



令和3年 3月号 瀬谷センターだより



横浜市瀬谷センター ☎ 045-303-4400

*瀬谷センターは…「瀬谷地区センター」と「瀬谷和楽荘」の複合館です

～3月募集 センター事業のご案内～

講座名	実施日・時間	参加費	申込方法・締切日
美・ボディエクササイズ (16歳以上45人)	4/8・22 5/13・27 6/10・24 7/8・15 8/26 9/9 (木) 全10回 14:00～15:00	400円	往復はがきまたは直接窓口 (返信用はがき必要) 3/20締切 応募者多数抽選 *体操系事業はいずれか 1つお申し込みください
～話してみよう～ はじめての英会話 (成人12人)	4/8・22 5/13・27 6/10・24 7/8・15 (木) 全8回 10:00～11:30	600円	
体幹ストレッチ (16歳以上45人)	4/9・23 5/14・28 6/11・25 7/9 8/27 9/10・24 (金) 全10回 14:00～15:00	400円	

※当選後のキャンセルにつきましては、材料費・傷害保険代として参加費をいただきます。

ぜひ、ご利用ください!



1階自習室の椅子を新しく
入れ替えました。座り心地
も良いと好評です。



2階和室に机と椅子を用意し
ました。会議等にもご利用い
ただけます。

～新着本のご案内～

- * 推し燃ゆ 宇佐見りん
- * 心淋し川 西條奈加
- * 野良犬の値段 百田尚樹
- * ガリガリ君ができるまで 岩貞るみこ
- * 伝説の家政婦志麻さんがうちに来た!
タサン志麻…他



～お知らせ～

- * 3月休館日 3月15日(月)
- * 4月休館日 4月19日(月)
- * A抽選会(5月分) 3月 3日(水)
- * B抽選会(4月2回目以降) 3月10日(水)



【 お知らせ 】 6月利用分 インターネット部屋予約システムによる抽選申込が始まります!

申込期間 **来館して申込(インターネットを使用しない)** 3月1日～3月31日
インターネット予約 4月1日～4月10日

* 申込期間が異なりますのでご注意ください。

【裏面につづく】



令和3年 3月号

瀬谷和楽荘だより

横浜市瀬谷センター ☎ 045-303-4400

* 瀬谷センターは…「瀬谷地区センター」と「瀬谷和楽荘」の複合館です。

老人福祉センター瀬谷和楽荘は、高齢者のみなさんが健康で明るい生活を楽しむための施設です。大広間で仲間とくつろいだり、健康の相談をしたり、「趣味の教室」を受講して教養を高めるなどみなさんの生きがいづくりにご利用ください。

4月の講座（3月募集・市内在住の60歳以上の方）

趣味の教室 他	実施日・時間	参加費・人数・場所	申込方法・締切日
【介護予防普及啓発事業】 リラックス・ヨガ	4/8・22、5/13・27、6/10・24 7/8・15、8/26、9/9（木） 全10回 12:30～13:30	45人 体育館	往復ハガキ、又は直接窓口 （返信用ハガキ必要） 3/20締切 応募者多数抽選
【介護予防普及啓発事業】 健康体操で 元気になろう！	4/9・23、5/14・28、6/11・25 7/9、8/27、9/10・24（金） 全10回 12:30～13:30	45人 体育館	
パソコン・スマホ お悩み相談	4/21（水） ①13:00～14:00 ②14:15～15:15 ③15:30～16:30 * 希望の時間帯を選んでください。 * 1人ずつ講師に相談します。	各時間帯3人ずつ 持ち物 スマートフォンまたは ノートパソコン （パソコンのインター ネット接続は不可） 2階 会議室3	・行事名 ・〒住所 ・氏名（ふりがな） ・年齢 ・電話番号 
【介護予防普及啓発事業】 お楽しみ和楽 ～童謡・唱歌～	4/7（月） 10:00～11:30	14人 3階 大広間	当日直接、先着順
【介護予防普及啓発事業】 お楽しみ和楽 ～脳トレ～	4/30（金） 10:00～11:30	14人 3階 大広間	当日直接、先着順

* 参加の際は老人福祉センター利用証をご用意ください。当日も発行できますので、保険証、運転免許証などをお持ちください。住所と生年月日を確認させていただき、作成いたします。

* 入館の際は消毒と検温、マスクの着用にご協力ください。

おかげさまで開設40周年 作品展示会のお知らせ

期間：令和3年3月まで

参加団体：瀬谷センターでサークル活動されている団体、自主事業参加者

展示場所：2階ロビーのショーケース
事務室前の廊下壁面

NEW

3階ロビーに健康器具を設置しました。ピットショルダー、リカレントバイク、イーステッパーを健康増進にお役立ててください。



自主 はじめての絵手紙



清墨会



簡単プチ絵



プチクラフト