



睦合西公民館だより

厚木市立睦合西公民館
厚木市及川667番地
TEL 046-243-5355
FAX 046-243-5331

募集

スポーツを通じて 春季健康まつり 心のふれあいを

今年は、ファミリーバドミントンとグラウンド・ゴルフの2競技を行います。
個人や自治会ごとのチームで参加できます。
地域がスポーツで楽しくつながるイベントに参加してみませんか。



【日時】 6月9日(日) ファミリーバドミントン 9:30受付 10:00競技開始
グラウンド・ゴルフ 9:30受付 (希望者は練習会あり) 10:00競技開始
雨天の場合は、グラウンド・ゴルフのみ6月16日(日)に順延します。

【場所】 ファミリーバドミントンは公民館体育室、グラウンド・ゴルフは及川球技場

【競技】 「ファミリーバドミントン」

- ・フリーの部 (年齢、性別、制限なし) 各自治会単位3人1組で1チーム、最大6人まで。
- ・トリム45の部 (男性は45歳以上) 各自治会単位3人1組で1チーム、最大6人まで。
- ・トリム65の部 (男女とも65歳以上) 自治会関係なく3人1組で1チーム、最大6人まで。

「グラウンド・ゴルフ」

- ・初心者でも簡単にプレーができ、どなたでもご参加いただけます。
- ・道具をお持ちでない方は公民館で貸出しできます。

【申込み】 5月27日(月)までに公民館に ☎ 243-5355 【費用】 参加費は無料です。



募集

参加は自由、健康になれて仲間ができる公民館の事業です。

むつにしたいそう教室

じきょうじゅつ

新たに自彊術が加わって体操教室がスタートします。

けいたいそう

<軽体操> ストレッチや音楽に合わせた軽い運動

講師 健康運動実践指導者
佐々木 祥子氏

【日時】 6月10日(月)

24日(月)

いずれも14:00~15:00

イスに座って体操ができるのがいいわ



New

じきょうじゅつ

<自彊術> 呼吸法を使い31の動作を行う健康体操

講師 自彊術普及会指導員
井上 逸子氏 ほか

【日時】 6月13日(木)

11:00~12:00

子どもを連れてきて
いいのが嬉しい



【持ち物】 体育館履き、タオル、飲み物
【参加費】 無料 【申込み】 不要、直接公民館へ

学級講座・地域福祉推進事業
コミュニティづくり推進事業

ふらっとスポーツ

開放している体育室で、気軽に
バドミントンや卓球が楽しめます。

【日時】 6月7日(金)

14日(金)

26日(水)

いずれも10:00~12:00

リフレッシュ出来て
体が軽くなりました。



募集

野菜の作り方と収穫の喜びを
畑 教室



学級講座・地域づくり推進事業

地元の農家の方を講師に、植え付け、草刈りなど、農作業を通じて自然と触れ合いながら収穫の喜びを体感できる学級講座です。

公民館のすぐ近くの畑で野菜の作り方を学びます。

- 【日 時】 6月22日(土) ジャガイモの収穫、サツマイモの植え付け
- 7月21日(日) 草取り、ツル返し
- 10月26日(土) サツマイモ収穫
- 3月14日(土) ジャガイモの植え付け
- ※4回、いずれも 9:00~

【場 所】 公民館に集合し、近くの畑に歩いて移動

【講 師】 栗原 富栄 さん

【申込み】 6月10日(月)までに電話、または窓口へ
公民館 ☎ 243-5355

【参加費】 1組 500円(1組3人程度 肥料代ほか)

【対 象】 7組程度 全ての作業に参加でき、睦合西地区の方を優先します。
ご家族、グループ、個人でもご参加いただけます。



昨年度の様子



募集

インターナショナルティーサロン

いろいろな国の方と、お菓子を食べながら楽しくお話ししませんか? 国際交流等に興味がある方は、是非お越しください。

- 【日 時】 6月9日(日) 14:00~16:00
- 【場 所】 あつぎ市民交流プラザ(アミューあつぎ)
- 【参加費】 200円
- 【申込み】 当日自由参加(駐車場はありません)
- 【問合せ】 市民協働推進課 ☎ 225-2215

募集

子育てサロン
ぽっぽちゃん

たくさんのおもちゃと、優しいスタッフが待っています。

- 【対 象】 0歳から未就学児とその保護者やマタニティママ
- 【主 催】 地域福祉推進委員会
- 【日 時】 6月7日(金) 10:00~11:30
- 【会 場】 公民館2階 集会室
- 【申込み】 不要
- 【問合せ】 公民館 ☎ 243-5355

募集

厚木市グラウンド・ゴルフ協会の初心者教室
グラウンド・ゴルフ教室

- 【対 象】 厚木市・愛川町・清川村在住の方は直接お近くの会場へお出てください。
- 【参加費】 無料(初回の方に、公式ルールブック500円の購入をお勧めしています。)
- 【用 具】 無い方には協会にて無料貸出
- 【問合せ】 八木 平 ☎ 241-1770
- 【主 催】 厚木市グラウンド・ゴルフ協会

練習・教室会場	開催日 (6月)	時間
ぼうさいの丘公園多目的広場	7・21日(金)	9:00~13:00
荻野運動公園多目的広場	5・19日(水)	9:00~13:00
及川球技場	11・25日(火)	
南毛利スポーツセンター	4・18日(火)	13:00~16:00
つつじの丘公園多目的広場	14・28日(金)	

お知らせ

公民館での忘れ物・落とし物が増えています

公民館では、タオル、水筒、靴下、メガネなどの忘れ物を預かっています。保管期間は3ヶ月間となっておりますので、お心当たりの方は公民館窓口までお申し出ください。