



8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：齋藤弘明
2025年7月24日発行

～横浜市上白根コミュニティハウス通信～

フリースペース みんなのす

8月8日(金)15:00～18:00

参加費：無料

持ち物：上履き・飲物・汗拭きタオル

対象：一般及び親子・お友だち同士

定員：30名程度



どなたでも参加 OK です
お友だち同士やご家族等
「ボッチャ」で楽しく
遊びませんか？
初心者大歓迎です

自転車の正しい乗り方講座 9月27日(土)13:00～14:30

参加費：無料

持ち物：上履き・飲物・汗拭きタオル

対象：一般及び親子

定員：40名/先着順

講師：旭警察署交通課

予約：8/29(金)10時～来館・TEL



自転車の正しい乗り方を親子
で勉強しましょう。
2024年11月より道路交通
法が改正されています。
歩行者や高齢者もルールを知
り規則を守って正しく自転車
に乗りましょう。
※室内での講義です

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	8/5・9/2(火) 10:00～11:00 毎月第1(火)開催	一般 25名	500円 毎月開催日翌日より 次月分の予約受付 10:00～来館or電話	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	8/7・9/4(木) 13:00～14:30 毎月第1(木)開催	一般 30名	500円 毎月開催日翌日より 次月分の予約受付 10:00～来館or電話	上履き・タオル・飲物
パソコン個人相談室	8/11・9/8(月) 13:30～15:40 毎月第2(月)開催 8/11(祝)	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 (歌集付)	8月休・9/10(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)	8/8・9/12(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～	8/20・9/17(水) 10:00～11:30 毎月第3(水)開催	一般 25名	500円 毎月開催日翌日より 次月分の予約受付 10:00～来館or電話	上履き・タオル・飲物・ヨガ マット又はバスタオル
くら味°カン/お茶飲み場 (お茶とお菓子付/イベント有)	8月休・9/17(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



※詳しくは当館まで
お問合せ下さい

045-954-1691

2025年7月10日現在

日	月	火	水	木	金	土
					1 気功体操 リズム&ブレイクダンス	2 パソコンクラブ
3	4 ムーン(太極拳) 書道部如月会 ★サバイバルプレスレット 10:00～11:30	5 大正琴キンモケイ 上白根CH英語クラス ひよこ(洋裁) 美德を学ぶ会(勉強会) 鬼頭書道会(書道・硬筆) ★やさしいヨガ教室 10:00～11:00	6 アパカス12(算盤)	7 ルーシー・イム(タイガ) SMART ENGLISH SCHOOL ★インナーマッスル 13:00～14:30	8 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	9 パソコンクラブ
10 サンデー太極拳	11山の日 書道部如月会 ★PC個人相談室 13:30～14:40～	12 フォークダンスマリン コーラスすずらん あすか書写会(ペン習字)	13 かな書道	14 フラワー粘土教室 SMART ENGLISH SCHOOL	15	16
17	18 休館日	19 大正琴キンモケイ 上白根CH英語クラス 鬼頭書道会(書道・硬筆)	20 ★ピラティス初級 10:00～11:30	21 フラワーアレンジメントさくら ルーシー・イム(タイガ)	22 くりの会(俳画) 気功体操	23
24 サンデー太極拳	25 ムーン(太極拳)	26 フォークダンスマリン アパカス12(算盤) コーラスすずらん あすか書写会(ペン習字)	27 かな書道	28 ラウレア(フラダンス) フラワー粘土教室 フラワーアレンジメントさくら	29	30
31						

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/