

松が丘公民館だより



8月号



【東ブロック公民館（大野・八幡・四之宮・中原・松が丘・大原・南原）共催事業】

RUN♪RUN♪RUN♪家族deランニング♪

『走り』を追求したアスリートが教える家族走り方教室です。

広い競技場を走るだけで、気分はアスリート！

お子様だけでなく保護者も一緒に受講可能です。家族でレッツランニング♪

正しい走り方のコツを知れば今より速くなる！！

募 集



日 時	9月16日（月・祝） 10:00～11:30（雨天は中止）
場 所	レモンガススタジアム平塚（平塚競技場）平塚市大原1-1
講 師	山口力也さん（Jrランニング指導員、年代別1500m・3000m県記録保持者）、箱根駅伝出場経験者など（大神、八幡公民館主事）
内 容	実技（ウォーミングアップ・動作作りなど）を通して速く走るためのフォームやコツを学びます。最後にタイム計測を行います！
対 象	東ブロック公民館（大野・八幡・四之宮・中原・松が丘・大原・南原）地区内在住の小学生とその保護者（保護者1名につき小学生2名まで）
定 員	各館6人（先着順）
参 加 費	200円/1人（使用料・保険料）※当日集金します。
申 込 み お問合せ	8月19日（月）から9月1日（日）まで 松が丘公民館窓口または電話（33-6311）にて受付
持 ち 物	飲み物、タオル、帽子等の熱中症対策用品、走りやすい服装、靴でご参加ください。
そ の 他	雨天中止の場合は、9月13日（金）午後にご連絡します

平塚市保険年金課・松が丘公民館共催 松が丘シニア学級

募 集

カムカム教室お口元気プラス+

お口の元気はからだの元気！楽しくオーラルフレイルを学ぶ講座です



- 日 時 8月28日（水）、10月17日（木）全2回 14:00～16:00
- 場 所 平塚市立松が丘公民館 2階集会室
- 対 象 松が丘地区在住の概ね60歳以上の方 25人（先着順）
- 参加費 無料
- 持ち物 筆記用具・水分補給用飲み物
- 講 師 平塚市保険年金課・フレイルサポーター
- 申込み 8月20日（火）までに、松が丘公民館へ直接またはお電話にてお申込み下さい。電話33-6311
- 問合せ 教室内容の詳しい問い合わせは
平塚市保険年金課資格給付担当 電話：72-7266（直通）



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、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。

家庭ごみの分け方・出し方ガイド

- 日 時 9月6日(金) 9:50集合 10:00~11:30
- 場 所 平塚市立中原公民館 2階会議室
- 対 象 松が丘地区在住の方ならどなたでも各公民館10名(先着順)
- 参加費 無料
- 持ち物 筆記用具・水分補給用飲み物
- 講 師 平塚市収集業務課
- 申込み 8月23日(金)から9月1日(日)までに、松が丘公民館へ直接またはお電話にてお申込み下さい。電話33-6311

松が丘地区では10月から可燃ごみの戸別収集が始まります！



伊勢山自治会連合会からお知らせ

日時:8月10日(土)・11日(日)

19時から21時まで 会場:伊勢山公園

(雨天時10日雨天の場合は11日のみ実施。

両日とも雨天の場合は中止します。)

※ 模擬店で無料の綿菓子とかき氷を用意しています。

※ 大勢の方の御来場をお待ちしております。

伊勢山公園周辺にお住まいの方々には、ご迷惑をおかけいたしますが、御協力くださいますようお願いいたします。



夏休み子ども交通安全お楽しみ大会

毎年恒例！ ぜひ小学生の皆様 夏のひと時をお過ごしください。

日程:8月9日(金)10:00~ (9:30集合)

場所:松が丘公民館 2階ホール

内容:①交通安全のためのお話、クイズ、ビデオなど

(担当 平塚市交通政策課)

②ビンゴゲーム 景品が当たるよ

※おみやげ・ジュースとお菓子を用意しています

主催:交通安全協会松が丘支部 連絡先:笹ヶ瀬(35-3879)



お知らせ



松が丘囲碁クラブの定期大会開催について

日程:8月25日(日)9:00~16:00

場所:松が丘公民館 2階和室 費用:一人1000円(当日集金)

内容:会員間の親睦と共に技量向上を図る場とし開催します。

一般の方の参加を歓迎いたします。

主催:松が丘囲碁クラブ 問い合わせ先:笹ヶ瀬(35-3879)

募 集





「だいじょうぶ手拭い」掲揚訓練 及び起震車体験のお知らせ



大地震により一部、家屋倒壊等災害が発生したとの想定で安否確認の訓練です。

日程：9月1日（日曜日）（小雨決行）（大雨中止）

- ・9時までに各家庭の玄関・門など外から見える場所に「だいじょうぶ手拭い」を掲揚します。
- ・「だいじょうぶ手拭い」は10時30分以降に取り込んでください。
- ・9時から11時30分の間で伊勢山公園に起震車を準備しています。震度6,7の模擬体験に参加できます。

松が丘シニア学級～公民館事業報告～

松が丘公民館では、6月13日～7月10日の期間に、
毎年恒例の松が丘シニア学級を実施しました。

第3弾として、6月20日（木）に、第一興商様にお越しい
ただき「楽しいカラオケ体操」を実施しました。

参加者の皆様は、音楽に合わせて、拍手したり、運動したり、
頭の体操のようなことをしたりして、楽しい時間を過ごすこ
が出来ました。例えば、もしもしカメよ～の音楽に合わせて、
グー・パーを交互に出したりなどです。

頭の体操は、たとえ上手く出来なくても、取り組むことで、
脳の活性化にもなるとのこと。



第4弾は、6月21日（金）によろず相談センターまっがおか
の方々を講師により「介護保険の活用や介護予防」の講座を
聞きました。

いくら制度があるからと言って、介護に頼らずに元気に日々
を過ごすことができれば、それはそれで素晴らしいことです。

後半は介護予防のためのフレイルチェックのことを学び、最
後にはラダー（梯子のような用具）を使ったコグニサイズを行
いました。頭も身体も使ってリフレッシュしたようです。

第5弾として7月10日（水）に平塚市保険年金課様
に講師に来ていただき「フレイルチェックしてみませ
んか」を行いました。

参加者の皆様は、イレブンチェックという11項目の
チェック表を使って、ご自身の状態を数値化したり、
握力や片足立ちなどを行って身体機能を計測したり
していました。参加者の方からは「自分の健康状態・
フレイル状態を把握でき、とても良かったです」や
「なるべく身体を動かしてフレイルにおちいらない
よう努力したいと思います」などの感想が寄せられました。



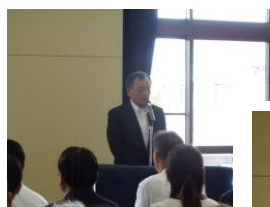
『令和6年度 大野地区平和を感謝する集い』

報 告

令和6年7月15日（月・祝）海の日に、「令和6年度 大野地区平和を感謝する集い」が松が丘公民館にて開催されました。

今年度は、昨年並みの一般参加も含めて約140人の参列がありました。

開会のあいさつの後、黙とうをささげた後、実行委員会会長の高梨様から、この集いの趣旨を伝える式辞、さらに挨拶をいただいた後、大野中学校の生徒の方から、平和の尊さを重んじる素晴らしい朗読を拝聴しました。



来賓は、県・市議員の皆様や小・中学校の校長先生等、多数の方に御列席いただきました。来賓を代表して落合市長と河野国務大臣に祝辞を賜りました。

落合市長からは、戦争の悲惨さを後世にわたり伝えていくことの大切さを、河野国務大臣からは、米国前大統領の暗殺未遂事件という「物理的な暴力」もさることながら、近年、特に問題となっている「言葉の暴力」も注意していかなければならないというお言葉をいただきました。

その後、殉国碑前にて、平和への祈りと戦没者の方への慰霊の気持ちを込めて一人一人献花をしていきました。皆様のご支援、謹んで感謝申し上げます。

こちらのアドレスにも公民館だよりや地域の情報を掲載しています。
ぜひ、ご覧ください。ちいき情報局「松と砂丘の里 松が丘」

<http://hiratsuka.johokyoju.net/area/matsugaoka/>

→



令和6年度 地区レクの開催が決まりました。

予 告

日程：10月6日（日）9：15～12：30（予定）

場所：松が丘小学校運動場

備考：雨天の場合中止

詳しくは公民館だより9月号や「ちいき情報局」等でお知らせします。