

# 三崎町 ふれあいサロン

[住所] 神田三崎町3-1-17  
(三崎町二交差点・ラーメン店の並び)

[開室時間] 月・水・木曜日

11時30分～16時(祝日はお休み)

◆おいしいお茶を用意しています(無料) ◆お昼をお持ち頂き、お食事することもできます。

## 今月の お休み

4月 1日(水) ふれあいサロン ランプの灯(6ページ参照)  
4月16日(木) ふれあいサロン さくらの会(6ページ参照)  
4月29日(水) 祝日・昭和の日



サロンプログラムの予約は、電話か社協窓口で受付けます。キャンセルの場合は、必ず事前にご連絡をお願いします!

**フリータイム** 4月2日(木)、6日(月)、8日(水)、9日(木) ●定員 なし  
15日(水) 22日(水) 11時30分～15時 ●参加費 無料



フリータイムは、お茶を飲みながらおしゃべりしたり、お昼をみんなで持ち寄ってご飯を食べたり、のんびり過ごせる日です。特にプログラムはありませんので、自分のペースでゆっくりとお過ごしください♪塗り絵やクロスワード、数独などの脳トレグッズも用意しています。

## コーヒー教室

4月13日(月)  
14時～15時



要予約

●定員 15名 ●参加費 無料  
コーヒーの美味しい飲み方・淹れ方など、コーヒーについて一緒に楽しく学びませんか?参加者同士、店員さんをおしゃべりもできますよ♪初めての方も大歓迎!ぜひお申込みください!  
※多くの方に参加していただくため、コーヒー教室は一番町はあとサロン(P1参照)もしくは三崎町ふれあいサロンいずれか一方の参加とさせていただきます。

協力:スターバックスコーヒージャパン

## ネイルサロン

4月20日(月)  
13時30分～15時

要予約



●定員 5名 ●参加費 100円  
ボランティアさんが、季節に合わせたマニキュアで、指先を綺麗に彩ります!20分程度で仕上がりますので、時間に余裕を持ってお越しください。14時45分で受付を締め切りますので、ご予約された方は時間までに必ずお越しください!  
人気プログラムのためキャンセルの際は、必ず社協へご連絡をお願いいたします。

**ボディケア** 4月23日(木)  
11時30分～13時

要予約



●定員 8名 ●参加費 無料  
肩や腕のコリを10分程度ほぐします。姿勢もよくなり、頭もすっきりとリフレッシュできます♪季節の変わり目、体調を崩しやすい時期ですが、健康に関するアドバイスや豆知識も聞くことができますよ!  
(タオルをご用意ください。)

## 中国武術を用いた 健康教室

4月23日(木)  
13時30分～15時

要予約



●定員 6名 ●参加費 無料  
簡単な動きでゆっくりと体をほぐしていきます。少人数で楽しくにぎやかに開催しています。日頃の運動不足解消にぴったりです!初心者大歓迎♪動きやすい服装・靴でお越しください。

**映画交流会** 4月27日(月)  
13時～15時30分  
「日日是好日」

●定員 15名程度  
●参加費 無料

お茶がもたらす人生訓を綴ったエッセイを黒木華、樹木希林、多部未華子共演で映画化した感動作。おっちょこちょいな典子は従姉妹の美智子と「タダモノじゃない」と噂される武田先生の下でお茶を習うことに。意味の分からない所作にふたりは戸惑うが…。

★上映後は、皆さんでゆっくり  
映画についてお話ししましょう♪

監督:大森立嗣(2018年公開/100分)  
出演:黒木華、樹木希林、多部未華子など



## 手芸タイム

4月30日(木)  
13時30分～15時30分

●定員 8名  
●参加費 150円

要予約



手芸タイムは4つの作品から、お好きなものを1つ選んで楽しむことが出来るプログラムです。今月は「折り紙のバラ」、「リボンレイ」、「軍手のぬいぐるみ」、「花のブローチ」を作ります。簡単なものから少し複雑なものまで様々なレベルで楽しめます♪お友達やご家族へのプレゼントにもぴったりです!ご予約の際に、ご希望の作品をお伝えください。当日は針と糸をお持ちください。