厚木南公民館だより

令和8年 10 月15 日号
発　行：厚木南公民館・地区市民センター
住　所：厚木市旭町２－４－１８
ＴＥＬ：０４６－２２８－０５８２
ＦＡＸ：０４６－２２０－１７５１
e-mail：0252@city.atsugi.kanagawa.jp

１１月１日（日）は
厚木南公民館まつり



作品展示（1階・2階）・啓発活動
スタンプラリー ９：００～１４：３０

【作品展示】写真、編物、絵画、パッチワーク、日本刺繍、切り絵、押し花、書道、コーンスターチアート フラワー、クロスステッチ、ビーズ、明るい選挙ポスター、厚木中美術部・写真部・家庭部の作品、厚木第二小手芸クラブ・まんがイラストクラブの作品、厚木第二小３年生の絵画、あつぎ伝統文化いけばなこども教室の作品、水彩画（文化振興会）
【啓発活動】明るい選挙推進協議会、青少年相談センター、シルバー人材センター、消費生活センター、資源循環推進課、国保年金課、障がい福祉課、人権男女相談担当
【スタンプラリー】公民館のどこかにあるスタンプを４個押して、景品をもらおう！※景品がなくなり次第終了

メダカの配布 12：30～ ※１２:００～先着順に番号札を配布。

幸町の土方（ひじかた）さんのご厚意で先着５０人に配布します。約束を守って、メダカを飼育しましょう！

芸能発表（３階） 模擬店（駐車場）
10：00～14：10　10：00～14：30 ※なくなり次第終了

No.	時間	出演者	演　　目（予定）	内　容
1	10:00	厚木中学校 吹奏楽部	宝島　ほか	吹奏楽
2	10:45	ポニ　アロハ　フラ スタジオ　オハナ	①カ・イヴァ ②カアナアレほか	フラダンス
3	11:00	ブロッサミイ	①おおスザンナ ②Runner（ランナー）	エアロビクス ダンス
4	11:15	サナ　フラ　レフア	①パーリィ　シエルズ ②プア　アアリイ	フラダンス
5	11:30	アンサンブル むしか	①Over　the　Rainbow （オーバー　ザ　レインボー） ②上を向いて歩こう	弦楽アンサ ンブル
6	11:45	マヒルナ　オハナ	ナニ　カウアイ	フラダンス
昼食（12:00～13:10）				
7	13:10	KeiZibeat	①silent（サイレント） ②Habit（ハビット）	ウクレレとピアノ のアンサンブル
8	13:30	琉球舞踊ティーダ	①上り口説（のぼりくどき） ②あさどやユンタ	琉球舞踊
9	13:50	わいわいクラブ 地域子ども教室	小さな世界・さんぽ・これが音楽	手話ダンス

品　名（予定）	値　段
やきそば	300円
トルティーヤ	100円
やきとり（3本）	200円
チュロス	200円
わたがし	100円
ジュース	100円
お茶	100円
ホット缶コーヒー	100円
手づくりフルフルポップコーン	100円
キャッチ・ザ・ダック	無料
スーパーボールすくい（箸づかみ）	無料
シューティングゲーム	無料



地域の皆さまのご来場を心からお待ちしております。

公民館・地区市民センターからのお知らせ

10月23日（金）は、自家用電気工作物の年次点検に伴い全館停電となるため、8時30分から13時まで公民館は閉館となります。利用者の皆様にはご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

モルックあつぎオープン

市民の皆さんが参加できるモルック大会を開催します。

【日　時】１２月１２日（土）９：００～１６：００（大会終了予定）　【参加費】無料
【会　場】厚木中央公園　【定　員】４８チーム　※応募者多数の場合は抽選。
【対　象】次の内容で構成されるチーム
①市内在住、在学、在勤の方３～６人　②正式ルールで競技可能　③相互審判で競技可能
【試合形式】予選はリーグ戦を行い、各リーグ１位によるトーナメント戦で順位を決定します。
【表　彰】１位から３位まで表彰します。
【申込み】１１月１３日（金）までに二次元コードのフォームから申し込み。
【問合せ】スポーツ魅力創造課　電話　２２５－２５３１



申込みはこちらから⇒

市委託事業

料理教室のご案内　厚味会「健康料理教室・高血圧予防」

～減塩の知識と調理のコツ～

【日　　時】１１月１７日（火）１０：００～１３：００
※受付時間９：４０～９：５０
【会　　場】厚木南公民館　２階　調理実習室
【対　　象】市内在住、在勤、在学の２０歳以上の方
１６人（先着順）※託児なし
【メニュー】ごはん、鮭と野菜のフライパン蒸し、かぼちゃとくるみのヨーグルトサラダ、ミルク味噌汁
※アレルギー対応はしていません。
※メニューが変わる場合があります。
※食べきれない食事のお持ち帰りは衛生上ご遠慮いただいております。
【参 加 費】５００円（食材費一部）
※当日キャンセルは、全額負担となります。
【持 ち 物】エプロン、三角巾、ふきん２枚、筆記用具
飲み物、マスクの着用をお願いします。
【申 込 み】１１月７日（土）までに、電話でお申込みください。
食生活改善推進団体　厚味会　厚木南地区
梅原　電話　０８０-２０１８－９１１４
高濱　電話　０９０-３００２－３８８２

介護予防教室　フレイル予防体操教室

～フレイル（虚弱）を予防するために必要なことを講義と体操を通して一緒に学びましょう！～

【日　時】１１月２７日（金）１０：００～１１：３０
【会　場】厚木南公民館　２階　集会室
【講　師】玉枝　香澄さん（理学療法士、認定理学療法士）
【対　象】市内在住の方　２５人（先着順）
【参加費】無料
【持ち物】飲み物、汗拭き用タオル、筆記用具
※動きやすい靴、服装で参加してください。
【申込み】１１月２１日（土）までに直接又は電話で。
【問合せ】厚木南地域包括支援センター
電話　２５８－６７０５

～星のソムリエ®と観る星空観望会～土星

【日　時】１２月１１日（金）１７：３０～１９：００
【会　場】七沢自然ふれあいセンター
【対　象】市内在住の小学生以上（中学生以下は保護者同伴）３０人
【参加費】１人１００円（材料費、保険料）
【申込み】１１月１５日（日）までに七沢自然ふれあいセンターに電話。抽選。
【問合せ】七沢自然ふれあいセンター　電話　２４８－３５００

ムササビの森探検隊～夕暮れの森でムササビを探そう～

【日　時】①１２月１９日（土）15：００～１９：１０
②１２月２６日（土）15：００～１９：１０
【会　場】七沢自然ふれあいセンター
【対　象】市内在住の親子各回10組
【内　容】生き物探し、夕食付
【参加費】１人2,000円（夕食代、保険料）
【申込み】１１月１５日（日）までに七沢自然ふれあいセンターに電話。抽選。
【問合せ】七沢自然ふれあいセンター　電話　２４８－３５００

厚木南地域食堂「わくハピ亭」

だれでも安心してくることのできる地域の居場所です。みんなでいっしょに食事をして、楽しいひとときを過ごしてみませんか。ボードゲームコーナーなどもあります！
【日　程】１０月２４日(土)、１１月２８日(土)、１２月２６日(土)
【時　間】１１：３０～１５：００
（食事の受付は１４：００まで）
【会　場】厚木南公民館　調理室・会議室１
【参加費】こども(小･中･高校生)１００円
障がいのある方１００円、大人　３００円
※未就学児無料
【注　意】食数に限りがあります。公民館の駐車場は使用できません。
【問合せ】ハートラインあゆみ　担当　佐藤
電話　２５９－５７１２