

11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>※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！</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 ★元気アップ講座 シリーズ④ 「リフレッシュヨガ♪」 14時～15時30分</p> | | <p>2 ★スッキリボディ 運動教室 10時～11時30分</p> | | | |
| <p>3 ★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 ★ダンスで楽しく健康 に♪「フラダンス」③ 14時～15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 ☺わらべっこのお はなし会 10時～10時45分 ★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 ☺おはなし会 14時～約20分間 ★スポーツ講習会 「脳活性化シナプソ ロジー」 14時～15時30分</p> | |
| <p>10 ★ふれあい市民陶芸 「陶芸作品づくり」 14時～16時</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 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♪「フラダンス」④ 14時～15時45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 ★すくすく計測 (乳幼児の発育測定、 育児相談・発達相談) 10時～11時45分 ★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 ★ふれあいウォーキング 「あかしを歩こう♪」 13時～16時30分</p> | <p>16 ▲ふれあいカルチャー教室 (卓球) 14時～15時30分</p> | |
| <p>17 ●さざなみコンサート 「ワンハート」によるゴ スペル 11時～約1時間</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 ■ボランティア体験教室 「歩いて歴史探索」 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 ★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</p> | <p>23 ☺おはなし会 14時～約20分間</p> | |
| <p>24 ◆休館日</p> | <p>25 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時</p> | <p>26 ☺ふれあいオープン ルーム(工作教室) 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>27 ★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>28 ☺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>29 ☺にこにこおしゃべり 10時～約30分間 ☺ママのほっとタイム 10時～11時 ★ほっとかい護 「介護予防で元気づく り！～講話と運動～」 14時～15時30分</p> | <p>30 ▲ふれあいカルチャー教室 (干支の置物と皿の絵付け) 14時～15時30分</p> | |