

4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「こいのぼり作り」です。色塗りはスポンジなどで絵の具を自由にのせていく簡単な作業です。作ったこいのぼりはセンター内に飾ります。

【日時】4月9日(木)
午後1時30分～午後2時30分



【映画クラブ】要予約

映画「網走番外地 北海篇」と、ドラマ「新 だいにこの花」を上映します。変更の場合あり。

【日時】4月28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) 4月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3 ノルディックウォーキング	4
5 翁	6 生	7 寿 de 健康クラブ	8 ポッチャ&棒サッカー	9 工芸クラブ 要予約	10 ノルディックウォーキング	11
12 翁	13 生 囲碁・将棋の日 要予約	14 レク♡スポ	15 スマイルゴルフ&パター	16	17 ノルディックウォーキング	18
19 翁	20 生	21 寿 de 健康クラブ	22	23 バラエティ講座(予約) 水墨画	24 ノルディックウォーキング	25
26 翁 センター休館日	27 生 書道クラブ 要予約	28 映画クラブ 要予約 / レク♡スポ	29 生 昭和の日	30 健康麻雀の日	翁 は翁湯休業日 生 は生活館休館日	

「寿 de 健康クラブ」・・・みんなで音楽に合わせて身体を動かしたり、的当てポッチャなどを楽しめます。(7日、21日 / 1階多目的室)

「レク♡スポ」・・・レクリエーションスポーツ(サッカーボーリング、モルック等)を楽しみながら健康づくりをします。(14日、28日 / 2階 会議室、活動・交流スペース)
○時間：午後1時30分～午後2時30分

○予約不要、午後1時30分までに動きやすい服装でお越しください。
健康コーディネーター室 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(祝日は行いません) 雨天時は中止です。



ネモフィラ

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

いぶき



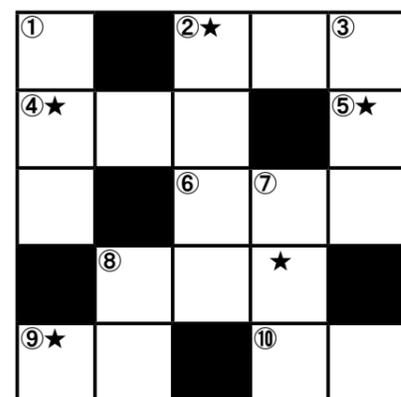
2026年4月

No.244



横浜公園

★クロスワード★



【タテのカギ】

- 作曲家、作詞家、俳優、タレント「寺内 貫太郎一家」が俳優としてのデビュー作、小林○○○
- おどしておびえさせること
- 1957年にチャンキキおけさでデビュー、三波○○○
- 日本では数字の桁の区切りは「,」を使います。例「1,000円」
- 相手が持っている対子(同じ牌が2枚)と同じ牌を捨てた時に「○○」と宣言しその牌をもらうことができる

【ヨコのカギ】

- 1993年10月28日、日本代表がW杯初出場を目前にしながら後半アディショナルタイムに追いつかれ「幻の切符」を逃した出来事は「○○○の悲劇」と呼ばれている
- 計画された工事を実施すること
- チョコレートの原料
- 人気のテレビ番組、○○○と一軒家
- 1970年代に活躍した女性アイドルグループキャンディーズは○○、スー、ミキの3人組
- 園、辺見、天地、夏木、共通する名前は?



「★」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244号 2026年4月号

2026年3月26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

3月6日(金)にモルックのプレ大会を行いました

モルックとはフィンランドで生まれ、番号が書かれた12本のピンを「モルック」と呼ばれる棒を投げて倒し、合計50点を目指すゲームです。
年齢問わず楽しむことができ、身体を動かすだけでなく50点ちょうどにするために頭も使うので、介護予防にピッタリなゲームです。



モルックの簡単ルール

- 12本のピン(スキットル)をめがけて棒(モルック)を投げます
- 倒れたピンの得点を数えます(1本=書かれた点数 / 2本以上=倒れた本数)
- 50点を目指す(1点でも超えたら25点に戻る)



モルックは4月から始まるレク♡スポで行うことができます! 詳しくは中面をご確認ください

水墨画をたのしもう！

今回の題材は富士山などの山の風景です。基本の描き方を学ぶことで、どなたでも描けるようになります。どうぞお気軽にご参加ください。

講師：満 柏(まんはく)



日時	4月23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(予約制)
参加費	200円
申込み	電話かセンター事務室まで

季節のうたごえ会

講師のピアノと歌に合わせてなつかしい曲をうたいましょう。声を出すことは体にも心にも良いものです。今回の曲：バラが咲いた、おぼろ月夜 他

講師：浅野美帆子



日時	5月7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	30名(予約制)
参加費	無料
申込み	電話かセンター事務室まで

第1回 YIS 音楽フェス

横浜インターナショナルスクールの学生(YIS)の皆さんが矢沢永吉やゆずなどのJ-POPのバンド演奏を行います！ぜひお越しください。



日時：4月24日(金)
午後2時～午後3時頃
場所：センター1階 多目的室
申込み：事業連携担当主任 工藤

○参加費は無料です。参加される方はお申込みの上、開始時間までに多目的室にお越しください。
共催：横浜インターナショナルスクール
(地区サービスランニンググループ)

4月の 簡易宿泊所 出張健康相談

- 4月8日(水) 第三平成館
- 4月15日(水) ホテルミライ

※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)



▲第三平成館 ▲ホテルミライ
健康コーディネート室 TEL：045-306-6707

お待ちしております!!

レクリエーションスポーツ 「レク♡スポ」が始まります!!

簡単なスポーツで楽しく健康づくりをしませんか？
(サッカーボーリング、ポッチャ、モルック等)
日時：寿 de 健康クラブを実施していない火曜日
午後1時30分～午後2時30分
場所：センター2階 会議室、活動・交流スペース

申込み不要・参加費無料



健康コーディネート室
TEL：045-306-6707

【センター事業 申込み・問合せ】TEL：045-662-0503

※センターは横浜市寿町健康福祉交流センターの略称

センター2階 公衆浴場『翁湯』

4月18日(土)

今回の変わり湯はよもぎ湯

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。



寿・関内エリア 障害福祉サービス事業所 更なる連携と交流へ

センターでは、日々様々な事業を通じて事業所と連携を深め、利用者の皆様が健康に過ごし、広く交流を持てる場所を目指しています。

定期的で開催している連絡会では、マルシェなどのイベントについての紹介や、各事業所の紹介を行っています。事業所同士の理解を深めることで、より良いサービス、利用に繋がっています。

予告 第3回 寿・関内エリア 就労継続支援・就労移行支援・自立訓練・地域活動センター 事業所合同説明会

日時：5月15日(金)
午後1時～午後4時(最終入場午後3時30分)
場所：センター1階 多目的室、作業室 / 2階 会議室、活動・交流スペース
(直接センターへお越しください / 参加費無料 / どなたでも参加可能です)

同時開催 ～就労継続支援B型作業所合同販売会～

お菓子やパンなどの飲食物や雑貨の販売を行います！ぜひお越しください。
時間：午前11時～午後3時 場所：センター前 広場

コトブキ春の楽しい祭り2026

日時：4月19日(日)、5月10日(日) 午前11時～午後4時30分
場所：センター前広場

★フリーコンサート&バザー★

4月19日(日) DJ/男身燻 Food/たらふくちゃん
出演：ザバクマイズ、よもぎーずなど
雨天決行(大雨中止)

5月10日(日) アコースティックDAY
出演：コミックパンク、沖縄三線、弾き語りなど



主催：(株)クリーン介護
協賛：寿地区振興会
TEL：045-232-4848

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8年度の技能講習日雇労働者技能講習の日程について
令和8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 TEL：045-662-5862