



あつまる つながる 笑顔になる

山内コミュニティハウスだより

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6年度冬季 自主事業参加者募集のお知らせ

令和6年度冬季の自主事業を下記要領にて開催いたします。どうぞお気軽にご参加ください。

1. 山内コミハファミリーコンサート

～緑弦楽合奏団メンバーによる弦楽四重奏



日時 令和7年2月9日（日）13時開演（1時間程度） 12時30分開場 ※自由席となります。

場所 山内コミュニティハウス 研修室

定員 40名（先着順）

参加費 無料

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

受付開始 令和6年12月1日（日）午前9時～（電話は午前9時30分～）



演奏曲はクラシックや映画音楽。おなじみの童謡と一緒に歌うコーナーもあり。お楽しみに！

緑弦楽合奏団は、故瀬戸川道男氏が1986年に創設した弦楽合奏団。1998年より村上和邦氏が音楽監督&コンサートマスターに就任。素晴らしいテクニックと高い音楽性、そして貴重な経験に基づいた楽しいご指導の下、「音楽で会話する。」ような緻密なアンサンブルを目指している。※毎年、定期公演や地区センターでのコンサートを行っている。

2. オーナメントをつくろう

～聖なる夜を手作りでお祝いしましょう

日時 12月9日（月）午後1時30分～3時

場所 山内コミュニティハウス 和室

定員 9名（先着順）

参加費 1,000円 完成イメージ

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

受付開始 11月2日（土）午前9時～（電話は午前9時30分～）



3. きらきらクリスマスリズム

～クリスマスのリズム遊びを通して、親子で元気な音楽性を育みましょう！

日時 12月18日（水）午前10時～（40分程度）

講師 SAKURA先生

場所 山内コミュニティハウス 研修室

対象 0～2歳の親子 15組（先着順）

参加費 300円

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

受付開始 11月2日（土）午前9時～（電話は午前9時30分～）



4. コグニサイズ ～動かそう！脳とからだところと魂！ 健康寿命を延ばしましょう～

日時 令和7年1月16日・30日（木）2回 午後1時30分～2時30分

講師 柳 麻貴子先生

場所 山内コミュニティハウス 研修室

対象 一般 15名（先着順）

参加費 600円（2回分）動きやすい服装で！ タオルや水分補給の水筒をお持ちください。

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

受付開始 令和6年12月1日（日）午前9時～（電話は午前9時30分～）

体を動かしながら脳を使うことで、認知症予防や介護予防！椅子に座ってストレッチや筋トシ、ラダーを使った脳トシをして楽しく過ごしましょう！



4.ポーセラート教室

講師：大木しのぶさん

～横浜マイスター資格獲得(第25期)された大木様にご指導頂き、お皿に筆で絵を描きます。

日時 令和7年3月15日(土) 午後1時～(2時間半程度)
 場所 山内コミュニティハウス 研修室
 定員 15名程度(先着順)
 対象 お子様から大人の方までどなたでもお気軽にお申し込みください。
 参加費 2,000円(絵を描いたお皿を釜入れし絵を定着させ、後日郵送する代金も含まれます。)
 持ち物 汚れてもいい服装、タオル、エプロン、水分補給用の水筒等
 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
 受付開始 令和7年1月15日(水) 午前9時～(電話は午前9時30分～)



あらかじめ描きたい
ものを考えておく
よいと思います。

貸出開始した本のお知らせ(8~9月)



おひとり4冊(最新刊は2冊)
2週間の貸出となります。

著者名	書名	著者名	書名
朝比奈秋	サンショウウオの四十九日 芥川賞	文藝春秋 九月号	
阿部暁子	カフネ	文藝春秋 十月号	
麻布競馬場	令和元年の人生ゲーム	地球の歩き方 横浜市	
伊吹有喜	娘が巣立つ朝	バージニア・リー・ハートン ちいさいおうち 児童書	
一穂ミチ	ツミデミック 直木賞	石津ちひろ おやおや、おやさい	
岩井圭也	われは熊楠	ウィリアム・スタイグ 歯いしゃのチュー先生	
荻原浩	笑う森	西平あかね おばけの Cockさん	
垣谷美雨	墓じまいラブソディ	西平あかね おばけかぞくのいちにち	
桐野夏生	オパールのはな	塩谷京子 10分で読める伝記 2年生	
桜木紫乃	谷から来た女	堀米薫 みらいへはばたくおんなのこのでんきえほん	
中山七里	ドクター・デスの再臨	楠章子 ヘレン・ケラーきぼうと夢をとどけた人	
藤野千夜	じい散歩2 妻の反乱	高橋うらら ナイチンゲール戦場を、きぼうの光でてらした	
誉田哲也	首木の民	金治直美 マイヤ・プリセツカヤ たたかう舞姫	
松永K三蔵	バリ山行 芥川賞	桜井進 わくわく数の世界の大冒険	
町田そのこ	わたしの知る花	夏目漱石 坊っちゃん	
石井哲代	103歳、名言だらけ。なーんちゃって	上田秀人 政争 禁裏付雅帳 1 文庫本	
パール・J・アンデション	愛の自転車 インドからスウェーデンまで最愛の人を追いかけた真実の物語	上田秀人 戸惑 禁裏付雅帳 2	
中村豊	世界最高のフィジカル・マネジメント	上田秀人 崩落 禁裏付雅帳 3	
青木寿幸	認知症から資産を守るツボとコツがセッタイにわかる本	上田秀人 策謀 禁裏付雅帳 4	
内門大丈	家族が認知症になった時の接し方・介護・頼れるサービス	小野寺史宜 まち	
かもしたまこと	本人と支援者が教える！認知症になったあとも「ひとり暮らし・仕事」を続ける方法	今野敏 任侠学園	
長田乾	認知症になりにくい人・なりやすい人の習慣 認知症の発症リスクがわかる	志駕晃 スマホを落としただけなのに	
樋口直美	レビー小体型認知症とは何か 患者と医師が語りつくしてわかったこと	志駕晃 スマホを落としただけなのに2	
山川淳司	認知症の人に寄りそう・伝わる言葉かけ&接し方	志駕晃 スマホを落としただけなのに3	
		司馬遼太郎 坂の上の雲五	
		司馬遼太郎 坂の上の雲六	
		司馬遼太郎 坂の上の雲七	
		司馬遼太郎 坂の上の雲八	
		高田郁 あきない世傳金と銀 源流篇	
		高田郁 あきない世傳金と銀 早瀬篇	
		高田郁 あきない世傳金と銀 奔流篇	
		畠山健二 新本所おけら長屋 1	
		早見和真 笑うマトリョーシカ	