

# 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

## 心を癒すアロマ&ハーブ

アロマセラピーとハーブの利用法を学びましょう  
3/8は、アロマジェル等 色々な物を作ります

開催日: 1/25、2/22、3/8(月)  
時間: 10時30分～12時30分  
対象: 成人 先着16人  
保育: 年齢2歳以上 先着6人  
参加費: 2400円(全3回分)  
保育は別途1800円(全3回分)



12/16(水) 9:30から窓口申込

## アコーディオンにのせて

アコーディオン奏者の五十嵐さんと一緒に  
懐かしい昭和の歌を歌いましょう  
皆様のリクエストに応じて演奏します

開催日: 1/20(水)  
時間: 13時～14時30分  
定員: 成人先着 30人  
参加費: 200円



今回もマスク着用で実施します

12/16(水) 9:30から窓口申込

## 筋力アップ健康ストレッチ体操 3期

坂道にも負けない。転びにくい身体でいましょう！  
健康で楽しい毎日をおくりましょう！  
自宅でも行なえる簡単な運動を取り入れて  
自分のペースで楽しく身体を動かします

開催日: 1/5～3/30 毎週火曜日(2/23除く)  
10時15分～11時30分  
対象: 成人男女 先着50人  
参加費: 3,600円 全12回



12/15(火) 9:30から窓口申込

## 知って得する介護の知識

～介護で不安になっている皆様へ～  
今井地域ケアプラザ共催講座

開催日: 下記 全4回 毎回個別募集  
時間: 13時～14時30分  
対象: 在宅介護に携わっている方、  
興味のある方、悩んでいる方、  
健康な方も参加できます！  
各回先着20人(要予約)  
参加費: 無料(各回共)



## 申込受付中

☆福祉用具を体験しよう！ 12月3日(木)  
～体験しよう！最新福祉用具～  
在宅向けの最新の福祉用具を  
知りましょう。実際に福祉用具を  
使い、使い勝手の良さを  
体験してみましょう。



☆認知症を学ぼう！ 12月17日(木)  
～誰でもできる！認知症の理解～  
認知症について正しく理解し、認知症の  
人への基本の対応として  
「3つのないプラス1」  
を学びましょう。



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 毎月第3月曜日(祝日の場合は翌平日)

