

平塚ゆうゆうプラザ 令和7年度 自主事業のご案内

習字【多世代交流事業】

習字の道具、字を書く事から始めませんか？
日時：毎月1・2回 木曜日 16:30～17:30
定員：7名【予約制】（入室は5分前から可能）

フラダンス【多世代交流事業】

初心者の方でも参加しやすく、ポーズの意味も
学びながらおこなっています。
日時：毎月1回 水曜日 18:30～19:30
定員：15名（入室は5分前から可能）

ボッチャ【多世代交流事業】

パラリンピック競技の1つです。
ジャックボールに近づくようにチームで競います。
日時：毎月1回 土曜日 13:30～15:30
定員：15名（入室は5分前から可能）

カフェひらゆう【認知症カフェ】

認知症の方やその家族、地域住民など、
どなたでもご自由に参加できます。
毎回、プログラムは変わります。
日時：毎月2回 水曜・木曜 14:00～15:30
定員：15名【予約制】（入室は5分前から可能）

スマホ・タブレットを学ぶ会【シニア向け】

スマホ操作でお困りのことはありませんか？
個別レッスンで悩みを解消しましょう！
日時：毎月1.2回 木曜日 13:30～15:00
定員：4名【1人30分 予約制】

地域ミニディ【65歳以上】

最近、転びやすい・躓きやすいなど心配なことは
ないでしょうか？
日時：毎週火曜日 9:30～（祝日・5週目以外）
内容：ミニディ共通体操・交流会など
定員：10名 条件などがございます。
詳しくはお問い合わせください。

将棋【多世代交流事業】

先生の対局を見て、仲間と作戦を立てたりしながら
学んでいます。初心者の方でも始められます。
日時：毎月1・2回 木曜日 16:30～17:30
（入室は5分前から可能）

演劇（朗読劇）【多世代交流事業】

自分の隠れた才能を見つけてみませんか？
声を出すことは、健康につながります。
日時：毎月1回 火曜日 17:00～19:00
（入室は5分前から可能）

ストレッチ【多世代交流事業】

フラフィットネス・バレエエクササイズです。
心も体もリラックスさせ、ストレッチしませんか？
日時：毎月2回 第1・3週金曜日 16:30～17:30
（入室は5分前から可能）
定員：10名【予約制】 レクリエーション1

科学工作【多世代交流事業】

科学で変化することも学びながら、工作を楽しみ
ます。
日時：毎月1回 土曜日 13:30～15:00
定員：15名【予約制】（入室は5分前から可能）

フリースペース・おもちゃ図書館【多世代交流事業】

木のおもちゃで遊んで楽しめます。
日時：毎月1回 14:00～15:30
（入室は5分前から可能）

ファミリーダンス【子ども向け事業】

親子で体を思い切り、動かしてみませんか？
絵本読み聞かせタイムもあります。
日時：毎月1回 日曜日 11:00～12:00
定員：20名【予約制】

予約、定員数は当館までお気軽に
お問い合わせください。

シニア向け事業

子ども向け事業

多世代交流事業

毎月の開催日は、自主事業用カレンダーでご確認ください。

問い合わせ ☎03-5751-7070 平日 月～金曜日 9:00～17:00

