



体に優しい！天然酵母のパン

毎週木曜日 午前11時から販売中！

人気メニューは「イチジククルミ食パン」（一番人気）、チーズたっぷりの「チーズフランス」季節のイチゴ、りんごなどが入った「ディニッシュパン」など



愛和小学校に
寄贈された
大谷選手の
サイン入りグローブ
生徒が順番に使っています。



簡単ストレッチ・ヨガ教室

4月13日(土) 9時30分～11時
於：ホール

講師：大塔松恵先生 上原典子先生 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 参加費：100円
申込受付：3月25日(月)より 窓口 10時～ 電話可 11時～



健康育成部会

ミニシアター

4月28日(日) 10時～於：ホール

映画の詳細につきましては、かえで館にお問い合わせください。



総務部会



スマホ・パソコンなんでも相談会

4月の相談会 4月25日(木) 13時30分～ ホール

◎ご相談は1対1で行います。時間は1人1時間が目安です。
申込期間：3/27(水)～4/15(月) 相談料：無料
窓口受付：10時～ 電話受付：11時～



「幼児コーナー」4月は「ティッシュでポン」作りです！

☆手作りゲームや工作ができる楽しい
幼児コーナーだよ！
☆「かざくるま」「ふとんをかけてね！」
など、簡単に作れるよ！
☆お父さん、お母さんも一緒に来て楽し
んでくださいね！



運営委員募集中！

愛宕の「まちづくり活動」
にあなたの「知恵」と
「力」を貸してください！
運営委員会はボランティアで
地域活性化の活動を行って
います。委員は必ずどこかの部
会に入って活動します。
(現在の部会紹介)
○ 総務部会
○ 文化部会
○ 健康育成部会
○ 広報部会

多摩ボランティア・市民活動支援センター 出張相談窓口を設置します

ボランティアに関する相談、ボランティア保険の受付、「にゃんともTAMARボランティアポイント」登録手続きなど。
4月18日(木) 14時～15時30分 ロビーにて 問合せ先 多摩市社会福祉協議会 042-373-6611

合縁奇縁 三寒四温が続いて
います。身体が暖か
さに慣れてきたら急に寒くなったり
して体調管理が難しいですね。さら
に花粉の飛散も重なり、花粉症の方
には一層つらい時期かと思えます。
ご自愛ください。
さて、かえで館では定例の行事に
加え、ジャズコンサート、パラスポ
フェスタ、多摩そば作りと盛りだく
さんのイベントを開催しましたが、
楽しんで頂けましたでしょうか。ま
た、お気づきの方もいるかと思いま
すが、1階の幼児コーナーでも季節
に合わせて楽しんで頂けるよう運協
委員が工夫を凝らしています。最近

4月 予定表 令和6年		
6	土	総務部会
9	火	休館日
11	木	福祉なんでも相談
13	土	簡単ストレッチ・ヨガ教室
14	日	役員会
18	木	多摩ボランティア・市民活動 支援センター出張相談窓口開設
23	火	休館日
25	木	スマホ・パソコンなんでも相談会
28	日	ミニシアター
パン販売 毎週木曜日 11時～ 4月 4日 11日 18日 25日		

はこの幼児コーナーを訪れるお子様
連れの方もよくお見かけするよう
になりました。
一方、桜が見頃になるこの時期に
は街中で新入生、新社会人とわかる
人を見かけることが多くなります。
かえで館でも新入職員の研修が始ま
っています。暫くは受付などで皆様
をお待たせすることがあるかもしれ
ませんが、温かい目で見守って頂け
ばと思います。なお、私も新任の職
員にバトンタッチすることになりま
した。皆様にはこれまでお世話にな
り大変ありがとうございました。新
年度も引き続きかえで館をよろしく
お願い致します。(宮近)



4月号(第379号)

令和6年(2024年)3月25日

編集 広報部会 info@atago-kaedekan.jp
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

春の会員募集

サークル活動で健幸増進！

あなたもサークルに参加しませんか

先日の利用者懇談会では、サークル会員を増やしてより活発な活動をしたい、との声がありました。そこで、本紙でサークルを紹介し、会員を募集いたします。サークルへの見学希望など、問合せ・参加申し込みは各団体へお願いします。

多摩市民『第九』をうたう会

初心者歓迎！ **会員募集** 丁寧に合唱・発声指導！

経験の有無やお住いの地域、性別は問いません。
本年12月に是非一緒にパルテノン多摩大ホールで歌いましょう。



講師指導員 合唱指導：松村詩史・佐藤秀義
発声指導：平田典之・田手道子
練習伴奏：高野英子・深瀬洋子

費用 入会金なし 年会費 36,000円

活動日 原則、毎週日曜日午後

練習場所 福祉センター かえで館など

問い合わせ申込み先 当会HP https://tama-dai9.jp
又は「多摩市民 第九」で検索

一日本舞踊 嵐会

・古典
・歌謡舞踊
(お好きな曲で)

初心者大歓迎！

☆頭・心・体の健康のために
☆タンスに眠っていた着物を出して
☆お仲間は優しい方達ばかりです

さあ、一緒に楽しく始めましょう！



講師 上方嵐流家元 嵐 一扇

費用 月会費 4,000円

活動日 毎週土曜 午後1時～5時

練習場所 かえで館

問い合わせ申込み先 042-339-1581
鈴木まで 嵐会

歌って健康増進！友達づくり！

カラオケサークル 白百合

会員募集

気持ちよく歌って～♪ 楽しく聴いて～♪
和やかな雰囲気です。サ
ークル白百合へぜひ、待っています。



費用 会費 月1,000円

活動日 毎週 金曜日
午後1時～5時

練習場所 かえで館

問い合わせ申込み先 042-375-3726
浜松まで

日本舞踊 紅華会

・日本舞踊
・創作舞踊

会員募集！

かえで館まつりには毎年出演。
わきあいあい、男女問わず参加で
き、楽しく教室をやっています。



講師 紅山流家元 紅之輔
(阿部清治)

費用 会費 月3,000円

活動日 毎月3回(参加者の
都合に合わせて)

練習場所 かえで館

問い合わせ申込み先 080-1333-1040
阿部まで

初心者向け スマホ連続講座・第8期受講生募集！

5月15日(水)開講 7月31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、曜日等、変更になる場合があります。
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～7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
主催：愛宕コミュニティセンター運営協議会 総務部会

申込み期間
3月27日(水)～4月17日(水)
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

各バンドが熱演！JAZZを堪能！

盛り上がった
ジャズ&ワインコンサート

3月3日(日) 於：ホール

今回で5回目の開催となった「懐かしのジャズ&ワインコンサート」は、コロナ沈黙化に伴って増やした定員(40名)もまたたく間に前売り完売となり、当日はワイン・おつまみなどを楽しみながらのなごやかで笑顔あふれる、大盛況のコンサートとなりました。

今回の出演バンドは4組。最初に登場の「B. J. Train」は、初出演ながらかえで館生まれのTRYメンバーも加わり、“ベサメムーチョ”を始め5曲を披露。2番目登場の「みなこ と えりな」は“ラバー



スパークリングローズ ft. Kikko



高橋ジャズバンド



みなこ と えりな

カムバック トゥーミー”など7曲と昨年出演した「莓」こと、えりなさんの素敵なトークで楽しめました。3番目登場は、多摩地域で活躍中の「高橋ジャズバンド」が“ジョージア オン マイ マインド”など7曲を演奏しました。

各バンドの演奏は素晴らしく、ピアノ、ドラム、サックス、ベースなどのソロ演奏やボーカリストの熱唱に大きな手拍手と多くの声援があり、バンドと観客が一体となって会場は大変盛り上がりしました。

最後に登場した、おなじみ「スパークリングローズ」は新メンバーが加入し、またボーカルには昨年に続きKikkoさんを迎えて、5曲を披露しました。その素晴らしい演奏と歌声に会場は熱気に包まれ、あっという間に時間が過ぎ、会場のたくさんのアンコールの声に応え、ボーカルのKikkoさんがワインコンサートに相応しい“酒と薔薇の日々”を熱唱、たくさんの拍手が鳴りやまず、コンサートの余韻に浸りながら終演となりました。

もう一回開催して欲しい、などたくさんの嬉しいリクエストをいただき、今年度の「懐かしのジャズ&ワインコンサート」は大好評のうちに終了となりました。



B. J. Train

簡単ストレッチ・ヨガ教室

3月9日(土)

ホール

初参加1名含め、21名が参加して行われました。

ミニシアター 映画「大逆転」感想

2月18日(日) ホール

参加者 30名(女性24名 男性6名)

- ◆楽しい映画でした。ありがとうございました。(48才女性)
- ◆アメリカ映画のコメディ、とても楽しかったです。コメディの内容は意味が深いものでした。(77才男性)
- ◆人間そのものが業と欲のかたまりだと思えます。(55才女性)
- ◆80年代の懐かしい映画で楽しかったです。(女性)
- ◆いかにも昔のユーモアたっぷりの楽しめる映画でした。ベッドの上で朝食を食べるシーンが外国映画ならではの風景。貧富の差が非常に大きい時代。(75才女性)
- ◆証券取引所のところ(が面白かった)(74才男性)

- ◆懐かしい映画を楽しみました。映画良いものですね。心を和ませてくれました。ありがとうございました。次回を楽しみにしております。(81才女性)
- ◆最後の大逆転で胸がスカッとする映画でした。(67才女性)
- ◆面白かった。吹替は全部だったらよかった。目が痛くて字が追えなかった。休憩時間があるのはとてもいいです。賭けの1ドルは印象的です。(52才女性)
- ◆楽しく観ました。ありがとうございました。良かったです。(77才女性)

スマホ・パソコンなんでも相談会

2月22日(木) ホール

相談者は6名(パソコン相談が1名、スマホ相談が5名)講師4人に対応。相談内容：アプリ関係、メール関係、LINE関係、等を相談されました。

スポーツウエルネス吹矢教室

2月28日(水) ホール

本年度最後のスポーツウエルネス吹矢教室は「かえでニュース2月号」での一面掲載の効果もあってか、募集開始早々に定員満員となる盛況ぶりでした。しかも、参加者のほとんどが初心者ということで吹矢仲間の輪が広がってきたように思われます。参加者の皆様が「思ったより運動になり健康維持にも良さそうだ」との感想を述べておられました。新年度も5月・8月・11月・2月に開催する予定ですので、奮ってご参加ください。

連載

「多摩・愛宕の自然・植物探索」その33

せんに けい
仙仁 径

よく見るとおもしろいスミレの花

4月号がお手元に届く頃は、多摩でもソメイヨシノが咲いているのでしょうか。でも今回は桜ではなく、身近な春の花であるタチツボスミレについてです。タチツボスミレはその9(2021年4月号)で種子をアリに運んでもらうことを紹介しましたが、今回は不思議な形の花について説明します。

まずは萼(がく)です。萼は多くの植物に見られますが、タチツボスミレを含むスミレの仲間は萼にかえしのような部分があります(図1)。専門用語では萼片の付属体と呼ばれていますが、付属体がある理由は分かっていないようです。

花の一部は後ろの方に細長く突き出ており、その部分は距(きょ)と呼びます。スミレ以外にも見られ、多くの場合は中に蜜があるのですが、スミレも同様です。しかしその内側が空洞ではないところがスミレの特徴で、2本の雄しべの一部が伸びた雄しべの距が唇弁の距におさまっています(図2)。

花を正面から見ると、花びらの根元にオレンジ色の部分が見えます(写真1)。分解してみると(図3)、雌しべのまわり

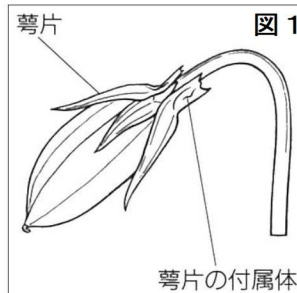


図1

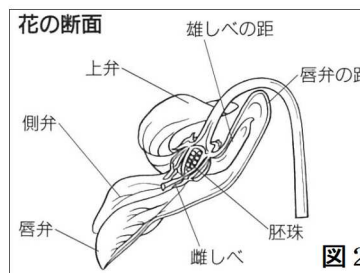


図2

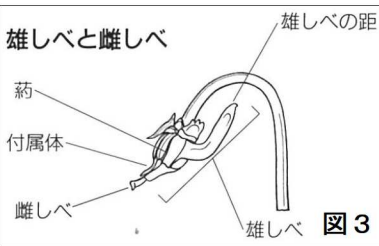


図3

5本のうち2本は一部が伸びています(雄しべの距)。雄しべの距から蜜が出て唇弁の距にたまります。昆虫がその蜜を吸うためにオレンジ色の付属体の輪の中に頭を突っ込むと、内向きの薬にある花粉が頭につくようになっています。複雑な形は確実に子孫を残すための工夫の一つなのです。

図は『増補改訂 日本のスミレ』(山と溪谷社)より。
写真は仙仁径氏撮影。

仙仁 径氏

パルテノン多摩博物館学芸員
多摩市みどり環境審議員

自然・植物 Q & A 仙仁さんがズバリ回答！質問募集中！

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

4月7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)

菜の里プロジェクト



雪にも負けず頑張ってます。
寒さに耐えた立派な野菜が
できそうです。乞うご期待！
いよいよ収穫の春です。
4月の作業日は
4日 11日 18日 25日です。

★福祉なんでも相談 & 「楽しく脳トレ」
4月11日(木) 14時～16時 調理室 多摩市社会福祉協議会

4月26日(金) 14:00～16:00 12名定員
docomoスマホ講座(申込期間4/22(月)まで 先着順)

アーケード カフェ
4月9日(火)
13時30分～15時(申込不要)



愛宕在住 中島さんの
ギターの音色に合わせて
歌をうたいましょ！
参加費100円

会場：愛宕第一住宅商店街内 コミュニティサロン 悠々
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・問合せ：☎ 042-373-5616

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

042-373-0118

東京多摩市一の宮

いいホルモンあります。

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・ブランク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

不用品整理受付

家電製品の整理、引っ越しの整理、遺品整理
粗大ごみの整理、ゴミ屋敷お片付けも御座います。

お掃除全般受付

エアコン、キッチン、バス、トイレ、床、壁など

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