

## 元気カフェのイベント（9月）

| とき                                  |               | 内容  |
|-------------------------------------|---------------|---|
| ◆すけがわ（市役所庁舎南隣） ☎ 050-5528-5138      |               |   |
| ①                                   | 11日(水)        | 健康体操  |
| ②                                   | 17日(火)        | 13:30～14:30<br>心にハミングを！ギターやハーモニカによるアンサンブル演奏 |
| ③                                   | 19日(木)        |   |
| ④                                   | 25日(水)        | 10:30～12:00<br>「友遊コーナー」おしゃべりしよう             |
| ◆あゆかわ（女性センター内） ☎ 050-8012-4182      |               |   |
| ⑤                                   | 11日(水)        | 13:30～14:30<br>高齢者の健康相談                     |
| ⑥                                   | 20日(金)        | 13:30～14:00<br>ゆるゆる健康体操                     |
| ⑦                                   | 25日(水)        | 10:15～11:15<br>初心者向けウクレレ体験 *先着6人            |
| ⑧                                   | 27日(金)        | 13:30～14:00<br>ギターコンサート                     |
| ◆くじはま（老人福祉センター吹上荘内） ☎ 050-8012-4183 |               |   |
| ⑨                                   | 10日(火)        | 10:30～12:00<br>体操                           |
| ⑩                                   | 10日(火)        | 13:00～15:00<br>お月見飾り作り *材料代200円、先着10人       |
| ◆いこいのひろば元気カフェべんてん ☎ 22-5570         |               |   |
| ⑪                                   | 6日(金)         | 11:00～14:00<br>重陽の節句（茶会）*参加費500円。先着20人      |
| ⑫                                   | 11日(水)・26日(木) | 10:00～12:00<br>タオル帽子づくり                     |
| ⑬                                   | 20日(金)        | 13:30～15:00<br>話・和・輪コーナー（みんなでしゃべり）          |
| ⑭                                   | 4日(水)         | 10:00～12:00<br>趣味の会<br>参加費各100円             |
| ⑮                                   | 18日(水)        |   |
| ⑯                                   | 25日(水)        |   |
| ⑰                                   | 29日(日)        | 11:00～14:00<br>みんなの食堂～バザー～                  |

\*⑦⑩⑪は要事前申し込み。