

平塚市

# 西部福祉会館だより

2026年  
1・2・3月号



2025年12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。

寒さ厳しい折、皆様お元気でお過ごしのことと存じます。

2026年も西部福祉会館で色々な講座やイベント体操などを行います。心も身体もリフレッシュして健康の維持・向上のお手伝いを致します。是非お誘いあわせて会館にお出かけください！



## 内覧会&会館体験

2/12(木) 10:00~11:30

館内の見学・利用方法の紹介の後、希望者は映像に合わせて行う「からだイキイキ歌謡体操」にお試し参加できます。(当日受付)  
午後はカフェを開催しています

### おすすめ

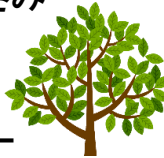
詳細は館内チラシをご覧ください。開催日の1ヶ月前より掲示します。

1/25  
(日)

### 剪定講座



庭木の手入れ、管理の基礎を学びます  
時 間:10:00~11:30 1F 工芸室  
持ち物:筆記用具、軍手、剪定ばさみ  
参加費:無料  
定 員:15名(12/25申込開始)  
講 師:花菜ガーデン ガーデナー



3/22  
(日)

### 名画会「若草物語」



13:15~15:20 多目的ホール 無料  
定員50名(2/22~受付)  
持ち物:上履き、飲み物  
アメリカ小説の名作  
メグ、ジョー、ベス、エイミー 四姉妹の物語  
★コーヒー&チュロスを販売します。

3/23  
(月)

### 健康講座 楽しく食べて健康に！

時 間:13:00~14:30 1F 会議室  
参加費:無料(おみやげ付)  
定 員:25名(1/4申込開始)  
講 師:キューピー講演会事務局  
共 催:旭北地区町内福祉村



2/28  
(土)

### 会館ボランティア説明会

会館と一緒に盛り上げてくださるボランティアさんを募集中。庭のお手入れ、昔遊びなど 内容や参加方法をご説明します  
時間:13:30~14:30 1F 工芸室

2/ 1  
(日)

### 働く人から学ぼう 美容師さんのお仕事



親子向け

仕事のやりがい、楽しさ、大変なことは？  
手先が不器用でも美容師さんになれますか？等  
今回は美容師さんにお仕事のお話を伺います。  
10:30~11:30 小学生と保護者 15組 無料  
※申込制(1/4から、来館又は電話 50-5525)

### フリーマーケット出店者募集

2/22:一般フリマ 3/ 1:子供用品フリマ

- 2/22 1F 会議室 受付1/31まで  
販売物は食品以外の一般品
- 3/ 1 1F 多目的ホール 受付2/14まで  
販売物は子ども用品限定



共通 10:00~14:00 1区画 1.5m×1m  
※詳細は会館にお問い合わせ下さい。

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	1/ 9(金) 1/16(金) 2/ 6(金) 2/20(金) 3/ 6(金) 3/13(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	1/12(月) 2/ 9(月) 3/ 9(月)	10:00~11:30	多目的ホール	300円・上履き、飲み物
チェアリズム エクササイズ	1/14(水) 2/11(水) 3/11(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	1/ 8(木) 2/12(木) 3/12(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	1/ 9(金) 1/23(金) 2/13(金) 2/27(金) 3/13(金) 3/27(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	1/15(木) 2/19(木) 3/19(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	1/21(水) 3/18(水) 2/18(水)	9:15~14:15 12:15~14:15	多目的ホール	無料・上履き、飲み物
モルック	1/29(木) 3/ 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	1/24(土) 2/28(土) 3/28(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	1/14(水) 2/11(水) 3/11(水)	10:00~11:30	地域活動室	無料・上履き、飲み物 (申込制)
名曲でお茶を	1/10(土) 2/14(土) 3/14(土)	14:30~15:45	会議室	参加費100円(申込制) (コーヒー 1杯80円) 申込は前月20日~
足健康体操	3/30(月)	10:00~11:30	多目的ホール	無料・上履き、飲み物 (申込制)

※楽しく体操 ...

水曜日、日曜日の11:50~12:20(休館日を除く)

オレンジカフェ

木曜日

13:00~15:00

会議室又は地域活動室

コーヒー  
紅茶  
80円

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

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 1/18、2/15、3/15

年末年始休館日 12/29~1/3

※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/](https://www.scn-net.ne.jp/~h_seibu/)