



緑ヶ丘公民館 だより

令和7年
4月15日号

【発行】厚木市立緑ヶ丘公民館
【所在地】厚木市緑ヶ丘2-2-1
【電話】221-7556 【FAX】296-2052
【Eメール】0262@city.atsugi.kanagawa.jp

緑ヶ丘地区地域福祉推進委員会 健康体操副部会主催

春季 健康体操教室

あなたも一緒にストレッチ体操をしてみませんか？

参加者募集

開催月	開催日	会場	予備日
4月	17日(木)	緑ヶ丘やなぎ公園 (緑ヶ丘3丁目)	4月21日(月) 4月30日(水) 5月16日(金) 5月19日(月) 5月29日(木)
	23日(水)	緑ヶ丘西公園 (緑ヶ丘3丁目)	
5月	2日(金)	緑ヶ丘まる公園 (緑ヶ丘4丁目)	
	5日(月)	文郷山団地公園 (王子3丁目)	
	15日(木)	王子公園 (王子2丁目)	
	22日(木)	緑ヶ丘北公園 (緑ヶ丘1丁目)	

※雨天順延の場合は開催日の早い順に予備日を使用し実施します。

【時間】全日程 9時30分～11時

【指導者】スポーツプログラマー 阿部 直美 先生

【プログラム】① 健康維持のストレッチ&脳トレ体操

② ラジオ体操(第1・第2)

★途中で休憩を入れます。

水分の補給は、各自持参してください。

★車いす参加もできます。

【会場選択】制限なし (多会場巡回参加を歓迎)

【参加費】無料

【申込み】不要 (当日会場へお越しください)

【問合せ】緑ヶ丘公民館 電話 221-7556



～大型連休中の窓口のお知らせ～

4月29日(火)、5月3日(土)～5月6日(火)は祝日のため、地区市民センターでは住民票、戸籍、印鑑証明等の交付はできません。

～通いの場を作ってみませんか～

「通いの場」とは、高齢者（65 歳以上）の方々が社会的孤立の解消、心身の健康保持及び介護予防を目的に「普段の生活の中で」「お住いの地域で」「地域の方々と交流できる」場のことです。

本市では新たに「通いの場」を開設する団体等に対し、最大5万円又は最大 10 万円の交付金を交付します。

「通いの場」の開設を検討されている方は、地域包括ケア推進課まで御相談ください。

※通いの場の活動内容例

（最大5万円交付）○茶話会○料理○陶芸○手芸○将棋・囲碁など高齢者 10 人以上で月2回実施

（最大 10 万円交付）○健康体操等 高齢者3人以上で週 1 回実施

＊これから新たに開設する場合のみが対象になります＊

【問合せ先】

地域包括ケア推進課 在宅福祉推進係 Tel 225-2388



～ 募集 厚木市制 70 周年記念第 48 回厚木市緑のまつり 緑に親しもう教室 ～

お子さまから大人まで楽しんでいただける教室を開催いたします。「緑のまつり」で植物と触れ合い、魅力を感じてみませんか。

■お手軽！コケ玉づくり 5 月 11 日 (1)10 時～(2)12 時～(3)13 時～(4)14 時～（各回 30 分）各回 10 人。500 円

■寄せ植えギャザリング 5 月 10 日、11 日 (1)10 時～(2)13 時～（各回 60 分）(1)12 人(2)10 人。2,700 円

■多肉植物 5 月 10 日、11 日 (1)11 時半(2)14 時半（各回 60 分）各回 12 人。2,000 円

【お子さま向け】毛糸玉づくり 5 月 10 日、11 日 各日 25 人。対象 5 歳～小 6。500 円

■花セラピーのアレンジ 5 月 11 日 10 時～14 時半随時受付。1,000 円、1,500 円。花材がなくなり次第終了

【お子さま向け】花育教室 5 月 11 日 (1)11 時～(2)13 時～（各回 45 分）各回 8 人。対象 5 歳～小 6。1,000 円

■押し花はがきづくり 5 月 10 日、11 日 (1)11 時～(2)14 時～（各回 60 分）各回 20 人。100 円

いずれも会場は厚木中央公園。（申）公園緑地課窓口または電話で 4 月 21 日 8 時 30 分～5 月 7 日 17 時 15 分までに公園緑地課 225-2412・先着順。詳細は市 HP。花セラピーのアレンジは申し込み不要

ななさわ田んぼクラブ

『お米はどのように育つのかな？みんなで育ててみよう！』

【日時】6 月 15 日、7 月 27 日、10 月 12 日、12 月 14 日
10 時～15 時 30 分（雨天延期）

【会場】七沢自然ふれあいセンター及び玉川地区中沢田んぼ

【内容】田植え、草取り、かかし作り、稲刈り体験、収穫祭など

【対象】市内在住の親子 60 人

【参加費】1 人通年 4,500 円（材料費、保険料）、2 歳以下 180 円（保険料のみ）

【申込み】5 月 15 日までに七沢自然ふれあいセンター電話 248-3500 へ。抽選。

【問合せ】七沢自然ふれあいセンター Tel248-3500

大人のための外遊びクラブ

～簡単野外調理・野山あそび～

『深緑の森でゆっくり遊びませんか？』

【日時】令和 7 年 6 月 1 日（日）10 時から 15 時

【会場】七沢自然ふれあいセンター

【内容】野外炊事（ホイル焼き、燻製）、野山あそび、レジンクラフト

【対象】市内在住在勤在学の 18 歳以上（高校生不可）30 人

【参加費】1 人 2,500 円（材料費、保険料）

【申込み】5 月 1 日までに七沢自然ふれあいセンター電話 248-3500 へ。抽選。

【問合せ】七沢自然ふれあいセンター

公民館職員の異動のお知らせ

4 月 1 日付けの人事異動に伴い、公民館職員に異動がありました。今後とも、よろしくお願いいたします。

【転入】戸倉 一幸（とくら かずゆき）緑ヶ丘公民館 主幹 ⇐ 河川下水道総務課から

中野 務（なかの つとむ）緑ヶ丘公民館 主事補 ⇐ 農業政策課から

【転出】中澤 俊介（なかざわ しゅんすけ）緑ヶ丘公民館 副主幹（係長権限）⇒ 道路補修事務所 所長

【退職】荒井 佳治（あらい よしはる）