



ハッピーさんによる  
楽しくステップしようよ♪

2/2(月) 10:00~11:45

正しい位置に足を運ぶステップで  
「頭からつま先まで」神経を集中して行います

対象:高齢者  
参加費:無料  
定員:15名  
持ち物:動きやすい服装、水分、タオル  
締切:1/26(月)

たかいメンタルサポートさんによる  
ミュージックセラピー  
～あなたの暮らしに潤いを一滴～

2/7(土) 10:00~11:00

音楽・ストレッチで心身を整え、  
マインドフルネスでリフレッシュ♪

対象:どなたでも  
参加費:300円  
定員:20名  
持ち物:筆記用具  
締切:1/29(木)

吉田綾子さんによる  
香りのイベント①  
～アロマクリームづくり～

2/19(木) 10:00~12:00

アロマを学び、自分好みの  
オリジナルクリームを作りましょう♥

対象:どなたでも  
参加費:1,000円  
定員:10名  
持ち物:筆記用具  
締切:2/12(木)

# ほのぼのプラザますあ 2月のイベント

ふれあい囲碁かしわさんによる  
いひとり 石取ゲームを  
楽しみませんか

2/3(火) 13:30~14:30

囲碁のルールを使った石取ゲームに  
挑戦！説明から始めるのでどもも  
OK！

対象:どなたでも(親子歓迎！)  
参加費:無料  
定員:20名  
持ち物:特になし 締切:1/27(火)

「生成AIを楽しむ」  
暮らしと心の彩り 体験会

2/9(月) 13:10~15:00

スマホでLINEスタンプ作成など最新の  
生成AIで暮らしに新たな彩りを✿

対象:どなたでも  
参加費:200円  
定員:12名 ※IT系イベントの為、当選のみご連絡  
持ち物:スマホ、筆記用具、飲み物  
締切:2/2(月)

※名札作成の為、お申込者のお名前を  
講師にお伝えします

吉田綾子さんによる  
香りのイベント②  
～自然素材の香水づくり～

2/19(木) 13:30~15:00

アロマを学び、自分好みの  
オリジナル香水をつくりましょう♥

対象:どなたでも  
参加費:1,000円  
定員:10名  
持ち物:筆記用具  
締切:2/12(木)

聞いてみよう！  
生前贈与のあげ方・もらい方

2/5(木) 10:00~12:00

ファイナンシャルプランナーが生前贈与  
に関する疑問をわかりやすく解説！

対象:どなたでも  
参加費:無料  
定員:10名  
持ち物:特になし  
締切:1/29(木)

出張歌声喫茶はみんぐばーどさんによる  
ギター伴奏で♪  
みんなが主役の歌声喫茶

2/10(火) 10:30~11:45

おなじみの歌をうたって心身共に  
元気になりましょう。  
たとえばリンゴの唄、北国の春など…

対象:高齢者  
参加費:500円  
定員:29名  
持ち物:特になし  
締切:2/3(火)



楽しく笑って華齢に長寿  
～フレイル予防・認知症(MCI)予防～

2/28(土) 10:00~12:00

フレイル予防の体操、認知症予防に  
コグニサイズ♪

対象:高齢者  
参加費:300円  
定員:20名  
持ち物:動きやすい服装、飲み物  
締切:2/19(木)



参加のお申込みはこちら!!

**090-8739-5515**

月～土曜 10:00~16:00(祝日除く)

※すべてのイベントは申し込み制です

※申し込み多数時は抽選。

選外の方のみ\*ご連絡いたします。\*IT系イベントを除く

\*小学3年生までは保護者同伴でご来館ください

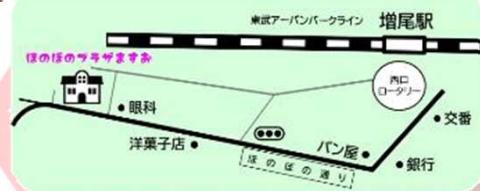
\*イベントは予定のため変更となる場合があります。



ウラ面も  
ご覧ください

イベント  
予告

ほのぼのプラザますお住所  
柏市加賀3丁目16-8



# みんなのcafeぼ～の バレンタイン ウィーク

2/9(月), 10(火),  
12(木), 14(土)

レジを通った方には  
チョコを  
プレゼント♥

フォトスポット  
登場予定!  
おたのしみに♪

くわしくは  
公式LINEで♥



ほのぼのプラザますお  
LINE 公式アカウント



月・火・木・土  
10:00～15:30  
※祝・年末年始休み  
☎ 7170-5580



月・火・木・土  
10:00～16:00  
※祝・年末年始休み  
☎ 7170-5580

柏南部第2  
地域包括支援  
センター  
月～土  
8:30～17:15  
※祝・年末年始休み  
☎ 7170-9300

