注意事項

かるがも館まつりを楽しんでいただくためにご協力をお願いします。

お祭り期間中（11 月 9 日～ 10 日。以下同じです。）、**一般来館者用の駐車場はありません。** また、周辺にも無料の駐車場はございません。また、かるがも館周辺での路上駐車は禁止となっております。そのため、お越しになる際には、**公共交通機関でのご来場をお願いします。**

お祭り期間中、かるがも館に**常設の駐輪・バイク場は利用できません。**そこで、指定の駐輪場（かるがも館から徒歩 1 分の久保下橋公園（地図の赤丸場所です））を用意しましたので、そちらに駐めて下さい。ご利用の際には係員の指示に従って下さい。

- 敷地内にはゴミ箱が設置されています。ゴミの分別にご協力願います。
- お祭り期間中、**二階では飲食できません。**一階のオープンスペースでの飲食はＯＫですが、二階への飲食物の持ち込みはできません。ご協力ください。
- 何かご不明な点などがございましたら、お気軽にかるがも館のスタッフ、もしくは受付にお尋ね下さい。

かるがも館まつりおよび準備のため、次の期間は、**かるがも館（オープンスペース、コミュニティルームとも）のご利用はできません。**ご了承ください。

- 11 月 8 日（金）終日
- 11 月 9 日（土）終日
- 11 月 10 日（日）終日

上記期間中の予約受付けは、午前 9 時 30 分から午後 6 時まで

アクセス

中和田天神バス停下車 徒歩 3 分
中和田バス停下車 徒歩 5 分

1 番乗り場
南大沢駅行き 桜 80　中和田天神バス停
由木折返場行き 桜 83　中和田天神バス停
相模原駅行き 桜 84　中和田天神バス停
多摩センター駅行き 桜 85　中和田天神バス停
京王堀之内行き 桜 88　中和田天神バス停
高幡不動駅行き 高 22・高 27　中和田バス停

2 番乗り場
帝京大学構内行き 桜 87　中和田バス停

4 番乗り場
聖蹟桜ヶ丘駅行き 桜 85　中和田天神バス停
帝京大学構内行き 多 16　中和田天神バス停

多摩センター駅 ― 聖蹟桜ヶ丘駅

第 2 回 かるがも館まつり

かるフェス 2019

大栗川・かるがも館

タイムスケジュール

時間は前後することがあります

11 月 9 日（土）

時間	二階 ホール		二階 会議室 1・2	一階 子育てプレイルーム	一階 ロビー		駐車場
10:00			かるがも吹き矢クラブ	マッサージ体験			
10:30				絵本読み聞かせ			
11:00	多摩っ子	よさこい		マッサージ体験	かるがも君 GO 受付	絵手紙講習	屋台 カレーパン 焼き鳥 焼きそば ジャガバター くじ引き
11:30	太極拳 宇希の会	太極拳演武					
12:00							
12:50	香扇会	日本舞踊	12:30 開始 血管年齢測定 元気チェック【会議室 1】				
13:00							
13:30	フォークダンスかるがも	フォークダンス		絵本読み聞かせ			
14:00				マッサージ体験			
14:30	オープニング　鼓桜	太鼓演奏			GO!		
15:00	市長あいさつ						
15:15	帝京大学吹奏楽部	吹奏楽					
16:00	ジージーズ	男性コーラス					
16:30	コーラス「TSUBASA」	コーラス					
17:00							

11 月 10 日（日）

時間	二階 ホール		二階 会議室 2	一階 子育てプレイルーム	一階 ロビー		駐車場
10:00				おもちゃ病院			
10:30	Ka hiwa hiwa na pua	フラダンス		絵本読み聞かせ			
11:00	ダンスアーツ	クラシックバレエ		おもちゃ病院	かるがも君 GO 受付	ガールスカウト 130 団【こども遊び】	屋台 カレーパン 焼き鳥 焼きそば ジャガバター くじ引き
11:30							
12:00							
12:20	キーボード アンダンテ	キーボードとピアノ演奏					
13:00	FOUR HANDS	ピアノ連弾	骨密度測定				
13:30	KASH	ボーカルアンサンブル		絵本読み聞かせ			
14:10	ぴぬす女声コーラス	合唱		おもちゃ病院	GO!	絵手紙講習	
14:40	多摩ファミリーシンガーズ	児童合唱					
15:00							
15:20	たまましんがーず	コーラス					
16:00							
16:30							
17:00							

一階会場案内

ようこそ！

ガールスカウト130団

少女と若い女性の為の社会教育団体で、「自ら考え行動できる人になる」指針をもとに活動をします。

屋台の食事

おまつり期間中、駐車場スペースに模擬店を開店します。ご来店をお待ちしています。食事は、テント周辺の客席でお召し上がりください。1階ロビーでも飲食ができます。

ただし、十分ご配慮の上ご利用下さい。二階では飲食できません。テラスへの持ち込みも禁止です。

救護室（医療スタッフはいません）をプレイルームの子供図書コーナーの前に設置しています。けがをした時に応急処置をしたり、気分が悪くなった時などに休憩にご利用ください。

かるがも君GO

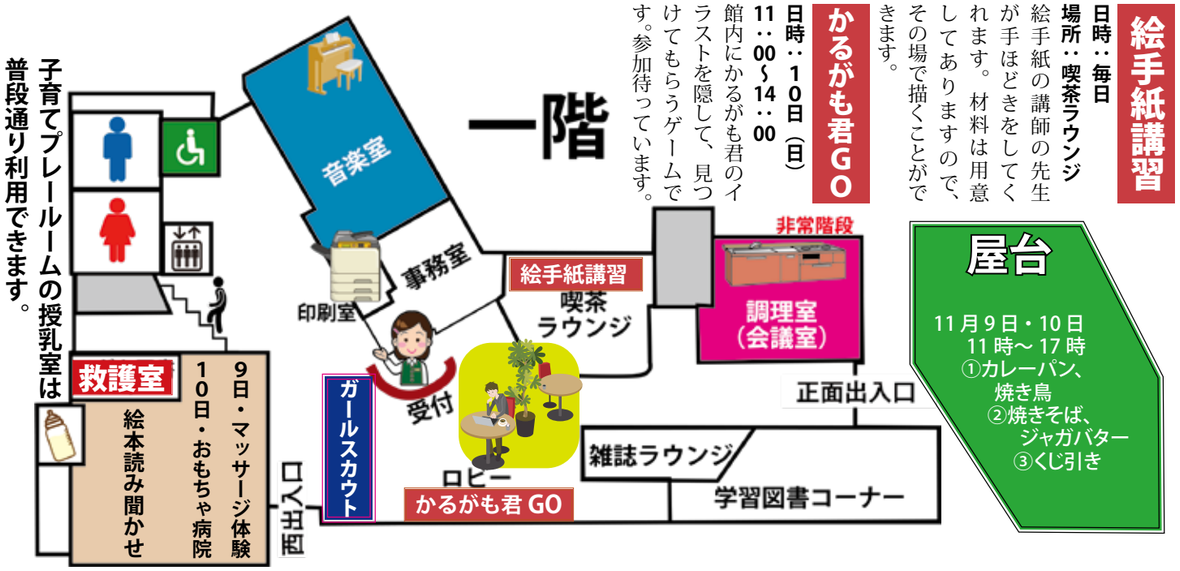
日時：10日（日）11：00～14：00

館内にかるがも君のイラストを隠して、見つけてもらうゲームです。参加待っています。

絵手紙講習

日時：毎日
場所：喫茶ラウンジ

絵手紙の講師の先生が手ほどきをしてくれます。材料は用意してありますので、その場で描くことができます。



絵本読み聞かせ

乳幼児や学童の子供達や施設の方に絵本の読み聞かせをしています。

日時：毎日
①　10：30～11：00
②　13：30～14：00
場所＝子育てプレイルーム

多摩ファミリーシンガーズ

創立42周年！4歳～18歳迄。合唱曲、ミュージカル、オペラなど幅広いレパートリーで活動しています♪只今団員募集中！！

キーボードアンダンテ

今回のおまつりで60歳以上のサークルとお子さんが入るサークルがキーボードとピアノを合同演奏します。

かるがも吹き矢クラブ

スポーツ吹矢は老若男女問わず手軽に楽しめる健康スポーツです。一緒に楽しみませんか？

◆マッサージ体験

9日（土）10：00～15：00（途中休憩時間あり）
場所＝1階子育てプレイルーム

国家資格を持つマッサージ師による「肩もみ」を体験してみませんか。多摩市視覚障害者マッサージ友の会の協力で、イスに腰かけて10分程度の肩もみで、癒しのひと時をお過ごしください。

障がい者福祉への理解を深めていただくために実施するもので、今回無料で体験していただけます。なお、昼食時間及びプレイルームで「読み聞かせ」を実施する間は、休憩をとらせていただきます。

併せて多摩市社会福祉協議会による「視覚障がい者体験」も行います。　**協力・多摩市視覚障害者マッサージ友の会**

◆おもちゃ病院

10日（日）10：00～16：00
場所＝1階子育てプレイルーム

今年もおもちゃ病院を開院します。

おもちゃ箱の中に、壊れたおもちゃ、電池を替えても動かないおもちゃが眠っていませんか？ラジコンで操作しても動かなくなったおもちゃ、音が出なくなった怪獣や人形はありませんか？

また、家庭小物も修理します。懐中電灯やラジオ、電気製品なども修理します。

壊れた状況を知るために、壊れたときの部品等すべてを持ってきてください。また製品の説明書があればそれも持ってきてください。

おもちゃの修理は原則無料ですが、部品の実費はいただきます。家庭小物は寄付金として500円をいただきます。

修理できるかどうか、費用などドクターにご相談ください。その場で直らないものは、〝入院〟となり、あとでかるがも館まで取りに来てください。

協力・おもちゃ病院ｋｅｂｏ

二階会場案内

二階のホールでは登録団体の発表、会議室では吹き矢体験と、血管年齢測定、骨密度測定があります。

◆血管年齢測定

9日（土）12：30～15：00
場所＝2階　会議室1

昨年は測定開始と同時に満杯となってしまい、ご迷惑をおかけしました。ことしは短時間で測定できる測定装置を用意してもらいましたので、希望者にできるだけ受診していただけるものと考えております。

血管年齢が老化してくると、動脈硬化になりやすくなり、狭心症や心筋梗塞などを引き起こす可能性が高くなります。自分の血管年齢を知り、病気を事前に予防したいものです。

協力・厚生荘病院・西部包括センター

◆骨密度測定

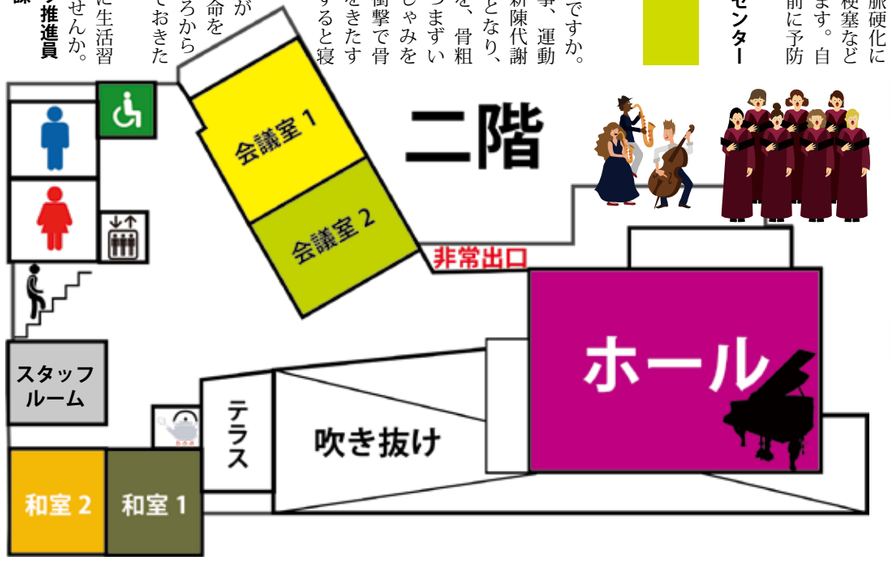
10日（日）13：00～16：00
場所＝2階　会議室2

皆さん、骨粗しょう症はご存知ですか。加齢、閉経、偏った食事、運動不足などにより、骨の新陳代謝が乱れ、骨がスカスカとなり、骨折しやすくなる病気を、骨粗しょう症といいます。つまずいて手や膝をついた、くしゃみをした、などのわずかな衝撃で骨折し、日常生活に支障をきたすことがあります。放置すると寝たきり状態にもつながるこわい病気です。

骨粗しょう症は自覚症状がないことが多く、健康寿命を長く保つためにも、日ごろから自分の健康状態を知っておきたいものです。

骨密度測定をきっかけに生活習慣の振り返りをしてみませんか。

協力・多摩市健康づくり推進員　多摩市健康推進課



多摩っこ

見る人も踊る人も楽しめるよさこいを目指して16年。今年も元気にお茶目にはじけます。

太極拳 宇希の会

太極拳は自分の心で自分の身体と対話する。自身を見つめ心が育成されなければ太極拳は身につけることが難しいです。

帝京大学吹奏学部

私達吹奏楽部は周辺地域に根付いたバンドづくりをするために数多くの依頼演奏や、訪問演奏を行っております。

ダンスアーツ

ダンスアーツではひとりひとりの感性を大切に、楽しくバレエを学べる場を提供しています♪

Ka hiwahiwa na pua

ハワイの教えをそのまま伝え本物のフラを学んでいます。お仲間募集中！

香扇会

日本の伝統芸能を継承する為に日本舞踊を巾広い年代層と楽しくおけいこしています。

ジージーズ

多摩で45年歌い続けている多摩男声合唱団のメンバー、有志がボランティアで老人ホームや病院を訪ね歌っています

たまましんがーず

私たち「たまましんがーず」は、多摩地域に住む「ママ」たちのコーラスサークルです♫

フォークダンスかるがも

世界の美しい曲にのり楽しく踊ってます♫笑いが一杯のサークルです。

せいせき鼓桜

2006年に聖蹟桜ヶ丘を拠点に太鼓の演奏活動を開始。会員は小学生から大人まで40人。

FOUR HANDS

ジャンル…ピアノ連弾　メンバー9人好きなジャンルの曲を様々なペアで楽しく弾いてます♪

コーラス「TSUBASA」

ゴスペル・ポップス・昭和歌謡等色々な曲を歌っています♪

ぴぬす女声コーラス

創立から40年シューベルト他外国の歌日本の歌を楽しく歌い続けています

ＫＡＳＨ

聖歌から洋楽ポップスまで、ハーモニーを楽しみながら歌います♪