

# 公民館報 そうぶだい

第 193 号

発行 相武台公民館  
☎ 046(256)3700  
FAX 046(256)2803  
編集 広報部  
発行日 2015 年 6 月 1 日

E-mail soubudai-k@city.sagamihara.kanagawa.jp  
ホームページアドレス http://www.sagamihara-kng.ed.jp/kouminkan/soubudai-k

公民館区内人口 19,983 人 世帯数 9,641 (5.1 現在)



# Welcome to 保育室!

「保育室開放」を知っていますか。

毎月第 4 水曜日午前中、『保育部』部員が子育て中の方のために保育室を開放しています。

この日も何組かの親子がやってきました。なにげないおしゃべりのなか、保育部員が、子育ての相談にのったり、引越してきたばかりの不安そうなお母さんたちの架け橋の場にもなっています。

子育て中の皆さん、お待ちしております。

※『保育部』の部員は、地域にお住まいの子育て経験のある先輩ママで、ボランティアです。保育部では部員を募集しています。P 3 参照

保育室開放スケジュール  
午前 10 時～正午

1	2015 年	4月 22 日(水)
2		5月 27 日(水)
3		6月 24 日(水)
4		7月 22 日(水)
5		8月 26 日(水)
6		9月 23 日(水)
7		10月 28 日(水)
8		11月 25 日(水)
9		12月 23 日(水)
10	2016 年	1月 27 日(水)
11		2月 24 日(水)
12		3月 23 日(水)



【保育部部長松井さんより一言】

今年も保育部では親子でふれあえる講座を計画しております。たくさんの方との出会いを楽しみに日々の育児に少しでも役立てたらと思っています。

この公民館報は、住民によって編集されています。

平成 27 年度 公民館事業計画		
月	日	事業
4	8	健康ウォーキング
	4	皆既月食を観る
5	14	健康づくり教室 I-1 [効果的なウォーキングの方法]
	16	ふれあい体験クラブ① [はじめての会]
	17	市民健康まつり
6	4	健康づくり教室 I-2 [ウォーキングの実践]
	6	ふれあい体験クラブ② [湘南ハイキング]
	9	子育て講座 I [はじめてのお弁当づくり]
	10~24	ちょっとだけ先生の「やわらか粘土でクラフト」
	12	自然科学教室 I [ホタル観察]
7	14・21	小学生スポーツ大会 [ティーボール]
	20	園芸教室 [ベランダをかざるミニ野菜づくり]
	2	健康づくり教室 I-3 [ウォーキングに大切な靴選び]
	3	教養講座 [歌舞伎鑑賞教室]
8	11	ふれあい体験クラブ③ [おもしろ教室]
	未	ちょっとだけ先生の「夏休み教室」
	未	ちょっとだけ先生の「夏休み教室」
9	13~10/11	ちょっとだけ先生の「中級者のためのパソコン教室」
	26	コンサート
	未	ちょっとだけ先生の「酒まんじゅうの匠(たくみ)養成教室」
	9~11月	相武台ゆとり学級
10	3	ふれあい体験クラブ④ [デイキャンプ]
	17・24	スポーツ大会① [グラウンドゴルフ]
11	未	子育て講座 II [紙芝居の演じかた]
	13	美術講座
	29	こどもまつり
12	未	ハイキング
	5	ふれあい体験クラブ⑤ [クリスマス会オリエンテーション]
	19	ふれあい体験クラブ⑥ [クリスマス会]
1	未	冬の子ども料理教室
	未	趣味講座 I [版画で年賀状づくり]
	23	ふれあい体験クラブ⑦
2	未	ちょっとだけ先生の「趣味の教室」
	未	健康づくり教室 II-1 [認知症予防]
	13	ふれあい体験クラブ⑧ [おわりの会]
	20	ふれあい体験リトルクラブ
	未	スポーツ教室 [ファミリーバドミントン]
3	未	スポーツ大会② [健康吹き矢]
	未	趣味講座 II [味噌づくり]
	未	健康づくり教室 II-2 [認知症予防料理]
	未	子育て講座 III [たのしい音楽会]
4	12・13	公民館まつり
	29	自然科学教室 II
未	未	ちょっとだけ先生の「春休み教室」
毎月第 3 水曜日		健康吹き矢 (午後 7 時 30 分～午後 9 時)
毎月第 4 水曜日		保育室開放 (午前 10 時～正午)
未		団塊の世代事業

※公民館事業は予告なく変更する場合があります。地域情報紙でご確認ください。

●感想やご意見・アイデア・地域のおもしろ情報をお寄せ下さい。  
 ●掲載内容や上記事業のお問い合わせ・お申し込みは  
 ☎ 046-256-3700 まで  
 受付時間/9:00～17:00まで(月曜日と休日の翌日を除く)  
 ●公民館HPもぜひご覧ください。  
<http://www.sagamihara-kng.ed.jp/kouminkan/soubudai-k>

ご報告 3月29日(日)グリーンパーク商店街にて開催された「東日本大震災応援チャリティーバザー」において、103,028円が集まり、「あしなが育英会 津波遺児支援」宛に責任を持って寄付をさせていただきました。ありがとうございました。

●8月の旬：入道雲が青い空にモクモク。みんな急げや急げ、夕立がくるぞっ!ではなく、今はゲリラがやってくるぞ!なのだ。傘はムダなのでそのままのまがが一番。

## 募集 「やわらか粘土でクラフト」 ～お花のティッシュボックス作り～

7色の粘土を絵の具のように混ぜ、粘土とは思えない花々を作り、ティッシュボックスを飾ります。

- 日 時：平成 27 年 6 月 10 日・17 日・24 日の水曜日 午前 10 時～正午
- 会 場：料理実習室
- 講 師：佐藤裕美子氏(相武台公民館ちよっただけ先生)
- 対 象：館区内の方ならどなたでも
- 定 員：10 名(先着順) ●参加費：700 円(材料代)
- 持ち物：筆記用具、飲み物

ただいま申込み受付中!(参加費を添えて)

## 募集 ベランダをかざるミニ野菜づくり! 簡単で、新鮮! 無農薬で安心!

- 日 時：平成 27 年 6 月 20 日(土) 午後 1 時 30 分～3 時 30 分
- 会 場：大会議室
- 講 師：三ツ橋和孝氏
- 対 象：館区内の方ならどなたでも
- 定 員：30 名
- 参加費：1,000 円(材料代)
- 持ち物：エプロン・移植ゴテ・軍手など

ただいま申込み受付中!(参加費を添えて)

## 公民館サークル紹介 20 「詩吟を楽しむ会」

【初心者歓迎!】

“詩吟”は腹式呼吸を使って発声しますので、腹筋や肺を鍛え、背筋もピンとなり、健康にとっても良いです。さらに漢詩の勉強にもなります。いつでも見学にいらしてください。



日 時：月 2 回第 2、4 水曜日 午後 1 時 30 分～3 時 30 分  
会 費：1500 円  
連絡先：山田 046-255-2875

あ と が き .....

早いもので、広報に入ったときは小学生だった息子も、もう高校生。月日は本当に早いですね。何気ない日常があつという間に過ぎて行きます。どんどん成長していく子どもたちをちゃんと見届けておかないと、気づいたら大人になってしまいますね。今、このとりとめない日々を、子どもたちの成長をしっかりと目に焼き付けて、大切にしたいと思います。(か)

# 公民館 専門部と専門部員紹介

●は部長、★は新任

## 体育部

「たくさんのスポーツを紹介します。楽しくカラダを動かしましょう」

【部員】  
●岡本英夫、吉村 勝利、小池友武、浜野広子、猪股健二、井谷昌博、金井 紀、中野佳代子、佐藤昇一、松嶋保和、林 正司、牛島正昭、菊地 賦、除村敏子、櫻井葉子、結城弘二★岡本 遥、★座本善司、★佐々木 彰、★櫻井英樹、★伊藤ひとみ、★石渡保江、★平田陽一、★佐藤隆一

楽しくなければスポーツではない！



## 保育部

やさしさいっぱい、笑顔あふれる保育部です！  
「子育て中の家族を応援する講座を計画しています。」



【部員】  
●松井美紀  
山田幸子  
河村味三江  
大森悦子  
荒井えつ子  
渡邊砂千子  
岸 陽子  
★吉田佐和子  
★大塚幸子  
★北村桂子

## 青少年部

「ふれあい体験クラブと子どもまつりをお楽しみに」

【部員】  
●赤柴美重子  
奥野 智、加藤弘子、山形実千代、山本繁二、丸山孝則、浜田義大、横山吉則、渡邊砂千子、★跡治正幸、★佐藤敏子



子どもたちに楽しい体験を！

## 健康づくり部

「今年前半はウォーキングの基礎に力をいれます」

【部員】  
●大原律子  
飯塚彌生  
笹原砂知子



心と身体を元気にします！

## 文化部

「趣味講座や教養講座、コンサートを企画しています。仲間募集します」

【部員】  
●堀口真弘、中村慎吾、小林京子、小山文子



文化でみなさんをつなぎます！

## 広報部

有意義な情報を発信していきます！



「地域のみなさまにとって、有意義で、楽しい情報を発信していきます。これはっ！と思う面白いこと、ぜひお寄せください。」

【部員】  
●小野寺勝弘、佐々木弘子、大貫真弓、蒲敦子、最上美枝子、金谷美恵子、藤井紀子、鈴木陽子

### ありがとうございました

平成 26 年度相武台公民館表彰 平成 27 年 3 月 7 日

- 遠山秀則(体育部) ○吉田慶男(体育部) ○田代清隆(体育部)
- 楠千代子(体育部) ○木村勝(青少年部) ○佐藤武彦(文化部)
- 田中直美(健康づくり部)

以上 7名(敬称略)

公民館まつりオープニングセレモニーにおいて、長年公民館活動にご尽力いただいた方々に対して、感謝状を贈呈いたしました。

表彰式では元青少年部員の木村さんが代表して、当時の子どもたちとの楽しい思い出を熱く語っていただきました。



写真左から 小谷館長・吉田慶男さん・田代清隆さん・木村勝さん



公民館まつりは、サークル・団体等の日頃の活動成果を地域の方々に広く伝え、交流する場です。今年は音楽・芸能・体操などの催しが多くの観客で賑いました。後日、サークル・団体への問い合わせがあり、少しずつ活動の輪が広がって行きそうです。

3月7・8日 開催

## 第30回 公民館まつり

公民館まつりには今年もお休みさせていただきます。次回をお楽しみに。

# 「ちょっとだけ先生」はさらに充実を図ります

運営委員長 高橋ぎいち



## 「ちょっとだけ先生」とは



相武台公民館には「ちょっとだけ先生の登録制度」というボランティア指導者組織があります。地域の皆さんが自ら教えあったり学びあうことで、幅広い学習活動とふれあいを進めることを目的に作られています。

地域の皆さまの要望に合った事業を開催していく予定です。ひとりでも多くの方に参加していただき、公民館が地域文化の伝承の場としてお役に立てるよう努力してまいりますので、ご支援いただきますようお願いいたします。

教室の開催日数を増やすことなどにより、より奥深い体験が可能となり、受講生の満足度、あるいは指導者との信頼関係が高まることが期待されます。「ちょっとだけ先生」の運営委員会では、地域の皆さまの要望に合った事業を開催していく予定です。ひとりでも多くの方に参加していただき、公民館が地域文化の伝承の場としてお役に立てるよう努力してまいりますので、ご支援いただきますようお願いいたします。

- ① 大人の方を対象とした事業を増やします。
- ② 教室の開催日数や時間を、学習内容に応じて延長します。
- ③ 登録されている「ちょっとだけ先生」の活用に配慮します。

以上の3点となります。

これまで「ちょっとだけ先生」の活躍をお伝えしてきましたが、今年度は、従来からの方針に沿って、さらに事業を充実させます。主な内容は次のとおりです。

## 水曜日は吹き矢の日！健康吹き矢のつどい

第1回目の「健康吹き矢のつどい」が開催されました。腹式呼吸を使うので、ダイエットや腹筋、胸筋の筋力アップに効果的です。この日は、個人練習のあと、団体戦をおこないました。ひと吹きごとに一喜一憂。心も身体も元気になりました。

【VOICE】・スカットする！  
・意外に簡単。筋力を鍛えることができたので、また参加します。

### 健康吹き矢のつどい年間予定表

2015年	5月20日(水)
	6月17日(水)
	7月15日(水)
	8月19日(水)
	9月16日(水)
	10月21日(水)
	11月18日(水)
	12月16日(水)
2016年	1月20日(水)
	2月上旬 「健康吹き矢大会」予定
	2月17日(水)
	3月16日(水)

- 時間：午後7時30分～午後9時00分
- 会場：相武台公民館2F大会議室
- 持ち物：タオル・飲み物  
※運動ができる靴・服装で、直接会場へお越しください

5月14日 開催

## 笑顔で楽しく歩こう！



### VOICE

- ・すべての動作を、懇切丁寧にご指導頂き、楽しく動きました！
- ・意識をしながら身体を動かすことが大切。家でもやってみます。

「健康づくり教室」プロフェッショナルトレーナー 木下祐一先生から「ウォーキング」の基礎を学びました。歩くことがなぜ健康によいのか、そのための効果的な歩き方を楽しく体験することができました。

5月17日 開催

## 第34回 市民健康まつり



快晴のなか、磯野台体育施設で恒例の健康まつりが開催されました。今年は、体育部員による「めざせホールインワン」や、ボイスカウトによる「モンキーブリッジ」が新たに加わり、子どもも大人も、会場は元気モードでいっぱいになりました。