



睦合北公民館だより

各地区の公民館だよりは、厚木市のホームページ
(<https://www.city.atsugi.kanagawa.jp/>) でご覧になれます。

令和7年12月1日号

編集・発行

睦合北公民館・地区市民センター

所在地 厚木市三田2735-1

電話 046-241-1310

Fax 046-243-1010

E-Mail 0255@city.atsugi.kanagawa.jp

厚木市制70周年記念 令和7年度

睦合北地区公民館まつり を開催しました。



11月8日(土)・9日(日)の2日間、公民館まつりが盛大に開催されました。お天気が残念な日もありましたが、ご来場いただいたみなさま、楽しい時間をお過ごしいただけましたか？

実行委員をはじめ、文化振興会、御出演・御出品をいただいたみなさま、地域のみなさまに、多大なる御協力をいただきましたこと、心から御礼申し上げます。本当にありがとうございました。



学級・講座『小学生のためのトランポリン教室』初めてでもOK！

年末年始、冬休みの運動不足解消にいかがですか。小学生への運動効果としては、体幹や筋力の強化、バランス感覚や運動神経の向上、集中力や記憶力など脳への良い効果が期待できるとAIが回答しています。

【日時】令和8年2月1日(日) ①9:30~11:30 ②13:00~15:00 【場所】睦合北公民館体育室

【参加費】無料 【講師】トランポリン普及指導員 音成真紀子氏

【対象】小学生(市内在住)40人(①②各20人)※3年生以下は保護者同伴

【申込み】1月16日(金)までに申込み下さい。申込多数の場合は抽選。(地区優先)

【申込み先】睦合北公民館(電話:241-1310 FAX:243-1010)





昨年作品です。公民館の玄関に飾りました。

歳神さまを迎える準備を始めましょう

令和7年も残すところあと、ひと月となりました。何気に過ごしている年末ですが、今回は少し深掘りしてみましょう。毎年年末は猫の手も借りたいほど忙しいのが世の常ですが一体なぜそんなに忙しいのでしょうか。お正月の日に家々に訪れる『歳神様』をお迎えし、もてなす準備のためです。『歳神様』は“新年に家を訪れ繁栄をもたらす”大変おめでたい神様です。年末の大掃除やお正月に飾る「門松」「しめ縄」「鏡餅」等のお正月飾りの準備もこの神様をもてなすためのものです。

「門松」は神様が迷わず家に訪れられるように、「しめ縄」は神聖な場所としての結界の役目をし、「鏡餅」は神様への供物としてそれぞれ意味のある働きをします。この日本の伝統文化は地域によりさまざま、その違いを知るのもおもしろいですね。そういえば、「雑煮」も関東風・関西風とありますね。「門松」や「車用お飾り」は今では飾る家も減ってきましたが、「しめ縄飾り（玄関飾り）」は多数の家で飾っているのではないのでしょうか。それでは、来年は手作りの「しめ縄飾り」で歳神様をお迎えするのはいかがでしょうか。

公民館の「しめ縄飾り教室」まだ余裕があります。親子での参加も大歓迎です。是非、ご参加を。

【日時】12月21日（日）午前9時～正午【参加費】1,500円（材料費）【申込み】12月12日まで
小学生以下は保護者同伴。初めての方も講師が丁寧に教えます。【電話】241-1310（睦合北公民館）

第47回厚木市民スキー選手権大会参加者募集 ～初心者から競技経験者まで広く楽しめる大会です～

【日時】令和8年1月31日（土）群馬県鹿沢スノーエリアスキー場

【参加資格】市内在住在勤在学の小学生以上の方

【競技内容】大回転（2本）各クラス3位までの表彰

【参加費】大人3,500円・中学生以下2,500円

【申込み】厚木市スキー協会HP（<http://ski-atsugi.com/>）スキー協会HP
に掲載する方法にて申し込む。申込締切は令和8年1月11日（日）。

【問合せ】厚木市スキー協会（小竹）080-5539-6338

compe@ski-atsugi.com



○参加者募集○ かながわ駅伝の選考会

2月8日に開催される、かながわ駅伝の選考会参加者を募集します。

【日時】①R7.12.1（日）9時～13時まで

②R8.1.12（月・祝）13時～17時まで

【会場】荻野運動公園【費用・申込】不要

【種目】一般・高校男子：一万メートル

一般女子・中学生男女：三千メートル

【対象】県陸上競技協会に登録しているまたは県内の中・高校を卒業した市内在住者

【問合せ】スポーツ魅力創造課（225-2351）

～福祉のお困りごとには民生委員・児童委員へ～

12月1日付で民生委員・児童委員の一斉改選があり、市内では265人の方が厚生労働大臣から委嘱を受けました。任期は3年です。民生委員・児童委員は高齢者や障がい者、児童の問題など、福祉に関する住民への相談・援助・情報提供などを行っています。福祉に関してお困りのことがあれば、お気軽にご相談ください。民生委員には守秘義務があり、個人の情報は堅く守られます。また、お住いの区域の担当民生委員は、地域包括ケア推進課へお問い合わせください。地域包括ケア推進課 電話:225-2200

～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。期間は令和8年2月14日まで。

【歯科健診】対象：市内在住の20歳・30歳・40歳以上の方

費用：1,000円 ※70歳以上は無料。費用免除制度あり。

内容：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

【オーラルフレイル健診】※ 歯科健診と同時実施

対象：市内在住の65歳・70歳・75歳以上の方

費用：1,500円 ※70歳以上は無料。費用免除制度あり。

内容：嚥下機能や咀嚼力、滑舌の検査等

【口腔がん検診】対象：市内在住の40歳以上の方

費用：歯科健診と同時は1,200円、口腔がんのみは1,600円

※70歳以上は無料。費用免除制度あり。

内容：口腔内粘膜の検査等

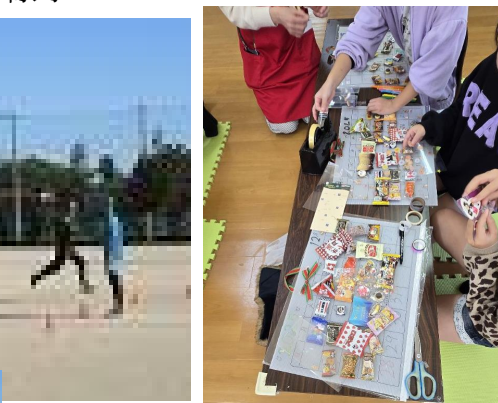
【受診方法】健康医療課から送付された受診券（再発行可）を持ち、直接、実施医療機関（事前予約が必要な場合あり）へ。

【問合せ】健康医療課 電話：225-2201



11月22日（土）の地域子ども教室の様子

晴天の中、スポーツ振興委員による「走り方教室」を三田小学校校庭で、児童館指導員による「アドベントカレンダー作り」を三田児童館で行いました。スポーツの秋、芸術の秋を楽しみました。



11月16日（日）に神奈川県立厚木清南高等学校地理歴史科新井貴之教諭をお招きして、「[地図で読み解く防災のチカラ～地理から学ぶ備えの知識～]」と題して地理教室を開催しました。当日は陸合中避難所運営委員会委員も参加し、自分が住んでいる場所の土地の成り立ちから現在の災害リスクまでGIS、地理及び防災ツールを利用し、わかりやすくおもしろい講義をしていただきました。新井先生ありがとうございました。