



12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						1 ●貸室抽選会 9時10分～ ▲ふれあい加チャ-教室 (年賀状づくり) 14時～15時30分
※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！						
2 ★のびのびジュニア 運動教室 10時～11時30分	3 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時	4 ◎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	5 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時	6 ◎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	7 ◎にこにこおしゃべり 10時～約30分間 ★健康教室 「認知症予防最前線！ ～コグニサイズ運動～」 14時～15時30分	8 ★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 ★スポーツ講習 健脳体操「シナプソロジー」 14時～15時30分
9	10 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時 ★ハートフル Song♪ 「音楽と健康のハーモニー」 13時30分～15時	11 ◎クリスマスコンサート 10時～	12 ★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	13 ◎わらべっこあつまれ 10時～10時45分 ★はっぴい体操教室 ①14時～15時 ②18時～19時	14 ◎にこにこおしゃべり 10時～約30分間 ■ボランティア体験教室 「折り紙」 14時～15時30分	15 ★わいわい交流会 (脳トレ&レクリエーション) 14時～15時30分
16 ●さざなみコンサート 「ウィンドアンサンブル ZERO」による吹奏楽 11時～約1時間 ▲JOYくらぶ (料理とマナー) 14時～15時30分	17 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時	18 ◎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	19 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時	20 ★はっぴい体操教室 ①14時～15時 ②18時～19時	21 ◎にこにこおしゃべり 10時～約30分間	22 ▲ふれあい加チャ-教室 (卓球) 14時～15時30分 ◎おはなし会 14時～約20分間
23 ◆休館日	24	25 ◎ふれあいオープン ルーム(工作教室) 10時～約30分間	26 ▲ふれあい体操教室 17時30分～18時30分	27	28 ◎にこにこおしゃべり 10時～約30分間	29 ◆休館日
30 ◆休館日	31 ◆休館日					