



3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
1 ●貸室抽選会 9時10分～	2 ★スマイル体操教室 S-1: 9時30分～ 10時30分 S-2: 11時～12時	3 ⑤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	4 ★スマイル体操教室 S-4: 9時30分～ 10時30分 S-5: 11時～12時	5 ⑤ふたみんクラブ 10時～11時	6 ⑤にこにこおしゃべり ～交通安全教室～ 10時～10時30分 ★健康クッキング 「しっかり食べて元気に！ 食事でフレイル予防！」 10時～12時30分	7 ★スポーツ講習会 「ステップ運動で頭・ 身体・心も活き活き！！」 14時～15時
8 ★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 「スポーツ吹き矢体験」 14時～15時	9 ★スマイル体操教室 P: 9時30分～ 10時30分 G-2: 11時～12時	10 ⑤ふれあいオープン ルーム（親子でストレッチ） 10時～10時30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	11 ★スマイル体操教室 G-5: 11時～12時	12 ★すくすく計測 10時～11時45分 ★スマイル体操教室 B: 14時～15時	13 ⑤にこにこおしゃべり 10時～10時20分 ★エンジョイプラス 「自然と体が動く、心が弾 む、脳活性化サブリゾー」 14時～15時	14 ⑤おはなし会 11時～11時15分
15 ●さざなみコンサート 「こころのひとみあかし」 によるトソチャイム演奏＆ 手話コーラス 11時～約1時間 ▲ふれあい加チャ-教室 「音楽療法『好きな歌を歌つ て聴いて元気になろう！』」 14時～15時	16 ★スマイル体操教室 S-1: 9時30分～ 10時30分 S-2: 11時～12時	17 ⑤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	18 ★スマイル体操教室 S-4: 9時30分～ 10時30分 S-5: 11時～12時	19 ⑤ふたみんクラブ 10時～11時 ■ボランティア体験教室 「文字で伝えよう！ 『要約筆記』ってなあに？」 14時～15時	20 ⑤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） ～フットワーク練習～」 10時～11時	21 ⑤おはなし会 11時～11時15分
22 ◆休館日	23 ★スマイル体操教室 G-2: 11時～12時	24 ⑤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	25 ★スマイル体操教室 P: 9時30分～ 10時30分 G-5: 11時～12時	26 ⑤わらべっこ おはなし会 10時～10時45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	27 ⑤にこにこおしゃべり 10時～10時20分	28 ⑤タッチさんの布おもちゃ であそぼう！ 10時～15時 ★スマイル体操教室 B: 10時～11時
29 ▲JOYくらぶ 「トランポリン、 ボール体操」 14時～15時	30 ★スマイル体操教室 S-1: 9時30分～ 10時30分 S-2: 11時～12時 ★インジョイ☆クッキング 「カラフル作りにチャレンジ！」 10時～13時30分	31 ⑤ふれあいオープン ルーム 10時～10時20分	<p>●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 ⑥子育て支援センターあかし西</p> <p>コンサートや教室などの詳細はコチラから↓</p>			
						LINE Instagram YouTube HP