



# 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
●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～
2 ◎ふたみんクラブ 今日はパパといっしょ 10時～10時45分 ★幼児の健康づくり 「栄養満点！野菜のおやつ」 14時～15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 ◎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	7 ◎にこにこおしゃべり 10時～約30分間 ★体力測定会 10時～12時	8 ▲ふれあい加チャ-教室 (ふれあいクラブ) 14時～15時30分 ◎おはなし会 14時～約20分間
9 ★のびのびジュニア 運動教室 10時～11時30分 ●さざなみコンサート 「DBB+1(ダバンド ブライ イグ プラザ-ズ プラス)」に よる男声コーラス 11時～約1時間	10 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時	11 ◎ふれあいオープン ルーム(葉音さんの うたと手あそび) 10時～約30分間 ★健康教室 「血糖コントロールで 腎を守る！」 昼:14時～15時30分 夜:18時～19時30分	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 ★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 ★栄養教室 「高血糖予防の献立！」 10時～12時30分	15 ★スッキリボディ 運動教室 10時～11時30分
16 ▲JOYくらぶ (室内スポーツ) 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 ★ダンスで楽しく健康 に♪「明石の盆踊り」① 14時～15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 ◎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	21 ◎にこにこおしゃべり 10時～約30分間 ★栄養教室 「高血糖予防の献立！」 10時～12時30分	22 ◎おはなし会 14時～約20分間 ▲ふれあい加チャ-教室 (陶芸) 14時～15時30分
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 ★ダンスで楽しく健康 に♪「明石の盆踊り」② 14時～15時30分	26 ▲ふれあい体操教室 17時30分～18時30分 ■ボランティア体験教室 「香りとタッチケアで認知症 予防～アロマセラピー～」 14時～16時	27 ◎ふたみんクラブ 10時～10時45分	28 ◎にこにこおしゃべり 10時～約30分間	29 ★スポーツ講習会 「とっても大切な腎と運動！」 14時～15時30分
30	※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！					