



紙芝居ワークショップの第一回目(全3回)が8月31日に2階会議室に於いて開催されました。

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
2024年(令和6年)
10月・11月号

大栗川
かるがも館

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

第5回 10月
かるがも館まつり
かるフェス2024 大栗川・かるがも館

～10/12(土)、13日(日)は、お祭りだ!!
“みて”“あそんで”“たべて”
秋の一日を楽しみましょう(^^)♪～

12日	ホール	ロビー	音楽室	喫茶コーナー	学習コーナー	プレイルーム	12日
10:00		オープニングセレモニー (ご挨拶、鼓桜演奏)				読み聞かせ	10:00
11:00	ジージーズ	昔遊び(地域の名人*と) コマ、ペーゴマ、 けん玉、輪投げ等	昔遊び(地域の名人*と) お手玉、おはじき、 将棋等	スライミー 丸のシールを台紙 の紙に貼って、君 のスライミーをつ くってみよう。		+手作りワークショップ 子供向け 親子でどうぞ	11:00
12:00		Guma' Famagu'on Tano'yan i Tasi					12:00
13:00						ポップスター 年齢を超えて 交流しよう	13:00
14:00	フォークダンスかるがも JEWELOVERS (14:40開始)	昔遊び(地域の名人*と) コマ、ペーゴマ、 けん玉、輪投げ等	落語(六弦亭弦六) 昔遊び(地域の名人*と) お手玉、おはじき、 将棋等				14:00
15:00	姉鼓まち・耀き太鼓						15:00
16:00							16:00

13日	ホール	ロビー	音楽室	喫茶コーナー	学習コーナー	プレイルーム	13日
10:00		昔遊び(地域の名人*と) コマ、ペーゴマ、 けん玉、輪投げ等	カール スカーフ おもちゃ魚釣り わなげ	スライミー 作ったスライミーは さらに大きなスライ ミーに貼って大き なスライミーを作り ます。		読み聞かせ 子供向け 親子でどうぞ	10:00
11:00	Dance Arts	マジックエコー					KPKA(クプカ)紙芝居
12:00		東京都立大学ジャグリングサークルTeam"Lamp" 体験コーナーあり			多摩大学AL実習 多世代交流 (大学生と話 そう)スマホ 何でも相談会		12:00
13:00	ピアノ連弾 FourHands	南京玉すだれ多摩お江戸隊					13:00
14:00	Hiwahiwa na pua (13:50開始)	多摩アフリカン (14:20開始)				吹奏楽 小学生以上対象	14:00
15:00	武蔵野鼓まち	東京・たまfolk					15:00
16:00							16:00

*昔の得意なことを、ぜひ若い世代に伝えに来てください

フードコーナー(当館駐車場にて)
焼きそば、焼き鳥、ソフトドリンク、アルコール、カレーパン、
綿あめ、くじ引き、スーパーボールすくい、ポップコーン

10月11日午後から12日と13日の全日は「かるがも館まつり」のため
貸室および1階ロビー等、各コーナーの一般のご利用はできません。

2024年10月

日	月	火	水	木	金	土
		1 PC何でも相談 健康体操	2 初心者おとな・こども 将棋教室	3 男例ウォーキング かるがもっこ広場	4	5 おもちゃ病院
6	7	8 無料スマホ教室 健康体操	9	10 いきいきヨガ講座 かるがもっこ広場	11 (午後から)かるがも 館まつり準備	12 かるがも館まつり
13 かるがも館まつり	14 スポーツの日 休館日(第二月曜日)	15 健康体操	16 初心者おとな・こども 将棋教室	17 かるがもっこ広場	18	19
20	21 元気チェック	22 健康体操 福祉なんでも相談	23	24 かるがもっこ広場 東寺方児童館イベント	25	26
27	28 休館日(第四月曜日)	29	30	31 かるがもっこ広場		

2024年11月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3 文化の日	4 振替休日	5 PC何でも相談 健康体操	6 初心者おとな・こども 将棋教室	7 男例ウォーキング かるがもっこ広場	8	9 多摩落語夜床の会
10	11 休館日(第二月曜日)	12 無料スマホ教室 健康体操	13	14 かるがもっこ広場 東寺方児童館イベント	15	16 卒業会と防災用品 展示
17	18 元気チェック	19 0歳からうたの会 健康体操	20 初心者おとな・こども 将棋教室	21 かるがもっこ広場	22	23 勤労感謝の日 紙芝居ワークショップ
24	25 休館日(第四月曜日)	26 健康体操 福祉なんでも相談	27	28 かるがもっこ広場	29	30

なんでもたのしく
えがおでようせん
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/>

貸室ご利用の皆様へ

8月1日(木)より貸室に施設する事になりました。
貸室ご利用の際に、部屋の鍵をお渡しします。
終了時に内線電話でご連絡いただき、貸室
チェック後にスタッフが施設いたします。
(運営委員会)

おもちゃ病院

日時：10月5日(土) 13時30分～15時30分
会場：1階 調理室
動かなくなったおもちゃ、携帯ラジオなど家庭
小物の修理をお手伝いします。壊れたおもちゃ
をそのままお持ちください。元の状態がわから
ないと直せないことがあります。こわれた「か
けら」付属品、取扱説明書などすべてお持ち
ください。修理は無料ですが、部品代は実費を
いただきます。
申し込み不要。直接ご来場ください。
協力：おもちゃ病院kebo (総務部)

無料スマホ教室

◇【基本+活用編】
インターネット検索とGoogleレンズ
日時：10月8日(火) 14時～16時
受付：9月28日(土) 14時より電話受付
分からないことや気になることをそのままにせ
ずに調べてみよう！またGoogle音声検索する
ときに使うマイクの横にあるカラフルなカメラ
のマーク、あれはいつの間にか何だろう？実は、
画像で検索したり、外国語を翻訳したり様々な
使い方があり「レンズ」という機能です。
合間に休憩時間をとります。
質問時間もあります。
◇【デジタル活用支援】メッセージアプリを使
おう！全国版緊急受診アプリ(Q助)
日時：11月12日(火) 14時～16時
受付：10月29日(火) 14時より電話受付
「総務省デジタル活用支
援講座」の開催です。
1つ目は、SNSの中でも
メッセージアプリとして
利用の多いLINEについ
ての基本編です。
2つ目は、いざという
ときのために、救急車を呼
ぶべきかを判定してくれ
るアプリの使い方を学び
ます。合間に休憩時間
をとります。
質問時間もあります。

いきいきヨガ教室

日時：10月10日(木) 14時～16時
受付開始：13時45分
会場：2階 ホール
定員：20名 参加費：無料
申込：受付又は電話で予約(9月24日開始)
詳細は左のチラシを参照 (健康福祉部)

多摩落語寝床の会

日時：11月9日(土) 14時～16時
開場：13時30分
会場：2階 ホール 入場無料
予約：受付開始 10月9日(水)
14時より電話にて受付 (文化部)

0歳からのうたの会

日時：11月19日(火) 11時～12時
会場：2階和室
対象：ねんねからあんなよの親子
講師：すずかちはや氏(歌手、音楽療法士)
持ち物：座布団に敷くタオルなど
受付：11月5日(火) 14時から電話受付
先着8組、参加費無料
受付時間：10時～20時(初日のみ14時から)

かるがも館で元気チェック

10月21日・11月18日(月) 11時～12時
会場：1階調理室 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
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)

月例ウォーキング(第1木曜日)

ウォーキングは健康の源。
日時・場所：10月3日 交通公園方面
日時・場所：11月7日
詳細な場所についてはHPで発表します。
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
スに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：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)
申込：受付又は電話(10時～20時)で
前日までに予約
定員：20名(先着申込順)
(健康福祉部)

パソコン何でも相談

10月1日、11月5日(第一火曜日)
会場：1階調理室 9時30分～12時30分
スマホ・タブレットの相談も承ります。
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～20時)。なお、相談内容もお知
らせ願います。
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。【相談無料です】
パソコン・スマホ・タブレットなど相談される
機器は持参願います。


福祉なんでも相談(脳トレ)

10月22日・11月26日(第四火曜日) 14時～16時
会場：1階調理室
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。

★先着12名★受付時間
10時～20時(初日のみ14
時～)

いきいきヨガ講座

10月10日(木) 14時から16時



受付開始：13時45分 会場：かるがも館ホール
定員：20名 参加費：無料 内容：ヨガの講話と実技
講師：河野郁江先生(多摩市スポーツリーダー)
持ち物：飲み物・スポーツタオル(ヨガで使用)
あれほヨガマット(貸し出し有)
申込：受付又は電話で予約(9月24日開始)
372-7575 (10時から20時) 先着順
主催：かるがも館運営協議会健康福祉部

全てのイベント・企画の申込先：かるがも館電話(☎042-372-1372) 受付時間(10時～20時)
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。

全ての企画は予告なく中止することがあります
(健康福祉部)

かるがも館・三方の森共同事業

事業内容：芋煮会と防災用備品展示
開催場所：三方の森コミュニティ会館
実施日：11月16日(土)
11:00～13:00
芋煮食事代：大人100円
＜＜予約不要＞＞
芋煮は、先着150名になります。
子供は、ポップコーン無料配布
折り紙・紙鉄砲・紙飛行機作り

かるがもっこひろば

あそぼう！話そう！
好きな時間に遊びに来てね
日時：毎週木曜日 10時～12時
会場：1階プレイルーム
対象：未就学児
参加費：無料
★読み聞かせ・手遊び
おともだちときく
よみかかせもたの
しいよ！
★おしゃべり
子育てのこと・お仕
事のこと・趣味のこと等など
お問い合わせ：受付または電話(10時～20時)
(健康福祉部)



将棋を楽しもう

◆初心者おとな・子ども『将棋教室』
(第一・三水曜日)
日時：10月2日、16日、11月6日、20日
15時～16時30分
会場：2階会議室
子どもからおとなまで、将棋が楽しめます。
あなたも藤井聡太7冠の『挑戦』に続け！
講師：日本将棋連盟公認指導員
富田保利氏 (総務部)
参加費無料
健康体操(毎週火曜日)
日時：毎週火曜日(第五火曜日は休み)
10時～12時
健康体操は、足腰を鍛えるための「元気アツ
ブトレーニング」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)

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

〒206-0001 東京都多摩市和田1534
☎042-373-5039

日々の保育 インスタ HP
保育園

やまと保育園

社会福祉法人 大和会
自分を愛し 仲間を愛し 地球を愛し あなたらしく

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

長澤塗装

お見積り 無料 代表 長澤 薫
nagasawa Kaoru

〒192-0355 東京都八王子市堀之内3-20
プレサンスロジエ京王堀之内512
E-Mail nagasawa_toso@yahoo.co.jp

リフォーム工事 外装工事 内装工事 各種コーキング工事

TEL 090-2934-8260 FAX 050-5864-2954

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して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！
お気軽にお問い合わせください！

保育園への送迎や短時間の預かり
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