

# 白根地区センターだより

第244号 令和7年9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）



少しずつ日暮れの時間が早くなり、秋の気配を感じます。  
夏の疲れが秋にでると申します。健康には十分に気を付けて、お過ごしください。  
9月号も素敵な講座をご案内します。ご参加お待ちしております。

※講座申込：（直接）参加費を添えてお申し込みください。（電話）1週間以内にお支払いをお願いします。

## あさひ区民利用施設協会合同事業

### 今そこにある危機！『災害体験ツアー』



地震や火災を擬似体験できるツアーです。  
身を守る術を学んで災害に備えます。

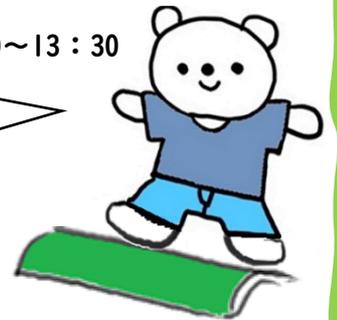


日時：10月28日（火）13：15～15：00  
会場：横浜市民防災センター 横浜駅西口から徒歩10分  
（横浜市神奈川区沢渡4-7 TEL 045-312-0119）  
定員：10人（先着順）  
参加費：無料（但し、会場までの往復交通費は各自ご負担）  
持ち物：筆記用具・飲み物  
申込：9月20日9：00～10月21日 先着順受付 電話10：00～

## Wの刺激 ～青竹エクササイズ～ （全6回）

日時：9月29日、10月6・20日、11月3・17日、12月1日（月） 12：30～13：30  
定員：18歳以上 15人（先着順）  
参加費：3,000円（6回分）  
講師：村松 奈津子  
持ち物：動きやすい服装・靴下2～3枚・汗拭きタオル・飲み物  
※申込：9月11日9：00～9月22日 先着順受付 電話申込10：00～

心も身体も元気に！誰でも笑顔になれる  
とっても楽しいエクササイズです。  
（青竹の貸出あり）



## おやすみ前のソフトヨガ（全6回）

日時：10月6・20・27日、11月17日、12月1・15日（月） 18：20～19：20  
定員：18歳以上15人（先着順）  
参加費：3,000円（6回分）  
講師：山田 夕美  
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：9月13日9：00～9月29日 先着順受付 電話10：00～

1日の疲れをヨガでリセットしよう！  
お勤め帰りでも参加できます。



裏面に続く



# お知らせ



## 白根ふれあいロビーコンサート

オカリナ & ギター演奏

出演 ひだまり

10月5日(日) 13:30~14:30

\*もみじ \*かあさんのうた \*上を向いて歩こう \*牧場の朝 他  
♪みんなで歌えるコーナーもあります ※当日直接センターへ



## 第31回文化祭



日時： 10月25日(土) 9:30~18:00  
26日(日) 9:30~15:00



白根地区センターで活動しているサークルさんの  
作品展示(販売あり) & 発表等、楽しい催しで  
皆様のお越しをお待ちしています。



### ☆白根おもちゃ病院☆



白根おもちゃ病院のドクターがお子さんの大切なおもちゃを修理します。  
(その場で直らない場合は入院となります。)



日時：9月6日(土) 10:00~15:00

参加費：無料(部品等の費用がかかる場合があります。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

申込：当日直接センターへ

### ☆あさひDEあ・そ・ぼ☆



子育て支援者さんと話そう!

子育て仲間もいます。

開催日時：毎週木曜日(祝日を除く)

10:00~12:00 上限組数：なし

### ☆おはなし会☆



『へびくんのおさんぽ』ほか

9月27日(土) 10:30~11:15

小学生以下(未就学児は保護者同伴) 30人(先着順)

出演：○△□ \*当日直接センター受付へ

## 団体登録及び団体予約についてのお願い

架空の団体名では、登録及び予約しての利用はできません。

また、同じ活動内容の複数団体に、相当数の会員が重複している場合は同一団体とみなし、ご利用を取り消させていただきますので、ご注意ください。