

アングル

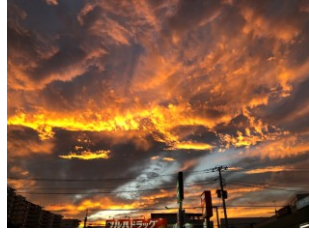
運営委員会よりお知らせ

第6回 発見! あなたの鷺宮フォトコンテスト 受賞作品が決定!!

大人の部(鷺宮部門、自由部門)および子どもの部へ合計79点の作品が寄せられ過去最多の作品数となりました。皆さんからの感動をそのまま写し撮った力作が勢ぞろい。1/31~2/2に全作品を展示したフォトコンテスト作品展にも多くの方に足を運んでいただきました。2月2日(日)表彰式が開催され、賑やかな写真展になりました。



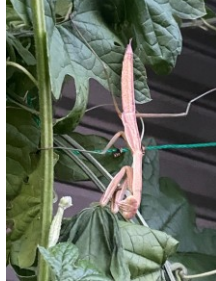
大賞
「ダブルレインボー」
長南 亮平さん(鷺宮部門)



鷺宮部門 最優秀賞
「わっ、空が火事!?!」
森岡 真由美さん



自由部門 最優秀賞
「花鳥
~早春の善福寺公園にて~」
鈴木 慎太郎さん



子どもの部 最優秀賞
「自然の中の美」
善財 悠恵さん



児童館だより

【お知らせ】 令和7年4月1日から児童館の開館時間に変更になります。

【西中野児童館、鷺宮児童館、若宮児童館】

詳しくは、下記QRコードからご確認ください。



開館日 火曜日から土曜日
開館時間 通年午前10時から午後6時

● **西中野児童館** ● 白鷺3-15-5
TEL:03-3339-9826 FAX:03-3339-9825

● **鷺宮児童館** ● 鷺宮3-40-13
TEL:03-3337-8430 FAX:03-3337-8429

【のびのびキッズ】

2025年度は4月11日(金)から始まりま
す。月1回土曜日にサタデープロジェ
クトもあります。

ぜひ遊びに来てください。

● **若宮児童館** ● 若宮3-54-7
TEL:03-3330-7899 FAX:03-3330-7860

【学習室】があります

時間: 午後 1時30分~閉館30分前まで
対象: 小学校4年生以上

Wi-Fiがあり、学校で使用するタブレッ
トを持ち込んで勉強できます。学校に行
きたくないけれど家とは違う環境で勉強
したい人は午前中から使えます。児童館
までご相談ください。

● **鷺宮図書館** ●
鷺宮3-22-5
TEL:03-3337-1044
FAX:03-3337-7397

図書館休館日
3/13(木)、3/28(金)
4/10(木)、4/25(金)
5/8(木)、5/30(金)



今号のごみ標語 「ちょっとまって 本当にゴミかな リサイクル」

鷺宮護美(ごみ)標語募集作品より

● なかの生涯学習大学 ●

なかの生涯学習大学は3年間の進級制で
す。人生経験を活かし、地域・社会活動
につなげ、中野区の魅力や課題、歴史等
を学びながら仲間づくりを進めます。

R7募集要項

日時	5~12月の原則水曜日、 14時~16時
会場	なかのZERO 小ホール 他
受講料	年間5,000円
対象	原則55歳以上の中野区民

申込は中野区の電子申請フォーム、往
復ハガキで。詳細は区HP「令和7年度
なかの生涯学習大学 新入生募集」に!

連絡先
中野区 地域活動推進課
なかの生涯学習大学担当
TEL: 03-3228-3251
Email: nakano-daigaku@city.tokyo-nakano.lg.jp

申込フォーム



地域の情報

● こども食堂さくら ●

代表(鈴木) TEL:03-3330-5053

【フードパントリー】

日時: 毎月第3土曜日
12時30分~1時
1セット100円。事前予約制。
開催週の火・水・木曜日の
午後5時~7時に鈴木へ電話予約。
場所: 若宮児童館

令和7年(2025年)

3 / 3

No. 382

題字: 長谷川 昂氏

鷺宮

さぎのみや

宮

《鷺宮地域ニュース 編集・発行》 鷺宮区民活動センター運営委員会

鷺宮地域とは、鷺宮・白鷺・若宮・大和町の一部・野方の一部です

〒165-0032 中野区鷺宮3-22-5
E-mail:nakano_saginomiya@nifty.com

電話: 03-3330-4127 FAX: 03-3330-4131
http://www.nakano-saginomiya.gr.jp



あなたは大丈夫? 災害に備えて! 人任せにしないで!



防 災

旭日単光章を受章して
鷺宮六丁目南部町会
会長 大野 道高

このたび旭日単光章を頂き、大
変栄誉あることだと実感しており
ます。

昨年の十一月三日付で新聞等に
公示され同月五日、都庁での伝達
式に妻と同伴にて出席、小池都知
事より授与されました。また同月
十三日、内閣府五名の受章者と共
に宮殿「春秋の間」において、天
皇陛下に拝謁いたしました。その
中でも前列の方は、直接陛下と御
言葉をお交わされたので大変な緊張
状態だったと思います。

この勲章を頂いた経緯には町会
・選挙推進委員会などがあり、現
在では複数の団体でも役職に携わ
らせていただき二十四年が経ちま
した。これも皆様方の協力があっ
てこそこの事だと思えます。

これからも、いろいろと地域の
事に携わらせていただき後世によ
り良い未来の形を残していけるよ
う努力していきたいと思えますの
で、宜しくお願ひします。



日頃の備えがあなたと家族を守ります

トイレ使えないと思って！カイトレヨウイナキヤ-----（汗）

水は出ない！ビチクツウ-----（汗）

電気は！ガスは？カクケヨ.....(+o+)

えっ！何をすればいいの？ドウスバ~~~~(-_-)

町会の防災倉庫には食料あるの？アルワケヨ~~~~~(+_+)

ゴミの収集はストップします！コマルケ-----(+_+)

避難所は一人一日クラッカー5枚！イツ？リダケ-----((+_+))

防災会の会員は年齢・性別・国籍を問わず、区内に住む皆さま一人一人です。あなたも一員です。相互に助け合うことが大事です。

「各家庭で食料備蓄実施率は87%と高かった、一方、家屋耐震化や家庭用消火器設置率は約半数と低かった。昨年6月に防災訓練実施」
(若宮一丁目町会)



「毎月第一日曜日午前中防災活動。12月防災訓練。継続した活動、町会員家庭に対して備蓄を推奨していく」
(若宮三丁目町会)

「12月地域防災訓練開催・歳末パトロール実施。ファミリーで参加できる防災行事を検討中」
(鷺南自治の会)



「12月地域防災訓練開催・年末餅つき開催時、薪を使用して炊き出し訓練実施。多数の住民参加。今後防災講話を行いたい。地域が避難場所として指定されていることもあり、近隣住民の受け入れ等も視野に入れ、活動できればと思っている」
(鷺宮都営住宅自治会)

「街頭消火器点検・清掃・防災訓練参加。防災体験及び勉強会開催。近隣町会との情報共有を継続的に進めつつ災害時の協力関係を構築したい」
(白鷺町会)

「6月防災訓練、10月炊き出し訓練実施、防災倉庫点検など。毎月の草取り、清掃、集金、他イベントを通じて顔を合わせる事のコミュニケーションづくり」
(若宮三丁目アパート自治会)

「北中野中学校避難所訓練。トイレ組立、段ボール組立、無線操作、体育館備品配置確認、近所への声掛け重視」
(鷺宮六丁目町会)

「12月防災・炊き出し訓練。避難所は収容人数、施設問題があるため、自宅避難を勧めていきたい」
(鷺宮三丁目町会)

ご近所とのコミュニケーションを大切にしましょう

※アンケートの回答に協力いただいた町会・自治会を記載いたしました。

参加してね！防災フェスタ

日時：3月9日(日)

午前10時～12時

場所：旧鷺宮小学校 体育館 校庭

中野区鷺宮3-31-4

先着100名に防災グッズプレゼント!!

防災講座 10:00～11:00

「陸上自衛隊の災害派遣について」 \ 自衛隊・消防がやってきます!!

防災展示

「災害派遣の現場で使われる機材」 \ 体験してみよう!

「防災クイズなど」 起震車・初期消火・煙体験・AED

「バッテリーの冷蔵庫やトイレなどの展示や説明」

※上履きを持参ください。 ※雨天の場合は体育館のイベントのみとなります。【問合せ先】 鷺宮区民活動センター運営委員会03-3330-4127



自助
まず自分の命は自分で守る
在宅避難

共助
お互いの助け合いで命を守る!
ご近所同士、声をかけ合いながら! 日頃のあいさつや、地域行事に参加するなど、周囲を知り、自分を知ってもらうことが大事です。

公助
国や自治体、防災機関などによる救助
必ず救助活動は行われますが、動き出すまでに時間がかかります。各地で数多くの被災者が発生するため、すぐにすべての被災者宅にかけつけることはできません。



ローリングストック
水と食料、最低でも3日分、できれば1週間分用意しましょう。

- 非常持ち出し品の中身をチェック!
見落としがちなモノを一部抜粋してみました。
- 現金 (小銭を含む)
 - 家族や親せき、職場の電話番号
 - 携帯電話と充電用コード
 - 携帯トイレ
 - 生理用品
 - 常備薬・日頃のんでいる薬
 - お薬手帳
 - ミルク・哺乳瓶

家庭でしっかり備蓄を。基本的に必要備蓄最低3日あなたの家族のチェックリストは?

大人1人が必要な水とトイレ。復旧までに7日としたら?!

大人1人が1日に必要な量は・・・
水・・・3リットル、トイレ・・・6回

家族2人分で7日間の最低必要量
2人×3ℓ×7日=42リットル
2ℓのペットボトル21本

非常用トイレ 非常用トイレ 非常用トイレ
非常用トイレ 非常用トイレ 非常用トイレ
携帯トイレは?
2人×6回×7日=84個

※分かりやすく必要とされる数で計算しました。
自分の家族の状況に合わせて必要数を計算してみてください。

自分で備えなきゃ!

活用しよう!防災情報サイト

サイトを活用して、日頃から防災情報を確認し、災害に備えることが重要です。

東京都内の避難情報など災害に関する情報を発信、事前の備えや都の取り組みを紹介。
東京都防災サイト

災害状況や防災対策情報、内閣府の防災に関する政策などを公開
内閣府防災情報サイト

中野区の防災・安全のお知らせ地域の防災訓練情報などを紹介
中野区防災サイト

身の回りでどんな災害が起こりうるのか、ハザードマップで確認できます。
ハザードマップサイト