

# 十日市場地区センターだより7月号

平成29年7月 発行

横浜市十日市場地区センター

指定管理者 アクティオ株式会社

〒226-0025 横浜市緑区十日市場町 808-3

TEL(045)981-9573 FAX(045)982-3161

<http://tokaichiba-cc.com>

## 自主事業（講座）報告

～はじめてのnight 気功（全5回）～

講師；百瀬 千春

6月1日・8日・15日・22日・29日（木）

18：00～19：30

定員13名で始まり、毎回ほとんどの方が参加されていました。前回の復習をしてから次に新しいことをやっていくゆっくりペースのようです。レッスンを終わったあとは、体が軽くなったようでスッキリした表情で帰られていました。



～骨粗しょう症☆予防とカルシウム満点料理～

6月21日（水）10：00～12：30

講師；佐藤 美帆

参加者18名でした。男性の参加者も2名いました。骨粗しょう症は、関心が高いようで皆さん真剣に講師のお話を聞いていました。カルシウムをより吸収できるメニューを2品作り、塩分がほとんど入ってなくても美味しかった！と感想を述べて帰られました。



## 6月 新着図書のお知らせ



アキラとあきら（池井戸潤） / かがみの孤城（辻村深月）  
月の満ち欠け（佐藤正午） / 追想の探偵（月村了衛）  
血縁（長岡弘樹） / 暗手（馳星周） / ひとめぼれ  
（畠中恵） / 決戦！忠臣蔵（葉室麟 他）  
僕が殺した人と僕を殺した人（東山彰良） / 応仁の乱  
（呉座勇一） / BUTTER（柚木麻子）  
ずぼらヨガ（崎田ミナ）



## サークル紹介



【<sup>あけ</sup>緋の会】水彩画・日本画

活動日：第1・3火曜日 15時～18時



横浜美術大学の太谷まや先生のご指導のもとに活動しています。会員の作品を展示していますので、自由にご覧ください。ご興味のある方、見学にいらしてください。

☆☆☆詳しくは地区センター受付へお問い合わせください☆☆☆



7月申込開始の自主講座

☆お申込みは、先着順となります



| 講座名                     |                             | 実施日                      | 時間          | 曜日 | 定員  | 費用    | 受付開始日       | 講座内容  |
|-------------------------|-----------------------------|--------------------------|-------------|----|-----|-------|-------------|---|
| 夏休み<br>子ども<br>DAY       | ポーセリンアートを体験しよう              | 8/26                     | 10:30~12:00 | 土  | 15名 | 300円  | 7/25<br>(火) | ★小学生対象<br>自分だけのプレートをつくりましょ<br>う。お皿は、後日のお渡しとなり<br>ます。            |
|                         | 万華鏡をつくろう                    | 8/26                     | 13:00~14:30 | 土  | 10名 | 300円  | 7/25<br>(火) | ★小学生対象<br>身近な材料で素敵な万華鏡をつ<br>くりましょう。                             |
|                         | 絵を描こう！                      | 8/26                     | 10:00~12:00 | 土  | 10名 | 無料    | 7/25<br>(火) | ★小学生対象<br>水彩画やアニメなど自分の描き<br>たいものを持参し、コツを習いま<br>しょう。             |
| 7月<br>から<br>の<br>講<br>座 | 親子でキッチン！<br>きちんとカルシウム       | 7/30                     | 10:30~13:30 | 日  | 10組 | 800円  | 7/11<br>(火) | 小学生とその保護者対象。<br>森永乳業(株)共催<br>牛乳、乳製品を使ったカルシウ<br>ム豊富なメニューを作ります。   |
|                         | 手品を学んで<br>みんなを笑顔に！<br>(全5回) | 7/25・<br>8/1・8・<br>22・29 | 13:00~14:45 | 火  | 10名 | 2000円 | 7/11<br>(火) | 手品はコミュニケーションの道具<br>として注目されています。楽しく<br>学びましょう。<br>講師；塩原 恒        |
|                         | シニアほっとカフェ<br>～折り紙を楽しもう～     | 8/3                      | 13:30~16:30 | 木  | なし  | 100円  | 当日来館<br>にて  | どなたでも参加できます。<br>くつろげるカフェを開催します。<br>ご希望の方は、折り紙（金魚<br>と小鉢）も楽しめます。 |