

【全て】

第5回健康スタンプラリー対象事業一覧【保土ケ谷区】

平成29年3月31日現在

※費用の記載がないものは無料です。

※ウォーキング等の事業には、動きやすい服装でご参加ください。

※日程等変更する可能性があります。お手数ですが、事前にお問い合わせ先まで確認をお願いします。

※第5回よこはま健康スタンプラリーの対象となるのは29年1月から6月までの実施分です。

	事業名	対象者	実施日	時間	会場	問合せ先 (名称)	問合せ先 (電話)	申込	参加費	備考
1	【きらり☆シニア塾】 天王町シングルメイト (らくらく体操)	高齢者(天王町 町内会加入者)	奇数月 第2金曜日	11時半～13時半	天王町コミュニ ティセンター・天 王町町内会館	星川地域ケア プラザ	333-9590	要	昼食会参加 のみ200円	日時について は事前にご確 認ください
2	【きらり☆シニア塾】 上菅田中央ノルディック	高齢者	第3火曜日	10時～12時	上菅田中央自 治会館をスター ト・ゴール	上菅田地域ケ アプラザ	371-3831	要	無料	日時について は事前にご確 認ください
3	【きらり☆シニア塾】 コスモス&さくら会	65歳以上の岩 崎エリアの方	第1～第4 金曜日	10時～11時半	岩崎地域ケア プラザ	岩崎地域ケア プラザ	334-1551	要	無料	日時について は事前にご確 認ください
4	【きらり☆シニア塾】 れんが坂	高齢者	第1・3 木曜日	10時～12時	峰岡3丁目町内 会館	常盤台地域ケ アプラザ	339-5702	要	100円	日時について は事前にご確 認ください
5	【きらり☆シニア塾】 元気塾	境木町自治会 加入者	活動により異 なります	活動により異な ります	境木自治会館	今井地域ケア プラザ	351-8816	要	無料	日時について は事前にご確 認ください
6	【きらり☆シニア塾】 カトリア会	坂本町内会会 員	毎週月曜日	13時半～15時半	坂本町内会館	仏向地域ケア プラザ	336-1565	要	第2月曜日の 太極拳は 1回500円	日時について は事前にご確 認ください
7	【きらり☆シニア塾】 峰沢団地シニア倶楽 部(老人クラブ)	峰沢団地にお住 まいの方	活動により異 なります	活動により異な ります	峰沢団地集會 所・峰沢北公園 等	保土ケ谷区老 人クラブ連合会	331-3322	要	無料	日時について は事前にご確 認ください
8	【きらり☆シニア塾】 西谷楽寿会 (老人クラブ)	高齢者	活動により異 なります	活動により異な ります	西谷第3公園・ 逆田橋公園等	保土ケ谷区老 人クラブ連合会	331-3322	要	活動により 自己負担有	日時について は事前にご確 認ください
9	【きらり☆シニア塾】 なでしこ	山崎台自治会 加入者	第2・第4 月曜日	10時～12時	山崎台自治会 館	上菅田地域ケ アプラザ	371-3831	要	1回100円	日時について は事前にご確 認ください
10	【きらり☆シニア塾】 東伸ふれあいカフェ さくらの会	どなたでも自由 に参加可能	第3木曜日	11時～15時	東伸自治会館	岩崎地域ケア プラザ	334-1551	要	100円	日時について は事前にご確 認ください
11	【きらり☆シニア塾】 西谷第7福寿会 (老人クラブ)	高齢者	毎週 月・水・金曜日	活動により異な ります	逆田橋公園	保土ケ谷区老 人クラブ連合会	331-3322	要	活動により 自己負担有	日時について は事前にご確 認ください
12	【きらり☆シニア塾】 上菅田ノルディックウ ォーキング	どなたでも	第2・第4 火曜日	13時半～15時半	上菅田地域ケ アプラザをスター ト・ゴール	上菅田地域ケ アプラザ	371-3831	要	無料	日時について は事前にご確 認ください
13	【きらり☆シニア塾】 カトリア会 (老人クラブ)	高齢者	活動により異 なります	活動により異な ります	西原団地集會 所他	保土ケ谷区老 人クラブ連合会	331-3322	要	活動により 自己負担有	日時について は事前にご確 認ください
14	【きらり☆シニア塾】 ひまわり体操くらぶ	どなたでも	毎週金曜日	17時～18時半	上菅田小学校 体育館	上菅田地域ケ アプラザ	371-3831	要	月1000円	日時について は事前にご確 認ください
15	【きらり☆シニア塾】 サロン・ふらっと109	上星川団地にお 住まいの方	第3木曜日	13時～16時	上星川団地集 會室	常盤台地域ケ アプラザ	339-5702	要	無料	日時について は事前にご確 認ください
16	【きらり☆シニア塾】 シニアサロン 「やまびこ」	笹山団地自治 会加入者	第1・第3 金曜日	10時～12時	笹山団地自治 会集會所	上菅田地域ケ アプラザ	371-3831	要	月100円	日時について は事前にご確 認ください
17	【きらり☆シニア塾】 ひまわり体操	上菅田自治会 加入者	毎週水曜日 (1月・8月 は休み)	9時半～11時	上菅田クラブ	上菅田地域ケ アプラザ	371-3831	要	月300円	日時について は事前にご確 認ください
18	【きらり☆シニア塾】 ハッピー2	どなたでも	第2・4 月曜日	14時～15時半	帷子町会館	岩崎地域ケア プラザ	334-1551	要	月300円	日時について は事前にご確 認ください
19	【きらり☆シニア塾】 笹山第二寿会 (老人クラブ)	どなたでも	毎週 水・金・日曜日	8時半～	笹山団地自治 会集會所前広 場	保土ケ谷区老 人クラブ連合会	331-3322	要	無料	日時について は事前にご確 認ください
20	【きらり☆シニア塾】 第二桜寿会 (老人クラブ)	高齢者	第1・3・4 月曜日	13時～16時	桜ヶ丘自治会 館	保土ケ谷区老 人クラブ連合会	331-3322	要	活動により 自己負担有	日時について は事前にご確 認ください
21	【きらり☆シニア塾】 峰岡三丁目第一シ ニアクラブ(老人クラブ)	高齢者	活動により異 なります	活動により異な ります	峰岡三丁目公 園等	保土ケ谷区老 人クラブ連合会	331-3322	要	無料	日時について は事前にご確 認ください

【全て】

第5回健康スタンプラリー対象事業一覧【保土ヶ谷区】

平成29年3月31日現在

※費用の記載がないものは無料です。
 ※ウォーキング等の事業には、動きやすい服装でご参加ください。
 ※日程等変更する可能性があります。お手数ですが、事前にお問い合わせ先まで確認をお願いします。
 ※第5回よこはま健康スタンプラリーの対象となるのは29年1月から6月までの実施分です

	事業名	対象者	実施日	時間	会場	問合せ先 (名称)	問合せ先 (電話)	申込	参加費	備考
22	【きらり☆シニア塾】 新栄会(老人クラブ)	高齢者	活動により異なります	活動により異なります	新井町公園・新井町西公園・新井町第2公園他	保土ヶ谷区老人クラブ連合会	331-3322	要	活動により自己負担有	日時については事前にご確認ください
23	【きらり☆シニア塾】 体操グループ ハッピー	60歳以上の榑太坂境木連合自治会加入者	第2・4木曜日	13時半～15時	榑太坂境木自治会館	今井地域ケアプラザ	351-8816	要	年間2200円	日時については事前にご確認ください
24	【きらり☆シニア塾】 デイ・ケア すみれ	65歳以上の榑太坂境木連合自治会加入者	第3月曜日	10時～13時	榑太坂境木自治会館	今井地域ケアプラザ	351-8816	要	活動により自己負担有	日時については事前にご確認ください
25	【きらり☆シニア塾】 上菅田町富士見丘 睦会(老人クラブ)	どなたでも	活動により異なります	8時半～	上菅田みはらし公園	保土ヶ谷区老人クラブ連合会	331-3322	要	無料	日時については事前にご確認ください
26	【きらり☆シニア塾】 望洋グラウンドゴルフ 愛好会(若葉会 老人 クラブ)	どなたでも	月3回 不定期	9時～11時半	上菅田小学校 第2グラウンド	保土ヶ谷区老人クラブ連合会	331-3322	要	月500円	日時については事前にご確認ください
27	【きらり☆シニア塾】 どんどこ太鼓	どなたでも	月1回の日曜日(不定期)	午前中	上菅田地域ケア プラザ	上菅田地域ケア プラザ	371-3831	要	月100円	日時については事前にご確認ください
28	【きらり☆シニア塾】 山ゆりの会	1時間程度歩行 可能な方	毎週火曜日	9時半～11時半	横浜国大周辺	常盤台地域ケ アプラザ	339-5702	要	無料 (ボールは 100円で貸 出)	日時については事前にご確認ください
29	【きらり☆シニア塾】 釜台体操教室	釜台町自治会 会員 他地区で希望者	毎週月曜日	10時～12時	釜台町自治会 館	常盤台地域ケ アプラザ	339-5702	要	月1000円	日時については事前にご確認ください
30	【きらり☆シニア塾】 西谷第6シニアクラブ (老人クラブ)	高齢者	活動により異なります	活動により異なります	逆田橋公園他	保土ヶ谷区老人クラブ連合会	331-3322	要	無料	日時については事前にご確認ください
31	【きらり☆シニア塾】 ときもり倶楽部	高齢者	毎週水曜日	10時～12時 第4水曜日のみ 10時～16時	常盤台地域ケ アプラザ地域ケ アルーム	常盤台地域ケ アプラザ	339-5702	要	無料	日時については事前にご確認ください
32	【きらり☆シニア塾】 アヤマ会(老人クラブ)	どなたでも	毎週金曜日	9時半～12時	百合ヶ丘・茶ノ木自治会館前 広場	保土ヶ谷区老人クラブ連合会	331-3322	要	無料 (老人会加入 者は別途)	日時については事前にご確認ください
33	【きらり☆シニア塾】 シニアクラブ第3とき わ(老人クラブ)	常盤台地域にお 住いの概ね60 歳以上の方	毎週 月・水・金曜日	9時～11時	常盤公園 広場	保土ヶ谷区老人クラブ連合会	331-3322	要	年1200円	日時については事前にご確認ください
34	【きらり☆シニア塾】 千丸台クリア65	概ね65歳以上 の方、千丸台団 地住民優先	毎週土曜日	13時～14時半	千丸台団地第 一集会所	保土ヶ谷区役 所 高齢・障害支援 課	334-6328	要	1期300円 (5回分)	日時については事前にご確認ください
35	【きらり☆シニア塾】 クローバーの会	65歳以上の常 盤台西部自治 会加入者	第1・3 火曜日	13時～15時	常盤台西部自 治会館	常盤台地域ケ アプラザ	339-5702	要	月200円	日時については事前にご確認ください
36	【きらり☆シニア塾】 芝桜の会 (老人クラブ)	桜ヶ丘グリーン ハイツにお住 いの高齢者	月2回 不定期	活動により異なります	桜ヶ丘グリーン ハイツ集会所	保土ヶ谷区老人クラブ連合会	331-3322	要	活動により自己負担有	日時については事前にご確認ください
37	【きらり☆シニア塾】 コープ保土ヶ谷グリー ンクラブ(老人クラブ)	高齢者	活動により異なります	活動により異なります	コープ保土ヶ谷 集会所・第2公 園他	保土ヶ谷区老人クラブ連合会	331-3322	要	無料 (会費にて運 営)	日時については事前にご確認ください
38	【きらり☆シニア塾】 たんぽぽ	60歳以上	毎週火曜日	10時～11時半	新井町公民館	上菅田地域ケ アプラザ	371-3831	要	月200円	日時については事前にご確認ください
39	【きらり☆シニア塾】 古新田体操クラブ	どなたでも	第2・4 金曜日	10時～12時	上菅田地域ケ アプラザ多目的 ルーム	上菅田地域ケ アプラザ	371-3831	要	月200円	日時については事前にご確認ください
40	【きらり☆シニア塾】 古新田 グラウンドゴルフ	どなたでも	第2・4土曜日 (変更あり)	9時半～11時半	新井小学校	上菅田地域ケ アプラザ	371-3831	要	年200円	日時については事前にご確認ください
41	【きらり☆シニア塾】 ときわステップ会	どなたでも	第1・3 金曜日	13時半～15時	常盤台コミュニ ティハウス集 会室	常盤台地域ケ アプラザ	339-5702	要	1回100円	日時については事前にご確認ください
42	【きらり☆シニア塾】 ノルディック今井	歩ける方で健康 志向の方	第1・3 火曜日	13時～16時	今井地域ケ アプラザ	今井地域ケ アプラザ	351-8816	要	年1000円	日時については事前にご確認ください
43	【きらり☆シニア塾】 西久保弥生会 (老人クラブ)	西久保町在住 の高齢者	月・水・金曜	7時～8時	みらいの見える丘 公園など	保土ヶ谷区老人クラブ連合会	331-3322	要	無料	日時については事前にご確認ください

【全て】

第5回健康スタンプラリー対象事業一覧【保土ケ谷区】

平成29年3月31日現在

※費用の記載がないものは無料です。

※ウォーキング等の事業には、動きやすい服装でご参加ください。

※日程等変更する可能性があります。お手数ですが、事前にお問い合わせ先まで確認をお願いします。

※第5回よこはま健康スタンプラリーの対象となるのは29年1月から6月までの実施分です。

	事業名	対象者	実施日	時間	会場	問合せ先 (名称)	問合せ先 (電話)	申込	参加費	備考
44	【きらり☆シニア塾】 あじさいの会	自力で来所 できる高齢者	第2・3・4 木曜日	9時半～11時半	岩崎地域ケア プラザ	岩崎地域ケア プラザ	334-1551	要	月200円	日時について は事前にご確 認ください
45	【きらり☆シニア塾】 じょうしん健康ウォー キング	上新地区住民・ 家族・その知人	第1土曜日	9時～	保土ケ谷区や 緑区などの近隣 地区、近郊	上菅田地域ケ アプラザ	371-3831	要	1回100円	日時について は事前にご確 認ください
46	【きらり☆シニア塾】 ラジオ体操の会	どなたでも	月曜～土曜	6時半～	西釜台ゲート ボール広場	常盤台地域ケ アプラザ	339-5702	要	無料	日時について は事前にご確 認ください
47	【きらり☆シニア塾】 いきいきピンポン	川島第二町内 会の方	第1～3木曜日 第4金曜日	12時半～15時半	川島第二町内 会館	川島地域ケア プラザ	370-1550	要	1回100円	日時について は事前にご確 認ください
48	【きらり☆シニア塾】 めだかの学校①	どなたでも	第1・3木曜日	13時～15時半	今井地域ケア プラザ	今井地域ケア プラザ	351-8816	要	無料	日時について は事前にご確 認ください
49	【きらり☆シニア塾】 ときわの森体操教室	高齢者	第1・3水曜日	13:15～14:45	常盤台地域ケ アプラザ	常盤台地域ケ アプラザ	339-5702	要	年700円	日時について は事前にご確 認ください
50	【きらり☆シニア塾】 脳活サークル	高齢者	第2・4土曜日	12時半～16時	今井地域ケア プラザ	今井地域ケア プラザ	351-8816	要	活動により 自己負担有	日時について は事前にご確 認ください
51	【きらり☆シニア塾】 いきいき体操サークル	どなたでも	第2・4火曜日	12時半～14時半	聖ヶ丘教育福祉 専門学校体育 館	常盤台地域ケ アプラザ	339-5702	要	年2,000円 (24回分)	日時について は事前にご確 認ください
52	【きらり☆シニア塾】 横浜さくら会	近隣にお住まい のシニアの方	第2・4 火曜日	10時～12時	峰岡三丁目 町内会館	常盤台地域ケ アプラザ	339-5702	要	月100円	日時について は事前にご確 認ください
53	【きらり☆シニア塾】 南風サロン	上菅田小学校 周辺の自治会 加入者	第1・3 水曜日	第1水:10時～12時 第3水:11時～14時	上菅田南 自治会館	上菅田地域ケ アプラザ	371-3831	要	無料	日時について は事前にご確 認ください
54	【きらり☆シニア塾】 ぶらぶらノルディック	どなたでも	第1・3 木曜日	10時～12時	出発地点 上菅田小学校	上菅田地域ケ アプラザ	371-3831	要	無料	日時について は事前にご確 認ください
55	【きらり☆シニア塾】 秋桜会(コスモス会)	どなたでも	第4木曜日	13時～	今井地域ケア プラザ	今井地域ケア プラザ	351-8816	要	無料	日時について は事前にご確 認ください
56	【きらり☆シニア塾】 明神台サロンひだまり	どなたでも	第2・4 火曜日	11時～14時	コンフォール明 神台集会所	星川地域ケア プラザ	333-9590	要	1回100円	日時について は事前にご確 認ください
57	【きらり☆シニア塾】 シャキッ岡沢	どなたでも	第2・4 木曜日	第2木:10時～12時 第4木:10時～15時 (昼食は自由参 加)	岡沢町会館	常盤台地域ケ アプラザ	339-5702	要	入会時500円 (初回のみ)	日時につい ては事前にご 確認ください
58	【きらり☆シニア塾】 楽しくラジオ体操の会	どなたでも	毎日	6:30～6:40	上菅田第3公園	上菅田地域ケ アプラザ	371-3831	要	無料	日時につい ては事前にご 確認ください
59	【きらり☆シニア塾】 青空ひろば グラウンドゴルフ	百合ヶ丘、茶の 木自治会の方	毎週木曜日	9時～11時半	百合ヶ丘・茶の 木自治会館前 広場	上菅田地域ケ アプラザ	371-3831	要	無料	日時につい ては事前にご 確認ください
60	【きらり☆シニア塾】 ひまわりの会 めだかの学校5	どなたでも	第1・3 木曜日	13時半～15時半	法泉境木自治 会館	今井地域ケア プラザ	351-8816	要	無料	日時につい ては事前にご 確認ください
61	【きらり☆シニア塾】 スポーツ愛好会	どなたでも (園児は保護者 同伴)	第2金曜日 第4日曜日	12時半～15時	今井地域ケア プラザ	今井地域ケア プラザ	351-8816	要	1回300円 (子どもは無 料)	日時につい ては事前にご 確認ください
62	【きらり☆シニア塾】 スポーツ吹矢	どなたでも (園児は保護者 同伴)	第2、4水曜日	12時半～15時	岩崎地域ケア プラザ	岩崎地域ケア プラザ	334-1551	要	1回300円 (子どもは無 料)	日時につい ては事前にご 確認ください
63	【きらり☆シニア塾】 ひるがお(絆)	会館に来ること ができる方	第2、4火曜日	10時～12時	常盤台東部自 治会館	常盤台地域ケ アプラザ	339-5702	要	年500円	日時につい ては事前にご 確認ください
64	【きらり☆シニア塾】 スポーツ愛好会(権太 坂コミュニティハウス)	どなたでも (園児は保護者 同伴)	第2月曜日 第3土曜日	13時～15時	権太坂コミュニ ティハウス	今井地域ケア プラザ	351-8816	要	1回300円 (子どもは無 料)	日時につい ては事前にご 確認ください

【全て】

第5回健康スタンプラリー対象事業一覧【保土ケ谷区】

平成29年3月31日現在

※費用の記載がないものは無料です。

※ウォーキング等の事業には、動きやすい服装でご参加ください。

※日程等変更する可能性があります。お手数ですが、事前にお問い合わせ先まで確認をお願いします。

※第5回よこはま健康スタンプラリーの対象となるのは29年1月から6月までの実施分です。

	事業名	対象者	実施日	時間	会場	問合せ先 (名称)	問合せ先 (電話)	申込	参加費	備考
65	【きらり☆シニア塾】 ふれあい広場 早起き会	どなたでも	毎日 (正月約1週間 お休み)	6:30～6:40	上菅田自治会 ふれあい広場	上菅田地域ケ アプラザ	371-3831	要	無料	日時については事前にご確認ください
66	スポーツ吹き矢	一般成人	毎月第2・4水 曜日	13時～14時半	常盤台コミュニ ティハウス	常盤台コミュニ ティハウス	348-8277	要	100円	
67	スポーツウォーキング	一般成人	毎月第4木曜 日	13時～15時	常盤台コミュニ ティハウス	常盤台コミュニ ティハウス	348-8277	要	100円	雨天時 屋内ストレッチ
68	歌声サロン	一般成人	毎月第3火曜 日	13時～14時半	常盤台コミュニ ティハウス	常盤台コミュニ ティハウス	348-8277	要	100円	
69	園芸ボランティア	一般成人	毎月第3月曜 日	10時～12時	常盤台コミュニ ティハウス	常盤台コミュニ ティハウス	348-8277	要	無料	2階中庭で作業
70	親子3B体操	未就学児親子	毎月第3金曜 日	10時～12時	常盤台コミュニ ティハウス	常盤台コミュニ ティハウス	348-8277	要	300円	
71	うたごえサロン「メロ ディ」	地域の方どなた でも	毎月 第2金曜日	10時～12時	今井CP	今井CP	351-8816	要	200円	
72	元脳づくり	成人	毎月 第3月曜日	13時30分～15時	今井CP	今井CP	351-8816	不要	無料	
73	水彩スケッチクラブ	成人	毎月 第2土曜日	13時30分～ 15時30分	今井CP	今井CP	351-8816	要	200円	
74	みかんカフェ	成人	毎月 第2木曜日	14時～16時	今井CP	今井CP	351-8816	不要	無料	
75	レコードカフェ	地域の方どなた でも	毎月 第2月曜日	13時30分～ 15時30分	今井CP	今井CP	351-8816	不要	200円	
76	ミニデイ「てらん森の 友」	65歳以上	毎月第2土曜 日	10時～12時	上菅田地域ケ アプラザ	上菅田地域ケ アプラザ	371-3831	要	300円	
77	健康づくり教室	65歳以上	毎月第1・3木 曜日	13時～15時	上菅田地域ケ アプラザ	上菅田地域ケ アプラザ	371-3831	要	500円	
78	エアロビクス教室	どなたでも	毎月第3月曜 日	14時～15時	上菅田地域ケ アプラザ	上菅田地域ケ アプラザ	371-3831	要	300円	
79	歌声ひろば	区民	毎月第3水曜 日	13:30～15:00	星川地域ケ アプラザ	星川地域ケ アプラザ	045-333-9500	不要	100円	
80	シニア体操(三期会)	60歳以上の方	第1第3火曜	10:00～11:30	星川地域ケ アプラザ	星川地域ケ アプラザ	045-333-9500	要	無料	3月に新規募集
81	シニア体操(ハッピー 会)	60歳以上の方	第2第4火曜	10:00～11:30	星川地域ケ アプラザ	星川地域ケ アプラザ	045-333-9500	要	無料	3月に新規募集
82	サロンほしかわ	区民	第5を除く火曜 日	13:30～15:30	星川地域ケ アプラザ	星川地域ケ アプラザ	045-333-9500	不要	コーナーにより 無料～200 円	お盆、年末 休みあり
83	かるがも体操教室	区民60歳以上	第1木曜日(8 月休み)	13:30～15:00	星川地域ケ アプラザ	星川地域ケ アプラザ	045-333-9500	要	100円	3月まで
84	ボールペン字講座	65歳以上	毎月第1木曜 日	14時～15時30分	仏向地域ケ アプラザ	仏向地域ケ アプラザ	336-1565	要	無料	
85	囲碁・将棋クラブ	どなたでも	毎週火曜日最 終週は月曜日	13時30分～17時	仏向地域ケ アプラザ	仏向地域ケ アプラザ	336-1565	不要	無料	
86	ダンベル体操をはじめ よう	65歳以上	毎月第4金曜 日	13時30分～15時	仏向地域ケ アプラザ	仏向地域ケ アプラザ	336-1565	要	無料	

【全て】

第5回健康スタンプラリー対象事業一覧【保土ヶ谷区】

平成29年3月31日現在

※費用の記載がないものは無料です。

※ウォーキング等の事業には、動きやすい服装でご参加ください。

※日程等変更する可能性があります。お手数ですが、事前にお問い合わせ先まで確認をお願いします。

※第5回よこはま健康スタンプラリーの対象となるのは29年1月から6月までの実施分です。

	事業名	対象者	実施日	時間	会場	問合せ先 (名称)	問合せ先 (電話)	申込	参加費	備考
87	ふれあい音広場	どなたでも	毎月第4土曜日	13時30分～15時30分	仏向地域ケアプラザ	仏向地域ケアプラザ	336-1565	不要	100円	
88	座ったままできる体操	どなたでも	4月1日(土)	15時～16時30分	仏向地域ケアプラザ	仏向地域ケアプラザ	336-1565	要	無料	
89	ミュージックカフェ	60歳以上	毎月第3土曜日 8月1日休み	14時～15時30分	仏向地域ケアプラザ	仏向地域ケアプラザ	336-1565	不要	無料	
90	あったかサロン めくめく	どなたでも	4月24日(月)	10:00～12:00	くぬぎ台コミュニティハウス	川島地域ケアプラザ	370-1550	不要	100円	
91	あったかサロン めくめく	どなたでも	5月22日(月)	10:00～12:00	くぬぎ台コミュニティハウス	川島地域ケアプラザ	370-1550	不要	100円	
92	ビギナーヨガ	65歳以上	4月7日(金)	10:00～11:30	川島地域ケアプラザ	川島地域ケアプラザ		要	200円	
93	ビギナーヨガ	65歳以上	5月5日(金)	10:00～11:30	川島地域ケアプラザ	川島地域ケアプラザ		要	200円	
94	ハッスル体操	65歳以上	4月4日(火)	10:00～11:00	川島地域ケアプラザ	川島地域ケアプラザ		要	200円	
95	ハッスル体操	65歳以上	4月18日(火)	10:00～11:00	川島地域ケアプラザ	川島地域ケアプラザ		要	200円	
96	ハッスル体操	65歳以上	5月2日(火)	10:00～11:00	川島地域ケアプラザ	川島地域ケアプラザ		要	200円	
97	ハッスル体操	65歳以上	5月16日(火)	10:00～11:00	川島地域ケアプラザ	川島地域ケアプラザ		要	200円	
98	ほっとほっと茶屋	どなたでも	4月11日(火)	10:00～15:00	川島地域ケアプラザ	川島地域ケアプラザ		不要	100円	
99	ほっとほっと茶屋	どなたでも	4月25日(火)	10:00～15:00	川島地域ケアプラザ	川島地域ケアプラザ		不要	100円	
100	ほっとほっと茶屋	どなたでも	5月9日(火)	10:00～15:00	川島地域ケアプラザ	川島地域ケアプラザ		不要	100円	
101	ほっとほっと茶屋	どなたでも	5月23日(火)	10:00～15:00	川島地域ケアプラザ	川島地域ケアプラザ		不要	100円	
102	ドレミ	どなたでも	4月14日(金)	13:00～14:30	川島地域ケアプラザ	川島地域ケアプラザ		不要	100円	
103	ドレミ	どなたでも	4月27日(木)	13:00～14:30	川島地域ケアプラザ	川島地域ケアプラザ		不要	100円	
104	ドレミ	どなたでも	5月12日(金)	13:00～14:30	川島地域ケアプラザ	川島地域ケアプラザ		不要	100円	
105	ドレミ	どなたでも	5月25日(木)	13:00～14:30	川島地域ケアプラザ	川島地域ケアプラザ		不要	100円	
106	健康講座	どなたでも	4月13日(木)	10:00～11:30	川島地域ケアプラザ	川島地域ケアプラザ		不要		
107	健康講座	どなたでも	5月11日(木)	10:00～11:30	川島地域ケアプラザ	川島地域ケアプラザ		不要		
108	ポッチャ	どなたでも	4月22日(土)	10:00～12:00	川島地域ケアプラザ	川島地域ケアプラザ		不要		

【全て】

第5回健康スタンプラリー対象事業一覧【保土ケ谷区】

平成29年3月31日現在

※費用の記載がないものは無料です。

※ウォーキング等の事業には、動きやすい服装でご参加ください。

※日程等変更する可能性があります。お手数ですが、事前にお問い合わせ先まで確認をお願いします。

※第5回よこはま健康スタンプラリーの対象となるのは29年1月から6月までの実施分です。

	事業名	対象者	実施日	時間	会場	問合せ先 (名称)	問合せ先 (電話)	申込	参加費	備考
109	ポッチャ	どなたでも	5月27日(土)	10:00~12:00	川島地域ケア プラザ	川島地域ケア プラザ		不要		
110	クックGメン	65歳以上の男 性	4月20日(木)	10:00~12:00	川島地域ケア プラザ	川島地域ケア プラザ		要		
111	クックGメン	65歳以上の男 性	5月18日(木)	10:00~12:00	川島地域ケア プラザ	川島地域ケア プラザ		要		
112	筋力アップ健康ス トレッチ体操	成人	4/4~7/11 毎週火曜B (全15回)	10:15~11:30	初音が丘地区 センター	初音が丘地区 センター	352-3992	要	4500円 (全15回)	
113	レコードカフェ初音	誰でも	4月21日(金) (毎月第3金曜 日)	14:00~16:00	初音が丘地区 センター	初音が丘地区 センター	352-3992	要	200円	当日申し込み
114	親子で楽しいおはなし 会	幼児と保護者	4月10日(月) 5月29日(月)	10:30~11:00	西谷地区セン ター	西谷地区セン ター	371-3794	不要	無	
115	春のアフタヌーンコン サート	どなたでも	4月22日(土)	13:30~14:30	西谷地区セン ター	西谷地区セン ター	371-3794	不要	無	
116	親子で遊ぼう!	幼児と保護者	5月8日(月)	10:00~11:30	西谷地区セン ター	西谷地区セン ター	371-3794	要	300円	
117	パブリックテニス月朝 鈴木	16歳以上	4/17~6/26 月曜	9:20~10:50	保土ケ谷スポ ーツセンター	保土ケ谷ス ポーツセンター	336-4633	要	¥14,580	詳しくは施設 までお問い 合わせくだ さい。
118	パブリックテニス月昼 鈴木	16歳以上	4/17~6/26 月曜	13:15~14:45	保土ケ谷スポ ーツセンター	保土ケ谷ス ポーツセンター	336-4633	要	¥14,580	詳しくは施設 までお問い 合わせくだ さい。
119	パブリックテニス火朝 鈴木	16歳以上	4/11~6/27 火曜	9:20~10:50	保土ケ谷スポ ーツセンター	保土ケ谷ス ポーツセンター	336-4633	要	¥19,440	詳しくは施設 までお問い 合わせくだ さい。
120	パブリックテニス火朝 日野田	16歳以上	4/11~6/27 火曜	11:15~12:45	保土ケ谷スポ ーツセンター	保土ケ谷ス ポーツセンター	336-4633	要	¥19,440	詳しくは施設 までお問い 合わせくだ さい。
121	パブリックテニス水夜 青木	16歳以上	4/12~6/28 水曜	19:15~20:45	保土ケ谷スポ ーツセンター	保土ケ谷ス ポーツセンター	336-4633	要	¥20,790	詳しくは施設 までお問い 合わせくだ さい。
122	パブリックテニス水夜 A田口	16歳以上	4/12~6/28 水曜	19:15~20:45	保土ケ谷スポ ーツセンター	保土ケ谷ス ポーツセンター	336-4633	要	¥20,790	詳しくは施設 までお問い 合わせくだ さい。
123	パブリックテニス水夜 B田口	18歳以上	4/12~6/28 水曜	21:15~22:45	保土ケ谷スポ ーツセンター	保土ケ谷ス ポーツセンター	336-4633	要	¥20,790	詳しくは施設 までお問い 合わせくだ さい。
124	パブリックテニス木朝 A長谷川	16歳以上	4/13~6/29 木曜	9:20~10:50	保土ケ谷スポ ーツセンター	保土ケ谷ス ポーツセンター	336-4633	要	¥17,820	詳しくは施設 までお問い 合わせくだ さい。
125	パブリックテニス木夜 青木	16歳以上	4/13~6/29 木曜	19:15~20:45	保土ケ谷スポ ーツセンター	保土ケ谷ス ポーツセンター	336-4633	要	¥20,790	詳しくは施設 までお問い 合わせくだ さい。

【全て】

第5回健康スタンプラリー対象事業一覧【保土ケ谷区】

平成29年3月31日現在

※費用の記載がないものは無料です。

※ウォーキング等の事業には、動きやすい服装でご参加ください。

※日程等変更する可能性があります。お手数ですが、事前にお問い合わせ先まで確認をお願いします。

※第5回よこはま健康スタンプラリーの対象となるのは29年1月から6月までの実施分です。

	事業名	対象者	実施日	時間	会場	問合せ先 (名称)	問合せ先 (電話)	申込	参加費	備考
126	パブリックテニス金朝青木	16歳以上	4/14~6/30 金曜	9:20~10:50	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥17,820	詳しくは施設までお問い合わせください。
127	パブリックテニス金朝富田	16歳以上	4/14~6/30 金曜	9:20~10:50	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥17,820	詳しくは施設までお問い合わせください。
128	パブリックテニス金夜A長谷川	16歳以上	4/14~6/30 金曜	19:15~20:45	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥20,790	詳しくは施設までお問い合わせください。
129	パブリックテニス金夜B長谷川	18歳以上	4/14~6/30 金曜	21:15~22:45	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥20,790	詳しくは施設までお問い合わせください。
130	セミプライベートテニス土朝青木	16歳以上	4/15~6/24 土曜	11:15~12:45	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥27,000	詳しくは施設までお問い合わせください。
131	パブリックテニス土朝青木	16歳以上	4/15~6/24 土曜	9:20~10:50	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥21,600	詳しくは施設までお問い合わせください。
132	パブリックテニス日朝長谷川	16歳以上	4/16~6/25 日曜	9:20~10:50	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥23,760	詳しくは施設までお問い合わせください。
133	筋力バランス向上	50歳以上	4/11~6/27 火曜	12:20~13:30	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥4,400	詳しくは施設までお問い合わせください。
134	ふれあい健康	65歳以上	4/12~6/28 水曜	13:15~14:45	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥4,070	詳しくは施設までお問い合わせください。
135	かんたん筋トレ&ウォーキング	65歳以上	4/12~6/28 水曜	13:40~14:40	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥4,070	詳しくは施設までお問い合わせください。
136	はつらつ健康	50歳以上	4/14~6/30 金曜	11:15~12:45	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥4,070	詳しくは施設までお問い合わせください。
137	らくらく筋トレ	65歳以上	4/14~6/30 金曜	12:00~13:00	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥4,070	詳しくは施設までお問い合わせください。
138	ボディ・リセット	16歳以上	4/11~6/27 火曜	10:45~11:45	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥5,760	詳しくは施設までお問い合わせください。
139	シェイプアップ	16歳以上	4/11~6/27 火曜	11:10~12:10	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥5,160	詳しくは施設までお問い合わせください。
140	社交ダンス(初心)	16歳以上	4/11~6/27 火曜	13:30~14:40	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥5,520	詳しくは施設までお問い合わせください。

【全て】

第5回健康スタンプラリー対象事業一覧【保土ケ谷区】

平成29年3月31日現在

※費用の記載がないものは無料です。

※ウォーキング等の事業には、動きやすい服装でご参加ください。

※日程等変更する可能性があります。お手数ですが、事前にお問い合わせ先まで確認をお願いします。

※第5回よこはま健康スタンプラリーの対象となるのは29年1月から6月までの実施分です。

	事業名	対象者	実施日	時間	会場	問合せ先 (名称)	問合せ先 (電話)	申込	参加費	備考
141	社交ダンス(初級・中級)	16歳以上	4/11~6/27 火曜	15:00~16:10	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥5,520	詳しくは施設までお問い合わせください。
142	卓球	16歳以上	4/12~6/21 水曜	9:00~10:45	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥7,500	詳しくは施設までお問い合わせください。
143	姿勢デザイン教室	16歳以上	4/12~6/21 水曜	15:30~16:30	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥10,800	詳しくは施設までお問い合わせください。
144	色鉛筆画	16歳以上	4/12~6/28 水曜	13:05~14:35	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥6,490	詳しくは施設までお問い合わせください。
145	バドミントン午前	16歳以上	4/13~6/22 木曜	9:00~10:45	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥9,700	詳しくは施設までお問い合わせください。
146	バドミントン夜間	16歳以上	4/13~6/29 木曜	19:05~20:50	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥10,670	詳しくは施設までお問い合わせください。
147	フラダンス①	16歳以上	4/13~6/29 木曜	10:40~11:40	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥6,490	詳しくは施設までお問い合わせください。
148	フラダンス②	16歳以上	4/13~6/29 木曜	11:50~12:50	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥6,490	詳しくは施設までお問い合わせください。
149	太極拳	16歳以上	4/13~6/22 木曜	13:10~14:40	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥5,400	詳しくは施設までお問い合わせください。
150	健康塾	16歳以上	4/13~6/29 木曜	14:20~15:20	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥4,070	詳しくは施設までお問い合わせください。
151	レディースフィットネス	16歳以上	4/14~6/30 金曜	13:00~14:00	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥2,860	詳しくは施設までお問い合わせください。
152	ボディ・インパクト	16歳以上	4/15~6/24 土曜	10:40~11:40	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥4,800	詳しくは施設までお問い合わせください。
153	体幹トレーニング	16歳以上	4/12~6/28 水曜	11:40~12:30	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥7,700	詳しくは施設までお問い合わせください。
154	ルーシーダットン	16歳以上	4/12~6/28 水曜	12:40~13:40	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥7,700	詳しくは施設までお問い合わせください。
155	骨盤アプローチヨガ	16歳以上	4/13~6/29 木曜	15:30~16:30	保土ケ谷スポーツセンター	保土ケ谷スポーツセンター	336-4633	要	¥7,700	詳しくは施設までお問い合わせください。

【全て】

第5回健康スタンプラリー対象事業一覧【保土ヶ谷区】

平成29年3月31日現在

※費用の記載がないものは無料です。

※ウォーキング等の事業には、動きやすい服装でご参加ください。

※日程等変更する可能性があります。お手数ですが、事前にお問い合わせ先まで確認をお願いします。

※第5回よこはま健康スタンプラリーの対象となるのは29年1月から6月までの実施分です

	事業名	対象者	実施日	時間	会場	問合せ先 (名称)	問合せ先 (電話)	申込	参加費	備考
156	【きらり☆シニア塾】 カラオケ同好会	どなたでも	2回/月 不定期	13:30～16:00	常盤台地域ケア プラザ	常盤台地域ケ アプラザ	339-5702	要	無料	日時につい ては事前に ご確認ください
157	【きらり☆シニア塾】 ダンディーズ	高齢者	第2土曜日	10:00～12:00	星川地域ケアア プラザ	星川地域ケア プラザ	333-9590	要	500円/回	日時につい ては事前に ご確認ください