



峡田ふれあい館 事業一覧

(成人・高年者)

ふれあい館
アンケートはこちら。
ご意見、ご要望を
お待ちしております。



曜日	事業名	週	時間	場所	持ち物	備考
月	輪なげ	第1・3週	10：00～11：30	2階 和室	タオル 水分 動きやすい服装	
	ダンディ エクササイズ	第2・4週	10：30～11：30	2階 和室	タオル 水分 動きやすい服装	
	太極拳	第4週	10：00～11：00	3階 多目的室	タオル 水分 動きやすい服装	
	囲碁教室	第1・3週	13：30～15：30	2階 洋室1・2	なし	
	シネマ上映会	第4週	14：00～16：00	2階 和室	なし	
火	歩く健康教室	毎週	13：30～14：30	3階 多目的室	タオル 水分 動きやすい服装 室内履き	
水	脳トレ倶楽部	毎週 (第5週除く)	10：00～11：00	2階 和室	タオル 水分 動きやすい服装	
	元気 もりもり体操	毎週 (第5週除く)	13：30～14：30	3階 多目的室	タオル 水分 動きやすい服装 室内履き	
木	カラオケ	毎週	9：40～11：30	2階 和室	なし	
	唱歌ふるさと	毎週	①13：20～14：40 ②14：50～16：10	2階 和室	なし	
	体幹ストレッチ	第1・2週	20：00～21：00	3階 多目的室	タオル 水分 動きやすい服装 室内履き ヨガマット	
	HIPHOP エクササイズ	第3・4週	20：00～21：00	3階 多目的室	タオル 水分 動きやすい服装 室内履き	
金	グラウンド・ ゴルフ	第1・3週	10：00～12：00	3階 多目的室	タオル 水分 動きやすい服装 室内履き	
		第2・4週	13：30～15：30			
	卓球タイム	第1・3週	13：00～15：00	3階 多目的室	卓球ラケット (お持ちの方) 水分 動きやすい服装 室内履き	
		第2・4週	9：30～11：30			
	ボール ウォーキング教室	年3回 第4週	10：00～13：00	各公園など	タオル 水分 動きやすい服装 ボール (お持ちの方)	11月実施予定
	民謡を唄おう	毎週 (第5週除く)	13：30～15：00	2階 和室	なし	
土	ふまねっと	第2・4週	13：30～14：30	2階 和室	タオル 水分 動きやすい服装	



8月

成人・高年者事業について

今年の夏も、酷暑が予想されており、熱中症対策として、8月の高年・成人事業は中止とさせていただきます。9月から、事業再開の予定です。なにとぞ、ご理解の程、宜しくお願いいたします。

- ◆やさしい英会話WELCOME 8月10日(月) 13：30～15：00
- ◆シネマ上映会 8月24日(月) 14：00～16：00

峡田ふれあい館まつり

年に一度のイベント・「峡田ふれあい館まつり」を開催します。子ども達と一緒に楽しみましょう。ゲームやミニコンサートなど盛りだくさん。リサイクルコーナーもあります。みなさん、お誘いあわせのうえ、おいでください。

- 日時：8月8日(土) 13：30～16：00

※ 詳細は館内ポスターをご覧ください。



やさしい英会話 WELCOME

気軽に英語を楽しみましょう。

- 日時：8月10日(月) 13：30～15：00
- 場所：2F 和室
- 申込みは不要です。お気軽にどうぞ。



シネマ上映会

- 上映作品：事務所に問い合わせください。
- 日 時：8月24日(月) 14：00～16：00
- 場 所：2階 和室
- 定 員：30名(申込み順)
- 申 込 み：8月3日(月) 9：00～ 電話または1階事務室にて、受け付けます。



- 都や区の情勢により、予定の事業が中止になる場合があります。その際は、参加者の方々にご連絡をさせていただきます。

事業参加 追加募集について

事業参加の追加申込は終了いたしました。
ご協力ありがとうございました。

お楽しみ コーナー 「クイズ編」



8月のクイズ

Q：夏の風物詩「風鈴」。風鈴のちりんちりん鳴る音を聞くと涼しく感じますよね。では、実際の体温はどうなっているでしょうか。

1. 本当に下がる
2. 逆に上がる
3. 全く変化しない

答えは、来月のおたよりで、確認して下さいね。



7月のクイズの答え

- 「海の日」の由来は、
2. 明治天皇が乗った船が無事に帰港した日だから。

皆さん、いかがでしたか。