



成沢交流センター及び関連団体行事予定

6月30日	(金)	大腸がん検診 5・6号室 10:00～11:00 (容器配布)
7月5日	(水)	成人講座 (ゆかたの着付け講座)
7月7日	(金)	胃がん検診 5・6号室 7:00～9:00
7月11日(火), 18日(火) 25日(火)		成人講座 (自力整体講座)
7月29日	(土)	成沢交流センター一斉清掃 (関係グループには、別途連絡します) ※館内9:00～12:00まで使用できません
7月30日	(日)	鮎川探勝会
8月5日	(土)	成沢ふれあい盆踊り (雨天時8月6日(日))
8月10日	(木)	出張刃物研ぎ (成沢交流センター 9:00～15:00)
8月13日(日)～8月15日(火)		成沢交流センター全館休館 (お盆休み)
8月22日(火)～8月25日(金)		成人講座 (成沢パソコン講座)

夏休み子供講座

7月27日(木)・7月28日(金)		絵画教室 (絵画と工作 <ゴミ入れ>)
7月31日	(月)	工作教室 (ダンボール織り教室)
8月1日	(火)	工作教室 (ひらひら円錐ロケット、ブーメラン2種)
8月3日	(木)	工作教室 (キーホルダー作り・PPバンドボール・風船ホバークラフト)
8月8日	(火)	理科教室 (プロペラカー)

※成沢小児童には、学校から6月16日(金)にチラシを配布します。

ゆかた着付け教室

今年の夏は親子でゆかたを着ませんか！！

日時 : H29年7月5日(水) 10:00～12:00

場所 : 成沢交流センター 和室

講師 : 佐々木 早苗 先生 参加費 : 無料

持ち物 : ゆかた・帯(反帯、作り帯)・小物【腰紐2本、コーリンベルト、前板、フェイスタオル2枚、浴衣用肌着(キャミソール、ペチコートでもOK)】

(ゆかたをお持ちでない方、ゆかた一式5名分お貸しできます/洗濯代100円頂きます。)

※こども用のゆかたの肩上げ、腰上げの仕方も教えて頂けます。

申込 : 6月20日(火)～6月30日(金) 月～金 9:00～17:00

先着10名 成沢交流センター ☎ 35-5587



●●● 『成沢いきいきクラブ』 健康体操で追加募集【20名】

内容 : シルバーリハビリ体操とレクリエーション

日時 : 毎月第1、第3月曜日(祝祭日は休み) 10:00～11:30
(6/19(月)は見学、体験できます。)

場所 : 成沢交流センター 1号室 参加費 : 無料

申込 : 6/21(水)～6/28(水) 成沢交流センター窓口で申込用紙に記入して下さい。

成沢健康づくり推進グループと成沢シルバーリハビリ体操指導士会の共催



自力整体講座

～自分で身体をほぐす～

はじめてでも身体が硬くても大丈夫！！

東洋医学をベースに考えられた動きで、リンパ・血行・気の流れが良くなり筋肉や関節が柔らかくなります。自律神経や骨格も整います。本気で自分の身体を愛してみませんか？

日時 : H29年7月11(火)、18(火)、25(火) 10:00 ~ 11:30
場所 : 成沢交流センター 1号室
講師 : 岩間 久江 先生
参加費 : 無料
持ち物 : フェイスタオル、飲み水、運動しやすい服装
申込 : 6月20日(火) 9:00 ~ 先着 20名 成沢交流センター ☎35-5587



親子でクッキング

～主催：日立市食生活改善推進会～

❖❖お祖父さん、お祖母さん、と一緒にOK!!❖❖

日時 : H29年7月25日(火) 9:30 ~ 12:00
場所 : 成沢交流センター 調理室
持ち物 : 米1/2カップ(1人分)、エプロン、三角巾、ふきん(2枚)
材料費 : 200円(1人分)
献立 : ラップでおにぎり・モグモグ食べるスープ・ミックスジュース
プラス お楽しみの一品♪



応募〆切 : 7月11日(火) 先着10組

申込先 : 原子 (☎35-6641) ・長谷川 (☎35-0724)



鮎川探勝会

～主催 成沢学区青少年育成推進会～

日時 : H29年7月30日(日) 8:45 ~ 13:00
集合 : 成沢交流センター
参加料 : 無料 先着 100名 ※小学3年生以下は保護者の同伴が必要です。
内容 : 成沢交流センターから鮎川まで歩き、川遊びや自然探索を行う。
全身ぬれても良い服装、靴(長靴やサンダルはダメ)、※水着の着用をおすすめします。
持ち物 : 軍手、タオル、あれば魚とり網、主食となるおにぎり等、おはし、おわん、
申込 : 7月1日(土) 9:00 ~ 成沢交流センター ☎35-5587



*とん汁が出ます。(雨天時でも、とん汁は出ます)

*雨天時や鮎川の状況によっては、成沢交流センターに於いてゲームなどを行います。

成沢パソコン教室

日時 : H29年8月22日(火)、23日(水)、24日(木)、25(金)
9:30 ~ 12:00
場所 : 多賀中学校 B棟 3階 パソコン室
講師 : 大越 健児 先生、他 (ホームページきららの会メンバー)
内容 : 初級者向けパソコン教室
(グーグルマップやPDF ファイルの活用、他)
受講料 : 1,000円
持物 : 筆記用具、USBメモリー、(2GB程度)、スリッパ、飲み物
申込 : 6月19日(月) 9:00 ~ 先着20名



受講料を添えて成沢交流センターの窓口へ