



自主事業 松が丘地区体育振興会・公民館共催

募 集

## 「囲碁ボール」の集い

囲碁ボールは、スティックでボールを打ちながらマットの上に白と黒のボールを並べていくゲームです。

お年寄りから子どもまで、だれもが楽しめるスポーツです。

日 時:12月9日(土) 9時30分~12時(予定)

場 所:松が丘公民館 2階集会室

対 象:松が丘地区在住の方どなたでも

定 員:25名程度(先着順) 参加費:無料

受付開始:11月8日(水)9時から12月3日(日)まで

電話又は直接、松が丘公民館(33-6311)へお申し込みください。

持ち物:飲み物、タオル、動きやすい服装でお越しください。

お願い:公民館入口にある足ふきマットで、できるだけ土や泥を落としてからお入りください。



## 「高血圧を予防しよう」

松が丘公民館共催・平塚市健康課委託事業

～主食・主菜・副菜のそろった食事～ (講師:平塚市食生活改善推進団体)

募 集

日 時 12月15日(金) 10時から13時

場 所 松が丘公民館 調理室

持ち物 エプロン、三角きん、ふきん(食器拭き用)

定 員 15人(先着)

参加費 500円(当日集金)

献 立 雑穀米ごはん、にらツナチーズ春巻き、ピーマンとじゃことクルミのきんぴら  
わかめスープ、フルーツのはちみつマリネ

申込み 11月10日(金)9時から松が丘公民館  
(電話33-6311、または公民館へ直接)  
にて受付開始(キャンセルは3日前まで)

問合せ 健康課 栄養士 電話:55-2111

♪健康課 管理栄養士の  
ためになるミニ講話付き♪



松が丘公民館の各事業において、お申し込み時にいただいた個人情報は、直接関係する事務及び連絡においてのみ使用します。また、当日撮影した写真を公民館だよりやホームページに掲載することがあるほか、報道機関が取材に入る場合があります。あらかじめ、ご了承ください。

お知らせ:松が丘公民館には市民窓口センターはありません。住民票や各種証明書等が必要な場合は、市民窓口センターのある公民館(豊田公民館・大野公民館等)をご利用ください。

# 公民館大掃除を実施します！

公民館からのお知らせ

毎年、11月下旬に公民館利用団体皆様に、ご協力いただいている公民館大掃除ですが、今年も、実施します。

なお、今年度、御協力いただく団体様は公民館が利用回数をもとに選ばせていただきました。(別途通知を渡しています。)

御協力のほど、よろしくお願いいたします。

日時：11月25日(土)9時30分から2時間程度



## 伊勢山ふれあい祭り

伊勢山自治会連合会からのお知らせ



恒例の「伊勢山ふれあい祭り」をコロナ禍以前のように開催いたします。

規模と時間は下記のとおりです。

☆日時：11月5日(日) 10時～14時

☆場所：伊勢山公園(小雨決行)

☆催し物：パターゴルフ、子どもビンゴゲーム、囲碁・将棋大会、

子ども太鼓演奏(太鼓保存会)、小学校合唱、大野中吹奏楽演奏  
お楽しみ抽選会など。

☆模擬店 焼きそば(体育振興会)、ポップコーン(青少年指導員)、

綿菓子(いずみ会)、フランクフルト(食生活改善推進団体ママの会)

おしるこ(ごみ減量委員)、くじ(子ども会)、

スーパーボール(大野中・松が丘小 PTA)



※開店前は準備のため、模擬店や催し物の前に列を作らないようお願いします。

※子どもビンゴゲームの参加者は原則小学生以下のお子様に限らせていただきます。

※雨天で中止の時は、抽選会の景品を当日の11時頃から、伊勢山公園のテント  
内で先着順に格安販売します。

※感染状況等により、内容が変更になる場合があります。

## 第41回公民館フェスティバル

公民館からのお知らせ

市内の公民館で活動している団体が「中央公民館」に集まり、日頃の成果を発表  
します。

松が丘公民館で活動中のサークルも参加します。観覧お待ちしております。



●芸能発表(大ホール) 11月11日(土)・12日(日) 9時30分～15時30分頃まで

松が丘公民館利用団体からは「フラハラウ ホヌ」さんが12日(日)に参加します。

●作品展 11月10日(金)～12日(日) 9時～17時 ※12日は14時まで

●お茶会(3階和室) 11月11日(土) 10時～15時 参加費300円

# 地区レク ご参加ありがとうございました！

公民館からの報告

10月1日(日)市民体育レクリエーション松が丘地区大会(地区レク)に約390人の参加をいただきました。皆様のおかげをもちまして、無事予定通りに実施できましたこと感謝申し上げます。体育振興会、各自治会の方々や協力団体等の役員の皆様には、準備から多大なる御協力をいただき、誠にありがとうございました。



大会会長の挨拶



パン食い競走



松が丘ボウル



玉入れ



弥次喜多道中



幸せ釣りましよう



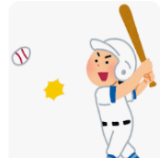
絆 (ボール運び)



松が丘菜園

主催 平塚市・神奈川県・  
一般財団法人  
自治総合センター

プロ野球で活躍した選手たちがドリームチームを結成し、バッティングパ  
レス相石スタジアムひらつかにやってきます！選手たちによるサイン入り  
バットやボール等があたる抽選会も開催されますので、  
ご家族お揃いでぜひご来場ください。



- 日 時 11月19日(日) 9時30分～15時
- 場 所 バッティングパレス相石スタジアムひらつか
- 対 象 神奈川県内在住の方(先着8,000人)
- 入 場 無料(会場に入場するには、入場整理券が一人につき一枚必要です。)  
※入場整理券が抽選会の抽選券となります。

詳しくはこちら→



- 整理券配布場所 市内各所(スポーツ課・各地区公民館など)にて入場整理券を配布
- 問合せ 平塚市スポーツ課 〒254-8686 平塚市浅間町9-1 本庁舎7階 電話:31-3060

## やさしい健康体操

自主事業

募 集

～筋力向上は何歳からでもできる～

椅子に座ったままでできる筋力トレーニング  
ストレッチを中心にを行います。

皆様のご参加  
心よりお待ち  
しています

- 日 時: 11月30日(木) 10時～11時30分頃まで
- 定 員: 20名(先着順) 場所: 松が丘公民館2階集会室
- 講 師: 健康運動指導士 青木 あい さん
- 内 容: 自宅でできるストレッチ・筋力トレーニング・おすすめエクササイズ
- 持ち物: 動きやすい服装、飲み物、汗拭きタオル、室内シューズ、  
ストレッチマット(バスタオルも可)、手ぬぐい(薄めのフェイスタオルも可)
- 申 込: 松が丘公民館へ電話(33-6311)もしくは窓口でお申し込みください。



## おはなしの会

自主事業

募 集

- 日 時: 11月22日(水) 15時30分から16時15分頃まで
- 場 所: 松が丘公民館2階和室
- 講 師: フェアリーテイルのみなさん

参加費: 無料

その他: 内容は幼稚園・保育園児～小学校低学年向けです  
が未就園のお子さんも保護者と一緒に参加できます。



当日の演目は...

- ・どんぐりころちゃん(絵本)
- ・じゃがいもへんしーん!(紙芝居)
- ・おちばきょうそう(絵本)
- ・コンコちゃんとなかまたち(紙芝居)