

地域子ども教室

連だこづくり教室を開催

公民館では、未来を担う子ども達が心身共に健全に育つことができるよう、また安心して安全な子どもの居場所づくりを進めるため「地域子ども教室推進事業」を実施しております。

月1回学校のない土曜日に「手話ダンス教室」や「生け花教室」を開催しており、現在40人を超える児童が参加しております。

これらのほかに、地域の正月行事である「どんど焼き」に揚げる「連だこづくり」を、12月17日（土）厚木第二小学校図工室にて開催いたしました。

第二小の先生とPTAの役員さん、地域子ども教室推進事業運営委員さんが集まり、午前中に材料の準備を行い、午後から45人の児童の参加のもと、凧に思い思いの絵を描き、竹ひごとセロテープで凧を完成させました。

参加した児童は、作り上げた凧を持って、「はやく外で凧を揚げてみたい。」と目を輝かせていました。



▲ 準備が大変でした



▲ 運営委員による指導



▲ 真剣に聞く児童

厚木南公民館
学級・講座

文化振興会事業

渡辺峯山を訪ねて

- 日時 2月20日（月）9:00～12:00
※雨天の場合は翌日（2月21日（火））
- 集合場所 東町スポーツセンター正面
- ルート 旧厚木村渡船場跡→厚木神社→瑞雲山宝安寺→金光山最勝寺
→熊野神社→旧智音寺→きりんど橋 ※約4^{キロ}のコース
- 対象 厚木南地区在住の成人 10人 ※応募多数の場合は抽選
- 講師 あつぎ郷土博物館学芸員
- 参加費 無料
- その他 マスク着用をお願いします。飲み物を持参のうえ、温かい服装でお越しください。
- 申込み 2月3日（金）までに電話または直接厚木南公民館へ 電話 228-0582



介護予防教室

健康度を見える化して『未病』について考えてみませんか？

『未病』とは健康と病気の間で連続的に変化している状態をいいます。

今回は測定器を2台準備し実際に測定することができます。

☆糖化度測定（健康習慣チェック）

指を載せるだけで糖化度が測定できます。

☆体組成計

体重・筋肉量だけでなく、基礎代謝など様々な項目を測定できます。（ペースメーカーご利用の方は測定不可）

【日時】2月28日（火）10:00～11:30

【場所】厚木南公民館 2階集会室

【対象】市内在住の方 20人（先着順）

【参加費】無料

【講師】江草 満帆氏

（日本調剤株式会社管理栄養士）

【申し込み】直接または電話で

【問合せ】厚木南地域包括支援センター

電話 258-6705

締め切り間近！

あゆコロちゃん
GENKIポイント

健（検）診やコロナワクチン等の予防接種、ウォーキングなどの健康づくりで30ポイントを貯めて応募すると、抽選で特典が当たる「あゆコロちゃんGENKIポイント」の応募締め切りが迫ってきました。

応募し忘れたカードはありませんか？期間内なら、何枚でも応募できます！

※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。

スマホからも応募できます。

【対象者】市内在住・在勤・在学者
（全年齢対象）

【応募締切】2月19日（日）
（消印有効）

【問合せ】健康長寿推進課

電話 225-2174



※QRコード（GENKIポイントのホームページに飛びます）

成人歯科健康診査・ 口腔がん検診を 受診しましょう

令和4年度の成人歯科健康診査及び口腔がん検診の受診期限が迫っています。年に1回は歯科医院受診を。まだ受診していない方は、お早めに受診をお願いします。

【内容】成人歯科健診：現在歯や義歯、歯周疾患などの診査、口腔がん検診：口腔内粘膜などの状態の診査

【対象】40歳以上（昭和58年4月1日以前生まれ）の方（受診当日に厚木市民の方）

【受診期間】2月15日（水）まで

【受診費用】成人歯科健診1,000円、口腔がん検診1,600円（成人歯科と同時受診の場合、1,200円）

※70歳以上（昭和28年4月1日以前生まれ）の方、費用免除に該当される方は無料

【持ち物】受診券、健康保険証、受診費用（費用免除に該当する方はその証明書）

※受診券は再発行が可能です。希望される方は、2月8日（水）までに健康づくり課までご連絡ください。

【その他】歯科医院受診の際は事前予約が必要です。受診日などの詳細は、各実施医療機関へお問い合わせください。

【問合せ】健康づくり課 電話 225-2201

次世代リーダー育成プログラム

ボードゲームで学ぼう！

SDGs

あゆコロちゃん
も参加します



【日時】2月4日（土）
13:30～17:00

【場所】厚木南公民館
2階集会室

【対象者】小学生から成人まで

【参加費】無料（記念品付き）

【その他】駐車場はありません

【問合せ】本厚木ロータリークラブ 星野
電話 090-3227-3697



「元気なあつぎっ子 早ね早あき朝ごはん！基本的な生活習慣を身に付けよう～