

2025年

3月 カレンダー

はちまるサポート石川 交流スペース

日	月	火	水	木	金	土
23	24	25	26	27	28	1
2	3	4	5	6	7	8
			団体使用	団体使用	らくらく体操教室 (介護予防体操)	認知症サポーター養成講座 10:00~11:30
9	10	11	12	13	14	15
			かたらいカフェ 音楽を楽しむ会 (事前申込制) 13:30~14:20	団体使用	かたらいカフェ	かたらいカフェ 工作・さくらの壁飾り (事前申込制)
16	17	18	19	20	21	22
			講座「明日をつくる 今日の食卓」 (事前申込制) 10:00~11:30	団体使用	春分の日	らくらく体操教室 (介護予防体操)
23	24	25	26	27	28	29
			かたらいカフェ	団体使用	かたらいカフェ	かたらいカフェ 「学生との交流会」 (事前申込制)
30	31	1	2	3	4	5
			団体使用			

かたらいカフェ石川 3月イベント情報

毎週火・木・金曜 12:00~15:00 参加費:大人 200 円、子ども無料

お菓子付き・コーヒー・紅茶・昆布茶などおかわり自由

みなさまの憩いの場「かたらいカフェ石川」にお気軽にお立ち寄りください。お菓子とおかわり自由のお飲み物でボランティアの皆さんが温かくお迎えいたします。

音楽を楽しむ会

3月4日(火)第1火曜日 13:30~14:20

ハーモニカとギターの演奏をバックにマスク着用ですが歌詞カードを見ながら歌って楽しみましょう! **事前申込制:20名**

次回は4月1日

工作

さくらの壁飾り

事前申込制:6名
材料費 100円

3月7日(金)12:00~15:00

折り紙の花びらを切り抜き自由に貼って作ります。



「学生との交流会」

3月14日(金)13:00~15:00

参加者と創価大学 岩川先生・学生との交流会になります。 **事前申込制:8名**

午前中講座のご案内

健康講座「明日をつくる今日の食卓」

3月11日(火)10:00~11:30

講演:大塚食品

無料事前申込制:20名

健康にはバランスの良い食事ですよね!栄養全般についての講座です(減塩とタンパク質の両立・腸内環境等)

イベントは**事前申込制**です。申し込みはスタッフへお声をかけるかはちまるサポート石川までお電話ください。

石川子ども食堂よりお知らせ

3月15日(土) 食堂開催予定

予約制

参加費:大人 300 円、子ども(無料) 各回約 15 名

予約制:①11:00 ②11:45 ③12:30 ④13:15

予約方法:【ネット予約】3月10日(月)~

【電話予約】3月14日(前日)と3月15日(当日) 9:00~

石川子ども食堂予約



◆会場&お問い合わせ先

八王子市社会福祉協議会

はちまるサポート石川

住所:石川町 481 石川事務所2階

☎ 042-649-3390

✉ sasaeai-ishikawa@8-shakyo.or.jp

URL <http://www.8-shakyo.or.jp>

開所日時:月曜日~土曜日

9:00~17:00

休日:日曜・祝日

年末年始

