

遊びのおもちやランド



春ももうすぐそこまで来ています。縮こまった身体を伸ばして暖かい春を迎えましょう！

3月は岩元富美恵先生とヒーリングヨガで
ママがリフレッシュ！

ヒーリングヨガ講師の 岩元富美恵先生 と一緒に

親子でぽかぽか ヨガ&顔ヨガで全身スッキリ

話題のアイウベ体操でお顔もスッキリ！
身体も気持ちもぽかぽかに！！

ヨガのあとはいつものようにおもちやいっぱい自由遊びの時間

読み聞かせはどんなお話かな？どうぞお楽しみに！！

日時

3月2日(金) 10:00~12:00

場所

東山田地域ケアプラザ / 多目的ホール

対象

0歳~3歳くらいまでの親子 25組程度

参加費

1組 100円 (お子さんが増えると+100円)

申し込み方法

2月14日(水) 13時より 電話または窓口にてお申し込み下さい

その他

動きやすい服装でおいでください

駐車場はありませんので、お車での来所はご遠慮ください



〒224-0024 横浜市都筑区東山田町270

~ここに笑顔がある~

東山田地域ケアプラザ

電話 045(592)5975

当ケアプラザは、個人情報保護法を遵守しています



主催：東山田地域ケアプラザ

協力：親と子のつどいの広場つづき



【ご利用のご案内】

利用時間／月～土曜日 9：00～21：00

日曜／祝祭日 9：00～17：00

休館日／毎月第3月曜日（地域交流のみ）

日曜日（居宅介護支援のみ）

年末年始

申込方法／◎部屋の貸出は直接地域交流担当へお問い合わせ下さい。

◎通所介護（デイサービス）は担当のケアマネジャーへご相談の上、お申込下さい。

◎その他ご相談は来館、電話で直接お受けします。

【お問い合わせ先】

〒224-0024 横浜市都筑区東山田町 270 番地

電話番号 045-592-5975

相談専用 045-590-3788

FAX 045-592-5913