

祝 勝田南町内会館
完成記念



勝田南 健康フェスタ

勝田南町内会館が令和3年2月に完成しました。

町内会館を色々な用途で、多くの方々にご利用していただくための「きっかけ」として、今回、新栄地域ケアプラザで出張講座を行います。講座内容は、会館利用に関する町内会アンケートの結果で多かった、

「体操」「コロナ禍のフレイル対策」といったテーマを中心に行います。是非、ご参加ください♪

	日時	講座名	内容
第1回	12月21日(火) 13時30分～14時30分	都筑の魅力を知ろう & 今年を振り返ろう & 体操と脳トレ	都筑の歴史や見どころを再認識、 令和3年に何があったか振り返り、 ブルーライトヨコハマ体操♪
第2回	令和4年1月13日(木) 13時30分～14時30分	楽しくコグニサイズ	頭の体操と運動を一緒に行い、 脳の活動を活発にしましょう♪
第3回	1月26日(水) 13時30分～14時30分	出張 あつまれスマホの森 スマホ入門編	スマホの基礎を学びましょう♪ スマホをお持ちください
第4回	2月10日(木) 13時30分～14時30分	出張 体力測定会	自分の体力を知って、体力づくりを しましょう♪(フレイル対策含む)
第5回	3月15日(火) 13時30分～14時30分	もしバナゲーム体験	カードゲームで、これからの人生を 自分らしく過ごすヒントに♪

対象者：勝田南にお住まいの方、近隣にお住まいの方、どなたでも (マスクの着用をお願いします)

定員：各回15名(先着) 1回参加でも可

場所：勝田南町内会館 (裏面に地図があります)

新たに「集いの場」、「体操」、「趣味活動」を行いたい方、
一緒に活動を手伝って下さる方も募集しています♪

申込・お問い合わせ先 1回ごとに申込みください

主催：新栄地域ケアプラザ TEL 592-5255

共催：勝田南町内会



会場：勝田南町内会館

住所：横浜市都筑区勝田南 2 丁目 8 番 21 号



お車でのご来場はご遠慮ください