

けんこうこうしゅうかい **12日(土)**

時間:午前10時から11時40分
場所:ちようふだぞう活動室
内容:室内運動 持ち物:動きやすい服装・飲み物
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:1月4日(金)~1月10日(木)

アトリエ **14日(月・祝)**

オリジナルキャンドルを作ります☆ ※材料費:50円
時間:午前10時から11時半 場所:ちようふだぞう活動室
講師:小笠原真子氏 定員:申し込み順8名
申し込み開始:1月4日(金)~1月10日(木)

さんぽ **12日(土)**

国領近辺をさんぽします♪
時間:午後2時から3時
集合場所:ちようふだぞう開放スペース
持ち物:動きやすい服装・飲み物 定員:申し込み順8名
申し込み開始:1月4日(金)夕方5時~1月10日(木)

バスケット講習会 **19日(土)**

時間:午前10時から11時半
場所:八雲台小学校体育館
講師:野崎歩氏
持ち物:動きやすい服装・体育館シューズ・飲み物
申し込み開始:1月9日(水)~1月17日(木)

音楽教室 **26日(土)**

時間:午前10時から11時半
場所:なごみ地域交流室
講師:音楽療法士 佐藤倫子氏
申し込み期間:1月16日(水)~1月24日(木)

映画鑑賞 **19日(土)**

「ALWAYS 三丁目の夕日」を観ます☆
時間:午後1時から3時 場所:ちようふだぞう活動室
申し込み期間:1月9日(水)~1月17日(木)

可愛く変身!メイク講座 **26日(土)**

お出かけしたくなるメイクを教わろう♪
時間:午後7時半から2時半 場所:ちようふだぞう活動室
講師:メイクセラピスト 逢田知佳氏
定員:申し込み順5名 ※女性限定
申し込み期間:1月16日(水)~1月24日(木)

「ちようふだぞう写真展」のお知らせ

お気に入りの写真を展示し、披露しましょう!
開催日時:1月31日(木)午後4時~2月5日(火)午後2時
会場:たづくり11階「みんなの広場」
開催時間:午前10時から午後7時半
申し込み方法:ちようふだぞうに持参
一人2点まで テーマ:自由
締切日:1月24日(木)
※わからないことがあれば、ちようふだぞうにお問い合わせください。

★健康相談 **24日(木)** 定員:申し込み順3名
午後5時から6時半 場所:ちようふだぞう相談室
担当:本橋麻子氏 申し込み:1月14日(月・祝)~

★お知らせ★
会場の都合により、今月は料理講習会はありません。

★学習会 **12日(土) 26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:ちようふだぞう活動室 担当:竹本安治氏
12日の申し込み:1月4日(金)夕方5時~
26日の申し込み:1月16日(水)夕方5時~

★おこづかい帳 毎週土曜日
午前11時から12時 場所:ちようふだぞう開放スペース

★パソコン練習会 **5日(土) 19日(土)**

午後4時から6時 定員4名
場所:ちようふだぞう活動室 担当:松下晴香氏
5日の申し込み:12月26日(水)~
19日の申し込み:1月9日(水)~