



Fujisawa

MIRA.net

No.33 TAKE FREE

2023 Spring

公益財団法人 藤沢市みらい創造財団

PR協力:小田急電鉄株式会社

笑顔あふれるみらいを応援します



みんなで

SHONAN UNITED BC

応援しよう!



わたしたち **“朝活”**
はじめています!

公益財団法人
藤沢市みらい創造財団
スポーツ推進
みらいを 笑顔あふれる 未来スポーツ



Contents

- | | | | |
|----|---|----|--|
| 02 | 読者アンケート みらぞうLINEスタンプリニューアル | 12 | Doctor's Voice!
登山のすすめ |
| 04 |  応援しよう! | 13 | トレーニングルーム活用術
さあ!! 体を動かそう! |
| 08 |  わたしたち“朝活”
はじめています! | 14 | 児童クラブのキュンとするおはなし
やさしさにあふれる瞬間
～つばめ児童クラブ |
| 10 | みらい子どもフェスタ 2023 | 15 | 児童クラブのあそび
森のキーホルダー(工作)
～森の子児童クラブ |

皆さまの声を
お聞かせください!

Fujisawa
MIRAI.net



アンケートにご協力いただいた方の中から抽選で5名に
湘南ユナイテッドBCのランチトートをプレゼント!!

こんな特集を
みてみたいな!



二次元コード

所要時間
概ね2分

もっとこうした
方が良いのに...



みらぞう LINE スタンプ リニューアル!



40種 120円

藤沢市 みらぞう 検索!



この子の年齢で
どんな教室を
受けさせたらいいの?

笑顔あふれるみらいを
応援します

子どもの教室・イベント
はみらい財団におまかせ!



そんなお悩みを
みらい財団が解決★
今すぐこちらのサイトに
アクセス!



特集1

みんなで

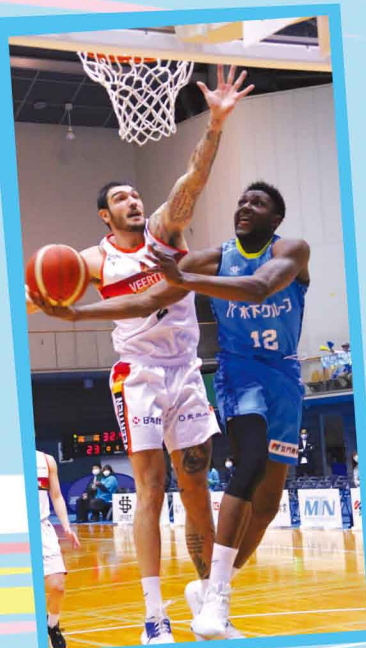


SHONAN UNITED BC

応援しよう!

湘南に、プロバスケットボールのチームが誕生したことをご存じですか?
その名も「湘南ユナイテッドBC」! 藤沢・茅ヶ崎・寒川を拠点とし、
2020年に設立したチームです。みんなで湘南ユナイテッドBCを応援しよう!!

2/10日(金)に行われた、VSヴィアティン三重戦in藤沢市秩父宮記念体育館
の様子をお届けします♪



ダブルクラッチシュートをする
フィリップ・アップ選手(背番号12番)



シュートを打つ
クリストファー・オリビエ選手
(背番号31番)



ゴール下を攻める伊藤選手(背番号0番)



素早い切り込みの平良選手(背番号47番)



大野選手
がんばれ~!



ボールを呼ぶ大野選手



スリーポイントシュートを打つ
大野選手



ディフェンスをする大野選手



チアリーダーも華やかな応援で
試合に華を添えます!



マスコットキャラクター
応援団長も
登場!

秩父宮記念体育館・秋葉台文化体育館の
バスケットボールスクールについて



秋葉台文化体育館は
大野選手が担当!

ホームアリーナの秩父宮記念体育館・
秋葉台文化体育館では、小学生向けの
バスケットボールクリニックも定期的
に開催しています。
初心者から始められる
クラスです。



スクールの詳細は
こちら





SHONAN UNITED BC

選手とチアリーダーに突撃インタビュー!

地元・藤沢西高等学校出身の選手である大野勇哉選手と湘南ユナイテッドBCのチアリーダーのお二人・MiharuさんとRihoさんにお話を伺いました♪



インタビュアー
あのはら そうた
斧原 颯汰くん
(羽鳥小学校2年生)



あおの ゆうや
大野 勇哉 選手
(藤沢西高等学校出身)



Q1 バasketボールを始めたきっかけはなんですか?

A. 兄がBasketボールをやっていた影響で、練習についていくうちに自然と始めていました。サッカーをやっていたのですが、小3からBasketボールも始めて小5まではどちらもやっていました。

Q2 バasketボールをやっていて一番嬉しかったことはなんですか?

A. ユナイテッドに入ってから開幕戦で途中出場した際、本当に多くの歓声が上がったことです。小・中・高校の友人や、お世話になった方々がたくさん観戦に来てくれました。その歓声を浴びたときに、Basketボールをやってきてよかったなと思いました。

Q3 練習で心がけていることはなんですか?

A. 個人練習の際に黙々と練習するのではなく、コーチにディフェンスについてもらい、実際の試合の場面を想定した練習をしています。

Q4 バasketボールの魅力はなんですか?

A. 一番は点がたくさん入る、攻守の切替が激しいところ。サッカーなどは前の人にスポットライトが当たる傾向にありますが、Basketボールはいろんな人にスポットライトが当たるので、その部分はすごく魅力的なのかなと思います。

Q5 どうしたらプロのスポーツ選手になれるですか?

A. まずはその競技を好きになることが一番の近道かと思います。人それぞれかもしれませんが、僕は小さいときからプロになりたいと強い気持ちがあったわけではありません。Basketボールが好きで、「楽しい」という気持ちを持ちながらやり続けていて、いつの間にか上手くなっていたという感じです。

Q6 今年の目標を教えてください。

A. 8位までプレイオフに行けるので、チームとしてはプレイオフに絶対に食い込んで勝ちたいです。また、個人的にはもっと試合に出て地元の皆さんにプレイしている姿をお見せできたらと思っています。

Q7 Fujisawa MIRAI.netの読者の皆さんへメッセージをお願いします。

A. これからプレイオフに向けて負けられない戦いが続くので、ぜひ会場に足を運んでいただいて、一緒に戦っていただけたら嬉しいです。僕たち選手も皆さんに勇気を与えられるようなプレイができるように頑張りますので、これからも応援どうぞよろしくお願いします。



SHONAN UNITED BC



SHONAN UNITED BC

お次は「湘南UBCチアリーダーズ」のお二人にインタビュー♪



Miharuさん



Rihoさん

Q1 ダンスを始めたきっかけはなんですか?

Miharu (以下M): テレビの中で輝いているアイドルを見て、自分もキラキラした存在になって皆さんに元氣や勇気を与えられる存在になりたいと思い、ダンスを始めました。

Q2 どうしたらこんなにダンスが上手になれるのですか?

Riho(以下R): コーチに指導されたところを出来るまでコツコツ練習し続けることです。また、練習であっても本番と同じように笑顔で踊ることを意識しています。サポーターを盛り上げるためには自分も楽しむことを大切にしている、それが伝わるような素敵なダンスに見えると思います。

Q3 どうして湘南ユナイテッドBCのチアリーダーになったのですか?

M: 知人から、オーディションがあると教えてもらったことがきっかけです。地元の湘南でチアをやるのが初めてなので、挑戦してみようと思いました。

Q4 チアリーダーをやっていて一番嬉しかったことはなんですか?

R: チームを盛り上げるように一生懸命パフォーマンスをして、勝ったときは本当に私たちも気持ちが盛り上がって嬉しくなります。

Q5 応援はどんな気持ちでやっていますか?

M: 絶対勝ってほしい! という気持ちがやはり一番ですね。点差が開いてしまった時こそ、私たちがさらに盛り上げて、その応援の熱意がサポーターにも伝わって、みんなで盛り上げようという熱い気持ちでやっていきます。

Q6 どうしたらプロのチアリーダーになれるのですか?

R: パフォーマンス力をよく見せるために基礎的なダンス技術を身に着けることと、声の発声の仕方も大事だと思います。

Q7 Fujisawa MIRAI.netの読者の皆さんへメッセージをお願いします。

M&R: 湘南ユナイテッドBCがもっともっと輝けるチームになれるように私たちも全力で応援するので、みなさん一緒に盛り上げていきましょう!



SHONAN UNITED BC

もっともって選手のリアルタイムな情報が知りたい!

・・・という方へうってつけな各種SNSと公式HPをご紹介します!
アクセスして湘南ユナイテッドBCをもっと好きになっちゃおう♪



Facebook



Instagram



LINE



Twitter



公式HP



SHONAN UNITED BC

今後の試合スケジュール

第26節【HOME】対戦相手: バルテックス静岡

2023年4月7日(金) 19:00 TipOff
2023年4月8日(土) 14:00 TipOff
会場: 秩父宮記念体育館



読者アンケートに回答された方で抽選5名様に
湘南ユナイテッドBC
オリジナルグッズを
プレゼント!

アンケートはこちらから



わたしたち“朝活”はじめています！

朝活を始めるきっかけは人それぞれですが、実際始めてみると思いがけない変化が？ 体を動かしたり、資格の勉強に取り組んだり、さまざまな“朝の時間の有効活用”をご紹介します。

資格の勉強

成果が出たことが嬉しい

頑張りすぎると続かない



鈴木 琴美さん

もともと夜に勉強をしていた鈴木さんは、試験の結果で伸び悩んでいた。そんな時、“朝勉は記憶の定着が良い”という記事を見つけ、心機一転「朝勉」に変えたことで成果が得られたという。

「わたしの場合、『朝勉で記憶→仕事中は一度忘れる→夜に思い出す』このサイクルが記憶の定着になったと感じています」

頑張りすぎないため、逆にサボりすぎないため、「仕事が休みの日」「20時まで残業の翌朝」「疲れている日の翌朝」は朝勉をしない“自分ルール”があるの也不错い。



散歩

新しい風景に出会えるのが楽しい

コロナ禍で働き方が変わったことをきっかけに、夜型生活から朝型生活にシフトチェンジした野津さんは、仕事が休みの日は朝の散歩を楽しんでいる。

「休みの日は寝坊もしたい(笑)。絶対ではなくて目が覚めたら散歩するようにしています。『強制は一切なし』が続いている秘訣かな」

カメラが趣味で、どこへ行くにも持ち歩くという彼女は、これまで車で通り過ぎていた場所でも、散歩を始めてから新しい発見があり、その出会いを写真に撮っているという。

「始めてからの変化は、よく眠れるようになったことかなあ(笑)」



野津 薫さん

朝の空気が気持ちいい！



好きな音楽を聴きながら♪

ランニング

目的を決めてモチベアップ

「寒い朝は起きられずもう一度寝ちゃいます。それだからまだ見た目の変化が現れず…(笑)。ゆる～くやっています」という彼女は、朝活のランニングを始めて3カ月。きっかけは、年末年始をのんびり過ごした後の体重計が示す数字だったとか。すぐにスマホにランニングアプリと音楽アプリを入れて、「数字と見た目の変化」を目的にランニングを楽しんでいる。

「朝から体を動かすと、頭もスッキリします。1日のスタートが早く切れた日は、気持ちに余裕が持てるので、その後の仕事はいつもよりスムーズに行えているように感じます」

夏に向けてこれから気温が高くなり暑くて眠ってられない。涼しい早朝はランニングにぴったりだ！



村越 彩加さん



四季折々の変化に気づけた

自然農法で野菜栽培

自分が楽しめるタイミングで！

3年ほど前に自給自足に興味を持ったことをきっかけに、自分の畑を持ち「耕さない、水をあげない、肥料をあげない」農法で野菜を作っている遠藤さん。その畑で朝活を始めてから自分の気持ちに変化があったという。

「わたしは畑の作物を食べています。その作物が育つために、そこにある植物や暮らしていた虫が肥料になったりします。そんなことを畑の生き物を見ながらぼんやり考えるうちに、何かの犠牲の上にある命をいただくことを強く感じるようになり、食べ物への感謝の気持ちは大きくなりましたね」

遠藤 祐作さん



キャッチボール

40すぎのこそ練！?

小学校5年生の長男くんとの朝活は、季節を問わず早朝6時のランニングから始まり、キャッチボールや素振りなど、親子一緒に体を動かしているという。とはいえ、ランニングはもっぱら長男くんだけとか(笑)。

「球場に行っても、飲んで騒いで野球はソコソコのサッカー派ですが、40過ぎて素振りを始めるとは思いませんでした(笑)。」

毎日のルーティンとなった「こそ練(こそっと練習)」を続ける吉野さん親子。長男くんの活躍と父ちゃんの腰痛改善を強く願う。



長男くんと親子で朝活！



吉野 佑介さん

挫折してもまた始めれば良い！

起き抜けの腹筋

目指せ！ 腹筋女子

動けるカラダを維持するため、日頃から体を動かし、食事に関する知識も身につけた竹内さんの朝活は、起き抜けの腹筋だ。仰向けに寝た状態から一気に起き上がることができない情けなさから、「目が覚めてすぐできる。わざわざ仰向けにならなくてよい」と、5分でも10分でもいいので、腹筋するために意識して早起きするという。

「まだ足がバタバタ宙を漕いでいます(笑)。それでも起き上がれる日も増えています。寝坊した日はバスですが、できるだけ毎日やっています。続けているワタシが好き♪」自分に意識を向けると、朝活のきっかけがたくさんある。



竹内 満里代さん



ゴールデンウィーク GW イベント

みらい 子ども フェスタ 2023

毎年恒例！
「みらい子どもフェスタ」が
今年も開催！
各施設、いろいろなイベントで
藤沢のGWを盛り上げます♪
早速、スケジュールをチェックしよう！

MAP



1 石名坂温水プール



5/3(水・祝)
10:00～16:00



- 水上アスレチック
- 当てくじ
- スーパーボールすくい
- ヨーヨー釣り
- アーティストックスイミング公演
- 模擬店
- キッチンカー 等

費用 プール入場無料 ※キッチンカー等一部有料
問合せ先 石名坂温水プール Tel:0466-82-5131

2 八部公園



5/3(水・祝)
10:00～16:00

- 水上アスレチック
- キッズ広場
(野球場芝生エリア) 開放
- スピードガンコンテスト
- ミニ鉄道運転会
- フリーマーケット
- 模擬店
- キッチンカー 等

費用 プール入場無料 ※キッチンカー等一部有料
問合せ先 八部公園プール Tel:0466-36-1607

3 秩父宮記念体育館



5/4(木・祝)
10:00～16:00

- 各種スポーツ体験イベント(バスケットボール・ポッチャ等)
- 湘南ユナイテッドBCによるスペシャルイベント
- カラダ健康フェスタ ●赤ちゃんダービー[事前申込制]
- キッチンカー 等

費用 無料 ※キッチンカー等一部有料
問合せ先 秩父宮記念体育館 Tel:0466-22-5335

4 藤沢市少年の森



5/5(金・祝)
10:00～15:00



- ミニSL運転会 ●模擬店 ●ヨーヨー釣り 等

費用 無料 ※模擬店は有料
問合せ先 青少年事業課 Tel:0466-25-5215

5 湘南台文化センター市民シアター

藤沢出身



5/5(金・祝)
開場 11:45
開演 12:30

費用 全席指定 大人2,000円、高校生1,000円
中学生まで500円、3歳未満無料(膝の上)
問合せ先 芸術文化事業課 Tel:0466-28-1135

6 秋葉台公園



5/5(金・祝)
10:00～15:30

- 各種スポーツ体験イベント
(トランポリン、スポーツクライミング 等)
- マーチングバンド演奏 ●カヌー体験[事前申込制]
- 水上アスレチック
- スーパーボールすくい ●フリーマーケット
- 鯉のぼりづくり ●模擬店 ●キッチンカー 等

費用 無料 ※キッチンカー等一部有料
問合せ先 秋葉台公園(体育館) Tel:0466-88-1111
秋葉台公園(プール) Tel:0466-88-1811

7 辻堂青少年会館 「まんがまつり」



5/6(土)
9:30～12:30

- 16mmアニメ上映会
- 似顔絵コーナー
- Nゲージ展示
- 工作 ●ゲーム
- ポップコーン配布
- ※16mmアニメ上映会、
似顔絵は当日予約

費用 無料
問合せ先 辻堂青少年会館 Tel:0466-36-3002

注意事項

- 体育館種目は室内履き持参。
- プール遊泳の際には水泳帽必須。また、日常生活においてオムツが取れている方のご利用となります。
- 天候等の理由により内容を一部変更、または中止する場合があります。
- 催物ごとのタイムスケジュールは各問合せ先にご確認ください。

Doctor's Voice! 30

ドクターズボイス

藤沢市医師会のご協力により、体や健康についてスポーツ医学を中心に、医学の面からの見解や助言を掲載していきます。スポーツをされている方、これからされる方、是非参考にしてみてください。



渡辺整形外科
クリニック
院長
わたなべ ひとみ
渡辺 仁美 先生

登山のすすめ

富士山の世界遺産登録前後から再び登山ブームが起こり、登山がより身近なスポーツとして親しまれるようになってきています。最近は山ガールと呼ばれる若い女性も増えています。

私が健康づくりに登山を勧める6つの理由

- (1) 有酸素運動である
- (2) 年齢を問わない※高齢になっても可能
- (3) 筋力アップに有効でバランス感覚も養える
- (4) 疲れたらいつでも休むことができ、自分のペースで歩ける
- (5) 自然と触れ合いストレス解消が出来る
- (6) 頂上での達成感が得られる

登山を始めるにあたっての6つの注意点

- (1) 自分の体力に合った山から始める
- (2) 山登りの技術をしっかり学んでおく
・疲れにくい登り方、ひざを痛めない下り方、転倒・転落しないための技術など
- (3) 山行中の天候を事前によく調べておき、決して無理をしない
- (4) 山行中に必要な物をしっかり準備する
- (5) 地図の読み方を勉強しておく
・里山ほど道迷いし易いため、ヤママップなどのスマホアプリを利用すると便利
- (6) 出来れば単独行動は避ける
・けがなどのトラブルが起きたときのため



スポーツ安全保険

対象となる事故 団体活動中の事故／往復中の事故
保険期間 2023年4月1日～2024年3月31日
(申込受付は2023年3月から)

スポーツ活動・文化活動・レクリエーション活動・ボランティア活動・地域活動を行う**4名以上**のアマチュアの団体がご加入になれます。

※ご加入の手続きはインターネットから

スポあんネット
パソコン・スマホで
だれでも、かんたん
便利に使いやすい!



公益財団法人スポーツ安全協会

きらきら
ドゥドゥ
水の中!!

スイミングライフ 応援しています。

Swimming Life

水着・スイムCap・ゴーグル・みみせん・ビートバン他

(有)ルートワン

お問い合わせ先 〒165-0023 東京都中野区江原町1-22-4 tel 03-3951-9224

秩父宮記念体育館、秋葉台文化体育館(以上スポーツ用品のみ)、八部公園プール、秋葉台公園プール、石名坂温水プール(以上水泳用具のみ)で販売しております。

健康習慣 始めませんか?

有限会社 **志村牛乳店**

月極めでご自宅までお届けいたします。

藤沢市善行5丁目1番12号 TEL/FAX 0466-81-7487

KIRIN

東京麒麟ビバレッジサービス株式会社

湘南支店

〒251-0011
神奈川県藤沢市渡内3-2-13
TEL 0466(26)6930

さあ!! 体を動かそう!

トレーニングルーム活用術



暖かくなり体を動かしたくなっていませんか?
藤沢市内の3施設では、
ストレッチやマシントレーニングで
初心者からでも運動ができます。

★使用する場合は、事前に**登録講座の受講**が必要です



登録講座とは...

トレーニング室のご利用は登録制です。
安全に使用するためのルールやマナー等をご案内します。

利用手順

1 予約申込

施設窓口または電話で申込み
※1ヶ月先の講座まで予約可能!
日程は窓口・ホームページで!

2 トレーニング 登録講座受講

講座は45分です。終了後、登録証を
発行します。
受講料 大人¥500 中学生 ¥200

3 個人利用で自由 にご利用できます

個人利用券を購入しトレーニングで
きます。(利用券は当日限り有効です)
登録証をご持参ください。

藤沢市体育館トレーニング室

講座終了後は、どの施設のトレーニング室も利用できます

秩父宮記念体育館

お問い合わせ 0466-22-5335
藤沢市鵠沼東8-2



料 金 ① 大人(高校生以上).....500円/回
② 中学生.....250円/回
③ 60歳以上の市民.....400円/回
※3については、証明するものがが必要です。



秋葉台文化体育館

お問い合わせ 0466-88-1111
藤沢市遠藤2000-1



料 金 ① 大人(高校生以上).....300円/回
② 中学生.....100円/回
③ 60歳以上の市民.....240円/回
※3については、証明するものがが必要です。



八部公園

お問い合わせ 0466-36-1607
藤沢市鵠沼海岸6-12-1



料 金 ① 大人(高校生以上).....300円/回
② 中学生.....100円/回
③ 60歳以上の市民.....240円/回
※3については、証明するものがが必要です。



令和5年度 賛助会員募集!

本財団では、設立目的や実施事業に賛同いただける方を対象に賛助会員を募集しています。ご支援いただいた賛助金は、青少年健全育成、スポーツ・芸術文化の普及振興という設立目的に沿って、市民の皆様を対象とした事業に活用させていただきます。

この賛助金については、税制上の寄付金控除が受けられますので、詳しくは国税庁ホームページをご覧ください。

賛助会員の案内パンフレットは、本財団ホームページからダウンロードしていただくか、市内管理施設窓口にございますので、ぜひご協力をお願いいたします。

会員特典

- 団体会員様は、本財団が管理運営をしている「藤沢市少年の森宿泊研修施設」の利用料が割引となり、優先予約が可能
- 個人会員様にはサービスチケット(スポーツ施設無料利用券)の提供

種別と年会費	種別	年会費
	個人会員	1口 1,000円 2口以上
	団体会員	1口 5,000円以上
	法人会員	1口 50,000円以上

児童クラブの
キュンとするおはなし
つばめ児童クラブ(新林小学校区)

やさしさに あふれる瞬間

クラブ長：高橋 剛力



児 童クラブは異年齢集団ということで、
いろんな学年の子どもたちが集まる
場所です。そんな児童クラブだからこそ
の**キュン**とする話を2つ紹介したい
と思います。



1 つ目はあそびの時の話です。つばめ児童クラブでは、
最近「人狼ゲーム」が流行っています。預言者、霊媒師、裏切り
者、ボディーガードなどいろんな役職があり、ルールも複雑で、
コミュニケーション能力や考える力が必要となり、低学年の
子どもたちにとっ
ては難しいゲーム
です。それでも一
緒にあそびたいと
寄ってくる下級生の子どもたちに上級生たちは優しく教えていま
す。「人狼のときは相手をうまくだましたりするんだよ！分かるー？」
など、丁寧に説明しています。そんな上級生たちの思いやりあふ
れる姿はとても素敵で**キュン**とします。



2 つ目は、普段の生活の中での話です。私がつばめ児童クラブに来て、
今年で3年目になりますが、1年目の時と比べ最近では、上級生が下級生
の面倒をみる場面をよく見かけます。

何より**キュン**としたのは、おやつ時間に飲み物をこぼしてしまった
子がいましたが、「大丈夫だよ！」と声をかけて、すぐに雑巾で拭いて
いたことです。さらに嬉しかったことが、まわりでその様子を見ていた
仲間も、同じように片付けを手伝い始めたことです。

“迷うことなく人のために行動する”これは子どもにとってとても難し
いことだと思っていましたが、子どもたちは嫌な顔ひとつせず自然に
できるのです。その迷いなき行動力には、いつも**キュン**とさせられます。

今後子どもたちのあふれるやさしさを大切にして、“明日も行きた
くなる楽しいクラブ”づくりを続けていこうと思います。



児童クラブのあそび

森の子児童クラブ (羽鳥・明治小学校区)
クラブ長：早川 志津子

森のキーホルダー

新入生に「ようこそ森の子へ」の気持ちを込めて、児童と職員がキーホルダー
を手作りしました。クラブ名にちなんだ『木』で作るキーホルダーは、小枝で
イニシャルを描き、ウッドバーニング(※)でオリジナルのロゴを描いて
います。丸カンで付けたおまけのプラバンは、森の子児童クラブのオリジ
ナルキャラクター「森ちゃん」と「森の子くん」です。

※ウッドバーニングとは、電熱ペンを使って木を焦がし、絵や模様を描く技法のことです。



作り方

材 料 板材・ひも・丸カン・木の枝など
道 具 電動ドリル(穴あけ用)・はんだごて・木工用ボンド

- 1 板材にひもを通すための穴を開け、ウッドバーニングをする模様は
鉛筆で下書きしておく。
- 2 木の枝を5ミリ程度の大きさに切る。
- 3 ①の下書きにはんだごてで焼き付けをする。
※100円ショップで売っているはんだごてを使う場合は、温度が低いため焼き目
が付きやすいシナ木材がおすすめ。
- 4 ③の裏面は、木工用ボンドを使い②の枝を貼る。
- 5 ボンドが乾いたら、穴にひもを通して完成。

(注意)はんだごての鉄部分は高温です！ 触るとやけどしますので、子どもだけで
使わないでください。



くらしとと 夢ある未来
私たちはICTを通じて、豊かな地域社会の発展と夢ある未来の創造に貢献します。

Yec 株式会社
ワイイーシーソリューションズ

Coca-Cola
BOTTTLERS JAPAN INC.

SUNTORY
SUNTORY BEVERAGE SOLUTION



Editor's Voice

新緑が眩しく空が青い季節となり、ソワソワ♪ウキウキ♪
するのは私だけではないはず(笑)。今号で特集しました朝活
中のみなさんが、ご自身の生活に合わせて無理なく楽しんで
いる様子を刺激を受け、万年三日坊主の私も新しく何かを
始めたいくなりました。コロナで気持ちが停滞し沈みがちな
3年でしたが、暑くもなく寒くもない今、みなさんも動き
始めてみませんか!? MIRAnetはこれからも、キャッチコピー
“笑顔あふれるみらいを応援する”内容をお届けします！
お楽しみに。

(放課後児童育成課 海堀さゆり)

2023年 藤沢市みらい創造財団イベントカレンダー

凡例 色とマークについて

青少年事業課

- 青少年事業課
☎ 0466-25-5215
FAX 0466-28-9567
藤沢市朝日町10-8
藤沢青少年会館2階
- ★藤沢青少年会館
☎ 0466-25-5215
FAX 0466-28-9567
藤沢市朝日町10-8
- 辻堂青少年会館
☎ 0466-36-3002
FAX 0466-36-3988
藤沢市辻堂2-8-31
- ▲少年の森
☎ 0466-48-7234
FAX 0466-48-7249
藤沢市打戻2345

放課後児童育成課

- 放課後児童クラブ
(児童クラブ事務局)
☎ 0466-21-6709
FAX 0466-28-0009
藤沢市朝日町10-8
藤沢青少年会館2階

スポーツ事業課

- スポーツ事業課
スポーツ事業担当
☎ 0466-22-5633
FAX 0466-28-5749
藤沢市鵠沼東8-2
秩父宮記念体育館内
- 秩父宮記念体育館
☎ 0466-22-5335
FAX 0466-28-5749
藤沢市鵠沼東8-2
- ▲鵠沼運動施設
☎ 0466-36-1607
FAX 0466-36-1754
藤沢市鵠沼海岸6-12-1
- ◆秋葉台運動施設
☎ 0466-88-1111
FAX 0466-88-8687
藤沢市遠藤2000-1
- ★石名坂温水プール
☎ 0466-82-5131
FAX 0466-82-5132
藤沢市本藤沢1-10-1

芸術文化事業課

- 芸術文化事業課
☎ 0466-28-1135
FAX 0466-25-1525
藤沢市鵠沼東8-1
藤沢市民会館内

総務課

- 事務局総務課
☎ 0466-21-7861
FAX 0466-28-9567
藤沢市朝日町10-8
藤沢青少年会館5階

〈当〉…当日参加OKのイベント

※事前申し込みが必要なものもあるため、ご了承ください。
イベントの内容など詳細はそれぞれの施設へお問い合わせください。

新型コロナウイルス感染症対策について

イベントカレンダーに掲載しているイベントは、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、予定が変更になる場合があります。ホームページをご確認ください。⇒ HP: <https://f-mirai.jp/>

4月

1	■もったいないネット 9:00~9:45
2	
3	
4	
5	▲森っこプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
6	■つじりんと遊ぼう〜びーかぶー 10:30~11:30
7	▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
8	
9	
10	■リトルバンビ 10:30~11:10
11	
12	▲森っこプレーパーク〈当〉 9:00~16:30 ■ワーキングママのパソコン講座 9:30~12:00 ■ITサロン 13:00~16:30
13	■子育てママのパソコン講座 9:30~12:00
14	▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
15	■缶バッジづくり 9:30~11:30 ▲野草をたべよう 10:00~15:00
16	
17	
18	
19	■ワーキングママのパソコン講座 9:30~12:00 ■ITサロン 13:00~16:30
20	■子育てママのパソコン講座 9:30~12:00
21	▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
22	
23	
24	■みらい no spoon 9:30~11:30
25	
26	▲森っこプレーパーク〈当〉 9:00~16:30 ■ワーキングママのパソコン講座 9:30~12:00 ■ITサロン 13:00~16:30 ■作って遊ぼう!〜SAKUSAKU〜 13:30~14:30
27	■子育てママのパソコン講座 9:30~12:00
28	▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
29	■SDGs チャレンジャー 9:30~11:30 ▲プレーパーク特別編〈当〉 10:00~15:00
30	▲プレーパーク特別編〈当〉 10:00~15:00
31	

休館日のお知らせ
4/9 神奈川県知事・県議選挙
4/23 市議選
の会場となるため辻堂青少年会館は休館となります

5月

1	
2	
3	▲森の再生(仮称) 10:00~13:00 ▲みらい子どもフェスタ in 八部公園 ★みらい子どもフェスタ in 石名坂 ●ビーチバレー 常設コートオープン記念大会
4	■つじりんパーク〜びーかぶー 10:30~11:30 ■みらい子どもフェスタ in 秩父宮記念体育館 ■カラダ健康フェスタ 〜体力年齢を知ろう〜
5	●みらい子どもフェスタ in 少年の森〈当〉 ◆みらい子どもフェスタ in 秋葉台公園 ●みらい子どもフェスタお笑いライブ 湘南台市民シアター
6	■まんがまつり 9:30~12:30 ■もったいないネット 9:30~12:30
7	
8	
9	
10	▲森っこプレーパーク〈当〉 9:00~16:30 ■ワーキングママのパソコン講座 9:30~12:00 ■ITサロン 13:00~16:30
11	■子育てママのパソコン講座 9:30~12:00
12	▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
13	■母の日のプレゼントづくり 9:30~11:30 ▲親子キャンプ塾 10:00~15:00
14	
15	
16	
17	▲森っこプレーパーク〈当〉 9:00~16:30 ■ワーキングママのパソコン講座 9:30~12:00 ■ITサロン 13:00~16:30
18	■子育てママのパソコン講座 9:30~12:00
19	▲森のようちえん 10:30~正午 ▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
20	★あそびスタジオ 10:00~12:00 ■ハーバリウムを作ろう 9:30~11:30 ●ふじざわ市民ウオーク 2023
21	▲サンデープレーパーク〈当〉 13:30~15:30
22	■みらい no spoon 9:30~11:30
23	
24	▲森っこプレーパーク〈当〉 9:00~16:30 ■ワーキングママのパソコン講座 9:30~12:00 ■ITサロン 13:00~16:30 ■作って遊ぼう!〜SAKUSAKU〜 13:30~14:30
25	■子育てママのパソコン講座 9:30~12:00
26	▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
27	▲木のおもちゃ作り 10:00~11:30 ▲森林体験学習 13:30~16:00 ★こども体験クラブ 13:00~15:00
28	
29	
30	
31	▲森っこプレーパーク〈当〉 9:00~16:30

6月

1	■つじりんパーク〜びーかぶー 10:30~11:30
2	▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
3	▲稲作体験学習 9:00~11:30 ■つじせいキッチン 9:30~11:30 ■学習応援 11:30~12:30
4	
5	
6	
7	▲森っこプレーパーク〈当〉 9:00~16:30 ■ワーキングママのパソコン講座 9:30~12:00 ■ITサロン 13:00~16:30
8	■子育てママのパソコン講座 9:30~12:00
9	▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
10	■作って遊ぼう!〜SAKUSAKU〜 10:30~11:30
11	
12	
13	
14	▲森っこプレーパーク〈当〉 9:00~16:30 ■ワーキングママのパソコン講座 9:30~12:00 ■ITサロン 13:00~16:30
15	■子育てママのパソコン講座 9:30~12:00
16	▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
17	★あそびスタジオ 10:00~12:00 ■ヤングスクエア 9:30~11:30 ▲親子キャンプ塾 10:00~15:00
18	★夏目前! 石名坂救急豆知識
19	
20	●藤沢市展(写真・華道)〈当〉 藤沢市民ギャラリー
21	▲森っこプレーパーク〈当〉 9:00~16:30 ■ワーキングママのパソコン講座 9:30~12:00 ■ITサロン 13:00~16:30
22	■子育てママのパソコン講座 9:30~12:00 ●ワンコイン・コンサート①大ホール
23	▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30 ●第25回藤沢市民オペラ『魔笛』ソリスト 公開オーディション〈当〉 大ホール
24	★こども体験クラブ 13:00~15:00 ●第25回藤沢市民オペラ『魔笛』ソリスト 公開オーディション〈当〉 大ホール
25	
26	■みらい no spoon 9:30~11:30
27	●藤沢市展(美術)〈当〉 藤沢市民ギャラリー
28	▲森っこプレーパーク〈当〉 9:00~16:30 ■ワーキングママのパソコン講座 9:30~12:00 ■ITサロン 13:00~16:30
29	■子育てママのパソコン講座 9:30~12:00
30	▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
31	