



〒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** : 3月14日(月)、4月11日(月)



☆ 当館ご利用の際には、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、来館前の検温、マスク着用、手指の消毒、対人距離の確保や換気の励行にご理解とご協力をお願いいたします。

### 【4月新規募集の講座です】奮ってご参加下さい

#### 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** 4/5, 4/19, 5/17, 6/7, 6/21, 7/5, 7/19  
 10時～11時30分  
 (毎月第1・3火曜日\*5月は第3のみ・全7回)

**参加費** 4200円(7回分)

**持ち物** ヨガマット  
 (ヨガマットの貸出はありません)

**募集** 13人抽選

**講師** よこすか自然生活 Ayus

**申込方法** 3月18日(金)(必着)

往復はがき往信面に、講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を、返信宛名面に、住所・氏名を明記の上お申し込みください。または63円普通ハガキに住所・氏名を明記の上当館窓口まで。

#### 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** 4/12, 4/26, 5/10, 5/24, 6/14, 6/28,  
 7/12, 7/26  
 10時～11時30分(毎月第2・4火曜日・全8回)

**参加費** 4800円(8回分)

**持ち物** ヨガマット  
 (ヨガマットの貸出はありません)

**募集** 15人抽選

**講師** よこすか自然生活 Ayus

**申込方法** 3月18日(金)(必着)

往復はがき往信面に、講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を、返信宛名面に、住所・氏名を明記の上お申し込みください。または63円普通ハガキに住所・氏名を明記の上当館窓口まで。

#### 自然の植物から学ぶ水彩画教室

～綺麗な色合いが出る透明水彩絵の具を使って好きな自然の植物を描いてみませんか～

**日時** 4/8, 4/22, 5/13, 5/27, 6/10, 6/24, 7/8, 7/22  
 10時～11時30分 (毎月第2・4金曜・全8回)

**参加費** 4800円(8回分)

※教材費(筆・パレット絵具19色付)2200円・紙代別途

**募集** 24人抽選

**講師** 小林 千佳子

**申込方法** 3月18日(金)(必着)

往復はがき往信面に、講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を、返信宛名面に、住所・氏名を明記の上お申し込みください。  
 または63円普通ハガキに住所・氏名を明記の上当館窓口まで。



※ 応募いただいた個人情報は目的以外に使用することはありません  
 ※ 途中キャンセルの場合、参加費は返却されませんのでご了承ください  
 ※ 最少実施人数10人

# 新着図書のお知らせ

**図書コーナー** : 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(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)

## 3月の配架本 \*3月 11(金)15時に配架の予定

書籍名	著者	書籍名	著者
心淋し川	西條奈加	祖父たちの零戦	神立尚紀
塞王の楯	今村翔吾	儂い羊たちの祝宴	米澤穂信
白鳥とコウモリ	東野圭吾	新任巡査	古野まほろ
満月珈琲店	桜田千尋	(児)ネコのタクシー	南部和也
夜が明ける	西加奈子	(児)えんとつ町のプペル	にしのみきひろ
太陽の塔	森見登美彦	(児)100 かいだてのいえ	いわいとしお
女だてら	諸田玲子	(児)おしりたんてい プッおおどろぼうあらわる!	トルル
秘事	河野多恵子	(児)おしりたんてい プッおしりたんていがふたりいる!!	トルル
IKIGAI 日本人だけの 長く幸せな人生を送る秘訣	茂木健一郎	(児)おしりたんてい カレーなるじけん	トルル
スマホ脳	アンデシュ・ ハンセン	(児)おしりたんてい かいとうとねらわれたはなよめ	トルル
人は話し方が9割	永松茂久	(児)おしりたんてい ラッキーキャットはだれのてに!	トルル
りなていの一週間 3500円献立	RINATY	(児)おしりたんてい プッコアラちゃんだいかつやく	トルル

### 《親子ふれあいひろば》

赤ちゃんとほっと一息、  
どなたも気軽に遊びに来てください。

場所 並木コミュニティハウス 和室  
日程 毎月第3木曜日 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



### 《並木コミュニティハウスのご案内》



※「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

<https://officekanazawa.org/>

並木コミュニティハウス

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