

中原公民館 だより

令和 8 年 10 月 第 7 号
発行 平塚市立中原公民館
住所 平塚市御殿2丁目17番38号
電話 32-7372 FAX 35-2534

中原公民館・ひばり幼稚園共催事業 家庭教育学級

無料
講座

ポジティブ育児のススメ

親子のふれあいや関わり方について学び、「その子らしさを大切にした子育て」のヒントを見つける講座です。
子育てに悩み中のママ、パパ。一緒にポジティブ育児を始めませんか？

親子で笑顔になれるタッチケア

- 触れるときに大切なこと
- タッチケア実技

ポジティブ育児のおはなし

- ガミガミ、イライラしない叱り方
かんしゃく
- 癇癪について

■日 時:12月4日(金) 10:00~11:30

■対 象:3歳から6歳の未就学児とその保護者(1組親子2名)

■定 員:10組(抽選)

■講 師:坂井 もとえ 氏

■応 募:11月1日(日)までに、2次元コードからお申し込みください(抽選)

※定員を超えた場合は、中原小学校区にお住まいの方を優先して抽選します。

■持ち物:筆記用具、水分補給用の飲み物

■問合せ:中原公民館 0463-32-7372



講師 坂井 もとえ

- ・ベビーマッサージ&子育て教室「Sourire（スリール）」主宰
- ・講師歴16年、これまでに1,000組以上の親子をサポート

【主な資格】

- ・JABC認定ベビーマッサージ・赤ちゃん体操トレーナー
- ・ポジティブ育児アドバイザー

中原おはなし会

●日 時 10月13日(火) 15:30~16:00

●会 場 中原公民館和室 ※申込不要



ボランティアさんが、絵本や紙芝居の読み聞かせをしてくれます。未就学児の親子、小学生が対象
小学生は1人参加可能です。お気軽にどうぞ！

- ・ぶどうおいしくな一れ(えほん)
- ・ハロウィンしょうてんがい(かみしばい)
- ・べんとうべんたろう(えほん) ほか

問合せ 中原公民館 0463-32-7372

目指せ100歳！体操

●日 時・会場

10月16日(金)

10:00~中原公民館

10月23日(金)

10:00~南原公民館

問合せ

平塚市高齢者よろず
相談センターごてん

0463-31-6957

未就学児体験保育

ピヨピヨの会

●日 時 :10月8日・22日(木)

10:00~11:30

●対 象 :未就学児とその保護者

●参加費 :無料

●持ち物 :上履き、水筒、帽子、着替え

※徒歩や自転車、公共交通機関
をご利用ください

問合せ ひばり幼稚園
0463-31-3828

12月分の利用申込み受付期間は、10月20日(火)~10月26日(月)です

公民館事業において、申込み時にいただいた個人に関する情報は、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、ホームページ（ちいき情報局など）に掲載すること、事業等当日に報道機関の取材が入ることについてあらかじめご了承ください。

【東ブロック公民館（中原・大原・大野・八幡・四之宮・松が丘・南原）共催】

海風を感じて走ろう！ 「ひらつかシーテラス」走り方教室

ランニング初心者でも大丈夫！プロ直伝の「走り方の秘訣」で楽しくデビュー！
シーテラスから広がる海と風を感じて、最高の海岸コースを走りましょう♪
新しい「ラン友」を一緒に作りませんか？



子どもから大人まで、
親子での参加也大歓迎！

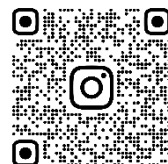
11月21日(土) 10:00～11:30 ※雨天中止

- 会場：ひらつかシーテラス(龍城ヶ丘19-1) ※管理棟前集合
- 講師：SHONAN RUNS 横山 貴臣 氏（元箱根駅伝ランナー）
平塚市役所陸上部 山口 力也 氏（フルマラソンPB 2時間25分）
- 内容：ウォーキング&ラン、初心者グループ、経験者グループに分けて、
海岸沿いをゆっくり2kmまたは4km走ります。
- 対象：中原・大原・大野・八幡・四之宮・松が丘・南原地区在住の方
- 定員：30名（抽選）
- 参加費：100円 ■持ち物：運動できる服装、飲み物、タオル
- 申込み：11月1日(日)までに右の2次元コードからお申し込みください
- その他：ひらつかシーテラスの駐車場は有料です。
- 問合せ：八幡公民館 0463-23-5528

湘南国際マラソンに向けて
準備したい方も！



SHONAN RUNS
Instagram
2次元コード↓



SHONAN_RUNS

<中央公民館・地区公民館共催>



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