

平成30年 **ちょうふだぞう** 8月の予定



料理講習会 4日(土)

時間:午後1時から3時半  
 場所:あくろす3階 調理実習室  
 講師:管理栄養士 羽田恵氏  
 メニュー:ごはん・鶏肉チーズカツレツ



なすの南蛮漬け・じゃがいもの味噌汁  
 持ち物:エプロン・三角巾・材料費(400円以内)  
 定員:12名

※前回抽選に外れた方は今回の申し込みで優先的に対応します。参加

を希望される場合は忘れずに申し込みをして下さい。

※材料費は当日に計算してお伝えします。

※当日キャンセルの場合は、材料費を頂きますのでご了承ください。

申し込み期間:7月25日(水)~7月27日(金)

かっこよく健康講習会 11日(土・祝)

時間:午前10時から10時40分  
 場所:ちょうふだぞう活動室  
 内容:こころの健康について  
 講師:保健師 増田理恵氏



※10時50分~11時40分まで体重・腹囲の測定と食事記録を行います。

申し込み期間:8月1日(水)~8月9日(木)

アトリエ 11日(土・祝)

万華鏡を作ろう☆

時間:午後2時から3時半  
 場所:ちょうふだぞう活動室  
 講師:小笠原真子氏  
 定員:申し込み順8名



※参加費無料

申し込み期間:8月1日(水)~8月9日(木)

よさこい練習

18日(土) 25日(土)

時間:午前10時から11時半  
 場所:こころの健康支援センター-AB  
 持ち物:動きやすい服装・飲み物・汗を拭くタオル



申し込み開始:7月18日(水)~

よさこいまつり本番

8月26日(日)

時間:午後1時~4時半(予定)  
 持ち物:黒いタンクトップもしくは黒いTシャツ  
 参加費:100円(ハッピーなどのクリーニング代)  
 交通費:260円(ちょうふだぞうから会場までの

往復電車賃)

申し込み開始:7月18日(水)~

※詳しいことはよさこいまつりのお知らせをご確認ください。

★ほっとれ〜るお休みのお知らせ★

8月13日(月)・14日(火)はほっとれ〜るお休みです。

★学習会 11日(土・祝) 25日(土)

学習会①計算・漢字練習 午後3時から4時  
 学習会②いつもの学習会 午後4時から5時

場所:ちょうふだぞう活動室

担当:竹本安治氏

11日の申し込み:8月1日(水)夕方5時~

25日の申し込み:8月15日(水)夕方5時~



★パソコン講習会 4日(土) 18日(土)

午後4時から6時  
 定員4名  
 場所:ちょうふだぞう活動室  
 担当:職員

4日の申し込み:7月25日(水)夕方5時~

18日の申し込み:8月8日(水)夕方5時~

※希望者が多い場合は、改めてこちらからご連絡します。



★健康相談 30日(木) 定員:申し込み順3名

午後5時から6時半  
 場所:ちょうふだぞう相談室  
 担当:本橋麻子氏  
 申し込み:8月20日(月)

★おこづかい帳 毎週土曜日

午前11時から12時 場所:ちょうふだぞう開放スペース

申し込みは、生活支援担当まで TEL042-487-4655

FAX042-487-7899

※毎週日曜日は定休日です。 ※市内在住の方が優先です。

