

# 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)

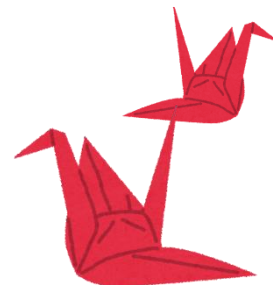
9:30～11:30

・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。