

会 館 だ よ り

2026 年 10 月 第 69 号



会館イベント 開催中&開催予定

健康体操教室（後期）

開催中 10月9日より 全 20 回

金曜日 10:00～11:30

参加費 3,000 円

講 師 なつかやすこ 長束保子先生

無理なく楽しく健康づくり

多くのシニアの方が楽しみながら体を動かしています。
笑顔のできるストレッチ、筋力アップ、転倒防止のバランス運動、音楽に合わせて有酸素運動など人気の教室です。
期間途中からの参加も可能ですので、ご相談ください。



卓球教室（2 期）

開催中 10月1日より 全 8 回

木曜日 9:30～11:30

参加費 4,800 円

講 師 都筑区卓球協会



都筑区卓球協会の講師の皆さんが、毎回テーマを決めてスキルアップをお手伝いします。卓球の楽しさ、素晴らしさを体験しませんか。初心者、経験者問わず卓球を楽しみながら、健康と体力の維持・向上を図ります。



ピックルボール体験会

開催日 10月24日（土）13時～16時

開催場所 大熊スポーツ会館 スポーツ室（屋内）

参加費 中学生以上 500 円 小学生無料

ピックルボールは無理なく楽しく体を動かせるスポーツです。
ピックルボールが初めての方が対象です。

準備運動、簡単なルール説明の後、ストローク練習やゲーム形式で楽しくプレイしましょう。

子供(小学4年生以上 親子も可) 13:00～14:15 と、
大人(中学生以上)14:30～16:00 の
2部制で行います。

申込期間 10月1日 10:00 より、電話もしくは来館で
募集人数 1部、2部共各8名

※ラケットとボールは会館で用意します。



秋恒例の 会館まつり開催！

開催日 11月23日（月）10時～14時 雨天決行

スポーツ室

≪団体発表≫ 午前

- ・健康体操教室
- ・舞踊 正藤会
- ・空手
- ・楽器演奏と朗読



午後 モルッペ体験会を行います。

※モルッペは PET ボトルを使ったモルック

食べ物模擬店（駐車場）

- ・焼きそば
- ・豚汁
- ・鶏唐揚げ
- ・フライドポテト
- ・綿菓子



ゲーム（駐車場・ミーティング室）

- ・輪投げ
- ・おもちゃ釣り
- ・ヒモを引いて景品ゲット
- ・ダーツ



他にも「新鮮野菜の販売」



「苗木の無料配布」 など



テニスコートのご利用もできます。午前、午後各2チーム（申込順）

ご注意：駐車場の利用はできません

お知らせ

横浜市長選挙に伴う利用停止

10月17日及び18日は、当館が横浜市長選挙の投票所となるため、スポーツ室とミーティング室は利用できません。（テニスコートは利用可能）

利用者アンケートの実施について

毎年行っています利用者の皆様へのアンケートを今年も11月に実施します。皆様のご意見をお聞きし、より良い会館運営をめざします。ご協力どうぞよろしくお願いします

休館予定 休館日は原則第1月曜日です

◆ 10月5日（月）◆ 11月2日（月）◆ 12月7日（月）



大熊スポーツ会館

横浜市都筑区大熊町 310

☎045-941-9880 <https://tsuzuki-koryu.org/okumasp/>

