



シニアから始める健康づくりへの取り組みに



閩地域包括ケア推進課 ☎(235)4950

健康講座

閩健康推進課 ☎(235)7880



水中パワーウォーク教室(全6回)

水中器具を使ってウォーキング。心と体のパワーアップを目指します。
10月19日～11月30日の毎週(水)11月23日(祝除く)13時30分～15時 高座施設組合屋内温水プール(本郷20-1) 市内在住の方定15人 費無料 申電話で地域包括ケア推進課へ。9月15日(木)締め切り 他初めての方優先。応募多数の場合は抽選



高齢者生きがい教室「彩画と書教室」(全5回)

色紙に絵と書をのせて、作品作りを楽しみましょう。
10月6日～11月3日の毎週(木)13時30分～15時30分 第一高齢者生きがい会館 市内在住の方60歳以上で、全5回参加できる方定10人 長坂喜美子氏(はがき絵講師 費1500円) 材料費 罫墨汁・中筆・雑巾 申往復はがき(1人1枚に、教室名・住所・氏名・年齢・電話番号を、返信用表面に住所・氏名を記入し、〒243-0410 杉久保北2-3-4 第一高齢者生きがい会館「生きがい教室係」へ。9月15日(木)必着 他応募多数の場合は抽選。詳細は、海老名市シルバー人材センター(☎237-3001)へお問い合わせください



大好きおやつ講座

お子さん向けのおやつを作ります。試食あり。
10月8日(土)9時45分～12時 場えびな市民活動センタービナレッジ 市内在住の方定先着12人 費300円(食材代) 食生活改善推進団体えびな会 9月2日(金)から、電話または直接健康推進課へ。26日(月)締め切り 他2歳以上、若干名の託児あり。要予約。駐車場の利用は有料です

体力に自信がある人向けの未病講座

◆徹底的に脂肪燃焼
音楽に合わせて全身を使った有酸素運動をします。
10月18日(火)
◆家でも実践できる自重トレーニング
器具を使わずにできるトレーニングを紹介。日々の健康管理に役立ちます。
10月31日(月)
※共通事項
9時30分～11時30分 場えびな市民活動センタービナスポ 市内在住・在勤の方定先着20人 吉川麻美氏(フィットネスインストラクター) 費無料 9月12日(月)から、電話で健康推進課へ他駐車場の利用は有料です



えびな市民まつりボランティアスタッフ

閩えびな市民まつり実行委員会事務局(市民活動推進課内) ☎(235)4794 函(231)2670



11月に2日間開催する「えびな市民まつり」の、運営補助のボランティアスタッフを募集します。どちらか1日でも可能です。
11月19日(土)11時30分～17時・20日(日)9時30分～17時 場海老名運動公園 市内在住・在勤・在学の高校生以上の方定各日50人

EBI-LOG エビ・ログ



駅チカの海老名駅駅間地区で気軽に健康相談

ピナガーデンズパーチにEbina Wellness「びなウェル」がオープンしました。体の調子や、同フロアにある「未病センターえびな」での健康測定結果など、さまざまな相談に訪れていました。

恒久平和に願いを 戦没者追悼式



海老名市平和月間に合わせて行った戦没者追悼式に約200人が参列しました。厳粛な雰囲気の中での献花、平和を願う合唱があり、思い思いの祈りを捧げていました。



第24回文化財

国分寺の銅鐘

銅鐘は、正応5(1292)年、海老名氏一族の国分季頼源季頼から国分尼寺に寄進された。作者は、鎌倉市円覚寺の鐘も手掛けた鑄物師の物部国光。鎌倉に幕府があった時代、市域には海老名氏の所領があった。この頃の国分寺や尼寺はかつての荘厳な構えはなく、現在の海老名小学校東側の、上の台と呼ばれる高台に薬師堂があったとされている。薬師堂は室町時代頃に現在の国分寺の場所に移ったとみられ、銅鐘は大正12(1923)年に国の指定を受け、現在は重要文化財となっている。

