

横浜市たまプラーザ地域ケアプラザ 平成 27 年 8 月行事予定

※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
8月4日(火) 10:00~16:00 ※教室の時間が 三部制です	スイーツデコクリ ップを作ろう! *1部 10時~ *2部 13時~ *3部 15時~	小中学生 小学校1年生以下 は保護者同伴の事	各部 約5名 15名	300円 /一人	参加者、募集中! お電話または、窓口でお申込み下さい ※親子の参加も歓迎です
8月5日(水) 14:00~15:30	うたごえひろば	どなたでも可	自由参加 です	無料	お申し込み不要 お気軽にご来館ください 
8月6日(木) 15:30~16:30	キラキラ ☆ エクササイズ (毎月1回:全6回の5回目)	どなたでも可	先着 20名	100円 /1回	お申込みは〆切ました
8月7日(金) 13:30~14:30	かんたん! 椅子ヨガ (毎月1回:全6回の5回目)	ほぼ初めて、 ヨガをする方	先着 25名	100円 /1回	お申込みは〆切ました
8月10日(月) 10:30~11:15	ゆる〜い& かる〜い体操 (毎月1回:全6回の5回目)	これまで彩景先生 の講座を受講され たことがない方	先着 20名 程度	100円 /1回	お申込みは〆切ました
8月10日(月) ①10:30~12:00 ②12:00~14:30	すこやか 親子セミナー ①ふれあい遊び ②交流会	①首がすわったら〜 2・3歳児まで ダウン症のお子さん等 ②どなたでも可	①5組程度 ②なし	①500円 /1組 ②無料	①は、事前お申し込みが必要 ②は、お申し込み不要! ※参加者募集中!
8月13日(木) 12:45~13:30	貯筋体操クラブ	椅子に座り、ボール を使い体操をします	先着 25名	100円 /1回	お申込みは〆切ました
8月13日(木) 14:00~14:45	ボールで筋力アップ (毎月1回:全6回の5回目)	これまで遠山先生 の講座を受講され たことがない方	先着 30名	100円 /1回	参加者募集中! 
8月17日(月) 10:30~13:30	料理初心者の 男性料理講座 (毎月1回:全6回の3回目)	料理初心者の男性	先着 12名	1000円 /1回 毎回集金	お申込みは〆切ました

日時	事業名	対象者	定員	参加費	お申し込み
8月25日(火) 18:45~19:45	夜のりらくすヨガ (毎月1回:全6回の5回目)	中学生以上~ 【女性】	先着 20名	100円 /1回	お申込みは〆切ました
8月26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	先着 15組	無料	8月1日~ 参加受付開始! 定員になり次第、受付を終了します
8月26日(水) 15:15~16:00	おはなしごっこ たまプラ (毎月1回:全6回の5回目)	1・2・3歳の お子さんと保護者 ※保育はありません	先着 20組	200円 /1組 【全6回分】	お申込みは〆切ました
8月28日(金) 9:30~11:30	ママの健康輪づくり講座 「かわりばんこ保育で ピラティスを楽しもう」	あんよができる お子さん~未就学児 とその母親	先着 40組	2000円 /全8回分	お申込みは〆切ました (全8回の6回目)
8月28日(金) 13:30~15:30	ブラぶらっとカフェ 相談のできる茶話室 <u>介護者のつどい</u>	「おやっ?」と 思われた方や、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
8月30日(日) 13:30~14:30	発達のが気になる 小学生の親子体操 教室	発達が気になる 小学生と保護者	先着 10組	一組 200円	お電話か、窓口でお申込み下さい。 担当から説明などさせていただきます。



★おやこあそび場★ (多目的ホール2 ぷらざる~む)

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 	あんよができたら~ 未就学児	火 9:30~13:00 木 13:00~16:30

◀休館日のお知らせ▶

○8月24日(月)

- *貸館予約
- *福祉保健のご相談は
受けております!

【お問い合わせ・お申し込み先】

横浜市たまプラザ地域ケアプラザ

横浜市青葉区新石川二丁目1-15
たまプラザテラス リンクプラザ4階

☎ 9 1 0 - 5 2 1 1

