



9月7日にかるがも館で元気チェックが再開されました。さっそく沢山の参加を頂きました。

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

2020年（令和2年）

10・11月号



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



「ウイズ・コロナ」下のかるがも館利用ルール

10月から自主チェック

新型コロナウイルス感染防止のため、3月以降、出入りを西口に限定し、係員を配置して感染対策を実施してきましたが、ウイズ・コロナの時代に対応して、10月から特別な対応は解除することになりました。西口に加え正面口も全面開放、入館する際は、自主チェックで感染防止対策を取っていただきます。とはいっても、ウイルスはどこにいてもわかりません。あなたが感染しないためにも、周囲の方に感染させないためにも、感染防止にはいくらか注意しても、し過ぎということはありません。

必ず**手指消毒**を行ってから入館してください。これから寒い季節に向かいます。ウイルスは口や目など粘膜部分から侵入します。新型コロナウイルスだけでなくインフルエンザ、ノロウイルス対策としても手洗いをするのがより安心です。

体温は自宅で測ってください。平熱より高い場合、来館はご遠慮ください。自宅で測り忘れた場合、入り口の検温計をお使いください。手首から5cm離してボタンを長押しすれば数秒で測定出来ます。

入館記録は任意です。お名前と連絡先をご記入ください。万一、濃厚接触者が判明した場合、保健所から連絡があれば、お知らせすることが出来ます。入館記録は2週間経過後に裁断処分します。

館内ではマスクの着用をお願いします。ウイズ・コロナ時代のマナーです。マスクだけで感染は防げませんが、飛沫を防止し、リスクを下げることは出来ます。咳エチケットを守ることでも大切です。咳が出そうになったら、腕で口を覆い、つばの飛散を防ぐよう心掛けてください。

民話で散歩

河童

この地域に残っている民話を訪ねて散歩してはいかがですか。昔の村人のくらしや風景・生き物などを思い浮かべられるのでは？

狼谷戸

今の関戸6丁目・桜ヶ丘2丁目の一帯にあり旅人が狼に喰われた話

どぶろつく田

市役所の裏山近くにあった棚田で、どぶろくにする為の米を耕してきた

大蛇

市役所の裏山に狐の穴があり毎年子供を育てていたことやそこで狐の提灯を見た話

狐のはなし

川崎街道の行幸橋西側に上る道の途中に竹やぶがあり、その中に「小豆とき婆」

金毘羅山の折り松

桜ヶ丘団地の北側の尾根の一角にある金毘羅山で弘元の戦の時、兵士が「斥候（ものみ）の松」に登って関戸合戦の状況を報じたといわれている。その松に五寸釘で人形が打ち付けられているのを見たという話

貝が取れた村

連光寺の丘一帯は船ヶ台と言われ、太古は船着き場だったと言われています。想像もつきませんが証拠に貝の化石が沢山とれます。殿田橋屋にも見られます。貝が取れたから貝取村、舟が着いた丘が船ヶ台の地名

小豆とき婆

大栗川・かるがも館 運営協議会文化部

浄身場

小山田の関で調べられた罪人を処刑した所で、古市場から100m程の乞田川にかかった木橋の付近

神がかり

関戸の霞が関にあるお地蔵さまが、おこもり（12月13日）に行われている（の）時におじさんに乗りうつって、いろいろなお告げをした話

大栗川・かるがも館

運営協議会文化部

2020年10月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
バイオリンコンサート		PC何でも相談 近トレ		認知症はじめて教室Ⅲ		
11	12	13	14	15	16	17
	休館日(第2月曜日)	近トレ	ラジオ体操第一			
18	19	20	21	22	23	24
	元気チェック	近トレ				
25	26	27	28	29	30	31
	休館日(第4月曜日)	近トレ・福祉何でも相談 近トレ	郷土史ウォーキング①			

2020年11月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
おもちゃ病院		文化の日 PC何でも相談 近トレ	郷土史ウォーキング②			
8	9	10	11	12	13	14
	休館日(第2月曜日)	近トレ	郷土史ウォーキング③			
15	16	17	18	19	20	21
	元気チェック	近トレ				
22	23	24	25	26	27	28
	勤労感謝の日 休館日(第4月曜日)	近トレ・福祉何でも相談 近トレ				
29	30					
かるがも落語会						

なんでもたのしく えがおでちょうせん 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>

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/>

地元紹介のテレビ番組に出会って

テレビ東京の日曜日夕方の番組で、地元を紹介する番組があります。7月末、大栗川・かるがも館近くのお菓子の店さんが紹介された際、かるがも館のうしろ姿も少し写っていましたね。私は、門の前に野菜の無人直売台（写真）を置いてありますが、その名前「あいちやん農園」が、2人の若い女性の目に留まったことから、その番組で6分間紹介されました。

申込先…大栗川・かるがも館

電話…042(372)7575

※新型コロナウイルス対策のため、手指消毒、換気を行います。

①「竜ヶ峰の朝日」 予約15名
実施日…10月28日（水）13時ロビー集合
帝京大学内の総合博物館で学芸員による座学と校内で竜ヶ峰の風景を探します。
②「愛宕の月」 先着15名
実施日…11月4日（水）13時ロビー集合
高蔵院、恋路ヶ原、愛宕神社など
③「十二社の雪」 先着15名
実施日…11月11日（水）13時ロビー集合
十二神社、やぎし、殿田橋、ねぎしなど
④、⑤の説明者は文化庁副部長信藤氏
予約は10月1日より電話・直接受付で
電話…042(372)7575

◇第3回…サービスの活用方法
実施日時…10月8日（木）10時～11時半
会場…2階ホール
認知症にかかわるすべての方（ご本人、ご家族、支援者、地域の方など）を対象に、はじめに知っておきたい「基礎知識」について、2月に続いてお話しします。（新型コロナウイルスのために延期になっていたものです）

内容…支援の相談先、地域にあるサービスや活用できるサービスなど
講師…西部地域包括支援センター・栗原社会福祉士
予約制…先着30名。
9月26日（土）10時より
電話または大栗川・かるがも館受付。
※新型コロナウイルス対策のため、手指消毒、換気を行います。

◇第3回…サービスの活用方法
実施日時…10月8日（木）10時～11時半
会場…2階ホール
認知症にかかわるすべての方（ご本人、ご家族、支援者、地域の方など）を対象に、はじめに知っておきたい「基礎知識」について、2月に続いてお話しします。（新型コロナウイルスのために延期になっていたものです）

認知症はじめて教室

岡田鉄平バイオリンコンサート
中和田から美しく楽しい音楽の旅へ
実施日…10月4日（日）
開場…1時半 開演…2時～4時
会場…2階ホール
入場料…予約券500円 40名様限り
9月25日予約開始
予約券は電話・直接受付申し込み順
当日キャンセルがあれば700円
ピアノ伴奏…佐藤みゆきさん

かるがもクラシックコンサート

ご協力ください。また、感染状況により延期になる可能性があります。

ラジオ体操教室

多摩市オリンピック・パラリンピック推進事業（内容…ラジオ体操第一）
実施日時…10月14日（水）10時半～正午
会場…2階ホール
定員…15名（電話・直接受付申し込み順）
申込期間…10月13日まで
持ち物…タオル、飲み物、室内シューズ
注意事項…運動ができる服装で。
YouTubeのライブ配信への同意が必要です。

地域史ウォーキング

①「竜ヶ峰の朝日」 予約15名
実施日…10月28日（水）13時ロビー集合
帝京大学内の総合博物館で学芸員による座学と校内で竜ヶ峰の風景を探します。
②「愛宕の月」 先着15名
実施日…11月4日（水）13時ロビー集合
高蔵院、恋路ヶ原、愛宕神社など
③「十二社の雪」 先着15名
実施日…11月11日（水）13時ロビー集合
十二神社、やぎし、殿田橋、ねぎしなど
④、⑤の説明者は文化庁副部長信藤氏
予約は10月1日より電話・直接受付で
電話…042(372)7575



【写真…二人の目をひいた、無人の野菜直売台】
この2人は、自分の足で、日々、街を歩き廻り、地道に自分の目や耳でネタを探している。この二人の豊かな感受性と根気が、まずは基本となつて、その上に番組制作会社や出演者とのチームワーク

申込先…大栗川・かるがも館

電話…042(372)7575

※新型コロナウイルス対策のため、手指消毒、換気を行います。

内容…支援の相談先、地域にあるサービスや活用できるサービスなど
講師…西部地域包括支援センター・栗原社会福祉士
予約制…先着30名。
9月26日（土）10時より
電話または大栗川・かるがも館受付。
※新型コロナウイルス対策のため、手指消毒、換気を行います。

◇第3回…サービスの活用方法
実施日時…10月8日（木）10時～11時半
会場…2階ホール
認知症にかかわるすべての方（ご本人、ご家族、支援者、地域の方など）を対象に、はじめに知っておきたい「基礎知識」について、2月に続いてお話しします。（新型コロナウイルスのために延期になっていたものです）

◇第3回…サービスの活用方法
実施日時…10月8日（木）10時～11時半
会場…2階ホール
認知症にかかわるすべての方（ご本人、ご家族、支援者、地域の方など）を対象に、はじめに知っておきたい「基礎知識」について、2月に続いてお話しします。（新型コロナウイルスのために延期になっていたものです）

◇第3回…サービスの活用方法
実施日時…10月8日（木）10時～11時半
会場…2階ホール
認知症にかかわるすべての方（ご本人、ご家族、支援者、地域の方など）を対象に、はじめに知っておきたい「基礎知識」について、2月に続いてお話しします。（新型コロナウイルスのために延期になっていたものです）

岡田鉄平バイオリンコンサート
中和田から美しく楽しい音楽の旅へ
実施日…10月4日（日）
開場…1時半 開演…2時～4時
会場…2階ホール
入場料…予約券500円 40名様限り
9月25日予約開始
予約券は電話・直接受付申し込み順
当日キャンセルがあれば700円
ピアノ伴奏…佐藤みゆきさん

申込先…大栗川・かるがも館

電話…042(372)7575

※新型コロナウイルス対策のため、手指消毒、換気を行います。

内容…支援の相談先、地域にあるサービスや活用できるサービスなど
講師…西部地域包括支援センター・栗原社会福祉士
予約制…先着30名。
9月26日（土）10時より
電話または大栗川・かるがも館受付。
※新型コロナウイルス対策のため、手指消毒、換気を行います。

◇第3回…サービスの活用方法
実施日時…10月8日（木）10時～11時半
会場…2階ホール
認知症にかかわるすべての方（ご本人、ご家族、支援者、地域の方など）を対象に、はじめに知っておきたい「基礎知識」について、2月に続いてお話しします。（新型コロナウイルスのために延期になっていたものです）

◇第3回…サービスの活用方法
実施日時…10月8日（木）10時～11時半
会場…2階ホール
認知症にかかわるすべての方（ご本人、ご家族、支援者、地域の方など）を対象に、はじめに知っておきたい「基礎知識」について、2月に続いてお話しします。（新型コロナウイルスのために延期になっていたものです）

今年もおもちゃ病院を開院
動かなくなったおもちゃ、携帯ラジオや大切なご家庭の小物など、ドクターが修理できるかぎりお手伝いします。こわれた「おもちゃ」を、使っていたお子さまといっしょにお持ちください。そのさい、手を加えないでそのままお持ちください。元の状態がわからないと治せないことがあります。こわれた「かけら」、付属品や取扱説明書など、すべてお持ちください。
時間…11月1日10時～16時（昼休み有）
場所…1階調理室
費用…消耗部品をのぞき無料
※部品代の例 モーター、スピーカー（200～300円）、プラレールの消耗品（20～50円）
入院…修理が終わらないおもちゃは入院となります。あとで取りにきてください。協力…「おもちゃ病院Kebab」
※おもちゃの使い方や故障した時の状況がはつきりしないと、修理した時に、治ったかどうかわからないので、修理をお断りすることもあります。
※そのほか、いろいろなものの修理のご相談にも応じます。

申込先…大栗川・かるがも館

電話…042(372)7575

※新型コロナウイルス対策のため、手指消毒、換気を行います。

内容…支援の相談先、地域にあるサービスや活用できるサービスなど
講師…西部地域包括支援センター・栗原社会福祉士
予約制…先着30名。
9月26日（土）10時より
電話または大栗川・かるがも館受付。
※新型コロナウイルス対策のため、手指消毒、換気を行います。

◇第3回…サービスの活用方法
実施日時…10月8日（木）10時～11時半
会場…2階ホール
認知症にかかわるすべての方（ご本人、ご家族、支援者、地域の方など）を対象に、はじめに知っておきたい「基礎知識」について、2月に続いてお話しします。（新型コロナウイルスのために延期になっていたものです）

◇第3回…サービスの活用方法
実施日時…10月8日（木）10時～11時半
会場…2階ホール
認知症にかかわるすべての方（ご本人、ご家族、支援者、地域の方など）を対象に、はじめに知っておきたい「基礎知識」について、2月に続いてお話しします。（新型コロナウイルスのために延期になっていたものです）

◇第3回…サービスの活用方法
実施日時…10月8日（木）10時～11時半
会場…2階ホール
認知症にかかわるすべての方（ご本人、ご家族、支援者、地域の方など）を対象に、はじめに知っておきたい「基礎知識」について、2月に続いてお話しします。（新型コロナウイルスのために延期になっていたものです）

岡田鉄平バイオリンコンサート
中和田から美しく楽しい音楽の旅へ
実施日…10月4日（日）
開場…1時半 開演…2時～4時
会場…2階ホール
入場料…予約券500円 40名様限り
9月25日予約開始
予約券は電話・直接受付申し込み順
当日キャンセルがあれば700円
ピアノ伴奏…佐藤みゆきさん

申込先…大栗川・かるがも館

電話…042(372)7575

※新型コロナウイルス対策のため、手指消毒、換気を行います。

内容…支援の相談先、地域にあるサービスや活用できるサービスなど
講師…西部地域包括支援センター・栗原社会福祉士
予約制…先着30名。
9月26日（土）10時より
電話または大栗川・かるがも館受付。
※新型コロナウイルス対策のため、手指消毒、換気を行います。

◇第3回…サービスの活用方法
実施日時…10月8日（木）10時～11時半
会場…2階ホール
認知症にかかわるすべての方（ご本人、ご家族、支援者、地域の方など）を対象に、はじめに知っておきたい「基礎知識」について、2月に続いてお話しします。（新型コロナウイルスのために延期になっていたものです）

緊急事態宣言解除後の6月。コミュニティセンターの再開と歩調をそろえて「おうちで！東海道」プロジェクトはスタートした。
歩数計さえあれば、近所の散歩や買い物で、さらに家事でさえ、いつのまにか歩いているものだ。1000歩、2000歩の積み重ねが東海道500キロの踏破につながる。
当初、数人だった参加者は、1人増え、2人増え、いまは15人にまで増えた。単に歩数を数えるだけでなく、旧東海道の宿場に換算。ヤジさんキタさんが歩いた時代に自分を重ねられるのが興味を引いたのかもしれない。
大栗川・かるがも館の窓に五十三次を貼り出し、どこまで歩いたかが一目でわかるようにした。
当然ながら歩数を意識することによって毎日歩く距離も増え、健康にも貢献しているようで、体重が3キロ減った人もいるとか。

申込先…大栗川・かるがも館

電話…042(372)7575

※新型コロナウイルス対策のため、手指消毒、換気を行います。

内容…支援の相談先、地域にあるサービスや活用できるサービスなど
講師…西部地域包括支援センター・栗原社会福祉士
予約制…先着30名。
9月26日（土）10時より
電話または大栗川・かるがも館受付。
※新型コロナウイルス対策のため、手指消毒、換気を行います。

◇第3回…サービスの活用方法
実施日時…10月8日（木）10時～11時半
会場…2階ホール
認知症にかかわるすべての方（ご本人、ご家族、支援者、地域の方など）を対象に、はじめに知っておきたい「基礎知識」について、2月に続いてお話しします。（新型コロナウイルスのために延期になっていたものです）

◇第3回…サービスの活用方法
実施日時…10月8日（木）10時～11時半
会場…2階ホール
認知症にかかわるすべての方（ご本人、ご家族、支援者、地域の方など）を対象に、はじめに知っておきたい「基礎知識」について、2月に続いてお話しします。（新型コロナウイルスのために延期になっていたものです）

◇第3回…サービスの活用方法
実施日時…10月8日（木）10時～11時半
会場…2階ホール
認知症にかかわるすべての方（ご本人、ご家族、支援者、地域の方など）を対象に、はじめに知っておきたい「基礎知識」について、2月に続いてお話しします。（新型コロナウイルスのために延期になっていたものです）

岡田鉄平バイオリンコンサート
中和田から美しく楽しい音楽の旅へ
実施日…10月4日（日）
開場…1時半 開演…2時～4時
会場…2階ホール
入場料…予約券500円 40名様限り
9月25日予約開始
予約券は電話・直接受付申し込み順
当日キャンセルがあれば700円
ピアノ伴奏…佐藤みゆきさん

申込先…大栗川・かるがも館

電話…042(372)7575

※新型コロナウイルス対策のため、手指消毒、換気を行います。

内容…支援の相談先、地域にあるサービスや活用できるサービスなど
講師…西部地域包括支援センター・栗原社会福祉士
予約制…先着30名。
9月26日（土）10時より
電話または大栗川・かるがも館受付。
※新型コロナウイルス対策のため、手指消毒、換気を行います。

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

いちごおなじみ
新倉農園グループです

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

◆発行部数：約 6,000 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

かるがも君広報誌
協賛広告主様募集中です

提供会員になって 地域の子育て支援を
してみませんか

保育園への送り迎え 短時間の預かり

謝礼 850円～1000円

空いている時間にサポートを！

お問合せは 多摩市ファミリー・サポート・センター
多摩市豊ヶ丘 1-21-3 子ども家庭支援センター2階 TEL042-357-5105

多摩市立和田・東寺方コミュニティセンター「大栗川・かるがも館」 多摩市和田 2006 番地 4 ☎ 042-372-7575 Fax042-372-7574