

ひじりCAN  
聖ヶ丘コミュニティセンター運営協議会  
多摩市聖ヶ丘2-21-1  
TEL 042-389-2211  
http://hijirican.org

ひじり館行事 3月

日	曜日	時間	内容
4	木	休館日	
18	木	休館日	

➤ 聖ヶ丘図書館 ⇒ 平日・10:00~18:00  
⇒ 土日・10:00~17:00  
・図書館のお休み…毎週木曜日・祝日(20日)  
※図書館の行事は3月一杯中止になりました。

➤ プレイルーム・乳幼児開放 ⇒ 当面中止

➤ 聖ヶ丘学童クラブの「乳幼児開放」⇒ 当面中止

➤ 談話室・連光寺児童館の「出張ひろば」⇒ 当面中止



お知らせ

国の緊急事態宣言に基づく市の通達により  
2月8日(月)~3月7日(日)まで引き続き  
開館時間が短縮されました。  
貸室は1コマ~4コマ  
(20:00までには退館)  
登録団体の責任でご利用願います。

- ◆ひじり館をご利用の際は、検温を済ませて、必ずマスクをして、玄関で手指消毒・入館名簿の記入をしてから入館してください。(貸室利用の際は使用後に必ず消毒をお願いします)
- ・ひじり館主催・共催事業は、一部を除いて中止します。
- ・2ヶ月前当日予約は通常通り行います。(10:00)
- ・緊急事態宣言中の取消は全額返金します。申請書と印鑑をご持参ください。

※今後の状況により、変更がありましたら、速やかに玄関前の看板やホームページにて連絡します。

団体登録更新の手続きは済みですか

団体登録更新と貸室の予約は、同時にできません。団体登録の完了までに数日かかります。早めの手続きをお願いします。

貸室使用料納入の際は、釣銭のないようにお願いします。

ピティナ 指導者会員  
**大脇ピアノ教室**  
音楽を楽しむ心  
表現力を育てます!  
幼児から大人 体験レッスン受付中!

ピティナ・ピアノ教室紹介 検索

042-371-6332 聖ヶ丘1丁目(乞田川沿い)

LAWSON STATION  
**ローソン多摩乞田店**  
☎042-310-3873  
住所:多摩市乞田1426  
(永山橋交差点付近)

お花見や歓送迎会に!  
お弁当・お赤飯・サンドイッチ・お飲物  
などご用意しております。配達も受け賜ります

高級オーダーカーテン 特価・半額 SALE!

一流メーカー・サンゲツ・東リ・リリカラ・シンコール等  
3割引~6割引のご奉仕価格!!  
お見積の方に、ポケットティッシュカバーをプレゼント

ハートフルインテリア 検索 Click  
ハートフルインテリア Since1975  
Tel 042-373-3925 建築士事務所登録第1123号  
多摩市連光寺2-12-6



三寒四温の季節、ぽかぽか陽気に誘われてニュータウン通りに向かって散歩をしていると、ひじり坂の歩道の植え込みに、早くもつくしがニョキニョキと。  
温暖化のためか、子どもの頃と比べると、場所にもよりますが、だんだんと早く顔を出しているように思います。

「へっぴりCAN」



楽のついで

聖ヶ丘二丁目 高島峰生

聖ヶ丘に越してきて三十年以上になりますが、現役時代は家と会社の往復で地域に目を向ける余裕はありませんでした。休日は趣味のオートバイでツーリングに出掛けたり、これまた趣味の山登りに出掛けたりで、この地の自然豊かな環境を満喫できるようになったのはここ二十年ほどです。きっかけは、カメラでした。登山中に持参していたデジカメで高山植物を撮ったところ、意外に綺麗に撮れたことに味をしめ、機会あるごとに花の写真を撮るための登山をしていました。すると、野草にも目が向くようになり、カメラ片手に、道端に咲く何でもない花を求めて歩き回るようになり、遠くに行かなくとも、地元で季節ごとの変化を楽しめるものがありました。

もの作りが好きです。考えたことを実現するための過程を楽しむ、出来上がった時の達成感を味わう。成果物が何かの役に立てばこれ以上の喜びはありません。もう随分昔のことですが、マイクロコンピュータがはやり始めたころ、秋葉原に通い、ICチップを買ってきては半田ごてを握っていました。数か月後、スイッチでパチパチとプログラムを書き込んで、思ったように作動した時の感動は忘れられません。傍目には、机の上に雑然とスイッチやケーブル、LEDランプが溢れているだけで、完全に自己満足でしかありません。ですが、その経験は間違いなく仕事に反映されたと思っています。今でも、電子工作やプログラミングは楽しみの一つです。

多趣味なものですから、現役引退後にも「やる事が無くて困る」ことは無く、友人からは羨ましがられています。「何事も楽しみながらできれば長続きする」を信念に色々な事にチャレンジしたいものです。ただし、無理をせずにのんびりと。



- 水色の枠線……切れてはいけない要素(文字やロゴ等)をいれる範囲
- ピンクの枠線…仕上がりのサイズ
- みどりの枠線…フチなし印刷にする場合、背景を伸ばす範囲

★★★ PDFに変換して入稿される場合 ★★★

「ヘッダーフッター」画面(カーソルが矢印になる上下の余白の範囲でダブルクリック)より色つきのガイド線を消してから変換してください

～楽しかった野鳥観察～ 2/7(日) 主催 環境部会



井守講師と渡辺氏の説明を聴きながら、25名の参加者が澄み切った冬の青空の下、野鳥を探して桜ヶ丘公園を散策しました。「楽しかった」「ありがとう」の感想の他、一部を紹介します。

◆普段よく散歩する公園ですが、鳥の声の主がわからないままでした。今日は、声の持ち主も沢山教えていただきとても勉強になりました。これから散歩の時に楽しみが増えます。井守さんありがとうございました。

- ◆暖かくて野鳥観察日和、しかもたくさんの鳥に出会えてすてきな時間を過ごせました。普段耳にする鳥の鳴き声は何の鳥なのかもわかり嬉しかったです。また是非企画してください。
- ◆先生より、鳥の習性や世界の中で棲む範囲などいろいろ聞いて、とても楽しかった。
- ◆久しぶりに樹々の繁みを見上げたり、水辺にたずずんだりしながら、暖かい日差しの中、穏やかなひとときを過ごせました。
- ◆初めて目にした「あおじ」「つぐみ」可愛かったです。
- ◆説明が丁寧で、野鳥の識別だけでなく、生態も詳しくお教えいただいて良かったです。
- ◆初めて参加しました。双眼鏡の使い方が難しかった。今後、個人的に鳥を見るウォーキングをしたいと思えます。
- ◆良い観察が出来楽しかったです。季節ごとの開催を希望します。
- ◆コジュケイ、ヤマガラ、アオゲラなどが身近に見えました。アオゲラの声も印象的でした。最後にカワラヒワも4羽会えてよかったです。
- ◆アオゲラなどふだん鳴き声は聞こえるものの、何の鳥が鳴いているか分からずにいたが、姿を見、名前を知ることができて良かったです。ヤマガラ、シジュウカラ、アオゲラ、コゲラ、モズ、エナガ、アカハラ、カワラヒワ、コジュケイ、など多くの鳥に出会えて楽しかったです。



ウズラ 2/16撮影

当日観察できた(鳴き声も含む)鳥たち

キジバト、コゲラ、アオゲラ、モズ、ハシボソガラス、ヤマガラ、シジュウカラ、ヒヨドリ、ウグイス、エナガ、メジロ、ムクドリ、シロハラ、アカハラ、ツグミ、スズメ、ハクセキレイ、カワラヒワ、アオジ、コジュケイ、ドバト、ガビチョウ

「海人三線クラブ」練習日の訂正

3月の練習日 3/2(火)8(月)16(火)22(月)30(火) 場所:プレイルーム 時間:15:30~17:30

私たちの地域紹介

連光寺・聖ヶ丘  
元気アップ会

毎週 金曜日 10:00~  
ひじり館



介護予防のリーダーの指導で、軽い体操をしています。続けることで筋力アップの効果が見られ、転倒防止にもなります。身近な場所で、気軽に運動をし、ストレスを軽減して楽しく過ごせるようお手伝いをしています。

日常生活の中でも体力づくりを心掛け、元気で長生きを目標に過ごしていただきたいと思えます。先が見えない中、三密にならないことを守りながら自分や大切な人のため、助け合う、支え合う、励まし合う、の気持ちで気のゆるみに負けないようみんなで乗り越えたいですね。参加希望者は直接会場にお越しください。(当面はホールで開催) 連光寺・聖ヶ丘元気アップ会 篠田幸子

ラジオ体操

毎日 6:30~  
ひじり館前広場



平成15年に発足し、現在は毎日30数名の方が、頑張っています。夏休みには、子供も加わり80名を超えることもあります。参加しているうちに、顔見知りになり、終了後陸上競技場や大谷戸公園を散歩し、お喋りを楽しみながら帰宅しています。また、数名の方が、ゴミ拾いをしながら自宅からひじり館前までの遊歩道をきれいにしてください感謝です。

春が近づき暖かくなってきました。早朝ですがご自身の健康とストレス解消のためにラジオ体操と散歩でコロナウイルスを吹き飛ばしましょう。 世話人 花田久雄 090-6543-6344

次の一手は、話し合いから生まれる



日ごとに暖かくなり、すっかり春らしい陽気になりました。みなさまお元気でしょうか？今年度は、新型コロナウイルス感染症の影響により「おにぎりを握って食べようの会」は中止が続きました。このような状況でも、このような状況であるからこそ「食」をテーマとした「多世代交流」を続けたいと思い、連携団体の方々と話し合いを重ねました。

オンラインを活用した開催方法を複数考え提案しましたが、対面でなければできない交流があることや、施設のネット環境など様々な問題が生じました。世代間で合意形成していく難しさも痛感しましたが、話し合いを重ねることで新しい案や課題の改善策が生まれることが多々あり、話し合いに時間をかけ一つ一つ課題を解決していくことが大切であると学びました。意志の伝達は本当に難しいです。これから就職活動本番です。この経験を生かせる場がたくさんあると思うので頑張りたいと思います。

多摩大学梅澤ゼミ「みんなの食卓プロジェクト」3年 塩澤

俳句 聖ヶ丘 幸喜美恵子 選

この道の果ては断崖梅の花  
春陽さす自動ピアノのレストラン  
成人の日走って君に会いに行く  
薄氷をくずして朝の水を汲む  
凍天のシリウスを見て今日終える  
春浅し日当たり求め移る席  
日溜りを猫と分けあふ冬日和  
帰れない故郷丈余の雪の中  
週末は一家総出で雪下ろし  
奥多摩の風に舞ひ立つ杉花粉

はる友 けい 静 み 梢 ひ 俊 え 麻 選  
る人 いた 子 どり かり 子 み 哉

**不用品回収受付**

家電製品の処分、引っ越しの整理、遺品整理  
粗大ごみの処分、**無料回収**もごさいます。

トラック1台3t車  
**33,000円(税込)**

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

**FRESH HOUSE**

リフォームの事ならフレッシュハウスへ  
お見積りは無料です!

フレッシュハウス多摩ショールーム 定休日 毎週月曜日  
0120-349-314 電話受付 9時~18時  
〒206-0011 東京都多摩市関戸6-6-7

気楽に入れる気軽に聞ける  
身近な街の畳屋です

畳工事一式  
**重田畳店**  
重田畳店 多摩市鶴牧5-2-4  
(多摩センター駅バス8分。鶴牧商店街)

TEL.042-339-1228

○安全、安心な国産畳表に、こだわっています。  
○家具やピアノなどの移動はこちらで行います。(もちろん無料です)。  
○お気軽に、お問い合わせください。

**多摩ニュータウン通りにオープン**

多摩センターリフォームモデルルーム  
**GRAND OPENING**

気づいて、くらべて、実感する  
体感型リフォームモデルルーム  
多摩センターに誕生!!

MISAWA ミサワリフォーム  
桜ヶ丘店 0120-461-933

- 水色の枠線……切れてはいけない要素(文字やロゴ等)をいれる範囲
- ピンクの枠線…仕上がりのサイズ
- みどりの枠線…フチなし印刷にする場合、背景を伸ばす範囲