

小鮎 公民館だより

発行■厚木市立小鮎公民館・地区市民センター

電話■(046)241-1265 FAX■(046)243-1013

E-Mail■0258@city.atsugi.kanagawa.jp

各地区の公民館だよりは、厚木市ホームページをご覧ください。



小鮎地区ふれあい宣言の合言葉「小鮎からつなげようみんなの絆」

令和8年度市民健康まつり

今年から名称が「小鮎地区運動会」から「小鮎地区
ふれあいスポーツ大会」に変更となりました！

小鮎地区ふれあいスポーツ大会

10月4日(日)

《プログラム》

午前 8 時 30 分開会
小鮎中学校グラウンド

■競技開始:午前 9 時

*印は地区対抗競技

No.	種 目	対 象
①	キックボールリレー	中学生以上
②	子ども障がい物リレー	小学生
③	サイコロリレー	中学生以上
4	*綱引き(予選)	中学生以上
5	玉入れ競争	女性(年齢制限なし)
6	小鮎幼稚園児による アトラクション	小鮎幼稚園 園児
7	*綱引き(決勝)	予選上位 4 チーム
⑧	子どもお菓子詰め放題	自由参加(小学生以下)
⑨	お菓子詰め放題	自由参加(中学生以上)

今年から誰でも参加できる、自由参加枠が
できました！皆様の参加をお待ちしております！！

【申込方法】

当日受付テントでお申込みください。

受付テントは中学校グラウンド内に設置します。

【受付時間】

プログラム①～③の競技 7:45～8:15

⑧子どもお菓子詰め放題 9:00～10:30

⑨お菓子詰め放題 9:20～10:30



※申し込み人数に達した場合は、受付を締め切
らせていただきますので、ご了承くださいま
すようお願いいたします。

●は自由参加枠がある競技

■閉会式:午後 0 時 50 分予定

■プログラムは変更となる場合があります。

※雨天の場合は中止。

天候判断は市ホームページをご確認ください。市ホームページはこちら



【日 時】11月8日(日) 10:30～正午

【会 場】小鮎公民館 体育室

【内 容】相模里神楽垣澤社中
(お弁当は持ち帰り)

【対 象】小鮎地区在住の 80 歳以上の方

【申込み】お住まいの地区の民生児童委員また
は公民館(☎241-1265)へ

小鮎地区地域福祉推進委員会主催
お楽しみ会
皆さんお待ちかねの広域
ミニディサービス「お楽しみ
会」を開催します。ぜひ、楽
しいひとときを一緒に過ご
しましょう。



お知らせ

■住民票、印鑑証明などの発行事務

8:30～17:15

お休み 21 日(祝)、22 日(祝)、23 日(祝)

☎241-1265

■公民館図書室の開室

10:00～12:30・13:30～17:00

お休み 21 日(祝)、22 日(祝)、23 日(祝)

☎242-1403



公民館
学級・講座ズンバ ゴールド
ZUMBA GOLD チェア

募集

やります！

音楽に合わせて椅子に座ったまま行う、安全で楽しいリズム運動プログラムです。ZUMBA GOLDが初めての方も、体力に自信がない方も安心して参加できます。最近、運動不足を感じている方、かが みわこ先生と一緒に、楽しく、無理なく、アンチエイジング!! 車椅子の方も参加 OK!!みんなで元気いっぱいを目指しましょう!!

【ZUMBA協会イベント承認No.39322】



【日時】 10月28日(水) 10:00~12:00

【会場】 小鮎公民館 集会室

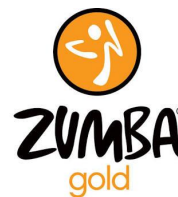
【講師】 かが みわこ先生 (ZUMBA GOLD認定インストラクター)

【対象】 市内在住・在勤の60歳以上の方 先着20人(キャンセル待ちできます)

【持ち物】 運動靴、飲み物、汗拭きタオル ※動きやすい服装でお越しください。

【申込み】 10月13日(火)までに公民館へ直接または電話でお申し込みください。

【問合せ】 小鮎公民館 ☎241-1265

参加
無料

公民館学級・講座

募集

親子ヨガ～心とからだを整える～

親子で楽しみながらヨガ体操を行います。簡単な英語を交えて楽しみながら学ぶことができます。

【日時】 10月20日(火)
10:30~11:45参加
無料

【会場】 小鮎公民館 和室

【講師】 インターナショナルヨガインストラクター
川口 ロサリンダ さん【対象】 生後6か月以降の未就学児と保護者 10組
※ 応募多数の場合は抽選(小鮎地区優先)。

【服装等】 動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物

【申込み】 10月5日(月)まで(直接または電話で)。

【問合せ】 小鮎公民館 ☎241-1265

厚木市食生活改善推進団体「厚味会」料理教室

募集

「高血圧を予防しましょう」

～減塩の知識と調理のコツ～

【日時】 10月15日(木) 10:00~13:00

【会場】 小鮎公民館 調理実習室

【内容】 調理実習、講義、栄養士による栄養相談

【対象】 小鮎地区在住の20歳以上16人(先着順)

【参加費】 500円(食材費一部)

【持ち物】 エプロン、三角巾、布巾2枚、筆記用具、マスク

【申込み】 10月8日(木)までに厚味会小鮎地区 山根
(☎291-0218) 又は臼井 (☎241-2074) まで

《メニュー》

- ◆ 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
- ◆ みらく味噌汁 ◆ ごはん



令和9年1月30日に実施する市表彰式で、一般推薦を受け付けます。お知らせ

【推薦基準】 ①県大会1位、②関東など広域規模の大会で2位以上、③全国規模の大会で3位以上、④日本記録を更新、⑤国際規模の大会で上位の成績、⑥国際機関からの表彰、⑦ ①～⑥に準ずる実績—のいずれかに該当する方(応募作品や出場者が少ない場合、応募資格が大幅に制限される大会などは対象外の場合あり)

【候補者】

■一般推薦

令和7年12月1日以降に開催された各種コンクール・コンテストで、推薦基準を満たす成績を収めた市民または市内を拠点に活躍している個人・団体

■スポーツ表彰

令和7年12月1日以降に開催された各種スポーツ大会で、推薦基準を満たす成績を収めた市民または市内を拠点に活動している団体

詳細はこちら

【推薦者】 令和9年1月31日時点で18歳以上の個人

【申込み】 市HPにある推薦書を、直接または郵送で11月30日(必着)までに〒243-8511 秘書課へ。
市公式LINEからも申込み可。詳細は市HPに掲載

【問合せ】 秘書課 ☎225-2009

