

横浜市たまプラーザ地域ケアプラザ 6月行事予定

会場：横浜市たまプラーザ地域ケアプラザ



※ 定員がある講座については、定員になり次第、締め切らせていただきます。

※ 詳しい内容は、お問い合わせください。ケアプラザに事業のチラシがあります。

日時	事業名	対象者	定員	参加費	申し込み
6月2日(月) 13:30~14:30	楽しく！ チアダンス (毎月1回：全12回の3回目)	概ね、 40歳以上の方 男女を問いません	30名	200円/1回 (別途、ポンポン代1300円)	参加者募集中！ お電話または、窓口でお申し込み下さい
6月3日(火) 10:00~11:30	りら〜っくすヨガ 火曜 (毎月1回：全6回の3回目)	中高年以上の 女性	12名	100円 /1回	受付を終了しました。 次回、10~3月までの事業を予定しています。 募集は、9月頃の予定です。
6月4日(水) 10:00~11:00	リフレッシュヨガ (毎月1回：全2回の1回目)	首のすわったお子さん 〜はいはい前までの お子さんと その母親	12組	200円 /1回	先着順： 定員になり次第 締め切らせて頂きます。
6月5日(木) 10:00~11:30	ラジオ体操を 極めよう！	どなたでも	30名	無料	参加者募集中！ お電話または、窓口でお申し込み下さい
6月6日(金) 13:00~14:30	りら〜っくすヨガ 金曜 (毎月1回：全6回の3回目)	中高年以上の 女性	12名	100円 /1回	受付を終了しました。 次回、10~3月までの事業を予定しています。 募集は、9月頃の予定です。
6月11日(水) 10:00~12:00	簡単！パン講座 (毎月1回：全2回の2回目)	概ね、 30歳以上の方	10名	500円 /1回	定員になりましたので、 受付を終了しました。
6月11日(水) 10:00~15:00 (12:00~13:00は、 お昼休み：ランチタイム)	あおば おもちゃのひろば @たまプラーザ 地域ケアプラザ	チャレンジ タイム 発達心配がある お友達やご家族の ための時間	ご自由に ご来館 ください	無料	お申し込み、不要 お気軽にご来館ください
6月12日(木) 15:15~16:00	おはなしごっこ たまプラーザ (毎月1回：全6回の3回目)	概ね、 1・2・3歳のお子 さんとその保護者	20組	100円 /1回	受付を終了しました。 次回、10~3月までの事業を予定しています。 募集は、9月頃の予定です。
6月12日(木) 13:00~14:30	ボールで貯筋体操 (毎月1回：全6回の2回目)	概ね、 60歳以上の方	25名	200円 /毎回	受付を終了しました。 次回、11~3月までの事業を予定しています。 募集は、9月頃の予定です。
6月16日(月) 10:30~13:30	男の料理教室 (毎月1回：全6回の1回目)	料理初心者の男性	10名	1000円 /1回 (材料費)	参加者募集中！ お電話または、窓口でお申し込み下さい
6月17日(火) 13:00~14:15	介護者のための 美味しい紅茶で 癒しのひととき	介護中の方・介護に 関心のある方・今後 介護予定のある方	12名	800円程度/ 毎回	【毎月1回：全3回の2回目】 参加者募集中！ お電話または、窓口でお申し込み下さい

協力医：有本小児科・内科
 有本寛先生の来館日
 相談日
 6月16日(月) 13:00~14:00

【お問い合わせ・お申し込み先】
 横浜市たまプラーザ地域ケアプラザ
 地域活動交流
 ☎910-5211

6月23日(月) (休館日)
 駐車場・駐輪場は
 ありません。
 ご了承ください。

◎月・火・木(9:30~16:30) 未就学児までのお子さんとその養育者が自由に
 利用できます。～安全のため、ねんねまでとあんよができるお子さんの時間を分けています～

★おやこあそび場★

(多目的ホール2 びらさる～む)

日時	事業名	対象者	定員	参加費	申し込み
6月19日(木) 15:30~16:30	トータルエイズケア 毎月1回至6回3回目	概ね、 40歳以上の方	20名	200円 参加者募集中！(先着順)	お電話または、窓口でお申込み下さい
6月20日(金) 9:30~11:30	ママの健康 輸つくり講座(講義)	あんよができるお子 さんから未就学児と 母親	40組	2000円 【全8回分】 次回、10~2月までの事業を予定しています。 受付を終了しました。	参加者募集中！(先着順) 【全3回の3回目】 お電話または、窓口でお申し込み下さい
6月20日(金) 10:00~11:30	自分磨き講座 ～ハート・スマイル～ コ・チャット～	子育て中の お母さん	6名	500円/ 1回 参加者募集中！(先着順) 【全3回の3回目】	参加者募集中！(先着順) お電話または、窓口でお申し込み下さい
6月20日(金) 13:00~14:30	自分磨き講座 ～輝くあなたのために～ ラフィアソルト～	40歳以上の女性	6名	500円/ 1回 参加者募集中！(先着順) 【全3回の3回目】	参加者募集中！(先着順) お電話または、窓口でお申し込み下さい
6月24日(火) 13:00~16:30	おやくだち情報 セミナー 生活に役立つ 各種サービスや制度 等を学べます	シニア世代の方に 役立つ内容です 福祉用具の 展示もしています	60名程度	無料 成年後見制度や 福祉用具等の 情報もあります 参加者募集中！(先着順) お電話または、窓口でお申し込み下さい	参加者募集中！(先着順) お電話または、窓口でお申し込み下さい
6月25日(水) 10:00~10:45	おやこで リトミック	あんよができるお子さ ん～未就学児とその類	15組	無料 定員になりましたら締め切らせて頂きます	先着順： 定員になりましたら締め切らせて頂きます
6月25日(水) 13:00~14:30	みんなであそぼう♪ コンサクターの 伴奏と一緒に歌おう	どなたでも ご参加いただけます	なし	無料 お申し込み、不要 お気軽にご来館ください	お申し込み、不要 お気軽にご来館ください
6月25日(水) 18:30~19:30	イソト・ビューティー ヨガ(全6回の3回目)	20歳以上の女性	15名	100円 /1回 受付を終了致しました。	定員になりましたので、 受付を終了致しました。
6月26日(木) 12:30~14:30	ゆっくりーヌ 講座 どなたでも ご参加いただけます	どなたでも	10名	1000 (材料費) 参加者募集中！(先着順) お電話または、窓口でお申し込み下さい	参加者募集中！(先着順) お電話または、窓口でお申し込み下さい
6月27日(金) 13:30~16:00	認知症予防 「おやこ？」 と、思う方は、 どなたでも	どなたでも	なし	100円 (参加費) お申し込み下さい 直接、ケアプラザまで、	お申し込み下さい 直接、ケアプラザまで、
6月29日(日) 10:30~11:30	発達のおこになる 小学生の 親子体操教室	発達のおこになる 小学生とその養育者	10組	200円/ 1組 参加者募集中！(先着順) お電話または、窓口でお申し込み下さい	参加者募集中！(先着順) お電話または、窓口でお申し込み下さい
6月29日(日) 13:00~14:30	ミニ手話教室 手話を体験してみよう 小学生以上 一般・高齢者等	小学生以上 一般・高齢者等	40名	100円 /1人 参加者募集中！(先着順) お電話または、窓口でお申し込み下さい	参加者募集中！(先着順) お電話または、窓口でお申し込み下さい

