

2022年9月20日発行



2022年10月日程表

開所時間 AM9:00~PM4:00

指定管理者 公益財団法人社会教育協会

日野市湯沢福祉センター「ゆざわ・ここからネット」

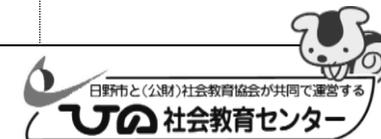
〒191-0042 日野市程久保873

TEL 042-592-4125



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--------------|-----------------|---|---|--|---|---|
| | 休館日 | | | | | 1 10:00~11:00 絵手紙の会 参加費:300円(回数券OK) |
| 2 お休み | 3 休館日 | 4 10:00~11:00 ちょっと頑張る ドキドキトレーニング 指導:佐藤文代 参加費:500円 (回数券OK・2ポイント) 13:00~14:30 ★ここから倶楽部 『アニマルピンクッション』 指導:中村美由紀 参加費:400円 | 5  | 6 10:30~11:30 ワンポイント体操(回数券OK) 指導:中嶋智子 参加費:300円 13:30~14:30 『写経』 参加費:300円 (回数券OK) | 7 10:00~11:30 手しごとの会 | 8 10:00~11:30 リズム体操 みんなで踊る会 講師:さよこさん 参加費:100円(一カ月分) 13:00~14:00 卓球を楽しむ会 参加費:100円 |
| 9 お休み | 10 休館日 | 11 10:00~11:00 パソコンくらぶ | 12 10:00~11:00 スポレクゆざわ 『ポッチャ』 を開催 指導:道廣英彦 参加費:300円 (回数券OK) | 13 10:30~11:30 ワンポイント体操(回数券OK) 指導:中嶋智子 参加費:300円 | 14 | 15 ゆざわフェスタ ここから手づくり市 10:00~13:00 ・手づくり市 ・フリーマーケット ・フード販売 ・展示コーナー ・ミニコンサート |
| 16 お休み | 17 休館日 | 18 10:00~11:00 ちょっと頑張る ドキドキトレーニング 指導:佐藤文代 参加費:500円 (回数券OK・2ポイント) 13:00~14:00 ★もぐさオレンジカフェ | 19 13:00~14:30 ★折り紙を楽しむ 『秋の夜・ふくろう』 指導:小玉典子 参加費:300円  | 20 10:30~11:30 ワンポイント体操(回数券OK) 指導:中嶋智子 参加費:300円 | 21 10:00~11:30 手しごとの会 13:00~ ここシネマ 『お終活・熟春!人生百年 時代の過ごし方』 | 22 10:00~11:30 リズム体操 みんなで踊る会 講師:さよこさん 参加費:100円(一カ月分) |
| 23 うたごえ広場 | 24 31 休館日 | 25 10:00~11:00 パソコンくらぶ 13:30~14:45 楽ゆるエクササイズ 講師:小林桂子 参加費:500円 | 26 10:00~11:00 スポレクゆざわ 『レクダンス・ポッチャ』 を開催 指導:道廣英彦 参加費:300円 (回数券OK) | 27 10:30~11:30 ワンポイント体操(回数券OK) 指導:中嶋智子 参加費:300円 13:30~14:30 『写経』 参加費:300円 (回数券OK) | 28 10:00~11:30 手しごとの会 13:30~14:30 ★歌って!ら・ら・ら♪ 講師:上田道子 参加費:500円 (回数券OK・2ポイント) | 29 |

※こんなことやってみたい、こんなこと教えられます、こんな映画が観たい、
こんな歌をうたいたいなど、ご意見をお寄せください。 ★マークの事業は申込みをお願いします。【掲示期間：10月31日】



10月のお知らせ



ゆざわ・ここからネット
ホームページ



歌って!ら・ら・ら♪

日時 **10月28日(金) 13:30~14:30**
 講師 上田道子 (音楽療法士)
 費用 500円 (回数券2ポイント利用可)
 定員 20名 ※事前申込みをお願いします
 毎月様々なジャンルの歌を楽しみます。
映画音楽の特集です。



楽ゆるエクササイズ

日時 **10月25日(火) 13:30~14:45**
 講師 小林桂子 (楽ゆるエクササイズ公認インストラクター)
 費用 500円 ※事前申込みをお願いします。定員 10名
 内容 自分のからだは、自分で整えましょう。
 簡単エクササイズ・セルフ整体でからだづくりをします。



リクエスト映画会「ここシネマ」

上映中



10月21日(金) 13:00~終了まで 113分
 『お終活・熟春!人生百年時代の過ごし方』
 2021年公開 日本映画
 熟年離婚寸前の夫婦が人生整理に動き出す姿を明るくコミカルに描く
 橋爪功・高橋淳子・剛力彩芽



たまだいら文化の森 SDGs 映画祭

10月25日(火) 七生公会堂

*10:20~ 「ひまわり」
 *12:15~ 「医師 中村哲の仕事・働くということ」

※2本立て 当日券1200円・前売券1000円
 (湯沢福祉センターにて販売中)

ゆざわフェスタ
第7回ここから手づくり市
10月15日(土)
am10:00~pm1:00
湯沢ガーデン
手づくり市・フリーマーケット
フード 団体
・ふれあいサロンアムールコーポ
・NPO法人やまぼうし平山台
・高橋まんじゅう松盛堂
ミニイベント am10:30~
・日野市立日野第三中学校 合唱部
・カサランカ
・ジャズダンス
・かわせみシンガーズ
展示
・介護老人福祉施設ラベ日野
・百草ふくしの里あすなる
・多摩原遺園
ここからネット
ミニイベント am10:30~
・日野市立日野第三中学校 合唱部
・カサランカ
・ジャズダンス
・かわせみシンガーズ
展示
・介護老人福祉施設ラベ日野
・百草ふくしの里あすなる
・多摩原遺園
「お問合せ」日野市立湯沢福祉センター
〒191-0042 日野市程久保873
☎042-592-4125 FAX 042-593-5959
ゆざわここからネット
ホームページ

☆ゆざわフェスタ☆
第7回ここから手づくり市
10月15日(土)

さあー! 出かけよう!
 今年の、ゆざわフェスタは
 湯沢センター前庭で
 開催します
 お友だち、ご家族
 皆さんと一緒に
 2022 秋を
 楽しみましょう



2022 認知症サポーター養成講座 ステップアップ編

認知症を学び地域で支え合おう

日時 10月18日(火) 13時~15時
 会場 ゆざわ・ここからネット
 参加費 無料
 対象 認知症サポーター養成講座標準版を
 受講済の方

LINE 公式アカウントで
 ゆざわここからネットの
 ご案内をいたします。
 友だち登録をしてください。

LINE 公式アカウント
**友だち
募集**
 @36sorkee
 LINE@:36sorkee
 QRコードをスキャンしてください

