



2022年12月20日発行

2023年1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
TEL042-592-4125
E-mail yuzawakokokara@gmail.com



日	月	火	水	木	金	土
1 休館日	2 休館日	3 休館日	4 プログラムは お休み	5 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	6 10:00~11:30 手しごとの会	7 10:00~11:00 絵手紙を楽しむ会 参加費:300円(回数券OK)
8 お休み	9 休館日	10 寄合処ひの 開催日 10:00~11:00 ※会場変更 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)	11 10:00~11:00 スポレクゆざわ 『パーティーゲームⅡ』 を楽しみます 指導:道廣英彦 参加費:300円 (回数券OK)	12 寄合処ひの 開催日 10:30~11:30 ※会場変更 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 ※会場変更 『写経』参加費:300円 (回数券OK)	13 寄合処ひの 開催日 10:00~11:30 手しごとの会 13:00~ ここシネマ 『グレンミラー物語』	14 10:00~11:30 リズム体操 みんなで踊る会 講師:清水さよこ 参加費:100円 13:00~14:30 ★卓球を楽しむ会 参加費:100円
15 お休み	16 休館日	17 10:00~11:00 パソコンくらぶ 『季節の絵手紙』 13:30~14:45 楽ゆるエクササイズ 講師:小林桂子 参加費:500円	18 13:00~14:30 ★折り紙を楽しむ会 『椿』 指導:小玉典子 材料費:300円 	19 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	20 10:00~11:30 手しごとの会 13:30~14:30 ★歌って!ら・ら・ら♪ ~日本全国歌めぐり~ 『奄美・沖縄編』 講師:上田道子 参加費:500円 (回数券OK・2ポイント)	21 10:00~11:30 リズム体操 みんなで踊る会 講師:清水さよこ 参加費:100円
22 お休み	23 休館日	24 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)	25 プログラムは お休み	26 寄合処ひの 開催日 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)	27 10:00~11:30 手しごとの会 13:00~ ここシネマ 『大河への道』 	2023・1・28(土) 『新春の集い・ゆざわ』 開 場 : 9時45分 開 演 : 10時から 参加費 : 無料 のんびり! ゆったり! おめでとう! みんなで新年を祝お 一般参加される方は 申込みをお願いします
29 お休み	30 休館日	31 10:00~11:00 パソコンくらぶ 『季節の絵手紙』 13:30~14:45 楽ゆるエクササイズ 講師:小林桂子 参加費:500円	= ご 案 内 = 1月・2月・3月、ゆざわここからネットのプログラム 開催会場を、変更する日があります。 変更については各プログラム担当スタッフが ご案内いたします。 確認、よろしくお願ひいたします。			

※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：1月31日】





2022年12月20日発行

1月のお知らせ



ゆざわ・ここからネット
ホームページ



「全ての人が健康でいきいきと笑顔で暮らせる、平和な世界でありますように！」

ひとり一人が早く日常の生活が取り戻せるように、コロナウイルス感染症に対する細心の注意をはらいながら、毎日をお過ごした1年。

皆様のご協力のおかげで様々な世代の方とプログラムに取り組み、楽しさが倍になりました。

新しい年も楽しさ100倍にしましょう。

どうぞよろしく願い申し上げます。

湯沢福祉センタースタッフ一同



のんびり ゆったり
おめでとう~!

=新春の集い・ゆざわ=

2023・初春 1月28日(土)

場 所：湯沢福祉センター3Fホール

開 場：9時45分

開 演：10時から

参加費：無料

※一般参加される方は申込みをお願いします

楽ゆるエクササイズ



日 時 1月17日(火)・31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 ※要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。

歌って!ら・ら・ら♪

日 時 1月20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。

日本全国歌めぐり・奄美、沖縄編



リクエスト映画会：ここシネマ

1月13日(金) 13:00~終了まで 117分

『グレンミラー物語』 1953年 アメリカ映画

数々の名曲で知られているトロンボーン奏者オルトル・グレンミラーの半生を映画化 ジェームス・スチュアート

1月27日(金) 13:00~終了まで 112分

『大河への道』 2022年 日本映画

落語家立川志の輔による新作落語「大河への道・伊能忠敬物語」を映画化
中井貴一・北川景子他

上映中



LINE 公式アカウント

友だち 募集中

@363orkee

LINEのQRコードから、ID検索する
QRコードをスキャンしてください



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。