

西鎌みんなの家ニュース 2022.10月号

鎌倉市津西1-16-36・☎ 0467-32-8637・https://24minna.org



ハロウィンの待ち合わせ @ 西鎌みんなの家

このあとどうする!? ねえ、おばけさん



【日時】10月30日(日)
 【時間】13時~17時
 【場所】西鎌みんなの家
 【内容】簡単なゲーム(3種類)をしてお菓子をゲット!

飲食可能スペースあり!!
 写メスポットあり!!!
 パンの販売もします!

【参加費】小学生以上200円、小学生未満100円
 状況により、人数制限をすることがあります。

公式ライン登録をおすすめします
 (詳細、当日 SNS 配信こちらからチェック)
 スタッフ募集中
 みんなの家までご連絡ください。

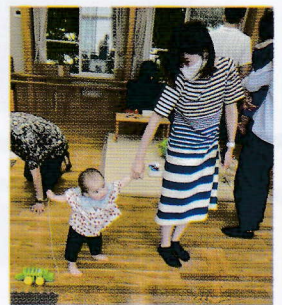


西鎌みんなの家 公式 LINE

おもちゃの広場紹介

「おもちゃコンサルタント」が東京おもちゃ美術館に認められたかわいいおもちゃたちを提供します。子どもやご家族で触れてたくさん遊んでね。

10/22(土)、23(日)10時から(お申し込み開始は10/11(火)午前10時より)。予約や詳細QRコードからご確認いただけます。



おもちゃの広場ブログ



10月

日	月	火 (自由利用日)	水 (自由利用日)	木	金 (自由利用日)	土
						1 P 予: 親子コンサート
2 P 予: 演劇ワーク P: みんなの家月例会	3 P 予: KeiPilates W 予: キッズヨガ	4 P 予: ベビーマッサージ	5 W 予: そろばん教室 P 予: バレアート	6 P 予: 骨盤/エッセンスヨガ	7 L: こそだてひろば W: ひなたぼっこ P 予: バレアート	8 P 予: 演劇ワーク
9 P 予: R バレエ P 予: バレアート	10	11 P 予: 骨盤底筋ヨガ	12 W 予: そろばん教室 P 予: バレアート	13 P 予: 骨盤/エッセンスヨガ	14 L: こそだてひろば W: ひなたぼっこ P 予: バレアート	15 P まちかどピアノタイム
16 WC: 地区社協会合 P 予: 演劇ワーク P 予: 親子 Jazz	17 P 予: KeiPilates P 予: キッズヨガ	18	19 W 予: そろばん教室 P 予: バレアート	20 P: 社協シニア体操 W 予: 骨盤/エッセンスヨガ	21 L: こそだてひろば W: ひなたぼっこ P 予: バレアート	22 P 予: おもちゃの広場
23 P 予: おもちゃの広場 W 予: 演劇ワーク PC: 連合会合	24 P 予: KeiPilates W 予: 手作り遊びサークル	25 P 予: リフレッシュヨガ	26 W 予: そろばん教室 P 予: バレアート	27 P 予: 骨盤/エッセンスヨガ	28 L: こそだてひろば W: ひなたぼっこ P 予: バレアート	29 P 予: 演劇ワーク
30 P: ハロウィンイベント	31 P 予: KeiPilates P 予: キッズヨガ					

自由利用日…火水金の10~17時。予約の入っていない部屋で自由に過ごせます。



まちかどピアノタイムのご案内

西鎌みんなの家にグランドピアノがきた！もうご存知の方も多いでしょう。どなたでもお弾き頂ける「まちかどピアノタイム」を随時開催しております。

今や日本中至る所にそういったピアノがありますが、屋内でグランドピアノ、この天井の高さはかなり貴重なものです。他地域からもピアノ大好きなピアニスト達が駆けつけてポップス、洋楽、昭和歌謡等リクエストに応じて素敵な演奏をされました。

ピアノは始めたばかり、久しぶりに弾いてみようかな、聴くのが好き、子供にピアノに触らせたい等様々な方がこれまでいらっしゃいました。

無料で音楽が楽しめるの？はい、山野楽器さんからのこの地域に住むあなたへのプレゼントです。どうぞお楽しみください。(MN)



リレーコラムみんな家とわたし

第11回

事務局担当 あつし



私はみんなの家の建物がとても気に入っています。この建物は、30年以上に渡り学童保育の子ども達、乳幼児やお母さんたちのための「子ども会館」として利用されてきました。

その楽しい記憶がこの建物の床や壁、柱や梁に宿っていると感ずります。会議の準備などで、ひとりひっそりしたみんなの家に入る時に、その歓声を感じ、ふとやさしい、ホッとした気持ちになります。クリスマス、ハロウィン等でたくさんのお子さん達と触れ合ったり、まちかどピアノタイムで新しい人々と出会ったり。新しい記憶をこの建物はどんどん吸い込んでいる気がします。皆さんと一緒にこの空間をこれからも、ホッとできる、感動で溢れる場として育てて行ければと願っています。



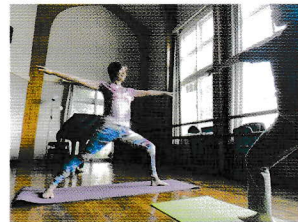
定期教室のご紹介

「エッセンスヨガ(毎週木曜)」11月より

健康の基本=呼吸を、見直してみましょ♪
少人数で丁寧に、体質改善。全体の回数が減りますよ♪

① 託児あり「産後美人の骨盤底筋メンテナンスヨガ」
9:30~10:15

- ・骨盤が整う
- ・腰痛、肩こり、アトピー、おりもの過多、改善
- ・運動強度弱で疲れすぎない
- ・託児の練習に
- ・産後6ヶ月から参加可
- ・別途骨盤矯正可能



一生使える呼吸、マスターしよう

② 「経絡アロマヨガ」 10:30~11:45

- ・気血水を流して、リラックス
- ・無農薬の医療レベルアロマで深呼吸
- ・インナーマッスルを鍛える
- ・レベルに応じて指導します



受講料：大人 1回1,500円、回数券4回4,800円 2か月有効

子連れ割引 参加費1回1,000円、回数券5回4,000円 2か月有効

連絡先：高木 09025703948

お知らせ



○ひなたぼっこ @ 西鎌みんなの家…毎週金曜日 10~13時
学校に行かない子、親御さんの居場所。カフェや和室で。

○こそだてひろば @ 西鎌みんなの家…毎週金曜日 10~12時
2階ライブラリーにて。乳幼児のお子さんを遊ばせながら、お喋りしましょう。先輩ママ(またはパパ)も入ります。

○西鎌サポート会員募集中…詳しくは別刷りでお届けします

○みまもりボランティア募集中…あなたの空いた時間を、ボランティアに使いませんか？鍵の開け閉め、来館者、電話対応など。Wi-Fi完備していますのでテレワークも可。1時間でもOKです。一度見に来てください。

○クリスマスイベント(12/24)の企画実行スタッフ募集中。
みんなの家までご連絡ください。



ヴァイオリン チャリティーコンサートのお誘い

芸術の秋、高校一年生、有富愛裕さんのフレッシュなヴァイオリンの音色を楽しんでいただくコンサートはいかがでしょう？

クラシックからポピュラーまで秋にぴったりの演目を加えながら昼下りのひとときをお過ごしください。

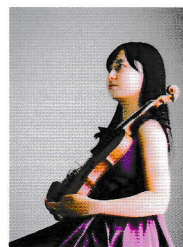
演奏者：有富愛裕さん(ヴァイオリン)、藤原真理子さん(ピアノ)

日時：11月6日(日) 14時半開場 15時開演

定員：30名 入場料：500円(今後のピアノ維持管理の為に全額寄付)

お問合せお申し込み：電話 みんなの家代表：0467-32-8637(火水金10時~12時)

またはメール (info@24minna.org) まで。



有富愛裕さん



藤原真理子さん

マスク着用



手指の消毒



検温



間隔を取る



換気



西鎌みんなの家は、あらゆる年代にとって居心地のよい場を目指して地域に貢献する施設です。