

つるみね西コミセン News

5月号 2025.5.10 発行 vol.164

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



地域のへえ～知らなかった！

ぶらり散歩

穏やかな晴天の中 4/8 に開催されました。



桜が綺麗な本社丘



龍前院の三猿

(茅ヶ崎市文化財に指定)



長善寺 花まつり

(お釈迦様のお誕生日)

甘茶をかけさせていただきました

きました

コミセンで採れた

わたです



種を差し上げます

☆次回 6/10 (火) 開催 浜降祭の歴史を学ぶ (座学)

6月の予定

	曜日 日にち	時間	イベント名	内容等
★	火 10	10:00～11:30	浜降祭の歴史を学ぶ	無料 ★要申込み 詳細は館内掲示をご覧ください
	土 14	11:00～	つどい子ども食堂	★先着 30 名 お問合せ：鶴嶺西地区社会福祉協議会
毎	木 5/19	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
月	木 12	10:00～11:30	健康体操&健康相談会	無料 お申し込み不要
	水 18	10:00～13:00	陽だまりの会	お問合せ：★要申込み Tel090-2432-0574/松尾
	水 4/11/18/25 金 6/13/20/27	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 6/13/20/27	9:00～12:00	金曜サロン	お問合せ：鶴嶺西地区社会福祉協議会 参加費¥50・カラオケ参加費+¥50
週	土 14/21/28	9:00～10:30	土曜学習サロン	無料 小・中学生の学習支援
	日 1/8/15/22/29	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 3/10/17/24	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にお越しください 参加費¥100 ヨガマット貸出無料
ニ	水 4/11/18/25		卓球開放日(毎週水)	無料・室内用シューズ必須
テ	木 5/12/19/26	9:30～12:30	バドミントン開放日(毎週木)	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(ボランティアセンターもこちらへ)

休館日：月曜日 (月曜が祝日の場合はその翌日) 2/9/16/23/30

令和6年度茅ヶ崎市工コ管理賞受賞



花壇の整備・電気代削減を評価していただき、表彰を受けました。(館内に掲示しています)



令和7年度・ツボ押し講座



～本年度も5月より開催～

5月22日(木) 10:00～11:00

「自己指圧」講座(肩首・頭へのアプローチ)

今後の予定

- ☆7月24日(木) 脚(浮腫・膝など)
- ☆9月25日(木) 目や耳(視覚や聴覚)
- ☆11月27日(木) お灸(冷えや腰)
- ☆1月22日(木) 手指
- ☆3月26日(木) 認知症

