

# めぐもい

## 3月

発行元：横浜市沢渡三ツ沢地域ケアプラザ

住所：横浜市神奈川区沢渡56-1

電話：045-577-8210

発行責任者：所長 白神 誠敬

URL：wakatake.net/category/  
facility/caresawatari/



## パーソナルカラー診断

～あなたを素敵に魅せる「色」探しませんか～

※パーソナルカラーとは…

お肌や瞳の色、髪の色や質感などから導き出す「自分色」のこと。春・夏・秋・冬のドレープ(布)をあてて、パーソナルカラーを判断します。

★パーソナルカラーがわかると…

明るく、若々しく！健康的に！  
第一印象がよくなります！！



◆日時：3月14日(月)

※二部制①10:00～②11:00～

◆場所：沢渡三ツ沢地域ケアプラザ多目的ホール

◆定員：各回5名(先着順)

◆参加費：1000円

◆講師：国際カラーデザイン協会  
カラーアナリスト認定 渡辺時子さん

◆申込：お電話にて地域交流まで

## 乳幼児安全救急法講習

子供が起こしやすい事故の予防と手当の仕方について、神奈川消防署の署員の方からわかりやすく説明していただきます。是非、この機会にご参加ください！

◆日時：3月17日(木)  
10:30～11:30

◆対象：乳幼児とその保護者

◆参加費：無料

◆定員：親子30名

◆場所：沢渡三ツ沢地域ケアプラザ多目的ホール



※講習は「かなーちえ・出張ひろば」の中で行います。

※前日(3/16)にかなーちえホームページの申込フォームにてひろばの予約をしてください。

※申込人数により、参加できない場合があります

◆お問合せ：沢渡三ツ沢地域ケアプラザ  
地域交流 まで

## 生き粋シニア体カアップスペース

◆開催日…火曜コース 3/8

水曜コース 3/2

金曜コース 3/25

◆時間…14:00～15:00

◆場所…多目的ホール

◆参加費…400円/1回

◆持ち物…飲み物・上履き

スポーツタオル・マスク着用

3月

地域にお住まいの  
概ね65歳以上の方が  
対象。回数制限なし！

## パン屋のおやじの販売

3月3日(木) 11:30～

無くなり次第 終了

※販売日が変更になる可能性があります。



## かなーちえ出張ひろば

3日、10日、17日、24日、31日

事前申し込み制です。

詳細・申し込みは、下記かなーちえへ

☎…441-3901

<https://kana-chie.com>

## おもちゃの病院

\*修理費：無料 \*部品交換：実費

ご注意事項

▷お預かりしての修理になります。

▷機械・電機の故障に限ります。

▷お急ぎの対応は、出来ません。

