





2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 | |   <p>※はっぴい体操教室は年間登録制です!</p> | | 1 ●貸室抽選会 9時10分～ | 2 ☺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 | 3 ★スッキリボディ 運動教室 10時～11時30分 ★幼児の健康づくり 「栄養満点!大豆のおやつ」 14時～15時30分 |
| 4 ☺ふたみんクラブ ～今日はパパといっしょ～ 10時～10時45分 ★のびのびジュニア 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 ☺ふれあいオープン ルーム ～わらべうたあそび～ 10時～ 約30分間 ★いきいきシニア 運動教室 10時～11時30分 | 7 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時 | 8 ■ボランティア体験 教室 「唄って踊って 朝霧音頭♪」 14時～15時30分 | 9 ☺にこにこおしゃべり 絵本講師による 読み聞かせの会 10時～ 約30分間 ★はっぴい体操教室 19時～20時 | 10 ☺おはなし会 14時～ 約20分間 ▲ふれあい加チャ-教室 (卓球) 14時～15時30分 |
| 11 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時 | 12 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時 | 13 ☺ふれあいオープン ルーム 菜音さんのうたと手あそび 10時～ 約30分間 ★ダンスで楽しく健康 に♪「フォークダンス」② 14時～15時30分 | 14 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時 | 15 ☺わらべっこあつまれ 10時～10時45分 ★元気アップ講座 シリーズ⑤ 「今日からできるホーム筋 トレ」14時～15時30分 | 16 ☺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 | 17 ★スポーツ講習会 「自宅でする!肩の 簡単エクササイズ」 14時30分～16時 |
| 18 ●さざなみコンサート 「吾六(われろく)ハーモニカ 同好会」によるハーモニカと琴 11時～ 約1時間 ▲JOYくらぶ(3B体操) 13時30分～15時 ★健康教室 「Let's アンチエイジング!」① 昼:13時30分～15時 夜:19時～20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 ☺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 | 21 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時 | 22 ☺ふたみんクラブ 10時～10時45分 ★健康教室 「Let's アンチエイジング!」② 昼:13時30分～15時 夜:19時～20時30分 | 23 ☺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 | 24 ▲ふれあい加チャ-教室 (料理) 10時～12時30分 ☺おはなし会 14時～ 約20分間 |
| 25 ◆休館日 | 26 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時 | 27 ☺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♪「フォークダンス」③ 14時～15時30分 | 28 ★はっぴい体操教室 ①9時30分～ 10時30分 ②11時～12時 ★ハートフル Song♪ 合唱と合奏で健康を♪ 14時～15時30分 ▲ふれあい体操教室 17時30分～18時30分 |    | | |