



# 3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

TEL: 078-945-0294  
FAX: 078-945-0295

日	月	火	水	木	金	土
●ふれあいプラザあかし西 ▲福祉教室		★健康づくり教室 ■ボランティア体験教室		☺子育て支援センターあかし西		1 ●貸室抽選会 9時10分～
2 ★のびのびジュニア 運動教室 10時～11時 ▲ふれあい加チャ-教室 「スポーツチャンバラ ～スポンジ素材で痛く なく楽しい～」 14時～15時	3 ★スマイル体操教室 S-1: 9時30分～ 10時30分 S-2: 11時～12時	4 ☺ふれあいオープン ルーム 10時～10時20分 ★スマイル体操教室 G-1: 9時30分～ 10時30分 S-3: 11時～12時	5 ★スマイル体操教室 S-4: 9時30分～ 10時30分 S-5: 11時～12時	6 ☺ふたみんクラブ 10時～11時 ■ボランティア体験教室 「あなたは大丈夫? フレイルチェックを してみましよう!」 14時～15時	7 ☺にこにこおしゃべり ～交通安全教室～ 10時～10時30分 ★エンジョイプラス 「脳トレ折り紙」 14時～15時	8 ☺おはなし会 11時～11時15分 ★スマイル体操教室 B: 10時～11時
9 ▲ふれあい加チャ-教室 「音楽療法～好きな歌 を歌って聴いて元気に なろう!～」 14時～15時	10 ★スマイル体操教室 P: 9時30分～ 10時30分 G-2: 11時～12時	11 ☺ふれあいオープン ルーム 10時～10時20分 ★スマイル体操教室 G-3: 9時30分～ 10時30分 G-4: 11時～12時	12 ★スマイル体操教室 G-5: 11時～12時	13 ★すくすく計測 10時～11時45分	14 ☺にこにこおしゃべり 10時～10時20分 ★ヘルシープラス 「卓球～基礎編～」 10時～11時	15 ★スポーツ講習会 「歩く『量より質』への 転換で健康ライフ獲得 ～講話と運動～」 14時～15時
16 ●さざなみコンサート 「ラヴィ・アン・シー」 によるフォークソング 11時～約1時間	17 ★スマイル体操教室 S-1: 9時30分～ 10時30分 S-2: 11時～12時	18 ☺ふれあいオープン ルーム(誕生会) 10時～10時20分 ★スマイル体操教室 G-1: 9時30分～ 10時30分 S-3: 11時～12時	19 ★スマイル体操教室 S-4: 9時30分～ 10時30分 S-5: 11時～12時	20 ★スマイル体操教室 B: 14時～15時	21 ☺にこにこおしゃべり 10時～10時20分 ★健康クッキング 「腸がよろこぶ腸活料理」 10時～12時30分	22 ☺タッチさんの 布おもちゃであそぼう 10時～15時 ☺おはなし会 11時～11時15分 ★卓球交流会「みんなで 楽しく!卓球交流試合」 13時30分～15時30分
23 ◆休館日	24 ★スマイル体操教室 G-2: 11時～12時	25 ☺ふれあいオープン ルーム(工作教室) 10時～10時20分 ★スマイル体操教室 G-3: 9時30分～ 10時30分 G-4: 11時～12時	26 ☺わらべっこのお おはなし会 10時～10時45分 ★スマイル体操教室 P: 9時30分～ 10時30分 G-5: 11時～12時	27 ☺ふたみんクラブ 10時～11時	28 ☺にこにこおしゃべり 10時～10時20分 ★エンジョイクッキング 「兵庫の新鮮な食材を 使ってみんな大好き! ハンバーグを作ろう♪」 10時～13時30分	29 ★ふれあい交流会 「ふれあい感謝祭! ～レクリエーションで 楽しく交流～」 14時～15時
30	31	コンサートや 健康教室などの 情報はコチラ⇒  Instagram  YouTube  HP  LINE LINE 公式アカウント はじめました♪ 				