

ゆうゆう阿佐谷館だより

2019年2月号

2019年 高齢者団体上期抽選会

2月20日水曜日

会場 杉並区役所本庁中棟6階 第4会議室

9時から受付開始

2月の協働事業の予定です

協働事業は
どなたでもご参加いただけます

親子やお孫さん、多世代で楽しめる料理教室や、認知症予防の為に料理やゲーム、身体を使った歌やダンスを学びながらいろいろな方と交流できるさまざまな教室を企画しています。気軽でイキイキ元気に楽しめる協働事業です。みなさんのご参加をお待ちしております。

お待ちしております♪

◇アンチエイジング・ゲーム◇

日程 2月5日(火) 10:00~12:00 500円

当日参加OK

ゲームを通して楽しく遊ぶことで、いつの間にか脳の若返りをはかります

※協働事業では参加者が5名以下の場合中止になることがあります。ご了承ください。

◇英会話入門◇ ~オリンピックに向けておもてなし

日程 2月6日(水)と20日(水) 10:00~11:30 500円

キャンセル待ち
受付中!

◇英会話入門プラス◇

日程 2月13日(水)と27日(水) 10:00~11:30 600円

講師は英会話入門及び英会話プラス共に Peter Finan 先生

予約受付中!

◇日本画教室◇ ~はじめの一步~

日程 2月9日(土) 13:30~15:30 800円

予約受付中!

◇ピラティス◇

心も身体もリフレッシュ

日時 2月7日(木) 14:00~15:00 500円

マットの上で行うエクササイズ! 運動が苦手でも身体が硬くても大丈夫!

予約受付中!

◇日本の名歌を歌おう◇

日程 2月24日(日) 13:30~16:00 300円

当日参加OK

◇朝の茶話会◇

日程 2月3日(日) 10:00~12:00 300円

当日参加OK

◇ストレッチ&ダンス◇

日程 2月2日(土)と16日(土) 18:00~19:30 500円

当日参加OK

大変申し訳ございません。

「はじめてのキッズ英語」は先生の体調不良により中止になりました。再開する場合はお知らせいたします。



