

川和小学校 コミュニティハウスだより

2018年10月号



特定非営利活動法人つづき区民交流協会 <http://www.tsuzuki-koryu.org>

〒224-0057 横浜市都筑区川和町 1463 電話&ファックス 934-8666

火・金曜日 休館

※ 10月からの自主事業 お申し込みは、電話または、直接窓口へ

夫婦・親子で知っておきたい「終活教室」(参加費無料)

10月27日(土) ◆ セミナー「自分と家族を守る遺言・後見」

10時30分～12時00分

◆ 個別相談会(事前予約制)

12時20分～15時00分

- 司法書士事務所の専門家が講師・相談を務めます。
- セミナー予約先着順 定員 40名
- 会場 川和小学校コミュニティハウス 研修室



男の健康体操教室(全5回)

10/31、11/7、11/21、12/5、12/19

いずれも 水曜日 10時～11時15分

- 参加費：1,500円(5回分)、1回参加も可(1回400円)
- 会場：川和小学校コミュニティハウス 研修室
- 対象者：健康や体操に関心のある男性の皆様 先着20名
- 備考：動きやすい服装で、飲み物、室内履きをご持参ください。



川和町 茶室「山鳴庵」

◆ 茶室庭園 清掃活動のボランティアを募集しています!

◆ 薄茶体験(清掃活動後に行います。)

11月18日(日) 10時～12時30分

- 場所：茶室「山鳴庵」さんめいあん 昭和48年建築の茶室と庭園
地下鉄「川和町駅」徒歩15分
- 集合：9時30分(川和小学校コミュニティハウス)
- 参加費：無料、清掃活動後の薄茶体験は500円
- 持ち物：作業用手袋、茶室用履き替えくつ下
- 対象：小学生以上(小学生は保護者付添願います。)、10名 先着順締切り



裏面あります。

| 事業名・対象 | 日時・参加費 | 内 容 | 申込み |
|---|---|---|---|
| 親子の広場 かわわ★わーい 生後1か月くらいから 未就園児の親と子 | 毎月第2木曜日 10月11日(木) 11月8日(木) 午前10時～12時半 参加費:無料 | お子さんと一緒におもちゃで遊 んだりママ同士がおしゃべりし たり、のんびりできる広場です。 出入り自由、お弁当持参できま す。 | 予約不要 当日直接会場へ  |
| 囲碁の時間 対象:どなたでも 子ども、初心者も可 | 毎月第2・第4木曜日 10月11日、25日 11月8日、22日 午後1時～5時 参加費:無料 講師:先崎 丞(囲碁6段) | 囲碁に興味のある方は是非! 講師の方に、指導や対戦相手をしてもらえます。(3時～4時半) お好きな時間にどうぞ。 | 予約不要 当日直接会場へ  |
| 産後ママと赤ちゃんの ベビーヨガ& ラフターヨガⅡ (全5回) 対象:生後3か月～9か月 位の赤ちゃん和妈妈 | 10/1、15、29、11/12 11/26 いずれも、月曜日 午後1時半～2時半 1,500円(5回分) | 赤ちゃんとお母さんの絆を 感じながら エクササイズ しましょう。  | 先着10組 電話・FAX または窓口へ  |
| 第6回 川和健康フェスタ 地域の方、どなたでも | 10月24日(水) 午後1時半～3時半 参加費:無料 ・骨密度測定(先着50名) | 気軽に健康チェックしてみませ んか。骨密度、体組成計で体脂 肪、筋肉量等が測定できます。 ・別添えのチラシもご覧ください。 | 予約不要 当日直接 会場へ  |
| 男の健康体操教室Ⅱ (全5回) 対象:健康や体操に関心 ある男性。 | 10/31、11/7、21、12/5、 12/19 いずれも、水曜日 午前10時～11時15分 1,500円(5回分) 1回 400円 | 良い姿勢、動ける身体に! いつでも始められます。 痛みがあっても安心 して参加できます。 ・詳細は、表面をご覧ください。  | 先着20名 電話・FAX または窓口へ |
| うたごえ広場(第2回) 中川ともゆきさんと 歌おう! 対象:どなたでも | 11月17日(土) 午後1時半～3時 参加費:300円 (お茶付き) | 懐かしい唱歌、童謡、流行歌を リクエストに応じてギター の伴奏でみんなで歌います。 歌集にある歌はもちろん、ど んな歌でもOKです。 | 予約不要 当日直接会場へ  |

* お預かりした個人情報は本事業に関する連絡にのみ使用させていただきます。

サークルメンバー募集! (お問い合わせは、川和小コミュニティハウスまで。)

団体名:フレンド体操

- ◆ ロコモ予防、転倒予防の体操同好会です。
- ◆ 毎月 第2・第4水曜日 午前10時～11時30分
- ◆ 会費 月 800円 お気軽に見学にいらして下さい。

