

2025年11月号

休館日 11/17 (月)

初音が丘地区センターだより

お問合せ・お申込 〒240-0031 保土ケ谷区藤塚町15-1 電話352-3992

ブルガリア料理教室

ブルガリア共和国出身、日本在住13年で通訳・タレントとしてもご活躍のアントニオ・アンゲロフさんにご指南いただきます。皆で作った料理と楽しいお話でブルガリアに思いを馳せるひとときです。
～保土ケ谷区とブルガリア共和国ソフィア市はパートナー都市協定を締結しています～

開催日 : 12/12 (金)
時 間 : 10時～13時
対 象 : 成人 先着16人
参加費 : 1,000円
メニュー : ショブスサラダ
パナギュルス地方の卵料理(ブルガリア風目玉焼き)
カヴァルマ(豚肉の煮込み)
持ち物 : エプロン・三角巾・ふきん(2枚)
受 付 : 11/15 (土) 9時30分から窓口申込
電話は翌日から仮予約で受付

さわやかスポーツ大会

参加無料

誰でも気軽にできるニュースポーツを体験しましょう！
ニュースポーツとは・・・
年齢や体力に関わらず、誰でも気軽に楽しめるスポーツとして、新しく考案されました。パラリンピックの正式種目になっているものもあります。

開催日 : 11/13 (木)
時 間 : 14時～16時30分
対 象 : 小学生以上どなたでも
種 目 : ナインボール・ポッチャ・輪投げ
ドッチビー・カローリング
トスペースマシンによるバッティング体験
参加費 : 無料
持ち物 : 動きやすい服装、室内シューズ
受 付 : 当日直接会場へ(16時まで)

おひとりでも
参加できます

包丁・はさみ研ぎ教室

正月前にお家の刃物をリフレッシュさせましょう！
ご持参の刃物で研ぎのテクニックをお教えます。
興味がある方！一度体験したい方！お気軽にご参加下さい。お家の刃物が鋭い切れ味に！

開催日 : 12/13 (土)
時 間 : 10時～12時
定 員 : 成人 先着14人
参加費 : 800円
持ち物 : 研ぐ刃物・タオル・エプロン
もしあればお家の研ぎ石
受 付 : 11/15 (土) 9時30分から窓口申込
電話は翌日から仮予約で受付



心を癒すアロマ&ハーブ

第2期

忙しい毎日の中でリラックスできる癒しの時間です。
講師はおなじみの加藤先生です。
アロマセラピーとハーブの利用方法を学びましょう。
第1回1/26 (月) 九星気学でアロマのお守り作り
第2回2/9 (月) アロマワックスバー作り
第3回3/9 (月) 旬の食材でハーブ料理

開催日 : 1/26・2/9・3/9
(全て月曜日) の全3回
時 間 : 9時30分～11時30分
※3/9は軽食の為、9時30分～13時頃の予定
定 員 : 成人 先着23人
参加費 : 2,700円 (全3回)

受 付 : 12/17 (水) 9時30分から窓口申込
電話は翌日から仮予約で受付



初音が丘サロンコンサート

ヴァイオリン・フルート・ピアノによる
♪クリスマスコンサート♪

日 時 : 12/4 (木) 開演14時 定 員 : 先着50人
出 演 : 赤池美礼 ヴァイオリン 参加費 : 500円
五百川伸子 フルート
小津智子 ピアノ
曲 目 : 白鳥 (サン＝サーンス)
音楽の捧げもの (バッハ)
クリスマスソング 他

受 付 : 11/10 (月) 9時30分から窓口申込
電話は翌日から仮予約で受付

健康づくり講座 <申込受付中>

11/20 (木)
テーマ : 運動は毎日の積み重ねが大事！！
講師 : 横山医院 理学療法士 森敦子先生
12/18 (木)
テーマ : 食事で健康！
講師 : 訪問薬樹薬局 管理栄養士 有田萌恵先生
1/15 (木)
テーマ : 健康はお口から！！
講師 : 歯科衛生士 松田喜久美先生
2/19 (木)
テーマ : 音楽で脳トレ！！
講師 : 音楽療法士 河村益代先生
※時間はいずれも10時～11時30分





11月のカレンダー

初音が丘地区センター

*開館時間:9~21時(日・祝:17時まで)

*表中○印当日先着順、●印事前申込講座

*表中記載時間は**体育室無料開放時間**

日	月	火	水	木	金	土
10/26 17時閉館 体 15~17時	10/27 ○将棋教室 体 12~18時	10/28 ●筋力アップ 体 15~18時	10/29 体 15~18時	10/30 体 15~21時	10/31 ○ほっこひろば 体 15~21時	1 1月分抽選申込 体 12~21時
2	3	4	5	6	7	8
1月分 部屋抽選申込受付 (11/1~11/10)						
17時閉館 体 15~17時	文化の日 17時閉館 体 12~17時	●筋力アップ 体 15~18時	体 15~18時	体 15~21時	○ほっこひろば ○スマイル写真館 体 15~21時	体 12~21時
9 1月分抽選申込受付	10 ●心を癒す アロマ&ハーブ 体 12~18時	11 ●筋力アップ 10日「サロンコンサート」 申込開始 体 15~18時	12 体 15~18時	13 1月分一般予約開始 ○赤ちゃん教室 ○さわやかスポーツ大会 体 15~21時	14 ○ほっこひろば 体 15~21時	15 「包丁研ぎ教室」 「ブルガリア料理教室」 申込開始 体 12~21時
16 17時閉館 体 15~17時	17 休館日	18 ●筋力アップ 体 15~18時	19 体 15~18時	20 ●健康づくり講座 第1回 体 15~21時	21 ○ほっこひろば ○レコード Café 初音 体 15~21時	22 体 12~21時
23/30 勤労感謝の日 17時閉館 体 15~17時	24 ○将棋教室 (※15時~17時) 17時閉館 体 12~17時	25 ●筋力アップ 体 15~18時	26 体 15~18時	27 ●びよびよの 1・2才会 体 15~21時	28 ○ほっこひろば 体 15~21時	29 体 12~21時

新着本案内 (9月~11月)

本の貸出 1人3冊 2週間まで



※図書カードを作る時は、
本人確認書類が必要です。

●一般書

マスカレード・ライフ	東野圭吾	全員犯人、だけと被害者、しかも探偵	下村敦史	不等辺五角形	貫井徳郎
蛭たちの祈り	町田そのこ	他人屋のゆうれい	王谷 晶	共犯の畔	真保裕一
台北アセット	今野 敏	決戦! 賤ヶ岳	天野純希/土橋章宏他	二人一組になってください	木蘭チレン
母親からの小包はなぜこないダサイのか	原田ひ香	日比野豆腐店	小野寺史宜	そんなときは書店にどうぞ	瀬尾まいこ
戦国武将伝 西日本編	今村翔吾	サリエルの命題	楡 周平	パズルと天気	伊坂幸太郎
命の砦	夏川草介	朝からブルマンの男	水見はがね	シェニール織とか質肉のメロンとか	江國香織
さいごの毛布	近藤史恵	寄る年波には平泳ぎ	群ようこ	地獄の底で見たものは	桂 望実
山登り始めました	鈴木ともこ	針と糸	小川 糸	クロコダイル・ティアーズ	栗井脩介

●趣味生活の本

一緒にいると楽しい人、疲れる人	漢方の暮らし365日	ナチュラルおそうじ大全
-----------------	------------	-------------

●児童書

おなかのこびと(えほん)	せっけんパンダ(えほん)	ぎょうれつのできるアイスクリームかきごおりやさん(えほん)
わすれていいから(えほん)	魔法のほね(児童書)	南の国へおもちゃ旅(えほん)
ドジルときょうふのピラミッド(児童書)	つかめ! 理科ガマン	星のカービィ(児童書)
超高層ビルのサバイバル(児童書)	みんなで地球を冒険! 編(児童書)	大人も知らないみのまわりの謎大全(児童書)
帰ってきた星の王子さま(児童書)	ずるいいきもの図鑑(児童書)	SPY×FAMILY16巻(児童書)
	絵本パパラギ(児童書)	

初音が丘地区センター 《指定管理者》 一般社団法人 保土ヶ谷区民利用施設協会

住所 〒240-0031 保土ヶ谷区藤塚町15-1 電話 045-352-3992

開館時間 月曜日~土曜日 9:00~21:00 日曜・祝日 9:00~17:00

休館日 毎月第3月曜日(祝日の場合は翌平日)