



9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西 ※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～ ☺ふれあいオープン ルーム 10時～ 約30分間</p>	<p>2 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時</p>	<p>3 ☺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>4 ☺にこにこおしゃべり 10時～ ★男性料理教室 「免疫力アップをめざす」 10時～12時30分</p>	<p>5 ▲ふれあいカルチャー教室 (はじめての卓球) 14時～15時</p>
6	<p>7 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時</p>	<p>8 ☺ふれあいオープン ルーム 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 ■ボランティア体験教室 「頭と身体を使ってV」 14時～15時</p>	<p>9 ★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>10 ★すくすく計測 10時～11時45分 ★はっぴい体操教室 ①14時～15時 ②18時～19時</p>	<p>11 ☺にこにこおしゃべり 10時～ ★元気アップ講座 シリーズ② 「リフレッシュヨガ」 14時～15時</p>	<p>12 ☺おはなし会 11時～ ★スポーツ講習会 「高血圧と新型コロナ対策」 14時30分～ 15時30分</p>
<p>13 ★のびのびジュニア 運動教室 10時～11時</p>	<p>14 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時</p>	<p>15 ☺ふれあいオープン ルーム(誕生会) 10時～</p>	<p>16 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時</p>	<p>17 ☺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</p>	<p>18 ☺にこにこおしゃべり 10時～ ★ふたみん卓球交流会 13時30分～ 15時30分</p>	<p>19 ★スッキリボディ 運動教室 10時～11時</p>
<p>20 ●さざなみコンサート 「鼓舞」による和太鼓 11時～約1時間 ※8月20日9時から 受付開始</p>	<p>21 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時</p>	<p>22 ☺ふれあいオープン ルーム 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</p>	<p>23 ★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>24 ★はっぴい体操教室 ①14時～15時 ②18時～19時</p>	<p>25 ☺にこにこおしゃべり 10時～</p>	<p>26 ☺おはなし会 11時～</p>
<p>27 ◆休館日</p>	<p>28 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時</p>	<p>29 ☺ふれあいオープン ルーム(工作教室) 10時～ ★健康教室 「キュッとひきしめ 骨盤底筋!」 14時～15時</p>	<p>30 ☺親子だんす 10時～11時 ■アクティブシニア ボランティア養成講座 「一緒に認知症について 学びませんか」 14時～15時30分</p>			