

**つるみね西コミセン  
News**

**10月号 2023.10.14 発行 vol.145**

発行：鶴嶺西コミュニティセンター  
発行責任者：早川 正  
茅ヶ崎市萩園 2360-1  
☎0467-83-1211

自治会回覧

**あさ市感謝デー  
12/3(日)10:00～**

昨年好評いただいた【あさ市感謝デー】を今年も開催します！あさ市で使える金券のプレゼント(先着順)や、豚汁無料サービスなどを予定しています。是非遊びに来てくださいね！詳細は来月回覧にて。



**クリスマスコンサート  
12/17(日)13:30～**



1F フリースペースで【聴いて 歌って 楽しむ】クリスマスコンサートを行います。お子様連れも大歓迎！みんなで音楽を楽しみましょう♪約40分間、定員なし。詳細は来月回覧にて。出演/歌：高村明子さん 伴奏：近藤信子さん

**おとなのための おりがみフェス**

9/6(水)、9名の参加者の方達と一緒に“箸袋”と“祝儀袋”を作りました。美しい和紙を使い、華やかな作品が出来上がりました。



参加してくださった皆さま  
ありがとうございました

おりがみの  
カボチャ&オバケに  
顔を描いてあげよう！

描いたらスタッフに見せて  
ハロウィンお菓子を  
もらおう♪



10/28(土)  
&  
10/29(日)  
プレハロウィン  
開催します♪

**11月の予定**

曜日	日にち	時間	イベント名	内容等
★ 日	12(第2)	10:00~13:00	福祉・ランチの集い	お問合せ：鶴嶺西地区社会福祉協議会 <b>★要申込み</b>
★ 水	15(第3)	10:00~11:30	みどりカフェ	お問合せ：包括支援センターみどり Tel84-0775
★ 日	19(第3)	13:30~15:30	市民集会	詳細は各自治会へ
★ 木	30(第5)	10:00~11:00	ツボ押し講座	「腰の痛み」をテーマにした、楽しく・分かりやすい講座。お申し込み不要
木	2/16(第1・3)	10:00~11:00	歌体操教室ねぼし	お問合せ：茅ヶ崎市福祉部高齢福祉課
毎 木	9(第2)	10:00~11:30	健康体操&健康相談会	無料 お申し込み不要
月 水	15(第3)	10:00~13:00	陽だまりの会	お問合せ： <b>★要申込み</b> 陽だまりの会 Tel57-0451/成瀬
水	22(第4)	10:00~11:30	転倒予防教室	お問合せ：茅ヶ崎市福祉部高齢福祉課
水	1/8/15/22/29	9:15~9:25	ラジオ体操	どなたでもお気軽に♪ 一緒に身体を動かしましょう！
毎 金	3/10/17/24	9:00~12:00	金曜サロン	カラオケサロン：3日(第1金曜) お問合せ：鶴嶺西地区社会福祉協議会
週 土	4/11/18/25	9:00~10:30	土曜学習サロン	小・中学生の学習支援 無料
日	5/12/19/26	10:00~ 売り切れ終了	コミセンあさ市	野菜やくだもの他販売 出店者さん募集中！（出店無料）
ミ 火	7/14/21/28	① 9:30~10:30 ② 11:00~12:00	みんなのヨガ	お子様連れの方は①にお越しく下さい 参加費¥100 ヨガマット貸出無料
水 木	1/8/15/22/29 2/9/16/23/30	9:30~12:30	卓球 開放日 バドミントン 開放日	無料・室内用シューズ必須 お申し込み不要

★茅ヶ崎市福祉部高齢福祉課 Tel0467-81-7163  
★鶴嶺西地区社会福祉協議会(水・金 10:00~12:00) Tel0467-73-8280  
休館日：月曜日(月曜が祝日の場合はその翌日) 6/13/20/27