



とほなす東部



11月

とほなす東部

1	土	
2	日	
3	月	文化の日
4	火	
5	水	きらりシニア塾
6	木	
7	金	
8	土	あそびたい
9	日	
10	月	
11	火	売店(アクト)
12	水	
13	木	ボッチャ練習会
14	金	
15	土	
16	日	
17	月	
18	火	
19	水	懐かしの映画鑑賞
20	木	売店(ハートフルフレンズ)
21	金	
22	土	あそびたい
23	日	勤労感謝の日
24	月	振替休日
25	火	きらりシニア塾 売店(アクト)
26	水	己書講座 売店(愛恵園授産所)
27	木	
28	金	
29	土	よっといでん東部マルシェ
30	日	



きらりシニア塾

11/5(水) 13:30~15:30 1時間講話
1時間ストレッチ

『シニア世代の高血圧のリスクと対策』

※申込受付 10/7(火)~

11/25(火) 13:30~15:30 2時間体操

『楽しく元気に!!はつらつ体操!!』

※申込受付 11/10(月)~

よっといでん東部マルシェ

11/29(土) 10:00~15:00 詳細は別紙
をご覧ください

パフォーマンス・体験型ワークショップ・軽食etc.

ご家族で楽しめる催しです♪ご来館お待ちしております

己書講座

11/26(水) 10:00~11:30

★参加費: 500円

年賀状にも使える
図案で練習します

★場所: 当館ロビー

★定員: 15名 ※申込10/14(火)~(定員になり次第終了)



※イメージ画像
(当日は別の図案
となります)

懐かしの映画鑑賞

DVD鑑賞

11/19(水) 13:30~

『レベッカ』 アカデミー賞受賞作
ヒッチコックのサイコスリラー



お風呂入れます

料金が変更になりました

入浴料: 200円

営業時間10:30~15:00(受付14:30まで)

友だち
募集中

@513mdcob

うれしい情報もLINEでお届け!



【発行】東部地域福祉センター (所在地: 山綱町字中柴1番地 電話: 0564-48-8090)

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