

裾野市市民活動センター

## やってるよ～通信 No.30

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:3月1日(金)13:30~15:00

4月5日(金)13:30~15:00

会場:裾野市民文化センター 31 会議室

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でお申込みください

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



親子体験プログラム

## 飾り巻き寿司を作ってみよう!

親子と一緒にキャラクターの飾り巻き寿司を作って、モノ作りの楽しさや子どもたちの感性を育みましょう!大人のみの参加も可

[日時]3月16日(土)10:30~12:00

[場所]裾野市民文化センター3階31会議室

[料金]受講料500円/親子1組2名  
材料費1,300円

[講師]松井 亮子

[持ち物]エプロン、ラップ、  
三角巾、持ち帰り用容器

[主催・問合せ]

裾野市民文化センター 055-993-9300



HP

## ほっとスペースでほっと一息

あなたが安心してゆっくりと居られる場所を作りました。お話したい方、ほっとして休みたい方、どなたでもお気軽にお越しください。お茶を用意してお待ちしております。

日時:毎月 第3土曜日 10:00~12:00

会場:裾野市福祉保健会館 3階会議室

※休館日ですが、休日入口から

お入りください

※予約は不要です

問合せ:傾聴ボランティアほっとスペース

♡みみい 090-9929-4144(横山)



親子体験プログラム

## 子育てひろば にじの森



子育て中のママや家族が、気軽に参加でき、ゆったりと過ごすことのできるお部屋です。一緒に楽しく遊みましょう!子育て中の悩み事、聴いて欲しい事なども、遠慮なくどうぞ。

[日時]3月14日(木)10:00~12:30

[場所]裾野市民文化センター2階21・22会議室

[定員]20組 [参加費]500円(1家族)

[対象]乳児~幼児

[講師]中村 志穂子・横山 恵美

[持ち物]水分、タオル※昼食持ち込み可

[主催・問合せ]

裾野市民文化センター 055-993-9300



HP

## 家庭料理をちょっと贅沢に! ふるさと料理 A

日常の調理が楽しくなる、季節に合った料理を、一緒に学びませんか?季節の旬の食材を使い、講師の清水先生が考案するオリジナルの献立を、グループごと、みなさんと一緒に作って食します。

講師:清水 光子氏(千福が丘在住)

活動日時:毎月第2水曜日 9:00~12:00(年10回)

活動場所:裾野市生涯学習センター2階調理室

会費:年11,000円(10回分、年度の初回に一括納入)

連絡先:055-997-2859(横山)



～体験会のお知らせ～

3月13日(水)に、料理体験会を行います。参加費1,100円

参加ご希望の方は3月10日(日)までに055-997-2859(横山)

までご連絡ください。皆さまのご参加をお待ちしております。



## ふれあい子どもカレー食堂

子ども達と地域の皆さんとの居場所作りの場です。一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

- 茶畑団地集会所(毎月第2土曜日)  
15:00～自由タイム(勉強・ゲーム・外遊び)  
16:00～(手作りカレー弁当渡し)
  - 平松公民館(毎月第4土曜日)  
15:00～自由タイム(勉強・ゲーム・外遊び)  
17:00～グループ会食。17:30 終了  
(保護者のお迎えをお願いします)
- 会費:子ども 100円 大人 200円  
対象:裾野市東地区の子ども(高齢者も可)  
問合せ:090-7858-3376(小野)

## ラフターヨガでリラックス!

コロナ禍で疲れた心と身体を、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:3/16(土)、3/24(日)  
10:00～11:10 裾野市民文化センター和室
  - ② ナイトラフターヨガ: 3/13(水)、3/27(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:3/14(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

## 文明寺 写経会 温和会

〈写経会〉…般若心経を中心に意味の解説から写経、心を静かにして自分と向き合う時間を持ちませんか?

〈温和会〉…仏様の、心がほっこり温まるお話をしています。

開催日時…毎月第一金曜日  
10:00～11:40  
開催場所…裾野市深良 2482(宗)文明寺  
問合せ …055-992-0780

※参加費無料です



## 第35回 男性介護者交流会

介護中の男性の皆さん!本音で介護の話をしてませんか? 医療・介護・福祉の専門職も参加しています。

日時: 3月23日(土) 13:30～15:30  
会場: 福祉保健会館2階老人福祉センター  
申込: 090-1984-9977(事務局杉山)  
☆2日前までにお申し込みください  
☆オンライン(zoom)でも参加可。  
希望者は1週間前までに  
bari-pan.7@hotmail.co.jpへ  
メールでお申し込みください。  
主催: 裾野市介護家族の会

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

