

6月「スマイル事業」

令和8年(2026年) 6月

のお知らせ

【工芸クラブ】要予約
今回の工芸クラブは「うちわ作り」です。ストローを使ったスタンプで模様を描いて自分だけのうちわを作りましょう。

【日時】6月11日(木)
午後1時30分～午後2時30分



【映画クラブ】要予約

映画「エレキの若大将」と、ドラマ「時間ですよ」を上映します。変更の場合あり。
【日時】6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。

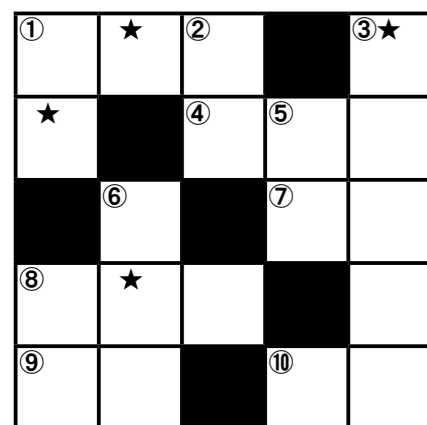
【開催場所】センター1階多目的室
(2階会議室になる場合があります)

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

「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、的当てボッチャなどを楽しみます。(2日、16日、30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。(9日、23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(祝日は行いません)雨天時は中止です。

★クロスワード★



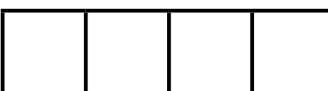
【タテのカギ】

- ① マグロ族に分類される魚の総称、〇〇マヨが人気
- ② 「ヨイトマケの唄」は〇〇明宏が自ら作詞作曲した1966年のヒット曲
- ③ 「君の名は」「雪国」「おとうと」などの映画で知られる名女優
- ⑤ 1964年から2002年頃まで刊行していた「月刊漫画〇〇」大学生など比較的高い年齢層の読者に支持された
- ⑥ 日中の疲労を補うため意図的にとる短時間の睡眠
- ⑧ 人間は考える〇〇である

【ヨコのカギ】

- ① 中央が細くくびれた木製の胴の両端に革を張った楽器
- ④ 日本の伝統的なお菓子の総称、主に米や麦豆類などの植物性の食材を使用
- ⑦ 主に映画やテレビの撮影において、実際の場所で行われる撮影を指した略語、現地〇〇、海外〇〇
- ⑧ 1982年7月に「待つわ」でデビュー、暮れの『NHK紅白歌合戦』にデビュー5ヶ月で出場した二人組の名前は?
- ⑨ 「〇〇ゴジラ」「〇〇エヴァンゲリオン」「〇〇ウルトラマン」
- ⑩ スコティッシュフールド、マンチカン、チンチラ、ラグドール、ミヌエット

※ヒント 6月



「★」の部分を選び替えてできる言葉が答えです。
前回の答え：ショウブユ 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246号 2026年6月号

2026年5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
〒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



2026年6月 No.246

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

ノルディックウォーキングで
バラを見に行きました



山手イタリア山庭園

山下公園



港の見える丘公園



就労継続支援B型事業所 合同販売会

B型事業所の皆さんが作った小物類、バッグ、イラスト、クッキーといった菓子類やパンなどがずらりと並びます。

ぜひ皆さんで遊びにいらしてください。

日時：6月12日(金)

午前10時30分～午後12時30分

場所：センター前広場



【参加事業所】

アート工房クローバー、ろばの家、ギッフエリ、ぶれいす、IKIKIカンパニー、ほっとスペース関内、風のバード、はな工房

書道教室

3か月に一度、その人の経験に合わせて丁寧に指導いたします。今回は初夏にちなんだ禅語などのお手本をご用意します。



講師：及川菱城
(おいかわりょうじょう)

日時	6月9日(火) 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	12名(予約制)
参加費	200円
申込み	電話かセンター事務室まで

ウッドビーズとオープン粘土で、アクセサリーを作ろう

オリジナルのバッグアクセサリーや小物を作ろう。オープン粘土で小物を作り、後日に色付けやひもやビーズをつけます。2回制になります。



日時	6月18日(木)・24(水) 午後1時30分～午後2時30分
場所	センター1階 作業室
定員	8名(予約制) 2日間来られる方
参加費	無料
申込み	電話かセンター事務室まで

自立訓練事業所

エンラボ カレッジ 横浜 関内

エンラボカレッジは自分の凸凹を知りながら、人との関わり方を学べる場所です。(凸凹＝自分の得意や苦手)

自立訓練なので利用期限は2年です。エンラボ卒業後は障害者雇用で就職、就労移行支援事業所、B型事業所、A型事業所など様々です。その人の希望に合わせて支援していきます。

講義形式のワークと実践形式のワークを繰り返しながら自己理解を深めることができます。ワークの種類は8種類。感情学、Social、スキルアップ、アクティビティ、コミュニケーション、ソマティック、My lab、Life lab(感情学とSocial、My labが人気です)

自立訓練事業所とは？

障害のある方が自立した生活を送ることができるように、日常生活や社会生活に必要な様々なスキル向上のための訓練を行う学びの場



エンラボ卒業時には

「自分支え方マニュアル(自分の取り扱い説明書)」を作成し、自分のことをまとめます。



【プログラム提供時間】

午前10時から午後3時(月・火・木・金)

午前10時から午後0時(水・土・祝)

住所：横浜市中区伊勢佐木町2-66
満利屋ビル 7F-A

JR 関内駅北口から徒歩5分

問合せ：045-315-7562

【ワークの例】

感情学

感情について知るワーク。喜怒哀楽の他にも甘えや疲れなど、気づきにくい感情にも目を向けます。その感情が出た時の体の反応にも着目します。

Social

他のワークで学んだことを踏まえて、実際にコミュニケーションを取りながら自分の特徴を知るワークです。ゲームや調理などの共同作業を行います。



なぞり書き 写経の時間

写経・写仏で静かに集中した時間を過ごしましょう。色々なプリントと道具をご用意します。

日時：7月7日(火)

午前10時～午前11時45分

場所：センター1階 多目的室

参加費：無料

申込み：当日会場にて受付

盆踊りをたのしもう！

夏のひととき、音楽にあわせて一緒に体を動かしてみませんか？座ったままでの参加もOKです。

講師：関 大輝

日時：7月30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

参加費：無料

申込み：電話かセンター事務室まで

健康スパイス料理 ～スパイス料理研究会～

スパイスを用いた健康的で美味しいスパイス料理を提供します。ぜひお越しください。

【お食事処】

日時：6月13日(土) 午後3時～午後4時30分

場所：センター1階 多目的室

★提供価格 300円

問合せ：横浜市ことぶき協働スペース 045-323-9019



6月の簡易宿泊所 出張健康相談

●6月10日(水) あさみ館

●6月17日(水) さかえ館

※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)



▲さかえ館

健康について
なんでも相談し
てください
お待ちしております!!



健康コーディネート室

TEL：045-306-6707

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

●パソコン講習(入門編)

募集期間 5月25日(月)～6月5日(金)

受付選考日 6月12日(金)

講習日程 6月23日(火)～6月26日(金)

募集期間内に、電話にてお申込みください。

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。

6月に入り、最高気温が30℃を超える日が続きます。熱中症にならないよう、水分補給などの暑さ対策をとりましょう。

センター2階 公衆浴場「翁湯」

6月12日(金)、13日(土)は

ハッカ湯 薬用入浴剤

ハッカ湯の日に入浴した方に
冷感シャンプー(1回用)を
プレゼント!!



★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、ねんご、痔

【営業時間】午後1時～午後9時

※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 健康コーディネート室

レンジでかんたんレシピ集 発行しました!

忙しい毎日でも手軽においしく、買って来た食材を2～3品混ぜて電子レンジでチンするだけで、調理器具要らずの簡単レシピ集を作りました。料理が苦手な方でもバランスの良い食事を手頃な価格で作れますよ。

レシピ集は健康コーディネート室で配布しています。また、協会ホームページに掲載していますので、ぜひご覧ください。

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