

四之宮5 公民館だより 月号

平塚市四之宮3-20-26

電話 55-0655

FAX 54-8255

ホームページは

地図は
こちら →



平塚市立四之宮公民館 と検索

地域の情報は **四之宮ふれあい便り** と検索

四之宮の 歴史を 歩こう!

令和6年度シニア学級

四之宮には歴史に関する史跡がたくさんあります。自分の目で実際に史跡を見て、四之宮の歴史を感じとってみませんか？話を聞くだけでは決して分からない、新しい発見があるはずですよ。

★日時：令和6年6月4日(火) 午前9時30分 四之宮公民館集合
(※雨天の場合、6月7日(金)に変更します)

★歩行コース (変更の場合があります)

公民館 ～ はし立ての森 ～ お酢街道 ～ 谷川(やが)の池 ～
有章館(旧大野公民館) ～ 公民館(正午ごろ解散予定)

★講師：四之宮郷土史同好会

★募集人数：20人(原則60歳以上の方)

★申込：55-0655(四之宮公民館)



健康づくりは食事から! ～あなたの食生活 見直しませんか?～

健康を維持していくうえで、食事はすべての基本となります。日々の食生活を、もう一度見直してみてもいいかもしれません。おいしく食べて、いつまでも元気に過ごせる、おトクな話が聞けちゃいます。

日時：令和6年6月21日(金) 午後2時00分

場所：四之宮公民館 集会室

講師：平塚市健康課

募集人数：30人(原則60歳以上の方)

申込：55-0655(四之宮公民館)



令和6年度公民館運営委員を紹介します

公民館の円滑な運営・活動にお力添えをいただきます。(新)は新任委員です。(順不同・敬称略)

氏名	選出団体	氏名	選出団体
石川 隆	自治会連合会	松川 成芳	体育振興会
佐野 寿美代	大野小学校	安楽 知己	青少年指導員
(新)相原 隆文	自治会連合会	吉田 勲	明寿会
岩田 美千代	民生委員児童委員協議会	(新)牧田 裕子	神明中学校PTA
土屋 律子	交通安全協会	(新)磯田 みや子	福祉村
相原 振一郎	大野小学校PTA	(新)小玉 京子	公民館利用団体
水越 正志	公民館利用団体	【順不同・敬称略】	

次の4名は、令和5年度末で退任されました。
厚く御礼を申し上げますとともに、今後も引き続き御指導をいただければ幸いです。(順不同・敬称略)

田辺 幸利	自治会連合会	池谷 恭子	福祉村
加藤 俊光	神明中学校PTA	高橋 敏子	公民館利用団体

♪ 子育てるんるん ♪

5月は、お外にお出かけしますよ～(^^)v

日時：5月20日(月) 10:00～11:30

場所：四之宮ふれあい広場
(神奈川県下水道公社内)

内容：ミニミニ遠足

- * 現地集合・現地解散です。
- * 雨天の場合は、公民館で自由遊びになります。
- * お茶を用意します。帽子をお忘れなく！



四之宮地区社会福祉協議会

ふれあい
サロン

日時：5月20日(月) 13時～ 公民館集会室

内容：折り紙教室 (倉田会による健康学習等もあります)

講師：福祉村の皆さん



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1階 105番窓口

…… 専門相談員が相談に応じます ……

チョークアート 体験教室

チョークアートとは？

クレヨンに似た画材を使って、指で色を混ぜて描くアートです。下絵があるので「ぬり絵」に近い感覚で、どなたでも気軽に楽しめます。

自分の作品が完成した瞬間、その出来栄えに大満足するでしょう！

初心者
大歓迎！



日時：令和6年6月22日(土) 午後2時 ↑公民館まつりに出展した作品
場所：公民館 中会議室 参加費：1,000円(材料代・当日徴収)
募集人数：10人(初心者優先) 講師：WonderPastel(公民館利用団体)
申込：55-0655(四之宮公民館)



食生活改善推進員になりませんか？

～令和6年度食生活改善推進員養成講座の受講者を募集します～

食生活改善推進員は、地域の食生活改善のためボランティア活動をしています。まだまだ多くの方の力を必要としています。養成講座を受けて仲間と一緒に活動しませんか？食生活や栄養について興味がある方で講座修了後、地域でボランティア活動のできる方、お待ちしております。

講座期間：令和6年7月～12月(全8回) 定員：16人(先着順)

対象：市内に在住の方

開催場所：平塚市保健センター他

受講料：無料。ただし、実習食材費の一部負担あり。

申込期間：令和6年5月21日(火)～6月28日(金) ※定員に達したら締切り

申込み・問合せ：平塚市健康課(保健センター) 管理栄養士まで 電話：55-2111



健康推進員になりませんか ～健康推進員養成講座の募集～

健康推進員は、「健康ウォーキング」「くすの木体操教室」「体力チェック」などの活動を通して、ご自身や地域の皆さんの健康づくりに取り組んでいます。活動のための知識を養成講座で学んで、健康推進員として一緒に健康づくりのボランティア活動をしませんか？

◆受講期間 令和6年7月～10月(全8回)

◆対象 市内在住で講座修了後に健康推進員として活動できる方(資格不問)

◆会場/定員 保健センター/先着20名

◆申込み期間 令和6年4月22日(月)から6月10日(月)まで

◆問合せ・申込み 健康課(保健センター) TEL: 55-2111



右の二次元コードより活動内容や講座の日程等ご覧いただけます。⇒

四之宮地区福祉村からのお知らせ

5月の福祉村は、次のとおり実施します。どのサロンも楽しく、和気あいあいに活動しています。お気軽にご参加下さい。お待ちしております。

開村日：毎週 月・火・水・土曜日（祝日は休村）

場所：公民館 いこい室

開村時間：AM 10:00～12:00 PM 1:00～3:00

TEL：55-0750

手芸

5/13・20・27
いずれも(月)AM

ゴム体操・コグニサイズ

5/8・15・22・29
いずれも(水)PM

歌声サロン(三味線)

5/21(火)PM

小中学生への学習支援

5/11・18・25
いずれも(土)AM

5月サロンのご紹介

スカットボール

5/21(火)AM

臨床美術

5/1・22
いずれも(水)AM

園芸クラブ

5/14・28
いずれも(火)AM

吹矢体験

5/13・27
いずれも(月)
AM9:30～

囲碁ボール

5/8・15・29
いずれも(水)AM

お茶席をたしなむ会

5月はお休みです

四之宮まめ知識「四之宮 あれそればなし その17」 記事提供：四之宮郷土史同好会



- ・めんこ・缶蹴り・ドロじゅん
- ・どろけい・警察と泥棒
- ・だっこちゃん・ホッピング
- ・ベエごま・かちん玉
- ・カーボーイガム・ビー玉
- ・あぶりだし(みかん汁)
- ・写し絵・肥後守・崩し将棋
- ・トランプ占い(あきすとせねこ)
- ・へび花火・おしくらまんじゅう
- ・うまとび・はないちもんめ
- ・ゴムだん・陣取り・ぼかん
- ・鬼っこ・積み将棋
- ・回り将棋・おしんまんじゅう

何個知ってますか？
ちよっとまえのもの

あれこれ
今回の話題は四之宮だけの話
ではありません。

時代が変われば、ちよっと前の物や言葉は変わっていきま
す。こんなところにも歴史があ
りますね。

●あそび

●食べもの



- ・すいとん・氷饅頭
- ・カインソウ・さくまドロップ
- ・グリコのおまけ
- ・紅梅キャラメル・コッペパン
- ・チョコレートタイプの虫下し
- ・ラスク・肝油ドロップ
- 生活
- ・集卵場・炭俵・柳行李
- ・みかん箱・実用自転車
- ・はいちよう・ネズミいらす
- ・ちんどん屋・えもんかけ
- ・ガリ版・鉄筆・火鉢
- ・高ほつくり・高下駄・美濃傘
- ・ふんどし・三輪車
- ・ダットサン・せんべい布団
- ・豆炭・霜焼け・キセル
- ・トランジスタラジオ
- ・ズック・縁側・風鈴
- ・富山の薬売り・押し売り
- ・セエノカミ・渡り廊下
- ・ちゃぶ台・ポットン便所
- ・てるてる坊主・ソノシート
- ・掘り炬燵・青焼きコビー
- ・計算尺・物差し

- ・番傘・ガスこんろ
- ・オガライト・平凡・明星
- ・平凡パンチ・森の石松
- ・ボンボン時計・柱時計
- ・ボンボン船・沖仲師
- ・ちりがみ・壁掛け電話
- ・かやぶき屋根・蚊帳・雑記帳
- ・絵日記・新聞紙のちり紙
- ・千代紙・絵日記・幻灯機
- ・夏休み映画大会・日光写真
- ・ブリキの下敷き・セルロイド
- ・ブリキのおもちゃ・竹み
- ・セルロイドの下敷き
- ・新聞紙の封筒・しよい籠
- ・新聞紙の包装紙
- ・アルミ食器・紙風船
- ・トンプク・電球ソケット
- ・ペークライト・アセチレン
- ・カーバイド・練炭
- ・ガラス戸・ポケットベル
- ・蠅たたき・蠅トリガミ
- ・掛軸・やかん・誘蛾灯
- ・蓑・せいろ裸電球・チッキ
- ・囲炉裏・火吹き竹・カミソリ
- ・寄合い・飯盒・ペークライト
- ・練炭・ガラス戸・ポケットベル
- ・蠅たたき・蠅トリガミ・掛軸
- ・やかん・蓑・俵
- ・せいろ・子ども貯金

何か、懐かしくなってきましたね。

四之宮郷土史同好会
ホームページ
一変バーコード
です。