

れいねん 令和3年 ちゅうふだぞう 8月の予定



アトリエ 7日(土)

じまがらのうちわを作ります♪ ※参加費無料

時間:①午前10時から10時50分 ※①と②は同じ内容です
②午前11時から11時50分

場所:ちゅうふだぞう活動室 講師:小笠原真子氏

定員:申し込み順5名

申し込み期間:7月28日(水)夕方5時~8月5日(木)

かっこよく健康講習会 14日(土)

時間:午前10時から11時

場所:ちゅうふだぞう活動室

内容:おやつ・果物について

講師:管理栄養士 本橋麻子氏 定員:申し込み順6名

申し込み期間:8月4日(水)夕方5時~8月12日(木)



音楽教室 21日(土)

楽器やハミングで楽しませよう♪

時間:午前10時から11時30分

場所:こころの健康支援センター-AB ←いつもと場所が違います

講師:音楽療法士 佐藤倫子氏

定員:申し込み順8名

申し込み期間:8月11日(水)夕方5時~8月19日(木)



文字を書く練習 14日(土)

ひらがなや漢字をなぞり書きして職員と一緒に練習します!

時間:午後2時から2時40分

場所:ちゅうふだぞう活動室

持ち物:筆記用具

定員:申し込み順5名

申し込み期間:8月4日(水)~8月12日(木)



映画鑑賞 21日(土)

「おおかみこどもの雨と雪」を観ます☆

時間:午後7時から3時

場所:ちゅうふだぞう活動室

定員:申し込み順8名

申し込み期間:8月11日(水)夕方5時~8月19日(木)



ピラティス&エアロビクス 28日(土)

ピラティスもエアロビクスもお家でできるエクササイズです!

一緒に身体をリフレッシュさせましょう♪

時間:午前10時から11時(途中休憩あり)

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・タオル・飲み物

講師:保健師 増田理恵氏

定員:申し込み順7名

申し込み期間:8月18日(水)~8月26日(木)



ごみの分別の仕方 28日(土)

職員と一緒に調布市のゴミの分別ルールを学びましょう♪

時間:午後2時から2時40分

場所:ちゅうふだぞう活動室

定員:申し込み順5名

申し込み期間:8月18日(水)~8月26日(木)



21日(土)・28日(土)のこころの健康支援センターについて

コロナウイルス感染症拡大状況により、

場所の変更や中止になる可能性があります。

ご理解の程よろしくお願いいたします。



★ほっとれ〜るお休みのお知らせ★

8月13日(金)・14日(土)はほっとれ〜るはお休みです。

★学習会 14日(土) 28日(土)

学習会 ①午後3時から3時45分 申し込み順2名

学習会 ②午後4時から4時45分 申し込み順2名

場所:ちゅうふだぞう活動室 担当:竹本安治氏

14日の申込み:8月4日(水)~ 28日の申込み:8月18日(水)~

★パソコン練習会 21日(土) ※7日(土)はお休みです

午後4時から5時

定員3名

場所:ちゅうふだぞう活動室 担当:竹内弘子氏

21日の申込み:8月11日(水)夕方5時~

★健康相談 26日(木) 定員2名

午後5時から6時

場所:ちゅうふだぞう相談室

担当:本橋麻子氏

申し込み:8月16日(月)~

★おこづかい帳 毎週土曜日

午前11時から12時

場所:ちゅうふだぞう開放スペース

★お知らせ★ ◆コロナウイルス感染症拡大予防対策として

引き続き、自主グループ(音楽の会・楽しむ会・好きな曲ま
歌う会)は、お休みさせていただきます。



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。