



当館としても 4ヶ月ぶりとなるイベントとして、新社会人となられた大学落研 OBOG の5人による落語会を開催することができました。

かるがも君

和田・東寺方コミュニティセンター運営協議会

おおぐりがわ・かるがもかん

大栗川・かるがも館 広報誌

2020年(令和2年)

8・9月号



HP: <https://tama-karugamo.tokyo>



「新しい日常」下のかるがも館利用ルール

新型コロナウイルス感染防止のため、利用が制限されています。しかし感染のリスクがなくなったわけではなく、東京では逆に感染者が増えつつあります。感染防止に気を配りながら社会経済活動を回していく「新しい日常」の中での再開となります。

コミセンで人と人の接触が増えれば必然的に感染のリスクも高まります。秋には第2波、第3波の襲来も予想されています。ワクチンが開発されるまでは、別掲のルールをしっかり守りながらのご利用をお願いします。

入館時の共通ルール

- ・入り口は西口限定
 - ・発熱、咳、体のだるさなど風邪症状がないこと(自宅で測ってこなかった方は入口で検温)
 - ・入館後、手洗い・手指消毒を行う
 - ・館内ではマスクをつけ、咳エチケットを守ること
 - ・3密(密閉・密集・密接)を避ける
 - ・2m以上のソーシャルディスタンスを保つ
 - ・水分補給○、食事×
 - ★使用状況を見ながら利用方法を模索していきます。
- ご協力ください

コミュニティルーム利用者

- 上記の事項を済ませてからコミュニティルームへ
- ・連絡先は団体の責任者が一括して提出(約2週間保存後、廃棄)
 - ・参加者の体調は団体の責任者が確認する
 - ・定員の50%以下の利用とする
 - ・30分に1回、窓・ドアを開け10分以上換気を行う
 - ・換気時、音漏れに注意する
 - ・利用後は机、イス、スイッチ、ドアノブ、床などの消毒を行う

フリースペース利用者

- 上記の事項を済ませてから
- ・入館時に氏名、連絡先を記入し、提出する(約2週間保存後、廃棄)
 - ・机、イスは配置のまま使用し、許可なく接近しない
 - ・大声を出さない
 - ・新聞・雑誌、図書の利用前後に手指消毒を行う
 - ・利用後は使用した机、イスなどの消毒をプレイルーム利用時と同様とする

館内無料Wi-Fiサービス開始!

お待たせ致しました。開館当初からご要望のありましたWi-Fiサービスを7月1日から開始致しました。

ご自身のスマホやパソコンなどをお持ちいただければ、館内にて無料でご利用いただけます。

館内に掲示してある「ご利用方法の詳細(SID)」・「免責事項」をご承諾いただいたうえでご利用ください。館内(フリースペース)での充電はご遠慮ください。

Wi-Fi接続には、パスワードは不要ですが、メールアドレスの登録が必要になります。ご自身のスマホやパソコンでSIDを選択後、画面に表示される指示に従ってメールアドレスを登録してください。

当サービスは、開館日の午前9時から午後9時15分までご利用いただけます。

大栗川・かるがも館

運営協議会



なお、ゲーム機用のWi-Fi電波は発信しておりません。

Wi-Fi仕様

規格	IEEE802.11b/g/n/ac
同時接続端末数	100台
接続認証方式	メールアドレス認証
認証画面対応言語	日本語、英語、中国語(繁体字・簡体字)、韓国語
バックボーン回線	光回線 1Gbps ベストエフォート
利用可能場所	館内全範囲 ただし電波の弱い場所あり

2020年8月

日	月	火	水	木	金	土
						1 カブ虫捕り
2	3	4 PC何でも相談	5 近トレ	6	7	8 桂宮治演会
9	10 山の日 休館日(第二月曜日)	11 近トレ	12	13	14	15
16	17	18 近トレ	19	20	21	22
23	24 休館日(第四月曜日)	25	26 近トレ	27	28	29
30	31					

2020年9月

日	月	火	水	木	金	土
		1 PC何でも相談	2	3	4	5
6	7	8 打ち水日和・竹とんぼ遊び	9 元気チェック	10 9月の近トレは8月の様子で決定します	11	12
13	14	15 休館日(第二月曜日)	16 平和のパネル展示	17 平和のパネル展示	18 平和のパネル展示	19 平和のパネル展示
20	21 敬老の日	22 秋分の日	23 平和のパネル展示	24 平和のパネル展示	25 平和のパネル展示	26 平和のパネル展示
27	28	29 休館日(第四月曜日)	30 近トレ・福祉何でも相談			

なんでもたのしく えがおでちょうせん みらいへむけて しゅっぱつだ (園歌一部より)

えがお、きらり、かがやく

学校法人 有馬学園 **緑ヶ丘幼稚園**

〒206-0001 多摩市和田712 TEL FAX 042-375-6755
<http://www.midorigaoka-k.ed.jp>

新築・増築・リフォーム
住まいの事ならお任せください
TEL 042-373-9392

有限会社 本間建築
〒206-0001 東京都多摩市和田 16-1

土木・造園・建築・公共施設総合管理

ニュータウンライフのベストパートナー

株式会社 **多摩ニュータウンサービス**

本社事務所/東京都多摩市落合 6-15-6
TEL. 042-371-1831(代) FAX. 042-376-7441
<http://www.tamanew.com/>

カブト虫捕り

実施日：8月1日(土) 雨天中止
 集合場所、時間：かるがも館 9時
 募集人員：小学生以下15人
 申込方法：7月16日(日) 10時～17時
 かるがも館受付
 下の写真は、
 昨年の風景です。



第8回 かるがも館落語会

実施日：8月8日(土)
 出演者：桂宮治さん
 開場：1時半 開演：2時～4時
 場所：かるがも館ホール
 予約券お持ちのかたは当日500円
 お持ちでないかたは700円となります。
 7月5日より、かるがも館受付にて、予約券渡しを開始しています。
 ※コロナ感染防止のため、席を制限させていただきます。
 ことがございます。
 また予告なく中止させていただきます
 いたたくことがございます
 写真は、昨年の風景です。



打ち水日和

昨年実施した打ち水日和の催しを、今年も
 ガールスカウト東京都第130分団と実施し
 ます。
 実施日：9月6日(日) 14時 かるがも館

竹とんぼ遊び

実施日：9月6日(日) 15時 かるがも館
 打ち水イベントのあとで竹とんぼ遊びをしま
 す。(環境部と文化部の共催です)

平和のパネル展示

去年も行いました、平和のパネル展示をロ
 ビーでおこないます。広島平和資料館からお
 借りした小学生向けのものです。
 題は「ヒロシマを知ろう!! 8月6日キノコ
 雲の下で」
 期間：9月15日(火)～9月26日(土)

平和祈念イベント

9月22日(火・祭)には平和祈念イベントと
 して被爆者の方のおはなしと多摩市の被爆地
 派遣事業で現地を見てきた小中学生もその感
 想をおはなします。
 後半では長崎出身で多摩市在住の歌手の
 カツルミさん(写真)が平和
 への祈りのオリジナル
 ソングをピアノの弾
 き語りで歌います。
 開演：1時30分～4時
 (休憩あり)



パソコン何でも相談

8月4日・9月1日10時～12時 会議室2
 スマホ・タブレットの相談も承ります。
かるがも館WiFi相談も始めました。
 参加希望の方は前月末までに質問内容を紙に書
 いて、事務局までお伝え下さい。
 パソコンなどは持参願います。

福祉何でも相談(脳トレ)

社会福祉協議会(社協)と西部地域包括支援セ
 ンター職員が相談に応じます。今は認知症予防
 として「脳トレ」を実施していますが、出張窓
 口としてご利用下さい。
 9月29日・14時～16時 会議室1・2
 8月と12月はお休み

かるがも館で元気チェック

9月7日・11時～12時 会議室1・2、調理室
 簡単なチェックで
 ・早期発見!危険な老化のサイン
 ・身体年齢の測定
 ・筋力量のチェックを行います。
 対象者：概ね60才以上です。
 8月と12月はお休み

近トレ

8月毎週水曜日・10時～12時 会議室1・2
9月は8月の状況を見て判断します。
 近トレは、足腰を鍛えるための「元氣アップト
 レーニング」を地域の皆さんが主役になって
 週1回行います。
 共催：西部地域包括支援センター

おうちで!東海道ウォーク

暇なとき、混雑していない道を歩きましょう
 外で歩けないときは家の中で歩いてもOK
 いつ、何歩歩いたかを大栗川・かるがも館備
 え付けの用紙に記録しましょう
 毎週、大栗川・かるがも館で集計。歩数を距
 離に換算します。(1歩=0.5m)
 東海道五十三次をどこまで歩いたかを、ペン
 ネームでランク付け

おうちで!近トレ

テキスト(西部包括支援センター協力)を大
 栗川・かるがも館で配布
 自宅でテキストを見ながらトレーニング実施
 何回実施したかを、大栗川・かるがも館備え
 付けの用紙に毎週記録
 何回やったかを星取表にペンネームを公表
おうちで!ラジオ体操
 ・自宅でラジオ(午前6時半)を聞きながら
 再放送やYoutubeでもできます
 ・何回やったかを、かるがも館備え付けの用紙
 に毎週記録

おうちで!脳トレ

脳トレ(西部包括支援センター協力)のプリ
 ントを、かるがも館で配布
 問題は当面、毎週月曜日に更新の予定
 解答をかるがも館の回収箱に投函
 何回やったかを星取表にペンネームを公表
 間違っていたらOK
 正解は館内に掲示します

◇

※多摩市史談会「郷土たま」より抜粋
 地図を片手に散策してみたいかがでしょう。
 大栗川・かるがも館 文化部

「和田八景」を知っていますか

ス

テイホームで散歩をする方も多くいらつ
 しゃると思えますが、そんな中に「和田
 八景」をコースに入れてみてはいかがでしょ
 うか。連光寺にも「向ノ岡八景」があるそう
 ですが内容は不明です。八景については「国
 立環境研究所」の調査研究もありますが、こ
 こでは「和田八景」の紹介のみといたします。
 ●竜ヶ峰の日の出
 八王子市と日野市との境界にちかく、和田の
 最高点にあり大栗川を眼下にした遙かなた
 の日の出はさぞや美しかったでしょう。
 ●愛宕の月
 愛宕山は今も愛宕団地の中に孤峰としての
 こつています。頂上には愛宕神社があり周辺
 住民の貴重な憩いの場所になっています。
 ●恋路の霧
 愛宕山の北西のふもとにある凹地が恋路が原
 である。初夏又は初冬の早朝愛宕山を浮き立
 たせて、たなびく朝霧は情緒を与えたこと
 でしょう。

●高蔵院の晩鐘
 暮れなずむ上和田の丘から響く高蔵院の晩鐘は
 ●根岸の蜃
 和田の西南端、八王子市大塚付近で愛宕山から
 涌出する境川が大栗川に流入する付近です。近
 くに、和田堀や水車がたった蜃の多い場所
 です。

◇

Ka hiwahiwa na pua (フラダンス) 会員募集中

世界一優雅な踊りと言われるフラ
 ダンス。始めるのは難しいと思っ
 ていませんか?
 基本のステップから丁寧に指導。
 本物のフラを学ぶことができるの
 で安心して下さい。現在かるが
 も館で、ひと月に2・3回金曜日
 の午前中に活動しています。一緒
 に爽やかな汗を流しませんか?
 お仲間募集中です。
 問合せ：カワムラ
 hanumihwahiwa@gmail.com

子連れok!
 見学随時
 体験無料!

登録団体の紹介

登録団体から出された原稿をそのまま掲載しました。

会員登録集中!

スポーツ吹矢 始めませんか。

スポーツ吹矢とはどんなスポーツか
 スポーツ吹矢は老若男女を問わ
 ず子供達も障がい者も誰でも
 手軽に楽しめる健康スポーツ
 です。
 しかし、スポーツですから、
 基本動作があり、統一された
 競技ルールや安全な用具が
 必要です。吐く息だけで矢を
 飛ばすスポーツとはいえ
 飛速100キロ以上が出ます。
 時速100キロ以上が出ます。
 矢は安全を考え先端を丸くし重さ
 は1グラム以下です。基本動作は
 腹式呼吸をベースにしたスポーツ
 吹矢式呼吸法で精神力と集中力を
 高めます。
 これはほんの一部です。是非
 自身で体感して下さい。
 あげぼの吹矢クラブ 問い合わせ先は
 090-9384-4695 チバ

和田学習センター 生徒募集!!

Tel 042-371-0736 多摩市東寺方 595-12

親切丁寧な学習指導

講師 伊野 善文
 都立立川高校卒
 慶應義塾大学理工学部卒

- クラス少人数制。
- 個人の個性を伸ばしながらの学習指導。
- 教科書を中心とした基礎学習から応用力の育成。
- 学習することを好きな子供達に育てます。

株式会社新倉興産

収納ボックス、駐車場、アパート、不動産の仲介・売買
 東京都多摩市落川 1179
 TEL 042-389-1500 FAX 042-389-3667
 URL http://www.niikurakosan.com

新倉農園

いちご・ブルーベリーの摘みとり・販売
 TEL 080-1173-1346

(社)東京都宅地建物取引業協会会員

株式会社 飯島不動産

〒206-0011 東京都多摩市関戸1-11-8
 TEL 042-373-7539
 FAX 042-373-7627
 http://www.room-i.co.jp/
 ◆営業時間 9:30~18:30 ◆定休日 水曜日

- ◆発行部数：約6,000部
- ◆配布エリア
 多摩市和田・東寺方・落川・百草
 市役所・各コミュニティセンターほか
- ◆1コマ：縦4.5cm×横8.1cm
- ◆1回1コマ：3,000円
- ◆年間契約割引あり

提供会員になって 地域の子育て支援を
 してみませんか

保育園への送り迎え 短時間の預かり

謝礼 850円~1000円

空いている時間にサポートを!

お問合せは 多摩市ファミリー・サポート・センター
 多摩市豊ヶ丘1-21-3 子ども家庭支援センター2階 TEL042-357-5105