

# 依知北公民館だより

令和5年9月15日号

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



【依知北地区公民館まつり実行委員会（展示部会）】

## 公民館まつり 作品展

## 出展者募集

11月4日・5日 開催

～地域の皆様の作品展を行います。この機会に是非ご出展ください。～

【日程】11月4日（土）・11月5日（日）

【場所】依知北公民館

【対象】依知北地区在住の方

【出展数】作品は1人3点まで

【申込み】10月20日（金）までに、依知北公民館へ直接または電話でお申し込みください。

【問合せ・申込み】依知北公民館 電話：046-225-2563

【学級・講座】

## 酒まんじゅうづくり **募集**

～昔ながらの地域の味 酒まんじゅうづくりにチャレンジしてみませんか？～

【日時】10月14日（土）14時～16時

【場所】依知北公民館 調理室

【対象】厚木市在住の方 20人

※依知北地区在住の方優先

※託児あり 1歳～小学校3年生 ※要事前予約

【内容】酒まんじゅうの作り方を学びます。

【講師】梅澤清子先生

【持ち物】エプロン、三角巾、マスク

【参加費】300円（材料費等）

【申込み】10月1日（日）までに

依知北公民館へ直接、電話または講座予約システム

【講座番号：2320011】でお申し込みください。

※託児をご希望の方は、お子様の氏名、ふりがな、生年月日をお知らせください。

※応募多数の場合は抽選 結果はハガキで通知

【問合せ】依知北公民館 電話：046-225-2563



【学級・講座】

## からだ健康体操 **募集**

～楽しく体を動かし、健康づくりをしませんか？～

懐かしい歌謡曲に合わせて・・・

ゆっくりとリズムにのって、楽しく体を動かしましょう。

【日時】10月18日（水）10時～11時

【場所】依知北公民館 集会室

【対象】市内在住の65歳以上の方 20人

※依知北地区在住の方が優先となります。

【参加費】100円

【内容】懐かしの歌謡曲に合わせて、体を動かします。

【講師】フィットネスインストラクター 関 美香先生

【持ち物】汗拭きタオル、水分補給の飲み物

※ヨガマットは、公民館で用意します。

【その他】動きやすい服装でお越しください。

※ヨガマットの上で運動するため、シューズは必要ありません。

【申込み】10月1日（日）までに

依知北公民館へ直接、電話または講座予約システム

【講座番号：2320012】でお申し込みください。

※応募多数の場合は抽選 結果はハガキで通知

【問合せ】依知北公民館 電話：046-225-2563

## あゆコロちゃん GENKIポイント

目指そう！  
第1位

締切迫る!!



第1回応募締切 **9月30日必着**

## 9月の公民館図書室休室日

9月11日（月）・18日（月祝）・23日（土祝）

※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



【学級・講座（地域ぐるみ家庭教育支援事業）】

## ぼぼぼあちゃんの にここ広場 **自由参加**

子育てアドバイザーによる子育てサロン！

9月は、19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

令和5年度 厚木市食育推進事業委託

# 食べて笑ってフレイル予防の食事 講和(紙芝居)と調理実習

～手軽な食事で簡単! バランスアップ! レシピを紹介します。管理栄養士による栄養相談も行います。～

【主催】厚木市食生活改善推進団体 厚味会・依知

【日時】10月17日(火) 10時～

【会場】依知北公民館 調理室(2階)

【定員】16人

【参加費】500円(当日集めます。)

【持ち物】エプロン、三角巾、マスク、参加費

【申込み】電話でお申し込みください。

梅澤清子 電話:046-245-0047

高田武子 電話:046-245-2037

**募集**

～メニュー～

トマトの炊き込みご飯

鶏肉と野菜の甘酢あん

豆腐サラダ

りんごの豆乳クラフティ



『厚木市史』古代通史編発刊記念  
令和5年度厚木市史歴史講演会

## 「古代厚木のさらなる探求」

【日時】10月14日(土)

13時30分～17時(予定)

【会場】厚木シティプラザ6階

サイエンスホール250

【講師】厚木市史編集専門委員会委員

望月幹夫氏、荒井秀規氏、

田尾誠敏氏、高橋香氏

(『厚木市史』古代通史編の執筆者)

【定員】150人(先着順)

【その他】申込み不要

直接会場にお越しください。

入場無料、駐車場はありません。

【問合せ】文化財保護課 電話:046-225-2060



愛名宮地遺跡出土瓦塔

## ひとり親のための親子デイキャンプ

～七沢の自然豊かな環境の中、ダッチオープン料理をたのしもう～

【日時】11月19日(日) 10時～15時

【会場】七沢自然ふれあいセンター

【内容】ダッチオープン料理、草木染めなど

【対象】市内在住のひとり親家族 25人

【参加費】1人1000円(材料費、保険料)、  
3歳未満45円(保険料のみ)

【申込み】10月15日(日)までに

七沢自然ふれあいセンターへ電話または

講座予約システム【管理番号:2302006】で  
お申し込みください。

※応募多数の場合は抽選

【問合せ】七沢自然ふれあいセンター

電話:046-248-3500

**募集**

## 敬老祝金・祝品贈呈のご案内

長寿をお祝いするため、9月15日現在、対象年齢の方に敬老祝金及び祝品を贈呈させていただいております。

【敬老祝金】

返信をいただいている方につきましては、事前に送付しております振込依頼書に必要事項をご記入のうえ、返信用封筒に入れて投函してください。

また、振込依頼書を紛失された方につきましては、お手数ですが、介護福祉課までご連絡いただきますようお願いいたします。

対象年齢	金額
77歳(S20.9.17～S21.9.16生まれ)	3,000円
88歳(S9.9.17～S10.9.16生まれ)	5,000円
99歳(T12.9.17～T13.9.16生まれ)	10,000円
100歳(T11.9.17～T12.9.16生まれ)	30,000円

【敬老祝品】

対象年齢の方には、9月下旬にご自宅に郵送いたします。

対象年齢
80歳(S17.9.17～S18.9.16生まれ)
90歳(S7.9.17～S8.9.16生まれ)

【問合せ】介護福祉課 電話:046-225-2220

## 暮らしと事業に関する無料よろず相談会

暮らしのなかで起きる各種の疑問を専門家(弁護士、司法書士、行政書士、税理士、土地家屋調査士、建築士、宅地建物取引士)が無料で相談に応じます。予約不要ですので、直接会場へお越しください。

【日時】10月9日(月・祝) 10時～16時

【会場】あつぎ市民交流プラザ(アミュあつぎ)

ルーム604(受付)

【対象】市内在住在勤

【問合せ】神奈川県司法書士会厚木支部 電話221-9324

秋季健康まつり  
依知北地区健康フェスタ  
10月1日(日)開催!

【日時】10月1日(日) 8時30分～12時30分

開会式:8時30分 閉会式:12時30分

【会場】北小学校校庭

当日参加大歓迎! 大抽選会もあるよ!!

【問合せ】依知北公民館 電話:046-225-2563