

注意:掲載されている団体について、市民活動センターが公証を与えるものではありません。掲載内容についてのお問合せは、直接団体へお願いします。

### 認知症を語る会

認知症の方を介護している仲間と本音で語り合える場所です。

日時:4月5日(金)13:30~15:00

5月3日(金)13:30~15:00

会場:裾野市民文化センター 会議室 31

問合せ:090-1984-9977(事務局杉山)

☆参加は無料・予約も不要です。

☆オンライン(zoom)での参加希望者は

1週間前までにメールにてお申し込みください

bari-pan.7@hotmail.co.jp (長沢)

主催:裾野市介護家族の会

後援:裾野市社会福祉協議会

### 公文名ファイブ 会員募集!

NPO 法人里山会公文名ファイブは、森林整備や田んぼ・畑の耕作などを通じて、里山の資源を「まもり・つかい・まなび」、生物多様性や持続可能な生活を未来へ引き継ぐために活動しています。現在仲間を募集中!

自然相手に楽しく活動しましょう!

◆問合せ

Mail:kumomyo.5@gmail.com

電話:090-7025-6771(志田)

フェイスブック、インスタグラムもご覧ください!



Facebook



Instagram

### ふれあい子どもカレー食堂

諸事情により茶畑団地集会所の事業は3月で終了しました。これまでのご支援に感謝いたします。4月以降は平松公民館にて毎月第4土曜日に実施します。

10:30~ 自由タイム(勉強・ゲーム・外遊び)

12:00~ みんなで会食

13:00 終了

(できれば保護者のお迎えをお願いします)

会費:子ども(~高校生)100円 大人200円

問合せ:090-7858-3376(小野)

\*一緒に活動してくれる中・高校生のボランティアを募集します。

### 映画「一献の系譜」上映会

能登半島地震で甚大な被害に見舞われた造り酒屋などを応援するチャリティー上映会を開催します。能登で日本酒を造り続けてきた「能登杜氏」にフォーカスしたドキュメンタリー映画。経費を除いた全額を石川県酒造組合に寄付いたします。

日時:4月6日(土)開場13:30 上映14:00

場所:裾野市生涯学習センター 学習ホール

主催:一献の系譜上映実行委員会

入場料:大人2000円、高校生以下1000円

問合せ:090-4255-6870(江森)

前売り:みしまや本店・やさい食堂 楽風

### 太極拳教室

当教室は準備体操に養生功(呼吸法の一つ)を用い、より健康に留意しています。

生徒の方は長く続けている方が多く、30年続けている方もいます。練習は3人の講師が親切丁寧に指導しています。

是非、一度見学にいらして下さい。

裾野市民体育館 水曜13:30~15:00

静岡県中国武術協会 代表 桐山賢信

[公式HP] <https://jikyosshizuoka.com>

[問合せ] 992-2626(渡辺)

不在時は留守電へ

### アイリッシュハープ演奏とお話

裾野市文化協会では2024年度文化講演会を開催します。

演題:「愛と優しさで人は育つ」

講師:永山友美子様

(東京都在住のアイリッシュハープ奏者)

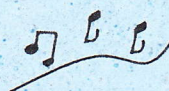
日時:4月6日(土)10:30 開演予定

(文化協会総会終了後に開演)

会場:裾野市民文化センター多目的ホール

どなたも入場無料・自由席 ※楽しいトークとアイリッシュハープの演奏をお楽しみください。

問合せ:090-1781-4185(大島茂)



## 楽しく終活を考える会

終活・・・考えなくては、行動しなくてはと  
思っているけど、じゃあ具体的に何をすれば  
いいの?そんな悩みを解決しましょう。  
1年を通して講座形式で、終活を学んで  
行きませんか?

日時:毎月第三(水) 10:00~12:00 前  
会場:裾野市深良2482(宗)文明寺  
問い合わせ:055-992-0780  
kayoko08311963@gmail.com

主催:楽しく終活を考える会

## ラフターヨガでリラックス!

お疲れの心と身体を、リラックス・リフレッシュ  
してみませんか?おずかしいポーズはいりま  
せん。呼吸に意識を向けるだけで大丈夫で  
す!

- ①幸せ笑いヨガ教室:4/13(土)、4/21(日)  
10:00~11:10 市民文化センター和室
- ②ナイトラフターヨガ:4/10(水)、4/24(水)  
19:00~20:00 東地区コミュニティセンター
- ※①②の詳細は090-6092-8524(服部)まで
- ③笑って笑って脳リフレッシュ講座:6/13(木)~  
10:00~11:10 生涯学習センター
- ※③の申し込みは生涯学習センターまで

## ふれあいヨガ、ストレッチ教室

呼吸と共にゆっくり身体を動かしてみませんか?  
ご自身の心と身体を知る事が出来ますよ。  
現在、子育て中の方~親子~70代の方  
まで年齢を問わず参加されています。是非、  
一度体験してみてください。

日時:毎月第1・3・5土曜日  
10:00~11:30 基礎ヨガとストレッチ  
13:00~14:30 らくらくヨガとストレッチ

場所:堰原公民館2階  
参加費:無料(予約不要)  
服装:動きやすい服装・飲み物持参  
連絡先:090-4860-4399(まゆみ)



## ZUMBA で楽しくエクササイズ

ラテン系の音楽を中心に世界各国の音楽に  
合わせてみんなで楽しく踊りましょう。  
真似するだけで簡単!誰でも楽しめます。  
運動不足解消、健康増進、ストレス発散。  
予約不要、直接会場にお越しください。

日時:第2・第4木曜日 11:00~11:50  
場所:裾野市民体育館多目的ルーム  
料金:500円  
講師:くみくみ(飯樋久美)  
主催:くみZUMBAさーくる  
持ち物:室内シューズ、飲み物、タオル  
問合せ:kothita9393@gmail.com

裾野市市民活動センターでは、様々な方法で市民活動情報を発信しています。  
情報を発信したい方、ぜひ一度ご相談ください。

### やってるよ～通信

- ・ボランティア募集や市民活動への  
参加機会の情報を掲載
- ・年10回発行・市内全区回覧



### Lo-bee(ロビー)

- ・地域活動や市民活動の紹介
- ・年4回発行・市内全区回覧



### Facebook

- ・イベントや講座の情報、  
団体の活動情報などを随時発信



### S-Mail(スマイル)

- ・イベントや講座の情報などを  
登録者にメールでお知らせ

