



2月5日(日)に利用者懇談会を2階のホールで行いました。

# 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  
おぐりがわ・かるがもかん  
大栗川・かるがも館 広報誌  
2023年(令和5年)  
4月・5月号

大栗川  
かるがも館

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

## 大栗川・かるがも館の運営協議会委員を大募集します

あなたの地元、東寺方や和田地域でボランティアとして、このコミュニティセンター、大栗川・かるがも館と一緒に運営に関わることとませんか！  
例えば、現在では音楽イベントや舞台関連・カラオケ、体操やお花植栽、館内の飾り付けなど、企画・立案に参加して下さる方を求めます。  
総務部会…スタッフや運営協議会の維持管理  
文化部会…各種イベントの企画立案など  
環境部会…季節に合わせた館内の装飾や植栽など  
健康福祉部会…健康体操や福祉に関する企画立案など

大栗川・かるがも館受付 ☎ 042-372-7575

石原宏章 ☎ 090-4732-9659  
運営協議会 副会長 管理担当

## 多摩市に残る変わった地名 最終回

普段は、気づかないで通り過ぎてしまう通りや、公園に変わった名前がついていることがあります。そんな場所紹介も最終回となります。紹介してきました地名に多少でも興味を持たれましたら幸いです。

○大水上(おのみずあがり) 桜ヶ丘カントリークラブのゴルフ場内の山。別名、相談山ともいう。多摩川の洪水に関係したのではないかと思われる。相談山は、武将が相談したとの言い伝えがある。

○かちあがり 連光寺3丁目、かちあがり公園付近。ここは、弘元3年(1333)の戦で新田軍が戦に勝って上がったところから「勝ち上り」が訛って「かちあがり」となったといわれている。

○ドンデン 米軍ゴルフ場内の丘付近を言う。ボンデン(梵天)の訛りであろうか

○あらく 旧聖跡記念館の南付近。新しく開墾した耕作地のこと。

○上のかいど 連光寺2丁目、車橋公園の東側辺り。上の垣内のことか。馬引沢にあった武家屋敷と関係があるかもしれない。広い畑があった。

○ちやうじゃかい 馬引沢1丁目、諏訪下橋の東。長者垣内のこと、武士の館があったらしい。

○牢口 聖ヶ丘5丁目、多摩東公園の東南付近。昔牢屋があったという。黒川側にあった牢場谷戸の入口のことではないだろうか。

○極楽 多摩市武道館付近。厳しい坂を上り、やっと一息つける極楽のような場所と言う意味があるようだ。

○アパッチ岩 聖ヶ丘1丁目、都立多摩養護学校付近の丘。周辺が切り崩された山の上に鉄塔が立って

○おんべらぼう(御幣棒) 愛宕4丁目付近。下落合で、どんと焼きの時に、御幣を付けた棒を立てるが、これをオンベラ棒という。このどんと焼きを行ったところを言う。

(文化部)

2023年4月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4 PC向でも相談 健康体操	5 こども将棋教室	6 月例ウォーキング 多摩保育園出張 ひろば	7	8
9 将棋サロン	10 休館日(第二月曜日)	11 無料スマホ教室 健康体操	12	13 多摩保育園出張 ひろば	14	15
16	17 元気チェック	18 健康体操	19 こども将棋教室	20 多摩保育園出張 ひろば	21	22
23 将棋サロン	24 休館日(第四月曜日)	25 福祉なんでも相談 健康体操	26 地域探訪ウォー キング	27 多摩保育園出張 ひろば	28	29 昭和の日
	30					

2023年5月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 PC向でも相談 健康体操	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6
7	8 休館日(第二月曜日)	9 健康体操	10	11 月例ウォーキング 多摩保育園出張 ひろば	12	13
14 将棋サロン	15 元気チェック	16 無料スマホ教室 健康体操	17 こども将棋教室	18 多摩保育園出張 ひろば	19	20
21 野鳥観察ウォー キング	22 休館日(第四月曜日)	23 福祉なんでも相談 健康体操	24	25 多摩保育園出張 ひろば	26	27
28 将棋サロン	29	30 健康体操	31			

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  
☎ 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/>

### シェアサイクル事業のお知らせ

多摩市では、市民の利便性を目的として民間業者と共同で実証実験を始めます。電動アシスト付き自転車(有料貸出)を市内公共施設等40か所程度に設置予定で、かるがも館でも正面玄関の駐車場入口側にラックを設置いたします。運用は4月開始の予定です。今までご利用の方にはご不便をおかけしますが、宜しくお願ひ申し上げます。なお、東側に「傾斜対策用のラック」を設置いたしますので、こちらをご利用ください。

### 無料スマホ教室

◇基本操作(はじめてのスマホ)編  
日時: 4月11日(火) 14時~16時  
受付: 3月29日(水) 14時より電話受付  
スマホの電源を入れたり、切ったりするところや、画面の見方などの基本操作を学びます。いまさら聞けないと思つていることもココなら大丈夫! あらかじめ聞きたいことをまとめてご参加ください。フリー質問会も予定しています。  
◇キャッシュレス決済の基礎編  
日時: 5月16日(火) 14時~16時  
受付: 5月2日(火) 14時より電話受付  
暮らしに溶け込みつつあるキャッシュレス決済について学びます。用語の意味や、主だったQR決済サービスの比較を学んで自分に合ったキャッシュレスを使うようになりましょう。ネットショッピングの概要や注意点もお話します。

### 地域探訪ウォーキング

日時: 4月26日(水) 13時~15時  
集合場所: かるがも館ロビー  
集合時間: 12時45分  
(徒歩で帝京大学総合博物館へ)  
先着15名 3月25日より電話での受付  
受付電話: 042-372-7575  
(11時~20時、初日は14時から)  
探訪先: 帝京大学総合博物館(13時30分~15時)  
内容: 博物館の企画展見学(学芸員の案内)  
・現代アート(仮称 扉の向こうに)  
・帝京サット4(帝京大学人工衛星) 实物模型  
・メディアック(帝京大学図書館) 貴重書庫  
講演: 教員または学芸員による講演  
構内案内: ソラティオの展望室見学  
(文化部)

### 野鳥観察ウォーキング

日時: 5月21日(日) 9時~12時  
集合場所: 大栗川かるがも館駐車場  
出発: 9時30分  
解散: 多摩市交通公園 12時  
予約: 15名(先着順)  
受付: 4月21日より電話で受付  
受付時間: 10時~20時(初日は14時から)  
ガイド: 日本野鳥の会東京野鳥の会の望遠鏡で鳥や自然をまじかに見て解説を聞きながら大栗川沿いをゆっくり歩きます(左マップ参照)。かるがも館より出発し大栗川(左マップ参照)との合流点にむかいます。目的地は交通公園です。大栗川ぞいではカルガモ親子、多摩川では水辺の野鳥を観察します。  
(文化部)

### パソコン何でも相談

4月4日、5月2日(第一火曜日)  
場所: 調理室 9時30分~12時30分  
スマホ・タブレットの相談も承ります。  
かるがも館WiFi・i相談もどうぞ。  
相談希望の方は前月末までに、電話で予約して下さい。(10時~17時)。なお、相談内容もお知らせ願ひします。  
相談時間は30分程度となりますが、毎月実施しておりますので、解決しない時は何度でも遠慮なく相談に来て下さい。3名体制で対応します  
パソコン・スマホ・タブレットなど相談される機器は持参願ひします。  
(健康福祉部)

### 福祉なんでも相談(脳トレ)

4月25日、5月23日(第四火曜日) 14時~16時  
場所: 調理室 (左上、パンフレット参照)  
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。  
(健康福祉部)

### かるがも館で元気チェック

4月17日、5月15日(第三水曜日) 11時~12時  
場所: 調理室 簡単なチェックで  
◇早期発見! 危険な老化のサイン  
◇血圧・握力・月替わり検査  
◇筋力量のチェックを行い記録しています。  
対象者: 概ね60才以上です。  
測定チェックには西部地域包括支援センターに協力を頂いております。  
(健康福祉部)

### 健康体操(毎週火曜日)

毎週火曜日10時~12時場所: 会議室又はホール  
健康体操は、足腰を鍛えるための「元気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。  
(健康福祉部)

### 月例ウォーキング(第1木曜日)

《ウォーキングは健康の源。楽しく参加しみんな友達になろう》  
日時: 4月6日、5月11日  
休憩を含めて2時間程度  
(初級者向け)のウォーキングコースです。コースは身近な地域を歩きます。  
・坂道・階段があります。  
・雨天・荒天時・熱中症警戒アラート発表中は中止です。(前日電話連絡)  
・持ち物: マスク、飲み物、帽子・タオル・交通費。  
歩きやすい服装と運動靴。  
ウォーキングポールと傘は使用不可です。  
午前10時~12時頃  
集合場所: かるがも館ロビー (9時45分集合)  
駐車場は有りませんので留意下さい。  
○申込: 受付又は電話(9時30分~17時)で前日まで予約  
○定員: 15名(先着申込順)  
(健康福祉部)

### 多摩保育園子育てセンター出張ひろば

4月6・13・20・27日、5月11・18・25日  
(毎週木曜日) 10時30分~15時  
場所: プレイルーム  
(消毒のため12時から13時はご利用できません)  
出張ひろばでは、ふれあい遊びや簡単な製作、ベビーマッサージなど講座も用意してお待ちしています。  
(健康福祉部)

### 将棋を楽しもう

◆こども将棋教室(1・3水曜日) 4月5日、19日、5月17日(5月3日はお休み)  
15時~16時30分・会場: 会議室  
初心者にはコマの動かし方から指導します。君も藤井聡太五冠に続け!  
◆将棋サロン(2・4日曜日) 4月9日、23日、5月14日、28日  
13時~16時・会場: 調理室  
講師: 日本将棋連盟公認指導員 富田保利。  
無料  
(総務部)

### 帝京総合博物館について

帝京大学総合博物館は2015年9月に八王子キャンパスのソラティオスクエアの地下1階に開館された新しい総合博物館です。歴史、芸術、民俗、産業、自然、科学などに関する資料を保管し学生等の学習、研究のみならず一般の人たちにも利用供与し、一般社会や地域社会にも幅広い活動を展開しています。  
帝京大学構内では、上つ原遺跡や竜ヶ峰遺跡が発掘され旧石器時代から近現代に至るまで多摩丘陵の歴史を編むことのできる数々の考古学資料が発見され、これらも常設展示されています。  
特に注目されるのは上つ原遺跡から発掘された「赤彩球胴甕(セキサイキョウドウカメ)」は北東北固有の土器で8世紀の後半、朝廷と激しく争い敗れた蝦夷(エミシ)が多摩地域に強制的に移住させられた事を裏付ける重要な土器です。  
(文化部)

**無料 福祉なんでも相談(脳トレ)**  
\*\*\* あなたの身の近な福祉相談窓口 \*\*\*  
認知症予防として「脳トレ」も実施しています  
お気軽にご利用ください(予約不要)  
例えば...  
高齢で足が弱ってきた歩イスを貸してほしい  
高齢の両親の様子がおかしい  
介護保険の手続きについて知りたい  
【今後の福祉なんでも相談日程表】  
2022年 2023年  
11月 1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 9月 10月 11月  
22 24 28 28 25 23 27 25 26 24 28  
相談時間 14時~16時(受付終了15時30分)  
毎月第4火曜日(8月12日はお休み)  
場所 1階 調理室  
福祉専門職が相談に乗り、安心してご相談ください。  
大栗川・かるがも館



駐車場は用意されていませんので、ご来場には公共機関のご利用をお願い致します。  
申込先: かるがも館電話(042-372-17575) 受付時間(10時~20時)

多摩市ファミリー・サポート・センター  
子育てのお手伝いをいただける会員さん募集中  
空いている時間をぜひサポートに!  
保育園への送迎や短時間の預かり  
養成講習会 5月17日(水) 23日(火) 25日(木)  
謝礼金 850円~1000円/時間  
多摩市豊ヶ丘1-21-3 多摩市子ども家庭支援センター2階  
Tel 042-357-5105

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。

(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

社会福祉法人 大和会  
やまと保育園  
自分を愛し 仲間を愛し 地球を愛し あなたらしく  
おいしい食事を楽しく食べ 元気に遊び 大人や友達と関わりながら 生きる力を育みます  
〒206-0001 多摩市和田 1534 番地  
TEL 042-373-5039  
info@yamachokuen.jp

いちごおなじみ 新倉農園グループ株式会社 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

訪問 シニア美容のプリンセスちゃんです。  
エステ(フェイシャル・ハンド・フット)  
ネイル、爪切り、爪整え  
福祉爪ケア(肥厚爪・巻き爪)  
多摩市在住です。  
070-9049-3265  
princesschan2022@gmail.com