



センターだより
12月号



ホームページからも、申込みができます。

横浜市釜利谷地区センター

〒236-0045 横浜市金沢区釜利谷南 1-2-1

Tel. 786-2193 / Fax. 786-2194

http://officekanazawa.org/kamariya/

＜応募が必要な講座＞・・・往復はがきに・・・①講座名 ②電話番号 ③住所（郵便番号）
④氏名（フリガナ） ⑤年齢・性別（子供のみ）を記入して送付。又は、センター窓口にある申込書に
必要事項を記入して、住所・氏名を表記した通常はがきを添えて受付に。*1枚の葉書に2名まで可。

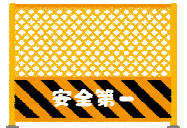
《個人情報の取り扱いについて》 釜利谷地区センターの事業のお申込みの際、ご提供頂いた情報は、
事業のお申込み確認、ご連絡のみに利用し、目的外での利用、第三者への提供はいたしません。



施設予約抽選申込のお知らせ（毎月1日から10日まで）

来館・電話による3月分の施設予約抽選申込は、1/5(火)朝 9:30 からです。
インターネットからの施設予約申し込みは、1/1(水・祝)からです。

エレベーター工事および臨時休館のお知らせ



当地区センターのエレベーターの老朽化に伴い、次の日程で工事を実施いたします。

工事期間：令和3年2月1日(月曜日)～3月15日(月曜日)（予定）

臨時休館：令和3年2月7日(日曜日)～2月9日(火曜日)

・・・電源設備等の改修のため

工事期間中は、エレベーターがご利用できません。

資材置き場に使用するため、駐輪場の一部が使用できません。

工事に伴う騒音が発生することがあります。



工事中はご不便やご迷惑をおかけいたしますが、ご理解・ご協力のほど、宜しくお願い致します。

詩吟で健康！

腹式呼吸で心身ともに清々しくなります。

健康維持、老化防止、礼節を学び、歴史を学び、

友達の輪を広げ心豊かに！ 年齢に関係なく、初心者大歓迎です。



日時	1/18・25・2/1・15・22・3/1		
	月曜日 / 15:15 ~ 17:15		
参加費	1,500円（全6回分）	定員	年齢に関係なく、初心者歓迎です。 12人抽選（最少実施 4人）
締切	1月6日（水曜日）必着		
講師	日本詩吟学院認可 横浜岳風会 佐原岳晃 先生		

休館日・・・12月14日（月）・1月12日（火）・

2月7日（日）・8日（月）・9日（火）

裏面に続きます。

新型コロナウイルスの対応で疲れないために

今の状況では誰でも不調が起こって当たり前です。その不調を少しでも防ぐために、何が出来るか考え、生活していくことが大切です。

- 正確な情報を得る・・・厚生労働省HP、ニュース、感染症専門医の話。
- コミュニケーションをとる・・・家族の人と不安や心配を言葉にして共有する。



手が届かない距離を心がけて話す、電話やメール利用。

- 体を動かす・・・緊張をとくために体を動かす工夫をする。運動・散歩。
- 好きなことをする・・・1人で、少人数でできる趣味・興味・関心を見つけて楽しむ。



うちで過ごそう

今までとは違うことを試してみるチャンスでもあります。
最大の注意を払いながら心身の健康を維持しましょう。



換気しよう



おもちゃ病院

日 時	12月24日・1月28日(木)
	9:30 ~ 12:30
無料のおもちゃ修理 / 直接、持参 部品代は実費です。	

乳児&幼児対象

おひざの上のお話し会



日 時	12月7日・1月11日(月)
	11:00 ~ 11:30
「ころりん村」による紙芝居など/当日、直接集合! プレイルームで、開催しています	

廃油で作る 石鹸作り

日 時	1月19日(火)
	13:30 ~ 15:30
参加費	200円・石鹸のお土産付
定 員	先着10人(電話・Fax・窓口で申込)



みんなの健康体操

令和 3年(2021) 3月まで、
中止に、なりました。
令和2年度の会費を支払われた、
年間会員の方、返金致します。



11月に配架された本

☆ 貸出は、一人 5冊まで(予約は2冊まで)

半沢直樹 アルルカンと道化師	池井戸 潤	一般書	ザリガニの鳴くところ	ディーリア・オーエンズ 友廣 純/訳
類	朝井 まかて		俺の残機を投下します	山田 悠介
兼平 ~小説伊勢物語~	高樹 のぶ子		猫君	畠中 恵
氷獄	海堂 尊		嘘と正典	小川 哲
四畳半タイムマシンブルース	森見 登美彦		歎異抄をひらく	高森 顕徹
「育ちがいい人」だけが 知っていること	諏内 えみ		メモの魔力	前田 裕二
むれ		児童書	オムライスかあちゃん	
ピブリア古書堂の事件手帖〈3〉 栗子さんと消えない絆			小学生のうちに読んでおきたい 名作101 ~1話5分! ~	
もっと日本が好きになる! なるほど都道府県312			浜村渚の計算ノート〈1〉	

★ 新着図書は、第2 & 第4土曜日の1時15分から抽選します(新着図書は一人一冊です)