

6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
<p>●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</p>					<p>1 ●貸室抽選会 9時10分～ ☺にこにこおしゃべり 10時～ 約30分間</p>	<p>2 ★幼児の健康づくり 「おいしい歯っぴいおやつ♪」 14時～15時30分</p>
<p>3 ☺ふたみんクラブ 今日はパパといっしょ 10時～10時45分 ★のびのびジュニア 運動教室 10時～11時30分</p>	<p>4 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時</p>	<p>5 ☺ふれあいオープン ルーム 10時～ 約30分間 ★いきいきシニア 運動教室 10時～11時30分</p>	<p>6 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時</p>	<p>7 ☺ママのほっとタイム 10時～11時 ★はっぴい体操教室 ①14時～15時 ②18時～19時</p>	<p>8 ☺にこにこおしゃべり 10時～ 約30分間</p>	<p>9 ★スッキリボディ運動 教室 10時～11時30分 ☺おはなし会 14時～ 約20分間 ▲ふれあいカチャ-教室 (土からの陶芸作品づくり) 14時～15時30分 ★スポーツ講習会 「脳と身体の機能アップ体操」 14時～15時30分</p>
<p>10</p>	<p>11 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時</p>	<p>12 ☺ふれあいオープン ルーム(工作教室) 10時～ 約30分間 ★健康教室 「ボディラインとちょい漏れ に効果あり!骨盤底筋強化 の方法」14時～15時30分</p>	<p>13 ★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</p>	<p>14 ★はっぴい体操教室 ①14時～15時 ②18時～19時</p>	<p>15 ☺にこにこおしゃべり 10時～ 約30分間 ★栄養教室 「食事で腸内環境改善!」 10時～12時30分</p>	<p>16 ▲ふれあいカチャ-教室 (卓球) 14時～15時30分</p>
<p>17 ●さざなみコンサート 「こころのひとみあかし」 によるトーンチャイム演奏 と手話コーラス 11時～約1時間 ▲JOYくらぶ (室内レクリエーション) 14時～15時30分</p>	<p>18 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時</p>	<p>19 ☺ふれあいオープン ルーム(誕生会) 10時～ 約30分間 ★いきいきシニア運動 教室 10時～11時30分 ★ダンスで楽しく健康 に♪「明石の盆踊り」① 14時～15時30分</p>	<p>20 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時</p>	<p>21 ☺ふたみんクラブ 10時～10時45分 ★はっぴい体操教室 ①14時～15時 ②18時～19時</p>	<p>22 ☺にこにこおしゃべり 10時～ 約30分間 ★栄養教室 「食事で腸内環境改善!」 10時～12時30分</p>	<p>23 ☺おはなし会 14時～ 約20分間</p>
<p>24 ◆休館日</p>	<p>25</p>	<p>26 ☺ふれあいオープン ルーム(栞音[かのん]さん のうたと手あそび) 10時～ 約30分間 ★ダンスで楽しく健康 に♪「明石の盆踊り」② 14時～15時30分</p>	<p>27 ▲ふれあい体操教室 17時30分～18時30分</p>	<p>28 ☺わらべっこあつまれ 10時～10時45分 ★体力測定会 10時～12時 ■ボランティア体験教室 「折り紙」 14時～15時30分</p>	<p>29 ☺にこにこおしゃべり 10時～ 約30分間</p>	<p>30</p>

※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です!