コミュニティ
おおさわ

vol.573
2023
March
3

大沢コミュニティ・センター
〒181－0015三鷹市大沢4－25－30
TEL：0422－32－6986
FAX：0422－32－6924
http://www.osawacc.jp/

発行　大沢住民協議会　　企画・編集　広報部会　　印刷　株式会社 文 伸

大沢住民協議会 定期総会

大沢住民協議会の定期総会を開催します。
地域住民の皆様はオブザーバーとして参加できます。
ぜひご出席くださるようご案内いたします。

日　時　3月19日（日）午後1時30分から

場　所　大沢コミュニティ・センター
3階鑑賞室

議案　(1) 令和5年度　活動方針並びに事業計画
(2) 令和5年度　収入支出予算
(3) その他

※総会終了後コミセン避難所開設訓練を行いますので、併せてご参加ください。

《第32回コミュニティ音楽会 開催します》

日　時　3月26日（日）午後1時30分～　開場 午後1時

場　所　大沢コミュニティ・センター　体育館

出　演（演奏順）
1　サニーステージ深大寺サラニー（軽音楽）
2　佐藤 利有（フルート）
3　Liliane（りりあん）（アイリッシュハープ）
4　アンサンブル・ゼフィール（日本の歌・童謡）
5　友野 恵子（アルトサックス）
6　武蔵野シンフォニック・ブラス・オーケストラ（吹奏楽）

申込み　不要　直接会場にお越しください

その他
- 当日は上履きと下足入れをお持ちください
- 中止の場合は、町内会の掲示板及び大沢住民協議会のホームページにて、お知らせします

問合せ　大沢住民協議会事務局（0422-32-6986）
大沢コミュニティ音楽会実行委員会

令和 5年度 6年度

2023年6月から
任期は2年です

大沢住民協議会委員募集

大沢住民協議会は、町会・自治会等地域団体やコミュニティ・センターで活動しているサークルの皆さんから選出される委員のほかに、住民協議会活動に関心のある方にご参加いただく委員によって、コミュニティ・センターを拠点として運営されています。

来る6月に委員の改選期を迎えます。現在70名が希望する部会に所属して活動しています。大沢地区及び野崎3、4丁目の一部地域にお住まいの方で、住民協議会の活動を始めてみたい方、関心のある方はぜひご応募ください。

申込期間　5月31日（水）まで

申込方法　所定の申込書（事務局にあります）に記入の上、大沢コミュニティ・センター事務局へ届け出てください。

問 合 せ　大沢住民協議会事務局　32-6986

参加者募集

～大沢住民協議会設立50周年記念～
第45回大沢コミュニティ祭
5月20日（土）・21日（日）

ながらく開催できなかったコミ祭が、4年ぶりに戻ってきます！
三鷹市の感染症対策に準拠しながら、コロナ以前の規模での開催を予定しています。
私たちのコミュニティ活動をアピールするイベントとして、また大沢住民協議会設立50周年を記念して、おおいに盛り上げたいと思います。
コミュニティ祭はお祭りに出展などで企画参加する人達によって実行委員会を結成し、運営されます。バラエティーに富んだ企画内容で、楽しいお祭りにいたしましょう。
皆さまの楽しいアイデアと、積極的なご参加をお待ちしております。
募集の概要は次のとおりです

◇ **参加資格**
コミュニティ祭に参加を希望する三鷹市内の個人、家族、グループ、サークル、団体、企業など。小中高の皆さんも大歓迎。

◇ **参加内容例**
- 作品発表　・活動紹介　・手作り販売　・模擬店（飲食店可）
- ゲーム　・パフォーマンス（演奏、歌、その他の表現）

◇ **申込方法**
3月31日（金）までにコミュニティ・センターの事務局までお申し込みください。
（申込み書は事務局にあります）

第1回実行委員会　4月8日（土）　午後1時30分～　大沢コミュニティ祭 準備委員会

受付中

運動実技指導講座
（2回シリーズ）

※2月10日は雪のため中止となり日程が変更しました

テーマ　健康づくりウォーキング講座（晴天時）
健康づくりシニアフィットネス講座（雨天時）

日　時　3月10日（金）午前10時30分 ～ 12時
3月23日（木）午後1時30分 ～ 3時

場　所　大沢コミュニティ・センター　3階多目的室・屋外

講　師　健康運動指導士　鵜殿加恵 氏

申込み　先着20名　大沢コミュニティ・センター
電話：0422-32-6986

持ち物　飲み物・タオル・運動しやすい服装

主　催　厚生部会・健康づくり推進委員会

訃報

防災部会員として活動されていました
尾又守昭さんが1月にご逝去されました。
心からご冥福をお祈りいたします。

センター掲示板

- 3月1日（水）から6日（月）まで蔵書点検のため、図書室はお休みします。蔵書点検中は、本の返却のみ受付けます。
- 3月19日（日）避難所開設訓練のため体育館と駐車場は利用できません。
- コミュニティ音楽会準備のため3月25日（土）6時閉館です。
- コミュニティ音楽会のため3月26日（日）は駐車場はご利用できません。

4月号 原稿締切日
3月5日(日)
広報部会

3月の休館日
7日(火)
14日(火)
21日(火・祝)
22日(水・振替)
28日(火)

この広報紙は再生紙を使用しています。

第32回 コミュニティ音楽会

3月26日(日) 開演 午後1時30分～

報告 第2回 大沢地域内諸団体懇談会を開催しました！

2月8日（水）、大沢コミュニティ・センターにおいて、大沢地域内諸団体による懇談会が開催されました。今回は、例年実施しているグループに分かれての意見交換会という形式ではなく、三鷹市が現在、大沢地域で取り組んでいる「国立天文台周辺のまちづくりについて」と「大沢AIデマンド交通の実証運行について」の2事業に関する地域団体への報告会という形式で実施しました。当日は約30名の方が参加し、上記事業の進捗状況等の報告を市の担当部署から受けました。今後とも、市の取り組みを注視するとともに、地域の皆様のご意見・ご要望などを市に届けていきたいと考えています。ご多忙の中、ご出席くださいました皆様大変ありがとうございました。　**総務部会**

開催 人生100年時代　あつまれ！50・60・70代 ～人生後半、これからどうする？～ in大沢

いまや人生は100年時代です。これからの人生を豊かに、より楽しく過ごすセカンドライフのあり方を考える講座です。

- 日　時：3月18日（土）午前10時30分～午後0時30分
- 場　所：大沢コミュニティ・センター多目的室（3F）
- 定　員：15名
- 対　象：これからのセカンドライフを考えてみたい人、仕事や子育てが一段落して、これからどんなふうに楽しもうか考えてみたい人、などなど
- 内　容：① 自分と地域との関係を考えてみる講座＆ワークショップ
  ② 参加者同士の交流
- 申　込：三鷹市大沢地域包括支援センター　0422（33）2287
- 主　催：三鷹市大沢地域包括支援センター
- 協　力：大沢地区の民生・児童委員の皆さま

報告 『気象情報とマイタイムライン』の講演会

1月28日（土）気象予報士の山神明理さん（オンライン講演）・平井信行さんを講師に迎えて大沢コミュニティ・センターにおいて「気象情報とマイタイムライン」と題する講演会を開催しました。当日は50名の方が受講し、立体ハザードマップやドローン映像を見ながら、マイ避難カードやマイタイムラインの作成に取り組むとともに、大沢地域の高低差や水害リスクを知り、いざというときの行動を確認することができました。本講演会の模様は、後日、大沢住民協議会のホームページで動画にて公開しますので、今しばらくお待ちください。　**総務部会**

開催 令和4年度 第12回 地域福祉コーディネーター 相談サロン

みたか社協では、日頃の生活の中でのお悩みや心配事をお聞きし、福祉課題の解決を図るため“地域福祉コーディネーター”を配置しています。ご自身や家族の介護、子育て、生活費、ひきこもりのことなど、年齢や対象を問わず生活の中での困りごとについて相談をお伺いします。

高齢者の総合相談窓口である“大沢地域包括支援センター”の職員も一緒にご相談をお伺いします。お気軽にご相談ください！

- 日　時：3月16日（木）午後1時30分～3時
- 場　所：大沢6丁目市営住宅集会所
- 対　象：大沢地区にお住まいの方
- 費　用：無料
- 申　込：不要。直接会場へお越しください
- その他：相談が重なった場合は時間をずらして再度お越しいただく場合がありますのでご了承ください
- 主　催：三鷹市社会福祉協議会
- 協　力：三鷹市大沢地域包括支援センター
- 問合せ：みたかボランティアセンター　電話：0422-76-1271

報告 「ドキドキママも一年生」

2月4日（土）大沢コミュニティ・センター自由室にて、「ドキドキママも一年生」が開催されました。春から大沢台小にお子さんが通われる親子と住協委員、大沢台・羽沢小学校の地域コーディネーターや、講師の一般社団法人みたかSCサポートネットの「先輩ママ」たちとのフリートークとなりました。入学準備のことや、給食の量や食事のスピード、通学路の安全など心配は尽きませんが、4月からの学校生活が楽しみになってくれたようです。

「お子さんの成長と共に解決することがほとんど、お子さんと一緒に小学校生活を楽しんでください！」とエールを送りました。

文化部会

3月行事・会食会のご案内

■ 問合せは 大沢コミュニティ・センターへどうぞ　TEL 32－6986

行事名	内容	日時	申込み・費用	備考
早朝ラジオ体操	ストレッチ体操、太極拳、ラジオ体操、中国ラジオ体操、練功十八法	毎朝（雨天中止） 午前6時～6時40分	直接会場へ	場所：大沢CC広場 主催：健康づくり推進委員会 持物：タオル、飲み物
健康ウォーキング	深大寺　だるま市	3月3日(金) 午前10時（雨天中止）	大沢CC広場直接集合 無料	主催：厚生部会・健康づくり推進委員会 ※東京都シルバーパスを持参してください
	大沢付近　桜観賞	3月28日(火) 午前10時（雨天中止）		
図書室友の会	おり紙教室	3月5日（日）　午後1時30分～4時 コロナ禍のため、中止の場合もあります		場所：大沢CC　2階　小会議室
	絵本の読み聞かせ	3月10日（金）　午前10時30分～11時30分 コロナ禍のため、中止の場合もあります		場所：大沢CC　2階 図書室　絵本コーナー
大沢台小・羽沢小校庭開放	サークル単位の校庭利用	毎週　土・日・祝日	大沢CC事務局 （事前に登録が必要です） 対象は三鷹市民です	A区分：　9:00～11:30 B区分：11:30～14:00 C区分：14:00～16:30
大沢なごみ会会食会	お　休　み　い　た　し　ま　す			主催：厚生部会・大沢なごみ会 給食ボランティアグループ

三鷹消防署からのお知らせ

引っ越しの機会に家具転対策を見直しましょう！

◆家具類の転倒・落下・移動がもたらす『3つの危険』◆

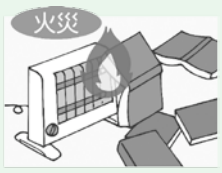
大きな地震が発生すると、部屋の中では『3つの危険』が発生することがあります。

●「けが」の危険

大きな地震が発生すると家具などが倒れて下敷きになったり、上から落ちてきたものがぶつかったり、割れた食器やガラスでけがをすることがあります。

近年、日本で発生した大きな地震でけがをした人の原因を調べると、約30%～50%の人が、家具類の転倒・落下・移動によるものでした。

●「火災」の危険



過去に発生した大きな地震では、家具類の転倒・落下・移動によって火災が発生した事例がありました。地震で家具類の収容物（本棚の本など）が落下したり、家具が倒れたりすることで、ストーブの電源スイッチを押し、近くにあった燃えやすいものに火が付き火災が発生することがあります。

●「避難障害」の危険

出入口付近に家具転対策を実施していない家具を配置してしまうと、地震により転倒などした家具が扉や窓を塞ぎ、逃げられなくなることがあります。

安全・確実に避難するためには、出入口付近や避難経路に家具を置かないことや、家具を置く向きを工夫する等のレイアウトを考えることも非常に大切です。

◆家具転対策についての資料や動画◆

詳しい家具転対策については、東京消防庁ホームページに掲載中の「家具類の転倒・落下・移動防止対策ハンドブック」をご覧ください。

家具転対策ホームページでは、家具転対策ハンドブック以外にも、過去の地震の調査資料なども公開していますので、ぜひ一度ご覧ください。

三鷹消防署 大沢出張所

おおさわ学園3月の主な行事

3月25日（土）～4月5日（水）　春季休業日

○大沢台小学校
- 2日（木）わかば学級お別れ会
- 3日（金）保護者会（1・3年）
- 10日（金）卒業を祝う会、保護者会（5・6年）
- 22日（水）給食終
- 23日（木）修了式
- 24日（金）卒業式

○羽沢小学校
- 2月28日（火）6年生を送る会、保護者会（5・6年）
- 2日（木）保護者会（3・4年）
- 7日（火）保護者会（1・2年）
- 23日（木）修了式、給食終
- 24日（金）卒業式

○第七中学校
- 3日（金）子供を笑顔にするプロジェクト
- 6日（月）薬物乱用防止教室（3年）
- 7日（火）がん教育講習会（3年）
- 20日（月）卒業式
- 24日（金）修了式

学校図書館地域開放日（土曜日　9時～12時）

	大沢台小	羽沢小	七中
4日	○	○	○
11日	○	○	○
18日	○	○	○

※新型コロナウイルス感染症の状況により、変更になるかもしれません

募集　ターゲット・バードゴルフ

令和5年新年度新入会員募集

シャトルボールを打ってみませんか

“心身ともに健康第一！　適量の運動です”

高齢者の生涯スポーツ・健康増進を図る

練習日：毎週月曜日・木曜日　　対　象：どなたでも
時　間：午前9時～11時（雨天中止）　　服　装：運動できる軽装で
場　所：大沢総合グラウンド　野球場　　年会費：￥4,000
主　催：三鷹市ターゲット・バードゴルフ協会
連絡先：広報担当　木賀克夫（090-3542-7009）

3月地域行事のご案内

行事名	内容・費用・日時・申込み			備考
あそびとおしゃべりの会	あそびや育児のおしゃべりの交流会 ＊無　料 ＊当日会場にお越しください	【対象年齢】 三鷹市民で大沢地区にお住まいの平成30年4月2日以降に生まれたお子さんと保護者 【お願い】 開催日前1週間以内に風邪症状のあった方は、参加をご遠慮ください	3月15日（水） 10時30分～12時	場　所：大沢コミュニティ・センター1F　自由室 主　催：三鷹市子ども家庭支援センター すくすくひろば 問合せ：0422-45-7710
コミセンDE すくすくひろば	すくすくひろばが大沢コミセンにやってきます。一緒に遊びながら日ごろの育児のことなどお話しして過ごしましょう。 ＊無　料 ＊当日会場にお越しください		3月1日（水） 10時30分～12時	
みんなの居場所づくり「のがわの家」（野川公園入口そば）	火曜日の活動はお休みです			問合せ：のがわの家運営委員会 代　表：本郷浩之 電　話：090-1053-0403
	健康麻雀会（第2、4水曜日、10時～17時）（会費および利用料200円）			
	お抹茶教室（第2、4月曜日、午前・午後の2部制）（会費1,000円および利用料200円）			要事前予約 電　話：090-3064-8358（佐藤宗裕）
おやこひろば「しいのみクラブ」 詳しくはHPをご確認ください。	園庭開放・室内遊び 日時：**毎週火、木、金　10時～12時　13時～16時（祝祭日はお休み）** ・3月14日（火）　誕生日会（予約なし） ・3月17日（金）　お楽しみ会（要予約　3月2日から申込開始　定員埋まり次第終了） ※新型コロナウイルス感染症の状況により、変更の可能性があります			場　所：椎の実子供の家 三鷹市大沢4-8-8 対　象：地域の親子　0歳～就学前 問合せ：0422-32-4103 担　当：小林美智子 ＊徒歩・自転車でお越しください
「しいのみハウス」	室内自由遊び 日時：**毎週（月）～（金）　14時～18時（土日祝祭日はお休み）** 2日（木）、3日（金）…ひなまつり　15時～16時 30日（木）…ICU留学生さんと英語で遊ぼう！　14時～15時 ★他の曜日もいろいろなあそびを考えて待っています ※新型コロナウイルス感染症の状況により、変更の可能性があります			場　所：椎の実子供の家 三鷹市大沢4-8-8 対　象：地域の小・中学生 問合せ：0422-30-5538 ＊徒歩・自転車でお越しください

ご来場をお待ちしております

三鷹警察署だより

1　三鷹市内交通人身事故発生状況（令和5年1月1日～31日）

※は高齢者、（　）内は自転車が関与する事故件数

	総件数	死亡者	重傷者	軽傷者
市　内	14(13)件 ※　7	0人	0人	14人
大　沢	0件 ※　0	0人	0人	0人

2　警察署からのコメント

1月中の交通人身事故は自転車が関与する事故が多発しています。

「自転車安全利用五則」～自転車利用のルールとマナー～

1 車道が原則、左側を通行
歩道は例外、歩行者を優先

自転車は軽車両、車の仲間、車道の左側を走るのが原則です。

歩道は歩行者が優先です。車道寄りを徐行して、歩行者が多い時は降りて押して歩きましょう。

2 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

車やバイクと同様に信号や道路標識には従わなければなりません。信号を守らないと車両や歩行者と衝突し、交通事故の被害者にも加害者にもなる恐れがあります。一時停止標識では必ず止まって、左右の安全をしっかり確認してから進行しましょう。

3 夜間はライトを点灯

無灯火運転は危険です。ライト点灯は前方の照射だけでなく、他の車両や歩行者に自転車の存在をアピールすることができます。

4 飲酒運転は禁止

酒気を帯びて運転することはできません。
～飲んだら乗らない！　車もバイクも、自転車も！～

5 ヘルメットを着用

自転車事故で亡くなっている方の約7割が「頭部損傷」によるものです。

また、ヘルメット未着用時の致死率は着用時の約2.3倍高くなっています。

自転車事故の特徴を踏まえ、道路交通法が改正され、4月1日から全ての方が自転車に乗るときはヘルメットの着用に努めなければなりません。

あなたのため、大切なご家族のため、ヘルメットを着用しましょう。

三鷹警察署

栄養料理教室

「捨てずに食べる！　野菜使い切りのアイデア」

○いわし缶のみぞれ煮　　○大根のガリバタステーキ
○大根のゆず醤油漬け　　○大根葉のナムル

日　時　3月23日（木）午前10時30分 ～
持ち物　エプロン・三角巾・タオル・筆記用具
料　金　150円（試食のみ）
講　師　森　幸代 さん
申込み　料金を添えて事務局まで
主　催　健康づくり推進委員会

お知らせ

第17回 にじの会 文化行事

日　時：令和5年3月3日（金）午後1時30分

第1部　午後2時～3時

わらび座公演　わらび座わくわく和ライブ
〈予定プログラム〉
秋田音頭　花笠音頭　ソーラン節　オカリナ演奏
盆舞　風になれ　歌（振り付け交流）　みかぐら他

第2部　午後3時20分～4時

にじの会音楽交流会　利用者発表
①「ないろ」「ひとりじゃないよ」「にじこい音頭」
② みんなで歌おう「365日の紙飛行機」

場　所：三鷹市公会堂　光のホール（東京都三鷹市野崎1-1-1）
入場無料　新型コロナ感染症対策を実施して開催します。
マスク着用と検温、手指消毒に協力してください。
問合せ：0422-39-2411
主　催：社会福祉法人にじの会（担当 田中）

きて・みて♥大沢コミセン

みなさんにご利用いただけるコミセンの施設を順次ご紹介します。
今回は入口と子供室。
みなさんをお待ちしています。

子供室

勉強やゲームができる子ども向けのフリースペースです。
※未就学児は保護者の同伴が必要です。

平日　13:00 ～ 17:00
土曜　10:00 ～ 17:00
日曜　10:00 ～ 16:45

放課後は子どもたちでいっぱいです！

センター入口

わかりづらいですが、ここが入口。
事務局は入って右側です。

福祉車両で外出のお手伝い
みたかハンディキャブ
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

車検・板金・修理・各車販売
大沢自動車工業所
大沢1-3-7
(31)6394

家族葬専門葬儀社 のもと祭典
家族葬ならおまかせください
☎0422-57-7876（24時間受付）
三鷹本社　三鷹市下連雀 7-6-29-103
大沢支店　三鷹市大沢 4-10-11-102
のもと祭典　検索

一般建築塗装・ベンキの塗り替え お気軽に！
さかえ工業
三鷹市大沢5-19-17
TEL/FAX 0422-90-9809
代表 野島 ケイタイ 090-8963-0290

●小さい事からご相談
べんり屋・地域密着
たすかるくん
お掃除全般
枝切り・草むしり・不要品片付け
大沢1-12-33 家事代行・荷物移動
0422-315-1490
1丁目のべんり屋
YHC(株) 代表 堀江

心のケアーを
カウンセリング・教育相談は
フリースペース ゆう
自信とやる気を
中学生の学習・受験指導は
ゆうゆう塾
大沢六の十一の三
【三二】九七六三　矢野

カット・パーマ
八幡橋南側　大沢5-9-1
予約　090-2159-6945
訪問・送迎もいたします
エスティー美容室

周年誌・記念誌・社史の
BUN-SHIN
心に残る周年誌、印象深い記念誌をお客様によりそって丁寧に制作し、環境にやさしい工場で印刷製本する。それがBUN-SHINの企業姿勢です。
株式会社 文伸／ぶんしん出版
三鷹市上連雀 1-12-17　TEL 0422-60-2211
www.bun-shin.co.jp　office@bun-shin.co.jp

株式会社　地域と共にある造園会社
大沢ガーデン
お庭のデザイン・造園施工
植栽管理・お庭のメンテナンス
お問合せ TEL 0422-57-8457 FAX 0422-57-4896
大沢ガーデン　http://osawagarden.jp/

ニットソーイング
ロックミシン使用の洋裁教室
HC三鷹MAISON de K 大沢5-19-15
090-9838-4428
FAX0422-26-4614 井上
まずは体験を

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
㈱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（三鷹上連雀郵便前）

健康保険を適用した訪問治療
マッサージ・鍼灸・リハビリ・機能訓練
パークス鍼灸院
URL http://pax-shinkyuin.com
お気軽に！ 0422(30)5137

自動車販売　板金塗装
車検整備
(有)斉藤自動車
野崎三-二十一-十二
☎(31)6032

消防設備点検・工事・建築設備
(有)日の丸防災
三鷹市野崎 二-四-十二
TEL 0422-31-2781