

10月3日・4日  
第7回かるがも館まつり

今年もみんなで集まろう  
かるがも館の秋まつり！

大栗川・かるがも館

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  
2026年（令和8年）

8月・9月号

大栗川  
かるがも館

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

もう「わからない」で悩まない！  
本年度後半の宿題クラブの開催予定は次の通りです。

☆9月16日30日 ☆10月7日14日21日28日 ☆11月4日11日18日25日 ☆12月2日9日16日

☆1月13日20日27日 ☆2月3日

毎週水曜日15時～16時45分 場所…大栗川・かるがも館

国語・算数など宿題の相談（対象：小1～小6）★教職過程の大学生（帝京大学）がサポート

参加費無料・予約不要 お気軽にどうぞ！ ※一般サポーターも募集中（子供たちの見守りや簡単なサポート）

お問い合わせ：受付または、お電話で

## 宿題クラブ（本年度後半の日程）

かるがも館まつり実行委員長 塚原武尚

日頃からかるがも館をご利用頂き、ありがとうございます。

今年度の『第7回かるがも館まつり』は、昨年度以上に情熱と創意工夫を凝らしてお客様に楽しんでいただけるものにと考えております。登録団体の素晴らしい発表に加えて、ご来館いただいた皆様も一緒に参加出来る体験型の催しを充実させ、子どもから大人まで幅広い年齢層の皆様にご満足していただける内容をご用意いたします。また、屋外の屋台も引き続きご用意いたします。館内外で楽しいひと時をお楽しみください。運営協議会一同、皆様のご来館を心よりお待ちしております。

今年のまつりは、これまで以上に地域の皆様と一緒に楽しむ場となることを願っております。

10月3日（土）4日（日）は、かるがも館まつりにお越し下さい。

## 第7回かるがも館まつりのお知らせ（10月3日・4日）

大学生と楽しもう!!

ボッチャ

卓球

わなげ

アイシングクッキー

ストラックアウト

スタンプラリー

マーブルングうちわ

！予約不要！

！参加費無料！

体験ひろば

☆スポーツ×おかし作り×工作☆

動きやすい服装で来てね！

日付 9月5日（土）

時間 13:30～16:00

場所 大栗川・かるがも館

対象者 園児～小学生 保護者の同伴可

持ち物 飲み物

共催：大栗川・かるがも館/中央大学ボランティアセンター

| 2026年8月 |               |                     |              |                            |              |           |
|---------|---------------|---------------------|--------------|----------------------------|--------------|-----------|
| 日       | 月             | 火                   | 水            | 木                          | 金            | 土         |
|         |               |                     |              |                            |              | 1         |
| 2       | 3             | 4                   | 5            | 6                          | 7            | 8         |
| カブトムシ捕り |               | スマホ・PC何でも相談<br>健康体操 | クールシェア映画会    | かるがもっこ広場                   | これからの暮らし安心講座 |           |
| 9       | 10            | 11 山の日              | 12           | 13                         | 14           | 15        |
|         | 休館日（第二月曜日）    |                     |              | かるがもっこ広場                   |              |           |
| 16      | 17            | 18                  | 19           | 20                         | 21           | 22        |
|         |               | 健康体操                | クールシェア映画会    | かるがもっこ広場                   |              |           |
| 23      | 24 休館日（第四月曜日） | 25                  | 26           | 27                         | 28           | 29        |
| 30      | 31            | 健康体操<br>福祉なんでも相談    | 平和展示（9月6日まで） | かるがもっこ広場<br>（東寺方児童館ミニイベント） |              | かるがもっこフェス |

| 2026年9月           |               |                                  |                   |                               |                       |          |
|-------------------|---------------|----------------------------------|-------------------|-------------------------------|-----------------------|----------|
| 日                 | 月             | 火                                | 水                 | 木                             | 金                     | 土        |
|                   |               | 1                                | 2                 | 3                             | 4                     | 5        |
|                   |               | スマホ・PC何でも相談<br>健康体操 平和展示（9月6日まで） |                   | 月例ウォーキング<br>やまと保育園「すくすくはん相談会」 | 歌声の集い<br>これからの暮らし安心講座 | 夏ボラ 体験広場 |
| 6                 | 7             | 8                                | 9                 | 10                            | 11                    | 12       |
| 打ち水日和<br>平和折念のつどい | 元気チェック        | 健康体操                             |                   | かるがもっこ広場                      |                       |          |
| 13                | 14            | 15                               | 16                | 17                            | 18                    | 19       |
|                   | 休館日（第二月曜日）    | 0歳のうたの会<br>健康体操                  | 宿題クラブ             | かるがもっこ広場                      |                       |          |
| 20                | 21 敬老の日       | 22 国民の休日                         | 23 秋分の日           | 24                            | 25                    | 26       |
|                   |               |                                  |                   | かるがもっこ広場                      |                       | おもちゃ病院   |
| 27                | 28 休館日（第四月曜日） | 29                               | 30                |                               |                       |          |
|                   |               |                                  | いきいきヨガ講座<br>宿題クラブ |                               |                       |          |

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/>



## これからの暮らし安心講座

将来の備え・健康・趣味づくりをまとめて学ぶ  
元気な今こそ、これからの暮らしを考えるチャンスです

ご自身や親御さんのこれからを、気軽に一緒に  
見つめてみませんか？  
趣味や健康づくりを楽しみながら、相続や介護  
など将来に役立つ知識もわかりやすくお伝えし  
ます。家族で始める安心の第一歩です。

講師：吉田奈津子氏（終活アドバイザー）

①日時：8月7日（金）10時30分～12時

②安心講座「エンディングノート実践」

③自分の望みを伝える

④健康講座「肩こり撃退法」

⑤安心講座「感謝とこれから」

⑥趣味講座

「10歳若見え！毎日のちよこつと美容習慣」

※講座内容は変更する場合があります。

会場：1階調理室

定員：12名（先着申込順）

参加費：500円

持ち物：飲み物

主催：終活健康サポート多摩

共催：健康福祉部

日時：9月15日（火）11時～12時

会場：2階和室

対象：ねんねからはいはいの親子

持ち物：座布団に敷くタオル、飲み物など

受付：9月1日（火）14時から電話受付

定員：先着8組、参加費無料

講師：すずかちはや氏（歌手、音楽療法士）

「うたの会」は、ママとパパが赤ちゃんとの生

活の中で歌っている歌をたくさん紹介してい

きます。昔ながらのわらべうた、童謡唱歌を歌

いながら、遊び方、触れ合い方、生活の中での

利用の仕方、日本文化の伝承をしていきます。

リフレッシュしながら、楽しく歌いましょ。

日時：9月26日（土）13時～14時30分

会場：1階調理室

動かんくたつたおもちゃ、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

ないとき、修理費がかかります。この「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、部材代は実費を

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k e b o

日時：9月30日（水）10時～12時

会場：2階ホール

定員：20人 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：スポーツタオル・飲み物・ヨガマット

（ヨガマットをお持ちでない方は貸し出します）

申込：9月1日（火）より受付又は電話で

予約：先着順

主催：健康福祉部

日時：8月2日（日）9時ロビー集合

受付：7月19日（日）10時から電話で

対象：小学生まで（親子参加可）

定員：先着順8組・持ち物：汗拭きタオル・水

虫かごはなくても大丈夫です。（環境部）

打ち水日和

ガールスカウト東京第130団と共催実施

日時：9月6日（日）15時～15時10分に開始

場所：正面玄関前

日時：8月5日（水）14時～15時50分

会場：2階ホール（入場無料）

1日時：8月5日（水）14時～15時50分

「かもめ食堂」

2日時：8月19日（水）14時～16時

「この世界の片隅に」

平和祈念のつどい

開催日：8月26日（水）～9月6日（日）

展示場：1階ロビー（入場無料）

内容：「被爆体験証言者」と高校生との共同制作

による原爆の絵

日時：9月6日（日）14時～16時

会場：2階ホール

内容：多摩市被爆地派遣

事業で現地を訪問した生

徒の感想をお聞きし、カ

ツルミさんのピアノと歌

で楽しみます。

（文化部）

スマホ・パソコン何でも相談

8月4日・9月1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、電話または受付

で予約して下さい。相談内容も、是非とも忘れ

ずにお知らせ願います。

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）

8月25日（第四火曜日）※9月は中止

時間変更になりました。10時30分～12時

会場：1階調理室

★多摩市社会福祉協議会（社協）と西部地域包

括支援センター職員が介護や暮らし、生きづら

さ（孤立）やひきこもり等の相談に応じます。

（健康福祉部）

かるがも館で元気チェック

9月7日（月）11時～12時 ※8月は中止

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：9月3日 帝京大学の総合博物館を見学

※8月の月例ウォーキングはありません

★休憩を含めて午前10時～12時頃の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。

※詳細についてはHPでお知らせします。

★坂道・階段があります。

★雨天・酷暑時は中止です。

※中止の際には前日に電話連絡いたします。

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で参加願います。

※傘は使用不可です。

集合場所：かるがも館ロビー（9時45分集合）

申込：受付又は電話で、前日までに予約

定員：20名（先着申込順）

（健康福祉部）

全ての企画は予告なく中止することがあります

健康体操（毎週火曜日）

日時：毎週火曜日（第五火曜日・祝日は休み）

10時～11時（約1時間）

健康体操は、足腰をやさしく鍛え、日々の動

きをより心地よくしてくる取り組みです。

無理のない動きを中心に、どなたでも安心し

て続けられる内容になっています。

初めての方でも気軽に参加できます。

※新規会員登録は現在中止しています。

会場：2階会議室またはホール

（健康福祉部）

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（祝日もオープン）

対象：未就学児 参加費：無料

★読み聞かせ・手遊び・おしゃべりなど

詳しいスケジュールについては、大栗川・か

るがも館のHPやインスタグラムをチェック

してください。

★お問い合わせ：受付・電話で（10時～20時）

（健康福祉部）

かるがもっこフェス

おかしな遊び場！

地域と親子の「おかしな遊び」と「はじめて」の場所

「街のリビングルーム・かるがも館」にみんな来てね！

2026年8月29日（土）10:00～14:00

詳しくは「大栗川・かるがも館」公式インスタグラムをご覧ください

多摩混声合唱団 団員募集！

一緒に歌いませんか！

初心者も大歓迎です。

様々なジャンルの曲を練習しています。

まずは、お気軽に見学にいらして下さい。

練習日：月3回 日曜日

練習時間：午後1時半～5時

活動場所：多摩市コミュニティセンター

会費：月額4000円

HP：www.tamakonse.com

問合せ先 メール：tamakonse@gmail.com（代表 新井）

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。

●教科書を中心としての基礎学習から

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

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

空いている時間をぜひサポートに！

提供会員養成講習会

9月 8日（火）

9月10日（木）

9月15日（火）

お申し込みが必要です

謝礼金 850円～1000円 / 時間

多摩市豊ヶ丘1-21-3 多摩市こども家庭センター「たまっこ」2階

Tel 042-357-5105

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

プレザ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

大栗川・かるがも館公式

Instagram

TAMA\_KARUGAMOKAN

@tama\_karugamokan