

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

長久保公園 ☎(34)8422 ☎管理事務所休所日 ☎(36)6700 ☎月曜日、祝日の翌日

■緑化講習会 ◆⑦盆栽講習会 11月9日(日)午前10時～11時30分。講師=湘南盆栽会。15人。 ◆⑧趣味の園芸でおなじみの井上まゆ美先生に教わるハンギングバスケット 11月12日(火)午後1時30分～3時30分。講師=河野自然園井上まゆ美氏。市内在住の方20人。費5500円。

◆⑨花屋さんが教える初心者のためのクリスマスフラワーアレンジメント 11月14日(木)午前10時～11時30分◎午後2時～3時30分。講師=ルッカ代表斉藤雄太氏。市内在住の方各回20人。費4000円。

◆⑩みどりの展示会 ◆神奈川県さつき会「さつき秋季展示会」 11月1日(金)～3日(日)午前10時～午後4時。

◆藤沢菊花会「菊花展」 11月4日(月)～14日(木)午前10時～午後4時。

こぶし荘 ☎(45)3121 ☎(45)3126 休館日=月曜日 申し込みは午前9時～午後4時

◆サークル共催事業「3B体操体験」 ◎11月1日(金)、15日(金)◎11月8日(金)、22日(金)。ともに午前9時30分～11時、全2回。市内在住の60歳以上の方各15人。◎10月17日(木)から電話・来館で。

◆水中運動入門講座～泳げなくても大丈夫。無理なく楽しく全身運動 11月14日～12月5日毎週木曜日午前10時15分～11時30分、全4回。市内在住の60歳以上で初受講の方15人。◎10月18日(金)から電話・来館で。

◆サークル共催事業「コーラス体験」 11月5日(火)午後1時30分～3時30分。市内在住の60歳以上の方16人。◎10月19日(土)から電話・来館で。

◆冬のお花の寄せ植え教室 11月7日(木)午前10時～正午。講師=長久保公園職員。市内在住の60歳以上の方12人(抽選)。費1500円。◎10月23日(火)までに電話・来館で。

◆バレエストレッチ講座～美しい音楽に合わせて心も体もリフレッシュ 11月12日(火)午前10時～正午。講師=大山麻子氏。市内在住の60歳以上の方20人(抽選)。◎10月29日(火)までに電話・来館で。

◆郷土歴史散策～龍を探して江の島散策 11月20日(火)午前9時30分～午後0時30分。江の島周辺。講師=江の島・藤沢ガイドクラブ。市内在住の60歳以上の方20人(抽選)。費900円。◎11月1日(金)までに電話・来館で。

辻堂青少年会館 ☎(36)3002 ☎(36)3988 休館日=第3月曜日

◆つじせいもつたいないネット 11月2日(日)午前9時～9時45分。食料品の配布。子育て中の家族20組。◎10月10日(木)午前9時から電話・来館で。

◆⑭16mmアニメ上映会 11月2日(日)午前10時30分～11時30分。小学生スタッフが選んだ作品を上映。子と保護者15人(抽選)。

◆⑮つじりんパークで遊ぼう「ぴーか・ぶー」 11月6日(水)午前10時～11時30分。親子のふれあい遊び。5歳までの子と保護者20人(抽選)。

◆⑯ワーキングママのパソコン講座 10月30日～11月20日毎週水曜日午前9時30分～正午、全4回。Excel初級。講師=ITサロン藤沢。成人女性8人(抽選)。費2000円。

◆⑰子育てママのパソコン講座 10月31日～11月21日毎週木曜日午前9時30分～正午、全4回。Excel仕事術。講師=ITサロン藤沢。成人女性8人(抽選)。費2000円。

◆⑱Nゲージ運転会 11月9日(日)◎午後1時～2時◎午後2時15分～3時15分。小学生各回10人(抽選)。

◆サークル共催事業「カラオケを気軽に楽しもう！」 11月2日(日)、20日(火)午後1時～3時、全2回。講師=カラオケやすらぎ会講師青木重子氏。市内在住の60歳以上の方15人。◎10月19日(土)から電話で。

◆中医養生ヨガ®で冬に負けない心体づくり 11月6日(水)午前10時45分～午後0時15分。講師=ヨガインストラクター中村乃梨子氏。市内在住の60歳以上の方20人。◎10月23日(火)から電話で。

◆湘南なぎさ荘 ☎(36)2315 ☎(36)1171 休館日=月曜日 申し込みは午前9時～午後4時

◆ゆがみ調整講座～全身の運動性を高める！ 11月2日(日)、30日(土)午後1時15分～2時45分。講師=小野口秀治氏。市内在住の60歳以上の方各日30人。◎10月18日(金)から電話・来館で。

◆第30回湘南なぎさ祭～風と潮騒のメロディにのって 11月9日(日)、10日(月)午前9時10分～午後3時。サークル作品展、発表会、模擬店、コンサートほか。市内在住の方。

◆お祭りアクアピクス 11月9日(日)、10日(月)◎午前11時～正午…楽しい音楽で動いてみよう！◎午後1時10分～2時10分…プールで体をストレッチ。ともに市内在住で身長130cm以上の方各回15人。◎10月23日(火)から電話・来館で。◎同日の重複申込不可。

ふじさわ宿交流館 ☎(55)2255 ☎(20)5152 休館日=月曜日、祝日の翌日

◆①宿場寄席 11月22日(金)午後2時～3時30分。40人(抽選)。

◆②太田プロ爆笑ライブ 12月1日(日)◎正午◎午後2時。各回40人(抽選)。

◆③湘南エールアンサンブルがお届けするクリスマスコンサート 12月7日(土)午後2時～3時30分。40人(抽選)。

◆④ふれあい寄席 12月14日(土)午後1時30分～4時。出演=かながわ楽笑会。40人(抽選)。

◆⑤音の場(オトノバ) 10月26日(土)午前10時～正午。打楽器で遊ぶ(楽器初心者可)。※楽器の持ち込みも可。講師=TOKIDOKI。

◆⑥善ちゃんとおんの人々が楽しむ紙芝居 10月26日(土)午後2時～3時。「江ノ島五頭龍伝説」、「一遍上人」ほか。

◆⑦秋の華道展 11月16日(土)、17日(日)午前9時～午後4時。※16日は午前9時から公開生け込み、17日は午前10時～午後4時に生花体験教室(30人)あり。

◆⑧秋色の慶応大学周辺を巡り、遠藤の自然と花農園・柿狩りを楽しむ 11月12日(火)午前9時30分～午後3時。※荒天中止。50人。費1000円。◎10月22日(火)午前9時から電話で。

◆⑨日蓮と忍性の足跡を江ノ電沿線にたどり、湘南の秋を歩く 11月22日(金)午前9時30分～午後1時。※荒天中止。50人。費1000円。◎11月1日(金)午前9時から電話で。

◆⑩ワークショップ ◆クリスマスツリーのタペストリー 11月19日(火)午後1時～3時。講師=蔵のチクチク宮原かほる氏。15人。費1800円。◎10月25日(金)午前9時から電話で。

◆⑪Vividカード～和紙に書と絵でメッセージ 11月30日(土)午後1時～3時。講師=vividアートウエーブ山口淳子氏。

少年の森 ☎(48)7234 ☎(48)7249 休所日=月曜日

◆⑫大工さんとあそぼう 10月27日(日)午前10時～正午。※雨天中止。木を使った自由工作。市内在住・在勤・在学の幼児～小学3年生と保護者20人(抽選)。費300円。

◆⑬親子キャンプ塾 11月9日(日)午前10時～午後3時。野外炊事などの入門講座。市内在住・在勤・在学の子と保護者8組(抽選)。費1人750円。

◆⑭は10月11日(金)～15日(火)、⑮は19日(土)～23日(水)(公財)藤沢市みらい創造財団の囲から。

CULTURE SPACE カルチャースペース

特集 「デコ活」を心がけましょう 冬こそ！

デコ活とは 大気中の二酸化炭素(CO2)が増えたことで、地球温暖化が進み、気候変動に伴う自然災害が増えています。「デコ活」は、二酸化炭素を減らす脱炭素と、環境に優しいエコ、活動・生活を合わせた新しい言葉です。

実は、エネルギーの使用量が増える冬 一年の中で最も電気代がかかるのは、エアコンの使用量が増える夏季だと思われがちですが、季節別の平均電気代を比較すると、実は冬季が最も高くなる傾向にあります。

デコ活アクションにチャレンジ！ 暮らしが豊かになり、さらに脱炭素につながる取り組みを「デコ活アクション」といいます。

Table with 2 columns: 分類 (住まいに関する事、食事に関する事、職場に関する事、移動に関する事、衣服に関する事、買い物に関する事) and アクション (電気代をおさえる断熱省エネ住宅に住む、LED・省エネ家電などを選ぶ、節水できる機器、高効率の給湯器を選ぶ、太陽光発電など、再生可能エネルギーを取り入れる、ごみはできるだけ減らし、資源としてきちんと分別・再利用する、宅配便は一度で受け取る、食材を使い切ったり、食品を残さず食べたりして食べ残しゼロにする、地元産の旬の食材を積極的に選ぶ、通勤時間の削減などにつながるテレワークを活用する、環境にやさしい次世代自動車を選ぶ、できるだけ公共交通・自転車・徒歩で移動する、クールビズ・ウォームビズ、サステナブルファッションに取り組む、はかり売りを利用するなど、好きなものを必要な分だけ買う)

冬にオススメのデコ活アクション 衣・食・住から、冬を暖かく過ごすためのポイントを紹介します。

太い血管のある首・手首・足首を重点的に温めると体全体が温まります 根菜類やショウガなど、体を温める効果のある食材を積極的に食べましょう 断熱シートや厚手のカーテンなどで窓から温かい空気を逃さない工夫をしましょう

藤沢の美しい街並みやすてきなお店、地元で育った農産物を、これから先もずっとつないでいくために、デコ活してみましよう。問い合わせ 環境総務課 ☎内線3315、☎(50)8417

ふじさわ省エネチャレンジ2024を実施します！ デコ活アクションを取り入れて電気代を節約しつつ、環境にやさしい取り組みを実践しましょう。家庭部門と事業所部門があり、電気の契約ごとに参加可能です。詳細は環境ポータルサイト「ふじさわエコ日和」へ。

第27回ふじさわ環境フェア Eco2まつり2024 地球にCOOLなそよ風を～今日の気づきが未来を変える 環境保全や地球温暖化防止について、子どもから大人まで楽しみながら学べるイベントを開催します。

とき 11月9日(日)午前10時～午後3時 ところ 市民会館 内容 ★市民団体や事業者、大学などによる環境活動などの展示ブース ★スタンプラリー抽選会(◎正午◎午後2時45分) ★環境クイズ王決定戦！(午後0時30分) ★ワークショップ、体験ブース、飲食ブース ★【同時開催】こども服の譲渡会



公式LINEアカウント「COOL CHOICE藤沢」 毎週金曜日に、省エネや節電など、暮らしに役立つエコ情報や、環境に関するイベントのお知らせなど、知ってトクする情報を配信しています。