

Fujisawa

- 笑顔あふれる未来を応援します -

MIRAI.net



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

特集
1

みんなで楽しむ
お茶時間

特集2

浴衣を着てレッツチャレンジ！
盆踊りへ行こう



No. **42**

2025 Summer

TAKE FREE

- 03 学生服リユース shop さくらや藤沢店
×藤沢市みらい創造財団 事業協力を開始!

おはよう! キュンとするまち。藤沢
ラジオ体操 2025 開催

04 みんなで楽しむ
お茶時間

08 **浴衣を着て レッツチャレンジ! 特集2**
盆踊りへ行こう

- 10 ZOOM in ふじさわ
さよなら ～レストラン・アプローズ～

- 12 財団職員コラム
わたしのとおきおしえます
「タイ語」「ホロライブ」

- 13 Doctor's Voice!
スポーツ選手とサプリメント・プロテイン
私の「みらい」はここにあり!
宮内 美咲輝さん

- 14 児童クラブのおやつ時間
わんぱく児童クラブ
児童クラブのキュンとするおはなし
芝の子児童クラブ

- 15 児童クラブのあそび
どろんこ児童クラブ
編集長のつぶやき

公益財団法人藤沢市みらい創造財団は、未来を担う青少年の健全育成の推進、市民のスポーツ・レクリエーション活動及び芸術文化活動の普及振興を通じ、すべての市民の心豊かで活き活きとした健康な生活を形成するため、「夢、希望、感動にあふれる明るい未来をみんなで創る」を経営理念としている団体です。

Coca-Cola
BOTTLERS JAPAN INC.

くらしとしごと 夢ある未来

私たちはこれを目指して、
豊かな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 www.yec.co.jp



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 2025年4月1日～2026年3月31日

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

学校用品・備品・
オフィス用品のことなら **ユザブun**

有限会社

ユザワ文具

〒252-0812 神奈川県藤沢市西俣野2657
TEL 0466-81-0088 FAX 0466-81-0052
Email yuzabun@cello.ocn.ne.jp



学生服リユース shop さくらや藤沢店 × 藤沢市みらい創造財団

事業協力を開始!



藤沢市の「ふじさわSDGs共創パートナー」であるさくらや藤沢店さんと藤沢市みらい創造財団がタッグを組み、学生服のリユース推進に協力しています。以下の各施設にて学生服の回収を実施中です。一部施設に設置してある回収BOXには児童クラブのこどもたちによるイラストが描かれています。

学生服リユース shop さくらやとは?

全国で学生服のリユースを通じて、持続可能な社会づくりを目指しているお店。「家計の負担軽減、制服を再活用することで環境への配慮、誰もが公平に教育を受けられる社会」といった持続可能な未来づくりを推進されています。詳細はホームページをご確認ください。

…窓口回収…

・藤沢青少年会館 ・辻堂青少年会館

…回収ボックス設置…

・秩父宮記念体育館 ・秋葉台文化体育館
・八部公園プール ・石名坂温水プール

※住所は裏表紙をご覧ください。

…回収できるもの…

- 卒業から5年以内のデザインが変更されていない学生服
- カビや酷い汚れ、壊れないもの
- 神奈川県内の小学校～高校の制服や体操服
- 近隣の幼稚園の制服



学生服リユース shop さくらや藤沢店

藤沢市辻堂元町5丁目4-19 電話：070-8478-6912

HP:



IG:



おはよう！
きゅんとするまち。藤沢

ラジオ体操 2025

めざそう健康寿命日本一

ラジオ体操はこどもから高齢者、障がいのある方までどなたでも気軽に参加でき、健康づくりだけでなく、地域のコミュニケーションづくりにもぴったり。

講師によるラジオ体操第1、第2のワンポイントレッスンのあと、会場全員で実際にラジオ体操をします。また、当日は参加賞の配付も。夏休みのさわやかな一日を、ラジオ体操からはじめてみませんか？

【日程】2025年7月27日(日)

6:30 ~ 7:30

タイムテーブル

- 6:30 開会式
- 6:40 ワンポイントアドバイス
- 7:00 ラジオ体操(第1・第2体操実施)
- 7:30 終了



秋葉台公園球技場
藤沢駅前サンパール広場

2会場同時開催!

※ともに雨天時会場変更あり。
イベント詳細、雨天時会場変更についてはこちらをご確認ください。



今年もまた夏がやってきました。みなさんは夏の水分補給に何を飲みますか？ 水、スポーツ飲料、甘い炭酸ジュースなど…いろんな選択肢がありますよね。でも日本人ならやっぱり「お茶」が飲みたくなりませんか？ 今回は、そんな夏の水分補給にぴったりの「お茶」を大特集！ お茶の基本的な知識から、藤沢でできる茶道体験などお茶の魅力が詰まった特集をお届けします。



ほっと一息が
楽しくなる

お茶の豆知識



ひとことで「お茶」と言っても、その種類は数多ありますが、大きく2つに分けられます。

①チャノキの葉を加工したもの

【緑茶、ウーロン茶、紅茶 等】

これらはすべてチャノキと呼ばれるツバキ科の木の葉を加工したお茶です。同じ種類の茶葉ですが、発酵の度合いによって大きく3つに分類されます。色や味の違いは茶葉がもつ酵素による酸化反応によるそうです。

緑茶	ウーロン茶	紅茶
不発酵茶	半発酵茶	全発酵茶
酸化を止めて新鮮さ・渋み・旨みが残る。	緑茶と紅茶の中間。花のような香り、渋みと甘みがある。	酸化が進み、香りが強く、甘みやコクがある。

②植物の葉や花・茎などを煎じたり浸出させて作る飲み物全般

【麦茶、ハーブティー、ルイボ스티ー、そば茶、黒豆茶、コーン茶 等】

茶葉が原料ではありませんが、広い意味でお茶と呼ばれているものです。特に日本では梅昆布茶やしいたけ茶といった出汁のようなものもお茶と呼ばれています。ノンカフェインのお茶が多いのも特徴です。

お茶の起源は？

中国の伝説では、紀元前 2737 年ごろ、神農（しんのう）という皇帝が煮沸消毒した水に偶然茶の葉が入ってお茶ができたとされています。

ジャスミン茶って…

実はジャスミン茶は茶葉にジャスミンの花の香りを移すことで作られる「花茶（フラワーティー）」と呼ばれるもの。上記の分類だと①にあたります。主に緑茶の茶葉と花を交互に重ねて積み、茶葉に花の香りを移すそうです。

緑茶の中でもカフェイン少なめ「ほうじ茶」「玄米茶」

お子さんがいるご家庭ではカフェインが気になるかもしれません。②に分類されるお茶にはノンカフェインのお茶が多いですが、緑茶でも「ほうじ茶」や「玄米茶」はカフェインが少なめです。理由は茶葉の部位や焙煎によるもの、玄米茶は半分玄米が原料だからです。カフェインの量は通常の煎茶の 1/2 程度となります。

どれどれ
お味は…？

お茶って
奥が深いね！



お茶の魅力
教えてください！

インタビュー

「みつはし園茶舗」

3代目 みつはし ただし
三觜 忠さん



創業明治43年、「私のおじいさんの代からやっているんだよ」とあたたかな笑顔で迎えてくれた「みつはし園茶舗」3代目三觜忠さん。地域で子どもたちを見守る藤沢市青少年育成協議会の会長としても活躍されています。店内にはかつて茶葉を保管するのに使用していた茶壺や、抹茶を挽く石臼など歴史を感じる道具や、現役で使用されている店名が入った茶箱、数々の茶葉が並び、専門店の魅力でいっぱいです。

私たちが訪ねた日はちょうど立春から数えて「八十八夜」。三觜さんのお話を聞いて今まで知らなかった緑茶の世界にすっかり魅了されました！

「新茶の魅力とは？」

新茶はその年に摘まれた一番茶のこと。地域によって前後はあるものの、4月下旬から6月初旬にかけて収穫され、夏頃まで販売。摘まれた茶葉はその日のうちに加工され、その二日後くらいには店頭に並びます。爽やかな香りで甘味が強い新鮮な茶葉を楽しめます。



「暑くなる季節！ 冷茶で飲むには？」

茶葉が細かい「深蒸し茶」は水出しでもしっかり風味が出て冷茶で飲むのに良いですよ。

【手順】水500mlに対して5gの深蒸し煎茶のティーバッグを用意。ティーバッグを約20分間水に入れる。ティーバッグを絞って取り出す。



「お茶専門店ならではの魅力とは？」

お茶の味の好みは人によって違うもの。相談にのりながら好きな茶葉と一緒に選びます。店頭では茶葉の特徴を話し、産地の違う茶葉をブレンド。香りや味わいを調整し、販売をしています。



「緑茶はその日のうちに楽しむ」

緑茶の茶葉はそのまま置いておくと酸化が進み風味が変わります。雑菌の繁殖もあるので、その日に淹れたお茶はその日のうちに飲みましょう。ペットボトル飲料でも同じ。開けたら飲む！

「茶葉の量や湯の温度を意識すると美味しいお茶に」

玉露、煎茶、番茶、ほうじ茶、同じお茶でも茶葉の量や適したお湯の温度が違います。煎茶なら80度以下の温度で淹れると渋みが抑えられ、うま味が引き立ちます。



「お茶の葉の保存はどうしたら良い？」

お茶の葉は酸化すると風味が変わってしまいます。おすすめは冷蔵庫や冷凍庫で空気にふれないように保存する方法です。



みつはし園茶舗

藤沢市藤沢 1-2-3

☎ 0466-22-2643

🕒 9:00 ~ 19:00

🌞 日曜日



店舗HP



茶道のすすめ in 藤沢

sado no susume in FUJISAWA



お茶を美味しくいただく方法の一つに茶道があります。^{てんちゃ}碾茶という茶葉を石うすで粉末状にした抹茶を使います。茶室で、お着物を着てお茶を点てて…なんだか敷居が高いと感じているそこのあなた！ 藤沢では、気軽に茶道を体験できる体験会が毎年開催されています。大人の方には、茶道サークルも♪ 今回は、イベントやサークルで茶道を教えている、藤沢市茶道協会のお二人にお話を伺いました。

みらいをひらくワクワク体験ひろば

茶道はもちろん、華道や雅楽、美術など様々な日本の伝統文化の体験をスタンプラリー形式で気軽に行うことができます。茶道ブースではお茶のお点前^{てまえ}体験が親子で楽しめます♪

湘南台文化センター

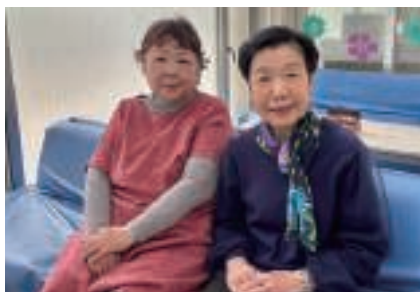
10月11日(土)・12日(日)

藤沢市民会館

2026年3月21日(土)・22日(日)

藤沢市茶道協会の会長・前会長へインタビュー

浅場宗美さん：浅
田口宗迪さん：田



会長 浅場宗美さん(写真左) /
前会長 田口宗迪さん(写真右)

1. 茶道をこどもに教えるとき、どんなことを大切にしていますか？

浅：初めての方が多いので、お茶を楽しんでいただけるよう、おいしく飲んでいただけることを大切にしています。

2. はじめての子でも楽しめるような工夫はどのようにされていますか？

田：お子さん向けには薄茶を、大人の方の半分の量の抹茶でお出ししています。また、それでも苦くて飲めないお子さんにも、残して大丈夫と伝えて気楽に参加していただいています。

3. 茶道を通して「子育て」にも役立つと思うことはありますか？

浅：茶道では思いやりや礼儀作法など、多くのことを学ぶことができます。

田：茶道をされている方が身近にいますと、未就学のお子さんでも基本的な所作などすぐに覚えてしまいます。ぜひ親子で茶道を楽しんでください。

藤沢の茶道サークル紹介



講師の浅場宗美さん

開催場所：済美館（藤沢市本町4丁目6-16）

開催日時：毎月第2・第4金曜日 10時から15時まで

月会費：3,000円

お茶の会を開いています。初心者の方でも大歓迎なので、ぜひいらしてください。（※大人の方のみの受付です。）

《生徒さんの声》

作法を知って、お菓子とお茶を美味しくいただきたい、そんな気持ちで始めました。続けられるのはみんなが優しく、先生のお人柄そのもののあたたかさがあるからです。



茶道にふれてみよう！

家であるものでできる「まねっこ茶道」

用意するもの：茶筌^{ちやせん}（お抹茶を点てる道具）、小鉢^た（実際の茶道では茶碗を使いますが、ない場合は小鉢で代用可です）、ティースプーン（抹茶をすくう道具）、抹茶

①お湯を沸かす

②小鉢に抹茶を2グラムほど入れる

③②に①のお湯を入れる

④③に茶筌^{ちやせん}を入れ、上下に点てる

⑤最後にゆっくりと一度円を描くように^た点て、完成！



こんな本もおすすめ！

《お茶のすすめ お気楽「茶道」ガイド》

（画と文・川口澄子／発行・WAVE出版）

茶道に縁もゆかりもなかった作者が、ひょんなことから茶道に出会い、15年間にわたりお稽古を続けた体験日記です。かわいらしいイラストで茶道の基本やおもてなしの心構えまで、たっぷり学べます。漫画形式で読みやすいので、お子さんにもおすすめの一冊です。



藤沢のお茶屋さんをご紹介

茶来未 チャクミ

茶師でもある代表が日本茶の文化を発信し、作り手の顔が見えるお茶づくりを目指したお店です。自社茶園の茶葉を使用したアイスなども販売されています。



藤沢市遠藤 2526-25
☎ 0466-54-9205 FAX 0466-54-9206
🕒 10:00 ~ 17:00
📅 火曜日（年末年始）
📍 6 台



店舗 HP

Herb&Aroma kumincure ハーブ&アロマクミンキュア

ハーブティーの販売だけではなく、暮らしに役立つハーブとアロマの活用術や、インストラクター養成校として講座を多数開催しています。



藤沢市辻堂太平台二丁目 5 番地 1 号
フォーブル太平台 105
☎ 090-4837-6377

※出張講座で留守だったり講座がメインのため、ご来店の際は前もって希望日時をお知らせください。



店舗 HP

アイラブ麦茶♡



昔から夏の風物詩といえば麦茶！ ですが、では一体なぜ麦茶なのでしょう？ そこには理由があります。

児童クラブでも
麦茶の提供を行っています

夏に麦茶を飲む効能

1. 体を冷やす作用（清涼効果）

麦茶には「身体を冷やす」作用があると、東洋医学ではいわれています。

2. カフェインゼロで安心

麦茶にはカフェインが含まれていない為、こどもや妊婦さん、お年寄りでも安心して飲めます。

3. ミネラル補給ができる

汗をかくと失われるミネラル。麦茶にはカリウム、マグネシウム、リンなどが含まれており、水分と一緒にミネラルが補給できます。

4. 抗酸化作用

麦茶には「アルキルピラジン」という成分が含まれており、血液サラサラ効果や、抗酸化作用に役立つとされています。

5. 胃に優しい

冷たい飲み物は胃に負担がかかりやすいですが、麦茶は刺激が少なく胃にもやさしいといわれています。



汗をかいた後の
麦茶は最高！！

写真 なかよし児童クラブ



特集2

浴衣を着てレッツチャレンジ！ 盆踊りへ行こう

もうすぐ夏休み。街角で盆踊りやお祭りの音色を耳にすると、どきどきわくわくしませんか。なかでも盆踊りは上手く踊れるか心配で、なかなかチャレンジできない方も多いのでは？ 今回そんなみなさんのために盆踊りのルーツや楽しむコツを藤沢市民踊協会会長の小林登久さん、永井俊子さんのお二人に伺いました。



藤沢市民踊協会のお二人。右が会長の小林登久さん、左が永井俊子さん。



小林さん 盆踊りのそもそものはじまりは一遍上人が江の島の岩屋でぐるぐるとめぐるって踊りはじめた踊り念仏がルーツだといわれています。念仏を唱えて気持ちが高まって跳ねているうちに楽しくなってきた、それに自然と手足の振りがついてきた。そんな踊りの楽しさこそが原点だったのではないのでしょうか。私たち藤沢市民踊協会でも春と秋に開かれる遊行寺の開山忌には、毎回、その踊り念仏を奉納しています。

永井さん 私たちが楽しんでいる民踊はいまでは1万曲以上もあって、人によって振りつけされた踊りもあれば民衆のなかから自然に生まれ、受け継がれている踊りもあります。先祖や仏の供養のため、豊作祈願や労働の手振りを模したものなど、そのペースはじつにさまざま。盆踊りはそのなかでも大切な行事の一つです。盆踊りには郷土色が豊かで地域の名所や名物を織り込んだ、親しみやすいものが多いですね。

小林さん 遊行寺ゆかりの「遊行ばやし」、「藤沢シャンシャン踊り」、「江の島ヨット音頭」、「片瀬音頭」など、地元の踊りもたくさんあります。歌詞にみなさんおなじみの景色が登場するので、楽しいと思いますよ。踊りの大会のときなどには、これらの藤沢の踊りを演目のなかに取り入れて、みなさんに楽しんでもらえるようにしています。

永井さん あと、盆踊りには「炭坑節」と「東京音頭」は欠かせませんよね。初心者の方におすすめなのはやっぱり「炭坑節」。掘って、掘ってまた掘って…という、あのおなじみの振りですが、本来は炭坑で石炭を掘り、それを袋に背負って運ぶきつい労働をうつした力強い踊り。ですが、盆踊りのときは楽しく踊っていただければ大丈夫。私たちがお教えしますので、どうぞ安心していらしてください（笑）。

小林さん 踊ることは、何より身体の健康、頭の体操になりますね。美しく踊るコツなどは確かにありますが、私たちはまずは楽しく踊ることを一番のモットーにしています。7、8月は私たちも秩父宮記念体育館で盆踊り大会を行います。服装は自由ですが、体育館で行いますので、室内履き、もしくはぞうりをお持ちください。お持ちでしたらどうぞ浴衣で。申し込みも不要ですので、ぜひご参加ください。そしてもっと踊りたくなったら、いつでも藤沢市民踊協会へご入会ください。お待ちしております（笑）。

藤沢市民踊協会の盆踊りイベント

7月16日(水)「納涼大会」12:00～15:00

8月7日(木)「盆踊り」16:00～18:30

会場はいずれも秩父宮記念体育館メインアリーナ

TEL.0466-36-3239(藤沢市民踊協会)

参加自由

あいちふじおし楽





第18回 藤沢宿 「遊行の盆」



創作盆踊り「遊行ばやし」と各地から選りすぐられた「日本三大盆踊り」がそろそろ夏らしさ満点の踊りの祭典。藤沢駅北口、遊行寺の二会場で日を分けて開催。駅前では圧巻の「流しおどり 遊行ばやし」、遊行寺会場ではやぐらを組んだ、昔ながらの風情ある大盆踊り大会などが楽しめます。

浴衣に身を包んで踊りの輪に入れば、自然と体が踊りだす…かも♪ 屋台の出店も予定されており、お祭り気分も味わえます。

日 時: 7月26日(土)～27日(日)

会 場: 初日…藤沢駅北口/2日目…遊行寺

詳細は二次元コードより確認してください。

※プログラムなどは予告なく変更になる場合があります。



公式HP

問い合わせ先: 藤沢宿・遊行の盆実行委員会
TEL.0466-27-8888

第19回 辻堂かいひん盆踊り 「辻の盆」



毎年たくさんのひとで賑わう海辺の盆踊り。初心者でも楽しめる「みんなで盆おどり」に、今年は「辻堂音頭」が初登場。その他特別出演として、和太鼓、阿波おどり、マーチングバンドなど、華やかで多彩なショーが楽しめます。会場の「子ども遊びコーナー」ではスライム作り、ヨーヨーつり&的当てゲームなどの体験も。模擬店も多数出店し、お祭り気分を盛りあげます。

日 時: 7月19日(土)～20日(日)

模擬店: 15:00～20:30

盆踊り: 17:00～20:30

会 場: 県立辻堂海浜公園芝生広場

※雨天中止

問い合わせ先: 同公園管理事務所
TEL.0466-34-0011



公式HP

盆踊りについて興味を持ったなら、ぜひ気軽に踊りましょう！
今回は地元2か所の盆踊り大会をピックアップ♪





ZOOM in ふじさわ



さよなら

～レストラン・アプローズ～



1986年にオープンした藤沢市民会館のレストラン「アプローズ」。藤沢市民会館の建て替えによる休館のため、2026年2月末、40年の歴史に幕を閉じます。今回は、そんなレストラン「アプローズ」にズームイン！



アプローズの昔と今

開業当時



開業当時の お店の様子

お料理の見本がならんでいました。ショーケースもあったんですね。



お店の前の生花は、開業当時から飾られています。



現在



現在の お店の様子

今は写真がたくさん並んでいます。ドリンクバー付きランチは900円、限定各20食です。



天井にはかわいい模様も♪

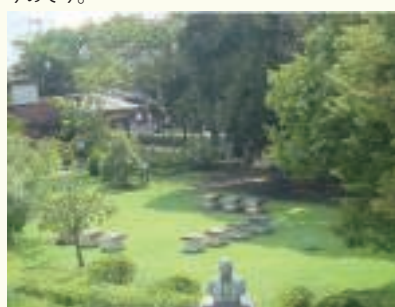


壁の絵も素敵です！

お客様を出迎える生け花は、見る人の心を清らかにしてくれます。

アプローズのここがおすすめ！

なんといっても、窓から見える前庭の景色。四季折々の花々や美しい緑が楽しめます。帰りには、写真左上の旧近藤邸に立ち寄るのもおすすめです。



ホットアップルタルト¥650



チキンのジャリャピンソース¥900



ピザサンド¥650



ポーク生姜焼き¥1000

そしてもちろん、リーズナブルで美味しい食事&スイーツの数々。藤沢産の食材を利用したメニューなど、お子様からお年寄りまで幅広い世代のみなさんが楽しめるメニューが盛り沢山です。
※ピザサンドは14:00からのくつろぎtime 限定。

アプローズ公式 Instagram では今日のランチを毎日更新中！



わたしたちのアプローチ ～ 愛用者の声 ～ 高橋 泰子さん

アプローチに通い続けてなんと35年！ 毎日のように通っているという高橋さんにお話を伺いました。



アプローチに初めて来たのはいつごろですか？ どんなきっかけでしたか？

35年前に友人の結婚式の二次会で来たのがはじめです。

アプローチのどんなところが好きでしたか？

手作りのお食事は全て信じられないくらいリーズナブルで、とっても美味しい。

歴代のスタッフのみなさん、接客を生き生きとされており、優しい気配りとお声掛けをいただく中で、楽しいやり取りをしてくださる。サービスマンとして本当に素敵です。

窓から見えるお庭を見ながらの食事は格別です。今はネモフィラやつつじが綺麗ね。お水足りているかしら…なんてスタッフの方とお話したり。この景色もごちそうです。

よく頼んでいたお気に入りのメニューはありますか？

家では和食をよく作るの、ここでは洋食をいただくことが多いです。ハンバーグやチキン南蛮、ロールキャベツ、ビーフカレー…どれもとってもおいしい！



写真は高橋さんお気に入りのビーフカレー（サラダ付）¥800 / ロールキャベツ（ライス or パン、サラダ、スープ付）¥1000

アプローチで印象に残っているエピソードや出来事があれば教えてください。



推しスタッフの山口さんとパチリ。

ここで友人がたくさんできたことです。私と同じように頻繁に通っている方とお話したり、声を掛け合うのが楽しいです。

ここに元気に来られることが、一種の健康のバロメーターだと思っています。

アプローチが閉店すると聞いたとき、どんなお気持ちでしたか？

広報で初めて知ったときは、ショックでした。半信半疑でスタッフの方に聞いて、そのうち具体的な日にちも聞いて、ああ、本当なんだって。私たちの憩いの場がなくなってしまうことに大変残念な気持ちになりました。

もし可能であれば、市民会館閉館後もなんらかの形でみんなで集まってごはんを食べることができるスペースがあると嬉しいなど切実に思います。運動や趣味を楽しんだあとに、ここに来るみなさんはご高齢の方がほとんどです。建て替えまで待てない…というのが本音。せめて前庭にキッチンカーが定期的に来るような仕組みづくりをしていただくとか、仮設のカフェを建てていただくとか…みなさん高齢ですので、冷暖房完備だと有難いですね。なんとかみんなの憩いと安らぎの場所を継続していただければと、常連のみなさん一同切に願っています。



最後に、アプローチの皆さんに伝えたいメッセージがあればお願いします。

とにかく感謝の一言に尽きます。「窓からの景色を楽しみながら食事をしたい」というリクエストにも可能な限り応えてくださったり、コロナ禍でも衛生面がきちんとしているのが分かるので安心して通うことができたりと、心配りが素晴らしいレストランです。

美味しい食事を囲んで友人とおしゃべりする、これは私にとってとても大切な時間。コロナ禍では、大変ご苦労されたことと思います。どんなときでもここに来れば、いつもあたたかい気持ちになれる。私にとっては心と心をつないでくれるレストランでした。Thank you so much!

レストラン アプローチ

藤沢市民会館 ホール棟 2F (60 席)

☎ 0466-26-5070

🕒 10:00 ~ 17:00 (ラストオーダー 16:30)

🗓 月曜日・祝日の翌日・年末年始

📍 奥田公園駐車場 (有料) をご利用ください



店舗HP

藤沢市民会館の財団主催イベントをご紹介します!

イベント帰りのお食事やお茶はぜひアプローチでどうぞ!

イベント詳細はこちら!



コラボ企画 アプローチ × Fujisawa MIRAI.net

レストラン アプローチ ドリンクバー引換券

Fujisawa MIRAI.net コラボ企画 ドリンクバー引換券
ご注文時にご提示いただくと、ドリンクバーが無料となります。

※お食事やデザートをご注文の方に限ります。

有効期限 2025年9月30日



私はタイのエンタメを見にバンコクへ行くのが好きです。思い切ってタイ語でコミュニケーションをとると、現地の方の素敵な笑顔や親切な人柄に触れることがあります。それは旅のとおきの瞬間で、忘れられない思い出となります。ぜひタイ旅行や、タイの方と話す機会があれば、タイ語を使ってみてください。きっと「微笑みの国」のパワーを感じられるはずです！

使ってみよう 簡単タイ語！

01 【語尾の丁寧語】 男性 → クラップ (ครับ) 女性 → カア (ค่ะ)

「～です」「～ます」に相当。丁寧な言い方に。

例

コップン + クラップ / カア

= ありがとうございます

バイバイ(さようなら) + クラップ / カア

= じゃあね、またね (丁寧)



02 【マーック (มาก)】 =とても / Very

使い方は英語の“very”と同じ感覚で OK！

例

コップン + マーック + クラップ / カア

= めっちゃありがとう！

アロイ (อร่อย) = おいしい

アロイ + マーック + クラップ / カア

= とってもおいしいです！



03 【ディー (ดี)】 =良い / Good

「いいね！」って言いたいときに使える！

例

ディー + マーック + クラップ / カア

= めっちゃいいですね！



04 【マイ (ไม่)】 =否定 / Not

英語の「Not」にあたる言葉。後ろに続く動詞や形容詞を否定します。

例

マイ + ディー → 良くない / あまり良くない

他にも

マイ アロイ (ไม่อร่อย) = おいしくない

マイ サバーイ (ไม่สบาย) = 具合が悪い / 病気っぽい



財団職員コラム

わたしの とっておき おしえます！

「こんぺこ！ こんぺこ！ こんぺこー！」私が紹介する“とっておき”は世界最大級のVTuber事務所で有名な「ホロライブ」です。VTuberとはバーチャルYouTuberの略称で、2DCGや3DCGで描画されたキャラクターを用いてインターネットやメディアを通じて動画投稿・生放送を行う配信者で、国内には1万5千人以上いるそうです。その中で一番の推しはホロライブ3期生の「兎田ぺこら」（通称ぺこちゃん）です。その愛らしい見た目とセンス光るトークや企画は日々の癒しとなっております。話題の大阪万博ではJapan Expo Paris in Osaka2025が開催され、その大トリで「ホロライブ」

が出演しました。選抜メンバー16人の中にぺこちゃんが選ばれたことは1ファンとしてとてもうれしかったです。（中継はなかったので内容は見れなかったのは残念です）

「ホロライブ」には80名を超すタレントが所属しています。ぜひ推しを探してみてくださいはいかがでしょうか。



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。

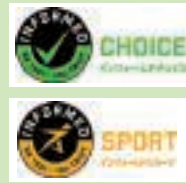
みなさんは日頃からサプリメントやプロテインを摂取していますか？ 近年、ビタミンや鉄分等栄養素への関心が増え、スポーツをしている方のみならず、手軽にインターネットから購入できるようになりました。では、飲まれている方はどのような基準で購入しているのでしょうか？ 著名人が飲んでいいるからでしょうか？ 原材料をみて、自分が求めている物が入っていて、無駄な物が入っていないからでしょうか？

今回はこれらをアンチ・ドーピングの観点から見てみましょう。実はサプリメント等の健康食品や漢方薬に関しては、すべての原材料を表示する義務がありません。そのため、原材料に載っていない成分が混入している可能性があります。実際にレクリエーションレベルの大会ではドーピング検査は行われないことが多いですが、「パッケージの原材料に載っていない」から「大丈夫」というわけではありません。国際オリンピック委員会（IOC）の調査では市販のサプリメントの14.8%に禁止物質が含まれていたとの報告もあります。では何を信頼すればよいのでしょうか？ みなさんはインフォームドチョイス・インフォームドスポーツという言葉やマークをご存じでしょうか？

※そのマークがついていれば100%安全とはいきませんが、安全性が高いため参考にしてみたいかがでしょうか？

私は2022年から侍ジャパン大学代表に帯同させていただいています。どのスポーツでも国際大会はドーピング検査対象の大会がほとんどであり、無作為に試合中に対象選手が選出されます。もしそこで陽性が出た場合は、選手自身の出場資格の喪失だけでなく、チームにも制裁が課せられる可能性があります。そのため、私が帯同する際は事前合宿時に、摂取している薬やサプリメントやプロテインについて選手に聴取しています。初めて帯同した2022年は多くの選手がそれらを摂取していることに驚き、慌てて選手へのフィードバック用紙を用意して、よりアスリートとして口から摂取する物に対しての興味をもってもらうようにしました。

このようにスポーツに関わる方であれば、口から摂取するものの安全性について、ぜひ関心をもってもらいたいです。自分にとって本当に必要なものかどうか？ これを読んでいる方がスポーツをしている選手であれば、摂取しているものを一度自分で調べてみてください。また、選手の親や祖父母であれば、お子さまやお孫さんが摂取しているものを一度気にしてみてください。



※インフォームドチョイス・インフォームドスポーツは禁止物質による汚染が起きていないことを確認するために開発されたサプリメントのための世界的な品質保証プログラムです。

私の「みらい」は ここにあり！

Vol.
01みやうち みさき
宮内 美咲輝さん

こどもの頃にみらい創造財団の事業（以下「みら財事業」）に参加したり、ボランティアスタッフや実行委員等に関わり、その後ステキな大人になって社会で活躍するみなさんに“みら財履歴”を語ってもらう新コーナー。

記念すべき初号は、幼い頃から数々のみら財事業に参加し、成人式実行委員も務め、古参の財団職員に知る者も多い宮内美咲輝さんです。

最初に参加したみら財事業は？ 何年生の時？

藤沢青少年会館のイベントにもいくつか参加したことがありますが、大きなものだとして小学校4年生の時の「藤沢子ども議会」が最初です。その後6年生、中学校1年生と3年生の時にも参加し、6年生の時には4年生で果たせなかった念願の議長も務めました。

初めて参加した4年生の時の少年の森での事前研修が特に思い出に残っていますね。同年代との初めての宿泊でしかもテント泊、薪をくべてご飯を作るのも生まれて初めての体験でとても思い出深いです。

それと、学校では上級生とはほとんど接点がなかったのが、上級生がとても大人に感じたことが印象に残っています。



思い出に残るみら財事業は？

たくさんあり過ぎて困りますが…やっぱり一番は小学校5年生から高校生まで続けたリーダー研修（現「リーダースクール」）かな。

キャンプや宿泊研修、藤沢青少年会館祭りへの出店等のいろいろな活動について、自分たちでいつ、どこで、何を、どうやってやるかを話し合っ決めていけるワクワク感があったこと、これが高校生まで参加した理由かな。夕ご飯に何を作って食べるまで、自分たちで自由に決められるってなかなかないですよ。

でもその代わり、自分たちで決めた時間やルールを守らなかったり、食事の後片付けを人任せにして遊んでいたりと仲間迷惑をかけた時は、担当職員の方に減茶苦茶怒られ…あっ、これもよい思い出ですね（笑）。自由には責任も伴うってことをリーダー研修で学んだように感じます。



大人になって思う「みら財事業で得られたこと」とは？

はじめましての人とも気おくれせずに話せ、仲良くなれること、相手の年齢も関係なく誰とでもコミュニケーションがとれる力は、間違いなくみら財事業で得られたこと、培えたことだと思います。

特にリーダー研修では、チームみんなで話し合っ行動することを繰り返す中で、自然と誰とでも話せる素養を身につけたと思います。

今ふりかえてみると、相手に分かりやすく、自分の意見や気持ちを伝えることの大切ななんかも、いろいろなみら財事業に参加していたからこそ学べたことですね、きっと。



お話を伺った当日に、当時の写真に加え、なんと子ども議会で使った机上札や配付物まで持参してくれました。（美咲輝さんのお母さんが丁寧に保管してくださっていました。感謝です、ありがとうございます！）

美咲輝さんがふと口にした「リーダー研修って、学校以外の友達と会えるから、学校で嫌なことがあっても忘れることができたんですよ」という言葉がとても印象に残りました。

疲れた時に息抜きできたり、素の自分を出せたり、時間割のない時間を過ごせたり…etc、みら財事業が持つそんな「懐の深さ」が、きっと他にはない醍醐味なんだろうと思います。私たちが大切にすべきことを再認識した時間でした。

美咲輝さん、ステキなお話をありがとうございました。

児童クラブの おやつ時間

わんぱく児童クラブ
(大鋸小学校区)

クラブ長：兼子 あゆみ

いももち

こどもたちに馴染み深い『じゃがいも』を使ったメニューである『いももち』は、甘辛い砂糖醤油の香りが部屋いっぱいに広がり、食欲をそそる、とても人気があるメニューです。

ベーコンやチーズをアレンジとして加えても、美味しくできます♪

Recipe いももち

〔材料：4人分〕

- ・じゃがいも..... 中3個（約360g）
- ・片栗粉..... 大さじ6（約54g）
- ・水..... 100ml
- ・塩..... 小さじ1/4
- ・油..... 適宜
- ・砂糖醤油（あらかじめ混ぜておく）.....
水200ml / 醤油大さじ2 / 砂糖大さじ4

〔作り方〕

- ①じゃがいもを洗い、皮をむいて厚さ1cmのいちよう切りにして、耐熱ボウルに入れる。水を加えラップをふんわりかけて電子レンジで約7分（600W）加熱する。
- ②ポリ袋に入れてめん棒でつぶす。
- ③片栗粉と塩を加えて生地をこね、楕円形にする。
- ④フライパンに油を入れ、中火で両面をこんがり焼く。
- ⑤砂糖醤油を加え、軽く火を通したら完成。



児童クラブの キュン とするおはなし

芝の子児童クラブ
(明治小学校区)

クラブ長：壺内 恵実

仲間づくり



今年の4月、芝の子児童クラブにたくさんの新しい仲間が加わりました。

入所をお祝いする「入所歓迎会」では、昨年度末の「進級お祝い会」で行った発表をそのまま引き継ぐ予定でしたが――

なんと、発表に意欲的なこどもたちから「もっとこうしたい!」という声が多くも上がり、発表内容を自分たちでアレンジしながら練習が始まりました!

ダンスを披露するグループのこどもたちからは、「新しい仲間を誘ってみてもいい?」という嬉しい相談もあり、もちろんOK! と伝え、さっそく自分たちで貼紙を作り、クラブ内に仲間募集の呼びかけをしてくれました。

その様子に刺激を受けたカップスの発表グループも、同じように仲間募集をスタート。そして、声をかけられた1年生や4年生の新入所児童が、自ら「やってみたい!」と発表の練習に加わってくれたのです。

入所して間もない時期にも関わらず、こどもたちが自分たちから仲間を誘い合い、一緒に活動する姿に、思わず「**キュン♡**」とさせられました。

※カップスとはブラカップと拍手で、音楽に合わせてリズムを作るパフォーマンス♪



カップス
発表中!



児童クラブの あそび

どろんこ児童クラブ
(鵜飼小学校区)

クラブ長：浪川 征子

つながる遊び



児童クラブでは、様々な遊びが日々展開されています。
4月に入所した1年生は、上級生の姿を見て一緒に遊んだり、真似してみたりする中で成長していきます。

どろんこ児童クラブでは、入所歓迎会で披露された『ジターリング』にたくさんの1年生が興味を持ちました。児童クラブへ来ると「ジターリングやっていい？」と尋ねてくるのがたくさんいました。金属製の輪のため、遊んでいるうちに手が黒くなりますが、それでも何度も挑戦するこどもたち。できるようになった時の笑顔は素敵なものでした。1年生が遊んでいるのを見ている上級生も負けじと一緒に遊び、できる技を得意げに披露します。

ジターリングだけではなく、サッカーや鬼ごっこ、けん玉に折り紙…。様々な遊びを通して、上級生から新入生へ児童クラブの遊びが引き継がれていきます。

これが
「ジターリング」です♪



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

編集長の つぶやき

一度編集から離れましたが、この度、編集責任者（編集長）として再び編集に関わることとなりました。編集担当者として関わった記念すべき第1号発刊から早10年が経ち、第42号を数える「Fujisawa MIRAI.net」。

今号から改めて「人」にクローズアップすること、自分たちの色やアイデア、センスを存分に発揮すること、そして市民の方々はもちろん、約600名の財団職員も心待ちにするような誌面を作ることを目標に掲げています。

新たなコーナーも加え、これでもか！ というくらいに財団の魅力を伝える「Fujisawa MIRAI.net」にしていきたいので、乞うご期待ください。

(編集長：スポーツ事業課 金子昭仁)



いままでの
バックナンバーは
こちらからどうぞ

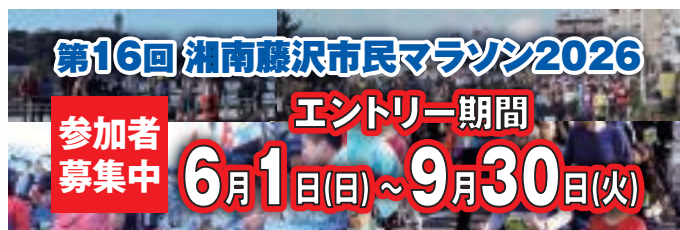


第16回 湘南藤沢市民マラソン2026

参加者
募集中

エントリー期間

6月1日(日)～9月30日(火)



スイミングライフ
応援しています。

きりきり
ドド
水の中!!

Swimming Life

水着・スイミング・ゴーグル・みるせ入・ボードバシ機

(有) ルートワン

〒105-0023 東京都港区新保1-22-4 1F 03-3951-9224

秋葉台記念体育館、秋葉台文化体育館(以上スポーツ用品のみ) 八潮公園プール、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。



2025 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
藤沢市打展 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
藤沢市鶴沼東 8-2
秩父宮記念体育館内

■秩父宮記念体育館
☎ 0466-22-5355
FAX 0466-28-5749
藤沢市鶴沼東 8-2

▲鶴沼運動施設
☎ 0466-36-1607
FAX 0466-36-1754
藤沢市鶴沼海岸 6-12-1

◆秋葉台運動施設
体育館
☎ 0466-88-1111
プール
☎ 0466-88-1811
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
藤沢市鶴沼東 8-1
藤沢市民会館内

総務課

●事務局総務課
☎ 0466-21-7861
FAX 0466-50-8263
藤沢市朝日町 1-1
藤沢市役所分庁舎 2 階

〈当〉…当日参加OKの
イベント

7月 july

1	火	●藤沢市展〈書道〉 〈当〉藤沢市民ギャラリー
2	水	▲森っこプレーパーク〈当〉 9:00~16:30 ■つじりんと遊ぼう! びーか・ぶー ■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
3	木	■子育てママのパソコン講座 9:30~12:00
4	金	▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
5	土	■もったいないネット 9:00~9:45 ■小さな映画館〜七夕まつり〜 16:00~18:00 ▲稲作体験学習〈草刈り〉 9:30~11:30
6	日	
7	月	
8	火	
9	水	■ワーキングママのパソコン講座 9:30~12:01 ▲森っこプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
10	木	■子育てママのパソコン講座 9:30~12:00
11	金	▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
12	土	■トンボロを歩いてパブリックアート散歩 11:00~13:00 ★こども体験クラブ植物染め13:00~15:00
13	日	
14	月	
15	火	
16	水	■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 ▲森っこプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
17	木	■子育てママのパソコン講座 9:30~12:00
18	金	■サードプレイス×たんぼぼ 10:30~16:30 ▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:00
19	土	■ヤングスクエア〜タブレットでブログ ラミング〜 9:30~11:30 ★あそびスタジオ10:00~11:40 ●ビーチバレー海の日記念大会 (鶴沼海岸常設ビーチバレーコート)
20	日	★現役博士による科学実験教室① 10:00~12:00 ★現役博士による科学実験教室② 13:30~15:30 ▲サンデープレーパーク〈当〉 13:30~15:30 ▲八幡公園『夏の救急フェア』 ●ビーチバレー海の日記念大会 (鶴沼海岸常設ビーチバレーコート)
21	月・祝	■作って遊ぼう!SAKUSAKU! 10:30~11:30 ▲夜の森たんけん 18:30~20:30
22	火	■チームレスキュー 9:30~11:30
23	水	■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
24	木	■子育てママのパソコン講座 9:30~12:00 ■私たちにもできる支えあいのまちづくり 9:30~11:30
25	金	■サードプレイス×たんぼぼ 10:30~16:30
26	土	★大工の学校 9:00~12:00 ▲夏の夜の自然観察 18:30~21:00
27	日	●ヨットスクール ■陶芸教室 10:00~12:00 ▲キャンプファイア! 19:30~20:30 ●おはよう! キュンとすまの。藤沢 ラジオ体操2025 (秋葉台公園球技場) (サンパール広場)
28	月	■ジュニア卓球教室 (低) 7/28~8/1 9:30~11:30 ■SDGsチャレンジャー 9:30~11:30 ★夏休み! みんなであつまって宿題& ごはんしよう! 10:00~12:30
29	火	★夏休み! みんなであつまって宿題& ごはんしよう! 10:00~12:30
30	水	■ITサロン 13:00~16:30 ★夏休み! みんなであつまって宿題& ごはんしよう! 10:00~12:30 ★夏休み! みんなであつまって宿題& ごはんしよう! 10:00~12:30 ●神奈川県中学生ビーチバレー大会 (鶴沼海岸常設ビーチバレーコート)
31	木	

8月 august

1	金	★夏休み! みんなであつまって宿題& ごはんしよう! 10:00~12:30
2	土	▲親子キャンプ 13:30~翌10:00 ▲キャンプファイア② 19:30~20:30 ●ビーチバレー湘南 (鶴沼海岸常設ビーチバレーコート)
3	日	●ビーチバレー湘南 (鶴沼海岸常設ビーチバレーコート)
4	月	■ジュニア卓球教室 (高) 8/4~8/8 9:30~11:30 ■まんが家講座 9:30~11:30 ◆みらい水泳大会 in 秋葉台
5	火	■パソコン教室Ⅰ (低) 9:30~11:30 ◆秋葉台カヌーDay
6	水	●ふじさわ文化体験学習事業Ⅰ泊2日「遊 行寺に泊まろう」@清浄光寺 ■つじりんと遊ぼう! びーか・ぶー ■パソコン教室Ⅰ (高) 9:30~11:30 ◆秋葉台カヌーDay
7	木	■SDGsチャレンジャー ■パソコン教室Ⅱ (低) 9:30~11:30 ◆秋葉台カヌーDay
8	金	■パソコン教室Ⅱ (高) 9:30~11:30 ◆秋葉台カヌーDay
9	土	■私たちにもできる支えあいのまちづくり 9:30~11:30 ▲親子キャンプ 13:30~翌10:00 ▲キャンプファイア③ 19:30~20:30
10	日	▲親子キャンプ 13:30~翌10:00
11	月・祝	■キッズマネースクール 9:30~11:30 ◆車いすバスケットボール体験 ●ビーチバレージャパン (鶴沼海岸ビーチバレーコート)
12	火	■チョークアート 9:30~11:30 ●ビーチバレージャパン (鶴沼海岸ビーチバレーコート)
13	水	●ビーチバレージャパン (鶴沼海岸ビーチバレーコート)
14	木	
15	金	
16	土	■ヤングスクエア〜Nゲージ運転会〜 9:30~11:30 ▲親子キャンプ 13:30~翌10:00 ●全日本ビーチバレーボール U15選手権大会4人制
17	日	▲木のおもちゃ作り 10:00~11:30 ●全日本ビーチバレーボール U15選手権大会4人制
18	月	◆秋葉台キッズアクアスロン
19	火	◆秋葉台カヌーDay ★夏休み! エンジョイ石名坂
20	水	■アロマワックスサシェ ①10:00~11:30 ②13:00~14:30 ▲こどもキャンプ13:30~翌11:30 ◆秋葉台カヌーDay
21	木	■私たちにもできる支えあいのまちづくり 9:30~11:30 ◆秋葉台カヌーDay
22	金	◆秋葉台カヌーDay
23	土	■SDGsチャレンジャー 9:30~11:30 ▲親子キャンプ 13:30~翌10:00
24	日	▲キャンプファイア④ 19:00~20:00
25	月	■石けんづくり ①9:30~11:30 ②13:00~15:00 ★夏休み! みんなであつまって宿題&ご はんしよう! 10:00~12:30 ▲泳力認定進級テスト (八幡公園プール)
26	火	■チームレスキュー 9:30~11:30 ★夏休み! みんなであつまって宿題& ごはんしよう! 10:00~12:30
27	水	■SDGsチャレンジャー 9:30~11:30 ★夏休み! みんなであつまって宿題& ごはんしよう! 10:00~12:30
28	木	★夏休み! みんなであつまって宿題& ごはんしよう! 10:00~12:30
29	金	■夏の工作 9:30~11:30 ★夏休み! みんなであつまって宿題& ごはんしよう! 10:00~12:30
30	土	■作って遊ぼう!SAKUSAKU! 9:30~11:30 ▲天体観望会① 19:30~21:00 ●こどもオペラ〜ヘンゼルとグレーテル 〜(藤沢市民会館小ホール)
31	日	

9月 september

1	月	
2	火	
3	水	■つじりんと遊ぼう! びーか・ぶー 10:30~11:30 ■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 ▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30 ▲森っこプレーパーク〈当〉 9:00~16:30 ●ワンコイン・コンサート① (藤沢市民会館小ホール) 11:00~11:40
4	木	■子育てママのパソコン講座 9:30~12:00
5	金	▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
6	土	■もったいないネット 9:00~9:45 ■小さな映画館 10:30~11:45 ★親子にっこり講座
7	日	★親子にっこり講座 ▲季節の森さんぽ〈当〉 13:30~14:30
8	月	
9	火	
10	水	■Happy子育て 10:00~11:30 ■ワーキングママのパソコン講座 9:30~12:00 ▲もりとかぜプレーパーク〈当〉
11	木	■子育てママのパソコン講座 9:30~12:00
12	金	▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
13	土	■作って遊ぼう!SAKUSAKU! 10:30~11:30 ●湘南オープンウォータースイミング 2025江の島スイムツアー (片瀬東浜)
14	日	
15	月・祝	
16	火	◆秋葉台ベブイスムDay ★ベブイスムDay in 石名坂
17	水	■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 ▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
18	木	■子育てママのパソコン講座 9:30~12:00
19	金	■サードプレイス×たんぼぼ 10:30~16:29 ▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
20	土	●自然体験活動事業Ⅰ泊2日@朝霧野外活 動センター ■ヤングスクエア9:30~11:30 ★あそびスタジオ10:00~11:40 ▲親子ヨガ10:00~11:00 ▲持込デント泊13:30~翌10:00
21	日	▲サンデープレーパーク〈当〉 13:30~15:30
22	月	
23	火・祝	
24	水	■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 ▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
25	木	■子育てママのパソコン講座 9:30~12:01
26	金	■サードプレイス×たんぼぼ 10:30~16:29 ▲もりとかぜプレーパーク〈当〉 9:00~16:30
27	土	■チームレスキュー 9:30~11:30 ★こども体験クラブ 13:00~15:00 ▲親子ヨガ 10:00~11:00 ▲持込デント泊13:30~翌10:00 ◆藤沢市民まつり (フリーマーケット)
28	日	▲稲作体験学習 (稲刈り) 9:30~11:30
29	月	
30	火	

(公財) 藤沢市みらい創造財団HP
<https://f-mirai.jp/>



※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。