

2023年11月1日発行

NPO法人

中川コミュニティグループ

NO.166

〒245-0009 泉区新橋町33-1

TEL392-5538 FAX392-5548

新橋コミュニティハウス

11月号

しんばし

新橋コミュニティハウス

11月の休館日

(施設点検日)

20日(月)



HP <https://nakagawa-com.net/>



♡ハンドメイドを
楽しみましょう♡

英国スタイル



エバーグリーンで作る
小さなクリスマスツリー
12/13(水) 10:00~12:00



定員 : 12名

参加費 : 3000円(材料費込)

申込み: 11/15(水)

10:00~電話受付・先着順

☆定員になり次第〆切

☆写真は昨年の作品です。

オレゴンモミの木で作る
クリスマスリース
11/30(木) 10:00~12:00

定員 : 12名

参加費 : 3000円(材料費込)

申込み: 11/2(木)

10:00~電話受付・先着順

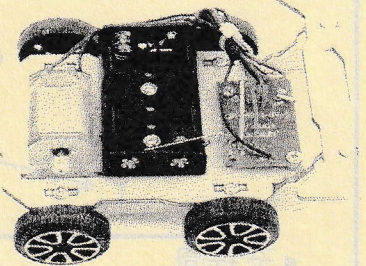
☆定員になり次第〆切

わくわく こども電子工作
ラジコンカーを作って遊ぼう!
12/2(土) 10:00~12:00

定員 : 10名(小学生 低学年は保護者同伴)

参加費 : 1000円(材料費込)

申込み: 11/11(土) 10:00~電話受付・先着順



ありがとうまつり・作品実技発表

★12/9・10作品展示
油絵・水彩画・水墨画
押し花・絵手紙・書道
俳句・カリグラフィー
羊毛フェルト

12/9(土) 10:00~14:00

作品展示・体験コーナー
(羊毛フェルトでミニサンタを作ろう!)

定員 先着10名 ¥700

10時~12時まで

★12/10 実技発表
フラダンス
ストリートダンス
ラテンダンス



12/10(日) 10:00~14:00

作品展示・実技発表
模擬店

裏面もごらんください

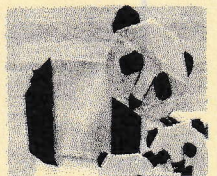
大人の折り紙教室
人気者パンダを折る

1/26(金) 10:00~12:00

定員: 8名

参加費: 800円(材料費込)

申込み: 12/22(金) 10:00~電話受付・先着順



体幹を整える初めてのピラティス(全6回)

1/9・23 2/13・27 3/12・26(火)
10:00~11:00

定員 : 25名 参加費 : 1800円

申込み: 12/19(火) 10:00~電話受付・先着順



おもちゃの病院 ドクトルベアーズ

11/4(土)、12/2(土)

10:00~12:00 受付 11:00まで

問い合わせ 佃 TEL 090-1216-0579



12/2は受付のみです！



こどもおりがみ教室

12/23 (土) 14:00~16:00

定員 : 8名(幼児は保護者同伴)

参加費 : 無料

申込み: 11/15(水) 13:00~ 電話受付・先着順

★11月お休みです！



キッズコーナーのご利用方法

最大利用人数は5人(お子様保護者合わせて)
対象者は未就学児と保護者
利用時間は2時間です。



利用可能時間

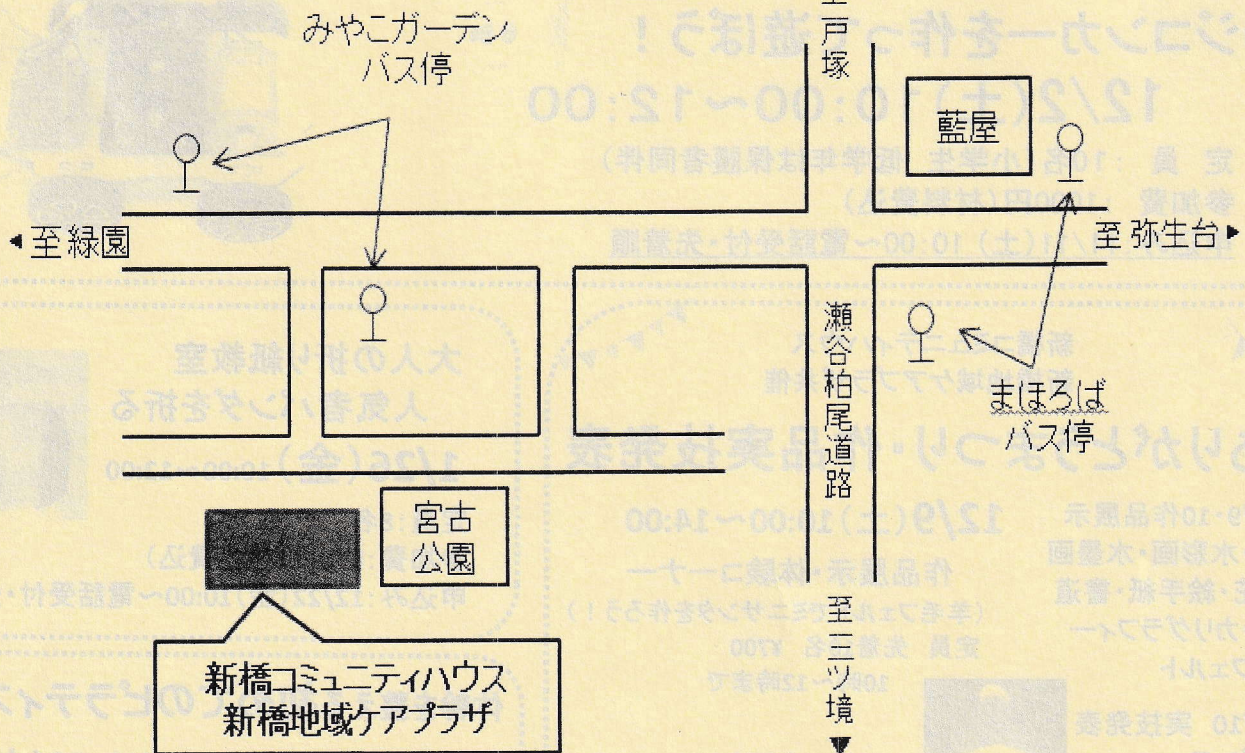
10:00~18:00 (入れ替え制) ※日祝は16:00まで

★事前予約は必要ありません。
お気軽に遊びにいらしてください！



#住むなら 泉区

案内図



※ 駐車場はございません。公共の交通機関をご利用ください。

令和5年11月1日発行
NPO法人
中川コミュニティグループ
No.218
〒245-0007 泉区桂坂4-1
TEL813-3984 FAX813-3986



あなたのいきいきライフのお手伝い

11月号

なかがわ

中川地区センター
11月の休館日
20日(月)
(施設点検日)

よいこのクリスマス会

12/3(日)13:30~15:00

出演:パーカッショングループ
元打~motoda


打楽器コンサートとリトミック

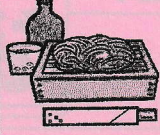


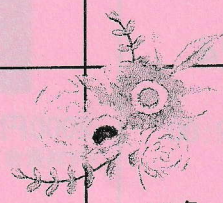
どんな楽器が出てくるかお楽しみ!リトミックもありますよ♪

対象:幼児・小学生 先着200名(サンタさんからプレゼントあり)

当日自由参加 場所:体育室 ※上履きをお持ちください

自主事業教室のご応募は往復ハガキに必要事項を記入して郵送で、またはセンター備え付けの応募用紙に返信用ハガキを添えて窓口にご提出ください。応募多数の場合は抽選をさせていただきます。
自主事業教室の申込はこちらまで……〒245-0007 泉区桂坂4-1 中川地区センター 宛

教室名	日程・時間	参加費	定員	申込日	
手作りのしめ縄飾り (全1回)	12/24 (日) 9:30~12:00	 2000円 (材料費含)	20名	往復はがき又は返信用はがき持参で窓口へ ①教室名 ②氏名 ③住所 ④電話番号 記入の上 11/11~11/21必着	毎年好評の手作りのしめ縄飾り 一から作る貴重な体験ができます 手作りのしめ縄はご利益があるかもしれませんね 講師:寒川郷土研究会
はじめての太極拳 (全8回)	12/7・21 1/18、2/1・15・29 3/7・21 (木) 10:00~11:30	4000円	20名 (初心者優先)	往復はがき又は返信用はがき持参で窓口へ ①教室名 ②氏名 ③住所 ④電話番号 ⑤前回参加の有無 記入の上 11/11~11/21必着	足腰を鍛え、息を整える太極拳の動きは難しそうですが、初めての方のためのレッスンです 練功十八法、初級太極拳、養生功 お気軽にご参加ください 講師:矢島まゆみ
目指せ!美骨盤 (全8回)	12/11・25 1/22・29 2/5・26、3/11・25 (月) A 9:30~10:30 B 10:40~11:40	3200円	各18名 (初心者優先)	往復はがき又は返信用はがき持参で窓口へ ①教室名 ②氏名 ③住所 ④電話番号 記入の上 11/11~11/21必着	普通に生活しているだけで身体がゆがんできます。ヨガの動きを取り入れ骨盤を正しい位置に戻す事で冷え、姿勢の改善に役立ちます♪ 講師:佐々木宏美
楽しくダンス de エクササイズ (全8回)	12/12・26 1/9・23 2/13・27 3/12・26 (火) 10:00~11:15	3200円	18名	往復はがき又は返信用はがき持参で窓口へ ①教室名 ②氏名 ③住所 ④電話番号 記入の上 11/11~11/21必着	ストレッチで十分に身体をほぐし、ポップな音楽に合わせてダンスのステップで楽しくエクササイズしましょう♪ストレス発散にレッツ!ダンス 講師:田島裕子

教室名	日程・時間	参加費	定員	申込日	
そば打ち 体験教室 (全1回)	1/20 (土) 9:30~12:00	2000円 (材料費含)	 8名	往復はがき又は返信用 はがき持参で窓口へ ①教室名 ②氏名 ③住所 ④電話番号 記入の上 12/11~12/20必着	 そば打ちを体験してみませ んか？自分で打ったそばは 最高の味です。3人前お持ち 帰りいただきます 講師：みそば会
タイ料理を 作ってみよう (全1回)	1/27 (土) 10:00~12:30	1300円 (材料費含)	18名	往復はがき又は返信用 はがき持参で窓口へ ①教室名 ②氏名 ③住所 ④電話番号 記入の上 12/11~12/20必着	タイ料理をお家ごはんのリ ストに入れませんか？ ・ガパオライス ・グリーンカレー ・ヤムYum タイのお話を交えながら楽し くレッスンします 講師：田中裕子
つまみ細工で つくる 華やかコサージュ (全2回)	2/3・2/10 (土) 13:00~14:30	 1800円 (材料費含)	12名	往復はがき又は返信用 はがき持参で窓口へ ①教室名 ②氏名 ③住所 ④電話番号 記入の上 12/11~12/20必着	可愛いコサージュをつまみ 細工で作ります。お嬢様の 卒業式や晴れの日にびっ たりです。髪飾りにもなるので 浴衣にも合いますね プレゼントすると喜ばれます ね 講師：垣崎みな美
麴屋さん直伝の 味噌づくり (全1回)	2/24 (土) 10:30~12:00	4000円 (材料費含) 3kg分	25名	往復はがき又は返信用 はがき持参で窓口へ ①教室名 ②氏名 ③住所 ④電話番号 記入の上 1/11~1/20必着	麴屋さんから直接指導して いただきます国産米の麴、 国産白目大豆、天日塩を使 用します。3kg作ります 講師：小泉麴屋
ハンドマッサージ とネイルケア (全1回)	2/17 (土) 10:00~11:00	500円	 15名	往復はがき又は返信用 はがき持参で窓口へ ①教室名 ②氏名 ③住所 ④電話番号 記入の上 1/11~1/20必着	寒い時期の手荒れは気にな りますねマッサージの方法を 習得しはりのある手をめざ しましょう！ネイルケアも必須 です！ 講師：佐々木宏美

2024年1月よりWebで部屋の予約ができます！

運用開始は2024年1月ですが、事前に団体登録が必要になります。現在団体登録されている団体も改めて登録をお願いいたします。なお詳細については中川地区センターまでお問い合わせください。

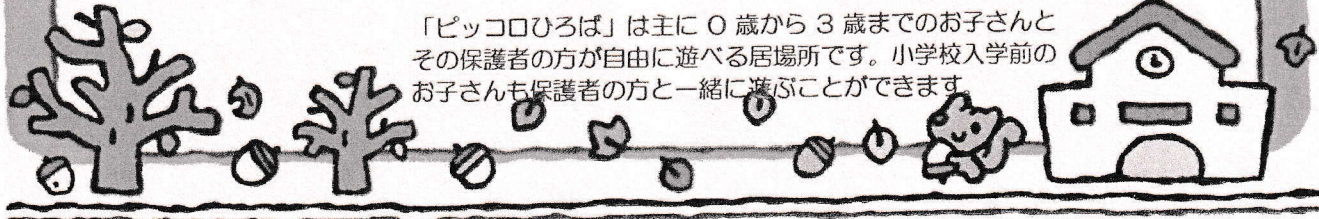
<今後のスケジュール> ・ 団体登録用紙配布 受付にて
・ 団体登録受付開始 11月1日～
・ 運用開始 2024年1月1日

※個人利用はWeb予約が出来ません。お電話でお申込みください。なお、1月より利用日の1週間前から個人でも1枠（3時間）で部屋予約が出来ます。当日個人利用の方法は従来通りです。

★11月の新着図書の予約希望受付期間 11/15(水)～11/21(火)ご来館にて受付

ピッコロ通信 11月号

「ピッコロひろば」は主に0歳から3歳までのお子さんとその保護者の方が自由に遊べる居場所です。小学校入学前のお子さんも保護者の方と一緒に遊ぶことができます。



日が短くなり日一日と秋の深まりを感じられるようになりました。自然の変化を感じながら深まりゆく秋を楽しみたいですね。

- ・ひろばは新型コロナウイルス感染症流行の影響で、先着6組14名限定のご利用となっております(イベントを除く)。予約は必要ありませんが、事前に予約を頂ければ優先させていただきます。
- ・ひろばは午前と午後の入替制です。12:00~12:30はランチの時間です(4組まで)。

11月の予定

月	火	水	木	金	土	日
		1 12月月間イベント 予約開始	2 緑園子育てネット スタッフミーティング (休)	3 文化の日 (休)	4	5
6 10:30~11:15 赤ちゃんタイム 要予約 ひろば 12:30~	7 ピッコロクラブ (2歳以上の預かり保育) ひろば(休)	8	9 10:30~11:15 リラックス+ヨガ 会員向・要予約 ひろば 12:30~	10	11 (休)	12 (休)
13 ピッコロクラブ説明会 予約開始	14 ピッコロクラブ (2歳以上の預かり保育) ひろば(休)	15 10:30~11:00 親子リトミック♪ お誕生会 会員向・要予約 ひろば 12:30~	16	17	18	19 (休)
20 10:00~12:00 びよびよひろば 要予約	21 ピッコロクラブ (2歳以上の預かり保育) ひろば(休)	22	23 勤労感謝の日 (休)	24	25 (休)	26 (休)
27	28 ピッコロクラブ (2歳以上の預かり保育) ひろば(休)	29	30			

- ◆2日(木)は、緑園子育てネット・スタッフミーティングのため、お休みさせていただきます。
- ◆6日(月)『赤ちゃんタイム』のため、ひろばは12:30~オープンします。
- ◆9日(木)は『リラックスヨガ』、15日(水)は『親子リトミック♪お誕生会』のため、ひろばは12:30~オープンします。
- ◆20日(月)は『びよびよひろば』です。ひろばは12:30~オープンします。
- ◆火曜日はピッコロクラブのため、ひろばはお休みです。お問い合わせやイベントの電話予約はご遠慮ください。
- ◆『赤ちゃんタイム』『びよびよひろば』を除き、イベントは会員さん向けです。無料体験はできません。

令和6年度

ピッコロクラブ説明会& 来年度募集開始

～お子さんのできる！を増やします～

来年度のピッコロクラブのメンバーを募集します。

入会ご希望の方は、ひろばにてお申込み下さい。

★対象：満2歳以上（令和6年4月1日時点）

★活動日：毎週火曜日（原則月4回）

★時間：10:00～13:00 16:00まで延長可

★月謝：10,000円（別料金）

★定員：12名（満2歳になった時点で入会できます）

★募集期間：12月4日（月）～12月8日（金）

来年度創設14年目を迎えるピッコロクラブは、プレ幼稚園の世代のお子さんを対象にしたNPO法人「ピッコロひろば」が主催する一時預かり事業です。幼稚園入園前にお母さんと離れて先生やおともだちと一緒に公園で遊んだり、製作やリトミックをしたり、お弁当もみんなで作ります。同じ年代のお子さんたちと楽しい時間を過ごしながら、先生たちがきめこまやかに日常のお子さんの生活やおともだちとの関わりをサポートし、お子さんの成長を手助けしていきます。幼稚園入園準備にもなると好評です。（先生は全員幼稚園教諭有資格者です）今回「ピッコロクラブ」の説明会を行いますので興味のある方はどうぞお気軽にご参加ください。

★説明会日時 12月2日（土）①10:30～、②13:00～

（どなたでも参加できます。予約が必要です。）

★説明会予約開始 11月3日（月）9:40～

予告 クリスマス会（会員向け）

ひろばでは会員の皆さまを対象に今年最後のイベント

『クリスマス会』を行います。詳細は来月のピッコロ通信をご覧ください。お楽しみに～♪



★日にち：12月21日（木）・22日（金）・23日（土）

各日 午前・午後行います

★予約開始日：12月8日（金）9:40～



赤ちゃんタイム

原則として第1月曜日の午前、赤ちゃんを子育てしている保護者の方を対象にさまざまな催しを開催しています。会員さん以外の方も参加できますのでどうぞご利用ください。

★11月の内容『なえば保育園の栄養士さんの話を聞こう』

★日時 11月6日（月）10:30～11:15（受付：10:15～）

★参加費 200円

★参加人数 先着8組

★予約開始 10月2日（月）

★利用対象 あんよが上手になるまでのお子さまと保護者の方を対象にした時間です。大変申し訳ありませんが上のお子さまの参加はご遠慮下さい。

★今後の日程

12月4日（月）10:30～11:15

ひふみの会さんによる『わらべうた』

予約は11月1日（水）9:40～

地域の子育て支援情報

★育児サークル「モンキッズ」

11月の予定

2日（木）なえば保育園園庭遊び

7日（水）みかん狩り

11日（土）大池公園ピクニック

22日（水）公園あそび（緑園東田谷公園）

見学希望の方は下記までお問い合わせください。

撫佐 友梨 LINE ID: musayuri0803

★子育て支援者会場

経験豊かな子育て支援者さんが、皆さんの子育てを応援しています♪

会場 緑園地域交流センター 中会議室

開催日および時間 毎週金曜日 10:00～11:30



ぴよぴよひろば

原則として第3月曜日の午前、0歳、1歳のお子さまを子育てしている保護者の交流の場として、自由に楽しくおしゃべりするスペースを作りました。会員さん以外の方も参加できますのでどうぞご利用ください

★日時 11月20日（月）10:00～12:00

★参加費 会員 100円 非会員 200円

★参加人数 先着8組

★予約開始 10月2日（月）

★利用対象 0・1歳のお子さまと保護者の方を対象にした時間です。大変申し訳ありませんが上のお子さまの参加はご遠慮ください。

★今後の日程 12月18日（月）10:00～12:00

予約は11月1日（水）9:40～

横浜市 親と子のつどいの広場

「ピッコロひろば」

オープン：月・水・木・金・土（隔週）

（但し、毎月第1木はお休み）

10:00～15:00

横浜市泉区緑園4-1-6

TEL/FAX: 813-7323

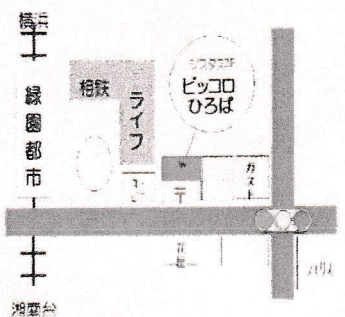
<https://www.pikkoro-hiroba.com>



正会員	年会費 1000円
	利用料 100円/日
	月間パスポート 600円
ビジター	利用料 300円/日
	（いずれも一家族あたりの料金です）
	☆初めての方は無料体験ができます☆

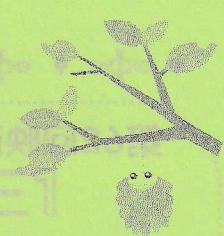
ピッコロひろばは横浜市の助成金と皆さんからの会費と利用料で運営されています。

後援：RCA、緑園連合自治会、緑園地区社協、緑園子育てネット



泉寿荘だより 11月号

〒245-0006 泉区西が岡3-11 TEL045(813)0861
 ホームページhttp://nakagawa-com.net/



☀ 泉寿荘は60歳以上横浜市にお住いの方ならどなたでもご利用できます。毎月第3日曜休館日 ☀

開館時間9:00~17:00

「せんじゅまつり」が盛大に行われました

10月14日(土)15日(日)の両日、泉寿荘の年間行事の中で最大の「せんじゅまつり」を開催いたしました。2日目の午前中は大雨となってしまいましたが、合わせて2100人を超える多くの方が来館されました。初めて泉寿荘に来られた方、お子様連れの方も多く、泉寿荘利用者による展示・体験コーナー・発表等、日頃の成果を来館者の皆様に十分に披露出来たのではないかと思います。

また、泉寿荘を運営している「NPO法人中川コミュニティグループの構成団体である、中川、新橋、緑園、しらゆりの連合自治会町内会の全面的な協力により出店された各模擬店も、来館者の方々から大好評でした。改めて「せんじゅまつり」にご協力いただいたサークル・団体の皆様に御礼申し上げます。

さて今年も残すところあと2か月となりました。風邪など引かないように体調管理には十分注意し、泉寿荘に来館され、元気に楽しく過ごしていただきたいと思います。

泉寿荘所長

登録団体の皆様へ

令和6年1月~3月

施設利用調整会議・申込書提出のお知らせ

- ☆施設利用調整会議 11月23日(木) 10時より … 重複団体には11月10日までに連絡。ご出席をお願いします。
- ☆施設利用申込書の提出〆切 12月15日(金) … 重複のない団体は、施設利用申込書を配布いたしますので、ご提出ください

11月の予定

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
	申込開始 ・スマホによる施設利用申込講習 ・ノルディックウォーキング ・座ってズンパ®ゴールド					
5 機能回復個人利用 ヒップホップ 写経 🎵 午後	6	7	8 共働舎パン販売	9 なごみの広場 🎵 午後	10	11
12 機能回復個人利用 コアコンディショニング 写経 🎵 午後	13	14申込〆切 座ってできる ズンパ®ゴールド 『スマホによる 施設利用申込』 の講習会	15 地場野菜を使った料理教室	16	17 座ってできる ズンパ®ゴールド 共働舎パン販売	18
19 休館日	20申込〆切 ノルディック ウォーキング	21	22 共働舎パン販売 ノルディック ウォーキング	23	24	25
26 機能回復個人利用 筋力脳力アップ 写経 🎵 午後	27 園芸ボランティア	28	29 映画観賞会	30	31	

🎵 マークは 大広間個人利用日です。 火・木・土曜日 ●日曜日は午後のみ

趣味の教室11月のご案内

第62回映画鑑賞会

『三匹の侍』



11月29日(水) 13:00~15:00

1964年、松竹制作。1963年からフジテレビ系列で毎週放映された連続時代劇です。最高視聴率42%を記録。第1シリーズ終了後に五社英雄監督の演出で映画化されました。

監督 五社英雄

出演 丹波哲郎・平 幹二郎・長門 勇・桑野みゆき

【参加費】 無料

【定員】 60名(当日先着)

健康・生きがい・仲間づくりで脳活

なごみの広場

11月9日(木) 10:00~11:30

『お口の健康について』 歯科医師

『沖縄三線の会』 やあ〜る〜す

【参加費】 100円(コーヒー代)

*コーヒーだけでも!どなたでもご参加いただけますマイカップをお持ちください。

みんなで楽しく!

ノルディックウォーキング

晩秋のこの季節に歩きながら自然を感じませんか。ポールを使うことで足にかかる体重が分散され楽に歩けます。また身体の90%の筋肉を使うことができ、運動効果をより増強できます。

●11月22日(水) 13:00~15:00

●12月13日(水)

【申込】 11月1日(水)~各2日前まで
電話または受付まで

【参加費】 100円

【定員】 15名(多数抽選)

☆ポールの貸し出しもあります。

座ってできるズンバ®ゴールド

ZUMBA!

11月17日(金) 10:00~11:00

座って楽しく身体を動かすダンスエクササイズです。運動が苦手な方でも楽しく体を動かせます。

【申込】 11/1(水)~11/14(火)電話または窓口へ

【参加費】 100円(保険料) 【定員】 27名 *多数抽選



日曜日は楽しく筋力アップ!

14:15~15:30

●11/5 ヒップホップで有酸素運動

●11/12 コア・コンディショニング

●11/26 筋力!脳力!アップ体操

【参加費】 100円(保険料) 【定員】 30名(多数抽選)

【申込】 各前日16時まで 電話または受付へ

心安らかに 般若心経を写す

11月5日、12日、26日(日) 9時~12時

*無料 先着15名(当日先着)

*筆ペンをご持参ください。

*どなたでも参加頂けます

泉区委託事業

『地場野菜を美味しく食べて健康に!』

11月15日(水) 10:30~12:00

- ①野菜摂取の必要性とその効果について
- ②オーラルフレイル(口の衰え)について
- ③地場野菜を使った料理の紹介
- ④試食

【申込期間】 10月10日(火)~11月5日(日)

【定員】 20名(先着) 泉寿荘受付又は電話で申込

【費用】 無料

主催 泉区食生活等改善推進員会(ヘルスメイト)

共催 老人福祉センター横浜市泉寿荘

『スマホによる施設利用予約申込』講習会

令和6年1月予約申込(4月~6月利用分)よりパソコンやスマートフォンを使ってインターネットでご自宅から手軽に施設利用予約申込が出来るようになります。今回、スマートフォンを使用してアプリの取り込みから申込に至るまでの講習をしていただきます。どうぞ、ご参加ください。

11月14日(火) 10:00~12:00

【定員】 30名(先着順)

【参加費】 無料

【申込】 11/1(水)~11/13(月)電話または窓口へ

【持ち物】 筆記用具・スマートフォン

《内容》

- ・QRコード読み取りアプリの取り込み方
- ・泉寿荘ホームページよりQRコードを読み取る
- ・パスワードの設定
- ・施設利用申込の方法など

