

# 事業報告

## 中央コミセンまつり

令和元年10月5日(土)午前11時～午後4時  
令和元年10月6日(日)午前11時～午後3時 参加者 両日で約3,000名

中央コミュニティセンターのリニューアルオープンを記念し、コミセン三大事業のうちの「夏まつり」と「文化祭」を融合した形で、「中央コミセンまつり」と銘打ち、落語独演会、ジャズバンド、ピエロ、けん玉パフォーマンス、サッカー選手のパフォーマンスとゲームなど、例年では行えないイベントをメインに2日間開催。地域団体にも参加協力いただいた焼きそばやワインなどの模擬店、子どもを対象にしたバルーンコーナーやゲームなど、どのコーナーも大人気で、予想を上回る賑わいで両日合わせて約3,000名の参加がありました。



バルーンコーナー

## 親子で行こう！「多摩六都科学館」

令和元年6月9日(日)午前9時～午後4時 参加者24名

初めての試みでしたが、プラネタリウムや大型映像、イベントルームを親子で楽しみ、「参加してよかった」等、好意的なご意見をいただいた活動でした。

## 健康づくり出前講座①「おいしく楽しく口腔ケアで健康力アップ」

令和元年6月19日(水)午前10時～11時30分 参加者19名

健康づくり支援センター人材バンクの講師の下、お口(言葉)の体操「パタカラ体操」・健口(けんこう)にこにこ体操を学びました。参加者全員で「健口で健康寿命を延伸しよう！」を目標に、笑いもありながらエクササイズを手拍子や歌に合わせて行いました。口と全身の健康との関わりを学び、大変勉強になりました。学んだ知識を忘れずに生涯元気で過ごしたいです。

## 流しそうめんで暑さを飛ばせ！

令和元年8月25日(日)午前11時～午後2時 参加者33名



中央コミセンリニューアルオープンのイベントとして、児童を対象に流しそうめんとエアヨーヨーつりを企画。「初めて経験した」「来年も来たい」と親子で楽しんでいただきました。

## 一日茶道体験「和室の作法、茶道の基本」

令和元年10月20日(日)午前10時～正午 参加者12名

小学生から大人まで幅広い年齢層の方々の参加があり、和気あいあいとした中で日本の伝統文化を少しだけ学ぶことができました。和室での歩き方やお菓子を取る時の箸使い、挨拶など日頃気にかけていることを改めて知る良い機会でした。



## 第1回料理教室「乾物を上手に使う家庭料理」

令和元年10月27日(日)午前10時～午後2時 参加者16名

児童生徒が実際に給食で食べている乾物を利用したメニューで、高野豆腐の揚げ煮、豆こつくね、白玉小豆、切り干し大根の味噌汁をおいしくいただきました。白玉を作るのに絹ごし豆腐を加えて練り、栄養面を考えていることに驚きました。今の子どもたちは、こんなおいしい給食を食べられて幸せだと思います。



# コミセンだより

令和元年11月号 第116号  
発行所 中央コミュニティ協議会  
中央コミセン TEL・FAX 53-3934  
武蔵野市中町3-5-17  
中町集会所 TEL・FAX 53-2251  
武蔵野市中町1-28-5

☆休館日 毎水曜日・年末年始 AM9:30～PM9:30開館 <http://chuo-c.sakura.ne.jp/>

## もちつき

令和元年12月8日(日) 午前10時30分～ 雨天決行

中央コミセン裏庭

先着400名 もち無料配布



## 帰ってきた中央コミセン クリスマスライブ

令和元年12月22日(日)  
午後1時30分～4時30分 中央コミセン大広間  
入場無料



## 初春歌声喫茶

令和2年1月23日(木)  
午後1時30分～3時30分 中央コミセン多目的室  
先着40名 参加費：無料

## 健康づくり出前講座② 魚の缶詰活用術

令和2年2月2日(日)  
午前10時～正午 中央コミセン多目的室  
詳細未定

## スライムを作って遊ぼう！

令和2年2月16日(日)  
午前10時～正午 中央コミセン多目的室  
先着20名(参加対象：子ども) 参加費：無料

※ 各事業の詳細は今後の市報、ポスター等でご確認ください。

## 年末年始休館のお知らせ

令和元年12月29日(日)～令和2年1月5日(日)

※ 休館中の予約申し込み分については令和2年1月6日(月)からの受付となります。



### 地域の行事

新年子ども会・どんど焼き 令和2年1月8日(水)  
青少協第一地区(第一小) 午後12時30分～  
青少協井之頭地区(井之頭小) 午前11時40分～



# ま ち の あ れ こ れ

中央コミュニティ協議会の地域には第一中学校、第一小学校、井之頭小学校の学区があり、各学校にはそれぞれ避難所運営組織が結成されています。今回、各避難所運営組織と日赤奉仕団について紹介します。

## 《 避難所運営組織等の役割 》

発災直後：正確な情報の収集、一時避難者への情報提供  
被災生活期：避難者の生活場所の確保、物資の配布及び情報の発信拠点

## 《 活動 》

発災直後：一時集合場所での混乱防止、避難者とともに避難所開設  
被災生活期：避難者を主体とした避難所運営、地域の拠点としての避難所運営

## 一中地域防災会

一中地域防災会は市立第一中学校避難所運営組織です。

地域の皆様が運営し避難所を開設、更に運営するので、避難者はお客様ではなく避難者全員が運営者です。避難所は厳しい環境ですので自宅が崩壊して住めない方が一時的に身を寄せる場所です。その為には避難所に行かないための普段から準備が必要です。

◎建物対策（昭和56年6月1日以前の建物は耐震強化）

◎室内の家具転倒防止対策

◎生活に必要な物資を備蓄対策

食料・水・非常用トイレ・カセットコンロとボンベ

1週間分の準備

食料は普段使用のもの

米、レトルト食品、乾麺、乾燥ワカメ等

持病の薬とお薬手帳

お薬手帳があると薬が手に入りやすい

ペットの食料もお忘れなく

避難所にはペット用の食料はありません

第一中学校避難所開設と同時に中央コミセンは「思いやりルーム」として活用されます。避難所開設時に避難所でのトリアージを行い体育館に入れない方を中心に中央コミセンに誘導します。

会長 富岡茂



## 武蔵野市赤十字奉仕団

武蔵野市赤十字奉仕団は昭和24年7月に結成され、本年70周年を迎えました。



「人道・博愛」の精神に基づき、高齢者支援、児童の健全育成活動、災害時の救援・救護・募金活動、防災活動、献血活動など様々な奉仕活動を実践しています。

東日本大震災以降は災害・防災活動には特に力を入れ、「帰宅困難者対策訓練」や「総合防災訓練」などに参加すると共に団員のスキル向上を目指して「短期救急法講習会」を行い、災害時の高齢者支援の研修、ハイゼックスやカセットコンロを使った調理方法の会得、携帯トイレの普及など災害時に生きる知識の蓄積に努めています。

現在の団員数は13分団で約600名、都内でも多い方で日々活発な活動を展開しています。

詳しくは「季刊 むさしの 秋号」をご覧ください。

第8分団長 西田順子

## 避難所



## 一小地域防災ネットワーク

「一小地域防災ネットワーク」をご存知ですか？第一小学校に一時避難所を円滑に立ち上げるため、市の防災対策課の指導により、平成21年にこの地域の自主防災組織として発足しました。

事務局には、吉西福祉の会・吉祥寺西コミセン・青少協第一地区委員会が入り、地域の防災推進員・第一小学校PTAの皆様・近隣商店会の皆様にもご協力いただいております。

私達は現在、年一回の一小との合同防災訓練を開催（毎年300名近くの地域住民が参加）する一方で、一時避難所としてどのように開設・運営すればよいか具体的な話し合いを続けています。一小おやじの会の防災宿泊体験、西公園なかよし祭りの防災訓練に協力し、日頃から訓練・ワークショップも企画しています。

一時避難所の立ち上げと運営は、避難した地域の皆様がしなければいけません！その時のためにできることを一緒に考えましょう。

会長 白川能久

## 井之頭小学校避難所運営協議会

都直下型地震等大きな広域災害が発生した際、国や各自治体による支援、「公助」を受けるまでには3日かかると言われています。それまで生き延びるのに必要なのは「自助」、自分自身の力です。日頃より災害に備え、被災時には自分の安全を確保しなければなりません。しかし個人でできることには限界があります。そこでその後重要になってくるのが地域住民同士の連携、「共助」ということになります。私達の会の結成も「共助」の重要性を強く認識したからに他なりません。

災害時に地域で助け合うための組織を立ち上げる準備をしている折、市より井之頭小学校の避難所の円滑な運営ができるような体制作りの為の役割も担って欲しいとの要望を受けました。そうした経緯により井之頭小学校避難所運営協議会は平成24年10月に設立され、広報チラシの作成や井之頭小学校において初動訓練等を行っております。

会長 近藤宏信