

2月「スマイル事業」

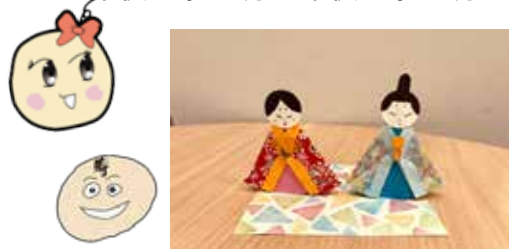
のお知らせ

【工芸クラブ】要予約

今回の工芸クラブは「紙でつくる ゆらゆらおひなさま」です。希望の方は「ひなまつりの塗り絵」もできます。2階で行います。

【日時】2月12日（木）

午後1時30分～午後2時30分



【映画クラブ】要予約

映画「座頭市 鉄火旅」と、ドラマ「渥美清の泣いてたまるか」を上映します。変更の場合あり。

【日時】2月24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

（2階会議室になる場合があります）

令和8年（2026年）2月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------------|------------------|------------------|----------------------|-----------------|--------------------|----|
| 1 ① | 2 ② | 3 寿 de 健康クラブ | 4 アレンジボウリング & 輪投げ | 5 | 6 ノルディックウォーキング | 7 |
| 8 ③ | 9 囲碁・将棋の日 要予約 | 10 書道クラブ 要予約 | 11 建国記念の日 | 12 工芸 2階 要予約 | 13 ノルディックウォーキング | 14 |
| 15 ④ | 16 ⑤ | 17 寿 de 健康クラブ | 18 スマイルゴルフ & パター | 19 | 20 ノルディックウォーキング | 21 |
| 22 センター休館日 | 23 天皇誕生日 | 24 映画クラブ 要予約 | 25 | 26 健康麻雀 要予約 | 27 ノルディックウォーキング | 28 |
| ⑥ は 翁湯休業日 | | ⑦ は 生活館休館日 | | | | |

「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、的当てボ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お越しください。
（今月は3日、17日 / 1階多目的室）
参加費無料です。
健康コーディネイト室 TEL：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30分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。
毎週金曜日実施
雨天時は中止です。

★クロスワード★

【タテのカギ】

- 1月2日、3日に行われた箱根駅伝5区で区間新記録を樹立し、シン・山の神となったランナー、黒田〇〇〇
- 地震、雷、〇〇、親父
- 勝気の反対語
- 「〇〇〇〇もと暗し」人は身近なものには案外気づかない
- 〇〇嵐、〇〇時計、〇〇ぼこり、〇〇浜、共通する2文字は？
- 種類によって異なりますが、一般的に10年から200年近く生きることができる長寿の生き物です

【ヨコのカギ】

- 国定忠治の名セリフ「〇〇〇の山も今宵限り」
- 成功の見込みがなくなり物事をあきらめること、何を投げると言う？
- 2020年度には全小学校3年生の国語の教科書に掲載された絵本「もちもちの木」、実際は何の木ですか
- 運命のめぐりあわせが悪いこと、〇〇〇な運命をたどる
- 元読売ジャイアンツの岡本和真選手が移籍したMLBのチーム、ブルージェイズはどこの国にあるでしょう
- 開花時期は地域によって異なるが、一般的に1月下旬から3月頃にかけて楽しめます
- 英語に訳すとナウ「now」

前回の答え：ヒノエウマ

「★」の部分の並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242号 2026年2月号

2026年1月30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 TEL：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

2

2026年2月

No.242

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

根岸森林公園



昔あそびと街頭紙芝居の会

センターでは、毎年1月に街頭紙芝居芸人「三ッ沢グッチさん」をお呼びして昔遊び体験と街頭紙芝居を行っています。

今年は1月15日（木）に開催し、三ッ沢グッチさんによる皿回しや南京玉すだれなどのパフォーマンスと「金色夜叉」の紙芝居を鑑賞後、みんなでコマや皿回しなどの体験を行いました。

今後も同様のイベントや講座を開催してまいります。内容日程などは【いぶき】にて告知いたします。多くの皆様のご参加をお待ちしております。



ミニフリマ 雨天中止 Frea Market

日時：2月10日（火）

午前9時30分～午後0時

場所：センター前広場

洋服はもちろんのこと、生活雑貨、食器類、冷凍ケーキ、手作りお菓子、手作り小物類など、盛り沢山な内容で皆さまをお待ちしております。

お友達とご一緒にどうぞお気軽にお越しください。

協力：トカノハート＆ハート・

クローバー・はな工房・

風のバード・ikiiki カン

パニー他



中スポーツセンター

健康コラボ講座 2回シリーズ

正しい姿勢とウォーキング

【日時】★1回目 2月27日（金）

★2回目 3月6日（金）

開始：午前10時30分～

【場所】★1回目 センター2階 会議室

★2回目 センター1階 多目的室

参加希望の方は担当工藤まで

横浜市寿町健康福祉交流協会 自主事業バラエティ講座

書道教室

3か月に一度、基礎から楽しく学ぶ好評の書道教室です。季節の言葉を書きましょう。その人に合わせて丁寧に指導します。



講師：及川菱城

（おいかわりょうじょう）

| | |
|-----|-----------------------------|
| 日 時 | 3月14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 |

【センター事業 申込み・問合せ】 TEL：045-662-0503



昨年10月1日から約3ヶ月間実施し、

250名の方にご参加いただきました。

今年も実施する予定です。お楽しみに

寿地区自治会とともに

皆さんの健康を応援します！

健康コーディネート室 TEL：045-306-6707

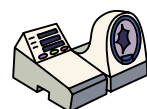
2月の簡易宿泊所 出張健康相談

●2月5日（木） 松影本館

●2月18日（水） アネックス 夢

※実施時間は、いずれも午後3時から午後4時まで（変更の場合あり）

お待ちしております!!



健康コーディネート室
TEL：045-306-6707

センター施設利用登録団体【YOKOHAMA 笑タイム】主催

誰でもOK！歌って、踊って、大爆笑の『大笑い体験会』

みんなで楽しむ音楽と笑顔のコミュニティ。
参加費無料、年齢不問、初心者歓迎。

【日時】1月31日（土）、2月28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

※服装は自由です。動きやすい服装をお願いします。
飲み物をお持ちください。



参加希望の方は開始時間までに多目的室にお越しください。

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

今月は期間限定講習の募集はございません。

その他の科目につきましては、2月中に修了可能な科目のみの募集となります。

詳細につきましては、下記電話番号までお問い合わせください。

技能講習班 TEL：045-662-5862

※日雇労働被保険者手帳（白手帳）をお持ちの方等で常用就職を目指している方が対象です。

※センターは横浜市寿町健康福祉交流センターの略称

身体介護以外の日常生活を
支援する介護の研修です！

生活援助従事者研修

10月3日（金）から12月25日（木）まで、第5回生活援助従事者研修を開催し、8名が受講を修了しました。

ことぶき介護の職員や中消防署員、当協会の職員等が講師となり、座学講習をはじめ、車椅子や介護ベットを使用した実習、AEDを使用した救命救急講習、介護事業所等での実地研修など計32日間、約60時間の研修を行いました。

修了者は今回の経験を活かした介護職やそれぞれの道に進んでいきます。



生活援助従事者研修は毎年10月から12月に開催しております。授業料、教科書代など受講費用はかかりません。また、修了後は合同企業説明会があり、就労のサポートもごさいます。

ご興味のある方は、担当のケースワーカーにご相談ください。

生活援助従事者研修とは

生活援助従事者研修を修了し資格を取ること
で、訪問介護の現場で身体介護以外の掃除、洗濯、買い物、食事の準備などの日常生活を支援する仕事に従事することができます。

また、この研修の修了者は、介護職員初任者研修の一部が免除となり、資格が取りやすくなります。

主催：横浜市中区生活支援課

共催：NPO 法人ことぶき介護

公益財団法人横浜市寿町健康福祉交流協会

センター2階 公衆浴場【翁湯】

2月13日（金）、14日（土）の変わり湯は

生薬薬湯です※医薬部外品

生薬末「センキュウ」の温熱効果と4種のミネラル塩の温浴効果で、じっくりぽかぽかと身体の芯から温め、湯冷めを防ぎます。

【効果効能】冷え症、肩こり、腰痛、神経痛、リウマチ、疲労回復、産前産後の冷え症、荒れ性、ひび、しもやけ、あかぎれ、しっしん、あせも、にきび、うちみ、くじき、痔



公衆浴場【翁湯】入浴料金改定のお知らせ

令和8年3月1日（日）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、以下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。

| | | | |
|-----------------|--------|---|--------|
| 大人入浴券（中学生以上）1人… | 550円 | → | 570円 |
| 大人入浴券2人… | 1,100円 | → | 1,140円 |
| 中人入浴券（小学生）1人… | 220円 | → | 250円 |
| 小人入浴券（未就学児）1人… | 100円 | → | 130円 |
| 共通入浴券… | 5,200円 | → | 5,400円 |
| 高齢者優待1人… | 250円 | → | 270円 |
| 濱ともカード… | 530円 | → | 550円 |



濱ともカードで20円引きで利用できます！（紛失された方は中区の高齢・障害支援課にご相談ください）



【営業時間】
午後1時～午後9時
【定休日】
日曜、1月1日、2日