

交流スペース

まちなかサロン

富山市まちなか総合ケアセンター1F

3月イベントスケジュール



3日・17日 水 14:00~15:00

ミドルエイジの 3B体操

3種類の用具を使って音楽に合わせて楽しく動きます。運動が苦手な方も大丈夫。

◆費用：体験無料 定員：8名（申込順）

問 水曜の3B体操 ※申込はお電話で
TEL：090-2032-5048（安岡）

4日・18日 木 9:30~12:00

あなたのお話相手をさせてください 傾聴ボランティア

人は、話を聞いてもらうだけで元気になります。あなたに寄り添ってお聴きします。

◆費用：無料 ※個人面談は要予約

問 富山傾聴ボランティア・ピアの会
TEL：090-1312-3573（松岡）

5日・19日 金 11:30~12:30

フレンドリーハウス パン販売

菓子パンや総菜パンなど福祉事業所手作りのパンを販売します。

◆1個：110円 ◆売り切れ次第終了

問 フレンドリー会 ※マイバッグをご持参下さい
TEL：076-436-1642

13日 土 13:30~15:00

聞き書きカフェ とやま

お年寄りや身近な方の話を聞き、一冊の本にする聞き書き。語り手と聞き手の出会いの場。

◆費用：無料

問 聞き書きカフェとやま
TEL：076-422-1172

21日 日 10:00~11:30

Hi! English 留学生と英語を楽しもう

富山市在住の留学生と英語でコミュニケーションを楽しむイベント。詳細は裏面で！

◆費用：無料 定員：小学3~6年生10名

問 レガートスクエア協議会まちスポとやま
TEL：076-461-3332

26日 金 10:00~11:30

ひとり暮らしを はじめる前に

春から親元を離れ新生活を始める若者たちへ。その前に身に付けておきたい生活術を教えます。

◆費用：400円 ◆当日参加OK

問 富山友の会（谷川）
TEL：090-9761-6383

そのほか、下記講座を開催

■毎週金曜

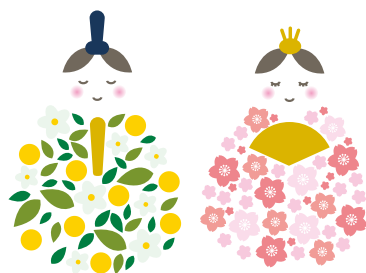
10:00 ~ 11:30 「ままのわ」

13:00 ~ 15:00 「まちなか保健室」

※上記については、内容など詳しくは「広報とやま」でご確認ください。

・お知らせ・

富山市民病院
「ふれあい健康講座」は
当面中止となります



Q まちなかサロンってどんなところ？

A

まちなかサロンは、皆さんの「何かやってみたい」を応援するスペース。乳幼児や高齢者、障がい者を含むすべての住民が参加・交流できる市民に開かれた自主活動を行う団体や個人の方が利用できます。利用してみたい方は下記まで！

※新型コロナウイルス感染拡大防止にともなう利用上の注意については、裏面をご覧ください。

利用予約のない時間は、休憩、読書や自習などにご利用いただけます（TOYAMA Free Wi-Fi 完備）。



パン販売



体操



ワークショップ

開催されている講座はHP内のカレンダーでもチェックできます！



会場についてのお問い合わせは

まちスポとやま

TEL：076-461-3332 FAX：076-461-3359

※各イベント・サークルへのお問い合わせやお申込みはそれぞれの主催先へお願いします。