

7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「カレンダー作り(後半)」です。色画用紙のヨットの絵、またはぬり絵のカレンダーとなります。  
 【日時】7月9日(木)  
 午後1時30分～午後2時30分



【映画クラブ】要予約  
 勝新太郎さんと中村玉緒さん共演の映画「不知火検校(しらぬいけんぎょう)」と、ドラマ「前略おふくろ様」を上映します。変更の場合あり。  
 【日時】7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)

★クロスワード★

①★	②	③	④
⑤	⑥	★	
	⑦★	⑧	
⑨★			
⑩		⑪	★

前回の答え：ミナヅキ

--	--	--	--	--

「★」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247号 2026年7月号  
 2026年6月24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

令和8年(2026年) 7月

日	月	火	水	木	金	土
(生) は生活館休館日			1	2	3 ノルディックウォーキング	4
(翁) は翁湯休業日						
5	(翁)	6 (生)	7 要予約 写経 / 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
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 頭脳クラブ 要予約	17 ノルディックウォーキング
19	(翁)	20 (生) 海の日	21 (生) 寿 de 健康クラブ	22	23 健康麻雀の日 要予約	24 ノルディックウォーキング
26 センター休館日	(翁)	27 (生) 書道クラブ 要予約	28 映画クラブ 要予約 / レク♡スポ	29 ふれあいカフェ 要予約	30 要予約 バラエティ講座 盆踊り	31 ノルディックウォーキング

「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みます。(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(サッカーボウリング、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。

「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3時30分までに動きやすい服装で帽子、タオル、水分をお持ちになりセンター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。

【タテのカギ】  
 ① 1964年5月に発売された井沢八郎のシングル「あゝ〇〇〇駅」  
 ② 態度や容姿、雰囲気引き締まっていること「彼女の〇〇とした態度に感心した」  
 ④ 〇〇〇・ドロンは、フランスの俳優で、「世紀の二枚目」と称されました  
 ⑥ 代表作は、異邦人、ペスト、シーシュポスの神話  
 ⑧ 初代水戸黄門を演じた、〇〇〇英治郎  
 ⑨ 1966年12月に発売された布田明の5枚目のシングル「〇〇の摩周湖」

【ヨコのカギ】  
 ① スイカ、メロン、かぼちゃは、何科の植物でしょう？  
 ③ 「〇〇」「ミディアム」「ウェルダン」肉の焼き方  
 ⑤ 「〇〇〇の花道」は、1978年から2000年までテレビ東京で放送されていた音楽番組である  
 ⑦ 親指を別にして、残りの四本の指が一つに入る手袋  
 ⑨ もぐさを用いて体のツボに温熱刺激を与え、血流や気の流れを整える療法  
 ⑩ 大量のカラスやカモメが人々を襲うヒッチコック監督のサスペンス映画のタイトルは？  
 ⑪ 漫画「ドラえもん」の登場人物、のび太の苗字はなんですか？



いぶき



2026年7月 No.247

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

4月から始まったレク♡スポでは ※  
 ボッチャやモルックなどのインクルーシブスポーツや  
 椅子に座ってできる簡単な運動などを行っています!



ボッチャとモルックは毎年、大会を行っています！  
 レク♡スポに参加して出場してみませんか？

【開催日】  
 原則として毎月第2、第4火曜日(詳細は4面カレンダーで)  
 午後1時30分～  
 センター2階会議室、活動・交流スペース  
 ★7月は「スポーツを楽しもう」と「ラダーゲッター」

※インクルーシブスポーツとは？  
 年齢、性別、国籍、障害の有無を問わず、誰もが一緒に楽しむことができるスポーツです。

7月7日は七夕★  
 短冊に願い事を書きませんか？



今年も1階ラウンジに七夕飾りを飾ります！入口直ぐの警備横に短冊コーナーを設けていますので、ぜひ願い事を書いてください。

★七夕飾りは、ことぶき地域交流サポート事業の皆さんで作成しました。



★短冊コーナー★

## 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。写経のプリントと筆ペン、えんぴつはこちらで用意します。※講師による指導はありません。



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
定員	なし
参加費	無料
申込み	当日会場にて受付

## 西部劇映画をたのしむ会

### 8月5日(水)「シェーン」

1953年/米/1時間53分/吹き替え版  
 ■監督/ジョージ・スティーブンス  
 ■主演/アラン・ラッド

### 8月6日(木)「荒野の1ドル銀貨」

1965年/伊・仏/1時間35分/吹き替え版  
 ■監督/ジョルジオ・フェローニ  
 ■主演/ジュリアーノ・ジェンマ

時間	午後1時30分～
場所	センター1階 多目的室
定員	各日40名
参加費	無料
申込み	多目的室横の掲示板に氏名を記入

## スマホ練習会

電話やメール、設定などの操作についてのお困り事を一緒に考えます。

日時：7月3日(金)  
午後1時～午後2時30分  
場所：センター1階 作業室  
 ※予約制で1人1枠30分  
 (詳しくは協会職員までお問い合わせください。)

## 盆踊りをたのしもう

振りを知らなくても大丈夫！座ったままの参加もOKです。昔ながらの盆踊りや、中区みなと音頭などをやさしく教えていただきます。

講師：関 大輝(みなと会代表)



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
定員	20名
参加費	無料
申込み	電話かセンター事務室まで

## センター2階 公衆浴場「翁湯」

### 7月10日(金)、11日(土)は

## ハッカ湯 薬用入浴剤

ハッカ湯の日に入浴した方へ  
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、ねんざ、痔  
 【営業時間】午後1時～午後9時  
 【入浴料】大人1人 570円

## 海の日週間サービス

7月16日(木)～7月20日(月・祝)  
午前9時～午後5時

海に関連する物(衣類、おもちゃ)等をお持ちになって図書室カウンターに来ていただいた方を対象に**先着20名**に**アイス**をお渡しいたします。

人数になり次第締め切らせていただきます。

## 7月の簡易宿泊所 出張健康相談

●7月8日(水) かえで館

●7月15日(水) 朝日荘

※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)



▲かえで館



▲朝日荘



健康コーディネーター室  
TEL: 045-306-6707

## 『ふれあいカフェ』

みんなで作って、食べて、片づける そんな簡単に栄養も考えたカフェを開催しています!

日時：7月29日(水)  
午後1時30分～午後3時  
場所：センター1階 多目的室  
参加方法：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)



健康コーディネーター室  
TEL: 045-306-6707

### センター利用登録団体活動紹介パート①

## 1回15分 椅子に座って簡単ストレッチ

～とかがFREE MARCHÉ～

15分程度の簡単な運動をされた方へ、運動後に食料品や日用品をお配りしています。お気軽にご参加ください。

日時：7月6日(月) 午前9時30分～午前11時30分

場所：センター2階 会議室、活動・交流スペース

○申込みは不要です。参加される方は直接会場へお越しください。



### センター利用登録団体活動紹介パート②

## スパイスで心も身体も健康に! 健康スパイス料理の日

～スパイス料理研究会～

配合に研究を重ねたスパイスを用いて、心と身体に良い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：7月11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  
TEL: 045-323-9019

## 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。フォークリフトをはじめ、他にも随時募集している科目がございますので、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

## 寿打ち水大作戦! 打ち水ボランティア募集中!

今年もまた『打ち水』の季節がやってきましたので、『打ち水ボランティア』を募集します! 『お手伝いをしてもいいよ!』という方は、当日、直接センター前広場に集合してください。

日時：7月27日(月)～9月11日(金)  
上記期間中(月・水・金)  
午前10時～  
(雨天中止/毎回5名程度募集)

【センター事業 申込み・問合せ】TEL: 045-662-0503