

旭北公民館だより 9月号

平塚市立旭北公民館 〒254-0903 平塚市河内440番地 ☎32-2221 FAX37-1069

公民館事業当日に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ります

【旭北公民館 シニア学級・健康講座】

『歩いて はかって 測定会』&ミニ講座

先端技術を用いた機械でご自身の歩き方の測定を行い、今後、留意すべき点や健康に役立つ体操の講座を行います。他に、転倒予防に役立つ身体のバランス等も測定します。

○日時:令和7年 11月19日(水)

午前の回 10:00~12:00、午後の回 13:30~15:30

※お申込の際に、参加希望の回(午前、あるいは午後)を伺います。

○対象:旭北地区にお住まいの60歳以上の方で自立歩行ができる方(杖、OK)

※事業当日受付時、年齢と身長をお伺いします。(例:年齢 60代、身長 150cm 台)

○定員:40人(午前、午後、各回 20人)(応募者多数の場合は抽選)

○会場:平塚市立旭北公民館ホール

○費用:無料

○協力:神奈川県(神奈川県未病産業社会実装モデル事業)、

高齢者よろず相談センターあさひきた、(株)ORPHE、(株)神奈中スポーツデザイン

※この事業は未病対策及び健康に対する知識・教養を深めることを目的としています。

※この事業で計測したデータは、研究のため個人情報伏せて使用することがあります。

※申込方法は左下をご覧ください。

〈測定会&ミニ講座の お申込み方法〉

○申込期限:

令和7年9月30日(火)まで

①ゆめクラブに加入している方は、
所属するゆめクラブの会長さんへ

②ゆめクラブに加入していない方は、
直接公民館へ来館又は電話で
(応募多数の場合、抽選。応募結果は
11月初旬頃までにご連絡します)

※定員に空きがある場合は

10月2日(木)以降先着順にて受付

【旭北公民館 自主事業】

9月・10月のおはなし会

~紙芝居、絵本、親子あそび他~

◆日時 9月9日、30日、
10月14日、28日

(いずれも火曜日)

11:00~11:30

◆会場 旭北公民館 託児室

◆対象 0歳~未就園児

◆問合せ おはなしかぎぐるま
電話58-5869(いとす)

◇公民館ご利用時のご協力のお願い

○節水・節電のご協力をお願いします。

○公民館の駐車場には限りがあります。公共交通機関、
徒歩、自転車等でお越しください。ご協力をお願いします。

◇11月分公民館利用一括申込の受付

10月1日(水)午前9時から
2階ホールで行います。

【旭北公民館】

住みなれた住まいでいつまでも暮らすために知っておきたい「医療と救急」

普段の暮らしの中で身体のこと、相談できる医師はいますか
救急車を呼ぶことに迷ったことはありませんか

いつまでもご自宅で安心して過ごすことができるように、地域の医師と

平塚市消防救急課から知っておきたい医療と救急について学んでみませんか。



①かかりつけ医と在宅医療（仮称）

【講師】医療法人救友会 理事長

湘南真田クリニック 湘南伊勢原クリニック

東海大学医学部附属病院総合内科

特任講師 阿部 智史 氏

②ひらつかの救急について

【講師】平塚市消防本部 消防救急課

救急救命担当長 瀧澤 朗 氏

③座談会

【コーディネーター】

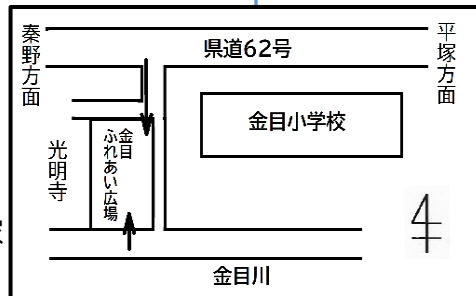
平塚市医師会

在宅医療担当理事

ありがとうございます

ファミリークリニック平塚

院長 小宮山 学 氏



■日 時 令和7年11月15日(土)14:00~15:30

(13時30分から受付開始)

■会 場 金目公民館 2階集会室

■参加費 無料

■対 象 西ブロック（金目・金田・土屋・吉沢・旭南・旭北）公民館区内にお住まいの方

■申込み 10月2日（木）から10月31日（金）までに
申込フォーム（申込最大4名まで）もしくは旭北
公民館に直接又は電話でお申し込みください

■問合せ 旭北公民館（電話 32-2221）

■定 員 50名（先着順）

■持ち物 室内履き・筆記用具

■駐車場 金目ふれあい広場

※公民館駐車場は工事のため駐車できる台数が少なくなっています。

←金目ふれあい広場 案内図

講座終了後、金目公民館1階ロビーで福祉用具の展示・体験もありますので、ご覧ください

【西ブロック公民館共催】

惑星や月を見よう！

秋の星空観察会＆プラネタリウム観賞

毎年大好評の星空観察会を今年も開催します！

“夜空に輝く大きな「月」”を、望遠鏡でじっくり観察してみませんか？

今年の秋は、めったに見られない“輪がほぼ消えた「土星」”も同時に楽しめます。

秋の星空観察、ぜひお越しください。※観察対象物は条件により変更します

【日 時】11月28日（金）18:30~20:00（18:15~博物館で受付）

【会 場】平塚市博物館

【講 師】平塚市博物館学芸員

【対 象】西ブロック公民館（金目・金田・土屋・吉沢・旭南・旭北）地区在住の小・中学生とその保護者

※要保護者同伴、児童・生徒のみの参加不可。

【人 数】80人（抽選）※1組3人まで※応募した方以外の当日参加はできません（未就学児も1人としてカウントします）。

【内 容】星空観察（天候不良時は工作）、プラネタリウム観賞

【参加費】無料

【申込み】右の2次元コードから、11月3日（月・祝）までにお申し込みください。

窓口で直接や電話での申込みはできません。

結果は11月12日（水）までにメールでお送りします。

【その他】・防寒対策は各自でお願いします。

・開館時間外ですので、博物館内の見学はできません。

・館内の移動は階段のみとなります（星空観察は屋上、プラネタリウムは3階です）。

・博物館の駐車場（文化ゾーン第2駐車場）はご利用いただけます。

駐車券を受付にお持ちいただければ、入庫から90分まで無料になります（90分以降は有料）。

