

ママと子どものためのセミナー

【ベビーマッサージ】

お母さんが赤ちゃんの目を見つめ、語りかけながら接することで、赤ちゃんもお母さんも情緒が安定すると言われています。マッサージを通して、ママと子どもでスキンシップを楽しみましょう。

【骨盤底筋体操】

骨盤底筋が出産などの原因で弱くなってくると、姿勢の悪化や腰痛など、日常生活に支障があることがあります。体操を通して、美しい姿勢や健やかな身体づくりをしませんか。

	①ベビーマッサージ	②骨盤底筋体操
日 程	3月1日(木)	3月7日(水)
時 間	10：00～11：30 ※受付9：45～	
場 所	健康福祉センター 2階 機能訓練室	
講 師	助産師 おさき かずよ 尾崎 和代さん	健康運動指導士 すずき きくろ 鈴木 菊恵さん
対 象	3～7か月くらいのお子さんとお母さん	産後12か月までのお母さん
持 ち 物	バスタオル、飲み物	上履き、フェイスタオル、飲み物、動きやすい服装
申込期限	2月27日(火)	3月2日(金)

※託児が必要な方は、事前にお申し出ください

申し込み・問合せ 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

ファミリー・サポート松田おためし託児のご案内

ファミリー・サポート制度をまだ利用したことがない方を対象に、おためし託児を行います。託児は登録をしている支援会員リーダーさんが、1対1で大切にお預かりいたしますのでご安心ください。

日 時 2月6日(火)～3月20日(火)のうち1日
10：00～12：00 (9：50までにお越しください)
※土日・祝日や支援センターのイベント時は除く

場 所 町子育て支援センター内 フリースペース

内 容 通常2時間1,400円のところ800円にて、お子さんをお預かりします。

対 象 生後4か月～未就園のお子さん
利用時に会員登録(無料)が必要です。

そ の 他 お子さん1人につき1回までです。おためし託児については、兄弟姉妹割引はできませんのでご了承ください。

申込期限 ご利用希望日の5日前(受付時間 9：00～17：00)

※申し込み状況によってはご希望に添えない場合もあります

申し込み・問合せ ファミリー・サポート松田 TEL83-3123

路面の凍結に注意

降雪時や路面凍結時に車を運転する方は、速度を十分に落とし、必要に応じタイヤチェーンや冬用タイヤ(スタッドレスなど)を使用するなど、安全運転を心掛けてください。

問 合 せ まちづくり課 整備係 TEL84-1332



第2回 英会話スキルアップ講座 ～地域の魅力を、英語でどう伝えるか～

日 時 2月11日(日) 10：00～12：00

場 所 町民文化センター 3階 大会議室

講 師 ミラー・ウェインさん

対 象 英会話、観光ボランティア、国際交流事業に関心のある方

定 員 40人(先着順)

申込方法 氏名、住所、電話番号、メールアドレス、この講座に期待することをご記入の上、メールかファックスでお申し込みください。

主 催 松田町

申し込み E-mail matsuda@kifjp.org FAX046-858-1210

問 合 せ かながわ国際交流財団 TEL046-855-1820 (担当：広崎 ひろさき)



国際交流事業推進組織 立ち上げのための勉強会 第6回 「在住外国人によるイベントいろいろ」

日本で暮らすネパールの人たちの活動を中心に在住外国人の活動について知り、町の国際交流事業との連携の可能性を探ります。

日 時 2月19日(月) 18：30～20：00

場 所 役場 4階 4AB特別会議室

講 師 かながわネパール人コミュニティ会長 サプコタ・ドルラズさん

対 象 国際交流事業に関心のある方

定 員 40人(先着順)

申込期限 2月13日(火)までに電話かメールでお申し込みください。

申し込み・問合せ 政策推進課 経営戦略係 TEL83-1222

E-mail matsuda@kifjp.org

※件名を「第6回勉強会申し込み」としてください

自衛官候補生の募集受付

応募資格 18歳以上27歳未満の方

受付期間 年間を通じて行っております。

そ の 他 試験日、合格発表、入隊時期などについては、下記まで問い合わせください。

問 合 せ 自衛隊神奈川地方協力本部 小田原地域事務所 TEL24-3080
(小田原市栄町1-14-9 NTビル 3階)

予備自衛官補の募集受付

応募資格 一般 18歳以上34歳未満の方

技能 18歳以上で国家免許資格などを有する方
(資格により53歳未満～55未満の方)

試験期日 4月14日(土)～18日(水)のうち1日を予定

受付期限 4月6日(金)

そ の 他 受験、合格発表、入隊時期などについては、下記まで問い合わせください。

問 合 せ 自衛隊神奈川地方協力本部 小田原地域事務所 TEL24-3080
(小田原市栄町1-14-9 NTビル 3階)

カイロプラクティック体験講座 参加者募集 ～骨盤体操で姿勢を整えましょう～

日ごろ、皆さんを悩ませているむくみや冷え・・・実は、体のゆがみが原因になっていることが多いのをご存じですか。

カイロプラクティックについて学び、体のゆがみを整える骨盤体操を体験します。お友達同士誘い合ってご参加ください。

日 時 2月16日(金) 19：00～20：30

場 所 町民文化センター 1階 展示ホール

内 容 カイロプラクティックについてのお話しと骨盤体操

講 師 カイロプラクティック&エステ レンゲ 院長 遠藤 えんどう 広子さん

定 員 20人(先着順)

持 ち 物 ヨガマットまたはバスタオル、フェイスタオル、水分補給用の飲み物、動きやすい服装



参 加 費 無料

申し込み・問合せ 教育課 生涯学習係 TEL83-7021

地域のささえあい 「生活支援サポーター」養成講座の開催

地域で、ちょっとした支援を必要としている方のお手伝いをしたい気持ちのある方、また、お手伝いしてくださる方のための講座を開催します。ぜひ、ご参加ください。

【ボランティアの内容】

朝のゴミ出し、電球交換、移送サービス(通院)の同乗など、簡易な生活支援活動

日 時 2月27日(火) 13：30～15：30

場 所 町健康福祉センター 2階 機能訓練室

講 師 町社会福祉協議会 職員など

対 象 町内在住で、ボランティア活動に興味のある方

持 ち 物 筆記用具

参 加 費 無料

申込方法 2月23日(金)までに問合せ先に電話でお申し込みください。

問 合 せ 町社会福祉協議会 TEL82-0294

第5回 アシガラマルシェ開催

足柄の自然の中、川辺で過ごす「おそとの1日」にぜひご参加ください。詳しくは公式ブログ(<http://ashimaru.org/>)をご覧ください。

日 時 2月4日(日) 10：00～16：00 ※雨天決行

場 所 酒匂川健康ふれあい広場(町健康福祉センターそば)

内 容 各種ワークショップ、キッチンカー、クラフトショップなど

主 催 特定非営利活動法人 松田活性化協会

後 援 松田町・南足柄市・中井町・大井町・山北町・開成町

問 合 せ アシガラマルシェ実行委員会 TEL080-4478-2644 (担当：草柳 くさやなぎ)

E-mail ashigara.marche@gmail.com