

# 金沢地区センターだより



## 9月号

令和元年9月発行

金沢地区センター

〒236-0021

横浜市金沢区泥亀2-14-5

☎045-784-5860

休館日

◆9月17日(火)

(毎月第3月曜日、祝日の場合は翌日)

URL <https://officekanazawa.org/kanazawa/>



### 通年講座

#### ◆健康体操◆

10時～11時30分

場所 体育館

9月9日・23日

(基本的に毎月

第2・4月曜日)

みんなで無理なく楽しく体力づくりを♪

60歳以上の男女 参加費400円

予約は不要です 直接おいでください。

参加費400円は当日集めます。

無理なく、健康的に汗をかきましょう♪

協力 金沢スポーツクラブ



### 新食感！濃厚バスク風 チーズケーキを作ろう！

今大人気のバスク風チーズケーキ。

表面のこんがり焼けた香ばしさと、レアでもベイクドでもないしっとり新食感のチーズケーキを作ります。

・日時・・・10/23(水) 1回

10:00～12:30

・募集人数・・・16名

(多数の場合抽選)

・対象・・・成人男女

・参加費・・・1800円



### 女性医と気軽に話してみませんか 更年期、女性特有疾患などアレコレ

更年期(男性にもあります)の様々な悩みや相談に、女性医がアドバイスをします。

ぜひ参加してみませんか？

直接、2階の小会議室にお越しください。

・日時・・・10/20(日)

10:00～12:00

・対象・・・成人男女

・参加費・・・無料(当日先着順)

・乳腺内分泌外科 清野美乃医師

※順番にご案内いたしますので

お待ちいただくことがあります。



### 親子体操

体操を通して、親子の触れ合いを楽しみながら運動能力を高めます。広い体育館でとんだり跳ねたり、走ったりと思う存分エンジョイしてください。

・日時・・・10/8・15・22・29・11/5・12

毎週火曜日 全6回

10:15～11:15

・募集人数・・・30組(多数の場合抽選)

・対象・・・2歳以上の未就園児と保護者

・参加費・・・2700円

※2歳以下で歩く兄弟の同伴参加は

+500円頂戴いたします



### 季節の折り紙

今回はいつもと一味違った変わり鶴を折ります。

近くになりましたら、受付横にサンプルを置きますのでぜひご覧ください。

・日時・・・10/9(水)

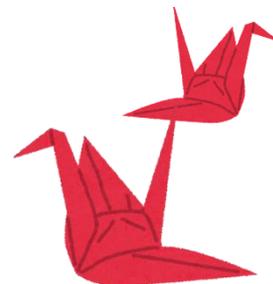
9:30～11:30

・募集人数・・・20名

(多数の場合抽選)

・対象・・・成人男女

・参加費・・・400円



# 10月号での募集予定の講座

- ◆おもてなし料理 和洋中 11/6～ 10:00～12:30 全4回
- ◆楽しいリトミック 11/26～ [A] 9:45～10:30 [B] 10:45～11:30 全5回
- ◆クリスマスドアスワッグ 11/28 10:00～12:00 1回
- ◆癒しのヨガ 11/15～ 10:00～11:30 全5回
- ◆水彩色鉛筆画(初級) 11/15～ 15:00～17:00 全6回
- ◆初冬の岬を訪ねる『馬堀海岸から観音埼灯台へ』 11/27 9:30～

詳しくは10月号でご案内いたします。お楽しみに♪



## 親子で楽しむお話し会

季節行事のお話や歌をみんなで楽しみましょう。  
お母さん、お子さんの交流の場としてもお役立て  
ください。

- ・次回開催 9月24日(火) (奇数月最終火曜日)
  - ・時間 10時30分～11時30分
  - ・場所 プレイルーム
  - ・対象 未就学児と保護者
- 申込みは**不要**です 直接おいでください



## 子育て相談

子育て支援のスタッフが会場でお待ちしています。  
お気軽にご相談ください

- ・日にち 9月5・12・19・26日  
(毎週木曜日)
  - ・時間 10時～12時
  - ・場所 プレイルーム
  - ・主催 金沢区子ども家庭支援課
- 申込みは**不要**です 直接おいでください



## ◆施設の予約はこのQRコードから簡単に入れます♪

スマートフォンをお持ちの方は2ステップで予約画面に行けます。



## ◆予約分をキャンセルされる団体様へ◆

予約分をキャンセルされる場合、わかり次第すみやかにキャンセルの  
お手続きをしていただきますようお願いいたします。



## ◆自主講座の応募方法◆

- ① 往復はがきに、講座名、〒住所、氏名(ふりがな、子ども対象は保護者名も)、年齢、  
電話番号を明記のうえ、お申込みください。
- ② 直接来館される方は、普通はがき(62円切手の貼ってあるもの)をお持ちになり、お申込みく  
ださい。

※いずれも電話番号は緊急時に必要となりますので、必ずご記入をお願いいたします。

〒236-0021 金沢区泥亀2-14-5  
金沢地区センター

×切

今月号募集講座の**応募期間**は9月1日～20日(必着)となります。  
先着と記載のある講座以外は、応募数が多数の場合、**抽選**となります。  
※詳細は、広報よこはま、ホームページをご覧ください。



《個人情報の取り扱いについて》金沢地区センターの講座にお申込みの際、いただいた情報は、  
お申し込みの確認や連絡にのみ利用し、それ以外の用途で利用、第三者への提供はいたしません。