

定期開催事業のご紹介《4・5月》

事業名		日時	内容	参加費等	申込について
健康体操	火曜	4/8、22 5/13、27 14:00~15:00	年齢制限なく、どなたでも参加いただけます。回数制限もありません。	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	4/2、16 5/7、21 14:00~15:00			
運動系	ゆるヨガ (月曜日)	4/7、21 5/19 10:00~11:00	初心者の方向けヨガ教室です。	参加費 400円	4月分：3/25(火) 5月分：4/25(金) 10:00~☎にて
	ほぐしヨガ (金曜日)	4/4、18 5/16、30 10:00~11:00	4月・5月のテーマ心身のリフレッシュ&腰痛改善	参加費 400円	4月分：3/25(火) 5月分：4/25(金) 10:00~☎にて
	青空 ラジオ体操	4/10(木) 5/8(木) 10:00~10:20	毎月第2木曜日開催 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
	みんな de うたおう	4/26(土) 5/24(土) 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	4月分：4/10(木) 5月分：5/10(土) 10:00~☎にて
未就園児親子	かなーちえ	4/3、10、17、24 5/1、8、15、22、29 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	※4月は休みです 5/8(木) 「親子フラ」 11:00~11:30	第2木曜日開催の未就 学児向けイベント。	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	4/3(木) 11:30~	パンの販売	随時	不要
	上町ベーカリー &カフェ	4/17(木) 11:30~	パンの販売	随時	不要
	こもれび カフェCoCo	4/12(土) 5/10(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。
	もも 百々かふえ	4/9(水) 5/14(水) 11:00~12:30	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。