ほのプラ通信

おつきさま、きれいだね
お団子も、まんまる。

2026年
# ほのぼのプラザますお 9月のイベント

出張歌声喫茶はみんぐばーどさんによる
## ギター伴奏で♪ みんなが主役の歌声喫茶

**9／1**（火） 10:30～11:45

おなじみの歌をうたって心身共に
元気になりましょう♪

対　象：高齢者
参加費：500円
定　員：29名
持ち物：飲み物（あれば）
締　切：8／25（火）

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！

**9／5**（土） 10:00～12:00

ブーメランやコマ等、くるくる回る
おもちゃを作ってあそぼう！

対　象：どなたでも
（大人だけの参加も可）
参加費：250円
定　員：5組10名
持ち物：はさみ、セロテープ、
マジックペン、筆記用具
締　切：8／27（木）

☀お陽さま太極拳さんによる
## ストレッチ・かんたん太極拳

**9／7**（月） 10:00～11:20

こころとからだにうれしい
初心者向けの太極拳

対　象：どなたでも
参加費：500円
定　員：12名
持ち物：飲み物、タオル、
動きやすい服装
締　切：8／31（月）

柏健康ソーラン倶楽部さんによる
## ソーランで元気に！ 自分のペースでフレイル知らず

**9／8**（火） 10:30～12:00

誰でもできるソーランで、
笑顔と筋力アップを目指しましょう！

対　象：どなたでも
参加費：500円
定　員：10名
持ち物：動きやすい服装、
飲み物、タオル
ヨガマット（あれば）
締　切：9／1（火）

食欲の秋

やきいも
大学いも
スイートポテト…

まよっちゃうね

New
つむのわさんによる
## アロマでほっとほどける♪ 季節のセルフケア

**9／10**（木） 10:00～12:00

精油を使った簡単セルフケアのお話。
忙しいママ達のごほうびタイム♡

対　象：どなたでも
（小さなお子様連れも可）
参加費：1000円
定　員：10名
持ち物：筆記用具、飲み物、
お子さんのお出かけセット
締　切：9/3（木）

井戸端会議さんによる
## ほのぼのしゃべくり会 ～みんなで楽しく語ろう～

**9／14**（月） 10:00～12:00

身近なことをみんなで気軽に
語りましょう

対　象：どなたでも
参加費：無料
定　員：15名
持ち物：筆記用具
締　切：9／7（月）

New
## 理学療法士が教える 「運動×生命保険」で認知症予防

**9／15**（火） 10:00～11:30

運動で防ぎ、保険で備える。
身体とお金の予防策をお伝えします

対　象：どなたでも
参加費：無料
定　員：20名
持ち物：筆記用具、メモ
締　切：9／8（火）

## 編み物（かぎ針）始めませんか！ “ハロウィンの小物入れ”

**9／19**（土） 10:00～12:00

みんなで編み物を一緒に楽しみましょう

対　象：どなたでも
参加費：500円
定　員：5名
持ち物：7～8号かぎ針、
筆記用具、
糸切ばさみ
締　切：9／10（木）

**参加のお申込みはこちら!!**

# 090-8739-5515

月～土曜　10:00～16:00（祝日除く）

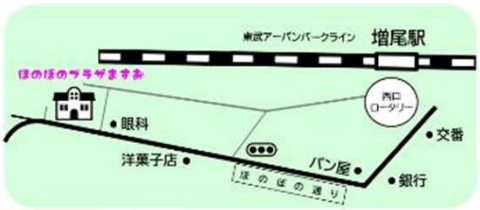
※すべてのイベントは申し込み制です
※申し込み多数時は抽選。
選外の方のみ*ご連絡いたします。
*IT系イベントを除く
※小学3年生までは保護者同伴でご来館ください
※イベントは予定のため変更となる場合があります。

**ウラ面にも イベント情報 あります♥**

〔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　2026.7.10発行

# 9月のイベント つづき

ほのぼのプラザますお住所
柏市加賀3丁目16－8




MAP

中野公美子さんによる
## アロマヨガ

**9／28**（月） 13:30～14:30

ラベンダーの香りでゆったり♡
ヨガの動きと呼吸法でリラックス♪

対　象：どなたでも
参加費：500円
定　員：20名
持ち物：動きやすい服装、タオル、飲み物
締　切：9／17(木)

DCBK(ドラムサークルビートアットカシワ)さんによる
## 心とリズムが響き合う ドラムサークル！

**9／29**（火） 10:00～12:00

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♪

対　象：どなたでも
参加費：無料
定　員：20名
持ち物：飲み物
締　切：9／17(木)

1Fのカフェには
ケーキも
あるよ

イベント報告

## あそびのせんせい たのたのくらぶさんと つくってあそぼう！
**6/6 開催しました**

いろんな木のおもちゃで
あそんだり

工作したり…

のんびり、ゆるっと
楽しみました☺

両イベントともに
たくさんのご来場
ありがとうございました！

## たなばたウィーク 開催しました

短冊にねがいごと
みんなでたくさん
書きました★

社会福祉法人 柏市社会福祉協議会

ほのぼのプラザますお1階
**増尾・新柏 ちいき♡いきいきセンター**
**月・火・木・土**
**10:00～16:00**
※祝・年末年始休み
☎ 7170-5580

**みんなのcaféぼ～の**
ご注文は15:30まで♡

柏市加賀3丁目16－8

ほのぼのプラザますお
LINE 公式アカウント