



2020年1月号

休館日 1/20 (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



新年あけましておめでとうございます。
今年もスタッフ一同皆様のご利用をお待ちしております。

申込受付中の 講座

身体を動かしたり、歌ったり、話したり
健康に良い講座がたくさんあります。
お申込みをお待ちしております。

筋力アップ健康ストレッチ体操

日時 1/7~3/24 毎週火曜日
10:15~11:30

全11回

対象 成人男女 先着45人
参加費 3300円
持ち物 上履き、ヨガマット
ギムニックボール



アコーディオンにのせて 昭和の歌をうたいましょう

アコーディオン奏者の五十嵐美穂さんと一緒に
懐かしい昭和の歌を思いきり歌いましょう

1/15 (水)

13:00~14:30

先着35人 参加費200円



心を癒すアロマ&ハーブ

保育付

1/27・2/10・3/9 (月)
10:30~12:30

対象 成人 先着16人
保育 2歳以上 先着6名
参加費 2400円 (全3回分)
保育は、別途1800円 (全3回分)

ハーブティーを飲みながら、
アロマセラピーとハーブの利用法を
学びましょう。
3/9は、ハーブを使った簡単なランチ



いきいき健康講座

参加費 無料

対象 成人
各回 先着25人

③ 1/16(木) 10:00~11:30

日頃から楽しく簡単にできる体操を学ぼう!

足の力に不安を感じる方にお勧め!



④ 2/6(木) 10:00~11:30

食べやすく栄養のある食べ物は? 試食もあるよ!
何をどのくらい食べればいいのかなどお悩みの方へ!



レコードCafe

毎月第3金曜14:00~16:00の音楽喫茶
参加費 200円 (お茶・お菓子付)



次回 1/17(金)
特集
美空ひばり

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

☎ 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)

