



この1年、
年度末に体調
だき、ご迷惑
私と同じ高
す。お子さん
集会所の印刷
自主防災の活
見えるようで
今年も地域
カリなど春の
聖ヶ丘中学校
ひじり会園芸
されています
ウォーキン
りました。そ
返つてきます
やつて下さい
また今年に
3回もウサギ
ウサギが私の
タヌキにも何
こちらをじー
豊かな自然
動物との出会
「聖ヶ丘は、
実感する日々

聖ヶ丘の素敵な人たち
花々
小動物

ばすと、
で

日	曜日	時 間	内 容
5	木	休 館 日	
7	土	10:00～12:00	子どもとシニアの囲碁教室(中止)
11	水	15:00～	(図)おはなし会
14	土	10:00～12:00	子どもとシニアの囲碁教室(中止)
18	水	15:00～	(図)おはなし会
19	木	休 館 日	
20	金	13:30～15:00	福祉なんでも相談
21	土	10:00～12:00	ミニミニデイサービス
		10:00～12:00	子どもとシニアの囲碁教室(中止)
24	火	10:00～12:00	(図)赤ちゃんおはなし会
25	水	15:00～	(図)おはなし会
28	土	10:00～12:00	子どもとシニアの囲碁教室(中止)

4月から聖ヶ丘駐在所に配属になりました

小柳知史（こやなぎかずし）です。出身は埼玉県ですが、大学生の4年間多摩市のキャンパスに通っていたので所縁のある街で働けることを嬉しく思います。趣味は小学生から続けていたサッカーです。年齢は28歳と前任の小澤さんと比べて経験値は未熟ですがサッカーで培った元気とフットワークの軽さで皆様の安全、安心を守るため邁進してまいります。何かお困りのことがあれば、お気軽に聖ヶ丘駐在所までお越しください。

地域を巡回しています。
見かけたら
お声がけください



地域を巡回しています。
見かけたら
お声がけください

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
 多摩市鶴牧5-2-4
 (多摩センター駅バス8分。鶴牧商店街)

- 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。

TEL.042-339-1228



ローソン多摩乞田店

TEL 042-310-3873

住所: 多摩市乞田1426
(永山橋交差点付近)

母の日・父の日ギフト好評承り中!

お弁当・サンドイッチ・お飲物など
ご用意しております。
無料配達も受け賜います。

ひじり館のイベント情報

ひじり映画会

『ひまわり』

戦争で引き裂かれた男と女の
悲しい愛の物語



1970 年イタリア製作 103 分

日 時：6 月 5 日（日）
14：00～

場 所：ひじり館ホール

定 員：50 名 無料
申し込み順

マルチェロ・マストロヤンニ
ソフィア・ローレン

5 月 9 日（月）より 受付または電話で予約
☎042-389-2211（11:00～19:00）

※感染状況により中止となる場合があります
マスクの着用と上履きのご用意をお願いします

主催 文化部会

福祉なんでも相談

日時：5 月 20 日（金）13：30～15：00

場所：受付横

※詳しいお話は別室でお伺いします
多摩市社会福祉協議会 社会福祉士担当
共催 福祉部会

ミニミニデイサービス

日 時：5 月 21 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）

ご夫婦 お友達 お一人でもご参加ください
主催 福祉部会

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も
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？



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

*上履きをご持参ください

日 時：令和 6 月 4 日（土）10：00～11：30
場 所：ひじり館ホール
定 員：50 名（先着申し込み順・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 ren-hiji@tamashakyo.jp

までお申し込みください。
後日 Zoom の URL をお送りいたします

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！

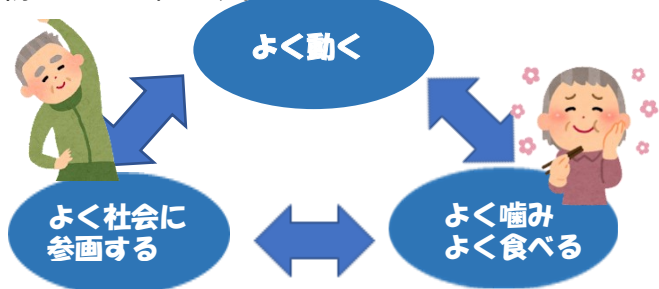
連光寺・聖ヶ丘地域福祉推進委員会事業部会講演会
共催 ひじり館運営協議会 福祉部会

毎年行われている地域の見守り隊の方達による
聖ヶ丘小学校新一年生の下校の付き添いを
4 月 7 日から 4 月 13 日まで行いました。
保護者の方も安心ですね。



今から始めよう！
人生 100 年を元気に過ごすために

自分のことは自分ででき、生きがいのある生活を持
続けること、元気で活動できる「健康寿命」を延ばす
ことが大切です。そのカギをとなるのがフレイル予
防の 3 つの柱です。



あきらめないで！

フレイル状態であっても運動や食事、社
会とのつながりなど意識して取り組むこ
とで「回復」することができます。

※ フレイルとは高齢者の虚弱という意味
です。「健康と要介護の間の状態」の
ことです。

次回からは具体的な予防について掲載します。
運営協議会

「ミニ出張ひろば」



日 時：5 月 17 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

子育て講座

「初夏のフラワーアレンジメント」

日 時：5 月 31 日（火）10:30～11:30※要事前申込

場 所：ひじり館 会議室 2・3

対 象：6 ヶ月以上の乳幼児の保護者の方※保育有
定 員：10 人

参加費：材料費 500 円

申 込：児童館に直接申込

電話申込は 5 月 6 日（金）13:30 から

※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。詳細はお問合せください。

連光寺児童館 TEL080-7990-2071

俳句 聖ヶ丘 幸喜美恵子 選

金縷梅が咲いて明るき散歩道
宇宙桜の下で「イマジン」口遊む
朝一番に桜吹雪を一人占め
この先は大河へ続く花筏
蒲公英をくれし見知らぬ児の笑顔
新人生いろとりどりのランドセル
たんぽぽよわが学舎は兵舎あと
「海行かば」歌ひて高女卒業す
鈴懸の並木のかなた霞む春
散歩の夫に置いて行かれて野蒜摘む
手術待つベッドに届く春便り

忠 俊 三 和 明 潤 静 志 一 陽
夫 子 枝 子 子 子 子 子 枝 子

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！！

お見積りの方に ポケットティッシュカバをプレゼント！



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

どこよりも安い

お気軽にお電話下さい！



株式会社大野商会

◎ガス機器・衛生機器販売施工 多摩市連光寺5-7-7

◎住宅設備機器販売施工 ☎042-375-7736

◎塗装・内装工事… お見積り無料

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

東京都多摩市落合 3-5-2

☎ 080-9457-3155

info@worldsystems.info

FRESH HOUSE

リフォーム・引っ越し・お見積り無料

住宅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

☎ 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