



回覧

めくもり




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/

Twitter 始めました！  

地域活動交流よりお知らせ

ゆるヨガ

◆日時…毎月第2・4月曜日
6月13日・27日 10:00~11:00
 申込開始日5/25(水) 10:00~にて


◆場所…当館 多目的ホール

◆参加費…400円/1回

◆定員…15名
 (定員に達した場合は、キャンセル待ちとなります)

◆講師…松井夏子先生(健康運動実践指導者)

◆持ち物…動きやすい服装・飲み物
 ヨガマット(ない場合はバスタオル)・
 スポーツタオル・マスク着用



みんなdeうたおう

安産栄子先生の歌唱指導と、大谷忍先生の素敵なピアノ生伴奏で毎月、昔懐かしい歌や思い出の歌をみんなで歌って元気になりましょう。

日時：毎月第4土曜日
第3回：6月25日(土)

申込開始日6/10(金) 10:00~にて

時間：13:30~14:30

場所：当館 多目的ホール

定員：20名(申込制)

参加費：400円 (税込1100円)

持ち物：飲み物、上履き、愛唱歌、マスク着用

講師：安産栄子先生 ピアノ伴奏：大谷忍先生




活き粋シニア体カアップスペース

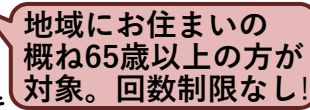
◆開催日…火曜コース 6/28
 水曜コース 6/1、15
 金曜コース 6/10、24

◆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

 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!

かなーちえ出張ひろば


2日、9日、16日、23日、30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>

パン屋のおやじの販売

6月9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。



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。

