

# 厚木北公民館だより



【厚木市中町3-17-25・TEL223-3147・FAX296-2050 \*令和7年1月15日号】

募集

## リラックスストレッチ講座



日ごろの運動不足を解消してみませんか？誰でもできる簡単な体操を行います♪

【日時】 **2月25日(火)** 午後1時30分～午後3時

【場所】 厚木北公民館 2階 会議室

【講師】 青山 恵津子 氏 (文部科学省公認スポーツ指導者)

【対象】 市内在住・在勤・在学の方 15人

【参加費】 無料

【持ち物】 バスタオル1枚、手ぬぐい(お持ちの方はゴムバンド)1枚、飲み物

【申込み】 **2月12日(水)** までに直接窓口、電話(受付時間: 祝日を除く午前8時30分～午後5時15分)又は講座予約システムから厚木北公民館(223-3147)へお申し込みください。

応募多数の場合は厚木北地区在住者を優先に抽選し、結果は2月18日(火)頃までに当落関係なく全ての方に郵便でお知らせします。



## 厚木北地区公民館まつり縮小して開催します！文化作品展示のみ

「厚木北地区公民館まつり」については、現在、仮事務所に移転中であるため、縮小して開催します。

文化作品を  
まだまだ募集中！！

「趣味の作品を展示したい！」「日頃の活動の成果を披露したい！」という方、ぜひ、お申し込みください！

【募集作品】

絵画、絵手紙、写真、書道、短歌・俳句、生花、手づくり品、作文など

【申込み】

1月24日(金)までに申込書を直接又はFAX(296-2050)で厚木北公民館に提出してください。  
※申込書は公民館の窓口にあります。

展示スペース  
公民館事務所



展示期間

**2月23日(日)～3月21日(金)**



未来へ一歩つながる  
あつぎ 70年

# 市制施行記念第71回あつぎ駅伝競走大会

新春の厚木路を舞台に、選手たちが熱いバトルを繰り広げます。地区対抗の部に厚木北地区代表チームが出場します。第5区で厚木北地区内を通過しますので、沿道からの温かいご声援をお願いします。

■日時 令和7年1月26日(日) 雨天決行

午前9時30分スタート 10時30分頃ゴール予定

- 部門 ①地区対抗、女子の部 …………… 6区間 21.1km
- ②高等学校、一般の部 …………… 4区間 21.6km

■各中継所等通過予定時刻

中継所	通過予想時刻
荻野運動公園競技場(スタート)	9:30~9:35
第1中継所「富士通厚木総合グラウンド」	9:41~9:49
第2中継所「日産NATCセミナーハウス」	9:51~10:04
第3中継所「ぼうさいの丘公園」	10:07~10:28
第4中継所「ウエイストヨタ 神奈川厚木水引店」	10:13~10:38
第5中継所「林中学校前」	10:21~11:43
荻野運動公園競技場(ゴール)	10:36~11:10

※当日は、荻野運動公園周辺道路をはじめ、国道246・129号、412号などを選手が通過します。コースや周辺道路への駐車はご遠慮いただき、選手通過時の一時的な交通規制にご協力をお願いいたします。



詳細はこちら→

問合せ スポーツ魅力創造課 Tel225-2531 ※詳細は市HPでご確認をお願いします。

## お知らせ



### 厚木市シルバー人材センター 会員募集

市内在住の60歳以上の方へ。当センターの会員になって働いてみませんか？内容や登録手順は次の入会説明会又はWEB入会説明会で！

【入会説明会】(①~③のいずれかに参加してください。)

- ① 日程：令和7年2月12日(水) 午前10時から  
令和7年3月12日(水) 午前10時から  
会場：厚木市生きがいセンター(松枝2-3-17)3階会議室
- ② 日程：令和7年2月13日(木) 午後14時から(ルーム604)  
令和7年3月13日(木) 午後14時から(ルーム504)  
会場：アミューあつぎルーム(中町2-12-15)
- ③ WEB入会説明会 詳細はホームページへ。ご自宅でも可能。来所不要です。

詳細はこちら



【申込み】 不要 当日会場においでください。

【問合せ】 厚木市シルバー人材センター Tel224-9585

### ～歯科健診・口腔がん検診の受診をお忘れなく～ 厚木市成人歯科健康診査・口腔がん検診

「健康寿命の延伸」には、歯やお口の健康は不可欠です。年に1回は歯科健診・口腔がん検診を受診しましょう。

- 【対象】 歯科健診：市内在住の20・30・40歳以上の方      口腔がん：市内在住の40歳以上の方
- 【期間】 令和7年2月15日(土)まで
- 【費用】 歯科健診：1,000円      口腔がん(歯科健診と同時)：1,200円  
口腔がんのみ：1,600円 ※70歳以上の方は無料。費用免除制度あり
- 【内容】 歯科健診：現在歯や義歯の確認、歯周組織の診査、噛み合わせや歯列の診査等  
口腔がん：口腔内粘膜の診査等
- 【受診方法】 健康医療課から送付された受診券(再発行可)を持ち、直接実施医療機関へ。なお、事前予約が必要な場合があるため、実施医療機関へ御連絡ください。
- 【問合せ】 健康医療課 Tel225-2201