

# 定期開催事業のご紹介 《12・1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 12/12 1/9、23	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 12/6、20 1/17			
	時間(全ての曜日) 14:00~15:00	金曜日 12/8 1/12、26			
	ゆるヨガ	12/4、18 1/15、29 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	12月分:11/25(土) 1月分:12/25(月) 10:00~☎にて
	ステップ アップヨガ	12/1、15 1/5、19 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	12月分:11/25(土) 1月分:12/25(月) 10:00~☎にて
青空 ラジオ体操	12/14 1/11、25 10:00~10:20	場所…三ツ沢中公園 (三ツ沢中町ハイッ 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	12/23 1/27 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	12月分:12/11(月) 1月分:1/10(水) 10:00~☎にて
未就園児親子	かなーちえ	12/7、14、21 1/4、11、18、25 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	12/14(木) 11:00~11:30	第2木曜日開催の未就 学児向けイベント。 12月は「クリスマス リトミック」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	12/21、1/18(木) 11:30~	パンの販売	随時	不要
	上町ベーカリー &カフェ	12/14、1/11(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。 ※12月は 第3土曜日です	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。
	こもれび カフェCoCo	12/16(土) 1/13(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	12/13(水) 1/10(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。