

2026

1

はっぴー

まーけっと

# Happy Market

## 子育てサロンバームクーヘン かるかも☆ひなまつり

令和8年2月12日(木)※要予約

【時間】10:00～11:30

【会場】常盤台コミュニティハウス

【参加費】無料

【対象】未就園児の親子(兄弟児もOK)

【申込み】先着15組 要予約 2/5(木)締切

【連絡先】045-348-8277

【内容】ひなまつり工作、手遊び、歌遊び、  
体操、リミックス、等々…

親子で遊びに来てね!!  
たくさんのお友達と  
楽しい時間を  
過ごしましょう!!  
お楽しみに!!

【お願い】自主事業の様子を写真に撮らせて頂きます。これらの写真はホームページ等の報告に使わせていただくものです。  
令和7年度 横浜市常盤台コミュニティハウス バームクーヘン かるかもキッズ 共催事業



## チェア リズム 体操

令和8年1月19日(月)/2月16日(月)/3月16日(月)

13:00～14:30(90分)

毎月第3月曜日開催予定です。

椅子に座って 体幹トレーニング、エアロビクスなどを  
音楽に合わせて楽しくからだを動かします。

講師：野崎 直子先生

参加費：500円

定員：20名

持ち物：飲み物・上履き・手ぬぐい

野崎先生は健康運動指導士の資格を持つ  
エアロビクスインストラクターです。

長く元気に歩ける様に特に

股関節周りを鍛えましょう!!



月

### ●園芸ボランティア

1月19日

10:00～12:00

### ●チェアリズム体操

1月19日

参加費：500円

13:00～14:30

水

### ●スポーツ吹き矢

1月14日・28日

参加費：200円

13:00～14:30

### ●こども体操教室

1月21日

参加費：100円

15:30～16:30

金

### ●ときわCafé

1月23日

10:00～13:00

火

### ●硬筆教室

1月13日・20日

参加費：100円

15:30～16:30

### ●歌声サロン

1月20日

参加費：200円

13:00～14:00

木

### ●体幹トレーニング・ユニカール

13:00～13:45

14:00～15:00

1月15日

参加費：各500円 両方参加:800円

### ●ウォーキング

1月22日

参加費：300円

10:00～12:00

参加費：100円 コーヒー・紅茶 おかわり自由

お茶菓子付き100円

パンの販売もあります。

## 横浜市常盤台コミュニティハウス

〒240-0067横浜市保土ケ谷区常盤台53-2 (横国大西門前) ☎045-348-8277 Fax045-348-8288

(e-mail)tokiwadai-ch@roukyou.gr.jp (HP)http://tokiwadai-ch.roukyou.gr.jp

開館時間

月～土 9:00～21:00

日・祝 9:00～17:00





Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
				1 休館日	2 休館日	3 休館日
4 次月予約開始	5	6 ほどっこひろば	7	8 バームクーヘン 親子初釜	9	10
釜台囲碁愛好会		ひまわり	少林寺空手道		ときわコーラス	
11	12 成人の日	13 ほどっこひろば 硬筆教室	14 スポーツ吹き矢	15 体幹トレーニング ユニカール	16 赤ちゃん教室	17
ときわGOクラブ		ゆらぎ体操 Let's Sing!	ビューティー3 B リノリノフラサークル	なるこ会	ステップ会	
18	19 園芸ボランティア チェアリズム体操	20 ほどっこひろば 歌声サロン 硬筆教室	21 こども体操教室	22 ウォーキング	23 ときわCafe	24
釜台囲碁愛好会			少林寺空手道		あそびの会 ときわコーラス	雅の会
25	26 休館日	27 ほどっこひろば	28 スポーツ吹き矢	29	30	31
ときわGOクラブ		ゆらぎ体操 Let's Sing!	ビューティー3 B リノリノフラサークル			
2/1次月予約開始	2	3 ほどっこひろば	4	5	6	7 利用者会議
釜台囲碁愛好会		ひまわり	少林寺空手道	なるこ会	ステップ会	

### ワイワイ文化まつりにコミハが参加しました

11月24日(月)振替休日にワイワイ文化祭りにコミハが野菜・花・工作を出店しました。穏やかに晴れて暖かく、多くのお客様で賑わいました。



### クリスマスツリー作り

11月29日(土)にクリスマスツリー作りの講座がありました。今年は、生木を使い装飾も華やかで参加の皆さんは、それぞれ楽しんで作っていました。

