



# めぐもり 3月



## 苔玉教室

おうち時間が増えた今、お部屋の中で癒されながら植物を育てる習慣を始めてみませんか？

- ◆日 時…4/17(木) 10:00~12:00
- ◆場 所…地域ケアルーム・ボランティアルーム
- ◆定 員…15名(先着順)
- ◆参加費…1500円
- ◆持ち物…汚れてもいい服装またはエプロン  
工作用ハサミ・手拭き用タオル  
持ち帰り用袋(A4サイズが入るもの)
- ◆講 師…フラワーアレンジメント講師  
稲垣 恵さん
- ◆申込み…3/10(月)10:00~  
電話または窓口



## ステップアップヨガ

3月のテーマ

★頭スッキリ！  
花粉症対策

3/7(金)  
3/21(金)開催

※その他詳細は中面の表をご覧ください

おやこの  
広場

## こどもの生活リズム & よみきかせ

幼少期のお子さまの生活リズムの作り方のお話と、楽しい読み聞かせの時間です。

- ◆日 時…3/13(木)11:00~11:30
- ◆場 所…地域ケアルーム・ボランティアルーム
- ◆参加費…無料
- ◆申込み…不要
- ◆担当者…横浜友の会



## 沢渡三ツ沢地域 ケアプラザ

# 「秋の文化祭」開催報告



ステージ発表  
(12団体)

2024年11月24日(日)、登録団体や当館の自主事業講座の参加者による『秋の文化祭』を開催し、ご来館された大勢の地域の方に、日頃の活動の成果を見ていただきました。その他にも、横浜翠嵐高校書道部の生徒さんによる題字や作品を展示しました。

また、地域のパン屋さんの販売や、調剤薬局による体組成計測定会も併せて開催し、多くの方々の交流の場となり、大盛況のイベントとなりました。

最後に御支援ご協力大変ありがとうございました。

作品展示  
(3団体)



体組成計  
測定会

