定期開催事業のご紹介《11・12月》

	事業名	日　時	内　容	参加費等	申込みについて
運動系	ほぐしヨガ （金曜日）	11/6、20 12/4、18 10:00～11:00	11・12月のテーマ： 「日常の姿勢を 見直そう」	参加費 400円	11月分： 10/26(月) 12月分： 11/25(水) 10:00～☎にて
	青空 ラジオ体操	11/12(木) 12/10(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・申込みは 不要です
音楽系	みんな de うたおう	11/28(土) 12/26(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	予約・申込みは 不要です
未就園児親子	かなーちえ （出張ひろば）	11/5、12、 19、26 12/3、10、 17、24 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・申込みは 不要です
	おやこの広場	※11月お休み 12/17(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」の予定	参加費 無料	予約・申込みは 不要です
どなたでも	パン屋の おやじ	11/19 (木) 11:00～11:30	パンの販売	随時	不要
	上町ベーカリー ＆カフェ	11/12、26 (木) 11:00～11:30	パンの販売	随時	不要
	こもれび カフェCoCo	11/14(土) 12/12(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・申込みは 不要です
	百々(もも)かふぇ	11/11(水) 12/9(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・申込みは 不要です