

さわやカメール

2021年9月10日(金) vol. 501 <https://www.sawayaka-mail.com/>

発行部数
13150部

発行所 ASA多摩センター・永山

〒206-0033 東京都多摩市落合1-20-10
フリーダイヤル020-165-2111 / フリーFAX0800-800-3154

お散歩の途中で...

《ハ王子市 長池公園自然館より》

〈観察会〉神無月のんびり野花観察会

秋本番の長池公園ののんびり散歩、多摩丘陵で見られる代表的な草花を観賞します。園内に咲くさまざまなアザミ類、湿地にひっそりと咲く黄色い花のオオニガナ、運が良ければ紫色のツクバトイカブトの花も見られるかもしれません。自然館で京路保存されている多摩丘陵で発見されたハチオウジアザミも見頃です。

■日 時: 10/17(日) 9:30~12:00 *雨天決行・荒天中止

■集合場所: 自然館

■対象: 小学生以上(小学1・2年は保護者同伴)

■定 員: 15名

■費用: 中学生~大人500円 / 小学生200円

■持ち物: 飲み物、筆記用具、双眼鏡、虫よけ用具など

■装 備: 野外活動に適した服装(長袖長ズボン)

ハイキング用の靴、帽子

※9/15より予約受付開始

*キャンセルのご連絡は原則1週間前までに。



〈ネイチャーガイド&野外ヨガ〉 芝生deヨガ

自然の中での散歩したあと、芝生広場でヨガのレッスンを行います。

○講 師: ヨーガ・セラピー 小林佐知子 長池公園副園長 小林健人

○日 時: 11/2(火) 10:00~12:00 *雨天の場合11/9に延期

○集合場所: 自然館10:00

○対象: どなたでも(未就学児不可)

○定 員: 15名

○費用: 1000円

○持ち物: 飲み物、帽子、タオル、ヨガマット

*貸出用ヨガマット(200円)を用意しております。

ご希望の方は受付にお申し付けください。

※9/15より予約受付開始

*キャンセルのご連絡は原則1週間前までに。



〈作ってあそぼう竹クラフト〉 作ってとばそう 里山の竹で竹とんぼ

由木の里山に多いモウソウチクなどの竹から、小刀を使って竹とんぼをつくります。

◆日 時: 11/14(日) 9:30~12:00

◆場 所: 自然館工作室・公園

◆対象: 小学3年生~大人(3年生は保護者同伴)

◆定 員: 10名

◆費用: 300円

◆持ち物: カラーペン・持ち帰る箱

*左利き用の小刀が必要な方はお申し出ください。

※9/15より予約受付開始

*キャンセルのご連絡は原則1週間前までに。



長池公園自然館 開館時間 9:00~17:00
八王子市別所二丁目58

TEL042-678-4616 FAX042-678-4647
HP: <http://www.h-yugi.org>

新型コロナウイルス感染症予防のためご協力をお願いします。

当日受付で参加者全員に検温を行います。

マスクは必ず着用してお越しください。

社会情勢により中止になる場合があります。ご了承ください。



ナビぐるめ191

『JA川崎 ファーマーズマーケット セレスモス 麻生店』

神奈川県川崎市麻生区黒川172

TEL: 044-989-5311

FAX: 044-989-5933

営業時間: 9:30~15:00

定休日: 毎週水曜日 / 年末年始

駐車場: 100台 無料

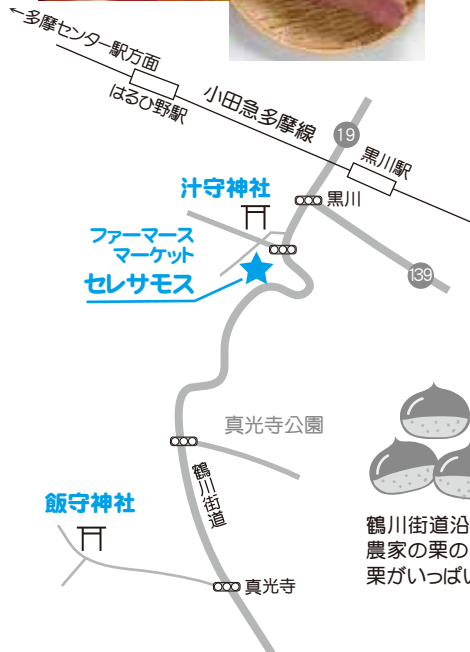


「食欲の秋到来!」ということで、黒川駅から約10分、秋の味覚を求めてJA川崎ファーマーズマーケット セレスモス麻生店へ...

セレスモスは川崎市内でとれた新鮮な農産物を豊富のそろえたマーケットです。店内には、旬の梨・ブドウ・栗・サツマイモ・落花生・きくらげをはじめ新鮮野菜がたくさん並んでいます!

お米の精米も可能なので精米したての美味しいご飯を味わうことができます。

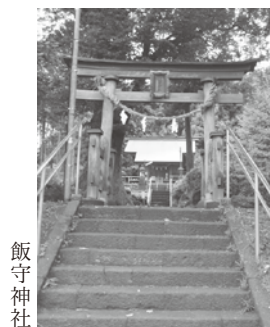
限定販売のかわさき産卵を使用した『マドレーヌ』や『秋植え苗フェア』(9/30まで)も開催しています。



ちょこっと情報

さわやかな秋の日に
足を延ばしてみませんか?

しるもりじんじゃ いいもりじんじゃ
「汁守神社」&「飯守神社」



セレスモスの道路を挟んだ向いに「汁守神社」、鶴川街道を進み、真光寺の信号を右折して入ったところには「飯守神社」があります。気になる名前の神社ですが、「黒川の鎮守さま」「汁守神社」と、町田市真光寺町にある「飯守神社」は東京都府中市にある「天國魂神社」の末社として「汁物」と「飯物」を奉納してきたと伝えられています。どちらでもともとも雰囲気のある神社ですので、興味のある方は立ち寄ってみてはいかがでしょうか?

インフォメーション

22種139種目で熱戦を繰り広げたパリンピックも開幕、終盤はボッチャ、テニス、バドミントン、バスケット、マラソンなど、見どころが多すぎて、テレビの前からなかなか離れることができませんでしたが、パラスポーツの魅力存分に楽しむことができました。様々な境遇にあっても、「できない」を「できる」に変える可能性に向かって努力を続ける大切さを学んだことは言うまでもありませんが、自転車ロードレースで2冠を達成した「杉浦圭子選手」の「最年少記録は2度と作れないけど、最年長記録はまた作れますね。」の明るい名言も心に残ります。そして...多摩市在住の「土田和歌子選手」、トライアスロン9位、車いすマラソン4位、2種目での活躍、本当にカッコよかったです。ご苦労様でした。 所長

9月に入り、すっかり秋の気配を感じる毎日となりました。

BOOKの紹介

週刊朝日ムック
入居を考える!
納得して選ぶ!

高齢者ホーム 2022

価格 1100円(税込)

将来の介護不安を抱える人に、高齢者ホームへの入居を検討してもらう一冊。コロナ禍で変わるホーム事情から、ホームの選び方・見分け方、かかるお金までをプロが解説。独自調査による首都圏有料老人ホームリスト約1500件を掲載。

※購入を希望される場合はメッセージ欄でお知らせください。

