

十日市場地区センターだより 5月号

令和8年5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>



4月に開催した講座 報告

～和菓子作りを楽しもう・春～

桜の季節にピッタリの和菓子『紅桜』を作りました。

餡を生地で包み、小さな蒸し饅頭が5個完成。仕上げにねりきりの黄色芯と緑の葉を添えれば、大輪の「桜の花」になりました。

参加者は、お花見をしながら食べようと満面の笑顔でした。



～端午の節句 ポーセリンアートでミニ兜・プレート作り～

お節句柄シールを使用して制作。『兜』は形が複雑なため、難しいと言いながらもチャレンジ！集中し、真剣にとりくんでいました。

『兜』や『プレート』には鯉のぼりが元気に泳ぎ、素敵な作品に仕上がりました。



～金曜エクササイズ（全14回）～

A・Bグループともに元気いっぱい、身体を動かしています。

朝少し冷える日もありますが、半袖の方も！

毎週の講座なので、身体を動かす習慣が付き健康維持につながっている様です。



4月 新着図書のお知らせ



外の世界の話聞かせて（江國香織） / 陰謀論百物語

（荻原浩） / 劇場という名の星座（小川洋子）

明日、あたらしい歌をうたう（角田光代） / 誓いの証言

（柚月裕子） / 明鏡 東京湾臨海署安積班（今野敏）

釣り侍（佐藤賢一） / 青のナースシューズ（藤岡陽子）

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。



5月申込開始の自主講座



☆お申込は、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 6 月 か ら の 講 座	背骨コンディショニング (全12回)	5/29 6/5・12・19・26 7/3・10・17・31 8/7・21・28 (金)	12:15~13:15	15名	7200円	5/11 (月) 電話か来館	自分の身体を知り、マットや椅子を使用し背骨の歪みを整えましょう。腰痛の改善にもつなげ、健康な身体作りを目指します。 講師 岩本啓子
	山本くんと歌おう！ (全5回)	5/29 6/12・26 7/10・24 (金)	15:15~16:30	40名	1500円	5/11 (月) 電話か来館	電子ピアノの伴奏に合わせて、懐かしい唱歌や歌謡曲を歌い楽しみましょう。 講師 山本達郎
	手作り「水餃子」	6/5 (金)	10:00~12:00	12名	500円	5/12 (火) 電話か来館	中国人講師による、講座です。 中国の一般家庭で作る「水餃子」を教え てもらい、試食しましょう。 講師 畢姣雄
	暑い夏を乗り切る！ マイリフレッシュアロマスプレー	6/9 (火)	10:15~11:45	10名	1200円	5/12 (火) 電話か来館	用途や好みに合わせて、お好きなアロマでスプレーを作ってみませんか？ 「いい香り～」だけで終わらせず、香りについても学びましょう。 講師 國分こづえ