

北山田地区センター NEWS 11月号

2022年11月1日発行

横浜市都筑区北山田2-25-1/電話045-593-8200
休館日 11月14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）

《講座のご案内》

申込み：開催日の1か月前10時より電話又は窓口にて受付
（申込日が休館日の場合は翌日より受付）

スポーツ

- リラックスヨガ・アクティブヨガ
ヨガ初心者から慣れたかたのクラスもあります
- 美姿勢・美ボディ
お子様連れで参加できるレッスンです
- 楽々ボールピラティス・ステップUPピラティス
ピラティス初心者・慣れたかたの
ステップUPクラスもあります

- 産後リセット
赤ちゃんとママのための産後メゾット
- 脳卒中予防体操
脳卒中に焦点を合わせた体操を習いましょう
- スキルアップ卓球Ⅲ
中学生以上から参加できます

詳しくは
裏面にあります

キッズ

■こども書初め

年初めの書初め
宿題にもってこいの講座

日時：R5年1月6日(金) 10:00~11:30
参加費：600円
対象：小学4年生以上

■こどもサイエンス教室

わくわくイリュージョン
視覚を見る・作る・考える

《錯視を使ったサイエンス遊びで脳をトレーニング》

日時：R5年2月4日(土) 13:00~14:30
参加費：800円
対象：小学生

図書

からの



お願い！



地区センターの本は皆様の本です。
それぞれの本は1冊ずつの購入になっており
ます。1回でも多くの皆様に読んでもらいた
いと思っていますので、大切に扱ってくだ
さい。

※破れた場合はご自分たちで補修せず、そのまま受付ま
でお申し出てください、専用テープで補修します。

破らないで

大切にね

いたずら書き
しないで



【ハンドメイドカフェ 12月16日(金) 12:45~17:30】

楽しみ方①

好きな手芸を
お持ち頂き、
ご自由にお過
ごください。
参加費 200円
(予約不要)

楽しみ方② 『お正月器の飾りつけ』

参加費 500円 (要予約) 所要時間：約40分



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

