

神林福祉ひろばだより11月号



～ふれあい健康教室～

同じ内容で2日行います。対象町会をご確認のうえ、おでかけください。

今月は ひも一本で元気になれる

『ひもトシ』

です。



講師：姿勢スタイリスト 阪上 晃子 先生

11月18日(金) AM9:30～11:00

(対象町会：川西・南荒井・下神) 当番：川西・南荒井

11月25日(金) AM9:30～11:00

(対象町会：川東・寺家・町神・梶海渡) 当番：寺家・町神

◆健康相談があります。健康手帳をお持ちください。

からだリフレッシュ講座

11月2日(水)・12月7日(水)

AM9:30～

大会議室で行います。

☆講師：西山知花先生☆

参加費 100円 申込み不要

持ち物 飲み物

ウェーブストレッチ

11月16日(水) AM9:30～

☆講師：寺平美樹先生☆

参加費 100円 申込み不要

持ち物：ヨガマット又はバスタオル

・飲み物

☞ ウェーブリングと

バスタオルお貸しします！



大人のぬり絵

11月4日(金)・12月2日(金)

AM9:30～

ひろばと講座室で行います。

申込み不要 飲み物ご持参ください。

公民館共催

俳句講座

11月8日(火)・12月13日(火)

PM1:30～

神林公民館2階 大会議室



ぽんぽこいんのひろば

11月24日(木) AM10:00～

内容：寝相アート

お好きな衣装とセットで撮影会

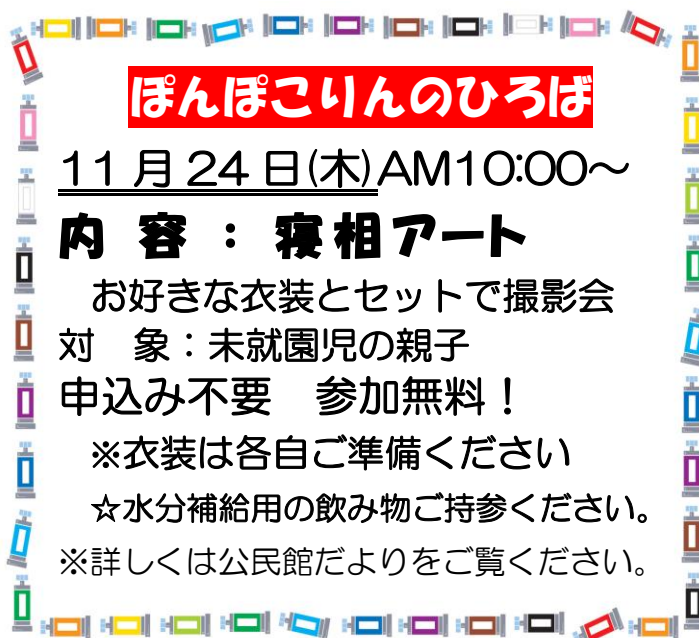
対象：未就園児の親子

申込み不要 参加無料！

※衣装は各自ご準備ください

☆水分補給用の飲み物ご持参ください。

※詳しくは公民館だよりをご覧ください。



公民館共催 パソコン喫茶

11月17日(木) PM1:30~
持ち物: ノートパソコン
※詳しくは公民館だよりをご覧ください。

マグネット吹き矢

11月28日(月) AM9:30~
参加費: 100円 定員15名
※飲み物ご持参ください。
前日までにお申込みください。

つまみ細工講座

『お正月の壁飾り』

11月28日(水) AM9:30~
場所: 講座室
29日(木) PM1:30~
30日(金) PM1:30~

ご都合の良い日にお申し込みください。
申込み: 24日(木)まで
材料代: 100円~

ひろばに見本あります



予告

干支のマスコットふくふくうさぎ

12月7日(水) PM1:30~

参加費: 900円

持ち物: 針・はさみなど裁縫道具

申込み: 11月29日(火)【厳守】

毎年大好評の干支づくりです!

ひろばに見本あります



今後の新型コロナウイルス感染症の感染状況により、休止または内容変更となる場合がございます。ご了承ください。実施の有無については、ひろばまでお問い合わせください。

11月の予定 (事業・サークル等)

	曜日	午前	午後
火	1		
水	2	からだリフレッシュ講座	
木	3	🌸 文化の日	
金	4	大人のぬり絵	出張サロン(梶海渡) 囲碁
月	7	民生児童協議会定例会	趣味の会
火	8	ニットクラブ	俳句講座(大会議室) スポーツボイス同好会
水	9	体かづくりサポーター	オカリナ
木	10		百歳体操の日
金	11	いきいき健康ひろば	囲碁
月	14	ほのぼの会	
火	15	墨絵	
水	16	ウェーブストレッチ	
木	17		パソコン喫茶 百歳体操の日(講座室)
金	18	ふれあい健康教室	囲碁
月	21	健康相談	趣味の会
火	22	パイナップルカフェ(南荒井東) ニットクラブ	スポーツボイス同好会
水	23	🌸 勤労感謝の日	
木	24	ぼんぼこりんのひろば	百歳体操の日
金	25	ふれあい健康教室	
月	28	マグネット吹き矢 つまみ細工講座(講座室)	手話の会
火	29		つまみ細工講座
水	30		つまみ細工講座

12月前半の予定

1	木		百歳体操の日
2	金	大人のぬり絵	出張サロン(町神) 囲碁
5	月	民生児童協議会定例会	趣味の会
6	火		
7	水	からだリフレッシュ講座	干支のマスコット作り
8	木		百歳体操の日
9	金	いきいき健康ひろば	囲碁
12	月	ヨガ	パイナップルカフェ
13	火	ニットクラブ	俳句講座(大会議室) スポーツボイス同好会
14	水		オカリナ
15	木	ぼんぼこりんのひろば	パソコン喫茶 百歳体操の日(講座室)