



2024年

2月号

(1/27)

No. 368



編集 広報部  
〒206-0033 多摩市  
落合6丁目5番地  
TEL371-8806

# コミュニティはTOMです

トムハウス  
TOM HOUSE

鶴牧・落合・南野コミュニティセンター運営協議会は、多摩市指定管理者制度のもと地域住民で構成されたボランティア団体です

主催事業

## 普通救命講習会

=「まさか」に備えて、応急手当を学びませんか=

AED救命器具を実際に動かす練習の他、心肺蘇生法、止血法などの講習も行います。法令に基づく3時間講習です。修了後、東京消防庁から救命技能認定証（3年間有効）が授与されます。

各地域の自主防災組織の皆さん、ぜひご参加ください。

- 日時 2月25日（日）午前9時30分～12時30分  
集合9時20分（厳守）遅刻早退不可
- 場所 1階 ホール
- 講師 多摩消防署員ほか
- 内容 AED救命、心肺蘇生法など
- 費用 ①初めての方、前回取得より3年以上経過の方 1500円  
②更新の方 1300円 認定証持参
- 定員 先着順 20名
- 申込み 1月27日（土）～2月18日（日）  
午前11時より受付 TEL042-371-8806



当日支払い

共催事業

## トムハウス スマートフォン相談会

（無料）  
基本操作、インターネット検索、何でもご相談を！



- 日時：2月15日（木）  
各回1名の募集。
- ① 午後2時～2時20分
- ② 午後2時20分～2時40分
- ③ 午後2時40分～3時
- ④ 午後3時～3時20分
- ⑤ 午後3時20分～3時40分
- ⑥ 午後3時40分～4時

- 対象 多摩市在住65歳以上の方
- 持ち物 お使いの携帯電話  
携帯会社、機種は問いません

- 場所：2階 会議室2
- 申込み 1月29日（月）  
午前11時よりトム事務局にて受付  
多数の場合、抽選とします。

電話申込はできません。  
直接ご来館ください。

多摩市社会福祉協議会 =福祉なんでも相談=  
身近な福祉の相談窓口です。どなたでもお気軽にお越しください。（無料）

- 2月13日（火）午後12時30分～1時30分
- 1階 事務スペース1 ■ 直接会場へどうぞ

共催事業

主催事業

## トムハウス利用サークル・団体紹介展

トムハウスを利用しているサークル・団体の活動、運営協議会の事業などをパネル展示で紹介するイベントです。出展サークル、団体を募集します。

- 展示期間 2月17日（土）～3月2日（土）
- 場所 2階 展示ホール
- 展示物 活動内容、会員募集などの紹介及び作品等
- 受付開始 2月1日（木）～16日（金）

サークル紹介

\*パネルをお貸しします。作品はこの期間内に事務局へ提出ください。

共催事業

## 東京都委託事業 スマートフォン体験会 スマートフォンの使い方を学ぶ教室形式の体験会

- 日時 2月28日（水）午後1時～4時
- 場所 トムハウス1階 ホール
- 対象 スマートフォンを持っていない、または使い慣れていない60歳以上の市内在住者。
- 定員 20名（申し込み先着順）
- 持ち物 お持ちのスマートフォン

無料

申し込みはこちらです

受付期間：2月5日（月）～16日（金）  
電話：多摩市高齢支援課  
042-338-6924

## =新年度(2024年)団体登録及び更新=

4月1日以降の貸室予約には更新、新規ともに登録手続きが必要です。  
事務局にて手続きを行ってください。  
午前11時より受付/名簿の提示をお願いします。

## ★避難誘導訓練★

日時：2月21日（水）  
午後4時

児童館と合同の訓練を行います。  
ご利用の皆さまにご協力をお願いいたします。

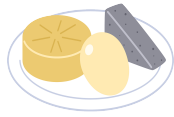
2月の休館日

6日（火）  
20日（火）

### 主催事業 高齢者食事懇談会

2月は節分、春が待ち遠しいですね。今回は“おでん”をご用意して皆さまをお待ちしています。

- 日時 2月13日(火)12時～
- 場所 1階 ホール
- 対象 75歳以上の方(付添可)
- 参加費 300円
- 定員 32名



#### メニュー

- ・おでん(こんにゃく、卵、大根、焼きちくわ、昆布)
- ・人参小松菜炒め
- ・フルーツ
- ・ご飯(ちゃ飯)
- ・お吸い物

27日(土)11時より事務局にて受け付けます。

電話受付、キャンセル待ち、当日受付はいずれもできません。

### 主催事業 午後のひととき サロンコンサート

日曜午後のコンサート、お誘いあわせの上、どうぞお越しください。お待ちしております。

- 日時 2月11日(日) 午後2時～2時30分
- 場所 2階 サロン
- 入場無料 ■申込不要



- 演奏 岡 牧子さん(ピアノ)
  - 曲目・作曲者
    - ・花の歌 (ランゲ)
    - ・悲愴第二楽章 (ベートーヴェン)
- ほか

### 主催事業 2月のパソコンサロン

談話室で、パソコン利用技術のレベルアップや活用事例の情報交換をします。2月はパソコン活用の最も基本である、ワードとインターネット応用事例からラジオとテレビの利用法を取り上げています。お気軽にご参加ください。

- 5日(月) 13:30～15:30 ワードの基本機能を学ぶ
- 19日(月) 13:30～15:30 インターネットでラジオ・テレビを楽しむ



- 場所: 談話室
  - 定員: 各回6名(先着)
  - 参加費: 100円(当日徴収) (パソコンを持ち込む必要はありません)
- 初めての方は27日から、参加経験のある方は28日以降に事務局にお申し込みください。
- 受付は午前11時から(電話受付も11時から TEL042-371-8806)

### 主催事業 初心者のためのパソコン相談会

ワード、エクセル、インターネットなど毎月のサロンで実施している内容に関して、困ったこと、分からないことなど、解決のお手伝いをします。可能な方は、パソコンをご持参ください。

なお、機器の修理はいたしません。



- 日時 2月26日(月)
  - 第1回 14:30～15:30
  - 第2回 15:45～16:45
  - 定員 各回とも3名(最大1時間)
  - 場所 談話室
  - 参加費 100円(当日徴収)
- 受付は27日から事務局にお申し込みください。午前11時から午後8時。(電話受付も11時から TEL042-371-8806)
- ※キャンセル時は必ずご連絡ください。

### 主催事業 2月の福祉カラオケ

歌えば楽しい。身も心も軽くなります。どうぞご参加ください。

- 定員 15名
- 参加費 200円(当日徴収)
- 開催時間 12時～16時



日	催し物	開始	場所
10(土)	福祉カラオケ	12:00	音1
24(土)	福祉カラオケ	12:00	音1

**お知らせとお願い**

音楽室1,2は改修後、床が塩化ビニール仕様となりました。それぞれの倉庫にモップを常備しております。

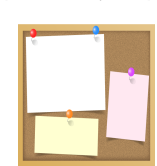
使用後はモップかけ清掃にご協力をお願いいたします。

運営協議会

**サークル紹介記事 記事を募集しています**

広報紙「こんにちはTOMです」では、登録サークルからのお知らせ記事を募集しています。

掲載無料です。前々月の27日までに寄稿してください。



### 南野ゴルフ

時間制 平日 1400円～ (2時間) 土日祝 1500円～

コイン制あり(500円/50球)

早朝ゴルフ(AM6:00より)

ゴルフスクール・クラブ修理

☎042-373-3730

### Caféあさの葉

どなたでも利用でき ホット一息できる場所

喫茶・月曜水曜ランチ・楽しいイベント

営業時間 9:30～16:00

認知症カフェも開催

毎月第2土曜 13:00～15:00

☎042-339-6825

「被災時自助共助活動マニュアルの手引き」頒布中! (1部300円)

地域防災計画に役立ててください

トムハウス運営協議会発行の地域防災マニュアルの手引きです。役員会、勉強会などの会合での説明にも応じます。

お問い合わせは、トムハウス事務局 371-8806 まで