



〒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
 2025年2月24日発行

～横浜市上白根コミュニティハウス通信～

〔上白根コミハ〕作品展のお知らせ



3月22日(土) 10:00～17:00
3月23日(日) 10:00～13:00



上記日程において上白根コミハ作品展を開催します。
 今回は当館にて活動されているサークルさんの作品展です。
 手芸、書道、創作品等 サークルの方々の力作を展示しております
 ので、皆様のお越しをお待ちしております。

※外イベント及び出店・フリーマーケットの開催はありません

くらサポサロン

3月19日(水) 13:30～14:30

参加費：200円(お菓子/飲物付)
 定員：20人 対象：一般
 予約：不要/当日先着順
 持ち物：上履き
 ※月替わりのイベント有(今月は輪投げ大会)



皆様の憩いの場となるよう、ボランティア
 スタッフ一同願っております。

～お知らせ～

4月より下記自主事業の参加費が変わります。
 今まで参加費を据え置いて参りましたが、物価高騰等の
 理由により400円から500円に変更となります。

- ・やさしいヨガ教室 ・インナーマッスル体操
- ・ピラティス～初級

尚、せせらぎ歌の会に関しましては参加費は据え置きと
 なりますがドリンクの提供は3月までとなります。
 何卒、皆様のご理解賜りますようお願い申し上げます。

| 自主事業 | 日時(当月/次月) | 対象 定員 | 参加費 事前申込 | 持ち物 |
|-----------------------------------|--|----------------------------|---|------------------------------|
| やさしいヨガ教室 | 3/4・4/1(火) 10:00～11:00 毎月第1(火)開催 | 一般 20名 | 400円 ※4月より 500円になります 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 | 3/6・4/3(木) 13:00～14:30 毎月第1(木)開催 | 一般 20名 | 400円 ※4月より 500円になります なし(先着順) | 上履き・タオル・飲物 |
| パソコン個人相談室 | 3/10・4/14(月) 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 | 上履き・PC・筆記用具 |
| せせらぎ歌の会 (お茶1本・歌集付) 4月より歌集のみ | 3/12・4/9(水) 10:00～11:30 毎月第2(水)開催 | 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) | 3/14・4/11(金) 15:00～18:00 毎月第2(金)開催 | 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～ | 3/19・4/16(水) 10:00～11:30 毎月第3(水)開催 | 一般 20名 | 400円 ※4月より 500円になります 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 |
| くらサポサロン/お茶飲み場 (お茶とお菓子付/イベント有) | 3/19・4/16(水) 13:30～14:30 毎月第3(水)開催 | 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) | 3/14(金) 10:30～11:00 毎月第3(金)開催 3月のみ第2(金) | 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
2025年2月11日現在

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----------------------------|--|--|--|--|--|----------------------------|
| | | | | | | 1 パソコンクラブ |
| | | | | | | |
| 2 | 3 書道部如月会 | 4 アバカス12(算盤) 上白根CH英語クラス ひよこ(洋裁) 鬼頭書道会(書道・硬筆) ★やさしいヨガ教室 10:00~11:00 | 5 新婦人の会 大正琴キンモセイ Ralph(ヒップホップダンス) | 6 ルーシー・イム(タイヨカ) ★インナーマッスル 13:00~14:30 | 7 気功体操 リズム&ブレイクダンス | 8 パソコンクラブ |
| 9 | 10 書道部如月会 ムーン(太極拳) ★PC個人相談室 13:30~14:40~ | 11 コーラスすずらん あすか書写会(ペン習字) | 12 川崎吟友会 かな書道 Ralph(ヒップホップダンス) ★せせらぎ歌の会 10:00~11:30 | 13 ラウレア(フラダンス) JUMP☆UP-KIDS(ダンス) | 14 ★おーちゃんのお話し会 10:30~11:00 ★フリースペース みんなのす 15:00~18:00 | 15 |
| 16 | 17 休館日 | 18 フォークダンスマリン ひよこ(洋裁) 上白根CH英語クラス アバカス12(算盤) 美德を学ぶ会(勉強会) 鬼頭書道会(書道・硬筆) | 19 ★ピラティス~初級 10:00~11:30 ★くらサポサロン 13:30~14:30 | 20 春分の日 | 21 | 22 コミハ祭り サークル 作品展 |
| 23 コミハ祭り サークル 作品展 | 24 フラワー粘土教室 ムーン(太極拳) | 25 フォークダンスマリン 大正琴キンモセイ コーラスすずらん あすか書写会(ペン習字) | 26 かな書道 川崎吟友会 | 27 フラワーアレンジメントさくら ルーシー・イム(タイヨカ) | 28 くりの会(俳画) 気功体操 | 29 |
| 30 | 31 フラワー粘土教室 | | | | | |

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/