

アトリエ 5日(土)

「毛糸の飾り」を作ります★

参加費無料

時間:①午前10時から10時50分
②午前11時から11時50分

※①と②は
同じ内容です

場所:ちょうふだぞう活動室

講師:小笠原真子氏 定員:5名



申し込み期間:10月26日(水)~10月31日(月)

映画鑑賞 5日(土)・12日(土)

「メアリと魔女の花」を観ます♪

森で見つけた不思議な花によって魔法の力を
手に入れた赤毛の少女メアリが魔法世界で
繰り広げる大冒険の物語。



時間:午後1時から3時

場所:ちょうふだぞう活動室 定員:6名

※5日・12日どちらに参加希望かお伝えください

申し込み期間:10月26日(水)~10月31日(月)

かっこよく健康講習会 12日(土)

時間:午前10時から11時
↓いつもと場所が違います

集合場所:こころの健康支援センターAB

内容:室内運動(筋トレ&有酸素運動)

講師:管理栄養士 本橋麻子氏 定員:8名



持ち物:飲み物・タオル・動きやすい服装

申し込み期間:11月2日(水)~11月7日(月)

ヨガ教室 19日(土)

時間:①午前10時から10時40分

②午前10時50分から11時30分

※①と②は
同じ内容です

場所:ちょうふだぞう活動室

講師:具嶋マキ氏 持ち物:動きやすい服装・飲み物

定員:4名

申し込み期間:11月9日(水)~11月14日(月)

わいわい祭りに行こう 23日(水・祝)

国領小学校で開催されるお祭りへ行きます!

ダンスなどのステージや遊べるコーナーもありますよ♪

(飲食のコーナーはありません)

※現地解散

集合時間:午後1時 集合場所:ちょうふだぞう

持ち物:上履き(体育館内のため)

※直接行きたい人は、国領小学校体育館側の入口か

らお入りください。

申し込み期間:11月14日(月)~11月19日(土)

ミニさんぽ 19日(土)

時間:午後2時から2時30分

※雨天中止

集合場所:国領駅改札口 ※現地集合・解散

持ち物:動きやすい服装・飲み物

定員:6名

申し込み期間:11月9日(水)~11月14日(月)

さんぽ 26日(土)

京王多摩川駅近くにある郷土博物館へ行きます!

市の職員が展示物の説明をしてくれます♪

集合時間:午後1時(午後2時解散予定)

集合場所:京王多摩川駅改札口 ※現地集合・解散

持ち物:動きやすい服装・飲み物

定員:6名

※荒天でなければ雨天でも行きます

申し込み期間:11月16日(水)~11月21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

★学習会 12日(土) 26日(土)

学習会 ①午後3時から3時45分 定員3名

学習会 ②午後4時から4時45分 定員3名

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:11月2日(水)~

26日の申し込み:11月16日(水)~

★健康相談 24日(木) 定員3名

午後5時から6時30分 場所:ちょうふだぞう相談室

担当:本橋麻子氏 申し込み:11月14日(月)~

★パソコン練習会 5日(土) 19日(土)

午後4時から5時 場所:ちょうふだぞう活動室

担当:竹内弘子氏 定員3名

5日の申し込み:10月26日(水)~

19日の申し込み:11月9日(水)~