

※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	あそびのひろば	ゲート ボール場	2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 参加費…300円 ★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	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	18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	5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	14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	多目的2	19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
	音楽ストレッチ体操	多目的2	26日(火) 11:00~12:00	どなたでも	音楽をつかったストレッチ体操
相談	健康相談(保健師)	ラウンジ	11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	11日(月) 10:30~12:00	どなたでも	快護のススメ ~介護保険と町の福祉サービスについて~
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	8日・22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	17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	25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「うたあそび」 ※要申込	ラウンジ	28日(木) 11:00~11:30	どなたでも	童謡や季節の歌を歌ったり楽器で遊びます
	わくわくタイム「折り紙」 ※要申込	ラウンジ	28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「ポインセチア」
手芸	手芸サークル「花のポーチ」 ※要申込	大広間	18日~22日(月~金) 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 「フード付きジャケット」 ※要申込	多目的1 大広間	14日(木)・15日(金)・30日(土) 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3mまたは着物生地一反 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	11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	メイク講座 ※要申込	大広間	17日(日)・26日(火) 10:00~11:30 13:00~14:30	どなたでも	グランジュテ(ヘアメイク事務所)によるメイクの講座(指導)をします 参加費…2,000円 持参するもの…ご自身の化粧道具一式 *お帰りの際、化粧品サンプルもらえます *各時間帯でお申込みください
	レジンでアクセサリ ※要申込	交流 スペース	16日(土) 10:00~11:00 10名程度 11:00~12:00 10名程度	どなたでも	レジンでブローチをつくります 各時間帯でお申込みください。 材料費…500円
親子	親子でリトミック	多目的2	16日(土) 11:00~11:30	どなたでも	音楽に合わせてリズムをとり、歌ってみましょう
音楽	カラオケサークル	音楽室	9日・30(土) 10:00~12:00	シニア	参加費…100円