



4月28日和田太鼓奏者 菅原光朗氏に加えて澤田流津軽三味線の皆さんとよさこい Betty's によるコンサートが開催されました

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)
6月・7月号

大栗川
かるがも館

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

誰でもできる ヨガ講座

6月14日(金)
10時~12時



- ・受付時間: 9時45分
- ・会場: 大栗川・かるがも館2階ホール
- ・定員: 20名 ・参加費: 無料 *注意: 動きやすい服装で*
- ・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(体操で使用)
あればヨガマット(貸し出し有)・飲み物

お申込み・お問合せ
多摩市健康推進課
TEL 376-9111 **先着順**
5月22日より電話申し込み
(多摩市に在住の方対象)

〈主催〉
・多摩市健康推進課
・多摩市健康づくり推進員
〈共催〉
・運営協議会健康福祉部

プロフィール
織田準一(オリパパ)&織田英子(オリママ)
トランペット奏者・織田準一さんと作曲家・織田英子さんの夫婦ユニットによる50年にわたる音楽活動を紹介します。織田準一さんは1973年からの東京芸大在学中に上野の森プラスアンサンブルを結成し、国内外で演奏活動を行ってきました。近年は初心者向けの音楽教室やバンド活動なども主宰しています。織田英子さんはNHK「朗読ひろば」やドラマ「ミステリアスジャパン」の音楽を手掛けるなど、幅広く活躍しています。このように、夫婦二人三脚で音楽活動を続けています。



プログラム
トランペットが吹きたい: 織田英子
歌の翼: メンデルスゾーン
見上げてごらん夜の星を: いずみたく
ムーンリバー: ヘンリー・マシシーニ
太陽がいっぱい: ニーノ・ロータ
ほか

予約受付中

大栗川・かるがも館
トランペットコンサート
日時: 2024年6月9日(日)
14時~16時
開場: 13時30分



TRUMPET SOLO
CONCERT WITH PIANO
入場無料 先着80名

2024年6月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
		PC何でも相談 健康体操	初心者おとな・こども 「将棋教室」	月例ウォーキング かるがもっこ広場		おもちゃ病院
9	10	11	12	13	14	15
トランペット コンサート	休館日(第二月 曜日)	無料スマホ教室 健康体操		かるがもっこ広場	誰でもできるヨガ講 座	
16	17	18	19	20	21	22
	元気チェック	健康体操	初心者おとな・こども 「将棋教室」	かるがもっこ広場		地域探訪ウォー キング
23	24	25	26	27	28	29
	休館日(第四月 曜日)	健康体操 福祉なんでも相談		かるがもっこ広場		
30						

2024年7月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	元気チェック	PC何でも相談 健康体操	初心者おとな・こども 「将棋教室」	月例ウォーキング かるがもっこ広場		第19回かるがも落 語会
7	8	9	10	11	12	13
	休館日(第二月 曜日)	無料スマホ教室 健康体操	絵手紙講習会	かるがもっこ広場		青春を歌おう「歌声 の集い」
14	15 海の日	16	17	18	19	20
		0歳からのうたの会 健康体操	初心者おとな・こども 「将棋教室」	かるがもっこ広場		
21	22	23	24	25	26	27
	休館日(第四月 曜日)	健康体操 福祉なんでも相談		かるがもっこ広場		
28	29	30	31			
春風亭一花独演会						

なんでもたのしく
えがおでようせい
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

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/>

おもちゃ病院

日時：6月8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。直撥(直送)に来場ください。申し込み不要。直撥(直送)に来場ください。協力：おもちゃ病院kebo (総務部)

無料スマホ教室

◇【入門編】ネット検索とふるさと納税
日時：6月11日(火) 14時～16時
受付：6月11日(土) 14時より電話受付

一般的な検索の練習と、音声検索を実習します。また利用上の注意事項やデータ通信量、詳細な検索におけるコツなども学べます。その他、近年話題となっている「ふるさと納税」について、いまさら聞けない概要を解説します。ネットを活用できるようになりましょう！ふるさと納税を当日実習したい方は講師がサポートします。希望者のみ、ご家族と相談の上、クレジツトカードをご持参ください。

◇【基本+活用編】アプリの追加と使い方
日時：7月9日(火) 14時～16時
受付：6月25日(火) 14時より電話受付

アプリとは？というところから、不安を取り除いてアプリ(機能)を追加する方法を学びます。昨年11月に開催したアプリ編のおさらいとアプリを実際に入れて使い方を学びましょう。

※ AndroidはGoogleアカウント、iPhoneはApple IDが必要です。ID・パスワードなどは受講前に確認し、当日ご用意ください。不明な場合はご利用の携帯会社にご相談ください。

地域探訪ウォーキング

場所：帝京大学総合博物館 (文化部)
日時：6月22日(土)
ロビー集合 12時45分～15時30分

徒歩で帝京大学博物館へ行き見学をします。「南の楽園」マリアナ諸島の物語の展示見学とマリアナ諸島チャモロ音楽のミニコンサートを楽しみます。その後、出演者などの交流タイム、ソラティ才展覧室見学をして解散します。

解散：大学構内
要予約15名 予約開始5月22日14時より電話
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(042-372-1757) 受付時間(10時～20時)

第19回かるがも落語会

出演：中央大学落語研究会
日時：7月6日(土) 14時～16時(開演13時30分)
会場：2階ホール
入場無料 (文化部)

絵手紙講習会

日時：7月10日(水) 13時30分～15時30分
初心者からていねいに学べます。
会場：2階会議室2
参加無料・15名 予約は6月10日14時から (文化部)

青春を歌おう「歌声の集い」

日時：7月13日(土) 13時30分～16時
(開場：13時)
会場：2階ホール

子どもの頃に口ずさんだ童謡。音楽の授業で習った唱歌。学生時代に歌った合唱曲や友と唄った山の歌、フォークソング・・・青春時代にかえってみんなで一緒に歌いましょう。

先着順60名
参加費200円(当日受付)
♪アコーディオン伴奏：中西たみ子さん (総務部)

0歳からのうたの会

日時：7月16日(火) 11時～12時
会場：2階和室

対象：ねんねからあんのの親子
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：7月2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)

◇「0歳からのうたの会」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。子育て世代に、ママもパパも赤ちゃんも充実した時間をお伝えできればと20年間続けてきた講座内容です。リフレッシュしながら、楽しく歌いましょう。(総務部)

春風亭一花独演会

日時：7月28日(日) 13時30分～15時30分
会場：2階ホール(開場) 13時
注意：通常より早い開始です。
予約券500円 当日券700円
★先着60名
予約開始6月28日14時より電話予約
電話：042-372-7575 (文化部)

パソコン何でも相談

6月4日、7月2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。
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)

6月25日、7月23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。(健康福祉部)

かるがも館で元気チェック

6月17日(月)、7月1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：6月6日 高幡不動あじさいの道
日時・場所：7月4日 未定(決まり次第HPで)
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：飲み物・帽子・タオル・交通費。
歩きやすい服装と運動靴です。
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)
全ての企画は予告なく中止することがあります

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・おもちゃのしりとり・きかせものしりとり！
子育てのこと・お仕事のこと・趣味のこと等等など
お問い合わせ・受付または電話(10時～20時)
(健康福祉部)

多摩市ファミリー・サポート・センター

地域で支えあう子育て支援の組織

こんなサポートをしています！
保育園・学童クラブなどの送迎とその前後の預かり
習い事の送迎/その他子育て援助(家事援助はありません)

活動時の万が一に備えて補償保険に加入
謝礼金のある有償ボランティア
初回会員登録時のみ500円かかります
サポートするためには講習会の受講が必要
お問い合わせは 042-357-5105 まで

将棋を楽しまう

◆初心者おとな・子ども『将棋教室』
(第一・三水曜日)
日時：6月5日、19日、7月3日、17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8冠に続け！
講師：日本将棋連盟公認指導員 富田保利氏
参加費無料 (総務部)

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。
★現在満員の為、新規参加はお控え下さい。(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。

多摩市東寺方 595-12 Tel 042-371-0736

(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
やまと保育園

社会福祉法人 大和会
自分を楽しみ、仲間を楽しみ、地球を楽しみ、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

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

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！
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