

からきだ菖蒲館 サンサンコンサート 2014

～箏珠の響き、春風とともに～

◆ 3月9日(日) 14:30 開場 15:00 開演
 会場:ロビー 入場無料
 出演: いとね会、南鶴牧小学校 有志の皆さん
 曲目: さくら、島唄、ふるさと ほか 主催:文化部会

いとね会は、青少年育成のために地域ボランティアとして活動している会です。南鶴牧小学校の生徒さんに日本文化を伝える活動として「お箏」を教えています。



大人のための朗読会 彩の風

～言葉のしらべで、春の息吹を～

◆ 3月15日(土) 13:30 開場 14:00 開演
 場所:2階ホール
 入場料:¥500 主催:文化部会



朗読集団<プネウマ>朗読公演
 舞台俳優、草野裕氏が40数年の舞台経験をもとに多摩市にて朗読塾を開き、その後、朗読集団<プネウマ>を立ち上げ、10周年を迎える。

第12回 からきだ菖蒲館地域医療講座

「足のだるさ、むくみ対策」

～セルフマッサージをお教えます～

☆日 時: 3月30日(日) 13:30～15:00
 ☆場 所: 2階ホール
 ※動きやすい服装で、素足での施術となります
 ☆定 員: 30名
 ☆参加費: 入場無料 直接会場で申込み下さい
 ☆持ち物: 飲み物・中ぐらいのタオル
 ☆講 師: 坂田 幸江 氏
 看護師、アロマセラピスト(AEAJ)
 ☆主 催: 健康・スポーツ部会

日曜朝市

地元生産の新鮮な野菜がからきだ菖蒲館の広場に!

☆日 時: 第29回 3月16日(日) 9:00～11:00
 第30回 4月20日(日) 9:00～11:00
 毎月1回実施します(原則第3日曜日)
 ☆場 所: からきだ菖蒲館 玄関前広場
 ☆野菜販売: 周辺の農業生産者のご協力による
 ☆主 催: 日曜朝市実行委員会

菖蒲館ウォーキング

～梅の香りにさそわれて～

☆日 時: 2月28日(金)
 雨天の場合は3月1日(土)
 ☆コース: 菖蒲館～よこやまの道西順路～
 長池公園梅園～菖蒲館 ※行程 約6km
 ☆集 合: 9時 菖蒲館玄関前広場
 ☆参加費: 100円(保険料含む) 事前申込み不要
 ☆持ち物: 飲み物、帽子、雨具等
 ☆主 催: 健康・スポーツ部会



園芸講習会(4回シリーズ)

～花づくりの講習を一緒に～

☆日 時: 3月1日、8日、15日、22日
 上記各土曜日 10:00～12:00
 ☆場 所: 菖蒲館(15日は恵泉女学園大学)
 ☆受講料: 4回分1,000円(材料費、保険料含む)
 ※初回に納入願います
 ☆講 師: 恵泉女学園大学 佐藤 佐知子氏
 ☆定 員: 10名程度(申込み先着順、23日10時より)
 ☆主 催: まちづくり部会



トライ! パソコン教室(初心者向け)

☆日 時: 4月9日、16日、23日、30日、5月7日(毎週水曜日) 10～12時、5回
 ☆定 員: 5名(申込み者多数の場合は抽選)
 ☆受講料: 教材使用料を含め1回1000円
 (初回に5回分を一括納入願います)
 ☆機 器: ノートパソコン(Windows 8)
 (運営協議会の機器を貸与します)
 ☆申 込: 往復ハガキに氏名、住所、電話番号を記入の上、事務局へ郵送(3月20日必着)
 ☆主 催: 地域 ICT 化支援特別委員会

菖蒲の会(高齢者食事会)

～春らんまん!
 皆さんと一緒に食事を楽しみながら、
 楽しいひとときを過ごしませんか!～

☆日 時: 3月28日(金) 12:00～13:30
 ☆場 所: 1階ギャラリー
 ☆対象者: 市内在住の75歳以上の方
 (付き添いの方も一緒にどうぞ)
 ☆参加費: お一人300円
 ☆定 員: 15名(申込み先着順、受付10時より)
 ※直接ご本人が申込み下さい
 ☆献 立: ちらし寿司、豆腐の味噌田楽 青菜添え、
 茶わん蒸し、お吸い物、デザート
 ※アレルギーのある方はご相談下さい
 ☆主 催: 福祉・環境部会



絵本よみかきせ ～おはなしのいす～

☆日 時: 3月1日(土) 11:00～11:40
 4月5日(土) 11:00～11:40
 ☆場 所: 2階・和室(事前の申込みは不要です)
 ※絵本は誰もが楽しめる心を豊かにしてくれます
 ☆主 催: 福祉・環境部会
 ☆問合せ: 042-376-4538(白石)

「成年後見制度」講座

～成年後見制度や相続・遺言について学びませんか～

☆日 時: 3月22日(土) 14:00～16:00
 ☆場 所: 2階ホール
 ☆講 師: 東京弁護士会 一藤剛志氏、田中洋一郎氏
 ☆費 用: 無料
 ☆主 催: 東京三弁護士会多摩支部
 ☆共 催: 福祉・環境部会

門松づくり ～今年も手作りです～

今年で3年目になる菖蒲館入口の門松、例年同様、養生のため間伐した竹や、展望を妨げる松などを利用してしています。その他、南天やオイル缶は提供していただき、私たちが製作しました。 まちづくり部会



平成26年度団体登録のお知らせ

4月1日以降の部屋予約には新年度の登録手続きが必要です。申請書内容確認のため予約手続きが数日後になる場合があります。会員名簿を提示の上、事前の登録手続きをお願いします。 事務局

※問合せ・申込: 042-338-6333(事務局)10:00より

HDC
 はつの歯科医院
 Matsuno Dental Clinic
 ■診療時間 9:30～12:00 14:00～19:30
 ■休診日 日曜・祝日
 多摩市鶴牧6-8-16 Tel.042-316-9551
<http://www.hatsuno-dental.jp/>

サウンドウィッチスクール
 オフミュージック
 ♪ クラシック科 & ジャズ科
 ♪ ピアノ・ヴァイオリン・フルート・ヴォーカル・
 サックス・ギター・トランペット
 ♪ レンタル ホール & レンタル スタジオ
 ♪ TEL/FAX: 042-371-4237 (唐木田駅徒歩5分)
 ♪ <http://homepage2.nifty.com/soundwitch-music1992/>

清水純子バレエスタジオ 多摩支部
生徒募集 3歳より
 レッスン日 火曜日・金曜日
 多摩市鶴牧6-15-8 ヒルサイドタウン集会所
 Tel. 090-9952-6541 担当 城倉 美香

唐木田ピアノ教室
 ■ピアノ個人レッスン初級～上級
 ■声楽(歌うことが大好きになる)
 ■音楽学校受験コース
 (多数合格しています)
 唐木田駅徒歩3分 駐車場有り
 お問い合わせ 042-339-4058

新都市センタービル + 3階クリニックフロア
新垣内科外科クリニック
 診療時間
 月火水金: 9時～12時 15時～18時
 土: 9時～12時
 休診日: 木曜日 日曜日 祝日
 東京都多摩市鶴牧1-24-1(多摩郵便局隣)
 ☎ FAX 042-373-0514 医師 新垣美都代

株式経済講座
 Aコース
 中学生～大学生対象 月3回土曜日
 Bコース
 一般人対象 月3回木・金曜日
 千葉・株式経済研究所
 多摩市鶴牧6-15-5-101 ☎042-338-0861
 ※詳細はお問合せください

NCS中国語教室
 入門～上級、美しい中国語(シニア割・学割)
 ★少人数クラス 研修旅行 楽しさいっぱい!
 ★個人レッスン
 ♪子供クラス 漢詩朗読 中国茶を楽しむ
<http://nihao-school.com/> Tel.042-319-3832
 多摩市落合1-5-1-605(多摩センター駅徒歩1分)

Body Conditioning Studio B.n.P
 Pilates & Masterstretch
 by Naomi
 からだとココロをつなぐメソッド
 自分自身の力で無理なく身体を変えませんか?
 ボディコンディショニングスタジオ ビー・エヌ・ピー
 ピラティス&マスターストレッチ
www.bnstudio.com
 ※からきだ菖蒲館にチラシを置かせて頂いております。