

平塚市

西部福祉会館だより

2024年
7・8・9月号



2024年6月発行 〒254-0906 平塚市公所 868 番地 ☎0463-50-5525(第3日曜日休館日)

市内在住の60歳以上の方、障がいをお持ちの方、子育て中の親子の皆さんにご利用いただけます。

暑い季節がやってきました。体調管理に気をつけて、暑い夏を乗り切りましょう。当館では、夏も様々なイベントを計画して、皆様をお待ちしております。涼みがてら、ぜひご来館ください。



イベント紹介

ぐるりと回って簡単トレーニング♪

当館の二階に一周約90mの回廊があります。歩いて回りながらできる簡単な運動ポイントを4ヶ所作っています。「雨の日でも歩ける」「好きな時に運動できて習慣化できる」と、皆さんに好評です。体を動かす習慣をつけたいとお考えの方におススメです。ぜひご利用ください。

おすすめ

詳細は館内チラシをご覧ください。開催日の1ヶ月前より掲示します。

7/3
(水)

New
イベント

図書館生活 ～はじめの一步

タブレット型PCで平塚市図書館ホームページの使い方の基本、電子図書館の使い方を学びます。
時間:14:00～15:30 参加費:無料
定員:10名 申込制(6/3より受付)
持ち物:上履き、飲み物、筆記用具
講師:平塚市西図書館職員



7/5
(金)

スマホの便利な使い方講座

スマホの基本操作、地図・時刻表の見方、観光地の検索、カメラやグーグルレンズの使い方
時間:13:00～15:00 参加費:無料
定員:10名 申込制(6/5より受付)
持ち物:スマホ、筆記用具
講師:ドコモショップ ジ・アウトレット湘南平塚店

8/4
(日)

ベスト・ウィンド・オーケストラ演奏会

大磯で活動中の吹奏楽団「ベスト・ウィンド・オーケストラ」の皆さんによる演奏会です。
時間:13:00～14:00 参加費:無料
定員:50名 申込制
持ち物:上履き、飲み物



9/28
(土)

名画会「そして父になる」

福山雅治主演。是枝裕和監督。息子が取り違えられた子どもだったことを知った父親が抱く葛藤を描く。日本語字幕付。
時間:13:00～15:00 参加費:無料
定員:50名 申込制(8/28より受付)
持ち物:上履き、飲み物



7/28
(日)

お買い物ごっこ遊び

親子向け

折り紙のお金と、チラシの切り抜きをパウチした品物で買い物ごっこをして遊びます。工作もあるよ。
時間:10:00～11:30 無料 多目的ホール
定員:親子20組 申込制(6/28より電話又は来館で受付) 持ち物:上履き、飲み物



8/4
(日)

人形劇

親子向け

時間:10:30～(30分程度)
対象:未就学児と保護者(50組 無料 自由参加)
場所:多目的ホール ※当日、申込制



定期開催行事は裏面へ

定期開催

平塚市在住の60歳以上の方対象です。詳細は館内チラシをご覧ください。

自主事業名	開催日	時間	場所	利用料金・持ち物
西部ハッピー ライフ健康体操	7/5(金) ・19(金) 8/2(金) ・16(金) 9/6(金) ・20(金)	12:00~13:15 13:15~14:30 (2部制)	多目的ホール	500円・上履き、飲み物、 タオル
はつらつ ビューティー体操	7/8(月) 8/12(月) 9/9(月)	10:00~11:30	多目的ホール	無料・上履き、飲み物、 (申込制)
チェアリズム エクササイズ	7/10(水) 8/14(水) 9/11(水)	10:00~11:30	多目的ホール	400円・上履き、飲み物
からだイキイキ 歌謡体操	7/11(木) 8/8(木) 9/12(木)	10:00~11:30	多目的ホール	無料・上履き、飲み物、 タオル
リラクゼーション ヨガ教室	7/12(金) ・26(金) 8/ 9(金) ・23(金) 9/13(金) ・27(金)	10:00~11:30	多目的ホール	700円・上履き、飲み物、 ヨガマット又はバスタオル
楽しいリンパ体操	7/18(木) 8/15(木) 9/19(木)	10:00~11:30	多目的ホール	400円・上履き、飲み物
ピンポンの日	7/17(水) 8/21(水) 9/18(水)	9:15~14:15	多目的ホール	無料・上履き、飲み物
モルック	7/4(木) 9/5(木)	10:00~11:30	多目的ホール	無料・上履き、飲み物 (申込制)
ポッチャ	7/27(土) 8/24(土) 9/28(土)	10:00~11:30	集会室	無料・上履き、飲み物 (申込制)
ウエルネス ダーツ	7/10(水) 8/14(水) 9/11(水)	10:00~11:30	地域活動室	無料・上履き、飲み物 (申込制)
足健康体操	7/29(月) 9/30(月)	10:00~11:30	多目的ホール	無料・上履き、飲み物、 ヨガマットかバスタオル (申込制)
英語の歌	7/13(土) 8/10(土) 9/14(土)	10:00~11:20	会議室	参加費500円 (申込制) 申込は前月20日~ 筆記用具 (初級~中級)
名曲でお茶を	7/13(土) 8/10(土) 9/14(土)	14:30~15:45	会議室	参加費100円 (申込制) (コーヒーは1杯80円) 申込は前月20日~

※楽しく体操 … 水曜日、日曜日の11:50~12:20(休館日を除く)

子育てサロン

親子のためのあそび場スペース

利用時間:10時~12時/13時~16時

感染対策をしながら、オープンしています。
制限、お願いなど詳しくはホームページで。 →



月・火(祝日も開所)
あそびの広場 のびのび
対象:0歳児~未就学児

水・木・金・土(祝日は休み)
つどいの広場 どれみ♪
対象:0歳児~3歳児

オレンジカフェ

木曜日(除く第5週)
13:00~15:00
会議室又は地域活動室



健康相談室 月・水・金・日
9:30~15:00

体組成計・血圧は、随時測定
できますのでお気軽に
お越しください!



休館日

毎月第3日曜日 7/21、8/18、9/15

※新型コロナ感染状況によっては、自主事業やイベントを中止・変更させていただく場合がございます。
詳しくは館にご確認いただくか、ホームページをご覧ください。https://www.scn-net.ne.jp/~h_seibu/