

大崎ゆうゆうプラザたより

【令和6年4月号】

4月の開催予定事業・講座のご案内

「桜オーナメントづくり」以外は参加費**無料**です（お申込みは『ご本人様』に限ります）

14日 桜オーナメントづくり

【先着15名】 親子マルシェ



10:30～11:30

●対象年齢:2歳～中学生

ご自宅に飾れる桜のオーナメントを作ります。

参加費：200円

●申込受付開始：3月31日（日）



21日 ファミリーダンス教室

【先着30名】

11:00～12:00

お子さんをメインに、ご家族で参加いただけるダンス指導プログラムです。

●申込受付中



1月 ハツラツ元気キープコース

【先着10名】



14:00～15:00

マット運動や立位運動を行います。運動習慣のある方、体力のある方向けの内容です。

●申込受付開始：3月25日（月）

12日 古典を愉しむ

【先着20名】

10:30～12:00

和歌古典の世界を講師による説明で愉しみます。大河ドラマの平安絵巻の世界をどうぞ一緒に！

●申込受付開始：4月5日（金）



5 12 19 26 金 地域ミニデイ

参加条件あり



9:30～11:30

ボランティアさんと一緒に体操やレクリエーション活動を行います。利用にあたっては在宅介護支援センターにご相談ください。

3 17 水 iPad脳トレ教室

【先着7名】

14:00～15:00

iPadを使って脳トレやゲームを楽しみます。いくつになっても若々しい脳を保ちましょう。

●申込受付開始：各開催日の1週間前



5 12 26 金 フレイル予防

参加条件あり ～地域ミニデイ卒業生コース

14:00～15:10

地域ミニデイを卒業した方のコースです。ご利用にあたっては、受付にご相談ください。

15日 練功をはじめよう

【先着12名】

14:00～15:30

「中国三大国民体操」のひとつとされる練功十八法。前段が終了、「益気功」を行っています。

●申込受付開始：4月8日（月）



30日 火 ボッチャ教室

【先着12名】

10:00～11:30

東京パラリンピックで人気急上昇。ボールを投げて、当てて…小チームで競い合う楽しいスポーツです。

●申込受付開始：4月23日（金）



JR大崎駅・南改札口を右折。黄色い点字ブロックを目印に大崎第二地域センター前を通過。30m先の百反通りを右折後80m先に設置した施設表示板を目印にご来館ください。



この他にも映画や「みんなで体操」などを実施します。

品川区立 大崎ゆうゆうプラザ

〒141-0032 品川区大崎2-7-13

☎:03-5719-5322 FAX:03-3779-2520

日	月	火	水(入浴)	木	金(入浴)	土	
<div style="background-color: #f8d7da; padding: 10px; text-align: center;"> <h1>4月</h1> <p>April</p> </div>	1	2	3	4	5	6	
	みんなで体操 10:00~10:50 11:00~11:50 ハツラツ元気キープ 14:00~15:00		iPad脳トレ教室 14:00~15:00		地域ミニデイ 9:30~11:30 フレイル予防 14:00~15:10		
	7	8	9	10	11	12	13
		みんなで体操 10:00~10:50 11:00~11:50				地域ミニデイ 9:30~11:30 古典を愉しむ 10:30~12:00 フレイル予防 14:00~15:10	
14	15	16	17	18	19	20	
〈親子マルシェ〉 桜オーナメント づくり 10:30~11:30	みんなで体操 10:00~10:50 11:00~11:50 練習をはじめよう 14:00~15:30		iPad脳トレ教室 14:00~15:00	マッサージサービス 10:00~14:30	地域ミニデイ 9:30~11:30 フレイル予防 休講		
21	22	23	24	25	26	27	
ファミリーダンス教室 11:00~12:00	みんなで体操 10:00~10:50 11:00~11:50 スルグック映画館 14:00~15:40	麻雀ひろば 13:30~16:00			地域ミニデイ 9:30~11:30 フレイル予防 14:00~15:10		
28	29	30	<div style="border: 2px solid #007bff; border-radius: 15px; padding: 10px; background-color: #e0f2f1;"> <h3 style="text-align: center;">VR体験会</h3> <p style="text-align: center;">5月30日(木) 14:00~16:00 大好評につき、追加実施決定! 定員:10名</p>  </div>				
		ポッチャ教室 10:00~11:30					

【マッサージサービス】

施術日:毎月第3木曜日(1月と8月を除く)

時間:10:00~14:30の各回2名ずつ

申込:毎月1日 9:00~7日 17:00

※申込は来館のみ。希望者多数の場合は抽選



【入浴サービス】

利用日:毎週水・金曜日(祝日を除く)

時間:12:00~16:00(着替えて退出する時間)

※入浴の予約は不要

●日曜・祝日は地下のマッサージ機は利用できません



一般の方もお部屋利用できることをご存知ですか？

当施設は団体登録したグループにお部屋をお貸ししていますが、お部屋があいている場合は、一般の方にも有料でお貸ししています。年齢制限なし。品川区民以外も可能。ただし、営利目的、宗教や政治活動はできません。詳しくは当施設までお問い合わせください。

●料金:レクリエーション室2/700円~、コミュニティ室/800円~

初めて施設をご利用になる方は登録が必要です。
60歳以上の品川区民であることがわかる身分証明書(健康保険証など)をお持ちください。

【発行】品川区立大崎ゆうゆうプラザ

品川区大崎2-7-13 ☎03-5719-5322