

十日市場地区センターだより 10月号

令和2年 10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>



9月に開催した講座 報告

～金曜エクササイズ (全14回)～

『おうちで出来るエクササイズ』距離をとり、移動はせず、という形で行っています。久しぶりに身体を動かし、嬉しいという声も。皆さん汗をかきながら、楽しんでいます。



～山本さんと歌おう! (全7回)～

新型コロナウイルス感染防止のため、合唱はマスク着用でおこなっています。また蜜を避けるため、二つのグループに分け、ご参加いただいています。歌にくい事も気にはなりますが、声を出すことはとても元気が出る様です。



～パッチワークで作るおしゃれなお薬手帳入れ (全2回)～

好きな柄の生地やレースを選び、待ちにまった講座を楽しめました。おしゃべりも少なく、手元に集中し作業していました。皆さん手際もよく、次回で完成です。



※新型コロナウイルスの影響により、延期になっていた講座行っております。



9月 新着図書のお知らせ

赤ずきん、旅の途中で死体と出会う (青柳碧人)
スキマワラシ (恩田陸) / 図書館の子 (佐々木譲)
さよなら願いごと (大崎梢) / 邦人奪還 (伊藤祐靖)
ヒポクラテスの試練 (中山七里)
あしたの華姫 (畠中恵)
お父さんはユーチューバー (浜口倫太郎)



地区センターの利用について

マスクの着用、こまめな手洗いや消毒、部屋の換気、社会的距離 (1メートル程度) の確保にご協力ください。発熱や咳などの症状がある方、また体調のすぐれない方は、申し訳ありませんがご来館を控えていただきますようお願いいたします。



10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	定員	費用	受付開始日	講座内容	
11月からの講座	男性のための筋トレ教室 (全7回)	11/3・10・17・24 12/1・8・15 (火)	10:00~11:30	10名	3500円	10/12 (月)	シルバー世代にあった、スロートレーニングで筋肉を鍛えましょう。歩くスピードが遅く感じたり、立って靴下を履くときにふらついたりという方にもお勧めです。 講師 上田 宗孝
	はじめての手作り石けん	11/19 (木)	10:00~12:00	10名	1100円	10/13 (火)	身体にやさしい石けん作りを楽しみましょう。どなたでも簡単に作れます。また、いろいろな香りについても学び、生活にとりいれましょう。香りは当日、ラベンダーとスイートオレンジのどちらかをお選びいただけます。 講師 友田 菜美
	おもちゃ病院	11/21 (土)	①10:00 ②11:00 ③13:00	24品	無料 ※部品代 実費の 場合あり	10/13 (火)	小さなお子さま向けのおもちゃを対象としています。 ※当日受付不可。必ず事前にお申し込みください。 講師 緑おもちゃドクターの会