



新役員が決まりました。左から松井副会長、石原監事、阿部市長、大井監事、柚木会長、和田会計、信藤副会長、岡部会計

こんちはー私は「大栗川・かるがも館」運営協議会の委員です。ここでは、私たちの活動に興味がある方に向けて、運営協議会活動に参加するメリットや楽しさをお伝えしたいと思います。

運営協議会活動というと、何か特別なスキルや経験が必要なのでは？と思われる方もいるかもしれませんが、そんなことはありません。運営協議会活動は、自分の好きなことや関心のあること、得意なことを活かして誰かの役に立ちたい、という思いや、「チャレンジしたい」という気持ちで社会とつながろうとする人々たちです。

今回は、運営協議会活動に参加するメリットや楽しさ、そしておすめの運営協議会活動を紹介いたします。

運営協議会活動とは、自分の時間や能力を無償で社会に提供することです。運営協議会活動にはさまざまな種類がありますが、共通しているのは、自分の好きなことや得意なことを活かして、誰かの役に立ちたいという思いです。運営協議会活動に参加することで、以下のようなメリットがあります。

新しい人と出会い、交流や友情を深めることができます。自分の視野や知識を広げ、新しい発見や学びがあります。自分の能力や価値観を見直し、自信ややりがいを感じるができます。

社会の課題やニーズに寄り添い、社会貢献や市民参加の

**大栗川・かるがも館の運営協議会委員を大募集します 監事（前副会長）石原宏章**

意識を高めることができます。

学生さんや会社員の方々は、単位獲得や地域ボランティアをすることで評価されることがあります。

※会社員を引退された方から現役のサラリーマンまで活躍中です。

では、どんな運営協議会活動があるのでしょうか？実は、運営協議会活動は多種多様で、自分の興味やスキルに合

わせて選ぶことができます。例えば、福祉系・高齢者や障害者、子どもや孤独な人などのレクリエーションなど

環境・動物系…ごみ拾いや植樹、里山活動など

文化・芸術系…地域の伝統文化や芸能の継承や普及、美術館や博物館の案内、イベントの企画や運営など

教育系…パソコン相談室やスマホ利用サポートなど

これらはほんの一例ですが、他にもさまざまな運営協議会活動があります。

もちろん、運営協議会活動は無理強いされるものではありません。

あなた都合の良いときに、気軽に参加してください。

私たちはあなたを温かく迎えます。運営協議会活動に参加したい方は左の連絡先までお問い合わせください。

私たちはあなたの連絡を待っています！

大栗川・かるがも館受付 ☎042-372-7575

石原宏章 ☎090-4732-9659

大栗川・かるがも館まつり

かるフェス2023



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



**2023『かるがも館まつり』のご案内**

日頃より、当館をご利用いただきありがとうございます。

今年の「かるがも館まつり」は、コロナ前の2019年度

におこなった規模と内容に近づけての開催にしたいと考えて

います。屋外では、昨年度に実施できなかった焼きそば

などの飲食の屋台を復活する予定です。登録団体の皆様

による歌やダンスなどの発表も、昨年より多くの団体が参加

していただけるように企画していきます。近隣の感染症の

状況により変更の場合もありますが、感染対策を行いなが

ら、楽しいひと時を過ごせるように、「皆様と一緒につくっ

ていきたい」との思いを込めて準備をすすめています。た

くさんの方々の来館をお待ちしています。

かるがも館祭り 実行委員長 松井徳孝

2023年8月

| 日           | 月                    | 火                          | 水                                 | 木                               | 金                 | 土              |
|-------------|----------------------|----------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|-------------------|----------------|
|             |                      | 1<br>PC何でも相談<br>健康体操       | 2<br>こども将棋教室<br>(東寺方児童館と共<br>催事業) | 3<br>月例ウォーキング<br>多摩保育園出張ひ<br>ろば | 4                 | 5              |
| 6           | 7                    | 8<br>健康体操                  | 9                                 | 10<br>多摩保育園出張ひ<br>ろば            | 11 山の日<br>カブトムシ捕り | 12             |
| 13<br>将棋サロン | 14<br>休館日(第二月曜<br>日) | 15<br>無料スマホ教室              | 16                                | 17<br>多摩保育園出張ひ<br>ろば            | 18                | 19<br>春風亭一花独演会 |
| 20          | 21                   | 22<br>高齢者向けスマホ<br>相談会 健康体操 | 23                                | 24<br>多摩保育園出張ひ<br>ろば            | 25                | 26             |
| 27<br>将棋サロン | 28<br>休館日(第四月曜<br>日) | 29                         | 30 平和展示                           | 31<br>多摩保育園出張ひ<br>ろば            |                   |                |

2023年9月

| 日       | 月              | 火                                 | 水       | 木                          | 金      | 土       |
|---------|----------------|-----------------------------------|---------|----------------------------|--------|---------|
|         |                |                                   |         |                            | 1 平和展示 | 2       |
| 3 平和展示  | 4              | 5                                 | 6       | 7                          | 8      | 9 平和展示  |
| 平和イベント  | 元氣チェック         | PC何でも相談<br>健康体操                   | こども将棋教室 | 月例ウォーキング<br>多摩保育園出張ひ<br>ろば |        |         |
| 10 平和展示 | 11             | 12                                | 13      | 14                         | 15     | 16      |
| 将棋サロン   | 休館日(第二月曜<br>日) | 無料スマホ教室<br>健康体操                   |         | 帝京大博物館見学<br>多摩保育園出張ひ<br>ろば |        |         |
| 17      | 18 敬老の日        | 19                                | 20      | 21                         | 22     | 23 秋分の日 |
|         |                | 0歳からのうたの会<br>健康体操                 | こども将棋教室 | 多摩保育園出張ひ<br>ろば             |        |         |
| 24      | 25             | 26                                | 27      | 28                         | 29     | 30      |
| 将棋サロン   | 休館日(第四月曜<br>日) | 高齢者向けスマホ<br>相談会 福祉なんでも<br>相談 健康体操 |         | 多摩保育園出張ひ<br>ろば             |        |         |

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  
(国歌一部より)

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>

HOMMA

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/>



## カブトムシ捕り

実施日：8月11日（金）

かるがも館ロビー 9時集合

夏休みにカブトムシ捕りに行きたいと思いませんか？もし行きたいなら、ぜひ私たちのイベントに参加してください！近くの里山で小学生向けにカブトムシ捕りを実施します。

カブトムシの生態や飼育方法を学びながら、自分で捕まえたカブトムシを持ち帰ることが出来ます。参加費は無料ですが、定員に限りがあります。ですので、お早めにお申し込みください。

カブトムシ捕りの楽しさを体験しましょう！

募集対象：小学生まで

募集人数：10人 参加費：無料

申し込み開始日：8月1日10時よりかるがも館雨天の場合は、翌日に延期予定（環境部）

## 無料スマホ教室

◇【入門編】電話の使い方編

日時：8月15日（火）14時～16時

受付：8月1日（火）14時より電話受付

スマートフォンでの電話のかけ方や、電話帳の登録について実習します。登録してある電話帳の修正の仕方、発信履歴や着信履歴の利用方法、電話がかかってきたときの受け方、各種音量の変更方法なども実習します。いままら聞きづらい事でも質問OK！

◇インターネット入門編

日時：9月12日（火）14時～16時

受付：8月29日（火）14時より電話受付

一般的な検索の方法と音声検索を使った簡単な使い方、データ通信についての基礎知識を学びます。安心して使えるための注意点やQRコードについても練習します。読み取りたいチラシなどあればご持参ください

★先着12名★受付時間：10時～20時（初日のみ14時から）★契約会社不問★使用しているスマホをお持ち下さい。★会場：会議室1・2。★講師：ドコモショップコリア多摩センター店スマホ教室講師（総務部）

## 春風亭一花独演会

日時：8月19日（土）14時～16時

場所：ホール

新鋭で人気の女性落語家の落語会についてお知らせします。彼女は、伝統的な落語の魅力をそのままに、現代の女性の視点から笑いと感動を届けてくれます。一度聞いたらやみつきになること間違いなし！この機会をお見逃しなく！

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（042-372-1755）受付時間（10時～20時）

要予約：先着60名  
予約500円 当日券700円（当日支払い）  
現在電話にて受付中

## 平和展示

期間：8月30日（水）～9月10日（日）

展示会場：ロビー

このイベントでは、広島平和記念資料館より借りた貴重な資料「高校生が被爆者の話をきいて描いた絵画」を展示しています。

原爆の惨禍や被爆者の証言、平和への願いなど、見る者の心に深く刻まれる内容です。

ぜひ、この機会に広島平和記念資料館に足を運んでいない方も、当イベントで資料に触れてみてください。

平和の大切さや責任を改めて考えるきっかけになると思います。

展示は8月30日から12日間開催しています。

## 平和イベント

日時：9月3日（日）14時～15時30分

場所：ホール

・子ども被爆地派遣事業に参加の感想発表  
・カトルミさんコンサート  
入場無料 先着順60名  
受付：13時30分開場で会場についていた順

## 地域探訪ウォーキング

日時：9月14日（木）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 8月15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）

企画展：「日本アニメーションの父」政岡憲三とアニメーションの現在

概要：「日本アニメーション」の父と呼ばれる

政岡憲三（1889-1988）の業績について紹介

する。あわせて政岡憲三が生きた時代のアニメーション制作の技術が、現在のアニメーション制作にどの様に引き継がれているのか、そしてこれからのアニメーション制作はどの様に変化していくのかを紹介いたします。

講演：高橋裕史館長（経済学部教授）

構内案内：ソラティオの展望室見学

（文化部）

## パソコン何でも相談

8月1日、9月5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。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。（健康福祉部）

## 福祉なんでも相談（脳トレ）

9月26日（第四火曜日）14時～16時

場所：調理室 ※8月は休止します※

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。

## かるがも館で元気チェック

9月4日（月）11時～12時 ※8月は休止※

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 ※8月15・29日は休止

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8月3日、9月7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で。

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（9時30分～17時）で

○定員：15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

## 多摩保育園子育てセンター出張ひろば

（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。

## 将棋を楽しもう

◆こども将棋教室（1・3水曜日）8月2日、9月6日、20日・15時～16時30分

・会場：会議室 8月16日はお盆期間のため休み

※8月2日は東寺方児童館と共催事業

初心者にはコマの動かし方から指導します。

◆将棋サロン（2・4日曜日）8月13日、27日、9月10日、24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）

## 多摩市共催

## 高齢者向けスマホ相談会

日時：8月22日（火）14時～16時

（申込8月8日（火）14時より電話）

日時：9月26日（火）14時～16時

（申込9月12日（火）14時より電話）

★対象：65歳以上のスマホについて疑問や不安のある多摩市民。

先着順8名。マンツーマンで約30分

★お使いのスマホをお持ちください。

★契約会社不問

★申込：大栗川・かるがも館へ。10時～20時

★電話：372-17575

★参加費：無料

★講師：（株）ジェイティーエス

★問い合わせ：多摩市高齢支援課

★電話：338-6924

（総務部）

## 0歳からのうたの会

日時：9月19日（火）11時～12時

会場：大栗川・かるがも館和室

対象：ねんねからあんのの親子

講師：すずかちはや先生（歌手、音楽療法士）

持ち物：座布団に敷くタオルなど

受付：9月5日（火）14時から電話受付、

先着8組。参加費無料。

◇

生まれる前から知っているのはママの声。その声で歌ってあげること、赤ちゃんとママとの絆は一層深まります。

「0歳からのうたの会」はママと赤ちゃん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、日本文化の伝承を伝えていきます。（総務部）

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！

養成講習会 9月13日（水）19日（火）21日（木）

詳細はQRコードから、ホームページでご覧ください。ご参加お待ちしております！

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

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

mail: senriyano@yamachokuen.jp

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

●応用の育成。

●学習することを好きな子供達に

●育てます。

いちごでおなじみ 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

(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

長澤塗装

見積もり 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](mailto: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