



大岡地区センターだより

横浜市南区大岡 1-14-1
☎ 045-743-2411

2022年3月号

休館日: 3月 22日 (火)

今月の自主事業(募集)

大岡クッキング 薬膳料理で免疫力 UP!

薬膳料理で免疫力アップ!身近な食材で簡単につくろう!
毎日の食事で健康増進を目指しましょう。



◎ 4月 17日 (日)

10時~12時

◎成人 12人 (先着順)

◎1,000円

◎3月 20日 9時から直接施設へ
(電話申込みは 10時から)

【メニュー】

グリンピースとウコンのごはん

鱈の春野菜マリネ

セリと銀耳(白きくらげ)のたらこ炒め

*お料理はコロナ感染状況によって
持ち帰りになります。

写経の時間 (副住職講話)

弘明寺観音美松副住職を招いて、写経が初めての方にも分かりやすく、目的や作法などのお話を聞き、一緒に写経を行います。会場はイス席です。

4月 14日 (木)

14時~16時 30分

◎成人 30人 (先着順)

◎500円

◎3月 17日 9時から直接施設へ
(電話申込みは 10時から)



ファミリータイム あそび・隊!

新聞遊びをします。果たしてどんな遊びなのでしょう。他にもパペットシアター、絵本など盛りだくさんです。遊びに来てくださいね。

◎3月 19日 (土)

10時~11時

◎未就学児と保護者

◎8組 (先着順)

当日直接施設へお越しください。



初めての太極拳

ゆったりとした動きが身体の柔軟性を維持し、健康に役立つ太極拳。初めての方にも分かりやすく行います。講師は王先生です。

◎4月 5日・19日・5月 3日・17日

(すべて火曜日) 5月 3日は祝日です。

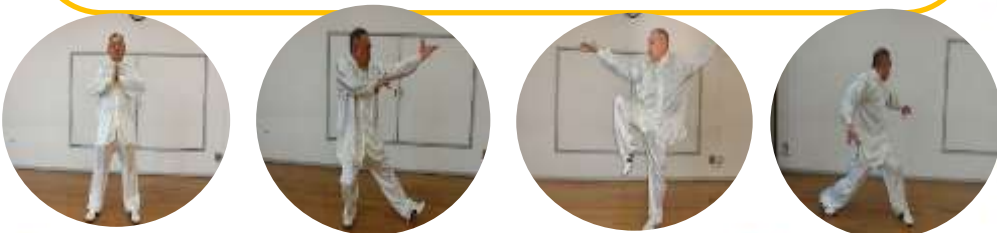
9時 30分~11時 (全 4回)

◎成人 12人(先着順)

◎1,200円

◎申込 3月 11日 9時から直接施設へ

(電話申込みは 10時から)



写経の時間 (和室)

◎3月 17日(木) 14時~19時

◎成人 10人(先着順)

◎300円

写経の環境を整えた和室です。自由に写経して頂きます。
当日直接施設へお越しください。
(正座椅子・イスの用意もごさいます)

- コロナ感染拡大の状況により中止になる場合があります。
- その他、変更のあった場合、ホームページでお知らせいたします。
- 不明な点は、大岡地区センターまでお問い合わせください。