

健康育成部会

簡単ストレッチ・ヨガ教室

6月12日(土) 9:30 ~11:00

講師：大塔松恵先生 上原典子先生
定員：25名 高校生以上
参加費：100円
持参品：ヨガマット、水分、汗拭きタオル
申込：5月26日(水)受付開始 窓口受付10時～ 電話受付11時～



第6回 スポーツウエルネス吹矢教室
マンツーマンで指導 初心者歓迎！ 50分入れ替え制

6月16日(水) 13:00～16:00 2階ホール

定員：12名(申込先着順)
申込時に希望の時間帯を申告して下さい。
第1グループ 開始時間 13:00～13:50 4名
第2グループ 開始時間 14:00～14:50 4名
第3グループ 開始時間 15:00～15:50 4名
集合：各グループ開始時間の10分前にホール前に集合。

参加費：100円(マウスピースは当日110円で購入可)
持ち物：マスク着用で室内用シューズをお持ちください。
申込：5月26日(水)受付開始 窓口受付10時～ 電話受付11時～



総務部会

ミニシアター 映画「日にち是好日」 2018年公開

6月26日(土) 10:00～(開場 9:40) 2階ホール 上映時間100分

監督・脚本 大森立嗣 原作 森下典子『日は好日「お茶」が教えてくれた15のしあわせ』
出演 黒木華(主人公典子役) 樹木希林(お茶の先生武田役) 多部未華子(美智子役)

大学生の典子は母親の勧めで、気乗りがしないまま従姉妹の美智子と共に、茶道教室に通い始める。季節のように生きる。雨の日は雨を聞く。雪の日は雪を見て、夏には夏の暑さを、冬は身の切れる様な寒さを。五感を使って、全身で、その瞬間を味わう。「お茶」の魅力に気づき、惹かれていった女性が体験するのは・・・。

定員：30名 ※途中、換気のため10分間の休憩を取ります。
参加費：無料
申込：5月27日(木)受付開始 窓口受付10時～ 電話受付11時～



福祉なんでも相談

6月10日(木) 14:00～16:00 調理室 主催・多摩市社会福祉協議会

合縁奇縁

ここ数日の間に急に気温が上がり暑くなってきましたね。かえで館の空調もあわてて冷房に切り替えました。温度設定はご利用の皆様の方で変更して頂いて結構ですので、体感に合わせて調節してください。ここで1点、注意して頂きたいことがあります。かえで館の空調設備は一般のご家庭のエアコンとは異なっており、1台の室外機にたくさんの室内機がつながっています。このため、冷房運転と暖房運転を混在させることが出来ません。もし混在させると故障の原因となりますのでご注意ください。

この時期に暑くなるということは、真夏はもっと暑くなりそうで心配ですね。緊急事態宣言も5月31日までの延長が決定されました。三密回避の対策の一環として、かえで館をご利用の皆様には換気の徹底をお願いしていますが、一方で冷房が十分に利かなくなり、今年もご迷惑をかけることになりそうです。ワクチン接種がやっと始まりましたが、コロナ感染を気にせずに行動できるのはまだまだ先になりそうです。かえで館では感染対策に注意を払いつつ、慎重に各種イベントの計画を進めていますので、ご利用の皆様も是非ご協力をお願いします。(宮近)

6月		予定表	令和3年
1	火		16 水 スマホ連続講座
2	水	スマホ連続講座	17 木
3	木		18 金
4	金		19 土
5	土		20 日 運協定時総会(書面)
6	日		21 月
7	月		22 火 休館日
8	火	休館日	23 水 スマホ連続講座
9	水	スマホ連続講座	24 木
10	木		25 金
11	金		26 土 ミニシアター
12	土	簡単ストレッチ・ヨガ教室	27 日
13	日		28 月
14	月		29 火
15	火		30 水
定例役員会・6月13日		総務部会・6月3日	

太陽系惑星クイズ 正解と大きさ

① 水星 半径 2,439 km

② 金星 6,051

③ 地球 6,371

④ 火星 3,390

⑤ 木星 69,911

⑥ 土星 58,232

⑦ 天王星 25,362

⑧ 海王星 24,622

太陽 696,000

〈太陽と地球の比較〉
半径 地球の 約109倍
質量 地球の 約332,837倍

太陽から遠い木星、土星、天王星、海王星は水素とヘリウムといったガスを主体とする惑星であり、木星などの惑星の半径は大きいですが、密度は小さい。

訂正

かえでニュース5月号(No.338)表紙の運営委員紹介の欄で編集最終工程でミスがあり、お詫びいたします。正しくは下記の通りです。

文化部会
◎増山 正之 伊藤 典子
○鞍田 英樹 片岡 正明
石塚 脩 新倉 直樹
三角 むつみ
増山 恭子
野口 暁士

みんなで創る みんなの かえで館



6月号(第339号) 6月の休館日 8日・22日
令和3年(2021年) 5月25日
編集 広報部会 info@atago-kaedekan.jp
ホームページ https://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

愛宕コミュニティセンター運営協議会

令和3年度 定時総会(書面) 6月20日(日)に開催

新型コロナ感染防止のため令和3年度は書面による定時総会といたします。運営委員には事前に議案書を送ります。

第6回 スポーツウエルネス吹矢教室 6月16日(水) 13:00～16:00 2階ホール

コロナ感染防止対策を万全にして、吹矢を楽しもう！ 申込み要項は4頁にあります

スポーツウエルネス吹矢は、腹式呼吸をベースにした健康増進につながるスポーツです。コロナ禍で巣篭りを余儀なくされ運動も不足がち、的めがけて矢を飛ばし、ストレスを発散しましょう！ぜひご参加ください。

緊急事態宣言の継続など、コロナの状況によっては中止することもあります。最新情報はホームページをご覧ください。



愛宕地区の公園がリニューアル 愛宕第二公園 (愛宕2丁目59)

3頁目に愛宕第一公園の紹介があります



ポルタリングの裏に小学生の書き物があります。

総務部会

初心者 スマホ連続講座

6月2日、間もなく開講！

初心者スマホ連続講座の申込みは5月1日、窓口と電話での申込みが殺到し、瞬く間に定員6名とキャンセル待ち4名が埋まりました。申込み受付できなかった皆さま申し訳ございません。スマホに対して皆さまの要望の強さを改めて感じました。次回開催はより一層楽しいスマホ講座にしたいと思います。ご期待ください。

新型コロナ 緊急事態宣言延長 感染防止対策を徹底しよう！

5月31日まで貸室利用は20時まで、各室定員の50%に以下に制限します。

飛沫の飛ぶイベントは極力自粛をお願いします。

引続き、マスク着用！ 手指の消毒！ 3密回避！ 換気を！ 不要な外出ひかえて！

開催しました

簡単ストレッチ・ヨガ教室 5月8日(土) コロナの影響で中止となりました。

いきいきシニアサロン 共催 愛宕かえで館 + 関戸公民館 + 永山公民館 5月8日(土) 10時～12時
新緑の愛宕 楽しかった春の植物観察会！ 講師 仙仁 径氏（パルテノン多摩博物館学芸員）



仙仁 径(せん に けい)氏
パルテノン多摩博物館学芸員/多摩市緑と環境審議員/東京都の絶滅危惧種山野草「ハタザオ」の保護活動や多摩市ツバメ調査団など積極的に活躍されています。
今後、「多摩市の植物」について本紙に連載で執筆してください。ご期待ください。



ミニシアター「阪急電車 片道15分の奇跡」
4月25日(日) ホール

コロナ感染防止のため延期となっていたミニシアターを今年初めて開催することができました。
映画は阪急電車今津線を舞台に、失恋をしたOLや女子大生、老夫婦などの人生が、片道15分の間に交差するヒューマンドラマでした。

参加者21名(女性12名、男性9名)の内、約半数(10名)がミニシアター初参加。鶴牧、落合等の離れた地域からの参加も見受けられました。

【感想アンケート結果】
◆観たい作品でした。とても良い映画でした。(50才男性)
※3度目の緊急事態宣言初日という微妙な時期。換気と三密対策を徹底した上で開催しました。

自主防災訓練、初めて三者合同で実施
4月22日(木)



今回の防災訓練は愛宕かえで館(スタッフ・来館者)と併設されているデイサービスセンター(愛宕陽だまり)と高齢者集合住宅(シルバーピア)居住者と初めて三者合同で21名が参加し実施しました。

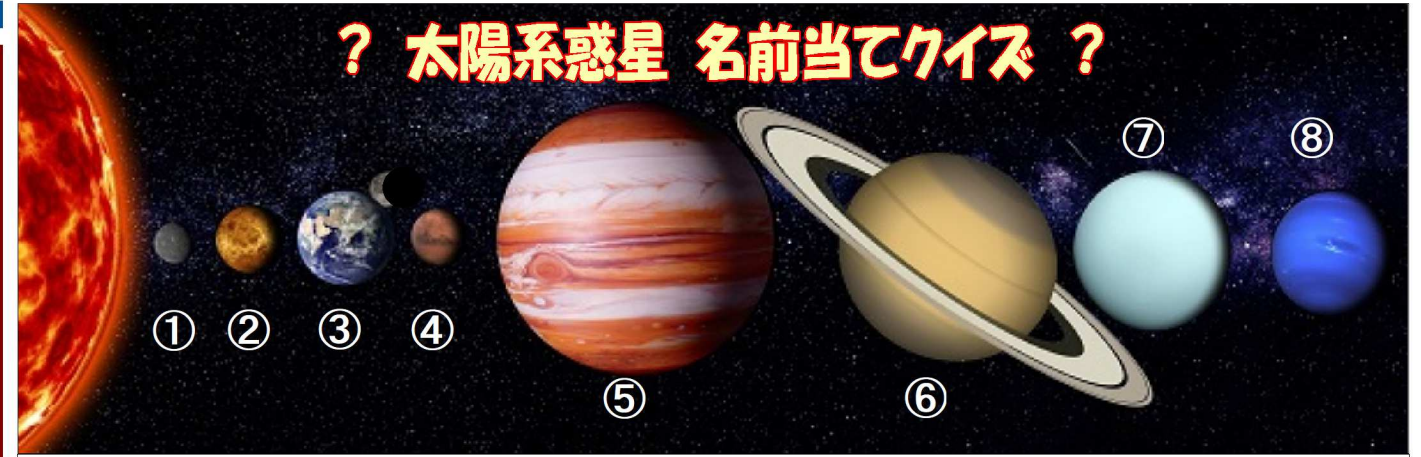
訓練は1階調理室から出火を想定。
①通報訓練 ②消火訓練 ③避難訓練と排煙設備の点検を行いました。

残留者確認と駐車場への避難誘導など

非常に短時間で出来ました。

今後、防災訓練を年3,4回実施し、より一層しっかりと防災態勢をつくりたいと思います。

※ 第4ブロック自治会のご厚意により、備蓄用の五目御飯(右の写真)を事前に炊き出し、参加者に配布して下さいました。松本自治会長ありがとうございました。



クイズ

太陽の重力が及ぶ太陽系には上の写真のように太陽(左端)に近い順に8つの惑星があります。これら8つの惑星の名前を当ててください。正解と大きさの比較は4頁にあります。

愛宕地区の公園がリニューアル！ 遊具などが新しくなりました。

愛宕第一公園(愛宕2丁目62) トイレも設置されています。



多摩市 市制施行50周年

多摩市のこと、もっと知ろう！ part ③

多摩市の名前の由来

多摩市の母体は、明治22年4月1日の市町村制の施行と共に、旧8ヶ村と二つの飛び地が合併して多摩村が誕生したことによります。

この「多摩」という語の語源については諸説ありますが、多摩川の上流の峠で山梨県丹波山地方から起こったという説が最も有力です。上流の川の名である丹波(たば)川が生まれ、この川の名によって地域である郡名の多摩郡も称号するようになったといわれています。

その後、昭和39年4月1日に町制施行で多摩町になり、昭和46年11月1日の市制施行により多摩市となっています。(多摩市ホームページより抜粋)

6月 6日(日) 10時～ 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)

菜の里プロジェクト

6月の作業日は8日・18日・28日です

今年から野菜の販売日をお知らせするため、「新鮮野菜」ののぼりを、かえで館の玄関先に建てることにしました。のぼりが出ている時は、ぜひお立ち寄りください。

これからも私たちが育てた野菜が、皆さまの食卓を賑やかにしてくれることを願っています。



平澤商店 VARIETY MEAT
〒206-0002 東京都多摩市一宮
お肉販売所
042-373-0018
いいホルモン あります。

外来 内科・高齢内科・消化器科・呼吸器科 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】 多摩市貝取1431-3
土曜・日曜午後・祝日午後 【永山駅より徒歩8分】

株式会社 麻生徽章
TEL. 042(374)0330(代) FAX. 042 (374) 0477
〒206-0033 東京都多摩市落合6-9-1
営業品目
バッジ・メダル カップ・トロフィー キホルダー・タイ染・ストラップ
校旗・社旗・会旗・優勝旗・懸垂幕・横断幕・のぼり・腕章・ワッペン
看板(室内サイン・屋外アートサイン/デザイン設計 施工)

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】 愛宕4丁目6-25-102
訪問初心者歓迎・プランOK (ニュータウン通りミシン店となり)
詳しくはお気軽にお電話ください 電話 042 (356) 2082
FAX 042 (319) 6567