

## 気軽に参加

# 遊



### 健康体操

タオル体操をはじめ、歌体操や手遊びなどで頭と体をたっぷり動かします。笑いも絶えません。

- ◇ところ ふれあいホール
- ◇とき 月曜日～金曜日  
午後1時30分～2時  
(ホール使用日は除きます)

### 音楽の広場

歌をうたったり、リズムに合わせて体を動かしたり音楽を通して楽しいひとときを過ごします。

- ◇ところ ふれあいホール
- ◇日程 午後1時30分～2時  
9月13日(月) 10月14日(木)  
11月17日(水) 12月17日(金)  
平成17年1月18日(火) 2月14日(月)  
3月17日(木)



### 健康相談

血圧や脈拍などの計測のほかに、健康に関する相談を受けています。

- ◇ところ 健康コーナー
- ◇とき

曜日	時間
月・金曜日	午前10時～正午 午後1時～3時
火・水・木曜日	午前9時30分～正午



### ヨーガ教室

心も体もリラックスできます。

- ◇ところ ふれあいホール
- ◇日程 午後1時30分～2時30分  
10月28日(木) 12月21日(火)  
平成17年2月28日(月)

### ものづくり広場

- ◇ところ あじさいの間
- ◇定員 30人
- ◇日程 午前10時30分～(10時受け付け)  
9月17日(金) 「写真立てを作ろう」  
12月20日(月) 「花もちを作ろう」  
平成17年3月15日(火) 「かべかけを作ろう」

みんなで楽しむ・・・

福祉会館では、みんなで楽しめる「教室」や「広場」が開かれています。気軽に参加してください。