発行号：第７８号
発行日：令和４年１０月１５日
発行者：ミニコミ編集委員会
事務局：上北沢まちづくりセンター
連絡先：０３－３３０３－０１１１

上北沢地区ミニコミ紙

かみきたざわ

身近なまちづくり推進協議会をご紹介します!!

上北沢地区身近なまちづくり推進協議会では、「環境部会」、「緑化部会」、「ミニコミ編集委員会」の3つの部会に分かれ、地区内でまちづくり活動を行っています。
今回は、「ミニコミ編集委員会」の活動についてご紹介します。

ミニコミ編集委員会

●主な活動
ミニコミ紙「かみきたざわ」を年３回（７月、１０月、３月）発行（発行部数　約2,000部／回）
【第１回編集会議】
紙面に掲載したい内容について、編集委員間で意見を出し合います。
【取材】
編集会議で決まった内容について取材を実施します。上北沢地区の活動団体・施設の代表の方々や、上北沢地区にお住まいの皆さまと関わりの深い、学校や行政機関等の方々に取材します。
【第２回編集会議】
取材内容をまとめたレイアウト案を基に、より読みやすく伝わりやすくなるよう、編集委員間で意見を出し合い、紙面の最終調整を行います。

10月号の取材風景（R4年9月）
松沢病院内「喫茶室パイン」テラス席にて

中面に、「喫茶室パイン」で働く方々へのインタビューを掲載しています。
どうぞご覧ください！！

上北沢地区ミニコミ紙　「かみきたざわ」の歴史

●平成３年７月：創刊号発行
上北沢地区・八幡山地区の情報を発信する身近な広報紙として誕生しました。当時は、絵や図はすべて手書きでした。
●平成２８年：カラー印刷を導入
より見やすい紙面になったとご好評をいただきました。
●令和２年以降：コロナによる発行自粛を経て
コロナの状況を鑑みつつ、紙面構成を工夫しながら、発行しています。
これからも応援よろしくお願いいたします。

編集会議（R4年9月）
上北沢まちづくりセンターにて

ミニコミ紙で取り上げてほしい話題などありましたら、上北沢まちづくりセンターまでお知らせください。

上北沢地区の消防署出張所の笠原所長、関口所長に聞きました！「この秋の防災の心得」

世田谷消防署上北沢出張所
笠原　生　所長
（受け持ち区域：上北沢1～5丁目他）

１１月９日（水）から１１月１５日（火）まで秋の火災予防運動です。空気が乾燥し、火災が発生しやすくなりますので火の元には十分気を付けてください。
一般の方々が消火器等で火を消すことができる目安として、炎が天井まで達して延焼している場合は、消火することが困難となりますので避難することを第一に行動してください。

世田谷消防署上北沢出張所：03-3304-0119

成城消防署千歳出張所
関口　聡之　所長
（受け持ち区域：八幡山1～3丁目他）

成城消防署では新型コロナウイルスの感染防止に配意した防災訓練を行っています。訓練時間を短縮するための動画を活用した事前学習や消毒の徹底、３密を避けた防災訓練などを行っています。詳しくは成城消防署千歳出張所までお問合せください。

成城消防署千歳出張所：03-3484-0119

住宅火災にご注意ください！！　思わぬところに火災の原因が潜んでいます

たばこ　毎年出火原因の上位！

☑寝たばこは絶対にしない
☑飲酒→喫煙→うたた寝に注意する
☑吸殻を灰皿にためない
☑吸殻は水で完全に消してから捨てる
☑火種を落とさないよう安全な場所で喫煙する

こんろ　調理中の使用放置や着衣への着火に注意！

☑調理中に離れない
☑周囲に燃えやすいものを置かない
☑防災品のエプロンやアームカバーを使用する
☑火が鍋底からはみ出さないように調節する
☑安全機能（Siセンサー）付きこんろを使用する

ストーブ　ストーブの中で最も多いのは、電気ストーブ！

☑周囲に燃えやすいものを置かない
☑外出時や就寝時は必ず消す
☑給油は必ず消してから行う
☑ストーブの近くで洗濯物を乾かさない

コード　身近に潜み、知らぬ間に出火！

☑使っていないプラグは抜いておく
☑プラグ、コンセントは定期的に掃除する
☑家具などの下敷き、折れ曲がりに注意する
☑タップは決められた容量内で使用する
☑束ねて使用しない

東京消防庁 リモート防災学習
で検索してみよう♪

防災キャラクター“ふんわり　ふむふむ”と一緒に、楽しみながら防災について勉強できます。

ホームページ

＜上北沢地区四者のご紹介＞

今年度より、上北沢地区三者に児童館が加わり、下記の四者で、毎月定例会を開きながら、連携して業務を行っています。

上北沢まちづくりセンター ☎ ０３－３３０３－０１１１	取次ぎによる証明書発行 暮らしや手続きのご案内
上北沢あんしんすこやかセンター （地域包括支援センター） ☎ ０３－３３０６－１５１１	福祉に関する相談・ご案内 介護予防、介護認定申請など
社会福祉協議会上北沢地区事務局 ☎ ０９０－９８１８－２７７３	地域のサロンやミニデイなど ちょっとした家事手伝い相談
上北沢児童館 ☎ ０３－３２９０－３７００	子育て支援、子どものあそび場、中高生支援、子育て相談

松沢病院の「ちょっと気になる！！」を徹底調査
「喫茶室パイン」＆レストラン「bien mall」 Part2

今回のテーマは、「食」についてです！！

喫茶室パインはこんなところです

正門から自由に出入りできます♪

松沢病院のリハビリテーション棟の南側にあります。

平成３年に、精神障害者の共同作業所として、世田谷区精神障害者家族会さくら会を母体に開設されました。

緑に囲まれた、ゆったりとした雰囲気の喫茶室です。

喫茶室パインの外観

店内の様子

外には気持ちの良いテラス席もあります♪

【ドリンクメニュー】

パインスペシャルブレンドコーヒー	：250円
紅茶（レモン・ミルク）	：300円
アイスコーヒー	：300円
オレンジジュース	：350円
メロンクリームソーダ	：400円

【フードメニュー】

トーストセット（トースト・ゆで卵・ウインナー・スープ）	：450円
カレーライス（スープ付き）	：600円
オムライス（スープ付き）	：600円
日替り丼（お漬物：スープ付き）	：600円
ケーキセット（ホットコーヒー又はホットティ）	：500円
ケーキセット（アイスコーヒー又はアイスティ）	：550円
アイスクリーム	：300円

令和4年9月現在の税込価格

喫茶室パインの従業員の方にインタビューしました！

Q1.お仕事をする中で、嬉しかったことや楽しかったことを教えてください。

お店に来ていただいた先生と仲良くなれることが嬉しいです。またこの辺は、緑がきれいですので、お客様と、「外で食べるのは気持ちがいいですよね」といったお話をしたり、お客様から「美味しかった」と言ってもらえるとすごく嬉しいです。あとは、自然が豊かなので、この間もびっくりしたんですけど、亀が出るんですよ！そんな喫茶室ほかにないですよね。お店の近くまで歩いて来るんですけど、なついてて、私のところに寄ってきて、それが面白くて（笑）将軍池からの珍客と思われます。

Q2.おすすめ商品は何ですか？

やっぱり日替わり丼です！季節の野菜を使ってこだわっているので、ぜひ食べに来て下さい。

従業員さんイチオシの日替わり(写真は回鍋肉丼)

お店に電話すると、取り置きしてもらえますよ！！

喫茶室パイン施設長　浅野さんにインタビューしました！

現在は２３名の利用者の方にご登録いただいておりまして、喫茶室の中での接客や簡単な調理などを行いながら、社会参加しているところです。病院の中にある喫茶室で、かなり特殊な立地条件で、場所も奥まったところにありますので、『敷居が高いかな』と思われるかもしれませんが、どなたでもお越しいただけます。

とにかく車はまず通らないので、気候が良くなってくると、小さなお子さん連れのおかあさんがたが自転車で多数来られて、半日くらいずっとお茶を飲みながら、お子さんたちを遊ばせたり…そういった方々をはじめ、ぜひ地域の皆様にも広くご利用いただけましたら幸いです。

【喫茶室パイン】
営 業 日：月～金（土日祝お休み）
営業時間：午前11時～午後3時
問合せ先：03-3303-1237

レストラン「bien mall」はこんなところです

松沢病院の本館診療棟１階にあります。

正面玄関から本館に入り、総合受付の前を通る必要がありますが、どなたでも利用することができます。

店内の様子

店長　田中さんより

当店は、天井が高く大きな窓からは光が差し込むため、開放感のある空間でお食事が楽しめるレストランです。

グランドメニューや日替わりランチの他に、毎月お楽しみイベントメニューも開催しています！

美味しい料理の提供はもちろん、ホッとした時間を過ごして頂けるお店作りを心掛けています。ぜひお越しください。

メニュー

日替わりランチA・B	：720円
三元豚のとんかつ定食	：870円
和風ハンバーグ定食	：870円
野菜炒め定食	：780円
海老天丼	：800円
カツ丼	：720円
中華丼	：700円
醤油ラーメン	：600円
札幌味噌ラーメン	：670円
チャーシュー麺	：720円
野菜味噌ラーメン	：780円
ざるそば・うどん	：530円
海老天そば・うどん	：720円
天ざるそば・うどん	：780円
特製ビーフカレー	：700円
カツカレー	：850円

令和4年10月現在の税込価格

日替わりランチ

食券の券売機

券売機で食券を購入する

好きなテーブルを選び、テーブル席の呼び出しボタンでスタッフを呼ぶ

食券を渡す

レストランのみの利用もできますよ♪

【レストラン「bien mall」】
営 業 日：月～土（日祝お休み）
営業時間：午前11時～午後2時30分
（※土のみ午後2時まで）
問合せ先：03-3290-2210

「喫茶室パイン」とレストラン「bien mall」への行き方

★レストラン「bien mall」★
西門から入り、道なりに直進し、本館診療棟の正面玄関から入ります。（R4年10月現在、外から直接レストランに入れる出入口は閉鎖されていますのでご注意ください。）

★「喫茶室パイン」★
正門から入り、直進し、リハビリテーション棟が正面に見えてきたら、その右側に進みます。

編集委員より

★喫茶室パインのスタッフの方々がとても感じがよく、外のテラス席で緑に囲まれて、気持ちの良い時間を過ごすことができました。

★病院内の喫茶室、レストランには、初めはなかなか入りづらいかと思います。ですが是非一度ご利用なさってみてください♪

★豊かな自然がこんなに身近にあって、日常の喧騒を忘れさせてくれそうな静けさもあります。時には、喫茶室にカメが来たこともあるそうです。お客さまが増えたら、メニューが増えるかもしれませんね。

★喫茶室パインは、自然豊かな中にあり、スタッフの皆さんが一生懸命に調理やサービスをされています。飲み物もたっぷりで、大満足でした。是非、地域の皆さまにも一度ご利用頂きたいです。

★地域の方々に、まず知ってもらうことが大切だと思いますので、今回のご紹介を通じて、足を運んでくださる方が増えていくと嬉しいです。