

# イベントカレンダー 3月

4日(火)  
11:00~16:00

## 1dayアロマ

癒やしと健康のアロマ体験イベント  
初！ミモザリースワークショップ  
[予約優先] 11:00/ 14:00/ 15:00  
小15cm 2500円/ 大25cm 4500円  
背中と足裏へのアロマタッチケア40分2000円  
[予約優先] 12:00/ 13:30/ 14:30/ 15:30  
公式ラインにて受付(QRコード参照)  
もみほぐしなど予約不要の癒やしのブースもあり  
アクセサリーや雑貨、焼き菓子とパンあり  
花粉症ケアアロマスプレー作り500円  
アロマケア相談も可  
主催：グレイスフルアロマ  
問い合わせ：<https://lin.ee/yo863yr>



5, 12, 19,  
26日(水)


## 10:00~12:00 (体験無料) 自彊術[健康体操]

健康を作る[自彊術]  
あなたも体操を始めてみませんか！  
体の隅々まで生き生きリフレッシュ!!  
肩こり、不眠症、疲れを癒したい方  
是非お気軽にご参加ください。  
お待ちしております！

主催：さらしな会  
問い合わせ：090-1508-9768 (有馬)

6, 27日(木)  
10:15~11:45

## 歌声ひろば

季節の唱歌や懐かしい昭和の名曲を皆さんと一緒に  
歌いましょう！ピアニストによる生伴奏が好評で  
す。  
声を出すのが苦手でも大丈夫！音大卒講師によるワ  
ンポイントアドバイスや講師演奏もあります。楽に  
声を出して楽しく歌い、いつまでも元気で若々しく  
過ごしましょう♪  
お気軽にご参加ください(^^)   
※申し込みは要予約となります。

主催：Oto-nari  
問い合わせ：otonari09@gmail.com

7, 21日(金)  
10:00~11:00

## 母YOGA

時には自分のために、心と身体もケアしません  
か？たくさん呼吸を吸い込んで、ゆっくり体を  
動かしましょう。  
ヨガでは、心と体はつながっているとされて  
います。体を動かしてほぐしていけば、心も同  
時に柔らかくなっていきます。

▶参加費無料 ▶お子さん連れ大歓迎！

問い合わせ：0436-20-1090 (ウエルコミ)

8日(土)  
10:30~16:00

## 第5回 ハンドメイド color marche

人気作家のハンドメイドや、話題の  
ワークショップが、今回もウエルコミに  
集結いたします！  
入場料は無料ですので、ご家族やお友達を  
お誘い合わせの上、ご来場いただけたら  
嬉しいです。  
お買い物で、素敵なプレゼントも！！

主催：Team White  
問い合わせ：Instagram @teamwhite2024



12, 19, 26日(水)  
13:00~15:00

## 中国健康体操 (練功十八法)

「練功十八法」は中国で作られた気功体操です。日本の  
ラジオ体操をゆっくり呼吸をつけながら動く感じです。  
中国で長年の臨床経験や養生法、武術、マッサージの方  
法を加えて作られました。音楽の号令に合わせ、多くは  
2回ずつ繰り返し動きます。部分稽古をしながら行いま  
すので初心者でもなじみやすいです。水曜日(午後)の  
他、金曜日(午前)でも別グループですが実施していま  
す。軽い運動できる服装でお出てください。

参加費：900円/一回 申込不要

主催：市原練功十八法の会  
問い合わせ：090-4375-5005 (横川)

13日(木)  
14:00~16:00

## アコーディオンいちはら うたの集い

私たちはアコーディオン伴奏で唱歌や世界の民謡、フォークソングなど懐かしい歌や新しい歌も含め、楽しく歌っています。歌にまつわるお話も魅力です。お誘い合わせてお出かけ下さい。

持ち物：歌集「うたのひろば」ない方は受付にてお求め下さい。(300円)

伴奏：アコーディオンいちはら

お話と指導：ないとうひろお先生

駐車場：ウエルシア国分寺台店第2駐車場

主催：アコーディオンいちはら  
問い合わせ：0436(62)4121(鈴木)

27日(木)  
10:00~12:00

## スマホの日

～はじめてのスマホ体験講座～

スマートフォンに興味はあるけど使えるか不安…  
そんな皆さんのためのスマホ体験講座を開催！

テーマ「スマホの基本とキャッシュレス決済」

対象：どなたでもご参加頂けます！

(ご使用中の携帯会社、機種は問いません。)

スマートフォンをお持ちでない方も参加可能です)

定員：先着10名

問い合わせ：0436-20-1090 (ウエルコミ)

22(土)23(日)  
10:30~15:00

## Spring MARCHE



### 22日(土)子ども服・学用品のお譲り会

持ってくるだけでもOK！持っていくだけでもOK！  
サイズアウトしたお洋服や靴、帽子など眠っていませんか？  
今回はフォーマル服も受付致します♡



学用品の持ち込みもOK！  
お下がり学用品もあります！



### 絵ハガキコンテスト開催中！！

投票期間：2月22日～3月23日まで  
結果発表・授賞式：3月23日(日)13時

今回は Spring MARCHE スペシャル企画として  
絵ハガキコンテストを開催中！！

入選した方には素敵なプレゼント🎁も♡  
ぜひお気に入りの作品を見つけて投票してね！

### 23日(日)ハンドメイドマルシェ

物販にワークショップ、様々なハンドメイド作家さんが  
集まるマルシェです！  
ハンドメイドの温もりを感じてください♡



入園入学用品  
も多数取り揃えて  
お待ちしております！



Smile



Waマルシェ



主催：ウエルコミ運営委員会  
共催：Smile、WAマルシェ  
問い合わせ：welcommu.ichihara@gmail.com

ウエルシア・  
コミュニケーションセンターいちはら

☎ 0436-20-1090

(電話対応時間：火～日曜日 9時～18時)

✉ welcommu.ichihara@gmail.com

利用予約はこちら

FOLLOW ME

