

**いまじゅく
インフォメーション**

4月～5月に地区センターが行う主な講座と募集講座です。
全体スケジュールは裏面をご覧ください。
みなさまのご参加をお待ちしております!

エンジョイ今宿
【日時】4月15日(火)・5月20日(火)
10時～12時(体育室にてどなたでも参加できます)
【参加費】50円(コーヒーは別途100円)
※入場には上履きが必要です

①「Let's! ウォーキング!!」

★講師：白浜泰子さん

～燃焼系ウォーキング講座はじまります～

- 【日時】4月15日、5月20日、6月17日、7月15日、8月19日、9月16日
10月21日、11月18日、12月16日、R8年1月20日、2月17日、3月17日
13時30分～14時30分(毎月第3火曜日、日時定員は予定につき変更の場合があります)
【対象・定員】18歳以上、各回先着30人、(13時10分から体育室にて受付)
【参加費】各回500円
【持ち物】上履き、動きやすい服装、飲み物、タオル



② フリーアドバイスバドミントン

③ フリーアドバイス卓球

- 【日時】4月20日(日)、5月18日(日)
①初心・初級者 9時15分～10時15分
②中級・上級者 10時15分
【対象・定員】小学生以上 各回20人(先着順)
【参加費】各回300円
【申込み】体育館シューズ・ラケット
※当日先着順(各回15分前から受付)

- 【日時】4月26日(土)、5月24日(土)
各回 12時20分～14時40分
【対象・定員】小学生以上 16人(先着順)
【参加費】各回200円
【申込み】体育館シューズ・ラケット
※当日先着順(各回10分前から受付)

④ わくわく!!おはなし会

⑤ 子育て相談

- 【日時】4月21日(月)・29日(火)、5月19日(月)・27日(火)
各回 10:30～11:00
【対象】未就園児と保護者の方
【参加費】無料
【申込み】当日先着順
【内容】乳幼児のお子さん向けおはなし会

- 【日時】毎週金曜日 10:00～12:00
【対象・定員】未就学児と保護者の方、妊婦さん
【参加費】無料
【申込み】地区センターにて直接受付(先着順)



※④⑤は祝日、荒天、地区センター行事の際はお休み

5月募集予定の主な講座



暮らしを彩る デコパージュ

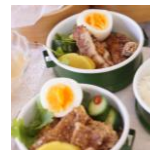
Photoイメージ

★講師：石井百合子さん



キッズ! 親子で作ろう万華鏡

★講師：武藤昌代さん



台湾屋台で人気の 排骨飯を作ります

Photoイメージ

★講師：高崎継民さん

- 【日時】5月24日(土) 10時～12時
【対象・定員】18歳以上 8人(先着順)
【参加費】1,800円(申込時にお支払い)
【持ち物】お手拭きウェットティッシュ
【申込み】5月10日(土) 9時20分から

- 【日時】6月8日(日) 10時～12時
【対象・定員】小学生と保護者先着8組(16人)
【参加費】800円(申込時にお支払い)
【持ち物】ハサミ
【申込み】5月25日(日) 9時20分から

- 【日時】6月11日(水) 10時～12時
【対象・定員】18歳以上12人(先着順)
【参加費】2,000円(申込時にお支払い)
【持ち物】エプロン、三角巾、手ふきタオル
【申込み】5月28日(水) 9時20分から

※電話申込みは翌日から

※電話申込みは翌日から

※電話申込みは翌日から

※先着順申込みの講座は定員に達し、締め切っている場合がありますので、詳しくは今宿地区センター☎392-1500へお問い合わせください



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3 ピラティス①	4	5
6	7 骨盤体操①	8	9	10	11	12 ボディシェイプ①
13	14 施設点検日 (休館日)	15 エンジョイ今宿 Lets!ウォーキング	16	17 ピラティス②	18	19
20 フリーバドミントン	21 骨盤体操② おはなし会	22	23	24	25	26 フリー卓球 ボディシェイプ②
27	28	29 おはなし会	30			



日	月	火	水	木	金	土
				1 ピラティス③	2	3
4 (みどりの日)	5(こどもの日) 骨盤体操③	6 (振替休日)	7	8	9	10 ボディシェイプ ③
11	12 施設点検日 (休館日)	13	14	15 ピラティス④	16	17
18 フリーバドミントン	19 骨盤体操④ おはなし会	20 エンジョイ今宿 Lets!ウォーキング	21	22	23	24 フリ卓球 ボディシェイプ④ デコパージュ
25	26	27 おはなし会	28	29	30	31

施設点検日(休館日)

毎月第2月曜日(祝祭日の場合は翌日)は、施設点検のため休館とさせていただきます。

◆ 4月14日(月) ◆ 5月12日(月) ◆ 6月9日(月)

■編集・発行：横浜市今宿地区センター
〒241-0813 横浜市旭区今宿町2647-2
TEL：392-1500 FAX：392-1501
発行年月日：2025年(令和7年)4月