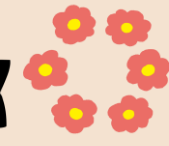




# とほなす南部



とほなす南部

# 8月

|    |   |                                 |
|----|---|---------------------------------|
| 1  | 金 |                                 |
| 2  | 土 |                                 |
| 3  | 日 |                                 |
| 4  | 月 |                                 |
| 5  | 火 | 夏休み企画(ベジチェックと栄養ごはん)             |
| 6  | 水 | ママコンテンツ                         |
| 7  | 木 |                                 |
| 8  | 金 | 夏休み企画(簡単かわいいハステルアート)            |
| 9  | 土 | イベント湯(ぶな) 楽しいうたごえ会              |
| 10 | 日 |                                 |
| 11 | 月 | 山の日                             |
| 12 | 火 |                                 |
| 13 | 水 |                                 |
| 14 | 木 |                                 |
| 15 | 金 | 元気ハツラツ出張測定                      |
| 16 | 土 | 赤い小鳥                            |
| 17 | 日 |                                 |
| 18 | 月 |                                 |
| 19 | 火 |                                 |
| 20 | 水 | イベント湯(ジャスミン)<br>ふれあいショップ BA0BA0 |
| 21 | 木 |                                 |
| 22 | 金 | きらりシニア塾<br>夏休み企画(ハワイ気分でフラダンス)   |
| 23 | 土 |                                 |
| 24 | 日 |                                 |
| 25 | 月 |                                 |
| 26 | 火 |                                 |
| 27 | 水 | ふれあいショップ きずな                    |
| 28 | 木 | ふれあいショップ ハートフルフレンズ              |
| 29 | 金 |                                 |
| 30 | 土 | イベント湯(ベルバラ)                     |
| 31 | 日 |                                 |



## 赤い小鳥うたごえ広場

日時: 8月16日(土)

13時30分～14時30分

場所: ロビー

内容: 懐メロ、童謡、唱歌など、皆さん  
がお馴染みの曲がいっぱいです。  
楽しい時間を過ごしましょう♪



## 元気ハツラツ出張測定

日時: 8月15日(金)

13時30分～15時

場所: ロビー

対象者: 60歳未満の方も参加可能

内容: カラダスキャン



## きらりシニア塾

日時: 8月22日(金) 10時～12時

内容: 暑さを乗り切る! 食事の摂り方  
とは?

日時: 9月12日(金) 10時～12時

内容: リラックスやさしいヨガ

申込み: 8月12日(火) 9時より

定員: 65歳以上先着16名

お風呂入れます!!

料金: 100円

営業時間 10:30～15:00

(受付 14:30まで)



LINE 公式アカウント

## 友だち 募集中

@279fpjed

うれしい情報をLINEでお届け!



【発行】南部地域福祉センター (所在地: 下青野町字天神78番地 電話: 0564-43-6600)

開館時間: 9時～17時 休館日: 日曜日、祝日(敬老の日は開館)、12月29日～1月3日