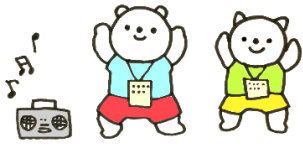


# 白根地区センターだより

第230号 令和6年7月1日  
発行 横浜市白根地区センター  
〒241-0005 旭区白根4-6-1  
TEL 953-4428 FAX 953-4461  
休館日 第2月曜日(祝日は翌日)



朝顔が色鮮やかな花を咲かせる季節となりました。

7月号も素敵な講座をご案内します。皆さまのご参加をお待ちしております。

## 開館40周年記念 夏休みワンパクフェア

みんなで  
来てねー



日時 令和6年7月27日(土) 10:00~14:00

- ★フェイスペイント ★おやこヨガ ★折り紙水族館 ★ボウリング ★ロケットとばし
- ★ポッチャ ★輪投げ ★竹細工(竹トンボ、竹笛など)
- ★木のさかなつり(ワークショップ) ★当たりくじ
- ★ラムネ100円 ★駄菓子50円 ★わたがし50円 ★ミニドッグ50円
- ★ヒップホップダンスショー など (変更になる場合がございます。)



☆おはなし会☆  
10:30~11:15  
(プレイルーム)  
「スイミー」ほか  
出演:○△□

### サンデー体幹ヨガ (全8回)

- 日時:8月11・25日、9月8・22日、10月13・27日、11月10・24日(日) 10:00~11:00  
定員:18歳以上 15人(先着順)  
講師:今野 峰子  
参加費:4,000円(8回分)  
持ち物:ヨガマット又はバスタオル・汗拭きタオル・飲み物  
申込:7月14日9:00~8月4日 先着順受付 電話申込10:00~



### 夏休みスペシャル アイスクリームづくり

- 日時:8月19日(月) 10:00~12:00  
定員:小学生 16人(先着順)  
参加費:300円  
講師:武藤 昌代  
持ち物:エプロン・バンダナ・ハンカチ・上履き・飲み物  
申込:7月20日9:00~8月12日 先着順受付 電話申込10:00~

アイスクリームってどうやって  
できるのかな?  
化学をたのしく学ぼう



### リラックス健康体操(全8回)

~フェルデンクライス健康法~

- 日時:8月8・22日、9月12・26日  
10月10・24日、11月14・28日(木)  
① 9:20~10:20 ② 10:40~11:40  
定員:18歳以上 各回15人(先着順)  
参加費:4,000円(8回分)  
講師:阿部 昌明  
持ち物:ヨガマット又はバスタオル  
汗拭きタオル・飲み物



心地よい動きで  
心と体を整えます。

申込:7月11日9:00~8月4日 先着順受付

電話申込 10:00~

### ナイトリラックス体操(全9回)

リラックス体操の夜バージョンです。  
お勤め帰りでも参加できます。

- 日時:8月1・15・29日、9月5・19日  
10月3・17日、11月7・21日(木)  
18:30~19:30  
定員:18歳以上 15人(先着順)  
参加費:4,500円(9回分)  
講師:阿部 昌明  
持ち物:ヨガマット又はバスタオル  
汗拭きタオル・飲み物

申込:7月11日9:00~28日 先着順受付  
電話申込 10:00~

裏面に続く

# シェイプアップ・ヨガ（全8回）～ヨガを通して自分の内面を見つめてみましょう～

日時：8月9・23日、9月6・27日、10月11・25日、11月8・22日（金） 12：30～13：45

定員：18歳以上 50人（抽選） 参加費：4,000円（8回分） 講師：千葉 由佳

持ち物：ヨガマットまたはバスタオル・室内履き・汗拭きタオル・飲み物

申込：7月22日（消印有効） 往復はがき



## — 申込方法 —

往復はがきの往信面（うら）に、●講座名 ●住所 ●氏名 ●電話番号 ●年代

返信面（おもて）に、お申込者の郵便番号・住所・氏名をご記入の上、

下記送付先までお送りください。

送付先：往信面（おもて）にご記入ください。

〒241-0005 横浜市旭区白根 4-6-1 白根地区センター 行

往信面（おもて）	返信面（うら）
<input type="checkbox"/> 241-0005 住所 横浜市旭区白根4-6-1  白根地区センター 行	※この面には 何も書かないでください

\*定員を超える申込みがあった場合は、抽選になります。

\*抽選（7月27日頃）後、お申込された方全員に結果をお知らせいたします。

（返信はがきの発送は7月29日頃を予定しています。）

\*お申込後にキャンセルされる場合は、早めにご連絡ください。

\*参加希望者おひとりにつき1通のお申込とさせていただきます。

\*お申込者の変更はできません。

\*収集した個人情報は講座運営に使用し、その目的以外には使用いたしません。

返信面（おもて）	往信面（うら）
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> お申込者の郵便番号 お申込者の住所 お申込者の氏名	1. 講座名 2. お申込者の住所 3. お申込者の氏名 （ふりがな） 4. お申込者の電話番号 5. お申込者の年代

## 体幹バランスヨガ（全9回）

日時：8月6・20日、9月3・17日、10月1・22・29日、11月5・19日（火） 10：00～11：00

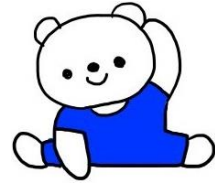
定員：18歳以上 15人（先着順）

講師：今野 峰子

参加費：4,500円（9回分）

持ち物：ヨガマット又はバスタオル・汗拭きタオル・飲み物

申込：7月16日9：00～31日 先着順受付 電話申込10：00～



～地区センターのロビーがコンサートホールになる日～

## 白根ふれあいロビーコンサート



出演 ギター&オカリナ演奏

## ひだまり

- ・琵琶湖周航の歌
- ・思い出の渚
- ・翼をください
- ・四季の歌 他

2024年7月14日（日）13：30～14：30 白根地区センター ロビー

☆あさひ DE あ・そ・ぼ☆

毎週木曜日（祝日を除く）

子育て支援者さんと話そう！

子育て仲間もいます。

10：00～12：00 プレイルーム



## 白根おもちゃ病院

8月3日（土）10：00～15：00

無料（部品等の費用がかかります。）

また修理できない場合もあります。）

持ち物： 壊れたおもちゃ 当日直接センターへ



7月以降働ける方

急募

## 副館長募集します。

横浜市今宿地区センター 1名

【お問合せ】

※詳細はこちらから→

一般社団法人 あさひ区民利用施設協会事務局

TEL 045-360-3636

（平日：9時～17時）

