



白山地区センターだより 9月号



令和8年9月1日

初夏の講座で皆さまと植えた中庭のゴーヤは、試行錯誤を繰り返し今年ようやく大きな葉をたくさん茂らせることができました。グリーンカーテンからは涼しげな緑の陽光も降りそそぎ、約600個のゴーヤを収穫できそうです。見ても食べてもおいしい、白山地区センターの夏の風物詩としてお楽しみいただけたらと思います。

◆令和8年度 白山地区センターまつり開催のご案内◆

白山地区センターまつりは当センターで活動されている団体の皆様の活動発表の場として、また地域の皆様の交流の場として開催しています。舞台発表、作品展示、模擬店など、どなたでも楽しめるおまつりです。どうぞ皆さまお誘いあわせの上、お出かけください。

日時：10月25日（日）午前10時～午後2時

参加予定団体（順不同）※正式なプログラムは10月半ばに館内配布、HPに掲載します。

【舞台発表】

鴨居囃子（オープニング：お囃子）、李花会（太極拳）、ルミエールRG（新体操）、二胡を奏でよう（二胡演奏）、白山ハーモニカクラブ（ハーモニカ演奏）、プルメリア（フラダンス）、沖縄舞踊 南南西の風（琉球舞踊・カチャーシー）、大正琴合同グループ（大正琴演奏）、Hula Lei Makamae（フラダンス・キッズフラ）

【展示発表】

草和会（華道）、布絵の会（布絵）、手織りの会（手織り）、手編クラブ花水木（手編み）、溪水書道倶楽部（書道）、ハワイアンキルト Holo i mua（ハワイアンキルト）、ミリア日本語教室（日本語教室活動報告）、ボタニカルアート（細密画）、緑藤美会（藤工芸）、翠邦書道会（書道）

【協力団体】

横浜新緑総合病院（ベジチェック・AED体験）、えほんのブーケ白山（絵本の読み聞かせ）、横浜市資源循環局緑事務所（資源リサイクルについての展示・ゴミ分別相談・小型充電式電池の回収 ※当日お持ちいただいた小型充電式電池を回収します）

【販売】

鴨居駅周辺まちづくり研究会（クッキー）、ファーム八緑（地場野菜販売）
白山地区センター模擬店（ポップコーン・わたがし・炊き込みご飯・フランクフルト・飲み物
スーパーボール）

★「センターまつりスタンプラリー」も開催予定です！

★ センターまつりの内容は変更になることがあります。



9月の新着本 「永遠の記憶」東野圭吾（文藝春秋）／「王国」湊かなえ（マガジンハウス）

「けんぐわい」朝倉かすみ（光文社）／「駐車場のねこ」嶋津輝（文春文庫）

「まいまいつぶろ」村木嵐（幻冬舎文庫）／「本日は、お日柄もよく」原田マハ（徳間文庫）





白山地区センター 9月受付 講座のご案内



講座名	実施日	時間	対象・定員	費用
男性のための筋トレ体操 (全 10 回)	10/9~12/11 (金)	13:00~14:30	一般男性 40 人	5,000 円 (全 10 回分)
正しいトレーニング方法を学び継続することで、いつまでも健康に。ウォーキングやストレッチ、音楽に合わせての体操など多様なメニューで楽しく筋トレしてみませんか？ 講師:上田宗孝				9/11~先着 電話又はセンター 窓口にて受付
和菓子作家に教わる 秋の練り切り「柿と菊」	10/14 (水)	10:00~12:30	一般 12 人	1,600 円
「柿と移菊(うつろい菊)」をモチーフに練り切りを作り、2 種類を 2 個ずつ持ち帰ります。和菓子作家として活躍されている講師から楽しく教わります♪ 講師:奥井正子				9/11~先着 電話又はセンター 窓口にて受付
日本の古代史(全 5 回) 古代文化とその伝道者	10/2・16・30 11/13・20 (金)	9:45~11:45	一般 18 人	3,500 円 (全 5 回分)
現代に生きる日本の文化とその原点になる古代文化のつながりを学びます。毎回ご自宅で振り返りができる「読本」が付きます！ 講師:井上正和				9/11~先着 電話又はセンター 窓口にて受付
声楽家による健康のための ボイストレーニング(全 2 回)	9/30 10/7 (水)	10:00~11:30	60 歳以上 20 人	2,000 円 (全 2 回分)
現役の声楽家にご指導いただき、日々、健康で明るく楽しく過ごせるように正しい発声方法を教わります。口の開け方、声帯や筋肉の話など専門的な事も教わり、唱歌・童謡などをピアノの伴奏に合わせ数曲皆で楽しく歌います♪ 講師:木村愛子				9/11~先着 電話又はセンター 窓口にて受付
はじめての包丁研ぎ体験講座	10/5 (月)	10:00~12:00	一般 6 人	1,000 円
砥石をつかった包丁研ぎにトライしてみませんか？講師からメンテナンス方法などの基本を教わり講座後半ではご自宅から持参していただいた包丁を研いで持ち帰ります！ 講師:野呂奔				9/11~先着 電話又はセンター 窓口にて受付
楽しく覚える！ 大人のための百人一首入門	9/19 (土)	10:00~12:00	一般 16 人	300 円
百人一首をおぼえるコツなどを教わり、脳トレ感覚で楽しく競技かるたの“はじめての一步”にチャレンジ！この機会に美しい日本の伝統文化に親しんでみませんか？ 講師:ひさかた会より講師 2 名				受付中 電話又はセンター 窓口にて受付
土曜の朝太極拳	9/5・12・26 (土)	9:15~10:15	一般 30 人	1 回 300 円
土曜の朝、太極拳でさわやかなひと時をすごしてみませんか？1 回ずつ参加できますので、はじめての方も気軽にご参加ください！ 講師:太極拳団体より指導者 3 名				当日先着 9:00~受付
体幹トレーニング	午前の部 9/8・29 (火)	中級 9:10~10:25 初級 10:35~11:50	一般女性 各 14 人	1 回 500 円
	午後の部 9/1 (火)	中級 12:15~13:30 初級 13:35~14:50	一般女性 各 12 人	当日先着 午前中級 9:00~受付 午前初級 10:05~受付 午後 中級 11:45~受付 午後初級 13:05~受付
無理のないトレーニングで体幹を鍛え、健康維持につなげましょう！第 1 週は午後、第 2・5 週目は午前に実施します。1 回ずつ参加できますので、初めての方も気軽にご参加ください！ 講師:皆川尚子				
午後の初級エアロビ & リフレッシュ	9/4・11・18 25 (金)	15:15~16:30	一般 17 人	1 回 500 円
音楽に合わせて楽しくエアロビ！動きやすい服装で、ご自身のペースに合わせて気軽にご参加下さい♪後半はクールダウンのストレッチで身体をほぐします。講師:安彦まゆ美				当日先着 14:45~受付
プレイルームでおはなし会	9/2・16 (水)	12:00~12:20	幼児と保護者 10 組	無料
白山地区センターの図書ボランティア「えほんのブーケ・白山」による読み聞かせです。親子でゆったり楽しめる時間に、ぜひ遊びにいらしてください♪				当日先着