

# 平成22年1・2・3月の行事のお知らせ

## ☀ げんきクラブ(3B体操) ☀

日時	内容	開催場所
平成22年 1月18日(月)	筋力アップ	戸坂公民館 戸坂出江2-10-26
平成22年 2月15日(月)	転倒予防体操	
平成22年 3月15日(月)	転倒予防体操	

時間:13:30~15:00 (受付 13:00~)

講師:公認指導者 指導士 田川 武子 氏



誰でも楽しく 気軽に体操できます!

共催:広島戸坂公民館

## ★げんきクラブ・はつらつクラブ★

送迎あり(往復100円頂きます)

どなたでも(概ね60歳以上)参加できます♪

お問合せ 広島市戸坂地域包括支援センター

082-516-0051

## 😊 はつらつクラブ 😊

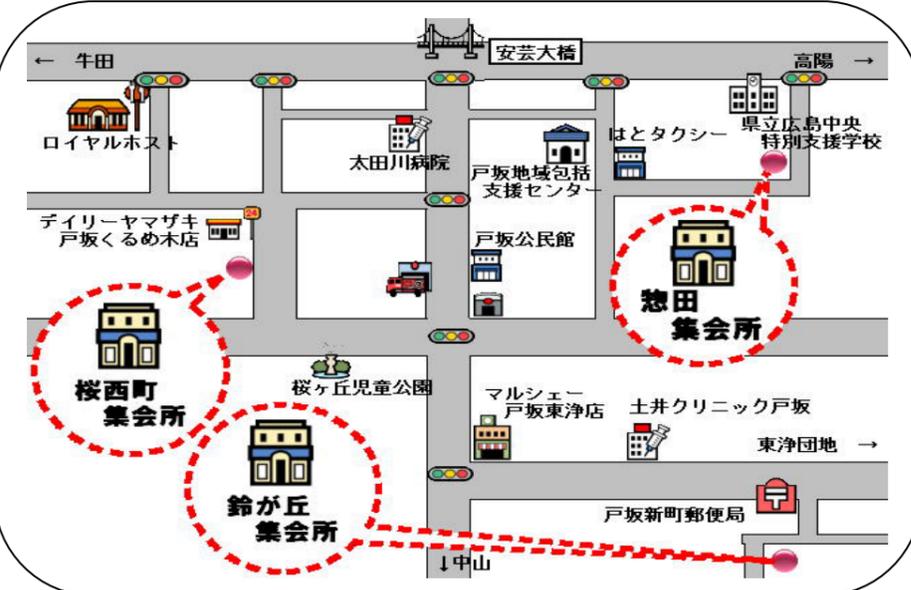
戸坂地域の集会所をまわっています。

日時	内容・講師	開催場所
平成22年 1月26日(火)	おやつ作り 荒山 香苗	鈴が丘集会所 中山新町1-1-30
平成22年 2月9日(火)	3B体操 吉田 美代子	惣田集会所 戸坂千足2-1-6
平成22年 3月23日(火)	コースター作り 広島市文化財団職員	桜西集会所 戸坂桜西町2-1-6

(敬称略)

時間:13:30~15:00 (受付 13:00~)

おやつ作りは、材料費 100円が必要です。



## サロンげんき★はつらつ

開催日時:毎月第2・第4火曜日 10:00~13:00

開催場所:惣田集会所(戸坂千足2-1-6)

参加費:100円(材料費など実費のかかるものは別途必要です)

どなたでも参加できます。気軽に立ち寄ってください!

開催予定日:平成22年 1月12日(火)・26日(火)

2月9日(火)・23日(火)

3月9日(火)・23日(火)

開催内容:絵手紙教室・アクリルたわし作り・卓球など

時期により、楽しい企画を行います。

お楽しみに

最高の出来栄に、ニッコリ♪



「餃子の皮でピザ作り」  
おいしそう...



卓球もできます!

