

# 金沢地区センターだより

## 2月号 令和6年2月発行



金沢地区センター 休館日 ◆2月19日(月)  
(毎月第3月曜日、祝日の場合は翌日)

〒236-0021  
横浜市金沢区泥亀2-14-5  
☎045-784-5860  
URL <https://officekanazawa.org/kanazawa/>



### 2・3月開催、3月スタートの自主講座

#### 40歳以上のボディメイクとやさしいHip Hop ダンス

全身のストレッチやお腹やお尻など気になる部分の筋トレと、初心者向けのやさしいHipHop ダンスをします。リズムに合わせて踊る楽しさや爽快感を味わってみましょう。楽しく健康的な美ボディに！

- \*日時…3月8・15・22・29日(金) 全4回  
13時~14時
- \*場所…大会議室 \*募集人数…各組20名(応募多数の場合抽選)
- \*対象…概ね40歳以上の成人 \*参加費…2800円
- \*持ち物…汗拭きタオル、飲み物、運動しやすい服装と室内シューズ



#### 生チョコクリームをコーティングした スポンジケーキを作しましょう

チョコレートクリームを挟んだ四角いスポンジケーキにチョコレートクリームをコーティングしたケーキを作ります。とろけるようなチョコクリームとスポンジケーキが相性バッチリの美味しいケーキです。

- \*日時…3月13日(水) 10時~12時30分
- \*場所…料理室 \*対象…成人
- \*募集人数…12名(応募多数の場合抽選)
- \*参加費…2000円



#### フレッシュな苺のタルトを 作しましょう

フレッシュな苺をトッピングしたカスタードクリームたっぷりのタルトを作ります。

- \*日時…3月27日(水) 10時~12時30分
- \*場所…料理室 \*対象…成人
- \*募集人数…12名(応募多数の場合抽選)
- \*参加費…2000円



## 60歳以上の健康体操

今が一番寒い季節です、こもりがちになるこういった時こそ、健康体操を健康づくり、体力づくりに、お役立てください。

- \* 日時・・・2月12(月・祝日)・26日(月)  
10時～11時(受付は9時30分～)
- \* 場所・・・体育館
- \* 参加費・・・400円(当日払い)
- \* 持ち物・・・体育館履き、汗拭きタオル、飲み物、ヨガマットもしくはバスタオル  
先着100名 事前の申し込みは**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・・・2月1・8・15・22・29日  
(毎週木曜日)
- \* 時間・・・10時～12時
- \* 場所・・・プレイルーム

主催・・・金沢区こども家庭支援課

申し込みは**不要**です。直接おいでください。



## どんぐりころちゃんのおはなし会

お子さんが大好きな絵本の読み聞かせや紙芝居、エプロンシアターなど内容盛りだくさんです。

- \* 日時・・・2月27日(火)  
10時30分～11時
- \* 場所・・・プレイルーム
- \* 対象・・・未就学児と保護者

共催・・・地域子育て支援団体「どんぐりころちゃん」  
申し込みは**不要**です。直接おいでください。



## ◆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、子ども対象の講座はお子さんの名前と保護者名も)、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、通常はがき(63円切手が貼ってある)をお持ちになり、お申込みください。
- ③ インターネットでのお申し込みも可能です。  
ホームページの「講座・イベント」申込みフォームからお申込みください。  
スマホからでしたら、右のQRコードを読み込むとアクセスが簡単です。



〒236-0021  
金沢区泥亀2-14-5  
金沢地区センター



申込フォームにアクセス  
出来ます



- \* 今月号募集講座の応募締切は**2月20日(火)必着**です。
- \* 返信作業上、返信まで若干お日にちを頂きます。あらかじめご了承ください。



### 《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。