



# 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	
1 ●貸室抽選会 9時10分～	2 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～10時30分 ②11時～12時	3 ★いきいきシニア 運動教室 ①10時～10時45分 ②11時～11時45分 ☺ふれあいオープン ルーム 10時～	4 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～10時30分 ②11時～12時	5 ★はっぴい体操教室 ①14時～15時 ②18時～19時	6 ☺にこにこおしゃべり 10時～ ★ダンスで楽しく 健康に♪ 「フラダンス」③ 14時～15時	7 ▲ふれあいカルチャー教室 (卓球) 14時～15時	
8 ●さざなみコンサート 「AKP」によるfolk ローレ (南米音楽) 11時～約1時間 ※10月20日9時 から受付開始	9 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～10時30分 ②11時～12時	10 ☺ふれあいオープン ルーム 10時～ ★ほっとかい護 「健康華齢を考える～脳 トレ体操で身体も頭もす っきり!～」 14時～15時	11 ★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	12 ★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	13 ☺にこにこおしゃべり 10時～ ★ふれあいウォーキング 「正しい歩き方」 14時～15時	14 ★スッキリボディ 運動教室 10時～11時 ☺おはなし会 11時～	
15 ★のびのびジュニア 運動教室 10時～11時	16 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～10時30分 ②11時～12時	17 ☺ふれあいオープン ルーム(誕生会) 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	18 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～10時30分 ②11時～12時	19 ☺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	20 ☺にこにこおしゃべり 10時～ ★健康レストラン 「血管のアンチエイジング」 12時～13時30分	21	
22 ◆休館日	23 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～10時30分 ②11時～12時	24 ☺ふれあいオープン ルーム(工作教室) 10時～ ■ボランティア体験 教室「二見の歴史発見! ヒストリア～ちょこっと 歩いて歴史探索～」 14時～15時	25 ★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	26 ☺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	27 ☺にこにこおしゃべり 10時～ ★ダンスで楽しく 健康に♪ 「フラダンス」④ 14時～15時	28 ☺おはなし会 11時～ ★スポーツ講習会 「シナプソロジーで脳シ ャキッと身体スッキリ」 14時～15時	
29 ▲JOYくらぶ 室内スポーツ(ミニトラ ンポリンなど) 14時～15時	30 ☺歯科衛生士による 「歯のはなし」 10時～約30分間	●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!					

