



8月号(第329号) 8月の休館日
令和2年(2020年) 7月31日 11日 25日
編集 広報部会 info@atago-kaedekan.jp

発行 愛宕コミュニティセンター運営協議会 〒206-0041 多摩市愛宕3丁目2番地 TEL:375-2990 FAX:357-0472

愛宕かえで館
事務局から

8月は夜間の貸室を再開します

全貸室利用時間 9時30分～21時30分 [1階ロビー 9時～20時]
[ほほえみサロン 10時～18時]

新型コロナ感染防止のため、より一層のご協力をお願いします
入館時にはマスク着用、検温、手指消毒、来館票記入を！

各室をご利用の際は館のルールに従い、3密回避に努めてください。また、調理室で調理した食事の試食以外の館内での食事・飲酒は新型コロナ感染防止のため禁止です。新型コロナ感染が拡大傾向です。最新情報はホームページをご覧ください。

愛宕かえで館ホームページ公開中！

・パソコン・スマホで下記のURLを入力してください
<https://atago-kaedekan.jp>

◎ ホームページのやさしい利用方法は裏頁をご覧ください ◎

新型コロナウイルス感染防止対策を徹底して、かえで館のイベントも動き出しました！

北部地域包括支援センター共催

健康育成部会

令和2年度 第1回目 元気チェック

8月19日(水) 10時30分～11時30分 1階ロビー

ステイホームで頑張っているみなさん、お待たせしました！「元気チェック」は1月16日以来7か月ぶりの開催です。運動不足やストレスで体力などが落ちてはいませんか？

気になる元気をチェックしましょう！



昨年の風景

今回から測定機器が新しくなり、気持ちよくスムーズにチェックができると思います。

講師：多摩市北部地域包括支援センター

参加費：無料 定員：25名

申込：7月31日(金) 10時～(電話申込可)

簡単ストレッチ・ヨガ教室

健康育成部会

8月8日(土) 9時半～11時

2階ホール

体の硬い人、疲れが取れない人にストレッチ・ヨガを体験して頂き、血液の流れを良くし、筋肉を柔軟にする健康教室です。ぜひ参加ください。

講師：大塔松恵先生 上原典子先生

参加費：100円

定員：25名 高校生以上

持参品：ヨガマット 水分 汗拭きタオル

申込：7月31日(金) 10時～(電話申込可)



◆ミニシアター

総務部会

戦争を風化させない・映画と講演の集い

8月23日(日) 午前の部 10時00分～(開場9時30分)
2階ホール 午後の部 13時30分～(開場13時)

新型コロナウイルス感染防止のため収容人数を縮小して午前・午後の2回開催いたします。申込はお早めをお願いします。

参加費：無料

定員：30名(申し込み先着順)

申込：7月31日(金) 10時～(電話申込可)

第1部 NHKスペシャル 「東京大空襲 583枚の未公開写真」

1945年3月10日、米軍機B29による東京大空襲で10万人余りの市民の命が奪われました。戦後67年、新たに発見された583枚の写真や資料から、アメリカの計画的な無差別爆撃がわかってきました。関係者の証言を交えて、半年に渡る空襲で市民や町が受けた被害の様子に迫ります。(上映時間49分)

第2部 講演 戦争体験・武田 昭氏(元運協代表)

11歳の時、浅草 吾妻橋付近で東京大空襲に遭いました。「下は墨田川、熱いからぼんぼんぼんぼん人が飛び込んで、上からはどんだん火の粉がふってきて、私は橋の脇で身動きがとれなくなってじっとしていた。朝になったら墨田川一面に……」武田さんは毎年8月に浅草で戦争体験の講演を行っています。今回、初めてかえで館で貴重な話をお聞かせします。(約60分)

国産小麦と天然酵母のふんわりパン

白神こだま酵母パン直売所

毎週水曜日

かえで館でも販売中!!

サラブレッドハウス

八王子市松木 15-6
ガーデンズマルシェ内

☎ 042-676-2125



不用品回収受付

家電製品の処分、引っ越しの整理、遺品整理
粗大ごみの処分、**無料回収**もございます。

トラック1台3t車

33,000円(税込)

年中無休・24時間対応 <https://worldsystems.info>

株式会社ワールドシステムズ 080-9457-3155
東京都多摩市落合 3-5-2 info@worldsystems.info

WITH コロナ＝「新しい日常」をつくろう！

◎ 感染を防ぎながら元気をキープ!!

十分な睡眠 睡眠は健康・免疫力を維持するために重要な要素です。十分な睡眠をとりましょう。

栄養バランスの取れた食事 主食・主菜・副菜・汁物をバランスよく食べましょう。

適度な運動 外出の機会が少なくなると、筋力・体力が低下しがちです。積極的に体を動かしましょう。



簡単ストレッチ・ヨーガ教室に16名参加

7月11日(土) 9時30分～

今回は2月以来の開催で、参加者は16名でした。久しぶりのストレッチ・ヨーガで身体をほぐし、さわやかな汗を流しました。

コロナ対策は、過去14日以内に渡航者との接触の有無や37.5度を超える熱、咳、のどの痛み、倦怠感、味覚・臭覚異常、身近に感染の疑いのある人の有無など7項目の「新型コロナウイルス感染拡大防止チェックリスト」に参加者全員に記入していただき、また、換気やソーシャルディスタンスを確保し3密を避けるなど感染防止を徹底して行いました。

かえで館シネマ 映画「この道」

7月19日(日) 午前の部10時30分～ 午後の部13時30分～

半年ぶりのかえで館シネマは新型コロナ感染予防対策として定員を少人数に制限して行いましたが、自粛された方もいたようで、午前の部は16名、午後の部は13名の来場となりました。

久しぶりの映画で来場者の感想は

○(上映が)何度か中止になりやっと

今日観られてうれしいです。

○感動的映画をありがとう。

○北原白秋と山田耕筰との出会いや

白秋の生涯を知ることが出来てよかった。

○童謡のもつ暖かさ優しさ言葉の美しさを絶やしてはいけない。心洗われる一作でした。

主催者の総務部会は新型コロナ感染防止のため3密(密集・密閉・密接)回避の徹底した対策をとって上映を行いました。

・上映前・上映後にイス、テーブル、ドアノブ、スイッチ、筆記具等を消毒液で拭きました。

・来場者とシネマ担当者全員マスク着用。

・シネマ担当者はさらにフェイスシールドを着用。

・手指の消毒、検温を実施。

・来場者の体調確認と今後のための連絡先確認。

・換気のため2階ホール窓・扉を上映中も含めて開放。

・密集にならないよう定員を100名から40名に縮小。

・密接にならないようなイスの配置。

・エレベーターの定員を11名から4名に変更。

・受付場所、エレベーター内は密集、密接にならないよう床に立ち位置の目印を設置。

・入場時・退場時に密集、密接にならないように誘導と案内。

このように新型コロナ感染予防に徹して行いました。多少、皆さんにはご不自由をお掛けしますが、映画会は継続して行います。



かえで館ホームページを見る方法

パソコン、スマホからかえで館のホームページを閲覧することができます。

方法1. (パソコン・スマホ共通)

①ブラウザを起動(Chrome Edge Safari など)

②かえで館のURLを入力→<https://atago-kaedekan.jp>

又はブラウザの検索欄に「愛宕かえで館」と入力→表示された候補一覧から「愛宕コミュニティセンター 愛宕かえで館」を選択。

方法2. スマホの場合(※右下隅のQRコードを利用)

①カメラ機能(アプリ)を起動(カメラマークをタップする)

②QRコードの上にスマホをかざし画面上にQRコードが写るように合わせます。

③QRコードが認識され、かえで館ホームページのURLが表示、又は指示文が表示されます。

④表示されたURLをタップ又は指示文に従うとかえで館ホームページが表示されます。



※カメラ機能でQRコードを読取れない場合は「QRコードリーダー」アプリをダウンロードしてご利用下さい。

菜の里プロジェクト

8月の作業日は8日・18日・28日です

6月29日13時30分、梅雨の晴れ間の貴重な時間にメンバー10余人が集合し、じゃが芋掘りに汗を流しました。結果はスーパーの買い物籠に計4籠・80kg強の大収穫で一同大喜び！早速7月1日のかえで館開館日に合わせて利用者の方へ販売しました。



8月2日(日) 当月2回目は後日連絡します

里山の会

代表/中村義彦
監事/熊本紀久子
事務局/宮内 均(電話：338-0737)

地域に根差したあんしんケア

訪問看護ステーション

は～とふる多摩センター



【看護師募集中】

訪問初心者歓迎・プランOK

詳しくはお気軽にお電話ください

愛宕4丁目6-25-102

(ニュータウン通りミシン店となり)

電話 042(356)2082

FAX 042(319)6567

外来

内科・高齢内科・消化器科・呼吸器科
循環器科・高齢精神科・整形外科訪問
診療通所リハビリ
(デイケア)

訪問看護ステーション

居宅介護支援
事業所

あいクリニック

日曜・祝日も
午前オープン

042-375-9581(代表)

【休診日】
土曜・日曜午後・祝日午後多摩市貝取1431-3
【永山駅より徒歩8分】