



ちょうふだぞう1月の予定

いすでエクササイズ 6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
②午前11時から11時40分

場所:ちょうふだぞう活動室

講師:池田奈奈重氏 定員:各5名

申し込み期間:12月20日(水)~12月25日(月)



書き初めをしよう 6日(土) ☆職員と一緒に
行います♪


新年を迎えて気持ち新たに書き初めに挑戦しましょう!

時間:午後2時から2時40分

場所:ちょうふだぞう活動室 定員:6名

※墨を使うので汚れてもよいエプロンなどあればご持参ください。

申し込み期間:12月20日(水)~12月25日(月)



かっこよく健康講習会 13日(土)


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

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:1月4日(水)~1月8日(月・祝)



映画鑑賞 13日(土)


『SING・ネクストステージ』を観ます☆

エンターテインメントの聖地で新しいショーを披露
するため伝説のロック歌手を巻き込み動き出す!

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

申し込み期間:1月4日(水)~1月8日(月・祝)




音楽教室 20日(土)

時間:①午前10時から10時45分
②午前11時から11時45分

場所:ちょうふだぞう活動室 講師:佐藤倫子氏

定員:各6名 申し込み期間:1月10日(水)~1月15日(月)



お金と上手につきあおう 20日(土)

お金のやりくりを職員と一緒に学びます☆

時間:午後2時から2時40分 場所:ちょうふだぞう活動室

定員:5名 申し込み期間:1月10日(水)~1月15日(月)

さんぽ 27日(土)


さんぽをした後はたづくりの
「ちょうふだぞう写真展」を見学します♪

時間:午後7時から2時 集合場所:ちょうふだぞう

持ち物:動きやすい服装・飲み物 ※写真展見学後現地解散

定員:6名 申し込み期間:1月17日(水)~1月22日(月)

※雨天中止




ものづくり 27日(土)

はぎれで『ミニ布だるま』を作ります♪

時間:午前10時から11時

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:1月17日(水)~1月22日(月)



★学習会 13日(土) 27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

13日の申し込み:1月4日(水)~ 27日の申し込み:1月17日(水)~



「ちょうふだぞう写真展」のお知らせ

お気に入りの写真を展示し、披露しましょう!


開催日時:1月26日(金)午後4時
~2月1日(木)午後1時

会場:たづくり11階「みんなの広場」

開催時間:午前9時から午後9時30分

申し込み方法:ちょうふだぞうに持参
一人2点まで テーマ:自由

締切日:1月23日(月)



★パソコン練習会 6日(土) 20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

6日の申し込み:12月20日(水)~ 20日の申し込み:1月10日(水)

★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

★健康相談 25日(木) 定員3名 ※1人30分程度

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:1月15日(月)~