

福祉なんでも相談会

毎月第2木曜日(2月、8月を除く)に開催しています。お気軽に相談ください。

10月14日(木)14時～16時

調理室

相談



簡単ストレッチ・ヨガ教室

10月9日(土) 9:30 ～11:00

2階ホール

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：9月25日(日) 受付開始 窓口受付10時～ 電話受付11時～

健康育成部会



多摩市市制50周年記念
ビデオ放映中！

かえで館入口正面のインフォメーション
(大型モニター)で「多摩市市制50周年
物語」多摩市在住著名人17人が語る
「ボクとワタシのTama Story」を上映中！



9月は下記の5名を紹介しています

野坂 きよか Tama映画フォーラム
実行委員会名誉委員長

赤枝 朋嘉 赤枝医院 院長

小巻 亜矢 サンリオピューロランド
館長

小山 喜八 地酒の小山商店

上杉 華澄 書道家

◆ミニシアター 映画「街の灯」

1931年制作 87分

10月17日(日) 上映開始 10:00 開場 9:40

2階ホール

定員：30名 参加費：無料

申込：9月26日(日) 受付開始 窓口受付10時～ 受付11時～

チャップリン映画の最高傑作 90年前の作品

1931年(昭和6年)のアメリカ合衆国の映画。チャールズ・チャップリンが監督・脚本・製作・主演したコメディ映画。サイレント映画ですが伴奏音楽と音響付きのサウンド版として公開されました。

出演：チャールズ・チャップリン(放浪者) ハリー・マイヤーズ(富豪)
ヴァージニア・チェリル(盲目の花売り娘)

家も仕事もない放浪者チャーリーは、街角で花を売る盲目の娘に恋をする。その娘に金持ちの紳士だと勘違いされたチャーリーは、清掃員として働いたりボクシングの試合に出たりして金を稼ごうとするが、なかなか上手くいかない。そんな中、酔っ払いの富豪の男と親しくなったチャーリーは、彼から大金を譲り受けるが……。

総務部会



あたご写真クラブ 第2回メンバー展 開催中！ 2階ギャラリー

「あたご写真クラブ」では、毎月の例会選抜作品展(階段壁面常設展示)と会員個々人が今まで撮り貯めた作品の集大成として、個展・2人展などの形で2階ギャラリーで写真展を行っています。第2回目の本間百合子さんは特に「人・動物」に興味を惹かれて撮り続けてこられました。個性豊かな作品を是非ご覧ください。

「本間百合子写真展」日時 9月16日(木)～10月19日(火) 2階ギャラリー



2020 全員女性です 本間百合子

10月		予 定 表		令和3年	
1	金		16	土	
2	土		17	日	ミニシアター
3	日		18	月	
4	月		19	火	
5	火		20	水	スマホ連続講座
6	水	スマホ連続講座	21	木	
7	木		22	金	
8	金		23	土	
9	土	簡単ストレッチ・ヨ-ガ教室	24	日	
10	日		25	月	
11	月		26	火	休館日
12	火	休館日	27	水	スマホ連続講座
13	水	スマホ連続講座	28	木	
14	木	福祉なんでも相談	29	金	
15	金		30	土	
			31	日	
定例役員会・10月10日			総務部会・10月7日		

みんなで創る みんなの かえで館

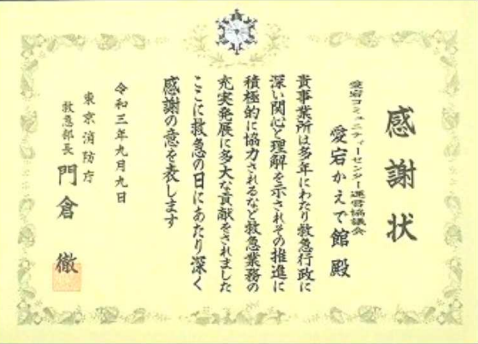
10月号(第344号)

10月の休館日
令和3年(2021年) 9月25日 12日・26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

東京消防庁より感謝状！



「救急救命講習会」や「自主防災訓練」の実施など愛宕かえで館の日頃の救急・防災活動に対して東京消防庁から感謝状を受賞しました。

9月15日多摩消防署長・下重氏より武田代表に感謝状が手渡されました。

写真左、多摩消防署長・下重氏
写真右、運協代表・武田氏
(撮影時、マスクを外してもらいました)



コロナ感染防止対策を徹底し、かえで館まつり、コンサート開催を決定しました！

新型コロナ禍ではありますが、運協・役員会は今年の「かえで館まつり」を、飲食を伴う出店は行わないで舞台発表、作品展示のみで実施することを決定しました。但し、緊急事態宣言発出中の場合は残念ながら取り止めとなります。文化部会主催のコンサートもワクチン接種、コロナ感染状況を考慮し開催する事になりました。新型コロナ・デルタ株の感染防止のためマスク着用、消毒、三密回避、等のご協力お願いいたします。

〈事前告知〉〈 詳細は11月号でお知らせします。〉

第21回 かえで館まつり

ホール・作品展示会場の入場人数に定員を設け3密を避けて行います。飲食の出店は今回ありません。

11月13日(土) 13時～舞踊・ダンス ホール
嵐会、マリカ アル ライル(ベリーダンス)
紅華会、雅奏会(かなでかい)、詩吟伯峯流



11月14日(日) 13時～音楽演奏 ホール



かえでスパンキーズ、TRY
東京・たまFolk、ニコ魂
ハーモニカあたご

11月13日(土) 13時～作品展示 第2・3会議室
14日(日)



パン粘土を楽しむ会、絵を楽しむ会
手づくりの会、折鶴の会、つるの会
ミセスデージズ、エコクラフト

小町雪乃 歌謡コンサート

文化部会

小町雪乃「演歌の花道」

11月28日(日) 前売入場料 500円
開演：13時半 定員40名(先着順)
ホール

小町雪乃 / 演歌歌手

オリジナル曲「夢の続き」はじめ、懐メロ、演歌からポップスまで歌います。プロの素晴らしい歌声・ステージをお楽しみください。

石橋美恵子/ピアニスト

多摩市より主宰する「うたごえランド」が音楽ボランティア活動で功労賞を受賞。



緊急事態宣言延長！ 9月30日まで

ワクチン接種済でもフレクスル感染があります！
引続きマスク着用、手指の消毒、三密回避等を徹底しましょう！

貸室利用は20時迄、各室定員の50%以下などの制限は継続します。(最新情報はホームページをご覧ください)

開催しました

ミニシアター 戦争を風化させない「映画と講演の集い」8月22日(日)ホール



毎年8月のミニシアターは日本が体験した戦争を、風化させないために“戦争に関わる映画”を上映してきました。今年の「映画と講演の集い」は第1部で戦場最前線で体験された方の話を収録し後世に残す活動を継続している“戦場放映を保存する会”の協力で“沖縄戦”の映像と沖縄戦を子供のころに体験した方の話を収録した映像を上映しました。そして第2部では、東京大空襲に9才の時に遭遇された武田昭氏（現・運協代表）に昨年の講演で話しかけなかった“驚愕の戦争体験”を聞きしました。その講演の一部を紹介します。

身寄りのなくなった9才の私は品川区荏原の霊源寺で小坊主をしていました。1945年3月10日深夜、たまたま住職の自宅がある浅草の吾妻橋付近にいました。

◆隅田川は死体の山

遠くから誰かが“逃げろ、燃えているぞ！”と叫ぶ声で外に出てみると、両国深川方面の空は真っ赤。“危ないぞ！逃げろよ！逃げろよ！”その声の後、人がワァッと出てきて、子供をおんぶしたり抱いたりしたお母さんが通過ぎて行った。火の粉がパラパラと落ちてきました。私は吾妻橋の下でうつぶせになって夜を明かして朝、眼を開けると周りは全部焼け野原。昨夜通り過ぎた母子はそのままの姿で死んでいました。、炎から逃れようとして墨田川に飛び込んだ人、炎で酸素を奪われて窒息死した人たちで墨田川は死体の山でした。

翌日は暖かくて天気の良い日でした。今では桜並木が続く隅田川沿いをずーっと掘って死体を埋めていました。

一面焼け野原の中ボツンと残った霊源寺に戻ったある日、境内から、あちこちに焼夷弾がパラパラと落ちているのを眺めていた、その時、目の前に六角形の焼夷弾が落ちてきました。たまたま不発弾でしたが、当たっていたら私は即死ででしたでしょう。

◆東京大空襲から終戦まで一人

住職も亡くなり、奥さんは実家に疎開してしまい、私はお寺で東京大空襲から終戦までずーっと一人でいました。食べ物は何もな

かった。立派なお寺だから台所に手押しの井戸があってその水を飲んでた。その井戸があったから生きていられたと思います。

着る物もパンツ一枚で8月の終戦までいました。そのパンツの縫い目にびっしりシラミがわいて、自分の血を吸って赤い線が背中に入ったシラミをもったいないから食べたりもしました。



◆骨と皮の姿で戦争孤児施設へ

私が見つけた時は“頭でっかち尻すぼみ”であばら、腕、足、は骨と皮だけ、立とうとしても立てない、水しか飲んでいないからそうなりますよね。それから西武多摩湖線の萩山駅近くにあった戦災孤児収容所に収容されました。……。

〈講演後の質問〉大変な経験をなさった武田さんは運協の代表や人のための活動を惜しまずやられています、どこからその原動力が湧いてくるのでしょうか？

武田 人との交流を望んでいますので、ただそれだけです。子どもの頃、昭（あきら）は「天真爛漫」だねとも言われていました。

“戦争だけは本当にヤダなど今でも考えています。”と静かな声で武田さんは講演を締めくくられました。

第7回 スポーツウエルネス吹矢教室 8月18日(水)ホール

スポーツウエルネス吹矢教室は8月18日(水)に行われ、7名が参加しました。三つの時間帯に分け、それぞれタップリ時間をとり参加者は集中して向かって吹矢を飛ばしていました。

【参加者の声】 ～ 健康的で、精神も統一でき楽しい教室です ～

80才に手の届く私が、スポーツウエルネス吹矢に挑戦して1年……120cmのグラスファイバー製の筒に1gの矢をセットし、視線を的の中心に注いで集中力を高め、腹式呼吸で一気に吹くと吹矢が的を目指して飛び、見事に7点のエリアに刺さる。

初めて受講した際にご指導の方から

- ① 始射の開始時と終了時には、的に対して礼に始まり礼に終わる。
- ② 筒に矢をセットしたら筒先は下げない、筒を支える左腕の姿勢等。
- ③ 腹式呼吸で一気に吹く際は「フウ」ではなく「フッ」で。

などのアドバイスがあり、今回見事に真ん中の7点エリアに刺さりしました。

ご指導の方、スタッフの皆様の手際の良い運営に、感謝しております。次回の教室が待ちどおしい！（S・H）



簡単ストレッチ・ヨガ教室 9月11日(土) 9月の教室には19名が参加しました。最近、初参加の方が増えています。皆さんも気軽に参加ください。

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・blank 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

平澤商店

VARIETY MEAT

〒206-0002

お肉販売所
042-373-0118
東京都多摩市一の宮



いいホルモン
あります。

連載

「多摩・愛宕の自然・植物探索」その3 仙仁 徑

秋だけなわです。

遊歩道を歩きながら 木の実を観察してみましょう。

近年は気候変動により、さまざまな異常気象が起こっています。通常、10月になると涼しくなり、天気が規則的に変化するようになります。しかし近年は気温が30度を超えたり、長雨が続きたりすることもあり、野生の動植物へのダメージが心配です。

さて、愛宕山緑地の南側、東愛宕中学校裏あたりから愛宕1-2の都営住宅へ下りていく遊歩道の入口にあるフェンスに「エビヅル」(写真①)というつる植物が絡まっています。時々ヤマブドウと間違われますが、当たらずとも遠からず。葉も実もヤマブドウより小さく、葉裏に毛がたくさん生えていて白っぽいのが特徴です。雌株に成る小粒の実には甘酸っぱい味がします。10月下旬になると葉が色づき始め、11月には真っ赤に紅葉します。ところで壁や木につくツタ(写真② ナツツタ)もエビヅル同様、ブドウの仲間です。ツタの樹液を煮詰めたものは「アマヅラ」と呼ばれ、中世以前には貴重な甘味料として使われていたそうです。

秋は色んな木の実が見られますが、今回はムラサキシキブ(写真③)を紹介します。雑木林やその縁に生えている低木で、秋に小さな紫色の実がたくさん成ります。園芸店などで売られている鉢植えを見かけますが、多くは別種のコムラサキ(写真④)で、中には北米産の原種の改良品種もあります。ムラサキシキブの実には鳥が食べますが、特に日当たりの良い場所で大きな実は甘いそうです。また種子のまわりには発芽阻害物質があり、そのまま播いても発芽しません。鳥に食べられることで阻害物質が取れ、鳥のフンから発芽するそうです。確実に鳥に運んでもらうのに、こんな工夫をしていることに驚かされますね。

バルーン多摩博物館学芸員
多摩市みどり環境審議員
仙仁 徑氏



①エビヅル

②ツタ

③ムラサキシキブ

④コムラサキ

自然・植物 なんでも Q&A コーナー を設けます！

珍しいものを見つけたけれど、名前が分からない植物や自然現象などありませんか？

買い物や散歩の道すがら、ちょっと意識して周囲を見ていると綺麗な花や実、珍しい植物などに目が止まったり美しい花に感動したことはありませんか！ そんな時、メモしたり、スマホで写真を撮ってみてください。

ある人が言っていました。“花や実や植物の名前を知るだけで人生3倍楽しくなる”と。

本紙連載中のパルテノン多摩博物館学芸員・仙仁径さんが「自然・植物」などに関して、皆さんからの質問に答えていただける「Q&A コーナー」を設けることになりました。

質問方法・要項の詳細は、かえでニュース次号11月号に掲載します。

知りたい事、調べてみたけど分からないことなど、今からチェックしておいてください。

スマホ連続講座 第2期 9月1日スタート！

9月1日より、初心者向けの「スマホ連続講座」第2期を2階ホールで開講しました。受講生は9名(女性6名、男性3名)講師は第1期と同じ山口眞喜子先生。

これから毎週1回(全12回)、11月末まで続きます。(総務部会)



10月 3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)

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・blank 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

平澤商店

VARIETY MEAT

〒206-0002

お肉販売所
042-373-0118
東京都多摩市一の宮



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
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】



菜の里プロジェクト

作業日は毎週水曜日 10月は
6日・13日・20日・27日です

菜の里の畑近くに水道施設が移設され、
水汲みが大変便利になりました。
9月8日に大根の種を一つの穴にそれぞれ3粒ずつ蒔きました。10月は間引き作業で、収穫は11月です。