

# 都岡地区センターたよい 2026・6

〒241-0031 横浜市旭区今宿西町292-2  
<https://www.asahikushisetsukyoukai.jp/tsuoka>  
TEL (953) 7211 FAX (953) 7209



## 6月募集の指定管理事業



### ポッチャで遊ぼう

小学生対象としてみんなで  
ポッチャで遊ぼを楽しみます。

日時：7月27日(月)

10:00~11:30

対象：小学生先着24名

参加費：無料

持ち物：体育館履き・タオル・飲み物

受付：当日直接センターにて申込み



### おたのしみ人形劇

「3びきのこぶた」他

人形劇団 げんき村

人形を介して表現する演劇です。  
子どもも大人も世界に引き込まれる  
楽しい時間を過ごします

日時：6月27日(土) 10:30~11:10

対象：どなたでも

参加費：無料

受付：当日直接センターにて申込み



### 地域の赤ちゃん教室

各回で、離乳食や生活リズム、ママの健康づくり、  
子どもの発達等のミニ講座や参加者同士でお話をする時間もあります

日時：6/10・7/8・9/9・10/14・12/9

2/10・3/10 各水曜日 10:00~11:00

【問い合わせ先】

旭区子ども家庭支援課 045-954-6150

### 乳幼児のおはなし会

絵本を通じて手遊び歌などで触れ合いを楽し  
んでみませんか。

日時：6月16日(火)

7/14・8/18・9/15・10/20

11/17・12/15・1/19・2/16・3/16

10:30~11:00

毎月基本第3火曜日

対象：未就学児と保護者

参加費：無料

受付：当日直接



### 都岡おもちゃ病院

壊れたおもちゃを直して物を  
大切に作る心を育てましょう!

日時：7月18日(土)

10:00~15:00

奇数月：第3土曜日

対象：お子様と保護者

参加費：無料

受付：当日直接



## 6月の子育て相談日程 毎週金曜日

日時：6/5・6/12・6/19・6/26 10:00～12:00

対象：未就学児と保護者、妊婦さん

場所：都岡センターフレイルーム

スタッフ：子育て支援者（子育て支援者とは、横浜市の研修、認定を受けた子育てを支援する先輩ママです）

【問い合わせ先】

旭区こども家庭支援課 045-954-6150



### 《熱中症予防》

- ①暑さを避ける
- ②水分・塩分をとる
- ③暑さに備えた体づくりをする



### 《熱中症になったとき》(応急処置)

- ①日陰やエアコンのきいた涼しい場所に避難する
- ②衣服を脱いで熱を逃がしたり、身体を冷やして体温を下げる
- ③水分・塩分をとる（自力で水分補給ができないときは、すぐに医療機関へ搬送してください）



## 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 筋膜リリース・美姿勢 I 1・3週 A (5)	3	4 アクティブシニアの体操 I (4) リズムに合わせて有酸素運動 I (4)	5 ♡子育て相談 ナイト・ヨガ I (5)	6
7	8 ロコモトレニング I (5)	9 筋膜リリース・美姿勢 I 2・4週 B (5)	10 リラックスヨガ I (5) 健康マージャンをやってみよう! (1) 赤ちゃん教室	11 さわやかスポーツストレッチ(4)	12 ♡子育て相談	13
14	15 休館日	16 筋膜リリース・美姿勢 I 1・3週 A (6) 乳幼児のおはなし会	17 簡単パン作り	18 アクティブシニアの体操 I (6) リズムに合わせて有酸素運動 I (5)	19 ♡子育て相談 ナイト・ヨガ I (6)	20 父の日のプレゼント
21 親子で収穫体験「じゃがいも掘り」	22 ロコモトレニング I (6)	23 筋膜リリース・美姿勢 I 2・4週 B (6)	24 リラックスヨガ I (6) 健康マージャンをやってみよう!	25 さわやかスポーツストレッチ(5)	26 ♡子育て相談	27 おたのしみ人形劇
28 親子で収穫体験「じゃがいも掘り」予備日	29	30 筋膜リリース・美姿勢 I 1・3週 A (7)				