

定期開催事業のご紹介《10月・11月》

	事業名	日時	内容	参加費等	申込について
運動系	活き粋シニア 体力アップ スペース	火曜日 10/10、24 11/28	地域にお住まいの概ね 65歳以上の方対象の体 操教室。どの曜日にも 参加可能です。 各曜日、担当講師が変 わります。 回数制限はありません。	参加費 400円	予約・申込は 不要です。 開催日当日、 10分前にお越し 下さい。
		水曜日 10/4、18 11/1、15			
	時間(全ての曜日) 14:00～15:00	金曜日 10/13、27 11/10、24			
	ゆるヨガ	10/2、16 11/20 10:00～11:00	月曜日開催の 初心者の方向け ヨガ教室です。	参加費 400円	
ステップ アップヨガ	10/6、20 11/17 10:00～11:00	金曜日開催の 初・中級者向け ヨガ教室です。	参加費 400円	10月分:9/25(月) 11月分:10/25(水) 10:00～☎にて	
青空 ラジオ体操	10/12、26 11/9 10:00～10:20	場所…三ツ沢中公園 (三ツ沢中町ハイツ 6号棟向かい)	参加費 無料	予約・申込は 不要です	
音楽系	みんな de うたおう	10/28 11/25 13:30～15:00	毎月第4土曜日開催 の歌唱指導とピアノ 伴奏による歌の集い	参加費 400円	10月分:10/10(火) 11月分:11/10(金) 10:00～☎にて
未就園児親子	かなーちえ	10/5、12、19、26 11/2、9、16、30 10:00～14:30	毎週木曜開催の未就学 児親子の集いの場 (祝日はお休み)	参加費 無料	予約・申込は 不要です
	おやこの広場	10/12(木) 11/9(木) 11:00～11:30	第2木曜日開催の未就 学児向けイベント。 10月は「親子deムジ カミニ」を実施	参加費 無料	予約・申込は 不要です
どなたでも	パン屋の おやじ	※都合により お休みです	パンの販売	随時	不要
	上町ベーカリー &カフェ	10/12、26(木) 11:30～	パンの販売	随時	不要
	おもちゃの 病院	日曜日以外 いつでも受付	おもちゃを預かりして 修理をします。	修理費 : 無料 部品交換 : 実費	※注意事項 ▷機械・電機の 故障に限ります。 ▷お急ぎの対応は、 出来ません。
	こもれば カフェCoCo	10/14(土) 11/11(土) 13:30～15:00	障がいのあるなしにか かわらず、どなたでも 集えるカフェ	参加費 100円	予約・申込は 不要です。
	百々かふえ もも	10/11(水) 11/8(水) 11:00～13:00	地域の方、認知症の方 やご家族、専門職が集 うカフェ	参加費 無料	予約・申込は 不要です。