

2025年9月

休館日 9/16 (火)

初音が丘地区センターだより

お問合せ・お申込 〒240-0031 保土ヶ谷区藤塚町15-1 電話352-3992

アコーディオンにのせて 秋

アコーディオン奏者五十嵐美穂さんの
ミニコンサートあり♪



第1部 アコーディオン奏者「五十嵐美穂」さんと
一緒になつかしい歌をうたいましょう

第2部 アコーディオン奏者「五十嵐美穂」さんの
ミニコンサート

開催日：10/15 (水)

時 間：13時～14時45分

定 員：成人 先着30人

参加費：500円 ※マスク着用で歌います



9/15 (月) 9時30分から窓口

電話は9/17 (水) から仮予約で受付

健康づくり講座

フレイルとは「健康」と「要介護状態」の中間の状態です。
早く気づいて予防することで状態の維持・改善が
期待できます。「運動・口腔・栄養・社会参加」に
一体的に取り組むことが大切です。

11月20日 (木)

運動は毎日の積み重ねが大事！！

簡単にできる運動を学ぼう！

講師：横山医院 理学療法士 森 敦子 先生

12月18日 (木)

食事で健康！！

食生活の偏りに注意！

講師：訪問薬樹薬局 管理栄養士 有田 萌恵 先生

1月15日 (木)

健康はお口から！！

いつまでもおいしく食事が食べられるように！

講師：歯科衛生士 松田 喜久美 先生

2月19日 (木)

音楽で脳トレ！！

音楽を使って楽しく学ぼう！

講師：音楽療法士 河村 益代 先生

開催日：11/20・12/18・1/15・2/19 全て (木)

時 間：全て10時～11時30分

対 象：成人

参加費：無料

※参加希望する講座を申込み時にお伝えください。

10/15 (水) 9時30分から窓口

電話は翌日から仮予約で受付

ご質問・お問合せ等がありましたら

今井地域ケアプラザにご連絡下さい。

担当：軽部・吉江・戸舘 電話351-8812

心を癒すアロマ&ハーブ 第1期

忙しい毎日の中でリラックスできる癒しの時間です。
講師はおなじみの加藤先生です。

アロマセラピーとハーブの利用法を学びましょう。

第1回10/6 (月) アロマで育毛・養毛・ヘアミスト作り

第2回11/10 (月) 万能スパイス 五香粉作り

第3回12/8 (月) ハーブスイーツ料理

開催日：10/6・11/10・12/8 すべて (月) 全3回

時 間：第1回・2回 9時30分～11時30分

※第3回は軽食の為9:30～13:00頃の予定

対 象：成人 先着 23人

参加費：2,700円 (全3回分)

持ち物：筆記用具

第3回のみエプロン・三角巾・タオル・布巾

9/1 (月) 9時30分から窓口

電話は翌日から仮予約で受付



ぴよぴよの1・2才会 後期

おかあさんとおこさんの楽しいふれあいの時間

手遊び・体操・リズム・お話などなど、

そして毎月プラスの〇〇遊び

みんなでいっしょにぴよぴよであそびましょ

開催日：10/23・11/27・12/25・1/22・2/26

(2月までの毎月第4木曜日 全5回)

時 間：10時～11時

対 象：1・2才児と保護者

参加費：2,000円 (全5回分)

持ち物：飲み物・タオル

※遊びやすい服装でおいでください。

靴はお脱ぎいただきます。



9/12 (金) 9時30分から窓口

電話は翌日から仮予約で受付



子供から大人までの 将棋教室

開催日：9/29 (月)

時 間：15時30分～17時30分

定 員：先着12人

対 象：小学3年生～大人まで

参加費：無料 (当日直接会場へ)



レコードCafe初音

開催日：9/19 (金)

時 間：14時～16時 出入り自由

参加費：200円 (予約不要 当日直接会場へ)

緑茶・コーヒー・紅茶 (おかわり自由)、お菓子付