



3月 教室・イベントのお知らせ



ふれあいプラザあかし西 TEL: 078-945-0294
二見町東二見 1836-1 FAX: 078-945-0295

日	月	火	水	木	金	土	
●ふれあいプラザあかし西 ■ボランティア体験教室 ★健康づくり教室 ▲福祉教室 ◎子育て支援センターあかし西 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、 中止・変更となる可能性があります。				1 ●貸室抽選会 9時10分～	2 ★すくすく計測 「身長・体重測定、 育児のよろづ相談♪」 10時～11時45分 ★はっぴい体操教室 ①14時～15時 ②18時～19時	3 ◎にこにこおしゃべり 10時～	4 ▲ふれあい加チャ-教室 (ゆったり体操) 14時～15時
5 ★のびのびジュニア 運動教室 10時～11時	6 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時	7 ◎ふれあいオープン ルーム 10時～ ★栄養教室 「美味しく腸活! ②」 10時～12時30分	8 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時 ▲ふれあい体操教室 17時30分～18時30分	9 ◎ふたみんクラブ 10時～11時 ★はっぴい体操教室 ①14時～15時 ②18時～19時	10 ◎にこにこおしゃべり ～交通安全教室～ 10時～10時45分 ■ほっとかい護 「今から 備える介護予防」 14時～15時	11 ◎おはなし会 11時～ ★スポーツ講習会 「切らずに治す膝の治療」 14時～15時	
12 ●さざなみコンサート 「フルラージュ・フルー ト・アンサンブル」によ るフルート・ピアノ演奏 11時～約1時間 ▲ふれあい加チャ-教室 (料理) 10時～12時30分	13 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時	14 ◎ふれあいオープン ルーム(誕生会) 10時～ ★いきいきシニア 運動教室 ①10時～10時45分 ②11時～11時45分	15 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時	16 ◎ふたみんクラブ 10時～11時 ★はっぴい体操教室 ①14時～15時 ②18時～19時	17 ◎にこにこおしゃべり 10時～ ■ボランティア体験教室 「耳を傾け、心に寄り添 う～傾聴ボランティア 体験～」 14時～15時	18 ★スッキリボディ 運動教室(託児あり) 10時～11時	
19	20 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時	21 ◎ふれあいオープン ルーム 10時～ ★エンジョイ☆クッキング 「豚まんを作ってみよう!」 10時～13時30分	22 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時 ▲ふれあい体操教室 17時30分～18時30分	23 ★はっぴい体操教室 ①14時～15時 ②18時～19時	24 ◎にこにこおしゃべり 10時～	25 ◎おはなし会 11時～	
26 ◆休館日	27 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時	28 ◎ふれあいオープン ルーム(工作教室) 10時～ ★いきいきシニア 運動教室 ①10時～10時45分 ②11時～11時45分	29 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時	30 ◎わらべっこのお はなし会 10時～10時45分 ★健康教室「初歩から 学ぶ! 睡眠健康学」 ①14時～15時 ②18時～19時	31 ◎にこにこおしゃべり 10時～	※はっぴい体操教 室・いきいきシニ ア運動教室は年間 登録制、さざなみ コンサートは予約 制です!	