

4月「スマイル事業」

のお知らせ

【囲碁・将棋の日】要予約
 毎回盛況の囲碁、将棋のお知らせです。皆さん、お気軽にご参加ください。

【日時】4月8日(月)
 午後1時30分～午後4時

【工芸クラブ】要予約
 今回の工芸クラブは「大人の塗り絵」です。色えんぴつで春の塗り絵をします。

【日時】4月11日(木)
 午後1時30分～午後2時30分

【映画クラブ】要予約
 舟木一夫の映画『夢のハワイで盆踊り』と、ドラマ『鬼平犯科帳』を上映します。変更の場合あり。

【日時】4月23日(火)
 午後1時30分～午後4時30分頃

【参加方法】
 予約が必要な事業については、センター1階多目的室横に掲示してある参加申込書に氏名をお書きください。
 (人数制限あり・無料です)
 予約不要な事業は、直接会場へお越しください。

【開催場所】センター1階多目的室

令和6年(2024年)

4月

日	月	火	水	木	金	土
	1 生	2 生 寿 de 健康クラブ	3	4	5	6
7 翁	8 生 囲碁・将棋の日	9	10 翁 ポッチャ&棒サッカー	11 翁 工芸クラブ	12	13
14 翁	15 生	16 生 寿 de 健康クラブ	17 翁 スマイルゴルフ&パター	18 翁 スマイルいろいろクラブ	19	20
21 翁	22 生 書道クラブ	23 翁 映画クラブ	24	25	26	27
28 翁 センター休館日	29 生 昭和の日	30 生 寿 de 健康クラブ				

生 は生活館休館日

翁 は翁湯休業日

「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。参加してみたい方は、午後1時30分までに動きやすい服装でセンター1階多目的室へお越しください。
 (今月は2日、16日、30日) 参加費無料です。

健康コーディネーター室 ☎ 045-306-6707

①	★	②	③★
★	④		
⑤	⑥		
	⑦	★	⑧★
⑨		⑩	★

【タテのカギ】

- ①大声で叱ること
- ②アマゾン、ナイル、ミシシッピといえば…
- ③幼稚で未熟なこと
- ④納め過ぎた税金が返還されること「〇〇〇金」
- ⑥間違っ理解してしまうこと
- ⑧借りる側が貸した側に追加で支払うお金

【ヨコのカギ】

- ①日本語に訳すと「海」
- ②何かを判断する時、考え方が相手と大きく違うと感じること「〇〇観が違う」
- ④現金の直接的なやり取りなく支払いや受け取りをすること
- ⑤秘密などを他の人に話すこと
- ⑦八分丈・九分丈で細身の女性用ズボンのこと「〇〇〇パンツ」
- ⑨自分の兄弟姉妹が生んだ男子
- ⑩人は周囲に影響されやすいという意味「〇〇に交われば赤くなる」

前回の答え：モモノセック



「★」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♪

広報紙いぶき 第220号 2024年4月号

2024年3月28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
 〒231-0026 横浜市中区寿町4丁目14番地 ☎ : 045-662-0503 FAX : 045-662-0238
 公式HP : <http://www.yokohama-kotobuki.or.jp/> 寿交流協 @kotobuki_kouryu



いぶき



2024年4月
 No.220

寿交流協



@kotobuki_kouryu



公益財団法人
 横浜市寿町健康福祉交流協会



横浜公園のチューリップ

～大きな災害が発生した時の注意点～

- ①自分の住む簡易宿泊所が倒壊していない限りは自分の部屋が避難所になります。(簡易宿泊所の耐震性を確認しておきましょう)
- ②夜間に発生した場合は外に出ずに部屋で待機しましょう。(暗い中外に出るのは危険です)
- ③3日分の食料・飲料・生活必需品を確保しておきましょう。

【3日分の目安】 全てホームセンターやスーパーで購入できるものです。

飲料：水(9リットル)

食料：主食、主菜、副菜、甘味 ※美味しく食べられて長期保存できる物を選びましょう。

生活必需品：非常用トイレ(15回分)、懐中電灯、乾電池、トイレトーパーなど



横浜市寿町健康福祉交流センター2階

公衆浴場『翁湯』

4月20日(土)

今回の変わり湯は よもぎ湯

翁湯は毎月第3土曜日に変わり湯を実施します。季節湯のゆず湯や菖蒲湯に加え、じっこう(薬湯)やラベンダー湯、よもぎ湯など様々な変わり湯を行ないます。

変わり湯の内容は翁湯と毎号のいぶきで告知しますので、是非お越しください。



よもぎは「万能薬草」の別名を持ち、血行促進作用による肩こり、腰痛、神経痛などの緩和や殺菌作用による皮膚トラブルへの効果など、様々な効能が期待される薬草です。

【入浴料】

大人(12歳以上)	530円
中人(6歳以上)	200円
小人(6歳未満)	100円

横浜市寿町健康福祉交流協会 自主事業バラエティ講座

季節のうたごえ会

「四季のうた」「高校三年生」「夕焼小焼」など思いつきの歌やなつかしい歌を、講師のピアノと歌に合わせてみんなでうたいましょう。

講師:浅野 美帆子氏
(ソプラノ歌手)



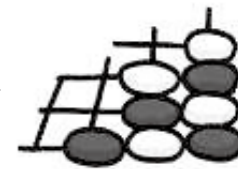
日時	4月9日(火) 午後1時30分~午後2時30分
場所	横浜市寿町健康福祉交流センター 1階 多目的室
定員	12名
参加費	無料
申込み	電話か交流センター事務室まで

横浜市寿町健康福祉交流協会 自主事業バラエティ講座

はじめての囲碁

囲碁をやりたいけど、どうやってやるのだろう...と思っている方に!

ボランティア講師が手始めから教えてくれます。



日時	①5月14日(火) ②5月21日(火) 午後1時30分~午後2時30分
場所	横浜市寿町健康福祉交流センター ① 1階 多目的室 ②2階 会議室
定員	各5名
参加費	無料
申込み	電話か交流センター事務室まで

横浜市寿町健康福祉交流協会 自主事業 自己啓発講座

2024年度Y.S.C.C.コラボ健康講座

交流センターでは定期講座としてサッカークラブY.S.C.C.とのコラボ講座を毎月開催しています。サッカーや健康体操などの身体を動かす講座から、栄養や睡眠についての話を聞くことができる講座などのバラエティに富んだ様々な講座を予定していますので、興味のある方はお気軽にセンター職員までお申し付けください。場所などの詳細は予約時にお伝えします。

講座予定 毎月第2木曜日 午後2時から

2024年4月11日	サッカー講座	10月10日	サッカー講座
5月9日	からだの痛み予防	11月14日	選手と一緒にレクリエーション
6月13日	フットサル講座	12月12日	口腔予防講座
7月11日	栄養講座	2025年1月9日	栄養講座
8月8日	睡眠講座	2月13日	フットサル講座
9月12日	伊藤式健康体操	3月13日	伊藤式健康体操

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

・令和6年度日雇労働者技能講習の日程について

令和6年度の技能講習の日程等のお知らせは、4月下旬を予定しております。

技能講習班 ☎ 045 - 662 - 5862

スマイル事業からのお知らせ

日程は裏面カレンダーをご確認ください。

4月からスマイル事業にボッチャと棒サッカーが仲間入り。どちらも椅子に座って行なうスポーツです。予約は不要です。お気軽にご参加ください!



新たな事業が仲間入り!!

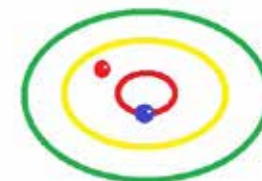
棒サッカー

2チームに分かれて横並で向かい合います。全員が棒を持ちます。自分たちのゴールに向かってボールを打ち合います。



ターゲットボッチャ

レクリエーション用に考案されたターゲットボッチャです。円の中にボールを転がし点数を競い合うゲームです。



スマイルいろいろクラブ ~自由時間~

4月から「スマイルいろいろクラブ ~自由時間~」がスタートします。オセロ、囲碁、将棋、健康麻雀、カードゲーム等やりたいものを選んで楽しむ時間です。



予約なしでも大丈夫!