

# 小和田公民館情報誌 情報紙こわだ



小和田公民館のHPへ  
アクセスできます

☆小和田公民館のお問合せ先☆  
TEL: 0467-85-8755

↓小和田公民館のHPアドレス↓  
<http://www.city.chigasaki.kanagawa.jp/>

## 第35回 こわだ音楽祭 日時 11月25日(土) 11月26日(日)

### ママのためのHUG(ハグ)っとダンス

日時 10月18日(水) 10時~12時  
場所 小和田公民館 講義室  
対象 乳幼児(3ヶ月以上1歳半以下)と保護者  
定員 15組(申込制・先着順)  
内容 赤ちゃんを抱っこして簡単なステップのダンスをします。  
講師 きむら りえ さん  
申込 9月1日(金) 9:00~  
持物 だっこひも 体温計など  
電話、窓口、申込フォームにて受付



### 出来るうちに！実家自宅の片づけ講座

日時 10月29日(日) 10時~12時  
場所 小和田公民館 講義室  
対象 一般  
定員 30名(申込制・先着順)  
内容 元気なうちにご本人もご家族もやっておきたい実家自宅の片づけ、介護の準備  
申込 9月9日(土)9:00~  
電話または窓口にて受付  
講師 川上さち子 さん  
(片付けアドバイザー)



### 子どもの広場

日時 10月14日(土) 11月11日(土)  
両日共10時~11時30分  
場所 小和田公民館講義室  
内容 10月 人形劇 11月 本読み  
(※内容、申込み日等詳細はポスター等で後日)  
対象 小学生  
定員 20名(申込制・先着順)



### 元気アップ体操教室

日程 ①10月20日(金) 3B体操  
道具を使い、音楽とともに頭の体操を交えて楽しく体操します！  
②11月17日(金) アステム体操  
年齢や体力に応じたスクワット等筋肉に適度な刺激を与えます！  
時間 ①②共に 10時~11時30分  
内容 毎月第3金曜の午前中は公民館で元気アップ！  
対象 一般  
定員 30名(当日先着順)・・事前申込不要  
☆運動出来る服装と靴、飲み物



### 子どもシネマランド

日時 10月7日(土) 10時~12時  
場所 小和田公民館 講義室  
内容 トムとジェリー他(毎回違う作品です！)  
対象 小学生(保護者も可)  
定員 40名(申込制・先着)  
申込 9月1日(金)~電話または窓口にて受付  
今後の予定 3月16日(土)  
詳細はまたご案内します。



### 松浪地区社協共催地域支えあい講座

日時 10月28日(土)10時~12時  
場所 小和田公民館 講義室  
内容 ともに支えあう地域づくり、聴覚障がい当事者のお話と、簡単な手話講習会、お店で、町で、お見かけしたときに誰もがお手伝いできる機会がきっとあります。  
対象 中学生以上、シニアまで  
定員 40名(申込制・先着順)  
申込 9月15日(金)9時~電話もしくは窓口



## 子育て支援講座

### 「毎日忙しくても簡単！ コスパの良いお弁当作りと朝ごはん」

日時 11月15日(水)  
10時～11時30分

場所 小和田公民館 講義室

内容 お弁当作りのコツの提案と朝ごはんの大切さを学びます

対象 小中学生の保護者・一般

定員 50名(申込制・先着順)

講師 愛川 真白 さん

持ち物 筆記用具

申込 10月24日(火) 9時～ 電話または窓口  
Zoomでの参加希望の方は、二次元バーコードから



## 歴史散策 鎌倉幕府と北条義時の史跡

日時 11月15日(水) 8時45分～14時

場所 鎌倉市内

対象 一般

定員 20名(申込制・先着順)

内容 鎌倉殿の13人を振り返りながら鎌倉市内のゆかりの場所を散策します  
えっ！？有名なあの銀杏の木はなかった？

申込 10月6日(金)～  
電話または窓口にて受付

講師 鴨志田 聡さん



## のびのび広場

日時 9月20日(水) 10:00～11:00

場所 小和田公民館 子ども室

対象 乳幼児と保護者

定員 6組(申込制・先着順)

内容 親子で楽しむ手遊び、絵本の読み聞かせ  
育児相談、離乳完了期までの進め方、作り方、  
食べさせ方、献立例や食材についてなど

申込 8月23日(水)～

申込先 小和田保育園(平日10:00～15:00受付)

電話 0467-82-8571

## 腰痛になりにくい安全な介護の技

日時 12月7日(木) 10時～12時

場所 小和田公民館 講義室

対象 一般

定員 20名(申込制・先着)

内容 介護されている方、これから介護をされる可能性のある方に実際のベッドや車いすを使い腰痛になりにくいコツを学びましょう

申込 10月17日(火)9時～

協力 株式会社ニッショー



## ちびっこ広場

日時 毎月一回火曜日開催(8月を除く)  
※詳細はHPをご確認ください。  
10月24日(火)  
11月28日(火)いずれも10:00～11:15

内容 歌・工作など

対象 未就園児とその保護者

定員 25組(申込制・先着順)

申込 前月のちびっこ広場開催日～

協力 中村法子さん、山崎裕子さん、  
主任児童委員他



## 卓球開放

日時 10月4日、11月1日、15日(水)  
全日程で14:30～17:00まで

内容 卓球台を開放します。サンダル・ヒールは不可。運動できる靴で来てください。

持物 靴を履き替える方は、くつを入れる袋

対象 全年齢対象  
※小学生は一度家に帰ってから来てください。

定員 なし(混雑状況によっては人数制限あり)

申込 当日受付… 申込不要



## 小学生のかんたんおやつ調理

日時 9月23日(土) 13:30 から15:45

場所 小和田公民館実習室

内容 ミニポテピザ、ポテのスイートポテト など

参加費 100円

対象 小学生3年生から6年生

定員 12名(申込制・先着順)

持ち物 エプロン、ふきん、マスク、バンダナか三角巾

申込 9月1日(金) 9時から

## いつでもボランティア募集！

小和田公民館では、公民館の庭木の剪定、雑草取り、子ども事業のサポートなどのボランティアを大募集中です！日程、時間等は自由です。ぜひ館職員にお声掛けください。