



2022年 12月号

# 戸部コミュニティハウス たよい

〒220-0043 横浜市西区御所山町1-8

TEL : 045-231-9865

FAX : 045-231-9866

開館時間：平日 9:00~21:00 日祝 9:00~17:00

12月の休館日：12月19日（第3月曜日）

年末年始休館日：12月29日（木）～1月3日（火）

募集中の自主事業

## マツサージ

## & 椅子ヨガ

椅子に座って行うヨガで血流アップ。体もすっきり♥

日時：1月23日・30日（月）

13時30分～14時30分

定員：成人先着15人

参加費：400円（2回分）

持ち物：室内履き・飲み物・フェイスタオル

申込み：12月15日（木）～来館または電話（1週間以内に  
参加費持参）

### 施設からのお知らせ

「ボッチャに挑戦」藤棚TCにて開催♥

令和5年1月19日（木）13:00～14:30

施設連携事業で戸部コミハも参加します。一緒に参加しませんか？

（詳細は藤棚地区センターまで TEL : 253-0388）