



12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 1836-1TEL : 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 ■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～ 	2 ☺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	3 ★スマイル体操教室 S-4：9時30分～ 10時30分 S-5：11時～12時	4 ☺ふたみんクラブ 10時～11時 ★健康クッキング 「腸活で免疫力を高め よう！」 10時～12時30分	5 ☺にこにこおしゃべり 10時～10時20分	6 ★スマイル体操教室 B：10時～11時
7 ▲ふれあい加チャ-教室 (卓球) 14時～15時 ■ボランティア体験教室 「踊って、太鼓を叩いて、 エイサーボランティア 体験！」 14時～15時	8 ★スマイル体操教室 P：9時30分～ 10時30分 G-2：11時～12時	9 ☺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	10 ★スマイル体操教室 G-5：11時～12時 	11 ★健康講座 「コレステロールが気に なるあなたへ ～正しい生活習慣を身に つけよう！～」 ① 10時～11時 ② 14時～15時	12 ☺にこにこおしゃべり 10時～10時20分 ★エンジョイプラス 「脳活性化シナプソロジ ーで活動の意欲を高め、 心と身体イキイキと」 14時～15時	13 ☺おはなし会 11時～11時15分 ★スポーツ講習会 「ダイエットー地道にす る？楽しんで痩せる？」 14時～15時
14 ①か②どちらか お選びください！ ●さざなみコンサート ①「ピエントスあかね」に よるフォルクローレ 11時～約1時間 ②「鼓舞」による和太鼓 14時～約1時間 ▲ふれあい加チャ-教室 (折り紙) 14時～15時	15 ★スマイル体操教室 S-1：9時30分～ 10時30分 S-2：11時～12時	16 ☺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	17 ★スマイル体操教室 S-4：9時30分～ 10時30分 S-5：11時～12時	18 ☺ふたみんクラブ 10時～11時 ★スマイル体操教室 B：14時～15時	19 ☺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	20 ☺おはなし会 11時～11時15分 ★男性料理教室 「意外と手間なしロース トチキンで楽しくクリス マス♪」 10時～12時30分
21 ▲JOYくらぶ (パナクレイ) 14時～15時 	22 ★スマイル体操教室 G-2：11時～12時	23 ☺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	24 ★スマイル体操教室 P：9時30分～ 10時30分 G-5：11時～12時	25 	26 ☺にこにこおしゃべり 10時～10時20分 ★ふれあい交流会 ～レクリエーションで 楽しく交流～ 14時～15時	27 
28 ◆休館日	29 ◆休館日	30 ◆休館日	31 ◆休館日	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		