

かえで館と地域のイベント情報

2025年 愛宕かえで館 賀詞交歓会 **1月12日(日)**
11時30分 ホール

多摩市市民功労賞 かえで館からは 武田氏、増山氏、松本氏が受賞されました!

多摩市市民表彰があり、37名が表彰されました。かえで館からは、代表の武田氏、文化部会長の増山氏、監事の松本氏が受賞されました。功労賞表彰状には「多年にわたり愛宕コミュニティセンター運営協議会の代表、役員として地域コミュニティ活動の推進に尽力されました。よってここにその功績をたたえ表彰します」と記されています。

事務局より 年末年始の貸室予約について

年末年始休館に伴い、令和7年2月28日～3月4日までの貸室予約を下記の通り受け付けます。
受付開始時間：9時30分～

2月28日(金)～3月1日(土)の
予約受付は **12月28日(土)**
3月2日(日)～3月4日(火)の
予約受付は **1月4日(土)**

12月8日(日) 13時～15時 **コアチューニング教室** 於:ホール

健康部会

仰向けに寝たり、椅子に座って楽ちん体幹調整運動を行います。

講師：小倉紀和美先生(看護師・コアチューニングトレーナー)
定員：16名 高校生以上 参加費：100円 持参品：水分、汗拭きタオル
申込受付：11月25日(月) 窓口10時～ 電話可11時～ ☎042-375-2990

12月13日(金) 10時～12時 **連続健康教室** 於:ホール 共催:あいクリニック・健康部会

人生100歳時代!～自分らしく生きるため(食う、寝る、遊び)の過ごし方～

☆ 講演講師：淵野 純子(フチノ ジュンコ)
☆ 軽体操講師：河内 咲乃(カワチ サキノ)

場所：かえで館 2階ホール 定員：30名 参加費：無料
申込受付：11月25日(月) 窓口10時～ 電話可11時～ ☎042-375-2990

12月14日(土) 9時30分～11時 **簡単ストレッチ・ヨガ教室** 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：11月25日(月)より 窓口10時～ 電話可11時～ ☎042-375-2990

天然酵母のパン 毎週木曜日 販売中! 11時～ 於:ロビー

スマホなんでも相談会 12月26日(木) 12月の相談会 於:ホール

◎ご相談は無料です。時間は1人1時間。
予約申込先着順
①13:30～14:30(定員2名) ②14:30～15:30(定員2名)
11/27(水)より 受付窓口10時～ ☎11時～ 042-375-2990

楽しい!「幼児コーナー」 **12月は紙皿でつくるよ!** **「クリスマスリース」**

工作の道具は受付のスタッフに言って借りてください。
☆保護者の方は幼児から目をはなさないでくださいね。

合縁奇縁 「一雨一度」(ひとあめいちど)ってみなさん聞いたことがありますか。9月頃まで、日本列島上空には夏の湿った暖かい空気と秋のカラッとした涼しい空気がせめぎ合っています。10月になると秋のカラッとした空気が優勢になり前線は、南の海上まで南下。その後は低気圧や前線と高気圧が交互にやってきて短い周期で天気が変わります。大陸から冷たい空気が流れ込んで来るため、雨の後の晴れ

12月 予定表 令和6年

8	日	コアチューニング教室
10	火	休館日
12	木	福祉なんでも相談
13	金	連続健康講座
14	土	簡単ストレッチ・ヨガ教室
15	日	うたごえランド&中西勝之
22	日	かえで館シネマ
24	火	休館日
26	木	スマホなんでも相談会

パン販売 毎週木曜日 11時から 於:ロビー
12月 5日 12日 19日 26日
年末の休館日 12月 29日 30日 31日

かえでニュース

12月号(第390号) かえで館 HP
令和6年(2024年)11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

愛宕かえで館 クリスマスコンサート **うたごえランド&中西勝之オンステージ**

12月15日(日) 開演13時30分 開場13時 ホール

文化部会

入場料(当日500円) 前売券400円 販売中 (かえで館窓口まで)

みんなで歌いましょう! **うたごえランド 石橋美恵子** (第1部)

石橋美恵子(ピアニスト)
東京都出身、多摩市在住。国立音大ピアノ科卒。平成元年、内藤輝指揮・ニューシティ管弦楽団とグリークピアノ協奏曲共演。日本医大多摩永山病院で13年間「ヒーリングコンサート」を、2004年より多世代参加型「うたごえランド」を主催。同年5月東京消防庁マスコット「キュータ君」ソング(いちいちキュータ) 作詞・作曲で東京消防庁総監より表彰される。「うたごえランド」の音楽ボランティア活動は多摩市社会福祉協議会より地域福祉活動で功労賞。多摩市市制施行50周年記念で表彰。今年12月に東京都社会福祉協議会福祉大会で都知事、会長より20周年「うたごえランド」が表彰される。11月30日(土)、12月26日(木)14時半から「うたごえランド」をベルブ永山で開催。会員数1000名達成。ホームページ&youtubeは、石橋美恵子で検索。

極上の歌唱力! パフォーマンス! **ゲスト 中西勝之** (第2部)

中西勝之(オペラ・ミュージカル俳優)
東京藝術大学音楽学部声楽科卒・同大学院オペラ科修了、イタリア・ミラノ、オーストリア・ウィーンに留学、イタリア・モンテプルチアーノ芸術祭「チェネレントラ」「許嫁」「電話」にソリストで出演、日生劇場オペラ「アラジン」指輪の精役、日本クラウンより「カタリ・カタリ」でCDデビュー、NHK-FM「名曲リサイタル」に2度出演、その後ミュージカル俳優として「スウィーニー・トッド」ピレリ役でミュージカルデビュー、ソンドハイム作品は「サンデーインザパーク・ウィズ・ジョージ」「太平洋序曲」にも出演、他に「ジキル&ハイド」AKB歌劇団「インフィニティ」劇団四季「オペラ座の怪人」「ノートルダムの鐘」「レ・ミゼラブル」司教役「マリーアントワネット」「ベートーベン」「モーツァルト」アルコ伯爵役等で出演。

かえで館シネマ 12月22日(日) 於:ホール

総務部会

定員：50名
申込：11月27日(水)より
窓口受付：10時～
電話受付：11時～

午前の部 10時～11時30分

午後の部 13時30分～15時40分

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。

開催しました

第24回 10月13日(日)～14日(月・祝) かえで館まつり 大盛況!



音楽イベント



高空のもと出店は繁盛!

天候にも恵まれ10月にしては少し暑い中で二日間にわたり開催されました。初日9時30分から、毎年恒例の愛宕太鼓鼓友会のみなさんによる勇壮な太鼓演奏でオープニングセレモニー開始。運協代表の武田昭氏あいさつ、来賓の阿部裕行多摩市長と三階道雄多摩市議会議長の挨拶があり、10時より各会場・コーナーがオープンしました。「ステージイベント」「作品展示」「飲食コーナー」「健康イベント」「販売コーナー」「親子お楽しみコーナー」など。ステージイベントではバンド演奏、日舞、ダンスなど冷房を入れるほどの大盛況。作品展示では利用団体の日頃の成果を発表。東愛宕中学3年生の皆さんの作品も2階通路に展示。今年中は庭のテーブル席はテントを張らず青空の下、広々とした空間で大勢の人達が屋台の焼き鳥や焼きそばなどで、おしゃべりしながら楽しんでいました。1階通路では大人気の野菜や東愛宕中のハチミツ、小物、販売で長い行列が出来ていました。また親子向けに紙製の竹トンボを手作りし実際に飛ばしてみるコーナーもありました。今年も中大生や協力員の皆さんにお手伝いいただきました。感謝します。解放感に浸りすぎた方もいましたが、今年も大盛況となったかえで館まつりは皆様のご協力のおかげです。ありがとうございました。(実行委員長・武者)



作品展示会場



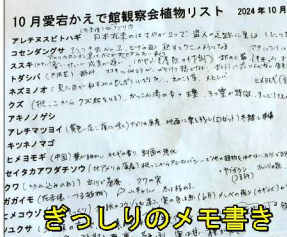
ディンプルアート作品



東愛宕中学校生徒作品

秋の植物観察会 愛宕山緑地を巡る

10月30日(日) 参加者 12名



ぎっしりのメモ書き

秋の植物観察会は前日の雨も上がり、途中から爽やかな秋晴れの中、パルテノン多摩ミュージアムの学芸員・仙仁径さんを講師に迎え、一般の方12名、かえで館側関係者5名が参加して行いました。事前に配布した愛宕山緑地に生息する植物リストに基づいて約30種類の植物を観察、参加者は仙仁さんの造詣深い植物についての話に聴き入り、植物リストの空欄に詳しくぎっしりとメモしている方が多くいました。植物が絶えずに生き続けるため、葉や花、実の色、香り、味などで虫や鳥を寄せる工夫している話には驚かされました。

ミニシアター 「太陽がいっぱい」 参加者の感想文

10月20日(日)ホール 参加者 26名(女性21名 男性5名)

- ◆何十年か前に何度も観た青春の映画でとても懐かしく、やっぱり良かったです。(82才女性)
- ◆今は亡き主人との初デートが、この映画を観たことです。最後の場面が印象に残っております。(86才女性)
- ◆大変面白かったです。最後のどんでん返し、やはり真実は明らかになるのですね。(76才女性)
- ◆何十年ぶりの映画でした。内容は覚えてなく、そうだったのか思い出しておりました。ありがとうございました。(80才女性)
- ◆大学時代にふと見た映画が「太陽がいっぱい」でした。アランドロン格好良さと最後のシーンが感動でした。(80才男性)
- ◆初めてかえで館で映画を観ました。とても満足です。(84才女性)
- ◆昔々観た記憶があったのですが、感じがずいぶん違った。歳のせいかな? 楽しく見ました。(80才女性)

スマホ相談会 10月17日(木)ホール

スマホ相談者3名 講師2名で対応 相談内容：LINE通話着信音、LINEグループの作成方法、「カレンダー」アプリの使い方、他。

簡単ストレッチ・ヨガ教室 11月9日(土)ホール

初17名が参加して行われました。

使いやすいですよ! かえで館受付で販売中!

2025年 **カレンダー** 多摩の四季 Part11
300円 A4 28頁 毎月写真入り
 発行：あたご写真クラブ

連載

「多摩・愛宕の自然・植物探索」その41

仙仁 径

普段目立たない植物の目立つ紅葉をご紹介します。

花や果実の時期以外では、多くの植物は形こそ違えど、緑色の葉をつけ、見た目はよく似ています。ところが秋になって葉が色づく、見た目の違いがはっきりしてきます。



イロハモミジ



イロハモミジの果実



ヌルデ

紅葉といえばモミジ。多摩市に自生するモミジの代表はイロハモミジです。紅葉した木は雑木林や公園の中でよく目立ちます。翼のある果実は落下する時にクルクルと回転することで滞空時間が延び、さらに木枯らしの風の力を借りて親から離れた場所へと旅立っていきます。

羽状の大きな葉で、表面によくボツボツがあるのはヌルデです。ウルシの仲間ですがかぶれることはありません。普段はあまり冴えないイメージですが、紅葉すると素晴らしい色合いに変化します。果実についている白い物質はリンゴ酸カルシウムで、塩味がするためかつては塩の代用にされたそうです。

葉が黄色く色づく種類もたくさんあります。雑木林の林床に生えているクロモジは、



クロモジ



オニドコロ

枝に爽やかな香りがあり、高級な楊枝の材料として知られ、秋が深まると葉が黄色く色づきます。林床で色づく様子は蒔絵のような美しさがあります。花は早春に咲きますが、紅葉の頃には来春に咲く丸いつぼみが枝先にもうついています。

草紅葉と言って、草の一部も秋になると葉が色づきます。今回はその中でも林の縁などで黄色く色づいてよく目立つオニドコロを紹介します。ヤマノイモと同属でよく似ていますが、葉が交互に出る(ヤマノイモは対で出る)ことや、雌花が上向き(ヤマノイモは下向き)であることなどから区別できます。なお、ヤマノイモと同様に芋ができますが、

根には毒が含まれており、間違っても危険です。12月中旬くらいまでは紅葉を楽しめると思いますので、ぜひ種類ごとの色の違いに注目して観察してみてください。

写真クレジット：写真はすべて仙仁径氏撮影

仙仁 径氏 パルテノン多摩ミュージアム学芸員 多摩市みどり環境審議員

★福祉なんでも相談 12/12(木)14時～15時半 調理室 多摩市社会福祉協議会

里山の会 12月1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

種を蒔き、所々芽が出てきては2センチくらいで青虫やバッタに食べられ、少し成長したかと思っただけで枯れたり、今年は苦労しています。



docomoスマホ講座 12名定員(申込みが必要です) 12月6日(金)14:00～16:00(申込期間12/5(金)まで)

アーケード カフェ 12月10日(火) 13時30分～15時 (申込不要)



昔なつかしのホットケーキでクリスマス会 手作りの昭和風ホットケーキ。歌もうたって、皆で交流しましょう! 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

愛宕地域唯一のそば屋さん **そば屋 ふさよし**
 多摩市愛宕1丁目1-2 愛宕第一団地1階 ☎ 042-339-2344
 営業時間 11:00～15:00 17:00～21:00 ラストオーダーは30分前 水曜日定休
 おすすめメニュー 季節限定 冬 牡蠣そば
 和定食 大谷幼稚園 愛宕第一団地 愛宕東公園 愛宕かえで館

社会医療法人 河北医療財団 **あいクリニック** 日曜午前も受診OK
 外来診療 訪問診療 デイケア 健康診断・予防接種・その他検査
 診療科目 内科・老年精神科・消化器内科 整形外科・循環器内科 呼吸器内科・禁煙外来 もの忘れ外来
 ☎ 042-375-9581 休診日：土曜・日曜午後・祝日 多摩市貝取 1431-3 バス停「芝田五差路」、「あいクリニック」下車すぐ
 あい訪問看護ステーション 訪問看護/訪問リハビリテーション ケアプランセンターあいクリニック 介護保険相談/ケアプラン作成

コミュニティサロン **大人の学校**
 どなた様でも大歓迎! お気軽にお越しください!
 ★ 12月7日(土) のびのび健康ストレッチ(200円)
 ★ 12月14日(土) あたご終活塾(200円)
 ★ 12月21日(土) ディンプルアート(500円)
 いずれも13:30からかえで館2階にて お申し込み:080-7608-9684(担当:柴田) かえで館への直接連絡はお控えください

東横店 **VARIETY MEAT 平澤商店**
 〒206-0002 東京都多摩市一の宮 042-373-1018
 お肉販売所
 いいホルモン あります。

(広告欄)