

十日市場地区センターだより 4月号

令和8年4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>

3月に開催した講座 報告

～ブリキの器に春のフラワーアレンジ～

アイビー等のグリーンをベースに黄色とピンクのお花で春の彩り！
ブランコの小物を置いて、ガーデニング風アレンジが完成しました。
一足早く、春が訪れた時間でした。



～春の体操体験会～

金曜エクササイズの体験会を開催!!初めての方も、
無理なく楽しめた様です。4月からの講座も参加したいと話されました。



～カッシー先生の草木染教室～

『桜』の枝を使った草木染。
シルクのストールが、やわらかい
ピンク色に染まりました。自然と
笑みがこぼれ、皆大満足でした。



『桜』が咲きました!

あんず

前庭の『あんず』は3月中旬に、
また『桜』は3月末に見頃となりました。
雨の日も多く、写真を撮るタイミングが
むずかしい日々でしたが、桜
青空の下、春を感じる一枚と
なりました。



3月 新着図書のお知らせ



神の蝶、舞う果て（上橋菜穂子） / 殺し屋がレジにいる
（榎田ユウリ） / セツ下がりの女たち（志川節子）
暗黒の彼方（堂場瞬一） / 被告人、AI（中山七里）
教場Ω刑事・風間公親（長岡弘樹） / グレタ・ニンプ
（綿矢りさ） / 警視庁公安部喫茶課（陽向悠里）

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。

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。





4月申込開始の自主講座



☆抽選申込み以外は、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
5 月 か ら の 講 座	親子で楽しむお話の時間	5/10 (日)	11:00~11:30	なし	無料	当日 直接	※未就学児と保護者対象 十日市場地区センターは開館 40 周年 開館記念日開催の『おはなし会』です。 出演(読み手) おはなしポケット
	はじめてのパン教室 (全3回)	① 5/10 ② 5/24 ③ 6/7 (日)	10:00~14:00	9名	4000円	4/16(木) 消印有効 往復はがき 抽選	ニッポン(旧:日本製粉)との共催事業 ※3回とも参加できる方が対象です。 家庭でもおいしいパンを作れるように学び ます。①ベーコンエピ ②チーズパン ③メロンパン 往復はがきに必要事項 1.講座名 2.住所 3.氏名(フリガナ) 4.電話番号 5.返信面住所氏名
	FemDan 骨盤底筋意識 でシェイプUP (全6回)	5/11・25 6/8・22 7/13・27 (月)	13:00~14:15	10名	3000円	4/13 (月) 電話か来館	医師・理学療法士が監修した、女性特 有の悩みを改善・予防するダンストレーニング マットや椅子、ボールを使用し行います。 講師 李瑚
	男性のための筋トレ教室 (全8回)	5/12・19・26 6/2・9・16・23・30 (火)	10:00~11:30	14名	4000円	4/13 (月) 電話か来館	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。最近歩くスピードが 遅く感じたり、立って靴下を履くときふらつ いたりという事がある方にお勧めです。 講師 上田宗孝