

5月13日(土)・14日(日)

第22回 こぶし祭 開催します。

昨年は、サークル作品展と動画での舞台発表でしたが、今年度は、4年ぶりにサークル作品展・サークル舞台発表・地域団体による模擬店を行います。完全には、新型コロナウイルス感染症が終息していませんので、例年よりは、規模は小さくなりますが、是非足を運んでください。

詳細は、チラシでご確認のうえ、皆様のお越しをお待ちしております。

5月申込共催講座

シニアのための フラメンコ講座

日時:6月1日(木)・15日(木)全2回
午前9時20分~11時20分
対象:市内在住の60才以上の方10人
申込:5月18日(木)から**先着順**

卓球倶楽部体験会

日時:6月10日(土)
① 午前9時~正午②午後1時~4時
対象:市内在住の
60才以上の方各10人
申込:5月20日(土)から**先着順**

サークル名	グラシア・デ・フラメンコ
活動日	第1・3 木曜日 午前9時20分~ 11時20分
講師	須田 玲子

サークル名	こぶし卓球倶楽部
活動日	第2・4土曜日 ①午前9時~12時 ②午後1時~4時
講師	笠間房子 神原芙佐子

こぶし荘では、現在55団体のサークルが活動をしています。
サークル共催事業とは、サークルの活動日に講座を開催し、体験をしていただくものです。
また、サークルの活動日には、見学もできますので、こぶし荘までお問い合わせ下さい。

5月申込主催講座

申込受付は、電話または来館で
受付時間は、午前9時～午後4時までです。

健康づくり講座

元気積み立て体操

日時:5月30日(火)

午前9時30分～11時30分

対象:市内在住の60才以上の方30人

講師:藤沢市みらい創造財団

スポーツ事業課指導員

申込:5月16日(火)まで**抽選**

運動が苦手な方でも、参加しやすい
講座です。是非チャレンジを！

もらって嬉しい！ 飴を包んで作るかわいいうさぎ

日時: 5月31日(水)

午前10時～正午

対象:市内在住の60才以上の方10人

費用:200円

申込:5月19日(金)まで**抽選**

棒つきキャンディーがひと手間
加えればかわいいうさぎの人形に
変身。ちょっとしたプレゼントに
いかがでしょう



水中運動入門講座

泳げなくても大丈夫。

無理なく楽しく全身運動

日時:6月4日～6月25日毎週日曜日

全4回 午前10時15分～11時30分

対象:市内在住の60才以上の方12人

申込:5月17日(水)から**先着順**

こぶし荘の水中運動浴室を利用
していただくには、まず、この入門
講座を受講していただき利用方法を
学んで頂きます。

ご先祖調べは面白い

ご先祖調べの具体的な方法を学ぶ

日時:6月6日(火)

午前10時～正午

対象:市内在住の60才以上の方32人

講師:戸部廣康氏

(藤沢市生涯学習人材バンク)

申込:5月21日(日)まで**抽選**

自分のルーツを調べてみたいと思
いませんか？どこから手を付けるべきか
基本的なことから学びます。

(問い合わせ) いきいきシニアセンター(藤沢市老人福祉センター) こぶし荘

藤沢市下土棚800-1 45-3121(月曜休館)

★こぶしアラカルト (4月～5月)
★こぶし荘のホームページでは、毎月定期的に動画を配信しています。

自宅で出来る運動や脳トレなど配信していますので、是非活用してみてください。

【 今後のお知らせ 】

サークル共催事業

☆令和5年度第22回こぶし祭 5/13(土)・14(日) 開催決定 !

詳しくは、チラシを広報ふじさわ4/25号にあわせて発行しますので、もうしばらくお待ちください。

☆令和5年4月から新年度スタート。職員一同、新たな事業等企画して参ります。どうぞ期待を。

