

十日市場地区センターだより 11月号

令和5年11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>



10月に開催した講座 報告

～関西お好み焼きを作ろう～

オタフクソース(株)さんから粉を混ぜるコツなどを教わりました。
ひっくり返すのも上手く出来、ふっくらした生地のお好み焼きが完成！
とても美味しく、楽しい時間だった様です。



～簡単便利！麺調味料で腸活をはじめよう～

有機白米麺を使い、醤油麺と玉ねぎ麺作りを楽しみました。
健康意識も高く、皆さん熱心にメモを取っていました。
ちょい足しメニューも教わり、活用が広がりそうです。
発酵完了するのをとても楽しみにさせていました。



地区センターの利用について

ひき続き、こまめな手洗いや消毒、部屋の換気、社会的距離の確保にご協力ください。また発熱や咳などの症状がある方、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 新着図書のお知らせ

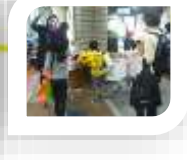


777トリプルセブン（伊坂幸太郎） / ヒロイン（桜木柴乃）
続 窓際のトットちゃん（黒柳徹子） / 百鬼大乱（真保裕一）
カモナマイハウス（重松清） / リラの花咲くけものみち
（藤岡陽子） / あなたが誰かを殺した（東野圭吾）
八月の御所グラウンド（万城目学） / 私たちの世代は（瀬尾まいこ）

イベント報告

Tookaichiba Halloween

10/25 近隣施設との連携イベント！
『十日市場の活性化』と『施設を知ってもらおうこと』を目的に開催しました。



たくさんの方のご来館、

ありがとうございました♪



11/3 地区センターまつり 開催

ご利用サークルさんがステージ発表、作品提示等を行いました。発表は、楽器や歌・フラダンス・手品・民謡等とても華やかなステージが続き、作品もボードいっぱい飾られ、来館者の目を楽しませてくれました。4年ぶりの開催でしたが、笑顔があふれたステキな一日となりました！





11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 12月 からの 講座	相澤先生と行く西八朔の 歴史散策と火祭り見学	11/26 (日)	10:00~15:00	18名	300円	11/13 (月) 電話か来館	十日市場駅前から晩秋の西八朔の 歴史散策と、西光寺山の火祭りを見学します。10時地区センター集合。 座学後に軽食を取り、出発します。 終了後は、現地解散となります。 講師 相澤雅雄
	背骨コンディショニング (全12回)	12/1・8・15 1/12・19・26 2/2・9・16 3/1・15・22 (金)	12:15~13:15	13名	7200円	11/13 (月) 電話か来館	マットや椅子を使用し、背骨の歪みを 整え健康な身体作りを目指します。 また、腰痛の改善にもつなげましょう。 講師 岩本啓子
	クリスマス・シュトーレン作り	12/3 (日)	10:00~14:00	11名	2100円	11/14 (火) 電話か来館	ニッポン(旧：日本製粉)との共催 ドイツの伝統的なフルーツケーキ シュトーレンを自分で作ってみましょう。 講師 西尾敦子
	喉と声を鍛えて健康に！ アンチエイジングボイトレ 講座	12/5 (火)	10:00~11:30	25名	100円	11/14 (火) 電話か来館	プロの歌手・ボイストレーナーから、 心と体を老化防止し、健康にするトレー ニングを学びましょう。 講師 川島由美