



こまのたけちゃんによるパフォーマンス～来場者による皿回し体験に驚く～（2025 年 3 月 26 日開催）

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
2025 年（令和 7 年）
6 月・7 月号

大栗川

かるがも館

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



かるがも館&中央大学学生ボランティアによる初のコラボイベント「出張キャンパスライフ」が3月16日に開催されました！このイベントは中学生をメインターゲットとしておりました。当日は、小中学生から80代の方まで34名が参加し、多世代の交流を楽しみながら、学びと刺激を得る機会となりました。

参加者は調理・卓球・カードゲームサークルに分かれ、それぞれの活動に夢中！笑顔と活気に満ちた時間を過ごした後は、クレープを食べながらトークフォークダンスやキャンパスツアーでさらに楽しいひとときへ。

中央大学ボランティアセンター
学生スタッフ4期生
商学部国際マーケティング学科3年
加藤光咲

大学生ボランティアにとっても、中学生の皆さんが新たなつながりを築き、未来を考えるきっかけを得たことは大きなやりがいとなりました。今回のイベントが、参加者にとって貴重な経験となったことを願っています。

次回もさらに楽しい時間をお届けしますので、ぜひご期待ください！

多世代がつながる！かるがも館&中央大学ボランティアの初コラボ

今年度、2025年6月より学習支援活動の一環として「かるがも宿題クラブ」が始まります。かるがも館では昨年度未就学の子供たちを対象とした「かるがもつこ広場」を始めました。また、シニアの方々には「カラオケ・健康体操」等のプログラムをたくさん用意して好評を頂いておりますが、小学生を対象にした事業は有りませんでした。

そこで子供たちがゲームや遊びだけでなくかるがも館を利用するだけではなく現役の大学生とボランティアの皆さんと楽しく宿題が出来ればと思い企画をいたしました。宿題の相談には帝京大学教育学部の学生さんと地域のボランティアの皆さんのご協力をいただいております。

第1回目は6月4日を予定しております。初回はご協力頂ける大学生の皆さんが楽しい企画を立てていただけるそうです。まずは子供たちとの親睦を図り宿題の相談をしやすいしていきたいとおもいます。

宿題の教科は国語・算数ですが子供たちと大学生さんそしてボランティアの皆さんと毎週水曜日の午後からは「かるがも館」で楽しい時間を過ごしていただければと思います。

多くの子供たちがお友達と一緒に参加していただけるようお待ちしております。

日時：6月4日より（毎週水曜日）15時～17時
場所：大栗川・かるがも館 一階ロビー
大栗川・かるがも館運営協議会会長 柚木孝一

かるがも宿題クラブを始めます

2025年6月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 PC何でも相談 健康体操	4 ★宿題クラブ開始 初心者おとな・こども『将棋教室』	5 月例ウォーキング かるがもつこ広場	6 ポイント活用講座 (第2弾)	7 おもちゃ病院
8	9 休館日(第二月曜日)	10 健康体操	11 宿題クラブ	12 いきいきヨガ講座 かるがもつこ広場	13 青春に歌おう「歌声の集い」	14
15	16 元気チェック	17 帝京大博物館見学 健康体操	18 宿題クラブ 初心者おとな・こども『将棋教室』	19 かるがもつこ広場	20	21 紙芝居ワークショップ (第3回)発表会
22	23 休館日(第四月曜日)	24 健康体操 福祉なんでも相談	25 宿題クラブ	26 かるがもつこ広場 (東寺方児童館イベント)	27	28
29	30					

2025年7月						
日	月	火	水	木	金	土
		1 PC何でも相談 健康体操	2 宿題クラブ 初心者おとな・こども『将棋教室』	3 月例ウォーキング かるがもつこ広場	4	5
6 かるがも落語会	7 元気チェック	8 健康体操	9 宿題クラブ	10 かるがもつこ広場 (東寺方児童館イベント)	11	12
13	14 休館日(第二月曜日)	15 0歳からのうたの会 健康体操	16 宿題クラブ 初心者おとな・こども『将棋教室』	17 かるがもつこ広場	18	19
20	21 海の日	22 健康体操 福祉なんでも相談	23 宿題クラブ	24 かるがもつこ広場	25	26
27	28 休館日(第四月曜日)	29	30 宿題クラブ	31 かるがもつこ広場		

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
TEL 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/>

ポイント活用入門講座

やってみよう！4重取りと高価値化使用
講師：近藤利男（元NTTヒューマンインテリジェンス研究所主幹研究員）
支払い方や契約先を見直すことで節約額を増やすポイント活法を学びます。

講座内容（予定）…



・ポイント多重取り
・テクニックと使用アプリ
・消費特性に応じた神クレカ選定
・ポイント経済圏
・高価値化テク
・キャッシュレス決済の安全性向上テク
日時：6月6日（金）
13時15分～17時
会場：2階会議室1
参加費無料 定員15名 先着順（要予約）
申込：5月6日14時より電話受付中
（健康福祉部）

おもちゃ病院

日時：6月7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。
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）

青春を歌おう「歌声の集い」

アコーディオン伴奏：中西たみ子さん
日時：6月13日（金） 14時～16時30分
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…。青春時代に帰ってみんなで一緒に歌いましょう。
当日受付先着順60名 参加費200円
（総務部）

いきいきヨガ講座

日時：6月12日（木） 14時～16時
受付開始：13時45分
場所：2階ホール
定員：20名（先着順）
参加費無料
（総務部）

内容：ヨガの講和と実技
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）
あればヨガマット（貸し出し有）
申込：受付又は電話で予約
5月27日14時より開始
（健康福祉部）

地域探訪ウォーキング

場所：帝京大学総合博物館
学芸員の案内による常設展示の見学
特別企画展の見学 テーマ「骨」
※恐竜の骨や骨格模型、構内出土の人骨など大人から子供まで楽しめる展示になっています。
企画展・常設展から堀越学芸員によって講演を行います。
日時：6月17日（火） 12時45分～15時30分
集合：かるがも館ロビー 12時45分
解散：15時30分大学構内で解散
予約：15名（先着順） 参加無料（要予約）
申込：5月17日（土） 14時より電話受付
（文化部）

かるがも落語会

出演：中央大学落語研究会の皆さん
日時：7月6日（日） 14時～16時
会場：13時30分
場所：2階ホール
入場無料
講演当日、直接ご来場ください。
ホールの定員80名
（文化部）

0歳からのうたの会

日時：7月15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
申込：7月1日（火） 14時より電話受付
先着8組、参加費無料。
◇

パソコン何でも相談

6月3日・7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（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。
（健康福祉部）

福祉なんでも相談（脳トレ）

6月24日・7月22日（第四火曜日）
時間変更になりました。10時30分～12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16日・7月7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。》
楽しく参加し、みんな友達になろう！
日時：6月5日（月） 7月3日（月）
場所：とりで公園・ゆう桜ヶ丘
※詳細についてはHPでお知らせします。
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・荒天時は中止です（前日電話連絡）。
持ち物：飲み物・帽子・タオル。
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）

将棋を楽しもう

◆初心者おとな・こども『将棋教室』
（第一・三水曜日）
日時：6月4日、18日・7月2日、16日
15時～16時30分
会場：2階会議室
こ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
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・祝日は休み）
10時～11時（約1時間）
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つて、週1回行います。※会員登録再開中
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…
おともだちときくよみかせもたのしいよ！
★おしゃべり…
子育て・お仕事・趣味のことなど
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：contact2@tamakon.sakura.ne.jp



和田学習センター 生徒募集！！

講師 伊野 善文
都立立川高校卒業 慶應義塾大学理工学部卒業
●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

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