

「スマイル事業」

「エ芸クラブ」のお知らせ
12月は「うさぎの置物づくり」です。やわらかい粘土で来年の干支・うさぎのかわいい置物を作ります。

【日 時】12月8日(木)
午後1時30分～午後2時30分
【場 所】センター2階会議室



「書道クラブ」のお知らせ
好評の書道クラブのお知らせです。初心者の方も得意な方も大歓迎です。講師からの添削指導もあります。

【日 時】12月26日(月)
午後1時30分～午後2時30分
【場 所】センター1階多目的室

「映画クラブ」のお知らせ

・次郎長三国志
・だいこんの花(ドラマ)
【日 時】12月27日(火)
午後1時30分～
【場 所】センター1階多目的室

令和4年(2022年)

12月

横浜市寿町健康福祉交流センターは、**第四日曜日が休館日**です。

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5 寿生活館休館日	6 寿de健康クラブ	7	8 エ芸クラブ	9	10
11	12 寿生活館休館日	13	14 アレンジボウリング &輪投げ	15	16	17
18	19 寿生活館休館日	20 寿de健康クラブ	21 スマイルゴルフ &バター	22	23	24
25 休館日	26 書道クラブ 寿生活館休館日	27 映画クラブ	28	29	30	31

【スマイル事業の参加方法】

センター1階多目的室前に掲示してある参加申込書に氏名をお書きください。(無料です)
※感染症対策のため
20名までで行います。



「寿de健康クラブ」について

みんなで楽しく、体を動かしましょう。
見学だけでも大歓迎、気軽にご参加ください。
雨でもやります。参加してみたい方は、直接センター1階エレベーター付近へ、13:30頃お越しください。持ち物不要、動きやすい靴と服装で参加費無料です。

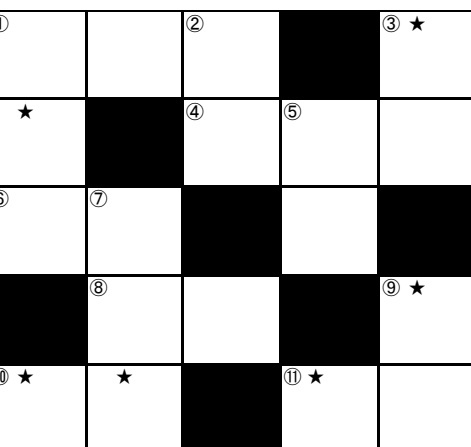
健康コーディネート室 ☎306-6707

【タテのカギ】

- ① ふるまい、身のこなし
- ② 英語に訳すとsand「サンド」
- ③ おにぎりや、寿司の巻物には、なくてはならない存在
- ⑤ 話す言葉の勢い・調子「〇〇を強める」
- ⑦ 子どもの世話、養育をすること
- ⑨ ペルシャ、ミックス、マンチカン

【ヨコのカギ】

- ① 12月の和風月名
- ④ 物事が過ぎ去った後にまだ影響が残ること
- ⑥ 本栖湖、精進湖、〇〇湖、河口湖、山中湖
- ⑧ 家財・商品などを安全に貯蔵するための建物
- ⑩ 他人の発言などに非難や冷やかしの言葉を浴びせかける行為、「〇〇を飛ばす」
- ⑪ 未来の反対語



「★」の部分を選び替えてできる言葉が答えです。答えが分かったら、図書コーナーで景品をもらおう♪※前回の答え：チトセアメ

広報紙いぶき 第204号

2022年11月29日 発行編集・発行／公益財団法人横浜市寿町健康福祉交流協会

2022年12月号

231-0026 横浜市中区寿町4丁目14番地 電話：045-662-0503 FAX：045-662-0238

公式HP：<http://www.yokohama-kotobuki.or.jp/>

寿交流協



いぶき

12

2022年12月
No.204

●詳しい情報は⇒

寿交流協



公益財団法人
横浜市寿町健康福祉交流協会



クリスマスの輪で寿福祉センター
保育所の園児さんが記念撮影!

診療所手作りの豚汁

焼きそば・フランクフルト販売

ギフフェリ・ろばの家

広場でバザー

11月12日(土)に寿センターまつりを開催しました!

去る11月12日(土)の晴天の下、3年ぶりに寿センターまつりが開催されました。

まつりが始まる前から、センター広場で準備中のバザー前には興味津々の皆さんで賑わい、開館と同時にセンター1階も大勢の方でいっぱいになり、飲食物の販売のほか観るもの体験するものなどで、晩秋のひと時を楽しんでいただきました。改めて、ご来場の皆さんや開催にご協力いただいた方々に感謝いたします。残念ながら新型コロナウイルスの感染は続いています、来年もぜひ開催できることを願っています。

ウォーキングサッカー大会

11月2日、9日、16日、30日（雨天延期）の4日間に渡り
第二回コパ・コトブキウォーキングサッカー大会が開催されました。
ウォーキングサッカーは、走る・ヘディング・接触プレー禁止で、老若男女、サッカー未経験でも楽しめるスポーツです。



寿地区の6チームによる白熱した試合が行われ、好プレーあり珍プレー有りの大会となりました。日頃の練習成果を存分に発揮し、試合の勝ち負けにこだわらず、各チーム同士も交流することができました。（優勝を目指して密かに練習していたチームもありました）

この記事を読んでウォーキングサッカーに興味を持たれた方、体験会も行っておりますので、協会職員までお声掛けください。お待ちしております。



健康福祉局生活支援課です。コトブキンちゃんを市役所16階に展示しております！

♪コトブキンちゃんの紹介♪

皆さんはご存知でしたか？

寿町で愛されているコトブキンちゃんは、2011年に寿公園で行われている炊き出しを応援するキャラクターとして、美術家竹本真紀氏により産み落とされました。当初エプロン姿で手にしゃもじを持っていたのはそんな理由がありました。そしてこの取り組みにご理解をいただいた町内の事業所や飲食店等10カ所の窓ガラスにコトブキンちゃんが登場しました。

それからコトブキンちゃんはいつの間にか寿町のアイドルとなり、また、町の人々のものになりました♡



横浜市役所にはコトブキンちゃんが展示されています。展示のされている横浜市役所16階南側には、健康福祉局生活福祉部の生活支援課、保険年金課、医療援助課があります。センターと寿生活館を担当している生活支援課援護対策担当の職員の皆さんも、普段はこの場所で働いています。



クリスマスにちなみ、《赤・緑》のものを身につけている方、もしくは持っている方で図書コーナー・ラウンジ・囲碁・将棋をご利用の方に限り、ささやかなクリスマスプレゼントを用意しました。図書コーナーカウンター職員に自己申告して頂いた方でお一人様1回に限りです。
～20名様限定です～

（公財）横浜市寿町健康福祉交流協会 TEL 045-662-0503

#おうちで作ろう

旬の一品！ 鮭そぼろ



用意するもの



～青菜と海苔を添えて彩りよく～

作り方 調理時間 10分

- ① 小さな手持ち鍋に、鮭、分量の白すりごま、めんつゆと水1/2カップを入れて弱火で加熱をする。
- ② 鮭の色が変わり固くなってきたら大き目のスプーンの背でつぶしフレーク状にし、水分がなくなれば出来上がり。

田中栄養士の「こんなポイントあったなかな！」

- ・ポイント1
白すりごまを入れると魚の生臭さ軽減！
- ・ポイント2
麺類やパスタにもあいます。
まとめて作り常備し、ふりかけとして使ってみよう。



ゆず湯

12月22日（木）は冬至の日です！
ゆず湯は血行を促進して体を芯から温める効果があり、風邪の予防につながります。
ゆず湯で一年の疲れを癒し、新しい年を迎えませんか？

一般公衆浴場「翁湯」
営業時間：午後1時～午後9時
休業日：休日・元旦



寿労働センター（かながわ労働プラザ内）

技能講習募集のお知らせ

12月の期間限定募集はございません。
フォークリフト、アーク溶接、はい作業従事者などの募集は随時行っております。
その他にも受講可能な技能講習がございますので、詳細については下記連絡先までお問い合わせください。

技能講習班 TEL:045-662-5862