

2019年5月号

休館日 5/20(月)

初音が丘地区センターだより

お問合せ・お申込み

〒240-0031 保土ヶ谷区藤塚町15-1

電話 352-3992



講座のお知らせ



3B体操教室

楽しく貯筋 らくらくストレッチ

筋力をつけるメリット（身体の不調や病気の予防、姿勢や身体バランスの改善、睡眠の改善、ストレスや不安の軽減等）はたくさんあります。

誰でも無理なく楽しめる3B体操です。

「運動なんてもう」と諦めている方こそどうぞ体験されてください。



日 程 6/5(水)

時 間 10時～11時30分

参加費 100 円 先着30人



5/15 (水) 9:30から窓口

電話は翌日から仮予約で受付

親子で食育

おやこで【食べる】を体験しましょう。

日 程 5/16 (木) ・ 5/30(木)

時 間 10:30～12:00

対 象 幼児と保護者 先着12組

参加費 500円 (2回分)

健康麻雀&カフェ

開催日:5月17日(金)

12時～14時 麻雀を楽しみます

14時～16時 コーヒー・お茶・お菓子と共に
レコードや歌を楽しみます(途中帰宅可)

参加費 300円 先着16人

初音が丘地区センター

《指定管理者》一般社団法人 保土ヶ谷区区民利用施設協会

住所 〒240-0031 保土ヶ谷区藤塚町15-1 電話 045-352-3992

開館時間 月曜日～土曜日 9:00～21:00 日曜・祝日 9:00～17:00

休館日 每月第3月曜日 (祝日の場合は翌平日)

ベビーマッサージ

手遊び歌でリラックスした後で
お肌に優しいオイルで足からくるくるマッサージ
あかちゃんのこちよーいお顔にいやされながら、
最後はアロマでママのリフレッシュタイムです。
オイルの使い方・マッサージをマスターしましょう。

日 程 7/1・7/8(月) 全2回

時 間 10時30分～11時45分

対 象 歩く前の赤ちゃんとママ 先着12組

参加費 1,000 円



5/17 (金) 9:30から窓口
電話は翌日から仮予約で受付

申込受付中の講座

ボタニカルライフ講座

室内や屋外のプランター制作

日程 5/29・6/19・11/13・12/4

時間 13:30～15:30 先着 12人

参加費 5,000円 (4回分)

5/29 (水) のみの申込も可

参加費 2,000円



今流行のガラス容器の中に緑の風景
テラリウムを制作して持ち帰ります