



# 2月号

〒241-0001  
 旭区上白根町233-6  
 横浜市上白根コミュニティハウス  
 発行責任者：山田 まき  
 2023年1月28日発行

## せせらぎ歌の会

**4月13日(木) 10:00~11:30**

参加費：200円(お茶1本・歌集付)  
 定員：30人(事前予約/先着順)  
 対象：一般  
 講師：下田忠さん  
 持ち物：マスク・上履き・外靴を入れる袋

新型コロナウイルス感染状況により長らく開催を控えておりましたが、4月より装い新たに開催致します。以前のように大勢の皆様のご来場はまだ難しい状況ではありますが、ご参加頂く皆様に少しでも喜んでいただける歌の会にしたいと思っております。



※予約 2月11日開始/10時~電話又は来館

## 【さくら祭り】作品展のご案内

**3月25日(土) 10:00~17:00**  
**3月26日(日) 10:00~13:00**

今年の「さくら祭り」は延期になっておりました作品展を開催致します。コミハにて活動されておりますサークルの方々の作品展示となります。詳細は次号でお知らせ致します。



## 男ヨガ入門編

**4/18・5/16・6/20(全て火曜日)**  
**全3回コース 10:00~11:00**

参加費：1,000円(全3回分)  
 定員：15人(事前予約)  
 対象：一般  
 講師：澤田芙美子さん  
 持ち物：マスク・上履き・動きやすい服装  
 飲物・ヨガマット又はバスタオル



※予約 2月11日開始/10時~電話又は来館

自主事業	日時(当月/次月)	対象 定員	費用 事前申込	持ち物
やさしいヨガ教室	<b>2/7・3/7(火)</b> 10:00~11:00 毎月第1(火)開催	一般 20名	400円 なし(先着順)	マスク・上履き・タオル・ 飲物・ヨガマット又はバス タオル
インナーマッスル体操	<b>2/2・3/2(木)</b> 13:00~14:30 毎月第1(木)開催	一般 20名	400円 なし(先着順)	マスク・上履き・タオ ル・飲物
パソコン個人相談室	<b>2/13・3/13(月)</b> 13:30~15:40 毎月第2(月)開催	①13:30~ ②14:40~ 各回3名	500円/1時間 毎月11日より予約受付 10:00~来館or電話	PC・筆記用具・マスク・上 履き
大人のリラックス&ストレッチ	<b>2/15・3/15(水)</b> 10:00~11:30 毎月第3(水)開催	一般 20名	400円 なし(先着順)	マスク・上履き・タオル・ 飲物・ヨガマット又はバス タオル
くらサポ サロン/お茶飲み場 (イベント有)	<b>2/15・3/15(水)</b> 13:30~14:30 毎月第3(水)開催	一般 20名	無料 なし(先着順)	マスク・上履き・マイボト ル又はペットボトルの飲物 (中身は自由)
おーちゃんのおはなし会 (絵本の読み聞かせ・手遊び)	<b>2/17・3/17(金)</b> 10:30~11:00 毎月第3(金)開催	親子 10組	無料 随時予約受付中	マスク・上履き・飲物



※詳しくは当館まで  
お問合せ下さい  
045-954-1691  
2023年1月23日現在

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
				ラウレア(フラダンス)  ★インナーマッスル 13:00~14:30	DOパソコン 気功体操 リズム&ブレイクダンス	
5	6	7	8	9	10	11 建国記念の日
		大正琴キンモクセイ 上白根CH英語クラス 美德を学ぶ会(勉強会) あすか書写会(ペン習字)  ★やさしいヨガ教室 10:00~11:00	新婦人の会 パソコン教室2017 川崎吟友会	ルーシー・イム(タイヨカ) 水彩の会 JUMP☆UP-KIDS(ダンス)	かたアの会(フラワーアレンジ) 気功体操 リズム&ブレイクダンス	和楽会 銭太鼓
12	13	14	15	16	17	18
★上白根ふれあい 地域寄席 13:30~15:00	フラワー粘土教室 書道部如月会  ★PC個人相談室 13:30~14:40~	ひよこ(洋裁) 鬼頭書道会(書道・硬筆)	Ralph(ヒップホップダンス)  ★リラックスストレッチ 10:00~11:30 ★くらサポサロン 13:30~14:30	ルーシー・イム(タイヨカ)	くりの会(俳画)  ★おーちゃんのお話し会 10:30~11:00	そば工房 ゆかいな麵々
19	20	21	22	23 天皇誕生日	24	25
サンデー太極拳		フォークダンスマリン 上白根CH英語クラス 大正琴キンモクセイ 美德を学ぶ会(勉強会) あすか書写会(ペン習字)	パソコン教室2017 川崎吟友会 Ralph(ヒップホップダンス)	水彩の会 フラワーアレンジさくら	DOパソコン	和楽会 銭太鼓
26	27	28	※自主事業はコロナウイルス感染状況により、やむなく変更及び中止となります 事ご理解よろしくお願い致します。  			
	フラワー粘土教室 書道部如月会	フォークダンスマリン ひよこ(洋裁) 鬼頭書道会(書道・硬筆)				

日程は変更になる場合があります。予めご了承願います。  
こちらに記載のサークルさんご紹介できる団体のみ載せております。

★印は当館の自主事業です。  
お気軽にご参加下さい。

みんなが楽しめる、地域に求められる「コミュニティハウス」  
をめざして…。ご意見・ご要望をおまちしております。  
電話：045-954-1691 FAX：045-954-1692  
URL：http://kamishirane-ch.roukyou.gr.jp/