

# 平成30年 ちょうふだぞう10月の予定

## かっこよく健康講習会 6日(土)

時間:午前10時から11時40分  
 集合場所:ちょうふだぞう活動室  
 内容:野川沿い〜「深大寺」をウォーキング  
 持ち物:飲み物・タオル・帽子  
 小銭またはパスモ(帰りの交通費)  
 講師:保健師 増田理恵氏 **※現地解散**  
**★当日は動きやすい服装・歩きやすい靴・リュックで来て下さい。**  
 雨天時は、室内運動(筋トレ&有酸素運動)を行います。  
**申し込み期間:9月26日(水)~10月4日(木)**



## 料理講習会 13日(土)

時間:午後1時から3時半 **※会場の都合により、第2土曜日に行います。**  
 場所:あくろす3階 調理実習室  
 メニュー:ごはん・厚揚げステーキ・里芋の煮物・きのこの味噌汁  
 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。**  
**※都合により講師はお休みです。職員と一緒に作りましょう!**  
**申し込み期間:10月3日(水)~10月5日(金)**



## アトリエ 6日(土)

しおりを作ります☆  
 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:9月26日(水)~10月4日(木)**



## 子ども発達センターまつり ステージ発表 20日(土)

おまつりのステージで、よさこいや歌を發表します♪  
 集合時間:午前11時 集合場所:なごみ中庭  
**※午前11時20分には発達センターに移動します。**  
**★集合時間は必ず守ってください★**  
**※終了は午後12時半頃を予定しています。**  
**申し込み期間:10月10日(水)~10月18日(木)**



## 調布福祉園まつり ステージ発表 27日(土)

おまつりのステージで、よさこいや歌を發表します♪  
 集合時間:午後12時15分  
 集合場所:調布福祉園入口  
**★集合時間は必ず守ってください★**  
**※終了は午後2時頃を予定しています。**  
**申し込み期間:10月17日(水)~10月25日(木)**



## ★学習会 13日(土) 27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  
**13日の申し込み:10月3日(水)夕方5時~**  
**27日の申し込み:10月17日(水)夕方5時~**



## ★パソコン練習会 6日(土) 20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:松下晴香氏  
**6日の申し込み:9月26日(水)夕方5時~**  
**20日の申し込み:10月10日(水)夕方5時~**



## ★健康相談 25日(木)

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 **定員:申し込み順3名**  
**申し込み:10月15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



ギター教室が始まりました♪  
 日付や曜日は不定期ですので、詳しくは職員にお尋ねください。



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。