



7月の教室



申し込みは6月5日(水)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
	ふれあい カルチャー教室	7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	15名	無料
		14日(日)	13:30 ~15:30	3階 食事室		「フルーツパンケー キを作って、お喋り しましょう♪」 持ち物:エフロン、 三角巾	6組	1人 300円
	のびのび ジュニア 運動教室	7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、上靴	20名	300円
	すくすく計測	11日(木)	10:00 ~11:45	フレイ ルーム	乳幼児 (就学前児)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	12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
	エンジョイプラス	19日(金)	14:00 ~15:00	1階 多目的室	30歳以上	楽しく盆踊り♪	40名	無料
	スポーツ講習会	20日(土)	14:00 ~15:00	1階 多目的室	どなたでも	臓器がん ~早期発見を めざして~	40名	無料
	JOYくらぶ	21日(日)	14:00 ~15:00	3階 運動室	知的に 障がいのある方	トランポリン、 ボール体操など 持ち物:上靴	15名	無料
	ヘルシープラス	26日(金)	14:00 ~15:00	1階 多目的室	30歳以上	楽しくフラダンス♪ ~初心者大歓迎~	30名	100円
	ふれあい 親子陶芸教室	27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	150円 /人
	エンジョイ☆ クッキング	30日(火)	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、上くつ(こども)	6組	700円 程度/人

※「料理の教室」を欠席される場合は材料の都合上、3日前迄にご連絡をお願い致します。

※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。

※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