

2022年度 主催・自主講座

■主催講座【親子・リトミック：】

■開催日時 : 12月15日(木) 久芳地域センターホール
10時30分~12時00分 頃まで

■内 容 : リズムに合わせて身体を動かして遊びましょう!

■講 師 : 川本 妙子さん

■対 象 : 0歳~未就学児と保護者

参加費
無料



■自主講座【ふくふく体操：午前10:00~12:00】

■開催日 12月1日(木) 久芳地域センターホール

12月8日(木) 久芳地域センターホール

12月15日(木) 久芳地域センター研修室②③

12月22日(木) 久芳地域センターホール

【年忘れ・かんたん脳トレ・クイズ】

■対 象 : どなたでも参加できます。

介護予防に取り組む通いの場として、運動能力向上や
血圧安定化を目指している方。

■参加費 : 無料【元気輝きポイント登録団体】



国際あい
ふれ交流

もちつき&交流会

日時 2022 12月 10日 (土)

10:00~15:00

場所 上戸野地域センターへ集合

午前中は個人宅で餅つき

午後から上戸野地域センターで交流会



ご あ ん な い

- 対 象：小学生・中学生（保護者の参加大歓迎）
- 参加費：一人 500 円（おもち代と昼食代込み）
- 定 員：20 人（定員になり次第締め切り）
- 持参物：エプロン・飲み物・まなぶちゃんノート
- 内 容：午前中（10時～12時）は留学生と餅つき

12時～13時・・・昼食（お弁当を準備します）

午後（昼食後 13時～15時）は紙芝居&ゲーム交流会

当日、サプライズ
参加があります。
お楽しみに！！



お問い合わせ先：久芳地域センター ☎ (082) 435-2018