

# 十日市場地区センターだより 10月号

令和7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)～

春と秋に募集を行い、参加者が100名を超える人気の講座です。  
広いスペースでリラックスしながら、身体を動かしています！  
連続講座で、顔見知りも増え皆さんとても楽しそうです。



## Tōkaichiba Halloween 2025



10月29日(水)

10:00～16:00 開催

スタンプラリーに参加しよう♪  
(プレゼントは無くなり次第終了)

スタンプラリーカードの配布期間

10/15(水)～10/29(水)まで

十日市場地区センターでも配布します！



主催：まるっと！十日市場

## イベントのお知らせ



十日市場地区センターまつり 開催

11月3日(月・祝) 10:00～15:00

サークルのステージ発表、作品展示・  
即売・体験会を行います。

おにぎりやパンの販売もあります。  
また健康相談ブース(骨の健康測定他)、  
ポーセリンアートマイ食器作り体験  
(受付 14:00 まで)にもご参加頂けます。  
皆さまのご来館お待ちしております！



## 9月 新着図書のお知らせ



チョコレート・ピース(青山美智子) / 天下の値段  
(門井慶喜) / 給水塔から見た虹は(窪美澄)  
翠雨の人(伊与原新) / ダークネス(桐野夏生)  
新・教場2(長岡弘樹) / ご自愛さん(矢部太郎)  
一橋桐子(79)の相談日記(原田ひ香)

## 地区センターの利用について

利用の詳細は、館内掲示やホームページ等でご確認をお願いします。  
またご不明な点は、お電話または窓口にてお問い合わせください。

引き続き、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<br>月<br>か<br>ら<br>の<br>講<br>座 | 古都鎌倉の魅力<br>『3代将軍実朝暗殺と<br>秦野の首塚』 | 11/1<br>(土)                                               | 9:30～11:40       | 20 名 | 300 円                     | 10/14<br>(火)<br>電話か来館 | ①将軍実朝の暗殺とその黒幕<br>②実朝の首塚と波多野氏<br>講師 岡部光雄                                          |
|                                  | 暑さで疲れた体を癒やす<br>優しいアロマバスソルト      | 11/6<br>(木)                                               | 10:00～11:30      | 10 名 | 1100 円                    | 10/14<br>(火)<br>電話か来館 | アロマバスソルトで心地よいお風呂時間！<br>アロマについて学び、好きな香りを選び<br>バスソルト作りを楽しみましょう。<br>講師 國分こづえ        |
|                                  | 背骨コンディショニング<br>(全 12 回)         | 11/7・14・21・28<br>12/5・12・19<br>1/9・16・23・30<br>2/6<br>(金) | 12:15～13:15      | 15 名 | 7200 円                    | 10/15<br>(水)<br>電話か来館 | 自分の体を知り、マットや椅子を使用して<br>背骨の歪みを整えましょう。<br>講師 岩本啓子                                  |
|                                  | おもちゃ病院                          | 11/15<br>(土)                                              | ①10:00<br>②10:30 | 16 品 | 無料<br>※材料費<br>実費の<br>場合あり | 10/15<br>(水)<br>電話か来館 | 小さいお子さま向けのおもちゃ対象<br>※当日の受付はありません。必ず事前<br>にお申し込みください。お一人 2 品まで。<br>講師 緑おもちゃドクターの会 |