

定期開催事業のお知らせ

ゆるヨガ

◆日時…毎月第2・4月曜日

10月24日 10:00~11:00

申込開始日 9/26(月)10:00~迄にて

◆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

日時：毎月第4土曜日

第6回：10月22日(土)

13:30~14:30

申込開始日 10/11(火) 10:00~迄にて

場所：当館 多目的ホール

定員：20名(申込制)

参加費：400円

持ち物：飲み物、上履き、

愛唱歌名歌、マスク着用

講師：安彦栄子先生

ピアノ伴奏：大谷忍先生



愛唱歌名歌



(税込1100円)

活き粋シニア体カアップスペース

◆開催日…火曜コース 10/11、25

水曜コース 10/5、19

金曜コース 10/14、28

◆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!

障がいのあるなしにかかわらず 地域の方が集い楽しむ場

こもれびカフェCoCo

障がいのある方も、ない方も、一緒になって、
楽しく過ごせる居場所です。

◆日時 **10/8(土)** 14:00~16:00

◆場所 多目的ホール

◆参加費 100円

◆持ち物 上履き・マスク着用

紙粘土細工体験・かみしばい・ボールゲーム等
を企画しています!

是非立ち寄ってみてください!

主催：こもれびカフェCoCo

共催：横浜市沢渡三ツ沢地域ケアプラザ

どなたでも
どうぞ!

かなーちえ出張ひろば

10月6日、13日、20日、27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



10月20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。



感染拡大等の状況により、イベントが変更になる場合がありますので、ご了承ください。