



# とくわっ子だより 4月号

徳和地区コミュニティセンター (TEL) 20-1100 (FAX) 60-1100

ホームページ



Instagram



## 健やか薬局さんによるハンドケア講座

無料

冬場は入念にハンドクリームを塗っていたのに、春になった途端保湿をおろそかにしていませんか？春からは紫外線が強くなり、ハンドケアは冬だけでなく年中必要です。

手荒れを予防するための効果的なハンドケアの方法や、ハンドクリームを使って実際にハンドマッサージを行い、前後での水分量を肌水分計で計測し、変化をチェックします。その他にも、薬剤師さんによる【塗り薬の豆知識…意外と知らない塗り薬の特徴や使い分けについて】管理栄養士さんによる【手ばかり整えよう！食事バランス…自分の手を使って食事の目安量ができる方法】などお話いただきます。

日時	5月9日(木) 10:00~11:00 (受付9:45~)
場所	徳和地区コミュニティセンター大会議室
内容	ハンドケアと肌水分計測
講師	健やか薬局虹が丘店 ・薬剤師 林 正真 ・管理栄養士 渡邊 菜摘
定員	16名(先着順)
対象	徳和地区の方
申込開始	4月11日(木) 8:30~ (来館・電話受付のみ) ※1回のお申し込みにつき2名分まで受付可



## 5月のそよ風コンサート

未就学児

おんいっく松阪の0歳から参加できるコンサートだよ♪  
やさしく軽やかなフルート音色で生演奏を楽しもう！

日時	5月15日(水) 10:30~11:15 (受付 10:00~)
場所	徳和地区コミュニティセンター大会議室
内容	くるみ割り人形より「あし笛の踊り」など 楽しい音楽手あそび♪
参加費	大人ひとり500円・こども無料
定員	40名程度(先着順)
対象	未就学児のお子様と同伴者
申込開始	4月16日(火) 8:30~ (来館・電話受付のみ) ※1回のお申し込みにつき2名分まで受付可
出演者	フルート：杉坂しょうこ・因優子・小崎杏那 ソプラノ：杉本佳代 ピアノ：井上豊子



## 夏のプラカゴバック作り

今年もやります！事務局によるプラカゴバック作り。今回は花柄の模様のちょっと小ぶりな可愛いバックをつくります。  
朝から製作し、出来上がり次第終了となります。作業をするのに、マイナドライバーがあると便利なので自宅にあるかたはお持ちください。  
途中、お昼休憩をはさみます。昼食には軽食(サンドイッチ)をご用意いたします。センターに見本が飾ってあるので見に来てください。

日時	5月29日(水) 9:00~16:00まで (受付8:45~) ※完成した方からお帰りいただきます
場所	徳和地区コミュニティセンター
内容	PPバンドを使ったカバン作り
講師	徳和住民自治協議会事務員 中西 祥子
定員	12名(先着順)
対象	徳和地区の方

参加費	700円(軽食付き)
持ち物	洗濯ばさみ(20個くらい) マイナドライバー・飲み物
申込開始	4月16日(火) 8:30~ (来館・電話受付のみ) ※1回のお申し込みにつき2名分まで受付可



縦 11cm  
横 23cm  
高さ 18cm