



# ヨガ教室



日 程：令和4年9/5(月)、10/3(月)、11/7(月)  
令和5年2/6(月) 状況により中止もあります

時 間：午後3:30~4:30

場 所：おひさまプラザ (横浜市西区浅間町5-375-1)  
(浅間台地域ケアプラザではありません)

参加費：100円 持ち物：水分、手ぬぐい  
(5本指ソックス持ち込み可)

対 象：西区どなた様でも  
障がい者の方優先

受付：予約制(5名様まで)

\* マスク着用・検温あり



お問い合わせ・予約はお気軽に  
**045-311-7200**

**浅間台地域ケアプラザ**

地域交流担当

mail: hagiwara@hamano.or.jp