

松が丘公民館だより



松が丘シニア学級 ~明るく健康で楽しい毎日過ごすため~

場所:松が丘公民館2階集会室 対象:松が丘地区在住の60歳以上の方

募 集

①運動講座「カラオケ健康体操でフレイル予防」 <<定員:30名>>

カラオケを使って元気に健康体操。リズムに合わせて踊ったり歌ったりして楽しみましょう。

■日 時: 6月12日(木) 10:00~11:30 ■講 師:第一興商、よろず相談センターまつがおか

■持ち物:動きやすい服装、タオル、飲み物

②スポーツ講座「モルックに挑戦」 <<定員:30名>>

ビリヤードとカーリング、ボウリングの要素を合わせたフィンランド発祥のスポーツを体験します。

■日 時: 6月13日(金) 10:00~11:30 ■講 師:スポーツ課

■持ち物:動きやすい服装、タオル、飲み物



③芸術講座「脳を活性化!大人の塗り絵教室」 <<定員:25名>>

初めての方でも上手に仕上げられる、塗り絵のコツや楽しみ方を学びます。

■日 時: 6月19日(木) 10:30~12:00 ■講 師:河出書房新社、明治安田生命平塚支社

■持ち物:飲み物、筆記用具(※塗り絵に使う色鉛筆等は講師が用意します)

④保健講座「フレイルチェック測定会」 <<定員:25名>>

気付かないうちに衰えていく身体、そんな不安を吹き飛ばすため、まずはチェックしましょう。

■日 時: 7月11日(金) 14:00~16:00 ■講 師:フレイルサポーター(保険年金課)

■持ち物:靴下等が脱ぎやすい服装(測定で素足になります)、飲み物、筆記用具



⑤移動学習「防災学習と東京スカイツリー」 <<定員:40名>>

次のページに詳細を記載してあります。必ずご確認ください!

■日 時: 7月17日(木) 8:00~17:30 ■費 用: 11,000円(昼食代含む)



⑥健康講座「楽しく食べて健康に」 <<定員:30名>>

毎日の食べるものや食べ方に注意して、健康な生活を送りましょう。

■日 時: 7月24日(木) 10:00~11:30 ■講 師:キューピー・よろず相談センターまつがおか

■持ち物:飲み物・筆記用具・手提げ袋(お土産があります)

受付期間:5月12日(月)~5月31日(土) 9時~17時(先着順。参加費:⑤移動学習以外は無料)

受付方法:次のページにある参加申込書を松が丘公民館窓口に提出してください。⑤移動学習に参加される方は、参加申込書に参加費を添えてお申し込みください。移動学習のみの参加はできません。

問 合 せ:松が丘公民館(33-6311) ※状況により内容が変更、又は中止することがあります。

令和7年度松が丘シニア学級 参加申込書

ふりがな 氏名	住所	参加希望の講座を○で囲んでください(移動学習のみは不可)		
	平塚市	① 運動	② スポーツ	③ 芸術
電話番号	年齢	④ 保健	⑤ 移動学習 ※参加費添付 (11,000円)	⑥ 健康
—	—			

✂ 切り取り線 ✂

シニア学級⑤移動学習「防災学習と東京スカイツリー」について

詳細

防災体験学習施設「そなエリア東京」で、地震災害後の支援が少ない時間帯(最初の72時間)を生き抜くために必要な知恵や自助・共助の必要性などを学びます。また、電波塔としては世界第1位、建築物としては世界第3位の高さを誇る「東京スカイツリー」の展望デッキを見学します。



■日 時:7月17日(木)8:00出発(7:45 公民館玄関前集合) ~ 17:30帰着予定

■費用:11,000円(昼食代含む) ■持ち物:歩きやすい服装や靴・飲み物・タオル・帽子など

■行程:そなエリア東京→楠公レストハウス(昼食)→東京スカイツリー【バス移動】

※移動学習のみのお申し込みはできません。

※参加申込書の提出時に参加費を集金します。

※申込人数によっては中止となる場合があります。中止の場合、参加費は返金いたします。

※6月11日(水)以降のキャンセルの場合、参加費の全額はお返しできない場合があります。



令和7年度松が丘公民館運営委員のご紹介

お知らせ

円滑な公民館運営の原動力となる「公民館運営委員」について、次のとおり就任いたしましたので、ご紹介いたします。今後ともよろしくお願いいたします。

2月までお勤めいただきました故・高尾 健二さん、ご退任された小澤 勝さん、山中 和孝さんには、公民館活動に多大なるご尽力をいただきました。

心から感謝申し上げますと共に、今後ともご指導、ご協力をお願いいたします。

氏名	選出母体	氏名	選出母体
○山田 哲司	伊勢山自治会連合会	古家 かおる	東中原連合自治会
中野 美紀	松が丘小学校長	松本 香織	社会福祉協議会
蔭山 みつよ	体育振興会	吉原 勝二	いずみ会
荻原 智隆	青少年指導員協議会	川崎 茂	民生委員児童委員協議会
○佐々木 紀子	松が丘小学校PTA	岩田 まり子	社会教育活動経験者
外山 隆	社会教育活動経験者	佐藤 輝久	社会教育活動経験者
徳満 すみえ	社会教育活動経験者	○は新任(敬称略)	

おはなしの会

自主事業

募 集

日 時:5月21日(水)
15:30~16:15 位まで
場 所:松が丘公民館2階和室
講 師:フェアリーテイルのみなさん
参加費:無料
内 容:絵本や紙芝居の読み聞かせ等々
その他:幼稚園・保育園児~小学校低学年向けですが、
未就園のお子さんとも保護者と一緒に参加できます。

当日の演目は...

- ・たれてる(絵本)
- ・おとうふさんとそらまめさん(紙芝居)
- ・でんしゃがとおりまーす!(絵本)
- ・へっちゃん かあさん(紙芝居)



健康推進員になりませんか ~健康推進員養成講座の募集~

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7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7年4月21日(月)から6月16日(月)まで
- ◆問合せ・申込み 健康課(保健センター) 電話: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。⇒



食生活改善推進員になりませんか？

募 集

~令和7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が、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7年7月~11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7年5月19日(月)~6月25日(水)※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



花の展示会「フラワーシティ」開催決定!!

お知らせ

- 日 時 展示会:令和7年5月31日(土) 9:00~17:00、6月1日(日) 9:00~12:00
展示品販売会:令和7年6月1日(日) 13:00~17:00
※なお、展示品の販売は売り切れ次第終了となります。
- 場 所 花菜ガーデン(四季ギャラリー)
- 内 容 平塚産のお花の展示や展示物の販売、はたちのつどいでもフォトスポットとして大好評だったフラワーツリーなど見所満載のイベントになっています。
- 問合せ 平塚市役所農水産課 電話:35-8103



農業体験
×
親子・地域

家庭教育学級
豊田・松が丘公民館共催

募 集

ふれあいファーム

恒例の親子参加型の農業体験学級「ふれあいファーム」！今年も「サツマイモ」を栽培します！

～プログラム日程～

- ①「苗 植 え」…… 5月24日(土) ※予備日:25日(日)
②「収 穫」……10月12日(日) ※予備日:13日(月・祝)、18日(土)
③「料理教室」……11月16日(日) ④「クリスマスリース作り」……12月7日(日)



- ◆集合場所 ①②:豊田公民館 ③④松が丘公民館
- ◆集合時間 ①~④午前9:50(10:00開始です) ※各日1時間~1時間30分程度を予定
- ◆講 師 ①②片倉 喜禎さん(農業指導) ③食生活改善推進団体ママの会ゆずグループ
- ◆対 象 幼児・児童・生徒とその保護者 ◆定 員 2館合わせて25人程度(先着順)
- ◆申込方法 松が丘公民館に直接(電話申込可) ◆申込期間 5月12日(月)9時~5月20日(火)
- ◆持 ち 物 ①②:軍手・長靴・スコップ・帽子・飲み物 ③エプロン・三角巾・タオル・ふきん ④紙袋
- ◆参加費 ①②:500円/1組(苗代など) ※初回に集金します
③200円/1人(材料費) ④300円/1人(材料費) ※③④は当日集金します

ご注意
ください

①②は畑での学習が主となるため、天候による順延や中止の可能性があります。予定した日時に実施できるか否か、直近の金曜日午後1:00以降、インターネットでご確認ください。公民館へのお電話でも結構です。
※ 個別のお電話は原則差し上げません。ご了承ください。



二次元コードはこちら

確認はこちらで!⇒

松が丘地区のホームページ:ちいき情報局「松と砂丘の里 松が丘」
<https://hiratsuka.johokyoyu.net/area/matsugaoka/>

【中央公民館・地区公民館共催】お父さんに愛をこめて!

アイシングクッキー教室

地域の食材
で作るよ!



【写真はイメージ】

平塚産のお米「はるみ」を使った米粉クッキーを作ります
お父さんの好きな生ビール柄をデコレーションしてプレゼント♪

6月15日(日) ①10:00~12:00 ②13:30~15:30

- 【会 場】平塚市保健センター(東豊田448-3)2階 栄養指導室(調理室)
- 【講 師】マ・コピーヌ 松元 しのぶ さん
- 【対 象】市内にお住まいの小学生とその保護者(1組3名まで参加できます。必ず保護者同伴)
- 【参加費】1組1,500円(当日集金)
- 【定 員】各回12組(定員を超えた場合は、抽選になります)
- 【持ち物】エプロン、三角巾、タオル、ふきん、マスク、筆記用具
- 【申込み】6月1日(日)までに右の二次元コードからお申込ください。⇒
- 【その他】キャンセルの場合は、6月11日(水)17:00までに八幡公民館へご連絡をお願いします。
それ以降のキャンセルは、参加費をお支払いいただきますのでご了承ください。
- 【問合先】八幡公民館(☎23-5528 FAX24-1407)



松が丘公民館の各事業において、お申し込み時にいただいた個人情報は、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やホームページに掲載することがあるほか、報道機関が取材に入る場合がありますことご了承ください。あらかじめ、ご了承ください。