



とほなす岡崎



11月

とほなす岡崎

1	日	
2	月	
3	火	文化の日
4	水	
5	木	
6	金	AMきらりシニア塾
7	土	
8	日	
9	月	
10	火	きらりシニア塾受付
11	水	ベビーボックス&リズム体操 ちびっこ開放日 (12:30~16:00)
12	木	前回参加されたかたは 申込みの必要はありません。
13	金	
14	土	ちびっこ開放日 (9:00~16:00) こども食堂 あーぶくたった
15	日	中学生以下 無料 大人 300円
16	月	
17	火	AMきらりシニア塾
18	水	PMわくわく体操
19	木	
20	金	
21	土	ヒマナシ★スターズと歌う会
22	日	
23	月	勤労感謝の日
24	火	
25	水	
26	木	みんなで交流 楽しく脳トレ広場
27	金	
28	土	
29	日	
30	月	

子育て支援講習

参加無料

ベビーボックス&リズム体操 2階 集会室

開催日時：11月11日(水) 10時~11時
対 象：3歳未満のお子様とその保護者
申 込 み：10月20日(火) ~
要予約：先着10組
★詳しくは10月中旬以降に とほなす岡崎
LINEまたはInstagramで確認してください

歌いながら脳をきたえる!!

わくわく体操

「デュアルタスク」で脳の活化

開催日時：11月18日(木) 13時30分~14時
場 所：2階 集会室
※初めて参加されるかたのみ申込
申 込 み：直接または電話

ヒマナシ★スターズと歌う会

開催日時：11月21日(土)
13時30分~15時
開催場所：2階 集会室

参加無料

「青い山脈」や「高校三年生」など昭和
歌謡を中心に演奏します。来場されたか
たからのリクエストも受付ています。

認知症予防のための

みんなで交流 楽しく脳トレ広場

参加者募集

開催日時：11月26日(木) 10時~11時
場 所：1階 みんなの活動広場
受付開始：11月4日(水)から受付開始
参 加 費：無料
申 込 み：先着12名



Instagram
始めました

【発行】 高齢者センター岡崎（所在地：美合町字下長根2番地1 電話：0564-55-0116）

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 LINE Instagram