

# ゆうづるイッピー12月号

～市場が毎日HAPPYでありますように～

<運営方針> 地域に暮らす全ての方が、安心して安全に暮らすために地域と協働し、福祉保健活動・地域活動・地域交流の拠点をつくります。



〒230-0024  
横浜市鶴見区市場下町11-5  
指定管理者：社会福祉法人 大樹  
横浜市鶴見市場地域ケアプラザ  
横浜市鶴見市場コミュニティハウス  
発行責任者：加藤 賢次  
平成30年11月22日発行：第138号  
HPアドレス：<http://www.taiju.or.jp>  
TEL 045-504-1077  
FAX 045-500-6677

カヴァレリア合奏団による

**無料**

# ウィンターコンサート

2018.12.23(日) 13:30～(開場 13:00)

## プログラム



### ★聞いたことがあるクラシック

アイネ・クライネ・ナハトムジーク I 楽章	モーツァルト
愛のあいさつ	エルガー
メヌエット	ヘンデル
6つの即興曲 V・VI	シベリウス

### ★クリスマスソング

あわてんぼうのサンタクロース	ジングルベル
きよしこの夜	赤鼻のトナカイ etc...

ゆうづるで弦楽団による生演奏を楽しみませんか？今回のカヴァレリア合奏団によるコンサートはクリスマスソングも盛り沢山です♪子供から大人まで楽しめる内容となっています。小さなお子さんがあるご家族でも安心して過ごせる、マットの席もあります。素敵な休日をお過ごしませんか…？



**参加費無料・申込不要！**



## 年末年始のお知らせ



2018年12月29日(土)～2019年1月3日(木)まで

ゆうづるは閉館いたします。

相談業務、貸し館業務、図書貸し出し等、全てお休みとなります。  
ご不明な点当ございましたら、お気軽にスタッフまで申し付け下さい。



# ＼遊びに行こう！／ 出張カフェ



出張カフェは地域の自治会館をお借りして実施している、ゆうづるの出張子育て支援事業です。

アットホームな雰囲気の中で、絵本の読み聞かせや手遊び、季節の工作などを実施しています。季節の工作は出張カフェでしかやっていないので、オススメです★

通常のキッズイベントと違ってプログラムはありません。お母さん同士でお話したり、情報交換したりすることが出来ます。

コーヒーを飲みながら、ホッと一息つきませんか？



パークスホール 12月 3日(月) 10時～11時半

(尻手1-1-1)

栄町会館集会所 12月10日(月) 10時～11時半

参加費：100円(コーヒー・お茶が飲めます)



続

## 男の筋トレ

## 参加者募集！

10月に開催し、大好評だった「男の筋トレ教室」。

普段使わない筋肉を刺激して、筋力アップが期待できます。運動不足を感じている方や、加齢に伴う体の変化を感じている方にオススメの講座となっています。膝痛や腰痛にも効果が期待できます。激しい運動はしません。体力に自信のない方もこの機会に是非ご参加下さい。



10月の活動の様子

お家でも出来る運動です♪

開催日時: 12月15日(土)

10:00～11:30

参加費: 無料

持ち物: 動きやすい服装、

水分補給できるもの



**無料**

# ゆうづるパソコン相談室



“パソコンを持っているけど使いこなせていない”、“年賀状を作りたい…”などパソコンに関するお悩みに、パソコンボランティアが丁寧に教えてくれます。

事前に質問内容を受付に申し付けていただければ当日スムーズにご案内することができます。

月に1度の機会をお見逃しなく★

開催日時：毎月第3水曜日 13:30~16:00 受付は15:30まで

講師：鶴見パソコンボランティア協会の皆様

備考：相談時間は概ね30分程度です。直接ゆうづる2階工芸室へどうぞ。

あらかじめ受付や、電話にて質問内容を申し付けていただきますとスムーズです。

## ゆうづる倶楽部

### 地域の皆様のご参加、お待ちしております！

大和町自治会館をお借りして、毎週火曜日に活動している「ゆうづる倶楽部」(横浜市市元気作りステーション)。手芸をしたり体操をしたりしながら、介護予防・健康増進・認知症予防などをしながら活動中！町会問わず、誰でも参加出来ます。みんなで楽しく過ごしましょう。

地域の皆様のご参加をお待ちしております！



日時：毎週火曜日 13:00~15:00

場所：大和町会館 (どの地域の方でも参加可能です！)

参加費：100円

## ゆうづるデイサービススタッフ募集

私たちと一緒に働きませんか？

介護職

運転手

看護師

未経験の方

大歓迎！！



お気軽にお声掛けください♪

●会場の記載がない事業はゆうづるが会場です。  
 詳しい内容はお気軽にゆうづるまで  
 お問い合わせ下さい♪

# 12月のイベント案内

休館日：12月16日(日)  
 12/29(土)～2019/1/3(木)

**子育て支援キッズイベント** 毎週火曜日 10:00 から

## (1) ゆうづるキッズイベント

内容：第1火曜日 アッコさんと遊ぼう  
 第3火曜日 リトミック

## (2) キッズルーム ゆうづる 市場地区社協主催

内容：第2火曜日 青木先生  
 第4火曜日 お休み

## カフェコメット 参加費100円 フリードリンク

★子育て中のママやママを支える地域の方によるカフェ♪  
 12月19日(水)は「クリスマス会」です。クリスマスを  
 みんなで楽しみましょう。クリスマス工作や、サンタさん  
 も遊びに来てくれるかも!?是非ご参加下さい。

## 育児教室(鶴見区役所主催) 10:00～11:30

★お母さんと0歳のお子さん(原則第1子)の集まりです。  
 12月5日(水) ゆうづる  
 1月はお休みです。

## 子育て支援者相談事業

★子育て支援者さんに、子育てに関する事なら何でも聞いて  
 下さい♪  
 日時：毎週金曜日 10:00～12:00

## ママカフェ&ホットカフェ 10:00～11:30

楽しくお話しながらくつろいで下さいね!  
 参加費 100円(フリードリンク)

【場所】	【日程】
上町会館	12月 3日(月)
栄町会館集会所	12月10日(月)

## 絵本で遊ぼう「おはなし広場」

★地域ボランティアさんによる楽しい絵本お話し会です♪  
 日時：12月26日(水)(原則毎月 第4水曜日)  
 前半：10:00～ 後半：10:30～

## ゆうづるルーム

★未就学児向けの開放ルームです。おもちゃ・絵本あり♪  
 日時：毎日(休館日を除く) 9:00～18:30  
 日曜祝日 9:00～17:00

## 焼きたての美味しいパン・クッキー販売しています♪

●自然館(元宮)クッキー販売  
 12月19日(水) カフェコメット内にて  
 ●つるみ地域活動ホーム幹(北寺尾)パン販売  
 第1回 12月19日(水) カフェコメット内にて  
 第2回 お休みです。

## たのしいかい(市場小コミュニティハウス)

内容：軽体操、懐かしい唄、脳トレ、製作など  
 日時：毎月第1金曜日、第3水曜日 13:30～15:30  
 場所：市場小コミュニティハウス ※変更有り。お問い合わせ下さい  
 会費：月200円 対象：おおむね65歳以上の方

## ゆうづる倶楽部

日時：毎週火曜日 13:00～15:00  
 場所：大和町会館 (どこにお住まいの方も可)  
 参加費：100円  
 対象者：地域の方どなたでも  
 内容：健康体操や手芸、書道や脳トレなどのイベントを予定

## 介護者の集い かたらい 参加費無料です!

★日頃の介護の悩みや疑問を気軽に話しする場です。  
 日時：12月5日(水) 13:00～15:00  
 1月9日(水) 13:00～15:00 ※第2週です。

## パソコン相談室(初級編)

★わかりやすく丁寧にお教えいたします。  
 日時：12月19日(水) 13:30～16:00です。  
 講師：鶴見区パソコンボランティア協会  
 参加費：無料  
 事前に相談内容を連絡頂くと当日スムーズにご説明できます♪  
 ※ご自分のパソコンの持ち込みも可能です。

## ポッチャ交流会

日時：12月21日(金) 15時～16時  
 簡単・天気に左右されない・誰でも出来る!一緒に楽しみましょう。簡  
 単なスポーツです。

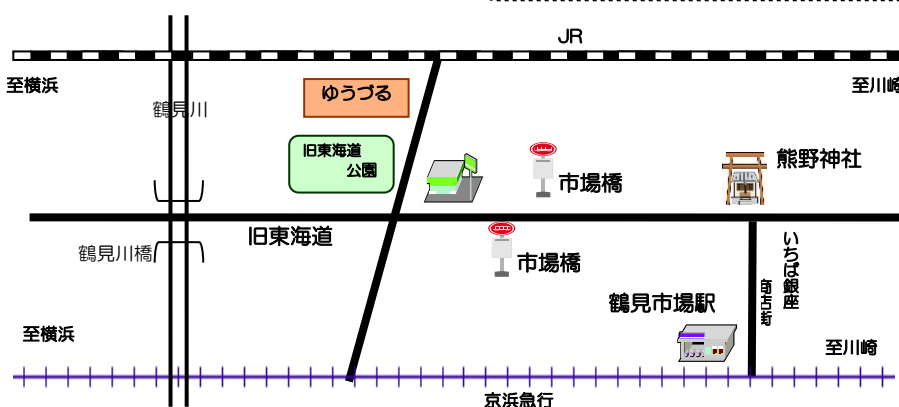
## ゆうづる健康マージャンサロン 13:00～17:00

★みんなで楽しくマージャンを通して交流しましょう♪  
 初心者の方でもボランティアさんが教えて下さいます。  
 日時：12月10日(月)、15日(土)、1月7日(月)、19日(土)  
 参加費：無料 申込み：なし

## 【案内図】

※車で来館はご遠慮下さい。

京急線鶴見市場駅より徒歩8分  
 横浜市営バス18系統 市場橋下車徒歩3分



## 【イベントのお問合せ・お申し込み】

TEL 500-6688

【その他のお問合せはこちらへ】

TEL 504-1077

## ★☆編集後記☆★

今年の冬は暖冬となる予想がされています。  
 昨シーズンは雪が降ったりと寒い冬だったので、少しホッとします。ですが、今年もコタツ  
 ムリになる予定です。一度入ると本当に出て来  
 れなくなるんですよ…。今年は人間をダメに  
 するソファを買って、完全なダメになろうと検  
 討中です。

天井に届きそうな大きなクリスマスツリー  
 が欲しいです。誰かゆうづるに寄付してくれな  
 いかなあ…。  
 すずき まりか