

本宿コミュニティだより

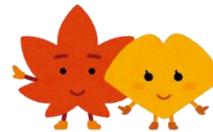
令和4年10月25日
第104号
本宿コミュニティ協議会
吉祥寺東町 3-25-2
電話(22)0763

開館時間 09:00~21:00 毎木曜日休館 ホームページ <http://honjuk-c.sakura.ne.jp/>
twitter@honjukukomisen

*新型コロナウイルスの感染状況によって、各部屋の利用可能人数や活動内容、開館時間に変更になる事があります。



◇ 利用者の皆様へのアンケートご報告 ◇



6月15日~7月13日の間、来館された皆様にコミセン利用に関するアンケートを実施いたしました。多くの皆様からご回答いただきました。これらの結果を踏まえ、今後も市民の皆様が気軽に集える場としてコミセンを利用していただけるよう、運営にあたってまいります。詳しい結果はコミセン窓口まで。

回収 118 (8件 Google フォーム回答)

利用方法 団体 78% 個人 22% 居住地 東町 45% 南町 21% 本町 6% その他市内 10% 市外 18%

よく使うお部屋は? ホール 44% こぶし 27% ふよう・はぎ 18% ロビー 8% むらさき 3%

一部緩和した利用条件について 丁度良い 89% 厳しい 7% 緩い 4%

コミセンを利用するにあたって、不便な事がありますか? ない 90% ある 10%

・部屋の予約をオンラインでしてほしい、というご意見がありましたが、武蔵野市ではコミセンネット予約のシステムがないので、今のところ予定はありません。

コミセンを利用するにあたって、不安な事がありますか? ない 97% ある 3%

・近頃地震が多い。高齢者も多いので防災・避難訓練を実施してほしい、というご意見を頂戴し、9・10月を防災月間と位置づけ、防災・避難訓練を実施しました。利用者様からの貴重なご意見、ありがとうございました。

◇ 防災月間 ◇

9月10月を本宿コミセンの防災月間として、本宿コミセンでは日頃利用されている団体に声をかけ、約40のグループに避難訓練に参加していただきました。

災害時には最優先で自分の命を守る行動を取ること、次にグループの人数の把握(安否確認のため)、避難経路確認など火災時、地震時の避難行動について説明し、避難口、消火器、非常用センサーライト、AEDの場所などの確認をしました。皆さん真剣に取り組んでいただき、日頃気づかないところ、見過ごしていた事などの質問や指摘をいただき、改めて防災の大切さを再認識することが出来ました。今後は出来るところから順次早急に見直しをしていきます。



◇ ふるさと歴史館 ◇

現在ロビーにて「武蔵野の縄文時代草創期」~こんなに古いの!?御殿山遺跡~のパネルを展示中です。どうぞお気軽にご来館下さい。次回は、どんな武蔵野の歴史を紹介してくれるのか、お楽しみに!!

◇ 本宿コンサート ◇

武蔵野市立第三中学校卒業生の荒川文吉さん(東京フィルハーモニー交響楽団首席オーボエ奏者)をお招きしてフルート、ピアノとのトリオコンサートを1月8日(日)に開催します。詳細は後日、ポスター、ホームページ、市報でお知らせいたします。



~会計より~

*昨年度の特別会計決算書に記載ミスがありましたので修正致しました。お詫び申し上げます。

◇第29回本宿コミセンまつり◇

お待ちしております♪

11月19日(土)13:00~17:00

20日(日)10:00~16:00

コロナ以前のようにはいきませんが、昨年度より少し規模を大きくして開催する予定です。

2階 こぶし 作品展示コーナー
応募いただいた皆さんの力作揃い！
工作・写真・書道など様々なジャンルの作品をお楽しみください

1階 ロビー

・防災協会 防災用品販売
・地域応援物販 シフォンケーキ・ちまき
ゴマ団子・おにぎり弁当など

1階 窓口 クイズラリー

1階子ども室

ワークショップ(要予約)
万華鏡づくり(無料)

2階 和室(ふよう・はぎ) ※要予約

土曜日 13:30~足ゆび足腰体操(無料)

日曜日 13:30~背骨コンディショニング

教室(500円)

この機会に是非ご体験ください！

知って得する
お得な情報がたくさんあります！

2階 おどり場

おもちゃ病院

1階ホール 地域団体コーナー

- ・外環問題協議会・グリーンむさしの
- ・健康づくり支援センター・市民社協
- ・シルバー人材センター・成蹊ボランティア Uni
- ・東部福祉の会・東部防災会・本宿地区青少協
- ・まち協分科会・ゆとりえ

せともの
リサイクル

ポッチャ体験
できるよ！

この団体は？
こういった活動をしているのかな～？

※都合により内容が変わることがあります。詳細は、ポスター・HPをご覧ください



本宿コミセンHP

シニア

◇ スマホ講座 ◇

☆11月4日(金) 10:00~12:00

「スマホの基本とLINE」 持っていてもよくわからない、いまさら人に聞けないと思っている方、貸し出されたスマホを持って実際に解決しましょう。

☆12月13日(火) 10:00~12:00

「スマホの基本とキャッシュレス」 みんなが使っているキャッシュレスやQR決済って何？興味はあるけどよくわからない方、ご安心下さい！仕組み~便利でお得な使い方まで、一緒に楽しく学びましょう。

対象 65歳以上 各20名 スマホは、こちらで用意します
要予約 窓口・電話にて受け付けます
詳細は市報・ポスター・HPなどをご参照ください



◇ フリーWi-Fi ◇

5月20日から本格運用を開始したフリーWi-Fi利用者の方々に大変好評です。



健康



◇ 地域健康クラブの紹介 ◇

地域健康クラブは健康で生き生きとした暮らしにつながるよう、外出のきっかけづくりとして武蔵野市内のコミュニティセンター等で隔週1時間程度の運動を実施しています。ヘルシーライフプロジェクトが指導を行っています。

受講募集は例年1月の市報でお知らせいたします(変更することもございますので市報を必ずご覧ください)。市内在住で60歳以上(令和4年4月1日現在)、原則自力で参加できる方が対象です。受講料は無料(セラバンドやソフティボールなどの実費負担あり)です。ご応募お待ちしております。

武蔵野市立高齢者総合センター
管理・社会活動センター 島田 0422-51-1975

本宿コミセンでは、現在火曜日の午後2コースが行われています。ご参加されている皆様は、とても楽しそうに運動されています。運動を始めたい方は、是非、この機会に始めてみてはいかがでしょうか。

◇ 背骨コンディショニング教室 ◇

毎月第2・第4金曜日① 9:30~10:30
②10:50~11:50

- ・1クール2カ月・各12名・¥3000
- ・講師/背骨コンディショニング協会スペシャリスト他

気負わずに出来て効果を実感できる楽しい教室で人気の講座です。

コミセン講演会でも無理なくちょっとした体操で、膝痛くない!腰伸びた!の声も聞かれ大盛況でした。

次回募集は12~1月分。

11月16日(水)からの申込です。

窓口での受け付けになります。



◇ 足ゆび足腰体操 ◇

毎月第2土曜日 ①13:30~14:30
②15:00~16:00

各回10名(先着順) 2回連続参加もOK。
講師は、国家資格を持つ鍼灸マッサージ師です。

高齢者の方でも無理なく出来る体操で、
痛みの緩和・予防に役立ちます。

予約は毎月15日から月末まで。

お電話での予約も可能です。



◇ collabono コミセン親子ひろば◇

主催 さんりんしゃの会

毎月第1・3月曜日 10:00~11:30

武蔵野市在住の0歳~未就学児と保護者の方が対象です。

2階の広々とした和室で自由に動きまわり、おもちゃや手遊び、読み聞かせ等もしています! パパの参加も増えています。お気軽にお越しください。

10月1日よりオンライン予約に変更になりました

- 詳細は武蔵野市のHPをご覧ください。
- ※予約枠に空きがあれば、当日参加も可能です。



武蔵野市 HP
QRコード

こども



ただいま
診療、治療中!



◇ おもちゃ病院◇

奇数月第1土曜日 10:00~14:00 開催!

1階子ども室にて開催。

土曜日になり利用者さんも増えてドクター達もフル回転です。

開院日の1週間前から、コミセンでもお預かりしています。

詳細はポスターをご覧ください。

次回開催は 11月5日(土)

地域

◇ 武蔵野公会堂 ◇

武蔵野公会堂は音楽だけでなく、講演会等が開催できる 350 席のホールや、研修会などに利用できる会議室があります。令和 5 年に築 60 年を迎えますが老朽化した施設の更新、バリアフリーなどの課題を抱えていて、だれもが利用しやすく愛される施設にするために市では検討を進め、現状や今後の使い方の要望等を広く意見を聞くアンケート調査を 9 月まで実施しました。結果は市のホームページで公表予定です。地域に一番近い大きな公共施設のリニューアル。南口駅前地区再開発計画と共にしっかりと注視したいと思いません。



◇ 平井医院跡地 ◇

故平井澄子医師より福祉的利用を目的に遺贈された土地を含む市有地をどのように活用するか検討された結果、「食と相談を通して多世代の結びつきと支え合いを地域に広げる場」をテーマに新たな福祉施設を設置することになりました。

実施にあたり市は、PPP（公民連携-民間の活力を生かし市と連携して公共・公益サービスを提供する手法-）を選択することにしました。民間事業者に土地を貸借し建物は事業者が築造、収益活動も可能となります。

民間事業者・市・地域の方々やボランティアが連携して事業を行うことで地域共生社会の推進を目指します。市が今年度末までにテーマに沿った事業を行える事業者を募集し決定します。今、東町にはボランティアや地域の人が関われる福祉施設がありません。来年 4~9 月に市民説明会を開催予定です。今までの経過は市ホームページを、検討委員会の資料は武蔵野市資産活用課にあります。この地域に必要な施設ができるよう皆さんの意見をどんどん市にも発信していきましょう。



◇ 吉祥寺東部地区街づくり協議会分科会 ◇

吉祥寺東部地区の南北が子どもたちにとって安全安心な街であるために活動団体を立ち上げました。

夏休みの 8 月 6 日「吉祥寺駅周辺おそうじ大作戦！」と銘打ち、子ども向けにゲーム対抗で楽しむ“ゴミ拾い”イベントとお掃除の後は無料ゲームを楽しもう！と企画、開催しました。

今回は、10 月 30 日本町コミセン・ヨドバシカメラ周辺で開催される元気市に参加します。是非、足をお運びください。本宿コミセンまつりにも参加します。

◇ 外環問題協議会 ◇



*10 月 18 日で調布陥没事故から 2 年になります。原因の一つ、「特殊な地盤」が武蔵野市内にあり、その調査のため追加ボーリングが 3 月末から 5 月末まで南町 5-3-12 先でありました。

調布では 9 月 11・12 日参加者限定のオープンハウスが開かれ、秋から建物解体工事、来春からは地盤補修工事を開始すると発表されました。工事による振動・騒音、地下水への影響など懸念されます。

*外環工事再開後の緊急時（調査、事故など）一時避難に際して NEXCO が対応するまでの間、コミセンの利用を要請されています。

◇ 東部福祉の会 ◇

暮らしの情報展 ~知っているとな役立つあれこれ!~

- 日時：11 月 13 日（日） 11:00~15:30
- 場所：本宿コミュニティセンター 1 階ホール
くじ引き、あると便利な品、来場記念品などお楽しみに！（先着 100 名様）



🍎🍌🍌 編集後記

コミセンだより第 104 号は、防災月間・コミセンまつり準備の合間をぬって、何とか発行することができました。新型コロナウイルス対策の行動制限緩和に伴い、今年度のコミセンまつりは、感染対策を踏まえ様々な企画を用意しております。皆様のご参加・ご来場をお待ちしております。

