



こころ野通信 5月号



運営時間・閉館日

月曜～金曜 9:00～20:00

土曜日 9:00～17:00

閉館日 日曜日、年末年始

フリースペース利用時間

月曜～金曜 10:00～19:00

土曜日 9:00～15:00



都筑区生活支援センター こころ野

〒224-0033

都筑区茅ヶ崎東4-13-40

電話 045-947-0080(相談)

HP <https://tudoku.jp/kokorono/>

2026年 5月 第211号



【ご利用者の皆様へ重要なお知らせ】

■4月1日より平日(月曜日～金曜日)のフリースペースの利用時間を10時～19時、
電話相談の平日の時間帯を10時～12時、14時～19時に変更しております。

※土曜日の時間帯変更はございません。

■すがすがしい若葉の季節を迎えました。夏を思わせるような日差しの強い日もありますので、どうぞ無理のないペースでお過ごしください。



中川先生による嘱託医相談

5月19日(火) 13:30～15:00

場所 こころ野多目的室

1日3名限定 お一人約30分



事前登録・予約が必要です。予約は5/1(金)から受付開始。締切は5/9(土)とさせていただきます。詳しくはこころ野へお問い合わせください。

園芸プログラム

5月23日(土)

13:30～14:30

場所 こころ野前庭

※荒天中止、少雨実施

※当日は汚れてもいい服装でお越しください



Let'sストレッチ

5月4日(月)祝日

11:00～11:30

場所 こころ野フリースペース

定員 6名(要申込)

軽い運動で体をほぐし、気分転換!

楽しく皆でストレッチをしましょう♪



You&Me

5月28日(木)

14:00～15:00

場所 こころ野フリースペース



中川地域ケアプラザで活動されている傾聴ボランティアグループの「You&Me」さんが、こころ野にいらっしやいます。ぜひゆっくりとお話してください♪