

地域活動交流の自主事業のご紹介



産後ママの骨盤ケアサークル

第3木曜日 10:00

産後ママの体の悩みを骨盤ケアで解決しましょう！
ストレッチやバランスボールでゆる〜く体操します。



ガーデニング

第2・4木曜日 10:30

ケアプラザ施設内の草木の手入れ
をするボランティア活動です。

商品開発部

第2水曜日 10:00

寄付された着物や毛糸から、新しい
商品を作ってケアプラザ内で販売し、
売上は福祉団体に寄付しています。



ひがしのひろばハル

第1・3金曜日 9:00

子どもが遊び、ママもリラックスして
お話しできる空間を提供しています。

手づくりの会

第1火曜日 9:30

初心者から熟練者まで、
教えあいながら
編み物やキルトを
楽しんでいます。



ボッチャ交流会

第1・3土曜日 10:00

パラリンピックにも採用されている
ボッチャを楽しく競技しています。



せせらぎボランティア

第2火曜日 10:30

ひとり暮らしの高齢者の困りごとを
助けるボランティア活動です。

