

これからのおすすめ講座！

わくわく

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

ぐー・ちょき・ぱー ～親子で楽しむふれあい体操～

9月2日(木)
10:30～11:30
(集合10:15)

会場：萬福寺
定員：8組

9月28日(火)
10:30～11:30
(集合10:15)

会場：桂台2丁目
中自治会館
定員：5組

【対象】概ね生後5か月～1歳半未満の子と保護者
【内容】親子で体操・絵本の読み聞かせなど
【参加費】無料
【持ち物】水分補給するもの・動きやすい服装
【申し込み】定員になり次第、締め切り



今こそ始める！

免疫力を高める健康体操

～自宅で出来る太極拳と呼吸法～

開催日	時間
9月15・29日	10:00～11:00
10月6・13・20日	10:00～11:00
11月10・17日	10:00～11:00
12月8・15日	10:00～11:00

【会場】恩田地域ケアプラザ・多目的ホール1

【講師】大蔵 良章氏

(日本成人病予防協会 健康管理士)
(日本健康太極拳協会 師範)

【対象】どなたでも(男性の参加大歓迎)

【定員】12人(予約制)

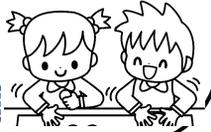
【参加費】400円×9回=3,600円(保険料含む)

※動きやすい服装。内履き・スリッパ不要

おいがみキッズ

日時：8月10日(火)
10:30～11:30

【内容】【満月とウサギさん】のリース作り
【講師】折り紙ボランティアグループ『獺』
【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9月14日(火)です

9月もみじのおてて

親子で体操

日時：9月6日(月)
10:30～11:00

【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】8組(予約制)
【参加費】無料



次回は10月18日(月)です

お水であそぼう

開催日	時間(時間内は出入り自由)
8月3日(火)	10:00～12:00
8月11日(水)	10:00～12:00
8月26日(木)	10:00～12:00

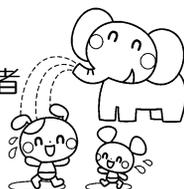
☆水をためたバケツとおもちゃで遊びます
☆読み聞かせ11:30から始まります

【会場】恩田地域ケアプラザ テラス

【対象】0歳児～未就園児とその保護者

【定員】10組(予約制・先着順)

【参加費】無料



*洋服のまま遊べます。濡れた時の為に
着替えとタオルをお持ちください