

# 横浜市たまプラーザ地域ケアプラザ<sup>平成27年</sup>4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
4月1日(水) 12:15~14:30	カラーゴム プレスレットを 作ろう!	地域住民 (小学1年生以下の 方は、保護者同伴で いらしてください)	20名 程度	100円 /1個/ おひとり	お申し込みは、不要  作成時間は、1個：10~15分です 時間内にお越しください
4月1日(水) 14:30~16:00	和み語り ~春・花物語~	大人の方	50名 程度	無 料	参加者募集中! お電話または、窓口でお申し込みください
4月3日(金) 13:30~14:30	かんたん! 椅子ヨガ  (毎月1回：全6回の1回目)	ほぼ初めて、 ヨガをする方	25名	100円 /1回	参加者募集中!! 
4月8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 
4月9日(木) 14:00~14:45  (毎月1回：全6回の1回目)	転ばぬ先の ボールで筋力アップ!	これまで遠山先生 の講座を受講され たことがない方	30名	100円 /1回	参加者、募集中! お電話または、窓口でお申込み下さい
4月13日(月) 10:30~11:15	ゆる〜い& かる〜い 体操	これまで彩景先生 の講座を受講され たことがない方	20名 程度	100円 /1回	参加者、募集中! お電話または、窓口でお申込み下さい
4月15日(水) 13:30~15:30	うたを歌う会 たんぽぽ 「春」 	どなたでも	60名 程度	なし	お申し込み、不要 お気軽にご来館ください ※椅子は、60席です 
4月16日(木) 15:30~16:30  (毎月1回：全6回の1回目)	キラキラ☆ エクササイズ	概ね40歳以上~ どなたでも	20名 程度	100円 /1回	参加者、募集中! お電話または、窓口でお申込み下さい
4月19日(日) 9:30~11:30	“おりがみ”で あそぼう!	どなたでも	30名 程度	無 料	お申し込み、不要 お気軽にご来館ください

日時	事業名	対象者	定員	参加費	お申し込み
4月22日(水) 10:30~11:30	おやこで リトミック	あんよができるお 子さん~未就学児 とその親	15組	無料	4月6日~受付開始! 定員になり次第、受付を終了します
4月22日(水) 15:15~16:00	おはなしごっこ たまブラ  (毎月1回:全6回の1回目)	子育て中の方と 1・2・3歳の お子さん ※保育はありません	20組	200円 /1組 【全6回分】	4月2日~受付開始! 定員になり次第、受付を終了します
4月24日(金) 13:30~15:30	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【 <u>介護者のつどい</u> 】	「おやっ？」 と、思う方は、 どなたでも 介護中の方もぜひ!	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
4月28日(火) 18:45~19:45	夜の りらくすヨガ  (毎月1回:全6回の1回目)	中学生以上~ 【女性】	20名	100円 /1回	3月27日~受付開始! 定員になり次第、受付を終了します



平成27年4月~

「おやこあそび場」開放日 変更のお知らせ!

★おやこあそび場★ (多目的ホール2 ぷらざる~む)

安全にご来館いただくために、利用される方の概ねの目安を設けております。

また、ご来館者多数の場合は、利用制限を設けさせていただいております。予めご了承ください。

おひさま 	首がすわったら~ ねんね・ おすわり・たっちくらいまで	火 13:00~16:30 木 9:30~13:00
ぞうさん 	あんよができたなら~ 未就学児	火 9:30~13:00 木 13:00~16:30

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

4月24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。



相談日  
です!

＜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。

＜休館日のお知らせ＞

◎4月27日(月)

\*貸館予約・  
ご相談の対応は行って  
おります!



\*毎月、第4月曜日は、休館日です。

【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

