



8月4日の暑い夕方に打ち水日和のイベントを実施し、涼しくなりました（裏面参照）。

# 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  
2019年（令和元年）

10・11月号



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

# 令和元年 かるがも館まつり

11月9日（土）～10日（日）開催

**今年** もかるがも館まつりを行います。イベントも盛りだくさん、小さな子供たちから大人まで、多くの方々に楽しんで頂けるよう考えております。子供たちにはくじ引きやおもちゃ病院など夢を、大人には骨密度測定や歌や踊りなど希望を、街のリビングルームで楽しい時間をお過ごしください。

## 2階ホールにて

登録団体の皆さんによる演奏や歌に踊りを披露していただきます。

## 2階会議室にて

骨密度測定や血管年齢測定を行います。日頃気になる方はぜひ参加して下さい。

## 1階ロビーにて

ガールスカウトの皆さんによる「魚釣り」に参加してね。

## 子育てプレイルームにて

おもちゃ病院によるおもちゃの修理。ケガしてるぬいぐるみを持ってきてね。

## 館外の駐車場にて

美味しい焼きそばやカレーパンに焼き鳥、楽しいくじ引きもあります。

**お願い…駐車場はございませんので公共交通機関でおいでください。**



2019年10月

日	月	火	水	木	金	土
		1 PC何でも相談	2	3 多摩市保育園出張場	4 囲碁・将棋デー	5 かるがもコンサート（一舞台）
6	7	8	9	10 多摩市保育園出張場	11 囲碁・将棋デー	12
13 被爆者体験者のお話を聞く会	14 体育の日	15	16	17 多摩市保育園出張場	18 囲碁・将棋デー	19
20	21	22 即位礼正殿の儀	23	24 多摩市保育園出張場	25 囲碁・将棋デー	26
27	28	29 ラジオ体操教室 福祉何でも相談（副トレ）	30 フレイル予防講座	31 多摩市保育園出張場		

2019年11月

日	月	火	水	木	金	土
					1 囲碁・将棋デー	2
3 文化の日	4 振替休日	5 PC何でも相談	6	7 多摩市保育園出張場	8	9 かるがも館まつり
10 かるがも館まつり	11 休館日（第二月曜日）	12	13	14 多摩市保育園出張場	15 囲碁・将棋デー	16
17	18	19 ラジオ体操教室（第二）	20	21 多摩市保育園出張場	22 囲碁・将棋デー	23 勤労感謝の日
24	25 休館日（第四月曜日）	26 福祉何でも相談（副トレ）	27	28 多摩市保育園出張場	29 囲碁・将棋デー	30 かるがも館まつり

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 (唱歌一部より)

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>

医療法人社団めぐみ会 内科は日祝も診療 健診室も併設

**田村クリニック**

消化器内科 循環器内科 糖尿病内科 在宅訪問診療  
呼吸器内科 腎・高血圧内科 血液内科 めぐみ訪問看護ステーション  
泌尿器科 脳神経外科

多摩市落合 1-32-1 多摩センターヘリビル5F (代表) 042-356-0677

土木・造園・建築・公共施設総合管理

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/>

**出張**  
楽しく!美しい!  
ラジオ体操教室

東京2020公認プログラム  
多摩市オリンピック・パラリンピック推進事業  
☆ラジオ体操第1、第2の一つひとつの運動・動作を正しく身につけましょう☆  
日時: ラジオ体操第1  
10月29日(火) 10時~12時  
ラジオ体操第2  
11月19日(火) 10時~12時

指導: 国士舘大学 山田小太郎 先生  
定員: 各回20名(先着順)  
持ち物: 運動が出来る服装、室内履き、飲み物、タオル  
申込期間: 10月7日(月) から各回の開催前日まで  
申込方法: 大栗川・かるがも館1階受付にて直接申し込み  
主催: 多摩市、学校法人国士舘  
共催: 和田・東寺方コミュニティセンター運営協議会



**かるがもコンサート**  
にっぽんの心をうたう

日時: 10月5日(土) 14:00  
(開場13:30)  
出演: 一藤会  
津軽三味線 長野敏彦  
尺八 小島信夫  
民謡 一藤会(会主) 藤山進一  
定員: 80名(先着順)



**こんな企画をやりました**  
子供夏休み企画



**虫獲り**  
昨年好評だったカブトムシ狩りを8月7日(水)に近くの里山で行いました。今年は昨年以上のカブトムシを捕獲することができ、参加してくれた子供達に加えてロビーにいた小学生にもお分けしました。



**ベーゴマで遊ぼう**  
8月25日(日)に昔懐かしいベーゴマ、コマ、ブンブンごまを男性ボランティア会議の皆様が沢山持ってきて頂き、子供達に遊び方を教えてもらいました。指導頂いた方の最年長者は90才以上だとのことでした。

----- 2階ホールの無料企画 (駐車場はありません) -----

第一部 演奏予定...  
津軽三味線・尺八・民謡唄  
第二部 唄(民謡)  
会場の皆さんと唱いましょう  
主催: 和田・東寺方コミュニティセンター運営協議会  
お問合せ: 大栗川・かるがも館1階受付

**医療講演会**  
「睡眠と健康」

日時: 11月23日(日) 13:30~15:30  
講演者: 田村豊氏 多摩市医師会会長  
医療法人社団めぐみ会 理事長  
講演内容(予定): ...  
昨年の田村先生による医療講演会に続き、今回は、いつまでもイキイキ笑顔で毎日を過ごすために、睡眠との関係からお話し頂きます。  
定員: 80名(先着順)  
主催: 広報部

**フレイル(虚弱)予防講座**

10月30日(水) 10:00~12:00  
講演と測定会(握力測定、片足立ち、5m歩行速度) 体成分分析測定(フアーストチェック該当者のみ)  
定員: 30名(先着順)  
協力: 河北医療財団多摩事業部  
主催: 総務部、協賛 健康福祉部

**第6回 かるがも落語会**

日時: 11月30日(土) 14:00  
(開場: 13:30)  
出演: 市内の素人落語会「寝床の会」メンバー  
定員: 80名(先着順)



**パソコン何でも相談**

毎月第1火曜日・10時~12時  
10月1日・11月5日  
スマホタブレットの相談も承ります。  
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。  
館内にはフリーWi-Fiは設置されていますので、ネット接続が必要な場合は、ご自分のスマホを使ったテザリング等の利用をお願いします。  
パソコンなどは持参願います。  
相談費は無料です。  
場所: 第2会議室

**多摩保育園出張広場**

子供達と一緒に遊びましょう。子育て相談もしています。  
毎週木曜日10時半~15時半  
年末年始と祝日に重なる場合は休みにになります。  
場所: 子育てプレイルーム

**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、出張窓口として利用下さい。  
毎月第4火曜日14時~16時  
8月と12月と祝日にはありません。  
場所: 調理室



**運協委員・協力員募集**

大栗川・かるがも館は、誰もが、いつでも楽しく交流できる「街のリビングルーム」です。  
運営協議会は、独自に企画・立案する「主催」行事も行っています。その活動を担う「運営協議会委員」と「協力員」を募集しています。  
あなたも、かるがも館の運営に参加してみませんか?  
詳細は、受付まで。

**平和展 (ロビー展示)**

日時: 10月8日~19日  
広島原爆資料館より「サダコと折鶴」のパネルをお借りし展示します。2歳で被爆し12歳でなくなった佐々木貞子さんの折鶴にこめられた願いと生きた軌跡です。  
被爆者体験者のお話を聞く会  
日時: 10月13日(日) 14時より  
13日には被爆体験者の方のお話、平和の鐘をニューヨークに寄付されたご家族の方のお話、多摩市子ども被爆地派遣に参加された方の報告をお聞きします。  
場所: ホール  
定員: 80名(先着順)  
主催: 大栗川・かるがも館  
運営協議会 文化部



**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。

**ピアノアンダンテ かるがも**

10月22日(火祝) 見学会&体験会のお知らせ

<見学会>

かるがも館 ホール  
11:00~12:00  
演奏会のリハーサルをします

<体験会>

かるがも館 音楽室  
14:00~15:00  
ピアノ/キーボードを弾いてみたい方

♪どちらも出入り自由です お気軽にどうぞ♪  
館内のホスターもみてね

(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6000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

TEL 042-676-2677 八王子市大塚266

**Let's Play TENNIS**

新規入会者募集中!!

八王子テニススクール 検索

HOMMA

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

「打ち水日和」に参加ありがとうございました

8月4日の16時から実施した「打ち水日和」には、多くの方が参加をいただき、賑やかに楽しく実施することができました。参加者からは、「初めての体験で楽しかった」「涼しくなった」「水を撒く前と撒いた後では地面の温度があまりに違うので驚いた」など打ち水の効果や、「子どもたちは水遊びとは違う夏の涼み方を学ぶことができた」等のお声をいただきました。これを機会に、各ご家庭でも「打ち水」を実施して、その効果を地域に広めていただけると嬉しいです。

カールスカウト東京都第130団