

山茶花（サザンカ）

いぶき ⑪

2026 年 11 月

No.251

寿交流協

公益財団法人
横浜市寿町健康福祉交流協会

第３５回　ことぶき作品展を開催します

・恒例の「ことぶき作品展」を開催します。今回で 35 回目となる作品展には、センター事業の参加者をはじめ、地域の団体や個人の皆さまから、個性豊かな作品が寄せられています。絵画や書道、写真、造形、俳句など、さまざまなジャンルの作品を展示します。ぜひお気軽にお越しください。





★日時：11月17日（火）～20日（金）

午前９時～午後５時

★場所：センター２階　活動・交流スペース

センターマルシェを開催しました　10/７（水）

寿アルクをはじめとした地域の事業所等 16 団体が参加し、飲食物やお菓子、手作り雑貨の販売、フリーマーケットなどが行われ、多くの方にご来場いただきました。ご参加・ご来場いただいた皆さま、ありがとうございました。











11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色えんぴつで楽しむ「大人の塗り絵」です。やさしい図柄からさまざまな絵柄をご用意しています。お好きな絵を選んで、色塗りを楽しみましょう！

【日時】11 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「必殺4 恨みはらします」と、ドラマ「時間ですよ」を上映します。変更の場合あり。

【日時】11 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）　11 月

日	月	火	水	木	金	土
1 翁	2 生	3 生 文化の日	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 翁	9 生 囲碁・将棋の日 要予約	10 寿 de 健康クラブ	11	12 工芸クラブ 要予約	13 ノルディックウォーキング	14
15 翁	16 生	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 学生交流イベント 要予約
		ことぶき作品展				
22 翁 センター休館日	23 生 勤労感謝の日	24 生 映画クラブ 要予約／レク♡スポ	25 ふれあいカフェ 要予約	26 健康麻雀の日 要予約	27 ノルディックウォーキング	28
29 翁	30 生 書道クラブ 要予約	生は生活館休館日		翁は翁湯休業日		

「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、的当てボッチャなどを楽しみます。（10 日、17 日／1階多目的室）

「レク♡スポ」・・・楽しく身体を動かしながら健康づくりをします。

（24 日／2階　会議室、活動・交流スペース）

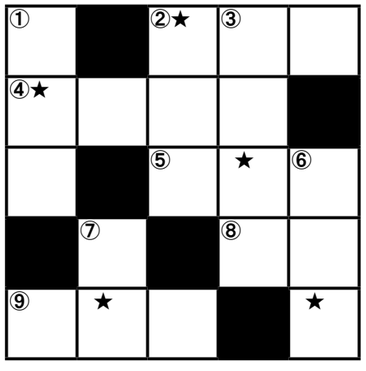
○時間：午後1時 30 分～午後2時 30 分

○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1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）、雨天は屋内で実施。

★クロスワード★





【タテのカギ】

①映画やテレビで会話や説明を画面の中に文字で表したもの

②大阪府○○○市の歴史を語る上で欠かせない偉人といえば、千里休と与謝野晶子

③ 9 月 28 日『北の国から』『前略おふくろ様』の脚本家 ○○○○聰さんが 91 歳で逝去

⑥物事の意味・内容・理由などを正しくわかること「文章の内容を○○○する」

⑦「褐」なんと読む？

※クロスワードのルール小さい文字（ャ、ュ、ョ、ッ　等）は大きい文字として書いてください。

例　（ッ → ツ）（ャ → ヤ）

【ヨコのカギ】

②英語に訳すとチェリーブロッサム「cherry blossom」

④まつ毛を濃く長く見せるためにつける化粧品

⑤名前の由来は、池や井戸などに生息し、その場所を守るように見えるから

⑧東京都の中心部である 23 区を除いた地域

⑨ 1982 年の映画『鬼龍院花子の生涯』で「なめたらいかんぜよ」と言う名台詞を発した女優、○○○雅子

前回の答え：スポーツノヒ

「★」の部分を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 251 号　2026 年 11 月号

2026 年 10 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

第4回　寿・関内エリア 障害福祉サービス事業所

事業所合同説明会

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！

日時：11月13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

28の事業所が参加します！ブースを回って自分に合った場所を探しましょう！
お待ちしております。

	内容	年齢制限	対象者	利用期間
就労継続支援B型事業所	企業などに委託された生産活動や創作活動、販売など様々なプログラム	なし	障害や難病があり一般就労が難しい方	なし
就労移行支援事業所	仕事探しや面接対策などの就労支援、就職後の定着支援	18歳以上65歳未満	障害や難病があり一般就労を希望する方	原則2年
自立訓練事業所	家事などの日常生活に必要なスキルやコミュニケーションなどの社会生活に必要なスキルを学ぶ	15歳以上65歳未満	障害のある方	原則2年
地域活動支援センター	生産活動や創作活動、イベントなどに参加し地域交流なども行う	なし	地域に居住する障害のある方	なし

協力：寿・関内地区福祉事業所合同連絡会
中区基幹相談支援センター

就労継続支援B型事業所 合同販売会

IKIKIカンパニー　アート工房クローバー　ギッフェリ　はな工房　ぶれいす　3ばの家　manaby CREATORS関内　ほっとスペース関内

B型作業所のみなさんが作った小物類、バッグ、イラスト、クッキーなどの菓子類やパンなどがずらっと並びます。是非みなさんで遊びにいらしてください。

【日時】11月13日（金）午前11時～午後3時
【場所】センター前　広場

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。
フォークリフトなど、外にも常時募集している科目がありますので、詳細につきましては、下記の電話番号まで、お問い合わせください。
※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。

技能講習班　TEL：045－662－5862

書道教室　12月は書初め練習をします。

講師：及川菱城（おいかわりょうじょう）

日　時	12月12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

※センターは横浜市寿町健康福祉交流センターの略称

11月の 簡易宿泊所 出張健康相談

- 11月18日（水）HOTEL21
- 11月25日（水）三光荘

※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）



健康コーディネート室
TEL：045-306-6707

センター2階公衆浴場【翁湯】

11月の変わり湯は生薬薬湯※医薬部外品

11月20日（金）、21日（土）

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。

【営業時間】午後1時～午後9時
【定休日】日曜、1月1日、2日

10月号でお知らせした「健康スタンプラリー」絶賛実施中!!

寿地区自治会から多大なご協力をいただいています！

10月23日（金）現在で、265人の方に参加いただいています。
スタンプ10個及び20個で素敵な景品を差し上げます。
12月28日（月）まで実施しています。
スタンプ台紙は健康コーディネート室などでお渡ししています。





健康コーディネート室　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　そんな簡単で栄養も考えたカフェです！

日　　時：11月25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：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）

健康コーディネート室
TEL：045-306-6707

第3回 寿・関内エリア ボッチャ交流大会

11月6日（金）に横浜武道館でボッチャ交流大会を開催します。寿・関内エリアにある福祉事業所等28チームが参加しトーナメント制で戦います。センターからはレク♡スポや健康クラブ、スマイル事業の参加者でチームを組んで出場します。来年も開催する予定ですので、是非レク♡スポなどの事業にご参加ください。開催日時などはいぶき裏面に掲載しております。



共催：（公財）横浜市寿町健康福祉交流協会／横浜武道館／（社福）恵友会
協力：ラポール上大岡／横浜市パラスポーツ指導者協議会

桜美林大学　学生交流イベント

毎年恒例の桜美林大学の学生との交流イベントです！
何をするかは当日のお楽しみ!!

日　時：11月21日（土）　午前11時～午後1時
場　所：センター1階　多目的室
申込み：センター職員まで（定員に届き次第締め切り）

防災訓練を実施しました


AED講習

10月20日（火）にセンター広場にて、寿プラザ地区地域防災拠点運営委員会（寿地区自治会、寿地区内の各種事業所、行政機関など）による防災訓練が実施されました。
訓練は中消防署予防課の職員指導の下、ADE講習や消火器講習、起震車体験、煙避難体験などを行いました。


起震車