

関前コミュニティだより

発行 2024年7月15日 (第185号)

関前コミュニティ協議会

〒180-0014 武蔵野市関前 2-26-10

TEL&FAX: 0422(51)0206

開館: 午前9時30分~午後9時30分 (利用は9:15迄)

E-mail: sekima-c@bz04.plala.or.jp



ムーバス三鷹北西循環

⑧関前コミセン

休館日: 木曜日 & 年末年始

HP: <http://www.sekima-c.sakura.ne.jp>



これからのイベント案内

■楽しいクッキング

~シュワッとさわやか! フルーツゼリーを作ろう♡~

日時: 8月3日(土) 10:00~11:30

場所: 本館2階 会議室

対象: 小学生

定員: 15名(申込順)

持ち物: エプロン・三角巾

水筒(飲み物)・マスク

夏休みの自由研究にもなるかも!

たくさんの参加を待っています。

申込み: 7月15日(月)~ 窓口まで(電話でのお申込可)



関前コミセン公式キャラクター「セキちゃん」

■関前八幡まつり

主催 関八親交会

(こども花火大会)

日時: 8月24日(土) 14:00 開場

場所: 関前南小学校 校庭

花火の打ち上げは19:00~19:40を予定しております

新校舎完成後、初めての関前八幡まつり(こども花火大会)。

校庭スペースの制約もあり入場制限を設けての実施となります。当コミセンからはおもちゃ販売とスーパーボール掬いを出店の予定です。

詳しくは花火大会のチラシやポスターをご覧ください

■スマホ講習会 第1回「基礎編」(全3回を予定)

日時: 8月26日(月) 10:30~12:30

場所: 本館2階 会議室

対象: 60歳以上の初心者

定員: 15名(申込順)

申込み: 8月14日(水)~

コミセン窓口まで(電話でのお申込可)

iPhoneの貸し出しがありますが、ご持参も可能です。

Androidをお持ちの方は操作が異なります

2回目: 9/9(月)は「LINE編」

3回目: 9/30(月)は「防災編(セキュリティ講座有)」

を予定しております。(いずれも10:30~12:30)



■健康講座 ~講座とそれに伴うストレッチ~

全3回の講座となりますので、以下の3回について受講可能な方を前提として募集を行います。

第1回	9/18(水)	スペシャルMAX・美ストレッチ (筋膜リリース・リンパマッサージ)
-----	---------	--------------------------------------

第2回	10/2(水)	スロトレ (ゆるやか筋力アップ)
-----	---------	---------------------

第3回	10/16(水)	代謝アップ (筋カトレーニング・ストレッチ)
-----	----------	---------------------------

いずれの回も10:00~11:30

場所: 本館2階 大広間

対象: 50代~70代の皆さま

定員: 20名(申込順)

持ち物: タオル・飲料水等

申込み: 9月1日(日)~

コミセン窓口まで(電話でのお申込可)

★8月中旬頃にポスター・チラシでもお知らせいたします。

■フリーマーケット

日時: 10月6日(日) 13:00~16:00

場所: コミセン 中庭

詳細は次号にてお知らせします

6月・7月のイベント報告

■ティータイムに音楽を

「梅雨の季節、雨の歌スペシャル」

日 時：6月22日（土）13:30～15:00

場 所：本館1階 レク室

参加者：出演者5名、来館者36名

梅雨入りしたばかりの晴れ間の中、アメリカンポップス、フォークソングや童謡など雨にちなんだ名曲の数々をお馴染みのハーブティーと共に楽しみました。



■エコアクションパネル展示

日 時：6月24日（月）～30日（日）

場 所：本館1階 ロビー

武蔵野市では令和5年12月に「むさしの市民エコアクション」を公表しました。

この取り組みをより一層広めていくため、コミセンロビーで「むさしの市民エコアクション」に関するパネル展示を実施しました。みんなで2050年ゼロカーボンシティの実現を目指しましょう。



■セタづくり

共催 関前福祉の会

日 時：6月26日（水）14:00～15:30

場 所：本館1階 ロビー・レク室

参加者：191名（含スタッフ）

今年も沢山の子供達がお手伝いに来てくれました。

可愛い願いごとが書かれたとてもたくさんの短冊と笹飾りで彩られた笹竹が今年も7/7までエントランスを飾り、ムーブスの利用者や都知事選の投票に来られた人々の目を和ませていました。

1つでも多くの願いごとが天に届きますように！



■紫陽花の剪定と挿し木体験

日 時：7月2日（火）10:00～11:30

場 所：本館1階 ロビー・中庭

参加者：スタッフ9名、来館者9名

気温が上がる前の時間帯設定とはしたものの、グングンと上がる気温のためか、急遽欠席となる方もおりましたが、夏の陽射しの中、庭に出での剪定と挿し木の実践に励みました。

最後には、「クリーンむさしの」提供の「新鮮な生ごみで土づくり」という情報もあり、至れり尽くせりの企画に、参加者にとっては、大変に満足度の高いイベントとなりました。



庭の紫陽花の剪定



挿し木体験



涼しいロビーでの剪定講座

リユース掲示板「むさしのエコポ」のご紹介



上記ロゴに気が付いた方はおりますでしょうか？当コミセンではロビーの柱に貼ってあります。掲示場所がないコミセンではファイルにまとめて置いている処もあります。

武蔵野市の独自の行政サービスで、市民の方同士で「譲りたいもの」「譲ってほしいもの」が掲載されている掲示板となります。

「譲りたいものがある方」は、譲り先を探せます。

「譲ってほしいものがある方」は、譲ってほしいものをリクエストすることができます。

市民同士が直接「譲る」「買う」「売る」やりとりを行います。ゴミの減量を目的としたものなので、掲載手数料は無料で、品物の価格設定は、無料から3,000円までとなっています。

コミセンには月2回、はがきサイズの新しい情報が送られてきますが、掲示期間は1か月で、譲渡が成り立つと「成約済」のスタンプが押されます。

コミセンに寄った際にご覧になって頂いていると、いつの日か、素敵な掘り出し物が見つかるかもしれませんね。



クーリングシェルターって何？

武蔵野市では、夏季期間中、外出の際に一時的に休憩ができる施設「むさしのいっとき避暑地」を指定し、16 コミセンもこの中に含まれる形で運用をしてきました。4月に施行された「改正気候変動適応法」では、熱中症特別警戒情報（下記に解説）が発表されたときには、クーリングシェルターの指定とその施設を開放することが義務付けられており、以前の「いっとき避暑地」が“クーリングシェルター”として指定されることとなりました。

つまり、これまでの「むさしのいっとき避暑地」が熱中症特別警戒情報発令時には、「クーリングシェルター」という名称でも呼ばれるようになったという事です。

令和6年は昨年同様の猛暑が予想されるため、いっとき避暑地の開設も例年より半月程早く、6月17日（月）より実施となりました。

関前コミセンのロビーは開館時間中は予約なしでいつでも立ち寄り可能となっております。

貸出し可能な文庫本や冷水器・飲み物自販機もございますので、突然の豪雨や酷暑の日の逃げ場所としてご利用ください。

※熱中症特別警戒情報とは…

東京都内において、全ての暑さ指数情報提供地点における、翌日の最高暑さ指数(WBGT)が35(予測値)に達する場合等に前日の14時に発表されます。



令和6年度東京防災学習セミナー「マンション防災の基本」

元旦に石川県能登半島をM7.6、最大震度7の地震が襲いました。2020年から30年以内に石川県内でM6.5以上の揺れが起きる確率は「0.1~3%未満」でした。同じ期間でM7クラスが起きる可能性70%の東京直下型地震の報告を受けている多摩市民としては、今一度、日頃の備えを見直しておきたい処です。

東京都では、きたる大災害への備えとして、一人一人が自らを守る「自助」の取組や、地域コミュニティにおいて近隣の人が助け合う「共助」の取組をさらに推進するため「東京防災学習セミナー」を実施しており、昨年初めて、関前住民全員を対象のオンラインセミナーを企画して貰いました。

防災セミナーは戸建てを中心とした内容になりがちなことから、今年度は8月1日~9月30日(2か月間)に「マンション防災の基本」を企画してみました。マンションにお住まいの方がまず行うべき備えとは何か(マンションの被害特性、家具転倒・落下防止対策、在宅避難、ゴミ・トイレ対策、浸水リスク)を学びます。尚、期間中にはオンライン環境での視聴が難しい方向けに、コミセンでシアター形式の視聴会も実施の予定であります。

詳しくは7月発行予定の「せきまえ防災」をご覧くださいませようお願いします。



関前グリーン散歩

とらいふあーむの里芋

7月2日(火)、1丁目の「とらいふあーむ」の見学をしてきました。

ここは「とらいふ武蔵野」の利用者・ご家族・地域住民で手がけている農園で、建物の南側に車椅子でも作業できる大きなプランターを設置して



9種類の作物を栽培しています。里芋は全部で6株あり、まだ60cm程ですが、その特徴でもある大きな葉を天に向かって広げていました。

里芋は東南アジア原産のタロイモの仲間で、縄文時代には渡来しており、稲作が始まる前は日本の主食だったと推定されるほど栽培歴の古い作物です。

山でとれるヤマイモに対し、低地の里でとれるのでサトイモと呼ばれ、古代から寒冷地の北海道を除く全国各地で栽培されています。

芋の部分は土の中にあるものの、その実態は茎が栄養を貯めて大きくなった塊茎と言われるもので、最初に茎が膨らみ親芋ができ、その親芋の周りを囲むように子芋ができ、更に孫芋ができるといった具合で増えていくことから子孫繁栄の縁起物としておせち料理にも使われます。

草丈は1m程になり、大きな葉っぱはツルツルに見えますが実際には微細な突起のある構造をしており、葉に落ちた雨水は表面張力によって丸い水滴となって埃を絡め取りながら、コロコロと流れ落ち、常に大きな葉の表面が綺麗な状態で保たれるようになっています。



この葉っぱに溜まった夜露は天から授かったものと言われ、集めてその水で墨をすり、その墨で七夕の短冊に願いを書いたという話もあります。

確かに蛇口から出る水よりは願い事も届きそうですね。

コミセンからのお知らせ

運営委員・協力員募集中

本紙の配付をお手伝いして下さる方募集です。前号の声掛けで2名の方が協力員として参加して下さるようになりましたが、まだまだ、大変に厳しい状況です。

「家の近くなら配れます」という方が居られましたら協力員にボランティア登録していただき、ご協力ください。勿論、運営委員としての登録もお待ちしております。

連絡先：コミセン窓口

2年目の里芋の栽培

緑町の畑をお借りしての里芋づくりも2年目となりました。

昨年は11月に「農業体験～親子で里芋収穫と芋煮づくり～」というイベントで楽しんでいただきましたが、今年もこの楽しくて美味しい企画の実現を目指して、里芋育成中です。

6月22日(土)、6名のスタッフで畝周りの雑



草取りと追肥作業を行いました。

11月まで大事に育てます。どうぞお楽しみに！



編集後記

7月7日は、都知事選挙の投票日。

第五中学校が建替え中のため、1階レク室が投票会場となりました。

昨年4月の市議会議員選挙、12月の市長選挙に続き3回目です。この時だけはいつもの9:30ではなく、7:00からコミセンが開いております。

但し、投票会場としてのレク室なので、北門より入り庭側に退館というルールとなっております。通常時間帯に来館した場合には、投票の為でも館内からレク室(投票会場)には入れません。投票所ということで初めて来館される方も多く居ります。ある時は避暑地、そしてまたある時は投票所。色々な顔を持つ二十面相のようなコミセンです。