

H29. 4月講座・イベントのご案内

日	月	火	水	木	金	土
<p>☆新規教室のお知らせ☆ ■3B体操■ 大好評の3B体操が4月より教室に仲間入りしました。月に2回(不定期)の開催です。道具の準備があるため、事前予約制となります。予約開始日は館内掲示板にて毎月お知らせいたします。ふるってご参加ください。 参加費:1回につき50円、道具を持参される方は0円(当日の施設利用料200円は別途必要です)</p>		<p>【誕生月の方体力測定について】 6種目測定を行い、各種目の評価、全体の評価を出します。また、今年度から体組成の測定も行います。今後のトレーニングの参考にぜひとも受けてみませんか。(事前予約制) 4月は4日と8日に実施します。</p>		<p>4月1日(土)11:00~12:00 『おみり会&お花見会』 つどいの広場の利用者さんと一緒にゲームをしたりお弁当を食べたり♪春の訪れを感じましょう! ☆臨時駐車場でを行います☆ お弁当は各自でご準備ください。</p>		<p>1 世代交流 地域交流行事 おみり会&お花見会 11:00~12:00</p>
2 休館日	3 チャレンジ教室 <small>生活筋力向上ゆっくりプログラム®</small> トレーニング講習会 11:00~11:40 13:00~14:00	4 誕生月の方体力測定会 11:00~12:00 (予約制)	5 ★楽しく歌おう 11:00~12:00	6 ラージボール 10:00~12:00 (予約制)	7	8 ★あみもの教室 13:30~15:30 誕生月の方体力測定会 14:30~15:30 (予約制)
9 休館日	10 太極拳教室 11:00~12:00	11	12 健康講座 生活時間と栄養 11:00~12:00 (予約制)	13	14 ★クラフト手芸教室 14:00~16:00 (予約制)	15 ★3B体操 11:00~12:00 (予約制)
16 休館日	17 いきいきスポーツ ソフトドッジボール 11:00~11:30	18 健康カウンセリング 体組成について 11:00~11:15	19 チャレンジ教室 <small>生活筋力向上ゆっくりプログラム®</small> 11:00~11:40	20	21 合同活動 もやいエンジョイクラブ 11:00~11:30	22 ★3B体操 11:00~12:00 (予約制) ★あみもの教室 13:30~15:30
23 / 30 休館日	24 太極拳教室 11:00~12:00	25 もやいんピック フラフープ 11:00~11:30	26 お誕生日会(4・5月) 11:10~12:00 (予約制)	27 ★陶芸教室 13:00~15:00 (予約制)	28 ★クラフト手芸教室 14:00~16:00 (予約制)	29 休館日 (昭和の日)

- ・各イベント、施設利用料(200円)が必要です。(健康講座、地域開放行事を除く)
- ・材料費等がかかるイベントもあります(★印)。詳しくは館内掲示物にてご確認ください。
- ・アロママッサージは予約制です。スタッフにご希望の時間をご相談ください。

熊本市夢もやい館
 熊本市北区楠1-20-5
 TEL 096-338-3210