

秋の深まりとともに、朝晩の冷え込みが
感じられる季節になりました。
今月もココスモ連光寺からのおたよりを
お届けいたします。

第20号 (令和7年11月・12月)

多摩市立連光寺コミュニティ会館 (ココスモ連光寺)

〒206-0021 多摩市連光寺 3-57-1

TEL 042-372-1666 FAX 042-338-5881

11月の休館日 : 10日(月)・24日(月)

12月の休館日 : 8日(月)・22日(月)

年末年始の休館: 12/29(月)~1/3(土)

※12/28(日)、1/4(日)は窓口業務やラウンジの開放はありません

健康講座



申し込み不要

協力: 西都ヤクルト販売(株)

腸元気生活のすすめ

あなたのお通じは大丈夫ですか?

ご自身の「腸年齢」をチェックしてみませんか。

腸を強くする食習慣や快便力の鍛え方についての健康講座です。

先着順

日程 2025. 11.20 木 定員 25名

時間 午後1:30~2:30 会場 1階ラウンジ

対象 興味のある方どなたでも!

共催: 多摩市社会福祉協議会 東部地域包括支援センター 連光寺コミュニティ会館

講座のあとは…

※講座のみ、相談のみの参加も可

福祉なんでも相談

日常のちょっとした困りごとや相談先がわからないことなど、
なんでもお気軽にご相談ください。



日時: 11月20日(木) 午後2:30~3:00

場所: 1階ラウンジ (相談内容により個室で伺います)

※年齢不問、予約不要、無料

相談員は多摩市社会福祉協議会、東部地域包括支援センターの職員
です。相談者のプライバシーは守られますのでご安心ください。

お問合せは、多摩市社会福祉協議会まちづくり推進担当へ
TEL042-373-5616

焼きいも

※要申込み

児童館・コミュニティ会館共催

秋の味覚ホクホクの「焼きいも」を、子どもも大人も一緒に
たき火を囲んで味わいませんか！

日時: 11月26日(水) 午後2:00~4:30

※焼き上がりに30分程かかります。

時間内(4:00まで)に庭に来てください。

参加費: 100円

定員: 60名(申込み先着順、どなたでもどうぞ)

申込み: 11/1(土)~21(金)

直接ココスモ窓口へ(参加費持参で) 電話不可



※要申込み

cocoa

ほっこりコンサート



オカリナの音色で楽しいひとときをお過ごしください！

出演: cocoa (多摩地区で活動しているオカリナデュオです)

12月13日(土)午後2:00~2:45

会場: 1階ラウンジ

対象: どなたでも 参加無料

定員: 60名(申込み先着順)

申込み: 11/11(火)~

電話または直接窓口へ
家族分申込み可



第3金曜日 10時~は

ココスモミニシネマ



第3金曜日の午前中、1階ラウンジが映画館に変身します。

快適な館内で、ごゆっくり映画をお楽しみください。

11月21日(金) 10:00~12:00

12月19日(金) 10:00~12:00

※内容等はお問合せ下さい

各日午前10:00~ 場所: 1階ラウンジ

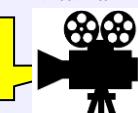
参加無料、申込み不要、出入り自由

飲食物お持ち込みいただけます！



児童館・コミュニティ会館共催

年末お楽しみシネマ



大人も子どもも楽しめる映画を上映します。

内容はお問合せ下さい。

日時: 12月27日(土) 10:00~12:00

場所: 2階会議室

参加無料、申込み不要、どなたでもどうぞ！

新コラム『連光寺あれ・これ』

第3回 連光寺のバケ話 「ヨウカゾウ」

ヨウカゾウ(十二月八日・二月八日)

ヨウカゾウの夜には一つ目小僧やメカリバケという疫病神がやってくるんだ。昔は連光寺だけでなく多摩村のあちこちにやってきたそうだ。一月八日にやってきたという話もある。

だから、その晩はどこの家でも長い棹の上に竹で編んだザルめかご(目籠・ザル)や団子をくっつけて家の外に立てたんだ。ザルはメ(編み目)がたくさんある化け物に見えるし。数えているうちに目がおかしくなって外から来た化け物も怖がるンだ。

履物もみんな家の中にしまってキチンと並べて置いた。ヨウカゾウは、外に出ている履物を持って行ったり家の中にあっても脱ぎ散らかした履物にはハンコを押していったりするンだ。そしてそれを履くと病気になるンだ。

だから、ヨウカゾウの晩はみんな家の中で静かにして化け物に留守だと思わせて、グミの生木を囲炉裏や風呂で燃やすんだ。それはすごくさしい煙が出るから化け物はいやがって逃げて行くんだ。子どものころはヨウカゾウの晩は怖かったな。

(林和男)

参考:「多摩市の民俗(口承文芸)」(平成4年 多摩市発行)

※ヨウカゾウの話は、多摩市図書館 HP の「多摩市デジタルアーカイブ」の「多摩の民話」で動画をご覧いただけます。



イベント報告

連光寺秋まつり

10月4日(土)

12:00~3:30



今年の「連光寺秋まつり」は直前まで高確率の雨予報でしたが、なんとか曇り空のもとスタート。終了時間直前まで雨に降られずに無事開催することができました。

2階では今年も地域の方々による『連光寺ミニミニ商店街』をオープン。ハンドメイド小物やヘアアレンジ、ネイルのお店などなど、子どもから大人まで「お店屋さんごっこ」を楽しんで頂きました。



ラウンジではアンサンブルや大道芸、ココスモのご利用団体による『かっぽれ』と『南京玉すだれ』、そして今年は「連光寺小学校南京玉すだれサークル」の子どもたちも登場して盛り上げてくれました。

庭では子どもたちによる模擬店や保育園、学童クラブの出店。そして、今年は有志のパパたちによる「焼きそば」を初出店。あっという間に売り切れの人気でした。



ご来場ご協力頂きました皆様、本当に有難うございました。

開館時間 午前9時~午後9時30分 (貸室使用時間 午前9時30分~)

※月~土曜日の午後5時以降及び日曜・祝日については、

貸室予約が入っている場合のみ開館 (予約団体のみ利用)

窓口受付時間 月~土曜日 午前9時30分~午後5時 (祝日除く)

休館日 第2・4月曜日、年末年始

ちいさなおはなしかい



ココスモサポーターによる
絵本の世界をみんなで楽しみましょう!

日時:11月14日(金)

12月12日(金)

午前11:30~12:00

場所:1階ラウンジ

対象:どなたでも 参加自由



今月のラウンジ展示

11月「あったかいおはなし、あつめました」

12月「クリスマス」

おすすめ絵本揃えて
います。

ご自由にご覧ください。



1階ラウンジに

11/20頃~

「クリスマス フォトスポット」

ご自由に撮影していただけます



新規会員登録

—ココスモスタッフ—

三枝 弘士(さえぐさ こうし)

高室 萌里(たかむろ もえり)

源 由佳 (みなもと ゆか)

