



毎月第1・第3日曜日発行
広報みたかはシルバー人材センターの
会員がお届けしています。

発行：三鷹市
編集：秘書広報課
〒181-8555 三鷹市野崎1-1-1
市役所代表電話
☎0422-45-1151(代)
ホームページ
http://www.city.mitaka.tokyo.jp/
携帯サイト
http://www.city.mitaka.tokyo.jp/i/top.html

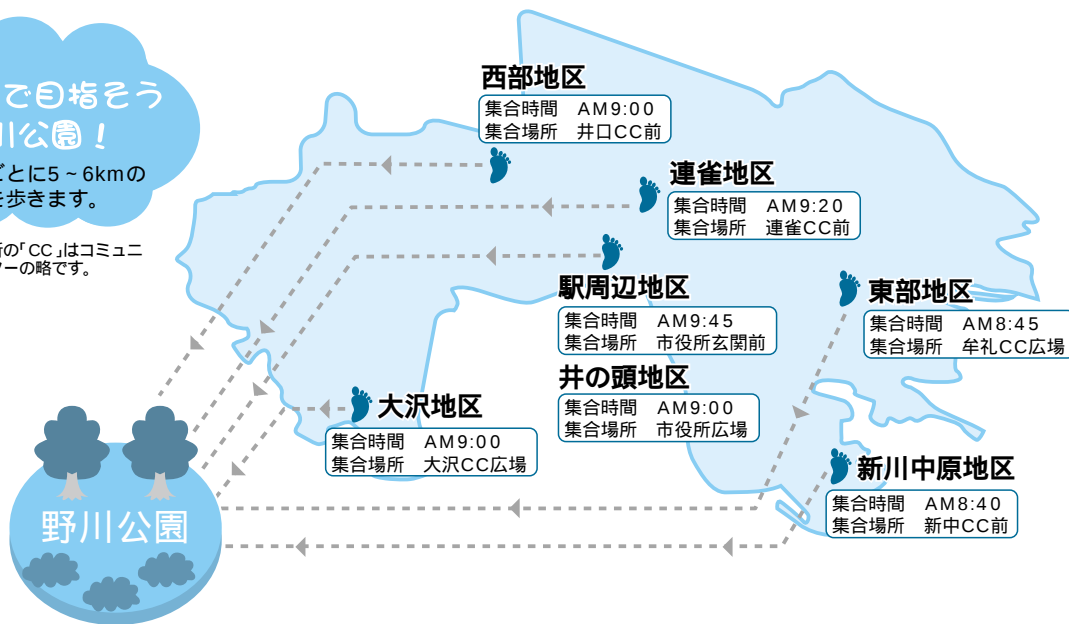
今号の紙面から

地震に備えて各種助成制度の活用を	 2
10月は都市緑化月間	 3
携帯向け市内散策ガイド情報を公開	 3
ふれあいの里秋まつり	 3
10月は消費者月間.....	4
高齢者のインフルエンザ予防接種	 5
市からのお知らせ	 11面から

みんなで目指そう 野川公園！

各住区ごとに5～6kmの
コースを歩きます。

集合場所の「CC」はコミュニ
ティセンターの略です。



歩いた後はからだに優しさ盛りだくさん

たくさん歩いた後は、健康アドバイスや、三鷹産野菜が入った豚汁、野菜のプレゼントなど、
からだに優しい企画をご用意しています。

3つのコーナーで健康のアドバイス

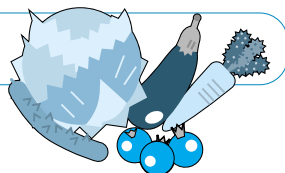
- 健康相談・元気に歩くために.....三鷹市医師会
三鷹市歯科医師会
三鷹市薬剤師会
- リラックスできる呼吸法・
腸腰筋を鍛える歩き方.....三鷹市助産師会
- 野菜350gを体感三鷹地域活動栄養士会

大好評につき豚汁500食分をご用意！

三鷹産の新鮮な野菜が入った豚汁をご用意します
(JA東京むさし三鷹提供)。からだを動かした後の食
事は格別です。青空の下でみんなで一緒にどうぞ！
おにぎり、水筒、箸、容器をお持ちください。

新鮮な地場産野菜を プレゼント！

JA東京むさし三鷹協力



参加希望の方は こちらへ

お住まいの地域のコミュニティセ
ンター事務局に申し込みください
(小学生は保護者同伴参加、中・高
生は保護者が申し込んでください)。
当日参加もできます。当日参加の方
は、直接、野川公園へ。

問	コミュニティセンター名	電話番号
	大沢	32-6986
	井口	32-7141
	新川中原	49-6568
	三鷹駅前	71-0025
	牟礼	49-3441
	井の頭	44-7321
	連雀	45-5100

雨天の場合は、三鷹市暫定管理地
(多摩青果跡地)で行います(午前
11時集合)。

昨年参加された方の声

- 楽しく参加できた。大勢で歩くこと
が結構交流につながりました。
(大沢住協 76歳女性)
- 天気が良く昔生まれた所だったので、
思い出しながら自分のペースで歩けま
した。
(新中住協 74歳女性)
- 最初不安でしたが、完歩できたので
良かったです。(新中住協 70歳女性)
- 空気もおいしく景色も良かったです。
(新中住協 49歳女性)
- 1人より2人。大勢でともに楽しく全
身運動になりました。またの参加を楽
しみにしています。
(西部住協 75歳女性)
- 駅前付近で生活しているので、野
川・大沢など初めて訪れました。三鷹
に住んで10年ですが良いところをいっ
ぱい発見しました。
(駅前住協 29歳女性)
- 片道数kmというのが初心者にとっ
てはちょうど参加しやすくてうれしかっ
た。野川公園に初めて来るきっかけに
なってとても良かった。
(駅前住協 29歳女性)
- 知らない三鷹を発見できました。
(東部住協 62歳女性)
- 大変良いウォーキングになりました。
ずっと続くことを願っています。自立
への一歩だと思います。
(東部住協 63歳女性)
- 初めての開催と聞きました。来年以
降も続けてください。豚汁のサービ
スも良かったです。とてもおいしくい
たできました。(連雀住協 47歳 男性)
- ウォーキングに興味があったので参
加しました。コース設定も面白かった。
(井の頭住協 年齢・性別不明)

市長コラム

三鷹市長

清原慶子



盛り上がった外環の市民参加

8月23、24日、9月27、28日と4日
間にわたり、事業主体の国土交通省・
東京都と地元三鷹市との共催で、東
京外かく環状道路(以下、外環)中央
ジャンクション三鷹地区検討会を実施
しました(写真)。

外環計画は、平成19年4月に本線を
地下方式とする都市計画変更が決定さ
れ、12月には国土開発幹線自動車道建
設会議において基本計画が了承されて
いますが、北野地域を中心とした地域
にジャンクション、インターチェンジ、
2力所の換気所が予定されていて、三
鷹市が受ける影響は沿線各地区の中
でも極めて大きいものになります。

そこで、三鷹市ではこれまで市議会
特別委員会、都市計画審議会等の各審
議会、専門家の助言者会議等で外環計
画の課題を検討し、説明会や広報特集
号等で情報提供し、市民意見をお聴き
してきました。私が市長就任後の5年
前からは、国や東京都に対し、市民意
見を反映した質問書や要望書を各段階
で提出し、昨年1月には、しっかりと市
民意見を聴く機会を開催してほしいと
の要望を含む10分類42項目の意見書を
提出しました。

検討会では、町会等関係団体から推
薦された約30人と、「無作為抽出」の
方法によりお願いした94人の市民が活
発に討議されました。8月には外環計
画による環境・交通・コミュニティ等
について多くの課題が提起され、9月
には様々な課題解決策や夢のある提案
が出されました。ある参加者の表現を
借りれば、迷惑施設を市民がワクワク
するような施設にするためのアイディ
アがたくさんありました。なお、これ
らの市民意見については、まとまり次
第広報紙やホームページで公表すると
ともに、国や都に提出していきます。