

毎月開催!

# 交流サロン

区民活動センター  
モモちゃん

どなたでも参加ができテーマによって  
楽しく自由におしゃべりしながら交流する場です

偶数月は第3金曜日・奇数月は第3土曜日に開催!

テーマは

元気に年を越そう! /

イスに座ってLet's

タップダンス

ゲストは… 皆川ミヨコ さん



タップダンスって実はイスに座りながらでもできるんです!  
足への刺激は脳の活性化も期待されます。音楽に合わせてタップ♪タップ♪  
交流会ではみんなでおしゃべりして“ココロ”も“カラダ”も元気に!  
どなたでもお気軽にご参加ください♪

日 時：2023年12月15日(金) 10時～12時

会 場：区民活動センター

定 員：15名 (都筑区、近隣区在住・在勤・在学の方優先)

持ち物：動きやすい服装、スニーカーなどのぬげにくい靴  
飲み物、タオル

参加料：無料

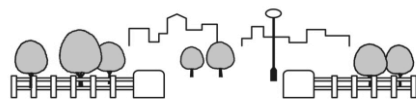
申込み：電話・窓口・二次元コード (電子申請)

いずれかから 電子申請二次元コードはこちら⇒



■お問合せ 都筑区民活動センター

横浜市都筑区茅ヶ崎中央32-1



Tel: 045-948-2237

E-mail: tz-katsudo@city.yokohama.jp

※この催しの様子は、広報紙やホームページ、SNS等に掲載される場合があります。