

# 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 2月



日	曜日	時間	内容
2	水	15:00~	(図)おはなし会
3	木		休館日
5	土	10:00~12:00	子どもとシニアの囲碁教室
9	水	15:00~	(図)おはなし会
12	土	10:00~12:00	子どもとシニアの囲碁教室
13	日	9:45~15:15	野鳥観察会
16	水	15:00~	(図)おはなし会
17	木		休館日
18	金	13:30~15:00	福祉なんでも相談
19	土	10:00~12:00	子どもとシニアの囲碁教室
26	土	10:00~12:00	子どもとシニアの囲碁教室

### ひじり館ご利用時のお願い

入館の際はマスクを着用し玄関で  
・氏名記入・検温・消毒をしてください。  
貸室では  
・換気・密を避け・使用した備品の消毒  
をしてください。

### 令和4年度 団体登録更新のお知らせ

令和4年4月以降に貸室を利用される団体は  
**3月末までに更新手続き**をしてください。

**ご注意ください!**  
・3月中に団体登録更新を完了しないと、4月以降に貸室の予約をしても利用することは出来ません。

\*更新と貸室予約は同時にできません。更新手続きの完了までに5日ほど要します。  
\*記入用紙は受付、またはホームページでダウンロードできます。

「乳幼児開放」⇒ 当面中止

- 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(11日・23日)
- ・おはなし会について…申し込み制です(定員7名)  
参加希望の方は図書館窓口へお越しください。
- ①15:00~15:15
- ②15:25~15:40
- ③15:50~16:05

イベント、行事については中止する場合があります。

ロビーのウォーターサーバーの紙コップは受付の横に設置しています。  
今後ご利用の際は、水筒・マイボトルをご持参してご利用いただきますようお願いいたします。



東風吹かば  
白ひおこせよ梅の花  
あるじなしとて  
春なわすれそ  
菅原道真

ひじり館裏 旧山野草園 1/19



### 聖ヶ丘のお茶

聖ヶ丘2丁目 畠山君枝



我が家の草や木から毎年沢山お茶が生まれます。春は杉菜茶(解熱、利尿、糖尿病等)から始まります。つくしが顔を出しそれを佃煮や天プラにして春の香りをいただいた後、切ったつくしから緑の杉菜が沢山出来ます。切って洗ってカラカラに干して袋に詰めコトコト煮てお茶にします。根から抜かず鉄で茎のみを切り取ると又新しい葉が繁ります。

次はどくだみ茶です。十薬と云われる程万病に効くらしく、体の悪いものを出す働きがあり高血圧の予防にも最適とか。白い花が咲く頃が良いとされ一本ずつ切って洗い干してコトコト五分位で美味しい健康茶が完成します。

梅雨が終わる頃、桑の木の葉が成長しそれを一枚ずつ洗って干して袋に入れお茶にします。クセも無く喉ごしも良くさわやかさがローパイに広がります。

いつの間にかお茶の木が三本、植えた覚えもないのに植木屋さんもびっくり!!です。八十八夜に茶つみバアさまに変身し楽しんでます。お茶の木から美味しい煎茶を作りたいと頑張りましたが、いつも味わい深いお茶を愛用しているので不合格!代わりに紅茶にして愛飲しています。オレンジティー、リンゴを切ってアップルティー、蜂蜜と生姜を加えて冬は風邪予防になります。

まさか自宅の草や木でお茶を作るなんて考えたこともなかったのですがやってみると面白く、美味しく、安心、安全、健康にもプラスでもう十年近く経ちました。我が家の小さな庭には、山椒の木、柚子の木、月桂樹と料理にも重宝する木が元気一杯育っています。

心もからだも健康で、明るく楽しく生活できることに感謝して、聖ヶ丘の自然からいただくプレゼントに「ありがとう」の気持ち一杯です。



### 「ミニ出張広場」遊具で遊べます

日時: 2月15日(火)10:00~12:00  
場所: ひじり館プレイルーム  
対象: 乳幼児親子

※お部屋の定員を超える場合はお待ちいただいたり、交代をお願いする場合があります。  
※感染拡大の状況により中止する場合があります。

連光寺児童館では乳幼児親子を対象とした催しを行っています。詳しくは児童館にお問い合わせください。

☎080-7990-2071

### 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!!

お見積りの方へ、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

Since1975  
ハートフルインテリア 建築士事務所登録第11232号  
多摩市連光寺2-12-6  
Tel 042-373-3925

### 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

### ひじり館はどんな人たちが運営しているか、ご存じでしょうか。

今回は、運営協議会「緑花推進委員会」(花プロ)の活動内容をご紹介します。

ひじり館敷地内にある花壇の維持管理を行っています。

年間を通じて季節の草花で当館を訪れる地域住民のコミュニティの輪が広がることを目的として活動しています。

活動内容としては

- ◇ 花壇の日常管理
- ◇ 草取り
- ◇ 水やり
- ◇ 花がら摘み
- ◇ 追肥



春夏秋冬の花苗、球根の植え付けを行っています。

作業時には近隣住民の方に、「いつもきれいな花を植えてくださりありがとうございます」等の声掛けやお菓子やくだもの差し入れをして下さったりして委員一同感謝し、やりがいを感じています。

春には色とりどりのチューリップをお楽しみください。



### 俳句 聖ヶ丘 幸喜美恵子 選

富士山へ見得切るやうな梯子乗り  
寒の入り陽のあるうちに墓を訪ふ  
峰々の冠雪眩しき八ヶ岳  
箱根駅伝声援とぎれなき沿路  
潮満つるやうな淑気や柞原  
寒暁や先づ稜線の輝きて  
今日終る厨の窓の雪景色  
炬燵とふ天国に些と微睡みぬ  
認諾の意味辞書で引く凍る夜  
ゆつくりと落ちる点滴ひかる冬  
降り頻る雪を一羽の鳥過る

隆潤明み志静一和俊三陽  
行子子どりげ子枝子子枝子

### 野鳥観察会

2月13日(日) 10:00~ (集合 9:45)  
参加者受付中です。雨天中止。  
先着:30名  
申込み:受付または電話  
Tel 042-389-2211 (11:00~20:00)

- ・ひじり映画会は3月に予定しています。
- ・3月予定の環境部会主催の講演会は中止です。
- ・2月予定の「防犯のつどい」は中止です。



### 終活ってなあに???

「終活」や「エンディングノート」は何をどのように準備しておけばよいのでしょうか。改正される法律について分かりやすくご説明いたします。自分の人生について一緒に考えてみませんか?

日時: 2月5日(土) 10:00~11:30

場所: ひじり館ホール

定員: 50名(先着申込順・要予約)

講師: 東京司法書士会 三多摩支会

松村 友子氏・古賀 孝子氏・出口 勇介氏

※オンライン参加可 [run-hiji@tamasharyo.jp](mailto:run-hiji@tamasharyo.jp) まで  
お申込みください。後日 zoom の URL をお送りいたします

申込み・お問い合わせ  
多摩市社会福祉協議会 まちづくり推進担当  
☎042-373-5616

ご参加の方にはエンディングノートをプレゼントいたします!

連光寺・聖ヶ丘地域福祉推進委員会事業部会講演会  
共催 ひじり館運営協議会 福祉部会

\*上履きをご持参ください

### R&ギターDUOコンサート

日時: 3月5日(土) 14:00 (開場 13:30)

場所: ひじり館ホール

定員: 50名 先着申込順 参加費: 500円



尺八  
小湊昭尚



ギター  
齋藤純一

2月10日(木)~受付窓口または電話で予約

☎042-389-2211 (11:00~19:00)

♪ 映画音楽メドレー・イパネマの娘・オリジナル曲他 ♪

チケット交換 2月26日(土) 11:00~14:00  
2月27日(日) (ひじり館ロビー)

主催 文化部会

### 福祉なんでも相談

日時: 2月18日(金) 13:30~15:00

場所: 受付横

詳しいお話は別室で伺います

多摩市社会福祉協議会 社会福祉士担当  
共催 福祉部会

### ミニミニサービス

日時: 2月19日(土) 10:00~12:00

場所: 2階会議室

申込み: ひじり館受付 参加費無料(65歳以上)

コロナ感染対策につき飲食は出来ません

飲み物は用意します

主催 福祉部会

FRESH HOUSE  
住宅リフォームの事ならフレッシュハウスへ  
お見積は無料です!  
フレッシュハウス多摩ショールーム  
☎0120-349-314  
〒206-0011 東京都多摩市関戸6-6-7  
定休日 毎週月曜日  
電話受付 9時~18時

気楽に入れる気軽に聞ける 身近な街の畳屋です  
東京 多摩  
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。

★ ★ ★  
ローソン多摩乞田店  
TEL042-310-3873  
住所:多摩市乞田 1426 (永山橋交差点付近)  
無料配達受け賜います  
歓迎迎会などに!  
お弁当・サンドイッチ・お飲み物・スイーツやお菓子、各種取り揃えております。

広告募集中  
連光寺・聖ヶ丘地区全戸、市内関連施設に約7000部配布  
詳細はひじり館受付まで  
☎ 042-389-2211