

〒247-0052 鎌倉市今泉3-21-23

電話：0467-45-4611 (FAX共用)

e-mail：imaizumi@kamakura-shakyo.jp

指定管理者  社会福祉法人 鎌倉市社会福祉協議会

今泉さわやかセンター だより

令和7年 盛夏号



・センター開催講座・イベント情報

先着順、定員になり次第申込受付を終了します。

どうぞ
ご参加ください!



日時	講座/イベント名	詳細	申込期日
<p>9月開催!</p> <p>9/5・12 19・26 (すべて金曜日)</p> <p>13:30~15:00</p>	<p>～生活講座～</p> <h3>安心安全 スマホ入門講座</h3> 	<p>～スマホは持っているけど、 「電話」しかできないの～</p> <p>便利かつ安全な使い方覚えましょう。</p> <p>(1)スマホの基本操作 (2)「アプリ」を追加しよう (3)「LINE」を使おう (4)便利なアプリを使おう(音声検索・マップ)</p> <p>対 象：鎌倉市在住60歳以上の方で、かつ 当講座を初めて受講の方</p> <p>持ち物：自分のスマホ 定 員：15名程度(先着順)</p> <p>講師：鎌倉シチズンネット この講座は日本NPOセンター安心安全なデジタル環境づくり助成プログラムによって行われます。</p> 	<p>8/1(金)</p> <p>～センターへ 電話45-4611 または事務 室へ直接</p> 
<p>9/21(日)</p> <p>13:30~15:00</p> <p>定員：12名程度 持ち物：飲み物、 タオル 対象：鎌倉市在 住の小学生以上 の方</p>	<p>子どもから大人まで ～多世代交流事業～</p> <p>元力士の相撲術に学ぶ 心と体の健康術を伝授</p> <h3>相撲術で 心と体を健康に</h3> <p>元大相撲力士 大岩戸 上林 義之</p>	<p>相撲の稽古をベースにした相撲術を誰にでもわかりやすく、普段の生活にも役に立つ心と体の健康維持に必要な術を伝授します。相撲のエピソードや歴史の話を交えながら楽しく学べる健康運動教室です。この機会に心身ともに、リフレッシュして楽しく元気な毎を送りましょう。</p>  	<p>8/1(金)の 9:00～ お電話(45-4611)、または今泉さわやかセンター窓口へ直接お申込みください。</p>

～今泉さわやかセンターへの行き方～

- ・江ノ電路線バス「鎌倉湖畔循環」(JR大船駅東口交通広場5番乗り場)⇒今泉不動バス停下車
- ・今泉、今泉台地域送迎ワゴン車循環運行 ※利用には事前申請後、「乗車証」の発行手続きが必要です。利用希望の方は事務室までお問合せください。
- ・バイク・自転車で来館OKです! ※車での来館はできません。



■今泉さわやかセンター 保健師による「健康相談」8・9月の日程

8/1(金)・8/6(水)・8/21(木)・8/26(火) 9/3(水)・9/12(金)・9/16(火)・9/25(木)