



2023年9月 南地区センターだより



編集/発行 南地区センター
〒232-0006 横浜市南区南太田2-32-1
☎741-8812 FAX:741-8813 休館日 9月19日

体力の維持と増進 「リズム体操A・B(全11回)」

日程 (全11回) 毎月第1・3木曜日(1月4日を除く)

10月	11月	12月	1月	2月	3月
5日	2日	7日	休	1日	7日
19日	16日	21日	18日	15日	21日

A 9時15分~10時15分

B 10時35分~11時35分

定員 各40名(抽選)

場所 南センター1階 体育室 費用 3000円



◆申込 9月1日~15日に南センターへ提出
(申込書は南センターで配布)

「パスタ作りにチャレンジ！」

自家製フェットチーネで塩昆布と牛乳の
塩ポナーラを作って試食してみよう!

日時 10月14日(土) 10時~14時

対象・定員 お子様から大人まで8名

※小学生以下のお子様は保護者同伴

参加費 800円 お土産付きです!

(お子様と保護者の参加は1組1200円)

※9月11日(月) 9時30分より当施設で受付

電話申込は同日13時から



「こそだて広場(対象:未就学児と保護者)」

日時:9/1、9/15、10/6 いずれも金曜日

10時30分~11時30分 直接施設へ

場所:南センター1階フレイルーム

