



小神の皆さんとのふれあいを大切に！！

令和 2 年 11 月 1 日
木鉢地区ふれあいセンター

ふれセンだより 11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

＜厚い布団が必要な季節になりました＞

11月3日（文化の日）は「自由と平和を愛し、文化をすすめる日」として制定された国民の祝日です。晴れの特異日（晴れの確率のたかい日）としても有名です。

今年は、コロナ渦で関連行事も中止になるようですが、読書や絵画など芸術にふれるいい機会ですね。

一方で、季節の変わり目のこの時期、風邪やインフルエンザが心配になってきました。コロナウイルス対策に加えて体調に気を配っていきましょう！

「学習グループの紹介」

竹の子会

竹の子会では、健康でイキイキとした生活を送るための「食育活動」を行っています。

食べたものがあなた自身を作ります。

さあ！一緒に分かりやすく、楽しい時間を過ごしてみませんか。

毎月 最終水曜日 10:00~11:30

参加費 無料

連絡先 ☎ 095-865-2174 (高比良 孝子)



★11月のふれセン講座予定

日	時間	講座名	内容	講師	参加料
11/18(水)	10:00~11:30	お遊び教室	家庭教育	市・子育て支援課	無料
11/19(木)	13:30~15:00	介護予防教室	健康づくり	小神アスカ福祉会	無料

令和2年 11月 木鉢地区ふれあいセンター 貸室予約表

10月25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	空手道 大開会 12:00~17:00				
2 月	休所日				
3 火	社交ダンス 14:30~16:30	ホクササイズ 19:00~21:00			
4 水	エアロビクス①② 10:00~12:30	木鉢がイナガ会 13:00~15:00	Dance♪GRM 17:00~21:00		
5 木	スクエアステップ 10:00~11:00	5か介護体操 13:30~15:30	ホクササイズ 19:00~21:00	西泊中学校PTA 19:30~21:00	
6 金	太極拳 花 13:00~15:00	空手道 大開会 17:00~21:00	木鉢2丁目自治会 13:00~15:00		
7 土	ラージ木鉢 9:30~12:00	木鉢民謡会 13:00~15:00	空手道 大開会 17:00~21:00	木鉢2丁目自治会 19:00~21:00	多趣味愛好会 13:00~17:00
8 日	ラテンダンス 10:00~12:00	空手道 大開会 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	ホクササイズ 19:00~21:00	編み物教室 10:00~13:00	
11 水		木鉢がイナガ会 13:00~15:00	Dance♪GRM 17:00~21:00		
12 木	スクエアステップ 10:00~11:00	5か介護体操 13:30~15:30	ホクササイズ 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 大開会 17:00~21:00	フルトアソシエーション 10:00~12:00	
14 土	ラージ木鉢 9:30~12:00	木鉢民謡会 13:00~15:00	空手道 大開会 17:00~21:00		多趣味愛好会 13:00~17:00
15 日		空手道 大開会 12:00~17:00			
16 月	休所日				
17 火	エアロビクス①② 10:00~12:30	被爆者健診 13:30~15:30	ホクササイズ 19:00~21:00		
18 水	お遊び教室 10:00~11:30	木鉢がイナガ会 13:00~15:00	Dance♪GRM 17:00~21:00		
19 木		介護予防教室 13:30~15:00	ホクササイズ 19:00~21:00		
20 金		太極拳 花 13:00~15:00	空手道 大開会 17:00~21:00	フルトアソシエーション 10:00~12:00	
21 土	ラージ木鉢 9:30~12:00	木鉢民謡会 13:00~15:00	空手道 大開会 17:00~21:00	胡紱華アソシエーション 13:00~16:00	多趣味愛好会 13:00~17:00
22 日		空手道 大開会 12:00~17:00		フルトアソシエーション 9:00~12:00	
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	ホクササイズ 19:00~21:00	編み物教室 10:00~13:00	
25 水		木鉢がイナガ会 13:00~15:00	Dance♪GRM 17:00~21:00	竹の子会 10:00~12:00	
26 木	スクエアステップ 10:00~11:00	5か介護体操 13:30~15:30	ホクササイズ 19:00~21:00		
27 金			空手道 大開会 17:00~21:00	フルトアソシエーション 10:00~12:00	
28 土	ラージ木鉢 9:30~12:00	木鉢民謡会 13:00~15:00	空手道 大開会 17:00~21:00		多趣味愛好会 13:00~17:00
29 日		空手道 大開会 12:00~17:00		フルトアソシエーション 9:00~12:00	
30 月	休所日				