

※料理のキャンセルはママカフェ・男性料理は一週間前、シニアクッキングは月曜日までに連絡ください!!それ以降はキャンセル料発生します。

事業名		実施場所	日時	参加者	募集事項・内容
多世代	ミニミニ運動会	大広間	24日(木) 10:30~11:30	どなたでも	子どもからシニアの方までどなたでも参加できるミニミニ運動会を開催します。
	あそびのひろば	ゲートボール場	26日(土) 10:00~15:00	どなたでも	外あそび 木工廃材ワークショップ、焼き芋 ★詳しくはチラシをご覧ください(チラシは憩の家に常備しています)
レク・体操	筋力アップ体操「きやま元気サークル」 ・10時から血圧測定を行います	多目的1 多目的2	毎週金曜日 10:30~11:30 ※18日のみラウンジで実施します	シニア	重りを付けゆっくりした動作を行う事で筋力をつけていきます。 座って行います(百歳体操)
	気功教室	大広間	7日・21日(月) 13:00~13:30	どなたでも	音楽に合わせて座ってできる15分程度の気功
	レクリエーション(カトレアシスターズ)	多目的2	1日(火) 11:00~12:00	どなたでも	ゲームや音楽体操、脳トレ
	わくわくタイム「ふまねっと」	多目的2	10日(木) 11:00~12:00	どなたでも	四角いマスを歩きながら脳トレ運動
	タオル体操	大広間	8日(火) 13:00~14:00	どなたでも	ばば整形外科理学療法士による体操 ※バスタオルを持参ください
相談	健康相談(保健師)	ラウンジ	7日(月) 13:30~15:30	どなたでも	保健師による血圧測定、相談
	知って得するミニ講座(包括支援センター)	大広間	15日(火) 10:30~12:00	どなたでも	合言葉はパタカラ ~誤嚥性肺炎と予防について~
料理	シニアクッキング ※要申込 内容についてはお問い合わせください	調理室	11日・25日(金) 10:00~13:00	シニア	募集人数…各回10名 参加費…500円程度(材料により値段が変わる場合があります) 持参するもの…米1/2・エプロン・三角巾・筆記用具
	おとこの料理 ※要申込	調理室	27日(日) 10:00~13:00	男性 (町内優先)	募集人数…10名 参加費…500円程度(材料により値段が変わる場合があります) 持参するもの…米1/2・エプロン・三角巾・飲料
	ママカフェ ※要申込	調理室	28日(月) 10:00~13:00	どなたでも (町内優先)	募集人数…10名 参加費…大人400円、子ども200円 持参するもの…スプーン、フォーク・エプロン・三角巾・マスク・飲料
木曜	わくわくタイム「折り紙」 ※要申込	ラウンジ	24日(木) 13:30~15:30	どなたでも	材料代…100円 カレンダーをつくります「柿」
手芸	クラフト「スクエアバスケット」 ※要申込	大広間	4日(金)・10日(木) 13:15~15:30	どなたでも	材料代…700円 持参するもの…ボンド、洗濯ばさみ
	手芸サークル「花のポーチ」 ※要申込	多目的1 多目的2	15日~19日(火~土) 10:00~15:30	どなたでも	材料代…1,500円 持参するもの…生成り、赤、茶の糸 しつけ糸、ピンセット
	リフォーム教室 「裾長パンツ」 ※要申込	多目的1 大広間	12日(土) 10:00~15:30 29日(火) 10:00~15:30	どなたでも	募集人数…5名 参加費…1,200円(謝礼・材料費) 持参するもの…生地2m 生地にあったミシン糸、しつけ糸
カメラ	カメラ「すまいるフォト」 ※要申込 ★詳しくはお問い合わせください	多目的1 多目的2	7日(月) 13:00~17:00	どなたでも	募集人数…4名 参加費…2,000円(撮影代、ヘアメイク込み) 2Lサイズ台紙付き写真+すべての撮影データDVDをお渡しします
ワーク	オールインワン化粧品作り	大広間	5日(土)・31日(木) 10:00~15:30	どなたでも	グランジュテ(ヘアメイク事務所)と化粧品を手作りします。 材料費…1,000円
音楽	カラオケサークル	音楽室	12日・26日(土) 10:00~12:00	シニア	参加費…100円

(電話でも申込みできます) その他はご自由にご参加ください