

金沢地区センターだより

令和 8 年

8 月号

休館日 ★8 月 17 日(月)

(毎月第3月曜日、祝日の場合は翌日)



金沢地区センター

☎045-784-5860

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



8・9 月開催講座のご案内

抽選申込

ベーシックヨガ教室



大人気！！続けることで無理なく
気持ちよく健康維持ができると大好評です。

＊日時…9 月 8・15・29 日 10 月 6・
13・20 日 11 月 10・17・24 日
12 月 1 日 火曜日 全 10 回

(9/22・10/27・11/3 を除く)

【A】9 時 20 分～10 時 20 分

【B】10 時 35 分～11 時 35 分

【A】【B】はこちらで振り分けます

＊場所…大会議室 ＊参加費…5000 円(10 回分)

＊募集対象・人数…成人・各 30 名(応募多数の場合抽選)

＊持ち物…ヨガマット(ない場合は、バスタオルと清掃用雑巾
を持参)汗拭きタオル・飲み物、運動しやすい服装

抽選申込

司法書士から教わる 相続・遺言講座



高齢社会となり、元気なうちに相続や生き方を
考えたい方に向け、司法書士より相続と遺言に
関する情報を提供していただきます。

＊日時…9 月 5 日(土) 10 時～12 時

＊場所…大会議室

＊対象・人数…成人・30 名

(応募多数の場合抽選)

＊参加費…無料

＊持ち物…筆記用具

共催：神奈川県司法書士会 横浜中支部

抽選申込

リトルキッズ

Hip Hop 教室

4 歳以上から小学 2 年生



リズムに乗って踊るヒップホップダンスの楽しさ
を感じてみましょう。

＊日時…9 月 29 日 10 月 6・13・20 日(火)
15 時 30 分～16 時 30 分 全 4 回

＊募集対象・人数…4 歳以上の未就学児と保護者
～小学 2 年生まで ・ 15 組

＊参加費…3000 円 ＊場所…大会議室

＊持ち物…動きやすい服装、運動が出来る室内履き
汗拭きタオル・飲み物

抽選申込

楽しく学ぶ日本の歴史～ 縄文時代、弥生時代って どんな時代？～



教科書や学校で習う日本史とは少し離れて、
今回はその時代の人々の暮らしになどにも
焦点を当て誰もが親しみやすく日本の歴史をわ
かりやすく解説をします。

＊日時…9 月 18 日 (金)10 時～11 時 30 分

＊募集対象・人数…成人・20 名

＊参加費…600 円

＊場所…中会議室

＊持ち物…筆記用具

広報よこはま 8 月号の
時間が変わりました。

予約不要

60歳以上の健康体操



楽しく身体を動かして
体力づくりをしましょう

*日時…8月10・24日(月)
9月14・28日(月) 毎月第2・4月曜日
10時～11時(受付9:30～)

*場所…体育館

*参加費…1回 400円(当日払い)

*持ち物…体育館履き・飲み物・汗拭きタオル
ヨガマットもしくはバスタオル

共催:金沢スポーツクラブ ※直接おいでください。

抽選申込



免疫力を高める 秋の薬膳料理



薬膳の基本である、身体に合った美味しい料理を学び、季節に合わせた役立つレシピを紹介します。

*日時…9月30日(水) 10時～12時

*募集人数…16名(応募多数の場合抽選)

*対象…成人 *場所…料理室

*参加費…2000円

*持ち物…エプロン、三角巾、食器用布巾、
手拭き用タオル、筆記用具

予約不要



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居、工
プロシアターなど内容盛りだくさんです。
親子の交流の場としてもお役立てください。

*日時…8月25(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」
※直接おいでください。

金沢区民活動センターゆめかもんの
見に来て身になる! ミニ体験講座開催
ひざ・腰の負担を軽くする
**足腰の筋肉を鍛えて
健康寿命を目指そう!**

日時…9月10日(木) 15時30～17時

参加費…無料

申込み定員…先着順 20名

場所…金沢地区センター、中会議室

申し込みは8月12日(水)9時から先着順 20名

※金沢地区センターのお申込み方法とは
異なります。 ※詳細はお問合せ下さい。

主催:金沢区民活動センター

◆各講座の応募方法◆

- 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(85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



申込みフォームにアクセスできます

今月号募集講座の**応募締切は 8月20日(木)必着** となります。

***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。