



おたより

指定管理者:公益社団法人 横浜市民施設協会



あつまる・つながる・笑顔になる

3月は桜やいろいろなお花が咲く素敵な季節ですが、花粉症に悩まされる季節でもあります。花粉症対策として腸内環境を整える乳酸菌（ヨーグルト・納豆）や炎症を抑える青魚、抗酸化作用のある野菜・果物（レンコン・ベリー系）が効果的とAI（人工知能）が答えてくれました。最近はいろいろな疑問から人生相談までAIに頼る人も多いとか。周りにも使っている方が多く、やはり頼りになる存在のようです。AIの進化には目を見張るものがありますね。でも、目で見たり聞いたり、心動く瞬間はやはり自分自身のもの。いくつになってもバージョンアップできる自分でいたいと思っております。

お散歩にいい季節になりました。お花見のついでに是非青コミにお寄りください。

青葉台コミュニティハウス 館長

3月の青コミカレンダー

●館の予定 ★自主事業

 休館日

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----------------------------|----------------------------|-----------|-------------------------------------|---------------------|------------|---------------------------------|
| 1 5時閉館 | 2 ★マンデー ナイトヨガ 8/8 | 3 | 4 ★リラックス ストレッチ3/5 | 5 ●部屋抽選 (4月分) | 6 | 7 ★ハートフル コンサート |
| 8 5時閉館 | 9 | 10 | 11 ●自主事業 受付開始 ★おはなしの 部屋 | 12 | 13 | 14 ●運営 委員会 |
| 15 ●ハンドメイド 教室 5時閉館 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 5時閉館 | 21 ●部屋(3月分) 3・4コマ 受付開始 |
| 22 ★英語劇 5時閉館 | 23 ●ふみの日 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 5時閉館 | 30 | 31 休館日 | | | | |



★青コミ今月のプレゼント

●3月3日 ひな祭りプレゼント

ウサギの根付をプレゼント。
(先着60名)

●3月23日 ふみの日

「しおり」プレゼント
スタンプカード4つたまった方にも。

●3月29日・30日 桜まつりデー

本を借りてくれた方に、桜鈴プレゼント
(各日70個)

おはなしの部屋

“おはなしひなたポッコ”
のみなさん
2階「中会議室」にて。

★3月11日(水) 15:30~16:00

唄入り「花咲じいさん」他



★4月22日(水) 10:30~11:00

パネルシアター「ひよこちゃんのさんぽ」
絵本「ちょうちょうひらひら」他



電話・事務室にて受付開始(各10組 先着順)
定員に余裕がある場合は、当日参加可

参加無料
です!

利用のご案内

開館時間

月～土曜日 午前9時～午後9時

日曜日・祝日 午前9時～午後5時

※小学生の利用時間 午後5時まで
中学生の利用時間 午後6時まで
(大人と一緒にの場合をのぞく)

※本の貸出は、閉館30分前までに
お願いいたします。



3月

募集の自主事業

3月11日(水)より 電話・事務室にて受付開始



白波瀬佳子

★春のアフタヌーンコンサート



～ミュージカル・シャンソン・日本歌曲など色々なジャンルの曲を楽しみながらのひと時を～

日時：R8年4月25日(土) 14時～15時

出演：白波瀬佳子さん ピアノ：松岡なぎささん

定員：50名(先着順) 未就学児は参加できません。 参加費：無料

会場：1階 多目的室

★4月こども工作



～ケーキの小物入れを作しましょう～

日時：令和8年4月18日(土)

①10時～ ②11時～

定員：幼児(保護者同伴)・小学生
各10名(先着順)

参加費：100円

会場：2階 中会議室

★盆栽体験教室(初心者歓迎)



～あなただけのオシャレな盆栽を～

日時：R8年4月21日(火)

10時～11時

講師：木村浩子さん

定員：10名(先着順)

参加費：3,000円(材料費含む)

持ち物：持ち帰り用ビニール袋

会場：2階 中会議室

※汚れてもいい服装で。



★リラックスストレッチ ～お昼の簡単ストレッチタイム～

日時：R8年4月15日・22日／5月20日・27日／6月3日・17日／7月1日・15日
8月5日／9月2日 水曜日(全10回) 13時15分～14時15分



講師：山本陽子さん

定員：20名(先着順)

参加費：5,000円(全回分)

持ち物：ヨガマット・飲み物

会場：1階 多目的室



★マンデーナイトヨガI期



日時：R8年4月13日～6月8日の月曜日 5/4除く(全8回)
18時30分～19時30分

講師：田中新一さん(ヨガインストラクター)

定員：一般22名(先着順)

参加費：5,000円(全回分)

持ち物：ヨガマット・水筒

会場：1階 多目的室

今回より 電話・事務室にて受付(3/11より)

青葉台コミュニティハウス「本の家」の管理運営の目標

- ☆誰もがいつでも楽しく利用できる施設
- ☆清潔で明るく、快適な雰囲気のある施設
- ☆地域に根ざし、利用者に親しまれる施設
- ☆図書機能を充実したコミュニティハウス

