

令和8年2月1日発行  
NPO法人  
中川コミュニティグループ  
No.245  
〒245-0007 泉区桂坂4-1  
TEL813-3984 FAX813-3986



あなたのいきいきライフのお手伝い

2月号

なかがわ

中川地区センター  
2月の休館日  
16日(月)  
(施設点検日)

## 作品実技発表会

中川地区センターの作品実技発表会を開催いたします。サークル活動の成果をぜひ見学にいらしてください

3/7(土)10:00~15:00 作品展示

3/8(日)10:00~14:30 作品展示・実技発表

### ◆作品展示◆3/7・8(土・日)

版画・書道・手工芸・切絵・色鉛筆画・俳句  
真多呂人形・洋裁・鎌倉彫・パッチワーク  
編み物・手毬・フラワーアレンジメント  
写真・水彩画・スケッチ画・茶道など

### ◆実技発表◆3/8(日)

楽器演奏・カラオケ・フラダンス  
創作ダンス・横笛・篠笛など

ミーティング室、体育室は  
うわばきをご持参ください

3/8(日)のみ

#### ★わいわいクラブ販売

パン・焼き菓子・手工芸

#### ★ほっとカเฟ 滞れたてコーヒー



#### ★あったかや

横浜野菜を使った  
ヘルシー弁当



自主事業教室のご応募は往復ハガキに必要事項を記入して郵送で、またはセンター備え付けの応募用紙に返信用ハガキを添えて窓口にご提出ください。  
応募多数の場合は抽選をさせていただきます。

自主事業教室の申込はこちらまで……〒245-0007 泉区桂坂4-1 中川地区センター 宛

皆様からお預かりした個人情報は業務以外には使用いたしません

## 理学療法士に学ぶ 身体を整えるストレッチ

(全1回)

「なんとなく体が重い」疲れが抜けにくいそんなあなたに。  
クラス後には身体の巡りが整いスッとしたくなる感覚を体感  
してください。 講師：理学療法士 櫻井友洋

3/19(木) 13:30~14:30  
定員：10名 参加費：1000円

申込：2/19(木)9:00~電話受付先着順

## 「横浜の歴史」 ～開港からの発展の軌跡～ (全1回)

フレ講座



ヨコハマは開港以来はじめて！がいっぱい。皆さんは  
どれだけご存じですか？シリーズで横浜の歴史を学びます。  
わがマチ、横浜を知り、もっと好きになろう！

講師： 加藤明彦

3/25(水) 14:00~15:30 講座  
15:30~16:00 tea time  
定員：10名 参加費：1000円  
(お抹茶付)

申込：2/25(水)9:00~電話受付先着順

教室名	日程・時間	参加費	定員	申込日	
ハツラツ 健康体操 (全10回)	4/11・25、5/9・23 6/13・27、7/11・25 8/8・22 (土) A 9:15~10:15 B 10:30~11:30	3000円	各50名	Aの申込 来館受付 3/28(土)10:20~  Bの申込 来館受付 3/28(土)11:35~	健康的な毎日を送るために運動は かかせません。健康維持のためリズムに乗って楽しく体を動かしましょう！初めての方でも大丈夫です。ご自分のペースで無理なく運動をしましょう♪ 講師：跡部宗子

裏面もご覧ください

