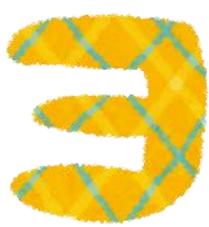


浅間台地域ケアプラザ 障がい者余暇支援

～心身ともに整える～ 初心者でも大丈夫!



教室



日程：第2月曜日(祭日は開催なし)

令和5年5/8・6/12・7/10・9/11・11/13・12/11

(令和5年4.8.10月 令和6年1.2.3月お休み)



ストレッチや呼吸法も
やります

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)

参加費：100円 持ち物：飲み物、手ぬぐい
(5本指ソックス可)



対象：西区どなた様でも(障がい者の方優先)

定員：予約制 5名

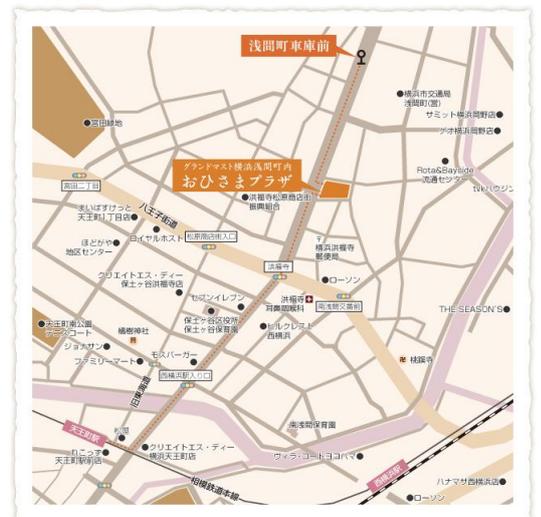
注意事項 新型コロナウイルス感染症拡大防止のためご協力の程宜しくお願いします。

保護者・お子様共に発熱(37.0以上)や体調不良がある場合はご遠慮ください。

咳エチケットに準じて、マスクを着用するなどのご対応をお願いします。

密を避けるため、予約制です。気軽にお問合せ下さい。

状況により、変更になる場合もございます。ご了承ください。



<お問い合わせ・ご予約>

浅間台地域ケアプラザ

地域交流担当 荻野 311-7200

ogino@hamano.or.jp