



地域福祉推進委員会 第3回高齢者健康づくり教室

ストレッチ・ヨガで健康づくり

参加無料

地域福祉推進委員会では、高齢者の方が健康で生きがいを持って暮らせるまちづくりを進めています。今回は、筋肉の緊張をほぐして柔軟性を高めながら、リラックス効果も得られるストレッチ・ヨガ教室を開催します。皆さんお誘いあわせの上、お気軽にご参加ください。

【日時】11月25日(火) 10時30分～11時45分

【場所】南毛利公民館1階 多目的ホール

【対象】60歳以上で南毛利地区内在住の方 30人(先着順)

【内容】ストレッチ・ヨガによる健康法(講義と実技)

【講師】前原 江都子 氏

【持ち物】敷物(大きめのバスタオル等)、汗拭きタオル(ストレッチにも使用するので長めのもの)、飲み物、運動のしやすい服装、基本は素足で行いますが、必要であれば5本指ソックスをお持ちください。



【申込み】10月15日(水)から31日(金)までに南毛利公民館窓口、または電話で申込み。受付時間は8時30分～17時15分

学級講座

初心者向け



スマートフォン教室



スマートフォンの購入を検討している方、持っているけれど、あまり使いこなせていないと感じている方は、ぜひご参加ください。

【月 日】11月11日(火)

【会 場】南毛利公民館 1階集会室

【講師】携帯ショップ 店長 徳永 有紀子 氏

【対象】南毛利地区在住の方 各回10人

【参加費】無料

【申込み】10月26日(日)までに窓口または電話で申込み。申込時にどの回を受講したいかをお伝えください。応募多数の場合は抽選。

No.	時間	講座内容
①	10時～10時30分	スマホ体験会 文字入力やカメラ、ネット検索などの基礎を学ぶ
②	10時45分～11時45分	インターネット検索の基本 ブラウザアプリを使って検索方法を学ぶ
③	13時15分～14時15分	LINEの使い方 LINEアプリの基本的な操作方法を学ぶ
④	14時30分～15時30分	YouTubeを楽しもう YouTubeアプリの基本的な操作方法を学ぶ

※お好きな回にお申し込みください。複数受講可。

学級講座

年賀状の書き方教室

毛筆を使い、個性あふれる年賀状を作ってみませんか？

【日時】11月25日(火) 午前10時～12時
※終了後、消しゴムで作る雅印作りも行います。
参加希望の方は続けてご参加ください。

【会場】南毛利公民館 1階 集会室

【講師】毎日書道会 会員 井上 好枝 氏

【対象】南毛利地区在住の方 15人

【参加費】無料

【持ち物】小筆、すずりまたは小皿、下敷きまたは新聞紙、文鎮、絵の具(必要に応じて)、三角刀(雅印作り参加希望で、お持ちの方のみ)

【申込み】11月7日(金)までに講座予約システム【番号：00773】、窓口または電話で申込み。
応募多数の場合は抽選。

昨年度の作品



講座予約システムはこちらから▼



作品募集

南毛利 市制70周年記念
フォトコンテスト

南毛利地区で撮影した、スマホなどにある写真(催し・風景等)にタイトルを付け、公民館にメールするだけで簡単に応募ができます。



賞 商品券1万円等
申 12月12日まで



スポーツ振興会 南毛利地区モルック大会 9/28(日)を開催しました

9チームによる熱戦の末、厚木市民スポーツ大会(旧厚木市民体育祭)の南毛利地区代表3チームが決定しました。



第5回秋季厚木・清川ファミリーグラウンド・ゴルフ大会 兼 第21回全国ジュニアグラウンド・ゴルフ発祥地大会 神奈川県代表出場予選会

- 【日 時】10月18日(土) 午前9時30分～午後1時
※予備日10月19日(日)
- 【会 場】厚木青少年広場
- 【対 象】小学生(神奈川県)、一般(厚木市または清川村居住者) 合計60人 ※原則ペアで申込みこと
- 【参加料】大人600円 小学生300円
- 【申込み】10月16日(木)までに厚木ファミリーグラウンド・ゴルフ協会事務局熊谷へ連絡。
〒243-0031 戸室3-9-6
☎・FAX 221-3835
- 【その他】用具の貸し出しあり(クラブ・ボール)

～冬を楽しむギャザリング講座～

- 【日 時】11月22日(土)
午前の部 10時～11時30分
午後の部 1時～2時30分
- 【場 所】ぼうさいの丘公園センター施設(温水783-1)
- 【内 容】リースの型で葉ボタンなどの寄せ植え
- 【対象者】市内在住、在勤、在学の方
午前・午後 各15人(申込多数の場合は抽選)
- 【参加費】3,900円
- 【申込み】10月25日まで(必着)に公社ホームページ又はハガキ、FAXに〒住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、参加人数、午前・午後の希望を書き、環境みどり公社施設課へ。
〒243-0036 長谷626-1
FAX 248-9502
- 【問合せ】環境みどり公社施設課 ☎225-2774

南毛利NEWS

～教職員の業務負担軽減などが評価～

南毛利中PTAが優良PTA表彰

南毛利中学校PTA(加藤勝信会長)が2025年度の「優良PTA県教育委員会表彰」を市内で唯一受賞しました。この表彰は、こどもの健全育成や発展に対して優良な成果を上げたPTA団体に与えられるもので、今年度は県内で38団体が選ばれました。

同校PTAは、花壇の維持管理や卒業式・合唱コンクールでの受付・誘導など、多面的な学校支援に取り組んでいます。これにより、教職員の負担が軽減されるとともに、保護者の学校運営への理解と参画も深まり、学校・PTAの協力体制づくりに着実な成果を上げたことが評価されました。PTAの皆さん、おめでとうございます!



9月11日に加藤会長(中央)と田所校長(左)が佐後教育長に報告

南毛利地域包括支援センター 南毛利カフェ

- 気になることや不安なことを話してみませんか。
- 【日 時】11月19日(水) 午後2時～3時30分
- 【場 所】マザーホーム戸室(戸室1-29-1)
- 【持ち物】内履き、靴を入れる袋
- 【その他】●公共交通機関をご利用ください。
●出入りは自由です。
●悪天候等により開催を中止する場合があります。
- 【共 催】社会医療法人社団三思会
介護老人保健施設さつきの里あつぎ
- 【問合せ】南毛利地域包括支援センター
☎ 250-1108 平日 午前9時～午後5時
土曜日 午前9時～12時

参加費 ▢ 無料
申込み ▢ 不要

要介護認定調査員(個人委託)を募集

要介護認定申請に基づいて高齢者の自宅や入所施設等を訪問し、要介護認定調査を行う「要介護認定調査員」を募集します。

個人委託とは、介護保険法等で認定調査ができる要件を満たし、認定調査の経験が一定以上ある介護支援専門員と市が委託契約を締結するものです。

- 【職務内容】介護保険要介護・要支援認定に係る認定調査(市内で調査を実施し、調査票を提出)
- 【契約内容】●契約は単年度、単価契約
●1件あたり4,730円(税込、交通費及び通信費込)
●契約締結翌日から年度末まで(実績、評価により契約更新あり)
- 【募集人数】18歳以上の健康な方 若干名
- 【応募条件】●介護支援専門員の資格を有する方
●都道府県等が主催する認定調査員新規研修を受講済みの方で、介護保険認定調査の経験がある方
- 【申込み】事前に介護福祉課へ電話又はメールで連絡。後日、面接日をお知らせします。面接時に履歴書と介護支援専門員証の写しを持参ください。
- 【問合せ】介護福祉課 介護認定係 ☎ 225-2391
E-mail: 2230@city.atsugi.kanagawa.jp