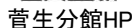


発行:川崎市宮前市民館菅生分館 開館時間9:00～21:00
〒216-0015 川崎市宮前区菅生5-4-11
電話:044-977-4781 FAX:044-976-3450
E-mail:88sugasi@city.kawasaki.jp



創刊号！！
1962年11月15日発行

おかげさまで、菅生分館よりは、昭和62年11月の創刊から、
この度200号を迎えることができました。

これまでのご愛読と温かいご支援に、心より感謝申し上げます。

これからも、菅生分館の情報や地域の魅力をお届けできる
菅生分館だよりを目指してまいりますので、
どうぞよろしくお願いいたします。

第100号



どんなパパになりたいですか？

お子さんと一緒にしたいことは何ですか？
小学生、中学生…成長していくお子さんと、

どんな関係でいたいですか？

パートナーやお子さんにしてあげたいことと、

本当にやってほしいことって、一緒なのかな？

子育てについて未来を想像し、

そのために今からできることを一緒に考えてみませんか。



事業詳細のHP

対象・定員：

概ね令和7年4月～令和8年3月生まれの第1子のお子さまをもつ父親
14人（対象年齢が、第2子以降のお子さまの場合はご相談ください）

保 育： 別室保育7人（先着順）
1回目親子同室、2回目から別室保育

受講料：AED講習費400円
ただし、別室保育利用の場合は、
子ども1人につき保育保険料・雑費
900円、初回集金。

申込み：＜先着順＞

9月15日（火）10時から 電話、来館
9月16日（水）から 区HPにて受付

日にち		内容	時間は全て10～11時半
1	10月 4日(日)	・赤ちゃんからできるリズム体操 ・オリエンテーション	ご家族で参加可
2	10月18日(日)	子どもの発達・成長について学ぼう	
3	11月 1日(日)	子ども・パートナーとのコミュニケーションについて学ぼう	
4	11月15日(日)	AED講習・誤えんへの対処法【公開講座】	
5	11月29日(日)	振り返り・先輩パパのお話を聞いてこれからを考える	
6	12月13日(日)	みんなで座談会♪ 講座のまとめ	

※ご案内の内容は、都合により変更される場合があります。最新のお知らせは、ホームページにてご確認いただくか、お問い合わせください。

今日からはじめる 姿勢改善体操

市民自主
企画事業



参加無料

姿勢のくずれ、慢性的な痛みに
悩んでいませんか？



【第1回】10月15日(木) 14:00～16:00

健康のために必要な3要素

講話・姿勢改善、痛み改善（膝痛）、予防に効果的なストレッチ・簡単な筋トレ

【第2回】10月23日(金) 10:00～12:00

呼吸が変わると姿勢、睡眠の質が変わる

講話・呼吸法、姿勢改善、痛み改善（肩こり）、予防に効果的なストレッチ

【第3回】10月31日(土) 10:00～12:00

効果倍増！正しいストレッチと筋トレの方法

講話・姿勢改善、痛み改善（腰痛）、予防に効果的なストレッチと簡単な筋トレ

会場 菅生分館 集会室

事業詳細のHP

対象 おおむね50歳以上の関心がある方

定員 各回受付30人

持ち物 タオル・飲み物

講師 中高老年期運動指導士 安藤千草氏

申込み 9月17日(木) 10時から

HP・電話・来館にて先着順

●企画運営：いきいき健康クラブ

毎月
第4木曜日

おしゃべり
サロンすがお

課題別
連携事業



みんなで集まっておしゃべり
しませんか。

いつ 毎月第4木曜日10時～11時半
ただし、9月は第3木曜日

どこで 菅生分館学習室
だれが どなたでも。予約不要
当日直接お越しください

飲み物代
100円



事業詳細のHP

これからの
予定

- 9月17日 自由におしゃべり
- 10月22日(仮) 高齢者介護予防について考えよう

●企画運営：おしゃべりサロンすがお企画委員会

おしゃべり
スマホひろば

現代的課題
学習事業



スマートフォンの体験談やお勧めしたいことなどの
あれこれをみんなでおしゃべりしませんか。

スマホ相談会ではなく、スマホを通じたおしゃべりを楽しむ場です。

日程：毎月第2水曜日
時間：13時半～15時
場所：菅生分館 学習室
申込み：毎月1日10時から 電話、来館にて
定員：20人（先着順）

これからの予定

- 9月9日
- 10月14日



事業詳細のHP

●協力：ゆるゆるスマホサポーターズ

児童室で
あそぼうDay

出入り自由



事業詳細のHP

子育て支援
啓発事業



菅生分館の「児童室」を、小さなお子さんが遊べるように開放しています。
ママパパの地域でのつながりの場、お子さん同士の遊びの場として、ぜひご活用ください。

特別企画

日時 奇数月の第2日曜日 13時～16時

対象 未就学児とその保護者

11月8日(日)
13:00～15:00

同日開催
11月8日
1月10日

フレンド+
おもちゃ病院



こわれて、つかえなくなった
おもちゃ、そうだんしてみませんか？

時間：13時～16時(受付終了15時)
受付：事前にご予約ください。
菅生分館(044-977-4781)
日程：奇数月の第2日曜日



事業詳細のHP

●企画運営：菅生おもちゃドクターの会

お知らせ

9月・10月・11月の休館日

9/24(木)、10/19(月)、11/16(月)

※ご案内の内容は、都合により変更される場合があります。

最新のお知らせはホームページにてご確認ください、お問い合わせください。

申込みの際の氏名、住所、電話番号等は個人情報保護法に基づき、事業執行の目的に限り使用します。
主催表示のない事業は、川崎市教育委員会が主催する事業です。