



7月の教室



申し込みは6月5日(木)午前9時から受付開始。

	教室名	日にち	時間	場所	対象	内容	定員	参加費
	盆踊り (エンジョイプラス)	4日(金)	14:00 ~15:00	1階 多目的室	30歳以上	笑顔で 楽しく盆踊り♪	40名	無料
	のびのびジュニア 運動教室	6日(日)	10:00 ~11:00	1階 多目的室	小学生 (1~6年生)	縄跳び、体操、 ボール運動など 持ち物:縄跳び	20名	300円
	ふれあい カルチャー教室	6日(日)	14:00 ~15:00	1階 多目的室	障害者手帳を お持ちの方	ニュースポーツ 「カーリング」 ~円盤カーリング~	15名	無料
		13日(日)	13:30 ~15:30	3階 食事室		ヘルシーな 和風おやつ 白玉入りみつ豆 を作ろう! 持ち物:エフロン、 三角巾	6組	1人 300円
	すくすく計測	10日(木)	10:00 ~11:45	プレイ ルーム	乳幼児 (就学前) と保護者	身長・体重測定 育児相談 (相談は予約優先)		無料
	ボランティア 体験教室	11日(金)	14:00 ~15:00	1階 多目的室	どなたでも	折り紙ボランティア 体験♪	15名	100円
	ヨガ (ヘルシープラス)	18日(金)	14:00 ~15:00	1階 多目的室	30歳以上	リラックスヨガ☆	30名	100円
	JOYくらぶ	20日(日)	14:00 ~15:00	1階 相談室	知的に 障がいのある方	パナクレイ ~トウモロコシ粘土 で作品づくり♪~	15名	300円
	スポーツ講習会	26日(土)	14:00 ~15:00	1階 多目的室	どなたでも	みんなで陽活! ~めざせ!健康長寿~	40名	無料
	ふれあい 親子陶芸教室	26日(土)	9:30 ~11:30	陶芸室	小・中学生と 保護者	陶芸作品づくり 持ち物:上靴、エフロン	4組	1人 150円
	エンジョイ☆ クッキング	31日(木)	10:00 ~13:30	3階 食事室	小学 1~4年生と 保護者	明石の魚介を 使った料理♪ 持ち物:エフロン、 三角巾、上靴(子ども)	6組	750円 程度/人

欠席される場合は材料の都合上、3日前までにご連絡ください。

※いずれの教室も、明石市に警報が発令されている場合は中止となります。

ご不明な場合は、お電話にてお問合せください。

※駐車台数に限りがありますので、なるべく公共交通機関でのご来館をお願い致します。



体を動かす教室にご参加の方は
飲み物・タオルをご用意ください。



ふれあいプラザあかし西 明石市二見町東二見1836-1

☎078-945-0294 FAX:078-945-0295

開館時間:午前9:00~午後9:00 休館日:毎月第4日曜日