

2025年2月20 発行

2025年3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

E-mail yuzawakokokara@gmail.com

(ホームページ)



日	月	火	水	木	金	土
		スペシャルプログラム みんなで ディスコダンス 同時開催: 集団ウォーク発表会 第2回 ゆざわ de 春踊り 3月8日(土) 10:00~12:00 もう春だよ みんなで一緒に			絵手紙の日 10:00~11:00 絵手紙を楽しむ会 参加費: 300円 (回数券 OK)	1 10:00~11:00 絵手紙を楽しむ会 参加費: 300円 (回数券 OK)
2 ここからネット お休み	3 (雛祭り) 休館日	4 10:00~11:15 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) 13:00~15:00 ★ここから倶楽部 2月の続きになります	5 10:30~11:30 歩き方教室 (回数券 OK) 「集団行動をやってみよう」 指導: 大久保杏奈 参加費: 300円 13:30~15:00 レクリエーション吹矢 参加費: 300円 (回数券 OK)	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 13:00~14:30 ウクレレ練習の日 参加費: 100円	7 10:00~11:30 手しごとの会 	8日(土) 10:00~12:00 第2回 ゆざわ de 春踊り (申込制) (チラシ参照)
9 ここからネット お休み	10 休館日	11 10:00~11:00 パソコンくらぶ 「パソコンで絵手紙」 13:30~14:45 楽ゆるエクササイズ 講師: 小林桂子 参加費: 500円	12 10:30~11:30 歩き方教室 (回数券 OK) 「集団行動をやってみよう」 指導: 大久保杏奈 参加費: 300円 13:30~15:00 レクリエーション吹矢 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 13:30~14:30 『写経』 参加費: 300円 (回数券 OK)	14 (ホワイトデー) 10:00~11:30 手しごとの会 13:00~ ここシネマ 『ネバーエンディングストーリー』	15 10:00~11:30 リズム体操 みんなで踊る会 講師: 清水佐與子 / 参加費: 100円
16 ここからネット お休み	17 休館日	18 10:00~11:15 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)	19 13:30~15:00 レクリエーション吹矢 参加費: 300円 (回数券 OK) 	20 (春分の日) 休館日	21 10:00~11:30 手しごとの会 13:30~14:30 ★歌って! ら・ら・ら♪ ~北関東の特集~ (群馬・栃木・茨城) 講師: 上田道子 参加費: 500円 (回数券 OK・2ポイント)	22 10:00~11:30 リズム体操 みんなで踊る会 講師: 清水佐與子 / 参加費: 100円
23 30 ここからネット お休み	24 31 休館日	25 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 13:30~15:00 レクリエーション吹矢 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 13:00~14:30 ★折り紙を楽しむ会 『チューリップのブーケ』 指導: 小玉典子 参加費: 300円 (回数券 OK)	29 ここからネット休み

・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: 3月31日】

2025年2月20日発行



3月のお知らせ



(ホームページ)

3月の
スペシャルイベント

出演グループ

- ・七生特別支援学校
高等部/ダンス部
- ・ジャズダンスゆざわ
- ・にこにこ会
- ・湯っ子
- ・ゆざわウォークス
- ・ときどきシスターズ

地域リビング「ゆざわ・こころネット」

もう一度
みんなで一緒に
『ゆざわde踊っちゃオ!』
どなたでも参加できます

3/8 (土)

時間 10時～12時 参加費無料

会場 湯沢福祉センター 3F 集団ウォーク 同時開催

★事前申込みをお願いします 発表会

＝出演グループ＝
・七生特別支援学校ダンス部 (高等部)
・ジャズダンスゆざわ
・にこにこ会
・湯っ子
・ゆざわウォークス

スペシャルプログラム
みんなで踊る! ディスコダンス
by 福島 真紀

第2回
ゆざわde
春踊り

＝申込み・お問合せ＝
日野市湯沢福祉センター 地域リビング「ゆざわ・こころネット」
〒191-0042 東京都日野市程久保873
☎042-592-4125
yuzawakokokara@gmail.com

ゆざわこころネット
ホームページ

ゆざわこころネット健康づくりプログラム

**2025
ゆざわウォークス募集**

歩き方教室「集団行動」やってみない?!

転倒の予防は歩くことから。
準備運動からゆっくりと方向を変えたり、歩幅をそろえて歩いた
りみんなで楽しみながら、背筋を伸
ばして歩いてみましょう。
室内なので雨が降っても歩けます。

2025年 4月16日(水) 体験会
★5月7日(水)～7月16日(水) 全6回
★時間 10:30～11:30
★日程詳細はお問い合わせください。

会 場 日野市湯沢福祉センター3階ホール
参加費 1回 300円 (ゆざわこころネット回数券OK)
募集人数 10名
指 導 大久保杏奈

お問合せ・申込み **042-592-4125**
〒191-0042 日野市程久保873 E-mail yuzawakokokara@gmail.com

主催:公益財団法人社会教育協会 uの社会教育センター



3月28日(金) 午後
折り紙を楽しむ
『チューリップのブーケ』
参加費:300円
(回数券 OK)
申込み制

LINE 公式アカウント
**友だち
募集中**



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

『第2回ゆざわ行楽園』 が開催されました

2月2日(日) 節分の日、事前からの雪予報にドキドキしましたが、雪が降ることはなく、予定どおり開催をしました。防災を意識してのクイズラリーは、湯沢センター館内のあちら?こちらに?ポイントがあり、全問制覇した方にプレゼントが渡されました。ワークショップコーナーは、マッサージ、ネイル、キラキラ BOX 作りなど、誰もが楽しめるお店でした。他にも、シニア向けスマホ個別相談会場では、丁寧にスマホのお困りごとに対応しました。飲食コーナーは、お馴染みの焼き鳥、寒いのでおしるこ、パンコーナー、コーヒー販売で、皆さんのお腹は満たされたのではないのでしょうか。寒い中、お越しいただいた皆様ありがとうございました。

地域の誰もが楽しめるイベントに協力いただいた、明星大学の皆さん、各出店に協力いただいた出店者さま、ひのスマホサポート隊、三中アクションプラン実行委員会の皆さんお疲れさまでした。



地域のご案内/スマホサポート隊
スマホが使えない、わからないことを
相談に来てください
*3月26日(水)13時～15時
*もぐさ団地ふれあいサロンにて

リクエスト映画会:ここシネマ 3月14日(金)13:00～終了まで 121分

『ネバーエンディングストーリー』
1984年 ドイツ・アメリカ映画 102分
いじめられっ子の少年が逃げ込んだ古本屋で一冊の
本を見つけ不思議な力で本の世界に入り込む



歌って! ら・ら・ら♪

★北関東の特集(群馬・栃木・茨城)★

日時 **3月21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

