

# 依知北公民館だより

依知北公民館  
厚木市上依知1313番地1  
電話 225-2563  
FAX 244-1101  
メール:8614@city.atsugi.kanagawa.jp



【学級・講座】

## 身体動かしていますか? 健康づくりストレッチ

参加者募集!

～ 自宅でも簡単にできるストレッチを学び、健康な生活を送りませんか? ～

【日 時】 7月10日(月) 10時～11時15分

【場 所】 依知北公民館 体育室

【対象者】 市内在住の方 20人(依知北地区在住の方が優先) 応募多数の場合は抽選。結果はハガキで通知。

【講 師】 インストラクター 田中陽子さん

【内 容】 動的ストレッチ、静的ストレッチ、音楽に合わせたタオルを使ったストレッチ など

【参加費】 無 料

【持ち物】 室内履き(体育室内での移動に使用します。スリッパでも可。無くても可。ストレッチは素足で行います。)、汗ふきタオル、水分補給の飲み物、マスク(個人の判断で。) ※ヨガマットは公民館で用意します。

【申込み】 6月19日(月)までに、依知北公民館へ直接、電話(046-225-2563)、FAX(046-244-1101)、または厚木市講座予約システムでお申込みください。 【講座番号:2320005】

【問合せ】 依知北公民館 電話:046-225-2563

【学級・講座(地域ぐるみ家庭教育支援事業)】

## ばばあちゃんの にこにこ広場

自由参加!

ばばあちゃんのにこにこ広場は、子育てアドバイザーによる子育てサロンです!

6月は、20日(火)に開催します♪

【時 間】 10時～11時

【場 所】 依知北公民館 保育室

【対 象】 0歳～未就園児とその保護者

【問合せ】 依知北公民館 電話:046-225-2563

～ 楽しみながら健康づくり! ～

## あゆコロちゃん GENKIポイント

健康づくりで30ポイントを貯めると抽選で特典が当たる「あゆコロちゃんGENKIポイント」が6月1日から始まりました。

健(検)診や予防接種、ウォーキングやサイクリング、指定の市のイベントへの参加、自分で決めた目標へのチャレンジや、健康につながる講座やイベントへの参加でポイントが貯まります。

※詳しくは、公共施設に配架のリーフレット等又は市ホームページをご覧ください。なお、各公民館等に応募箱が設置してあります。

【対 象 者】 市内在住・在勤・在学者(全年齢対象)

【実施期間】 令和5年6月1日～令和6年2月15日

【応募締切】 第1回:令和5年9月30日(必着)

第2回:令和6年2月19日(消印有効)

【問 合 せ】 健康長寿推進課 電話:046-225-2174

【GENKIポイントホームページQRコード】



依知北公民館  
で受付

## かなちゃん手形

【日 時】 6月20日(火) 9時30分～15時30分

～ 「かなちゃん手形」購入費助成のご案内 ～

市では「かなちゃん手形(1年券10,800円)」の購入費用のうち、4,800円を助成します。

対象者(令和5年4月1日現在厚木市在住で、令和5年度内に満70歳以上の方)には前もって市からご案内を郵送しますので、受付日程、受付会場等をご確認ください。

当日は、高齢者タクシー利用券の申請も受け付けます。

【問合せ】 地域包括ケア推進課 電話:046-225-2224



## 6月の公民館図書室休室日 6月19日(月)

※休室日も、1階のポストにて本の返却が可能です。

【問合せ】 依知北公民館図書室 電話:046-246-3375

## 依知北公民館から お礼とお祝い

昨年度、依知北地区は、地域の皆さまの頑張りにより、市内15地区の中で、「あゆコロちゃんGENKIポイント事業地域ポイント獲得数」第3位! となりました。

今年度も、皆さまと一緒に地域の健康増進を進め、もう一步上を目指してまいりたいと思っておりますので、より一層のご協力をお願いいたします。

目指そう!  
第1位!



**こんにちは 私たちは青少年相談員です！**



市内には、私たち102人の青少年相談員（公民館地区選出・小学校・中学校・高校）がいます。各地区や市街地に出て、愛の声掛け運動（パトロール）を行っています。声掛けしながら、子どもから大人へと育っていく青少年に、大人が周りにいることを感じてもらい、「見守っているよ、ひとりじゃないよ」ということを伝えていきたいという思いで活動しています。地域の皆さんと一緒に、地域活動や厚木市青少年教育相談センターでの活動を軸に、大きな社会へ活躍の場を広げていく青少年をこれからも見守っていききたいと思います。

【問合せ】青少年教育相談センター 電話 046-225-2520

子どもが好きな方、保育所で働いてみませんか？

**市立保育所の保育士  
（会計年度任用職員）を募集**

**募集**

- 【勤務先】相川保育所（下津古久710-1）  
小鮎保育所（飯山4232-1）  
玉川保育所（七沢162）  
南毛利保育所（長谷1247）
- 【勤務内容】保育士（フルタイム）
- 【勤務日時】8:30～17:00 週5日（月～金）  
土曜日勤務がある場合もあります。  
（その場合、同一週に振替）
- 【勤務開始日】小鮎保育所 令和5年7月1日から  
南毛利保育所 令和5年7月1日から  
玉川保育所 令和5年8月1日から  
相川保育所 令和5年9月1日から
- 【報酬等】月額 212,048円（地域手当含む。）
- 【申込み】市ホームページにあるエントリーシートと  
保育士証の写しを、直接又は郵送で保育課へ
- 【問合せ】保育課 電話：046-225-2768

出張します！

**認知症サポーター養成講座**

依知地域包括支援センターでは、出張「認知症サポーター養成講座」を開催しています。認知症を正しく理解して、認知症の人や家族を温かく見守り支援するための講習会を受講した方を、認知症サポーターと呼びます。厚生労働省が始めたキャンペーンの一環で、認知症サポーターを増やして、認知症になっても暮らしやすい地域をつくるのが目的です。講座の所要時間は1時間～1時間30分程度。趣味のサークルやお店の従業員の皆さん、老人会やママさんサークルなどの他、5～6人集まれば、出張して講座を開催します。受講者全員には、テキストとサポーターの証である「オレンジリング」を進呈します。認知症は、誰もがなる可能性のある身近な脳の病気です。「認知症」という言葉は聞いたことがあるけれど、どう接したらいいのか分からないという方など、認知症について知識を深めたい方や若い方も、是非この機会に出張型講座をご利用ください。

【問合せ】依知地域包括支援センター  
電話：046-246-0108

メンバー募集！

**地域のサークル**

**フラダンス “Hula Halaw Wiola”**  
フラ ハラウ ワイオラ

～一緒に身体を動かしませんか？～

お子様連れでも大丈夫！ 未経験者OK！ 年齢問わず！

- 【レッスン日】木曜日（月3回） 13時～14時30分
- 【場所】依知北公民館、依知南公民館 ほか
- 【問合せ】高山 電話：080-5411-3637

会員募集！

**地域のサークル**

**スポーツ吹矢**

～精神統一及び腹式呼吸による健康増進～

筒に矢を1本入れ一気に吹き、  
的に当てた合計点数で争う競技

興味のある方は、是非無料体験を受けてみてください。

【問合せ】厚木依知支部 小林幹雄  
電話：090-9642-5566