

お楽しみ会 3日(金・祝)

クレープを焼いて好きなトッピングで食べましょう♪

時間:①午後1時から2時

②午後2時30分から3時30分

場所:ちょうふだぞう活動室

定員:各6名

参加費:50円



☆職員と一緒に
行きます♪

申し込み期間:4月23日(火)~4月27日(土)

アトリエ 4日(土・祝)

紙に色をつけてお花を作ります♪

※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

場所:ちょうふだぞう活動室

講師:小笠原真子氏

定員:各6名



申し込み期間:4月24日(水)~4月29日(月・祝)

かっこよく健康講習会 11日(土)

時間:午前10時から11時

場所:こころの健康支援センターAB

内容:筋力アップ ※いつもと場所が違います

講師:管理栄養士 本橋麻子氏



定員:6名

申し込み期間:5月1日(水)~5月6日(月・祝)



ミニさんぽ

※雨天中止

4日(土・祝)・25日(土)

時間:午後2時から2時30分 集合場所:ちょうふだぞう

持ち物:動きやすい服装・飲み物 定員:6名

申し込み期間:4月24日(水)~4月29日(月・祝)

ごみの分別の仕方 11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:ちょうふだぞう活動室

定員:5名



☆職員と一緒に
行きます♪

申し込み期間:5月1日(水)~5月6日(月・祝)

いすでエクササイズ 18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:5月8日(水)~5月13日(月)



音楽教室 25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:5月15日(水)~5月20日(月)

上手な写真の撮り方 18日(土)

時間:午後1時から2時30分

※雨天時はちょうふだぞうで行います

場所:ちょうふだぞう活動室

講師:カメラマン村上卓司氏

定員:5名

持ち物:カメラ(携帯電話もOK)

申し込み期間:5月8日(水)~5月13日(月)



★学習会 11日(土) 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:ちょうふだぞう活動室

担当:竹本安治氏

11日の申し込み:5月1日(水)~

25日の申し込み:5月15日(水)~



STUDY

★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 23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:5月13日(月)~

★パソコン練習会 18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

18日の申し込み:5月8日(水)~

※4日(土)は講師の都合によりお休みです

