

明記のないものは… ●先着順 ●申し込み不要●午前8時30分から受け付け●費用は無料●持ち物はお問い合わせください

4・5面にも掲載あり

秋葉台文化体育館

◆湘南ベルマーレフットサルクリニック2026 5月2日(土)午後1時30分～3時。小学生50人。費900円。

◆骨盤底筋体操(1) 5月7日～6月25日毎週木曜日午後1時45分～2時45分、全8回。高校生以上の方15人。費6700円。

◆脂肪燃焼エクササイズ(1) 5月8日～6月26日毎週金曜日午後7時30分～8時30分、全8回。高校生以上の方20人。費6700円。

◆未就園児親子リトミック(1) 5月11日～6月29日(5月18日、6月15日を除く)毎週月曜日午前9時30分～10時30分、全6回。2～3歳児と保護者12組。費5100円。

◆フラダンス 5月13日～7月1日毎週水曜日午後1時15分～2時45分、全8回。高校生以上の方20人。費6700円。

◆小学生トランポリン体験3～6年生 5月1日～29日(15日を除く)毎週金曜日午後5時～6時、全4回。市内在住・在学の小学3～6年生20人(抽選)。費3000円。

◆オープン教室 水中運動・ウォーキング 4月7日～28日毎週火曜日午前10時30分～11時30分。各日20人。費300円(入場料別途)。

◆サイクルオープンDay 4月5日(日)午前11時～午後3時。雨天中止。駐車を自転車の練習場所として提供します。小学3年生以下は保護者同伴。費200円。

◆秋葉台文化体育館オープン教室 ☆朝のリフレッシュヨガ…4月6日(月)、13日(月)、27日(月)午前9時30分～10時40分。各日25人。☆ダンスフィットネス…4月7日(火)、14日(火)、21日(火)午前9時30分～10時40分。各日35人。☆ピラティス…4月7日～28日毎週火曜日午後1時30分～2時40分。各日30人。☆ボディシェイプ…4月8日(水)、15日(水)、22日(水)午前9時30分～10時40分。各日40人。☆夜のリフレッシュヨガ…4月2日～23日毎週木曜日午後7時30分～8時30分。各日30人。☆ヨガベーシック…4月17日(金)午前9時30分～10時40分。30人。☆パラランスヨガ…4月4日(土)、18日(土)午前10時～11時。各日30人。☆エンジョイエアロ…4月4日(土)、18日(土)午前11時15分～午後0時15分。各日20人。費1回500円。



◆秋葉台文化体育館オープン教室 ☆朝のリフレッシュヨガ…4月6日(月)、13日(月)、27日(月)午前9時30分～10時40分。各日25人。☆ダンスフィットネス…4月7日(火)、14日(火)、21日(火)午前9時30分～10時40分。各日35人。☆ピラティス…4月7日～28日毎週火曜日午後1時30分～2時40分。各日30人。☆ボディシェイプ…4月8日(水)、15日(水)、22日(水)午前9時30分～10時40分。各日40人。☆夜のリフレッシュヨガ…4月2日～23日毎週木曜日午後7時30分～8時30分。各日30人。☆ヨガベーシック…4月17日(金)午前9時30分～10時40分。30人。☆パラランスヨガ…4月4日(土)、18日(土)午前10時～11時。各日30人。☆エンジョイエアロ…4月4日(土)、18日(土)午前11時15分～午後0時15分。各日20人。費1回500円。



秋葉台公園プール

◆個人スイムレッスン 4月1日(水)～29日(水)。※1回45分。費2500円。4月21日～2027年3月30日原則毎週火曜日午後2時から来館可也。

◆年中・年長スイム2026年間クラス 4月21日～2027年3月30日原則毎週火曜日午後4時～4時45分、全36回。市内在住・在園の年中・年長児15人(抽選)。費4万4400円。

◆小学生スイム2026年間クラス 4月21日～2027年3月30日原則毎週火曜日午後5時～6時、全36回。市内在住・在学の小学生24人(抽選)。費4万4400円。

◆短期集中100分レッスン年中・年長バタ足クラス 5月10日～31日毎週日曜日午前9時30分～11時20分、全4回。けのびやバタ足をしたい、5秒程度息を止めて浮くことができる年中・年長児3人。費1万300円。

◆短期集中100分レッスン小学生ロールクラス 5月10日～31日毎週日曜日午後1時～2時50分/午後3時～4時50分。ともに全4回。10秒程度息を止めてバタ足ができる小学生各3人。費1万300円。

◆短期集中100分レッスン小学生ウォーキング 4月7日～28日毎週火曜日午前10時30分～11時30分。各日20人。費300円(入場料別途)。

◆大人のピラティス教室体験会 4月11日(土)、18日(土)、25日(土)正午～午後0時50分。アサントスポーツパーク(県立スポーツセンター)。背骨や骨盤に焦点をあてたエクササイズ。講師=飯田理香氏。成人。4月1日(水)～20日(月)に善行大越スポーツクラブの併設から。同クラブ(77)5345またはスポーツ推進課。

太陽の家体育館

◆スポーツ体験会 4月4日(土)午後1時30分…シャフルボード・ポッチャ。5日(日)午前9時…フライングディスク・ダーツ。6日(月)午後1時30分…卓球。11日(土)午前9時…サウンドテーブルテニス。12日(日)午後1時30分…シャフルボード・ポッチャ。18日(土)午前9時…シャフルボード・フライングディスク。19日(日)午前9時…フロアバレーボール。20日(月)午後1時30分…卓球。25日(土)午前9時…サウンドテーブルテニス。26日(日)午前9時…ローリングパレーボール。29日(水)午前9時…シャフルボード・ダーツ。30日(木)午後1時30分…ダーツ・ポッチャ。市内在住または本市に隣接する市町在住・在勤・在学の障がいのある方、参加者の補助ができる方各回40人。

SPORTS LIFE スポーツライフ

特集 これからの地域福祉の推進について

地域福祉とは、住民、行政、福祉関係者が協力し、地域全体で困りごとを解決する仕組みや活動のことです。少子高齢化や地域のつながりの変化により、個々の課題は複雑化し、専門機関だけでは対応が難しくなっています。そのため、地域全体で支え合う「地域福祉」がますます重要になります。

取り組み 1 地域の福祉相談支援機能の強化

福祉や保健のことでお困りの方が、身近な場所で支援を受けることができるよう、相談できる仕組みを整え、地域での「顔の見える関係づくり」を強化します。

市民センターの福祉機能が充実します

各地区の拠点として、困り事の相談や解決ができる場にするために2026年度から8地区の市民センター(村岡、片瀬、鶴沼、明治、湘南大庭、六会、善行、湘南台)に、福祉担当職員を配置します。

福祉担当職員は何をする人? 福祉や保健の相談内容に応じた各種制度の案内のほか、困り事の解決のために、福祉の専門職や事業所、地域で活動をしている個人・団体、地元企業と連携した地域づくりに取り組みます。

※市民センターへの福祉担当職員の配置に伴い、湘南台市民センター内の北部福祉総合相談室は25年度末をもって閉室します

藤沢市民センターに地区福祉窓口を設置します

5月1日に藤沢市民センター内に地区福祉窓口を開設します。地区福祉窓口では、市の福祉関連の各種申請手続きの受け付けや各種制度の案内のほか、サービス提供の連絡調整を行っています。今回の開設によって、市内13地区の全ての市民センターと石川分館で、地区福祉窓口を利用できるようになります。

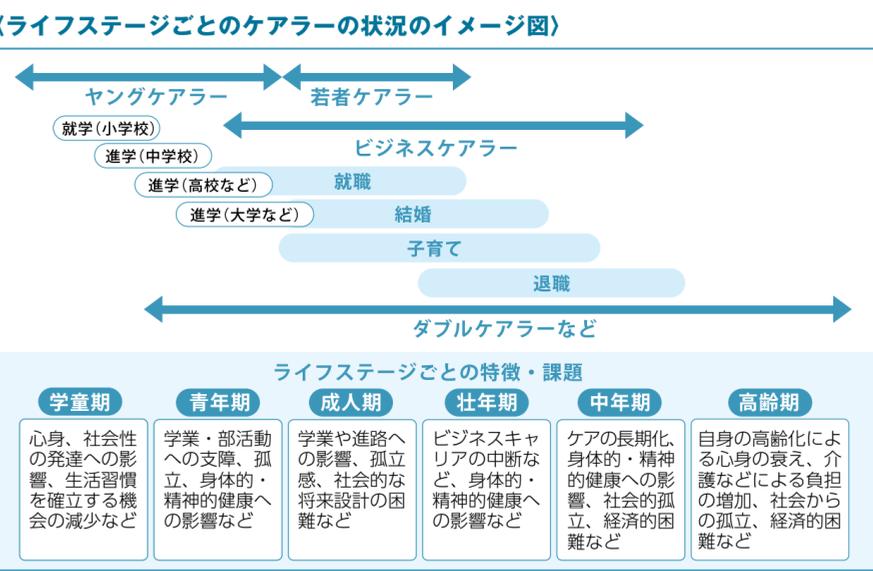
取り組み 2 ケアを担う人(ケアラー)が自分らしく暮らせる藤沢へ

藤沢市ケアラー支援推進計画の策定

市では、24年12月に「ケアをされる人もする人も自分らしい生き方ができる藤沢づくり条例」を制定し、26年3月にケアラー支援を計画的に実施するため、「藤沢市ケアラー支援推進計画」を策定しました。相談窓口の充実や早期発見の仕組みづくりのほか、広報・啓発、人材育成などを通じて、ケアラーと家族が安心して暮らせる地域を目指します。

いつ、どのようなケアラーに?

人生のライフステージにおいて、ケアラーの役割や状況は大きく変化します。ケアラーの役割は特定の年齢層に限定されるものではなく、人生のあらゆる段階でその姿を変えながら存在しています。ライフステージの特徴や課題を理解し、予防と早期発見に努めることが重要です。



取り組み 3 終活に関する事業

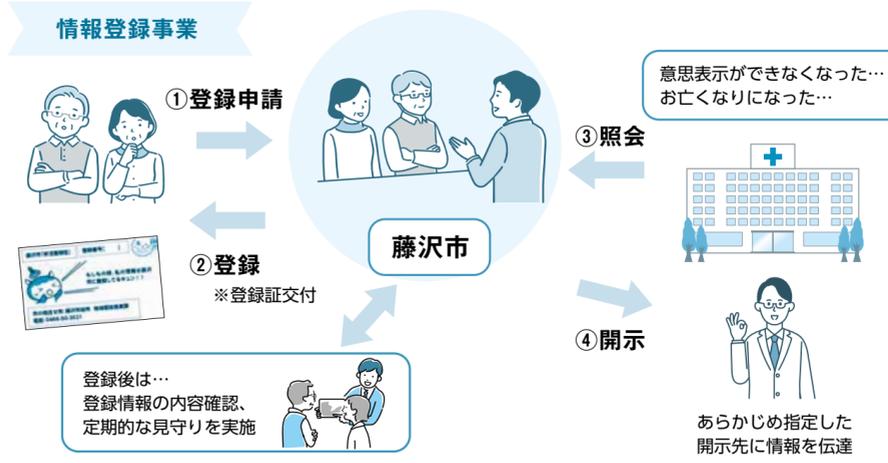
「終活」は、最期まで自分らしく暮らすための前向きな準備です。思いや希望を整理することで、万が一のときに、自身の意思が尊重されるだけでなく、家族の精神的・事務的負担も大幅に軽減します。

終活に関する相談を受け付けます

4月1日から保健や福祉に関する総合相談窓口である福祉総合相談支援センター(地域福祉推進課内)で、終活に関する相談を受け付けます。終活に関する不安を聞き取り、課題を整理しながら必要な活動を一緒に考えていくための窓口です。

「情報登録事業」を開始します

緊急連絡先やかかりつけ医などの情報を事前に登録することで、市が情報を保管し、万が一のときに、事前に指定した医療機関などからの照会に応じて、登録した情報をお伝えするものです。登録した方には終活情報登録証をお渡しします。※5月中の開始を予定しています。



笑顔咲く! ここから始める春の終活フェスティバル

自身や身近な家族、大切な人との将来やこれからの生活について、前向きに考える機会の最初の一步になるよう、入門講座や各種ブースなどを設置します。※内容など詳細は市の併の地域福祉推進課のページへ

取り組み 4 つながりサポーター養成講座の実施

孤独・孤立問題の対策として、誰一人取り残さない藤沢市に向けて、「つながりサポーター養成講座」を実施します。この講座は、身の回りの人に関心をもち、日常での気づきや声かけなどの意識づけを促すことで、誰もが声を上げやすい社会環境をつくっていくことを目的としています。どなたでも受講でき、自治会・町内会などの地域団体、職域団体・企業などの研修で行うことも可能です。開催の相談などについては、地域福祉推進課にお問い合わせください。

取り組み 5 住まいに関する相談

家賃の支払いが難しい、住む場所を失いそうなど、どこに相談したらいいかわからない困り事を抱えている方を対象に、地域福祉推進課で相談をお受けしています。