

2025年  
3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  
3月10日(月)  
4月14日(月)

第21回

## 踊場地区センターまつり報告

猫のマスコット  
キャラクター  
名前決定!

おどにゃん  
です!

これからも  
よろしくね!

2月2日(日)に踊場地区センターまつりを開催しました。冷たい雨が降る中での開催となりましたが、約1,100名もの来場者がありました。また、地域から200名を超えるボランティアの方々に参加していただきました。皆様、ご協力ありがとうございました。

おまつりで猫の名前投票を実施しました! 総勢417名の投票があり、一番票の多かった「おどにゃん」に決定しました!



## まつり宝山すずめ踊り

仙台まつり宝山による「すずめ踊り」を披露していただきます。東日本大震災から14年が経ちました。私たちは忘れない、風化させない、私たちに出来る支援を続けていきます。圧巻の演舞をぜひ見ていただき、皆様の温かいお気持ちをお寄せください。



お電話または  
来館にて  
申込受付中

日時: 3月16日(日)  
10:15~11:15 9:45受付開始  
会場: 踊場地区センター 体育室  
※室内履きをご持参ください  
費用: 無料(当日募金をお願いします)

## 水中ウォーク & ストレッチ(全2回)



定員: 10名(成人)

参加費: 2,000円  
(2回分/初回全納)

持ち物: 水着、水泳帽(レンタル有)、バスタオル、飲み物、濡れたものを入れるビニール袋  
※水着は着用してきても構いません。ノーメイク、アクセサリーは外してご参加ください。

4/11(金) 5/9(金)

13:20 踊場地区センター集合  
15:25頃 解散予定  
※レッスン時間は45分間です

踊場地区センター集合解散で、送迎バスが来ます! YMCA 山手台センターのプールで水中エクササイズを体験しませんか? インストラクター指導のもと、日常生活で感じることのできない浮力・水圧・抵抗を体感しながら水の中で気持ちよく体を動かしましょう。※YMCA 山手台センター直接集合解散も可能です

申込受付: 3/11(火) 10時~  
受付初日は電話予約のみ、ご本人・ご家族のみ受付



## 図書コーナーのおしらせ

2月の新着本  
●恋とか愛とかやさしさなら(一穂ミチ)  
●ちいかわをさがせ!!(ナガノ) など

3月の新着本  
●生殖記(朝井リョウ)  
●パンどろぼうとりんごかめん(柴田ケイコ) など

3月~5月は春のおすすめ絵本コーナーを設置します。ぜひごらんください!

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。

## 整うピラティス & リズム筋トレ(全5回)

前半はマットを使いピラティスの動きで体を整え、後半は音楽に合わせて筋力アップのトレーニングを行います。ピラティスのみ、筋トレのみの受講もできます。

申込受付:  
3/11(火) 10時~  
受付初日は電話予約のみ、ご本人・ご家族のみ受付



4/23, 5/14, 5/28,  
6/11, 6/25 (全て水曜日)

10:00~10:50 整うピラティス  
11:00~11:30 リズム筋トレ

定員: 15名(成人)

参加費:  
2つとも受講の場合3,120円  
ピラティスのみ 2,250円  
筋トレのみ 1,500円

持ち物: 飲み物、汗拭きタオル、履きなれている運動靴、動きやすい服装



## 体育室個人利用休止のおしらせ

3月8日(土) 15:00~18:00

上記日程は、地域団体の優先利用のためご利用できませんのでご注意ください

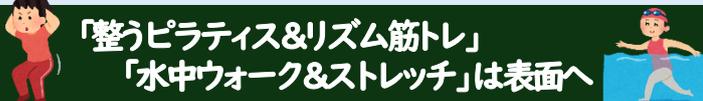


# 4月 講座&イベント情報

〈 4月の講座受付 〉  
3月11日(火)10:00～  
電話 045-866-0100

◆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

「整うピラティス&リズム筋トレ」  
「水中ウォーク&ストレッチ」は表面へ



## 4/9 5/7 6/4 はじめての英会話 全6回

7/2 8/6 9/3 水 時間 10:45～11:45  
定員・対象 10人(成人)

簡単な単語や文法で外国人講師と楽しく  
英会話を学んでいきます。

\*参加費\* 4,500円(6回分初回全納)

\*持ち物\* 筆記用具 \*講師\* ローリー先生



## 4/6 日 春の交通安全週間 光る 自転車キーホルダー作り

時間 10:00～11:30 定員 10人

対象 新小学2年生～新小学6年生



光に反射する自転車用キーホルダー(鈴つき)  
を作ろう♪ デザインは踊場地区センター  
オリジナルキャラクター**おどにゃん**です。

\*参加費\* 250円

\*持ち物\* 手拭きタオル、飲み物



## 4/26 土 北欧風かごバッグ作り

時間 9:30～12:30 定員・対象 8人(成人)

木目調のバンドを使っておしゃれなトートバッグを作りませんか？  
北欧編みという技法を使って編みます。初心者でも  
大丈夫です。 **かごサイズ** 23cm×9cm×21cm

\*参加費\* 3,000円

\*持ち物\* せんたくばさみ10個

はさみ、ペンチ、定規 30センチ、持帰り袋



## 4/19 土 キッズクラブ ～チョコレート入りカップケーキ～

時間 9:30～11:30 定員・対象 8人(5歳～小学生)

4月のキッズクラブはクッキング！チョコを  
入れて、甘くて美味しいカップケーキを作ります。

\*参加費\* 900円

\*持ち物\* エプロン、三角巾、マスク、飲み物、  
室内履き、手拭き

\*備考\*

当日体調の優れない方は参加をご遠慮下さい。講座中に  
不調があった際は見学してもらう場合もございます。



## 4/18 金 シニアエクササイズ

時間 10:30～11:30 定員・対象 40人(成人)

筋力トレーニングやストレッチを楽しく  
行い、いくつになっても健康な体づく  
りをしましょう！YMCA 所属のイン  
ストラクターが、わかりやすく丁寧に  
指導します。

\*参加費\* 400円

\*持ち物\* 室内履き、動きやすい服装、飲み物



## 4/28 月 歌のひろば

時間 10:00～11:30 定員・対象 40人(成人)

美しく心地よい講師の伴奏で心を合わせて歌いましょう♪  
歌には人を元気にする力があります。皆さんと一緒にお腹  
から声を出して楽しい時間を過ごしましょう！

\*参加費\* 300円

## 4/17 木 踊場サロン ～からだすっきりエクササイズ～

時間 9:40～10:00 当日受付 予約不要

テニスボールなどを使いながらこり固まったからだをほぐします。

\*参加費\* 50円

### 親子ひろば

★対象: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。

★参加費:300円

#### 講座名

★親子でリトミック★

#### 日付

4/1(火)

#### 時間

10:00～11:00

#### 定員

25組

#### 持ち物

飲み物

★親子でイングリッシュ★

4/9(水)

9:30～10:30

25組

飲み物

★親子でのびのび体育あそび★

4/25(金)

10:00～11:00

40組

飲み物、室内履き

### 乳幼児親子対象イベント

★参加費:無料 ★予約:不要  
プレイルーム開催

#### 講座名

★わくわく絵本ひろば★

#### 日付

4/18(金)

#### 時間

10:00～10:20

#### 持ち物

なし

★保育士による身長体重測定会★

4/22(火)

10:30～11:30

フェイスタオル

★遊び場しゃべり場ほっとタイム★

毎週木曜

10:00～12:00

なし

(祝日は  
休み)