

# これからのおすすめ講座！

横浜市恩田地域ケアプラザ  
横浜市補助事業親子のつどいの広場 あそびんご合同企画

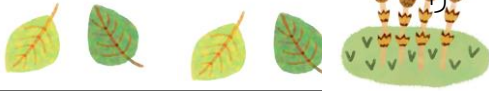
## お散歩に行こう ～みんなでピクニック～

日時：4月20日(火) (雨天中止)  
10:30～11:30

予約制

集合場所：こどもの国駅 交番の裏  
☆あそびんごの見学も出来ます☆  
定員：2施設合同で10組  
(定員になり次第、締め切ります)  
対象：0～3歳位の子と、その保護者  
参加費：無料 持ち物：飲み物・タオル  
コース：こどもの国駅前交番→消防署→奈良山公園  
(現地解散)

☆ベビーカーOK



## 体験会のお知らせ

申込：随時受付

参加費：無料

### 《美文字教室》

5月20日(木)  
10:00～11:30  
5月28日(金)  
10:00～11:30  
楽しく「ペン習字」の上達を目指しています。  
※両日とも同じ内容です  
どちらか都合の良い日をお申込み下さい

### 《健美操》

5月28日(金)  
14:30～15:30  
ツボ・経絡を活用した健康体操。  
肩こりや腰痛にお悩みの方、連が長続きしなかった方、と一緒にリフレッシュしましょう！  
講師：日本健美操協会指導員  
中山昌子

### 《背骨コンディショニング》

5月25日(火)  
9:30～11:00  
カラダきらり！  
背骨を整え腰痛改善・姿勢もピン目指しませんか！！  
講師：一般社団法人  
背骨コンディショニング  
インストラクター 伊藤かおる

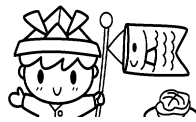
### 《詩吟》

5月31日(月)  
14:00～15:00  
季節の詩を気持ちを込めて詠って、心身ともにすっきりしてみましょう。  
お気軽にどうぞ！  
講師：青葉吟詠会  
鈴木康夫

## おいがみキッズ

4月13日(火)  
10:30～11:30

【内容】【鯉のぼり 壁かざり】  
【講師】折り紙ボランティアグループ『猿』  
【対象】未就園児とその保護者  
【定員】先着8組(予約制)  
【参加費】無料 次回は5月11日です



## 自習室

【日時】土・日・祝日 9:00～15:00  
【場所】恩田地域ケアプラザ  
【対象】中学生以上



4月	土曜日：3・10・17・24日
	日・祝日：4・11・18・25・29日

読書や勉強とお気軽にご利用下さい

## ふれいりぱーく

参加費：無料

### 0才からの スクリーン コンサート

【時間】4月22日(木)  
10:00～12:00  
(時間内は出入り自由・上映は10:30～)

【内容】あおばカノン2021  
スクリーンコンサート  
(こども向け コンサートの録画上映を行いません)  
絵本の読み語りもあります

【会場】恩田地域ケアプラザ多目的ホール2  
【対象】0歳児～未就園児とその保護者  
【定員】10組(予約制)

次回は 5月27日(木) です