

かえで館と地域のイベント情報

**2月8日(土) 9時30分～11時30分** **スポーツを楽しもう! 「ポッチャ」を体験しよう!**  
**大人の方もぜひ参加してください!**  
 参加費：無料 持ち物：必ず上履を持参のこと 主催：青少協東愛宕地区員会  
 場所：愛和小学校体育館 講師：多摩市スポーツ推進委員 問合せ：油井 042-338-2820

**2月8日(土) 9時30分～11時** **簡単ストレッチ・ヨガ教室** 於：ホール **健幸部会**  
 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：1月25日(土)より 窓口 10時～ 電話可 11時～ ☎ 042-375-2990

**2月9日(日) 13時～15時** **コアチューニング健幸教室** 於：和室  
 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：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：1月25日(土)より 窓口 10時～ 電話可 11時～ ☎ 042-375-2990

**2月26日(水) 13時～16時** **第21回 スポーツウエルネス吹矢教室** 於：ホール  
 参加費：100円 (マウスピースは当日110円で購入可)  
 講師：日本スポーツウエルネス吹矢多摩市中央支部の皆さん  
 持ち物：マスク着用で室内用シューズをお持ちください。  
 申込受付：1月25日(土)より 窓口 10時～ 電話 11時～ ☎ 042-375-2990

**2月16日(日) 10時～12時** **ミニシアター** 於：ホール **総務部会**  
 2023年製作/119分 日本語字幕あり

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。

定員：50名  
 申込：1/26日(日)より  
 窓口受付：10時～  
 電話受付：11時～

**天然酵母のパン 毎週木曜日 販売中! 10時30分～** 於：ロビー

**スマホなんでも相談会** 於：ホール  
**2月の相談会 2月27日(木)**

予約申込先着順  
 ① 13:30～14:30 2名  
 ② 14:30～15:30 2名  
 相談料：無料 時間は1人1時間  
 申込：1/26(日)より  
 窓口：10時～ 電話受付：11時～

**楽しい! 「幼児コーナー」**  
**2月は どこでも留まる**  
**「ゆるっとゆるるヤジロペー」**  
**をつくるよ!**

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。



**2月 予定表 令和7年**

8	土	簡単ストレッチ・ヨガ教室
9	日	コアチューニング健幸教室
11	火	休館日
16	日	ミニシアター
17	月	楽しく! 美しい! ラジオ体操教室
23	日	利用者懇談会
25	火	休館日
26	水	スポーツウエルネス吹矢教室
27	木	スマホなんでも相談会

パン販売 毎週木曜日 10時半～ 於：ロビー  
 2月 6日 13日 20日 27日

**合縁奇縁** 毎年冬のシーズンは、インフルエンザの感染拡大が起こりやすく、今年も流行期に入ったとのこと。インフルエンザの中で最も感染力が高く重症化しやすいのがA型です。特徴は、ウイルス自体が変異を起こしやすく、一度罹ってもまた次の年に感染することや高熱が出やすく症状が強いことです。B型は、急激な症状を発症することは少なく、発熱や咳、喉の症状が長引きやすいのが特徴です。C型は、あまり耳にしないですが一度

感染すると免疫がついて再感染はないようです。感染を防ぐにはこまめな手洗い、うがい、アルコール消毒が欠かせません。また身近で感染者が出た場合、お互いマスクを着用し、タオルの共用は避けるなどの工夫が必要です。かえで館では感染症対策に配慮しつつ、春に向けて楽しいイベントを計画しています。皆様のご来館をお待ちしております。館の運営には皆様のご理解とご協力が不可欠です。引き続きよろしく願いいたします。(事務局長・浅井)



**2月号(第392号)** かえで館 HP  
 2025年(令和7年1月25日) info@atago-kaedekan.jp  
 編集 広報部会 問合せ: 油井 042-338-2820  
 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

**みんなでたのしもう! (中大生とのコラボ企画)**  
**ゆるっとスポーツ&宝探し with 中大生**  
**3月1日(土) 13時30分～16時**

中央大学のお兄さん・お姉さんが考えた楽しいイベントだよ、みんな集まってね!

会場：愛宕かえで館全館利用  
 参加費：無料  
 参加対象：幼児から大人まで  
 申込み受付：1月26日(日) 窓口10時～  
 電話受付11時～ 042-375-2990  
 又はQRコードの申込フォーム⇒

**イベント内容**  
 ☆丸めてポン ☆目隠し玉入れ ☆宝探し  
 ☆シッティングバレー ☆トークフォークダンス  
 ☆ジェスチャーゲーム ☆綿あめ

**楽しく! 美しい! ラジオ体操教室**  
**2月17日(月) 10時～11時30分**  
 山田小太郎先生 **ラジオ体操第1を実演しながら身体の効果的な伸ばし方や体操のコツを丁寧に指導!**

・会場：愛宕かえで館 ホール ・参加費：無料 ・指導：山田小太郎先生(国士館大学男子新体操部監督)  
 ・対象：市内在住、在学、在勤者 ・持ち物：室内用シューズ、タオル、飲み物 ・定員：25名(申込み先着順)  
 ・申込み：1月25日(土)～2月10日(月) (電話可 愛宕かえで館 042-375-2990)

主催：多摩市、学校法人国士館 共催：愛宕コミュニティセンター運営協議会

**事務局より** **令和7年度 団体登録・更新 はお早めに♡**  
 令和7年4月以降に貸室を利用される団体は早めの登録・更新手続きをお願いします。

**利用者懇談会開催 2月23日(日)** 開会 14時00分より 於：ホール  
 かえで館をご利用の登録団体の皆様、多数のご参加をお待ちしています。 愛宕コミュニティセンター運営協議会

**懐かしのJAZZ&ワインコンサート in 愛宕かえで館**  
**開催決定! 3月30日(日)** 開演13時30分～ 於：ホール  
 出演 バンド 高橋ジャズバンド みなこと えりな ほか

開催しました

小町雪乃コンサート&伝統芸能たまいち座 11月3日(日) ホール

第1部では、かえで館初登場の「伝統芸能たまいち座」による「南京玉すだれ」と「皿回し」が披露されました。「すだれ」が瞬時に様々な形に変化する不思議さに観客は見入り、皿回しでは4人で24枚の皿を操る妙技「百花繚乱」に拍手喝采が起りました。

第2部はみなさんお待ちかねの「小町雪乃歌謡コンサート」。観客は円熟味を増した雪乃さんの歌に心地よく酔いしれました。ハナミズキ、京都の恋、夫婦坂、二輪草、など雪乃さんがメドレーで歌い、そのタイトル当てクイズでは全問正解者が多数出るなどお楽しみコーナーでも盛り上がりしました。最後はアンコールに控え、チャンチキおけさをみんなで歌い、楽しい雰囲気のなかコンサートは幕を閉じました。



うたごえランド&中西勝之オムニステージ 圧巻の歌唱に感動！ 12月15日(日) ホール

2024年愛宕かえで館クリスマスコンサートは石橋美恵子さんのうたごえランドとオペラ歌手・中西勝之さんのダブル出演で開催しました。第1部は石橋さんのうたごえランドで観客参加型のコンサートを、第2部ではオペラ歌手・中西さんの歌声を堪能していただく構成で、当日は13時の開場を今や遅しと待つ石橋さんのファン+中西さんのファンがホール前に列をなし、早々と熱気が感じられました。



いよいよ第1部開始。石橋さんのピアノ伴奏に合わせて観客が大きな声で歌い、歌う楽しさがホールいっぱい響き渡りました。続く第2部では中西さんの圧巻の歌唱力に酔いしれ、会場内は感動の渦に包まれました。また、中西さんの絶妙なトークに笑いが溢れ、終始楽しいコンサートでした。

途中サプライズで中西さんとのジャンケン大会があり、最後まで勝ち残った10名には中西さんから1億円の札束が印刷された箱ティッシュがプレゼントされ、受け取った方たちは大喜びでした。来場されたみなさんは大満足な笑顔で帰られ、2024年愛宕かえで館のクリスマスコンサートは大盛況のうちに終了することができました。

かえで館シネマ 西田敏行追悼映画「釣りバカ日誌」+「学校」 参加者の感想文

12月22日(日) ホール

参加者 午前の部：21名(女性15名 男性6名) 午後の部：30名(女性23名 男性7名)

- <午前の部：「釣りバカ日誌」>
◆良い映画。たまには涙を流して笑うってことが必要だ。(80才男性)
◆暖かい気持ちになりました。西田さんの人柄がそのまま映画に出ていました。今日の映画の企画ありがとうございました。(74才女性)
◆時間の経つのが速く感じられました。楽しく過ごせました。天真爛漫。現世を忘れられて良かったです。(83才女性)
◆今は亡き人がたくさん出ていて懐かしかったです。ハマちゃんの奥さん役は石田えりがぴったりだと思いました。(50才女性)
<午後の部：「学校」>
◆夜間中学校の存在を知りませんでした。本当にいろいろな事情の人が勉強したいと思う心に感動しました。(80才女性)
◆上映中も終わった後も、心に暖かいものが残る映画でした。懐かしい俳優の生き生きとした演技に出会えて良かったです。(64才女性)
◆昭和の映画は情緒があって好きです。心がほっこりします。本日は映画を観て心が明るくなりました。(88才女性)
◆とても良い映画に巡り合い心の洗濯ができました。さすが賞(アカデミー賞作品賞、他)を受けた作品です。(81才男性)
◆このような良い作品があったのを初めてしりました。山田洋次監督の作品はやっぱり良いですね。(80才女性)

簡単ストレッチ・ヨガ教室 1月11日(土) ホール

初参加2名含め17名で行いました。

コアチューニング健康教室 12月8日(日) 和室

参加者 8名で行いました。

連続健康講座 12月13日(金) ホール

受講者7名。救急対応の講話やAED使用法、心臓蘇生方法の実技指導を受け、修了後に東京消防庁より救命技能認定証が授与されました。

スマホなんでも相談会 12月26日(木) ホール

スマホ相談者4名 講師3名で対応 相談内容：・アップデートとは・音量/明暗設定・文字入力・銀行アプリ/東京ガスアプリ 他

連載 「多摩・愛宕の自然・植物探索」 その43 仙仁 徑



花香れば春遠からじ。

植物観察には厳しい時期ですが、1年中花が絶えることはありません。今回は真冬に咲く花の中から香りのよい2種を紹介します。



ウメ



八重咲の紅梅



サクラの花

まずはウメ。あたご一息坂沿いなど各所に植えられている身近な植物です。中国中部原産と言われ、古い時代に日本に持ち込まれたようで、縄文時代終わり頃の遺跡で発見された例が最古の記録です。花は早い品種だと1月から咲き始め、3月まで花が見られます。花びらは5枚で八重咲の品種もあります。花色は白が基本で、桃色や紅色の品種もあります。雄しべは数十本と多く、本数は花によって幅があります。サクラと似ていますが、花に柄があるサクラに対しウメの花には柄がありません。花の香りは少しバナナに似ており、私は香りをかぐと、幼稚園児の頃、近所にあった梅林で香りを楽しんだことを思い出します。

次はスイセンです。スイセンは総称、もしくはスイセンという種(いわゆるニホンズイセン)を指します。スイセンやラッパズイセンがよく植えられていま



スイセン



ラッパズイセン

す。スイセンは地中海沿岸を中心とした地域に自生し、シルクロード経由で中国に持ち込まれ、かなり古い時代に中国から日本にもたらされたようです。ラッパズイセンは西ヨーロッパ原産で、日本への導入はずっと新しく、明治時代だそうです。スイセンの花は「ラッパ」が特徴的ですが、これは「副花冠」と言います。花びらでもない副花冠は何なのか調べてみたところ、雄しべの花糸(棒状の部分)の一部が変形したものと考えられているようです。スイセンの花の香りは甘く爽やかで、香水の原料にもなります。

特定の香りが、それに結びつく記憶や感情を呼び起こす現象をプルースト効果と言います。みなさんにはウメやスイセンの香りから思い出す記憶はありますか？

写真クレジット：写真はすべて仙仁徑氏撮影

仙仁 徑氏 パルテノン多摩ミュージアム学芸員 多摩市みどりと環境審議員

里山の会

2月2日(日) 10時~ 当日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

昨年暮に里山の会の宮内さんに畑を耕してもらいました。異常気象で昨年は不作だったので今年は豊作を願って、みんなで頑張ります。



第49回 アーケード カフェ

2月4日(火) 13時30分~15時 (申込不要)

ふらりと、参加お待ちしております。



ほほえみネットワーク 愛宕のキャラクター 「ほほえみん」です。

チョコケーキの飾り

ペットボトルキャップを使った創作活動です。 ※食べ物ではありません。

おしゃべりをしながら手先を使って、楽しいひとときをしましょう(^\_^) 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

お片付け全般受付!!

飲食店舗、事務所、ゴミ屋敷 (厨房機器、什器備品) 家電製品、家具、衣類、その他

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

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 ケアプランセンターあいクリニック 訪問看護/訪問リハビリテーション 介護保険相談/ケアプラン作成

(広告欄)

コミュニティ 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! ★ 2月1日(土) のびのび健康ストレッチ(200円) ★ 2月8日(土) デインブルアート(500円) ★ 3月1日(土) のびのび健康ストレッチ(200円) ★ 3月15日(土) 【講座】介護保険と訪問看護(200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

平澤商店 VARIETY MEAT 〒206-0002 東京都多摩市一の宮 042-373-1081 お肉販売所 042-373-1081 11いいホルモンあります。