



天然酵母のパン 毎週木曜日 販売中！

11時～
於：ロビー



喫茶コーナー 珈琲・紅茶 150円、お得な回数券を販売します！

6月より、珈琲など原材料高騰により100円特売日は廃止になり、淹れたて珈琲、紅茶は150円になります。ご理解のほど宜しくお願い致します。尚、お得な回数券12枚綴り1500円で販売致します。



6月1日(月)
15日(月)
ほほえみサロン

6月12日(金)
26日(金)

6月13日(土)
27日(土)
14時～16時
ほほえみサロン

手づくりワークショップ 10時～12時

☆フリーコース 各自、自由に作品を作ります。
毎月第1第3月曜日開催(祝日の場合は翌週開催となります)

☆初級コース カゴつくりの基本を身につけます。毎月第2第4金曜日開催
申込：5月27日(水)より 窓口 10時～ 電話可 11時～ ☎ 042-375-2990

総務部会



将棋教室

毎月第2第4土曜日開催

将棋の基本(プロ棋士の駒の並べ方など基本ルール)を学び、対局で攻め、守りの定石などを覚えて上達しよう！
参加費：無料 対象：小中学生
申込：5月27日(水)より 窓口 10時～ 電話可 11時～ ☎ 042-375-2990

ほほえみサロン イベント

6月7日(日)
13時～16時
ホール

6月13日(土)
9時30分～11時
ホール

コアチューニング健幸教室

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：20名 高校生以上
持参品：水分、汗拭きタオル 参加費：100円
申込受付：5月25日(月)より 窓口 10時～ 電話可 11時～ ☎ 042-375-2990



簡単ストレッチ・ヨガ教室

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：5月25日(月)より 窓口 10時～ 電話可 11時～ ☎ 042-375-2990



健幸部会

6月26日(金)
13時30分～
第2・3会議室
※6月より第4金曜日開催

スマホなんでも相談会

相談料：無料 時間は1人1時間
申込：5/27(水)より 申込先着順
※キャンセル待ち1名を含む。但し時間指定はできません
窓口：10時～ 電話受付：11時～
※OSの種類(アンドロイド又はアイホン)をお伝えください。

① 13：30～14：30 2名
② 14：30～15：30 2名

総務部会



6月25日(木)
12時30分～
13時15分
1階ロビー

第3回 ロビーコンサート

～ 出演：かえでスパンキーズ ～

かえでスパンキーズ(4人編成バンド)はロビーコンサートに2回目の登場です。お昼のひととき「あの素晴らしい愛をもう一度」などPOP・フォークの歌と演奏でお楽しみください。



ロビーコンサート 出演者募集！

ミニライブをしませんか？
問い合わせは
かえで館：042-375-2990

6月11日(木)
14時～15時30分
調理室

福祉なんでも相談 ・〈楽しく脳トレも同時開催〉

多摩市社会福祉協議会 042-373-5616

年齢を問わず、生きずらさを抱えた方、加齢に伴う相談や、引きこもりに関する内容でも「誰かに話を聞いてもらいたいこと」など。なんでも秘密厳守で社会福祉協議会職員が対応いたします。(^)/

合縁奇縁 6月は、本格的な夏の到来を前にした季節の変わり目にあたります。日本の多くの地方で梅雨入りを迎え、しとしと降る雨や、時には力強い雨音とともに、じめじめした日が続くこともあります。

気温もぐんぐん上がり、日によっては汗ばんだような陽気と湿度が高いため、体感温度は実際の気温より高く感じられることも多いでしょう。お洗濯物が乾きにくくなるなど、少し悩ましい時期でもあります。雨に濡れた紫陽花や木々の緑は、一層鮮やかさを増し、私たちの目を

6月 予定表 令和8年			
1	月	手作りワークショップ	フリーコース
7	日	コアチューニング健幸教室	
9	火	休館日	
11	木	福祉なんでも相談	
12	金	手作りワークショップ	初級コース
13	土	簡単ストレッチ・ヨガ教室	
14	日	将棋教室	
15	月	運営協議会令和8年度 定時総会	
21	日	手作りワークショップ	フリーコース
23	火	かえで館シネマ	
25	木	休館日	スタッフ交流会
26	金	ロビーコンサート	
27	土	手作りワークショップ	初級コース
		スマホなんでも相談会	
		将棋教室	
パン販売 毎週木曜日11時～			

みんなで創る みんなの かえで館



かえでニュース

6月号(第411号)
2026年(令和8年)5月25日) かえで館 HP
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

サマージョイントコンサートは21年目となります。今回、新たな試みとして出演バンドを募集いたします。近隣地域で活動しているバンドのみなさん、かえで館でジョイントしてコンサートを盛り上げてください！ご応募をお待ちしています。ハワイアンなど夏コンに相応しいバンド大歓迎！

文化部会

サマージョイントコンサート 出演バンド募集！

応募締切 6月26日(金)

★募集：6団体(応募団体多数の場合は選考) ★演奏時間：30分
★申し込み：6月26日(金)までに、直接、愛宕かえで館へお願いいたします。
(初めてのバンドは申込書にデモテープを添えてください)
★出演申込書は愛宕かえで館にあります。ホームページからダウンロードできます。

サマージョイントコンサートは
2026年
7月26日(日)開催！



クレージーファンキーボーイズ
(昨年のコンサート出演)

6月21日(日)
10時～12時ごろ
於：ホール

総務部会

かえで館シネマ

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：5/27日(水)より
窓口受付：10時～
電話受付：11時～

施設使用申込み期間変更のお知らせ

自治会、管理組合などの貸室申込期日を6か月前よりと優遇してきましたが公平性を保つため3か月前に変更いたします。

展示スペース活用！作品発表団体募集！

かえで館で創作活動を行っている登録団体にギャラリーや壁面など発表の場を提供いたします。受付まで申込みください。

6月12日(金)10時00分～12時頃
集合場所：かえで館ロビー

仙仁径さんと行く「春の植物観察会」参加者募集！

愛宕かえで館より愛宕地域の植物を探索します。珍しい植物が見られるかも知れません。

参加費：無料
定員：15名
持ち物：筆記用具、水分補給飲料、帽子
雨天：会議室で仙仁さんの植物に関する話をお聞きします。
申込：5月25日(月)より窓口10時～ 電話11時～



本紙に連載執筆中。パルテノン多摩氏 仙仁径氏

 **愛宕かえで館開館25周年記念出版**
「仙仁径さんと行く 多摩の自然・植物探索」
ご購入は、かえで館受付窓口・丸善書店多摩センター店・パルテノン多摩で。

好評販売中！
300円



令和8年度 定時総会開催 6月14日(日) 11時開会 於：ホール
議案 令和7年度活動報告・決算報告 役員改選

愛宕コミュニティセンター運営協議会

開催しました

懐かしのJAZZ&ワインコンサート開催しました 3月29日(日) ホール



全国的に春本番の陽気となり、愛宕でも絶好のお花見日和となったこの日、「第7回 Jazz&ワインコンサート」を愛宕かえで館ホールにて開催いたしました。ステージを彩ったのは、スパークリングローズ、クレージーファンキーボーイズ、高橋ジャズバンドの豪華3バンド。今年は赤ワインのハーフボトル(1人1本)とおつまみをご用意しました。

奏者からの「ぜひワインを片手にお楽しみください」という呼びかけもあり、観客の皆様はワインを飲んだり、曲のリズムに合わせて体を揺らしたり、手拍子したり、思い思いのスタイルで至福のひとつときを過ごされていました。終始和やかなムードに包まれ、今回のコンサートも大盛況のうちに幕を閉じることができました。(文化部会副会長・鞍田英樹)

サークル訪問 老人クラブ「遊好会」会長に聞く



武者会長

誕生会・バス旅行など親睦の輪を広げています、一緒に楽しみましょう！！

愛宕2丁目地域を拠点に活動する「遊好会」は、2026年4月1日現在、男性17名、女性44名の計61名の会員が在籍、平均年齢は84歳です。今回は、当クラブの魅力や具体的な活動、今後の展望について「遊好会」会長の武者正昭さん(運協副代表)にお話を伺いました。

秋山 参加した会員の声は？

「生活に ハリが出た」などうれしい声か

武者 実際に会員の皆さんからは、「一人で家にこもる時間が減り、外に出る機会が増えて生活に ハリが出た」「集まった仲間とおしゃべりをしていて時間が経つのもあっという間で、クラブの行事に参加することが、四季折々の季節を身近に感じる大切なひとときになっている」という嬉しい声をいただいています。

秋山 入会を迷っている方へ伝えたい魅力？

日常生活のちょっとした不安も解消、一度お試しで参加を

武者 「ついていけるかしら」と入会を迷っている方も、どうぞご安心ください。当クラブの行事はすべて自由参加であり、ご自身の体力に合わせて好きなものを選べます。月額200円という手軽な会費で、ラジオ体操から季節のイベント、誕生祝会まで気軽に楽しめます。また、最近では「スマホで困ったことを何でも相談できる場」も設けており、日常生活のちょっとした不安も解消できます。まずは一度、お試しで参加してみませんか。

秋山 遊好会では日々の多彩な活動をしていますね。

日頃の健康づくりからバス旅行まで、豊かな定例行事

武者 会員の皆さんが主役となれる多様なプログラムを用意しています。日常の健康づくりとして、毎朝のラジオ体操を行って

インタビュー：秋山雅和 総務部会長

るほか、曜日や週ごとにバラエティ豊かな定例行事を開催しています。スポーツ系では毎週3回のグラウンドゴルフや、月1回のポッチャ、輪投げ、ストレッチ・ヨーガ、レクダンス(多摩市老人クラブ連合会主催への参加含む)があり、文化・娯楽系では映画観賞会や百人一首、カラオケ、そして年4回の誕生祝会を楽しんでいます。さらに、地域への恩返しとして毎月第2日曜日には清掃活動も実施しています。また、季節の行事として、年2回の春・秋の日帰りバス研修旅行(多老連主催)や、高幡不動尊へのあじさい祭り・菊祭り観賞など、お出かけの機会も豊富です。これら盛りだくさんの行事案内やクラブの生き生きとした様子は、月1回発行の会報「遊好会通信」を通じて、すべての会員にお届けしています。



誕生祝会

秋山 これからの遊好会が目指す姿は？

会員増と地域に開かれた活気ある老人クラブへ

武者 私たちは、これからも「いつでも、だれでも、自由に参加しやすい会」であり続けたいと考えています。前年度から会員の減少が目立つようになってきたため、今後は新たな仲間の「会員増強」に一層力を注いでまいります。現在は愛宕2丁目という地域に密着した活動を展開していますが、長期的にはコミュニティセンター「かえで館」や近隣地域の老人クラブとも手を取り合い、より地域に開かれた活気あるクラブへと発展させていきたいです。

スマホなんでも相談会

4月23日(木)

スマホ相談者3名 講師2名で対応

元気チェック

4月27日(月)

参加者26名で行いました。

簡単ストレッチ・ヨーガ教室

5月9日(土)

参加者17名(初参加2名)で行いました。

楽しい！「幼児コーナー」

6月は「ゆらっとゆれるヤジロペー」をつくるよ！



☆ 保護者の方は幼児から目をはなさないでくださいね。

☆ 工作の道具は受付のスタッフに言って借りてね。

☆ 紙芝居もやるよ！

総務部会

(広告欄)

社会医療法人 河北医療財団

あいきりニック

日曜午後も受診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「乞田五差路」、「あいきりニック」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きりニック 介護保険相談/ケアプラン作成

連載

「多摩・愛宕の自然・植物探索」その59

せん に けい 仙 仁 徑



似て非なるもの、2種を紹介します。



アカメガシワの新芽



葉の蜜腺



アカメガシワの花

雄花序

雌花序

生物の名前では、〇〇に似たもの、という意味の名前が多く見られ、その代表は〇〇モドキでしょう。今回の2種の名にモドキはついていませんが、本家と似て非なる植物を紹介します。まずはアカメガシワ。カシワはブナ科ですが、アカメガシワはトウダイグサ科の木です。ではなぜ赤芽柏なのかというと、カシワのような大きな葉を持ち、春の若芽が赤いからです。葉に生えている毛が赤く、芽が出たばかりは濃い赤色ですが、葉が広がると毛の密度が下がり、普通の緑色の葉になります。葉の根元に2つの蜜腺があり、アリをおびき寄せて葉を食べる昆虫から身を守っています。雌雄異株で、雄花も雌花も小さな花びらのない地味な花です。雄花は良い香りがして、おいしい蜂蜜が採れますが、蜂蜜専門店でもなかなか見かけません。根が地中を這い、根の途中から新しい幹を伸ばすので、何もしないと数年でアカメガシワ林になって

しまいます。次はクマノミズキを紹介します。ミズキとそっくりで、実際に同じ属です。名前は和名をつけた人が本種を三重県の熊野で見つけたことに由来する、と言われているが、調べたかぎりでは誰がいつ和名をつけたのかは分かりませんでした。分布は熊野だけでなく、本州(関東以西)、四国、九州に分布し、また海外では朝鮮半島、中国中南部、さらにはインドからパキスタンにかけてのヒマラヤ山麓まで生えています。ミズキとの違いは、葉がミズキでは対生するのに対し、本種は互生します。また花はミズキが5月に咲くのに対し、クマノミズキは6月に咲きます。花は両種とも棚のように広がった枝の上にたくさんの白い花を咲かせ、おいしい蜂蜜が採れるそうです。秋には果実が黒色に熟しますが、花の柄の部分も赤く色づき、サンゴのようです。



クマノミズキ



色づいた花序枝

いつかアカメガシワとクマノミズキ、ミズキの蜂蜜を食べ比べてみたいものです。

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

6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)



タマノカンアオイ(絶滅危惧種Ⅱ類)が愛宕に生息しています。大切にしましょう。

菜の里プロジェクト

豊作を願って！

ジャガイモが沢山の花を咲かせています。植え付けしたのが2月26日、6月には販売できそうです。掘っての楽しみです。豊作でしたらうれしいのですが。

会員募集中！

◎加入費・会費はありません。
◎申し込みはかえで館受付
又は ☎ 042-375-2990



ジャガイモ畑

第65回 アーケード カフェ
6月9日(火)13時30分～15時



大塚製薬さんによる
熱中症対策ミニ講座
ー プロが教える暑さ対策 ー
参加者に全員に
お土産プレゼント！
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
☆天ざるそば 季節限定 夏 ねばねばそば 冬 牡蠣そば

和民郵便局 愛和小学校 大谷幼稚園 愛宕東公園 愛宕かえで館

コミュニティサロン 大人の学校

★ 6月9日(土)→ のびのび健康ストレッチ (300円)
★ 6月13日(土)→ 役立つ・遊べる「人工知能」(300円)
★ 6月27日(土)→ あたご終活塾「おひとり様の終活」(300円)

場所時間 13:30～かえで館2階
申込方法 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

6/13「人工知能講座」はスマホご持参で

【LINE公式アカウント】
友だち登録で『大人の学校』の最新情報を優先配信
登録したことは誰にも知られず安心