

2月 イベントカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	29	30	31	1	2	3
休館日	休館日			ほぐしストレッチ 教室	座ってできる 体操	ママヨガ
				← マルシェ営業日 →		
4	5	6	7	8	9	10
	休館日	いきいきクラブ	交流会	ほぐしストレッチ 教室	座ってできる 体操	コーヒー講座
マルシェ営業日				← マルシェ営業日 →		
11	12	13	14	15	16	17
建国記念日	振替休日	休館日	交流会	ほぐしストレッチ 教室	座ってできる 体操	ねんどひな人 形教室1
マルシェ営業日				← マルシェ営業日 →		
18	19	20	21	22	23	24
	休館日	いきいきクラブ	交流会	ほぐしストレッチ 教室	天皇誕生日 ねんどひな人形 教室2	
マルシェ営業日				← マルシェ営業日 →		
25	26	27	28	29	1	2
えいごdeあそぼ	休館日	いきいきクラブ すみれクラブ	交流会	ほぐしストレッチ 教室		
マルシェ営業日		スマホ教室				

その他各団体の活動やイベントは館内掲示物にて確認の上、ご参加いただきますよう、よろしく申し上げます。また、急な日程の変更がある場合がございます。ご注意ください。

イベント詳細は館内掲示にてご確認ください

毎週火曜日 いきいきクラブ 10:00~14:00

いくつになっても元気が1番!毎週1回みんなで交流センターに集まって、笑って楽しく過ごしましょう!いろんな企画をご用意してます!

毎週水曜日 小高交流センター 交流会 10:00~11:30

小高区の方に生きがいを持って元気に暮らしていただけるよう毎週水曜日に交流会を開催します。ご希望の方はご自宅まで送迎いたします!

カレンダー記載日 心と体を整えるほぐしストレッチ教室 10:00~11:30

ストレッチでからだと心をリフレッシュ!日頃のたまった疲れをストレッチでほぐしましょう。初心者の方も大歓迎!お気軽にお問い合わせください。

毎週金曜日 座ってできる体操 10:00~11:30

足腰の弱い方でもできる体操がここにあります。気になったらぜひ1度ご参加ください!初めてでも大丈夫!

第二・第四火曜日 スマホ教室 ①14:30~ ②16:00~

スマホで困っていることはありませんか?お悩みを一緒に解決しましょう!

3日 産後ママのためのメンテナンスヨガ 10:00~11:00

体が思うように動かない...だるくて疲れる...そんな産後の悩みを抱えているママさんの心と体をメンテナンスしましょう!子供同行OKなので安心してご参加ください。

10日 コーヒー講座 10:00~12:00

コーヒーの選び方、淹れ方、お供のチョコとのペアリングを学んでみませんか?

16日 リトミック教室 10:00~12:00

リトミックはお子さんの持っている能力を音楽で楽しく遊びながら伸ばす方法です。

17日・23日 ねんどひな人形教室 10:00~12:00

かわいらしいひな人形を作ってみませんか?教室は形を作る1回目と色付けの2回目に分けて実施いたしますので、両日の参加をよろしく申し上げます。

25日 英語教室「えいごdeあそぼ」 10:00~12:00

まずは簡単な日常で使える言葉から練習しましょう。