

# 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
- ・12/12,26(月)10:00~11:00  
申込開始日:11/25(金)10:00~迄にて
- ・1/23(月)10:00~11:00  
申込開始日:12/26(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8回:12/24(土)13:30~14:30  
申込開始日:12/10(土)10:00~迄にて
- ・第9回:1/28(土)13:30~14:30  
申込開始日:1/10(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 12/13, 27 1/17, 31  
水曜 12/7, 21 1/11, 25  
金曜 12/16 1/27
- ◆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

12/1、8、15、22、  
1/5、12、19、26(木)

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



12/1(木) 1/19(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。

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

## こもればカフェ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 12/10(土) 1/14(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

どなたでも  
どうぞ!

お菓子作り・かみしばい・ボールゲーム等を企画  
画しています!是非立ち寄ってみてください!

主催:こもればカフェCoCo

共催:横浜市沢渡三ツ沢地域ケアプラザ

## 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。