

しっかり食べよう！健口教室

65歳以上の方で口腔や栄養の状態に不安のある方や、口腔や栄養のことを学んで健康維持をしたい方などを対象に健口教室(全6回)を開催します。

回	日・場所	内容	
第1回	10月6日(金) 役場4AB 特別会議室	口腔	・個別検査、口腔体操
		栄養	・食品群チェック表について
第2回	10月16日(月) 役場1A会議室	口腔	・しっかり食べられる口の機能
		栄養	・老化予防は食事から 健康長寿の秘訣
第3回	10月23日(月) 役場1AB会議室	口腔	・口腔機能を高めていきいき健口生活
		栄養	・バランスの良い食事 ・認知症予防のための料理プログラム
第4回	11月2日(木) 町民文化センター 2階 調理室	口腔	・口腔ケアのチェックポイント
		栄養	・調理実習
第5回	11月9日(木) 役場4AB 特別会議室	口腔	・口の中の力持ち「舌」の働きについて
		栄養	・10の食品群を手軽に食べるコツ
第6回	11月24日(金) 役場1AB会議室		・個別検査 ・まとめ

時 間 13:30～15:30 ※第4回は調理実習のため、10:00～14:00

講 師 歯科医師、歯科衛生士、管理栄養士など

申込期限 10月5日(木)

申し込み・問合せ 町地域包括支援センター TEL83-1191

(仮称)松田町民文化センターに関する協議会の委員募集

町では、築後35年を経過した松田町民文化センターの賑わいを復活させるため、従来担ってきた文化、芸術、交流に、スポーツや未病改善といった新たな機能を加える整備を実施します。整備後の施設運営や活用について検討する協議会の委員(文化・芸術分野)を次のとおり募集します。

募集人数 若干名(2人以内) 会議回数 平日昼間で年4回程度を予定

応募方法 所定の応募用紙(政策推進課窓口にて配布します)と1,000字以内の小論文「松田町民文化センターにおける文化・芸術の振興について」を持参もしくは郵送してください。

募集期限 9月20日(水)必着 選考方法 提出書類による書類選考

報 償 等 町の関連する例規に準じて支給

申し込み・問合せ 政策推進課 経営戦略係 TEL83-1222

全国一斉「高齢者・障害者の人権あんしん相談」強化週間

高齢者や障がい者をめぐるさまざまな人権問題の解決を図るため、強化週間を実施します。相談は無料、秘密は厳守します。一人で悩まず電話してください。

期 間 9月4日(月)～10日(日)

受付時間 8:30～19:00 ※土曜日・日曜日は10:00～17:00

電話番号 全国統一ナビダイヤル TEL0570-003-110

問 合 せ 横浜地方法務局 人権擁護課 TEL045-641-7926

膝痛・腰痛予防のための 筋力トレーニング教室 参加者募集

日 時 初回9月28日(木) 毎週木曜日 全16回
9:00～10:00 ※受付9:00～

場 所 町民文化センター 1階 展示ホール

内 容 ストレッチを主体とした筋力トレーニング

講 師 浅間 成敏さん、北村 真由美さん

対 象 65歳以上の方(今まで参加したことがない方)

持 ち 物 汗拭き用タオル、飲み物、運動ができる服と室内履き

そ の 他 初回と最終回には体力測定があります

申込期限 9月27日(水)

申し込み・問合せ 町地域包括支援センター TEL83-1191



こころと身体の健康DO(度)アップエクササイズ

パペット(中に手を入れて動かす人形)を使った楽しいプログラムや、誰でもどこでも取り組めるまつだ健康体操を紹介します!

日 時 9月19日(火) 10:00～11:30

場 所 宇津茂地域集会施設

講 師 かながわ健康財団 高垣 茂子さん 健康運動指導士

ICE 教育研究所 浜田 駒子さん

持 ち 物 タオル、飲み物

申し込み・問合せ 松田町健康福祉センター TEL84-1195

子育て健康課 健康づくり係 TEL84-5544

西湘地区障がい者就職面接会

就職を希望している障がいのある方と企業の面接会を開催します。

日 時 10月6日(金) 13:00～16:00(開場12:30)

場 所 平塚総合体育館(平塚市大原1-1)

持 ち 物 障害者手帳(身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳)、手帳のコピー、履歴書

※障害者手帳のコピーと履歴書は、面接する企業に応じて複数ご用意ください

申込期限 9月27日(水)

申し込み・問合せ 松田公共職業安定所 求人・専門援助部門 TEL82-8609

家庭教育学級の一般公開 ～ゆるめて楽々(らくらく)ピラテス～

寄小中学校PTAが公開します。寄中学校へどうぞおでかけください。

日 時 10月1日(日) 13:30～15:30

場 所 寄中学校屋内運動場(2階アリーナ)

内 容 ピラテス 「体幹トレーニング」

講 師 フィットネスインストラクター 小池 美穂子さん

持 ち 物 室内履き(活動中は素足)、汗ふきタオル、ヨガマットかタオルケットか毛布、動きやすい服装

問 合 せ 寄中学校 TEL89-2234

第35回 町民親睦インディアカ大会参加チーム募集

当日はどなたでも参加可能な体験会も開催します。体験会は申し込み不要ですので、室内履きを持って、町体育館へお集まりください。

日 時 10月22日(日) 開会式9:00～ 体験会10:00～11:00

場 所 町体育館

対 象 者 町内在住、在勤、在学の方(小学生以上)

登 録 ・自治会や町内事業所単位でチーム編成してください。

・単独でチーム編成できない方は、隣接自治会や各種グループの編成も可能です。

・チームで参加できない方で参加してみたいという方は、事前に体育協会へ連絡してください。

試合方法 試合は5人対5人で行います

※中学生以上70歳未満の男子は1チーム2人までとします

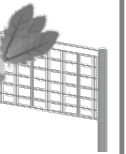
申込期限 9月27日(水)

申し込み・問合せ 町体育協会(町体育館内) TEL/FAX83-6600

(月曜～金曜9:00～17:00)

E-mail matsuda.taikyo@kza.biglobe.ne.jp

※自治会チームは、地区スポーツ員まで



商店街インバウンド セミナー&講習会のご案内

町の商店街に外国人観光客を呼び寄せるアイデアや取り組み事例を紹介します。参加費無料です。

※インバウンド：訪日外国人観光客の誘致

日 時 9月20日(水) 14:00～17:00

場 所 足柄上商工会 2階 会議室

講 師 ネパール大使館公式通訳 ジギャン・クマル・タパさん

定 員 30人

申込期限 9月15日(金)

申込方法 下記アドレスにメールでお申し込みください

machizukuri-shoryu.tn8b@pref.kanagawa.jp

問 合 せ 県産業労働局 中小企業部 商業流通課 TEL045-210-5612



子どもの館「へんなへいわがやってきた！」

子どもの館に絵本作家の大友 剛さんと詩人のアーサー・ビナードさんがやってきます!当日は朝10時から子どもの館の前でバザールも開催しています。ぜひご参加ください。

日 時 9月23日(土・祝) 14:00～16:30

場 所 西平畑公園内 子どもの館

内 容 ・大友 剛さんによるショータイム(マジック・絵本など)

・詩人アーサー・ビナードさんによるお話し など

参 加 費 大人 当日2,000円/前売り1,500円 学生 1,000円

小学生以下1名同伴可 2人目以降は1人500円

※駐車料 500円が別途かかります

定 員 80人(先着順)※前売り優先です。売り切れ次第終了します

申し込み・問合せ つなぐみらいまつだラボ TEL82-8163