



# 市民の掲示板

Message Board

ファクス、はがき、メールで申し込む催しは「イベント名、希望日、住所、氏名、電話番号」を記載してください。

掲載申込の締切(17:15まで)

掲載号	掲載申込の締切	掲載イベントの開催・申込締切
3/18発行号	1/31(水)	3/27(水)以降
4/15発行号	2/29(木)	4/24(水)以降

## 楽しくできる3B体操

脂肪燃焼。健康で若さを維持【日】1/24・31の水曜日13:00~14:15(全2回)【場】大和スポーツセンター【対】成人女性【費】1,000円【持】室内シューズ、タオル【申】さんびい・木下☎090-8641-7707へ

## HIPHOPを踊ろう!

初めてでも大丈夫。楽しくダンス【日】1/25(木)①16:00~17:00・②17:00~18:00【場】いずれも大和スポーツセンター【対】①幼児~小学2年生、②小学3年生~中学生【定】各先着20人【持】室内シューズ、タオル【申】不要【問】キッズフィットネス・佐藤☎090-6519-2788

## 0歳からのコンサートvol. 2

泣いても大丈夫。歌とピアノコンサート【日】1/26(金)11:00~11:50【場】シリウス3階マルチスペース【対】子と保護者【定】先着80人【費】大人1,500円(中学生以下500円)【申】1/25(木)までにEメール toyoyumi\_n@yahoo.co.jp で神奈川リュート研究会・高橋へ【問】高橋☎090-9340-1833

## 地域交流ダンスパーティー

楽しく踊ろう! ミキシングあり【日】1/26、2/23いずれも金曜日13:40~17:20【場】桜丘学習センター【定】各先着80人【費】各300円【持】ダンスシューズ【申】不要【問】りんどう会・高木☎090-9245-1482

## 無料体験 人の手を借りずに長寿

準備運動、リズム体操、フォークダンス【日】1/28(日)11:00~13:00【場】渋谷学習センター【対】60歳以上【定】80人【持】室内シューズ、タオル【申】不要【問】神奈川高齢者体育会・後藤☎046-267-1896

## パソコン・スマホなんでも相談

マンツーマンで丁寧な対応【日】1/30~2/20の毎週火曜日いずれも10:00~19:00【場】ベテルギウス内大和市民活動センター【対】市内在住・在勤・在学者【定】各先着15人【費】1時間1,200円(2時間まで)【持】パソコン、スマートフォンなど【申】大和市シルバー人材センター・鈴木☎046-263-8600へ

## 皆で歌おう市民歌声・昂

愛唱歌にポップス、労働歌、演歌も【日】1/31(水)13:30~16:15【場】シリウス3階マルチスペース【対】市内在住・在勤者【定】先着100人【費】500円【申】不要【問】大和うたごえの会・名取☎080-6636-0729

## マンション管理無料相談会

管理組合の運営に関する疑問など【日】1/31(水)15:30~17:30【場】シリウス6階生涯学習センター【対】理事会役員やマンション居住者【定】先着2組【持】管理規約など【申】Eメール tanaba0707@s8.spaaqs.ne.jp で神奈川県マンション管理士会・平塚へ【問】平塚☎090-1405-2024

## 体験! 音楽に乗って中国医療体操

中国整形外科医が考案した練功十八法【日】2/1・15の木曜日10:00~12:00(全2回)【場】鶴間コミセン(予定)【対】成人【定】先着5人【費】500円【持】室内シューズ、動きやすい服装【申】練功紫音の会・角田☎090-6498-5445へ(10:00~14:00)

## 姿勢改善ヨガ

姿勢を整え元気に動ける心と体作り【日】2/2~3/22の毎週金曜日いずれも10:00~11:15(2/23を除く)【場】大和スポーツセンター【対】女性【定】各先着20人【費】各1,000円【持】ヨガマットまたはバスタオル【申】スマイルヨガ・高橋☎080-6590-2299へ

## うたごえサロンやまと

愛唱歌、平和の歌、山の歌など【日】2/2・16いずれも金曜日16:00~18:40【場】桜丘学習センター【対】市内在住・在勤者【定】各先着200人【費】各500円【申】不要【問】音楽サークル・石掛☎090-3230-2185

## 健康体操やさしいピラティス

初心者向けストレッチとピラティス【日】2/3・17いずれも土曜日11:15~12:15【場】渋谷学習センター【対】成人女性【定】各先着10人【費】各500円【持】ヨガマットまたはバスタオル、タオル【申】Eメール tokimoto624@gmail.com でパイルピラティス・梅原へ【問】梅原☎090-3523-9249

## 雅楽入門(龍笛体験付き)

雅楽説明、横笛体験、稽古見学【日】2/3(土)12:30~15:00・10(土)13:30~15:00【場】いずれもシリウス6階生涯学習センター【対】成人の初心者【定】各先着10人【持】筆記用具、口紅を付けている人は落とすもの【申】Eメール yamatoshigagaku@gmail.com で大和市雅楽協会・松永へ【問】松永☎080-6994-2766

## 「歌声」の歌遊び会

元ともしび司会者と歌声を楽しむ【日】2/5(月)13:30~16:00【場】渋谷学習センター【対】市内在住・在勤者【定】先着150人【費】1,000円【申】不要【問】歌遊び会・藤原☎090-5793-4252

## 早春の泉の森 10km自由歩行

【日】2/6(火)9:00~11:00【場】やまと公園集合、自然観察センター・しらかしのいえ解散【費】500円【持】雨具【申】不要【問】県央ウォーキング協会・三浦☎046-263-5154

## 楽しく歌い頭と体をきたえよう

歌の指導とミニコンサート【日】2/7(水)10:30~12:00【場】つきみ野学習センター【定】50人【申】不要【問】女声合唱ルビー・原田☎046-276-1885

## 趣味を作ろう! 麻雀を楽しむ会

初めてのかたも楽しみながら麻雀を【日】2/8・22いずれも木曜日13:30~16:30【場】シリウス3階マルチスペース【定】各50人【申】各開催日の前日までに趣味を作ろう! 麻雀を楽しむ会・中山☎046-262-8100へ(12:00~20:00)

## 水彩画講座

楽しみながら静物を描く【日】2/9(金)13:30~16:30【場】つきみ野学習センター【定】先着3人【申】1/31(水)までにつきみ野水彩画「四季」・小林☎046-293-6211へ

## フォーク&素敵な歌の会

フォークソング、ポップス、GSなど【日】2/9・23いずれも金曜日16:00~18:40【場】渋谷学習センター【対】市内在住・在勤者【定】各先着60人【費】各500円【申】不要【問】音楽クラブ・名取☎080-6636-0729

## 写団さくら会体験入会(写真)

【日】2/10、3/9のいずれも土曜日13:30~17:30【場】桜丘学習センター【対】15歳以上【定】各先着10人【持】あれば2Lサイズの写真3枚【申】写団さくら会・杉本☎080-4322-3002へ

## 大和おやこ劇場第315回低例会

オカピぼうやの小さな冒険人形劇ブーク【日】2/12(祝)13:30~14:45・17:00~18:15【場】シリウス内サブホール【対】3歳~中学生の子と保護者、高校生以上【費】入会金200円、月会費1,400円【申】2/9(金)までに大和おやこ劇場・杉本☎090-6116-0389へ

## 成年後見専門相談

行政書士による相談【日】2/20(火)13:30~14:10・14:50~(各回30分以内)【場】保健福祉センター【定】各先着1組【申】大和市社会福祉協議会・酒井☎046-260-5634へ

## やまとサロンコンサートシリーズ

ピアノとフルートで巡る世界の舞曲【日】2/23(祝)15:00~16:00【場】シリウス3階マルチスペース【定】先着70人【費】1,500円(4~12歳1,000円、3歳以下無料)【申】大和市音楽家協会・河村☎070-3523-7068へ要問い合わせ

## 第19回健康と文化のつどい

①血行動態、血圧計測、②落語、演奏ほか【日】2/25(日)①10:00~12:00・②13:00~15:00【場】いずれも渋谷学習センター【定】各先着100人【持】①は腕を出しやすい服装【申】不要【問】北央医療生協大和支部・木村☎046-274-9785

## 情報を掲載するには

「市民の掲示板掲載申込書」「サークル会員募集掲載申込書」を、直接、ファクス046-261-4592または市のホームページから電子申請で市役所広報課へ(電話での掲載依頼はできません)。

※申込書は、市役所広報課窓口で配布するほか、市ホームページからダウンロードもできます。



# テーマは自由!! アイデア募集!

市政へのヒントやアイデアを期間限定・無記名式で募集します。市政に関するものであれば、「ちょっとした」ことでも結構です。ふと思いついたあなたのアイデアを気軽にお寄せください。

「〇〇を〇〇したらどうか」の形式でご記入ください。

※ご提案は内容を整理したうえで、市ホームページに公開する予定です。※個別での回答はしません。市政に関わりのない内容、趣旨に反する内容のご提案は受け付けできないことがあります。

➢ 提案方法は、電子申請、ファクス(261-4592)、直接持参、郵送(〒242-8601 市役所マーケティング課)がご利用いただけます。

➢ この紙を切り取って中央で二つ折りし、のりしろをのりづけすれば、切手を貼らずに投函できます。

## <ご提案は「電子申請」が簡単・便利です>

【電子申請による提案手順】

市ホームページから「わたしのちょこっと提案」

で検索し、ページ内リンクから

e-KANAGAWA「電子申請」へアクセス。

※右のコードを読み取ると便利です。



2月20日(火)まで募集しています

郵便はがき



料金受取人私郵便

大和局  
承認

2401

差出有効期限

令和6年2月

20日まで

242-8701

大和市下鶴間1-1-1

大和市役所 マーケティング課





# サークル 会員募集

## 装道廣田きもの教室

着付け、礼法。着物一式貸し出しあり【日】毎月第2・4金曜日10:00~12:00【場】鶴間コミセン【対】成人【講】廣田しげる氏【費】月会費2,000円【問】廣田 ☎046-261-1402

## コール・コサージュ

女声合唱団・合唱発表【日】毎月3回木曜日10:00~12:00【場】鶴間コミセンほか【対】成人女性。初心者歓迎【講】星野敦子氏【費】月会費3,000円【問】真田 ☎046-273-0084

## つきみ野口ココモ体操サークル

口ココモ体操、股関節運動、貯筋運動【日】毎週金曜日14:00~16:00【場】中央林間コミセン【講】長野洋氏【費】入会金2,000円、月会費2,000円【問】岩本 ☎046-206-5282

## 林間拳竜会

太極拳で気持ちゆったり。丈夫な体に【日】毎週木曜日15:30~17:30・日曜日13:30~15:30【場】ポラリスほか【講】小原洋子氏【費】入会金1,000円、月会費2,000円【問】浜 ☎046-275-0143

## ソフィアツリー

英語学習【日】月2回月または金曜日13:30~15:30【場】シリウス6階生涯学習センター【対】英検2級程度【講】長尾好美氏【費】入会金1,000円、月会費3,000円【問】長尾 ☎046-263-3280

## 碁朋会

囲碁練習と年数回の大会【日】毎週水・土曜日13:30~17:30【場】つきみ野学習センター【費】入会金1,000円、月会費500円【問】中野 ☎090-1042-6276

## 史の会・續日本紀

歴史書「續日本紀」から古代を学ぶ【日】毎月第4日曜日11:00~13:00【場】ポラリス【講】田崎博子氏【費】3か月2,500円【問】石島 ☎070-6480-5854

## 和鼓連

和太鼓の練習と各種イベント【日】毎月第2・4日曜日13:00~16:00【場】深見北コミセン【対】小学生以上【講】小泉幸江氏【費】入会金1,000円、月会費1,000円(小学生は700円)【問】中村 ☎090-2911-7402

## 英会話教室「大和フローリアン」

シニア対象の初級英会話【日】毎週水曜日10:00~12:00【場】保健福祉センターほか【対】60歳以上【講】貝原達也氏【費】月会費1,500円【問】河原 ☎046-276-2225

## 社交ダンスグリーンサークル

【日】毎週土曜日9:00~11:00【場】つきみ野学習センター【対】主に市内在住者。初心者歓迎【講】重永光子氏【費】入会金1,000円、月会費2,000円【問】真室 ☎090-4092-7124

## 葵の会

健康体操【日】毎月第2・4金曜日10:00~12:00【場】南林間コミセン【対】60歳以上【講】中村紀和子氏【費】入会金700円、月会費1,000円【問】石倉 ☎046-274-6704

## 茜サークル

人の手を借りずに長寿、健康体操【日】毎週金曜日13:00~15:00【場】福田コミセン【対】50歳以上【講】石附洋子氏【費】年会費700円、月会費1,000円【問】横山 ☎046-269-3260

## アロハ！テニスⅡ！

2時間ボールを追いかける【日】毎週木・金曜日13:00~15:00【場】草柳庭球場ほか【対】50~70歳の中級以上【講】阿住宏哉氏【費】入会金1,000円、1回300円程度【問】阿住 ☎090-6176-1438

## ハローシニア

二人の外国人講師による英会話サークル【日】毎週土曜日11:00~13:00【場】つきみ野学習センター【対】60歳以上【講】ANDREW GAIPPE 氏【費】月会費1,500円【問】山田 ☎090-1656-5622

## ミモザバドミントンクラブ

楽しくゲームをして健康を維持【日】毎週月・木曜日12:00~15:00【場】大和スポーツセンター【費】年会費2,000円、別途施設使用料【問】佐川 ☎046-276-6070

## 大和ランポリンクラブ

練習および大会参加など【日】月3回程度火・金曜日18:00~21:00【場】大和スポーツセンター【費】月会費1,000円、年会費2,000円【問】赤澤 ☎090-1548-6636

## 文章サークルカッコウ

エッセイ、自分史に挑戦【日】毎月第1・3土曜日10:00~12:00【場】ポラリスほか【費】月会費500円【問】佐川 ☎046-276-6070

## フレッシュ会

健康体操、リズム、ストレッチ【日】月4回毎週土曜日10:00~12:00【場】下福田コミセン【対】50歳以上【講】竹本千代子氏【費】入会金700円、月会費1,000円【問】中隣 ☎046-207-8582

## 下和田フレンド会

ラジオ体操、ストレッチ、リズムなど【日】毎月3~4回火曜日10:00~12:00【場】下和田コミセン【対】60歳以上【講】竹本千代子氏【費】月会費1,000円、年会費700円【問】竹本 ☎046-267-5890

## SOUL Freedom

ストリートダンス【日】毎週日曜日10:00~11:00(入門)・11:00~12:00(初級)【場】柳橋コミセンほか【対】3歳以上【講】望月麻弥氏【費】1回1,000円【問】望月 ☎080-1164-0866

## チアダンスクラブバニーズ

モットーは楽しく笑顔。体験歓迎【日】毎週日曜日15:00~18:00・金曜日18:00~21:00【場】大和スポーツセンター【対】年少(4歳)~中学生【講】秋山雪美氏【費】月会費7,000円【問】渡辺 ☎090-4428-6690

## 水彩スケッチ大和会

風景画の水彩スケッチ【日】毎月第2金曜日13:00~15:30【場】ベテルギウス内大和市民活動センター【対】中高年【講】坂田健一氏【費】月会費3,000円【問】坂田 ☎046-260-0912

## リコーダー「カノン」

リコーダーのアンサンブル。体験見学可【日】毎週土曜日9:00~11:00【場】渋谷小ほか【講】吉野裕子氏【費】月会費2,500円【問】高橋 ☎046-269-8077



**健康都市  
大学**

# 2月の四季学祭



四季学祭  
ホームページ

---

**日時** 2月6日 火 10:00~14:30

**会場** シリウス6階生涯学習センター

**おひとりでも、仲間とも、  
気軽にご参加ください。**

**メニュー**

<p>初開催のイベント</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 似合うメイクアドバイス</li> <li>● イルカ写真展、イラスト展</li> <li>● 雅楽体験</li> <li>● 本のタイトルで脳トレ</li> </ul>	<p>その他のイベント</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 防犯力チェック</li> <li>● 歩行姿勢測定会</li> <li>● 終活写真撮影</li> <li>● 囲碁・麻雀教室 など</li> </ul>
---	--

【問】シリウス内図書・学び交流課 健康都市大学係 ☎046-259-6917 FAX 046-263-6680



# 2月6日 火

11:00 - 17:00

シリウス内メインホール

**対象** 18歳以上のかた  
(市内在住・在勤・在学者)

**費用** 1組1,000円  
(観覧は無料)

**定員** 先着72組(1組2人まで)

**曲** 1曲・5分以内

**事前申込は不要。直接、会場へ**  
(受け付けは、10:00~15:00)

【問】市役所イベント観光課 ☎046-260-5167

# 笑って備える！ 終活・落語講演会

**今**、なぜ落語で終活なのか。

自分自身の終活、親の終活。

気にはなるけど、なんとなく気が進まず、つい後回しにしてしまいがちではないでしょうか。

日常の出来事を題材にする落語の世界では、死や終活も例外ではなく、多くの人々を笑顔にしてきました。誰もが迎える死を軽快に。時代を超えた「それ、あるある！」に共感必至。

アマチュアの落語家として活躍する地域の自治会長も迎え、自らの経験談を踏まえながら定年後の「おひとりさま」を楽しむコツもお伝えします。

三遊亭伊織



柳家あお馬

大和市出身のプロの落語家2人が「終活」のイメージを変革。



日時

2 / 15 (木)

13:30～15:30



場所

シリウス内  
メインホール



対象

市内  
在住者



定員

400人  
※定員を超えた場合は抽選



申し込み

1月26日(金)(消印)までに、往復はがきで  
〒242-8601大和市役所おひとりさま政策課へ。

往信用裏面には、申込者の住所、氏名、年齢、電話番号(最大2人。住所、電話番号は代表者のみ)を記載し、返信用表面には、代表者の郵便番号、住所、氏名を記載してください。  
※抽選結果は返信はがきでお知らせします。当選の場合、返信はがきが入場券となります(指定席番号入り)。



【問】保健福祉センターおひとりさま政策課おひとりさま政策係 ☎046-260-5622 FAX 046-262-0999