

2021年11月1日発

# 北山田 KITAYAMAT 地区センター NEWS 11月号



最新情報は  
HPから



横浜市都筑区北山田2-25-1/電話045-593-8200  
休館日：11月8日、12月13日

<https://www.tsuzuki-koryu.org/kitayamata>

新型コロナウイルス感染予防のため、  
『新しい生活様式』での施設利用です（詳細はHPでご確認ください）

【これから受付の講座】 講座の申込みは開催1ヶ月前から電話又は窓口での受付となります。  
(ラジオ体操&ストレッチは申込み不要/モザイクタイル申込みは12月14日)

### ■やさしい金継ぎ教室■

日本古来の技法「金継ぎ」を体験しませんか？ご家庭の器の欠けやひびを修復。

日時：12月14日（火）  
9:30-11:30  
参加費：3000円

講師：柳澤綾佳  
(金継ぎの柳家)



### ■今年のクリスマスは 抹茶シュトーレン■

おうちクリスマス用のお持ち帰りパンを作いませんか？

日時：12月17日（金）  
9:30-13:00  
参加費：2000円

講師：藤崎美穂  
(チュチュのパン)



### ■モザイクタイルで オリジナル鍋敷き作り■

お好きな色のタイルを選んで、ご自宅に合った鍋敷きをつくりましょう！

日時：1月13日（木）  
9:30-12:00  
参加費：2300円

講師：野原典子  
(モザイクタイル工房  
Macaron 主宰)



(参考イメージ)

## 【健康講座】

### ■美姿勢・美ボディ～筋膜リリース～■

骨盤底筋など身体の中心にフォーカスしてしなやかで機能的な美ボディ作り

日時：1月7日～3月第1、3金曜日  
①9:30-10:20  
②10:40-11:30 (①②同内容)  
参加費：5400円 (全6回分)

講師：村富優子 (Yumicorebody アカデミー認定トレーナー)

冬にご用心！

### ■脳卒中予防体操■

寝たきりや要介護の原因1位の脳卒中。この脳卒中についての知識や予防方法を、運動を交えて一緒に学んでみませんか？

日時：1月27日 木曜日  
10:00-11:00  
参加費：300円

講師：横浜新都市脳神経外科病院  
理学療法士



## 【お知らせ】

### ★書道サークル

「もえぎの北山田」作品展示会開催中  
2階娯楽コーナーにお出掛けください。  
お仲間も募集中！

### ★体育室屋根改修工事について

工事に伴い2月末(予定)まで、体育室はご利用いただけません。  
又、駐車場のご利用台数も制限させていただきます。  
皆様にはご不便をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いいたします

予約  
不要

### ■ラジオ体操&ストレッチ■

日時：毎週木曜日9:30-10:00  
(雨天中止、年末年始、祝日休み)  
参加費：無料  
会場：滝ヶ谷公園 (当館より徒歩2分)  
講師：2級ラジオ体操指導者/  
体育協会公認スポーツリーダー  
山田ゆかり

### ※追加募集中※ ■パパと一緒に体操教室■

親子の触れ合いそして、運動能力の基礎を培います。楽しみながら体を動かします

日時：11月6日～3月26日(土)  
12:30-13:30  
参加費：9000円(全9回)  
講師：大場宏二  
(キッズ大陸よこはま中川園)



\*\*\*お問合せ・申込み\*\*\*

### 北山田地区センター

住所：都筑区北山田2-25-1  
電話：045-593-8200  
開館時間：平日9:00~21:00  
日・祝9:00~17:00

(緊急事態宣言等発令時は変更有り)



『ハンドメイドCafé』開催します♪ 詳細はHPにて  
11月19日(金)12:45~17:30 入場料：200円

■フリースペース(予約不要) 先着8名  
お好きな編み物や縫物をお持ちになり、  
ご自由にお過ごしください。



フリー  
ドリンク代込

■ワークショップスペース(要予約) 講師と一緒に楽しいひとときを

個人情報取扱いに関する同意書 (施設利用のために)(利用目的) 1. お客様の施設利用、および当協会のサービス提供に対する申込手続きおよびご連絡のため、2. 施設PRのため、写真撮影等をする場合があります(個人情報の開示等に関して) 情報を提供されたお客様は、該当情報に関して利用目的の通知、開示、訂正・追加・削除、利用又は提供の拒否を要求いただける権利を有しております。\*当協会の個人情報の取扱い詳細につきましては、当協会のホームページまたは施設内掲示の当協会における個人情報の取扱いについてに掲載しております。\*なお、いただいた個人情報施設利用管理の目的以外には利用いたしません。上記についてご同意の上お申し込みください。



認定特定非営利活動法人 つづき区民交流協会  
<https://www.tsuzuki-koryu.org>