



7月 教室・イベントのお知らせ



ふれあいプラザあかし西

二見町東二見 1836-1

☎078-945-0294

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～ ☺にこにこおしゃべり 10時～ 約30分間 ★はっぴい体操教室 19時～20時	2 ★スッキリボディ 運動教室 10時～11時30分
3 ★のびのびジュニア 運動教室 10時～11時30分	4 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時 ☺ブックスタート 10時～10時45分	5 ☺たなばたオープン 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	6 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時	7 ★元気アップ講座 シリーズ② 「リフレッシュヨガ」 14時～15時30分	8 ☺にこにこおしゃべり 10時～ 約30分間 ★はっぴい体操教室 19時～20時	9 ☺おはなし会 14時～ 約20分間 ▲ふれあいカチャ-教室 (ふれあいクラブ) 14時～15時30分			
10 ●さざなみコンサート <small>ちむちゅ</small> 「肝美らさん」による 沖縄エイサー 11時～約1時間	11 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時	12 ☺ふれあいオープン ルーム(誕生会) 10時～ 約30分間 ★ダンスで楽しく 健康に♪ 「明石の盆踊り」③ 14時～15時30分	13 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時	14 ★すくすく計測 10時～11時45分	15 ☺にこにこおしゃべり 10時～ 約30分間 ★はっぴい体操教室 19時～20時	16 ★スポーツ講習会 リハビリ専門員による 「肩関節痛の正しい予防 & 解消法」 14時30分～16時			
17 ▲ハッピーホリデー (室内レクリエーション) 13時30分～15時	18 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時	19 ☺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	20 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時	21 ★インヅ ヨイ☆クッキング 「明石の魚介を使った料理」 10時～13時30分	22 ☺にこにこおしゃべり 10時～ 約30分間 ★はっぴい体操教室 19時～20時	23 ●わくわく サマーフェスタ 10時～14時30分 			
24 ◆休館日	25 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時	26 ☺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♪ 「明石の盆踊り」④ 14時～15時45分	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	28 ★ふれあい親子陶芸 9時30分～11時30分 ☺ふたみんクラブ 10時～10時45分	29 ☺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 「目で見える言葉」手話を 学ぼう! 14時～15時30分 ★はっぴい体操教室 19時～20時	30 ▲ふれあいカチャ-教室 初めての料理「おからを 使ったお寿司」 13時30分～15時30分			
31 ◆休館日									

※はっぴい体操教室は年間登録制です!