

作品実技発表会

中川地区センターの作品実技発表会を開催いたします。サークル活動の成果をぜひ見学にいらしてください

3/7(土)10:00～15:00 作品展示

3/8(日)10:00～14:30 作品展示・実技発表

◆作品展示◆3/7・8(土・日)

版画・書道・手工芸・切絵・色鉛筆画・俳句
 真多呂人形・洋裁・鎌倉彫・パッチワーク
 編み物・手毬・フラワーアレンジメント
 写真・水彩画・スケッチ画・茶道など

◆実技発表◆3/8(日)

楽器演奏・カラオケ・フラダンス
 創作ダンス・横笛・篠笛など

ミーティング室、体育室は
うわばきをご持参ください

3/8(日)のみ

★わいわいクラブ販売
パン・焼き菓子・手工芸

★ほっと♡カフェ 淹れたてコーヒー

★あったかや
横浜野菜を使った
ヘルシー弁当

キッチンカー

自主事業教室のご応募は往復ハガキに必要事項を記入して郵送で、またはセンター備え付けの応募用紙に返信用ハガキを添えて窓口にご提出ください。

応募多数の場合は抽選をさせていただきます。

自主事業教室の申込はこちらまで・・・〒245-0007 泉区桂坂4-1 中川地区センター 宛

皆様からお預かりした個人情報は業務以外には使用いたしません

理学療法士に学ぶ 身体を整えるストレッチ

(全1回)

「なんとなく体が重い」疲れが抜けにくいそんなあなたに。
 クラス後には身体の巡りが整いスツとラクになる感覚を体感
 してください。 講師：理学療法士 櫻井友洋

3/19(木) 13:30～14:30

定員：10名 参加費：1000円

申込：2/19(木)9:00～電話受付先着順

「横浜の歴史」 ～開港からの発展の軌跡～

(全1回)

ヨコハマは開港以来はじめて！がいっぱい。皆さんは
 どれだけご存じですか？シリーズで横浜の歴史を学びます。
 わがマチ、横浜を知り、もっと好きになろう！

講師： 加藤明彦

3/25(水) 14:00～15:30 講座

15:30～16:00 tea time (お抹茶付)

定員：10名 参加費：1000円

申込：2/25(水)9:00～電話受付先着順

教室名	日程・時間	参加費	定員	申込日	
ハツラツ 健康体操 (全10回)	4/11・25、5/9・23 6/13・27、7/11・25 8/8・22 (土) A 9:15～10:15 B 10:30～11:30	3000円	各50名	Aの申込 来館受付 3/28(土)10:20～ Bの申込 来館受付 3/28(土)11:35～	健康的な毎日を送るためには運動は かかせません。健康維持のためリズ ムに乗って楽しく体を動かしましょ う！初めての方でも大丈夫です。ご 自分のペースで無理なく運動をしま しょう♪ 講師：跡部宗子