

# 令和5年ちょうふだぞう10月の予定

## ものづくり 7日(土)

丸シールアートを作ります☆

さまざまな色や大きさのシールを組み合わせて

貼るだけの簡単アートです。

時間:午前10時から11時

☆職員と一緒に  
行います♪

場所:ちょうふだぞう活動室

定員:5名 ※参加費無料

申し込み期間:9月27日(水)~10月2日(月)



## ミニさんぽ 7日(土)・28日(土)

時間:午後2時から2時30分

※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・タオル・飲み物

定員:6名

申し込み期間:9月27日(水)~10月2日(月)



## からだをうごかすぞう! 21日(土)

楽しみながら体を動かせるゲームで

一緒に遊みましょう♪

調布市主催のイベントです

会場:調布市総合体育館・大体育室 ※現地集合・解散

開催時間:午後1時から午後4時【退出時間は自由です】

集合時間・場所:午後7時 体育館入り口

持ち物:室内履き・動きやすい服装・飲み物・タオル

※参加費無料

◎現地集合・解散ですが、一人での行き帰りが不安な方は職員と一緒にいくことも出来ます。申し込み時にご相談ください。

◎開催内容は別紙案内をご覧ください。

申し込み期間:10月11日(水)~10月16日(月)



## かっこよく健康講習会 14日(土)

時間:午前10時から11時30分

集合場所:こころの健康支援センターこかげ

※現地集合・解散

持ち物:動きやすい服装・歩きやすい靴・タオル・飲み物・帽子

内容:多摩川方面をウォーキング

※雨天時⇒午前10時から11時 室内運動を行います

講師:管理栄養士 本橋 麻子氏 定員:6名

申し込み期間:10月4日(水)~10月9日(月・祝)



## 交通安全教育 14日(土)

映像を見ながら自転車の交通ルールについて学びます

時間:午後7時から7時50分

場所:ちょうふだぞう活動室

講師:調布警察交通課

定員:8名

申し込み期間:10月4日(水)~10月9日(月・祝)



## アトリエ 28日(土)

※参加費無料

『アルミ線のキラキラ飾り』を作ります♪

時間:①午前10時から10時50分

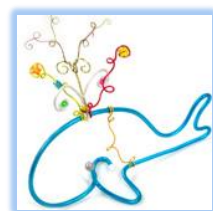
②午前11時から11時50分

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18日(水)~10月23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

### ★パソコン練習会 21日(土)

※7日(土)は講師の都合によりお休みです

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

21日の申し込み:10月11日(水)~



### ★健康相談 26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:10月16日(月)~

