

1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
 2024年12月22日発行

～横浜市上白根コミュニティハウス通信～

ピラティス～初級～

1月22日(水) 10:00～11:30

3回コースとして好評でした「初めてのピラティス」が2025年1月より自主事業として新たにスタートします。前回ご参加頂いた方、残念ながらご参加出来なかった方々もこの機会に是非ご参加ください。

参加費：1回400円
 定員：20名(予約不要/当日先着順)
 対象：一般
 持ち物：上履き・飲物・動きやすい服装
 ヨガマット or バスタオル
 講師：切通志保さん(きづしほさん)



上白根ふれあい地域寄席

2月9日(日)

13:30～15:00(終演予定)

新年、落語と手品で
 笑い始めは如何ですか？
 皆様のご来場お待ちしております

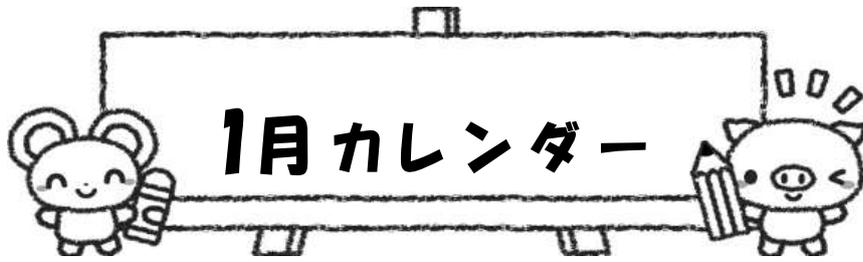
参加費：200円
 定員：50人(事前予約)
 対象：お子様～一般
 出演：横浜市職員落語愛好会の皆さん
 ※予約1月10日 10時～電話又は来館



【コミハ祭り】のお知らせ

来年3月22日(土)～23日(日)コミハ祭りを開催します。今回はサークルさんの作品展です。詳細は来月の広報紙にてお知らせしますのでお待ちください。皆様のお越しをお待ちしております。

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	1/7・2/4(火) 10:00～11:00 <small>毎月第1(火)開催</small>	一般 20名	400円 なし(先着順)	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	1/9・2/6(木) 13:00～14:30 <small>1月のみ第2(木) 毎月第1(木)開催</small>	一般 20名	400円 なし(先着順)	上履き・タオル・飲物
パソコン個人相談室	1/13(祝)・2/10(月) 13:30～15:40 <small>毎月第2(月)開催</small>	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	上履き・PC・筆記用具
せせらぎ歌の会 (お茶1本・歌集付)	1/8・2/12(水) 10:00～11:30 <small>毎月第2(水)開催</small>	一般 50名	200円 なし(先着順)	上履き・飲物・外履きを入 れる袋/歌唱時マスク任意
みんなのす (フリースペース)	1/10・2/14(金) 15:00～18:00 <small>毎月第2(金)開催</small>	子ども～大人 30名	なし(先着順)	上履き・飲物(お菓子等食 べ物持込不可)
ピラティス～初級～	1/22・2/19(水) 10:00～11:30 <small>1月のみ第4(水) 毎月第3(水)開催</small>	一般 20名	400円 なし(先着順)	上履き・タオル・飲物・ヨガ マット又はバスタオル
くらサ ^o サロン/お茶飲み場 (お茶とお菓子付/イベント有)	1/15・2/19(水) 13:30～14:30 <small>毎月第3(水)開催</small>	一般 20名	200円 なし(先着順)	上履き
おーちゃんのおはなし会 (絵本の読み聞かせ・手遊び)	1/17・2/21(金) 10:30～11:00 <small>毎月第3(金)開催</small>	親子 10組	無料 なし(先着順)	上履き・飲物



※詳しくは当館まで
お問合せ下さい
045-954-1691
2024年12月14日現在

日	月	火	水	木	金	土
			1 元日	2	3	4
<p>明けましておめでとうございます 1月3日まで休館となります</p>						
5	6	7	8	9	10	11
	書道部如月会 鬼頭書道会(書道・硬筆)	上白根CH英語クラス 美德を学ぶ会(勉強会)	かな書道 大正琴キンモクセイ	ルーシー・イム(タイガ)	気功体操 リズム&ブレイクダンス ★フリースペース みんなのす 15:00~18:00	パソコンクラブ
12	13 成人の日	14	15	16	17	18
	フラワー粘土教室 書道部如月会 ★PC個人相談室 13:30~14:40~	フォークダンスマリン アバカス12(算盤) ひよこ(洋裁) コーラスすずらん 鬼頭書道会(書道・硬筆)	かな書道 くらサポサロン 13:30~14:30	ラウレア(フラダンス) 川崎吟友会 フラワーアレンジメントさくら	くりの会(俳画) 気功体操 リズム&ブレイクダンス ★おーちゃんのお話し会 10:30~11:00	パソコンクラブ
19	20	21	22	23	24	25
		フォークダンスマリン 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)	かな書道 Ralph(ヒップホップダンス) ★ピラティス~初級 10:00~11:30	ルーシー・イム(タイガ)	カリアの会(フラワーアレンジ)	
26	27	28	29	30	31	
	フラワー粘土教室 ムーン(太極拳)	アバカス12(算盤) ひよこ(洋裁) コーラスすずらん あすか書写会(ペン習字)	新婦人の会 川崎吟友会 Ralph(ヒップホップダンス)			

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は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/