



小楯の皆さんとのふれあいを大切に！！

令和 元 年 12 月 1 日
木鉢地区ふれあいセンター

ふれセンだより

12 月号

長崎市木鉢町 2 丁目 228-6
TEL&FAX : 865-4143
開所時間 : 9~17 時
休所日 : 月曜日及び 12/29~1/3

☆ベイサイドマラソン応援

11 月 17 日、小楯連合自治会では小楯を走り抜ける約 1,700 人のランナーに、給水支援で応援。晴天にも恵まれて、沿道の声援も一段と気合が入った光景が印象的でした。



☆小楯小 3 年生が取材訪問



11 月 1 日、小楯小学校 3 年生が木鉢地区ふれあいセンターの取材に来ました。

ふれあいセンターの歴史、仕事の内容、センター利用の目的などについて熱心にメモをとったり、たくさんの質問をして最後は各室を見学して理解を深めていただきました。

これを機会に図書利用、卓球、勉強会等の場として気軽に活用していただきたい。

引率の先生はじめ、みなさん大変おつかれさまでした。

☆名作映画上映会

シェーン



主演 : アラン・ラッド

流れ者シェーンと悪徳牧場主との戦いを描いた西部劇。

*12月13日(金)、13:30~15:30

*木鉢地区ふれあいセンター第2研修室

*無料

木鉢地区ふれあいセンター

☆健康体操の学習グループ紹介

①スクエア ステップ

②ラクラク介護予防体操



① ②共に簡単な用具を使って、脳とか手足の活動を高める高齢者向の多彩に工夫された運動です。受講者を募集中とのこと、一度のぞいてみませんか。(裏面の月間予定表ご参照。)

講師 : 原田 美輝子 氏
(木鉢在住、公共機関認定指導員)

☆ふれセン講座紹介

日 時	場 所	講座名	内 容	講 師	参加費
12/13 (金)、13:30~15:30	第 2 研修室	名作映画上映会	成人	木鉢地区ふれセン	無 料
12/18 (日)、10:00~11:30	第 1 研修室	お遊び教室⑦	家庭教育	市子育て支援課	無 料
12/19 (木)、13:30~15:00	第 1 研修室	介護予防教室⑨	高齢者	小楯アス力福祉会	無 料

令和元年 12月

木鉢地区ふれあいセンター 貸室予約表

11月23日 現在

日 曜	第1研修室		第2研修室	第3研修室	第4研修室	調理室
1 日	フージ木鉢 10:00~12:00	空手道 大闘会 12:00~17:00				
2 月	休所日					
3 火	エアロビクス①② 10:00~12:30	社交ダンス 14:30~16:30	ボクササイズ 19:00~21:00			
4 水		木鉢がイハ会 13:00~15:00	Dance♪GRM 17:00~21:00	フルートアンサンブル 10:00~12:00		
5 木	スクエアステップ 10:00~11:00	効効介護体操 13:30~15:30	ボクササイズ 19:00~21:00	木鉢2丁目自治会 13:30~15:30		
6 金		太極拳 花 13:00~15:00	空手道 大闘会 17:00~21:00			
7 土	ラージ木鉢 10:00~12:00		空手道 大闘会 17:00~21:00	木鉢2丁目自治会 19:30~21:00	多趣味愛好会 13:00~17:00	
8 日	ラージ木鉢 10:00~12:00	空手道 大闘会 12:00~17:00				
9 月	休所日					
10 火	エアロビクス①② 10:00~12:30	社交ダンス 14:30~16:30	ボクササイズ 19:00~21:00	編み物教室 10:00~13:00		
11 水		木鉢がイハ会 13:00~15:00	Dance♪GRM 17:00~21:00		長崎雄倫館 18:00~19:00	
12 木	スクエアステップ 10:00~11:00	効効介護体操 13:30~15:30	ボクササイズ 19:00~21:00			
13 金	子育て「こっとな」 10:00~12:00	太極拳 花 13:00~15:00	空手道 大闘会 17:00~21:00	映画上映会 13:30~15:30		
14 土	ラージ木鉢 10:00~12:00		空手道 大闘会 17:00~21:00	天寿会 13:00~15:30	多趣味愛好会 13:00~17:00	
15 日	ラージ木鉢 10:00~12:00	空手道 大闘会 12:00~17:00	ラテンダンス 18:00~21:00			
16 月	休所日					
17 火	エアロビクス①② 10:00~12:30	社交ダンス 14:30~16:30	ボクササイズ 19:00~21:00	アス力福祉会 10:00~17:00		
18 水	お遊び教室 10:00~11:30	木鉢がイハ会 13:00~15:00	Dance♪GRM 17:00~21:00			
19 木		介護予防教室 13:30~15:00	ボクササイズ 19:00~21:00			
20 金		太極拳 花 13:00~15:00	空手道 大闘会 17:00~21:00	フルートアンサンブル 10:00~12:00		
21 土	ラージ木鉢 10:00~12:00		空手道 大闘会 17:00~21:00	胡叙華アガアル 13:00~17:00	多趣味愛好会 13:00~17:00	
22 日	ラージ木鉢 10:00~12:00	空手道 大闘会 12:00~17:00		フルートアンサンブル 9:00~12:30		
23 月	休所日					
24 火	エアロビクス①② 10:00~12:30	社交ダンス 14:30~16:30	ボクササイズ 19:00~21:00	編み物教室 10:00~13:00		
25 水			Dance♪GRM 17:00~21:00	竹の子会 10:00~12:00	長崎雄倫館 18:00~19:00	
26 木	スクエアステップ 10:00~11:00	効効介護体操 13:30~15:30	ボクササイズ 19:00~21:00			
27 金			空手道 大闘会 17:00~21:00			
28 土	ラージ木鉢 10:00~12:00				多趣味愛好会 13:00~17:00	
29 日	休所日					
30 月	休所日					
31 火	休所日					