

# 総曲輪レガートスクエア多世代交流イベント まちなかサロンの冬休み

総曲輪レガートスクエアで  
伝統的な冬の風物詩を体験しよう！

## 手作りの門松で新年を

### かどまつ 富山の竹で門松を作ろう

講師：NPO 法人 Bamboo saves the earth  
酒井 隆幸さん

12月25日(土) 対象：小学生親子  
①10:00～12:00 ②13:00～15:00

## 書初め大会前 集中トレーニング！

### みんなで書初めしよう

講師：書道ボランティア

2022年1月6日(木)  
①10:00～12:00 ②13:00～15:00  
対象：小学3・4年生 対象：小学5・6年生

・場所：まちなかサロンまたは地域連携室  
(富山市総曲輪4-4-8 富山市まちなか総合ケアセンター 1F)

・申込期間：12/6～17

■参加申込など詳しくは下記まで  
総曲輪レガートスクエア協議会 事務局・まちスポとやま  
TEL.076-461-3332



## 新型コロナウイルス感染拡大防止のための 「まちなかサロン」利用についてのご注意

- ・クラスターが発生するおそれがある催し（イベント等）や「3つの密」のある集まりについては開催の自粛をお願いしています。
- ・利用人数の目安は最大12名程度とします。ご利用の際には人と人との間隔を2m(最低1m)あけましょう。 **密閉** **密集** **密接**
- ・内容は、大声での発声、歌唱や声援、接近した距離での会話が想定されないものとします。
- ・利用の前後には手指の消毒をおこなきましょう。
- ・水分補給以外の飲食は当面禁止とさせていただきます。

## まちなかサロン内の タニタ「体組成計」 をご紹介します！！

「外出を控えて運動不足気味…。まずは自分の体を知って運動計画を！」

◆1回100円  
(専用紙で結果をお渡し)

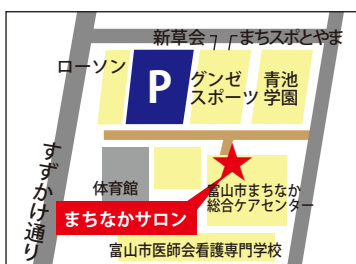
利用された方の声／

内臓脂肪にびっくり。  
食事を見直したい

筋肉量が手軽に  
測れてよかった

3カ月ごとに測っている。  
運動のおかげか筋肉量が増えてきてうれしい！

測定を希望される方は  
スタッフまでお気軽に



## 総曲輪レガートスクエア



富山市総曲輪4丁目 環状線「国際会議場前」下車徒歩2分。  
駐車場は隣接の立体駐車場等(有料)をご利用ください。