



10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
コンサートや健康教室などの詳細はコチラから↓       LINE Instagram YouTube HP			1 ●貸室抽選会 9時10分～	2 ☺ふたみんクラブ 10時～11時 	3 ☺にこにこおしゃべり 10時～10時20分 ★エンジョイプラス 「折り紙で心と頭を happyに!」 14時～15時	4 ★ウォーキング交流会 「自分にあった 歩き方を学ぼう!」 10時～11時
5 ★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 (卓球) 14時～15時	6 ★スマイル体操教室 S-1: 9時30分～ 10時30分 S-2: 11時～12時	7 ☺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	8 ★スマイル体操教室 S-4: 9時30分～ 10時30分 S-5: 11時～12時	9 ★健康講座 「寒い冬が来る前に 温活・腸活」 ① 10時～11時 ② 14時～15時	10 ☺にこにこおしゃべり 10時～10時20分 ★ヘルシープラス 「卓球～応用編～」 10時～11時	11 ☺おはなし会 11時～11時15分 ★スマイル体操教室 B: 10時～11時
12 ●さざなみコンサート 「トゥインクルジャズ オーケストラ」 によるジャズ演奏 11時～約1時間 ▲ふれあい加チャ-教室 (秋の味覚を楽しもう♪) 10時～12時30分	13 ★スマイル体操教室 P: 9時30分～ 10時30分 G-2: 11時～12時	14 ☺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	15 ★スマイル体操教室 G-5: 11時～12時	16 ☺ふたみんクラブ 10時～11時 ■ボランティア体験教室 「手話 de コミュニケーション ～簡単手話講座～」 14時～15時	17 ☺にこにこおしゃべり 10時～10時20分 	18 ☺おはなし会 11時～11時15分 ★スポーツ講習会 「運動は最高の自己 投資～ウェルビーイングを 高める毎日の習慣～」 14時～15時
19 ▲JOYくらぶ 14時～15時 	20 ★スマイル体操教室 S-1: 9時30分～ 10時30分 S-2: 11時～12時 ★健康レストラン 「おいしい料理を食べな がらリステールを知らう!」 12時～13時30分	21 ☺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	22 ★スマイル体操教室 S-4: 9時30分～ 10時30分 S-5: 11時～12時	23 ☺わらべっこあつまれ 10時～11時 ★スマイル体操教室 B: 14時～15時	24 ☺にこにこおしゃべり 10時～10時20分 	25 ●わくわく オータムフェスタ 9時30分～14時 ※出店は10時から
26 ◆休館日	27 ★スマイル体操教室 G-2: 11時～12時 	28 ☺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	29 ★スマイル体操教室 P: 9時30分～ 10時30分 G-5: 11時～12時	30 ☺おんがくとあそぼう リトミック 10時～11時	31 ☺にこにこおしゃべり 10時～10時20分	●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