

奈良地区センター便り

1

休館日 3/12・4/9 (毎月第2火曜)
3月の奈良でちゃちゃ 3/6 (水) 9:30~11:30
HPアドレス <http://yokohama-shisetsu.com/nara/>

地域の交流サロン 奈良でちゃちゃ

奈良地区センターでお茶しませんか?
どなたでもご参加いただけます。申込み不要、
出入り自由です。



★日時: 3/6 (水)・4/3 (水)
9時30分~11時30分。

★参加費: 100円

★場所: 奈良地区センター1階工芸室

主催: 奈良地区社会福祉協議会 協力: 奈良地域77クラブ



シェイフ エアロビクス(前期)

開催日: 4/16・4/23・5/21・5/28・6/4
6/18・6/25・7/2・7/23・7/30・8/6・8/20
8/27・9/3・9/17 (火曜日 全15回)
時間: 午前9時15分~10時15分
対象・定員: 青葉区在住の成人一般 80人
(お子様連れ不可・車での来館不可)

参加費: 2,500円 (全回分・保険料を含む)

講師: 木下 美香子さん

申込方法: 下記参照 3/19必着

※途中入室はご遠慮ください。
※当番制で開始前に体育室用具の
片付けをしていただきます。



Yuri ヨガ(前期)



開催日: 4/12・4/19・4/26
5/10・5/17・5/24・6/7・6/14・6/21・
7/5・7/12・7/19 (金曜日 全12回)

時間: 13時~14時

対象・定員: 青葉区在住の成人一般 80人
(お子様連れ不可・車での来館不可)

参加費: 2,000円 (全回分・保険料を含む)

持ち物: ヨガマット

講師: 森田由里さん

申込方法: 下記参照 3/19必着

※当番制で終了後の体育室用具のセッティ
ングをしていただきます。

わんぱくホリデー

親子でバルーンアートを楽しもう!

開催日: 4月13日(土)

時間: 10時~11時30分

対象・定員:

小学生と保護者 10組

参加費: 一組 300円

申込方法: 3/11より先着順



骨盤ストレッチ(前期)

開催日: 4/16・4/23・5/21・5/28・6/4
6/18・6/25・7/2・7/23・7/30・8/6・8/20
8/27・9/3・9/17 (火曜日 全15回)

時間: 午前10時30分~11時30分

対象・定員: 青葉区在住の成人一般 80人
(お子様連れ不可・車での来館不可)

参加費: 2,500円 (全回分・保険料を含む)

持ち物: ヨガマット

講師: 木下 美香子さん

申込方法: 下記参照 3/19必着

※途中入室はご遠慮ください。
※当番制で終了後の体育室用具の
セッティングをしていただきます。



おはなしのくに



★ひとりで聞ける子向け

3/13 (水曜日)

15:30~16:00

★ちいさい子向け

3/20 (水曜日)

11:00~11:30

直接工芸室へ

◆◆◆申込・問合わせ方法◆◆◆

先着順受付の講座は 3/11 (月) より来館・電話受付します。講座名、
氏名(ふりがな)、年齢、電話番号をお申し出ください。なお、抽選の講座は往
復はがき(62円×2)に 講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号をご
記入し、下記までお送り下さい。または、返信用はがき(62円)を
ご持参のうえ、受付でお申込みください。
〒227-0036 横浜市青葉区奈良町 1843-11
奈良地区センター TEL045-963-5380



裏面もあります