

アトリエ 4日(土) ※参加費無料

「起き上がりこぼし」を作ります☆

時間:①午前10時から10時50分
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:5名

申し込み期間:1月25日(水)~1月30日(月)



映画鑑賞

4日(土)・11日(土・祝)

「おろ松さん」を観ます♪

赤塚不二夫のギャグマンガを原作にしたアニメ「おろ松さん」を
アイドルグループ「Snow Man」主演で実写映画化。

松野家六つ子の長男おろ松が養子に申し込まれたのを
きっかけにそれを認めない弟たちが自分が養子に選ばれよう
と争いを繰り広げる。

時間:午後1時から3時

場所:ちゅうふだぞう活動室 定員:6名

※4日・11日どちらかに参加希望かお伝えください
申し込み期間:1月25日(水)~1月30日(月)



かっこよく健康講習会 11日(土・祝)

時間:午前10時から11時

集合場所:こころの健康支援センターAB

↑いつもと場所が違います

内容:室内運動

講師:管理栄養士 本橋麻子氏 定員:8名

申し込み期間:2月1日(水)~2月6日(月)



マナー講習会 18日(土)

人間関係におけるマナーや
職場や生活の中で大切なことを一緒に学びましょう!

時間:午後1時から3時

講師:東京都心身障害者福祉センター 山本良典氏

場所:ちゅうふだぞう活動室 定員:8名

申し込み期間:2月8日(水)~2月13日(月)

いすでエクササイズ 25日(土)

椅子に座りながらできる簡単な体操をします♪

時間:①午前10時から10時40分 ※①と②は
②午前11時から11時40分 同じ内容です

場所:ちゅうふだぞう活動室

講師:池田奈奈重氏

持ち物:動きやすい服装・飲み物 定員:5名

申し込み期間:2月15日(水)~2月20日(月)



ミニさんぽ 25日(土) ※雨天中止

時間:午後2時から2時30分

集合場所:国領駅改札口 ※現地集合・現地解散

持ち物:タオル・飲み物・動きやすい服装

定員:6名

申し込み期間:2月15日(水)~2月20日(月)



★学習会 11日(土・祝) 25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:ちゅうふだぞう活動室 担当:竹本安治氏

11日の申し込み:2月1日(水)~

25日の申し込み:2月15日(水)~



★健康相談 23日(木・祝) 定員3名

午後5時から6時30分

場所:ちゅうふだぞう相談室

担当:本橋麻子氏

申し込み:2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:ちゅうふだぞう開放スペース

★パソコン練習会 4日(土) 18日(土)

午後4時から5時 場所:ちゅうふだぞう活動室

担当:竹内弘子氏 定員3名

4日の申し込み:1月25日(水)~

18日の申し込み:2月8日(水)~

