

2024年
3月

医真福祉会 地域共生空間 つながりだより



ひな飾り今年も出てます。
見に来てください♪



2/1(木) は『バレンタインを華やかに彩る
アートフルカッティングとオープンサンド』の
レッスンがありました。

共生空間中にフルーツのさわやかな香りがいっぱいに広がり何
とも言えない幸せな気分。そしてで出来上がりは、とっても
華やかで見ているこちらでもテンション上がります😊
参加されていたみなさまも笑顔いっぱい。次回も予定され
ていますので、ご興味ある方はぜひご参加ください♪

3月の お知らせ

3/30 (土) 14:00~



山本義則さんと大平昌宏さんの
ライブです

観覧無料!!

◎ライフスタイルラボさん
エクササイズとストレッチ
3/1・8・15・22・29
(金) 11:00 ~ 12:00

◎〜らふ〜不登校っ子家族の
止まり木ゆるっとカフェ
3/14(木) 13:00 ~ 15:00
参加費100円 ※申込不要

◎〜らふ〜八尾市『想いを
つなぐノート』綴る会
3/27(水) 13:00 ~ 15:00
参加費500円 ※申込不要
事務局(親なきあと相談室内)
藤井 TEL6-6648-8949

◎己書幸座
3/19(火) 13:30 ~ 15:00
お申込み・お問合せ
吉田陽子 TEL090-5972-0985

4月から始まります!
お申込みは共生空間まで

大人のためのバレエストレッチ 生徒募集

未経験の方でも安心のバレエの動きを取り入れた
ストレッチを中心に、バレエの基礎を身につけなが
ら美しく優雅な身体づくりを目指します!
お気軽に見学・体験にいらしてください。

- 1 未経験の力
大歓迎!
- 2 忙しい方でも
大丈夫!
- 3 美しい姿勢に
なるため、
多関節・全身の
柔軟性を高める
ためのストレッチ
を行います。
- 4 運動不足
解消に最適!
- 5 美しい姿勢に
なるため、
全身を動かして
全身をほぐして
日頃の運動不足の
解消に!

※開催日: 月2回 金曜日 11:00-1時間程度
※費用: 1レッスン ¥1,500 講師: 大阪バレエアカデミー教師

◆4月5日(金)11:00~ 体験レッスン会開催◆
大人のためのバレエストレッチでは、1コイン¥500で体験レッスンを開催します。
実際のレッスンに参加できますので、お友達同士でお気軽いらしてください。
持ち物: 運動しやすい服装、ソックス(バレエシューズの代わり)、汗拭きタオル、水



Instagram



Facebook

地域共生空間つながり

八尾市都塚3-1015-3
TEL 072-928-3013