

りょうりこうしゅうかい
料理講習会 5日(土)

時間:午後7時から3時半

場所:あくろす3階 調理実習室

メニュー:きのこのハヤシライス・かぼちゅサラダ

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:9月25日(水)~9月27日(金)



けんこうこうしゅうかい
かっこよく健康講習会 12日(土)

時間:午前10時から11時40分

集合場所:こころの健康支援センターこかげ

内容:多摩川方面をウォーキング

持ち物:飲み物・タオル・帽子

講師:保健師 増田理恵氏

★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:10月2日(水)~10月10日(木)



フットサル 19日(土)

わかお作業所の皆さんとの合同練習です♪

ボールに触れるだけ、見学だけの参加も歓迎です!

時間:午前10時から11時半

※現地集合・解散

場所:八雲台小学校体育館

持ち物:動きやすい服装・飲み物・体育館履き

申し込み開始:10月9日(水)~10月17日(木)



アトリエ 14日(月・祝)

スノードームを作ります☆

時間:午前10時から午前11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:10月4日(金)~10月12日(土)



さんぽ 19日(土)

国領近辺をさんぽします♪

時間:午後2時から3時

※雨天中止

集合場所:ちょ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:10月9日(水)夕方5時~10月17日(木)



子ども発達センターまつり 26日(土)

調布福祉園まつりでのステージ発表

おまつりのステージで、よさこいや歌を発表します♪

集合時間:午前11時 集合場所:調布福祉園入り口

※午前11時40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2時頃を予定しています。

申し込み期間:10月16日(水)~10月24日(木)



★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:ちょうふだぞう活動室 担当:竹本安治氏

12日の申し込み:10月2日(水)夕方5時~

26日の申し込み:10月16日(水)夕方5時~



★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:ちょうふだぞう活動室

担当:松下晴香氏

5日の申し込み:9月25日(水)夕方5時~

19日の申し込み:10月9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:ちょうふだぞう開放スペース

※健康相談の申し込みについて

初めての方、あるいは久しぶりに参加される方から優先的に対応します。

★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:ちょうふだぞう相談室

担当:本橋麻子氏

申し込み:10月14日(月)~