

12月ふれあいの郷 だより

平成26年11月10日発行

《指定管理者》

特定非営利活動法人ワーカーズコープ

清水北部交流センター(ふれあいの郷)

〒424-0022 静岡市清水区八坂町2110-2

電話 (054)-364-8902

FAX (054)-388-9721

E-mail : ss-hokubukouryuu@roukyou.gr.jp

URL <http://shizuoka-roufuku.jimdo.com>

日	月	火	水	木	金	土
	1 休館日	2 お風呂○ パソコン教室	3 お風呂○ でん伝体操	4 お風呂○	5 お風呂○ ノルディック ウォーク	6 お風呂○
7 お風呂午前	8 休館日	9 お風呂○ パソコン教室 健康ヨガ	10 お風呂○ でん伝体操 料理教室	11 お風呂○	12 お風呂○	13 お風呂○ 折り紙教室 ママ・パパ リフレッシュ体操
14 お風呂午前	15 休館日	16 お風呂○ パソコン教室 相談日	17 お風呂○ でん伝体操	18 お風呂○	19 お風呂○ ノルディック ウォーク	20 お風呂午前
21 休館日	22 お風呂○ 健康ヨガ	23 休館日	24 お風呂○ でん伝体操 パソコン教室	25 お風呂○	26 お風呂○	27 お風呂○
28 お風呂×	29 休館日	30 休館日	31 休館日			

- ・お風呂午前は、午前10時～正午(午後12時)まで。
お風呂○は、午前10時～午後3時まで。
- ・お風呂×はお風呂が無い日です。

12月のお知らせ

料理教室

開催日 12/10
時間 11:00～13:00まで
冬の温かメニュー(°o°)/
材料費は実費
詳しくは事務所まで



ママパパ

リフレッシュ体操

子育て中のママ・パパのための体操です。
肩こり・腰痛予防に、運動不足・ストレス解消に！
12/13 10:30～11:30 に行います！



お子さまも御一緒に!(^^)!

健康ヨガ

ヨガでストレス解消!!!心も体もダイエット♪
健康な体を作りましょう。12/9、12/22 大会議室
10:30～12:00で行います。
持ち物は、バスタオル・
ヨガマット(なければ結構です)フェイスタオルです。
どなたでもお気軽にご参加ください!



お子さまも
ご一緒に



パソコン講座

初心者のための講座です!
日程 12/2、12/9、12/16、12/24
の計4回
時間 10:00～12:00
場所 小会議室
※パソコンはご自分でご持参ください

限定7名



ボランティア募集

年末の大掃除に
ご協力ください。
開催日 12月28日
時間 9:00～12:00
よろしくお願ひします



年末年始休館日のお知らせ

年末年始の休館日は
12/29～1/3までです。
ご迷惑おかけしますが
ご了承ください



お気軽に事務所までお問い合わせ下さい TEL 364-8902