館報 ほうらい

これからの講座案内

※講座の受付は、受付日の
午前８時３０分からです

《編集発行》
〒257-0031 秦野市曽屋5798-3
秦野市ほうらい会館／秦野市立ほうらい児童館
電話 0463-81-8310／FAX 0463-82-7793
秦野市ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞｱﾄﾞﾚｽ
http://www.city.hadano.kanagawa.jp

《第45回ほうらい会館まつり》

日　時：10月18日（日）午前10時～午後2時
予定では、利用団体の発表、作品展示、
物品販売、フリーマーケットなど
９月１１日㈮まで、参加者募集中！
皆様のご応募、お待ちしています

《秋の健康ハイキング》

～四十八瀬川の彼岸花と
米倉丹後守ゆかりの地を歩く～
日　時：９月２９日（火）
午前９時 渋沢駅改札前集合
定　員：１５名　　参加費：無料(交通費実費)
持ち物：昼食、水筒、雨具、帽子、
歩きやすい服装、滑り止めのある靴
受付日：９月１日（火）～

《介護予防体操》

～チェアエクササイズ＆ストレッチ～
日　時：９月３０日（水）
午前１０時～１１時３０分
定　員：２０名　参加費：無料
持ち物：バスタオル又はヨガマット、
タオル、飲み物
受付日：９月１日（火）～

《使える折り紙教室》

日　時：１０月７日（水）
午後１時３０分～３時３０分
定　員：１０名　　材料費：４００円
内　容：ハーブ入りオーナメント＆根付け
持ち物：木工用ボンド、はさみ、
定規、筆記用具
受付日：９月１５日（火）～

《健康講座》

～こんな方法も!?高齢期に大切な栄養の気軽な摂り方～
日　時：１０月２７日（火）
午後１時３０分～３時
定　員：１５名　　参加費：無料
受付日：１０月１日（木）～

《コツコツ貯筋体操》

日　時：１１月１２日（木）
午前１０時～１１時１５分
定　員：２０名　　参加費：無料
持ち物：動きやすい服装、運動靴（室内用）
飲み物、タオル
受付日：１０月１５日（木）～

《歌のつどい》

～みんなで楽しく歌いましょう！～
日　時：１１月１３日（金）
午後１時３０分～３時
定　員：２５名　　参加費：無料
持ち物：筆記用具、飲み物
受付日：１１月１日（日）～

《楽しく学ぶ相続税》

日　時：１１月１６日（月）
午前１０時～１１時３０分
定　員：１５名　　参加費：無料
持ち物：筆記用具
受付日：１０月１５日（木）～

《来年の干支「羊」の編みぐるみ》

日　時：１１月２１日・２８日いずれも土曜日
午前９時３０分～１３時
定　員：１０名　材料費：６００円
持ち物：かぎ針7号か8号、はさみ、とじ針、筆記用具
受付日：１１月１日（日）～

開催講座だより

《さわやか体操》 5月15日
～フレイルチェック～

《健康講座》 6月23日
～習うより慣れようシニアスマホ講座～

《コツコツ貯筋体操》 7月8日
～年齢による筋肉と関節の低下予防体操
自律神経を整える(下半身)～

《あそべる折り紙教室》 7月24日
～くるんくるん、風車、くるくるプロペラ～

《原爆パネル展》7月31日～8月6日

バスで行く
《子ども科学ランド》 7月30日
カップヌードルミュージアム横浜
帆船日本丸、横浜みなと博物館

《流しそうめん》 8月2日

《子供絵画教室》　8月7日

《休館日のお知らせ》　第２月曜日
９月１４日・１０月１２日・１１月９日