

# 大神公民館 だより

令和8年10月号

発行：平塚市立大神公民館

平塚市大神5-12-17

☎55-5040 FAX51-1366



大神公民館・健康課共催事業

## 大人のための「魅せ・整え」ごはん 彩りヘルシープレート ～肥満・やせ予防の料理教室～(講師:平塚市食生活改善推進団体)

●日時：10月30日(金) 10:00～13:00

●場所：大神公民館 調理室

●持ち物：エプロン、三角きん(バンドナ可)、  
ふきん(食器拭き用)

●定員：12人(先着) ●対象：大神・吉際地区在住の方

●参加費：500円(当日集金)

●申込み：10月8日(木) 9時から大神公民館へ  
直接、または電話(☎55-5040)で  
お申込みください。

※食材購入の都合上、キャンセルの場合は  
10月26日(月) 17時までにご連絡ください。

●問合せ：健康課 栄養士(電話：55-2111)

健康課 管理栄養士の

「栄養ワンポイント」講話付き



### メニュー

- ・ヘルシーガパオライスプレート
- ・ごま油香るわかめとねぎのスープ
- ・ひとくちベリー寒天

※都合により変更することがあります

お家で

## 咲かせよう♪ チューリップ



配布する球根を自宅のお庭やプランターで育てましょう♪

◆配布日時：11月11日(水)～13日(金) 9:00～17:00

◆配布場所：大神公民館窓口 ◆対象：大神・吉際地区在住の方

◆申込方法：予約制(※先着60人)

10月14日(水) 9:00から大神公民館へ直接、  
または電話(☎55-5040)でお申込みください。

◆球根：1人「5個」配布(※球根提供：大神自治連合会「お花で地域を明るく元気にする運動」)

◆成果品(日誌やお花の写真など)の提出にご協力をお願いいたします。

提出いただいた成果品は、来年春以降に公民館で展示させていただきます。



# 車いすバスケットボール体験教室

～公民館でパラスポーツを体感しよう～

競技用車いすに乗ってバスケットに挑戦！「湘南スポーツクラブ」の皆さんが楽しく教えます。  
迫力満点の体験を一緒に楽しみましょう！親子参加也大歓迎です！

無料

- ◆日 時 11月21日(土) 9:30～11:30
- ◆場 所 神田公民館 体育館
- ◆対 象 神田・横内・大神・岡崎・豊田・城島公民館区内に  
お住まいの小学生、中学生
- ◆持ち物 運動のできる服装、体育館履き、タオル、飲み物
- ◆講 師 湘南スポーツクラブ(公民館利用団体)の皆さん
- ◆申込み 定員40人程度(先着順)  
10月13日(火) 9:00 受付開始  
11月16日(月)までに、右記の申込フォームまたは  
神田公民館窓口へ直接もしくは電話(55-0239)で  
お申込みください。
- ◆問合せ 神田公民館 電話55-0239



▼申込みフォーム



## 元気なうちに知っておきたい医療と介護

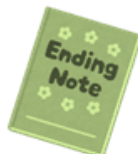
～老後のお金とおひとりさまの備え～

将来の不安を軽くし、これからの暮らしを考える講座です。気になっているけど誰にも聞けないこと、  
今のうちに知っておきませんか？(参加無料、希望者へエンディングノート配布)

- ◆日 時 11月12日(木)14:00～15:30(13:30受付開始)
- ◆会 場 神田公民館 集会室
- ◆対 象 神田・横内・大神・岡崎・豊田・城島公民館区内在住の方
- ◆講 師 土屋 ユカイ 氏  
(株)サン・ライフ ライフエンディング・パートナー/  
上級グリーンケア士
- ◆申込み 定員70人(先着順)

10月13日(火) 9:00受付開始

11月10日(火)までに、右記の申込フォームまたは  
大神公民館窓口へ直接、もしくはお電話(☎55-5040)で  
お申込みください。



▼申込みフォーム



【共催】平塚市在宅医療・介護連携支援センター、平塚市、平塚市北ブロック公民館  
【協力】平塚市高齢者よろず相談センター(サンレジデンス湘南・とよだ・おすみ)



© SHONAN BELLMARE

湘南ベルマーレ  
OBとふれあう!



元湘南ベルマーレ選手  
島村毅 氏 来場予定

# 親子サッカー教室

サッカー初心者の子どもたち大歓迎！  
親子でサッカーを楽しみながら、思い出をつくろう！

- 日 時 11月21日(土) 14:20 ~ 16:00 ■ 場 所 湘南ベルマーレ大神フットサルコート  
(THE OUTLETS SHONAN HIRATSUKA内)
- 講 師 湘南ベルマーレ (選手OB・普及コーチ)
- 対 象 市内在住・在学の小学生とその保護者  
※保護者1名につき子ども1名まで
- 持ち物 タオル・飲み物
- 定 員 30組 (抽選) ■ 参加費 無料
- 内 容 親子で楽しむサッカー講座 (基礎的ながらも楽しめる内容)
- 申込み 11月8日(日)までに申込フォームから



申込みフォーム

## 子育て広場 ぽっぽ

子育て中のご家族のみなさま、楽しくおしゃべりして“ほっと”ひといきしませんか？

●日時:10月15日(木) 10時00分~11時30分

●場所:大神公民館 大ホール ●対象:0歳児~就学前のお子様とご家族

※事前の申し込みは不要ですので、お気軽に遊びに来てください！

### ★今月の企画★

#### 「ハロウィン飾りを作ろう」

10月のイベントといえばハロウィン♪  
仮装もいいけれど、自分で作った小物をイベントに持って行ってみるのはいかがでしょうか？お話がはずんじゃうかも！！



Instagramも  
始めました！！



【お問い合わせは Instagram のDMどうぞ！】

@OOKAMIPOPPO

# 大神・吉際地区レクリエーション大会

**10月11日(日) 9時30分～13時00分**

**場所: 相模小学校 グラウンド(雨天中止)**

〈主催: 市民体育レクリエーション大神・吉際地区大会実行委員会〉

幼児からシニアまで楽しめるレクリエーションですので

お誘い合わせのうえ、ぜひご参加ください♪

※運動のできる服装・靴でお越しください。

ケガ防止のため、サンダルやスリッパでの参加はお控えください。

※車でのご来場はご遠慮ください。

※当日大会の様子を撮影した写真は、公民館内への掲示や公民館だよりに掲載することがあります。

また、報道機関が取材に入ることがありますので、あらかじめご了承ください。



## 市役所各課からのお知らせ

### こどもサポート看板の設置にご協力をお願いします

平塚市地域教育力ネットワーク協議会では、地域で子どもたちの安全を守るために、皆様のご自宅や店舗に黄色い看板を設置していただき、犯罪の抑止と緊急時の対応をお願いしています。

この看板は、子どもたちが事件や事故に巻き込まれそうになった時、いつでも安心して駆け込み、助けを求められるように地域で子どもの安全をサポートするためのものです。現在、市内に約2,000枚のこどもサポート看板が設置されています。

新規設置にご協力いただける方は、**平塚市教育委員会 社会教育課**  
(直通電話: 0463-35-8123)まで  
ご連絡ください。



あなたを

**悪質商法から守る**

**平塚市消費生活センター**

【月～金 9:30～16:00】

電話 **0463-21-7530**

平塚市役所本館5階 517番窓口

..... 専門相談員が相談に応じます .....

X (旧ツイッター)もチェックしてね



契約の際は  
も(お)ちついて



■大神公民館12月分の利用申込は「**10月10日(土)～20日(火)**」の  
開館時間に申込書を公民館窓口へご提出ください。

※事業の記録写真を公民館だよりやホームページに掲載する場合があります。また、報道機関が取材に入ることがありますので予めご了承ください。

※事業お申込み時にいただいた個人に関する情報は、その事業に関係する事務、連絡のみに使用します。