

体育振興事業



玉川公民館地区館長杯2022
Tamagawa

ゴルフコンペ

地区の皆さまの健康増進を図るため、ゴルフコンペを開催します。ゴルフで体を動かし、寒さを吹き飛ばしましょう。

◆開催日 11月1日(火) 9:17~順次スタート

◆場所 中津川カントリークラブ

※コースはwest⇒out またはin⇒west となります。

◆参加費 ①ゴルフプレー代 12,900円(税込み)

※セルフ、カート代、昼食

②パーティー参加費 3,000円(賞品代含む)

◆定員 玉川地区在住・在勤の方 10組 40人※申込多数の場合、抽選

◆申込み 玉川公民館窓口に備え付けの申込用紙により、お申し込みください。9月22日(木)締切

★その他★

※1人での申し込みも可能ですが、なるべく4人1組でお申込みください。

※お申込みの際は、参加者全員の氏名(1人代表者)、生年月日、住所、連絡先を申込用紙にご記入ください。

※ゴルフプレー代は個人清算となります。

※成績発表は18:00から、七沢の「ベンガル」で行います。

※スタート時間やその他の詳細につきましては、お申込みいただいた代表者あてに別途通知いたします。

※競技方法は新バリア方式とします。

◆問合せ 玉川公民館 ☎248-0006

今後の新型コロナウイルス感染状況によっては変更または中止する場合があります。



《腰永小百合先生の指導の様子》



ふれあい遊学塾・第1弾

交通事故に遭わない動作 楽しく学ぶ

高齢者が対象の学級講座「ふれあい遊学塾」の第1弾は交通安全教室です。神奈川県警察交通安全教育隊が企画制作したエアロビックで交通安全「Let'sトラビック」を体験。参加者は「春が来た」「ふじの山」など懐かしい童謡の替え歌に合わせ、身振り手振りで交通事故に遭わない動作を腰永小百合先生(県警が考案したマスコットキャラクター・写真上)から学びました。新型コロナウイルス感染拡大中でしたが、参加した方たちは「換気も人との間隔も十分とれていたので、安心して体を動かせました」や「外へ出る良い機会になりました」などと話し、良い気分転換もなったようです。

2回目の「ふれあい遊学塾」は10月に東京パラリンピックの金メダル種目「ボッチャ」を体験する大会を企画しています。ご期待ください。

公民館

学級講座

いつまでもいきいきと前向きに暮らし続けるために…

フレイル予防教室

★日時 9月29日(木) 14:00~15:00

★場所 玉川公民館 集会室

★内容 自宅でできるフレイルチェック及びフレイル予防のための軽運動を学びます。

★対象 市内在住在勤60歳以上の方 20人

★持ち物 筆記用具など

★講師 市介護福祉課職員



人は年を取ると徐々に体の力が弱くなり、外出する機会が減ったり、病気にならないまでも手助けや介護が必要となったりします。このように心と体の動きが弱くなってきた状態のことをフレイルと呼びます。

申込み

9月21日までに、直接または電話で玉川公民館(☎248-0006)へ。応募多数の場合は抽選。

地域福祉推進委員会

敬老事業

ご長寿おめでとうございます!

お祝い品 お届けします

9月19日の敬老の日に合わせて、玉川地区地域福祉推進委員会から玉川地区在住の75歳以上の方を対象に、次のとおり担当役員がお祝い品をお届けに伺います。

問合せ/玉川地区市民センター ☎248-0006



【配布期間】9月10日(土)~19日(月・祝)

※多少前後することがあります。

【その他】(1)地区の民生委員・児童委員、自治会長がご自宅にお伺いします。

(2)なるべく本人のお受け取りをお願いします。

「高齢者お楽しみ会」は中止に…

新型コロナウイルス感染状況から、皆さまの健康と安全を最優先に考え「高齢者お楽しみ会」は中止とさせていただきます。ご理解をお願いいたします。





▲交通ルールのお話に耳を傾ける子どもたち



▲道路標識のゲーム盛り上がった会場

楽しみは子どもたちの笑顔

玉川地区交通安全母の会
会長 久崎 千晶

「おはようございます」と玉川小学校の児童たちの声が響きます。母の会とは、50年間という歴史ある交通安全の見守り隊としてボランティア活動を行っています。

小学生の登校時刻に合わせて通学路で、立哨をしています。子供たちの元気な声、そして笑顔が見られるのは母の会の特権だと思います。

夏休みには、子供たちを公民館に集めて交通安全教室を行いました。【写真左】普段、地域を巡回してくださっている青パトさん(市民安全指導員)を招いて、標識の意味や道路での自転車の乗り方など、交通ルールのお話や、ビンゴゲームで交通安全を考えてもらいました。

母の会としては、11月の防犯パトロールや12月の夜間街頭監視活動に参加するなど、地域の安心安全のために活動していきます。



「山びこ便り」は地域の団体からの寄稿で、活動状況などを紹介してもらうコーナーです。今回は2つの団体を掲載します。

さまざまな体験を子どもたちに

玉川青少年健全育成会連絡協議会
会長 遠藤 進

玉川青少年健全育成会連絡協議会では、家庭や学校ではあまり体験できないことを事業として取り組んでいます。本来ならば、長く続けてきた川の清掃活動「玉川をきれいにし隊」にも取り組みたいのですが、コロナ禍での感染や近年の猛暑による熱中症の心配があるためここ数年は断念しています。新型コロナが流行してからは屋外での事業をメインに人数制限をし、原則として飲食を伴わない事業を実施しています。

今回は8月6日の親子思い出づくり「カヌー体験」を紹介します。見学の保護者を含めて21名の参加がありました。参加者は宮ヶ瀬ダム周辺振興財団が主催するカヌースクールに入って、初心者用の親水池で約90分間体験をしました。一人乗りのカヤックは小学校4年生以上が対象で、3年生以下は2~3人乗りのカナディアンカヌーに親子で乗りました。当日は曇りで涼しいほどのカヌー日和でした。

初めはカヤックを上手く操作できず、まっすぐに進めなかった子ども達もインストラクターの指導で見るとうちに上達していきました。カナディアンカヌーの方はどうしても大人の漕



▲一人乗りのカヤックを体験する参加者ら



▲親子でカナディアンカヌーを楽しんだ皆さん

ぎ手が主力になるので、お父さんやお母さんが頑張っている姿が見られました。参加した子ども達からは「楽しかった」「気持ちよかった」といった感想が聞かれました。

9月には相模川の上流の桂川でのラフティング体験、また、10月には物づくり体験「グラスサンドアート」を計画しています。コロナを正しく恐れ、コロナ禍でできることを工夫しながら取り組んでいきます。

玉川
公民館

図書室コーナー



今月の特集

★子どもコーナー★『秋とハロウィン』

新刊案内

◎『史上最高のストレッチ』 野上鉄夫/著

◎『もう振り回されるのはやめることにした』 Ryota/著

みなさまのご利用をお待ちしております!

【開室時間】10:00~12:30/13:30~17:00

【電話・Fax】250-8559

【今月の休室日】9月12日(月)、19日(月)、23日(金)

たまたがわ Information

災害時の食事について

厚木市委託事業

パッキングで災害時でも温かい食べ物を…

【日時】9月26日(月) 10:00~13:00

【場所】玉川公民館 調理実習室

【定員】市内在住の20歳以上の方12人(先着順)

【献立】ごはん、筑前煮、魚肉ソーセージのカレー
卵とわかめのスープ

【参加費】300円(材料代)

【持ち物】エプロン、三角巾、マスク、ふきん2枚
筆記用具

【申込み】9月23日(金)までに問合せ先へ

【問合せ】厚木市食生活改善推進団体厚味会玉川森の里地区

高橋 ☎247-3627

家入 ☎248-1540

韓国語初心者講座

【主催】厚木市・軍浦市友好交流協会

【月日】10/2、10/9、10/16、10/30(日曜日)

【時間】9:30~11:30

【場所】厚木南公民館

【内容】韓国語文字が読めるように

【参加費】全4回2,000円(教材費含む)

【締切】9月16日(金曜日)

【申込先】chie_mat@hotmail.com

※メール申込み後、返信がなかった場合は必ず問合せをお願いします。

【問合せ】松村 ☎090-5210-3724