



# 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

## 地域の話題



及川の桐生長英さんが管理している「ひまわり畑」

及川球技場北側、十二天橋近くの畑に「ゴッホのひまわり」が咲き始め、見頃を迎えます。

## 及川の「ひまわり」が見頃



エサの魚を狙っているサギ

**荻野川でサギを撮影**  
8月5日、公民館前の荻野川で野鳥のサギを撮影しました。

## お知らせ

## 9/8 厚木市民体育祭

### 睦合西地区代表選手を応援しよう

市内15地区の代表選手が競い合う市民体育祭が、9月8日(日)に開催されます。

ゲートボール以外の競技に睦合西地区代表選手が出場します。皆さまの応援をよろしくお願いします。

種目	開始時間	会場
総合開会式	8:30	荻野運動公園体育館メインアリーナ
ソフトバレーボール	9:30	〃 メインアリーナ
卓球	9:30	〃 サブアリーナ
ターゲットバードゴルフ	9:30	荻野運動公園多目的広場
グラウンド・ゴルフ	10:00	南毛利スポーツセンターグラウンド
ソフトボール(男子)	10:00	及川球技場
バドミントン	10:00	南毛利スポーツセンター体育館
ゲートボール	10:00	金田ゲートボール場
閉会式		競技会場ごとに実施

## 参加募集

気軽に楽しく体力づくり      素敵な仲間ができます      ふらっと公民館にお越しください

## 気軽にふらっとスポーツ

## たいそう教室

けいたいそう

イスに座って体操ができるのがいいわ



① **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】9月2日(月)  
26日(木)

【日時】9月11日、18日、25日  
毎週水曜日

いずれも10:00~12:00

【持ち物】体育館履き、飲み物  
タオル

【場所】公民館体育室  
【申込み】直接公民館へ

じきょうじゅつ  
② **自彊術**

講師 自彊術普及会指導員 井上 逸子氏 ほか

呼吸法を使い31の動作を行う健康体操  
いずれも14:00~15:00

【日時】9月12日(木)  
13:00~14:00



子どもを連れてきて  
いいのが嬉しい

お知らせ

### 公民館からのお知らせ



諸証明発行業務と図書室は祝日のためお休みします。

9月16日(月)、23日(月)

公民館の貸館は衛生害虫防除作業のためお休みします。

8月16日(金) 17:00～22:00

8月のコーヒーサロンはお休みします。

次回は9月25日(水) 10:00～14:00

参加募集

### 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】9月6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

参加募集

### 調理講習会

### 常備食材を使って栄養アップ ～夏バテ予防～

- 【日時】9月10日(火) 10:00～13:00
- 【場所】睦合西公民館調理室
- 【定員】市内在住の20歳以上の方20人
- 【内容】ひじき入りスコップコロッケ  
カレークリームスープ、やみつき無限  
キャベツ、豆腐白玉のジンジャーロップ
- 【参加費】300円(材料代)
- 【持ち物】エプロン、三角巾、ふきん2枚、筆記具
- 【申込み】9月3日までに、食生活改善推進団体  
厚味会 睦合地区担当 田島厚子  
☎ 223-6822

お知らせ

### フラダンス&フリーマーケット Aloha E Komo Mai ぼうさいの丘公園!

- 【場所】ぼうさいの丘公園 ふれあい広場ほか
- 【日時】8月31日(土) 10:00～15:00 雨天中止  
※お越しの際は、公共交通機関をご利用ください。  
※販売目的で撮影することはできません。

【内容】フラダンス、フリーマーケットのほか、野菜の即売、救急車、消防車、パトカー、白バイの展示、トラック死角体験会。あゆこちゃんも遊びにくるよ。キッチンカーも登場します。

【問合せ】環境みどり公社 ☎ 225-2778

参加募集

## グラウンド・ゴルフ教室



### 仲間と誘い合って、楽しい日々を

### 9月の日程

- 【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でください。
- 【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	時間・受付
ぼうさいの丘公園 多目的広場	6日(金)	9:00～13:00
	20日(金)	
荻野運動公園 多目的広場	4日(水)	
	18日(水)	
及川球技場	10日(火)	
	24日(火)	
南毛利スポーツセンター グラウンド	3日(火)	
	17日(火)	
つつじの丘公園 多目的広場	13日(金)	13:00～16:00
	27日(金)	

**ご注意ください** 8月2日に林地区で夜間の忍び込みの犯罪が発生しました。お休み前の戸締りをもう一度確認してください。