

すえよし

地域の人々のふれあいを育む
末吉地区センター



スマイルだより

令和 8 年 1 月号

2026/1/5(月) 開館

あけましておめでとうございます

今年も皆様にとって幸せな一年になりますように～

＊これからの自主事業＊

インド刺繍リボンのポシェットづくり

好きな刺繍リボンを選びポシェットにデザイン

開催日時：2/28(土) 10:00～12:00

参加費：1500 円

対象：成人 10 人

持ち物：裁縫セット・ハサミ

申込日：1月31日(土)10:00～ 申込翌日 9:00

イメージ



真冬の朗読会

音楽と森の物語『セロ弾きのゴーシュ』

開催日時：1/24(土) 10:45～11:45

参加費：無料

対象：どなたでも 24 人

申込日：当日直接



ワンコイン 免疫力アップヨガ

ヨガの動きを始めとする健康ストレッチ体操体験

開催日時：1/7・14・21・28 水曜日

9:30～10:30

参加費：1回 500円

対象：成人 30 人

持ち物：飲み物・汗拭きタオル・
あればヨガマット

申込日：当日直接



自主事業に関する事

各講座の申込初日は 10:00～ 窓口のみで受け付けます。

(一人で複数の申し込みはできません)

10:00 の時点で定員を超えている場合は、抽選となります。

電話での受付は申込日翌日9:00～となります。
ヨガマットをお持ちでない方は貸し出しますので、除菌用の
タオルをお持ちください

すえよしキムチ作り

切って混ぜるだけで本格キムチが完成！

開催日時：2/5(木) 13:30～15:30

参加費：1400 円

対象：成人 12 人

持ち物：エプロン・三角巾・マスク・タオル・
ビニール手袋・持帰り用容器

申込日：1月15日(木)10:00～ 申込翌日 9:00



すえよしみそ作り

美味しい味噌を仕込みましょう

開催日時：2/16(月) 13:30～15:30

参加費：1900 円

対象：成人 16 人

持ち物：エプロン・三角巾・マスク・タオル・
ビニール手袋・持帰り容器(4kg入るもの)

申込日：1月19日(月)10:00～ 申込翌日 9:00



免疫アップヨガ (全 7 回)

ヨガの動きを始めとする健康ストレッチ体操教室

開催日時：2/4・18・25 3/4・11・18・25

(水) 9:30～10:30

参加費：3500円

対象：成人 40 人

持ち物：飲み物・汗拭きタオル・
あればヨガマット

申込日：1月14日(水)10:30～ 申込翌日 9:00



ゆるやか体幹トレーニング

～体幹トレーニングの基本から始めます～

開催日時：2/4・11・18(水) 11:00～12:00

参加費：2100 円 (全 3 回) 女性限定です

対象：成人 9 人 (赤ちゃん連れ大歓迎)

持ち物：飲み物・汗拭きタオル

申込日：1月14日(水)～ 申込翌日 9:00

ワンコイン

夜のやさしいピラティスヨガ

ピラティスで身体を整え、ヨガでリラックスを…

開催日時：1/14・28 2/4・25 水曜日
19:15～20:15

参加費：1回 500円

対象：成人 20人

持ち物：飲み物・汗拭きタオル・
あればヨガマット

申込日：当日直接



サークル案内板

『 スケッチK 』

スケッチ会員募集（初心者歓迎）

講師：橋本 辰四郎 先生

毎月 第1・3 火曜日 13:00～17:00

講師指導は15:00まで

会費：2,000円 / 月

希望者は、見学に来てください！

＊ ＊ 定例事業の紹介 ＊ ＊

土曜オメガ

ゆるストレッチ

対象：成人

令和8年

1月10日・17日・24日・31日

土曜日 9:30～10:30

参加費300円

無料

末吉

スマホ・パソコン相談室

対象：18歳以上

令和8年1月7日 水曜日

2月4日 水曜日

13:30～16:00(要予約)

無料

アソ ViVa in 末吉

対象：18歳以下

令和8年1月10日 土曜日

2月7日 土曜日

13:00～

無料

保育士と遊ぼう

対象：幼児とその保護者

令和8年1月7日 水曜日

2月4日 水曜日

10:30～11:30

＊ ＊ 新着図書のご案内 ＊ ＊

- ◆殺し屋の営業術
- ◆総理にされた男[2]第二次内閣
- ◆行きつ戻りつ死ぬまで思案中
- ◆いまだ悪戦苦闘中
- ◆さよならジャバウォック
- ◆宙色 のハレルヤ
- ◆3行でできるめんどうな
ことナシ！和風のおかず

野宮 有
中山 七里
垣谷 美雨
垣谷 美雨
伊坂 幸太郎
窪 美澄

☆児童書☆

- ◆パンダのたこやきやさん
- ◆ある星の汽車
- ◆リリとネネのおばけパンケーキ
- ◆わんわん村のおはなし
- ◆しゃっくり百万べん
- ◆しらない いぬが ついてきた
- ◆ぱん だいすき

小川 かなこ
森 洋子
田島 かおり
中川 季枝子
矢玉 四郎
小林 与志
征矢 清



＊ ＊ 修理の依頼はいつでもどうぞ ＊ ＊

無料

すえよし本の修理屋さん 毎月第2水曜日

協力：舞 鶴 13:30～(受付締切 15:00)

一家族2冊まで

ボランティア募集！本と一緒に修理してくれる方を募集しています！

無料

おもちゃの病院

毎月第4日曜日

協力：つるみ・おもちゃドクターズ

10:00～12:00

この事業は「鶴見ふれあい善意銀行」の助成をうけて実施しています



月刊誌 NHKテキスト

・すてきにハンドメイド

・今日の料理

毎月入荷!! 翌月から貸し出し



日頃から、顔の見えるつながりを！
自治会町内会に加入しましょう

加入のお問い合わせ先
鶴見区自治連合会事務局
☎045-510-1687
鶴見区役所地域振興課内



自治連 HP

末吉地区センター 1月の休館日(1月26日 月曜日)

〒230-0011 横浜市鶴見区上末吉2-16-16

TEL 045-572-4300 FAX 045-586-1229

※休館日 毎月第4月曜日(第4月曜日が祭日の場合は翌日火曜日)



みんなとつながるまちづくり
NPO法人
鶴見区民地域活動協会

末吉地区センターHP