

# 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  
13時～16時(祝日はお休み)

## お知らせ

■「要予約」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、事前にご連絡をお願いします！

**連絡先:03-3265-1901**

■以下の日程は、ふれあいサロン開催・祝日のためお休みです。

5月 3日(月)祝日・憲法記念日

5月 5日(水)祝日・こどもの日

5月12日(水)ふれあいサロン ランプの灯(7ページ参照)

5月20日(木)ふれあいサロン さくらの会(7ページ参照)



## 大学生と一緒に！ あたまやわらかサロン

5月6日(木)  
14時～14時30分



●定員 6名 ●参加費 無料

大学生のボランティア団体「IVUSA(イビューサ)」による、オンラインでの交流サロンを開催します！  
楽しいクイズや、体操などの楽しい企画を実施予定です。  
オンラインでのやり取りが初めての方も大歓迎！  
ぜひお越しください！

## 手芸タイム

●定員 各3名  
●参加費 150円

5月10日(月)、27日(木)  
13時30分～15時

要予約



今月の手芸タイムは、「リボンレイ」と「ピエロのブローチ」の2つの作品からおひとつ選んで楽しむことができます♪当日は細めの針と糸をお持ちください。  
リボンレイは、細いリボンを編んで可愛いキーホルダーを作ります。ピエロのブローチは、手のひらサイズの可愛いブローチです。

## 座ってできる♪ 健康教室

●定員 3名  
●参加費 無料

5月13日(木)  
13時30分～15時

要予約



イスに座り、中国武術の要素を取り入れながら、じっくり体をほぐしていきます。初心者も大歓迎です♪

当日は動きやすい服装・靴でお越しください。

※プログラム中は、室内の換気、マスクを着用したままの運動にご協力をお願いいたします。また、定員を制限しておりますのでご了承ください。

※人気プログラムのため、2ヶ月連続での参加希望の方はキャンセル待ちとさせていただきます。

## あそびじゅつの じかん

要予約

5月26日(水)  
14時～15時30分



●定員 4名 ●参加費 無料

毎回様々な手法で、楽しく色や形に触れていきます。何を作るかは当日のお楽しみ♪  
思いのままに自由に創作しましょう！  
初心者も大歓迎です。

## フリータイム 13時～16時 ●定員 6名 ●参加費 無料

5月6日(木)、17日(月)、**19日(水)**、**24日(月)**、31日(月)

お散歩の途中や外出のきっかけとして、ぜひお立ち寄りください。サロンには塗り絵や数独などの脳トレグッズ、ボードゲームなどの楽しいゲームもご用意しております。

★19日(水) 14時頃からは、活動センターが配信している動画「チャオチャンネル」を鑑賞します！

★24日(月) 14時頃からは、活動センター理学療法士の岩崎先生が出演しているストレッチ動画「自宅でチャレンジ」を鑑賞します！

