

令和4年7月1日号

# 山内コミュニティハウスだより



あつまるつながる笑顔になる

発行者：山内コミュニティハウス 青葉区美しが丘5-4（山内中学校内）

電話・FAX 045-904-2531

URL : <http://yokohama-shisetsu.com/yama-c/>

## 令和4年度秋季 自主事業参加者募集のお知らせ

令和4年度の秋の自主事業のご案内です。どうぞお気軽にご参加ください。  
《申込窓口》 山内コミュニティハウス 電話 045-904-2531  
お申し込み受付後は特段のことがない限り連絡はしませんので、当日ご参加ください。  
\*新型コロナウイルス感染症拡大防止の取り組みのため中止される場合があります。

### 1. 初心者も経験者も誰でも気軽に「ヨガ体験講座」

ヨガを習ってみたいと思っている方、関心はあるが体力や柔軟性に自信のない方、誰でも気軽にご参加ください。やさしい講座です！

- |        |   |
|--------|---|
| 1 日程   | 9月1日(木) 9月15日(木) 9月29日(木)<br>(全3回 いずれも午前10時~11時30分 ※10分前にお越し下さい。) |
| 2 場所   | 山内コミュニティハウス 研修室   |
| 3 定員   | 20人(先着順)  |
| 4 内容   | ヨガを基礎から学びます。  |
| 5 講師   | 今枝 美香 先生(ハタヨガ・経絡ヨガ ; ヨガ療法学会会員) ✨                                  |
| 6 参加費  | 600円 (全3回分)   |
| 7 持ち物  | ヨガマットまたは大判のバスタオル 飲み物 タオル  |
| 8 申込方法 | 来館または電話でお申し込みください。電話 045-904-2531                                 |
| 9 受付開始 | 7月18日(月) 午前9時~ (電話は9時30分~)  |



### 2. 初心者大歓迎「フラダンス教室」

ハワイアン・ミュージックに合わせて楽しく踊りませんか？

- |        |   |
|--------|---|
| 1 日程   | 10月5日(水) 10月19日(水) 11月2日(水) 11月16日(水) 11月30日(水)<br>(全5回 いずれも午後1時半~午後3時 ※10分前にお越し下さい。) |
| 2 場所   | 山内コミュニティハウス 研修室   |
| 3 定員   | 20人(先着順)  |
| 4 内容   | 5回で1曲仕上げます。   |
| 5 講師   | 古村 理恵 先生  |
| 6 参加費  | 1,500円 (全5回分)   |
| 7 持ち物  | 動きやすい服装、ハダシ(裸足)でレッスン、練習用パウスカートは貸出できます。  |
| 8 申込方法 | 来館または電話でお申し込みください。電話 045-904-2531   |
| 9 受付開始 | 7月25日(月) 午前9時~ (電話は9時30分~)  |



## 購入図書のお知らせ

次の図書を5～6月に購入しましたので、お気軽にご利用ください。

文芸春秋（6～7月号）、剣持麗子のワンナイト推理（新川帆立）、もう別れてもいいですか？（垣谷美雨）、マスカレード・ゲーム（東野圭吾）、桜のような僕の恋人（宇山佳佑）、同志少女よ敵を撃て（逢坂冬馬）、香川照之の昆虫すごいぜ図鑑ⅠⅡ（香川照之）、本所おけら長屋18（畠山健二）、もう一度歩きだすために 大人の流儀（伊集院静）、マイクロスパイ・アンサンブル（伊坂幸太郎）、87歳、古い団地で愉しむひとり暮らし（多良美智子）、古本食堂（原田ひ香）、くるまの娘（宇佐見りん）、頼朝と義時（講談社現代新書）、70歳からは超シンプルで栄養がとれる食事に変える（塩野崎淳子）、燕は戻ってこない（桐野夏生）、きたきた捕物帖Ⅱ 子宝船（宮部みゆき）

令和4年度、令和3年度、令和2年度の購入図書は「山内コミュニティハウスのホームページ“図書案内”」でご覧いただけます。 \*ホームページは表紙URLをご参照ください

## 山内コミュニティハウスのご案内

### ご利用できる日

火曜日・金曜日を除く毎日  
(12月29日～1月3日は年末年始休暇)

### ご利用できる時間

午前9時～午後8時45分

午前	午前9時～午後 0時 15分
午後	午後 1時～午後 4時 45分
夜間	午後 5時～午後 8時 45分

### 交通の案内図

