

れいねん 令和2年 **ちようふだぞう4月の予定** がつ よてい

●4月の講習会についてのお知らせ●
 新型コロナウイルス感染症拡大を防止するため、
 4月の料理講習会は中止とさせていただきます。
 また、今後の状況によっては、皆様の健康と安全を考慮し、
 他の講習会についても変更が生じる場合があります。
 自主会(音楽の会・楽しむ会・好きな曲を歌う会)についても中止になる可能性があります。
 その際は追ってご連絡させていただきます。
 ホームページにも記載いたしますのでご覧ください。
 ご理解とご了承のほど、よろしくお願いいたします。

アトリエ 18日(土)
 フェルトシートの壁掛けを作ります♪
 時間:午前10時から11時半
 場所:ちようふだぞう活動室 **※参加費無料**
 講師:小笠原真子氏 **定員:申し込み順8名**
申し込み期間:4月8日(水)~4月16日(木)

かっこよく健康講習会 11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:1年間の目標設定・食事記録の復習
 講師:保健師 増田理恵氏
※全体の講習会后、個別に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。希望者は申込時にお知らせ下さい。
申し込み期間:4月7日(水)~4月9日(木)

ヨガ教室 18日(土)
 時間:午後2時から2時50分
 場所:ちようふだぞう活動室
 持ち物:動きやすい服装・飲み物
 講師:具嶋マキ氏 **※定員:申し込み順6名**
※定員について:コロナウイルス感染予防対策として、今回のみ少人数での開催となりました。ご了承ください。
申し込み期間:4月8日(水)夕方5時~4月16日(木)

さんぽ 11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:4月7日(水)夕方5時~4月9日(木)

ウォーキング 25日(土) ※雨天中止
 体力に自信のある方、ぜひ参加してください♪
 時間:午前11時から午後7時
 集合・解散場所:ちようふだぞう開放スペース
 行先:多摩川方面 **定員:申し込み順8名**
 持ち物:動きやすい服装・飲み物・歩きやすい靴
 軽食・おやつ持参OK(途中のコンビニで購入も可)
申し込み期間:4月15日(水)夕方5時~4月23日(木)

★健康相談 23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:4月13日(月)**

★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

★学習会 11日(土) 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:ちようふだぞう活動室 担当:竹本安治氏
11日の申し込み:4月1日(水)夕方5時~
25日の申し込み:4月15日(水)夕方5時~

★パソコン練習会 4日(土) 18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:竹内弘子氏
4日の申し込み:3月25日(水)夕方5時~
18日の申し込み:4月8日(水)夕方5時~