

# 寺尾フレンド

## 2025年4月号

編集・発行

横浜市寺尾地区センター  
老人福祉センター鶴寿荘  
〒230-0076  
横浜市鶴見区馬場 4-39-1  
Tel 045-584-2581  
fax 045-584-2583

利用時間

平日は9時～21時  
日・祝日は9時～17時  
休館日  
毎月第4月曜日  
(祝日の場合は翌日)

みんなつながるまちづくり  
NPO法人  
鶴見区地域活動協会



休館日 28日

### 寺尾センター(地区センター・鶴寿荘) 講座・イベントのお知らせ

※申込開始日の10時に募集人数を超えた場合は抽選となり、翌日の電話申込はありません。

講座名	実施日・時間	参加費	申込日・対象
ボディメイクピラティス 春(中級)	4/25~9/12 第2・4金曜日 全10回 11:30~12:30	3000円	対象: 成人 30名 申込開始: 来館 4/11(金)10時 ☎翌日 10時
楽しい中国語 春	4/26~9/13 第2・4土曜日 全10回 11:15~12:45	2000円	対象: 成人 20名 申込開始: 来館 4/12(土)10時 ☎翌日 10時
スマイルエアロ &ストレッチ 春	5/12~7/14 月曜日 全8回 9:30~10:30	2400円	対象: 成人 60名 申込開始: 来館 4/14(月)10時 ☎翌日 10時
ピラティス入門 春	5/20~10/7 第1・3火曜日 全10回 9:30~10:30	3000円	対象: 成人 30名 申込開始: 来館 4/15(火)10時 ☎翌日 10時
映画で元気!青春回帰・ 寺尾の休日	4月15日 火曜日 13:00~15:30	300円 (入会金 2000円)	対象: 60歳以上 30名 申込: 当日会場へ *「王様と私」を鑑賞
えいごでわくわく ストーリータイム	4月15日 火曜日 11:00~11:30	無料	対象: 未就学児と保護者 申込: 直接会場へ
リフレッシュヨガ 春 ① ② ③	5/7~7/9 毎水曜日 各全10回 ① 9:10~10:10 ② 10:25~11:25 ③ 11:40~12:40	各 3000円	対象: 成人 各30名 申込開始: 来館 4/16(水)10時 ☎翌日 10時
リズムステップ エクササイズ 春	5/9~7/18 金曜日 全10回 9:15~10:15	3000円	対象: 成人 60名 申込開始: 来館 4/18(金)10時 ☎翌日 10時
ストレッチ& ジャズダンス 春	5/17~9/20 第1・3・5土曜日 全10回 11:15~12:45	3000円	対象: 成人 30名 申込開始: 来館 4/19(土)10時 ☎翌日 10時
写経で脳トレ	5/13~7/8 第2・4火曜日 全5回 9:30~11:00	500円	対象: 60歳以上 24名 申込開始: 来館 4/22(火)10時 ☎翌日 10時
はじめての太極拳 春	5/7~10/1 第1・3水曜日 全10回 9:30~10:30	1000円	対象: 60歳以上 50名 申込開始: 来館 4/23(水)10時 ☎翌日 10時
絵手紙で四季を描こう	5/8~R8 3/12 第2木曜日 全10回 13:00~15:30	1300円	対象: 60歳以上 25名 申込開始: 来館 4/24(木)10時 ☎翌日 10時
姿勢改善体操 春	5/9・16・23 金曜日 全3回 10:30~12:00	300円	対象: 60歳以上 40名 申込開始: 来館 4/25(金)10時 ☎翌日 10時
楽しいデッサン 春	5/21~10/1 第1・3水曜日 全10回 10:00~12:00	1000円	対象: 60歳以上 15名 申込開始: 来館 4/30(水)10時 ☎翌日 10時

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  
鶴見区自治連合会



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



講座のお問い合わせは、寺尾センター  
(☎045-584-2581)へ。

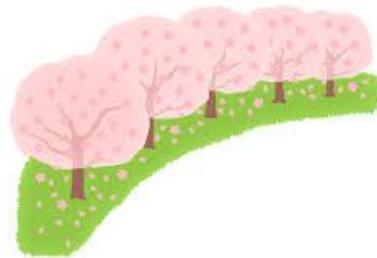
\*講座は中止になる場合があります。

サロンやまのて 	4月11日 金曜日 10:00~11:30	100円	対象：60歳以上 35名 申込：直接会場へ 10時半頃からウクレレの演奏会あり
笑顔届ける おはなしやさん	4月24日 木曜日 10:30~11:30	無料	対象：未就学児と保護者 申込：直接会場へ
よみきかせ・ブラック シアター・わらべうた	5月5日 月曜日 11:00~11:30	無料	対象：未就学児と保護者 申込：直接会場へ
おもちゃ病院	4月19日 土曜日 10:00~13:00	無料	対象：小学生以下の使うおもちゃ（1人1点） 申込開始：4/11(金) 来館・☆:10:00~
子どもと若者の広場 アソ Viva!!	4月19日 土曜日 13:00~18:00	無料	対象：18歳以下 申込：直接会場へ 
Café ふらっと (子供から高齢者までの 居場所作り)	4月24日 木曜日 10:00~13:00	150円	対象：どなたでも 申込：直接会場へ 
ひざひざワツくん体操	第1・2・4・5 火曜日 14:00~15:30	無料	対象：60歳以上 60名 申込：直接会場へ 
子育て相談	毎週水曜日 ①10:00~10:50 ②11:00~11:50	無料	対象：未就学児と保護者 申込：直接、プレイルームへ 

## 寺尾図書コーナー 新刊本

- |                 |       |
|-----------------|-------|
| 1. サーペントの凱旋     | 知念実希人 |
| 2. 対馬の海に沈む      | 窪田新之助 |
| 3. 任侠梵鐘         | 今野 敏  |
| 4. 楽園の楽園        | 伊坂幸太郎 |
| 5. PRIZE        | 村山由佳  |
| 6. そんなときは書店にどうぞ | 瀬尾まいこ |
| 7. 宙わたる教室       | 伊予原 新 |
| 8. ゲーテはすべてを言った  | 鈴木結生  |
| 9. アガラ          | 榎本憲男  |
| 10. 潮音（第1巻）     | 宮本 輝  |
| 11. 張良          | 宮城谷昌光 |
| 12. 謎の香りはパン屋から  | 土屋うさぎ |

図書受付時間  
(平日)9:00~20:30  
(日・祝日)9:00~16:30



### 児童書

- |                     |       |
|---------------------|-------|
| 15. トドにおとどけ         | 大塚健太  |
| 16. おやつどろぼう         | 阿部 結  |
| 17. ふゆのおばけすかん       | 斉藤 洋  |
| 18. ノラネコぐんだん おすしやさん | 工藤ノリコ |

