

かえで館と地域のイベント情報

天然酵母のパン毎週水曜日販売中！

天然酵母でつくる美味しいパン ベスト5！



スローフーズミヤの天然酵母のパンは美味しいとお買い求めになるリピーターが増えています。そこで、かえで館のお客様の好きなパンベスト5を紹介します。

1位 クランベリークリームチーズ

2位 イチジクルミ食パン

3位 ウィンナークロワッサン

4位 デニッシュパン

5位 レーズンスティック

菜の里プロジェクト

★ 新鮮野菜 無人販売コーナーを設置 ★

夏秋は野菜の成長が早いので、木曜日以外にも旬の野菜を都度収穫し不定期で無人販売コーナー(1階通路)で販売します。ちよいちよい、かえで館をのぞいてください。

9月の作業日は毎週木曜日

簡単ストレッチ・ヨガ教室 参加者募集！

9月9日(土) 9時30分～11時 ホール

健康育成部会

体の硬い人、疲れが取れない人に血液の流れを良くし、筋肉や関節を柔軟にする健康教室です。

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

申込受付：8月26日(土)より 窓口 10時～ 電話 11時～



ミニシアター

9月は「認知症啓蒙月間」認知症をテーマにした映画を上映します。

総務部会

9月17日(日) 10時～ ホール 定員：50名

申込受付：8月27日(日)より 窓口受付10時～ 電話受付11時～

※上映作品につきましては愛宕かえで館までお問い合わせください。

スマホ・パソコンなんでも相談会

予約受付期間 8月26日(土)より9月15日(金)

9月の相談会 9月28日(木) 13時30分～ ホール

受付窓口 10時～ 電話 11時～



貸室使用限度を週2単位に

利用者アンケートでの要望に応じて、コミュニケーションルームの使用限度を改訂しました。週1単位を週2単位に使用限度を増やします。(愛宕コミュニティセンター運営協議会)

あたご写真クラブ 選抜展階段壁面で常時開催中

「本間百合子遺作写真展」8/20～8/31

「チャレンジ写真展」9/1～9/30 2階ギャラリー

アーケードカフェ

9月12日(火) 11時30分～15時

歯科医師による認知症理解講座(お口の中の話)

参加費 100円

於：愛宕第一住宅商店街内 商店街の駐輪場は使用出来ません。

主 催：ほほえみネットワーク・愛宕

事務局：多摩市社会福祉協議会 申込 ☎ 042-373-5616



お待ちしております♪

大歓迎!!!

あたご写真クラブ

メンバー募集中

・初心者の方も大歓迎です！

・写真の技術を磨けます

・季節ごとの撮影会

・かえで館での作品展示

・例会の見学も歓迎しております(毎月第4日曜日／かえで館にて)

お気軽にご連絡ください♪

連絡先：熊谷 090-3599-4312



合縁奇縁

連日のように「危険な暑さ」の日が続いています。熱中症で救急搬送される人は昨年より大幅増とのこと。異常ともいえる暑さであり、休息や水分補給など十分な注意が必要だと思います。さらにヨーロッパやアメリカでも猛暑が続いているそうで、「地球が沸騰」しているとのコメントも耳にしました。先日の台風6号の進路や雨量にも驚かされます。地球全体の環境が大きく変化しつつあるのかもしれない。

また、暫く落ち着いたように見えたコロナ感染もジワジワと増加を続けています。感染者数も昨年末頃の第8波のピーク値の半分くらいに達しており、今後さらに増えるとの予想です。こちらも、特に高齢者の方は、十分に注意が必要です。

かえで館では本年度の事業をコロナ前に戻すべく対応中です。かえで館最大のイベント、かえで館まつりもコロナ感染状況に注意を払いつつ準備を進めています。

「withコロナ」の状況であり一定の感染対策は継続しなければなりません。ご利用の皆様にはご不便をお掛けしますが引き続きご理解、ご協力をお願いします。(宮近)

9月予定表 令和5年

6	水	パン販売
9	土	簡単ストレッチ・ヨガ教室
10	日	役員会
12	火	休館日
13	水	パン販売
14	木	スマホ連続講座第7期開講
17	日	ミニシアター
18	月	救急救命講習会
20	水	パン販売
26	火	休館日
27	水	パン販売
28	木	スマホ・パソコンなんでも相談会
30	土	総務部会・プチ防災訓練

かえでニュース

9月号 編集 広報部会 info@atago-kaedekan.jp

第372号 令和5年 2023年 8月 25日 かえで館 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:042-375-2990 FAX:042-357-0472

＜事前告知＞

10月8日(日) 9日(月・祝)

第23回 かえで館まつり

今年も昨年に引続き、盛大に「かえで館まつり」を行います！

既に実行委員会を立ち上げ、準備も進行中で、出演・発表団体も練習・創作活動に熱が入っていることでしょう。

中庭での屋台・出店担当者も張り切っています。また、行列になるほど人気の「骨密度測定」も今年は復活する予定です。

ボランティア協力員募集！かえで館まつりの企画、会場設営、駐車場管理などに参加して下さい。受付で申し込みを！

かえで館まつり実行委員会 9月10日(日)13時30分～ 於：かえで館ホール

↓ 下は過去のかえで館まつり

屋台・出店

音楽・舞踊・ダンス

健康・福祉

販売コーナー

作品展示

令和5年度

人の命を救えます！救急救命講習会受講生募集！

9月18日(月・祝) 9時30分～12時

総務部会

※受講者には東京消防総監より「救命技能認定証」が交付されます。

救急隊の到着前に適切な応急手当を行なうことが出来れば、一人でも多くの人の命を救えることになります。

救急蘇生方法・人工呼吸法・AED使用法など救急救命講習を受講して応急手当を行なえる知識と技術を学びましょう。

講師：多摩消防署員

参加費：新規の方1,500円 継続の方1,300円 (テキスト代含む)

定員：20人 中学生以上どなたでも参加できます。

申込：8月26日(土)より 窓口受付10時～ 電話受付11時～

於：ホール



講習会風景

初心者向け スマホ連続講座・第7期受講生募集！

9月14日(木)開講 11月23日(水)まで 3ヵ月・全12回

会場：ホール

講師：増山恭子氏(かえで館運協委員)、サポート要員1～2名(運協委員)

開講日時：毎週水曜日(全12回) 10時～12時

※一部、曜日と時間に変更になります → 9/14(木)13:30～15:30、11/23(木)10:00～12:00

参加費：1,200円(全12回分の受講料)テキスト代別 300円 ※途中キャンセルは返金不可

持ち物：お手持ちのスマートフォン ※タブレットは不可

定員：6名 申込者が定員を超えた場合は抽選とします。

抽選後に当選者のみ、かえで館より電話連絡します。

※元受講生(1期～6期)でも申込を受付ますが、講座内容は初心者向けとなりますのでご承知ください

申込み期間 8月26日((土))～9月5日(火)

窓口受付 10時～ 電話不可

※申込用紙に記入し提出下さい

開催しました

大盛況！4年ぶりのサマージョイントコンサート 8月6日(日)ホール

皆様が待ち望み、コロナ禍以降4年ぶりに開催することができたサマージョイントコンサートは3バンドとベリーダンスの出演となりました。当日は開場を待つ人がホール入り口に溢れ、開演時には椅子が足りなくなるほどの大盛況で、観客・出演者など含め、のべ119名が集う会場は熱気に包まれました。



TRY



かえでスパンキーズ



マリカ アル ライル

トップバッターのかえでスパンキーズは懐かしいジャッキー吉川とブルー・コメッツの「ブルーシャトウ」などグループサウンズの曲に加え、ポールアンカの「ダイアナ」も披露しました。

TRYはデル・シャノンの「ランナウェイ」や荻野目洋子の「ダンシング・ヒーロー」など、いろいろなジャンルの曲で楽しませてくれました。

永山ベンチャーズのリードギターは高校の元校長先生、その奥様がキーボードを担当、ご夫婦で参加しての演奏はベンチャーズの「パイプライン」をはじめとする名曲にしばれました。

各バンド30分間の熱演！“みんな上手くなった”と常連客が言う通り、会場全体が大盛り上がりとなりました。

最後にマリカ アル ライルの異国情緒あふれる魅惑のベリーダンスを楽しみました。ダンサーの指導の下に体をほぐす“健康ダンス”を観客の女性も男性も一緒に踊り、最後まで楽しんでいました。

令和5年度定時総会 開催される 6月25日(日)ホール

昨年はコロナ禍で書面による定時総会でしたが、今年度の定時総会は多摩市長（阿部裕行氏）、多摩市議会議長（三階道雄氏）を含む5名の来賓の方々と運営協議会委員20名の出席の下で開催されました。前年度の事業活動報告・収支決算報告・監査報告、今年度の予算案（改訂）を含む議案（第1号議案～第4号議案）は全て承認可決されました。

かえで館シネマ「ローマの休日」感想 7月16日(日) 参加者 午前・午後合計 42名(女性32名、男性10名)

- ◆久しぶりに青春しました。楽しかったです。（77才女性） ◆ヘップバーンがとてもきれいでした。（85才女性）
- ◆昔の映画は白黒で見てもよいです。何回も見たい映画です。若い時を思い出しました。（85才女性）
- ◆オードリーヘップバーンがいつまでも若いし可愛い。最初に観た時の印象があまりに良くて、今回もやっぱり良かったです。楽しい。涙がでました。すてきな映画ありがとうございました。（76才女性）
- ◆青春時代を思い出し、心がワクワクしました。もう一度その時代に戻りたいです。有難うございました。（81才女性）
- ◆何十年ぶりでしょうか。グレゴリーペックに逢えて若返った気分でした。推しです。!!（88才女性）
- ◆古い映画とは見えぬほど、笑いあり、涙あり、改めて感動しました。（82才女性）
- ◆この歳になり自分達の進んできた人生とドラマ二人の進む人生に何か教えてもらった感じがありました。（76才男性）

フレイル予防測定会 7月22日(土) ロビー

身長、体重測定、片足立ち時間測定、5メートル歩行テスト、講義など行い、最後に面接で測定結果診断を受けました。

ノルディックポールウォーキング教室 7月16日(日)

ポールを使う基礎練習の後、39度近い猛暑の中、できるだけ日陰を通して松が谷のプレイスまつまるまで往復しました。

簡単ストレッチ・ヨガ教室 8月12日(土) ホール 19名が参加して行われました。

スマホ・パソコンなんでも相談会 7月27日(木) ホール 相談者はパソコン2名、スマホ2名。講師は中島氏と他2名

第6期スマホ連続講座修了 8月9日(水) ホール 受講生5名。受講生に「終了証書」を武田代表より授与しました。

連載

「多摩・愛宕の自然・植物探索」その26 仙仁 徑

もう少し朝ドラ「らんまん」に登場し、
愛宕でも見られる植物にお付き合いください。



ヤブラン



花



紫色の花軸

今年の夏は厳しい暑さに見舞われましたが、それでも季節は確実に秋に向かい始めました。暑い日もまだありますが、夜になると虫の鳴き声でにぎやかです。

さて、地味な存在ながららんまんの撮影現場で活躍している植物があります。それは9月頃に淡紫色の花を咲かせるキジカクシ科（旧ユリ科）のヤブランです。撮影現場でちょっと緑が欲しい場所などにヤブランがさりげなく配置されています。ヤブランは雑木林の林床などに生えていることから日陰に耐え、また葉が常緑であることから季節を選ばずに使えるので重宝されています。

ヤブランは9月頃花穂を出し、大きい花びら（内花被片）3枚と小さい花びら（外花被片）3枚からなる淡青紫色の花を咲かせます。花穂をよく見ると、花がついている花軸は花と同じ淡青紫色に染まっているのが分かります。花の後に



熟した種子



オキナヤブラン

できる実はのちに黒く熟しますが、これは種子がむき出しの状態で、実は種子を覆っていた果皮は早い段階で落ちてしまいます。野生のヤブランの葉は濃緑色ですが、白い縞斑が入ったものや、明るい黄緑色の葉のものなど、花のない時期でも観賞価値の高いものがあります。そういったことから日本では古くから庭や公園に植えられていましたが、欧米でも日陰の庭で美しい花を咲かせ、かつ葉も鑑賞できる植物として利用されています。葉に白い縞斑が入ったオキナヤブランや、白い花が咲くシロバナヤブランは牧野富太郎がヤブランの変種として発表しました。しかし、現在はヤブランの品種に改められています。

種子はGlory LLC LimitedのPictureThisより。オキナヤブランは東京大学総合研究博物館亘理俊次日本植物写真コレクションより。それ以外の写真はパルテノン多摩撮影

仙仁 徑氏
パルテノン多摩博物館学芸員
多摩市みどりと環境審議員

自然・植物
Q & A

仙仁さんがズバリ回答！質問募集中！

身近な植物についての素朴な疑問・質問をお待ちしています！

受付窓口または右記Eメールまで送ってください。

info@atago-kaedekan.jp

里山の会

9月3日(日) 10時～

当月2回目は後日連絡します

代 表/武田 昭
監 事/熊本紀久子
事務局/宮内 均
(電話：338-0737)

特別講演「牧野富太郎と多摩」9月24日(日) 主催：パルテノン多摩

講師：田中伸幸氏 『牧野富太郎の植物学』（NHK出版新書）著者で、現在NHKで放送中の連続テレビ小説『らんまん』の植物考証（ドラマ内で登場する植物等に関するチェック）を担当されています。今回はドラマの植物考証の裏側など貴重な話もうかがえます。

【日 時】9月24日（日）14時～16時（13時30分開場）【会 場】パルテノン多摩2階 小ホール（自由席）
【受講料】1,000円（当日清算）【定 員】250人（応募人数が定員超過の場合は抽選）
【申込み】①パルテノン多摩ホームページの申込フォームより申込みます。 9/14（木）16時締切
②往復はがき往信欄裏面に住所・氏名（ふりがな）電話番号を記載し、下記へ郵送ください。
〒206-0033 落合2-35/パルテノン多摩「特別講演」係へ 9月14日必着
（友人、夫婦一緒にの当落を希望する場合は、申込フォーム・往復はがきとも全員分の氏名を記入ください。）

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】 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】

平澤商店 VARIETY MEAT

お肉販売所

042-0132-018

東京都多摩市一の宮

いいホルモン あります。

ぱぶすなっく樹々 昼カラオケ

営業時間：12:00～17:00
定休日：土日祝
料金：1300円（軽食付き♪）
落合東バス停から徒歩1分
多摩市落合1-18-2
juju.hirukara@gmail.com

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