

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



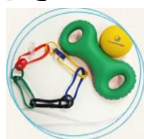
3B体操教室

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

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

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

申込受付中の講座

ポ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



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)