

関前コミュニティセンターだより

発行 2025年7月15日（第191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

～ホットドックとバナナのロールサンドを作ろう！～

日 時：8月2日（土）10:00～11:30

場 所：本館2階 会議室

対 象：小学生

定 員：20名（申込順）

持ち物：エプロン・三角巾

水筒（飲み物）・マスク

夏休みにみんなで楽しく

レッツクッキング！

たくさんの参加を待っています。

申込み：7月15日（火）～ 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23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頃を予定しております

たくさんの人たちに支えられて、関前八幡まつり（こども花火大会）が今年も開催されることとなりました。

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

■コミュニティ食堂

武蔵野市給食・食育振興財団共催

日 時：7月30日（水）12:00 開店（11:30 受付開始）

場 所：本館2階 大広間

対 象：どなたでも食べに来られますよ～

定 員：50名（申込順）

参加費：中学生までは無料（高校生以上は300円）

持ち物：夏場なので水分補給のためのお飲み物

申込み：7月1日（火）～

コミセン窓口まで（電話でのお申込可）

受付時には、氏名・学年・連絡先

既にポスターで見ていただき、申込まれている方もいらっしゃると思いますが、夏休み期間中の特別企画「コミュニティ食堂」を開店いたします。

メニューは、市内産夏野菜のカレーライス、ポイル野菜、麦茶、デザートもついてきます。

7/1より申し込みを開始しているので、もう定員に達してしまいましたらごめんなさい！



大広間で美味しいカレーがどなたでも食べられます。中学生以下はなんと無料！事前の予約申込みを！

5月～7月のイベント報告

■ティータイムに音楽を

✿ 花がいっぱい ✿

日 時：5月30日（金）13:30～15:00

場 所：本館1階 ロビー

参加者：出演者2名、来館者55名（含スタッフ等）

今回は花にちなんだ曲をギター・ケーナ演奏＋歌やコーラスでお届けしました。雨にもかかわらず、たくさんの方に来ていただき大盛況でした。



■スマホ防犯教室

日 時：6月7日（土）13:30～15:00

場 所：本館2階 会議室

参加者：20名（含スタッフ）

今回のスマホ防犯教室は外部講師によるものではなく、当コミセンのパソコン教室スタッフや窓口担当者による開催となりました。

教材は警視庁監修「スマホ防犯教室」のビデオシリーズ3本を使用させていただきました。

1. フィッシング詐欺編
2. 架空料金請求詐欺編
3. セキュリティ設定編

■利用者懇談会

日 時：6月29日（日）14:00～15:00

場 所：本館1階 レク室

参加者：37名（含スタッフ）

レク室で22の利用団体の皆さんにご出席いただき、利用者懇談会を開催しました。

実施日を秋から初夏に移しての初開催となりましたが、今回は小さなお子様連れの代表者の方も多くおり、平均年齢が高めになりがちな懇談会の若返りに大きく貢献してくれました。

参加団体の自己紹介のあと、コミセンへのご要望等を伺い、意見交換という流れで進行し、とても良い懇談会となりました。



3本のビデオはいずれも「YouTube」で、視聴可能なものとなっておりますので、今回参加できなかった方は自宅学習もできます。基本的な内容ではありますが、興味ある方は是非ご覧ください。



■七夕づくり

共催 関前福祉の会

日 時：7月2日（水）14:00～15:30



場 所：本館1階 ロビー・レク室

参加者：45名（含スタッフ）

市民の森公園で調達された笹竹による七夕づくりに今年もたくさんのお手伝いに来てくれました。

気が付いた方は居られないかもしれませんが、実はセンターと脇を固める大きな吹き流しが新調されております。

新しい吹き流しとともに、みんなに作って貰った七夕飾りや願い事の書かれた短冊で彩られた笹竹が、今年も7/7までエントランスを飾り、ムーバスの利用者や来館の皆さま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！

防災推進員より大事で耳よりなお話

災害時用の携帯トイレを備蓄しましょう！



引換券サンプル(1世帯につき1回引換可)

令和3年に実施した武蔵野市市民防災意識調査では発災時に備えて携帯トイレを備蓄されていない方は36.4%でした。これは、災害時のトイレ事情が大きく報道をされておらず、市民の皆様に必要な備えであることが周知されていないということが大きな要因と思われます。

・発災時のトイレ事情

大きな地震の後には断水や下水管の破損などにより、水洗トイレは使えなくなることが想定されています。もしも家のトイレが使えなくなっても近くの避難所に行けば大丈夫という考えの方も多く居られることと思いますが、順番待ちで多くのストレスを抱えることとなります。また、避難所のマンホールトイレも、下水管が破損していたら使用できません。我慢することができないトイレというのはある意味では食の備えよりも切実な問題なのです。

・災害用携帯トイレの無償配布

こうした事情を踏まえて、武蔵野市では6月2日より、1世帯につき1日分(世帯員数分)の携帯トイレを無償で配付しております。

引換券付きのチラシは、既に市報6月1日号と一緒に全戸配布済みですが、引換券に気が付かずに無くされた方も多いようです。この引換券は引換会場(市役所等)で再発行もしておりますので、これを機会に、是非最低3日分、安心を考えたら1週間分の携帯トイレ備蓄をご検討ください。

本のリユースコーナーが開設！

コミセンのロビーの書架には漫画から小説、地域関係の冊子類が置かれており、ロビーで自由に閲覧していただいております。

一部貴重な本については、館内閲覧のみとなっておりますが、ほとんどのものは窓口で受付をしていただければ貸し出しも可能となっております。

書架に並んだ多くの本が利用者の皆様から寄贈いただいた本ですが、だんだんと溜まってきてしまい、ここ数年は折角のお申し出に対してお断りをしておりました。

こうしたお家に眠っている「もう読まない本」や「皆さんに読んでほしい本」をコミセンに持ち込んでいただき、本好きの皆さんでコミュニティを作れたら素敵じゃない？という発案の下、7月15日(火)より、ロビーに本のリユースコーナーを新設いたします。

～本のリユースコーナー概要～

- ・本の持ち込みと持ち帰りは窓口を通して
- ・1回につき5冊までを上限とします
- ・コミセンに処分方法をお任せいただきます(ロビーの蔵書、リユースコーナー、廃棄等)
- ・ロビーに置かれたオレンジ色のラックが目印



Web防災学習セミナー 「みんなで進めるマンション防災」

2年前より、関前エリアの方がご自宅で受講できる「東京防災学習セミナー」を開催しております。

昨年は、同時期に「マンション防災の基本」を行いました。マンション防災の第2弾として、8月1日～9月30日(2か月間)に「みんなで進めるマンション防災」を実施いたします。

Web環境のない方向けの視聴会日程やWeb視聴アドレスは「関前防災会ホームページ」にて7月下旬公開いたします。



関前グリーン散歩

分館近くの天然洗剤「サボンソウ」

昨年の今頃、初めて目に留まりました。五日市街道から、選挙ポスター掲示板を見ながら分館に向かう道すがら見慣れない花が咲いていました。

調べてみたら、ナデシコ科のサボンソウという多年草でした。ヨーロッパおよびアジア西部の温帯地域を原産とする植物で日本には明治時代に薬草として渡来しております。

どこからか種が飛んできたのか、どなたかが蒔いたのか、ポンプ装置の柵の脇で可憐な白い花を咲かせております。

種の他に、地下茎でも増え繁殖力が旺盛ということなので、いずれこの辺りはサボンソウ繁殖地になってしまうかもしれません。

古代ギリシャの時代から薬用植物として知られ、この根を乾燥したものが「サポナリア根」で、去痰薬とするほか梅毒、腺病質および慢性皮膚炎などへの体質改善外用薬として用いられました。

全体（特に根）にサポニンという天然界面活性成分を含むため、古くから洗濯にも利用され、サボンソウの名は、シャボンの語源であるラテン語の「サボ」に由来し、英名は「soapwort」、和名でも「石鹸草」です。

石鹸が使用される以前は世界各地でサポニン含有量が多い植物が洗濯や身体の洗浄などに使用されてきた歴史があり、日本においても石鹸が普及する明治時代以前はムクロジやエゴノキの果皮、サイカチの鞘などが使用されていました。



サボンソウの葉は、すぐにお試しできそうなので早速、数枚いただいてきて手で揉んでみたのですが、ただただ緑の汁が手に広がり、泡立つという実感はありませんでした。あとには草の香りが残っただけなので、皆さんはお試ししないでも良いです。

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くださる方募集です。この紙面上で声掛けを続けている効果もあり、手を挙げてくださる方も少しずつ増えておりますが、まだまだ、厳しい状況にあります。

「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。不明点等ございましたら、コミセン窓口までご連絡ください。

パソコン教室講師募集！

当コミセンでは、毎週水曜日（第5週休み）9:30～12:00迄、パソコン教室を開講し、個別指導で行っております。ロビーで実施しており、小学校がお休みのときは休講となります。指導依頼内容は、Excel等Office系、メール、インターネット関係等がほとんどです。ボランティアでの講師となりますが、ご興味ある方はコミセン窓口までお問合せください。

3度目となる里芋の栽培

11月の「農業体験～親子で里芋収穫と芋煮づくり～」をめざして、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。蒸し暑さも里芋には良い環境とみえ、順調に育っております。どうぞお楽しみに！



編集後記

3面でも取り上げていますが、6月より、市の携帯トイレ配布事業が始まっておりますが、備蓄はされていますか？

国土交通省の災害時のトイレのページに行くと動画（YouTube）や漫画でわかりやすく伝えてくれています。

（右のQRコードより国交省の頁に行けます）



ちょっとだけ想像してみてください。今、おなか痛くなってトイレに行きたいのに使えない状況を。携帯トイレを備蓄したくなりませんか？