

横浜市たまプラーザ地域ケアプラザ 2月行事予定


会 場：横浜市たまプラーザ地域ケアプラザ

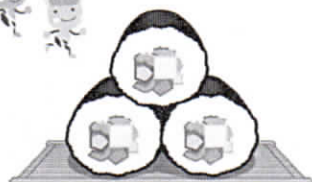
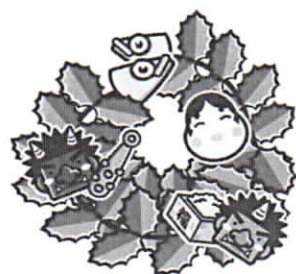


※ 定員がある講座については、定員になり次第、締め切らせていただきます。

※ 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	お申し込み
2月2日(月) 13:30~14:30	楽しく！ チアダンス <small>(毎月1回:全12回の11回目)</small>	おおむね 40歳以上～ 男女を問いません	30名	200円/1回 <small>(別途、ポンボ ン代1300円)</small>	参加者募集中！ お電話または、窓口でお申込み下さい
2月3日(火) 10:00~11:30	りら～っくすヨガ 火曜 <small>(毎月1回:全3回の2回目)</small>	中高年以上の 女性	20名	100円 /1回	☆定員となりました
2月5日(木) 13:00~14:30	冬の和み語り <small>雪の日に</small> 大人の語りの会 <small>(「語り手たちの会横浜」 の語り手たちが、 次々と昔話や民話等 を語るお話を)</small>	大人の方 <small>(中学生以上)</small> ※保育はありません	50名	無 料	 参加者募集中！ お電話または、窓口でお申込み下さい
2月6日(金) 13:00~14:30	りら～っくすヨガ 金曜 <small>(毎月1回:全3回の2回目)</small>	中高年以上の 女性	20名	100円 /1回	☆定員となりました
2月9日(月) 10:00~11:15	中高年の健康ストレッチ後期 <small>(毎月1回:全6回の5回目)</small>	中高年の方	30名	無 料	☆定員となりました
2月11日(祝・水) 10:00~15:00 <small>(12:00~13:00は、 お昼休みランチタイム)</small>	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 <small>発達心配がある お友達やご家族の ための時間</small>	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 
2月12日(木) 13:00~14:30	ボールで貯筋体操後期 <small>(毎月1回:全5回の4回目)</small>	おおむね 60歳以上の方	30名	100円 /1回	☆定員となりました ※ 見学 できます！
2月12日(木) 15:15~16:00	おはなしごっこ たまプラ <small>(毎月1回:全3回の2回目)</small>	概ね、1・2・3歳の お子さんと その保護者	20名	無 料	参加者募集中！ お電話または、窓口でお申込み下さい
2月16日(月) 10:30~13:30	男の料理講座 <small>(追加)</small> <small>(毎月1回:全4回の3回目)</small>	料理初心者の男性	10名	1000円 /1人 <small>(材料費)</small>	参加者、若干名、募集中！ お電話または、窓口でお申込み下さい
2月16日(月) 10:00~11:30	体力チェック測定会	概ね、 65歳以上の方	30名	無 料	参加者募集中！ お電話または、窓口でお申込み下さい 

日時	事業名	対象者	定員	参加費	お申込み
2月19日(木) 15:30~16:30	トータル エイジレスケア講座 <small>(毎月1回全6回の回目)</small>	概ね、 40歳以上の方	20名	無料	参加者募集中! お電話または、窓口でお申込み下さい
2月20日(金) 2月27日(金) 9:30~11:30	ママの健康輪づくり 講座 <small>(全8回の7・8回目)</small>	あんよができる お子さん~ 未就園児と その母親	40組	2000円 <small>【全8回分】</small>	☆定員になりました ※平成27年度は、前期(5月開始)・ 後期(10月開始)事業を予定しています。
2月27日(金) 13:30~16:00	認知症予防 「プラぶらっと カフェ」 ☆相談のできる“茶話室” もあります	「おやっ？」 と、思う方は、 どなたでも	なし	100円 (参加費)	直接、ケアプラザまで、 お申し込みください 



★おやこあそび場★ (多目的ホール② ぷらざる~む)

◎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
自由に利用できる「ひろば」です。

~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~

《お知らせ》

◎当ケアプラザには、
駐車場・駐輪場は、
ありません。

ご了承ください。

協力医：青葉区医師会
有本小児科・内科 有本寛先生の来館日



相談日
です

2月27日(金) 13:00~14:00

◎「プラぶらっとカフェ」の中で、ご相談に応じて頂きます。

お子さんのご相談のある方は、「母子健康手帳」をご持参ください。

《休館日のお知らせ》

◎2月23日(月)

☆「おやこあそび場」も
お休みです



【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

