



都岡地区センターたより 2025.5



〒241-0031 横浜市旭区今宿西町292

TEL (953) 7211 FAX (953) 7209

<https://www.asahikushisetsukyoukai.jp/tsuoka>



【5月募集の自主事業】



父の日のプレゼント

講師：中里とみ恵



♡いつもありがとう♡

感謝の気持ちを込めて
カップケーキを贈りませんか!!

日時：6月14日(土)

10時～12時00分

対象：小学生10名(先着)

参加費：500円

受付：5月11日9時～5月25日

直接センターにて申込み

親子で収穫体験「じゃがいも掘り」
季節のじゃがいも掘りを楽しみませんか

日時：6月22日(日)

9:30～11:30

※小雨の時は決行
雨天順延6月29日(日)

対象：保護者とお子様

人数：20組(先着)

参加費：500円 2株

受付：5月11日9時～5月25日

直接センターにて申込み



簡単パン作り 協賛：(株)ニッポン

ベーグルパンに挑戦!



日時：6月18日(水)

10:00～14:00

対象：18歳以上12名(先着)

参加費：1,300円(材料費込)

受付：5月11日9時～5月25日

直接センターにて申込み

※軽食持参

リンパ体幹ストレッチ(全2回)

講師：當銘 恵美子

体幹(鍛える)リンパ(ほぐす)
激しい運動ではありません。



日時：6月2日・7月7日(月)

13:20～14:35

対象：18歳以上12名(先着)

参加費：1,000円(2回分)

受付：5月11日～5月25日

直接センターにて申込み

なごんでいきいき！おはなし会
大人の朗読会
「寝太郎」「じゃげむ」



日時：5月23日(金)
10:00～10:45

対象：18歳以上

参加費：無料

受付：当日直接お越しください



都岡おもちゃ病院開院(奇数月第3土曜日)
壊れたおもちゃを直して
物を大切にする心を育てましょう！
※基本的には無料ですが、材料費がかかる
場合はご連絡して相談の上、
修理となります。



日時：奇数月 第3土曜日

5/17・7/19・9/20

11/15・1/17・3/21

会議室2：10:00～15:00

(おもちゃの預かりは14:00まで)

対象：小学校低学年くらいまでのお子様のおもちゃ



都岡・白根地区センター共催

手作り御朱印帳教室

協力：神奈川県酒造組合 講師：上田康史

講師：「銘酒白笹鼓：金井酒造店」



御朱印帳を作り、お酒のラベル集めなども楽しみましょう！

神奈川県のお酒の蔵元からお酒の説明他

日時：6月11日(水) 13:00～16:00

対象：横浜市旭区在住者

本厚木駅 12時半集合：現地解散※交通費別途

20歳以上10名(先着) 参加費：2,700円(材料費)

20名未満の場合は中止となります

受付：5月11日9時～5月25日直接センターにて申込み

6月開催自主事業・その他スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
1	2 リンパ体幹ストレッチ(1)	3 筋膜リリース・ 美姿勢 I 1・3週 (5)	4	5 アクティブシアの 体操 I (5) リズムに合わせて 有酸素運動 I (4)	6 ♡子育て相談 ナイト・ヨガ I (5)	7
8	9 ロコモトレニ ング I (5)	10 筋膜リリース・ 美姿勢 I 2・4週 (5)	11 リラックスヨガ I (5) 赤ちゃん教室 御朱印帳づくり神 奈川の日本酒講 座	12 さわやかスポー ツストレッチ(4)	13 ♡子育て相談 ナイト・ヨガ I (6)	14 父の日のプレゼン ト
15	16 休館日	17 筋膜リリース・ 美姿勢 I 1・3週 (6) 読み聞かせの 会	18	19 アクティブシアの 体操 I (5) リズムに合わせて 有酸素運動 I (5)	20 ♡子育て相談 ナイト・ヨガ I (6)	21
22 親子で収穫体験 「じゃがいも掘り」	23 ロコモトレニ ング I (6)	24 筋膜リリース・ 美姿勢 I 2・4週 (6)	25 リラックスヨガ I (6)	26 さわやかスポー ツストレッチ(5)	27 ♡子育て相談 ナイト・ヨガ I (6)	28 おたのしみ人 形劇
29 親子で収穫体験 「じゃがいも掘り」 予備日	30					

