

3月「スマイル事業」  
のお知らせ

令和7年(2025年) 3月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

○翁 は翁湯休業日 ○生 は生活館休館日

【工芸クラブ】要予約  
今回の工芸クラブは「和風ペンダント作り」です。樹脂ねんどを使って自分だけのペンダントを作ろう。

【日時】3月13日(木)  
午後1時30分～午後2時30分



【映画クラブ】要予約  
映画「トラック野郎 故郷(ふるさと)特急便」と、ドラマ「泣いてたまるか」を上映します。変更の場合あり。

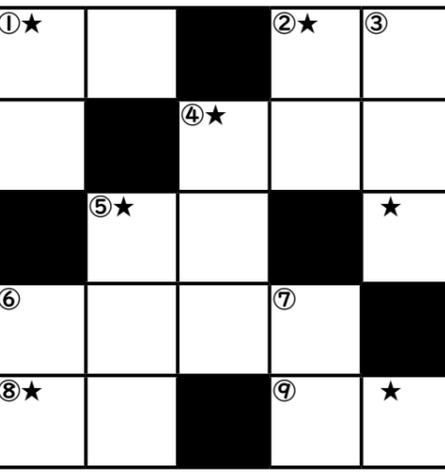
【日時】3月25日(火)  
午後1時30分～午後4時30分頃

【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、午後1時30分までに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

「寿 de 健康クラブ」  
みんなで盆踊りにあわせて身体を動かしたり、的当てポッチャを楽しんでいます。見学だけでも大歓迎、お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階多目的室にお越しください。(今月は4日、18日)  
参加費無料です。  
健康コーディネート室 ☎045-306-6707

「ノルディックウォーキング」  
年齢を問わず気軽に楽しめるスポーツです。参加してみたい方は、午後1時までに動きやすい服装でセンター1階にお越しください。  
雨天中止です。

★クロスワード★



- 【タテのカギ】
- 英語に訳すとホース「Horse」
  - 2024 パリ五輪日本代表の〇〇メダル獲得数は20個でした
  - 図書館で資料の管理や利用者サービスを行う専門職
  - ある事をする前に事前に見ておくこと
  - 〇〇重三郎は、江戸時代中期に活躍した版元(出版プロデューサー)です
  - 〇〇山は、熊本県東部に位置する活火山です
  - 地表付近の空気中の水蒸気が凍ったもの
- 【ヨコのカギ】
- 「初心」なんと読む?
  - 馬に乗っている武士のこと
  - 上品で教養があり礼儀正しい男、ジェントルマン
  - ペギー葉山の学生時代♪〇〇のからまるチャペルで祈りを捧げた日♪
  - 「金色夜叉」の舞台として知られる、伊豆を代表する温泉街がある静岡県〇〇〇
  - 言動が荒々しく洗練されていないこと
  - 本物にまねてすること、〇〇試験

前回の答え：カフンショウ

「★」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231号 2025年3月号  
2025年2月27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 X @kotobuki\_kouryu

いぶき

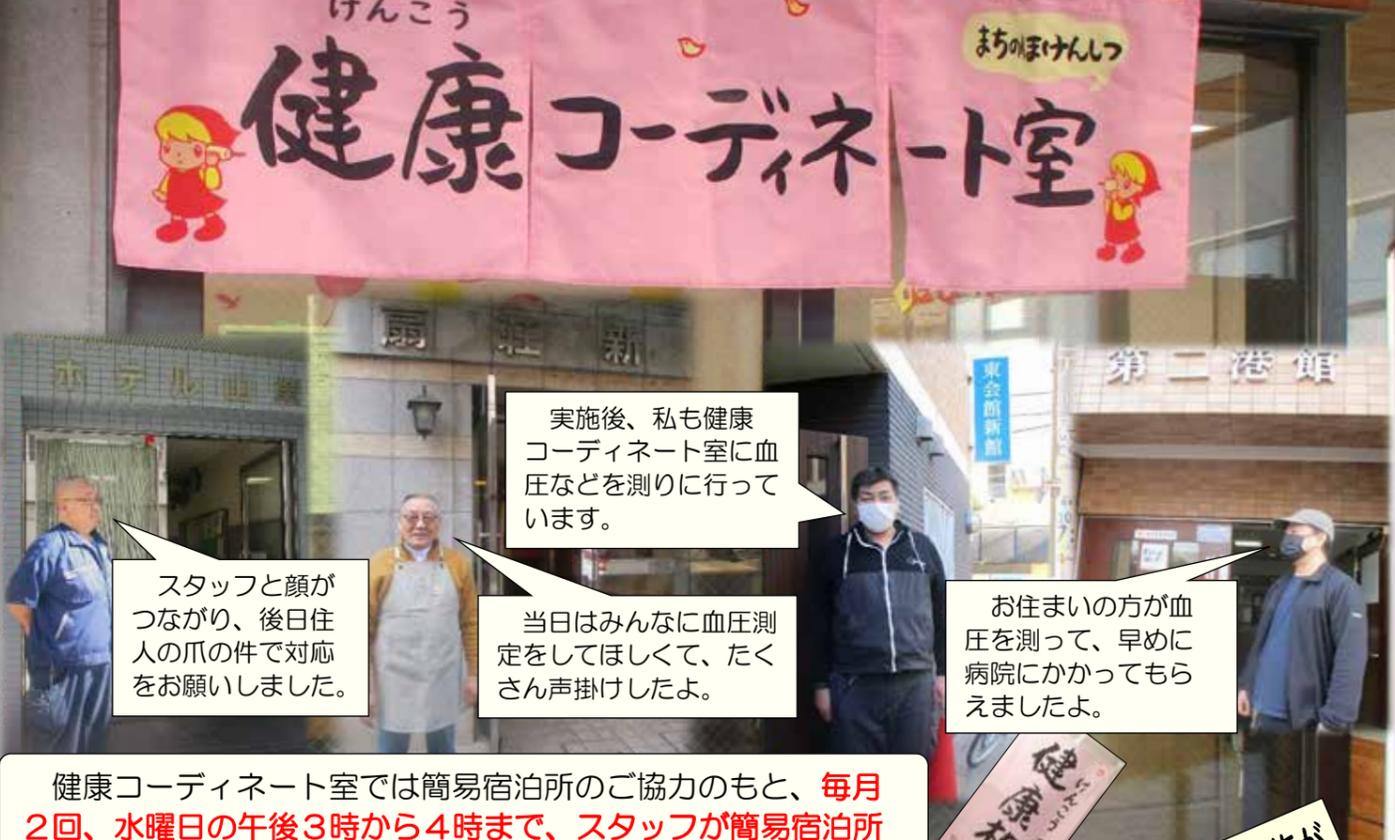
3

2025年3月 No.231

公益財団法人 横浜市寿町健康福祉交流協会

寿交流協 X @kotobuki\_kouryu

簡易宿泊所へおじゃまします  
出張健康相談実施中!



実施後、私も健康コーディネート室に血圧などを測りに行っていきます。

スタッフと顔がつながり、後日住人の爪の件で対応をお願いしました。

当日はみんなに血圧測定をしてほしくて、たくさん声掛けしたよ。

お住まいの方が血圧を測って、早めに病院にかかってもらえましたよ。

健康コーディネート室では簡易宿泊所のご協力のもと、毎月2回、水曜日の午後3時から4時まで、スタッフが簡易宿泊所に出張して血圧測定や健康相談を実施しています。  
皆さんの簡易宿泊所で出張健康相談を実施の際は、ぜひお立ち寄りください!



出張健康相談は、寿生活館でも実施しています。  
○日時: 毎週金曜日の午前10時から10時30分頃まで  
○場所: 寿生活館4階 集会室(娛樂室)

健康コーディネート室 ☎045-306-6707

## 書道教室

3か月に一度、基礎から楽しく学んでいます。今回は名前や季節にちなんだ文字を練習します。最後に、小さく書いたものをキーホルダーにします。



講師：及川菱城  
(おいかわりようじょう)

日時	3月8日(土) 午後1時30分～午後2時30分
場所	センター1階 多目的室
定員	10名
参加費	200円
申込み	電話かセンター事務室まで

## 水墨画をたのしもう!



「桜の花を描いてみよう」  
水墨画は絵が苦手な方でも技法を学べば描けるようになります。はじめての方も一緒にたのしみましょう。

講師：満 柏 (まんはく)

日時	4月17日(木) 午後1時30分～午後2時30分
場所	センター1階 多目的室
定員	10名
参加費	200円
申込み	電話かセンター事務室まで

## 公衆浴場 翁湯 入浴料金改定のお知らせ

令和7年3月1日(土)から、「公衆浴場入浴料金の統制額の指定等に関する省令」の規定により、大人(12歳以上)及び中人(6歳以上12歳未満)の入浴料金に関して、価格改定を実施させていただきます。何卒ご理解の上、変わらぬご愛顧をお願い申し上げます。



	(旧)	(新)
大人入浴券 1人	530円	→ 550円
大人入浴券 2人	1,060円	→ 1,100円
中人 6歳以上12歳未満	200円	→ 220円
小人 6歳未満(未就学児)	100円	→ 100円
共通入浴券	5,000円	→ 5,200円
濱ともカード	510円	→ 530円
4月から 高齢者優待	230円	→ 250円

センター2階 公衆浴場『翁湯』  
3月12日(水)、15日(土)は  
よもぎ湯

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。

## 健康空手

身体に負担をかけない健康空手を教わります。どなたでも参加いただけますので、お気軽にお越しください。  
講師：鈴木 智 日本拳法空手道勇和会 四段 横浜支部長  
日時：毎週火曜日 午前11時～正午  
場所：センター1階 多目的室  
定員：10名程度

主催：株式会社 Clean  
クリーン介護  
問合せ：クリーン介護羽田  
☎ 045-232-4848



## ～事業所紹介パート①～

### 就労移行支援事業所

## ピアジョブサポート PEER JOB SUPPORT 横浜 関内

ピアジョブサポート横浜関内は  
コミュニケーションスキルUPに特化しています。

### ★コミュニケーションへのお悩みを解決します!

「聞く力」、「話す力」などの理論とSST(ソーシャルスキルトレーニング)の実践で、仕事の場面に応じた判断力・対応力を身につけられます。面接での印象UPや職場での良好な関係作りの方法など、コミュニケーションに関するどんなお悩みにもお応えします!

### ★面接や職場での本番を想定したプログラム!

毎月、実際の面接を想定した練習会を実施しています。個別のアドバイスで、次回に活かせる具体的な改善点がわかります。また、初級～上級まである独自のコミュニケーション検定を通過することで自信に繋がります。



▲コミュニケーションの様子

### その他にも!

#### 担当の支援員が付きサポート

個々に合った支援態勢が充実!ヒヤリングを通して、就職や生活についての悩みなどをその都度面談で相談できます。

#### 就労後も手厚い定着支援

長く安心して働けるよう、就労後最長3年半、利用者と会社をサポートします!



個別ブース

### ★ 一日のスケジュール(例)

午前10時 通所・朝礼

#### 個別ミーティング

支援員とその日のメンタルや体調をチェック

午前10時30分 SST(ソーシャルスキルトレーニング)講座

#### 環境美化

デスクや室内の清掃など

正午

昼休み(一食200円で管理栄養士監修のお弁当を注文可!)

午後1時

個別プログラム等

午後2時

Excel基礎(表の作成)

午後3時30分

プログラム終了

※プログラム内容は一例です。個別に変更も可能です。

### 見学・体験・相談 大歓迎です

お気軽にお問い合わせください。  
お待ちしております。

住所：横浜市中区住吉町4-45-1  
関内トーセイビルⅡ2F  
JR関内駅(北口)から徒歩4分  
問合せ：TEL 045-222-4601



## 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

今年度の技能講習の受付は終了しました。