

ゆうづるイッピー11月号

～市場が毎日HAPPYでありますように～

〒230-0024
横浜市鶴見区市場下町11-5
指定管理者：社会福祉法人 大樹
横浜市鶴見市場地域ケアプラザ
横浜市鶴見市場コミュニティハウス
発行責任者：河野 新一
2020年10月23日発行：第161号
HPアドレス：<http://www.taiju.or.jp>
TEL 045-504-1077
FAX 045-500-6677

<運営方針> 地域に暮らす全ての方が、安心して安全に暮らすために地域と協働し、福祉保健活動・地域活動・地域交流の拠点をづくりします。



はまちゃん体操 12月～3月度参加者募集

はまちゃん体操とは横浜市が作った高齢者の生活レベル向上を目指した体操です。ゆうづるでは「ひざひざわっくん体操」と「はまちゃん体操」の2つの体操を上映しています。

感染症の影響で定員を半分にし、月1回とさせていただきますので、ご了承ください。申込できるのは1コースのみです。

【開催日時】ご希望日程を伝えてください。

①毎月第2水曜日 13:30～14:30【20人】

② 4水曜日 // 【20人】

【申込】

11月1日(日)10時～

電話のみで受付【先着順】

介護普及強化事業 Go!Go!健康講座

ボッチャを楽しもう!

要申込

スポーツセンターの方にボッチャのルールやコツを教えてもらおう!地域活動で実施している方や、今後やりたい人も必見です。グループ活動でのコツなども教えてもらいます。

11月20日(金)13:30～15:00

定員:30人【先着順】【無料】

11月5日(木)9時～電話のみで受付

持物:動きやすい服装と靴・水分・マスク

ゆうづるに来館する際のお願い

ゆうづるに来館するときや、自主事業などに参加される方は、下記のご協力をお願いします。

●37.5度を超える体温の場合は来館をお控えください。

●マスクを着用してください。

●入館時、手指の消毒をお願いします

●検温の実施にご協力ください。



ヨガ11月参加者募集

有料

11/27 (金) 13:00～14:30

参加費:160円

ヨガ11月度の参加者を募集します。感染予防のため定員を半分にしています。対象・定員:概ね60歳以上の方15人

申込み日:10月30日(金)9時～【先着順】

※電話のみの受付となります。

幹のパン販売のお知らせ

11/24(火)11:45頃

幹の焼き立てのパンの販売を

1階ロビーで実施します。

(当日お楽しみの2種類です)

久しぶりのパン販売です。

皆様のご来館を

お待ちしております。

男の料理教室

参加者募集

簡単!
楽しい!

料理を通して新しい仲間と交流しましょう!男性同士気兼ねなく活動する教室です。すぐにお家で実践できる簡単な料理ばかりです。新しい趣味を始めたい方などお気軽にご参加ください!

対象:参加メンバーと一緒に相談し、主体的に活動できる方 若干名

※講師はいません



参加費:500円

申込:電話・FAXにて

【担当】高橋・浅井

見学もできます!

●会場の記載がない事業はゆうづるが会場です。

詳しい内容はお気軽にゆうづるまで
お問合せ下さい♪

休館日：11月15日（日）

11月のイベント案内

※10月23日時点の予定です。変更になることがあります。

変更になる可能性があります。

子育て支援キッズイベント 毎週火曜日10:00~11:00

(1)ゆうづるキッズイベント 第1・3週

11月 3日(火) 山ちゃん先生と遊ぼう

11月17日(火) リトミック

(2)キッズルームゆうづる 市場地区社協主催

第2・4週

※しばらくの間はお休み

赤ちゃん会(鶴見区役所主催)10:00~11:30

★お母さんと0歳のお子さん(原則第1子)の集まりです。

11月4日(水) 平安町会館

子育て支援者相談事業

★子育て支援者さんに、子育てに関する事なら何でも聞いて下さい♪

日 時：毎週金曜日 10:00~12:00

出張カフェ 10:00~11:30

楽しくお話しながらくつろいで下さいね！ 一部再開！

参加費100円(フリードリンク)

【日程】 11月9日(月) 【場所】 栄町公園集会所

絵本で遊ぼう「おはなし広場」

★地域ボランティアさんによる楽しい絵本お話会です♪

日 時：11月25日(水)(原則毎月 第4水曜日)

前半：10:00~ 後半：10:30~

ゆうづるルーム 再開しました！

★未就学児向けの開放ルームです。おもちゃがあります♪

日 時：毎日(休館日を除く) 10:00~16:00

日曜日 10:00~16:00

※利用時間を変更しています。ご注意ください！！

パンの販売

●つるみ地域活動ホーム幹(北寺尾)パン販売

11月24日(火) 11:45頃

たのしいかい(市場小コミュニティハウス)

内 容：軽体操、ウォーキング、脳トレ、製作など

日 時：毎月第1金曜日、第3水曜日 13:30~15:00

場 所：市場小コミュニティハウス ※変更有り。お問い合わせ下さい

会 費：月200円 対 象：中高年からどうぞ

ゆうづる倶楽部

日 時：第1・2・4火曜日13:00~15:00

場 所：大和町会館(どこにお住まいの方も可)

参加費：100円

対象者：地域の方どなたでも

内 容：健康体操や手芸や脳トレなどのイベントを予定

つるかめサロン(会員制)

日 時：毎月第2金曜日 13:30~15:00

★9月から第2金曜日に変更となりました。

登録者は全員参加OKです！

介護者の集い かたらい 参加費無料です！

★日頃の介護の悩みや疑問を気軽にお話する場です。

日 時：11月4日(水)

パソコン相談室(初級編) ※しばらくの間お休み

★わかりやすく丁寧に教えてくださいます。

日 時：毎月第3水曜日 13:30~16:00

講 師：鶴見区パソコンボランティア協会

参加費：無料

事前に相談内容を連絡頂くと当日スムーズにご説明できます♪

※ご自分のパソコンの持ち込みも可能です。

ポッチャ交流会

日時：※しばらくお休み

簡単・天気に左右されない・誰でも出来る！一緒に楽しみましょう。

簡単なスポーツです。

ゆうづる健康マージャンサロン 13:00~17:00

★みんなで楽しくマージャンを通して交流しましょう♪

初心者の方でもボランティアさんが教えて下さいます。

日 時：※当分の間はお休みします

参加費：無料 申込み：なし

※卓に限りがあります。その場合は先着順です。

男の筋トレ

日時：毎月第3土曜日 10時~11時

持ち物：水分・マスク ★10分前にお越し下さい。



【イベントのお問合せ・お申し込み】

TEL **500-6688**

【その他のお問合せはこちらへ】

TEL 504-1077

★☆編集後記☆★

寒くなってきました。秋到来ですね。

最近ゆうづるの周りにカラスが多いように感じます。ふと気付くとカーカーいってます。季節的な何かがあるのか、ゴミなどに関係しているのか…。謎です。カラスは国や歴史によって扱いが異なるのがおもしろいです！ただ、すずきは鳥類(特に鳩!!)が苦手です。でも鶏肉は食べられます。

すずき