

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)

10月・11月号



HP: https://tama-karugamo.tokyo



10/4(土)、5 日 (日) は、お祭りだ !! " みて " " あそんで " " たべて ' 秋の一日を楽しみましょう

10月4日タイムテーブル

焼きそば、

、焼き鳥、

カレー。

パン、駐車

、フライド。千場にて)

ポテ

Ļ

ポップコーン、

ミニアメリカンドッ

Ⅲ ホール発表スケジュール(1日目) Ⅲ ロビー発表スケジュール(1日目)

ホール	発表時間	ロビー	発表時間	
		開会式(和太鼓せいせき鼓桜)	10:00-10:50(開会式)	
Dance Arts	11:00-11:30			
		チャモロダンスクラブ	11:40-12:10	
		Guma' Famagu' on Tano' yan i Tasi		
ジージーズ	13:00-13:30			
		やいまうた大哲会	13:40-14:10	
ピアノ連弾FOUR-HANDS	14:20-14:50			
		かるがも空手体操クラブ	15:00-15:30	
TSUBASA	15:40-16:10			

かるかも貼まつり。 かるフェス 2025 大栗川 かるかも館

	プレイルーム	学習コーナー	階段前広場
:00			
:00	11:00-11:30		
お	絵本の読み聞かせ		
t			
が			10:00-16:00
ŋ			スイミー
交	14:10-14:40	13:30-15:30	
換	レイチェルさんの紙芝居	おもちゃ病院Kebo	
会		43 O S t- Milliterro	

※調理室 食事処、フリースペース(1日)

10月5日タイムテーブル

Ⅲ ホール発表スケジュール(2日目) Ⅲ ロビー発表スケジュール(2日目)

10月3日午後から4日全日と5日の18時までは 「かるがも館まつり」のため貸室および1階ロビー等、 各コーナーの一般のご利用はできません。

ホール	発表時間	at-	発表時間	プレイルーム	爾理室	階段前広場
		マジックエコー	10:00-10:30	10.00.10.00		
姉鼓まち・輝太鼓	10:40-11:10			10:00-12:00	ポッチャ	
		東京・たまfolk	11:20-11:50	<i>****</i> ********************************		
		東京都立大学ジャグリングサークル Team "Lamp"	12:00-13:00		10:00-16:00 ガールスカウト	10:00-16:00 スイミー
フォークダンスかるがも	13:10-13:40			12-20 15-20	ガールスガット	A1 = -
		南京玉すだれ多摩お江戸隊	13:50-14:30	ー 13:30-15:30 吹き矢		
		多摩アフリカン	14:40-15:10	7,57		
Hiwahiwa Na Pua	15:30-16:00					

模擬店も昨年に増して充実しています。皆様のご来館をお待ちしています。

2025年10月						
Ħ	月	火	*	*	æ	\pm
			1	2	3	4
			宿題クラブ 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	終活サポートセミ ナー	かるがも館まつり
5	6	7	8	9	10	11
かるがも館まつり		PC何でも相談 健康体操	宿題クラブ	かるがもっこ広場 (ゆうこさんのタッチ ケア)		
12	13 ^{スポーツの日}	14	15	16	17	18
	休館日(第二月曜 日)	健康体操	宿題クラブ 初心者おとな・こど も『将棋教室』	かるがもっこ広場		
19	20	21	22	23	24	25
	元気チェック	健康体操	宿題クラブ	かるがもっこ広場 (東寺方児童館イベ ント)		
26	27	28	29	30	31	
	休館日(第四月曜 日)	健康体操 福祉なんでも相談	宿題クラブ	かるがもっこ広場 (社協イベント)		
26		健康体操		かるがもっこ広場	31	

2025年11月							
Ħ	月	火	水	<i>*</i>	<i>₫</i>	\pm	
						1	
2	3 文化の日	4	5	6	7	8	
		ベビトレヨガ PC何でも相談 健康体操	宿題クラブ 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	終活サポートセミナー		
9	10	11	12	13	14	15	
	休館日(第二月曜 日)	健康体操	宿題クラブ	かるがもっこ広場 (Dゆうこさんのタッチ ケア)			
16	17	18	19	20	21	22	
	元気チェック	O歳からのうたの会 1歳からのうたの会 健康体操	宿題クラブ 初心者おとな・こど も『将棋教室』	かるがもっこ広場			
23 勤労感謝の日	24 振替休日	25	26	27	28	29	
30	休館日(第四月曜 日)	健康体操 福祉なんでも相談	宿題クラブ	かるがもっこ広場 印象寺方児童館イ ベント)		多摩落語「寝床の 会」落語会	





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}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/

面接!

日·12日 12月 12月 12月 12月 128

日

(金)

10 時 〜

時

(日) 午後を予定

◆募集要項配布・応募提出先:

大栗川・かるがも館受付

すず

かちはや氏(歌手、

音楽療法士)

10月28日・11月25日

(第四火曜日)

時

福祉なんでも相談

脳

健康福祉部

機器は持参願います。

ねんねからはいは

いの親

Word・Excel の基本的な操作事務

処理等(事業・活動実施の補助的業務を含む)

施設管理等) および

運営協議会の事

務

の歳からのうた

の会

★3名体制で対応します。

【相談無料です】

なく相談に来て下さい。

ておりますので、解決しない時は何度でも遠慮

パソコン・スマホ・タブレットなど相談される

文化部

日時

11 月 18 日

火

11時~12時

業務内容

日常的な管理運営 (受付・貸室予

施設近接在住者

市内在住者で、

♥募集要項配布・募集期間:

全ての企画は予告なく中止することがあります

康福祉部

登録団体紹介

時 20

定員:

20名(先着申込順前日までに予約

(先着申込順)

申込:受付又は電話

(10時~

20時)

(9時45分集合)

10 時~ 12 時

動調の詩まで楽しく 終活アドハイサ 10/3(金)10:30~12:00 り 「憩いを彼すエンティングノート」 ①終活講座「人生の棚おろし」 ~ノートで取う、心と暮らし~ ~人生年表づくり体験~ 「絵でがみ体験」 2)健康講座 12/5(金)10:30~12:00 「薬に額らない体づくり」 「困らない相続とお金」 ~家族に迷惑をかけないお金の話 ③お困りごと相談 「健康おにぎりを作ろう!」 ● 500円 宝井 12名(先世申記問) 日曜 かるかも様 (循環壁) 多原市和田2006-4 終治とは、自身の数期をでんなからに迎えたいのか、強いの人生をでんなからに生き これはての人生を無以来って、これがものことを相名でみること みなきまの毎日の暮らしが元気で高しくあるために、動味や健康の維持機能、当時と 異社の面からサポートしてまいじます。 予約開始日:9月24日(水)14時から電話に お申込先: かるがも館 事務局 電話: 042-372-7575 主催・かみかも辞事質知識会議権裏い任 認力、経済哲学サポート多島(多様電ボランティアセンター登録配件)

ウォ、

キングポールと傘は使用不可です。

歩きやすい服装と運動靴で。

午前10時~12時頃 所:かるがも館ロビー

第2部:健康講座第1部:終活講座 「薬に頼らない体づ「人生の棚おろし」

(総務部)

Ô

キングは健康の源。

楽しく参加し、

みんな友達になろう

(第1木曜日)

健康福祉部)

日•場所:10月2日

多摩中央公園

(現地解散

会議室)

☆持ち物:室内用運動靴

敷物用バスタオルあるい

はヨガマット

水分補給用飲み物

☆運動できる服装

入会金: 1,000 円

月会費: 2,000円

月6日

百草団地、

樹木散策

〔初級者向け〕 のウォー

キングコースです

スは身近な地域を歩きます。

体操をはじめませんか?

※祝祭日はお休み

トレッチを中心とした健康体操です。

☆日時:毎週水曜日(月4回)

無料体験随時受付中

予約不要・直接会場へどうぞ

場所:かるがも館2階ホール(または、

休憩を含めて2時間程度

細についてはHPでお知らせします

雨天・荒天時は中止です(前日電話連切道・階段があります。

持ち物:飲み物・帽子・タオル・交通費。

10月3日 (金) の内容 参加費:500円(各回) 定員:12名(先着申込順)

(第一金曜日)

日時:

10時30分~12 12月5日 時

日時:10月3日・11月7日・12 最期の時まで楽しくすごそう!!

終活サポ ・かるがも館

◆申込み・問い合せ

t 042(372)7575 (有給)

日時

対象:はいはいからあんよの親子 11 月 18 日 火 10時~11時

受付:当日**受付のみ** ◎参加費無料持ち物:マットに敷くタオル、飲み物: など

ばと20年間続けてきた講座内容です。 童謡唱歌を歌いながら、 **していきます。子育て世代に、ママもパ生活の中での利用の仕方、日本文化の** いきます。 いましょう。 一昔ながらのわらで歌っていける歌 遊び方、触れ リフレッ ママと 協力を頂いております 測定チェックには西部地域包括支援センターに 対象者:概ね60才以上です。 10月20日·11月17日 月例ウォーキング かるがも館で元気チ 血圧・握力・月替わり検査 期発見!危険な老化のサイン

簡単なチェッ

クで

松巨山山雪野

10:30~11:30

©042-372-7575

(社)東京都宅地建物取引業協会会員

〒206-0011 東京都多摩市関戸1-11-8

http://www.room-i.co.jp/

◆営業時間 9:30~18:30 ◆定休日 水曜日

月

11時~12時

べうた、童謡唱歌を歌たいパパが赤ちゃんとの生 パも赤ちゃんも充実した時間をお伝えできれ伝承をしていきます。子育て世代に、ママもパ 合い方、 0歳からと1歳からのうたの会」 パが赤ちゃんとの生活の中で歌ってい

セミナ

あります

※令和7年12月に1週間程度の研修 ※詳細は募集要項を参照してください

◆採用日:令和8年1月4日

が

1歳からのうた 先着8組

◎参加費無料

(火)14時より電話受付

予約開始:11月4日(火)14時よ持ち物:座布団に敷くタオルなど

の会 時間変更になりました:10時30分~12 会場:1階調理室

さ (孤立)やひきこもり等の相談に応じます。 り等の支援を担当する職員が同席します 括支援センター ★多摩市社会福祉協議会 (社協) と西部地域包 10月・2月は生きづらさ(孤立) 職員が介護や暮らし、 やひきこも 生きづら ぜひ

工

D

対象:

8

(健康福

えるが が 毯 健康福祉部

あそぼう話そう!好きな時間に遊びに来て 日時:毎週木曜日 10時~ (祝日もオープン 12 時 ひる既

会場:2階会議室またはホー 日時:毎週火曜日 なって、 トレーニング」を、 時 11 康体操は、 康体操 週 1 (約1時間) 回行います。 足腰を鍛えるための (第五火曜日・祝日は休み) 金週 地域の皆さんが主役に戦えるための 派 曜旦 「元気ア

講師:日本将棋連盟公認指導員 あなたも藤井 会場:2階会議室 ◆初心者おとな・こども『将棋教室』 こどもからおとなまで、 時:10月1日、15日・11月5 聡太7冠の •三水曜日)

に続け 参加費無料 (総務部)

将棋が楽しめます

◆募集人数:時間勤務

1 名

スタッ

フ

發戰員

夢集

講 申

磗師∶終活アドバイザー─吉田奈津子氏甲込∶9月24日(水)14時から電話受付第3部∶お困りごと相談会

ス

マホ

0

J $\mathring{\mathbb{S}}$

ソコン

何でも

相談

♥時間勤務

午前勤

※午前勤務と午後勤

午後勤務=

45分から16時45分まで 務を概ね交互に勤務して、

•募集条件:原則として徒歩、

または、

自転車

日

13 **11** 時 **月** 30 **29** 分 **日**

 $\widehat{\pm}$

14 時 16

時

の会

相談希望の方は前月末までに、

で予約して下さい(10時~

20時)。

時)。なお、相談電話または受付

内容もお知らせ願います。

談時間は30分程度となりますが、

毎

月実施し

(健康福祉部)

·•場: 1階調理室 9時30分~12時30:10月7日・11月4日(第一火曜日)

スマホ・タブレットの相談も承ります。 会場: 1階調理室 9時30分~12時30

予

約:受付開始 時より電話にて受付

10 月 29 日

业

人場無料

前後の勤

で通勤可能なボランティア活動に理解がある

和田学習センター 期切丁寧次学習指導

●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。

講師 伊野 善文 都立立川高校卒 慶應義塾大学理工学部卒 和田学習センター 多摩市東寺方 595-1: Tel 042-371-0736 西立総合保育館

うちの

大栗川・かるがも館

お見積もり代表 長澤 薫

東京都八王子市堀之内3-20 プレサンスロジェ京王堀之内512

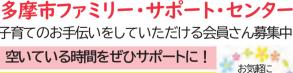
TEL 042-373-7539

FAX 042-373-7627

nagasawa Kaoru リフォーム工事 外装工事 内装工事

TEL 090-2934-8260 FAX 050-5864-2954





保育園への送迎や短時間の預かり

謝油金 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



お問い合わせ

ください!

大栗川・かるがも館公式 lacksquare(0) Instagram

TAMA_KARUGAMOKAN

@tama_karugamokan

いちこでおなじみ 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 -ベリーの摘みとり・販売 TEL 080-1173-1346





料

E-Mail nagasawa_toso@yahoo.co.jp 各種コーキング工事