

2024年  
6月

指定管理者 公益財団法人 横浜 YMCA

住所：〒245-0061 横浜市戸塚区汲沢 2-23-1  
電話：045-866-0100 FAX：045-866-0101



休館日のご案内  
6月10日(月)  
7月8日(月)



## 小学生!! 夏のデイキャンプ A・B



日程：Aコース 7月29日(月)  
Bコース 7月31日(水)

時間：9:30 ~ 15:00

定員：各コース12名(小学生・抽選)

参加費：2,000円

持ち物：飲み物、エプロンなど

※詳細は当選者にメールにてご案内します

友達同士やきょうだいでの参加希望は  
考慮できませんのでご注意ください

午前中は昼食のピザを手作りします!  
午後はレジンキーホルダー工作!  
楽しい1日を過ごしますよ♪



### 応募方法

6/11(火)9:30~

6/25(火)9:30 までに

ホームページにて受付

抽選の当落結果は

6/27(木)以降メールにて連絡



## プレイルームのお知らせ

### ♪遊び場しゃべり場ほっとたいむ♪

毎週木曜★10:00~12:00

子育て支援者(区より委嘱)による親子ふれあいの場  
おもちゃで遊んだり、ママ同士でお話したり、親子で楽しい  
時間を過ごしましょう! 支援者に子育ての相談もできます

### ♪子育てママのストレッチ♪

7月10日、24日(水)★9:15~9:30

無理のない動きで行うので、運動が苦手な方もどうぞ!  
動きやすい服装でお越しください♪

プレイルーム開催なのでもちろんお子さま連れOKです

※開催中一般利用はできません

NEW

### ♪保育士による身長体重測定会♪

7月より毎月第4火曜日開催★10:30~11:30

※詳細は裏面をご覧ください



1~3才のお子さまが参加できるイベントも  
毎月開催しています! 詳細は裏面に!



## 図書コーナーのご案内

### 新着本のお知らせ

5月の新着本

- 人間標本  
(湊 かなえ)
- ノラネコぐんだん  
ペコペコキャンプ  
(工藤 ノリコ)

など

6月の新着本

- スピノザの診察室  
(夏川 草介)
- パンどろぼう  
おにぎりぼうやのたびだち  
(柴田 ケイコ)

など

踊場地区センターでは毎月1日~10日の間に  
新着本を出しています。

\*新着本は1つのカードにつき1冊まで貸出

\*新着本の延長はできません

\*多くの方に読んでいただけるように、当月と次月の2ヶ月分を新着本としています。

### 利用者会議開催のお知らせ

7月6日(土)10:00~11:30  
踊場地区センター2階会議室にて

利用者会議を行います。  
館内のLED化工事に関する説明等、  
大切なお話がありますので、  
ぜひご出席ください。

# 7月の講座&イベント情報

7月の講座受付  
6月11日(火) 10:00~

◆先着順受付 ◆受付初日は電話予約のみ、ご本人・ご家族分のみ受付

①日にち ②時間 ③定員・対象 ④参加費 ⑤持ち物 ⑥講師 ⑦備考

## 夏のデイキャンプA・Bは表面です

### キッズクラブ~作って遊ぼう!魚釣り~

魚釣りのおもちゃを自分で作ります!  
作った後は、みんなで実際に遊んでみよう!  
※キッズクラブはお子さまのみで参加する講座です。  
① 7月20日(土) ② 10:00~11:30  
③ 15人(5歳~小学生) ④ 400円  
⑤ 持ち帰り用袋、飲み物、はさみ、スティックのり



### おもしろ科学体験塾

~ジェットコースターを工作しよう~

ループ状のコースを自分で作り、スチールボールを転がしてジェットコースターの動きの秘密にせまろう。

- ① 7月14日(日) ② 13:30~16:30
- ③ 24人(小学4年生~中学2年生)
- ④ 1,000円
- ⑤ 飲み物、#1ドライバー、磁石、セロテープ、ピンセット(お持ちの方)
- ⑥ おもしろ科学たんけん工房



### 保育士による身長体重測定会 NEW

月に一度、お子さまの身長や体重を測りませんか?  
YMCAの現役保育士が測定のお手伝いをします。  
予約は不要ですので、お子さまや保護者の方の体調に合わせてお気軽にご参加いただけます♪

- ① 7月23日(火)
- ② 10:30~11:30 ③ 未就学児
- ④ 無料 ⑤ フェイスタオル
- ⑦ プレイルームで開催します



### 歌のひろば

美しく心地よい講師の伴奏で心を合わせて歌います。  
参加者の皆さんで楽しいひと時を過ごしましょう!

- ① 7月22日(月) ② 10:00~11:30
- ③ 35人(成人) ④ 300円



### 無料!健康測定会~血管年齢・脳年齢~

踊場地区センターの1階ロビーにて、血管年齢測定と脳年齢測定を無料でを行います。

それぞれの測定の結果から、ご自身の体の状態を把握しましょう!

※測定はすぐにできますが、当日の参加人数によってはお待たせしてしまう場合がございます。

- ① 7月9日(火)
- ② 9:30~11:30
- ③ どなたでも(成人) ④ 無料
- ⑥ 明治安田生命
- ⑦ 測定内容が急遽変更となる場合もあります



### シニアエクササイズ NEW

元気いっばいなインストラクター指導のもと、楽しみながらストレッチや筋力トレーニングを行います。  
YMCA所属のインストラクター2名が、参加者の皆さまのサポートをします。

月に一度、脳と体に良い運動を始めてみませんか?  
※7月は会議室開催ですが、8月から体育室開催です

- ① 7月12日(金)
- ② 10:30~11:30
- ③ 20人(成人) ④ 400円
- ⑤ 飲み物、動きやすい服装と靴
- ⑥ 木寺さん、奥山さん



私たちが指導します

### ZUMBAでシェイプアップ(全4回)

ラテンの軽快な音に合わせて、有酸素運動と筋トレができる運動プログラムです。リズム感がなくてもOK  
女性も男性も一緒に楽しみましょう♪

- ① 7/10、7/24、8/14、8/28(水)
- ② 10:00~11:00
- ③ 15人(成人)
- ④ 2,000円(4回分/初回全納)
- ⑤ 動き慣れている靴・服装、汗拭きタオル、飲み物
- ⑥ 渡邊 さやか さん



★親子ひろば★	日にち	時間	対象	定員	参加費	持ち物
親子でイングリッシュ	7/3(水)	10:00~11:00	1~3歳児親子 お子さん1人につき、 保護者の方が1人付き 添ってください。	25組	300円	飲み物
親子でのびのび体育あそび	7/26(金)			40組		飲み物、室内履き
親子でリトミック	7/9(火)			25組		飲み物
★乳幼児親子対象イベント★	日にち	時間	持ち物	予約	参加費	
遊び場しゃべり場ほっとタイム	毎週木曜(祝日は休み)	10:00~12:00	なし	予約不要 プレイルーム 開催	無料	
子育てママのストレッチ♪	7/10、7/24(水)	9:15~9:30				
保育士による身長体重測定会	7/23(火)	10:30~11:30				フェイスタオル