日東京消防庁より認定証が交付されます。

## 2024年を迎えて

連雀地区住民協議会 会長 小林 義明



令和6年の新春を迎え、心よりお慶びを申し上げます。また、日頃から当住協に対しまして、ご理解とご協力をいただいておりますことを、まずもって御礼申し上げます。

新年早々、「令和6年能登半島地震」が発災しました。我々の身にも降りかかってくることを考えると身につまされる思いでございます。早期の復興を願うばかりです。

さて、去年は皆様にとってどんな1年だったのでしょうか?新型コロナウイルス感染症が5類に移行されたのに伴い、人々の往来、交流が徐々に回復し、「4年ぶりに……」という言葉があらこちらで聞かれた1年でもありました。我々の会議もハイブリッド(オンライン・リアル併用)形式で開催しておりますが、だんだんと会場(リアル)参加の方が増えてきました。改めて、人と人が接する大切さを感じた1年でもございました。

おかげさまで、10月にはコロナ前に近い規模で、連雀コミュニティまつりと市立第六小学校をお借りして連雀地区総合防災訓練を無事開催することができました。ご協力をいただきました皆様に御礼申し上げます。

連雀地区住民協議会は、1月24日に創立40周年を、連雀コミュニティ・センターは6月に開館40周年を迎えます。昨年40周年記念事業にかかわる会議を重ね、開催内容について協議を続けております。住協委員の皆さんの負担にならないよう、三鷹市芸術文化センター風のホールをお借りして、簡素な式典と記念コンサートの2本立てとする予定で、記念コンサートは、地域の皆様にも開放をする予定でおります。詳細が決まりましたらお知らせをさせていただきますので、どうぞご期待ください。

本年が皆様にとって幸多き年となりますよう祈念いたしまして新年のご挨拶とさせていただきます。どうぞよろしく願いいたします。

## 「連雀健康教室」を開催します!

「うごこつと」体操等専門職の先生方と運動し、いつまでも元気に生き生きと過ごせる体をつくりましょう! 皆様のご参加をお待ちしております!

- 場所** 連雀コミュニティ・センター(大広間他)
- 日時** 2月6日(火)午後1時から2時まで(毎月第1火曜日)
- 持ち物** タオル・水分補給の飲み物
- 参加費** 無料 自由参加制です。
- 問合せ先** 0422-40-2635(三鷹市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

共催：連雀地区住民協議会健康づくり推進委員会  
三鷹市連雀地域包括支援センター

### 今後の開催日程

3/5(火)、4/2(火)、5/7(火)、6/4(火)、7/2(火)、  
8/6(火)、9/3(火)、10/1(火)、11/5(火)、12/3(火)

## 三鷹消防署長より感謝状が贈られました

令和5年12月19日に下連雀七丁目が発生した火災の際に、迅速な対応により住民を救助した新川喜紀さん(元三鷹市消防団第六分団長)と当住協の小林会長に対して、12月26日、三鷹消防署長より感謝状が贈られました。



## プライベートゾーンを知ることから始めよう! 赤ちゃん和妈妈のための性のおはなし

- 場所** 連雀コミュニティ・センター2階 大広間
- 日時** 2月16日(金)午前10時30分～11時30分
- 対象** 乳幼児の保護者先着10組  
(保育つきではないがお子さんと一緒に参加可)
- 申込先** 右記申込フォームより
- 問合せ** 三鷹市助産師会 問い合わせフォームまで
- 内容** 産後のママの身体・生理のはなし  
子どもからの質問にどう答える?  
プライベートゾーンについて



# 第38回『新春書き初め大会』入賞者

第38回新春書き初め大会の審査会が、1月12日の朝より大集会室にて行われました。今回は近年最多となる135点のご応募があり、審査員の皆様も審査に力が入った様子でした。掲載作品以外の応募作品につきましては、ホームページにて2月16日まで公開しております。素晴らしい作品の数々を是非ご覧ください。



優秀特選

小学3年 辰巳天音さん



優秀特選

小学1年 小池南さん



審査委員会賞

小学6年 吉田七菜さん



大会賞

小学4年 金沢威太さん



会長賞

中学2年 三浦百葉さん

賞	氏名	学年
会長賞	三浦 百葉	中2
大会賞	金沢 威太	小4
審査委員会賞	吉田 七菜	小6

賞	氏名	学年
優秀特選	小池 南	小1
優秀特選	辰巳 天音	小3
特選	須賀谷 晴香	小5

賞	氏名	学年
特選	山本 真愛	小6
準特選	金沢 芦和	小2
準特選	仲村 椋	小3

## 各事業の報告

### ❖ 令和5年度スポーツ部会事業「大沢の里周辺ハイキング」報告

連雀地区住民協議会スポーツ部会事業「大沢の里周辺ハイキング」を11月19日(日)に実施しました。

スタッフを含む11名で、連雀コミュニティ・センターから三鷹市大沢にある古民家を目指しました。途中休憩を取りつつ、会話をしながら無事古民家までたどり着く事ができました。ハイキングを通じて楽しく秋を満喫できました。



(スポーツ部会)

### ❖ 令和5年度少年少女野球「連雀リーグ」閉会式 報告

連雀地区住民協議会が後援する少年少女野球「三鷹連雀リーグ」の第40回閉会式が12月3日(日)に三鷹中央学園三鷹市立第七小学校校庭で開催されました。

結果は次のとおりです。



第1部(6年生以下の部)		第2部(5年生以下の部)		第3部(4年生以下の部)	
優勝	いずみスワローズ	優勝	いずみスワローズ	優勝	いずみスワローズ
準優勝	連雀スパローズ	準優勝	連雀スパローズ	第3位	連雀スパローズD
第3位	三鷹タイガース	第3位	三鷹フライヤーズ	第3位	連雀スパローズC

(スポーツ部会)

## ❖ 高齢者の生活相談室 & 困りごと相談 ❖

日時 毎月第3金曜日 午後1時～3時  
令和6年2月16日・3月15日

会場 連雀コミュニティ・センター 1階図書室

費用 無料

申込み 事前の申し込みが必要です  
●高齢者：電話 0422-40-2635  
●困りごと：0422-76-1271

高齢者以外の方も  
ご相談ください。

問合せ 三鷹市連雀地域包括支援センター  
(下連雀8-3-6 野村病院内)  
三鷹市社会福祉協議会  
(上連雀8-3-10 みたかボランティアセンター)

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

人や地域に“やさしい”

SEIBU  
西武信用金庫

### 三鷹支店

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

### 消防・防災用品

・消防設備設計・施工、法定点検・改修  
・防災用品、消火器・弱電設備全般

住宅用火災警報器

042-663-2551

株式会社 ミナカミ  
〒193-0834 東京都八王子市東浅川町28-30  
https://www.minakami.co.jp/

創業  
明治元年  
(1868年)

### 株式会社 キタウチ

03-3341-4310

オフィス家具・文房具・事務用品・ノベルティ  
グッズ・ネットワーク工事・内装工事・引越・  
システム開発・パソコンお助け隊

「人に伝える・人とつながる」をお手伝い

印刷・出版・Web・映像・周年事業

**BUN-SHIN**

〒181-0012 東京都三鷹市上連雀1-12-17  
TEL: 0422-60-2211 FAX: 0422-60-2200

三鷹跨線橋の記憶と記録を残そうプロジェクト、始めました。

福祉車両で外出のお手伝い

みたかボランティアセンター

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

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

**(株)高坂デンキ商会**

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)

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!

創業57年の信頼と実績  
家族葬から大型社葬まで承ります。

株式会社 AZUMA

**東葬祭**

AZUMA club 会員募集中  
入会金1000円 年会費無料

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

全国どこへでも、  
患者様のいろいろなご要望に  
お応え致します。

**アズマ**

民間救急サービス

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



# 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下さっている、第一中学校と第四中学校のPTAの方々が、各学校取材してくださいました。



## 連雀学園三鷹市立第一中学校

### 一中PTAの取り組みをご紹介します

#### 標準服を譲る会

PTA主催行事として毎年実施している「標準服を譲る会」。今年度は10月21日に実施しました。もう小さくなってしまった……という服を寄付してもらい、在校生の保護者を対象に1点100円で譲る仕組みです。成長が著しい中学生をもつご家庭のサポートに一役買っています。



▲標準服に加えてジャージ、柔道着も購入できます。盛況で、PTA室の外には50名を超える保護者の列ができていました。



▲一番人気は成長期真っ盛り男子のプレザー。手首が出てしまったお子さんへ。



◀Yシャツ。女子・男子・サイズを事前に確認して明記。



▲スラックス。女子も多く生徒が着用しています。



◀スカートも多数。夏服、冬服に分けて陳列。

#### PTA改革中!

一中PTAでは、オンライン会議の導入や組織の一部改変、各委員会活動内容のスリム化など、働きながらも参加しやすい組織を目指して改革を推進中です。PTA役員と学校側との協力体制のもと、協議がスムーズに行われています。

広報部会 増井(第一中学校PTA)

## 三鷹中央学園三鷹市立第四中学校

### E組四中かりんプロジェクトをご紹介します

#### ～ 四中にはかりんの木が3本あり、毎年とれる「かりんの実」の商品化に取り組んでいます～

今年度はかりんが不作で収穫できなかったため、キンモクセイを摘んでキンモクセイシロップを作ることになりました。今年度は「販売」ではなく、今まで応援して下さった方々に感謝の気持ちを表すということで、「感謝祭(お渡し会)」にしようと考えています。

LIFEという授業を週1回設定しており、その時間に少しずつ準備をしています。E組のクラス全員で仕事を分担して行っています。また、仕事内容は生徒が自主的に選んで決めています。



キンモクセイの仕分け

#### キンモクセイシロップ作りー生徒のみなさんの声

- ・キンモクセイは小さくて取れにくかったけど、楽しかったです。(1年 幡谷海琴さん)
- ・キンモクセイを摘むことは、簡単ではありません。細かい作業で花を傷つけてしまうことがあります。そのため、ピンセットを使って慎重に作業しました。(2年 石井遥夏さん)



キンモクセイシロップ (写真は昨年のもので)

#### 先生からひとこと

地域の方々の協力を得て学校の教育活動ができるという、この「かりんプロジェクト」は素晴らしい活動だと思います。課題も多いのですが、地域の方々のご協力にいつも感謝の気持ちでいっぱいです。四中のHPで活動報告をアップしているので、ぜひご覧いただき、これからもE組の活動を応援してほしいと思っています。

広報部会 竹内(第四中学校PTA)

お客様の信頼・満足度 No.1を目指します!!

**西武消毒(株)** 東京支店

ゴキブリ・シロアリ・害虫駆除  
その他 一般消毒

見積もりのための現場調査は無料です

TEL お気軽にご連絡ください!

**03-3994-6481**

**(有) 福井モーターズ**

車検・一般整備・钣金・塗装  
新車・中古車販売  
不要車高価買取・出張引取OK!  
乗用車・バン&トラック・特装車  
なんでもお気軽にご相談ください!

三鷹市井口3-11-34  
TEL:0422-32-6391(代)

福井モーターズ 三鷹 検索

家族を争族としないために

**相続 遺言** 想いをつなぐ相談室

相続・遺言書・遺産分割の専門相談室  
想いをつなぐ相談室 検索

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)

**株式会社 美鷹**

戸建て、集合住宅、ビル、商業施設などの塗装  
一級塗装技能士がご相談に応じます

☎ 0422-29-8223  
FAX 0422-29-8224

三鷹市牟礼 5-12-6-301 株式会社美鷹 検索

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

地場産新鮮野菜・植木・花・園芸資材

三鷹緑化センター ☎ 48-7482

## 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	2/7(水)、 2/17(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	申込不要、当日直接会場へ	会場：センター2階大集会室 定員：先着10組
パドルテニス体験会 (スポーツ部会)	大人も子どもも楽しめるパドルテニスの体験会です。初めての方もお気軽にどうぞ!	2/10(土) 午後1時～4時	一般市民	申込不要、当日直接会場へ	会場：センター1階体育館 定員：先着30名 持ち物：タオル、動きやすい服装、運動靴(上履き)、飲み物
包丁砥ぎ	職人さんに包丁研ぎをお願いしませんか。 (毎月第2日曜日開催)	2/10(土)、 3/10(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
ファイヤースターターを作って、火起こし体験! 【親子DIY講座】 (多世代交流事業)	災害時やキャンプに役立つ火起こし器具をつくり、薪に火をつける体験を試してみませんか? (火起こし器具づくり、薪割り、火起こしを行います)	2/17(土) 午前10時～正午 ※荒天時延期 予備日：2/24(土)	小学生と保護者	受付中 下記申込みフォームより 	会場：DIY STORE 三鷹 定員：先着15組 講師：DIY STORE 三鷹 店長 岸下顕師氏 材料費：500円 ※電気工具(のこぎり、ドリル他)を使用します。
連雀サロン	2月は「健康についてのお話や体操」、3月は「ラプリーハンズの皆さんによるフラダンス」の企画を予定しています。	2/20(火)、 3/19(火) 午後1時30分～3時	一般市民	申込不要、当日直接会場へ ※事前申込みが不要になりました。 ※企画内容は、変更になる可能性があります。	会場：センター2階大会議室 定員：先着40名 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)
防げ! 特殊詐欺! 特殊詐欺被害防止講習会 (総務部会)	三鷹警察署生活安全課防犯係の方による特殊詐欺被害防止の講習会です。実際の事例やその対策をわかりやすく説明いたします。	2/24(土) 午前10時30分～ 11時30分	一般市民	受付中 (2/19(月)午後8時30分または 定員に達した場合終了) 電話、ホームページまたは 下記QRコードより 	会場：センター2階会議室 定員：先着50名 持ち物：筆記用具(必要な方のみ) 講師：警視庁三鷹警察署生活安全課 防犯係
腰痛・肩こり解消のための ストレッチ講習会 (多世代交流事業)	体を伸ばすことで、腰痛や肩こりを解消しませんか。お仕事後でも参加できる夜間の講座です。 (オンライン参加併用講座)	3/1(金)、 3/8(金)、 3/15(金) 午後7時～8時 ※お申込みは上記日程の いずれか1回でお願いします	一般市民	1/26(金)午前10時よりホームページ にて受付開始(窓口も可) 日付・会場参加・オンライン参加を お選びください。 	会場：センター2階大会議室 定員：(会場参加)各回先着15名 (オンライン参加)各回先着10名 講師：ほどさわみえ氏(整体師) 協力：一般社団法人 スカイリミットスポーツ三鷹
シニア健康体操講習会 (多世代交流事業)	シニアの方を対象とした健康体操です。寒さで固まり気味の身体をほぐしましょう。	3/4(月)、 3/11(月)、 3/18(月) 午前10時30分～ 11時30分 ※お申込みは上記日程の いずれか1回でお願いします	概ね60歳以上の 一般市民	1/26(金)午前10時より 窓口または電話にて受付開始	会場：センター2階大会議室 定員：各回先着15名 (概ね60歳以上の方) 講師：ほどさわみえ氏(整体師) 協力：一般社団法人 スカイリミットスポーツ三鷹
日本古典文学 「紫式部の世界」 (厚生部会)	今年の大河ドラマの題材、紫式部の生きた時代とその歴史的エピソードに触れながら、平安時代の世界へ皆様をおさそいします。	3/5(火)、 3/12(火) 全2回 午後2時～4時	一般市民	2/5(月)午前10時より受付開始 参加費200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階大会議室 定員：先着40名 講師：学習院大学・青山学院大学講師 田中洋子氏 参加費：200円
南海トラフ地震講座 (環境部会)	次の大規模地震の切迫性が高まっている「南海トラフ地震」。気象庁から発表する南海トラフ地震臨時情報及び防災対応について紹介します。	3/6(水) 午後2時～4時	一般市民	ホームページまたは下記QRコードより (窓口・電話も可)   会場 オンライン	申込期間：1/26(金)午前10時 ～3/3(日)午後4時30分 会場：センター2階大・小会議室 定員：会場orオンライン 各先着30名 講師：東京管区気象台気象防災地震火山課 調査官 中村真也氏
ミニバスケットボール 体験会 (スポーツ部会)	小学生の初心者を対象としたバスケットボールの体験会(基礎練習及びミニゲーム)です。	3/9(土) 午前10時30分～ 12時30分	三鷹市内の 小学3～5年生	2/5(月)午前10時より受付開始 電話、ホームページまたは 下記QRコードより 	会場：センター1階体育館 定員：先着10名 持ち物：上履き、タオル、飲み物、動きやすい服装、バスケットボール (お持ちの方のみ)
三鷹を知る歴史講座 「上連雀地域の歴史」 (文化部会)	今年のテーマは「上連雀地域」です。第1回は座学で上連雀地域の歴史を学び、第2回では実際に現地を歩いてみましょう。	① 3/9(土) 午前10時30分～ 12時30分 ② 3/16(土) 午前10時～正午	一般市民	1/29(月)午前10時より受付開始 (窓口・電話申込も可) 	会場：①センター2階大会議室 ②上連雀地域(上連雀神明社集合) 定員：先着10名 持ち物：筆記用具 講師：相原悦夫氏(郷土史家)
経済・財産形成講座 「新NISAの仕組みと活用法」 (厚生部会)	新NISAについて	4/9(火) 午後2時～4時	一般市民	2/19(月)午前10時より受付開始 下記QRコードより(窓口・電話申込も可) 	会場：センター2階大会議室 定員：先着40名 講師：SMBC日興証券(株) ソリューションアドバイザー一部 税制度調査課 課長 植村繁氏