

# 並木コミュニティハウスだより No. 65

令和2年12月1日発行



〒236-0005 横浜市金沢区並木 2-8-1 TEL/FAX: 045-781-7110  
(横浜なみきリハビリテーション病院内1階・2丁目7街区側)  
利用時間: 月～土曜日は9～21時、日・祝日は9時～17時  
休館日: 12月14日(月)、1月12日(火)



## 《新規募集の講座》



### フラで輝く毎日を

～健康な身体づくりとフラを一緒に楽しみませんか～

日時 1/13, 1/27, 2/10, 2/24, 3/10, 3/24  
10時～11時 (各水曜日。全6回)

参加費 3600円(6回分)

募集 12人先着

講師 響マイレラウリイ木村

申込 12月13日(日)9時から、来所または電話。 ※託児はありません



## 《現在募集中の講座》 ※途中参加歓迎です。

### 美姿勢ポール de エクササイズ

～ポールを使って、楽しいエクササイズプログラム～

日時 12/4, 12/18, 1/8, 1/22, 2/5, 2/19, 3/5, 3/19  
10時～11時30分 (各金曜日。全8回)

参加費 600円×残り回数  
別途ポール使用料300円/回。

持ち物 室内用運動靴

募集 若干名

講師 酒井 尚美

申込 現在募集中。来所または電話。

### なみき ほぐしヨガ

～ヨガで心身共にほぐしリフレッシュしましょう～

日時 12/8, 12/22, 1/26, 2/9, 2/23, 3/9, 3/23  
10時～11時30分 (各火曜日。全7回)

参加費 600円×残り回数

持ち物 ヨガマット(ヨガマットの貸出はありません)

募集 若干名

講師 よこすか自然生活 Ayus

申込 現在募集中。来所または電話。

### ターゲット英会話 2020

～「通じる英会話」のコツを学びます～

日時 12/5, 12/19, 1/9, 1/23, 2/6, 2/20, 3/13, 3/20  
13時～14時30分 (各土曜日。全8回)

参加費 600円×残り回数(資料代込み)

募集 若干名

講師 平 一廣

申込 現在募集中。来所または電話。

### 椅子を使った優しいヨガ

～椅子を使ったヨガで心身ともに癒されましょう～

日時 12/1, 12/15, 1/5, 1/19, 2/2, 2/16, 3/2, 3/16  
10時～11時30分 (各火曜日。全8回)

参加費 600円×残り回数

持ち物 ヨガマット(ヨガマットの貸出はありません)

募集 若干名

講師 よこすか自然生活 Ayus

申込 現在募集中。来所または電話。

# 新着図書のお知らせ

**図書コーナーの開設**：毎週火曜日と金曜日の15時～17時45分、B室に図書コーナーを開設しています。  
(第2月曜日が祝日の場合、第2火曜日は休館日となります)。

他の曜日・時間帯でも、B室で団体利用がない場合は、B室の図書をご利用いただけます。

**ロビーの図書**：ロビーにも図書を配架しています(新着本3か月分など。開館～閉館30分前まで貸出可)

**図書貸出**：図書の貸出冊数は1人5冊までです(貸出開始日の新着本は1人1冊・1家族2冊まで)

## 12月の配架本 12月11日(金)15時に配架の予定

書籍名	著者	書籍名	著者
首里の馬	高山 羽根子	あきない世傳金と銀 (一) 源流篇	高田 郁
木になった亜沙	今村 夏子	あきない世傳金と銀 (二) 早瀬篇	高田 郁
あしたの華姫	畠中 恵	新・古着屋総兵衛(十二) 死の舞い	佐伯 泰英
暴虎の牙	柚月 裕子	新・古着屋総兵衛(十五) 故郷はなきや	佐伯 泰英
祝祭と予感	恩田 陸	新・古着屋総兵衛(十七) いざ帰りなん	佐伯 泰英
ヒールをぬいでラーメンを	栗山 圭介	新・古着屋総兵衛(十八) 日の昇る国へ	佐伯 泰英
(児) ふしぎ駄菓子屋銭天堂 6～8	廣嶋 玲子	新・酔いどれ小籾次(十三)～(十八)	佐伯 泰英
沸騰ワード10 今すぐ行きたい 「絶景」沸騰島ガイド	ムック	今すぐ行きたい！産業遺産 世界遺産に推薦！	小野崎 敏 (監修)
現場レポート 世界のニュースを読む力	池上 彰 増田 ユリヤ		

※先月号の世界地図の下書きの著者名に誤字がありました。お詫び申し上げます(正)朝井リョウです。

## 並木コミュニティハウスのご案内

### 赤ちゃんとお母さんのふれあいひろば

赤ちゃんと一緒に気軽に立ち寄れるひろばです

場 所 並木コミュニティハウス 和室  
日 程 毎月第3金曜日 10時～11時30分  
持ち物 バスタオル、飲み物  
主 催 金沢シーサイドタウン地区  
民生委員児童委員協議会



★「よこはまウォーキングポイント」に参加されている方へ  
歩数計のデータを通信するための機械(リーダー)を設置しています。

特定非営利活動法人(NPO法人)  
**金沢区民協働支援協会**  
並木コミュニティハウス

<https://officekanazawa.org/>

<https://officekanazawa.org/namiki/>