

十日市場地区センターだより 12月号

令和2年 12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>



11月に開催した講座 報告

～男性のための筋トレ教室（全7回）～

部屋の中でも出来る体操という形で、ラジオ体操から始まり運動の基本を学びながら、スロートレーニングで筋肉を鍛えています。身体を動かすことはとても楽しい様で、皆さん真剣に取り組んでいます。和気あいあいと、とてもよい雰囲気です。



～はじめての手作り石けん～

香りをラベンダーとスイートオレンジの二種類から選び、表面の模様も好きな色を入れ、自分だけのオリジナル石けんが完成しました。作った石けんは、一か月間放置し、熟成させてから使用が可能との事。しばらくの我慢となりました。



～歴史講座「幕末の大山街道・長津田宿」～

例年は外に出かける講座を行っていましたが、今年は座学に変更し開催。男性女性も半分ずつ、幅広い年代の方にご参加頂きました。歴史好きな方も多く、皆さん話を熱心に聞き、毎月開催してほしいという要望も出るほどでした。



11月 新着図書のお知らせ

類[るい]（朝井まかて） / 日没（桐野夏生）
インビジブル（坂上泉） / アンと愛情（坂木司）
夜明けのすべて（瀬尾まいこ） / この本を盗む者は
（深緑野分） / 始まりの木（夏川草介）
滅びの前のシャングリラ（凧良ゆう）



地区センターの利用について

現在の利用制限は、令和3年2月末まで継続することが決定しました。引き続きマスクの着用、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。



12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
折り紙で お正月飾りを作ろう	12/21 (月)	13:00~14:30	12名	100円	当日来館にて 受付	簡単な折り方で、どなたでもご参加 できます。『鶴の門松』『扇』『ポチ 袋』などを折り、楽しみましょう。
12 月 から 1 月 の 講 座	季節の和菓子を楽しもう ~冬~	1/13 2/3 3/3 (水)	各 12名	各 1200円	12/11 (金)	各回ごとのお申し込みです。 1月「ゆずタルト」 2月「ころ柿」 3月「うぐいす餅」を作ります。 講師 高橋 恵子
ポーセリンアートのうさぎ雛 (全2回)	1/15・29 (金)	9:30~11:30	12名	2200円	12/14 (月)	陶磁器にシールを転写するポーセリ ンアートの技法で、台座付きの 可愛いうさぎ雛を作りましょう。 焼き上げは先生にお任せするため 後日のお渡しになります。 講師 深谷 住江
ヨガニサイズ ~脳と身体を動かそう~ (全6回)	1/16・30 2/6・20 3/6・20 (土)	13:30~14:30	10名	3000円	12/14 (木)	椅子を使用して、楽しくできる体操 です。認知症予防にもなり、健康 な身体作りを目指しましょう。 講師 西端 長子