

公民館報

この公民館報は、住民によって編集されています。

そうぶだい

第224号

発行日：2023年6月30日
公民館区内人口：19,074人
世帯数：10,358(※5.6.1現在)

HP : <http://www.sagamihara-kng.ed.jp/kouminkan/soubudai-k>

令和5年8月23日(水) ~ 9月10日(日)

渡辺 崋山 展

～游相日記より～

「游相日記」は、渡辺崋山が天保三年（一八三二）の秋、江戸から大山街道を厚木まで下った旅日記です。これをきっかけに、崋山の一生を展示します。

激動の幕末を生き抜いた渡辺崋山。田原藩の家老であり、画家としても名を成し、蘭学者の顔も見せる。



WATANABE KAZAN

パネル展示

展示期間：令和5年8月23日(水) ~ 9月10日(日)

展示時間：午前10時～午後5時
(但し、最終日は午後3時まで)

会場：2階コミュニティ室

ギャラリートーク

- 8月27日(日) / 午後1時30分～3時
講師：浦田 佑氏(郷土史家)
- 8月31日(木) / 午後1時30分～3時
講師：戸田 みどり氏(日本画家)
- 9月3日(日) / 午後1時30分～3時
講師：浦田 佑氏(郷土史家)
- 9月10日(日) / 午後1時30分～3時
講師：山岡 裕子氏
(あつぎ郷土博物館学芸員)

渡辺崋山像：椿 椿山画(田原市博物館所蔵)

i 画伯の視点 散歩の達人？



参加者募集！ 7月21日(金曜日) 午前10時30分～11時30分 ～バランスボールエクササイズ～ ココロとカラダを整えてハッピーに！



【会場】3階和室・保育室
【定員】どなたでも10名(先着順)
【申込み】窓口、または電話で申込みください
【持ち物】飲み物、動きやすい服装でお越しください
【参加費】無料、保育付き
【主催】相武台公民館保育部

【講師】mariさんのプロフィール
2児の母。産後うつを発症し、家族を巻き込んでどん底生活を味わう。その経験から「子育て中のママが元気になるお手伝い」を始めた。子どもから高齢者までバランスボールを使って健康でキレイになるレッスンが大好評！
●資格：保育士、幼稚園教諭第2種免許、一般社団法人体力メンテナンス協会認定バランスボールインストラクター、体力指導士 他

ちょっとだけ先生日程

日程	教室名
7月22日(土)	ゆかたの着付け教室
8月26日(土)	ハーバリウム教室
9月23日(土)	将棋教室

【時間】午後1時30分～3時30分

よみかぜのもり日程

7月14日(金)	12月8日(金)
8月11日(金)	1月12日(金)
9月8日(金)	2月9日(金)
10月13日(金)	3月15日(金)
11月10日(金)	

【時間】午前10時30分～11時30分

保育室開放日日程

7月28日(金)	12月22日(金)
8月25日(金)	1月26日(金)
9月22日(金)	2月23日(金)
10月27日(金)	3月22日(金)
11月24日(金)	

【時間】午前10時～正午



あ と が き

暑くなってきましたね、うちの猫は冷房が嫌いみたいです。冷房をかけると部屋を出て行ってしまいます。でも涼しいところを探すと天才です！自然の涼しさを見つけては寝ています。皆さんは冷房派？それとも自然派ですか？教えてください～～～～！！ (蒲)

異動 高野麻衣子(たかの まいこ)

スタッフとして7年、職員として2年半。相武台の皆様にはゼロから育てて頂きました。とても寂しい気持ちですが、東林公民館でも元気に明るく頑張っています。本当にありがとうございました！



着任 山迫卓(やまさこたく)

今年度より相武台公民館任期職員として勤務することになりました山迫卓と申します。地域の皆さんとともに、より良い公民館になるように頑張りたいと思います。よろしくお祈りいたします。



- ご感想やご意見・アイデア・地域のおもしろ情報をお寄せください。
- 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/午前9時～午後5時(月曜日、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>
- Facebook @soubudaik





令和5年6月4日 (日曜日)

第42回 相武台市民健康まつり

今年の市民健康まつりは自由参加、人数制限なしで実施し、天候にも恵まれて180名の参加をいただき大盛況となりました。

公民館とそあら体育施設の会場に設けられた「ダンスエアロ」「手浴」「骨強度・血管年齢測定」「握力・最大一歩・開眼片足立ち」「肩腰膝のリハビリ相談」「みんなで楽しい健康体操」「グラウンドゴルフ」「モルック」「ラダーゲッター」「ポッチャ」の10コーナーでは、健康や体力のチェック、スポーツ体験を楽しんでいただきました。



はじめてグラウンドゴルフ体験した方が、とても喜んでいたので印象的。



手浴コーナーでは、看護学校生がやさしく手のマッサージ。家族みんな、お手々も心もほっかほか。



みんなで楽しく健康体操！平岡先生の健康体操指導です。筋力をつけることでフレイル防止を。



骨強度と血管年齢の測定を、若さあふれるクリエイティブ・ディーの薬剤師や先生が担当し、相談にも応じてくれました。大人気でした！

肩腰膝の悩みがある方の相談コーナー。リハビリ科の作業・理学療法士の先生が対応して頂きました。

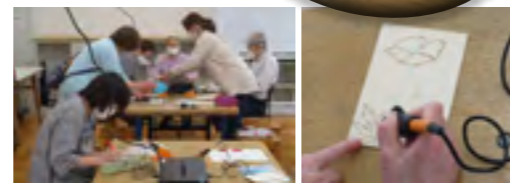
令和5年5月28日 (日曜日)

ちょっとだけ先生の教室① ウッドバーニング教室

毎年好評の『ウッドバーニング教室』を参加者10名で開催しました！

はじめて参加された方もいらっしゃいましたが、大木先生が参加者ひとり一人に丁寧に作り方を教えていただき、2作品を作ることができました。

参加されたみなさんからは、「やさしくおしえていただきわかりやすかったです」「楽しく集中してあっという間に時間が過ぎました。ありがとうございました！」などの感想がありました。



大木先生が各テーブルを回り、作り方をわかりやすく説明されました。素晴らしい作品ができました！



最後に先生を囲んで記念写真を撮影しました

令和5年5月13日 (土曜日)

ふれあい体験クラブ 第1回「はじめての会」

館区内の小学生を対象とした「ふれあい体験クラブ」、今年からは小学校3年生から参加できるように変更し、参加者14名でスタートしました。

アイスブレーキングを行ったあと2班に分かれて、次回の体験で使用するビンゴカードづくりや、オリジナリティあふれる班の旗を作りました。

参加者からは「はじめて来て最初は緊張したけれど楽しかった。」などの意見も聞かれました。これから1年間、様々な体験をつうじて、学年を超えた仲間づくりを行っていきます♪



班の旗を作るころには、とても仲よくなっていました



アイスブレーキングで参加者の緊張をほぐしました

令和5年4月1日 (土曜日)

さくらウォーク

～横浜水道みちを歩き、南町田へ～

当日は、絶好の桜見物日和でした。相模原、座間、大和をとおり、横浜水道みちを歩きました。小学生の参加があり、体育部員や参加者の皆さんとおしゃべりしながら、最後まで歩きとおしました。春を存分に味わったウォーキングでした。



満開の桜を背景に(松が枝公園にて)桜の道が続きます。

体育部員から説明を聞き、今日は、津久井から水道を引いた道をたどって歩いています。境川の生物を観察し、到着！

相武台公民館運営協議会委員

氏名	選出団体等
宮本 憲雄	公民館長
大塚 善行	相武台公民館区/小・中学校長
桑原 勝利	自治会連合会
右田 隆一	自治会連合会
長堀 直美	自治会連合会
高橋 孝雄	社会福祉協議会
荻原 正人	青少年育成協議会
安重 悠子	緑台小学校 PTA
宮村 七未	相武台中学校 PTA
佐藤あつ子	利用者協議会
岡本 英夫	体育部
川島 梨乃	青少年部
堀口 真弘	文化部
小野寺勝弘	広報部
滝沢寿美子	保育部
高橋ぎいち	ちょっとだけ先生運営委員会
永井 保子	公民館長推薦
佐藤 順子	公募
丸山由紀子	公募

令和5・6年度スポーツ推進委員委嘱

小池 友武	佐々木 彰
岡本 英夫	佐藤 隆一
座本 善司	藤内 和子

