

令和4年7月7日発行
発行責任者:館長 武井 哲也
〒224-0062都筑区葛が谷2-1
都筑ふれあいの丘
社会福祉法人
横浜市社会福祉協議会
都筑センター

都 築 セ ン タ ー だ よ い

IFロービーが緑豊かなくつろぎの場所になりました

Wi-Fi完備しました

IFロービーが緑豊かなくつろぎの場所になりました

新任職員ご紹介します！

旭区の福寿荘(老人福祉センター)より異動してまいりました。どちらの施設もコロナ禍により以前の盛況まで戻り切れていない状況ですが、都築センターがまた横浜市内で最も活気のある地区センター・老人福祉センターとしてご利用いただけるよう、お手伝いできればと思っております。よろしく
お願いいたします。

高本 英人



つづき緑寿荘から

大広間

に遊びに来ませんか？

体操のDVD上映のほか、雑誌・新聞もご用意しています。お一人でも、お友達とご一緒でもゆっくりお過ごしいただけます。

プレイルームが可愛く変身しました

都築センターの部屋貸について

インターネット予約になりました
利用には、団体登録が必要です

【団体登録】

- ・4名以上のメンバーで登録
- ・代表者(横浜内在住)と連絡者が必要
- ・家族のみ・講師が代表のグループ登録は不可
- ・高齢者団体(60歳以上)利用者証の登録必須
- ・2か月先まで予約可能(月4回)

【未登録の団体または個人】

- ・団体登録が無くても利用できます
- ・6日前からの予約が可能

7月12日火曜日よりお風呂の再開を予定しています！

入浴は事前予約制になります。

料理室がリニューアルしました！
ガスオーブンも使えます



特集

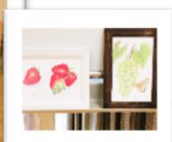
老人福祉センターつづき緑寿荘 **60**歳以上の方対象

「後期(10月~3月) 趣味の教室」

申込期間：8/1(月)~8/31(水) 申込方法：往復はがき

詳しいご案内は、都筑センターの窓口にご用意しています。

お問い合わせ ☎ 045-941-8380



教室名	内容	人数	実施日・時間 回数・教室	参加費
やわらか頭をつくろう 数字で脳トレ 講師：中村 真一	算数・数学的なものの見方や考え方で、知的な遊びを楽しみ、脳を活性化させましょう。	10名	第2・4水曜日 10:00~11:45	参加費1,000円 (教材費・保険代 全10回分)
本格アートのような 大人のぬり絵 講師：森岡 待夫	子供向けの簡単な塗り絵とは異なり、複雑なデザインに色を重ねて美しい作品にします。	12名	第1・3水曜日 10:00~11:45	参加費2,500円 (教材費・保険代 全10回分)
知られていない歴史を学ぼう 日本史史話 講師：岡本 浩敏	毎回古代・中世以降から興味ある話題や人物を取り上げ、深く探求します。	8名	第2・4木曜日 10:00~11:45	参加費1,000円 (教材費・保険代 全11回分)
四季を詠む 俳句 講師：岡野 里子	自然や四季が与えてくれる感動を、五七五のリズムに乗せて俳句として残してみませんか。	10名	第2・4木曜日 13:00~14:45	参加費1,000円 (教材費・保険代 全11回分)
今から始める運動習慣 ポカポカエクサ 講師：今野 朋美	リハビリから考案されたピラティスを基礎に、楽しくトレーニングしましょう。	14名	第2・4月曜日 10:00~11:45	参加費600円 (保険代 全11回分)
心身の調和を目指す 健康太極拳 講師：大田 良浩	深い呼吸とゆったりした動きで、心身にもたらされる充実感を体感しましょう。	14名	第2・4水曜日 13:00~14:45	参加費600円 (保険代全10回分)
筋肉を味方につける！ ガンバル筋トレ 講師：近藤 幸子	体力に自信のある方向けの講座です。ちょっとハードなトレーニングをしてみませんか。	14名	第1・3金曜日 10:00~11:45	参加費600円 (保険代 全11回分)
初心者の ゲートボール 講師：佐々木敏泰	軽い運動で頭の体操にもなる面白いスポーツです。初歩から丁寧に指導します。	15名	第1・3金曜日 10:00~11:45	参加費600円 (保険代 全11回分)

募集講座のご案内

掲載以外にもいろいろな講座をご用意しています！
HPや館内のチラシをご覧ください

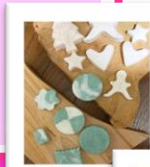
申込み・お問い合わせは電話か窓口で



☎ 045-941-8380

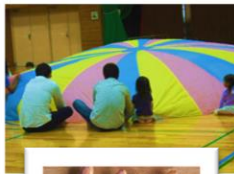
藍の葉っぱでせっけんをつくろう！

7月27日(水)
10:00～11:30
小学生16人(先着)
参加費500円
申込 7/11(月)9:00～



親子木工教室コリントゲームを作ろう

7月31日(日)
10:00～11:30
小学生と保護者10組(先着)
参加費2000円
申込 7/11(月)9:00～



親子であそぼ(全3回コース)

8月28日(日)
9月11日・10月2日10:00～11:15
幼児と保護者 7組(先着)
参加費500円
申込 7/11(月)9:00～

草木染講座(全3回コース)

8月4日(木)・9月1日(木)
10月6日(木) 10:00～11:30
一般・シニア10人(先着)
参加費2500円(各回)
申込 7/11(月)9:00～

おもちゃ病院

10月8日(土)
10:00～14:00
市内在住の幼児・小学生
と保護者(部品実費負担)
申込 8/11(木)9:00～

おうちパン講座 かぶとむしパンを作ろう

8月21日(日)
10:00～12:00
小学生と保護者8組(先着)
参加費1000円
申込 8/11(木)9:00～

日々の暮らしに役立つ講座(包丁研ぎ)

①8月27日(土) ②9月13日(火)
①②10:00～12:00
各回 定員16名(先着)
参加費100円
申込 8/11(木)9:00～

防災料理 カセットコンロをつかって

9月3日(土)
10:00～12:00
小学生と保護者8組(先着)
参加費1000円
申込 8/11(木)9:00～

クイズや計算が楽しい!脳トレ教室

7/12・8/9・9/13(第2火)
10:00～11:30(毎回募集)
横浜市内在住60歳以上の方
15人(先着) 参加費:200円
申込 開催日の前月の11日9:00

スマホ教室(全2回)

9月9日(金)・16日(金)
①10:00～12:00 ②14:00～16:00
各回 定員20名(先着)
参加費100円(全2回)
申込 8/11(木)9:00～

健康太極拳

7/11・8/8・9/12(第2月)
10:00～11:00(毎回募集)
横浜市内在住60歳以上の方
15人(先着) 参加費:無料
申込 開催日の前月の11日9:00～

申込不要の講座のご案内



申込しなくても参加できます♪

健康相談

体組成計で筋肉量など測定します
7/1・7/15・9/2・9/16(金)
13:30～15:00
横浜市内在住60歳以上の方
8人(当日先着) 参加費:無料



スペースふれあい

毎月第3土曜日
14:00～16:00(ふれあいルーム)
こころの健康に不安のある方、
家族の方、お話したり、困った
時の情報交換しませんか

つづきげんき体操

運動習慣のなかった方でも大丈夫
毎月第2・4(木) (9/8スタート)
10:30～11:30
横浜市内在住60歳以上の方
45人(当日先着) 参加費:無料

みんなでラジオ体操をしましょう

7・8月毎週(木) (7/7スタート)
11:00～11:30
横浜市内在住60歳以上の方
参加費:無料

お寄りくださ～い♪

大広間にてDVD上映!
雑誌や新聞の閲覧
お食事もできます



体育室個人利用について

- 利用日前日の16:00～電話又は来館により先着順で予約を受付ます
(閉館15分前まで・前日が休館は当日予約)
- 当日は9:00～利用時間前まで予約を受付ます

卓球・バドミントンが出来ます (45分交代)
1チーム1日卓球・バドミントンどちらか
1回限りです

時間帯	月	火	水	木	金	土	日・祝
午後① (12:00～15:00)	団体	団体	団体	団体	団体	個人 (12:00～17:45)	個人 (12:00～16:45)
午後②	個人 (15:00～17:45)	個人 (15:00～20:45)	個人 (15:00～17:45)	個人 (15:00～20:45)	個人 (15:00～17:45)		
夜間 (18:00～21:00)	団体		団体		団体	団体	

★利用終了後は床のモップがけ、使った場所と貸出品の消毒をしてください★

学習室のご案内

- 受付で申込が必要で
番号札を受け取ります
- 退出時は、使ったところを
消毒して、番号札を返します

※パソコンの使用はできません
※30分以上の離席は、番号札を返してください

利用できる時間帯(毎日)

平日 9:00～20:45

日祝 9:00～16:45

定員:7人



学生以外の方も
ご利用できます

おもちゃ図書館に遊びに来てくださ～い♪



Q●おもちゃ図書館って何?

A●人気の布おもちゃと、温もりが優しい木のおもちゃを貸出しています!

Q●布おもちゃや木のおもちゃって何がいいの?

A●手触りや感触が優しく、楽しく遊びながら知能や感覚の発達を促すと言われています。BABYちゃんから遊べます♡

Q●おもちゃ図書館は、いつやってるの?

A●毎週金曜日の10:30～14:30、1階ロビーで貸出しています!

Q●おもちゃを借りたいんですが?

A●おもちゃ図書館カードを発行します!
(個人・団体用:横浜市在住が確認できるものをお持ちください)



図書コーナーのご案内 利用について

- ①登録:図書カードを作しましょう(受付時間9:00～16:00)
- ②貸出冊数・貸出期間:お1人2冊、最大2週間以内
- ③取扱時間:月～土9:00～20:30 日祝9:00～16:30(休館日あり)
- ④時間内に受付で貸出・返却ができます
- ⑤その他:詳しくは都筑センターにお尋ねください

毎月、HPに
新しい本を
紹介して
います



都筑センターのご案内 〒224-0062 横浜市都筑区葛が谷2-1

TEL 045-941-8380 FAX 045-942-3979

地区センター <http://www.yokohamashakyo.jp/tsuzuki-c/>

つづき緑寿荘 <http://www.yokohamashakyo.jp/ryokuijusou/>

【交通】横浜市営地下鉄グリーンライン「都筑ふれあいの丘」駅下車 徒歩4分
市営・東急バス「大丸」バス停下車徒歩5分
市営バス「都筑ふれあいの丘」バス停下車徒歩5分



【HP】



【施設予約システム】

