

ほのぼのプラザ 通信

2024

4月号

〔企画・運営〕

社会福祉法人柏市社会福祉協議会
柏市加賀3丁目16-8

2024.4.12発行



6月 イベント情報

参加のお申し込みは

090-8739-5515

NEW

こうしねっと・矢沢さんによる

浴衣に合わせたい！

畳のへりでがま口バッグづくり

6 / 1 (土) 10:00～12:00

対象：どなたでも
内容：畳のへりを使ってがま口バッグを作ろう
参加費：2000円
定員：10名
持ち物：はさみ、定規またはメジャー
締切：5 / 23 (木)

たのたのくらぶさんによる

子どもも大人も楽しくものづくり！

～からくりおもちゃ「板がえし」を作ろう～

6 / 1 (土) 13:00～15:00

対象：5歳以上の親子または大人のみでも可
内容：パタパタ動く「板がえし」や「がりがりトンボ」を作ってあそぼう！
参加費：250円
定員：5組10名
持ち物：ハサミ、セロテープ、マジック、筆記用具
締切：5 / 23 (木)

初めてのインプロ（即興）ゲーム

6 / 3 (月) 13:30～15:00

対象：どなたでも
内容：初めての即興ゲームで対話しながらみんなで脳トレ
参加費：200円
定員：10名
持ち物：水分、マスク
締切：5 / 27 (月)

柏・笑いヨガクラブさんによる

笑って元気！笑いヨガ

6 / 4 (火) 13:30～14:15

対象：どなたでも
内容：誰でも簡単にできる笑いの健康体操
参加費：無料
定員：17名
持ち物：動きやすい服装、水分、マスク
締切：5 / 28 (火)

柏ITかたくりの会さんによる

スマホ活用講座～Googleアプリ編～

6 / 8 (土) 13:00～15:00

対象：どなたでも（スマホ初心者）
内容：Googleが提供する無料アプリをスマホに追加して、スマホ操作を体験します
参加費：500円
定員：12名 ※IT系イベントの為、当選のみご連絡
持ち物：スマートフォン、筆記用具
締切：5 / 30 (木)

公益法人日本吟道学院公認 柏選詩吟の会さんによる

人生100年 みんなで歌う健康詩吟③

～漢詩、俳句、和歌、現代詩～

6 / 11 (火) 12:40～15:10

対象：どなたでも
内容：腹式発声で詩吟を楽しく詠みましょう
参加費：200円
定員：15名
持ち物：筆記用具、マスク
締切：6 / 4 (火)

たくさん
学んで
たくさん
笑って

いきいき
過ごす
通いの場



※すべてのイベントは申し込み制です
※申し込みの受付は月～土曜 10:00～16:00（祝日除く）
※申し込み多数時は抽選。選外の方のみ*ご連絡いたします。
※土曜日開催のイベントの申し込み締切りは前週の木曜日（祝日の場合は水曜日）です。
※イベント会場は、全て「ほのぼのプラザますお」多目的ひろば2（2階）です。
※イベント参加時はマスク着用のご協力をお願いします。
※イベントは予定のため変更となる場合があります。
*IT系イベントを除く

まだまだあるよ！



ウラへ！

フレイル
予防
ポイント
対象



健康体操 ～100まで歩ける
身体づくり～

6/13 (木) 10:00～11:30

対 象：高齢者または体力に自信ない方
内 容：裸足（運動靴可）でイスやマットを使い、
簡単な体操やストレッチを行います
参加費：500円
定 員：20名
持ち物：動きやすい服装・靴、フェスタオル、
ヨガマット（ある方）
締 切：6/6 (木)

マインドフルネスって何だろう？
～自分に合った方法を見つける～

6/22 (土) 13:00～15:00

対 象：どなたでも
内 容：いくつかのマインドフルネス実践方法を
体験しよう。どなたでもお気軽にどうぞ！
参加費：無料
定 員：20名
持ち物：楽な服装、水分
締 切：6/13 (木)

NEW

NPOパートナーとうかつさんによる

楽しく作ろう！
布で作るフォトフレーム

6/25 (火) 13:30～15:00

対 象：どなたでも
内 容：レースやリボンで飾れる自分オリジナル
のフォトフレームを作ります
参加費：600円
定 員：10名
持ち物：持帰り用の袋、手拭き用タオル
締 切：6/18 (火)

DrumCircle-Beat@Kashiwaさんによる

癒しの打楽器で暑さを
吹っ飛ばそう！

6/29 (土) 13:30～15:00

対 象：どなたでも
内 容：誰でもできる打楽器を演奏し、即興音楽
を楽しみましょう
参加費：無料
定 員：20名
持ち物：特になし
締 切：6/20 (木)

みんなのcafé
ぼ～の

カフェボラ体験会やります！

カフェ内観



お申込・お問い合わせ先
みんなのcaféぼ～の
☎ 7170-5580

開催日 6/10(月)・6/25(火)

時 間 10:30～11:30

※ 締切 6/6(木)
(両日とも同じ内容です)

夏休みは学生さん向けにも
開催予定！
詳細は後日ご案内します☺



一緒においしい
コーヒーを淹れましょう♪



つながる広がる
通いの場
みんなのcaféぼ～の

月・火・木・土
10:00～15:30
※祝・年末年始休み
☎ 7170-5580



月・火・木・土
10:00～16:00
※祝・年末年始休み
☎ 7170-5580

柏南部第2
地域包括支援
センター

月～土
8:30～17:15
※祝・年末年始休み
☎ 7170-9300



カフェボラボランティア募集中♪

隙間時間を活用しませんか？
学生、お勤めの方、主婦、ご年配の方など。大歓迎
です！（問合せ | 7170-5580）



LINE 公式アカウント

「ほのぼのプラザますお」
から耳寄りな情報をお届けします。